

「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」実践のための  
医療者セミナーの評価と今後の課題  
—参加者へのアンケート調査から—

三根有紀子\*, 佐藤香代\*, 浅野美智留\*, 石村美由紀\*, 吉田静\*, 鳥越郁代\*  
野中多恵子\*\*, 宮野由加利\*\*\*, 藤本清美\*\*\*

**Workshop Evaluation:**

**Maternity Class Training - Enhancing Awareness of Body Sensations**

Yukiko MINE, Kayo SATO, Michiru ASANO, Miyuki ISHIMURA, Shizuka YOSHIDA,  
Ikuyo TORIGOE, Taeko NONAKA, Yukari MIYANO and Kiyomi FUJIMOTO

**Abstract**

**Objective**

To evaluate a workshop for healthcare staff that was held in Fukuoka on the 26 th February 2006. The purpose of the workshop was to practice maternity class training that increases staff's awareness of body sensations during pregnancy, and also to determine the issues pertaining to developing further educational programmes for healthcare staff.

**Methods**

A questionnaire was given to all 128 participants of the workshop.

**Results**

93.8% of questionnaires were completed and returned. The results were as follows:

1. Participants gave several reasons for attending the workshop. The main reasons were:
  - \* Their own interests in this workshop
  - \* Desire to improve or change their own maternity classes
  - \* Intellectual desire to enhance their own awareness of body sensations for their maternity classesFurther, 101 participants (84.2%) reported having difficulty managing their own maternity classes
2. 108 participants (90.1%) said they were "satisfied" with the workshop, for reasons including:
  - \* Learning through their own experience
  - \* Comfortable feeling
  - \* Increased understanding about maternity classes for enhancing the awareness of body sensationsSeven participants, however, were not satisfied, although that number includes four participants expressing neither a feeling of satisfaction nor dissatisfaction.
3. 99 participants (82.4%) regarded this seminar as a useful one for managing their own maternity classes. They wanted to include the following concepts from this workshop into their own maternity classes:
  - \* Enhancing awareness of body sensations

---

\* 福岡県立大学看護学部女性看護学講座  
Department of Women's Health Nursing and Midwifery, Faculty of Nursing,  
Fukuoka Prefectural University  
連絡先: 〒 825-8585 福岡県田川市伊田 4395  
福岡県立大学看護学部女性看護学講座 三根有紀子  
E-mail: mine@fukuoka-pu.ac.jp

\* \* 福岡県立大学学生課保健室  
A Health Center in Student Affairs Division, Fukuoka Prefectural University  
\* \* \* 田川市立病院  
Tagawa Municipal Hospital

- Creating a communal meeting place for pregnant women
  - The philosophy of midwifery
4. The majority of participants wanted to take part in the next seminar (97.5%) and expressed a desire to participate in a refresher course (89.2%).

### Conclusions

The participants were seeking new and inventive ways for conducting maternity classes. We found that a key factor in ensuring participants' satisfaction was allowing them to discover things through their own experiences. The success of this workshop tells us we should develop an ongoing programme for introducing this kind of maternity class, focusing on enhancing awareness of body sensations.

*Key Words:* enhancing awareness of body sensations, maternity class, midwifery, refresher course

### 要 旨

目的：「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」を実践する人材育成のための教育プログラム開発の資料として、福岡市で開催した医療者向けセミナーの評価と考察を行った。

方法：2006年2月26日に福岡市で行われた「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」医療者セミナーの参加者128名を対象に、質問紙調査を行った。

結果：質問紙の回収率は93.8%であり、以下のような結果が得られた。

1. セミナーの参加動機は「興味・関心」、「マザークラスの変革」、「学びたい・知りたい」が上位を占めた。また、101名（84.2%）がマザークラスの運営に困難を感じていた。
2. セミナーの満足度は108名（90.1%）が「満足」と回答しており、その理由として「自分自身が体験できたこと」、「快」、「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラスを知った・わかった」の3つが上位を占めた。「少し不満」「非常に不満」「どちらでもない」と回答した者は7名（5.8%）であった。
3. 今回のセミナーを今後のマザークラス運営に「役立てられる」と回答した者は99名（82.4%）であった。活用方法としては「身体感覚の刺激・“感じる”こと」が最も多く、ついで「妊婦同士の交流の場づくり」、「助産哲学・考え方」の2つが占めた。
4. 今後のセミナーやリカレント教育に参加の意思を持つ者はそれぞれ117名（97.5%）、107名（89.2%）と高率であった。

結論：参加者は現行のマザークラスのあり方を模索し、関心を寄せている現状が明らかとなった。参加者が「満足」であった理由は主催者側のセミナーの目的と一致していた。妊婦あるいはスタッフで参加した者の体験談は、マザークラスの概要や助産哲学理解の一助になっていると考えられる。したがって今回のセミナーの目的は達成されたと考える。しかし妊婦と同様の経験はできたが、根底に流れる助産哲学を用いてマザークラスを実践する段階までには至っていない。その実践の習得には、段階を追った継続したプログラムが必要であることが示唆された。

キーワード：身体感覚活性化, マザークラス, 助産, リカレント教育

### 緒 言

マザークラスは健康教育のひとつの形態であり一般的には母親学級といわれている。妊婦を対象として行われる集団教育で、その形式は従来、講義形式・知識伝

達型がほとんどであった。しかし筆者らは助産実践から、妊婦は選べる力がありそれを尊重することが重要と考え、教室型を排除した「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」を実践してきた（鮫島, 佐藤,

1 フムフム (Fukuoka Midwives Female & Male: FM<sup>2</sup>) ネットワーク  
自由で主体的に人生を選択しようとする女性たちへの支援と連携を深めるため、1994年に助産師が中心となって結成した自主グループで、会員数は現在約200名である。この中には「身体感覚活性

化（世にも珍しい）マザークラス」の卒業生も加入しており、育児グループ「おむつde NET」を結成し、独自の活動の場を広げている。

長谷川ほか, 1999; 鮫島, 佐藤, 浅野ほか, 2000; 佐藤, 浅野, 三根, 2002; 浅野, 佐藤, 三根, 2002; 大牟田, 佐藤, 2002; 佐藤, 高橋, 2004, 2005; 佐藤, 2005 a, 2005 b, 2005 c).

身体感覚に働きかけるこのマザークラスは, 自主グループ: フムフムネットワーク<sup>1</sup>が福岡市で1996年から開催し, 今年で11年目を迎える。また, 新たに本学で立ち上げるヘルスプロモーション実践研究センター事業のさきがけとして福岡県立大学で行ったマザークラスでは, 2005年に筑豊地区での第1期卒業生(15名)を送り出すことができた。

「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」は, 女性の身体力・産み育てる力を全面的に信頼することを根幹とする。10年間の実践から探究した方法(助産の技)を用い, 妊婦の身体感覚を刺激することによって, 妊婦が自分の感覚に目覚めていくことを支援する。そこにはドゥーラ(Doula; 支援的同伴者)(Kraus,

Kennel & Kraus, 1993), 場, 妊婦同士の相互作用の3つの要因が大きな効果をもたらしていることが明らかになっている(佐藤, 2005 a)。このように女性が妊娠中身体に向き合い, 身体感覚を活性化させることは従来から行われている妊婦教育やケアに新しい見方を提供し, 女性の「産み育てる力」を育むケア構築に貢献することができる。

このマザークラスの普及に向けて, 筆者らは主に看護職を対象に「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」実践のための教育プログラムを開発し, 教育, 評価を行っていく予定である。その第一段階として医療者向けセミナーを2005年筑豊地区において行い, 助産師・保健師その他70名あまりの参加を得たため, 今回, 福岡地区で全国規模でのセミナーを開催した。

本研究は今回の医療者向けセミナーの評価を行い, 今後のリカレント教育の課題を明らかにすることを目的とする。

表1

「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」医療者セミナー in 天神 プログラム

テーマ: 「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」の考え方とその実践

日時: 2006年2月26日(日) 14:00~17:00

場所: ホテルニューオータニ

司会進行 福岡県立大学看護学部女性看護学/助産学講座 助手 三根 有紀子

講演 「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」とは ~根底にある助産哲学と技としての実践~  
福岡県立大学看護学部女性看護学/助産学講座 教授 佐藤 香代  
フムフムネットワーク代表

【内容】

前提となる考え方, マザークラスの間が妊婦に与える影響(産み育てる力の拡大)  
身体感覚活性化のメカニズム, 企画の概要, 参加した妊婦の変容過程

マザークラス体験とスライドショー ~世にも珍しいマザークラスを体感しよう~

福岡県立大学看護学部女性看護学/助産学講座 講師 浅野 美智留  
あかね助産院 長谷川 眞弓

【内容】

初めて出会う人との交流(無言のコミュニケーション, 言葉のコミュニケーション)  
ポジティブな印象を伝えあう(他者紹介, 自己紹介)  
ブリージング, イメージリー, スライドショー, 歌(子守唄), シェアリング  
解説

休 憩

体験を語る

・「世にも珍しいマザークラス」の実践から得た宝物  
~マザークラス企画運営のリカレント教育を受けて~

田川市立病院 助産師 宮野 由加利

・わたしの人生を変えた「世にも珍しいマザークラス」との出会い

マザークラス第9期卒業生(母親) 岡 真由子

質 疑 応 答

## 方 法

### 1. 調査期間

2006年2月

### 2. 調査対象

対象は2006年2月26日に福岡市で行われた「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」医療者セミナーの参加者128名である。本セミナーは助産師・保健師・看護師・医師・学生などマザークラスに携わる機会のある医療従事者を対象として開催された。

### 3. 調査方法

参加者の資料の中に質問紙を同封し配布した。質問紙は無記名とし、研究目的と研究結果の活用、回答の自由性、回答者を特定できない旨を明記すると共に、会場内でも口頭で説明した。回収は事前に設置した回収箱にて行った。なお、セミナーの内容は表1のとおりである。

### 4. 調査項目

回答者の属性、セミナー情報の入手法、参加動機、セミナーの内容に関する項目（期待していた内容、各プログラムに対する満足度、今後の活用の可能性）、今後のセミナー・リカレント教育への参加意思等について、13項目の質問から構成した。

### 5. 分析

集計は統計解析ソフト SPSS Ver.11 を用いて行った。自由記載部分は1人の回答に複数項目が含まれて

いたため、1つ1つの項目に分解した。これらの項目を類似の内容ごとに分類しそれぞれにネーミングを行った。

## 結 果

### 1. 対象者の属性（図1）

回答は120名から得られ、回収率は93.8%であった。

申込者の内訳は、助産師が101名(70.6%)を占めた。居住地区は福岡106名(74.7%)、九州・山口県内25名(17.6%)、関東・関西11名(7.7%)である。

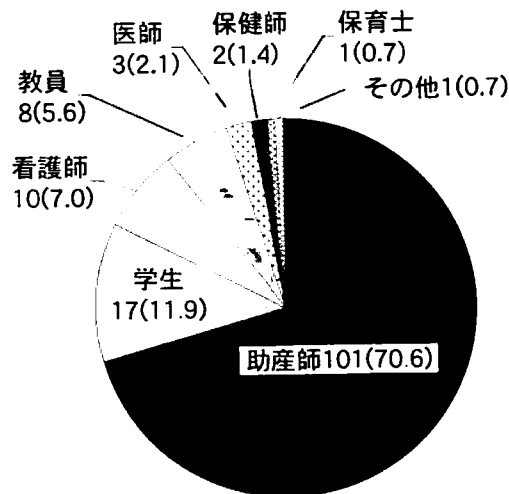


図1 セミナー申込者の背景（職種） N=143(%)

表 2

セミナーの参加動機（自由記述） N=117, 131 項目（%）

テーマ	項目数 131	項 目
興味・関心	43(32.8)	テーマに対する興味 「身体感覚活性化マザークラス」に対する興味 以前からの「世にも珍しいマザークラス」に対する関心 ものめずらしさ 産前教育に対する興味 マザークラス運営に対する興味
マザークラスの変革	43(32.8)	現在のマザークラスに疑問を感じている 困難・難しさ・悩みを感じる、自信がない マザークラスを変えたい
学びたい・知りたい	16(12.1)	もっと「世にも珍しいマザークラス」について深めたいと思ったから 「世にも珍しいマザークラス」とはどんなものか知りたかった
紹介	6(4.6)	知人の話を聞いて興味があったから 職場の先輩に勧められて
情報収集	4(3.1)	今自分が行っていることとは違うマザークラスを知りたかった 他ではどんなクラスを実施しているのか知りたかった
体験してみたかった	4(3.1)	身体感覚活性化とはどのようなものか体験したかったから 「世にも珍しいマザークラス」を体験したかった
マザークラス以外の実践に役立てたい	3(2.3)	妊婦との関わり方に役立てたかった 妊婦を癒してあげたいと思ったから
その他	12(9.2)	「助産」に少しでも触れる機会が欲しかったから いろんな刺激を受け、学びたかったから 将来助産師として働く時に役立てたい 助産師になりたいから 助産師として復帰したので参加した 参加した妊婦から「よかった」ということを聞いたので
131(100.0)		

## 2. セミナー参加動機（表 2）

参加動機を自由記述で回答を求めた。117 名（131 項目）の自由記述を内容別に分類したところ、「興味・関心」43（32.8%）、「マザークラスの変革」43（32.8%）が上位 2 つを占めた。また日ごろのマザークラス運営に対して困難や悩みを感じているかの設問には、「はい」と答えた者が 101 名（84.2%）であり、そのうち 60 名（50%）が「とても感じている」と回答した。

## 3. セミナーの内容と満足度

### 1) セミナーで最も期待していた内容（表 3）

自由記述で回答を求めた。105 名（126 項目）の記述を内容別に分類したところ、最も多かったものは「マザークラスの実践方法」34（27%）で、具体的には《身体感覚活性化の技》《女性の産む力を引き出す方法》などであった。次に「世にも珍しいマザークラスとは何か」26（20.6%）では、《身体感覚活性化とは何か?》《「世にも珍しい」の意味》《考え方》などである。ついで「マザークラスを体験すること」22（17.5%）、「マ

ザークラスの内容」20（15.9%）であった。

### 2) セミナーの満足度（図 2, 表 4）

これらの期待していた内容に対して 61 名（51%）が「満足」、47 名（39.1%）が「非常に満足」と答え、両者を合わせると 90.1%であった。

「満足」「非常に満足」と回答した 108 名のうち、その理由を述べていた 54 名（75 項目）の自由記述を内容別に分類した。上位を占めたものは「自分自身が体験できたこと」17（22.7%）、「快」13（17.3%）、「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラスを知った・わかった」12（16%）であり、実際に体験した内容やその時の快の感情、あるいはマザークラスの意味などを挙げている者が多かった。

また、「少し不満」「非常に不満」「どちらでもない」と回答した者は 7 名（5.8%）であり、その理由として《場所が狭い》《時間が短い》《期待していた内容と違っていた》《（身体感覚を）感じない人に関わる方法の紹介がなかった》《今後活かせるか不安》が挙げられた。

表3  
セミナーで最も期待していた内容(自由記述) N=105, 126項目(%)

テーマ	項目数 126	項目
マザークラスの実践方法	34(27.0)	身体感覚活性化の技 女性の産む力を引き出す方法 妊婦主体のマザークラスの方法 ドゥーラの役割(妊婦の気持ちの引き出し方) マザークラスの企画・運営の方法 マザークラスの場の作り方
世にも珍しいマザークラスとは何か	26(20.6)	身体感覚活性化とは何か? 「世にも珍しい」の意味 マザークラスの考え方や内容 感じるという意味 マザークラスのイメージを作りたい
マザークラスを体験すること	22(17.5)	「世にも珍しいマザークラス」の体感 妊婦の気持ちになって何かを感じたい 実際に体験してみて心地よさを知りたかった
マザークラスの内容	20(15.9)	具体的なマザークラスの内容 世にも珍しい内容 楽しいマザークラス 瞑想や呼吸法
マザークラスの効果	6(4.8)	「身体感覚活性化マザークラス」の実施結果 妊婦の変化
マザークラスの体験談	4(3.2)	現場で「世にも珍しいマザークラス」をどのように取り入れているか 実際の体験者の方の話を知りたかった
マザークラスの理論	2(1.6)	「世にも珍しいマザークラス」の根底にある理論、概論を学ぶ
他の助産師との交流	2(1.6)	他の助産師の方々のお話を聞く
その他	10(7.8)	出産場所が異なる妊婦へのマザークラス 自分自身の意識改革 など
	126(100.0)	

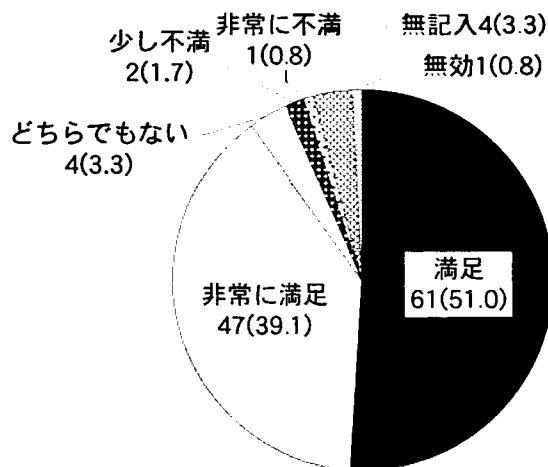


図2 セミナーで期待していた内容に対する満足度 N=120(%)

表 4

「満足」「非常に満足」と回答した人の理由(自由記述) N=54,75 項目(%)

テーマ	項目数 75	項 目
自分自身が体験できたこと	17(22.7)	実際に体感することができたのでよかった 自分が出産した時のことをイメージすることができた 何かを感じる心と体を感じられた 私自身が忘れてしまったことがたくさん思い浮かぼれた 自分自身体験することでイメージが変わった ゲームで一気にグループの雰囲気ようになった
快	13(17.3)	あたたかい気持ち 楽しさ 心地よさ 癒された 感動 幸せ 心が洗われた ゆっくりゆったりあたたかい時間
身体感覚活性化(世にも珍しい) マザークラスを知った・わかった	12(16.0)	妊婦の主体性を引き出す効果 助産師のドゥーラの役割について再発見 妊婦の五感を活性化することの大切さ 「身体感覚活性化マザークラス」の意味 「世にも珍しいマザークラス」の考え方 きっかけ 助産師とは何かを知ること、考えることができた 身体感覚活性化の意義を学べた 勉強になった(身体感覚,母子のつながり)
気づきのきっかけ・ヒントを得た	8(10.7)	気づきのきっかけ・ヒントを得た 今までのマザークラスを見直すきっかけになった 妊婦への働きかけ方のヒントをいただいた 頭ではなく、心で感じるマザークラスをめざしていきたい
もっと知りたい・体験したい	6(8.0)	もっとたくさん実践して体験したかった
感情の表出	4(5.3)	自然と涙が出てくるというのが不思議
自分が感じていたことと通じていた	3(4.0)	自分が感じていたことと通じていて、自信を持った
自分が思っていたものと違っていた	2(2.7)	自分が思っていたものとは違い、とても心に響いた
他の人との交流	2(2.7)	多くの人たちと話し、出会いがあった
その他	8(10.6)	大満足 よかった 意識の持ち方 内容が予想以上のものだった!!
	75(100.0)	

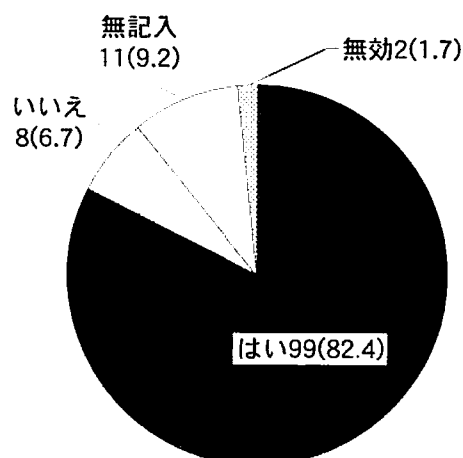


図3 今後のマザークラス運営に役立てられるか N=120(%)

表 5

今回のセミナーを今後どのように取り入れるか(自由記述) N=84, 116 項目(%)

テーマ	項目数 116	項目
身体感覚の刺激 “感じる”こと	39(33.7)	体験した五感へのアプローチ “感じる”ことを取り入れる ブリージング イメジェリー 呼吸 食 アロマ ヨガ 自分の身体と対話 産む身体を感じる 妊婦自身が今までこれからを振り返り考えられる時間を作る 深呼吸, 瞑想をして手をつないで一体感を, 子守唄を歌いたい 心に響くイメージトレーニング 音楽を聴きながら, イメージすることの大切さを伝える
妊婦同士の交流の場づくり	24(20.7)	自己紹介, 他者紹介で褒めあいっこをしてみる 無言のコミュニケーション 妊婦同士でコミュニケーションを取る
助産哲学・考え方	23 (19.8)	女性の持つ力を信じる 助産婦は黒子であることを忘れないようにし, 聞き役になる 指導することをやめる 自己満足のクラスはやめる 妊婦と一緒に考えた内容を行う 妊婦の声をもっと聴き, 共感し妊婦主体となるものにしたい 妊婦が自分の力を自分で発見していけるようなサポートをしていく 妊婦をありのまま受け入れることで妊婦の持つ力を引き出す
胎児とのつながり, 母子の一体感	9(7.8)	胎児とのつながり 母子の一体感 子守唄を歌う
他のスタッフへの伝達	4(3.4)	感動を伝える 臨床の場で少しずつ伝える 他のスタッフの協力を得る
変えられるところから少しずつ変える	3(2.6)	変えられるところから少しずつ変える
リラクゼーション	2(1.7)	ゆったりな時間 (イメージトレーニング) を取り入れるようにしたい
学ぶ	2(1.7)	「世にも珍しいマザークラスを」もっと深く学んでみたい
わからない	2(1.7)	わからない
その他	8(6.9)	楽しいマザークラスにしていきたい 「世にも珍しいマザークラス」で行われているように行ってみる 妊婦同士の意識を高めてもらう 学生の教育に取り入れていく
116(100.0)		

## 4. セミナー内容の活用方法 (図3, 表5)

セミナーで学んだことは, 今後のマザークラスの運営に役立てられるかという問いに対し「はい」と答えた者は99名(82.4%)であった。さらにどのようなことを取り入れてみようと思ったかを尋ねると, 「身体感覚の刺激・“感じる”こと」が39(33.7%), 「妊婦同士の交流の場づくり」24(20.7%), 「助産哲学・考え方」すなわち《妊婦を指導しない》《女性の持つ力を信じる》《黒子であることを忘れない》などは23(19.8%)であった。一方, 「役立てられない」と回答した8名(6.7%)の理由は「機会がない」6(75%)が最も多かった。

## 5. 今後のセミナーおよびリカレント教育の参加の意思

同様のセミナーやさらにステップアップした内容の

リカレント教育への今後の参加意思を尋ねた。「できれば参加したい」「ぜひ参加したい」を合わせると, セミナーは117名(97.5%)で回答者のほぼ全員が, またリカレント教育は107名(89.2%)が参加の意思を示した。

## 考 察

## 1. マザークラス運営の現状

セミナー参加動機は「興味・関心」, 「マザークラスの変革」, 「学びたい・知りたい」が上位を占め, このセミナーにきわめて関心が高いことが伺えた。日頃, マザークラスに悩みや困難を感じている者は84.2%にのぼり, その思いを反映したかのように福岡県内のみならず九州圏内, 関東, 関西といった遠方からの参加が認められた。



戦後GHQのマチソンの構想によって開始された母親学級、すなわち妊婦の保健指導に重点をおいた母親学級（佐藤, 1997）は今日まで引き継がれ、今年で57年目を迎える。マザークラスの運営は施設内、各自治体などで慣例的に行われているが、平成14年度厚生科学研究での調査（戸田, 2003）によると出産準備クラスの参加状況は半数となっている。また今回の調査でも、医療者がクラスのあり方に悩み、模索している状況が明らかになり、妊婦の集団教育は現在、岐路に立たされていると考えられる。

セミナーで最も期待していた内容は「マザークラスの実践方法」、「世にも珍しいマザークラスとは何か」、「マザークラスを体験すること」、「マザークラスの内容」であった。この結果と上述した参加動機を合わせると、対象者は具体的なマザークラスの方法、すなわち実践的な内容をセミナーに求めていると考えられた。

## 2. 「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」のセミナーのあり方

セミナーでは、最初に講演「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラスとは～根底にある助産哲学と技としての実践～」を行った。内容は「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」を行うにあたっての前提となる考え方、マザークラスの間が妊婦に与える影響（産み育てる力の拡大）、身体感覚活性化のメカニズム、企画の概要および参加妊婦の変容過程であった。この目的は「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」とは何かを知ると同時に、そのコンセプトを理解してもらうことにある。

次に、妊婦が体験するプログラムの一部を、参加者が実際に体験する内容を組んだ。説明や講義ではなく、まずは医療者が妊婦と同様の体験をすることが重要だと考えたからである。妊婦になりきり、女性を陰から支援する黒子の技に触れ、何も指導されなくとも湧き上がる内部感覚を感じてもらうことを目的としている。そうすることで参加者が、助産の技の必要性を感じることができると考えた。実際、参加者は当日初めて顔を合わせたにもかかわらず、グループ間で楽しそうに語り合い、子守唄を歌い、そして多くの参加者がスライドショーに涙した。

さらに今回田川でリカレント教育を受け、マザークラスにスタッフとして参加した助産師が実践から得たものを、また妊婦として参加した母親の思いなど、それぞれの体験談を語った。参加者と最も近い立場である

助産師の語りは、これからマザークラスの変革に取り組もうと考えている参加者に刺激と勇気を与えた。また変革の過程がイメージしやすくなったと考える。また母親の体験談は、マザークラスとの出会いは単に出産だけではなく、その後の育児や人生を変えたという、体験者だからこそできる貴重な語りであり、参加者がその効果を実感するのに、的確であったと考える。

セミナーの内容に「満足」した者は90.1%で、参加者に高い満足感をもたらした。「満足」の理由は「自分自身が体験できたこと」、「快」、「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラスについて知った・わかった」であり、これらは主催者側の意図するセミナーのねらいに合致した内容であった。体験してほしかった湧きあがる内部感覚、講演で伝えなかった「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」とは何かにより理解できたことが、対象者の満足につながったといえる。したがってセミナーの目的は、ほぼ達成できたと考える。

また82.4%が今回の内容を今後のマザークラスの運営に役立てられると答えた。実際に取り組んでみようと思ったものは、自分がほめてもらえる他者紹介（自己紹介）、初めて出会う人との交流の場の作り方（無言のコミュニケーション）、触れ合いを持つこと、五感の刺激、プリージングなど、実際に体験したものが54.4%を占めた。体験した心地よさと気軽に実践できるメニューが、多くの参加者に受け入れられたと考える。このようにセミナーで“伝える”際には、実際に参加者が具体的な内容を体験し感じるということが、満足度を高める重要な要素であることが示唆された。

続いて「助産哲学・考え方」が挙がった。すなわち講演の大きな目的でもあった「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラス」のコンセプト（助産哲学）である。自由記述には《指導することをやめる》《フムフムとうなずきスタイル》《自己満足のマザークラスはやめる》など体験談を語った助産師の言葉で表現されたものが認められ、助産師や母親の体験談は、助産哲学をより理解する一助になったと考えられる。

一方、「不満」「どちらでもない」と回答した者は合わせて5.8%であり、具体的には《会場が狭かった》《時間が短い》《期待していた内容と違っていた》《（身体感覚を）感じない人に関わる方法の紹介がなかった》《今後に生かせるか不安》という項目であった。会場の狭さという点に関しては、申し込みが予想以上にあり当初人数の打ち切りも考えた。しかし多くの人に聴いて体

験してもらいたいという筆者らの思いから、最大限の人数を受け入れたという経緯がある。しかしそのことが、参加者同士の空間の確保や空調管理を困難とし、さらに後方にいた者には、スライドの見にくさも加わって不満を招いたのではないかと考える。今後、参加人数の検討も必要である。

「身体感覚活性化(世にも珍しい)マザークラス」の実践には、根底に助産哲学が流れている(佐藤ほか, 2002; 浅野ほか, 2002; 大牟田, 佐藤, 2002; 佐藤, 高橋, 2004, 2005; 佐藤, 2005 a, 2005 b, 2005 c)。すなわち妊婦は産み育てる力を持ち、身体に起こる変化に自ら対応できる。助産師は妊婦に寄り添うことで、妊婦がその力に気づくよう支援をする。女性の持つ力を信じ、妊婦をジャッジ、指導することなく、妊婦が「自分でやった」と感じられるような黒子の技が重要である。これは Leap (1990) の“The Less We Do, The More We Give. (妊婦に対して行うことが少ないほど、提供するものは多い)”や、Kitzinger (1988) が老子の言葉を引用して説明している「母親が助産師の存在を意識せず自分でやったと感じられる技が卓越した助産術である」という考え方に基づいている。

参加者は、すぐに明日から使える How to を求めてくるが、このマザークラスの実践は1回のセミナーのみで習得できるものではもともとない。フムフムネットワークでマザークラスを運営する場合は、妊婦を支えるドゥーラをはじめとしたすべてのスタッフは、筆者らの考える助産哲学に依拠し、その場を創りあげていく。よって妊婦に提供されるメニューは企画者によって変化はしても、妊婦に与える効果にブレは生じない。また10年の歴史を持つこのマザークラスには、現在まで150名以上が参加し、いわば筆者らは150名個々の経験を有している。したがってこれまで培われてきた経験は、一日で語り尽くせるものではない。主催者側は参加者にそのことを説明し、理解してもらう必要があると感じた。

マザークラス体験によって参加者は妊婦と同様の刺激を受け、その根底に流れる助産哲学に触れることはできた。しかし今回のセミナーは妊婦体験が中心であり、助産哲学すなわち妊婦を指導しないことや女性の持つ力を信じること、黒子に徹するといった体験は組み込まれていない。今後は、マザークラスの中心的な役割である、妊婦を支援するドゥーラや企画運営のスタッフとしての体験を重ねることで、助産の技と助産

哲学を身体で理解することにつながっていくであろう。

また参加者が《時間が短い》と感じた原因は、3時間という限られた時間内で参加者が求めていた know-how まで到達できなかったからではないかと考える。到達レベルを明確に提示すること、また継続的な教育プログラムの中で積み重ねていくことの重要性を伝えることが必要である。さらに《(身体感覚を)感じない人に関わる方法の紹介がなかった》《今後に生かせるか不安》という意見に関して、セミナーの目的や到達段階を提示しておくことで対応できる。しかしこれらは質疑応答で解決できる内容でもあるため、今後は質問の持ち方も考慮する必要がある。

セミナーやリカレント教育の参加意欲は、セミナーにおいてはほぼ全員が、またリカレント教育では89.2%が表明し、対象者の関心の高さが明らかになった。したがって今後のリカレント教育を、段階を追った継続したシステムとして確立させていく必要性が示唆された。さらに参加者がその後、現場でどのようにセミナーの内容をいかしているかを調査し、継続評価をしていくことが求められる。

## 結 論

1. 日頃マザークラスの運営に悩みや困難を感じる者は101名(84.2%)にのぼった。また、セミナーの参加動機は「興味・関心」、「マザークラスの変革」、「学びたい・知りたい」が上位を占め、マザークラスのあり方を模索している現状が明らかになった。
2. セミナーの内容は108名(90.1%)が「満足」と回答しており、高い満足感を示した。その理由として多くを占めたものは「自分自身が体験できたこと」、「快」、「身体感覚活性化（世にも珍しい）マザークラスについて知った・わかった」であり、体験が効果的であったことが明らかになった。また体験談は、マザークラスの概要や助産哲学理解の一助になったと考えられる。
3. セミナーの内容が今後のマザークラスの運営に役立つと答えた者は99名(82.4%)であった。
4. セミナーやリカレント教育に参加の意思を示した者はそれぞれ117名(97.5%)、107名(89.2%)と高率であった。
5. 今回のセミナーでは助産の技を妊婦として体験することに重点を置いた。今後は助産哲学と技がつながる実践の習得が必要であり、そのためには段階を追った継続したプログラムが求められている。

## 謝 辞

本研究は、平成17年度 福岡県立大学看護学部研究奨励交付金の助成を受けて行った。

## 文 献

- 浅野美智留, 佐藤香代, 三根有紀子. (2002). 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第2報-「体感」と「体感」活性化の裏付け-. *九州看護福祉大学紀要* 4 (1), 九州看護福祉大学, 玉名, 69-76.
- Kitzinger, S. ED. (1988). *The Midwife Challenge*. 32-50. London: Pandora Press.
- Klaus, M., Kennel, J., & Klaus, P. (1993). *Mothering the Mother*. USA: Addison-Wesley Publishing Company.
- Leap, N. (1990). The Less We Do, The More We Give. *Proceedings of the International Confederation of Midwives 22<sup>nd</sup> International Congress*, 118-120.

大牟田智子, 佐藤香代. (2002). 「体感」活性・女性のエンパワーメントを促す教育「世にも珍しいマザークラス」. *ベリネイタルケア*, 21 (7), 19-23.

鮫島雅子, 佐藤香代, 長谷川真弓, 大牟田智子, 柴田かおる, 堀尚子, 浅野美智留, 熊谷信順. (1999). 妊婦における「体感」尺度作成の試み-判別分析を用いての検討-. *鹿児島純心女子大学看護学部紀要* 4. 鹿児島純心女子大学, 薩摩河内, 43-53.

鮫島雅子, 佐藤香代, 浅野美智留, 大牟田智子, 長谷川真弓, 堀尚子, 柴田かおる, 熊谷信順. (2000). 「体感」活性化を目的とする母親学級の評価および出産経験に伴う「体感」度の変化-「体感」尺度を用いての検討-. *鹿児島純心女子大学看護学部紀要* 5. 鹿児島純心女子大学, 薩摩河内, 17-28.

佐藤香代, 浅野美智留, 三根有紀子. (2002). 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第1報-助産術(助産のArt)を前提に置く意義-. *九州看護福祉大学紀要* 4 (1), 九州看護福祉大学, 玉名, 59-67.

佐藤香代, 高橋真理. (2004). マザークラスにおける妊婦の身体感覚活性化の効果測定: これからのよりよい家族支援に向けて. *家族看護学研究*, 10 (1), 2-9.

佐藤香代, 高橋真理. (2005). 「身体感覚活性化プログラムによるマザークラス」に参加した妊婦の身体感覚: 身体からの気づきを中心に. *母性衛生*, 45 (4), 551-9.

佐藤香代. (2005 a). 「身体感覚活性化を中心に据えたマザークラス」に参加した妊娠期女性の内面的変容過程に関する研究-産み育てる力を育む助産ケアに向けて-. *博士(看護学)学位論文*, 北里大学, 1-134.

佐藤香代. (2005 b). 第2部出産準備教室How to編 第2章アイデアを学ぼう 第2節世にも珍しいマザークラス. *ベリネイタルケア*, 2005年夏季増刊, 219-230.

佐藤香代. (2005 c). 助産の技. *聖路加看護学会誌*, 9 (1), 102-103.

佐藤香代. (1997). *日本助産婦史研究*. 東京: 東銀座出版社.

戸田律子. (2003). 女性が求める妊娠・出産・産後のケアに関する調査. 助産所における安全で快適な妊娠・出産環境の確保に関する研究(主任研究者: 青野敏博) 分担研究. *平成14年度厚生科学研究(子ども家庭総合研究)*.

受付 2006. 3. 16

採用 2006. 3. 23