

研究報告

# プレコンセプションケアの視点からみた助産師が行う 「産科看護体験」における 非医療系女子大学生の学びの検証

A study from the perspective of preconception care on the learnings gained  
by female students of non-healthcare majors through the obstetrics  
nursing experiences taught by midwives

ケニヨン充子<sup>1)</sup> 三里久美子<sup>2)</sup> 佐藤 美保<sup>1)</sup> 岸田 泰子<sup>1)</sup>  
Michiko Kenyon Kumiko Misato Miho Sato Yasuko Kishida

キーワード：非医療系女子大学生、助産師、産科看護体験、プレコンセプションケア

key words : female students majoring in non-healthcare fields, midwife, obstetric nursing experience, educational effects, preconception care

## 要旨

目的：助産師資格を持つ大学教員が非医療系女子大学生に行った「産科看護体験」の学びを明らかにし、プレコンセプションケアの視点から検証した。

方法：女子大学生2～3年生を対象に行った「産科看護体験」のレポートをデータとし、質的記述的に分析した。

結果：対象者34名のデータを分析し【身をもって体感する妊娠・育児での苦労と負担】【小さくてもひとつの命であることへの尊重と触れ合う喜び】【自身の将来の家族像への期待と不安】【母親になった女性への共感とサポートの重要性】【子どもを育てる親への畏敬の念】【貴重な学習機会の実感】の6つのカテゴリーを抽出した。

結論：助産師が行う青年期の女子学生への「産科看護体験」は、知識・技術の獲得により将来への準備となること、妊婦や母親などへの理解を深める機会となることが示された。さらに、自身のライフコースを考え命の尊厳や親になることを真剣に考えるきっかけになることが明らかになった。

## Abstract

Purpose: This study aimed to describe the training in “obstetric nursing experiences” provided by university faculty with midwifery credentials to female students majoring in non-healthcare fields.

Method: The obstetric nursing experience involved simulating pregnancy and newborn care and included problem-solving practical exercises. A university faculty member with midwifery certification conducted an obstetric nursing experience for second- and third-year students taking liberal arts courses in 2021. The post-class reaction papers were used as data and analyzed qualitatively and descriptively.

Results: Data from 34 participants were analyzed. The obtained data categories included: *The difficulties and the burdens of pregnancy and childcare experienced firsthand*; *The respect*

受付日：受付日 2022 年 11 月 4 日 受理日：2023 年 2 月 18 日

1) 共立女子大学看護学部 2) 松蔭大学看護学部

*for the fact that it is a life and that it brings joy when interacting with it; The expectations and the anxieties of the image of their own future family; The empathy for women who become mothers and the importance of support; The awe for the parents raising children; The sense of a precious learning opportunity; and so on.*

Conclusion: The “obstetric nursing experience” prepared adolescent female students for the future by equipping them with knowledge and skills in pregnancy, newborn care, and problem-solving. It deepened the understanding of their counterparts, including pregnant women and mothers. Furthermore, the experience provided an opportunity to think about charting a life course and to contemplate the sanctity of life and becoming a parent seriously.

## I はじめに

妊娠中の母体の健康は、妊娠前の生活習慣や母体の健康が大きく影響するため、プレコンセプションケアの重要性が叫ばれている。世界保健機関（World Health Organization : WHO）や米国CDC（Centers For Disease Control and Prevention）では、プレコンセプションケアとは、妊娠前の女性やカップルを対象にし、医療、行動、社会的な健康教育を行うこととされている。女性の健康状態を改善し、母子の健康状態を悪化させる行動や個人的・環境的要因を減らし、最終的に短期的、長期的に母子の健康を改善することで、親になる予定があるかどうかに関わらず、青年期、女性、男性に健康上の利益をもたらすもの<sup>1-2)</sup>とされている。しかしながら、平原は、これまでの我が国では妊娠前からの健康支援という視点での取り組みは十分ではなかった<sup>3)</sup>と述べている。近年では、医師の主導でプレコンセプションセンターが立ちあげられている病院もあり、今後はプレコンセプションケアという概念が一般化されていくことになる<sup>3)</sup>としている。したがって、妊娠中および産後の女性や新生児、その家族の健康を守るためには、早い時期からの教育が重要であり、医療従事者による妊娠前からの男女への支援を構築していくことが急務であると考えられる。

庄木らの妊娠前の女性のライフスタイルと健康行動の実態を明らかにした研究では、妊娠前の30代の女性が<近い将来の妊娠への準備>や<妊娠のリスクへの不安>を抱いている<sup>4)</sup>ことを明らかにしている。さらに、妊娠前の30代の女性は、妊娠や出産を自分に身近なものとして捉えている一方、将来の妊娠や出産に向けた知識は不

十分と感じ、具体的な準備行動に移せていないため、妊娠、出産のリスクへ不安を持っている<sup>4)</sup>と指摘している。30代でも知識が不十分であるということは、さらに若い20代の社会人や大学生の場合、自身の将来へのビジョンをイメージする機会も少なく、妊娠・出産・育児を当事者として捉えている人は少ない可能性が非常に高い。日本助産師会では、中期ビジョン2025として、「若い世代への意思決定の支援・妊娠前教育の普及啓発」が2021年の重点目標となっており、健康教育の強化<sup>5)</sup>を掲げていることから、より若い世代への知識の普及が求められている。

近年では、若者が将来の自身のライフプランを具体的にイメージできる機会がなく、少子化に伴い、乳幼児との接触体験がない人が増えている。谷津らが行った20代女性の出産イメージの特徴に関する研究では、対象者の約半数が出産に現実味を感じていなかった<sup>6)</sup>と報告している。その背景として、仕事と出産を両立するロールモデルがないこと、出産の時期・方法を自律して選択するための教育が不十分である<sup>6)</sup>ことを指摘している。また、川瀬は、子育てに関する具体的な経験がないままに親になる人が増えている<sup>7)</sup>ことを指摘している。したがって、プレコンセプションケアは、女性やカップルに将来の妊娠のための健康管理を提供し、健康状態を改善させるためのケア<sup>8)</sup>とされているが、妊娠前の男女への禁煙、飲酒、適正体重、性行為感染症などの一般的な健康教育に留まらないような教育が望まれる。すなわち、将来のライフコースを描くための知識の習得機会や具体的に妊娠・出産をイメージできるような子どもの世話などの技術の習得の機会を設けることは、妊娠・出産の準備につながり、広い意味でのプレコンセプションケアとなるであろうと考

える。

研究者らは、2020年より大学の教養科目においてリプロダクティブ・ヘルス（性と生殖に関する健康）を保持・増進するための教育を行っている。その授業内容の一つとして、「産科看護体験」を行い妊娠中、産後の育児技術の体験を行った。

そこで、本研究では、助産師資格を持つ大学教員が青年期にある非医療系女子大学生に行った「産科看護体験」の学びをレポートの記述から明らかにし、プレコンセプションケアの視点から検証した。

尚、本研究における「産科看護体験」とは、妊婦の体験、胎児の存在の確認および新生児の世話の体験のことを指す。

## Ⅱ 方法

### 1. 研究デザイン

質的記述的研究である。

### 2. 研究対象

A女子大学短期大学で2021年度に課題解決実践演習を行う教養科目（通年開講、4単位）を履修した2～3年生40名の非医療系女子大学生、短大生である。

### 3. データ収集方法

データは、授業後の400字程度のレポートとした。40名の学生を8グループに分け、1回の授業につき2～3グループの学生が「産科看護体験」を実施した。研究対象者には、「産科看護体験」の授業後に、体験の感想、学び、疑問点などについて自由に記述してもらった。

「産科看護体験」は計3回行ったが、学生はいずれか1回に参加した。

### 4. 「産科看護体験」について

#### 1) 講義概要

学生は、前期には講義形式でリプロダクティブ・ヘルス、女性のからだのメカニズム、女性のライフコース、女性とマタニティサイクルに関する授業を受け、リプロダクティブ・ヘルスに関する知識を学習した上で、後期に「産科看護体験」を行った。

学生は、1コマ（100分間）の「産科看護体験」

を実施した。授業内容とタイムスケジュールを表1に示す。1回の「産科看護体験」人数は10～15名で、看護学部教員2名がデモンストレーション及び体験の際の指導、サポートを行った。

体験の指導、サポートの際には、モデル等の使用方法や技術の指導、妊婦・胎児・新生児の生理についての簡単な解説、グループで学びを共有しながら体験できるような声掛けを意識的に行った。

### 2) 体験の内容

#### (1) 妊娠期の体験

##### ① 妊婦ジャケットの着用

重さ約7kgの妊婦体験ジャケットを着用し、階段昇降、着席（背もたれ椅子・丸椅子）、臥位、落ちた物を拾う、靴の着脱、靴下の着脱などの動作を行った。

##### ② 妊婦腹部触診モデルの触診

妊婦腹部触診モデルⅡ型（高研LM-105）を使用し、胎児心拍の聴取や腹部の触診を通して、子宮内での胎児のイメージを膨らませた。学生は胎児と腹部の内部構造を確認することで妊娠子宮が妊婦の身体に与える影響を考えた。

#### (2) 新生児の世話

##### ① 新生児バイタルサイン人形での観察

新生児バイタルサインモデルⅡ型（高研LM-098）を使用し、新生児の心拍、呼吸を聴取した。

##### ② 新生児モデル人形での育児体験

育児体感赤ちゃんマイベビー3（高研LM-T8020）を用いて、育児の疑似体験を行った。体験した育児内容は、啼泣しているベビー人形に対し、授乳、暖気、オムツ交換、抱っこなどであやすという4つである。適切な対応をするとベビー人形が泣き止み、機嫌の良い声を出す。

新生児モデルコーケンベビー（高研LM-026 M, LM-026 G）を用いて、新生児の抱き方、沐浴を体験した。

##### ③ 胎児人形の観察

胎児モデル「ふうちゃん」（株式会社アヴィスKY3215-000）を抱き、12・16・20・24・27・30・35週の胎児・胎盤の実際の大きさや重さを体感した。

### 5. 分析方法

産科体験学習後のレポート内容から、「産科看

表1 「産科看護体験」授業内容とタイムスケジュール

時間	内容		
	Aチーム	Bチーム	Cチーム
00:00~00:05	体調確認、本日の授業の目的・流れ、注意事項について説明		
00:05~00:20	体験方法の説明、デモンストレーション		
00:20~00:40	妊婦体験・腹部触診	沐浴	新生児観察・育児体験
00:40~01:00	新生児観察・育児体験	妊婦体験・腹部触診	沐浴
01:00~01:20	沐浴	新生児観察・育児体験	妊婦体験・腹部触診
01:20~01:40	まとめ、感想記入		

「産科看護体験」から得た学びに関する記述を抽出してコード化した。その後、コードの内容の類似性・共通性によりサブカテゴリー化し、さらに抽象度を高めてカテゴリー化を行った。分析過程において繰り返し研究者間で討議を重ね、結果の信頼性と妥当性の確保に努めた。

## 6. データ収集期間

2021年11月~12月である。

## 7. 倫理的配慮

研究対象者に対し、初回授業時に研究の主旨を説明し、以下の倫理的配慮を行った。授業で提出するレポートを教育効果検証のためにデータとして使用すること、研究への参加、協力は自由意思に基づくものであることを説明した上で承諾を得た。さらに、提出したレポートをデータとして使用して欲しくない場合はその旨を申告することで研究への参加、協力は研究途中であっても中断できること、レポート内容をデータ化するには個人情報情報を切り離すことで匿名性の保証およびプライバシーの保護に努めること、研究に不参加であっても授業の評価には影響がないこと、データは研究以外には使用しないことを口頭、文書で説明した。尚、提出されたレポートは成績確定後に分析を行った。

本研究は、所属機関の研究倫理審査委員会の承認を得て実施した(承認番号KWU-IRBA#19041)。

# Ⅲ 結果

## 1. 対象者の背景

本研究の対象は、授業に出席し授業後のリアク

ションペーパーを提出した34名で、レポートのデータ活用を拒否、研究中断した学生はいなかった。対象学生の学年は2年生20名、3年生14名であった。対象者の所属は、文系3学部、生活科学系1学部と短大1学科であった。

## 2. 「産科看護体験」から得られた学び

データ分析の結果、「産科看護体験」から得られた学びは、【身をもって体感する妊娠・育児での苦労と負担】【小さくてもひとつの命であることへの尊重と触れ合う喜び】【自らの家族像への期待と不安】【母親役割への共感とサポートの重要性】【子どもを育てる親への畏敬の念】【貴重な学習機会の実感】の6つのカテゴリー【】、33のサブカテゴリー<input type="checkbox"/>、294のコード「」を抽出した(表2)。

### 1) 身をもって体感する妊娠・育児での苦労と負担

妊婦体験ジャケットを着用して日常生活動作を行ったことで、「お腹だけ重いのではなくて、肩も腰も痛くなりそうだった」など<妊婦が感じる痛みの体感>をしていた。さらには、「階段を降りるときに足元が見えなかったり、靴下を履くのが難しいことは想像していたが、あおむけで寝た時にお腹がすごく圧迫されることは体験して初めて気づいた」、「下に落ちているものを拾うことや、横に寝て起き上がることなど、普段何気なく行っていることがこんなにも行いづらく感じることに驚いた」と<妊婦による日常生活動作への影響への理解>につながっていた。また、「妊婦体験は片足になると全然バランスが取れなかったので、靴を履くときは結構危ないと思った」、「妊婦体験ではお腹が大きいというだけで寝たり起きた

表 2 「産科看護体験」による非医療系女子大学生の学び

カテゴリー	サブカテゴリー
身をもって体感する妊娠・育児での苦勞と負担	妊婦による日常生活動作への影響への理解
	日常に潜む妊婦にとっての危険
	妊娠 10 か月間の身体的負担への理解
	妊婦が感じる痛みの体感
	体感して気付いた沐浴に伴う身体の苦痛
	新生児の泣きへの対応の難しさ
	育児技術の習得に対する難しさ
	育児は大変というイメージ
	妊娠・出産・育児に伴う苦勞の連続性
小さくてもひとつの命であることへの尊重と触れ合う喜び	沐浴実施を通して実感した赤ちゃんの安全・安楽への配慮の必要性
	新生児とのコミュニケーションの大切さ
	新生児のニーズに応えられたことで得られた喜び
	赤ちゃんの重み
	胎児・新生児の生理への理解
自身の将来の家族像への期待と不安	胎児への畏敬の念
	将来は夫婦協同して育児を行いたいという希望
	想像したわが子への愛情
	将来の妊娠・出産・育児に対する不安と恐怖
	自身の子育てへの意気込み
母親になった女性への共感とサポートの重要性	体力が必要な妊娠・育児生活への実感
	妊娠・育児に伴う身体・精神面への不調の予感
	妊婦をいたわる気持ちの芽生え
	赤ちゃんの泣きに対する対処困難への共感
	母親・女性としての喜びや過酷さへの理解
	妊婦に対して湧いた興味関心
	一人で育児を行うことの大変さ
パートナーに理解してほしい気持ち	
子どもを育てる親への畏敬の念	家族による育児サポートの重要性
	自らを育ててくれた両親への感謝
	子どもをもつことの責任感
貴重な学習機会の実感	母親の偉大さ
	日常では体験できない貴重な体験
	育児知識の獲得の実感

りと色々な動作に制限がかかり、自分の足元が見えないため階段の下りは特に怖かった」など<日常に潜む妊婦にとっての危険>に気付いていた。

妊婦体験ジャケットの着用は短時間だったが、「少しの体験でも重たくて動くのも大変だと思い、この生活が 10 ヶ月程度続く妊婦さんの苦勞が分

かった」、「妊婦さんの身体になれる服を装着したときは意外と軽いものだと感じたが、これが数ヶ月ずっと続くと考えたら絶対に肩も凝るだろうし不便なことが多いと感じた」など<妊娠 10 か月間の身体的負担への理解>につながっていた学生もいた。

沐浴の体験から、「腰を曲げて洗ってあげるので腰が痛く、片腕で支えているので手首や腕が痛かった」、「沐浴は腰や腕にかなりの負担がかかり、精神的にもずっと気を配りながらやるのですごく大変だった」とく体感して気付いた沐浴に伴う身体の苦痛>を感じていた。「原因不明で泣き続ける赤ちゃんへの焦りは想像以上で、これが毎日時間を問わず続くことを想像すると精神的に辛いものがあった」とく新生児の泣きへの対応の難しさ>を感じ、「沐浴は、実際に赤ちゃんは動くのでもっと難しいんだろうなと感じた」とく育児技術の習得に対する難しさ>を感じていた。

新生児人形での育児を通して、「本当の赤ちゃんは暴れたり泣いたりするのでとても大変だなと思った」、「これ(沐浴)を仕事や家事と両立させるのがどれだけ大変か今まで知らなかった」とく育児は大変というイメージ>を抱いていた。さらには、「改めて妊婦さんの大変さ、産んだ後も赤ちゃんのお世話などを含めて、大変なことが分かった」、「私たちは数分間のみ、一度だけお世話や沐浴をすればよかったが、これが長い間毎日続くと思うと改めて大変さを思い知らされた」とく妊娠・出産・育児に伴う苦労の連続性>を感じていた学生もいた。

## 2) 小さくてもひとつの命であることへの尊重と 触れ合う喜び

新生児人形を使用して沐浴を体験したことで、「お風呂は、赤ちゃんの目にお湯と石鹸が入らないかを注意して身体を洗うのがとても大変だった」、「沐浴体験は赤ちゃんの顔に水が付かないように頭や体を洗う為、より気を遣って行う必要があるのだと改めて感じた」とく沐浴実施を通して実感した赤ちゃんの安全・安楽への配慮の必要性>を学んでいた。

育児体験ベビーでの育児体験を通して、「ただ動作をこなすのではなくて、赤ちゃんに話しかけたり、言葉は通じなくともコミュニケーションをとろうとする心も大事だと思った」とく新生児とのコミュニケーションの大切さ>に気づき、「赤ちゃんの泣いている理由や求めていることが分からず、手探りで少し混乱したが、(赤ちゃんの)喜んだ声を聞くととても癒された」「赤ちゃんをあやす体験では、落ち着いた時に意思疎通が出来た気がして嬉しかった」とく新生児のニーズに応え

られたことで得られた喜び>を感じていた。

新生児人形を初めて抱いたことで「生まれたばかりの赤ちゃんは抱っこしてみると意外に重かった」とく赤ちゃんの重み>を感じていた。新生児バイタルサインモデルを用いたバイタルサイン測定の実験を通じて、「赤ちゃんの心拍数は私たち大人に比べて2倍以上に早いのだと思った」と感じ、妊婦腹部触診モデルに触れることで、「お腹の下の方が硬くなってるところが頭かなと思ったが、脇腹はどちらも空洞のような感覚だったので左右どちらに向いているかは分からなかった」とく胎児・新生児の生理への理解>につながっていた。

さらに、胎児人形の抱っこ、妊婦体験を通して「あんなに小さな体でも命なのだと感じた」、「妊婦体験では自分1人の体じゃないということが実感できた」などく胎児への畏敬の念>も抱いていた。

## 3) 自身の将来の家族像への期待と不安

実際に育児体験をしたことで、「どの体験も大変なので、もし赤ちゃんが出来たら両親や夫と話し合いながら子育てをしようと思った」とく将来は夫婦協同して育児を行いたいという希望>を抱いていた。また、「私は結婚しないつもりだったが、結婚して子供がいる将来もいいかもしれないと感じた」、「子育ては大変でストレスが溜まるという強いイメージから、実際に赤ちゃんが生まれた時を想像しながら沐浴や授乳を体験し、赤ちゃんを可愛いと思う感情の方が高いと感じるように変化した」とく想像したわが子への愛情>を感じていた。

さらには、「産科看護体験」を通して、「自分もいつか母になった時には赤ちゃんとの意思疎通ができるようになりたい」、「どの体験でも辛さはあったが、赤ちゃんの反応やこれから生まれてくる子のことを考えると頑張れるなと改めて思うことができた」とく自身の子育てへの意気込み>を感じた学生がいた。

その一方で「赤ちゃんを産むのが少し怖く感じた」、「授乳や赤ちゃんをあやすことは全く上手くいかず、ずっと赤ちゃんが泣きっぱなしで将来が不安になった」とく将来の妊娠・出産・育児に対する不安と恐怖>を感じていた。また、「お母さんは妊娠中も生まれてからも相当な体力が必要だ

と思った」とく体力が必要な妊娠・育児生活への実感>し、「もしお母さんになって、赤ちゃんがずっと泣き止まなかったらすごくストレスになってしまいそう」、「妊娠することで体への負担と自分の体が自分だけのものではなくすることで心にも大きな負担がかかると感じた」とく妊娠・育児に伴う身体・精神面への不調の予感>をしていた。

#### 4) 母親になった女性への共感とサポートの重要性

妊婦の体験を通して、「もしこれから駅などで困っている妊婦の方がいたら手を貸せるようになりたい」、「自分にとっては本当に些細なことでも妊婦さんだと難しいことがたくさんあると感じ、積極的に手助けできる人になろうと思った」とく妊婦を労わる気持ちの芽生え>がみられた学生もいた。さらには、「(どうして泣いているのか何をもとめているのか) わからないという状況がこんなにも辛いものなのだった」とく赤ちゃんの泣きに対する対処困難への共感>の気持ちが芽生えていた学生もいた。

「産科看護体験」の学びとして「女性ばかり大変な思いすると考えていたが、その分女性にしか味わえない幸せやうれしい感情もあるかもしれないと思った」、「抱っこもおむつを変えるのも想像より重く、たくさん動いてお世話しづらいと思ひ、赤ちゃんの泣き声が可愛く聞こえなくなってくる気持ちが少しわかった」とく母親・女性としての喜びや過酷さへの理解>につながった学生もいた。さらに、「母親からもっと詳しくどれ位苦労したのか聞いてみようと思った」、「自分や友達がお母さんになる姿を想像して楽しかった」とく妊婦に対して湧いた興味関心>を感じていた。

実際の育児体験を通して、「一人での育児がどれだけ大変かということが分かった」とく一人で育児を行うことの大変さ>を痛感し、<パートナーに理解して欲しい気持ち>を抱いていた。さらに、「旦那さんや両親の助けが必要だと思う」、「家族や身近な人の支えが肉体的にも精神的にも本当に大切だと思った」、「お母さん一人で行わず、旦那さんや協力してくれる人と一緒にやったらもっとお母さんも楽になると思った」とく家族による育児サポートの重要性>に気が付いていた。

#### 5) 子どもを育てる親への畏敬の念

自身が育児を体験したことで、「私もこのようにお世話されて今があるのだと思うと、親に感謝しなければいけないと感じた」、「これからは母と父に対して育ててくれてありがとうという気持ちをもって接し、頑張って勉強して恩を返していきたいと思った」とく自らを育ててくれた両親への感謝>の念を抱き、「将来、子どもについてできれば欲しいかなあというような安直な考えだったが、子どもを持つことの責任感を改めて学ぶことができた」とく子どもを持つことの責任感>を感じていた。

また、「妊娠してからある程度育つまでお母さんがずっと様々な面で世話をする必要があり、自分の親も含め、全国のお母さんはとても尊敬できる」、「これ(沐浴)を毎日行うのはすごく大変な事だし世のお母さんは本当にすごいと改めて感じた」とく母親の偉大さ>を感じていた。

#### 6) 貴重な学習機会の実感

「産科看護体験」の学びとして、「高校の授業で妊娠について話を聞くのと、実際に体験するのでは大違いだと感じた」、「ちゃんと赤ちゃんを育てていくのは簡単な事じゃないということを実験することができてとても良かった」とく日常では体験できない貴重な体験>と感じ、「産科看護体験によって、自分の妊娠時に準備が可能となり、何が起こるか分かっていたら不安も少なくなる(と感じた)」、「知識は0ではなくなった」とく育児知識の獲得の実感>していた。

## IV 考 察

### 1. 非医療系女子学生への「産科看護体験」の教育効果

妊娠・分娩・育児に関する専門家である助産師が、非医療系女子大生に対して行った妊婦体験や育児体験などの「産科看護体験」の学びから、教育効果として以下の3点について考察する。

1点目の教育効果として、「産科看護体験」は知識や技術などの習得により将来への準備となることが明らかになった。【身をもって体感する妊娠・育児での苦労と負担】に気が付くことで、妊婦や母親の役割などを知る機会となり将来への心の準備につながった。笹野らは看護学生の妊婦体験の効果として、妊娠後期の妊婦の身体的変化や

日常生活の変化についての理解が深まった<sup>9)</sup>と報告している。今回の対象者は、非医療系女子大学生であったため妊婦に関する知識が薄いにもかかわらず、体験的に想像することができていた。さらに、苦勞と負担を理解することで、【母親になった女性への共感とサポートの重要性】まで思索することができていた。

本保は、父親が家事・子育てに参加していると母親の子育て不安が低いこと、父親の協力的な態度は母親の満足感を高めて安定した心理状態で子育てができる<sup>10)</sup>と報告している。今回の対象者は、体験を通して「将来は夫婦協同して育児を行いたいという希望」や「パートナーに理解して欲しい気持ち」を抱いており、育児は夫婦や家族で協力して行うものであると意識していた。妊娠前の若い女性や男性たちの中に「育児は夫婦や家族が協力して行うもの」という意識を醸成することができると、親族、友人の協力、近所との付き合いもなく孤立した中で母親（または父親）が子どもを育て、育児の責任をひとりで背負い込み孤独な状態に追い込まれるとされる「孤育て」<sup>11)</sup>ともいわれている女性への負担軽減につながるのではないかと考える。

本研究の対象者は非医療系の女子大学生であったが、「産科看護体験」を通して、胎児や新生児の知識や世話の方法を習得し、育児知識の獲得の実感を持つことができた。また、普段接することがほぼない存在の新生児や乳児について、育児体験などを通して【小さくてもひとつの命であることへの尊重と触れ合う喜び】を感じていた。末永らは、育児疑似体験は母性看護実習準備学習として母親の理解、育児への興味につながり育児技術の習得に役立つ<sup>12)</sup>としている。さらに、鬼頭らは、生後4か月頃の乳児を持つ母親の育児の不慣れと育児不安についての研究で、育児不安と関連がみられた不慣れな育児行動について、出産直後から繰り返し行う育児行動で、経験を重ねることで獲得する技術（状況に応じた抱っこ、おむつの当て方のコツがつかめる、授乳の間隔について大体の目安が分かる、沐浴のコツがつかめ実施できる、赤ちゃんが泣いている時のあやすコツ）だった<sup>13)</sup>と報告している。すなわち、産後の疲勞がたまった、忙しい状況で育児技術を習得するのではなく、妊娠前の若い時期から「産科看護体

験」のように、出産後に役立つ育児技術を専門家から教授され育児の疑似体験を繰り返し行い、新生児の生理、特徴や育児技術など必要な知識や技術を妊娠前に獲得しておくことが有効なのではないか考える。これにより、将来の安心や育児不安の予防につながる可能性がある。

2点目の教育効果として、自身のライフコースを描くための妊娠・分娩・育児や新生児に関する情報収集の機会や考えるきっかけとなることが明らかになった。「産科看護体験」により、【自身の将来の家族像への期待と不安】を感じることで、将来の自身の家族形成を考えるきっかけになっていた。藤岡らは、学内演習で短時間での母児と触れ合う経験がもたらす母性意識発達への効果を検証した研究で、学生は、母児との触れ合い経験により子育てをイメージすることができ、母性意識を発達させることができる<sup>14)</sup>と述べている。今回の研究対象者は、非医療系の女子大学生であったが、看護学生と同様に、自ら体験したことで他人事であった妊娠・分娩・育児を自分事として捉えることができ、「自身の子育てへの意気込み」や「想像したわが子への愛情」を感じ、自身のライフコースを考えるきっかけとなったと言える。

3点目の教育効果として、命の尊厳や親になることについて真剣に考えるきっかけとなることが示唆された。片倉らが看護学生に行った疑似妊婦体験学習では、少数意見として、産んでくれた母親への感謝の気持ちを抱いていた<sup>15)</sup>学生がいたと報告している。本研究でも、「自らを育ててくれた両親への感謝」の念を抱いた学生や「将来、子どもについてできれば欲しいかなあというような安直な考えだったが、子どもを持つことの責任感を改めて学ぶことができた」と「子どもを持つことの責任感」を再認識するコードが複数個みられたことから、命の尊厳を考えるきっかけとなっていた。漠然としていた人生の中での妊娠・分娩というイベントが、親になる責任を認識する体験により、主体的に妊娠するかどうかを含めてその時期や相手を選択し意思決定していくことにつながるのではないかと考える。

今回の「産科看護体験」は一度のみであったが、「産科看護体験」を繰り返し行い知識や技術を高めることで、将来の妊娠・分娩・育児に向けて、自身の身体や心を健康に保ち、そのためのセ



ルケア行動を続けていくモチベーションとなる可能性がある。

## 2. 大学におけるプレコンセプションケア実践への示唆

安達は心と身体の成長の著しい思春期、性成熟期の若い世代に対するヘルスケアが最も重要である<sup>16)</sup>と述べている。本邦の中学校や高等学校では、指導要領により月経を含む性に関する教育や食事や栄養バランス、体重コントロール、生活習慣病について保健体育、家庭科などの科目で教育されている。しかしながら、安達は、高校における妊娠に至る経緯や避妊、人工妊娠中絶、異常妊娠・出産などの教育は十分とは言えない<sup>16)</sup>と述べている。大学（医療系・非医療系）における女性の健康支援状況を明らかにした西岡らの研究では、プレコンセプションケア（アルコール、禁煙、危険ドラッグ、将来の妊娠・出産、ライフプランなど）に関連する健康教育講座（部分的な開催含む）を開催していた大学は4割弱であった<sup>17)</sup>と報告しており、大学での教育も十分であるとは言えない。そのため、若い世代が女性の健康や妊娠・分娩・育児などに関する知識や技術を得る機会が乏しい。近年、晩婚化に伴う高血圧や糖尿病などを合併した妊婦も増えており、妊娠前からの健康管理が重要<sup>18)</sup>とされている。また、名草は妊娠前に健康教育を受けることで女性の健康に対する認識が変化するため、将来の妊娠時のリスクや胎児の健康リスクへの軽減につながる<sup>19)</sup>としている。そのため、性成熟期である大学生までに十分な健康教育の機会を準備することが急務であるといえる。

健康な若い世代の大学生は、病院や医療者との接点が少なく、普段の生活の中で、自身の健康や将来の妊娠・分娩を意識することは少ない。さらに、就職後は、系統的に自らの健康や将来の妊娠・分娩・出産に関する学習の機会がほぼ失われる。西岡らは、今後の女性の健康支援として大学入学時から4年次までの間に健康講座の開催、リーフレットの配布、講義、ゼミ等での教育を行うことが望ましい<sup>17)</sup>と述べている。したがって、女子大学生に向けたプレコンセプションケアとして、講義、ゼミナール、健康教育講座などの場を設定し、将来の妊娠に向けた健康教育や妊娠・分

娩・育児の知識や技術を専門家が提供する機会を充実させることが重要であると考えられる。

本研究の結果から、大学におけるプレコンセプションケアの教育内容として、妊婦の体験や新生児の世話などといった自身の将来や育児について具体的なイメージが湧くような内容が効果的なのではないかと考える。今回の対象者は、非医療系女子大学生であったが、赤ちゃんは可愛いと感じている一方で、新生児人形との触れ合いを通して新生児の特徴を知ること、児が泣くことに対して「赤ちゃんが泣きっぱなしで不安になった」や「泣き止まないとストレスになりそう」と「泣き」への対処が難しいことに気が付き、将来への不安を抱いた学生が多かった。また、「(どうして泣いているのか何を求めているのか) わからないという状況がこんなにも辛いものなのだと思った」とく赤ちゃんの泣きに対する対処困難への共感する学生もいた。神谷は、母親の困りごととして、「授乳」「寝不足」「子どもの泣き」などがある<sup>20)</sup>と述べている。実際に自身の子どもで初めて「泣き」を体験すると、閉鎖された空間の中で追いつめられる女性が多い。名草は、プレコンセプションケアの健康教育を行うと、妊娠前には「内的健康統制感」や「自己効力感」が高まり、妊娠後の「不安」が軽減する<sup>18)</sup>としている。このことから、大学生のうちから新生児は泣くものであるということを理解し、新生児の「泣き」への対応を専門家の支援を得ながら、繰り返し経験しておくことで将来への不安軽減や対処行動につなげることが期待できるのではないかと考える。また、一人で抱えこまないためにも、＜家族による育児サポートの重要性＞を知っておく必要がある。以上のことから、大学におけるプレコンセプションケアは、具体的にイメージできるような教育内容・教材を用いて、①妊娠・分娩や新生児に関する理解、②困りごとへの対処法、③周囲に助けを求めることが重要であるということを大学生のうちから知識として習得できるよう働きかける必要があると考える。

今回の研究対象者は、女子学生のみであったが、父親の育児情報源は圧倒的にパートナーであり<sup>21-22)</sup>、育児に関する専門職者の教育を十分に享受せず父親となる男性が多いことが予測される。また、片倉の研究でも、男性に対しても疑似妊婦

体験を経験してもらう機会を望む意見があった<sup>15)</sup>ことが報告されていることから、「産科看護体験」のような教育は女子大学生だけでなく、妊娠前の男性、男子学生に対しても重要であろう。

今回の「産科看護体験」のような経験は、妊娠・分娩に関する知識・技術の獲得のみならず、大学生のうちから助産師や看護師などの専門職との接点を持てるため貴重な機会であると言える。このことから、大学生へのプレコンセプションケアの教育内容として、妊孕性に対する考えを深める機会や自身の性・生殖に関する悩みの解消、ヘルスケアに関する知識の向上にもつながることが期待できる内容にしていく必要がある。安全安心な妊娠、出産を目指したプレコンセプションケアは、「産科看護体験」のような体験型の教育を通じて教育の現場から進めていくことも有効であろうと考える。

## V 結論

本研究では、助産師資格を持つ教員が非医療系女子大学生に対して行った「産科看護体験」の学びを明らかにしプレコンセプションケアの視点から検証した。「産科看護体験」は、①「産科看護体験」は知識や技術などの習得による将来への準備となる②自身のライフコースを考えるきっかけとなる③命の尊厳や親になることについて真剣に考えるきっかけとなることが明らかになった。助産師が行う「産科看護体験」は、新生児の世話、妊婦の体験という技術の習得のみならず、大学生のうちから専門家と接点を持てる貴重な機会となり、プレコンセプションケアの一つとして期待できる。

大学・短期大学教育改革特別予算「リプロダクティブ・ヘルス支援プログラムの開発」(代表者：岸田泰子、2019～2022年)を受け研究を行った。本研究は、その一部である。

開示すべき利益相反関係にある企業などはありません。

### 引用文献

- 1) 世界保健機関 (World Health Organization : WHO) : Preconception care: Maximizing the gains for maternal and child health (2022.1.5 検索)
- 2) 米国 CDC (Centers For Disease Control and

- Prevention): Before Pregnancy, <https://www.cdc.gov/preconception/planning.html>. (2022.1.5 検索)
- 3) 平原史樹：プレコンセプションケアとは，周産期医学，51 (4)，495-498，2021.
- 4) 庄木里奈，鈴木瞳，大田えりか：妊娠前女性のライフスタイルと健康行動の実態 20代30代女性のフォーカスグループインタビューから，聖路加国際大学紀要，8，1-8，2022.
- 5) 公益社団法人日本助産師会：2021年度計画，<https://www.midwife.or.jp/user/media/midwife/page/about/syokai/keikaku.pdf> (2022.1.5 検索)
- 6) 谷津裕子，芥川有理，佐々木美喜，他：20代女性の出産イメージの特徴，日本助産学会誌，30 (1)，57-67，2016.
- 7) 川瀬隆千：大学生の親準備性に関する研究，宮崎公立大学人文学部紀要，17 (1)，29-40，2010.
- 8) 荒田尚子：プレコンセプションケアと産後フォローアップ，医学のあゆみ，256 (3)，199-205，2016.
- 9) 笹野京子，加城貴美子，高塚麻由，他：看護学生における妊婦体験学習効果，新潟県立看護短期大学紀要，10，1-8，2005.
- 10) 本保恭子，八重樫牧子：母親の子育て不安と父親の家事・子育て参加との関連性に関する研究，川崎医療福祉学会誌，13 (1)，1-13，2003.
- 11) 白河市子育て支援ぽっかぽか子育てコラム：子育ての孤独感，<http://www.city.shirakawa.fukushima.jp/page/page001678.html> (2022.1.5 検索)
- 12) 末永芳子，原田なをみ：新生児モデルを用いた育児疑似体験の母性看護実習準備学習への効果——参加動機の相違による比較——，保健科学研究誌，7，7-15，2010.
- 13) 鬼頭敦子，星野明子，志澤美保，他：生後4か月頃の乳児を持つ母親の育児の不慣れと育児不安の関係，小児保健研究，80 (6)，821-827，2021.
- 14) 藤岡奈美，畠知華子，服部佳代子：学内での短時間の母児との触れ合い体験による看護大学生の母性意識発達への効果，活水論文集 看護学部編，7，2-9，2021.
- 15) 片倉裕子，古堀ゆかり：看護学生が学んだ妊婦像——疑似妊婦体験学習と母性看護学実習を通して——，北海道文教大学研究紀要，42，113-122，2018.
- 16) 安達知子：女性のトータルヘルスとしてのプレコンセプションケア，周産期医学，51 (4)，505-510，2021.
- 17) 西岡笑子，三上由美子，飯島佐知子，他：大学における女性の健康支援状況，防衛医科大学校雑誌，47 (1)，78-89，2022.
- 18) 堺香奈子，藤邊祐子，前森桃子，他：プレコンセプションケアの現状と課題が二関する文献検討，八戸学院大学紀要，64，127-134，2022.

- 19) 名草みどり：成熟期女性のプレコンセプションケアに関する文献検討，ヒューマンケア研究学会誌，10 (1)，9-17，2019.
- 20) 神谷摂子：子育て中の母親が感じる出産施設退院後から出産後1年までの困難と求める支援，愛知県立大学看護学部紀要，26，123-135，2020.
- 21) Wockel A, Schfer E, & Beggel A, et al.: Getting ready for birth: Impending fatherhood, British Journal of Midwifery, 15 (6), 344-348, 2007.
- 22) 中村朋子：生後1週間の子どもをもつ父親の育児支援に関する研究——育児経験群・未経験群との比較——，母性衛生，59 (2)，469-476，2018.