

グループインタビューの結果について

1. 目的

「白馬村健康増進計画」の策定にあたり、本村の現状を把握し、より住民の意見を計画に反映させるために実施する。

何パーセントの人がどう思っているか」という量的な情報を調査するアンケート調査(定量調査)のほかに、「何故そう思うか」といった質的な情報を調査するインタビュー調査(定性調査)を併用することにより、より詳細な住民意識・意向を把握しようとするもの。

2. 開催概要

日 時	場 所	事 業 名	対 象 者	対象者数
H20.9.29 11:00~11:30	ふれあいセンター	2ヶ月育児相談	乳児の母親	5名
H20.10.6 11:30~12:00	支 援 ル ー ム	支援ルーム事業	乳幼児の母親	4名
H20.10.6 13:00~15:00	幼 稚 園	幼稚園PTAとの懇談会	幼稚園の母親	6名

3. 実施結果

グループ名	村の母子保健事業に参加した母親5名
日 時	平成20年9月29日(月) 11:00 ~ 11:30
休 養 心の健康	<ul style="list-style-type: none"> ・出席者全員が遅くとも21時すぎには子を寝かしつけている ・参加者の中では、母子一緒に寝ている家庭が多い ・家族構成(核家族) 兄弟関係、夫の帰宅時間により就寝が遅くなる場合がある ・子どもを寝かせてから家事をしたり、自分の時間を持つことができるため、自身(母)の就寝が遅くなってしまう ・夫の帰宅後は子の面倒をみってくれるため家事ができ、母子就寝が可能 ・母子一緒にないと上の子が寝ないため母子一緒に就寝する ・夫の帰りによって就寝時間は異なるが、22時には就寝できている
育児不安	<ul style="list-style-type: none"> ・下の子に対する上の子の嫉妬はあるものの、第2子の育児であるため特に不安はない ・同年に出産した姉がよき話相手になっている ・不安はあるが、何とかなるかな、という気持ちを持っている ・上の子と共に切迫早産(リスク)はあったものの、発育良好、上の子の赤ちゃん返りもなく、不安はない ・第1子が第2子に対して攻撃的であるため、第3子出産後の2人のメンタル面が心配だったが、面倒を見てくれているので、助かっている ・転勤が多く、夫婦とも実家が遠いため近くに親戚がいない ・家が狭く上の子もいるため、近くに遊び場もなく大変
総括	<ul style="list-style-type: none"> ・家族構成等、育児や家事の支援者の有無による影響が大きい ・育児不安の予防には家族、周囲の協力、理解がキーポイントである ・支援ルーム等、母子ともに交流したり、遊べる場が必要とされている。

グループ名	支援ルームを訪れた乳幼児の母親4名
日 時	平成20年10月 6日(金) 11:30 ~ 12:00
食べ方	<ul style="list-style-type: none"> ・幼稚園になる上の子や夫に合わせ食事をつくることが多い(自分1人だけの食事では粗末なこともある) ・育児や家事に忙しいとかきこみ食べになり、以前より早食いになった
体の動かし方	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーやスキーなど体を動かす機会はある、息抜きにもなる
休 養 心の健康	<ul style="list-style-type: none"> ・上の子や夫などによるストレスがあると、上の子にあたってしまうこともある ・ストレスが慢性化していてストレスだと気づかないが、祖母による協力があるととても楽で、改めて日ごろの育児や家事の大変さがわかる ・夫に話してもストレスは発散されず、同じ立場のお母さん同士で話した方が発散できる ・家にいるよりも外に出た方が気が張らなくてよい
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・転勤があると心配 ・支援ルームでいろいろな教室を開いて、その内容が家に持ち帰られるとよい(おえかき教室など) ・支援ルームでは、しなさいではなく、子のやる気を伸ばす、子にアンテナを張り巡らさせる、遊ぶきっかけをつくってあげる、好きなことをさせる場になればよい ・支援ルームは、お互いの家と違い気を遣わず親が話せ、子が遊べるよい場となっているので、曜日に限らずいつでも自由に使える部屋、場所がほしい ・白馬はチャレンジ精神の高い人が多い、で頑張っている村、というような売りが何かあればよいと思う
育児不安	<ul style="list-style-type: none"> ・1人目の育児は気が抜けないが、2人目からは気が楽 ・1人目でも、育児先輩の妹の話を聞き息抜きしながら育児できている ・2人目の育児をしていると、1人目のお母さんの感じ方がフレッシュに思える ・1人目だと、不安や大変さも喜びも両方がひとしおである。

総括	<ul style="list-style-type: none"> ・ストレスを感じることはあるが、誰かに話すことでストレスや悩みを解消することができている。 ・支援ルームは親と子、どちらにとっても貴重な集い、憩いの場となっている。
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

グループ名	幼稚園 PTA の母親 6 名
日 時	平成 20 年 10 月 6 日 (金) 13:30 ~ 15:00
食べ方	<ul style="list-style-type: none"> ・母親の中ではベジタリアンが増えたり、30品目使った食事を心がけているなど、健康志向者が増えている ・給食との兼ね合いを考えると、家庭での食事でもそれ相応の量が必要 ・子にとってはファーストフードが贅沢、好物であり、月に数回食べる ・親が仕事、子が習い事となると、コンビニの夕飯を食べる子もいる ・子に弁当を持たせることで親子の絆を、といった内容の話が高校の入学式でなされている ・村からのアンケート未提出者でより健康意識が低く、朝食欠食者が多い傾向にあるのでは？ ・経済的理由ではなく深夜働いている母もあり、母が朝起きられないため朝食を食べない子がいること、また子自身では朝食を食べようとしないうこと、さらに母は夕食を用意せず仕事に出るため近所の知人が用意してあげることもあるという ・中学校の給食は、子によって食べる量の差が大きく、偏りがある ・シーズンに関係なく、部活や帰宅時間、生活の違いにより共食は困難 ・朝食はワンプレートで盛り付け、食べた量がわかるようにしている ・夕食は家族共有で盛り、子どもが自分の食べてよい量を把握させているものの、後を考えず好きなものを先に食べきってしまうこともある ・食の細い子であれ、朝食にバナナを食べただけでは朝食を食べたことにはならないのでは、と思う ・幼稚園も給食施設があれば食事内容も充実できるが、経済的、衛生的などの理由から難しいようだ ・保育園の給食や手作りおやつのように、自分達で作ったり、とったものを食べることはとてもよい ・食経験がないと成長してからも食べないことが多く、小さいうちにいろいろなものを食べさせることが大事 ・大人に比べ子は食べたものがそのまま身になり、食べたもので成長していることを実感する
体の動かし方	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かしたい母親は多い ・自分で機会を作るのは大変だが、機会や場があればやりたい
休 養 心の健康	<ul style="list-style-type: none"> ・子が大きくなると相談相手も減り、母親同士が会うことも少なくなる ・子が小さいときに比べ、夫と相談したり話をする気にはなれないが、話を聞いてもらうだけでもストレス軽減にはなっている ・小さな悩みは日々もっている ・子は家で愚痴を言って発散している ・祖父母同居で嫁の立場、自営業の家庭でも、周囲や近所に同じ環境、立場の母親仲間がいるので分かりあえる ・自分が倒れるわけにはいかないので睡眠は削ることができない
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・習い事は子の調子をみてやらせている ・20時までスキーのナイターがあると、就寝は22時頃になってしまう ・社体のバドミントンは21時まで、帰宅後に軽食をとり就寝は23時 ・村内の花屋、パン屋がなくなったことから、経済的余裕はなく贅沢をしなくなったのではないか ・観光客、車が減り、つぶれたペンションが増えている ・白馬の母親は運転手のよう、しかし白馬だけでなくどの地域の母親も大変であり、これは以前のように祖父母同居が減り、家族の手伝い、支援がないためだと思う ・子が小さいときは母親にも余裕がないが、子育てを楽しむことが大事 ・親が元気でないと子育てはできない ・空いた時間に母が仕事をすると、家族や子にける余裕、愛情が減るため、子を第一に考え、見てあげたり、言ってあげることが大事 ・勉強が遅れ、親も構ってくれず、特別学級を来する児童もいる
育児不安	<ul style="list-style-type: none"> ・子に日光浴をさせる、母乳は1歳までにする、子ども部屋を与えるといった以前の育児指導と、現在の考え方との間に変化が多く、今までの育児の苦労が取り越し苦労に感じることも多い ・以前の苦労に比べると、外食や外出時の食べ物やおむつの心配などが少なく、現在の育児では、手を抜く感覚ではなく楽なのではないか

総括	<ul style="list-style-type: none"> ・食を取り巻く環境や問題は、家庭事情や生活リズム、習慣などによってさまざまである。 ・子育てを楽しむ、自分にも育児にも余裕を持ち愛情を注ぐことが大切である。
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------