

# 子育て支援プログラムとしての運動プログラムの開発と実践 ～我孫子市子育て支援施設「にこにこ広場」における実践事例～

健康スポーツマネジメントコース

5010A301-6 相澤景太

研究指導教員：中村好男

## 1. 千葉県我孫子市の子育て支援施設「にこにこ広場」について

近年、千葉県我孫子市は、大型マンションが次々と建設され、子育て中の世代が増加している。それを受け我孫子市子ども部保育課（以下、保育課）は、2009年1月10日に、我孫子駅前の商業施設であるイトーヨーカドー我孫子店（以下、ヨーカドー）の2階に、市内5か所目となる「にこにこ広場」（以下、同施設）を開設した<sup>1)</sup>。

同施設の特筆すべき特徴として「民間企業との共催による子育て支援イベントの開催」が挙げられる。開設当時、ヨーカドーの店長を務めていた長田氏（当時51歳）は、同施設の利用者をヨーカドーの潜在顧客と捉え、利用者ニーズに応じた一般企業との共催イベントの開催を我孫子市に働きかけ

この提案に保育課も呼応し、同年3月の「森永乳業・食育セミナー」を皮切りに、「カゴメ・食育講座」、「スマイルクリニック・歯磨き講座」などの共催イベントを、（2009年6月を除いて）毎月1回ずつ開催している。

## 2. 子育て支援プログラムとしての「運動プログラム」のトライアル

著者は、鍼灸・整体を専門とした株式会社カイラックス（以下、カイラックス）を1997年から運営している。これまで鍼灸師や整体師としての臨床経験の中から、腰痛や肩こり解消のための運動プログラムを開

発し治療院の患者に提供してきたが、このプログラムを患者だけではなく、地域居住の健常人にも広めていくきっかけを探していた。そのような中、ヨーカドー店長の長田氏に、直接連絡をとって「骨盤腰痛体操プログラム」の提案を行い、2009年10月19日に「お母さんのための腰痛骨盤体操」としてトライアルで開催するに至った。

## 2.1 子育て支援プログラムとしての「運動プログラム」トライアル実施後の調査結果

トライアル実施後に行った調査結果から、運動プログラム参加者は、身体活動量が最も低いとされる30代女性が最も多いことが明らかとなった。

## 3 本プログラム「親子でできる骨盤体操」の開発と実施目的

第1回目のイベント終了後、参加者や同施設職員からポジティブな反響が多く挙がっていた。そのことで、今度は、ビジネス（共催費の授受）として、乳幼児を持つ母親が日常生活の中で体操を行うことが習慣となり、身体的効果を向上させることを目的とした本プログラムを2010年1月、4月、5月に実施した。

## 4. 本プログラムの評価およびアンケート内容と経済的評価

### 4.1 各イベント開催日と当月のその他

### の開館日との施設利用者数の比較

「にこにこ広場」で開催された共催イベントのうち、3 回以上開催されたイベントの各イベントが開催された日の施設利用者数（3 回の平均）と、そのイベントが開催された月のその他の開館日の施設利用者数（各開催月の3ヶ月分の平均）を比較したところ、表2のようになった。

表2 各イベント開催日と当月のその他の開館日との施設利用者数の比較

	イベントの開催日	イベント参加者数	当月平均利用者数(イベント日除く)	Tスコア
カゴメ	2009年5月	105	113 ± 43	48 93(0)
	2009年9月	119	79 ± 28	64 151(0)
	2009年12月	60	55 ± 20	59 109(0)
森永	2009年7月	194	141 ± 37	64 138(0)
	2009年11月	95	67 ± 27	67 153(0)
	2010年2月	112	93 ± 25	58 120(0)
ハイラックス	2010年1月	155	15 ± 18	64 20(0)
	2010年4月	160	80 ± 25	82 200(0)
	2010年5月	167	86 ± 31	76 194(0)

本プログラムの開催日の利用者数はいずれも当月の開館日の利用者の最高値を示すとともに、その偏差値（Tスコア）は76-94 となり、他の2業者の共催イベントのTスコアと比較して、高値を示した。

#### 4. 2 参加者へのアンケート

本プログラム終了時の聞き取り調査の結果、「リフレッシュできた」など肯定的回答が多かった（83%）。また、「プログラム終了後にもお母さん達が施設に残り、後から来館した母親に今日の体操の様子や、やり方を伝えたり、ツボ押しなどを相互にやり合う光景が見られた」という職員のコメントも寄せられた。

#### 5. まとめ

全国の地域子育て支援拠点事業における事業内容は、子育ての孤立化や密室育児の解消を課題として、子育て中の親子が気軽に集い、相互交流や子育ての不安・悩み

を相談できる場の提供である<sup>23)</sup>。ここで紹介した子育て支援プログラムの1つとして開催した母親ニーズを反映した本プログラムは、母親の身体的効果の向上を意図したものであるが、その結果として、本プログラム開催日の利用者数はいずれも当月の開館日の利用者の最高値を示すとともに、その偏差値（Tスコア）は高値を示した。

子育て支援施設において母親ニーズを反映した運動プログラムは、単に参加した母親の身体的効果を高めるだけではなく、子育て支援施設利用者の施設利用意欲を促進させ、母親同士のネットワーク構築の一助となり、母親同士のコミュニケーションを活発化する可能性を有していることが期待される。現在、各地でさまざまな子育て支援活動が行われているが、母親ニーズを反映した「運動」という働きかけも子育て支援プログラムとして有効であることが示唆された。

#### 参考文献

- 1) 我孫子市子育て支援センター, 子育て支援事業担当者研修会, 実践発表資料, 平成 21 年
- 2) 厚生労働省, 地域子育て支援拠点事業について, 「地域子育て支援拠点事業」(ひろば型) 実施一覧, (2010 年 7 月 19 日アクセス), <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/kosodate.html>
- 3) 厚生労働省, 地域子育て支援拠点事業について, 「地域子育て支援拠点事業とは」(概要) (2010 年 7 月 9 日アクセス), <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/kosodate.html>.