

# 初めて育児に取り組む母親の 育児に対するヘルスリテラシーの発展 —産後半年間に焦点をあてて—

坂 井 文 乃 (千葉大学大学院看護学研究科)

石 丸 美 奈 (千葉大学大学院看護学研究科)

宮 崎 美砂子 (千葉大学大学院看護学研究科)

**目的:** 初めて育児に取り組む母親の産後半年間における、育児に対するヘルスリテラシーの発展プロセスを明らかにし、育児に対するヘルスリテラシーの発展を促す支援の示唆を得る。

**方法:** 研究デザインは質的記述的研究である。初めて育児に取り組む母親を対象に半構造化面接を実施し、産後半年間に育児についてどのように調べ、考え、相談し、実践したかを聴取し、ヘルスリテラシーの発展に着目し質的帰納的に分析した。

**結果:** 研究参加者は8名であった。育児に対するヘルスリテラシーの発展プロセスは4つのコアカテゴリで示され、【1. 育児の情報提供や指導に沿って取り組む】【2. 我が子への関心や不安をきっかけに、情報探索して活用し、自ら相談することで、情報に基づき意思決定する】【3. 思うようにいかない経験をするなかで我が子の成長を実感し、反応を捉えて乳児の特徴と発育発達への理解に照らし、育児を振り返り調整する】【4. 他者の育児を知り励まし合い、育児に完全な答えはないと気づき試行錯誤するなかで、自分を支える他者と関係を築く】の順で進んでいた。

**考察:** 育児に対するヘルスリテラシーの発展プロセスは「乳児一般の発育発達と我が子の個別性の理解の両輪で、我が子と育児を捉える」「我が子の反応と育児経験を振り返って意味づけし、認識を変える」「問題を焦点化し、試行錯誤する自分を支える他者と関係を築く」という3つの特徴が循環して進むことから、その循環を促すことが、育児に対するヘルスリテラシーの発展を促すために重要と考える。

**KEY WORDS:** health literacy, child rearing, life-span development

## I. はじめに

わが国では少子化と核家族化が進み、地域のつながりが希薄化している<sup>1)</sup>。親の孤立や子どもと接する機会の不足は、育児不安の増大や、発育発達に関する知識や育児経験の不足による育てにくさを招き<sup>2)</sup>、子育て支援と虐待予防は喫緊の課題となっている。

育児の相談相手を「インターネット」と回答する母親は増加しており<sup>3)</sup>、育児不安が高い<sup>4)</sup>。多くの母親が日々インターネットを活用し、効率的に情報収集するとともに、自分と似た悩みを検索し、安心感を得ている<sup>5)</sup>。また、他の親の体験談を知ることで、自分なりの育児を模索している<sup>6)</sup>。さらに、ソーシャルメディアで育児への疑問や不安、思いを発信し、情報収集や意見交換をすることで、コミュニティとして活用している<sup>7)</sup>。

特にメディアの育児情報に依存し、膨大な情報に混乱する母親は育児不安が高く、その傾向は初めての育児で強い<sup>8)</sup>。太田<sup>9)</sup>は、地域のつながりが希薄な都市部では、インターネットの普及に伴い育児情報が多様化し情報量が増加することで、情報選択が困難になり、情報の信頼性や安全性の問題が発生していると述べている。そのため、育児においてもヘルスリテラシー（以下HL）を高めることは重要<sup>10),11)</sup>といわれているが、育児においてどのようにHLを高めるかを明らかにした研究は見当たらない。

HLは、健康を維持増進するにあたって情報を入手し、理解し、活用するための意欲と能力を規定する認知社会的スキルであり、エンパワメントに不可欠<sup>12)</sup>とされている。また、様々な健康課題に応用でき、生涯にわたり生活の質を維持向上させる<sup>13)</sup>。NutbeamはHLを3つのレベルで捉え<sup>14)</sup>、2つのモデルに整理している<sup>15)</sup>。1つは、情報を理解する機能的HLの低さを臨床におけるリ

スクと捉え、その向上を図るモデルである。もう1つは、知識に基づき自立して実践し、支持的環境でコミュニケーションをとり意欲と自信を得る相互作用的HLと、情報を批判的に分析して生活習慣や環境を変容させ個人及び社会の健康を改善する批判的HLを、公衆衛生とヘルスプロモーションにおける資産と捉え、その発展を図るモデルである。

これまでHLは、包括的モデルや尺度、特定の疾患や状況にあわせた評価ツールが開発されている<sup>16)</sup>。既存のツールで母親のHLを測定すると、HLが高い母親は、様々な情報から子の健康に必要なことを判断して行動しており<sup>17)</sup>、母親のHLは育児と関連している。しかし、HLは状況に応じて必要な知識や発揮する能力が異なるという状況に特異的な性質もある<sup>18)</sup>。育児に求められるHLは、機能的HLの評価ツールが開発されている<sup>19)</sup>が、相互作用的、批判的HLを含めてどのようなHLが求められており、どのように発展するかは明らかになっていない。

本研究は、孤立しがちな環境で、経験の乏しい育児に不安と困難を抱く親の資産となるHLに着目する。育児に対するHLがどのように発展するか明らかにすることで、親が我が子に適した育児を判断し、自信をもって取り組み、コミュニティの中で育児することへの支援に寄与すると考える。また、育児を開始する親は、それまで獲得した全ての情報を応用し、生涯の生活様式を確立する時期<sup>20)</sup>にあり、育児を通じた親のHLの発展は、家族の生涯にわたる健康増進にも寄与すると考える。

## II. 研究目的

初めて育児に取り組む母親の産後半年間における、育児に対するHLの発展プロセスを明らかにし、育児に対するHLの発展を促す支援の示唆を得る。

## III. 用語の定義

ヘルスリテラシー (HL)：理論枠組みの参考としたEdwardsら<sup>21)</sup>のモデルが採用した定義を参考に「情報を探し、理解し、評価し、伝達する能力であり、多様な健康課題に応用でき、生涯にわたって健康を促進する」と定義した。

## IV. 理論枠組み

Health literacy pathway model<sup>22)</sup>を参考に理論枠組みを作成した。その理由は、資産としてのHLが発展する様相を捉えることが可能だからである。このモデルは、継続教育プログラムを受講する患者を縦断調査し、患者が

HLを発展させる様相を示している。

HLの発展とは、5段階で示されるHL発揮の各段階を行き来して進みアウトカムを獲得することで、より複雑なHLを発揮することである。HLの発展は、動機や感情などのHL発展の因子により促進・阻害される。アウトカムとは、自分の状態に対処するための知識と理解、主体的に話し合う能力の向上である。

HLの発揮は5段階で示され、段階が進むほどHLが発展している。すなわち「1. 知識の入手」、「2. 情報活用と育児方法の実践」、欲しい情報や関心を他者と話し合い、自分に適したサービスを求める「3. 主体的コミュニケーション」、話し合いを踏まえ選択肢を考える「4. 情報に基づく選択肢作成」、「5. 情報に基づく意思決定」である。

## V. 研究方法

### 1. 研究デザイン

質的記述的研究

### 2. 研究参加者と選定方法

育児においてHLが特に求められる都市部の核家族世帯の母親を研究参加者とした。第一子の産後半年間について語れるよう、児の主たる養育者で、第一子が満7か月～2歳未満の者とした。本研究は特に育児に対するHLに焦点をあてるため、母子とも既往歴、現病歴が無い者とした。自治体から対象となる母子が集う場の紹介をうけ、研究者がチラシの配布、口頭説明により募った。

### 3. 調査期間

2016年4月～9月

### 4. 調査方法

個別に半構造化面接を1回、60～90分間を目安に行った。研究参加者の許可を得てICレコーダーに録音し、逐語録を作成した。

### 5. 調査内容

第一子の産後半年間に、成長にあわせて取り組んだことや悩んだこと、やりたいと思ったことについて、どのように調べ、考え、相談し、実践したか聴取した。研究参加者による調査票の記入により、研究参加者の年齢、児の月齢、家族状況、研究参加者と児の健康状態を確認し、口頭にて研究参加者の学歴と職歴を確認した。

### 6. 分析方法

個別分析では、逐語録を精読し、育児についてどのように調べ、相談し、考え、実践したかを時系列に整理し、きっかけや意図など文脈を損なわないよう抜き出し、データとした。ある関心事の発生から終息までを分

析単位とした。データを理論枠組みに照らし、HL発揮の段階ごとに、どのようにHLを発揮したかを表すコードを作成した。分析単位ごとにコードをまとめ、HL発揮の一連の内容と獲得したアウトカムを記述し、「HL発揮のコード」とした。

さらに「HL発揮のコード」を時系列で俯瞰し、アウトカムを得てHL発揮の段階の進み方が変化した時点で区切り、「局面」を作成することで、HLの発展を捉えた。「局面」には、アウトカム獲得を促した事柄であるHL発展の因子をきっかけに、アウトカムを得て、HLが発展する一連の経過を記述した。

全体分析では、局面を、HL発展の因子、アウトカム、進歩したHL発揮の段階の進み方の性質から分類し、カテゴリを作成した。そして、局面の時系列を参考に、HL発展のカテゴリの順序性と類似性により分類整理し、コアカテゴリを作成することで、育児に対するHLの発展プロセスを示した。

分析内容の妥当性確保のために、共同研究者とともに分析の過程を確認した。

## 7. 倫理的配慮

千葉大学大学院看護学研究科倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号27-131）。研究参加者に対し、研究の趣旨、研究参加は自由意志であること、個人情報保護を徹底すること等を書面と口頭で説明し、署名により同意を得た。

## VI. 結果

### 1. 研究参加者の概要（表1）

研究参加者は8名で、第一子産後7～10か月であった。年齢は20代後半～40代前半、学歴は高校卒、専門学校卒、大学卒であった。3名は育休中、5名は妊娠を機に退職していた。面接時間は平均80.4分間だった。

### 2. 育児に対するHLの発展プロセス（表2）

全体分析の結果、育児に対するHLの発展を示す局面は54抽出され、HLの発展プロセスは10のカテゴリと4

のコアカテゴリで示された。出生から時系列でコアカテゴリを示し、カテゴリと、代表する局面で説明することで、育児に対するHLの発展プロセスを示す。カテゴリは【 】、局面は〈 〉で示す。

#### 1) 育児の情報提供や指導に沿って取り組む

##### 【①与えられた知識や情報を頼りに取り組み、必要性を認める】

母親は出産直後、〈D-I 専門職の指導に従い実践するなかで、自分が育てる実感を得て、自ら取り組む〉というように、次第に親である実感を得て取り組んでいた。また、〈C-Ⅲ 専門職から繰り返し説明をうけて必要性を認識したが、様々な意見をきいて判断できず、信頼する専門職に相談し意見に従う〉というように、手探りで育児し、繰り返しの指導により必要性を自覚し、混乱した時には専門職に従って対処していた。

##### 【②相談により様々な方法を知り、見守りを感じ自分なりに取り組む】

母親は指導や助言をうけて育児を開始し、〈C-I 困難を専門職に相談し、励ましや具体的な助言をうけて順調だと安心し、今の方法でよいと納得し取り組む〉というように、自分の育児がうまくいっている、我が子が順調に育っていると保証され、励まされることを支えにしていた。また、〈F-I 専門職の指導通り実践したが困って他の母に相談し、児に合わせて変えてよいと知り、自分なりに取り組む〉というように、他の親のやり方を知ることで、育児のやり方は一通りではないと考え、自分なりに取り組むようになった。

#### 2) 我が子への関心や不安をきっかけに、情報探索して活用し、自ら相談することで、情報に基づき意思決定する

##### 【③我が子の成長と育児を予測できる情報を検索し、不安を軽減する】

自分なりに育児に取り組むようになると、母親は〈E-IV 我が子を知りたい思いと不安を解消したい思いから、授乳中に取り留めなく調べ、発育発達やそれに応

表1 研究参加者の概要

事例	A	B	C	D	E	F	G	H
年齢	20歳代後半	30歳代前半	30歳代前半	30歳代前半	30歳代前半	30歳代後半	30歳代後半	40歳代前半
児の月齢	7ヶ月	10ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	7ヶ月	7ヶ月	7ヶ月	7ヶ月
教育歴	専門学校	大学	大学	大学・専門学校	大学	専門学校	高校	大学
職業歴	サービス関連	デザイン関連	IT関連	サービス関連	IT関連	教育関連	サービス関連	出版関連
勤務形態	育児休業	育児休業	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職	育児休業	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職	妊娠を機に退職

表2 育児に対するHLの発展プロセス

コアカテゴリ	カテゴリ	局面	
1. 育児の情報提供や指導に沿って取り組む	①与えられた知識や情報を頼りに取り組み、必要性を認める	A - IV 繰り返しの情報提供で関心がなかった事柄の重要性に気づき、家族と相談して専門職と自治体の勧めに従う	
		C - III 専門職から繰り返し説明をうけて必要性を認識したが、様々な意見をきいて判断できず、信頼する専門職に相談し意見に従う	
		D - I 専門職の指導に従い実践するなかで、自分が育てる実感を得て、自ら取り組み	
		G - I 専門職から指示されて仕方がないと受け入れて、苦痛に耐える	
	②相談により様々な方法を知り、見守りを感じ自分なりに取り組む	A - I 知識提供をうけて実践し、困ったときは専門職に相談し安心して取り組みながら、他者の体験談を知ることで、育児は誰でも大変なんだと気づいて自分なりに取り組む	
		B - I 不安や困難を専門職に相談して知識を得て取り組み、専門職に相談しながら、自分なりに対処する	
		C - I 困難を専門職に相談し、励ましや具体的な助言をうけて順調だと安心し、今の方法でよいと納得し取り組む	
		E - I 専門職から与えられた知識に従って実践したが不安で、他の母のやり方を参考にし、取り入れて実践する	
		F - I 専門職の指導通り実践したが困って他の母に相談し、見に合わせて変えてよいと知り、自分なりに取り組む	
		H - I 専門職の指導通りに取り組むうちに育児する実感がわき、専門職の確認をうけ安心しながら習得し実践する	
2. 我が子への関心や不安をきっかけに、情報探索して活用し、自ら相談することで、情報に基づき意思決定する	③我が子の成長と育児を予測できる情報を検索し、不安を軽減する	A - II 心配が生じても相談相手がいないので逐一調べ、様々な知識を得て自分なりに対処し、専門職に確認する	
		E - IV 我が子を知りたい思いと不安を解消したい思いから、授乳中に取り留めなく調べ、発育発達やそれに応じた生活の知識を得て、育児に活用する	
		G - VI 今後の成長と育児が見通したい関心と不安から、情報配信アプリやインターネット検索で調べ、今後の発育発達や他の母子の育児について情報収集し今後の予測に役立てる	
		H - IV 今後の成長と育児が見通したい関心と不安から、情報配信アプリやインターネット検索で調べ、今後の発育発達や他の母子の育児について情報収集し今後の予測に役立てる	
	④我が子と自分のニーズを自覚し、自ら相談する	A - V 我が子の成長に関心を持ち、専門職からの情報提供や自ら調べることで、一般的な発育発達の経過について知識を得て、成長を自ら評価し、不安なことは専門職に確かめる	
		D - II 専門職の助言で自らの状態を理解し、やりたい育児や知りたい情報を自覚し他者に伝えて情報を入手し実践する	
		E - III 相談相手が不在になる不安から、自分には相談相手が必要だと自覚し、自分に適した相談先を探す	
		G - II 今後の生活を想像して自分の要望を自覚し、専門職に伝え、知識を入手し、実践する	
		H - IV 他の母子の様子から我が子に必要なケアに気づき、専門職に相談して体系的に知識を得ることで、調べたり相談したりしながら対処する	
		H - IV 他の母子の様子から我が子に必要なケアに気づき、専門職に相談して体系的に知識を得ることで、調べたり相談したりしながら対処する	
⑤情報整理し乳児の特徴と選択肢を理解し、意思決定する	D - III 調べても解決しない事を専門職に相談し、乳児の生理的特徴と理解し、我が子の健康さを支えに自ら方針を定め、見守る		
	G - VII 我が子の健康への影響の心配を専門職に確かめ、説明に納得し、生活にあわせて情報を整理し方針を決める		
	H - III 情報収集しても迷う事について他の母の考えを知り、自分で決めるしかないと考え、他者の意見を踏まえて情報を整理し、意思決定する		
	D - III 調べても解決しない事を専門職に相談し、乳児の生理的特徴と理解し、我が子の健康さを支えに自ら方針を定め、見守る		
	G - VII 我が子の健康への影響の心配を専門職に確かめ、説明に納得し、生活にあわせて情報を整理し方針を決める		
	H - III 情報収集しても迷う事について他の母の考えを知り、自分で決めるしかないと考え、他者の意見を踏まえて情報を整理し、意思決定する		
	3. 思うよういかない経験をするなかで我が子の成長を実感し、反応を捉えて乳児の特徴と発育発達への理解に照らし、育児を振り返り調整する	⑥対処しても改善せず成長に伴い解決し、見守るしかないとな納得する	B - III 他者に相談しても解決しない困難を専門職に相談し、乳児はそんなものだと言われて納得し、月齢に適した対処法を調べて実践しながら、我が子の意思にあわせて育児する
			C - II 知識や助言に従い対処しても効果がなく時とともに解決する経験を経て、我が子の成長を実感し、少々不調があっても見守る
			D - V 相談しても解決策が無く育児を振り返り、見守るしかないこともあると気づき、我が子のペースに付き合う
			E - II 心配な児の様子を専門職に相談し、乳児にはよくあることで大丈夫だと言われても頻繁に観察し、次第に我が子の健康を実感し、乳児の特性だと理解して見守る
⑦我が子の成長や反応を感じ取り、育児を振り返り調整する		E - V 調べても相談しても解決しない不安について、専門職に確認しながら我が子の成長を捉え、我が子の健康を実感し、見守る	
		F - II 我が子の様子に戸惑い心配し、調べて対処しても解決せず専門職に相談し、生理的な現象や個性だと助言されて安心し、見守る	
		F - IV 我が子の成長のために何かすべきかと心配して調べたが、様々な情報があって判断できずに専門職に相談し、成長すれば自然と身につく力もあると納得し、気負わず生活する	
		G - III 専門職の見守りで安心しながら、対処しても解決しない経験をし、我が子の反応に気づいて対応を模索する	
		G - IV 我が子の様子が心配で専門職に相談し生理的現象と言われ、見守られる安心感を支えに見守り納得する	
		H - IV 我が子の様子に戸惑い心配し、調べて対処しても解決せず専門職に相談し、生理的な現象や個性だと助言されて安心し、見守る	
⑧乳児の特徴と我が子の個性への理解を基盤に、我が子と情報を照らし合わせ実践する	A - III 悩みの解決法を日々調べるなかで、我が子の月齢よりも先の育児体験談を知って成長の見通しを持ち、我が子の反応を確かめながら実践し、我が子と自分に適した方法を獲得する		
	A - VI 情報に基づき、我が子の反応を見ながら実践し評価することで、情報を批判的に吟味し、我が子と自分に適した情報を検索する		
	B - II 専門職に相談しながら実践し、我が子の反応を感じ取り、成長の実感を支えに、知識に基づき実践する		
	C - IV 心配事について、我が子の成長と育児方法の適切さを専門職と確認し、育児の見通しを示されて安心しながら、自ら児の状態を評価し、自分なりに実践する		
	F - VI 我が子の健やかさを支えに、経験に基づいてその様子を評価し、知識と照らし合わせて方針を決め対処する		
	G - V 専門職から自分の生活に適した方法を提案され、我が子の成長を実感しその反応をみて試し、取り入れる		
	G - VII 初めての育児で不安を抱きつつも、成長を捉えて我が子の反応を感じ取り、知識と照らし合わせ調整する		
	H - VI 実践するなかで我が子の興味を感じ取り、育児を振り返ることで成長を助けるには興味を妨げないことが重要だと気づき、我が子の反応に応じて対応する		
	A - VII 専門職と我が子の成長を見守り、他の母子と比較しながら育児を振り返ることで、我が子の個性を理解し、発育発達に見合った関わりで成長を促す		
	B - IV 我が子を喜ばせたい思いから一般的な発育発達の目安とそれにあわせた育児方法を調べ、我が子の反応に納得し、我が子に適した方法を考える		
4. 他者の育児を知り励まし合い、育児に完全な答えはないと気づき試行錯誤するなかで、自分を支える他者と関係を築く	⑨他者の意見を知り、励まし合い、育児に完全な答えはないと気づき試行錯誤するなかで、自分を支える他者と関係を築く	D - IV 対処に迷うことを専門職に相談し、状況に応じて変えてよいと助言され、育児に決まった方法はないんだと驚き、試行錯誤して我が子に適した方法を見出す	
		F - III どうするべきか迷うことを専門職に相談し、状況に応じて出来るときにやればよいと助言をうけ、育児に完全な答えはないと気づき、迷いながらも他者との相談しながら、自分なりの方法を獲得する	
		F - VIII 他の母子と情報交換して参考にすることで、情報通りにはいかないと感じ、自分なりに取り組む	
		H - II 他の母子の方法を知り、一つの方法にこだわる必要はないと気づき、育児を振り返って自分なりに実践する	
	⑩試行錯誤し励まし合うことで、自身の支えを意図し関係を築く	H - V 新たな知識を得られず、実践しないとわからないと考え、知識から目的をとらえて試し、我が子の反応に応じて調整しながら実践する	
		B - V 他見と我が子の差を感じて不安になっても、折に触れて専門職の確認をうけ、相談しながら試行錯誤し、我が子に適した方法を獲得する	
		C - V 他の母との励まし合いや情報交換を支えに試行錯誤し、我が子の成長に伴って自分なりの方法を獲得する	
		C - VI 試行錯誤が長期に及ぶことで、他の母との支えあいが必要だと認識し、相談関係をもてるように交流する	
		F - V 不安について情報が多様で判断できず、様々な人に相談したところ、確かな情報ばかりではないとわかり、相談しながら試行錯誤する	
		H - VII 他者と励まし合いながら長期に試行錯誤することで、育児にはどうにもならないこともあると気づき、他者との支えあいが必要だと考え交流する	

注釈：局面のアルファベットは事例、ローマ数字は各事例における順序を表す。

じた生活の知識を得て、育児に活用する」というように、授乳や休息の時間に、自分と我が子に関する情報を収集し、不安解消や育児に活用していた。

#### 【④我が子と自分のニーズを自覚し、自ら相談する】

母親は自ら知識を蓄積しつつ、〈A-V我が子の成長に関心を持ち、専門職からの情報提供や自ら調べることで、一般的な発育発達の経過について知識を得て、成長を自ら評価し、不安なことは専門職に確かめる〉というように、自分の気がかりが乳児の生理的特徴によるものと理解することで自分なりに対処し、自分と我が子のニーズを見出し、相談する力を培っていた。また、〈H-IV他の母子の様子から我が子に必要なケアに気づき、専門職に相談して体系的に知識を得ることで、調べたり相談したりしながら対処する〉というように、他の母子と交流し我が子と比較することで、我が子のニーズに気づいていた。

#### 【⑤情報整理し乳児の特徴と選択肢を理解し、意思決定する】

母親は〈D-III調べても解決しない事を専門職に相談し、乳児の生理的特徴と理解し、我が子の健康さを支えに自ら方針を定め、見守る〉というように、我が子の状態と対処の選択肢について、乳児の生理的特徴を根拠に理解することで、我が子の健やかさに安心し、意思決定していた。また、〈H-III情報収集しても迷う事について他の母の考えを知り、自分で決めるしかないと考え、他者の意見を踏まえて情報を整理し、意思決定する〉というように、他の親も様々に選択していると目の当たりにすることは、自ら考え、意思決定することを支えていた。

### 3) 思うようにいかない経験をするなかで我が子の成長を実感し、反応を捉えて乳児の特徴と発育発達への理解に照らし、育児を振り返り調整する

#### 【⑥対処しても改善せず成長に伴い解決し、見守るしかないと納得する】

母親は〈E-V調べても相談しても解決しない不安について、専門職に確認しながら我が子の成長を捉え、我が子の健康を実感し、見守る〉というように、解決しない経験のなかで我が子の健やかさを実感し、見守っていた。また、我が子への心配や育児への不安ゆえに、子に対し親にできることがあるはずという思いを募らせるが、〈F-IV我が子の成長のために何かすべきかと心配して調べたが、様々な情報があって判断できずに専門職に相談し、成長すれば自然と身につく力もあると納得し、気負わず生活する〉というように、専門職の助言や見守りを支えに、成長して解決する事もあると実感し、

我が子の成長にまかせ見守るようになった。

#### 【⑦我が子の成長や反応を感じ取り、育児を振り返り調整する】

母親は我が子の成長を観察する経験や、専門職と相談して評価し、方針を定める経験から、育児と成長の見通しを持つ。そして、〈C-IV心配事について、我が子の成長と育児方法の適切さを専門職と確認し、育児の見通しを示されて安心しながら、自ら児の状態を評価し、自分なりに実践する〉というように、我が子の反応を捉えて育児を振り返り、我が子にあわせて調整していた。

#### 【⑧乳児の特徴と我が子の個性への理解を基盤に、我が子と情報を照らし合わせ実践する】

母親は〈B-IV我が子を喜ばせたい思いから一般的な発育発達の目安とそれに合わせた育児方法を調べ、我が子の反応に納得し、我が子に適した方法を考える〉というように、乳児の生理的特徴や発達段階から考えて我が子の反応の意味を探り、我が子に適した方法を考えていた。また、〈A-VII専門職と我が子の成長を見守り、他の母子と比較しながら育児を振り返ることで、我が子の個性を理解し、発育発達に見合った関わりで成長を促す〉というように、他児と比較して我が子の個性を理解することで知識を適用し、我が子にあう方法を実践していた。

#### 4) 他者の育児を知り励まし合い、育児に完全な答えはないと気づき試行錯誤するなかで、自分を支える他者と関係を築く

#### 【⑨他者の意見を知り、完全な答えは無いと気づき試行錯誤する】

母親は〈F-VIII他の母子と情報交換して参考にすることで、情報通りにはいかないと実感し、自分なりに取り組む〉というように、多様な方法を知り試すことで、情報通り実践しても改善しないこともあると実感し、自分なりに取り組むようになった。

#### 【⑩試行錯誤し励まし合うことで、自身の支えを意図し関係を築く】

母親は、解決を試みてもどうにもならないこともあると実感し、その経験を他者に話すというように〈C-V他の母との励まし合いや情報交換を支えに試行錯誤し、我が子の成長に伴って自分なりの方法を獲得する〉。また、〈H-VII他者と励まし合いながら長期に試行錯誤することで、育児にはどうにもならないこともあると気づき、他者との支えあいが必要だと考え交流する〉というように、トライアンドエラーの育児を乗り越えるために、他者と日常的に育児の状況を語り合い、支えあえる関係を築こうとしていた。

## Ⅶ. 考 察

### 1. 産後半年間の育児に対するHLの発展の特徴

HLの発展の特徴について、結果のカテゴリを用い、育児の特徴と、Nutbeam<sup>23)</sup>が提唱するHLの3つのレベルの観点から考察する。

#### 1) A. 乳児一般の発育発達と我が子の個別性の理解の両輪で、我が子と育児を捉える

母親は出産直後から【①与えられた知識や情報を頼りに取り組み、必要性を認める】。その知識や情報を手掛かりに育児し、【③我が子の成長と育児を予測できる情報を検索し、不安を軽減する】が、情報を選別し解決するのが難しい場合は、他者との相談などにより【⑤情報整理し乳児の特徴と選択肢を理解し、意思決定する】。育児の基本を理解するには、乳児の身体発育の特徴とその現れ方、評価の意味を明確にすることが必要<sup>24)</sup>である。母親は育児に直面し必要に迫られ、我が子への関心や育児への不安をもとに調べ、試し、他者に相談することで、乳児一般の生理的特徴や発育発達などの体系的な理解を深めていた。

さらに、専門職と相談し、知識に照らして我が子を観察することや、他児と比較することで我が子の個性を理解し、【⑧乳児の特徴と我が子の個性への理解を基盤に、我が子と情報を照らし合わせ実践する】。瀬江<sup>25)</sup>によれば「育児の難しさ」は、成長の激変期ゆえの多様性と個性の多様性が重なることで次々に起こる現象的な「変化の多様性」である。このHLの発展の特徴は、育児の難しさに対応し、我が子の反応を捉える土台といえる。

この育児に対するHLの発展は、Nutbeam<sup>26)</sup>が提唱する3つのレベルのうち、1つ目の機能的HLに含まれる情報を理解する能力、2つ目の相互作用のHLに含まれる知識に基づき実践する能力の発展といえる。

#### 2) B. 我が子の反応と育児経験を振り返って意味づけし、認識を変える

育児では、知識や情報を適用しても解決しない事もあり、母親は【⑥対処しても改善せず成長に伴い解決し、見守るしかない」と納得する】。そして見守りながら、【⑦我が子の成長や反応を感じ取り、育児を振り返り調整する】というように、我が子の成長や反応を手掛かりに育児を振り返り、知識と照らして意味づけることで、我が子と育児への認識を変化させていた。親は産後3～6カ月で出来事を自分の目標と照らして評価し、ポジティブな出来事を感じし、自身のポジティブな側面に注目し始めると視野が広がり安定する<sup>27)</sup>。本研究の結果でも、母親は、思うようにいかずとも、我が子の成長や健康さを感じて視点を転換することで、どのように我が子と育児

に向き合うか考える能力を培っていたといえる。さらに、様々な問題に直面して相談し、他の母子の様子を知るなど【⑨他者の意見を知り、完全な答えは無いと気づき試行錯誤する】というように、絶対的な解決策を求めず模索し、自ら育児の指針を見出そうとしていた。

この育児に対するHLの発展は、Nutbeam<sup>28)</sup>が提唱する3つのレベルのうち、2つ目の相互作用のHLであるコミュニケーション能力や知識に基づき実践する能力、3つ目の批判的HLである情報を批判的に分析し状況をコントロールする能力の発展といえる。

#### 3) C. 問題を焦点化し、試行錯誤する自分を支える他者と関係を築く

母親は、与えられる知識や情報を頼りに育児を開始し、他者の育児を知り、他者の親としての経験を聴く。そして【②相談により様々な方法を知り、見守りを感じ自分なりに取り組む】ようになり、【④我が子と自分のニーズを自覚し、自ら相談する】ことに繋がる。母親は、相談や自分なりの育児で蓄積した知識と経験に照らし、ニーズを自覚することで、他者に相談する意欲と能力を培っていた。問題を焦点化し相談する能力は他者との交流のなかで培われる。

また、育児には、子の個性や発達段階により、親の思うように解決できない問題や、子の成長によってのみ変化する事柄も生じる。そうした状況で必要に迫られ【⑩試行錯誤し励まし合うことで、自身の支えを意図し関係を築く】というように、他者との交流による情緒的サポートを自覚し、支えあいを意図して人間関係を築いていた。親同士で育児の困難や工夫をやりとりすることは、同じ課題を持つ者同士の共感、受容、相互理解をもたらし、自ら解決する力や知恵を生み出す<sup>29)</sup>。このHLの発展の特徴は、親同士が支えあい育児を乗り越えるために重要と考える。

この育児に対するHLの発展は、Nutbeam<sup>30)</sup>が提唱する3つのレベルのうち、2つ目の相互作用のHLである他者とのコミュニケーションをとり、支持的環境のなかで意欲や自信を高める能力、3つ目の批判的HLである情報の批判的分析とコミュニティへの働きかけの能力の発展といえる。

### 2. 育児に対するHLの発展プロセスの様相 (図1)

結果のコアカテゴリ1～4で示したHLの発展プロセスについて、考察1で示したHLの発展の3つの特徴がどのように影響しあって進むのかをカテゴリ①～⑩の時系列で説明することで、「育児に対するHLの発展プロセスの様相」を図示した。以下にその様相を説明する。

育児に対するHLの発展プロセスは、コアカテゴリ1か

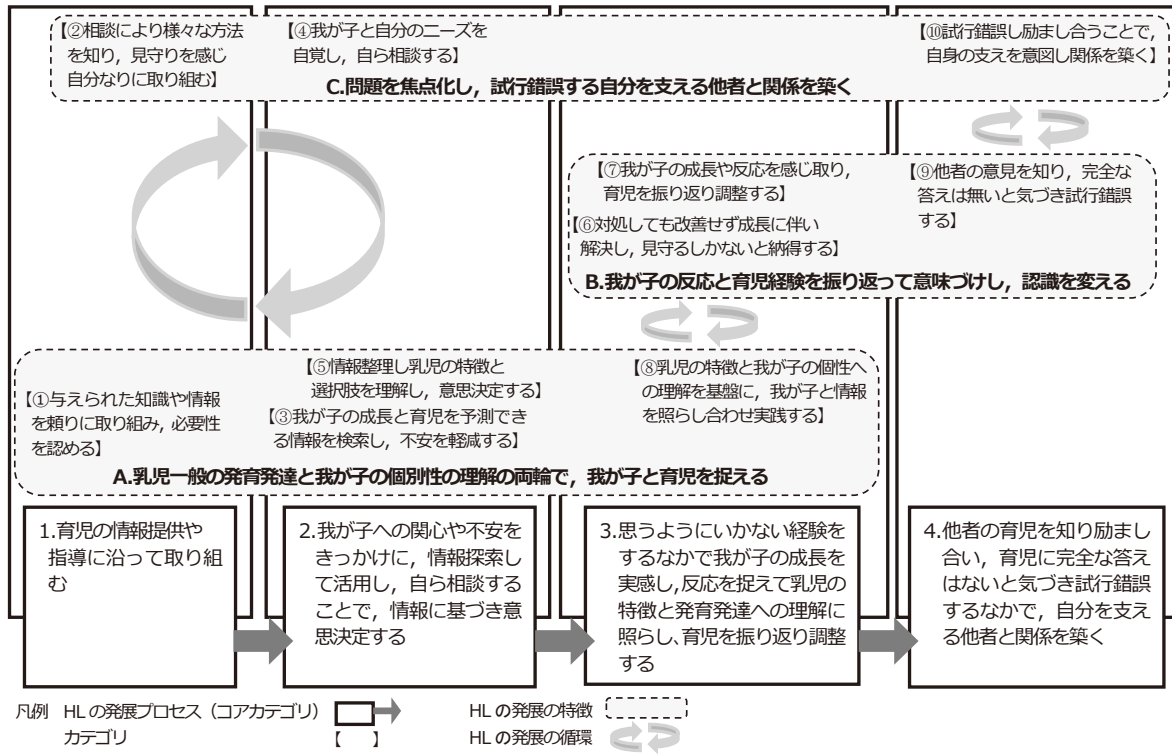


図1 育児に対するHLの発展プロセスの様相

ら4に向かい進展する。HLがどのように発展するかのプロセスを示した研究は少ないが、育児という特異的状况に対するHLの発展は、子の発育発達による変化と個別性、子との相互行為であることによる育児の複雑さゆえに、機能的、相互作用的、批判的HLを内包する3つの発展の特徴が相互に影響し、循環しながら進むと考える。

コアカテゴリ1は「A. 乳児一般の発育発達と我が子の個性の理解の両輪で、我が子と育児を捉える」というHLの発展の特徴が土台となり、HLの発展は始まる。母親は【①与えられた知識や情報を頼りに取り組み、必要性を認める】ことで育児を開始し、他者と関わって【②相談により様々な方法を知り、見守りを感じ自分なりに取り組む】ようになる。つまり、「C. 問題を焦点化し、試行錯誤する自分を支える他者と関係を築く」というHLの発展の特徴が芽生え、特徴AとCが相互に影響して進むといえる。

コアカテゴリ2では、母親が自分なりに取り組み【③我が子の成長と育児を予測できる情報を検索し、不安を軽減する】なかで、蓄積した知識と経験に照らし【④我が子と自分のニーズを自覚し、自ら相談する】ようになる。これらを土台として【⑤情報整理し乳児の特徴と選択肢を理解し、意思決定する】ことから、HLの発展の特徴AとCが循環して進むといえる。

コアカテゴリ3では、HLの発展の特徴Aで培った乳

児一般への理解を基盤に、我が子の欲求に応えようとしつつも思うようにいかないなかで【⑥対処しても改善せず成長に伴い解決し、見守るしかないと納得する】ことで、【⑦我が子の成長や反応を感じ取り、育児を振り返り調整する】ようになる。母親は産後4か月までに子の世話に慣れ、落ち着いて育児できることで、自らの育児に肯定感をもち、子の欲求を理解しようとする<sup>31)</sup>。本研究の結果からは、特徴Aによる一般への理解を基盤に、「B. 我が子の反応と育児経験を振り返って意味づけし、認識を変える」というHLの発展の特徴が芽生えると考えられる。そして【⑧乳児の特徴と我が子の個性への理解を基盤に、我が子と情報を照らし合わせ実践する】に繋がり、特徴Aの我が子の個性への理解が深まっており、特徴BとAが循環して進むといえる。

コアカテゴリ4では、自分なりに実践しても解決しない事柄に直面するなかで【⑨他者の意見を知り、完全な答えは無いと気づき試行錯誤する】。つまり、他者を参考に育児を振り返り、認識を変えており、HLの発展の特徴Bがさらに深まる。そして、思うように解決できない困難や、子の成長によってのみ変化する事柄を経験し、育児を意味づけながら模索することで交流の重要性を実感し【⑩試行錯誤し励まし合うことで、自身の支えを意図し関係を築く】ことから、特徴BとCが相互に影響し深まるといえる。

### 3. 育児に対するHLを発展させることへの支援

考察1, 2を踏まえ、育児に対するHLの発展を促す支援を検討する。育児に対するHLの発展は、3つの特徴ある発展が相互に影響し循環して進むことから、発展の特徴を捉え、その循環を促すことが重要と考える。

まず「A. 乳児一般の発育発達と我が子の個別性の理解の両輪で、我が子と育児を捉える」という育児に対するHLの発展を促す支援を検討する。現状の解説や対処法の指導に留まらず、乳児一般の発育発達を体系的に捉え、成長の見通しを伝えることで、親が自ら情報収集し、情報を正しく評価し、子の成長に応じて活用する能力の発展を支援できると考える。また、親の知識をききとり、体系的に整理してフィードバックすることで、親は、インターネット等で断片的に情報を得ても、成長の見通しをもって理解できると考える。乳児の特性や発育発達の過程で自然に生じる現象が母親の心配を喚起することもある<sup>32)</sup>が、成長発達を見通すことは心配の軽減につながるだろう。こうした支援は、育児相談だけでなく健康教育でも重要である。また、親が子の健康状態を把握し、育児を評価し判断するには、子の健康状態を観察できることが重要であり、子の健康と育児行動の関連性を理解できる支援が必要<sup>33)</sup>である。乳児一般の発育発達の知識を共有して親と共に子の成長を見守り、子の個性の理解を促すことで、子の健康と育児行動を関連づけて理解する能力の発展を支援できると考える。この支援は、単発の育児相談でも重要だが、特に親との継続的なやりとりが有効と考えられる。また、このHLの発展の特徴は、他2つの特徴の土台となるため、地域で継続して母子を支援する保健師等をはじめ、育児支援に関わる全ての専門職に重要である。

次に「B. 我が子の反応と育児経験を振り返って意味づけし、認識を変える」という育児に対するHLの発展を促す支援を検討する。瀬江<sup>34)</sup>は、「子どもとは何か」「育児とは何か」という一般性に照らして自分の育児を捉えれば、自力で解決できるようになり、その積み重ねが「育児の指針」を明確にし、自信につながると述べている。顕在化した問題の解決にのみ焦点をあてるのではなく、親が知識をもとに育児を振り返り、我が子の反応の意味や成長を捉え、育児を意味づけるようコミュニケーションを深めることで、親が、自分と我が子に適した育児に自ら辿りつき自信をもって取り組む能力の発展を支援できると考える。また、このHLの発展の特徴は【⑥対処しても改善せず成長に伴い解決し、見守るしかないと納得する】が発端であり、母親は、手を尽くしても解決できない困難や不安を経験していた。まずは親の

困難感や不安を受け止め信頼関係を築き、支えていく必要がある。これらの支援は、産後ケアや育児相談、診療等において、不安や負担を抱える親を支援する専門職全般に重要といえる。また、乳幼児健診は、親が我が子の成長を実感し、自分の育児を振り返る機会となる。親の不安や子の成長発達の心配の有無に関わらず、親が我が子の変化や育児の状況を語るよう促し、専門職が発育発達の知識や、必要な育児行動を紹介し、状況の解釈を助けることで、親が自己の体験を振り返り、意味づけ、認識を変え、自ら育児の指針を見出すよう支援できる。これらの支援により、親が他者との相談や関わりの重要性を実感することは、HLの発展の特徴Cに繋がる。

最後に「C. 問題を焦点化し、試行錯誤する自分を支える他者と関係を築く」という育児に対するHLの発展を促す支援を検討する。自らの状況を知り、問題を焦点化し他者から情報を得る能力を引き出すには、対象者の理解の確認と、質問しても恥ずかしくない環境づくりが大切<sup>35)</sup>である。全ての支援者にとって、まず親の理解を尋ね、知識と経験の不足は当然のことと共感し、傾聴する姿勢が重要である。また、坂間ら<sup>36)</sup>が、育児不安が高くメディアの情報に依存しがちな母親への支援について、母親が子の反応をみながら試行錯誤し、気兼ねなく人に聞ける環境の重要性を指摘するのと同様に、他の親や支援者など他者と日常的に交流し、育児について話せる支援が重要と考える。このHLの発展の特徴を示した研究参加者は、育児には試行錯誤が不可欠であるがゆえに他者との交流が支えである、と強く自覚していた。交流で得たアウトカムに着目して親の体験を聴き、メリットを自覚できるようフィードバックすることは、他者と支えあう関係を築く意欲と能力の発展を促すと考える。この支援は、地域全体を支援対象とし、住民の特徴に応じた資源やコミュニティの醸成を担う保健師等には特に重要と考える。また、信頼関係に基づく他者との関わりや相談は、親の自分なりの取り組みを促し、HLの発展の特徴A, Cを促すと考える。

## VIII. 結論

本研究は、母親が様々な困難を経験する第一子の産後半年間について、HLという生涯にわたり様々な健康課題に活用できる認知社会的能力の観点から捉えることで、母親が子の発育発達を支えつつ自らも発達する過程を示した。育児に対するHLの発展プロセスは、情報の理解と実践を基盤とし、他者との関係による安心感に促されて我が子の個別性を理解し、その反応を捉え認識を変化させながら、試行錯誤し他者との交流を模索する過

程であり、3つの特徴ある発展を循環し進んでいた。育児に対するHLの発展を支援するには、発展の特徴を捉え、循環を促すことが重要である。

しかし、本研究の研究参加者は母親のみで、育児の時期も限定しており、今後は父親の参加も得て対象を広げた研究が必要である。また、HLは学歴や情報リテラシーと関連し、研究参加者には大学卒や、IT、出版関連業に携わる者が含まれたため、結果に影響したと考える。さらに、親子に疾患がある場合や育児不安が強い場合についても研究を重ねる必要がある。

快くご経験をお話くださった研究参加者の皆様、ご協力いただいた自治体職員の皆様に心より御礼申し上げます。

本研究の一部を第5回日本公衆衛生看護学会学術集会(2017年1月)で発表した。本研究は、千葉大学大学院看護学研究科における修士論文の一部を再分析し加筆修正したものである。本研究における利益相反はない。

## 引用文献

- 1) 厚生労働省：平成29年版厚生労働白書—社会保障と経済成長—, 日経印刷, 2017.
- 2) 厚生労働省：健やか親子21最終報告書, <https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/0000030713.html> (2019年12月19日)
- 3) 前掲2)
- 4) 山崎さやか, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太朗：乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連—健やか親子21最終評価の全国調査より, 日本公衛誌, 65(7)：334–346, 2018.
- 5) 外山紀子, 小館亮之, 菊池京子：母親における育児サポートとしてのインターネット利用, 人間工学, 46(1)：53–60, 2010.
- 6) 井田歩美, 猪下光：2, 3歳児をもつ母親の育児情報ニーズ—ソーシャルメディアにおける発言の分析, ヒューマンケア研究学会誌, 8(1)：71–77, 2016.
- 7) 井田歩美, 猪下光：1歳未満の児をもつ母親のソーシャルメディア上における育児に関する発言の実態—延べ34万件の分析, ヒューマンケア研究学会誌, 5(2)：7–13, 2014.
- 8) 坂間伊津美, 松田宣子：乳児をもつ母親の育児不安と育児情報の利用意識との関連, 茨城キリスト教大学看護学部紀要, 1：11–15, 2009.
- 9) 太田ひろみ：都市部での子育てをめぐる課題と大学が行う子育て支援活動, 杏林医学会誌, 45(3)：101–104, 2014.
- 10) 前掲6)
- 11) 多田美由貴, 岩本里織, 岡久玲子, 松下恭子：母親のヘルスリテラシーを測定している尺度と関連要因に関する文献検討, JN1, 16(1-2)：1–9, 2019.
- 12) WHO: Health Promotion Glossary, <https://www.who.int/>

healthpromotion/about/HPG/en/, (2019年9月5日)

- 13) Sørensen K, Van den Broucke S, Pelikan JM, Fullam J, Doyle G, Slonska Z, Kondilis B, Stoffels V, Osboene RH, Brand H: Measuring health literacy in populations: illuminating the design and development process of the European Health Literacy Survey Questionnaire (HLS-EU-Q) BMC Public Health, 13: 948, 2013.
- 14) Nutbeam D: Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century Health Promot Int, 15(3)：259–267, 2000.
- 15) Nutbeam D: The evolving concept of health literacy, Soc Sci Med, 67: 2072–2078, 2008.
- 16) 杉森裕樹：ヘルスリテラシー (福田洋, 江口泰正), 初版, 大修館書店, 2016.
- 17) 前掲11)
- 18) 前掲15)
- 19) Kumar D, Sanders L, Perrin EM, Lokker N, Patterson B, Gunn V, Choi L, Rothman RL: Parental understanding of infant health information: health literacy, numeracy, and the Parental Health Literacy Activities Test (PHLAT), Acad Pediatr, 10(5)：309–316, 2010.
- 20) Newman B, Newman P: 生涯発達心理学 (福富護), 新版, 川島書店, 1988.
- 21) Edwards M, Wood F, Davies M, Edwards A: The development of health literacy in patients with a long-term health condition: the health literacy pathway model, BMC Public Health, 12: 130, 2012.
- 22) 前掲21)
- 23) 前掲14)
- 24) 高野陽, 加藤則子：母子保健マニュアル (高野陽, 柳川洋, 加藤忠明), 6版, 南山堂, 2008.
- 25) 瀬江千史：育児の生理学, 改訂版, 現代社, 2014.
- 26) 前掲14)
- 27) 氏家達夫：親になるプロセス, 初版, 金子書房, 1996.
- 28) 前掲14)
- 29) 佐藤紀子：最新公衆衛生看護学各論1 (宮崎美砂子, 北山三津子, 春山早苗, 田村須賀子), 第3版, 日本看護協会出版社, 2019.
- 30) 前掲14)
- 31) 横山文子, 今関節子, 新野由子：4ヵ月児を育児している母親の育児体験—はじめてのわが子の健康管理に焦点をあてて, 看護学研究紀要, 5(1)：1–14, 2017.
- 32) 前掲24)
- 33) 河野洋子：産褥期の母子相互関係と看護の構造 (第2報) 育児に関する看護過程の分析, 母性衛生, 42(2)：418–426, 2001.
- 34) 前掲25)
- 35) 阪本直人：ヘルスリテラシー (福田洋, 江口泰正), 初版, 大修館書店, 2016.
- 36) 前掲8)

MOTHERS' DEVELOPMENT OF HEALTH LITERACY REGARDING CHILD REARING  
IN THE INITIAL SIX MONTHS AFTER THEIR FIRST CHILDBIRTH

Ayano Sakai, Mina Ishimaru, Misako Miyazaki  
Graduate School of Nursing, Chiba University

KEY WORDS :

health literacy, child rearing, life-span development

Purpose: To elucidate mothers' development of health literacy regarding child rearing in the initial six months after their first childbirth for suggestions to support the development of health literacy regarding child rearing.

Method: In this qualitative descriptive study, we conducted semi-structured interviews with eight mothers to identify how they researched, considered, consulted on, and practiced child rearing in the initial six months after their first childbirth. We analyzed the data qualitatively and inductively, focusing on their health literacy development.

Result: The development of health literacy regarding child rearing was classified into four core categories: 1) child rearing based on given prevailing information and guidance on infant care, 2) making informed decisions by gathering and using information and voluntary consultations triggered by interest in and anxiety about their child, 3) through undesirable experiences, realizing the growth of their child and adjusting their child-rearing techniques by considering the child's reaction and general infants' characteristics and growth, and 4) building relationships with others to support themselves by knowing others' child rearing practices, encouraging each other, and realizing through trial and error that there is no perfect way to raise a child.

Discussion: Mothers' development of health literacy regarding child rearing proceeds through three primary ways: "understanding their child and grasping child-rearing techniques by observing general infants' growth and development and their child's individuality," "changing their perceptions about their child and child rearing by reflecting on and finding meaning in the child's reactions and experience," and "focusing on problems and building relationships with others to support themselves through trial and error." Promoting this cycle to support the development of health literacy on child rearing is important.