

[研究ノート]

ベビーマッサージとわらべうたのワークショップによる子育て支援

の在り方について

—母親の意識調査をもとに—

*長谷川 恭子

**鳥海 弘子

Childcare support through baby massage and children's song workshops

Based on a survey of mothers' awareness

Kyoko Hasegawa

Hiroko Toriumi

キーワード： ベビーマッサージ、わらべうた、子育て支援、スキンシップ、コミュニケーション

Key Words: baby massage, Japanese Children's Singing Game (Warabeuta) , Child care support, Physical contact, communication

要約： 本研究は、母親と子どもを対象としたベビーマッサージおよびわらべうたのワークショップの実践を通して、子育て支援の実践の在り方について検討するものである。4組の親子にベビーマッサージを実施する手順を進め、各部位のマッサージ法と近い遊び方のわらべうたを同時に教え、歌いながら進めていった。母親の意識の変化を知るためにベビーマッサージの前後にアンケートを実施した結果、親子のコミュニケーションや母親の癒しという観点が表れており、子育て中の母親にとって、これらの点に関する支援の需要が高いことが窺われた。参加した親子は今回が初対面であ

ったのであるが、ベビーマッサージとわらべうたによって子どもと密に関わるだけでなく、同じ境遇の母親同士が同じ目的で時間を共有して交流ができたことも、楽しさに繋がったことが明らかとなった。このことから、子育て支援の場を提供する場合には、子どもとのコミュニケーション、他の親子との交流、母親自身の楽しみや癒しが必要であることが考えられる。

Abstract: This study examines how child-rearing support should be practiced through the practice of baby massage and children's song workshops for mothers and children. We proceeded with the procedure of giving baby massage to four groups of parents and children, teaching them how to massage each part of the body and a children's song similar to the play style, and singing along as we progressed. As a result of conducting a questionnaire before and after baby massage to find out changes in mothers' awareness, it was found that there was a strong need for support in these areas for mothers who are raising children. I could hear it. Although this was the first time for the participating parents and children to meet, it was fun not only to get to know their children closely through baby massage and children's songs, but also to be able to interact with other mothers who were in the same situation and share time with each other for the same purpose. It became clear that it was connected to. This suggests that when providing a place to support child rearing, it is necessary to communicate with the child, interact with other parents and children, and have fun and soothe the mother herself.

1. はじめに

本研究は、母親と子どもを対象としたベビーマッサージおよびわらべうたのワークショップの実践を通して、子育て支援の実践の在り方について検討するものである。

乳児期の子どもにとって、母親との1対1の関わりの充実、愛着を持ち、信頼関係を築くことにより社会性やコミュニケーション能力を発達させる第一歩となる。この時の関わりでは、母親が子どもに向かい合い、触れ合い、子どもと視線を合わせることが重要である。このような経験をしておくことが、その後の幼児期の集団活動に無理なく移行していく上でも必要である。一般家庭においては、母親が日々子どもとの密接な関わりを持つことになるが、昨今の母親の現状には「『子ども観』の弱さ『発達の理解』の難しさを抱えた『親力の低下』」が見られ、「親子のコミュニケーション支援」や「親力向上」を目指した支援の必要性などが唱えられている(馬飼野 2020)¹。

こうした関わり方の方法の一つとして、ベビーマッサージは、子どもの体を優しくマッサージすることによるスキンシップを通して親子関係を良好にするなどの効果が期待できることから、子育て支援の取り組みとして実施されている。また、乳児のわらべうたの遊びは、大人が子どもと向き合い、目を合わせ、ゆったりと歌い聞かせながら接触を伴って行うことで、良好な親子関係だけでなく子どもの社会性の発達の始まりとなるものである。このことから、ベビーマッサージとわらべうたには、子どもの発達への効果だけでなく、母親への子育て支援や心理的な援助の効果も高いことが窺える。ベビーマッサージと乳児のわらべうたは、親子が1対1で向き合うこと、体に触れることが共通点として挙げられる。この共通点を介し、合わせて行うことが、より親子のコミュニケーションを円滑にする効果に繋がると考える。

昨今、育児不安を抱えた母親が増え、子育てがうまくいかないということが社会問題にもなっている。このような現状を踏まえ、保育施設に入所している親子への子育て支援に取り組む中、入所していない親子に向けてベビーマッサージの実施をしている施設が増えている。

このことから、本研究では、母親と子どもの円滑な関わりのために、子育て支援をどのように行なっていくべきか、その在り方を検討する。その手段として、筆者らによるベビーマッサージとわらべうたを関連させたワークショップを行う。これをもとに、母親に行うアンケートから、子育て支援に必要な要素を抽出し、子育て支援の在り方を考察することとする。

2. ベビーマッサージおよびわらべうたにおける子育て支援への期待

2-1. 子育て支援について

厚生労働省の2022年国民生活基礎調査によれば、「児童のいる世帯」は全世帯の18.3%だが、そのうち「夫婦と未婚の子のみの世帯」は78.1%であるという。このことから、子育て世代の母親は、核家族の中で子育てをしているケースが非常に多いことがわかる。

乳幼児を育児中の母親を取り巻く状況は、近年、核家族化や少子化により地域との繋がりが脆弱となっている。育児の孤立化、母親の負担感など育児に自信が持てないといったような、いわゆる育児不安を抱える母親は少なくない。その結果、母親の不安やイライラ、子どもとの関り方がわからないなどから、苛立ちを子どもにぶつけてしまう現状がある²。

これらの対策として、厚生労働省は「健やか親子21（第2次）」の基盤課題Aとして「切れ目ない妊産婦・乳幼児への保健対策」を掲げ、「妊娠・出産・育児期における母子保健対策の充実に取り組むとともに、各事業間や関連機関間の有機的な連携体制の強化や、情報の利活用、母子保健事業の評価・分析体制の構築を図ることにより、切れ目ない支援体制の構築を目指す」こととしている³。

小林（2000）は、1歳から7歳までの1364組の家庭を追跡したNICHD（アメリカ国立小児保健・人間発達研究所）において、「乳幼児期の子どもの発達にとって大切なのは、母親が育児に専念するか働くかということではなく、どのような保育を選択するかであり、その保育の選び方を含めて親や家庭のもつ特徴（経済的社会的環境・家族関係・親の性格・仕事や家庭生活に対する親の価値観等）が子どもの発達に及ぼす影響が大きい」ことを示唆している⁴。このように、子どもの成長を考えていく上で、どのような親子の関わりを行うか、その内容を確立していくことが必要なのである。

2015年4月にスタートした子ども・子育て支援新制度では、「幼児期の学校教育や保育、地域の子育て支援の量の拡充や質の向上を進めていく」ことが示され、すべての子どもたちが健やかに成長していくために、子どもの育ちと子育てを社会全体で支援していく取り組みが行われてきている。その一つとして「地域子育て支援拠点事業」が挙げられる。これは、地域の公共施設や保育所児童館等で、乳幼児のいる子育て中の親子の交流や育児相談、情報提供を行なっているものである。これについては、池尻ら（2021）が「ベビーマッサージ教室は地域における子育て支援の事業の一環として有効である」ことを明らかにしている⁵。

また、2021年の「地域子育て支援拠点事業実施要綱」（厚生労働省）⁶では、このような家族環境の変化と母親の子育ての負担感をふまえ、子育て親子の交流等を促す子育て支援拠点の設置を地域で推進することにより、子育て支援機能の充実を図ったり、子育ての不安感等を緩和したりすることを通して、子どもの健やかな育ちを支援していくことを目的とした取り組みが示されている。この基本事業の一つに「子育て及び子育て支援に関する講習等の実施（月1回以上）」が挙げられており、その対象は「子育て家庭の親とその子ども（主として概ね3歳未満の児童及び保護者）」とされている。このことから、母親

が子育てで抱く育児不安に寄り添う方法として、子育てに関する講習を行うことへの効果があると捉えられていることがわかる。

以上のことから、子育て支援として母親と子どもが関わる方法を提供することを行政が保証していることがわかる。その一つとしてベビーマッサージの有効性が認められているのであるが、母親がベビーマッサージの方法を習得する機会に参加すること、習得したことを継続的に実行したいと母親が望み実行することが、子育て支援において母親と子どもが関わる方法を提供したことの成果となると考えれば、その効果的な提供方法を検討していくことが必要だと考える。それは、子育てをしている母親が子どもとの関わりを密にしていく方法を得ようとしているニーズに応えることになるのではないであろうか。

2-2. ベビーマッサージによる乳児とのコミュニケーションについて

ベビーマッサージは、子どもの体を優しくマッサージすることによるスキンシップを通して、親子関係を良好にするなどの効果が期待できることから、子育て支援の取り組みとして実施されている。

ベビーマッサージの子どもへの効果としては、アタッチメントの形成や血行の促進、睡眠の増加、呼吸の安定などが挙げられている。一方、母親については、アタッチメントの形成やストレスの軽減と癒しに繋がり、子どもと楽しく過ごせるようになる効果がある。このことについて、奥村ら (2011)⁷、赤上ら (2012)⁸、渡辺 (2013)⁹、田中ら (2014)¹⁰、伊藤ら (2016)¹¹、伊藤ら (2017)¹²、香取ら (2018)¹³などの研究で、ベビーマッサージにより「抑うつ」、「怒り」、「疲労」、「混乱」尺度が下がることにより、母親の育児不安や育児ストレスが低い状態になることが明らかとなっている。乳児を持つ母親のベビーマッサージに対する興味関心は高い傾向にあるが (八尾他 2016¹⁴、小西他 2018¹⁵)、ベビーマッサージを体験した母親の方が体験していない母親より育児不安やストレスが低い結果である (光盛他 2009)¹⁶ことを踏まえると、ベビーマッサージを子育て支援として行うことは育児へのプラスの効果が期待できる。つまり、ベビーマッサージの効果として、母親に心理的効果があることが示されているのである。

以上のことから、ベビーマッサージによるスキンシップによるコミュニケーションは、子どもにとっては精神面の成長や身体的な安定に繋がり、母親にとっては精神面の安定となっていることが窺える。つまり、身体的な接触を伴うコミュニケーションを行うことで、親子共に良好な効果を得ることができるのである。

2-3. わらべうたによる乳児とのコミュニケーションについて

乳児期のわらべうたを扱った関わり (以下、わらべうた遊び) は、1対1で行うことが基本である。それは、母親と子ども、保育者と子どもなど、大人と子どもとの関わりから始まる。大人が子どもに向き合い、ゆったりと優しい声で、子どもの顔を見ながら歌うこ

とが、子どもの安心感となる。また、子どもの身体に触れながら行うことが、お互いを身近に感じ、人と関わることの温かみや心地よさとなる。直接的に、肉声が伝わること、身体の接触があること、大人からの関わりとそれに対しての子どもの反応があることが、子どもが「母親と心を通わせ、音楽の喜びと楽しさを感じ」ることになり、「母親が遊ばせ歌でゆったりと子どもと関わる時間は、我が子への愛おしさを感じる貴重な機会になっている」のである（西海・長谷川 2019）¹⁷。

わらべうた遊びを親子で行うことについて、多くの母親は「子どもの音楽教育として良い」という子ども目線の捉え方の一方で、「自分が癒される」と母親の観点から効果を認識している様子もある。このことから、「母親と子どもが上手くコミュニケーションを取ることができるようになり、子育てがスムーズになる」（古賀他 2014）¹⁸効果が期待できると考える。また、山本・内田（2019）は、「わらべうたを歌いながら子どもと身体的に触れ合うことで、親子感の愛着に何らかの影響が生じるのでは」という観点から、わらべうた遊びによる親子のふれあい遊びに参加した母親へのインタビューを行った。この結果、「子どもが笑ってくれた、楽しそうだった、ということに喜びを感じた母親が多く」、「子育てに困り感を強く抱えている母親の方がわらべうたの効果を強く感じていた」ことを報告している¹⁹。これらを踏まえると、乳児と母親がわらべうた遊びを行うことは、単に子どもを楽しませるための方法ではなく、子どもと母親の双方が心理的な充足感を得ることができる時間の共有であると言える。また、子どもが大人への信頼関係や愛着を持つものということだけではなく、母親においても子どもへの愛情を深めるための触れ合いを持つきっかけであったり、子育てを円滑にするための手段となるものであったりするという面では、親子のコミュニケーションを深めるための効果が高いものであることが分かる。

2-4. 本研究における仮説と目的

乳児期のわらべうた遊びには、子どもの顔に触ったり手足を動かしたりしながら行う〈遊ばせ遊び〉（遊ばせ歌）がある。これを行う効果は、子どもの身体のあらゆる部分に触れることで、刺激を与えたり運動になったりすることである。ベビーマッサージと遊ばせ遊びの実施方法が近いものがあることから、わらべうた遊びをベビーマッサージに取り入れられることが窺える。このことを踏まえると、単に遊びを通したコミュニケーションというだけでなく、マッサージ効果がある関わりを見込めるかもしれないことが考えられる。

また、ベビーマッサージとわらべうた遊びには、子どもの発達への効果だけでなく、母親への子育て支援や心理的な援助の効果も高いことが窺える。ベビーマッサージと乳児のわらべうた遊びは、親子が1対1で向き合うこと、体に触れることが共通点として挙げられる。この共通点を介し、合わせて行うことが、より親子のコミュニケーションを円滑にする効果に繋がるのではないだろうか。

これらを検討するため、本研究では、親子を対象にベビーマッサージとわらべうた遊びを合わせた子育て支援のワークショップを行い、母親がどのような意識を持つのかを分析する。このことを通して、乳児の子育て支援としてベビーマッサージとわらべうた遊びを組み合わせて提案することにより期待ができる、子育ての場面における母親の心理的な支援の効果について考察する。

3. ベビーマッサージとわらべうたを合わせて行うことに関する母親の意識

3-1. 調査の方法

2022年12月4日10:00から、4組の親子を対象に、子育て支援施設でベビーマッサージとわらべうたを組み合わせたワークショップを実施した。母親には、個人のスマートフォンでQRコードを読み取りGoogle Foamにアクセスしてアンケートに回答することを求めた。無記名での回答としたが、個人情報の守秘義務などについては口頭で説明し、アンケートへの回答の送信をもって承諾の意思表示とみなすこととすることを伝えた。なお、本調査は秋草学園短期大学研究倫理審査委員会の承認を得て行った（承認番号2022-12）。

3-2. 調査内容

ワークショップは、基本的にはベビーマッサージを実施する手順を進め、各部位のマッサージ法と近い遊び方のわらべうたを同時に教え、歌いながら実施していった。ベビーマッサージとわらべうたの組み合わせは、表1の通りである。

表1 ベビーマッサージとわらべうたの組み合わせ

ベビーマッサージの内容	わらべうた
「はじめるよ」の合図	コーブロ
足（全体）	いちり
足（足の指）	ふくすけさん
腕	まがんこ、こっちのたんぼ、このここのこ
手指	イッチクタッチク
体全体	いもむしごろごろ
顔	オデコサンヲマイテ
耳	メン、メン、タマグラ

アンケートは、ベビーマッサージとわらべうた遊びのこれまでの経験と、今回の体験をこれからの子育ての場面で取り入れていこうと思ったかについて（いずれも選択肢）、またその理由について（自由記述）の質問を設定し、実施前（これまでの経験を確認する事項）と実施後（体験の感想の事項）に行なった（表2）。

表 2 アンケートの質問項目

〈実施前〉	
1.	あなたの年代をお答えください
2.	お子さんの月齢をお答えください
3.	本日この会に参加を希望した理由をお答えください
4.	ベビーマッサージを体験したことがありますか
5.	子どもとわらべうたで遊んだことがありますか
〈実施後〉	
1.	わらべうた遊びをこれからの生活で取り入れようと思いますか
2.	1で回答した理由をお答えください
3.	ベビーマッサージをこれからの生活で取り入れようと思いますか
4.	3で回答した理由をお答えください
5.	本日の参加の感想をお書きください

3-3. 調査結果

参加者の内訳は、30代の母親4名と、6ヶ月1名、9ヶ月2名1歳1ヶ月1名の子どもであった。

表3は、実施前に行ったアンケートの結果をまとめたものである。実施前のアンケートによると、ベビーマッサージの体験については、「あり」が2名、「なし」が2名と半々であった。参加理由は、ベビーマッサージに興味があったけれども、参加する機会がなかったという様子であったが、3の回答を見ると、複数の子どもがいる場合、下の子どもとの関わりを増やしたいという願望が念頭にあることが窺える。こういったことを踏まえると、こうした親子で関わるものに参加することで、子どもとのコミュニケーションを増やすこ

表 3 実施前のアンケート

	母親の年齢	子どもの月齢	参加理由	ベビーマッサージの経験	わらべうたの知識	子どもとわらべうた遊びをした経験／知っている曲
1	30代	6ヵ月	ベビーマッサージを体験するチャンスがなかった。	なし	教えてもらったことはあるが、あまり覚えていない。	ほとんどない／いちり
2	30代	9ヵ月	子ども二人を連れていく余裕が自分に出来た。	あり	知っているが、自分の子どもにはあまり歌っていない。	ほとんどない／にぎにぎなべなべ
3	30代	1歳1ヵ月	下の子どもと二人の時間を過ごしたかった。	あり	教えてもらったことはあるが、あまり覚えていない。	ほとんどない／このここのこ
4	30代	9ヵ月	ベビーマッサージの講習やイベントに行ったことがなかった。	なし	知っているが、自分の子どもにはあまり歌っていない。	ほとんどない／ちょちょち

とを期待していることが分かる。わらべうたについては、全員が知っている曲はあるがあまり遊んだことがないとの回答であった。知っている曲があるか、口頭で質問したところ、乳児のわらべうたは「いちり」「このここのこ」「ちょちちょち」の3曲であり、おそらく他の曲も他の施設のわらべうたの会などで教わったものであったようであった。しかし、曲を歌えるほど覚えている様子はなかった。

表4は、実施後のアンケートをまとめたものである。「1. わらべうた遊びをこれからの生活で取り入れようと思うか」については、「積極的に取り入れようと思う」が3名、「取り入れようと思う」が1名と、参加者全員が今後は取り入れていきたいという結果となった。その理由(2.)には、子どもと母親の心地良さや、スキンシップ、コミュニケーションの向上に関する記述がみられた。また、母親自身の癒しという意見も見られた。「3. ベビーマッサージをこれからの生活で取り入れようと思うか」の回答についても、わらべうた(1.)と同様、「積極的に取り入れようと思う」が3名、「取り入れようと思う」が1名であった。その理由(4.)としては、子どもとのスキンシップだけでなく、体調管理や生活場面における静と動のメリハリなどの意見や、「お風呂上がりにできる」との具体的な実施場面を想定したものも見られた。これらの回答から、ベビーマッサージとわらべうた遊びに対して、母親たちは肯定的な印象をもっていること、子どもとのコミュニケーションを深める効果を実感していることが窺える。また、母親の心地よさや癒しを感じたことも、良い印象に繋がったと考える。そうしたことが、ベビーマッサージとわらべうた遊びを組み合わせた活動として生活に取り入れたいという願望に至っていることが分かる。

この他、参加した感想を尋ねた項目の回答は、表5の通りである。

表4 実施後のアンケート：わらべうた遊びとベビーマッサージに関する意識

	1. わらべうた遊びを今後の生活で取り入れようと思うか	2. 1で回答した理由	3. ベビーマッサージをこれからの生活で取り入れようと思うか	4. 3で回答した理由
1	積極的に取り入れようと思う	子どもが気持ちよさそうにしていた。	積極的に取り入れようと思う	お風呂上がりにちょっとでもやってみたい。
2	取り入れようと思う	なかなか歌を歌いながら触れ合える機会がなかったから。	取り入れようと思う	静と動の動きをつけて落ち着ける環境を作りたいと思ったから。
3	積極的に取り入れようと思う	子どもとのスキンシップになると思ったから。	積極的に取り入れようと思う	お風呂上がりにできると思った。
4	積極的に取り入れようと思う	子どもと一緒に楽しめる。わらべうたが、親子共に心地良かったから。歌う事で、自分自身も癒された。	積極的に取り入れようと思う	子どもとのスキンシップになるから。 子どもの体調を把握出来るから。 子どもの身体に良い刺激を与えられるから。

表 5 実施後のアンケート：参加した感想

5. 参加した感想
初めて参加しましたが、親子で楽しめました。ありがとうございました。
なかなかこういった機会がないので、またあったら参加したいです。
様々な月齢のベビー達と交流でき、マッサージとわらべうたを一緒にやっていただき、楽しかったです。家でもやってみたいと思います。ありがとうございました。
マッサージとわらべうたと合わせる事で、更に親子で楽しく気持ち良い時間を過ごせると感じました。色々な質問にも答えていただきありがとうございました。同年代の赤ちゃんにも会って親子共に嬉しかったです。ゆったりと、リフレッシュして過ごせました。わらべうたはこれまであまり歌った事がなかったですが、子どもの名前を呼びかけながら、優しい気持ちになれる歌だったので、これからの子どもとの生活に取り入れていきます。ありがとうございました。

ほとんどの回答に〈楽しい〉というキーワードが挙がっているが、キーワードが挙がっていない回答については「またあったら参加したい」という前向きな記述があることから、ベビーマッサージとわらべうたを組み合わせた取り組みを全員が肯定的に受け止めていることが分かる。これに関しては、親子が楽しんだことについての記述がほとんどであるが、他の親子と交流できたことの楽しさを挙げているものもみられた。このことから、母親がこうした機会を楽しいと感じる要因は、親子関係内のみでのコミュニケーションによるものだけでなく、他者との関わりによる外的な側面もあると考察する。

以上のことから、母親はこのような行事に参加することに求めているのは、子どもとのコミュニケーションに繋がる活動を得ることと、母親自身に関わる心理的な効果であると考えられる。

4. まとめ

今回の取り組みでは、アンケートの回答に先行研究でも示されていた親子のコミュニケーションや母親の癒しという観点が表れており、子育て中の母親にとって、これらの点に関する支援の需要が高いことが窺われた。参加した親子は今回が初対面であったのであるが、ベビーマッサージとわらべうた遊びを組み合わせることで親子が密に関わるだけでなく、同じ境遇の母親同士が同じ目的で時間を共有して交流ができたことも楽しさになったことが、こうした需要に繋がっているのであろう。

ベビーマッサージは、体の中心から先端へ向かって実施するという基本的な流れがあり、スキンシップとしては分かりやすい動きである。今回のわらべうたは、部位のマッサージ法に合わせた遊び方で示しただけでなく（一部、ベビーマッサージの動きに合わせて動きの方向を変えたものもある）、ベビーマッサージの実施過程に沿って提示していったこと

で、覚えやすさもあったのではないかと考える。実施後に行なった全体の会話の中で、母親からは「これまではなかなか覚えられなかった」という話があったが、今回は資料を提示しながら行なったので、聞き覚えだけにならず、「資料を確認したので覚えられた」という声も上がっていた。こうした観点から、提示した内容の定着という部分の配慮も必要であると考ええる。

また、わらべうた遊びは、母親の実施後のアンケート回答にあるように、単に親子の触れ合いの遊びというだけではなく、母親にとって子どもと「歌いながら触れ合える機会」が「歌うことで、自分自身も癒され」る時間であるということができると考える。ベビーマッサージが子どもの身体的な安定になる一方で、組み合わせるわらべうた遊びを行うことが母親の癒しになっているということは、親子共に良い効果を得ていることになる。こうした経験を母親が経験し、生活に取り入れることで親子関係を良好に継続していくことになるのであれば、このような取り組みを子育て支援の場で提供することの意義は大きいのではないかと考える。

ワークショップに参加した親子は、ワークショップが始まる前、ワークショップ終了後に、他の親子と交流している場面が見られた。こうした交流を楽しんでいることがアンケート結果にもみられたが、これについては、同じような年齢の子どもを持った親という共通点が交流を楽しむ要因となったのではないかと考える。この点については今回の調査では情報を集めなかったため、推論の域を出ないので、今後の調査で明らかにしたい。

本研究の結果からは、乳児の親子が子育て支援に求めているものは、親子のコミュニケーションの向上、他の親子との交流、母親の癒しなどであることが感じられた。このことから、子育て支援の場を提供する場合には、母親が子どもとコミュニケーションを取りやすい方法の提示をすること、他の親子との交流の場面を設けること、母親が自分の楽しみや癒しとして行うことができるようなものを提示することが必要であることが明らかとなった。そういった面では、ベビーマッサージとわらべうたを組み合わせた取り組みは、意義があると考えられる。こうしたことが、「親力」の向上にもなっていくことであろう。

しかし、本研究は4組の親子で実施をした結果であることから、これらのことを明らかにするにはデータが少ない。そのため、今後、このような取り組みを継続的に行うことや、同じ親子が複数回参加することによる効果などについて、研究を進めていきたい。また、これらの支援を保育者ができるようになれば、子育て支援の提供の場が増えることになり、こうした取り組みはより母親の支援として身近なものとなるであろう。このことを見通して、将来保育者となる保育者養成校の学生への学びとして取り入れていくことも検討していきたい。

*長谷川 恭子 秋草学園短期大学 地域保育学科 教授

**鳥海 弘子 東京未来大学 こども心理学部こども心理学科 専任講師

-
- ¹ 馬飼野陽美(2020)「わらべうたを通しての親子のコミュニケーション支援—子育て支援センターでの取り組みの経過と検討—」『保育と実践=Practical Research for Early Childhood Education and Care』15, 132-148.
 - ² 井田歩美(2013)「わが国における母親の育児困難感の概念分析 Rodgers の概念分析法を用いて」『ヒューマンケア研究学会誌』4(2), 23-30.
 - ³ 厚生労働省「健やか親子 21」(第2次) <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-11901000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Soumuka/s2.pdf> 閲覧日: 2023. 10. 30.
 - ⁴ 小林登(2000)「世紀の子育てを考えよう-NICHD の乳幼児保育研究から学ぶ」『小児科診療』63, 1078-1085.
 - ⁵ 池尻都, 箕浦洋子, 井上寛子(2021)「地域で生活する児とその家族を対象としたベビーマッサージの効果に関する文献検討」『関西看護医療大学紀要』13, 1, 7-17.
 - ⁶ 厚生労働省「地域子育て支援拠点事業実施要綱」(2021年改正) https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/321a8144-83b8-4467-b70e-89aa4a5e6735/1fac48cd/20230401_policies_kosodateishien_shien-kyoten_02.pdf 閲覧日: 2023. 10. 29.
 - ⁷ 奥村ゆかり, 松尾博哉(2011)「ベビーマッサージが母子双方のストレス反応に及ぼす効果に関する研究」『母性衛生』51(4), 545-556.
 - ⁸ 赤上涼子, 加納尚美(2012)「ベビーマッサージが母親の育児に及ぼす効果について」『茨城県母性衛生学会誌』30, 68-73.
 - ⁹ 渡辺香織(2013)「タッチケアが産後1~2カ月の母親の愛着・育児不安・母子相互作用に及ぼす影響」『母性衛生』54(1), 61-68.
 - ¹⁰ 田中弥生, 渡邊浩子(2014)「1か月間のベビーマッサージが母親の自律神経活動と心理状態にもたらす効果の検証」『母性衛生』55(1), 111-119.
 - ¹¹ 伊藤良子, 笠置恵子(2016)「ベビーマッサージが母親の愛着・対児感情・メンタルヘルスに与える影響」『母性衛生』57(2), 401-409.
 - ¹² 伊藤良子, 笠置恵子, 日高陵好, 北村教恵(2017)「ベビーマッサージが産褥3~6か月の母親の産後うつ傾向に与える影響~対児感情・愛着との関連~」『母性衛生』58(2), 279-286.
 - ¹³ 香取洋子, 立岡弓子(2018)「ベビーマッサージの生理・心理学的評価—唾液コルチゾール濃度・気分プロフィール検証を用いた検討—」『女性 心身医学』23(2), 138-145.
 - ¹⁴ 八尾理恵, 丸谷晴美, 大平由紀, 野口幸美(2016)「大学病院で実施したベビーマッサージ教室の実践報告」『滋賀母性衛生学会誌』18(1), 24-26.

-
- ¹⁵ 小西清美, 長嶺恵理子, 大浦早智 (2018) 「B 市における産後ニーズの検討乳児を持つ母親を対象にした調査から」 『名桜大学総合研究』 27, 149-155.
- ¹⁶ 光盛友美, 山口求 (2009) 「養育期における母親の子ども虐待の予防に関する研究—ベビーマッサージを体験した母親と体験していない母親の比較検討—」 『日本小児看護学雑誌』 18(2), 22-28.
- ¹⁷ 西海聡子, 長谷川恭子 (2019) 「わらべうた遊びがもたらす音楽的コミュニケーション」 日本音楽教育学会 『音楽教育研究ハンドブック』, 音楽之友社, 132-133.
- ¹⁸ 古賀弘之, 神谷良恵 (2014) 「子育て支援における「わらべうた」の役割: 家庭における『わらべうた』の受容について」 『人間文化研究』 20. 15-30.
- ¹⁹ 山本由紀子, 内田晋子 (2020) 「わらべうたが親子間における愛着に及ぼす影響」 『白梅学園大学・白梅学園短期大学 子ども学研究所 研究年報』 25 巻, pp. 63.