

研 究

「夏休み」は自閉症の幼児と母親に何をもたらすのか？

— 早期療育における長期休みを再考する —

下浦 直香¹⁾, 小澤 武司²⁾
三隅輝見子³⁾, 小林潤一郎⁴⁾

【論文要旨】

長期休みが自閉症の幼児と母親に与える影響を明らかにするために、夏休み中の子どもの生活・行動、母親の生活、母親の精神状態について、それらが通常の療育時とどう変化するかをコントロール群と合わせて調査した。対象群は横浜市の知的障害児通園施設に通う自閉症児の母親84名とし、同地域の幼稚園に通う健常児の母親76名をコントロール群とした。その結果、母親の生活は対象群・コントロール群共に困難さが高かったが、対象群の54.8%に子どもの生活上なんらかの悪化がみられ、母親の精神状態では「イライラする」をはじめ6項目で対象群が有意により困難であった。子どもの生活の悪化が母親の生活や精神保健に多大な影響を与えていた。

自閉症の早期療育では長期休みを短くすることも必要だが、通常療育の期間とは異なるアプローチの療育課題に取り組む期間と位置づけ、長期休み中の母子の生活支援プログラムを検討することが重要であると考えられる。

Key words : 自閉症, 夏休み, 長期休み, 早期療育

I. はじめに

自閉症の幼児は、日常生活の多くを母親に依存することから、母親にとって負担の多い子育てとなりやすい。渡部らは広汎性発達障害の幼児の母親は健常児や運動発達障害の幼児の母親よりもストレスが高いことを指摘している¹⁾。このため、自閉症の早期療育では母子の健康な日常生活を支援することが重要となる。

ところで、近年、障害児の余暇の過ごし方に関する問題が指摘されるようになってきた。自閉症の幼児にとっても、夏休みを始めとする長

期休みをどう過ごすかは大きな課題である²⁾。長期休み中は予定が決まらない空白な時間が圧倒的に多くなり、ともすれば、彼らは何をしたらよいかわからない無構造な場面にさらされる。結果的に家庭での不適切な行動が増える可能性を生じ、家族の生活にも大きな影響を与えることが推測される。

今まで長期休みの問題は放課後の余暇と同じレベルで論じられることが多かった³⁾⁴⁾。しかし、余暇は、学習なり、労働なり日常生活の主たる活動があってはじめて生じるものである。長期休みを学期中の学習時間に対する余暇とし

A Study of the Influence of Summer Vacations for Preschool Children with Autism and Their Mothers [1615]
— Relation between Early Intervention and Long Vacations — 受付 04. 2.18

Naoka SHIMOURA, Takeshi OZAWA, Kimiko MISUMI, Jyunichirou KOBAYASHI 採用 06. 4.20

1) 横浜市総合リハビリテーションセンター (児童指導員)

2) 横浜市北部地域療育センター (医師・小児科)

3) 横浜市北部地域療育センター (臨床心理士)

4) 明治学院大学心理学部心理学科 (助教授/医師・小児科)

別刷請求先: 下浦直香 横浜市総合リハビリテーションセンター

〒222-0035 神奈川県横浜市港北区鳥山町1770

Tel : 045-473-0666 Fax : 045-473-0809

て捉えることも可能だが、自閉症の早期療育において長期休みはそれ自体が主たる活動であるとも考えられる。単に余暇として捉えることは適切ではない。むしろ、長期休みを混乱なく生活し、十分な休息の機会として活用できるかという視点で理解する必要がある。

本研究では夏休みが自閉症の幼児と母親に与える影響を明らかにするために、子どもの行動、母親の生活・母親の精神状態を、通常の療育期間と夏休み期間とで比較し、早期療育における長期休みの意義について考察した。

II. 方 法

1. 対象・手順

200X年11月、横浜市T地域療育センター知的障害児通園施設に通う自閉症の幼児(3歳～6歳)の母親84名を対象に選択回答様式のアンケート用紙を配布し、73名から回答を得た。有効回答率は87%であった。対象児の知的障害の分布は重度13名、中度25名、軽度16名、境界～正常は19名であり、平均年齢は 4.3 ± 0.74 (歳)であった。精神発達の評価には田中ビネー知能検査、新版K式発達検査を用いた。通園に通う頻度は、週5日が14名、週4日が7名、週3日が24名、週2日が21名、週1日が7名であった。

また、同センターと同じ地域の幼稚園に通う健常児(3歳～6歳)の母親76名をコントロール群とした。子どもの平均年齢は 4.4 ± 0.73 (歳)であり、対象群との間に有意差を認めなかった。

横浜市では、乳幼児健康診査を基盤に発達障害の早期発見・早期療育システムを構築し⁵⁾⁶⁾、市内6ヶ所に設けられた地域療育センターがその中心的役割を担っている。通園頻度は、子どもの状態像と親のニーズにより、週5日から週1日まで幅があり、幼稚園・保育園と通園を併用している子どももいる。調査年度の同通園の夏休み期間は幼稚園と同じくおよそ1か月間であり、この期間を夏期特別療育期間と位置づけ、宿泊プログラムや家庭訪問を行っていた。

2. 質問項目

i) 夏休みの過ごし方

誰と過ごすことが多かったか、自宅の他に過ごす場所があったか、何をして過ごすことが多

かったかを尋ねた。

ii) 子どもの生活の変化

睡眠、食事、パニックや不安定な様子、こだわり、その他の問題となる行動について、通常の療育期間と比較して回答を求めた。また全体像として長期休み中の困難さを「非常に困難、少し困難、どちらともいえない、あまり困難でない、全く困難でない」という5件法で尋ねた。

iii) 母親の生活と精神状態

生活項目として、睡眠時間、睡眠リズム、買い物の負担感、調理の負担感、掃除・洗濯の負担感、友人と遊びに行く機会、趣味の時間、ゆとり、食欲の計9項目について通常の療育期間と比較した夏休み期間中の変化を「増えた、普段と同じ、減った」という3件法で尋ねた。また、全体像として長期休み中の大変さを「非常に大変、少し大変、どちらともいえない、あまり大変でない、全く大変でない」という5件法で尋ねた。

同様に精神状態について、イライラする、孤立感を感じる、ゆううつである、不安を感じる、精神的に疲れる、一人になりたいと感じる、気力に満ちている、安らぎを感じる、充実感を感じるという計9項目について、1)「全くなかった」、2)「あまりなかった」、3)「普段と同じ」、4)「少しあった」、5)「多かった」の5件法で尋ねた。但し気力に満ちている、安らぎを感じる、充実感を感じる3項目は予め選択肢を逆転させて尋ねた。その他、夏休み中によく感じていたことがらを自由記述で尋ねた。

iv) 支援ニーズ

夏休み中に必要な支援・サービスについて、複数回答の選択式で尋ねた。

3. 分析方法

すべての質問項目で、対象群とコントロール群の2群について、 χ^2 乗検定、Mann-Whitney検定を行った。また、子どもの生活が悪化した群と変化しなかった群の2群についてもMann-Whitney検定をした。

III. 結 果

1. 夏休みの過ごし方

夏休み中に母親と過ごすことが多かった児は

対象群83名（100%），コントロール群73名（96.1%）であり，両群ともに大半の児が母親と過ごしていた。また過ごした場所についても対象群で23.2%，コントロール群では31.6%が自宅以外の場で過ごす機会がなかったと回答した。過ごし方としては（表1），対象・コントロール群ともテレビ・ビデオを見るが最も多く，両群間に有意差はなかった。パズル，電車のおもちゃで遊ぶは対象群の方が有意に多く，コントロール群では公園に行く，お絵かきをするが有意に多かった。

2. 子どもの生活の変化

生活の変化は，対象群の54.8%に全体として何らかの項目で悪化がみられた。悪化の内容は，睡眠（30.7%）パニックや不安定な様子

（21.0%），こだわり（20.9%），その他の問題となる行動（21.5%）が目立っていた（表2）。特に，重度の知的障害を伴う児では，睡眠に関する項目で53.8%，こだわりで46.2%，その他の問題となる行動で38.5%，パニックや不安定な様子で30.1%とそれぞれ悪化がみられ，その割合は最も高かった。

3. 母親の生活・精神状態の変化

長期休み中の母親の生活の大変さでは（表3），対象群では平均3.81点，コントロール群では平均3.64点と有意な差はなかった。しかし，非常に大変と回答した割合は対象群28.8%，統制群13.2%と有意に対象群で多かった（ $\chi^2=5.469$, $df=1$, $p<.05$ ）。

生活に関する項目で変化が著明だったのは，余暇の減少と家事の負担感の増加である。ゆとりの減少（69.9%），趣味時間の減少（68.5%），買い物の負担感の増加（58.9%），調理の負担感の増加（49.3%），友人と遊びに行く機会の減少（49.3%），掃除・洗濯の負担感の増加（34.2%），睡眠リズムの乱れ（28.8%），睡眠時間の減少（13.7%）の変化がみられた。コントロール群では，調理の負担感の増加（63.2%），ゆとりの減少（59.2%），趣味時間の減少（56.6%）と続き対象群との有意な差はみられなかった。

また，精神状態に関する項目では，対象群，コントロール群ともに「イライラする」，「精神的に疲れる」，「一人になりたいと感じる」の3項目でいずれも70%～80%と多かった。

各項目の平均値は両群で表4のとおりになり，対象群ではコントロール群に比べて，イライラする（ $p<.05$ ），孤立感を感じる（ $p<.01$ ），ゆううつである（ $p<.01$ ），不安に感じる

表1 何をして過ごしたか

	対象群 (n=73)	コントロール群 (n=76)	
テレビ・ビデオ	39(53%)	44(58%)	n.s.
電車のおもちゃ	22(30%)	8(11%)	$p<.01$
絵本・本	21(29%)	20(26%)	n.s.
公園	17(23%)	37(49%)	$p<.01$
プール	16(22%)	20(26%)	n.s.
お絵かき	12(16%)	29(38%)	$p<.01$
ゲーム	10(14%)	18(24%)	n.s.
パズル	9(12%)	4(5%)	$p<.05$
パソコン	7(9%)	6(8%)	n.s.
その他	22(30%)	19(25%)	n.s.

表2 悪化した割合

(n)	睡眠	パニック	こだわり	問題行動	何らかの悪化
境界～正常(19)	26.3%	15.8%	5.0%	21.1%	47.3%
軽度(16)	18.8%	6.2%	12.5%	6.2%	31.3%
中度(25)	24.0%	32.0%	20.0%	20.0%	56.0%
重度(13)	53.8%	30.1%	46.2%	38.5%	84.6%
全体(73)	30.7%	21.0%	20.9%	21.5%	54.8%

表3 母親の長期休み中の大変さ

	非常に大変	少し大変	どちらともいえない	あまり大変でない	全く大変でない
対象群	21 [29%]	33 [45%]	7 [10%]	8 [11%]	4 [6%]
コントロール群	10 [13%]	43 [57%]	10 [13%]	12 [16%]	1 [1%]

($p < .01$), 精神的に疲れる ($p < .05$) が有意に高く, 安らぎを感じる ($p < .01$), 充実感を感じる ($p < .05$) 程度が有意に低かった。

4. 子どもの状態像と母親の生活との関連

夏休み中の子どもの生活において何らかの悪化がみられたものと変化のなかったものとにわけて, 母親が生活の中で困難と感じている度合いを比較した。

対象群のうち, 生活の悪化のしたものの(54.8%)は母親の生活の困難さが平均4.22点で, 変化のなかったもの(45.2%)の平均3.28点に比べて有意に困難さの度合いが高かった($p < .01$)。コントロール群では悪化したものの3.91点, 変化がなかったものが3.61点で有意な差はみられなかった。

5. 支援のニーズ

母親が夏休み中に必要だと回答した支援・サービスは, 夏期療育が最も多く(72.6%), 他施設での保育(67.1%), 相談できる人・機関(21.9%), キャンプ等の宿泊行事(19.2%), 一時入所(12.3%)であった。

Ⅳ. 考 察

自閉症の子どもをもつ母親にストレスや疲労感の強いことがすでに報告されている⁷⁾⁸⁾。われわれは自閉症幼児の療育にあたり, 子ども本人に対する支援とともに, そうしたストレスを抱える母親に対する支援も重要と考えている。このような視点に立ち, 自閉症幼児の長期休みについてあらためて検討した。

夏休みの過ごし方は自閉症の幼児と健常児と比較すると, 母親と過ごす時間が圧倒的に多かったことや自宅でしか過ごす場所がなかったということは, 障害の有無にかかわらず両者に共通で, 現代の親子が母・子2人だけの閉塞した環境のなかで毎日を過ごしている様子がうかが

表4 母親の精神状態

	対象群 (n=73)	コントロール 群 (n=76)	
イライラする	4.30点	3.94点	$p < .05$
一人になりたい	4.08点	3.85点	n.s.
精神的に疲れる	4.01点	3.65点	$p < .05$
ゆううつである	3.50点	2.77点	$p < .01$
安らぎを感じる*	3.45点	2.18点	$p < .01$
充実感を感じる*	3.36点	2.82点	$p < .05$
気力に満ちている*	3.34点	2.81点	n.s.
不安を感じる	3.21点	2.69点	$p < .01$
孤立感を感じる	3.16点	2.26点	$p < .01$

*は逆転項目である。

えた。過ごし方も自閉症では, 電車のおもちゃやパズルなど特定の遊びに偏る傾向があるという障害特性と関連する項目には差がみられるが, テレビ・ビデオを見ることは両群で共に多かった。母親と過ごす時間が圧倒的に多く, 自宅でしか過ごす場所がなかったことは, 障害の有無にかかわらず共通であったが自閉症では健常児よりも活動のレパートリーが限定されていた。こうした過ごし方は夏休みに特定のものというより, 学期中の週末休みの過ごし方と質的には変わらないかもしれない。

夏休み中には自閉症幼児の半数以上に行動の悪化がみられた。睡眠など生活面が悪化し, 情緒面でも, パニックや不安定な様子, こだわり, 問題行動などが悪化していた。程度の差はあれ, 知的障害の重症度にかかわらず, 自閉症の幼児

にとって夏休み中は行動が悪化しやすいことが明らかとなった。

子どもが自閉症であるかどうかにかかわらず母親の多くが「夏休み中は大変だ」と感じていた。しかし、大変さの程度は自閉症の子どもの母親の方が有意に高かった。また、子どもが自閉症であるかどうかにかかわらず、「イライラする」、「精神的に疲れる」、「一人になりたいと感じる」母親が多く、夏休み中は母親の情緒も不安定になっていた。子どもが自閉症の場合には、母親が「イライラし」、「孤立感を感じ」、「ゆううつで」、「不安で」、「精神的に疲れる」程度が強く、「安らぎを感じる」、「充実感を感じる」程度が低かった。夏休みはどの母親にとっても精神的負担感が強くなるが、自閉症の幼児を持つ母親では夏休み中に精神的負担が有意に強くなることが明らかとなった。

こうした夏休み中の精神的負担が、母親の許容量を越えたものかどうかを検討することも重要だが、今回はこの点を直接検討することはできなかった。ただ、夏休み中に夏期療育を望む声が多かったのは、こうした精神的負担を感じている母親が多いのではないかと推測された。しかし、その一方で、夏休み中に必要な支援・サービスとして、相談できる人・機関をあげた母親もあり、このことは夏休みの大変さを見越して準備したいと考えているものと思われる。同様にキャンプ等の宿泊行事をあげて、より積極的に夏休みを過ごしたいと考えている母親もいるものと考えられる。わずかではあるが「子どもと過ごす時間が増えて逆に新鮮に感じた」といった自由記述もあり、夏休みをうまく利用している母親がいることもわかった。

夏休みの子どもの生活の悪化と母親の生活の大変さの関係を検討した。Storesら⁹⁾は母親の育児ストレスは子どもの問題行動と関係していると述べている。今回の検討でも自閉症の子どもの生活が悪化することに伴って母親の生活も困難さを増し、影響を受けている。子どもが健常場合には子どもの変化と母親の生活には関連がないこともわかった。以上のことから、子どもが健常であっても子どもと一緒に過ごす時間が増えることで母親の育児負担も高くなると考えられるが、子どもが自閉症の場合には子ど

もと向き合う時間が増えることに加え、子どもの状態が顕著に悪化するということが、母親の困難さや負担感をより一層強めていると考えられる。

一方、新しい場面に弱く、無構造な自由時間が行動のまとまりを損ねてしまう自閉症の子どもにとっては、一般の子どもには楽しい自由時間が苦痛となり、行動を悪化させる要因となる。夏休みはそれまでに通園や幼稚園によって確立された生活のリズムを壊してしまうことから、子どもの行動は悪化し、親の負担感も増強されるものと考えられる。本来、夏休みは、自由時間（遊ぶ時間）が多くなる、遠くへ外出できるという利点があり、一般の子どもにとっては楽しい期間である。親にとっても、子どもと過ごす時間が増えるが、これを楽しんでいるか負担と感じるかについては意見が二分するであろう。

さらに夏休みがあることで通常の療育期間と異なる利点があることも考察するべきであろう。われわれは、夏休み期間中に家庭訪問や親子合宿等の特別なプログラムを設定している。これらのプログラムはより個別に親支援を行い、自閉症の通園療育の効果を汎化させることを意図したものである。夏休み期間を単なる長期休みに終わらせず、通常療育の期間とは異なるアプローチの療育課題に取り組む期間と位置づけることが重要である。

夏休みの過ごし方は、幼児期に限らず、学齢期・成人期になっても続く課題であり、将来を見据えて、幼児期から親の自立を促していくプログラムが必要と考える。夏休み中の支援のニーズとして夏期療育が一番多くあげられていた。現在は夏休み期間が短縮されたが、それだけではなく夏期療育を親の自助グループという形で企画し、共同保育の自主運営について技術援助を始めた¹⁰⁾。夏休みを、親が問題解決能力を身につけ、子どもと向き合っていく機会として捉えることは極めて重要な視点であり、自閉症の早期療育にはその具体的な支援プログラムが求められる。

今後は、夏休み中の母子の生活を支えていくために、父親や祖父母などの身近な人の援助に加え、相談機関や夏期療育などの公的な支援の

充実がますます必要である。生活の大変さを、夏休みを短くすることで適応させるのではなく、支援でいかに対応していくという視点が重要である。夏休み中の療育プログラムの検討、どの程度休みが長期化すると特有の問題を生じるかということは今後検討すべき点である。夏休み期間における母子の生活支援を検討することは、早期療育の新たなそして重要な課題である。

謝 辞

本稿をまとめるにあたりご助言をいただきました横浜市総合リハビリテーションセンターの清水康夫先生に深謝致します。

本研究の一部は第49回小児保健学会（神戸）で報告した。

文 献

- 1) 渡部奈緒, 岩永竜一郎, 鷲田孝保. 発達障害幼児の母親の育児ストレスおよび疲労感—運動発達障害児と対人・知的障害児の比較— 小児保健研究61 2002 ; 553-560.
- 2) 日本自閉症協会京都府支部. 自閉症の人たちの生活状況と家族のニーズからみた必要な援助 AIGO 2001 ; 48(3) : 50-59.
- 3) 桐山知之, 廣田真紀子, 河合隆平. 八王子市における障害児の放課後生活実態調査の報告 障害者問題研究 2001 ; 29, 75-83.
- 4) 黒川久美. 鹿児島における障害をもつ子どもの放課後調査 障害者問題研究 2001 ; 29, 68-74.
- 5) 小澤武司. 自閉症の早期発見・早期療育システム—「発達リハビリテーション」の見地から— ノーマライゼーション 2002 ; JULY 15-19.
- 6) Hideo Honda, Yasuo Shimizu. Early intervention system for preschool children with autism in the community The DISCOVERY approach in Yokohama, Japan Autism Vol.6(3) 2002 ; 239-257.
- 7) Kasari C, Sibman M. Linking parental perceptions to interactions in young children with autism. Autism Develop Dis, 1997 ; 27 : 39-57.
- 8) Dunn ME, Burbine T, Bowers CA, Tantleff-Dunn S. Moderators of stress in parents of children with autism. Commun Ment Health J 2001 ; 37 ; 39-52.
- 9) Stores R, Stores G, Fellows B, Buckley S. Daytime behavior problems and mental stress in children with Down's syndrome, their siblings, and non-intellectually disabled and other intellectually disabled peers. J Intelles Dis Res 1998 ; 42 : 228-237.
- 10) 小澤武司, 三隅輝見子, 下浦直香. 自閉症の子どもたちの親支援プログラム—「夏休み自主保育グループ」の試み— リハビリテーション研究紀要 第14号 2004 ; 17-20.