多世代共生型地域包括ケアに向けた

ソーシャル・キャピタル醸成プログラムの開発

研究代表者 藤原佳典 東京都健康長寿医療センター研究所・研究部長

研究分担者 鈴木宏幸 東京都健康長寿医療センター研究所・研究員(主任)

研究分担者 小川将 東京都健康長寿医療センター研究所・研究員 研究分担者 高橋知也 東京都健康長寿医療センター研究所・研究員

研究協力者 小宮山恵美 国立保健医療科学院生涯健康研究部 公衆衛生看護領域

主任研究官

要旨

地域における自殺対策推進方略として、多世代交流によるソーシャル・キャピタル醸成が重要である。これまで、高齢者ボランティアによる絵本の読み聞かせ世代間交流プロジェクト REPRINTS®を応用し、中学生を対象とした読み聞かせを活用した SOS 出し方プログラムを開発・評価した(第 1 期研究 2017~19)。次の課題として、プログラムの対象年齢の拡大と担い手・支援者の増強がある。

本年度は、第1期研究を踏まえてボランティアグループの結成と自主運営についての支援者向けマニュアルの作成 (研究 A)、育児ストレス・不安を抱きやすい保護者・乳幼児と高齢者の三世代交流による SOS 出し方プログラムの 作成 (研究 B) を目的とした。

研究 A では、絵本読み聞かせによる世代間交流ボランティアグループ(りぶりんと・かわさき)およびボランティアグループの支援者(指導インストラクター・行政担当者)へのインタビュー内容に加え、分担研究者がこれまでの地域活動支援の取り組みを通じて得た知見をまとめた「自主グループ化支援マニュアル」を作成した。研究 B では、読み聞かせを通じた三世代交流に有用な絵本リストと、子育て支援事業プログラム"幼児・未就学児の親子に向けた読み聞かせ"を考案した。本プログラムの作成にあたり、府中市子ども家庭部子ども家庭支援課の協力を得て、助産師や保健師などの専門職者による子育て支援事業プログラムに高齢者・乳幼児・保護者の三世代交流の要素を加えた。また、本プログラムに適した絵本の選書リスト作成のためのワーキング・グループを設け、読み聞かせを通じた三世代交流に有用な絵本リストを作成した。

研究目的

地域における自殺対策推進方略として、多世代交流によるソーシャル・キャピタル醸成が重要である。これまで、高齢者ボランティアによる絵本の読み聞かせ世代間交流プロジェクト REPRINTS®を応用し、中学生を対象とした読み聞かせを活用した SOS 出し方プログラムを開発・評価した(第 1 期研究 $2017\sim19$)。次の課題として、プログラムの対象年齢の拡大と担い手・支援者の増強がある(本課題)。新型コロナ禍により本格的な調査検証が困難であるため、本年度は以下の 2 つの目的達成を目指す。

第一に、第1期研究を踏まえてボランティアグループの結成と自主運営についての支援者向けマニュアルを作成する(研究A)。特に、長期的なグループ運営を目指す上で最も重要なボランティアグループの立ち上げ期における取り組みについて、設立より16年目を迎えるボランティアグループに立ち上げ

期の取り組みに関して、また、立ち上げ支援の経験を持つインストラクターおよび行政職員に立ち上げ 期の支援の在り方に関してインタビューを行う。

第二に、育児ストレス・不安を抱きやすい保護者・乳幼児と高齢者の三世代交流による SOS の出し方プログラムを試案する (研究 B)。子育て世代、特に産後の母親への支援を目的として広く実施されているプログラムとして、産後ケア事業が挙げられる 1。産後ケア事業は退院直後の母子に対して心身のケアや育児のサポート等を行い、産後も安心して子育てができる支援体制の確保を目的とし、平成 26 年度に妊娠・出産包括支援モデル事業として開始した。今般の母子保健法の改正に伴い、当該事業は令和3年4月から市町村での実施が努力義務となった 1。

産後ケア事業には助産師などの専門職が自宅に訪問するアウトリーチ型、母親が産院や託児施設に宿泊する宿泊型、保健センター等実施場所に母親が来所するデイサービス型がある。デイサービス型には病院、診療所、助産所等に母親が来所し、身体的・心理的ケアを受ける個別型と、助産師などからの保健指導や育児指導に加え、母親同士が不安や悩みを共有できる場づくりを行う集団型がある²。集団型の産後ケア事業は母親同士が育児の不安や悩みを共有でき、地域の中の仲間づくりとして多くの自治体で実施されている。実施の際は病院、診療所、助産所や保健センターの空室等で実施される。

研究Bでは、東京都府中市で実施されている産後ケア事業「ママとねんねの赤ちゃんの会」に協力を求め、ボランティアグループとの共同プログラムの考案を目的とする。

2.研究方法

【研究A】

地域における自主グループ化を達成している絵本読み聞かせボランティア団体(『りぷりんと・かわさき』)の代表者、地域における絵本読み聞かせボランティア団体の活動を支援する絵本読み聞かせインストラクター、地域におけるボランティアグループの立ち上げおよび運営支援に携わる行政職員に対してインタビュー(半構造化面接)を行う。

りぶりんと・かわさきの代表者へのインタビューでは、2004年の設立当時の経緯から現在までの活動 状況に加え、自主グループの活動期が「立ち上げ期」、「開拓期」、「拡大期」の3つに分かれると想定し た上で、それぞれの時期において重点的に取り組むべき事項について尋ねる。次にインストラクターに 対するインタビューでは、「活動歴やインストラクターをつとめるに至るまでの経緯」、「地域グループ 立ち上げ・運営の支援者としての活動について」、「地域活動のコーディネーターとしての支援について」、 「支援を通じて得られる学びややりがい」、「グループ活動継続のポイント」などについて尋ねる。また 行政職員に対するインタビューでは、「地域におけるボランティアニーズを見つける際の工夫」、「所有 資格や得意としていること」、「絵本読み聞かせグループとの接触機会と頻度」、「支援における工夫や心 掛けていること」、「地域グループ支援の醍醐味ややりがい」などについて尋ねる。

得られたインタビューデータは質的分析を行い、自主グループの立ち上げ期・開拓期・拡大期それぞれのプロセスの可視化に加え、支援者による効果的な活動支援の在り方を整理した上で、地域グループの立ち上げにおいて当事者および支援者が活用できる「自主グループ化支援マニュアル」を作成する。

【研究 B】

◆ 産後の母親への支援内容

産後の母親への地域からの支援として、自治体で実施される産後ケア事業に加え、非営利活動法人に

よる子育で支援がある。東京都清瀬市、東久留米市では非営利活動法人ウイズアイにより、「新米ママと赤ちゃんの会」が実施されている 3。新米ママと赤ちゃんの会では育児不安の解消・密室育児からの脱出を目的として、生後 2~3 ヶ月の第 1 子を持つ母親を対象に、保育付きのプログラムを週 1 回、連続4 回実施している。プログラムでは母親同士の育児不安の共有、手遊びや絵本の読み聞かせを行い、最終回の 4 回目では母親による交流グループの立ち上げを行う。これらプログラムの運営は助産師や保育士などの専門職に加え、非営利活動法人のスタッフにより執り行われる。

府中市では、生後3~4ヶ月の乳児と母親を対象に<ママとねんねの赤ちゃんの会>を実施している。 プログラム内容は新米ママと赤ちゃんの会と同様であるが、府中市の産後ケア事業の一環として実施している点で異なる。本研究では、ママとねんねの赤ちゃんの会に、当研究チームが普及開発を行ってきた絵本読み聞かせシニアボランティア団体「おはなしブーメラン」による絵本読み聞かせを組み合わせた、新規の産後の母親に対する自殺予防プログラムを開発する。



図1 「新米ママと赤ちゃんの会」概要

◆ シニアボランティア団体「おはなしブーメラン」による絵本読み聞かせ

新たに産後の母親に対する自殺予防プログラムを開発行うにあたり、令和 2 年 12 月に府中市で実施されている新米ママと赤ちゃんの会の見学を行った。新米ママと赤ちゃんの会は生後 3~4 ヶ月の乳児と母親を対象に、週 1 回、計 4 回のプログラムで構成されている。

	テーマ(内容)
第1回	知る(お互いの自己紹介、他己紹介、お互いの育児に関する悩みの共有)
第2回	深める(グループワーク、育児の悩みについて解決策を考える)
第3回	つながる(手遊び、グループワーク、アイスブレイク、絵本読み聞かせ)
第4回	続ける(名札づくり、仲間の赤ちゃんの育児体験、グループ作り、絵本読み聞かせ)

表1 「新米ママと赤ちゃんの会」プログラム

◆ 三世代交流に有用な絵本リストの作成

乳幼児・子育て世代向けの絵本の選定を行うために、日頃から絵本の読み聞かせを行っているシニアボランティアや絵本読み聞かせ講師、医師や臨床心理士、学校心理士などの専門家を集め、子どものための革新的自殺予防プログラム開発に関するワーキング・グループ (WG) を組織した。そして 2020 年9月から 2021 年3月にわたって4回の会議を行い、絵本の選定作業を進めてきた。

【倫理面への配慮】

研究 A のインタビューは、ソーシャル・ディスタンスや換気をはじめとする、新型コロナウイルス感染予防が可能な会議室、または、インターネット経由でのビデオ通話にて行われた。研究 B では、介入プログラムの実施やデータ採取は来年度であるが、既に所属機関に倫理審査書類を提出しており、現在審査中である。データの取扱として、事前・事後・追跡調査において介入効果を検証するため、氏名とID 番号の連結が必要であるが、氏名とID 番号の対応表の保管は、産後ケア事業の実施主体者である府中市が行う。質問紙で調査を行う個人情報について、東京都健康長寿医療センター研究所では氏名とID 番号の連結を行わない。研究説明は研究所スタッフが直接行い、書面にて同意を得る。

3. 研究結果

【研究A】

o世代間交流ボランティア自主グループ化支援マニュアルの作成

絵本読み聞かせによる世代間交流ボランティアグループ(りぷりんと・かわさき)およびボランティアグループの支援者(インストラクター・行政担当者)へのインタビュー内容に加え、分担研究者がこれまでの地域活動支援の取り組みを通じて得た知見をまとめた「自主グループ化支援マニュアル」を作成した(資料1)。

【研究B】

○高齢者・乳幼児・保護者の三世代交流の要素を加えた自殺予防プログラムの作成

上述の新米ママと赤ちゃんの会プログラムのうち、3回目のプログラム終盤においておはなしブーメランの紹介を、4回目のプログラム終盤においておはなしブーメランのシニアボランティアが絵本の読

み聞かせを行いたい旨、令和3年3月に新米ママと赤ちゃんの会の運営を行う府中市子ども家庭支援課および府中市助産師会と打ち合わせを行い、実施の内諾を得た。続いておはなしブーメランとの打ち合わせを行い、新米ママと赤ちゃんの会への協力について内諾を得た。

以上のプロセスを経て、新米ママと赤ちゃんの会の4回目において、シニアボランティアによる絵本 読み聞かせを 15 分間実施することが決定した。4回目のプログラムでは母子同室で絵本の読み聞かせ が行われるため、産後の母親に向けた絵本や乳児とのスキンシップを交える絵本などを選書する予定で ある。令和3年4月以降も府中市子ども家庭支援課、府中市助産師会、おはなしブーメランおよび研究 所の4者で打ち合わせを行い、読み聞かせに用いる絵本や具体的なスケジュールについて協議を継続する。

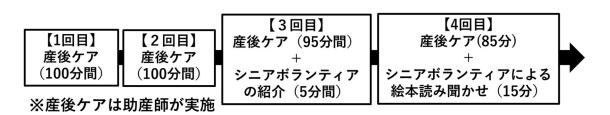


図2 ママとねんねの赤ちゃんの会プログラム

○三世代交流に有用な絵本リストの作成

シニア世代から乳幼児・子育て世代向けの絵本の選定にあたり、全4回の「乳幼児・未就学児とその保護者に向けた絵本読み聞かせ選書ワーキング・グループ」(以下、WG)を実施した。絵本の選書にあたり、「思いやり」、「つながり」、「家族愛」、「成長」、「喜び・楽しさ・幸せ」、「自己肯定」、「ふれあい・スキンシップ」、「その他」の8つのカテゴリーを設定し、地域で親子への絵本読み聞かせを行っているシニアボランティアおよび絵本読み聞かせインストラクターから絵本の選書リストを収集した。

選書の際は、①1人の作家につき1作品までとすること、②絶版の本は対象外とすること、③親子関係や家族についての本に限定すること、④選書カテゴリーごとに極端な選書数の偏りがないようにすること、⑤親向けの本と親子向けの本のバランスが取れるようにすること、⑥現在の親に向けた絵本を選ぶこと、⑦父の本・母の本・女の子の本・男の子の本・シングルや養子縁組の本のバランスを考えること、⑧図書館で取り扱える絵本にすることを基本方針とした。絵本の最終的に計60冊の絵本を抽出し、リスト化した。なお成果物として、WGの経緯や内容、作成した絵本リストについてまとめた報告書を作成した(資料2)。

4.考察•結論

研究Aとして、絵本読み聞かせによる世代間交流ボランティアグループおよびボランティアグループの支援者へのインタビューをまとめ、また、これまでの地域活動支援の取り組みを通じて得た知見をまとめた「自主グループ化支援マニュアル」を作成した。自主グループ化支援マニュアルは、読み聞かせを活用した SOS の出し方プログラムをはじめとした多世代共生型地域包括ケアに向けたソーシャル・キャピタル醸成プログラムの担い手および支援者への増強に寄与するものであり、当該プログラムの普及・拡大の礎となることが期待される。

研究Bとして、地域で絵本読み聞かせをおこなうシニアボランティアおよび絵本読み聞かせを指導す

る講師を中心とするワーキング・グループを結成し、乳幼児・未就学児の親子に向けた読み聞かせに適した絵本の選書リスト作成を行った。本リストは読み聞かせを通じた三世代交流に有用な絵本リストであり、子育て支援事業プログラム等に地域の高齢者が参加し読み聞かせを行う際の指針としての役割も果たすことが期待される。また、府中市子ども家庭部子ども家庭支援課の協力を得て、助産師や保健師などの専門職者による子育て支援事業プログラムに高齢者・乳幼児・保護者の三世代交流の要素を加えた新たなプログラムを試作した。本プログラムは従来から実施されている子育で支援プログラムに地域在住高齢者による読み聞かせの要素を追加したものであり、周囲の信頼できる相手に向けた SOS の出し方を啓発しつつ、信頼できる地元の高齢者とのつながりを実感する機会を提供することで、地域への信頼感ひいてはソーシャル・キャピタルの醸成を誘発することが期待できる。

今年度は、SOS の出し方プログラムの拡大を支える高齢者の自主グループか支援マニュアルを作成し、さらに育児ストレス・不安を抱きやすい保護者世代を対象とした SOS の出し方プログラムの実装に向けた準備として、絵本リストの作成および三世代交流型プログラムを試作することが出来た。今後、試作したプログラムを実践する計画が進行しており、自治体に実装しつつその有効性を無作為化比較試験により検証する予定である。

5.政策提案,提言

高齢者ボランティアが自主・自立したグループ活動を長期にわたって継続することは、必ずしも容易ではない。よって、支援者の適切な関与は重要である(厚労省・一般介護予防事業等の推進方策に関する検討会 2019)。本年度の研究により、支援者向け自主グループ支援マニュアルを提示できるため、自治体が養成・支援する世代間交流ボランティアの横展開(普及啓発)が期待できる。

他方、地域包括ケアシステムにおける地域支援事業である一般介護予防事業に取り組む中で、その最も避けるべき負の健康アウトカムの一つが「自殺」であることを高齢者ボランティアに啓発することができたことも重要である。本研究を通じて、地域包括ケアシステムの浸透が総合的な自殺対策へと波及できる可能性を示すことができたといえよう。

6.成果外部への発表

- (1) 学会誌・雑誌等における論文一覧(国際誌 0件、国内誌 0件) 該当なし
- (2) 学会・シンポジウム等における口頭・ポスター発表(国際学会等 0件、国内学会等1件) 1 小川将,鈴木宏幸,高橋知也,佐藤研一郎,村山陽,松永博子,藤田幸司,本橋豊,藤原佳典.「SOSの出し方に関する教育プログラム」についての実践 -対照群を用いた短期効果の検討-.日本老年社会 科学会 第62回大会.北海道.2020.6.6-7.
- (3) その他外部発表等 該当なし

7.引用文献·参考文献

- 1. 産後ケア事業の利用者の実態に関する調査研究事業報告書. 2020 年 9 月. 厚生労働省.
- 2. 産前・産後サポート事業ガイドライン及び産後ケア事業ガイドライン. 2017 年 8 月 1 日. 子ども家庭局母子保健課. 厚生労働省.
- 3. 特定非営利活動法人ウイズアイ. https://www.with-ai.net/ 閲覧日:2021 年 3 月 10 日.

8.特記事項

(1) 健康被害情報

該当無し

(2) 知的財産権の出願・登録の状況

該当無し

【資料1】自主化マニュアル(抜粋)

グループ運営

「PDCAサイクル」を回して グループを運営する

PDCAサイクルをグループ運営に当てはめる

PDCAは、思考や行動をプランニングする際の枠組みとして、ビジネスシーンなどで良く用いられる「型」の一つです。Pは計画(Plan)、Dは実行(Do)、Cは評価(Check)、Aは改善(Act)にそれぞれ該当しており、この4つのサイクルを回すことで、より効率的に目的達成に近づくことができるのです。このPDCAの枠組みは、グループづくりや運営をする際にも活用することができます。それぞれの段階に当てはめて考えてみましょう。

1. 計画(Plan) 目標は「分かりやすく刻みやすいもの」を

グループの運営計画を立てるにあたっては、何においてもまず、「達成したい目的・ 目標」を明確にしておくことが大切です。グループ運営には相応の時間と労力が必要で あり、必要以上の速回りは、息切れによる計画倒れを誘発してしまいます。分かりやす い刻みやすい目標を立て、着実に実行できるように計画を立てる。これを心掛けるだけ で、以降のサイクルが随分回しやすくなります。

なお、グループを新しく立ち上げる場合は、運営計画に先立って「どんなグループを 目指していくか」も具体的に検討する必要があります。例えばグループの会則や名簿、 定期的な会合の頻度や会場等は運営計画を立てる前提として必要なものです。これらは 後から変更することもできるので、まずは一息に決めてしまうことをお薦めします。

2. 実行(Do) 「今取り組むべきこと」に優先順位をつける

計画が立てられたら、次はいよいよ実行に移します。ここで重要なことは、「今実行すべきことは何か」を冷静に分析する俯瞰的な視点を持つことです。「あれもこれも」と計画したこと以外のことにも手を広げたくなるのがグループ運営ですが、今取り組むことに優先順位を付けることで、「早めに進めておくべきこと」はもちろん、「今は一旦保留にしても良いこと」も、グループで共有することができます。

3. 評価(Check) それまでの取り組みや仕組みを見直す

組織は"ナマモノ"であり、目的・目標に向かって実行するプロセスを繰り返す中で、 それまでの取り組みや仕組みを見直す必要が生じることがあります。例えば、魅力のあ るコンテンツを提供し続けるためには時流に合った新しい取り組みが必要でしょう。あるいは実態に合わなくなってしまったルールは、適宜新しいものへ変更する必要が生じることもあります。

こうした見直しは、時にグループ内での意見の相違を生じさせるなど、運営上難しい判断を伴うこともありますが、組織をアップデートさせるための重要なステップになります。 組織をさらに発展・飛躍させるチャンスと捉え、思い切って取り組んでみましょう。

4. 改善(Act) 見つけた課題と正対し、易しいものから改善

見直すポイントが見つかったら、手を付けやすいところから改善に着手しましょう。 一口に改善といっても、「より参加者に楽しんでもらうために」、「より社会に貢献でき る活動を展開するために」、あるいは「より長く活動を続けるために」など、グループに よって考え方は干差万別です。目指したい地域活動像に向かって改善に取り組むととも に、次の計画へと繋げて行きましょう。



【資料 2】WG 報告書(目次抜粋)

革新的自殺研究推進プログラム研究 WG 報告書 多世代共生型地域包括ケアに向けたソーシャル・キャピタル醸成プログラムの開発

第1章 子育て世代(未就学児の親子)の自殺の現状

- 1) わが国における自殺の動向
 - ・近年の傾向、推移
- 2) 子育て世代の女性の自殺の動向
 - ・男性より絶対数も少なく、減少傾向を続けていたけれど...
 - ・新型コロナ感染症対策の影響で20歳代、40歳代の女性の自殺が急増
 - ・ニュー・ソーシャル・リスクに対応した社会保障の仕組みの不備が落とす影

第2章 なぜ、子育て世代の自殺予防に「読み聞かせシニアボランティア」なのか

- 1) 絵本の読み聞かせシニアボランティア「りぷりんと」のエビデンス
 - 読み聞かせシニアボランティア「りぷりんと」の概要
 - ・とくに保育園、子育て支援センター、地域行事など、母子活動の実績
 - ・子ども・保護者世代に対する「りぷりんと」活動のエビデンス
- 2) 超少子高齢社会における貴重な「社会資源」であるシニアボランティアの可能性
 - ・地域で孤立化する今どきの子育て事情
 - ・子育て関連施策の予算の少なさと高齢者対策関連の予算の多さ
 - ・地域共生社会づくり、社会参加などの政策的潮流
 - ・子育て世代の孤立等を解消に寄与し、保健センターへのつなぎ等に資する可能性
 - ・ニュー・ソーシャル・リスクに対応する仕組みがない中のシニア活動の可能性
 - ・多世代共生型の世代間交流が醸成するソーシャル、キャピタル

第3章 読み聞かせ活動を通した子育て世代の革新的自殺予防プログラム案

- 1) 子育て世代の革新的自殺予防プログラムのイメージ
 - ・どのような場で、どのようなママに届けるか

第4章 子育て世代の革新的自殺予防プログラム案に有用な絵本の選書リスト

- 1) 絵本の選書の考え方
- 2) 絵本の選書のプロセス (WG における検討経過など)
- 3) 絵本のカテゴリー、テーマ、キーワード
- *資料 60 冊の選書リスト