

「お産の学級」への取り組み

—母親学級の見直し—

産科 分娩部 発表者 宮 沢 京 子
池 野 位 子・和 田 宣 子・山 口 文 子・森 艶 美
中 嶋 まさ子・赤 羽 貞 子・吉 村 和 子・松 本 あつ子
原 田 まさみ・小 沢 由美子・原 田 由 紀・百 瀬 妙 子
岩 崎 浜 子

I はじめに

当科では、20年前より妊婦指導の一環として、母親学級を開催している。昭和56年2月からは、従来の内容にラマーズ法を加え、分娩に対する積極的姿勢を養えるよう援助してきた。このラマーズ法に取り組むなか、分娩時、夫の立ち合い希望の声が聞かれるようになってきた。また、核家族化、勤労婦人の増加などの社会動向や、出産、育児に関する情報の氾濫などに伴い、父親の果たす役割は、なお一層、見直すべきものがあると感じた。本来、子供は、夫婦、家族で協力して育てていくものである。そこで、今まで行なわれていた母親学級を見直し、夫、家族も参加できる学級を開催したので、その経過を報告する。

II お産の学級開催までの経過

1. アンケート調査

〈目的〉 両親（家族）学級に対する、関心度を知る。

〈対象〉 当科外来受診妊婦及びその夫100例。

〈期間〉 昭和58年3月2日～3月8日。

〈方法〉 外来受診時配布、自宅で記入後、返送。

〈結果〉（表1～表7参照）

回収率55%、55例。年齢構成は、妻25才から29才、夫は25才から34才が多くを占めている。調査対象中、核家族は27例、有職妊婦は11人であった。

両親（家族）学級に参加したいと思っている人は、妻55人（100%）、夫44人（80%）で、そのうち、参加したいができないと答えた人は、妻は12人、夫は27人であった。その理由として、妻は育児、仕事で忙しい、夫は、仕事で忙しいをあげていた。参加したくない人は、夫のみ10人あり、その理由は、仕事で忙しい、恥ずかしいなどである。以上のことから、両親（家族）学級に対する、関心の高さを知ることができた。

また、夫の参加を望む妻は50人（90.9%）で、「精神的に心強くなる。」や、「妊娠、出産、育児は、夫婦（家族）の問題だから。」などが理由としてあがっていた。

開催希望日は、日曜日28人、土曜日16人、平日4人であり、開始時刻は、13時、14時、15時が多くを占めた。

内容に関しては、妻は全体的に希望しているが、夫は育児おふろの入れ方を希望している人が、圧倒的だった。

実施にあたっては、他施設の「父親学級」見学や、資料集めを行い参考とした。

2. 母親学級の検討（表8参照）

対象者は、妊婦のみでなく、夫及び家族を加えたため、名称も「母親学級」から「お産の学級」と変更した。

担当者については、1人ではきめ細かな指導ができないことや、受付などの雑務に時間をとられてしまうなどの問題があったため、2人にした。また、すべての講義を、助産婦だけで行うのではなく、より専門性を生かした立場から、医師と栄養士にも依頼したが、時間外ということから、実現に至らなかった。

開催日は、毎週水曜日だったが、平日では夫の参加がむずかしく、そこで、希望者の多かった、日曜日、土曜日を検討したところ、日曜日は、指導人員の問題があるため、土曜日に決定した。

場所は今まで通り、産婦人科外来待合室と3階職員研修室で行い、参加費用は、テキスト代を含め400円で、夫、家族参加の場合は、1人につき100円とした。

カリキュラムについては、従来の項目に加え、活用できる諸制度、育児沐浴、家族計画を取り入れた。また、各週べつに、スタッフがグループを作り、指導内容の検討を行った。

このような計画のもと、外来へポスター掲示、ちらし配布、受診時の積極的な呼びかけを行い、5月「お産の学級」開催となった。

Ⅲ 第1回「お産の学級」開催

＜参加人数＞

第1週……妊婦13人（初産婦13人）、義母1人。計14人。

第2週……妊婦21人（初産婦18人、経産婦3人）、夫1人。計22人。

第3週……妊婦16人（初産婦16人、経産婦3人）、夫1人。実母1人。実父1人。義母1人。
計20人。

第4週……妊婦12人（初産婦9人、経産婦3人）、夫1人。実母1人。計14人。

4週間の家族参加は、夫2人、実母2人、実父1人、義母1人の計6人で、夫は2人とも、「土曜日だから出席できた。」ということで、有職妊婦4人のうに2人も同意見だった。このことより、土曜日の開催は、水曜日に比べ、職業をもつ人には参加しやすくなったと思われる。

参加後の家族の感想は、「分娩について少しわかったので、協力しようと思う。」「育児も力を合わせて行いたい。」など、たとえ少数でも、参加したことにより、協力しようとする姿勢がうかがわれる。

夫や家族が参加できない理由を尋ねると、土曜日であっても忙しかったり、恥ずかしかったりが多く、都合をつけ、ぜひ出席してもらおうよう、再度呼びかけた。

妊婦体操、呼吸法も、ただ1人で練習するよりは、夫、家族の励ましの中で行う方が、より効果的であり、子供を家族の一員として迎え入れるための準備として、大切だと思う。

時間的には、指導内容が多く、予想以上に質問が出るなど、予定より超過してしまった。質問の多い場合は、学級終了後にうけるなど工夫し、内容については、さらに検討を重ねていく必要がある。また、指導内容の統一をはかるため、学級用のテキスト作成にも、取り組んでいきたい

と思う。

IV おわりに

だれも、妊娠、出産、育児に対して、不安をもつのは当然だ。この不安を乗り越えるためには、妊婦自身の前向きな姿勢はもちろん、まわりにいる夫、家族の協力をぬきにしては考えられない。学級参加者の分娩時立ちあい希望についても、医師側に働きかけたが、教室の方針により、今のところは従来のみである。

現在まだ、お産の学級は始まったばかりで、私たち自身が家族に対し、どの程度働きかけられるのかはわからない。しかし、今まで妊婦に向けていた目を、その家族にまで向けるようになったことは、良い心理状態を保ってお産にのぞむ、手助けのひとつとなるのではないだろうか。今後さらには検討を続け、きめ細かに対処していきたいと思う。

御協力していただいた方々に、深く感謝致します。

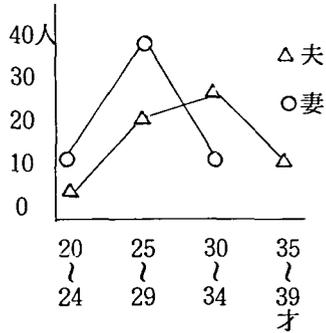
<参考文献>

- 1) うぶ声教室研究会 ; 地域における両親学級の試み, 助産婦雑誌, 35, 11 (29~32) 1981
- 2) 中島知我子 ; 父親指導の重要性とその方法の検討 (第1報), 母性衛生, 17, (33~37) 1981
- 3) 藤尾静枝他 ; 石神井保健所による父親学級の活動, 助産婦雑誌, 36, 4 (38~42), 1982
- 4) C. メイシー他 ; 母となる心理学, ライフサイクルブックス
- 5) 聖母病院産婦人科保健指導室 ; ラマーズクラスの運営法, ペリネイタルケア, 2, 1 (43~49) 1983
- 6) 笠原トキ子 ; 母親学級のすすめ方, ペリネイタルケア, 1, 2 (10~19), 1982
- 7) 浅生慶子他 ; ラマーズ法をとり入れた両親学級, 助産婦雑誌, 34, 3 (11~20), 1980
- 8) 園生陽子他 ; 夫婦の分娩に対する意識の変容, 母性衛生, 22, 2 (22~26), 1981

アンケート結果

回収率55% (55例)

図1 年齢構成



- { 核家族 27例 (49%)
- { 複合家族 28例 (51%)

- { 有職婦人 11人 (20%)
- { 主婦専業 44人 (80%)

表1 両親(家族)学級があれば参加したいですか

回 答	妻	夫
参加したい	43人 (78.2%)	17人 (30.9%)
参加したいが できない	12人 (21.8%)	27人 (49.1%)
参加したくない	0人	10人 (18.2%)
無 回 答	0人	1人 (1.8%)

表2 両親(家族)学級に参加したい理由 (重複あり)

回 答	妻	夫
興味関心がある	17人	4人
子供は夫婦(家族) で育てるべき	38人	13人
そ の 他	0人	1人

表3 両親(家族)学級に参加したいがで
きない理由(重複あり)

回 答	妻	夫
育児が忙しい	7人	0人
仕事が忙しい	6人	26人
家が遠い	2人	1人
恥ずかしい	0人	1人

表4 両親(家族)学級に参加したくない理由

回 答	夫
仕事が忙しい	5人
家が遠い	0人
恥ずかしい	3人
興味なし	1人
男は関係ない	1人
その他	2人

表5 夫に両親（家族）学級へ参加して欲しいですか。

回 答	初 産 婦	経 産 婦	計
参加して欲しい	32人 (88.9%)	18人 (94.7%)	50人 (90.9%)
参加して欲しくない	4人 (11.1%)	1人 (5.3%)	5人 (9.1%)

—夫に両親（家族）学級へ出席して欲しい理由—

- ・知識が高まるのでいざという時お互い慌てなくてすむ。
- ・精神的に心強くなる。
- ・子供は夫婦（家族）で協力して育てるべき。
- ・妊娠、出産も夫婦2人の問題であるから2人で力を合わせて取り組むべき。
- ・妊婦の身体の変化を知ることにより日常生活に協力やいたわりの気持ちを持って欲しい。
- ・夫にも出産の大変さを知って欲しい。
- ・子供にとって父親の存在は大切である。
- ・父親になる心の準備ができた方がよい。
- ・妊娠、出産、育児について理解して欲しい。正しい知識を持って欲しい。
- ・同じ立場ですべてを理解し、家族で子育てしたい。
- ・このチャンスを逃したらチャンスがない。

—夫に両親（家族）学級へ参加して欲しくない理由—

- ・特に必要はない。
- ・ある程度理解があるから。
- ・お産は女の仕事だから夫にはあまり知られたくない。

表6 もし両親（家族）学級を開催するとしたらいつがいいですか。（重複あり）

開始時間 曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	計
日曜日	4	5			13	4	2						28人
土曜日		2			3	4	5	1				1	16人
平日 金曜					1					1	1		4人
いつでも													2人
無回答													6人

表7 どんな内容を希望しますか。

内 容	妻	夫	計	内 容	妻	夫	計
妊娠の生理（成立）	11人	3人	14人	分娩の準備	36人	7人	43人
妊娠による母体の変化	22	10	32	分娩の経過	33	8	41
妊娠中の過ごし方	40	23	63	ラマーズ法	36	10	46
栄 養	40	21	61	産後の生理	34	16	50
妊娠中の異常	38	23	61	産後の過ごし方	42	16	58
活用できる制度	27	24	51	育児・おふろの入れ方	38	37	75
				家族計画	16	5	21

表8 指導内容の変更

		変 更 前		変 更 後	
名 称		母 親 学 級		お 産 の 学 級	
対 象 者		妊 婦		妊婦及び夫・家族	
担 当 者		助 産 婦 1 人		助 産 婦 2 人	
開 催 日 時		毎 週 水 曜 日 14 時 ～ 16 時		毎 週 土 曜 日 14 時 ～ 16 時	
場 所		産婦人科外来待合室，3階職員研修室			
参 加 費 用		400円（テキスト代込）		400円（テキスト代込） +夫，家族1人につき100円	
カ リ キ ュ ラ ム		講 義	実 技	講 義	実 技
	第 1 週	ラマーズ法の概念 妊娠の生理 日常生活上の摂生	妊婦体操 リラックス法 呼 吸 法	妊娠中の日常生活 栄養，諸制度 「生命創造」(映画)	妊婦体操 リラックス法
	第 2 週	妊娠中の栄養 妊娠中の異常	リラックス法 呼 吸 法	らくなお産（ラマーズ法） 分娩の準備と経過 「すばらしきうぶ声」(映画)	呼 吸 法
	第 3 週	分娩の経過 分娩の準備 新生児必要物品	呼 吸 法	産後の日常生活 赤ちゃんとおふろ（実習）	呼 吸 法
	第 4 週	映 画 座談会，まとめ 病棟見学	呼 吸 法	家 族 計 画 座 談 会 病 棟 見 学	呼 吸 法