

子育て期にある母親の居場所としての NPO の可能性

石 田 光 規

1. 本論文の目的

子どもの誕生は多くの人びとが経験すると同時に、経験した人それぞれに大きな影響を及ぼす。そのプラスの効果としてまずあげられるのが、両親のみならず周りの人に幸福感をもたらすことだ（清水・伊勢 2006）。また、子どもの誕生により、夫および妻は父親、母親という新たな役割を獲得し、身の回りの関係性も再編される。このような経験は、当事者の成長の契機になると言われている（柏木・若松 1994, 菅野 2001）。

しかしながら、新たな役割の獲得と関係性の再編は、必ずしも円滑に行われるとは限らない。役割への不適応は、両親に葛藤を生じさせ、ストレスの原因となる（稲葉 1999, 小野寺 2003, 渡辺・石井 2009, 坂梨ほか 2015）。関係再編の失敗は、支援のもらい手、自らを理解してくれる人の喪失を招き、人びとの不安感、孤独感を高める（岩田 1997, 山本・神田 2008, 吉田 2012）。育児のストレスや育児不安が育児研究の一領域として成立している事実は、子どもの誕生後、円滑に生活してゆくことの難しさを表している。

新しい環境への不適応により生じる精神的な不健康や孤独感は、自尊感情や自己受容の低下につながり、人びとを精神的に追い込んでゆく。また、親の自尊感情の低下は、本人のみならず、親自身の子どもの受容（春日 2017）、子どもへの関わり（加藤・中島 2011）にも悪しき影響を及ぼす。したがって、新生児誕生後の数年間は、親のみならず、子どもにとっても非常に重要な時期だと言えよう。

本論文は、育児期の母親が社会生活に適応してゆく上での居場所の役割について検討する。具体的には、子育て中の人びとの孤立防止とエンパワメントを目的とした NPO 法人「こまちぶらす」を事例に、家族、職場以外の第三の組織が果たしうる役割について明らかにしてゆく。次節では、調査・分析に先立ち、家族、職場以外の第三の組織の意義を検討する。

2. 育児における NPO 法人の役割

2.1. 重要な場所としての家族・親族

育児期の母親に影響を与える場として真っ先に思い浮かび、また、数多くの研究でその影響を

指摘されているのが家族・親族である。多くの母親が世帯をともにする父親（夫）の家事参加およびサポートは、母親のメンタルヘルスの改善や自己肯定感の獲得に寄与する（稲葉 1999, 松岡 1999, 坂梨ほか 2015）。

家族・親族の重要性にかんする指摘は夫にとどまらず、妻の親、夫の親についても言及されている。このうち、妻の親については、ほぼ一貫してプラスの効果が認められる一方で、夫の親については、却ってマイナスになるという知見も認められる（松岡 1999）。「嫁・姑問題」という言葉に表されるように、夫の親との付き合いはそう簡単ではない。

さて、家族・親族は依然として最重要なサポート源であるものの、人びとの生活の個人化、流動化とともに、その効果の衰えも指摘されている。女性の就業継続に焦点をあてた研究では、親族援助の効果が低下し、育休などの制度と施設の利用の重要性が高まっていると言われている（池田・今田 2006）。個人化、流動化が指摘される現在、家族の外に居場所を確保する重要性は高まっているのである。

2.2. 第二の場所としての職場

そこで、第二の場所である職場について検討してみよう。女性の雇用政策の進展もあり、女性の就業率は年々高まっている。労働力調査によると、1986年に53.1%だった生産年齢人口（15～64歳）の女性の就業率は、2016年には66.0%にまで上昇した。

仕事の場の確保は、収入の獲得や能力を発揮できる場の確保につながり、女性の自尊感情を高め、ストレスを減らす可能性がある。しかしその一方で、家と仕事という二つの役割を背負うことによる役割過重や役割葛藤によりストレスを高める可能性もある（西村 2005）。

そもそも「働く」という行為を、経済的理由から選択している人も少なくない。このような人びとにとって、職場は居場所ではなく葛藤の材料として作用しやすい。というのも、経済的理由という強制力によって、育児を理由とした仕事の調整が難しくなるからだ。職場が居場所として作用するためには、相当程度の条件が整えられる必要がある。

2.3. 第三の場所

家族、職場の次に思い浮かびやすいのが地域である。移動の制約が多い育児期において、居場所へのアクセスのしやすさは重要である。そもそも居場所じたいアクセスしやすい場所にしなければ居場所としての機能も半減してしまう。その点、地域はアクセス問題についてはクリアしている。しかし、「地域」という区分は、少々粗過ぎる。

隣近所に目を向け、各主体が行った調査結果を敷衍すると、隣近所の付き合いは、総じて低調である（石田 2018）。また、都市部には、村落における集落・部落のように、人びとを包摂する組織は見られない一方で、多様な団体が存在する。そのため、調査対象を研究目的に沿ってある

ていど限定する必要がある。

そこで、本論文では、育児期にある母親を包摂する場として、地域での子育て支援および地域活動を行っている NPO 法人に着目する。地域に密着した NPO 法人は、当該地域に住む多くの人に開かれている一方で、職場のように経済的理由による強制性があるわけではない。つまり、アクセスや開放性という点では恵まれている一方で、拘束性はそこまで強くないのである。本論文では、このような場が、育児期にある母親の居場所としてどのように機能しうるか、質問紙調査および聞き取り調査を通じて明らかにしてゆく。

3. 事例と研究方法

3.1. 事例紹介

本論文で事例として取り上げるのは、神奈川県横浜市戸塚区で2012年から活動をしている NPO 法人「こまちぷらす」である。「こまちぷらす」は、「子育てが『まちの力』で豊かになる社会」（こまちぷらす 2019: 1）という理念を掲げ、地域のまちづくりと子育てを融合した事業を複数行っている（こまちぷらす HP）。

事業拠点は、戸塚駅から徒歩5分くらいのところに立地する「こまちカフェ」である。「こまちカフェ」は月曜日から土曜日の10時から17時まで営業し、アレルギーに配慮した飲食の提供、子どもも遊べるスペースの確保などを通じて、子連れの人びとが気軽に来られるように配慮されている。また、カフェの奥にはイベントスペースがあり、日々多彩なイベントが開催されている。

気軽に立ち寄れるカフェは居場所として重要な役割を果たし、イベントや講演は育児に対する多様なニーズの受け入れ先となっている。また、カフェの来訪者は、イベントの担い手になることもある。このような場は、子育て期の母親の孤独感の緩和につながり、イベントへの参加・運営は、社会への参加意識を涵養し、自尊感情や自己肯定感を高めると考えられる。本論文では、「こまちぷらす」を事例に、地域に根づく NPO 法人が、育児期の母親の孤独感の緩和、自己肯定感の獲得にどのように寄与しているのか明らかにする。

3.2. 研究方法

事例の検討は質問紙調査と聞き取り調査により行った。質問紙調査は、「こまちぷらす」への参加の効果が分かるように、比較可能な3つの群に実施した。第一は、「こまちぷらす」に関わったことがない人である。具体的には、ショッピングモールのキッズスペースに来訪した人に調査票を渡し、その場で回答してもらった。この群を「モール」とする。

第二は、「こまちカフェ」に初来店または2回来店した方々である。これらの人は居場所としてのカフェには来店しているものの、「こまちぷらす」のイベントに積極的に関わっているわけではない。この群を「カフェ」とする。

第三は、「こまちぷらす」の理念に共感し、スタッフとともに活動を推進している人びとである。具体的には、「こまちパートナー」「パートナーぷらす」として登録されている人に調査を実施した。この群を「こまち」とする。それぞれのグループ50名ずつに調査を実施し、150票のデータを回収した。調査を実施したのは、2018年10月である。

本研究の目的は、地域に根付いたNPOが育児期の母親にどのような効果をもつか検討することである。この目的に鑑み、未就学の子どもがいない人びとを除き、131ケースを分析に用いた。母親の平均年齢は34.02、末子の年齢は0歳が61.9%、1歳が16.7%である。

聞き取り調査は「こまちぷらす」の「パートナーぷらす」会員として登録し、なおかつ、子育て中の母親3人に対して行った。この3人をAさん、Bさん、Cさんとする⁽¹⁾。調査を行ったのは2019年8月20日であり、一人あたり45分ていどの聞き取り調査を行った。内容は、子どもが生まれる前と生まれた後の違い、子育て中の孤独感、「こまちぷらす」との関わり方などである。

4. 量的調査から見る「こまちぷらす」の効果

4.1. 分析方法と使用する変数

本節では、量的データを元に、地域に根付いたNPOの居場所としての効果を検討する。具体的には、調査対象の種別（モール、カフェ、こまち）を独立変数とし、孤独感および自己肯定感を従属変数とした分析を行う。「こまちぷらす」の参加に居場所の効果が認められるのであれば、こまち群は他の群に比して孤独感が低く、自己肯定感が高いと考えられる。

孤独感は「自分は独りぼっちだと感じる」「世の中から目を向けられていない感じがする」「自分のことを本当によく知っている人は誰もいない」という項目に1「そう思う」～4「まったくそう思わない」の4件尺度で特定した質問を用いた。分析のさいには、「そう思う」4点～「まったくそう思わない」1点とし、その合計を孤独感とした。

自己肯定感は「私は自分がだめな人間だとおもう」「私は、たいていの人がやれる程度に物事ができる」「周りから必要とされている」という項目に1「そう思う」～4「まったくそう思わない」の4件尺度で特定した質問を用いた。分析のさい後二者については、「そう思う」4点～「まったくそう思わない」1点とし、前者は変換を行わずそのまま得点として用いた。その合計を自己肯定感とする。

独立変数である対象種別は、多変量解析のさいには、モールを基準カテゴリーとして、カフェ、こまちのダミー変数を投入した。また、多変量解析のさいには、統制変数として、本人の年齢、末子の年齢、居住年数、仕事の有無、本人の学歴、夫の学歴、収入、育児ストレス、育児の相談先の数も投入した。これらの変数はいずれも、育児期の母親の孤独感、自己肯定感に影響を与えらるる。

本人の年齢、末子の年齢、居住年数は実測値、仕事の有無は「仕事なし」を1としたダミー変

数、本人の学歴と夫の学歴は「大卒以上」を1としたダミー変数、収入は「世帯収入300万円以上」を1としたダミー変数である。

育児ストレスは、「育児から解放されたいと思ったこと」「ついつい子どもにあたってしまうこと」「子どもを産んでよかったと思ったこと」「子どもと一緒にだと迷惑がかかると思ったこと」について1「まったくなかった」～4「何度もあった」の4件尺度で頻度を特定した質問を用いる。上述の4項目のうち、「子どもを産んでよかったと思ったこと」のみ「まったくなかった」を4点、「何度もあった」を1点と得点を逆転し、それ以外の3項目はそのまま得点として合計点を育児ストレスとした。

育児の相談先の数は、「育児にかんする相談」ができる人について、夫、両親・夫の両親、他親族、友人・知人、近所の人、育児・医療の専門家、それ以外の人から多重選択方式で選んでもらう質問から特定した。「育児にかんする相談」先として選ばれた選択肢の数を変数として用いている。

4. 2. 分析結果

4. 2. 1. 分布の確認

図1は孤独感尺度を構成する各質問の回答分布である。3つの項目のうち、「自分は独りぼっちだと感じる」「世の中から目を向けられていない感じがする」については、こまち群で「まったくそう思わない」人が多い。とくにモール群と比べるとその差は大きい。一方、「自分のことを本当によく知っている人は少ない」については、こまち群で「まったくそう思わない」人が少ない。

続いて自己肯定感についても同様の分布を見てみよう（図2）。これをみると、「私は、たいて

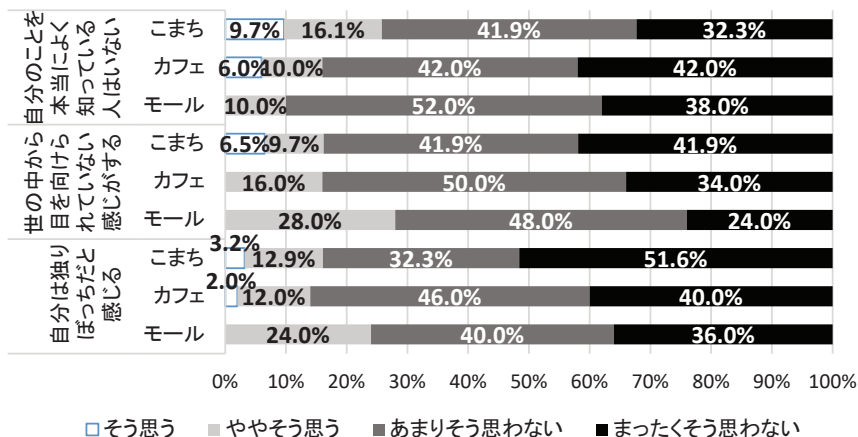


図1 孤独感の各項目の分布

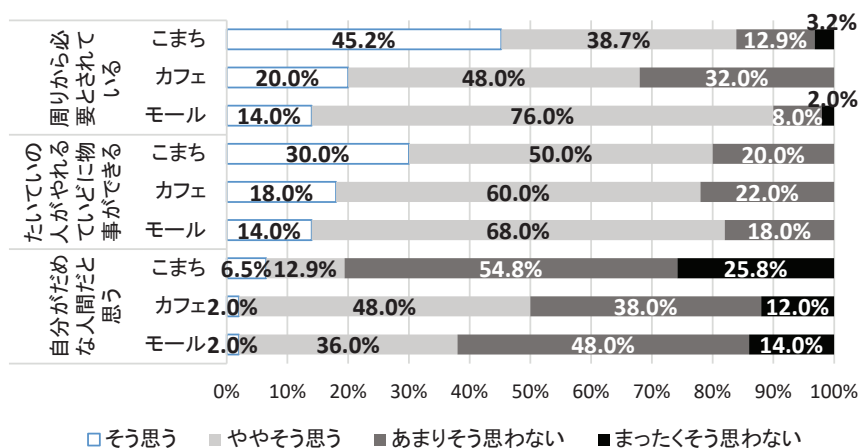


図2 自己肯定感の各項目の分布

「自分がだめな人間だと思う」「たいがいの人がやれる程度に物事ができる」「周りから必要とされている」の2項目については、こまち群に「そう思う」と答えている人が多く、「私は自分がだめな人間だとおもう」については、こまち群に「まったくそう思わない」と答えている人が多い。

まとめると、孤独感については、「こまちぷらす」参加者のほうが低いと捉えられるもの、高いと捉えられるもの双方あるものの、3つの項目を総合すると、やや低いと考えられる。自己肯定感については、3項目すべてにおいて、「こまちぷらす」参加者が高い。

4.2.2. 重回帰分析の結果

次に、他の変数の効果を統制した多変量解析において、「こまちぷらす」への参加が孤独感、自己肯定感にどのような影響を及ぼすのか見てみよう。

表1は孤独感および自己肯定感を従属変数として、集団参加およびその他の変数を投入した重回帰分析の結果である。集団参加の「こまち」のところを見ると、孤独感については10%水準であるものの、いずれも有意であり、かつ、こまち群ほど孤独感が低く、自己肯定感が高い、という結果になっている。

それ以外の変数の効果については、孤独感に対しては末子の年齢、育児ストレス、育児の相談先数が有意な効果をもっていた。末子の年齢、育児ストレスが高い人ほど孤独感が高く、育児の相談先を多数確保している人ほど孤独感が低くなる。これらの効果については、先行研究でも指摘されているものであり、それほど目新しいものではない。

自己肯定感に対しては、こまち群以外に、夫の学歴、育児ストレス、育児の相談先数が有意な効果をもっていた。夫が大卒以上の学歴をもち、育児ストレスが低く、相談先を豊富に確保している人ほど自己肯定感が高い。やはり、育児のストレスとその緩衝剤としての相談先は、母親の

表 1 孤独感、自己肯定感に対する集団参加の効果

	孤独感				自己肯定			
	B	標準誤差	β	p	B	標準誤差	β	p
(定数)	4.647	1.682		**	7.304	1.366		**
年齢	0	0.054	-0.001		0.055	0.044	0.165	
居住年数	-0.08	0.068	-0.14		-0.019	0.055	-0.041	
末子年齢	0.435	0.171	0.305 *		-0.111	0.139	-0.094	
本人無職ダミー	0.593	0.362	0.161		0.164	0.293	0.054	
本人大卒ダミー	0.446	0.369	0.12		0.065	0.3	0.021	
夫大卒ダミー	-0.349	0.45	-0.077		0.967	0.365	0.258 *	
収入300万未満	0.45	1.259	0.035		0.743	1.022	0.07	
育児ストレス	0.232	0.079	0.313 **		-0.237	0.064	-0.385 **	
育児の相談先数	-0.256	0.135	-0.186 †		0.222	0.109	0.195 *	
集団参加 (モール基準)								
こまち	-1.045	0.545	-0.251 †		0.979	0.443	0.283 *	
カフェ	-0.307	0.409	-0.078		-0.33	0.332	-0.101	
R2 乗			0.265 **				0.297 **	

**：p<.01, *：p<.05, †：p<.10

自己肯定感に影響を及ぼすのである。学歴の効果は母親の地位認識が配偶者（＝父親）の地位に代替されていることを表している。高学歴の配偶者をもつ母親は自らの評価を高めるのである。

計量調査の分析結果をまとめると、「こまちぷらす」の参加者は、モール群を基準カテゴリーとしたときに、孤独感が低く、自己肯定感が高いことが明らかになった。この結果は、地域に根付く NPO 法人の有用性を示唆する。

それでは、「こまちぷらす」の参加者は、どのような過程を経て孤独感を緩和し、自己肯定感を育んできたのだろうか。次節では、聞き取り調査を通じて、「こまちぷらす」の居場所としての機能をさらに深く探ってゆく。

5. 聞き取り調査から見る NPO の居場所としての効果

5.1. 子育て中の孤独感と自己肯定の低下

聞き取り調査の結果をまとめると、子育て中に生じる孤独感や自己肯定感の低下の原因として産前・産後の環境変化、既存の関係の無効化と関係形成の困難、子育て規範の存在の3つがあげられる。以下、聞き取り調査の結果をもとにそれぞれ検討してゆく。

5. 1. 1. 産前産後の環境変化

出産は、俗に「第二の人生の始まり」と言われるほど、体験者の人生に大きな影響を与える。その変化には、自らの身体にかんするものと、環境にかんするものの二種類があり、それぞれが出産を経験した女性に大きな影響を与える。その大きな影響は、女性に「感動」を与えるだけでなく、「混乱」や「いらいら」を引き起こすこともある。聞き取り調査では、そのような様子を明確に読み取ることができた。

たとえば、Aさんは、出産を「人生で一番のカルチャーショック」と述べ、その上で、「生活リズムも違いすぎるので一言でいうと『混乱』というか。ほとんど記憶がないというか、あるけれど自分でもよくわからない状態でしたね。」と当時の状況を語っている。「赤ちゃんが生まれる」という圧倒的な環境変化に追いつけない様子がうかがえる。

一方、Bさん、Cさんは身体の変化を強調した。Bさんは、産後について「身体の変化ですね。精神的にも。女性ホルモンのバランスってよく言われますがイライラが強かったです。」と語り、Cさんは「神経が尖っちゃって全然眠れないし、ちょっとのことでも起きてしまって。」と語っている。体調不良も相まって、Cさんは、「着るものもとりあえず着ていればいい、化粧なんて全然しなかったし、身なりには本当に気を遣わなくなりました。」と半ば自己放置のような状態に陥ってゆく。

環境が変化しても、そこで相談に乗ってくれる人がいれば、その後の経過も違っていたのかもしれない。しかし、環境の変化は、これまで築いてきた関係性を無効化する力をもつ。

5. 1. 2. 既存の関係の無効化と関係形成の困難

先ほど、育児は母親に大きな環境変化をもたらすと指摘した。育児に限らず介護など、諸個人が経験する環境変化は、その前後に明確な断絶をもたらす。妊娠・出産前に育児問題を経験することはできないし、親が健全なうちに介護問題を経験することはできない。ここで難しいのは、環境が変化する前に築かれた人間関係が、諸個人の環境変化にあわせて機能を変えてくれるわけではない、ということだ。そのため、既存の関係が無効化してしまう。

出産まで仕事をしていたBさん、Cさんは、「会社だとなかなかそういうの（育児相談）は難しいのかなって気はします」（Bさん）、「前の職場の人とはほとんど…」（Cさん）と述べ、これまでの関係の無力さを訴えている。Aさんは「産まれてみると誰も教えてくれない」と語り、出産という事態に即応した関係の少なさを嘆いている。

かくして、出産を経験した女性は、それに合わせた関係の再編成という課題を背負う。しかし、その課題は、そう簡単に達成しえない。というのも、出産後の女性には、情報のなさや新しい場に飛び込むことのストレスなど、関係づくりのコストが発生するからだ。たとえば、Aさんは「外に出るタイミングもなくて、というかわからなかった。産むまでは仕事しかしていなくて、地域

の活動とかに参加するというのはゼロだったので何も知らず」と自らの知識のなさや情報のなさを嘆いている。

一方、Cさんは「まず（役所のイベントに）申し込むのに区役所に電話してっていうのも自分は嫌だった。」と場に飛び込むことのストレスをあげている。そもそも、自治体が開設している「母親の集い」では、関係がすでにできあがっているところも多い。そうすると「新参者」の母親は、入るのをためらってしまう。意を決して子育て支援センターに足を向けたAさんは、「もっと前から来ている人たちのママ友つながりというのがあって。別に向こうが何かしてくるわけではないのに、こっちが居心地悪くなってしまおう」と述べていた。

5.1.3. 子育て規範の存在

その一方で、不安や不満を吐露する機会は閉ざされてゆく。その一因としてあげられるのが、母親を取り巻く子育て規範である。日本社会には、「子育ては幸せなもの」という幸せイデオロギーや「母親は子育てをするのが当たり前」という子育て規範が根強く存在している。こうした規範は、「子育てに苦しむ女性」という像を封殺し、時には悪者に仕立て上げる。

これについて、Aさんは「負の情報が世の中的にシャットダウンされているのかわからないが、リアルな情報が無い。」と指摘し、不安のはけ口のなさを嘆いている。また、Bさんは「昔の人っていったら変ですけど、『そんな小さい子を外に出して…』なんて言う人がいると出づらくなる。」と述べ、気分転換の糸口を失っている。Cさんについても、「子どもは私が世話を焼いて当たり前だと思っているし、主人もそうだし。街の人みんな『子どもの世話はやって当たり前』だと思っている。」と述べ、周囲の無理解に苦しんでいる。

5.1.4. 結果して生じる孤独感と自己肯定感の低下

出産による環境変化と、それに付随して生じる関係性の問題、さらに、出産した母親を取り巻く規範は、結果して母親の孤独感を高め、自己肯定感を切り下げてゆく。

関係形成の困難とマイナスの意見の封じ込めにより、母親は悩みを発信、共有するきっかけを失い、孤独感を深めてゆく。さきに、外出をとがめられたBさんは「そうすると閉鎖的に自分の家に籠るしかなくなっちゃう」と述べ、孤独な状況を告白している。子育て支援センターに足を向けたAさんは「すでに他の人には友だちとかいるんだ、と余計に孤立してまたそういう場所に行くのが億劫になってしまった」と述べている。子育て期を振り返ったCさんは、「誰と話したわけでもなく、友人と楽しい話をしたりという記憶もあまりなく、孤独だったな、と今になって思います」としみじみ語る。

支援のなさや「できて当たり前」という規範の存在は、彼女たちの自己肯定感をも切り下げてゆく。Aさんは「『赤ちゃんかわいいな』というより、何の覚悟もなく何の勉強もしないで子ど

もを産んでしまったということで、正直自己嫌悪というか、自分に対して自信がなくなり、正直暗い気持ちでした。」と率直な思いを語っている。身なりにも気を遣わず、半ば自己放置のような状況に陥っていたCさんも、当時を「苦しいというか、常に辛かった」と語っている⁽²⁾。

以上の分析からも明らかなように、出産、子育てによる環境変化は、母親の孤独感を高め、自己肯定感を切り下げる要素を多数はらんでいる。環境の激変とそれに付随する関係の無効化、再編の困難は、母親の孤独感を高める。不安を表明しようとしても、子育て規範がそれを阻み、彼女たちの孤独感はいっそう強まる。さらに、子育ては「できて当たり前」という規範、産前とはすっかり変わってしまった自らの姿から、彼女たちは自己肯定感も切り下げてゆく。このように苦境に立たされた母親たちは、どのように立ち直ってゆくのだろうか。

5.2. 子育て中の母親に対する NPO の役割

子育て中の母親が孤独感を解消し、自己肯定感を高めるにあたっては、二つの段階を要する。孤独感を解消し、自己否定から立ち直る段階と、自己肯定感を高めてゆく段階である。「こまちぶらす」は、この二つの段階に対応した機能を有している。

5.2.1. 二つのアクセス

孤独感を解消し、自己否定から立ち直る段階において、当該の母親をサポートするシステムには、物理的アクセスと心理的アクセスという二つの近接性が求められる。

(1) 物理的アクセス

物理的アクセスとは、文字通り物理的な近さ、入りやすさである。孤独感を抱き、自己否定に陥っている母親に、遠方までサポートを求めるよう強いるのは酷な話だ。まして、小さい子どもを連れていると、先のBさんのように「そんな小さい子を外に出して…」と心ない言葉を投げかけられることもある。また、子どもが小さいうちは荷物も多く、「近くにないと。電車に乗ってどこかになんてとても行こうと思わない。」(Cさん)というのが現状である。したがって、物理的に近い場所に施設があるというのは重要な条件だ。戸塚駅からほど近い場所にある「こまちぶらす」は、物理的な近さという点で優れている。

「こまちぶらす」には、入りやすさを高めるもう一つの要素がある。子どもを気にせず飲食できる場である。根強い子育て規範は、母親を外に出ないように仕向けてしまう。「こまちぶらす」では、食事中に子どもの見守りをしてくれるサービス、アレルギーに配慮した食事の提供を通じて、子育て中の母親が入りやすい環境を整えている。この点について、Bさんは「こういう食事也能る場所はここしかない気がする。たまにちゃんとした美味しいごはんも食べたいし、見守りの方もいてくれるので。」と述べている。

物理的に近い距離にあり、食事という気軽にアクセスできる行為をとおして、安心して楽しめる場を提供する。これにより、「こまちぷらす」は、子育て中の母親がふとしたときに足を向けやすい場を提供している。自治体のイベントや子育て支援センターに足を向けづらい人が多いなか、物理的アクセスを備えた場の整備は非常に重要である。

（２） 心理的アクセス

孤独感の解消と自己否定の改善に真に効果を発揮するのが、以下で述べる心理的アクセスである。物理的に近い場に食事に行ったとしても、母親の心理状況がたちどころに改善するわけではない。「こまちぷらす」には、訪れた母親が孤独感を解消し、自己否定を改善するシステムも整えられている。それが受容と共感を通じた心理的アクセスである。

孤独感を抱き自己否定に陥っている人びとは、ただちに活動的になれるわけではなく、まず、「沈んでいる自己」を受け入れてもらえる場が必要である。受け入れる土壌については、調査対象者もそれぞれ言及しており、Aさんは「どちらかというオープンな感じだったと思います。」と語り、Bさんは「ちゃんとみんなが一人一人を受け止めている」、Cさんは「話しやすい雰囲気があるとあります。」と語っている。

受容力の鍵となるのが、家族や友だちではない第三者の適度な距離感である。たとえば、Aさんは「第三者的な立場のところに入ることによって、いい意味の距離感というか温度感が自分に対してプレッシャーを感じない」と率直に語っている。Bさん、Cさんもそれぞれに「公園デビュー的な緊張感とかもない」（Bさん）、「（スタッフは）お仕事しているはずなのにお仕事している感がない。だから話せる。」（Cさん）と語っている。他者から受け入れられている感覚は、孤独感をいやしてくれる。たとえば、Bさんは「『いいんだよ』って言ってくれる人がいるってことは本当に救いでした。」としみじみ語っている。

受け入れられた実感を得た後に、孤独感を解消し、自己否定から脱する重要な契機となるのが共感である。「こまちぷらす」に訪れる母親は、受容感覚を得た後に、同じような境遇の人に出会うことで、「悩んでいるのは自分だけではない」ことを実感し、孤独感をさらに切り下げる。また、「みんな同じようにできなかった」と認識し、自己否定も解消してゆく。

事例を見てゆくと、Aさんは、「『私だけじゃなくてみんな大変な思いをしているんだ』とやっ」と客観的になれました。」と同じ境遇の人に出会うことの重要性を語っている。Bさんは「他の方と話をしているときに『私そうなのよ』と言ってくださった方がいて、その方が縁があって仲良くさせていただいています。」と同じ境遇の人との出会いが、孤独を脱するきっかけとなったことを話している。Cさんについては「私だけではなくて他にもいる、っていうのも大きいかもしれないです。同じ悩みを持っている人が他にもいて、同じ悩みじゃなくても違う悩みを抱えている人がこんなにいるんだ、っていうのがわかる」と述べ、共感の重要性に加えて、その他の悩

みをもつ人と出会える利点をあげている。

「こまちぷらす」のもつ受容と共感の力をつうじて、育児期の母親たちは孤独感および自己否定感を緩やかに解消してゆくのである。

5. 2. 2. 自己肯定感の回復：活動に向けて

しかし、孤独感および自己否定感の解消が、たちどころに自己肯定感の回復につながるわけではない。母親たちが自己肯定感を回復してゆくには、もう一つの仕掛けが必要になる。段階的に活動に参加し、社会と接点をもってゆく仕掛けである。

「こまちぷらす」に参加し、心理状況が回復していったとしても、ただちに仕事のような負荷の高い活動を行えるとは限らない。とくに心の沈んでいた人は、少しずつ「活動すること」になれてゆく必要がある。「こまちぷらす」では、参加者の段階に合わせた多彩なメニューが用意されている。このメニューをつうじて、いったん社会から離れてしまった人でも、気軽に活動に関与できるようになる。Aさんは、その利点を明瞭に語っている。少し長いが引用しよう。

子育てをしていると普段社会的な場所に入っていくことがない。いきなり仕事するというのはだいぶハードルが高いので、これは私なりの解釈が含まれていますが、ちょうどいい中間というか、ボランティアなので。こまちさんの場合はすごく優しいので『やります』と言って結局子どもが体調が悪くなったとか天気が悪くて行けなくなっても『いいですよ』という小さいステップから用意していただける。(Aさん)

Bさん、Cさんも、豊富なメニューのありがたさを指摘している。Bさんは、「いろんな悩みがあったり居場所がなかったり、友だちを作りたかったり、何かを始めたかったり…ちゃんとした目的というか、こういう人集まれ、というのが特に書いてあったわけではなく誰でも受け入れてくれる的な内容が書いてあった（から参加しました）」と語り、Cさんは「何かこんな企画をしたいんだ、って考えている人がいたら、それ用のイベントがあったり。ちょっと悩みがあれば悩みを打ち明けられるような会があったり。」と語っている。

緩やかに参加できる活動をつうじて、母親たちは徐々に活力を回復してゆく。活動をつうじて「ポジティブに変わって」きたAさんは、「ぷらす会員とかそういう場に出て行って『私は仕事とかこれからの人生とかを真剣に考え直そうと思っています』というのを皆さんの前で宣言することで、そこから強制的に何かを考えなければいけない、一歩踏み出さなければならないというプレッシャーを自分で与え」るまでにいたっている。

育児中に夫が事故に遭い「地獄に一気に落ちた感じ」すら抱いたBさんは「月一回でもいいから見つめ直すとかそういう時間が持てたらな、って。いろんな人と話すことによって自分

が変わったり考え方を持ったりしたらいいなと思」えるまでになった。

育児期を「苦しいというか、常に辛かった」と語っていた Cさんは、「受け止めてくれる場所があるのは大きい」と感じると同時に、活動をつうじて「街と関わっている、と思うように」になり、「役立ってる感が感じられるようになりました」とのことだ。

「こまちぶらす」の活動をつうじて、彼女たちは、着実に自己肯定感を回復しているのである。母親から見て第三者の立場にある NPO は、居場所を提供すると同時に、彼女たちの再活性化の場にもなっているのである。

6. 結論：子育て期の母親を支援する NPO の役割

本研究は、子育て期にある母親の居場所として、NPO がどのような役割を果たすか、という点について、NPO 法人「こまちぶらす」を事例に検討した。まず、質問紙調査の分析をつうじて、「こまちぶらす」に参加している人は、他の人びとに比べ、孤独感が低く、自己肯定感が高いことを明らかにした。次に、聞き取り調査をつうじて、「こまちぶらす」の活動が、孤独感の緩和および自己肯定感の高まりにどのように寄与しているのか検討した。その結果、「こまちぶらす」が子育て期にある母親を受け入れ、社会活動に送り出す中間的な居場所として機能していることが明らかになった。以下、聞き取り調査で得られた知見をもとに、NPO の居場所としての機能を簡単にまとめよう。

6.1. 出産による変化と危機

第5節で示したように、出産によりもたらされる変化、関係再編の必要性、子育て規範は、それぞれ独立に、あるいは、関連しあいながら、母親たちの孤独感を高め、自己肯定感を切り下げてゆく。図3は、聞き取り調査で得られた知見のまとめである。

母親にとって子どもの誕生は、「第二の人生の始まり」と言わしめるほどの変化をもたらす。その変化は、環境、身体の両面に及ぶ。身体の不調と環境の変化により生じる不安は、母親の孤独感を喚起し、他者からのサポートの要請を高める。しかしながら、既存の人間関係が、かなら

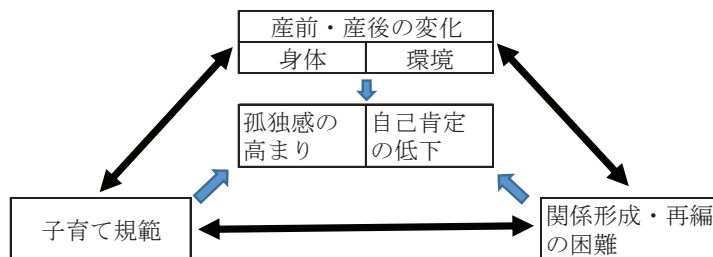


図3 出産により生じる母親の孤独と自己肯定の低下

ずしも、育児の問題に対応するとは限らない。したがって、出産を経験した母親は、当該の変化におうじて、自らの人間関係を再編しなければならない。

しかし、関係の再編は容易ではない。それゆえ、彼女たちは世界から切り離されたように孤独感を深めてゆく。とはいえ、ここで助けを求める声をあげられれば話はそう難しくない。しかし、「子育ては母親がするもの」「できて当然」という規範は、彼女たちに助けを求める行為を思いとどまらせ、結果して、彼女たちの孤独感はいつそう深まってゆく。

子育てにまつわる規範は、母親の孤独感のみならず、自己肯定感をも切り下げる。支え手も情報もなく変化に戸惑う彼女たちは、「できて当然」のものが「できない」自らに負い目を感じてしまう。かくして母親は孤独感を強めるのみならず、自己肯定感も切り下げてゆく。

6.2. 危機からの回復

このような状況を打破するためには、まず、マイナスの事態から脱却し、その後、緩やかに社会活動を行うようステップを踏む必要がある。そのさい、地域に根付くNPOは、第三者として、当事者を受け入れつつ、社会に送り出す機能を発揮しうる。図4は、出産を経た母親に対してNPOが果たしうる機能をまとめたものである。

NPOが孤独感および自己否定を解消しうる居場所として機能するためには、二つのアクセスが求められる。物理的アクセスと心理的アクセスである。

子育て期の母親は、あまり遠くに移動することはできないし、気軽にどのお店に入れるわけでもない。したがって、NPOが居場所として機能するためには、物理的にアクセスしやすい環境を確保することが肝要だ。こまちふらすは、駅前に立地し、なおかつ、子どもの見守り機能を備えたカフェを併設することで、育児中の母親がふらっと立ち寄れる環境を整えている。

心理的アクセスとは、子育て期の母親の心理的なより所となる力であり、受容と共感により構

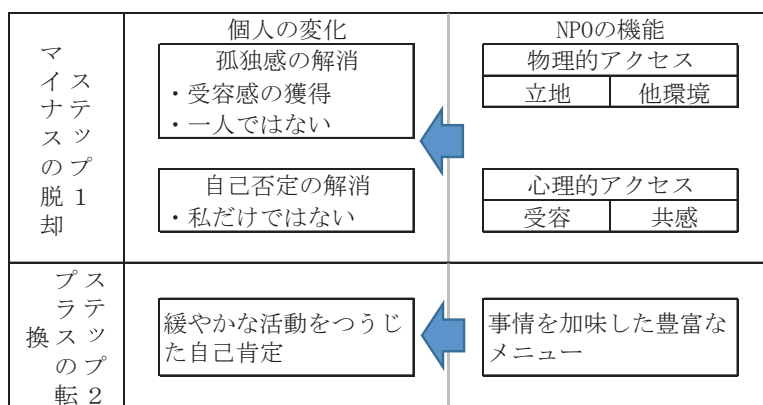


図4 育児期の母親を支えるNPOの機能

成される。さまざまな事情から孤独感や自己否定感を抱いている母親に対しては、まず、その気持ちを受け入れる場が必要だ。当事者とはよい距離感をもち、なおかつ、同じような悩みを共有してきた人により構成される NPO は、育児期の母親に「一人ではない」「できないのは自分だけではない」という安心感を与え、孤独感および自己否定感の解消に寄与する。

マイナスの状況からの脱却が進むと、次の段階に入る。何らかの活動に参加し、自己肯定感を回復する段階である。ここでも NPO 法人の強さが発揮される。NPO 法人は営利企業と異なるため、参加希望者の「緩やかな参加」が可能である。そのため、回復過程にある母親が、自らの状態に合わせた参加の仕方を選択し、徐々に社会とのつながりを再編してゆくことも可能だ。段階を追った社会参加をつうじて、彼女たちは自己肯定感を再度高めてゆく。子育て支援の NPO は、地域の母親を受け入れ、社会活動に再度送り出す中間集団的な居場所として機能しているのである。

少子化が問題視されている現代社会において、子育て中の母親への支援の重要性が喧伝されている。その一方で、人びとを包摂する中間集団の弱体化も指摘されている。こうしたなか、子育て中の母親に寄り添う NPO の役割はいっそう高まると考えられる。

注

- (1) 調査当時、A さんのお子さんは、第一子 4 歳、第二子 8 ヶ月、B さんのお子さんは、第一子 1 歳 2 ヶ月、C さんのお子さんは第一子 3 歳、第二子 1 歳である。
- (2) B さんも、子育て中は「天国から地獄に一気に落ちた感じでした。」と負の側面を語っている。しかし、B さんは子どもが生まれて間もなく夫が事故に遭い、「自分だけが頑張らなきゃいけない」というやや特殊な状況に追い込まれている。その点を勘案し、本文の記述からは割愛した。

参考文献

- 池田心豪・今田幸子（2006）「出産女性の雇用継続における育児休業制度の効果と両立支援の課題」『日本労働研究雑誌』 vol.553, pp.34-44.
- 稲葉昭英（1999）「家族生活・職業生活・育児——育児と役割ストレインの構造」高橋勇悦監修、石原邦雄編『妻たちの生活ストレスとサポート関係（復刻版）』東京都立大学出版会、pp.29-51.
- 石田光規（2018）『孤立不安社会——つながりの格差、承認の追求、ぼっちの恐怖』勁草書房.
- 岩田美香（1997）「「育児不安」研究の限界」『教育福祉研究』 vol.3, pp.27-34.
- 柏木恵子・若松素子（1994）「「親となる」ことによる人格発達——生涯発達の視点から親を研究する試み」『発達心理学研究』 vol.5, no.1, pp.72-83.
- 春日由美（2017）「育児期女性の自己受容に関する一研究——子ども受容・被受容感との関連を通して」『南九州大学人間発達研究』 vol.7, pp.15-21.
- 加藤悠・中島美那子（2011）「母親の自尊感情と養育態度——子どもの自尊感情を育むために」『茨城キリスト教大学紀要』 vol.45, pp.119-129.
- こまちぶらす (<https://comachiplus.org/>) 2019/10/06
- こまちぶらす（2019）『「まちの担い手」がうまれるカフェ」への挑戦と拡がり 三カ年研究実践プロジェクト報告書』.

- 松岡英子（1999）「妻たちが抱える生活ストレス——地方都市の分析」高橋勇悦監修，石原邦雄編『妻たちの生活ストレスとサポート関係（復刻版）』東京都立大学出版会，pp.121-150.
- 西村純子（2005）「職業生活の家族生活への影響——育児期後の女性の家族生活ストレインの規定要因」『家族社会学研究』vol.17, pp.25-33.
- 小野寺敦子（2003）「親になることによる自己概念の変化」『発達心理学研究』vol.14, no.2, pp.180-190.
- 坂梨薫・勝川由美・水野祥子・加藤千晶（2015）「1ヶ月児を持つ母親の精神的健康と育児生活の実態」『関東学院大学看護学雑誌』vol.2, no.1, pp.1-9.
- 清水嘉子・伊勢カンナ（2006）「母親の育児幸福感和育児事情の実態」『母性衛生』vol.47, no.2, pp.344-351.
- 菅野幸恵（2001）「母親が子どもをイヤになること——育児における深い感情とそれに対する説明づけ」『発達心理学研究』vol.12, no.1, pp.12-23.
- 渡辺弥生・石井睦子（2009）「乳幼児をもつ母親の育児ストレスにソーシャル・サポートおよび自己効力感が及ぼす影響について」『法政大学文学部紀要』vol.60, pp.133-145.
- 山本理絵・神田直子（2008）「家庭の経済的ゆとり感と育児不安・育児困難との関連——幼児の母親への質問紙調査の分析より」『小児保健研究』vol.67, no.1, pp.63-71.
- 吉田弘道（2012）「育児不安研究の現状と課題」『専修人間科学論集 心理学篇』vol.2, no.1, pp.1-8.