

## 報告論文

# 乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への保健師の支援 - 電子メディアの適切な活用に向けて -

狭間 由紀<sup>1</sup>, 大西 昭子<sup>2\*</sup>

**要約**：本研究では、メディアを多用した育児をする母親に対して、市区町村の保健師がどのような支援を行っているのかを明らかにすることを目的とした。対象者は、乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への支援経験がある保健師6名とし、半構成的面接法によりデータ収集を行い、得られたデータを質的帰納的に分析した。

乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への保健師の支援として、【子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする】、【母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をする】、【母親と良好な関係性を構築して、母親の思いに寄り添い精神面を支える】などの7つのカテゴリーが抽出された。保健師には、メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさを捉え、真のニーズを見定めて、母親が支援を受け入れやすい時期と方法を見極めながら必要なサポートに繋げることが求められる。さらに、子育てのしづらさに対しては保健師が調整役となり、関係機関と共に地域で継続して母子を支える体制づくりが不可欠であると考えた。

**キーワード**：乳幼児期, 電子メディア, 育児, 母親, 保健師

### はじめに

近年、電子メディア環境は著しく多様化し、乳幼児でもスマートフォン（以下、スマホと記載する）、タブレット端末、テレビなどの多様な電子メディア（以下、メディアと記載する）に接触するようになってきている。2017年のベネッセホールディングスの調査<sup>1)</sup>によると乳幼児の母親のスマホ使用率は増加傾向である。また、遠藤ら<sup>2)</sup>の調査によると、母親のメディア接触時間は平均3時間、こどものメディア接触時間は平均1.7時間であり、乳幼児前期までにメディア接触したこどもは96%を超えている。さらに、同研究によると、母

親のメディア接触時間が長いと、こどものメディア接触時間も有意に長い傾向にあると報告されている。このことから現代のこどもは乳幼児期からメディアに接触する機会が多く、子育てにおける母親のメディアとの付き合い方がこどもへも影響していることが分かる。

2011年にアメリカ小児科学会<sup>3)</sup>は、「2歳以下のメディア使用が有益である証拠はない、こどもの健康・教育・発達に対してむしろ有害である可能性がある。家族の視聴も影響する可能性がある」と示した。また、2019年にWHO<sup>4)</sup>は「2歳未満のScreen timeは推奨されない、2歳～4歳では、1

<sup>1</sup>高知学園短期大学 専攻科地域看護学専攻 修了生

<sup>2</sup>高知学園短期大学 看護学科 \*Email: aonishi@kochi-gu.ac.jp

日1時間未満」とメディアの使用時間に関する基準を設けた。乳幼児期は象徴機能が未熟であり、脳が急速に発達する段階で、認知・言語・運動能力、そして社会性や情緒が発達するために極めて重要な時期である。これらの発達のためには、直に手にふれるさまざまな実経験、自由な遊びが欠かせない<sup>5)</sup>。また、乳幼児期は記憶力や注意力が未熟なため、メディアから学ぶことはできず、信頼できる両親との双方向の経験が必須である<sup>6)7)</sup>。さらに、Bowlby<sup>8)</sup>のアタッチメント理論では、親が子どもを受容する態度や、子どもの欲求に対し、どの程度敏感に応答するかという親の養育態度などから、子どもの愛着が規定されると述べられている。以上のことから乳幼児期における親子の対話は重要で、それが子どもの心身の発達や愛着形成を促進すると言える。

母親がメディアを使わせる目的については、前述の遠藤らの調査によると、「移動時間や待ち時間にじっとさせるため」が最も多く、その他の先行研究では、「子どもの扱い方がわからないために動画を見せて大人しくさせる<sup>9)</sup>」といった理由もあげられている。これらはメディアを用いて母親が子育ての知識や技術を補う側面がある一方で、子育ての支援不足を補う側面もあると考える。家庭の環境は様々であり、家事で手が離せない時やどうしても一時的な育児の担い手がない時など、親の時間や子どもの安全を確保するために、メディアに頼らざるを得ない状況もある。しかし、メディアを過剰に育児に取り入れてしまうと、外遊びの機会や人との関わり合いの機会を奪い、運動不足、睡眠不足、コミュニケーション能力の低下などを生じ、心身の発達の遅れや歪みの原因となりうる<sup>10)</sup>。これらのことから、今後はメディアに関する知識を補うと共に、上手く活用しながら子どもを育むための支援が求められる。また、子どもとの触れ合い方や育児のサポート体制の整え方についても母親へ助言していく必要があると考える。したがって、先行研究においても母親のメディアの使用時間が子どもへも影響することが明らかになっており、母親が子育てや家事の中で

メディアに頼らざるを得ない状況もあることから、母親に対してのメディアを多用した育児の予防に繋がる関わりが必要であり、それが子どもの心身の健やかな成長発達にとっても重要となると考えた。佐藤<sup>11)</sup>は出産前の両親学級やブレネイタルビジット、出生後の新生児健診や1か月健診など周産期からの啓発は非常に大切であると述べている。また乳幼児健診では保健師や看護師と協力し、メディアを多用した育児の予防のための啓発と同時にメディアに頼らない子育てについて、具体的な助言をすると効果的であるとも述べており、保健師の役割の重要性がわかる。しかし、これまでに母子のメディア接触について保健師がどのような支援を行っているのかについては示されていない。

そこで、本研究は、メディアを多用した育児をする母親に対して、市区町村の保健師がどのような支援を行っているのかを明らかにすることを目的とした。これにより、乳幼児のメディアとの早期接触による悪影響を最小限に抑え、乳幼児の認知能力、言語能力、運動能力、社会性や情緒の発達を促し、母子の愛着形成を促進することで、母子の健やかな成長発達に繋がり、地域の中で安心して子育てができる暮らしづくりの一助となると考える。

## 研究目的

本研究は、乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親に対して、市区町村の保健師がどのような支援を行っているのかを明らかにすることを目的とする。

## 研究方法

### 1. 研究デザイン

乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親に対して、市区町村の保健師がどのような支援を行っているのかを、市区町村保健師の語りから明らかにすることが可能な質的記述的研究デザインを用いた。

## 2. 用語の定義

「電子メディア」とは、インターネットへの接続が可能な電子メディア端末であるスマートフォン、タブレット端末、テレビのこととする。

「メディアを多用した育児」とは、母親が子育てにおいて様々な理由からメディアを多く扱うことで、子どもへ何らかの悪影響をもたらす可能性があると感じたものとする。

「支援」とは、メディアを多用した育児をする母親に対して保健師が行う直接的な関わりのこととする。また、関係機関等と連携して行う間接的な関わりも含むこととする。

## 3. 対象者

対象者は、市区町村に勤務する保健師で、乳幼児期におけるメディアを多用した育児をする母親への支援経験がある保健師とした。

市区町村役場に協力の依頼を行い、対象となる保健師を紹介してもらい、研究への参加の同意が得られた保健師6名を対象とした。

## 4. データ収集期間

データ収集期間は令和4年8月から令和4年9月であった。

## 5. データ収集方法

データ収集は、対面もしくはオンライン上で、インタビューガイドを用いた半構成的面接を30分～1時間程度実施した。インタビュー内容は、周産期から乳幼児期においてメディアを多用した育児をする母親へ関わりの経過や内容、メディアを上手く活用しながら子どもを育むための保健師の関わりについてであり、対象者には実際に関わった事例を想起してもらうことで、支援の内容を聞きとった。また、事例は保健師が母親との関わりの中でメディアを多用していると感じ、このままの状態が続くと子どもへ何らかの悪影響を及ぼす可能性があると感じたものとした。

面接時はプライバシーの保護と感染対策を徹底し、面接内容は対象者の同意のもと、ICレコー

ダーで録音すると共に、内容をメモで記録した。

## 6. 分析方法

面接内容から逐語録を作成し、乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親に対する保健師の支援を語っている部分を抽出し、その内容をコード化した。さらに類似したコードをまとめてカテゴリー化を行った。分析過程においては、常に逐語録を振り返り、語りの意味などの確認を繰り返し行うことで、内容の取り間違いがないように努めた。

## 7. 倫理的配慮

本研究は令和4年度高知学園短期大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号第15号，令和4年7月4日）。

対象者に研究の目的と方法、プライバシーの保護と匿名性の保証、研究参加に対する自由意思の尊重、インタビューの途中での中断や拒否が可能で、不利益はないこと、回答拒否の権利の保証、研究終了後のデータの破棄方法は、書面と口頭で説明し、文書で同意を得た上で研究を行った。

面接は対象者の希望する日時と場所、方法として、個室で声が外に漏れない場所で行った。対面でインタビューをする際には密閉空間は避けて換気を行い、対象者及び研究者共にマスク着用を原則とし、対面の位置を避けて着席し、一定の距離を常に保つなど感染予防対策を徹底して実施した。オンラインでの面接の場合も同様にプライバシーの保護を徹底して行った。

研究に関するデータの管理方法は研究者が鍵付きの棚で保管を行い、研究成果の公表後、5年を経過した後に破棄する。本研究の成果は独立行政法人大学改革支援・学位授与機構に提出する他、学会等にて公表することについても同意を得た。

研究結果の公表の際にも対象者と協力機関の匿名性を保証し、個人情報保護する。

## 研究結果

### 1. 対象者の概要 (表1)

対象者の概要は表1に示すとおりであった。対象者は6名であり、保健師としての経験年数は2～13年目、そのうち母子保健に携わった年数は1～10年目であった。インタビューは対象者1名につき1回実施し、インタビュー時間は35分～1時間15分であった。

表1. 対象者の概要

CASE	経験年数	母子保健担当年数
A	10年目	7年目
B	4年目	4年目
C	3年目	3年目
D	2年目	1年目
E	7年目	4年目
F	13年目	10年目

### 2. 分析結果

分析の結果、乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への保健師の支援として、7個のカテゴリーと21個のサブカテゴリーが抽出された。その結果を表2に示す。以降、文中では、カテゴリーを【】、サブカテゴリーを《》、研究対象者の語りを「斜字」、研究者による語りの補足を( )で示す。

乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への支援として保健師は、【子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする】ことからはじめ、【母子にとって必要なサポートやそれを導入する適切な時機を見定める】ことをしていた。また、メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさなどの養育上の問題を改善するために、【母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をする】ことで、母子を地域で支えていくための体制づくり、【母親と良好な関係性を構築して、母親の思いに寄り添い精神面を支える】ことをしていた。また、【メディアを適切に活用する方法やそのための環境づくりについて助言する】ことや、【成長発達を促す

ための関わりを通して、母子が触れ合う機会を増やす】関わりを行い、メディアに頼りすぎない育児を支えていたことが分かった。さらに、【メディアを多用した育児の予防に対する意識向上を図るために集団に向けて発信する】という周産期におけるポピュレーションアプローチを通して、母親自らでメディアに頼らない子育てをすることができるように関わっていることが明らかになった。以降、カテゴリーごとのサブカテゴリーの内容と研究対象者の語りを示す。

#### 1) 子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする

これは、母子の特性や社会の現状から母親のもつ子育て上の課題を捉えて、メディアを多用した育児に繋がる過程をアセスメントすることである。このカテゴリーは、《メディアを多用した育児に繋がる母子の特性や日頃の関わり方を把握し、子育てのしづらさを捉える》、《メディアを多用した育児になりやすい社会の現状があることを理解する》、《母子の様子や育児上の問題からメディアに頼る背景をアセスメントする》の3個のサブカテゴリーで構成される。

《メディアを多用した育児に繋がる母子の特性や日頃の関わり方を把握し、子育てのしづらさを捉える》では、研究対象者は「訪問するたびに、(中略)お子さんが目の前で、YouTubeをずっと見ててっていう形だったので、(メディアに)頼らないとなかなかお母さん動けないよねっていう(中略)、ちょっと家事をしたり、ご飯を準備したりとやってするにも、双子ちゃんなんか片方がちょっと落ち着いてもまた片方がわーってなるので、やっぱり一番早い方法がそのYouTubeを見せてっていうのが、2人ともスッと静かになる。(ケースC)」、「どういう時に困るってやっぱり具体的に、お母さんが家庭で困っていることを聞いて、あやし方がわからないとか遊び方がわからないとか、何か、こどもが泣いたら、何で泣いているのかわからないとかね。(ケースA)」と、メディアを多用した育児の現状やこどもと関わる際の母

表2. 乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への保健師の支援

カテゴリー	サブカテゴリー
子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする	メディアを多用した育児に繋がる母子の特性や日頃の関わり方を把握し、子育てのしづらさを捉える
	メディアを多用した育児になりやすい社会の現状があることを理解する
	母子の様子や育児上の問題からメディアに頼る背景をアセスメントする
母子にとって必要なサポートやそれを導入する適切な時機を見定める	保健師間で引き継ぎながら長期にわたり子育てのしづらさに関わる
	メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさの程度から支援の必要性を判断する
	メディアを多用した育児の予防を狙った助言をするための、母親が受け入れやすい機会と方法を見定める
母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をする	関係機関と役割を分担して子育てを切れ目なく支え、メディアを多用した育児を予防する
	関係機関と良好な関係性を築いて情報を共有できる仕組みをつくる
	メディアを多用した育児の状況や相談内容に応じて必要な資源に繋ぐ
母親と良好な関係性を構築して、母親の思いに寄り添い精神面を支える	母親と深い話や気軽に相談をしてもらえる関係性を構築する
	メディアに頼る母親の気持ちに寄り添いながら支持的に関わる
	ゆとりをもって子どもと向き合えるように母親のための時間を確保する
メディアを適切に活用する方法やそのための環境づくりについて助言する	メディアのメリットを活かしながら、子どもと関わる方法を助言する
	母子の特徴に合わせてメディア環境の調整方法を助言する
	母子のメディアの多用と成長発達との関連を分析して子どもへの影響を捉える
成長発達を促すための関わりを通して、母子が触れ合う機会を増やす	子どもの成長発達に絡めてメディアの影響を母親と一緒に共有する
	母親を労わりつつ、子どもの月齢に応じた成長発達を促すためのやり取りの仕方を伝える
	メディアから離れて母子が共に遊べる場所と時間を確保する
	地域の社会資源不足や保健師活動の限界から課題を認識する
メディアを多用した育児の予防に対する意識向上を図るために集団に向けて発信する	妊娠期からポピュレーションアプローチを行い、子育て環境のイメージ化を図る
	母親自身がメディアを多用した育児の予防行動をとることができるように産後の集団に対して発信する

親の困り事などから母親がどういうところに子育てのしづらさを感じているのかを掴んで支援へ繋げていることを語っていた。

《メディアを多用した育児になりやすい社会の現状があることを理解する》では、研究対象者は「育児に関する課題を抱えている人が（中略）お子さんへの関わり方がちょっと苦手な方とか、どういうふうにお子さんとお過ごしいいのかわからないとか、何かしら課題を抱えている方が、（中略）メディアにすごく頼っている割合というか、そのこの繋がりはずごく感じます。（ケースC）」、「一般的なご家庭でも、今の社会自体が近くにね、おじいちゃんおばあちゃんとか遊び相手してくれる大人が、核家族化で少なかったりとか、それから今の親世代が、（中略）もうそろそろスマホ世代、スマホで育ってきた世代に、もう多分なりつつある。（ケースF）」と、社会情勢や家族の在り方の変化からメディアに頼らざるを得ない状況や、子どもがメディアに触れやすい現状があることを理解していることを語っていた。

《母子の様子や育児上の問題からメディアに頼る背景をアセスメントする》では、研究対象者は「私がお母さんと喋っている間子どもはずっと、すごい至近距離で動画を高音量で見せて、でも私がお母さんと喋ってて他に家の中に大人がいないので、その子の相手をしてくれる人がいないので、訪問しながらその子もちょっと交えて、声をかけながらだったんですけど、声をかけている間は（子どもは）顔を上げてくれる（ケースE）」、「移動手段もない、収入も少ない、養育能力も低い、生活能力も低い、支援がいる人が、（中略）こういうところに来て遊んで、子どもさんとの関わりとかをいっぱい学んで欲しいけど、来られないのよね。バスも少ないしね。（中略）来られないけど家に籠ってスマホにどっぷり浸かっているお母さんとか多いと思う。（ケースF）」と、家庭訪問した際の保健師と子どもとのやり取りや母親の様子、母子を取り巻く環境等からメディアを多用した育児に繋がる要因をアセスメントしていた。

## 2) 母子にとって必要なサポートやそれを導入する適切な時機を見定める

これは、長期的な関わりのなかで、メディアを多用した育児の背景にある母親の特徴や子育てのしづらさの程度などから支援の必要性を判断し、母親が助言を受け入れやすい機会や方法、回数を見定めて支援することである。このカテゴリーは、《保健師間で引き継ぎながら長期にわたり子育てのしづらさに関わる》、《メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさの程度から支援の必要性を判断する》、《メディアを多用した育児の予防を狙った助言をするための、母親が受け入れやすい機会と方法を見定める》の3個のサブカテゴリーで構成される。

《保健師間で引き継ぎながら長期にわたり子育てのしづらさに関わる》では、研究対象者は、「お父さんの方が軽度知的とADHDの方で、お母さんも多分あまり知的には高くない方なんですけど、その方のお子さんが今1歳半で。出産前からずっとうちではフォローをしていて、今年私が引き継いだ。(ケースD)」、「妊娠中から、お母さんのメンタル既往があって関わっていて、今もずっと月一で面接を重ねているお母さん。保健師の関わりは妊娠中から開始していて、私が関わり始めたのは1歳6か月ちょっと前ぐらい1歳代からです。担当が変わるので。(ケースB)」と、メディアを多用した育児をする母親への支援は長期にわたるため、担当する保健師が変わっても、一貫した支援を継続することができるように、母子の情報を保健師間で引き継いでいることを語っていた。

《メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさの程度から支援の必要性を判断する》では、研究対象者は、「スマホ育児が度を越して、(中略)今この子に(対して)何がお母さん困っていますか、もしくは私達から見てこの子のこういうところが心配なんですよっていうところをまずは見つけ出す。その中で、スマホって出て来た時に、その使い方とか何でスマホを使うか、だって泣き叫ぶんだもんって、じゃあその泣き叫ぶのに対応するのに、スマホじゃない何か他に方法はな

いだろうかっていうことを提供していく(ケースF)」、「発育発達の課題を抱えていたりとか、(中略)家族との関係が不仲でかなり大変な状況、サポートもなかったりとか、(中略)お母さんは困ってないんだけどこちらからしたらすごい気になるなっていう方とか。あとはDVとか虐待とか。(中略)継続的な介入が必要かどうかとか、どういう支援が必要かっていうのは、健診の後にカンファレンスで検討する。(ケースB)」とメディアを多用した育児を切り口に、家族背景やそこにある子育てのしづらさの程度を把握し、支援が必要かどうかを多職種も交えながら検討していることを語っていた。

《メディアを多用した育児の予防を狙った助言をするための、母親が受け入れやすい機会と方法を見定める》では、研究対象者は「ただ単に、テレビを見せてもよくないんだよって言ったとしても、(中略)そんな暇はないですもんって言われるのも目に見えていたし、そこで及ぼす影響を一方的に伝えたとしても、そんなのわかってるっていう状況だろうなというのもあったので、お母さんが気づくきっかけみたいなのを北風と太陽みたいな感じでね、お願いって言われた時に、出していく(ケースA)」、「4か月、5か月って言っても、あんまり発語とかそういうのは1歳半ぐらいの方が、もっと頭に入りやすいのかなって思ってあんまり詳しくは説明していないんですけど、テレビは控えてねーぐらいで(中略)、いろんな言葉がけのヒントを伝えています。(ケースD)」と育児の大変さや母親の気持ち、こどもの発達段階等を考慮して、母親が今なら受け入れやすそうだというタイミングと方法を考えながらメディアを多用した育児を防ぐための助言をしていることを語っていた。

## 3) 母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をする

これは、関係機関と必要な情報をタイムリーに共有し役割分担ができる仕組みをつくり、母子にとって必要な資源に繋ぐことで、メディアを多用した育児を行う母親の子育てのしづらさ等に対し

て、切れ目なく子育てを支える体制を整えることである。このカテゴリーは、《関係機関と役割を分担して子育てを切れ目なく支え、メディアを多用した育児を予防する》、《関係機関と良好な関係性を築いて情報を共有できる仕組みをつくる》、《メディアを多用した育児の状況や相談内容に応じて必要な資源に繋ぐ》の3個のサブカテゴリーで構成される。

《関係機関と役割を分担して子育てを切れ目なく支え、メディアを多用した育児を予防する》では、研究対象者は、「役割をちゃんとつけて、私は医療関係とか子どもに関するところは〇〇課で、お金に関する生活のところは△△課とか、お母さんに障害あるんだったら障害福祉関係の□□課で障害担当の人がサービスを入れるとか、役割をちゃんとお互いにわかってやるようにしています。(ケースA)」、「就学前のお子さんの発達の相談ってというのは、私がいる〇〇課っていうところなんですけど、そちらで相談の場があるんですけど、小学校に上がっちゃうとこっちは利用できなくなっちゃうので、またその小学校に入って相談できる機関に繋いでいるって感じですね。(ケースC)」とメディアを多用した育児を予防する視点からメディアを多用した育児を取り巻く養育環境の課題を見出して、その問題を解決するためにそれぞれの関係機関がお互いの役割を理解し、役割分担しながら子育てを継続して支える仕組みを構築していることを語っていた。

《関係機関と良好な関係性を築いて情報を共有できる仕組みをつくる》では、研究対象者は、「(関係機関に) 依頼をかけて、その地域で困難なケースとか抱えているケースとか何か相談があったらいつでも言ってくださいねっていうようなスタンスでやっています。(中略) 話の中で最後に何か他に新しいケースとか最近ありますか?と聞いて、向こうも話しやすいような関係にはしているつもりです。(ケースA)」、「保健師が毎日毎日電話して確認できるわけでもないのに、子どもにその保育園とか学校とか幼稚園とか所属先があれば、そこから何かあった時に連絡をもらうって

うような体制にはなっている、という関係性ではきているので、関係機関の中で。(ケースB)」と関係機関がお互いに話しやすくなるようなやり取りを大切にしていることや、保健師の活動が限られている中でも、気になる母子の情報が関係機関から入ってくる体制をつくっていることを語っていた。

《メディアを多用した育児の状況や相談内容に応じて必要な資源に繋ぐ》では、研究対象者は、「どうしてそういう対応をせざるを得なくなったのかをすごく丁寧に聞いてあげると、このお家にどういう例えば支援とかサービスとかをお伝えしたり取り入れたりしたら、どうしてもメディアに頼らないといけないっていう状況が改善してくるのかっていうのを考える。(ケースC)」、「手は足りなくて大変だと思うからっていうので、ヘルパーさんとか、有償ボランティアのサービスとか、あとお子さんを預けるっていうショートステイとか、そのいろいろなもろもろサービスをご案内していた。(ケースB)」と母親のメディアに頼らざるを得ない状況や子育てが大変な様子、相談内容等を丁寧に聞き、母子にとって必要な資源を検討して繋ぐことを語っていた。

#### 4) 母親と良好な関係性を構築して、母親の思いに寄り添い精神面を支える

これは、母親と信頼関係を築いて、母親が思いを表出できる環境をつくり、メディアに頼る母親の不安などの負の感情に寄り添って頑張りを労わりながら、気持ちにゆとりをもてるように母親のための時間を確保することで、精神的なサポートをすることである。このカテゴリーは《母親と深い話や気軽に相談をしてもらえる関係性を構築する》、《メディアに頼る母親の気持ちに寄り添いながら支持的に関わる》、《ゆとりをもってこどもと向き合えるように母親のための時間を確保する》の3個のサブカテゴリーで構成される。

《母親と深い話や気軽に相談をしてもらえる関係性を構築する》では、研究対象者は、「いろんな話を聞いたり最近こんなことがあったよっていう

話を聞いていく中で、やっぱり関係性をつくっていかないとその深い話っていうのはできない。(ケースC)、「保育園入ってからもお会いした時にちらっと立ち話程度にできるぐらいの仲をキープできるような関係を保育所入るまでに持っていけてたら、自然と情報は入ってくるかな、お母さんから相談が来ることもあるかもしれないし、保育所とかからこどもさんが心配でとかって情報が入ることもあるかもしれないし。(ケースE)」と保健師が関わる機会が限られている中でも母親と良好な関係性を構築することで、自然と母親の思いや困りごとを捉えられるような工夫をしていることを語っていた。

《メディアに頼る母親の気持ちに寄り添いながら支持的に関わる》では、研究対象者は、「なんでそう申し訳ないなって思いながらも見せているかっていう、そこを聞いてあげている。(中略)(母親が)頑張っているっていったところはしっかり聞いてあげて、それだけ頑張っているんだったらそれは仕方ないよねっていったところを、言うようにしている。(ケースA)」「お子さんのことを可愛く思えないくらい育児をつらいついて思っている時に、無理やりかわいいと思わせようとか何か頑張らせようとかしなくて、むしろその逆ですね、ちょっと離れたりとか休んだりとか、ネガティブな感情も湧いていいんだっていうところを、なんかこう、支持していたような気がしますね。(ケースB)」とメディアに頼る母親の気持ちを否定せず、まずは母親の大変な思いを傾聴して寄り添い、日々の頑張りを労わりながらネガティブな感情も認める関わりをしていることを語っていた。

《ゆとりをもってこどもと向き合えるように母親のための時間を確保する》では、研究対象者は、「サポート、サービス、ヘルパーとかに来てもらって、ちょっとこどもの相手してもらってお母さん1人の時間をつくるとか、ショートステイとか(中略)ちょっとこどもを預けてお母さん自身の休息に充てることもできるよとか。(ケースB)」「お母さんが1人で家で泣くこどもの対応にもう疲れ果てて手が出たりスマホだけにならないように、

出ておいでって言える場所とか、話聞いてあげるよって言える人に繋げていく、そういう場をつくることの方も大事。(ケースF)」と、メディアを多用した育児を予防する視点から母親のメディアとの付き合い方を観察して、養育環境の課題を見出すことで母親の心身の疲労に気づき、母親のための時間をつくって休息を促し、母親の心のゆとりをつくる関わりをすることがメディアを多用した育児の予防に繋がっていることを語っていた。

## 5) メディアを適切に活用する方法やそのための環境づくりについて助言する

これは、メディアに頼らざるを得ない状況を理解して、メディアのメリットを活かしながらこどもとの関わりに取り入れる方法や、メディアに触れる時間をコントロールするためにメディアの利用に対してルールを設けるよう伝えることである。このカテゴリーは、《メディアのメリットを活かしながら、こどもと関わる方法を助言する》、《母子の特徴に合わせてメディア環境の調整方法を助言する》の2個のサブカテゴリーで構成される。

《メディアのメリットを活かしながら、こどもと関わる方法を助言する》では、研究対象者は、「一方的にこどもだけがそのメディアにさらされるよりは、そこにお父さんかお母さんが一緒に入って、分からないなりにコミュニケーションをとって、遊びながら見てほしいなっていうのをお伝えしたりです。(ケースE)」「お母さんがご飯つくって手が離せない時は、(実家の)ご両親とかにLAN通話とかで繋げて、こどもに語りかけてもらったりとか、テレビ電話の中でこどもと接してもらおうとかね、直接的な接し方ではないけどそういうメディアを使っておじいちゃんおばあちゃんとコミュニケーション取ることできるよって(中略)いうアドバイスとかはしました。(ケースA)」とメディアが持つ便利な機能も工夫して取り入れて母親の一時的な時間を設けつつ、こどもが人と対話する機会を増やして成長発達を促していることを語っていた。



《母子の特徴に合わせてメディア環境の調整方法を助言する》では、研究対象者は、「それ(メディアの使用)自体はもう本当にしょうがないことだと思うからちゃんと時間決めるとか、ルールを設定するとか、場面を切り替えて今はこの時間だけど次ご飯の時は消すとか、そういうふううまく活用してもらうようにお声がけしていますね。(ケースB)」、「ご両親も養育能力的にはあまり高くなく知的(障害)もあって、テレビはあんまり見せないでねって言っても見せないのはできないとか、ご両親の持っている能力的には完全には言ってもわからないしできないので、何回か言うことは大切なと思って、私の前の保健師もやめてねみたいなきことは言ってきたと思います。(ケースD)」と子どもがメディアに触れる時間を制限するようなルールづくりをして環境を調整することや、両親の養育能力や理解力を評価した上で、メディアを多用した育児を止める必要性について繰り返し伝えていることを語っていた。

#### 6) 成長発達を促すための関わりを通して、母子が触れ合う機会を増やす

これは、保健師がメディアを多用した育児が子どもの成長発達に与える影響を認識し、その上で母親と子どもの発達状況を一緒に確認しながら、子どもの成長発達を促すための遊びや関わり方を伝えたり、メディアから一時的に離れることができるような環境を調整したりすることで、母子間のやり取りや関わり合う時間を増やすことである。このカテゴリーは、《母子のメディアの多用と成長発達との関連を分析して子どもへの影響を捉える》、《子どもの成長発達に絡めてメディアの影響を母親と一緒に共有する》、《母親を労わりつつ、子どもの月齢に応じた成長発達を促すためのやり取りの仕方を伝える》、《メディアから離れて母子が共に遊べる場所と時間を確保する》の4個のサブカテゴリーで構成される。

《母子のメディアの多用と成長発達との関連を分析して子どもへの影響を捉える》では、研究対象者は、「子どもさんが、ねえねえお母さん見てっ

てお母さんの方を見ても、お母さんが自分のスマホから目を離さずに、すごいねとかって、(中略)言っちゃったりする場面もあって、そうになると、子どもはだんだんこっちを見なくなる。お母さんの反応がなければね、コミュニケーションってやっぱりお互いが見て、相互関係でできていくものだけど、それも無くなってくる。(ケースF)」、「親の勝手に(メディアを)取り上げようとする、(中略)(子どもが)キレやすかったり、怒って怒鳴り散らしてね、(中略)。だからやっぱりそういう子どもの感情のコントロールとか、将来的にもね、対人ってなった時に、コミュニケーション力も育ってない、キレやすさが育ってきているとやっぱりね、周りとのトラブルっていうことも、将来的にある。(ケースF)」と、メディアを母親や子どもが使用することによる子どもの成長発達との関連を分析することで、子どもへの影響を捉えていることを語っていた。

《子どもの成長発達に絡めてメディアの影響を母親と一緒に共有する》では、研究対象者は、「メディアも上手く使ってもらいつつ、ずーっとそこばかりにいたらやっぱりちょっと他のお子さんとの関わりもなくなるし、目にも良くないって話はあるんですけど、あくまで一般論として伝えています。(ケースB)」、「伝えなきゃいけないこと、メディアをずっと見っぱなしにしていたら(子どもの成長発達において)こういうところが良くないんだよねとか、こういうところに影響が出るって言われているよって、それは一緒に共有する。(ケースA)」と子どもの成長発達にメディアが与える影響も考慮して、伝えるべき弊害については一般論としながらも母親と一緒に共有することを語っていた。

《母親を労わりつつ、子どもの月齢に応じた成長発達を促すためのやり取りの仕方を伝える》では、研究対象者は、「そのお母さんが、メディアに頼らざるを得ないというか、もうそういった状況は否定せずに、大変だよって言うふうには言いつつも、このぐらいの年齢ってこういう遊びがもっと楽しんでくれるよとか、(中略)こういうやり取り

り、遊びをするのもすごくお子さんって好きなんですよとか、(中略) 具体的なところを伝えてあげる。(ケースC)」、「保育士さんと一緒に訪問したりもするので、今の月齢とか年齢に合ったおもちゃを持参してお家に行き、私がお母さんと喋っている間に保育士さんが子どもと遊んでくれたりするんですけど、そんな様子もお母さんに見てもらったりとか、これスッゴイ楽しそうに遊ぶねとか、お母さんも言ってくれる人もいたりもする。(ケースE)」と多職種と連携して月齢に合った遊び方を具体的に紹介したり、子どもが遊ぶ様子を見てもらったりすることで、母親に成長発達を促すための子どもとの関わり方を知ってもらうことを語っていた。

《メディアから離れて母子が共に遊べる場所と時間を確保する》では、研究対象者は、「お家にいる時間を減らすことで、地域の広場とか、そういった児童機関とか、外にちょっと出してあげるようにいろいろ場所を紹介したりとかっていう形で、お母さんは否定せずに自然とこうちょっとメディアから離れてもらえるような伝え方をするようにしています。(ケースC)」、「ヘルパーさんが入った日は、(中略) 公園に出かけるような時間をつくってもらったり、そうするとテレビを見せての育児ではなくなるので、そういったところを訪問看護さんだったり、あとヘルパーさんと共有しながら、(中略) 育児環境っていうのかな、そういったところを整えてあげたいんですっていうようなところを伝えて(中略)。(ケースA)」と関係機関と連携しながら家にいる時間を減らしたり、母子でゆっくり関わるができる時間や場所を提供したりすることで、自然とメディアから離れてもらう関わりをしていることを語っていた。

## 7) メディアを多用した育児の予防に対する意識向上を図るために集団に向けて発信する

これは、地域の社会資源不足や保健師活動の限界から必要な支援が行き届いていない現状を分析して、産前産後を通して集団に対し、メディアを多用した育児を予防するためのアプローチを行う

ことである。このカテゴリーは《地域の社会資源不足や保健師活動の限界から課題を認識する》、《妊娠期からポピュレーションアプローチを行い、子育て環境のイメージ化を図る》、《母親自身がメディアを多用した育児の予防行動をとることができるように産後の集団に対して発信する》の3つのサブカテゴリーから構成される。

《地域の社会資源不足や保健師活動の限界から課題を認識する》では、研究対象者は、「(特定の地域に) 養育能力が低くて収入も少ない、例えばお母さんに知的障害があって働けないとかね、いるわけよね。(中略) 移動手段もない、収入も少ない、養育能力も低い、支援がいる人がこういうところにいるのよね。こういう人こそ、こういうところに来て、遊んで、子どもさんとの関わりとかをいっぱい学んで欲しい。(ケースF)」、「どれだけ改善できるように情報提供できるかとか代替の何かをお伝えできるかみたいなどころだけど、保健師の範囲で全部解決できるってわけでもない。(ケースF)」と必要な支援が行き届かない地域や保健師の活動の限界を認識して、限られた関わりの中でしっかりと観察してメディアを多用した育児を予防する観点からも必要なサポートを見極め、関係機関と役割分担しながら育児を支援していくことで、メディアを多用した育児の予防に繋げていることを語っていた。

《妊娠期からポピュレーションアプローチを行い、子育て環境のイメージ化を図る》では、研究対象者は、「両親教室でお父さんお母さんに妊娠中から、子どもってかわいいだけじゃない、(中略) 泣くことの方が、ストレスの方が多いかもっていうことも知っておいてほしいということで、それを夫婦で乗り越えて行ってほしいっていうかね、(中略) 赤ちゃんってこんなところもあるよってことをお伝えする。(ケースF)」、「生まれる前ですけど、生まれてからはこういうふうな発達をしていきますっていうことで表を使ってお話をし、視力とか身体能力とか発達するんですけど、それをメディアがどう妨げるのかとか、逆に、どんなことをしたらお子さんの発達を促すことがで

きるのかの説明をしています。(ケースD)」と両親やその支援者に産前から子育てのイメージ化を促して、子育て期におけるこどもの泣き等に対応する力を養ったり、メディアを多用した育児の影響について伝えたりしていることを語っていた。

《母親自身がメディアを多用した育児の予防行動をとることができるように産後の集団に対して発信する》では、研究対象者は、「乳児健診で、メディアについてお話を集団でさせてもらっています。(中略)メディアの代わりに(中略)表情から汲み取って美味しそうにご飯を食べていたら、おいしいねとか代わりに代弁してあげるとか、自分が今やっている行動を伝えてあげること、言葉を覚えていくみたいなお話をしています。(ケースD)」、「自然とここにある年齢に合ったおもちゃで遊んでいる子ども見たら、こんなので集中して遊ぶんだっていうお母さんがいらっちゃって、(中略)そういう姿を見てもらったら気付くところもあるのかなと思って、実際そうやって言ってくれる人もいます。(ケースE)」と産後の集団教育を通して、子どもとの関わり方やメディアを多用した育児の予防について発信したり、子どもが遊ぶ様子を見てもらったりしながら子どもとの関わり方を学んでもらうことで、母親自らメディアを多用した育児の予防行動をとることができるような関わりをしていることを語っていた。

## 考 察

本研究の結果から保健師は、メディアを多用した育児をする母親への支援として、母親と個別に関わりながら子育てのしづらさを捉えて、メディアを多用した育児の背景にある母親の真のニーズを見定めていた。そして、そこから見えてきた育児のしづらさや大変さ、育児への心配事といった個別のニーズに対してハイリスクアプローチを行い、母親の育児への負担感の軽減を図ることでメディアを多用した育児の予防に繋げていると考えた。また、個別支援から集団の課題を見出し、そこからポピュレーションアプローチとしてメディアの適切な活用の促しや、産前からの子育てのイ

メージ化を図って母親の育児不安を軽減し、メディアを多用した育児の予防に繋げていると考えた。そこで以下に、1. メディアを多用した育児の背景にある母親の真のニーズを見定める、2. 切れ目なく支えて母親の育児への負担感を軽減する、3. メディアの適切な活用により母子の対話を促す、4. 母親の育児不安を和らげて育児への自信を高めるという4つの視点から考察を述べる。

### 1. メディアを多用した育児の背景にある母親の真のニーズを見定める

保健師は、子どもを取り巻く社会の現状を踏まえて、保健活動の場で母子を観察したり母子と関わったりする中で、【子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする】ことを実施していた。また、そのアセスメントした内容をもとに、【母子にとって必要なサポートやそれを導入する適切な時機を見定める】ことに取り組んでいた。

野川ら<sup>12)</sup>は効果的な育児相談を実施するためには、保健師が母親の背景からどのような相談ニーズがあるかを把握し、ニーズに合った相談体制を整えることが重要であると述べている。また、杉山<sup>13)</sup>は地域の健康課題は年々多様化・複雑化しており、保健師は地域保健福祉事業を担う看護の技術職として、専門性を活かした役割や社会変革に応じた住民のニーズへの対応方法を常時開発していかなければならない立場にあることを述べている。本研究で保健師は、《メディアを多用した育児になりやすい社会の現状があることを理解する》ことや、《メディアを多用した育児に繋がる母子の特性や日頃の関わり方を把握し、子育てのしづらさを捉える》ことで、【子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントする】ことをしていた。つまり、様々な社会情勢の変化を踏まえてメディアを多用した育児の背景をアセスメントし、母親のニーズを捉える上での材料としていた。これは、保健師が常に感度を高くして多様化・複雑化していく地域の課題を認識し、多面的に分析するという保健活動の

基盤となるPDCAサイクルに即した活動の一端であると言える。これにより、母親が地域で暮らす中で感じる子育てのしづらさも捉えることができ、より母親の暮らしに添ったニーズを把握することができると思う。

また、子育て支援に求められていることは、サービス供給に利用者の声を反映させることであり<sup>14)</sup>、母親に寄り添い、育児に対する率直な思いを感じ取って支援することが、地域で子育て支援をする保健師にとって重要である<sup>15)</sup>ことが示されている。本研究でも、保健師は、「メディアを多用した育児に繋がる母子の特性や日頃の関わり方を把握し、子育てのしづらさを捉える」ことによって、必要な支援に繋がっていた。具体的には、乳幼児健診や家庭訪問の場面で保健師は「気になる」と感じた母親と繋がり、母親の声によく耳を傾けてメディアに頼らざるを得ない状況を把握していた。また、保健活動の場で母子が関わる様子や母親の表情、成育歴や母親の持つ特性、家庭環境などから家庭内の問題を把握し、メディアを多用した育児に繋がる母親の子育てのしづらさを捉えることで、育児上の問題や母子のニーズを見定めていた。これは保健師が目に見えているメディアを多用した育児だけを問題とするのではなく、その背景にある、母親の大変な状況や育児で精一杯になっている様子を掴み、真のニーズを捉えていたのだと考える。これにより、個別支援や継続的な関わりの必要性を判断したり、母親がメディアを多用した育児を予防するための支援を受け入れやすい機会と方法を見定めたりすることに繋がり、母親に応じた有効なサポートを取り入れることができると思う。したがって、保健師は母親の声に耳を傾けて、保健活動の場における母子の様子などから子育てのしづらさを捉えることで、母親の真のニーズを捉えて、メディアを多用した育児に繋がる根本的な問題を把握することになり、メディアを多用した育児を予防するための重要な支援の一環になると考える。

以上のことから保健師には、メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさを捉えるこ

とをきっかけとして、母子の真のニーズを捉えることが求められる。そうすることで、個別支援や継続支援の必要性を判断することを可能とし、支援を受け入れやすい機会と方法を見定めたりすることに繋がり、母親が求めることに寄り添った支援に繋がると考えた。そしてそれが、メディアを多用した育児を予防するための保健師の支援をより効果的なものとし、母親が自分らしい育児をすることができるようにする上で重要となることが示唆された。

## 2. 切れ目なく支えて母親の育児への負担感を軽減する

本研究で保健師は関係機関と連携し、お互いの役割を認識して、【母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をする】ことで切れ目のない支援を行い、メディアを多用した育児の予防に努めていた。また、母親と関わる機会が限られている中でも必要な情報をいち早くキャッチすることができるように、関係機関と良好な関係性を築いて情報を共有できる仕組みをつくり、メディアを多用した育児の状況や相談内容に応じて必要な資源に繋いでいた。坪内<sup>16)</sup>は「地域の課題や活動の目的、各々の役割を共有し、認識を醸成することが、組織的に課題解決を図る上で基本的な実践方法である」ことを明らかにしている。また、七海<sup>17)</sup>はメディアを多用した育児における課題について、地域に根ざした対策が必要なこと、こどもの態度・習慣は乳幼児期に家庭で形成されるため家庭での適切なメディアの利用環境を整える必要があり、そのためには地域や家庭の事情等を考慮した、きめ細やかで連続した対応が求められることを述べている。保健師は他の専門職との接点や、地域や他者との関わりに広げるための窓口となる役割を持っており、地域に根ざした対策を立てることや、家庭での適切なメディアの利用環境を整えるための助言ができる立場にあると考える。また、地域の子育て力が低下しており、妊産婦が親族や地域社会から十分なサポートを得られない状況となっているため、専門職や地域の育児

仲間などの他者へと繋ぐことができる貴重な存在と言える。したがって、メディアを多用した育児を予防するにあたって保健師の役割は重要であり、地域や家庭の事情等も考慮したきめ細やかで連続した対応を地域の社会資源も交えて実施していくことが必要であると考えられる。そうすることで、母親が悩みを抱えた時に気軽に相談できる環境を整えることや孤立させないためのネットワークづくりに繋がり、母親の不安や負担感を軽減するための支援となることが示唆された。

また、保健師は子育てのしづらさの中で頑張った育児をする母親を労わり、思いを表出しやすい環境づくりに努め、【母親と良好な関係性を構築して、母親の思いに寄り添い精神面を支える】ことをしていることが分かった。

片山<sup>18)</sup>は「保健師が母親のありのままを認める、共に考える、励まし、褒める、想いの代弁などの言動により、肯定的な姿勢を示すことが重要であると考えられる。そのことが相手を認め、受け入れることに繋がり、母親は心を開いて安心して話ができると考えられる。」と述べている。また、興石<sup>19)</sup>は母親自身が肯定的な意識を持つことで、育児の負担感を減少させることができることを明らかにしている。本研究において保健師は、母親と関わる機会が限られている中で支援をしていくにあたって、《母親と深い話や気軽に相談をしてもらえぬ関係性を構築する》ことを重要視していた。そして、《メディアに頼る母親の気持ちに寄り添いながら支持的に関わる》など、母親がメディアを多用することに対してこどもに申し訳ないと思っている気持ちをありのまま受け止め、ネガティブな感情も支持する関わりをしていた。これらの肯定的姿勢は、母親が心を開いて安心して話ができる雰囲気をつくり、母親が思いを表しやすくなっていると言える。心を開いて思いを表出することは、母親にとって気持ちが少しでも落ち着いたり、辛い思いや不安が和らいだりすることで、気持ちを整理するための支えとなる。また、このような保健師による母親への肯定的な関わりは、母親自身が自分の育児について肯定的に

捉え、育児の負担感を軽減することとなり、メディアを多用した育児の予防に繋がる関わりとなっていると考えた。

以上のことから、メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさにアプローチしていくためには、関係機関と共に保健師が調整役となり、地域で継続して母子を支える体制づくりを行うことが不可欠であると考えられる。また、関係機関と連携しながら切れ目なく母親を支えて育児に対する負担感を軽減できるような関わりを持つことは、メディアを多用した育児を予防すると共に、母親が自分らしく子育てしていくことを支えることに繋がることを示唆された。

### 3. メディアの適切な活用により母子の対話を促す

保健師は、日ごろからメディアを多用した育児をする母親やメディアに頼らざるを得ない状況にある母親に対して、【メディアを適切に活用する方法やそのための環境づくりについて助言することや、【成長発達を促すための関わりを通して、母子が触れ合う機会を増やす】支援をしていた。そして、メディアのこどもへの影響やこどもの成長発達を促すためのやり取りの仕方を伝えたり、メディアから離れてこどもと過ごすための時間と場所を確保したりすると共に、メディアを全て否定するのではなく、メディアを適切に育児へ取り入れるための支援をしていたことが分かった。

七海<sup>17)</sup>は「周囲の環境を自らコントロールすることが難しい乳幼児にとって、養育者が用意する応答性のあるメディア環境が非常に大事である。」と述べている。また、乳幼児期に子育てをする家庭の教育指導に携わる人に関して、「メディアリテラシーが不可欠であり、メディア環境、利用習慣に留意し、個々のこどもへの適切な対応や教育、保護者への有効な援助ができる力が求められる。」とも述べている。本研究で保健師は、こどものみでメディアを一方的に見させるのではなく、そこに母親が入ってコミュニケーションを交わしながら一緒に見ることを助言するなど、《メディアの

メリットを活かしながら、こどもと関わる方法を助言する」ことで、相互的にこどもと関わる方法を伝えていた。これは、こどもがメディアに触れる場面でも、応答性のある環境づくりに取り組んでおり、非常に重要な支援と言える。また、メディアを使用する上でのルールの設け方やメディアから離れてこどもと一緒に過ごす方法を助言して、母親がメディアを扱うこどもへ上手に介入することで、今後、メディアと付き合いしていくこどもの適切な習慣を身に着けることに繋がる。前述の Bowlby のアタッチメント理論から見ても、メディアを活用して母子が関わる機会を増やすことはこどもとの愛着形成を促進し、こどもの心身の発達のための支援となっていると考える。また、保健師は母子のメディア環境や利用習慣を把握すると共に母親の養育能力やニーズを見極めて、「母子の特徴に合わせてメディア環境の調整方法を助言する」ことをしており、母子に応じたより実現可能なメディアリテラシーの方法をもたらしていると考えられる。

及川ら<sup>20)</sup>は、親になろうと希望する女性たちは、乳幼児の特徴などの知識や子育ての技術が伝承されていないことにより、育児ストレスなどの育児に関連する問題を持っていることを述べている。また、七海<sup>17)</sup>は、メディアがこどもに及ぼす影響について、「負の影響を抑制するためには、身近な保護者や保育者、教育者に対して注意点や必要な対応に関する情報を伝えなければならない。」と、母親へメディアを多用した育児の影響を伝える必要性があることを述べている。さらに、文部科学省<sup>21)</sup>は、こどもの発達段階に応じた支援の必要性について、こどもが成長に伴い、視野を広げて他者との関わりを深めて、発達段階にふさわしい生活や活動を十分に経験することの重要性や、現代の社会環境も考慮し、こどもの発達やその課題を踏まえた適切な対応と支援をすることの重要性を示している。本研究で保健師は、「こどもの成長発達に絡めてメディアの影響を母親と一緒に共有する」ことをしていた。これは乳幼児の特徴を説明することで親の育児ストレスを軽減しながら、

メディアを多用した育児の影響を伝えてメディアの適切な使用を促していると考える。また、「母親を労わりつつ、こどもの月齢に応じた成長発達を促すためのやり取りの仕方を伝える」とあるように、こどもの年齢に合ったおもちゃや遊び方を紹介し、母親と外で遊べる環境を整えることは、こどもをメディアから遠ざけて悪影響を予防すると共に、さまざまな日常の経験や自由な遊びをもたらすことに繋がる。そうすることで、こどもが周囲の人と関わる機会や母子の対話を増やし、こどもの成長発達を促すための対応となっていると考える。

以上のことから、メディアに頼らない子育てを支えたり、メディアを活用しての関わりを増やしたりすることは、母子の愛着形成と乳幼児期のこどもの健やかな成長を支える保健師の支援であると考察する。

#### 4. 母親の育児不安を和らげて育児への自信を高める

本研究で保健師は、周産期の母子保健活動を通して【メディアを多用した育児の予防に対する意識向上を図るために集団に向けて発信する】ことで、メディアを多用した育児の予防や、その背景にある子育てのしづらさを支えるために地域全体の育児力の向上に取り組んでいた。

額額ら<sup>22)</sup>は「こどもとの接触や育児経験の不足は、育児不安の背景要因とされていることから、妊娠期から育児生活に向けた準備を行う支援が必要である。」と述べている。母親がこどもと触れ合う経験がない状態でこどもを産み育てることも多い現代は、子育ての具体的なイメージが欠如しやすくなっている状況にあると言える。そのため、産前からの子育て環境のイメージ化を促すことは、育児の経験不足による育児不安を和らげる効果を期待できる。また、母親は育児におけるストレスを予測することができ、その対策として育児の支援体制を整える等の対応を考えることができるようになる。これにより、出産後の育児不安が緩和してこどもの泣きへの対応がスムーズに

なったり、育児の支援不足によるメディアに頼らざるを得ない状況を少しでも回避することに繋がります。メディアを多用した育児の予防を期待できると考える。さらに、有本ら<sup>23)</sup>は「看護職はこどもの成長を母親と一緒に見守り、些細な出来事を糧に育児に取り組めるように妊産婦の育児へのモチベーションを維持するような関わりが重要である」と述べている。また、中原ら<sup>24)</sup>は母親が自分で決めることは、母親の主体性を尊重でき、育児の自信へと繋がることを述べている。本研究で保健師は、「妊娠期からポピュレーションアプローチを行い、子育て環境のイメージ化を図る」ことや、「母親自身がメディアを多用した育児の予防行動をとることができるように産後の集団に対して発信する」ことをしていた。つまり、産後の集団教育を通して、こどもとの関わり方やメディアを多用した育児の予防について発信したり、こどもが遊ぶ様子を見てもらったりしながらこどもとの関わり方を学んでもらうことで、母親自らメディアを多用した育児の予防行動をとることができるような関わりをしていた。こどもの成長を一緒に見守り、些細な気づきを母親へ伝えることで、こどもの成長への気づきや喜びから、母親の育児へのモチベーションを維持することに繋がる重要な支援であると考えられる。また、母親自身で気づいて行動することを見守る関わりは、母親の自己決定を尊重し、主体性を高め、育児の自信へと繋がる関わりとなっていると推察する。

以上のことから、母親自身がメディアを多用した育児を予防する行動をとることができるように周産期から関わるのが大切であると言える。また、母親の気づきや自己決定を尊重する関わりは、メディアを多用した育児を予防すると共に、育児の自信へと繋がる関わりとなることが示唆された。

## 結 論

本研究の結果、乳幼児期にメディアを多用した育児をする母親への保健師の支援として、以下の結論が得られた。

1. 保健師は、子育てのしづらさを捉えて、母親がメディアに頼る背景をアセスメントすることで、育児上の問題や母親の真のニーズを見定めていることがわかった。また、アセスメントをもとに必要なサポートや母親が支援を受け入れやすい時期と方法を見極めていることがわかった。
2. 保健師は、メディアを多用した育児の背景にある子育てのしづらさなどに対して、母親の選択に応じて必要な資源に繋げるための調整をしていたことがわかった。このことから、保健師が調整役となり、関係機関と共に地域で継続して母子を支える体制づくりが不可欠であると考えた。
3. 保健師の支援として、メディアに頼る母親の気持ちに寄り添いながら支持的に関わり、精神面を支えることが必要であることがわかった。このことにより、母親は自身の育児について肯定的に捉えることができ、育児の負担感を軽減することとなり、メディアを多用した育児の予防に繋がる関わりとなっていると考えた。
4. 保健師はこどもの成長発達を促すための関わりを通して、母子が触れ合う機会を増やすことをしていた。このことが、こどもの健やかな成長発達や母子の愛着形成に繋がる関わりになっていると考えた。
5. 保健師は、妊娠期から母親に対して関わることで子育て環境のイメージ化を図り、出産後にもメディアを多用した育児を予防するための行動について発信することで母親の意識を高めていることがわかった。

## 研究の限界と今後の課題

本研究は、対象者が6名と限られており、経験年数も新任期から中堅期の初めとなっているため対象者の偏りも考えられる。今回は都市部や中山間などの地域差や、保健師の経験年数による支援の違い等は考慮していなかったことが本研究の限界である。さらには研究者のインタビューの能力や分析の未熟さから十分な結果が得られていると

は言い難い。今後は対象者の人数を増やし、経験年数ごとの支援の工夫等を明らかにすること、さらにインタビュー能力や分析能力を高め、研究を進めることが課題である。また、乳幼児期におけるメディアを多用した育児の予防のために保健師が介入した後の母子の気持ちの変化や行動変容の仕方を明らかにして、本研究を発展させていきたい。

**謝辞**：本研究にあたり、大変お忙しい中、快くインタビューにご協力くださいました保健師の皆様 に厚く御礼申し上げます。

**付記**：本論文は、高知学園短期大学専攻科地域看護学専攻で実施した修了研究の一部を加筆修正したものです。

**利益相反**：本研究において開示すべき利益相反はありません。

## 引用文献 (References)

- 1) 株式会社ベネッセホールディングス. “第2回乳幼児の親子のメディア活用調査.”ベネッセ教育総合研究所. [https://berd.benesse.jp/up\\_images/publicity/press\\_release20171016\\_2media.pdf](https://berd.benesse.jp/up_images/publicity/press_release20171016_2media.pdf) (参照2022-04-15).
- 2) 遠藤有里, 杉原佑美, 祖田亜希子, ほか. 乳幼児のメディア接触と母親の意識・行動との関連. *米子医誌 J Yonago Med Ass.* **2018**, 69, 43-49.
- 3) Ari Brown, MD. Media use by children younger than 2 Years. *American Academy of Pediatrics.* 2011, 128(5), 1040-1045. <https://publications.aap.org/pediatrics/article/128/5/1040/30928/Media-Use-by-Children-Younger-Than-2-Years>, (参照2022-04-15).
- 4) 世界保健機関.“RECOMMENDATIONS FOR 24-HOUR PHYSICAL ACTIVITY, SEDENTARY BEHAVIOUR AND SLEEP FOR CHILDREN UNDER 5 YEARS OF AGE.”GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY, SEDENTARY BEHAVIOUR AND SLEEP FOR CHILDREN UNDER 5 YEARS OF AGE. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/311664/9789241550536-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, (参照2023-12-03).
- 5) 佐藤和夫. ITの功罪：電子メディアの子どもへの影響とその対応. *小児保健研究.* **2018**, 64, 18-22.
- 6) Jenny Radesky, MD, FAAP.; Dimitri Christakis, MD, MPH, FAAP. “Media and Young Minds.” *American Academy of Pediatrics.* <https://publications.aap.org/pediatrics/article/138/5/e20162591/60503/Media-and-Young-Minds>, (参照2022-04-15)
- 7) Victor C. Strasburger, MD, FAAP.; Marjorie J. Hogan, MD, FAAP. Children, Adolescents, and Digital Media. *American Academy of Pediatrics.* **2013**, 132(5), 958-961.
- 8) John Bowlby. “ATTACHMENT AND LOSS.” [https://mindsplain.com/wpcontent/uploads/2020/08/ATTACHMENT\\_AND\\_LOSS\\_VOLUME\\_I\\_ATTACHMENT.pdf](https://mindsplain.com/wpcontent/uploads/2020/08/ATTACHMENT_AND_LOSS_VOLUME_I_ATTACHMENT.pdf). (参照2022-10-11).
- 9) 佐藤和夫. 乳幼児とスマホなどのメディア. *小児内科.* **2017**, 49(3), 328-333.
- 10) 社会法人日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会.“「子どもとメディア」の問題に対する提言.”子どもとメディア委員会. [https://www.jpaweb.org/dcms\\_media/other/ktmedia\\_teigenzenbun.pdf](https://www.jpaweb.org/dcms_media/other/ktmedia_teigenzenbun.pdf). (参照2022-04-15).
- 11) 佐藤和夫. メディアとのつきあい方に関する相談. *小児内科.* **2012**, 44(11), 1839-1842.
- 12) 野川瞳, 小林恵子, 八尾坂志保. 乳児の母親が育児相談において保健師に相談したい内容と背景要因. *新潟大学保健学雑誌.* **2020**, 17(1), 27-33.
- 13) 杉山静. 三鷹市における母親支援グループ活動. *保健師ジャーナル.* 2008, 64(4), 366-370.
- 14) 田中麻里. 日本における子育て支援施策の変遷-「エンゼルプラン」から「子ども子育てビジョン」まで-. *西九州大学子ども学部紀要.*



- 2011, (2), 77-85.
- 15) 尾関唯未, 古澤洋子, 森礼子. 子育てサークルに参加する母親の育児への思い. *岐阜聖徳学園大学看護学研究誌*. 2017, (2), 39-44.
- 16) 坪内美奈. 行政保健師による地域の健康課題の解決を図る方法に関する文献検討. *千葉看護学会会誌*. 2009, 15(2), 36-45.
- 17) 七海陽. 子どもの成長・発達に寄与するICT・メディア環境をつくる-ゲームと青少年との出会いから現在の取り組み, 今後の展望-. *チャイルド・サイエンス*, 11. 2015, 32-37.
- 18) 片山京子, 飯田澄美子. 1歳か月児健康診査の保健指導に関する研究. *小児保健研究*. 2008,67(5), 790-797.
- 19) 輿石薫. 育児不安に影響を与える要因についての縦断的研究-予期不安尺度と期待感尺度の作成. *小児保健研究*. 2002, 61(4), 686-691.
- 20) 及川裕子, 宮田久枝, 新道由記子. 初産婦における出産・育児の準備の実態. *園田学園女子大学論文集*. 2013, (47), 95-104.
- 21) 文部科学省.“子どもの発達段階ごとの特徴と重視すべき課題.”子どもの徳育の充実に向けた在り方について(報告). [https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1286156.html](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/053/gaiyou/attach/1286156.html), (参照2022-09-28).
- 22) 瀧瀧なつ子, 服部律子. 助産師による妊娠期からの育児支援. *岐阜県立看護大学紀要*. 2015, 15(1), 29-41.
- 23) 有本梓, 田高悦子. 妊産婦に対する孤立に着目した児童虐待の発生予防に向けた看護職による相談支援. *横浜看護学雑誌*. 2022, 15(1), 30-38.
- 24) 中原洋子, 上野昌江, 大川聡子. 支援が必要な母親への妊娠中からの保健師の支援-妊娠届出時等の保健師の判断に焦点を当て-. *日地域看護会誌*. 2016, 19(3), 70-78.

受付日：令和5年10月17日

受理日：令和6年1月29日

---

**Report**

---

**Support Provided by Public Health Nurses for Mothers Who Use Media Information for Taking Care of Infants: Advice on Appropriate Use of Electronic Media.**

Yuki HAZAMA<sup>1</sup> and Akiko OONISHI<sup>2\*</sup>

**Abstract:** The aim of the study was to examine how public health nurses in municipalities provide support to mothers who use information from electronic media for taking care of infants. The subjects were six health nurses with experience in supporting mothers who frequently used media for this purpose. Data were collected from a semi-structured interview and analyzed qualitatively and inductively. Seven categories were extracted that described the activities of health nurses, including support for “assessment of the background of frequent use of media for taking care of infants due to difficulties in parenting,” “making arrangements that allowed mothers to select resources,” and “providing mental care by establishing a good relationship with mothers and understanding their thoughts.” Health nurses are required to understand difficulties in parenting as the background of frequent use of media, identify real needs of mothers, and determine appropriate timing and methods of support so that mothers can accept such support. Furthermore, there is a need to establish a system in cooperation with related organizations to allow health nurses to provide continuous support to mothers and young children in local communities as a coordinator who understands difficulties in parenting.

**Key Words:** infancy, electronic media, parenting, mother, public health nurses

---

<sup>1</sup> Formerly Kochi Gakuen College, Advanced Course in Community Health Nursing (Alumni)

<sup>2</sup> Kochi Gakuen College, Department of Nursing, \*Email: aonishi@kochi-gu.ac.jp