

# 妊娠期の子育て支援 — 乳児とのコミュニケーション —

小 竹 仁 美

## Abstract:

I sometimes see some mothers who don't talk to their children in the developmental consultation. A mother says that I thought I should talk to my child after he began to speak words. The communication between a parent and a child begins since the birth of a child. For this reason, it's necessary to tell that it's important that a parent frequently speaks to a baby. The knowledge about the development of the baby's communication will be helpful for baby's parents.

## キーワード：

乳児、わかることば、コミュニケーション、妊娠期、子育てセミナー

## I はじめに

育ちゆく子どもたちやその家族とかかわる仕事を「発達やことばの相談」という場で二十年以上続けている。出会う子どもたちは、ことばの発達がゆっくりだったり、他者と目を合わせるのが苦手だったり、動きまわりすぎたりするなどの特徴を全部あるいは一部持っている。保健センター等で行われる1歳半や3歳の健康診断のときに、保護者から「ことばや行動に心配があり、相談したい」という希望が伝えられると発達相談に紹介されてくる。十数年前に比べると最近では2歳0か月前後の子どもについて「ことば出てこない」や「発達障害ではないか」という相談を受けることが増えている。テレビ番組で発達障害の特集が組まれたり、インターネットで情報発信されるようになり、

発達障害という概念が世間一般に広がっていることによると思われる。相談に訪れるのは多くが母親であるが、最近では両親揃って来られる場合も少なくない。親の年齢層は30歳代が多く、「発達障害」「自閉症」「学習障害」などの用語をインターネットで検索し、その症状や治療法、対応の仕方など多くの情報を調べた上で相談に来られる場合が珍しくない。国立社会保障・人口問題研究所が2010（平成22）年6月に実施した第14回出生動向基本調査（結婚と出産に関する全国調査）<sup>1)</sup>によれば、平均初婚年齢は夫29.8歳、妻28.5歳である。第9回調査（1987年）では夫28.2歳、妻25.3歳であり、夫では1.6歳、妻では3.2歳上昇している。この調査結果からみて、発達相談の場で、多くの情報を持った30歳代の親に

出会う機会は今後も増えるだろう。しかし、ネット上には個人的体験に基づいて発信される情報があり、また、読み手は都合のよい情報を自分に都合よく当てはめて選択する場合がある。現代の親は妊娠期を含め、情報があふれる環境の中で、適切な情報を見つけ選択しなければならない難しさを抱えていると言える。本稿では妊娠期にある親へのセミナー形式の情報提供について考察する。

## II 子どもに話しかけない母親

発達相談の場で出会った母子の例を紹介する。なお、個人特定を避けるため、年齢や性別、行動などは複数の事例をまとめている。

事例① 3歳の男児と母親。母親の心配事は、男児のことが増えないということである。男児の発語は「うん」「ううん」「ママ」「アンパンマン」など10語くらいである。男児は母親の傍らで、静かに車やままごととセットで遊ぶ。15分ほど、男児にことをかけながら一緒に遊んでいたが、その間、母親は男児にほとんど話しかけない。男児の遊びに関心がないかのように見える。母親に、子どもへの話しかけの大切さや意義について説明をしたあと、母親は「子どものことが出てきてから話しかければいいと思って」「だから、まだ話しかける必要はないと思った」と語る。

事例② 2歳4か月の男児と母親。母親の訴えは、男児のことが出てこないということである。男児の遊びは、ひとりで黙々と物を投げる、持ったものを振る、室内を歩き回ることである。近づいてくると、かかわろうとすると離れていく。人とのやり取りのある遊びは成立しない。発語はない。「ウォ」「アッ」のような声を上げる以外、

ほとんど発声もない。母親は男児が遊んでいる間、ことばを掛けない。「この子は自立心があって一人で遊べるしっかりした子。子どもが遊んでいるときは子どもの邪魔をしちゃいけないと何かで読んだから、邪魔をしないようにしていた」と語る。

事例①と②の母親に共通するのは、それぞれの理由により子どもに話しかけないこと、子どもと自然体でかかわる楽しさを経験していないことである。

事例①の母親は、子どもがことばを話すようになってから親は子どもに話しかければいい、という思い込みをしていた。子どもと話す気持ちはあるが、子どものことが出てないから、自分は話しかけなかったというのである。この思い込みが生じたプロセスは不明であるが、少なくとも3年間この思い込みが修正されることはなかった。3歳になってもことばが増えないことが心配になり、相談に訪れた。もともと母親は無口であり、今後、子どもに豊かな話しかけを行うには努力を要すると思われた。男児を集団保育に入れることを勧めた。

事例②の母親は、子どもの遊びに関心があり、よく観察している。子どもの状況を聞くと、すぐに答えが返ってくることからそれが伺える。男児は自立してしっかりしているから一人で遊べるのではなく、人とのかかわる力が育ってない状態であった。本来は、密度の濃いかかわりを必要とする人であった。子どもが夢中になって遊んでいるとき、むやみに話しかけないほうがよいという考えは一理あるが、男児には当てはまらないものであった。母親に、男児のかかわり方やことばのかけ方について手本を示しながら説明した。また、子育て支援センターなどを利用することを提案した。1か月半後に2度目の相談に来たときには、

母親は熱心に男児にことばを掛けており、男児の発声も増え、「あい（はい）」「いあ（いや）」と2語を使うようになっていた。

上記事例の母親は特殊な例なのだろうか、と疑問を抱いていたが、A市保健センターの保健師から「保健センター内に季節の飾り付けをしておく、以前はお母さんが子どもに飾り付けを見せたり、お話して聞かせたりする姿を見かけた。最近は飾り付けを素通りし、スマホを操作したり親同士のおしゃべりに夢中になる親の姿を見ることが増えた」という話を聞いた。筆者が街頭で目にした親子の例では、母親は乳児を抱っこ紐で抱っこしながらスマートフォンを熱心に操作し、乳児は母親の顔や周囲を見ていた。その様子から乳児は生後9か月頃と思われる。筆者が見ていた時間は10分程度であったが、その間母親は乳児の顔をちらっと見るだけであった。スマートフォンを操作していなければ、乳児と目を合わせたり、乳児に話しかけたりする時間をもっと持たはずである。子どもがつまらなそうな表情をしているように見えて、早くスマホをやめて話しかけてあげてほしいと思うばかりであった。

子どもの誕生直後から親子のかかわりは始まり、コミュニケーションのパターンは早い段階で、おそらく子どもが1歳になる頃までに決まってくるのではないかと推測する。親が育児を始める前に、子どものことばやコミュニケーションの発達に関する知識や、親が子どもに関わることの大切さについて知る機会を得ることは、子育て支援や子育てを楽しむ力につながると思われる。

### Ⅲ 妊娠期の子育てセミナー

すでに記したように、子どもの誕生直後から親子のかかわりは始まるのであるから、妊娠中に子どもの発達に関する知識や子どものかかわり方を学ぶことは、子育ての一助になると思われる。

#### 1 妊娠期の子育てセミナーの概要

A市では、2～3月後に出産を控えた妊婦とそのパートナーを対象として、出産について学ぶマタニティセミナーとは別に、子どもの発達や子育てを学ぶセミナーを数年前より年6回開催している。育児不安の軽減、虐待防止などを目的としているセミナーである。市の広報誌にセミナー開催の記事を掲載し、参加者を募集する。定員は1回40名程度であるが、50名ほどの参加者がいる回もある。

筆者は約2年前より講師を勤め、これまでに12回実施し、参加者は合計で400名を超える。

平成27年度の子育てセミナー参加者の内訳は、妊婦203名、夫56名の合計259名である。妊婦203名を年齢別にみると、19歳以下1名(0.4%)、20～24歳15名(7.3%)、25～29歳63名(31.0%)、30～34歳79名(38.9%)、35～39歳37名(18.2%)、40歳以上8名(3.9%)である。妊婦203名の約9割が初産で、30歳代妊婦の参加者が約6割を占める。

#### 2 セミナーのプログラム<sup>2)</sup>

前半45分、休憩10分をはさみ、後半35分である。各自に紙媒体の資料とアンケートを配布する。セミナーでは、スライドと映像を使用しながら進行する。アンケートは匿名で、参加者の個人属性、セミナー満足度と分かりやすさの評価、印象に残ったことや意見の自由記述欄で構成され、セミナー終了後に回収する。

##### (プログラム)

まず、保健センタースタッフ(保健師)による挨拶、セミナー中の留意点説明、講師紹介が行われる。その後、講師によるセミナーを始める。

- ① セミナーの概要とタイムスケジュールの説明

- ② 参加者同士の交流（自己紹介と妊娠にまつわるエピソード披露）
- ③ 乳児の運動発達に関するクイズ
- ④ 0か月～12か月までの乳児の運動発達と配慮してほしい環境リスク  
（休憩。休憩中に赤ちゃん人形抱っこ体験）
- ⑤ 0か月～1歳後半までのコミュニケーションとことばの発達、かかわりのポイント（映像使用）
- ⑥ 発達の個人差、愛着
- ⑦ 前向き子育てプログラム（トリプルP）の紹介<sup>注1)</sup>
- ⑧ まとめと挨拶  
最後に、保健センタースタッフ（保健師）からアンケート記入依頼、他のセミナーの紹介。

### 3 心がけていること

#### 1) 参加者の心理の理解

参加者には個性があることを理解する必要がある。積極性や自発性があり、自己決定できる人ばかりではない。行動を起こしやすいように指示や声掛けを適宜行うとよい。たとえば、疲れたら楽な姿勢にしてください、スライドが見えにくかったら位置を移動してください、などの声掛けをしておく。

#### 2) 参加者同士の交流促進

会場では、参加者が5～6名のグループになれるようにテーブルや椅子を配置している。アイスブレイキングを目的に、セミナー開始後まもなくグループごとに自己紹介や妊娠中のエピソードを披露する時間を設ける。また連絡先を交換するなど今後も親交を深めるチャンスにしてほしいことを言い添える。

自己紹介を始める前に、講師に一番近い人から話すなどのルールを指示すると、どのグループもほぼ同じように自己紹介を

開始することができる。グループごとの状況を観察し、話が弾んでないと思われる場合にはスタッフが介入する。グループメンバー全員が自己紹介したことを確認し、終了とする。

#### 3) 乳児の運動発達と配慮してほしい環境リスクについて

乳児の心身の成長と発達は著しい。乳児にとって安全に学べる（遊べる）環境を作ることが重要である。参加者には乳児と触れ合った経験のない人も多く、乳児の行動や起こりうる危険性を想像することは困難である。

乳児は頭部が大きく重いという身体的特徴があること、好奇心の高まりと運動発達や移動能力の向上に伴い活動範囲が広がること、手にもったものをなんでも触覚（口）で確かめること、など具体例を提示しながら説明し、環境における危険を排除しつつ、子どもの探索行動を保障することの意義を強調する。

#### 4) 休憩中

休憩中には、新生児とほぼ同じ体格の赤ちゃん人形を使って、参加者に話しかけたり、抱っこ体験を促す。孤立しがちな参加者を見つけフォローする。

#### 5) コミュニケーションとことば、かかわりのポイントについて

スライドによる説明だけでコミュニケーションのポイントを理解してもらうことは難しい。そこで、親子がかかわる映像を視聴し、解説をつける。

使用する映像は、①0か月児（新生児模倣）、②3か月児（喃語のやりとり）、③6か月児（要求表現）、④8か月児（要求表現）、⑤8か月児（親の制止ことばへの

反応)、⑥ 11 か月児 (親のほめことばへの反応)、⑦ 12 か月児 (やりとり遊び)、⑧ 1 歳 2 か月児 (ジャーゴン)、⑨ 1 歳 2 か月児 (絵本を見る)、⑩ 1 歳 7 か月児 (質問期) の 10 種類である。

映像を利用すると、乳幼児期の子どものことばやコミュニケーション能力が変化していく経過を理解することや、乳幼児とのかかわり方をイメージすることを助ける。

ここでは、乳児期の子どもが身近にいる大人とコミュニケーションして楽しい、もっと伝えたいという意欲を高めることが重要であり、そのために日々のかかわりが大切であることを強調する。また、ことばには、わかることばと言えることばがあり、生後 10 か月頃からわかることばが増え始め、その数がある程度まで増えると言えることばが出現することを説明する。乳児期から日々話しかけ、子どもとのやりとりを楽しんでほしいことを伝える。

#### 6) 発達の個人差、愛着について

成長著しい時期は、個人差も顕著であり、目の前の子どもをよく観察し、子どもが安全に安心して活動できるように見守ってほしいことを説明する。

#### 7) 前向き子育てプログラム (トリプル P) について

子育てで困ったり、悩んだりしたら、ひとりで解決しようと頑張りすぎないでほしいと話す。誰かに相談する、子育てプログラムを学ぶなど建設的な方法を選択してほしいことを伝える。

### IV 評価と課題 (アンケート結果から)

平成 27 年度のセミナー終了後のアンケート結果から、セミナーへの評価および今後

の課題を考察する。

セミナーへの評価は好評である。数名の無記入を除き「セミナーを受けて良かった」「説明が分かりやすかった」(どちらもほぼ 100%) との回答であった。特に、映像の評価は高い。

自由記述の総数は 203 (約 8 割) である。内訳は、乳児とのコミュニケーションに関連する内容 66 (32.5%)、発達の個人差に関連する内容 20 (9.8%)、その他、育児不安の軽減、発達のプロセスに関する内容などである。

コミュニケーションに関する具体的な記述は、「赤ちゃんが喋る前から話しかけることが大切なことがわかった」「生まれたらいっぱい話しかけたい」「わかることばと言えることばが違うことがわかった」「喃語でもやりとりができることに驚いた」などである。発達の個人差に関する具体的な記述は「発達は子どもによってさまざまだということがよくわかった」「赤ちゃんの個性を前向きにとらえるのが良い」「成長の仕方には個人差があるから、その子のペースに合わせて育てていこうと思った」などである。

アンケートには要望も寄せられている。1 つめは、2 人目の出産に関する内容である。「1 人目の子とどう付き合えばいいのか」「まわりはひとりっ子の家庭ばかりで、2 人目の出産について相談できる人がいない」など不安があるという。第 14 回出生動向調査 (結婚と出産に関する全国調査) (2010 年、国立社会保障・人口問題研究所)<sup>3)</sup>によれば、夫婦の完結出生数は前回調査 (2005 年) で 2.09 人であったが、今回調査で 1.96 人へと低下している。平成 25 (2013) 年人口動態統計の概況 (厚生労働省)<sup>4)</sup>によれば、合計特殊出生率は 1.43 である。出生子ども数 2 人未満の家庭が増加しているのである。A 市の場合、妊娠に関するセミナーは主に

初産を対象としており、2度目の場合は「経験がある」と考えられ対象の中心からは外されている。しかし、出生数の状況を見ると、2人目の出産と1人目の子どもへの対応に関する話題提供、経産婦の対象のセミナーや交流会の開催などは今後の検討課題となる可能性がある。

2つめは母親のメンタルヘルスに関するセミナー開催を要望するもの、3つめは父親の育児について話してほしいというものである。

以上の要望については、今後の検討材料として、参加者のニーズに合う子育てセミナーを実現する方法を調査研究することとしたい。

注1) 前向き子育てプログラム(トリプルP)は、オーストラリア・クイーンズランド大学のサンダース教授の30年以上にわたる臨床実績に基づいたプログラムである。認知行動療法の手法を利用したペアレントトレーニングの一つで、実用性が高い。現在は、豪州、英国、米国、カナダ、シンガポールなど二十数か国で実施されており、日本では2005年に導入され、各地に普及し始めている。トリプルPの目的は、「一般的な行動と発達の問題に対処する親の力量を増進する」「強制的な子育て法や体罰の使用を減少する」「子育てに関する問題について親のコミュニケーションを改善する」「子育てに対する親のストレスを軽減する」ための方法を用いて子育てに対する親の力量と自信を増進させることで、子どもの行動、情緒、発達の重度の問題を予防することである。

## 資料

- 1) 国立社会保障・人口問題研究所第14回 出生動向基本調査(結婚と出産に関する全国調査)、平成23年
- 2) 小竹仁美: 赤ちゃんセミナー 2014
- 3) 前出1)
- 4) 厚生労働省平成25年(2013)人口動態統計