

研 究

「母親の心の健康チェックシート」を用いた 育児相談による育児幸福感を高める働きかけの評価

清 水 嘉 子

〔論文要旨〕

本研究は、「母親の心の健康チェックシート（以下、チェックシートとする）」を用いて、育児相談を行い、その評価を行った。参加者は、初めての子どもをもつ母親36人であり、家庭訪問をした18人と、質問紙調査をした18人である。育児相談者は7人であり、2～3人の母親を受け持ち継続的に関わった。相談では、育児幸福感を高める働きかけを行い、2回の訪問の後に評価に関する質問紙調査を行った。分析は、統計学的分析と質的帰納的分析を行った。相談前後のチェックシート項目の変化では、育児相談により有意に夫への感謝が上昇し、心身の疲労が低下した。さらに、母親は自分や子育てへの気づきや育児相談への満足感があった。一方、チェックシート項目の構成や表現、相談者の力量によって左右されるなどの課題もあった。

Key words : チェックシート, 育児相談, 育児幸福感

I. はじめに

育児支援には、さまざまな試みがあるが、大きく4つに分かれると考えられる。1つ目が、育児の負担を軽くする育児支援で、時間やお金の問題など多くの行政の施策などが中心になっている。2つ目は、お母さん自身が心安らかに育児するための育児支援で、育児相談など、お母さんの気持ちに寄り添い安心させる支援になる。3つ目は、愛着形成支援で、わが子がかわいい、赤ちゃんとずっと一緒にいたいという気持ちを高めるための支援である。4つ目は、お母さんのリフレッシュである。仕事と両立させたり、自分の好きなことをしたり、自分を認めてもらえることなどがある¹⁾。こういう4つの育児支援は混在しながら行われるが、育児支援が母親のための支援であることには違いないと考える。

これらに対応する支援として、著者らは、母親の育

児幸福感を高める働きかけを推進している。それらは、母親にプラス思考をすすめる、よかったこと、うれしかったこと、幸せだと思ったこと、それを感じた瞬間を大切にすることである。さらに、大切な視点として、自分を大切に思うこと、頑張れた自分を認め自信を持つこと、周囲に助けを求め感謝の気持ちを持つこと、心の持ち方によりゆとりを持つこと、心のゆとりにより子どもの気持ちに触れられること、お母さんの笑顔は子どもにとって宝になること、お母さんの幸せな気持ちはさらなる幸せを生み出してくれることなどである。そのために、心身の健康を保ち無理をしないこと、深呼吸やいきいきとした表情づくりや今日の子どもの一日を日記に書いてみる、などである²⁻⁴⁾。育児相談では、母親が頑張っていると思うところ、自分のいいところ、自分が親に似ているところ、子どもが自分に似ているところ、子どものいいところ、自分が大切にしていること、自分の将来の夢、その頃自分

Evaluation of Childcare Consultations Utilizing the Mothers' Psychological Health Checksheet as a Way to Heighten Child Care Happiness

Yoshiko SHIMIZU

長野県看護大学（研究職）

別刷請求先：清水嘉子 長野県看護大学 〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂1694番地

Tel : 0265-81-5181 Fax : 0265-81-5130

[2645]

受付 14. 6. 13

採用 14.12. 1

は何をしていきたいか、子どもはどうなっているかなどを相談時に尋ねることで、母親が普段考えない自分の気持ちに気づき、母親の育児幸福感を高めることを試みた。

本研究の目的は、母親の育児幸福感を高める支援の一環として「母親の心の健康チェックシート（以下、チェックシートとする）」^{5,6)}を用いて、継続的な育児相談を試みた。この育児相談による効果とチェックシートや育児相談に対する課題について明らかになったのでここに報告する。

II. 研究デザイン

本研究デザインは、実施群並びにコントロール群の参加者は無作為割りつけによらない準実験による介入研究である。

III. 研究方法

研究対象者は36人であり、子どもは全員が生後3か月で初めての子どもであった。家庭訪問による育児相談の参加者（以下、実施群とする）18人と家庭訪問による育児相談をしない（以下、コントロール群とする）18人に分けられた。チェックシートを用いた家庭訪問による育児相談の評価では、家庭訪問参加前、1回目の家庭訪問時、2回目の家庭訪問時に、参加者のチェックシートにある心理学的指標に対する評価をした。

1. 研究期間

平成22年2月～平成23年2月に行われた。

2. 研究参加者

乳幼児期の育児をしているA・B市内在住の母親（実施群、コントロール群）36人である。実施群では、A市内で先行して実施している縦断研究対象者から研究の同意を得られたものとした。コントロール群は、B市内で先行して実施している縦断研究対象者から研究の同意を得られたものとした。

3. 研究参加への依頼について

実施群には研究の目的や方法、倫理的配慮に関する内容を記した依頼文を送り同意の得られた者に対して、具体的な日程の調整の電話を入れた。家庭訪問者は大学の教員7人が2～3人を受け持ち、継続的に

関わった。コントロール群には実施群と同じ時期に、チェックシートによる質問紙調査を依頼した。

4. チェックシートの内容

育児ストレス短縮版16項目⁷⁾と育児幸福感短縮版13項目⁸⁾の29項目に対する基本統計量と α 係数を確認し、各下位尺度得点を、パーセンタイルに変換するための個人プロフィール表とした。得点の高さの意味的な理由より、個人プロフィール表の値は、育児幸福感は最大値から始まり、育児ストレスは最小値から始まるようにした。つまり、上部に個人の得点がプロットされているほど心理的に健康的であると解釈できるものとした⁵⁾。

5. 育児相談の進め方

相談にあたっては相談者による対応に差が出ないように、チェックシート活用の注意事項をあらかじめ共有した。それは、母親の体験を引き出しながらチェックシートを用いながら、項目に対する母親の認識を確かめ、気持ちに共感しながら項目を尋ねること、母親が気づいていない育児幸福感に気づかせ、その気持ちを大切に作る働きかけをすること、チェックシートとは別に母親が感じている心配なことや不安なことについて相談にのることであった。

先行研究¹²⁾により育児幸福感を高めるための関わりの項目を取り上げ、育児幸福感を高める働きかけを育児相談時に行った。

相談手順では、相談者は相談を開始する前にチェックシートに回答を求め、母親の回答から、個人プロフィール表の標準値に照らし合わせて、回答がどの段階に位置しているのかについて母親とともに確認する。相談者は母親に各項目の段階について受け止めや感想を確認しながら、そのように感じた理由、その時の様子、考えなど各項目に対する回答の背景にある状況を聞いていく。最後にチェックシートの項目以外の、育児に関する相談事項があれば相談に対応した。

6. 育児相談の効果の評価

実施群には、2回目の訪問が終了した段階で、チェックシートの活用によるよかった点や課題など質問紙調査を行い同封した封筒にて返信を依頼した。

7. 分析方法

あらかじめ属性の実施群，コントロール群間の t 検定， χ^2 検定を行った。さらに，用いた2つの尺度の評価基準の「あてはまらない」，「あまりあてはまらない」，「どちらでもない」，「少しあてはまる」，「あてはまる」の5段階評価に対し，それぞれ1～5点を付与しスコア化してSPSS統計ソフトを用いて，育児幸福感の13項目並びに育児ストレスの16項目に対して，統計学的に分析した。3時点の変化を反復測定による一元配置分析を行った。さらに実施群とコントロール群の3時点の群間比較として独立した t 検定を行った。特に子どもの年齢と子どもとの絆の Pearson の相関係数を求めた。さらに，相談後に求めた質問に対する母親の記述を質的に分析した。分析の視点は相談の評価や感想であった。分類を進めていくうえで，研究者と育児研究の経験のある共同研究者1人により行った。一致しない項目は，議論による検討を深め一致する内容を採用した。

8. 倫理的な配慮

平成23年度（承認番号 #19）の長野県看護大学倫理委員会の審査にて承認を得た後，倫理的配慮のもと行った。協力の同意は調査用紙の回収をもって同意したものと判断した。

IV. 結果

1. 対象者の属性

実施群，コントロール群共に子どもの人数は1人で

ある。就労状況は，実施群では専業主婦が14人であり，核家族が13人，コントロール群では専業主婦が12人であり，核家族が16人であった。2群の属性には相談1回目の子どもの月齢に有意な差がみられたが他の項目にはみられなかった ($p<0.05$) (表1)。

2. 相談前と2回の相談後時点の育児幸福感と育児ストレスの変化

実施群とコントロール群の項目の比較において1回目の子どもの絆が実施群に有意に高く，心身の疲労では実施群が有意に低かった ($p<0.05$)。2回目の，心身の疲労では実施群が有意に低かった。

次に，実施群，コントロール群の継続的な変化において，実施群では，育児幸福感の，夫への感謝が相談前2回目に有意な差がみられ共に上昇していた ($p<0.05$)。育児ストレスでは，心身の疲労が相談前と2回目，1回目と2回目に有意な差がみられ，共に減少していた ($p<0.05$) (表2)。コントロール群では，子どもとの絆の1回目から2回目に有意な差がみられ上昇していた ($p<0.05$)。コントロール群と子どもの月齢と子どもとの絆の相関において有意な差がみられ，年齢が上昇するにつれて子どもとの絆が上昇していた ($p<0.05$) (表3)。他の項目では，有意な差は認められないものの，実施群では育児の喜びや夫への感謝の育児幸福感は上昇傾向にあり，育児不安は2回目に減少傾向にあった。

表1 実施群とコントロール群の母親の属性比較

		n=36 (各群18人)	
実施群	母親の年齢 (歳)		30 ±5
	子どもの月齢 (月) 相談前		3 ±0
	相談1回目		12 ±4
	相談2回目	**	18 ±4
	就労状況	専業主婦	14人
家族形態	核家族	13人	複合家族5人
コントロール群	母親の年齢 (歳)		33 ±5
	子どもの月齢 (月) 相談前頃		3 ±0
	相談1回目頃		9 ±0
	相談2回目頃		18 ±0
	就労状況	専業主婦	12人
家族形態	核家族	16人	複合家族5人

χ^2 検定 ns, 独立したサンプルの t 検定, ** $p<0.01$

表2 チェックシートを用いた継続的な育児相談による心理的効果

尺度名	下位項目	育児相談前 (n=18)	1回目育児相談 (n=18)	2回目育児相談 (n=18)	検定結果
実施群	育児幸福感				
	育児の喜び	24 ±2	24 ±1	24 ±1	ns
	子どもとの絆		16 ±4	18 ±2	ns
	子どもとの絆 1項目	4 ±1	* 5 ±1	5 ±0	ns
実施群	育児ストレス				
	夫への感謝	17 ±2*	19 ±1	20 ±1*	相談前と2回目
	心身の疲労	15 ±6*	*14 ±5	*10 ±4*	相談前と2回目, 1回目と2回目
	育児不安	10 ±5	9 ±3	9 ±4	ns
コントロール群	育児幸福感				
	夫の支援のなさ	7 ±3	8 ±3	7 ±3	ns
	育児の喜び	25 ±1 *	25 ±1 *	24 ±1	ns
	子どもとの絆		13 ±5*	16 ±3*	1回目と2回目
	子どもとの絆 1項目	5 ±1	15 ±1	5 ±1	ns
	夫への感謝	18 ±2	19 ±1	18 ±5	ns
コントロール群	育児ストレス				
	心身の疲労	17 ±6	19 ±6	16 ±6	ns
	育児不安	11 ±4	9 ±4	10 ±4	ns
	夫の支援のなさ	8 ±3	9 ±3	8 ±4	ns

一元配置分散分析 反復測定 多重比較 ボンフェローニ *p<0.05
独立サンプルのt検定 *p<0.05

表3 各群の子どもの月齢と母親の育児幸福感(子どもとの絆)の相関

	子どもの月齢	子どもとの絆
実施群	子どもの月齢	1
	子どもとの絆	0.182
コントロール群	子どもの月齢	1
	子どもとの絆	0.369*

Pearsonの相関係数 *p<0.05

3. チェックシートを用いた相談に対する母親の評価

母親は、話しやすさ、質問に対して話すことで気持ちを確かめられた、相談者の対応への満足、訪問の間隔、質問以外に聞かれたこと、質問以外に相談できた、継続して質問に答えることで自分の気持ちを知ることができた項目が100.0%から93.3%の高い評価を得ていた。しかし他の母親との比較やチェックシートによる相談などは60.0%から33.3%と低かった(表4)。さらに、チェックシートの言葉の言い回しについて、言い回しが答えづらい、似たような言い回しがありあきた、質問項目は少なくてもよい、項目が子どもの成長に合っていないなどがあった(表5)。

自由記述では、カテゴリは【 】、サブカテゴリは< >で示し、コードであるローデータは“ ”に示した。相談の効果(表6)としては、【自分への気づき】、【子どもへの気づき】、【相談に対する満足感】の3つのカテゴリがあった。

【自分への気づき】では、“普段は時間に追われ自分を省みる時間もなくすごしているの、幸せに感じる点や大変と感じる点を言葉で表現されるので自分の気持ちの確認できた気がします”などの<客観的に自分を見つめられた>、“3度のチェックシートで自分の感情に変化があると冷静に受け止めることができた”などの<自分の変化を確認できた>、“回答に対する先生の反応で(会話の中で)改めて気づくことがありとてもよかったです”などの<自分の気持ちに気づけた>、“あまり普段意識してない事柄を改めて点数化し目に見える形で認識することができた点はよかった”の<意識していないことを考えられた>があった。

【子どもへの気づき】では、“改めてわが子に対する自分の気持ちを知ることができたと思う”などの<子どもへの思いを確認できた>、“今の生活で何が問題になっているのか具体的に客観的に理解できました。チェックシートを使うことで漠然とした不安や悩みを持っている方は問題点が自覚できるのでよいのではないかと思います”などの<客観的に子育てを見られた>、“子どもにいつもより愛情を抱くことができました”の<子どもに愛情を注げた>、“子どもの成長も感じる事ができた”の<子どもの成長を確認できた>があった。

【相談に対する満足感】では、“来てくださった先生は話しやすくよく聞いてくださったので嬉しかったです”などの<話しやすく、よく聞いてくれた>、“約1時間半の訪問だったが、共感できる、共有できる方

表4 チェックシートを用いた育児相談に対する感想

n=15

	はい	%	いいえ	%	どちらでもない	%
話しやすかった	14	93.3	0	0	1	6.7
質問項目はわかりやすかった	10	66.7	2	13.3	3	20.0
質問に対して話すことで気持ちを確認できた	15	100.0	0	0	0	0
相談者の対応は満足できた	15	100.0	0	0	0	0
一般的な母親と比較してどうなのかを知ることができてよかった	9	60.0	2	13.3	4	26.7
他の母親と比較後自分のことを考えることができた	9	60.0	2	13.3	4	26.7
半年に1回の訪問はよかった	15	100.0	0	0	0	0
訪問は楽しみだった	11	73.3	0	0	4	26.7
質問項目以外に聞かれたことはよかった	15	100.0	0	0	0	0
質問項目以外に何でも相談できたことはよかった	15	100.0	0	0	0	0
3回継続して質問に答える中で変化している自分の気持ちを知ることができた	14	93.3	0	0	1	6.7
このような訪問があれば受けたい	8	53.3	0	0	7	46.7
一般的な育児相談の場でも今回活用したチェックシートがあればよいと思う	8	53.3	4	26.7	3	20.0
チェックシートがない育児相談がよい	4	26.7	5	33.3	6	40.0

表5 チェックシートによる相談の課題

n=15

カテゴリー	サブカテゴリー	コード	件数
チェックシートの課題	項目が子どもの成長に合っていない	半年、1歳、1歳半でチェックシートの項目にあてはまらない質問があり答えるのにちょっと戸惑ったことがありました / 質問内容が自分にとってはあてはまらないことがあった / あてはまる月齢が限られているな～と思いました / 子どもの成長に合わせた質問内容を変えた方がいいのではと思うことがありました / 月齢で差の出る質問は少なくなりましたほうが自分の変化に気づき易い気がした	5
	言い回しが答えづらい	質問の言い回しが答えづらいものがあつた / 質問の言い回し? 表現が難しいところがあつた / 質問の内容のとらえ方が難しかった / 質問項目が少しわかりにくかつた	4
	質問項目は少なくてもよい	同じ質問でないとして3回の意味がないかもしれないがマンネリしてしまい3回目になるとややあきらめてしまったので少し違った質問があれば…と思いました / 回答するだけでなく先生と話す時間が面白いので質問項目がもう少し少ないとよい	2
実施上の課題	相談者の力量に左右される	気持ちが楽になったと思ってもらうにはチェックする側の力量によって差が出る部分は課題だと思います (どんな相談でもそうだと思います) / 夫に関する質問は「あてはまる」ゆえに夫がそうでなかったときのがっかり感が大きく、それは見えてこない部分なのかなと思いました / うちの家庭は「夫の支援のなさ」が高い方でした。日々正直感じて仕事だから付き合いもありしょうがないのかなと思いますが、改めて認識させられました。時々孤独のようにも感じます。その項目を母としてどう乗り越えたらよいかと思います	3

と話ができそれだけでも楽しい時間が持てた”などの<楽しい時間だった>，“育児で不安だったときに、「大丈夫ですよ」と声をかけていただいたことはとてもうれしく安心できました”などの<安心した>があった。

V. 考 察

1. チェックシートを用いた育児相談による効果

実施群では、相談前と2回の相談後の変化は、有意に夫への感謝は上昇し、心身の疲労は低下していた。また、コントロール群の子どもとの絆が相談1回目か

表6 チェックシートによる相談の効果

			n=15
カテゴリー	サブカテゴリー	コード	件数
自分への気づき	客観的に自分を見つめられた	客観的に自分を見つめることができました / 半年に1回でしたが自分の気持ちをチェックシートで集計することで目に見えた気がしてよかったです / 普段は時間に追われ自分を省みる時間もなくすごしているので。幸せに感じる点や大変と感じる点を言葉で表現されるので自分の気持ちが確認できた気がします / 点数にしてプロフィール表に表すことで視覚的にも自分のことがよくわかりました / 自分の今の状況を時間をとって改めて他の人から聞いてもらうことで客観視することができてよかったです。日頃そんな時間はないので…	4
	自分の変化を確認できた	半年毎で大分子どもの成長と自分も変化があったのでチェックシートで自分の心や体の変化を知ることができてよかったです / 3度のチェックシートで自分の感情に変化があると冷静に受け止めることができた / 毎回同じことについて今の状態がわかりよかったです。自身の変化がグラフを見てわかった / 自分の心の成長がわかった / 旦那と話すことにより自分に余裕ができた、子育てが楽しくできたと思う	4
	自分の気持ちに気づけた	質問されることによって改めて自分の気持ちを確認できた / 自分の気持ちがどうか確認できる場となれてよかった / また回答に対する先生の反応で (会話の中で) 改めて気づくことがありとてもよかったです	2
	意識していないことを考えられた	あまり普段意識していない事柄を改めて点数化し目に見える形で認識することができた点はよかった	1
子育てへの気づき	子どもへの思いを確認できた	また半年毎に3回訪問があったのでその間子どもの成長自分の気持ちを比較できた / 初心にかえることもでき参加してもらえて本当によかったです / 自分の子どもに対する思いを考えることができた / 改めてわが子に対する自分の気持ちを知ることができたと思う	4
	客観的に子育てを見られた	客観的に自分の子育てを見ることができてよかったです / 今の生活で何が問題になっているのか具体的に客観的に理解できました。チェックシートを使うことで漠然とした不安や悩みを持っている方は問題点が自覚できるのでよいのではないかと思います	3
	子どもに愛情を注げた	子どもにいつもより愛情を抱くことができました	1
	子どもの成長を確認できた	子どもの成長も感じる事ができた	1
相談に対する満足感	話しやすく、よく聞いてくれた	一問一答になることで即答することができ、簡潔に自分の気持ちを伝えることができた / だらだら話すのではなくポイントがあつてよかった。来てくださった先生がとても話しやすくよかった / 来てくださった先生は話しやすくよく聞いてくださったので嬉しかったです	3
	楽しい時間だった	そして訪問して来てくださった方が信頼できる人柄であったというのも大きいと思います。本当に楽しい3回の訪問でした / 約1時間半の訪問だったが、共感できる、共有できる方と話ができそれだけでも楽しい時間が持てた / 育児についての悩みなども気楽に相談できてよかったです。今回は半年おきの訪問だったので次に来ってくれる時はこのことを聞こう！とか考えることができてよかったです	3
	安心した	育児で不安だったときに“大丈夫ですよ”と声をかけていただいたことはとてもうれしく安心できました / 育児のことについて第一子で不安が多く慣れない土地での生活だったので自分の気持ちや子どものことを幅広く相談できて心強かったです / 他の誰かに話すことがなかった心のモヤモヤを聞いていただくことができてとても救われました	3

ら2回目頃に有意に上昇していた。コントロール群は、1回目の子どもの月齢が実施群に比べて有意に低く、さらに子どもの月齢が2回目までの間に9か月間

の成長がみられており、実施群では5か月間の成長にとどまっていた。子どもとの絆と子どもの月齢が実施群には関関がなかったが、コントロール群で有意な相

関が認められた。つまり、子どもの成長により子どもとの絆が高まったと考えられた。また、心身の疲労と子どもとの絆は、1回目の時点で実施群とコントロール群に有意な差がみられた。つまり、実施群の母親は子どもとの絆が高く、心身の疲労は低いといえる。実施群の子どもとの絆は1, 2回目とも高い値で推移していた。また、コントロール群に夫への感謝や心身の疲労に有意な変化がみられていないことから、チェックシートを用いた育児相談による育児幸福感を高める効果があったと考えられる。

さらに、母親は、自分への気づき、子育てへの気づき、相談に対する満足感を持っていた。チェックシートを用いて、集計をすることで客観的に自分の子育てを振り返ることができた、2度の（育児相談による）チェックシートで自分の感情に変化があることに気づけた、質問や相談者の反応により自分の気持ちに気づけた、チェックシートによって意識していないことが見える形になったなど、チェックシートを用いて育児相談をすすめることで自分に気づいていた。

加えて、子育てへの気づきもあった。子どもへの思いを確認したり、客観的に子どもたちを見られたり、自分の問題点を把握でき、子どもへの愛情を注げたり、子どもの成長を確認していた。そして、相談に対する満足感があった。話しやすかった、楽しい時間だった、大丈夫ですよと声をかけられてうれしかった、安心した、心強かった、救われた、一問一答による形で気持ちを伝えやすかったなどがみられた。家庭訪問による育児相談の効果として、“子育ての助けが得られた”、“楽な気持ちになれた”、“子育てに肯定的になれた”、“子育ての価値が高まった”などの報告があり、訪問による相談への良い評価が得られていた⁹⁾。このことから、一般的な育児相談の効果に加えて、母親自身の気づきを促すことによる母親が気づけたと感ずることによる満足感があると考えられた。

2. チェックシートを用いた育児相談の課題

チェックシートを用いて継続的に2回の家庭訪問による育児相談を試みた。その結果、いくつかの課題が残された。一つは、チェックシートの言葉の言い回しについてである。言い回しが答えにくい、似たような言い回しがありあきた、質問項目は少なくとも、項目が子どもの成長に合っていないなどである。育児ストレス短縮版尺度と育児幸福感短縮版を用いている関

係上、この文言を変えたり項目を変更することは難しいと考えている。そこで、実際に、相談者が用いる際に、対象に向けて滑らかなものとする、表現上の工夫をする、わかりやすい言葉に置き換えるなどが大切と考える。子どもの月齢に合わない点については、コミュニケーションの可能な月齢の子どもをもつ母親を対象として活用することが注意点と言える。どうしても、乳児期の子どもをもつ母親を対象とする場合は、子どもの発言などに関する“大好きと言ってくれる”などの項目は外すことも可能である。今回は、相談前に1項目のみの解答となっていたことから、子どもとの絆の下位項目の集計はしていない。

さらに、相談者の力量に左右される点である。これは、やはり大きな課題と認識している。同じ用紙を用いて、共通認識を持ちながら育児相談に臨んだとしても、相談に応じる人となりはどうすることもできない。人間性や育児観、コミュニケーション能力などさまざまな要因が関係してくると考える。相談者の研修は欠かせないと考える。母親に対する支援は、相談者自身の経験知、すなわち“投げかけと反応”の感覚を経験の中で培ったことが影響していると考えられており¹⁰⁾、相談者の違いによる本研究による分析を重ねると共に、相談者の研修のプログラムの開発を課題としたい。今後、育児相談を行っている現場での活用を試みながら、さらなる改善点を明らかにして検討していきたい。

VI. 結 論

「母親の心の健康チェックシート」を用いて、6か月毎に2回の家庭訪問による育児幸福感を高める育児相談を行った。相談では、チェックシートの項目に対する質問に加えて、育児幸福感を高める働きかけをした。2回の相談終了後、相談に対する質問紙調査を実施した。結果、子どもとの絆、夫への感謝は上昇し、心身の疲労が低下した。また、母親は自分への気づき、子育てへの気づき、相談に対する満足感があった。また、チェックシートの項目の言い回しや相談者の力量に左右される点などの課題も明らかにされた。

なお、本研究は平成23~27年度の5年間にわたって文部科学省基盤研究Cによって行われたものである。

利益相反に関する開示事項はありません。

文 献

- 1) 吉永陽一郎. 子育ての, そばにいる人はだれ?—育児支援の明日のために. 東京: メディカ出版, 2004.
- 2) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他. 母親の育児幸福感を高めるコースプログラムの実施と評価. 日本助産学会誌 2011; 25: 215-224.
- 3) 清水嘉子, 遠藤俊子, 松原美和, 他. 子育て期をより幸福に過ごすための母親の工夫とその効果. 日本助産学会誌 2007; 21: 17-29.
- 4) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他. 母親の育児幸福感を高めるプログラムの実施と評価. 日本看護科学学会誌 2009; 29: 41-50.
- 5) 清水嘉子. 乳幼児を育児している「母親の心理健康チェックシート」の作成. 母性衛生 2014; 53: 580-587.
- 6) 清水嘉子. 母親の育児幸福感を高めるための取り組みへの発展として. 保健師ジャーナル 2013; 69: 224-230.
- 7) 清水嘉子, 関水しのぶ. 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討—. 子どもの虐待とネグレクト 2010; 12: 261-270.
- 8) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子. 母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発. 日本助産学会誌 2010; 24: 261-270.
- 9) 石川麻衣, 小澤若菜, 時折美希. エンパワーメントを意図した乳児家庭全戸訪問における支援の効果—自由回答式アンケートに記載された利用者の意見の質的分析から. 高知県立大学紀要 (看護学部編) 2012; 61: 13-24.
- 10) 湯川恵利子. 経験豊かな市町村新生児訪問実施者の経験知の検討. 神奈川県立保健福祉大学実践教育センター看護教育研究集録 2008; 33: 233-240.

〔Summary〕

The purpose of this study was to conduct childcare consultations utilizing the Mothers' Psychological Health Checksheet (hereafter, the checksheet) and evaluating the consultations. Participants were 36 mothers with a first child (18 participated in home visits and 18 participated in the questionnaire survey). There were seven child care consultants, each of whom consulted with 2-3 mothers on a continuing basis. At the consultations, efforts were made to heighten child care happiness, and mothers were asked to participate in a questionnaire survey aimed at evaluating the consultations after the second consultation. Results were subjected to statistical analysis and qualitative inductive analysis. Changes in responses to questionnaire items after the consultations, compared to before, included a significant increase in appreciation toward the spouse and a significant decrease in mental and physical fatigue. Moreover, mothers felt satisfied with the consultations and their perceptions of self and child care. Challenges included the influence of the structure and expression of checksheet items, as well as the abilities of the consultants, on mothers.

〔Key words〕

checksheet, child care consultations, childcare happiness