

母親と幼児のふれあいに及ぼす親子体操教室の影響

The effect of a fitness program on the interaction between mothers and kindergarteners.

富田寿人¹⁾, 森恵美子¹⁾, 藤原敬志²⁾, 芹沢佑亮²⁾, 板垣晶行²⁾

Hisato TOMITA, Emiko MORI, Takashi FUJIWARA, Yusuke SERIZAWA and Masayuki ITAGAKI

Abstract: Purpose: To investigate the change of interaction between mothers and kindergarteners by using a fitness program designed for parents and children. Methods: 18 kindergarteners and their mothers participated in a fitness program for parents and children. The fitness program was carried out over 10 weeks, once a week for 60 minutes per session. On pre and post-fitness programs, a survey was designed to ascertain how mothers interacted with their children (methods and time) and how each mother's consciousness towards her child changed. Conclusions: Due to the fitness program, importantly, mothers' consciousness with their children was able to be raised during that time and mothers' behavior was also affected.

1.はじめに

近年、我が国の家庭や家族のあり方が大きく変わったという認識はほぼ共通になっている。いわゆる専業主婦は少なくなり、家事や育児を専門に扱う機関や業者に委託するという外部化が進み、結果として家族内でのコミュニケーションは少なくなっている。そして、このような家庭の変化は、これからもいっそう進むというのが大方の見方だ。日本女子社会教育会¹⁾の資料によると、アメリカと日本を比較してみると、日本では親と子が一緒に行動することが少ないと報告している。アメリカでは、家で一緒にテレビをみたり音楽を聴いたり、あるいは一緒に買い物に出かけたりといったことはほとんどの家庭でやっているようだが、日本では二世帯に一つほどで、日本の家庭では一緒に家事をしたり、外を散歩したり、公園で遊んだりということはあまりないのが現状である。

このような現象の原因として、女性の就業率が向上していることが挙げられる。1985年に男女雇用機会均等法、1991年に育児休業法が制定され、女性の職場進出が進んでいる。女性の未婚化が進んだことや子どものいない既婚者世帯が増えたことから労働力率は大きく上昇した。また、子育てとの両立が容易になるよう保育施設の充実や短時間就業ができるような制度が確立してきた。斎藤²⁾によると、1987年で専業主婦を予定している女性が23.9%だったのに対し、2005年には11.7%と12.2%減少している。それに対し、出産後は子育てと家事を両立させる事を予定していた女性は、1987年の時点で15.3%だったのに対し、2005年には20.9%と上昇している。

また、厚生労働省³⁾によると、平成18年度から全国12都市にマザーズハローワークを、平成19年度からマザーズハローワーク未設置県の主要なハローワークにマザーズサロンを設置し、子育てをしながら就職を希望する女性に対して、子供連れで来所しやすい環境を設備すると共に、求人情報や地方公共団体等との連携による子育て情報などの提供など、再就職に向けた総合的かつ一貫した支援を行っている。平成20年度においては、地方の中核的な都市のハローワークにマザーズコーナーを設置して同様のサービスを展開すると共に、出張相談・出張セミナーを実施し、子育てをしながら就職を希望する女性に対する就職支援の充実を図っている。

一方、このような職を持っている母親の悩みでは、「子供と過ごす時間が十分につくれない」が上位に入っている⁴⁾。この結果からも、母親が子供とふれあう時間が年々減る傾向にあることが推察される。家庭における人間関係は、子供の心の成長に極めて大きな影響を与える。現代の日本は経済的豊かさを手に入れたが、それに伴う社会の大きな変化の中で、親子の生活サイクルにズレが生じ、親子のふれあいの時間の減少をまねいているものと思われる。

また、子供との遊ぶ時間の低下は、子供の体力の低下にも少なからず影響しているものと思われる。文部科学省が行っている体力・運動能力調査⁵⁾によると、子供の体力・運動能力は、昭和60年ごろから現在まで低下傾向が続いていると報告されている。子供の体力が低下している原因は、子供を取り巻く環境が変化しているからだと言われている。保護者をはじめとする国民の意識の中で、外遊びやスポーツの重要性を学力の状況と比べ、軽視する傾向が進んだことにあり、また、生活様式の変化により、日常生活における身体を動かす機会の減少が原因として挙げられている。さらに、子供の運動不足の直接的な原因

2010年3月11日受理

1) 総合情報学部人間情報デザイン学科

2) NPO 法人掛川市体育協会

としては、室外遊びから室内遊びへ、体を動かす遊びからテレビゲームなどへの遊びの変化、空き地などの手軽な遊び場の減少、少子化などによる仲間の減少である。

斎藤²⁾によると、5歳半の子供の半数は休日にコンピューターゲームをしている。また、1日にテレビやDVDを観る時間は3時間以上が3割を超え、テレビゲームやパソコンをする時間は1時間以上が半数を超えている。このように子どもの遊びは、室内でテレビやDVDをみたり、テレビゲームやパソコンで遊ぶ事が多くなってきた。鈴木ら⁹⁾の研究で袋井市内の園児を対象に行ったアンケート調査によると、習い事をしている園児は2人に1人と高い傾向にあることを報告しており、その内容は、1位水泳、2位英会話などの語学、3位音楽となっている。習い事をしている時間帯については幼稚園や保育園が終わった後や、休日の昼間などに通っており、家族とのふれあう時間が少なくなっている原因の1つと考えられる。

子供の体力だけでなく、母親の体力にも変化が見られている。富田⁷⁾によると、近年、女性はやせている人の割合も増えており、50歳未満の女性では肥満とやせの二極化が進んでいる。このような形態の特徴をもつ中高年者の体力は、昭和58年頃までは増加傾向にあったものの、その後は30代から40代で低下する傾向にあることを報告している。

そこで、本研究では、母親への依存度が高い幼児（年長児）とその母親を対象に、親子のふれあい体操教室を開催し、その教室前後で親子のふれあいにどのような変化がおこるのかを調査しようと考えた。普段ふれあう時間が少なくなってきた現代の親子にふれあいの時間を設けることで、親子の理解を深め、そして子供は母といっしょに体を動かすことの面白さを感じることができるのではないかとと思われる。

2.目的

本研究の目的は、掛川市内にある桜木こども園の年長組の園児とその母親を対象に、掛川総合スポーツクラブの親子ふれあい教室に参加してもらい、教室前後での親子のふれあいの時間や質の変化を解明することであった。

3.対象

対象者は掛川こども園に所属する園児（年長クラス）とその母親であった（男児11人、女児7人とその母親18組の計36人）。園児の被験者の平均年齢は男児5.6±0.5歳、女児5.4±0.5歳、平均身長は男児112.6±5cm、女児112.1±5cm、平均体重は男児18.1±3.3kg、女児18.0±3.1kgであった。母親の被験者の平均年齢は34.4±3.1歳、平均身長は159.0±4.29cm、平均体重は53.3±5kgであった。

4.方法

(1) 前提条件（親子ふれあい教室の内容）

被験者には、掛川総合スポーツクラブにて10月上旬から11月の下旬にかけて行われた親子で参加するふれあい教室プログラム（週1回の計8回）に参加してもらった。さんりーなのアリーナにて行われた教室は、ふれあいエクササイズ（4回）、音

に合わせたエアロビ（2回）、トランポリン（2回）の3種目（計8回）であった。

(2) 技法と設問事項（アンケート方法と内容）

アンケートの目的は、母親を対象に、子供との普段の生活とふれあい度についての調査をすることであった。アンケートは教室プログラムの前後の測定時に渡し、選択式のアンケートに回答してもらうことによって、教室による親子のふれあいの変化を比較した。実際のアンケートを資料として添付する。そのアンケートの内容について、簡単に説明する。

1) 教室前の質問事項

- 1-1, 1-2: 今回プログラムに参加した子供を基準とした家族構成と、兄弟の有無について。
- 1-3 : 被験者（母親）が現在働いているかどうか、また働いている場合、ご主人との共働きなのか。
- 2-1, 2-2: どんなどきにどのようなスキンシップ取っているか。
- 2-3 : 1日にどのくらい子供と話をしているか。
- 2-4, 2-5, 2-6 : 食事や入浴、就寝をどれだけ子供と一緒にしているか。一緒にいると答えた母親には週にどのくらい行動を共にしているか、一緒に行っていないと答えた母親には、子供は誰と一緒に行動を共にしているか。
- 2-7 : 子供と外で一緒に遊んでいるかどうか。また一緒に遊んでいない場合は誰と一緒に遊んでいるのかを尋ねた。
- 2-8 : 子供のよく遊ぶ友人の数について。
- 2-9, 2-10, 2-11 : 子供とのふれあいについて、1日にどのくらいふれあっているのか、今現在満足しているのか、ふれあうことで一番大事だと思っていることについて。

2) 教室後の質問項目

- 1-1 : 今回のプログラムの参加日数について。
- 1-2, 1-3 : プログラム以外の時間でもプログラムについて話をしたり、プログラムで行った運動などをしたかどうか。
- 1-4 : プログラムについての感想。
- 2-1, 2-2, 2-3, 2-4 : プログラム前と比べた、子供との食事や入浴、就寝、遊ぶ時間の変化について。増えたと答えた母親にはどのくらい増えたのか、減ったと答えた母親には、どのくらい減ったのか。
- 2-5 : プログラム前と比べた、子供と話をする時間の変化について。
- 2-6 : プログラム前と比べた、子供とふれあう時間の変化について。増えたと答えた母親にはどのくらい増えたのか、減ったと答えた母親には、どのくらい減ったのか。
- 2-7, 2-8 : 子供とのふれあいについて、今現在満足している

のか、ふれあうことで一番大事だと思っている事

3-1 : プログラムに参加したことによる、子供の遊びの内容の変化について。変わったと答えた母親には子供の遊びがどのように変わったのか。

3-2, 3-3 : プログラムに参加したことによる、子供がよく遊ぶ友人の数や人の変化について。

5.回収と集計

アンケートの回収数は教室前が 18、教室後が 16 であった。それぞれのアンケートについては、項目ごとに回答数と回答率を求めた。

6.結果

18組の親子を対象に実験を開始したが、体調などを理由に後値測定を欠席した人が出たため、教室前は 18 人、教室後は 16 人の母親のアンケート結果を回収した。人数の変動があったが、このまま集計処理をすることとした。

(1) 教室前アンケートの結果

教室前のアンケートの結果と回答率を表 1~3 に示した。

1) 家族構成と母親の仕事の有無について

問 1-1 では子供が何人いるのかを尋ねた。「1人」が 18 人中 5 人 (28%)、「2人」が 8 人 (44%)、「3人」が 5 人 (28%) という結果で、兄弟がいる家庭が意外に多い結果となった。

問 1-2 では、教室に参加している子供を中心とした家族構成を尋ねた。「祖父がいる」が 18 人中 2 人 (11%)、「祖母がいる」が 1 人 (6%) と低い値となった。また、「兄がいる」が 6 人 (33%)、「姉がいる」が 1 人 (6%)、「弟がいる」が 6 人 (33%)、「妹がいる」が 2 人 (11%) だった。兄弟姉妹がいる子が、18 人中 13 人 (72%) と高い値を示すのに対し、祖父母がいる子は 18 人中 2 人 (11%) とかなり低い値を示した。兄弟姉妹の内訳を尋ねたところ、「兄が 2 人いる」が 13 人中 2 人 (11%)、「兄が 1 人いる」が 4 人 (22%)、「姉が 1 人いる」が 1 人 (6%)、「弟が 1 人いる」が 6 人 (33%)、「妹が 2 人いる」が 1 人 (6%)、「妹が 1 人いる」が 1 人 (6%) であった。

問 1-3 では母親が現在働いているかどうかを尋ねた。「働いている」と答えた母親が 18 人中 4 人 (22%)、「働いていない」と答えた母親が 16 人 (78%) であり、働いていない母親が大半を占めた。「働いていない」と答えた母親のうち 1 人が、「定期的ではないが、年に 5 日ほど仕事をしている」と答えていた。また、子供が 1 人しかいないと答えた母親の 5 人中 3 人が「働いている」と回答していた。「働いている」と答えた母親に、週に何日働いているのかを尋ねたところ、「週に 3 日働いている」、「週に 4 日働いている」、「週に 5~6 日働いている」、「不定期に働いている」と答えた母親がそれぞれ 1 人ずつ (25%) であった。働いている時間帯は、「午前中のみ」が 4 人中 2 人 (50%)、「その他」が 2 人 (50%) で、「その他」を選択した母親の回答は、「10~13 時」と「15~18 時」に働いているというものだった。ご主人と共働きかどうかを尋ねたところ、「共働きだ」と答えた母親が 4 人中 3 人 (75%)、「共働きではない」と答えた母親が 1 人 (25%) であった。

表 1. 家庭の様子

1-1 子どもの数		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
1人	5	28
2人	8	44
3人	5	28

1-2 一緒に暮らしている家族		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
祖父	2	11
祖母	1	6
父	18	100
母	18	100
兄	6	33
姉	1	6
弟	6	33
妹	2	11
その他	0	0
兄2人	2	11
兄1人	4	22
姉1人	1	6
弟1人	6	33
妹2人	1	6
妹1人	1	6

1-3 現在働いているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
はい	4	22
いいえ	14	78
1-3-1 何日働いているか		
週3日	1	25
週4日	1	25
週5~6	1	25
不定期	1	25
1-3-2 働いている時間帯		
午前中	2	50
午後	0	0
1日	0	0
その他	2	50
1-3-3 共働きか		
はい	3	75
いいえ	1	25

2) 子供との普段の関わりについて

問 2-1 では、どんな時に子供とふれあっているのかを尋ねた (複数回答可)。「食事中」が 18 人中 13 人 (72%)、「入浴中」が 12 人 (67%)、「就寝前」が 14 人 (78%)、「時間が空いているとき」が 18 人 (100%)、「その他」が 2 人 (11%) であった。その他を選択した母親の回答は、「料理をしているとき」と「遊ぶとき」というものであった。

問 2-2 では、子供とどんなスキンシップを取っているのかを尋ねた (複数回答可)。「手を繋ぐ」が 18 人中 15 人 (83%)、「話しているときに体の一部を触る」が 11 人 (61%)、「抱きしめる」が 16 人 (89%)、「一緒に寝る」が 16 人 (89%)、「一緒に遊ぶ」が 12 人 (67%)、「ホッペなどにキスをする」が 16 人 (67%)、「⑦その他」が 2 人 (11%) であった。「その他」を選択した母親の回答は、「くすぐりあう」と「ひざの上に座らせて本やテレビ、話をする」というものであった。スキンシップを取ること

はほとんどの母親が行っており、その他以外の全選択肢の回答率が60%以上という高い結果となった。

問2-3では子供と一緒に食事をとっているかを尋ねた。「一緒に食事を取っている」が18人中17人(94%)、「一緒に食事を取っていない」が1人(6%)と、「一緒に食事を取っている」と答えた母親がほとんどであった。「一緒に食事を取っている」と答えた母親に、いつの食事を一緒にとっているかを尋ねた(複数回答可)ところ、「朝食」が17人中15人(88%)、「夕食」が17人(100%)、「その他」が6人(35%)であった。「その他」を選択した母親は全員、「休日のお昼も一緒」と回答していた。また、週にどのくらい一緒に食事を取っているのかを尋ねたところ、「毎日」が17人中17人(100%)であった。「一緒に食事を取っていない」と答えた母親に、子供は誰と食事を取ることが多いのかを尋ねた(複数回答可)ところ、「父」と「兄弟姉妹」と回答した。

問2-4では一日にどのくらい子供と話を聞き聞かせをしているのかを尋ねた。「30分未満」が18人中7人(39%)、「30分～60分未満」が3人(17%)、「60分～90分未満」が8人(44%)であった。

問2-5では子供と一緒に入浴をしているかを尋ねた。「一緒に入浴している」が18人中16人(89%)、「一緒に入浴していない」が2人(11%)であった。「一緒に入浴している」と答えた母親に、週にどのくらい一緒に入浴しているかを尋ねたところ、「毎日」が16人中7人(44%)、「週5～6日」が6人(38%)、「週3～4日」が3人(19%)だった。また、「一緒に入浴していない」と答えた母親に、子供は誰と一緒に入浴することが多いかを尋ねた(複数回答可)ところ、「父」が2人中2人(100%)、「兄弟姉妹」が1人(50%)であった。

表2. 親子のふれあいの様子

2-1 どんな時にふれあっているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
食事中	13	72
入浴中	12	67
就寝前	14	78
時間が空いているとき	18	100
その他	2	11

2-2 どんなスキンシップをとっているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
手をつなぐ	15	83
話しているときに体の一部に触る	11	61
抱きしめる	16	89
一緒に寝る	16	89
一緒に遊ぶ	12	67
ほっぺなどにキスをする	12	67
その他	2	11

2-3 一緒に食事をとっているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
はい	17	94
いいえ	1	6

2-3-1 一つの食事を一緒にとっているか(「はい」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
朝食	15	88
昼食	0	0
夕食	17	100
その他	3	18

2-3-2 週に何日一緒に食事をとっているか(「はい」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
毎日	17	100
週5～6	0	0
週3～4	0	0
週1～2	0	0

2-3-3 誰と一緒に食事をとっているか(「いいえ」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
父	1	100
祖父母	0	0
兄弟姉妹	1	100
一人	0	0
その他	0	0

2-4 一日にどのくらい話や読み聞かせをしているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
ほとんどなし	0	0
30分未満	7	39
30分～60分未満	3	17
60分～90分未満	8	44
90分以上	0	0

2-5 一緒に入浴しているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
はい	16	89
いいえ	2	11

2-5-1 週に何日一緒に入浴しているか(「はい」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
毎日	7	44
週5～6	6	38
週3～4	3	19
週1～2	0	0

2-5-2 誰と一緒に入浴することが多いか(「いいえ」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
父	2	100
祖父母	0	0
兄弟姉妹	1	50
一人	0	0
その他	0	0

2-6 一緒に寝ているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
はい	17	94
いいえ	1	6

2-6-1 週に何日一緒に寝ているか(「はい」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
毎日	13	76
週5～6	3	18
週3～4	1	6
週1～2	0	0

2-6-2 誰と一緒に寝ることが多いか(「いいえ」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
父	0	0
祖父母	0	0
兄弟姉妹	1	100
一人	0	0
その他	0	0

2-7 一緒に外で遊んでいるか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
はい	12	67
いいえ	6	33
2-7-1 週に何日外で一緒に遊んでいるか(「はい」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
毎日	0	0
週5~6	2	17
週3~4	7	58
週1~2	3	25
2-7-2 誰と一緒に遊ぶことが多いか(「いいえ」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
父	1	17
祖父母	0	0
兄弟姉妹	6	100
一人	0	0
友人	4	67
その他	0	0

問 2-6 では子供と一緒に寝ているかを尋ねた「一緒に寝ている」が18人中17人(94%)、「一緒に寝ていない」が1人(6%)であった。「一緒に寝ている」と答えた母親に、週にどのくらい一緒に寝ているかを尋ねたところ、「毎日」が17人中13人(76%)、「週5~6日」が3人(18%)、「週3~4日」が1人(6%)だった。また、「一緒に寝ていない」と答えた母親に、子供は誰と一緒に入浴することが多いかを尋ねた(複数回答可)ところ、「兄弟姉妹」と回答した。

問 2-7 では子供と一緒に外で遊んでいるかを尋ねた。「一緒に遊んでいる」が18人中12人(67%)、「一緒に遊んでいない」が6人(33%)であり、全体の1/3の母親が子供とは一緒に遊んでいないと答えた。「一緒に遊んでいる」と答えた母親に、週にどのくらい一緒に遊んでいるかを尋ねたところ、「週5~6日」が12人中2人(17%)、「週3~4日」が7人(58%)、「週1~2日」が3人(25%)と、週の約半分は子供と遊んでいる母親が多かった。また、「一緒に遊んでいない」と答えた母親に、子供は誰と一緒に遊ぶことが多いかを尋ねたところ、「父」が6人中1人(17%)、「兄弟姉妹」が6人(100%)、「友人」が4人(67%)であった。

表3. ふれあいにに関する評価

2-8 よく遊ぶ友人の数		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
1人	1	6
2人	4	22
3人	7	39
4人	2	11
5人	4	22
6人	1	6
7人	0	0
8人	0	0
9人	0	0
10人	1	6
11人	0	0
12人	0	0
13人	0	0
14人	0	0
15人	1	6

2-9 1日にふれあう平均時間		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
ほとんどなし	0	0
30分未満	2	11
30分~60分未満	2	11
60分~90分未満	3	17
90分以上	11	61

2-10 ふれあう時間が足りているかどうか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
十分足りている	2	11
足りている	10	56
あまり足りてない	5	28
足りていない	1	6

2-11 ふれあいで一番大事だと思うこと		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
よく会話すること	10	56
スキンシップをとること	11	61
体を使って一緒に遊ぶこと	3	17
行動を共にすること	1	6
その他	2	11

問 2-8 では子供の良く遊ぶ友人の数を尋ねた。「1人」が18人中6人(6%)、「2人」が4人(22%)、「3人」が7人(39%)、「4人」が2人(11%)、「5人」が4人(22%)、「6人」が1人(6%)、「10人」が1人(6%)、「15人」が1人(6%)であり、ほとんどの母親が1~5人と答えていた。

問 2-9 では子供とふれあう時間は1日平均どのくらいかを尋ねた。「30分未満」が18人中2人(11%)、「30分~60分未満」が2人(11%)、「60分~90分未満」が3人(17%)、「90分以上」が11人(61%)であった。

問 2-10 では子供とふれあう時間の満足度を尋ねた。「十分足りている」が18人中2人(11%)、「足りている」が10人(56%)、「あまり足りていない」が5人(28%)、「足りていない」が1人(6%)であった。「十分足りている」「足りている」と答えた母親は全部で18人中12人(67%)、「あまり足りていない」「足りていない」と答えた母親は全部で6人(33%)であり、2/3の母親が現状に満足している結果となった。

問 2-11 では子供とのふれあいで大事だと思う事を尋ねた(複数回答可)。「よく会話をしたり話しかけたりすること」が18人中10人(56%)、「スキンシップを取ること」が11人(61%)、「体を使って一緒に遊ぶこと」が3人(17%)、「一緒に入浴したり食事を取ったりと行動を共にすること」が1人(6%)、「その他」が2人(11%)だった。「その他」を選択した母親の回答は、「話をちゃんと聞いてあげること」と「褒めること」であった。

(2) 教室後アンケートの結果

教室後のアンケートの結果と回答率を表4~6に示した。

1) 今回参加したプログラムについて

問 1-1 ではプログラムの参加回数を尋ねた。「7~8回」が16人中14人(88%)、「5~6回」が2人(12%)であり、出席率は高かった。

問 1-2 ではプログラムに関する話を子供としたかを尋ねた。「たくさん話した」が 16 人中 3 人 (19%)、「少し話した」が 13 人 (81%) であった。

問 1-3 ではプログラムで行った運動や遊びを家でもしたかを尋ねた。「たくさんした」が 16 人中 1 人 (6%)、「少しした」が 10 人 (63%)、「ほとんどしていない」が 5 人 (31%) であった。

問 1-4 ではプログラムに参加した感想を尋ねた。「とてもよかった」が 16 人中 9 人 (56%)、「まあまあよかった」が 7 人 (44%) であり、母親全員が「とてもよかった」「まあまあよかった」と答えた。また、どんなところがよかったかを尋ねた結果を以下に示す。

- ・男の子のせいもあり普段会話が少ないが、ふれあい教室の後、お話が多くなった
- ・親子でのスキンシップの時間になった。自宅で遊ぶ参考になった
- ・子供が楽しく取り組めて、親はほどよく動けたところ
- ・体を動かすのがとても気持ちよく、楽しかった。
- ・親子での遊びや、逆上がりやボール投げのコツになる遊びなどを教えてもらい参考になった
- ・いろいろなことが出来た
- ・なかなか一緒にふれあう機会が無かったため、ふれあえたところがよかった
- ・子供が喜んで参加してくれた
- ・遊びながら体の使い方や鍛え方が分かった
- ・自分の子供の体について、良いことも悪いことも知る機会となった
- ・子供の相手をしながら自分の運動をする方法が分かった
- ・普段体を動かさないので、運動ができてよかった
- ・体を動かすことの心地よさを親子で感じられた
- ・子供がとても楽しみにしていた
- ・親子でできたこと
- ・普段運動しないので、親子で運動できてよかった

表 4. 教室への参加状況

1-1 教室の参加日数		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
7~8回	14	88
5~6回	2	13
3~4回	0	0
1~2回	0	0

1-2 教室に関する話をしたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
たくさん話した	3	19
少し話した	13	81
ほとんど話していない	0	0
まったく話していない	0	0

1-3 教室で行った運動や遊びを家でもしたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
たくさんした	1	6
少しした	10	63
ほとんどしていない	5	31
まったくしていない	0	0

1-4 教室に参加した感想		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
とてもよかった	9	56
まあまあよかった	7	44
あまりよくなかった	0	0
よくなかった	0	0

2) プログラムに参加したことによる子供とのかかわりの変化について

問 2-1 では子供と一緒に食事をする時間の変化について尋ねた。「変わらない」が 16 人中 16 人 (100%) であった。

問 2-2 では子供と一緒に入浴する時間の変化について尋ねた。「増えた」が 16 人中 1 人 (6%)、「変わらない」が 15 人 (94%) であった。また、「増えた」と回答した母親にどのように変わったか

表 5. 教室の生活およびふれあいへの効果

2-1 一緒に食事をする時間が増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	0	0
変わらない	16	100
減った	0	0

2-2 一緒に入浴する時間は増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	1	6
変わらない	15	94
減った	0	0

2-2-1 教室前と比べてどう増えたか(「増えた」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
一緒に入浴する日数が増えた	1	100
一緒に入浴している時間が長くなった	0	0
その他	0	0

2-3 一緒に寝る時間が増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	1	6
変わらない	15	94
減った	0	0

2-3-1 教室前と比べてどう増えたか(「増えた」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
一緒に寝る日数が増えた	0	0
一緒に寝るようになるようになった	0	0
その他	1	100

2-4 一緒に遊ぶ時間が増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	8	50
変わらない	8	50
減った	0	0

2-4-1 教室前と比べてどう増えたか(「増えた」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
一緒に遊ぶ日数が増えた	2	25
一緒に遊ぶ時間が長くなった	7	88
その他	1	13

2-5 話をする時間が増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
ずいぶん増えた	1	6
少し増えた	9	56
変わらない	6	38
少し減った	0	0
ずいぶん減った	0	0

2-6 教室前と比べてふれあう時間が増えたか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	6	38
変わらない	10	63
減った	0	0
2-6-1 教室前と比べてどのくらい増えたか(「増えた」の人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
30分未満	2	33
30分～60分未満	3	50
60分～90分未満	1	17
90分以上	0	0

2-7 ふれあう時間がたりているか		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
十分足りている	4	25
足りている	7	44
あまり足りていない	5	31
足りていない	0	0

2-8 ふれあいで一番大事だと思うこと		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
よく会話したり話しかけたりすること	14	88
スキンシップをとること	13	81
体を使って一緒に遊ぶこと	11	69
行動を共にすること	10	63
その他	1	6

たのかを尋ねた(複数回答可)ところ、「一緒に入浴する日数が増えた」と答えた。

問2-3では子供と一緒に寝る時間が変化したかを尋ねた。「増えた」が16人中1人(6%)、「変わらない」が15人(94%)であった。また、「増えた」と回答した母親にどのように変わったのかを尋ねた(複数回答可)ところ、「一緒に昼寝をするようになった」と答えた。

問2-4では子供と一緒に遊ぶ時間の変化について尋ねた。「増えた」が16人中8人(50%)、「変わらない」が8人(50%)であった。また、「増えた」と答えた母親にどのように変わったのかを尋ねた(複数回答可)ところ、「一緒に遊ぶ時間が増えた」が8人中2人(25%)、「一緒に遊ぶ時間が長くなった」が7人(88%)、「その他」が1人(13%)と、遊ぶ時間が長くなった親子が多かった。「その他」を選択した母親の回答は、「ダンス系が苦手なので教えていただいたリズムの動きとか、今までやらないことを増やした」であった。

問2-5ではプログラム前と比べた子供と話をする時間の変化について尋ねた。「ずいぶん増えた」が16人中1人(6%)、「少し増えた」が9人(56%)、「変わらない」が6人(38%)であった。「ずいぶん増えた」と「少し増えた」と答えた母親は16人中10人と、多くの母親が増えたと答えたのに比べて、「少し減った」「ずいぶん減った」と答えた母親は一人もいなかった。

問2-6ではプログラム前と比べた子供とのふれあう時間の変化について尋ねた。「増えた」が16人中6人(38%)、「変わらない」が10人(62%)であった。また、「増えた」と答えた母親にどのくらい増えたかを尋ねたところ、「30分未満」が6人中2人(33%)、「30分～60分未満」が3人(50%)、「60分～90分未満」が1人(17%)であった。

問2-7では子供とふれあう時間が足りているかどうかを尋ねた。「十分足りている」が16人中4人(25%)、「足りている」

が7人(44%)、「あまり足りていない」が5人(31%)であった。「十分足りている」「足りている」と答えた母親は16人中11人(69%)であり、教室前と比べて2%増えた。

問2-8では子供とのふれあいで大事だと思う事を尋ねた(複数回答可)。「よく会話したり話しかけたりすること」が16人中14人(88%)、「スキンシップをとること」が13人(81%)、「体を

表6. 教室の遊びへの影響

3-1 遊びの内容の変化		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
変わった	6	38
変わらない	10	63
3-1-1 どのように変わったか(「変わった」人のみ)		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
教室で行った運動や遊びをするようになった	5	83
家の中で遊ぶ時間が増えた	0	0
外で遊ぶ時間が増えた	0	0
兄弟や親と遊ぶ時間が増えた	1	17
友人と遊ぶ時間が増えた	0	0
その他	2	33

3-2 遊ぶ友人の数の変化		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
増えた	5	31
変わらない	11	69
減った	0	0

3-3 友人の変化		
選択肢	回答数(人)	回答率(%)
変わった	1	6
変わらない	15	94

使って一緒に遊ぶこと」が11人(69%)、「一緒に入浴したり食事を取ったりと行動を共にすること」が10人(63%)、「その他」が1人(6%)であった。「その他」を選択した母親の回答は、「絵本を読むこと. 笑顔でいること. 怒るときは真剣に」であった。

「体を使って一緒に遊ぶこと」に関しては、教室前が回答率17%だったのに対し、教室後は69%になり、「一緒に入浴したり食事を取ったりと行動を共にすること」は6%から63%と非常に増えた。また他の回答も見てみると、「よく会話したり話しかけたりすること」と答えた母親は56%から88%、「スキンシップをとること」は61%から81%と、どの選択肢も回答率が上がっていた。

3) プログラムに参加したことによる子供の遊びの変化について

問3-1では子供の遊びの内容の変化を尋ねた。「変わった」が16人中6人(38%)、「変わらない」が10人(63%)であった。「変わった」と答えた母親にどのように変わったのかを尋ねた(複数回答可)ところ、「プログラムで行った遊びをするようになった」が6人中5人(83%)、「兄弟や親と遊ぶ時間が多くなった」が1人(17%)、「その他」が2人(33%)であった。また、「その他」を選択した母親の回答は、「父とのふれあいも多くなった」と「父親に捕まっておもちゃまで歩く、という遊びをやるようになり、弟も真似たりして、力が付いた」であった。

問3-2では子供の遊ぶ友人の人数の変化について尋ねた。「増

えた」が16人中5人(31%)、「変わらない」が11人(69%)であった。

問3-3では子供の良く遊ぶ友人の変化について尋ねた。「変わった」が16人中1人(6%)、「変わらない」が15人(94%)であった。

7. 考察

教室前のアンケート結果に注目すると、「子供とふれあう時間が足りていない」と答えた母親は18人中6人と、1/3の母親が足りていないと答えている。このような親子のふれあいの低下の原因の一つとして、母親の就業率の向上があげられる⁹⁾。マザーズハローワークの設置や、短時間就業と取り入る会社が増えたことにより、母親は子育てをしながら就職活動を行うことが容易になり、結婚・出産をしても仕事を辞めずに働いている母親が多いことが予測される。つまり、母親が働いているので子供との時間が十分に取れないという状態が生じているのではないだろうか。そこで、本研究における「現在働いているか」という質問項目を見ると、「働いている」と答えた母親は18人中4人と、意外に少ない結果となった。しかし、この4人の内3人の母親が、子供は1人だと答えている。また、「定期的な仕事はしていないが、忙しいときにたまに手伝いに行くバイトをしている」と答えた母親が1人おり、この母親もまた、子供は1人だと答えている。子供は1人だと答えた母親は、本研究では5人おり、その内4人は常勤ではないが、なんらかの仕事をしているということになる。このことから、子供が1人しかいない母親は、子供が複数人いる母親よりも、育児と仕事を両立させやすいのではないかと考える。また、祖父母がいる家庭では子供を祖父母に預け、仕事に行く母親が多いとも考えられる。しかし、本研究の被験者の18組中16組は核家族であり、祖父母がいるから仕事をしているとは考えにくい。つまり、子供が1人だと母親は仕事をするができるが、子供との時間が作れなくなる。また、子供が2人以上いる場合は、子供1人に費やす時間が必然的に減っていく。このため、親子がふれあう時間が減少し、「子供とふれあう時間が足りていない」と答えている母親が1/3もいたのではないかと考える。

教室前後のアンケート結果を見てみると、子供とふれあう時間が「あまり足りていない」「足りていない」と答えた母親の人数は、教室前が6人、教室後は5人と、1人減ってはいるもののあまり変化は見られなかった。しかし、「足りていない」と答えた母親が教室前に1人いたのに対し、教室後は0人になり、「十分足りている」と答えた母親は教室前後で2人から4人へ増加していた。このような変化は、教室に参加したことによって、子供とふれあう機会が家庭内で増えたことによる影響だと思われる。

ふれあいの内容に関して見てみると、「ふれあう時間が増えた」と答えた母親が38%おり、その数は半数に満たなかったが、「話をする時間が増えた」と答えた母親は61%と高かった。この結果から、トータルとしてふれあう時間の長さは大きく変化していないが、母親が家事などを行っているときに子供と話す

など、様々な場面で話をする機会や時間が増えたのではないのかと予測する。また、ふれあい教室の話など、共通の話題が増えたこともその大きな要因といえよう。

教室前に「外で一緒に遊んでいるか」という質問に「いいえ」と答えた母親が18人6人いたが、いずれも子供が2人以上(被験者の子供に兄弟姉妹がいる)の家庭であった。その中で、被験者の子供に兄がいると答えた母親が6人中5人おり、子供が3人以上(被験者の子供に兄弟姉妹が2人以上)いると答えた母親が4人いた。つまり、兄弟姉妹が多いと子供だけで外で遊ぶことが多くなり、母親と一緒に子供と遊ぶことが少なくなっているのではないだろうか。また、兄がいる家庭が多いことから、子供たちだけで遊んでいても遊びの質はより高いものになっており、運動量が豊富になっていると思われる。

子供と会話したり読み聞かせをすることだけでなく、遊んだり運動することは、より大切なふれあいの1つである。「ふれあう時間が足りているか」という質問に「足りていない」と答えた母親5人のうち3人が「一緒に外で遊んでいない」と答えている。教室後に「一緒に遊ぶ時間が増えた」と答えた母親は16人中8人であった。その8人中7人が「1回に遊ぶ時間が長くなった」と答えていた。さらに、8人中7人が「話をする時間が増えた」と答えており、「教室前と比べてふれあう時間が増えた」と答えた母親6人全員が、「一緒に遊ぶ時間が増えた」と答えた8人の中に含まれていた。つまり、ふれあい教室に参加したことで、話す時間や一緒に遊ぶ時間が増加し、親子のふれあう時間が増加したという実感につながったものと考えられる。子供とのふれあいの中で、一緒に遊ぶことそして運動することによる肉体的なふれあいは、子供の情緒安定のために役立つといわれている。また、親子で一緒に遊び、ふれあうことは、とても大切な愛情表現にもなる¹⁰⁾。

一方で、2/3の母親はふれあいの時間が増大したとは実感していない結果となったが、母親の子供とのふれあいについての考えに変化が生じていたと思われる。それは、「ふれあいで一番大事だと思うこと」という質問の結果を比べてみると、「体を使って一緒に遊ぶ」が17%から69%に、「行動を共にする」が6%から63%へと大きく変化しているためである。教室に参加し、体を使って子供とふれあうことで、子供とのふれあいで大切なのは時間の長さだけではなく、行動を共にし、一緒に遊ぶことが大事だと考える母親が増えたということである。子供とのふれあいの時間が満足に取れない母親が多いが、短い時間といえども満足できる方法が、このふれあい教室に参加したことで経験し理解できたのではないかと考える。

8. 結論

アンケート調査により、教室前の調査では1/3の母親が、子供とのふれあう時間が少ないと答えていた。しかし、ふれあい教室に参加することで、親子のふれあいが「足りていない」と答えた母親が減り、「十分足りている」と答えた母親が増加した。これは、ふれあい教室に参加することで、子供との共通の話題が持て、子供と話をする機会が増えたり、家庭でも体を使って

遊ぶことが増えたためではないかと考える。さらに、教室後の調査で、ふれあいで大事なことは、体を使って遊んだり、運動したりすることだと回答した母親が多くなった。したがって、親子ふれあい教室によって、母親の子供とのふれあいに関する意識が改善し、家庭生活の中での行動変容を招いたものと考えられる。

参考文献

- 1) 日本女子社会教育会. 図説—変わる家族と子ども. 日本女子社会教育会編集 (1997)
- 2) 斎藤幸子. 日本子供資料年間 2008 第9章 子供の生活・文化・意識と行動. 社会福祉法人 恩賜財団母子愛育会・日本子供家庭総合研究所 編 (2009)
- 3) 厚生労働省. 平成20年度版 働く女性の実情. (2009)
- 4) 高野陽. 社会環境が結婚・出産・育児に及ぼす影響に関する研究 (1998)
- 5) 文部科学省. 体力・運動能力調査報告書. (2009)
- 6) 鈴木亜佑美, 富田寿人. 袋井市内の保育園に通う園児の体力と日常生活との関連. 2005年度卒業研究論文 静岡理工科大学理工学部 情報システム学科 (2006)
- 7) 富田寿人. 体力とはなにか —運動処方その前に—. 第8章: 中高齢者の体力.
- 8) 山陽小野田市. 次世代育成支援対策推進行動計画 第4章. (2005)