

早稲田大学大学院 総合研究機構
社会的養育研究所

養育者支援プログラムの活用促進
2023年度 報告書

2024（令和6）年8月



目次

第1章 背景・目的	1
第2章 実施内容	1
1. 養育者支援プログラム連絡協議会の運営	1
2. 大型集合住宅での養育者支援プログラムの実施及び調査研究による効果測定	2
第3章 調査研究	2
1. 問題と目的	2
2. 方法	3
3. 倫理的配慮	3
4. 結果	4
5. 考察	11

養育者支援プログラムの活用促進

1. 背景・目的

2016年に改正された児童福祉法では家庭養育優先原則が明記され、翌年に厚生労働省「新たな社会的養育の在り方に関する検討会」において、「新しい社会的養育ビジョン」が取りまとめられ、親子を分離せずケアを行う在宅での社会的養育としての支援の構築について言及がなされている。

社会的養育の在り方として予防的な取組の重要性は再認識されており、パーマネンシー保障においても実親子関係による養育継続に向けた親子関係構築支援の重要性が増している。我が国では養育者支援において、特に要支援児童の養育者に対してペアレントトレーニング等の養育者支援プログラムが奏功することが知られており、これらのプログラムが予防的支援としても期待されている。一方で、実際に予防的アプローチとして養育者支援プログラムを実施し、その効果や支援のあり方等を整理した研究は少なく、この観点での知見収集が急がれる。そこで当研究所では、以下2つのプロジェクトを進める。

- ① 理化学研究所の黒田公美先生のチームから引き継いだ、養育者支援を実施する支援者や有識者が集う「養育者支援プログラム連絡協議会」の運営をおこない、地域でより良い実践展開ができるよう、必要な評価も含めてサポートする。
- ② 子育て世帯の多い大型集合住宅での自治会活動において養育者支援プログラムを実施し、その効果検討をおこなう中で、従来の子育て困難世帯になってから支援をおこなうのではなく、子育て困難世帯となる前の幅広い世帯に向けた予防的支援の在り方を明らかにする。

2. 実施内容

(1) 養育者支援プログラム連絡協議会の運営

以下の日程で、養育者支援プログラム連絡協議会を実施した。第1回及び第3回はオンライン開催、第2回は対面とオンラインのハイブリット開催とした。

回数・日時	内容
第1回 5月27日(土)15:00-17:00	・近況報告 ・三菱UFJリサーチ&コンサルティング 保護者支援プログラムのガイドライン策定及び好事例収集のための調査研究についての紹介

	<ul style="list-style-type: none"> ・① 養育者支援プログラムの案内パンフレット作成のご提案／② 予防的支援としてのプログラム活用（予備的調査結果のご報告）
<p>第2回 9月9日(土)10:00-12:00</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・近況報告 ・森田ゆり先生（一般社団法人 MY TREE）ご発表 「ソマティックアプローチの効果」
<p>第3回 3月20日(水)10:00-12:00</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・近況報告 ・加藤則子先生（十文字学園女子大学）ご発表 「子どもと家族の健康等に関する予防活動における親支援プログラムの位置づけ」 ・養育者支援プログラムパンフレットの作成に関するご協力のお願い

（2）大型集合住宅での養育者支援プログラムの実施及び調査研究による効果測定

上記②のプロジェクト（養育者支援プログラムを用いた幅広い世帯に向けた予防的支援）の一環として、集合住宅の自治会活動として実施されている入居者向けイベントの中の一つのコンテンツとして養育者支援プログラムを実施した。また、ポピュレーションアプローチとして養育者支援プログラムを導入することの有効性を検討するために、2022年度に引き続き、参加者の子育て不安等を任意の事前アンケートおよび3週間後の事後アンケートにより調査した。調査結果は「3. 調査研究」に記載した。

3. 調査研究

（1）問題と目的

社会的養育の在り方として予防的な視点は重要であり、パーマネンシー保障の観点からも、実親子関係による養育継続に向けた親子関係構築支援を欠かすことはできない。

こうした予防的取組の1つとして、令和6年4月より、市町村において「親子関係形成支援事業」が始動した。事業の目的は「講義やグループワーク、ロールプレイ等を通じて、児童の心身の発達の状況等に応じた情報の提供、相談及び助言を実施するとともに、同じ悩みや不安を抱える保護者同士が相互に悩みや不安を相談・共有し、情報の交換ができる場を設ける等その他の必要な支援を行うことにより、親子間における適切な関係性の構築を図ること」である。わが国ではこれまで、ペアレント・トレーニング等の養育者支援プログラム（以下、プログラム）で同様の取組がなされて

おり、多くの実践において、養育者の養育スキルの向上や抑うつ状態の改善等の効果が報告され、親子関係構築における予防的支援としても期待されている。一方で、実際に予防的アプローチとしてプログラムを実施し、その効果や支援のあり方などを整理した研究は少ない。

そこで本研究では、子育て世帯が多い大型集合住宅において、すべての子育て世帯を対象としたプログラムを実施し、その効果について検討することを目的とした。

(2) 方法

対象

首都圏のレジデントマンション在住の子育て世帯

時期

2023年1月, 3月, 9月, 12月, 2024年3月

手続き

マンションの自治会活動として企画された約2時間のプログラム(CAREまたはトリプルP)に参加した親に対して、プログラム前後と3週間後に以下の内容の質問紙調査を実施した。プログラム前後の質問紙はその場で配付、回収した。3週間後の質問紙はプログラム実施日に返信用封筒をつけて配付し、3週間後に返送するよう依頼した。

実施前の調査内容：基本情報(性別、年齢、職業、家族構成、子どもの年齢、世帯年収、最終学歴)、プログラム受講の目的、BDI-II ベック抑うつ尺度(以下、BDI)、PSI-SF PSI 育児ストレスインデックスショートフォーム(以下、PSI)

実施後の調査内容：プログラムの満足度、プログラム受講の感想

3週間後の調査内容プログラム受講が日々の子育てなどの生活に与えた影響、BDI、PSI

分析は、調査項目に対して、基本情報の単純集計、BDIおよびPSIの実施前と3週間後の合計得点差の検定(対応サンプルによるWilcoxonの符号付き順位検定)、自由記述項目の質的検討をおこなった。統計解析にはSPSS ver. 28を用いた。

(3) 倫理的配慮

全戸配付されるプログラムの案内文において、任意で質問紙調査を実施する旨を記載した。プログラムに参加した対象者に対しては、口頭及び文書により研究への参加は任意であり、参加者の自由な意思が尊重されること、研究に参加しないことによつて不利益な対応を受けることはないことなどを説明し、同意書に署名いただいた方の

みを調査対象とした。なお、本研究は早稲田大学人を対象とする研究に関する倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号 2022-401）。

（４）結果

基本情報

参加者は男性 7 人、女性 15 人の合計 22 人であり、20 代 2 人、30 代 15 人、40 代 5 人であった。構成としては、夫婦が 3 組、父のみが 2 人、母のみが 14 人であった。学歴は高卒 2 人、短大卒 2 人、大卒 15 人、大学院卒 3 人であった。職業は会社員 15 人、専業主婦 5 人、パート・アルバイト 1 人、その他 1 人であった。家族構成は夫婦と子ども世帯が 20 人、夫婦と親と子ども世帯が 2 人であり、子どもは就学前 21 人、小学生 1 人、高校生 1 人であった。世帯年収は 300 万未満 1 人、400～499 万 1 人、600～699 万 2 人、700～799 万 2 人、800～899 万 1 人、900 万以上 13 人であった。

性別と職業、性別と最終学歴のクロス集計結果を表 1、表 2 に示した。本調査の参加者は半数以上が職を持っており、両親共働き世帯が多く、学歴の高い集団であることがわかった。年齢を考慮すると、30 代の大卒者が多いようであった。

表 1 参加者の性別と職業のクロス集計結果

	自営業	会社員	パート・アルバイト	無職	その他
男性	0	6(85.7)	0	0	1(14.3)
女性	0	9(60.0)	1(6.7)	5(33.3)	0
計	0	15(68.2)	1(4.5)	5(22.7)	1(4.5)

人数(%), 独立性の検定の結果、いずれも有意差なし

表 2 参加者の性別と最終学歴のクロス集計結果

	中学校	高等学校	専門学校	短期大学	大学	大学院
男性	0	0	0	0	5(71.4)	2(28.6)
女性	0	2(13.3)	0	2(13.3)	10(66.7)	1(6.7)
計	0	2(9.1)	0	2(9.1)	15(68.2)	3(13.6)

人数(%), 独立性の検定の結果、いずれも有意差なし

家族構成と世帯収入のクロス集計結果を表3に示した。本調査の参加者は、1人目の就学前の子どもをもち、世帯年収の高い父・母であることがわかった。

表3 家族構成と世帯収入のクロス集計結果

	300万 未満	400- 499万	500- 599万	600- 699万	700- 799万	800- 899万	900万 以上
夫婦のみ	0	0	0	0	0	0	0
夫婦と子ども	1(5.0)	1(5.0)	0	2(10.0)	2(10.0)	1(5.0)	12(60.0)
ひとり親と子ども	0	0	0	0	0	0	0
夫婦と親と子ども	0	0	0	0	0	0	1(5.0)
その他	0	0	0	0	0	0	0
計	1(5.0)	1(5.0)	0	2(10.0)	2(10.0)	1(5.0)	13(65.0)

人数(%), 独立性の検定の結果、いずれも有意差なし

受講目的

参加者の性別と受講目的（複数回答可）のクロス集計結果を表4に示した。受講目的は、「子育てに対する不安や心配があったため」5名（22.7%）、「内容に関心があったため」11名（50.0%）、「子育てに関する知見を勉強するため」10名（45.5%）であった。地域の子育て家庭においても、1/4の世帯は子育て困難を抱えている可能性が示唆された。

表4 参加者の性別と受講目的（複数回答可）のクロス集計結果

	子育てに対する不安や心配	内容に関心	子育てに関する知見の勉強	その他
男性(%)	1(14.2)	4(57.1)	2(28.6)	0
女性(%)	4(26.7)	7(46.7)	8(53.3)	0
計(%)	5(22.7)	11(50.0)	10(45.5)	0

人数(%), 独立性の検定の結果、いずれも有意差なし

受講満足度および受講の感想

参加者の性別と受講満足度のクロス集計結果を表5に示した。受講満足度はすべての参加者が「非常に満足」または「まあ満足」と回答した。

表5 参加者の性別と受講満足度のクロス集計結果

	非常に満足	まあ満足	あまり満足しなかった	まったく満足しなかった
男性(%)	5(71.4)	2(28.6)	0	0
女性(%)	12(80.0)	1(6.7)	0	0
計(%)	17(77.3)	3(13.6)	0	0

人数(%), 独立性の検定の結果、いずれも有意差なし

参加者の受講の感想を表6に示した。「子育てに自信がないと思っていたができていいる部分もあることがわかり自分を認めることができた。」「自分のやり方が正しいのか、方向性は正しいのか自信が持てなかったが、できていることも多いと自分を認めてあげることができた。」「今後の指標ができた気がする。自分が日頃思っていたことが後押しされた気がして、自信になった。」など自信につながったという声や、「自分の考えを言葉にしたり、他の方の考えを聞く貴重な時間だった。」「他の親と交流もできて楽しかった」といった「地域とのつながり」が得られる可能性を示唆するような声もあった。

表6 受講の感想

ID	受講後の感想
1	今回のイベントを受け大変勉強になり、楽しく受けることができました。マイナス思考になることが多いため、プラスに考え子供と楽しく過ごしていければよいと思いました。
2	今まで自分がやってきたことの中で合っていることも多かったので自信につながりました。しつけはルールがとても心に刺さりました。グループワークは学生以来だったので色々な意見が聞けてとても勉強になり楽しかったです。
3	子育てを始めて6ヶ月、自分のやり方が正しいのか、方向性は正しいのか自信が持てなかったが、できていることも多いと自分を認めてあげることができた。子どもは親の育て方、向き合い方によって、どんな大人に成長するか決まってしまうので、責任の重い仕事ではあるが、チップシートに基づいて真正面から子どもと向き合っていきたいと思った。夫婦で参加するともっと良いなと思いました！
4	子育てに関して、テクニック論ではなくて根本的な考え方を学ぶことができたのでよかったです。時をとらえて答える、というのは意識して実践しようと思います。
5	ご褒美の効果など、新しい知見を得ることができた。他の親と交流もできて楽しかった。
6	子育て家庭が多いマンション内でこのようなセミナーに参加できてとても有意義でした。時間枠は多かったのにあつという間を感じました。
7	全ての時間が興味深く心にのこりました。子育てに自信がないと思っていましたができている部分もあることがわかり自分を認めることもできそうです。ご褒美=あまり良くないというイメージがありましたが、だめではないことがわかりうまく使えたらいいなと思います。子どもとの会話を楽しもうと思います。
8	具体的なやり方やロールプレイングを通して言われて嬉しいこと、やり方を知れてとてもよかったです。1日5分、とりあえずやってみるということで無理なくやれそうです。すぐにでもできそうなことが多くてハードルが低くてよかったです。素敵な機会をありがとうございました。
9	まだ0歳児ですが、今後の育児に参考になることを教えていただいてとても充実した時間を過ごすことができました。まずは夫に対してやってみて、子どもが大きくなってきたら子どもにもトライしてみようと思います。(日頃の行いでできるように)ありがとうございました！！追伸：先生の声がとても明るくて楽しい気持ちになりました。スタッフの皆様もご参加いただいて楽しかったです。
10	子どもがまだ小さいですが、できることは今から実践していけたらいいかなと思いました。マイナス思考になりがちですが、肯定的な言葉を使ったり自分の時間を持てるように夫とも話したい。介護の仕事をしているので、職場復帰した時にも使えることだなと感じた。
11	すぐ使えるアドバイス等があり、受講して良かった。夫婦で受講すべきだと思う。また次回あれば他の人にすすめたいと思います。

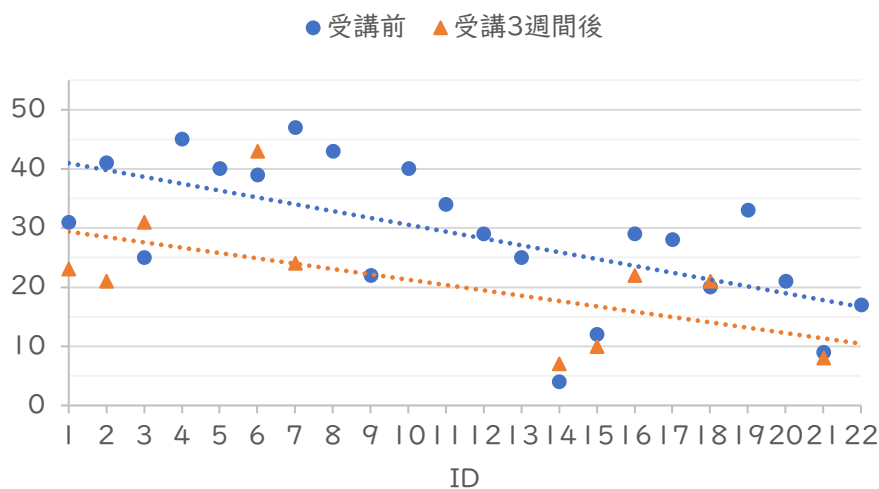
-
- 12 今後どういった接し方を子どもに対してすれば良いか、具体的に理解できるセミナーで大変勉強になりました。会社で実践できることも多く、いろいろ試してみようと思います。
-
- 13 子育てに関する情報が多く出回っている中で何を参考にすべきかがいまいち分からなくなっていたなかでトリプル P の基本的な考え方を大変分かりやすく教えていただき、子育てへの向き合い方を考えるいい機会になりました。本日はありがとうございました。
-
- 14 始まったばかりの子育ての中で、学んだことについても自信がつき、新しい発見もたくさんあった 2 時間でした。子どもも自分も大切にして子育てを楽しみたいと思いました。また、自分の考えを言葉にしたり、他の方の考えを聞く貴重な時間となりました。
-
- 15 子供への向き合い方について、多く学ぶことができました。今後の育児に活かしていきたいと思います。
-
- 18 行動を言葉にするという手法が一番参考になりました。子供にさっそく使ってみたいと思います。また、CARE という手法は、常に使えるものではないとは思っていたので、日常に付け加えるという感覚でやってみたいと思います。
-
- 19 今後の子育てに向けて大変勉強になりました。ありがとうございました！！夫と内容を共有したいと思いました。
-
- 20 3つの「K」が意外とやりがちで3つの「P」で上書きしていこうと思います。実践的な知見をご教示いただきましてありがとうございました。
-
- 21 今後の指標ができた気がします。自分が日頃思っていたことが後押しされた気がして、自信になりました。先生のお人柄か、内容もすっと入ってわかりやすく、楽しかったです。ありがとうございました。
-
- 22 親としての行動、どうすべきかを冷静に考えられるようになった気がします！
-

心理尺度の実施前と 3 週間後の得点差の比較

抑うつ

抑うつ尺度である BDI-II の実施前の合計得点は平均 7.91 ($SD = 6.90$, $N = 22$)、3 週間後の合計得点は 4.10 ($SD = 3.14$, $N = 10$) であった (図 1)。実施前後のデータが揃っているケースで実施前と実施後の抑うつ尺度の有意差検定 (ウィルコクソンの符号付き順位検定) をおこなったところ、実施前に比べて 3 週間後は有意に得点が下がっており、大きな効果量が認められた ($Z = 2.53$, $p = .011$, $r = .80$, $N = 10$)。

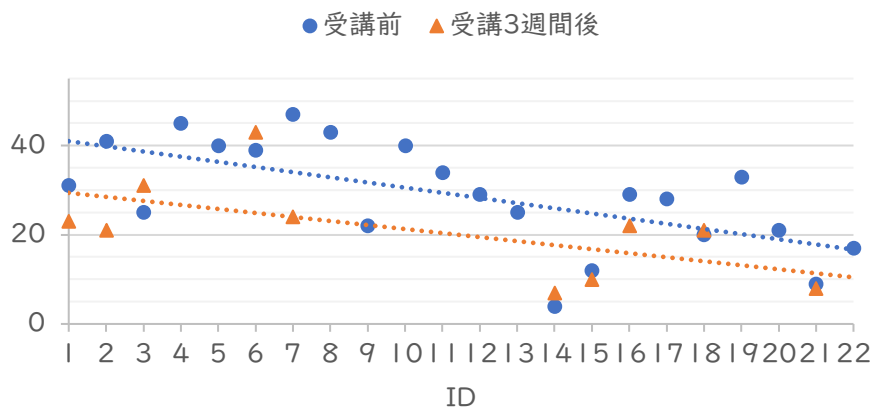
図1 抑うつ尺度の実施前と3週間後の得点



育児ストレス

育児ストレス尺度である PSI の実施前の合計得点は平均 25.70 ($SD=14.4$, $N=22$)、3週間後の合計得点は 21.00 ($SD=11.0$, $N=10$) であった (図2)。実施前後のデータが揃っているケースで実施前と実施後の育児ストレス尺度の有意差検定 (ウィルコクソンの符号付き順位検定) をおこなったところ、実施前と3週間後の得点に有意差は確認されなかったが、中程度の効果量が認められた ($Z=1.122$, $p=.262$, $r=.36$, $N=10$)。

図2 育児ストレス尺度の実施前と3週間後の得点



受講の影響

3週間後の受講の影響についての自由記述結果を表7に示した。「子どもに何か直してもらいたいことがあるときは、否定的な表現ではなく肯定的な表現にすることによって聞いてもらえるようになった」「食事の準備の時も話しかけられたら体、耳を傾ける等、今回の講座で改めて意識することができている」「以前よりも子どものことを認めてあげられるようになった」など、1回の受講であっても認知や行動の変化は持続する可能性が示唆された。

表7 受講の影響

ID	受講の影響
1	大変楽しく講座を受けることができました。講座を受けた後は楽しく育児に取り組んでいるように感じます。また、出かける時などは事前準備をより心がけるようになり心に余裕を持っています。食事の準備の時も話しかけられたら体、耳を傾ける等、今回の講座で改めて意識することができています。まだまだ積極的に参加したいので開催してくださいと幸甚に存じます！
2	子どもに何か直してもらいたいことがあるときは、否定的な表現ではなく肯定的な表現（椅子に立たない、ではなく椅子は座ろうという表現）にすることによって聞いてもらえるようになった。自分の中で子どもを指導する、ではなくて良いところを伸ばしている、そして見守ろうと思えるようになり、以前よりも子どものことを認めてあげられるようになったと思う。まだまだやり始めたばかりなのでわからないが自分にとってプラスになったと感じているので今後も続けていきたいと思う。
6	まだイベントで学んだことを全て振り返り、自分の意識に定着させられたわけではありませんが、親としての自分を大切にできているかを振り返ることができました。2時間程度ではなかなか吸収しきれなかったのが残念ですが、このようなセミナーに出会えて良かったと思います。
7	子育てがうまくできていないのでは…と不安になることが多かったが、できている部分もあるのだとわかった。子育てについてももっともっと知りたい、勉強したいと改めて思えた。
14	子育てについて少し不安に思ったり、自信を無くしそうになった時に先日のイベントのことが頭によぎります。子育てをする環境が整っている、今日も1日ケガなく過ごすことができました!!と自分をほめて自信を持つことができるようになっていきます。ありがとうございます
15	「子供との時間はお金では取り戻せない」という言葉が心に残り、より時間を大切にしようと思った。
16	自分の言動を振り返ると、K:P=7:3位であることに気付いた。普段から感情的で思ったことをすぐ口にするタイプなので冷静によく考えてから行動しないといけないと思ったが

すぐに直るものでもなく難しい。我が子はもう 12 才と 17 才なのでベビー期に知れたら良かった。

18 まだそこまで多くの言葉を話せない子と一緒に遊ぶ際に、どのような声掛けをするべきか、悩んでいましたが、子供の遊ぶものを実況中継することで、自分自身を楽しく時間をすごせるようになりました。また、全てを命令せずに過ごすことはできませんが、選択的注目は時々利用することで子供の行動をある程度は誘導することができました。

21 世界で通用する人間になってほしいと思った。そのために必要な心構えや対応を知れてよかった。

(5) 考察

本調査研究より、要支援家庭の養育者でなくても子育て不安や自信のなさを感じていることから、親子関係構築支援における予防的観点の重要性が示唆される。また、養育者支援プログラムを実施することで、養育者の「自己肯定感の実感」や「地域とのつながり」が得られることが示唆され、抑うつ気分が低下する可能性が考えられた。すなわち、養育者支援プログラムは養育者の認知や行動を変化させ、親子関係によい影響を与える可能性が示唆されたことから、予防的支援として一定の効果が示されたといえる。さらに 3 週間後のアンケートでは、たとえ 1 回の受講であっても認知や行動の変化は持続する可能性が示唆されており、低コストで効果のある予防的支援として位置付けられるのではないだろうか。

一方で、参加世帯が限定的であったことは本研究の限界であり、今後は開催形態などを工夫する必要があると考えられる。

早稲田大学大学院 総合研究機構
社会的養育研究所

養育者支援プログラムの活用促進
2023年度 報告書

2024（令和6）年8月

Supported by  日本 THE NIPPON
財団 FOUNDATION