

乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察

Consideration of the Possibilities of Baby Massage in Infant Care

梶 美 保

Miho Kaji

(要約)

乳児は、周囲の大人からの世話やあやしを通じて愛着形成が促される。近年、この愛着形成に必要な「しっかりとかわり」「子どもをきちんとみつめる」ような育児がなされているのであろうか、子どもの育ちへの影響が危惧される状況がみられる。一方、少子化にもかかわらず、保育所（園）における低年齢児の入所は増加しつつあり、保育士が乳児との愛着関係を築き、家庭のようにくつろぐことができるような関係づくりをしていくことが困難な時代となっている。本稿では、昨今、産後の子育て中の母親が習得したい技術として人気があるベビーマッサージについて概観し、乳児保育の技術として保育者と子どもが愛着を育むツールとしての有効性および導入の可能性について検討する。

(キーワード)

乳児保育、ベビーマッサージ、愛着形成

はじめに

昨今、携帯電話を片手に授乳したり、ベビーカーを押したりする母親の姿を見かける。子どもに向き合って育児がなされ、乳児の育ちに必要な「愛着形成」が順調に育まれているのであろうか。保育の現場からも「身体がかたい」「抱くことをいやがる」「反応が鈍い」と0・1歳児の育ちを危惧する言葉が聞かれる。乳児期に抱いて、語りかけ、おっぱいをあげて、親子の愛着と基本的信頼関係をしっかりと築きあげることは重要であり、そのために「母乳育児」「カンガルーケア」「タッチケア」「ベビーマッサージ」などが有効であるといわれている。乳児保育者も乳児との間に信頼関係を深め、愛着形成を築くことが大切であることはいままでもない。

筆者は、3年前から学内での育児文化研究センターの大学地域開放子育て支援事業「0歳児子どもひろば」において、親と乳児との愛着形成を促し、また子育て、親育ちの有効なツールの一つとして、ベビーマッサージを実施してきた。そして親と乳児のリラックス空間を共有することにより成り立つベビーマッサージは、乳児保育の場においても保育者と乳児の信頼関係の形成に有効なスキルの一つではないかと考えるようになった。

低年齢児の割合が増加傾向にある保育園において、いかにして速やかに保育者と乳児が信頼関係を成立させ、機嫌良く保育園で生活できるようになるかということは、その後の乳児の発達にも重要なことである。また、保育園においても、乳児にとっても心地良いベビーマッサージや、ベビーマッサージの技法を活用し乳児との触れ合い歌遊びなどを行うことは積極的な乳児への発達支援になるのではないだろうか。医療・看護分野では、この乳児へ意識的に触れ合う行為が「タッチケア」「ディヴェロップメントケア」と呼ばれその有効性について研究されてきている。私は、保育の場におけるその有効性を

検証し、実際の保育現場に応じた活用の方策を探求したいと考えている。

I. ベビーマッサージについて

1. ベビーマッサージと各国における育児に対する姿勢

子育ての中でスキンシップやボディコンタクトが重要な部分を占めているナイジェリア、ウガンダ、インド、バリ、フィジー、ニュージーランド、ニューギニアなどでは、現代においてもベビーマッサージが習慣となっている文化が存在する。欧米などの先進国でも、古来においては、乳児は抱かれ優しく愛撫されながら育ってきた。これらの先進国では産業革命時に育児が合理化され、なるべく最小限のかかわりであることが育児法として定着し、19世紀終わりには子どもに必要以上にかかわるのは危険とさえ考えるようになった。20世紀になり、行動心理学者の創始者といわれるワトソン (John Broadus Watson 1878-1958) の著作においても子どもに触れない育児法が推奨されていた。このような風潮は、アメリカのスポック (Benjamin McLane Spock 1903-1998) の登場まで続いた。スポックは、乳児にもっと接し抱きしめること、直接抱っこするなどの育児法を提唱した。フランスでは、1970年代に精神科医で産科医のフレドリック・ルボワイエ (Frederic Lbowaie) が「マッサージとは、赤ん坊、つまり生命の復活にかかわるものである。したがって、本当に意味で聖なる技といえる」¹ と、子どもを健やかに育てる重要な鍵としてインドのベビーマッサージを欧米に紹介し一躍注目を集めた。その後、この習慣が見直され、これを受け入れるための科学的な裏づけをしようとする動きがあり (後述、米国マイアミ大学内「タッチリサーチ研究所」など)、タッチ (肌に触れること) の仕方や愛情をこもったタッチを受ける方法などが広まっていった。

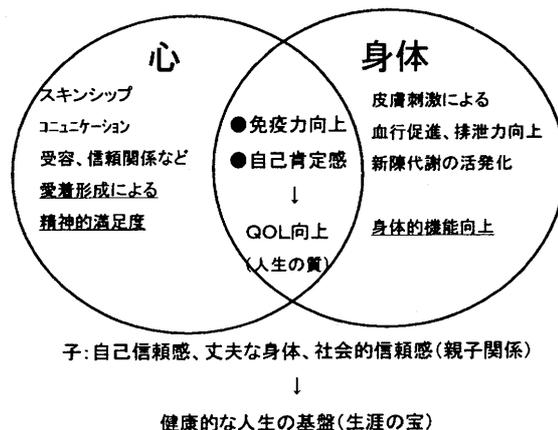
日本においては、戦後、高度成長期といわれる時期に欧米流の育児法が推奨され、従来の「抱っこ」「添い寝」は子どもの自立心の発展を損ない、育児に手間もかかると否定的に考えられた。しかし、母子手帳とともに市町村から無料配布される副読本『赤ちゃん』(財団法人母子衛生研究会発行)が1985(昭和60)年に大幅改訂され、「抱っこ」や「添い寝」が乳幼児に与える安心感を積極的に評価する内容となった。このような社会背景を受けて、ベビーマッサージは、従来から一部の助産師により実施されていたが、本格的に広まったのはこの10年で²、現在では民間の団体が各々に技法案を構築して普及してきている。タッチコミュニケーションとしての親子の愛着形成を目指して指導者養成に力を入れ、日本各地で教室を開催している規模の大きな団体からエステサロンによるベビーエステとしてのベビーマッサージなど多岐にわたり、また名称も「ベビーマッサージ」「インファントマッサージ」「ベビーあんま」「ベビーエステ」「ベビータッチ」等々様々である。指導者養成と称して2日間の研修受講料と資格認定書で30万円以上かかる事例や、一回のベビーマッサージ教室参加料が3,000円以上という事例にみられるように商業の色合いが強い団体や教室も存在している。

この稿では、「意識的に子を見つめ、肌に触れる時間を持つことにより言葉をこえてわかり合おうとする愛着形成(アタッチメント)行為」をベビーマッサージと仮に定義し、日常の中で無意識になでさす行為や、スキンシップ行為だけを示すのでもなければ、乾布摩擦のように皮膚刺激を与えて身体機能を高める行為だけをあらわすのではないものとして進めていく。

乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察

2. ベビーマッサージの意義

ベビーマッサージの効果は大葉は、「情緒的效果」、「身体的効果」さらに親子生活の質の向上という総合的な「QOL的效果」をあげている³（【図1】）。触れ合いによって情緒の安定や絆を深めるといふコミュニケーションは、乳幼児の自己肯定感形成の一助となり、皮膚刺激による血行促進、皮膚の排泄力の向上、新陳代謝の活発化は、身体機能を向上させ免疫力を向上させる。乳幼児は、自己信頼感と丈夫な身体を得、親子生活の質の向上へとつながると考えられる。ベビーマッサージを非営利の立場で啓蒙している多くの団体は、この見地に立ち普及活動行っている。



【図1】 ベビーマッサージの心身の効果と重要性
 (「母子保健事業で生かすベビーマッサージ」『地域保健』第35巻第6号、P. 59より抜粋)

3. 按摩（あんま）とマッサージ

日本においても古来より「小児按摩」の存在が知られている。この按摩とマッサージ、そしてベビーマッサージについて相関をみしてみる。按摩とは、なでる、押す、揉む、叩くなどの手技を用い、生体の持つ恒常性維持機能を反応させて健康を増進させる手技療法である。按摩の「按」とは「押さえる」という意味であり、「摩」とは「なでる」という意味である。術手を患部に密着させ、同一圧・同一速度・同一方向に遠心性で「なで」「さする」手技である。作用としては弱い軽擦法は知覚神経の刺激による反射作用を起こし、爽快な感覚を起こさせる。強い軽擦法の場合は循環系の流通を良くし新陳代謝を盛んにし、また鎮静効果を期待する。按摩とマッサージの違いは、按摩は遠心的（心臓に近い方から遠い方に向けて）に治療し、マッサージは求心的（心臓に遠い方から近い方に向けて）に行うことである⁴。按摩が衣服の上から（首筋や手足の先などの露出部分は、わざわざ日本手ぬぐいを架けて行うこともある）行うのに対し、マッサージは滑りをよくするため、マッサージオイルをつけることはあるが、原則として皮膚に直接施行する。また、按摩は14の気の流れ道が体中に流れ、その気の流れが乱れると体に異常を引き起こすと考える東洋医学の経絡理論に従うが、マッサージは西洋医学の解剖学をよりどころとしている。按摩は「もみりょうじ」とも呼ばれるように、もむ手技が多いが、マッサージは軽擦法などこする手技が多い。しかし例外はいくらかもあり、本来起源の違う両者を比較する自体が困難である。

ベビーマッサージは、マッサージという名称を用いているが、柔らかなソフトタッチ（弱い軽擦）で行う「按摩」の手技で皮膚に直接行うものであり、末梢から心臓に求心的に行うマッサージではなく、

遠心的に行うことが多く、按摩のそれに近い。しかし、乳児から幼児のマッサージ手技においては、絹（あるいは綿）手袋を用いて求心的に施行するガルシャナという手技が用いられることもある。

4. 看護・医療の分野における「タッチセラピー」「タッチング」とベビーマッサージ

看護における「タッチセラピー」「タッチング」「カンガルーケア」は、ベビーマッサージと同様皮膚感覚をとおしての交流あるいは成長・発達促進の手法である。助産師資格を持つ筆者には慣れ親しんだ用語・手技であり、この分野における有効性・実践報告などの研究報告は、この10年間に数多く報告されるようになってきた。ベビーマッサージの有効性に関連のある部分のみ概説する。

「触れる」ことの重要性を普及させたのは、アメリカ・マイアミ大学医学部（心理学および精神医学部門）小児科医のティファニー・フィールド（Tiffany Field）であり、フィールドは、ハイリスク児に関する研究を通して、「子どもに触れること」の重要性を科学的に立証し、「タッチセラピー」として確立した。1992年米国ジョンソン・エンド・ジョンソンが支援し、米国フロリダにあるマイアミ大学内に「タッチリサーチ研究所⁵」（TRI: Touch Research Institute）を設立している。ティファニー・フィールドは、1997年第9回世界小児科会議で「Touch therapy」としてベビーマッサージの効果を科学的に研究して報告した。それは、情緒の安定、静睡眠の増加、良好な体重増加、無呼吸発作の減少、入院期間の短縮、母親にとって児の接触の喜び、面会の充実感、愛着形成の促進、退院後のスムーズな母子関係の促進などの結果であった。

ティファニー・フィールドの「Touch therapy」に関しての科学的なとらえ方に注目し、わが国においても慈恵医大名誉教授で小児科医の前川喜平を会長に、1998年に医師・助産師・看護師・医療機関に働く保育士を中心とした「日本タッチケア研究会⁶」が設立されている。マッサージという言葉は、わが国では「按摩」いわゆる「揉む」というニュアンスがあること、また、「セラピー therapy」は病気の治療法として捉えがちなために、混同を避けて「ケア care」という言葉を採用したという。

タッチケアは、スキンシップ不足、抱っこを嫌がる乳児や、幼児虐待などが急増する中で、親子が暖かいコミュニケーションをとりながら、「親子の絆」を深めていく手伝いをするのが目的であるが、この団体は、手技として、新生児（特に未熟児：NICU新生児集中治療室にいる乳児、もしくは月齢3ヵ月未満の健常児）向けと、3ヵ月以上の健常児向けの2種類にわけている。基本的にはマッサージオイルは使用しない。

カンガルーケアとは、乳児を、母親の胸と胸を合わせるように直接抱く方法でその姿がカンガルーが子どもを哺育する姿に似ているためにそう呼ばれている。タッチケアとカンガルーケアの相関は、タッチケアは、指圧のように限局した部位に圧を加えるので、触覚・圧覚に強く、温覚は、軽度に刺激し、しかもその刺激が移動し、他動的に四肢を動かすことが中心になる。カンガルーケアは、広い範囲の皮膚について触覚・温覚を刺激し、圧覚は軽度の刺激であり、運動覚の刺激は軽度である⁷という。

現在普及しているベビーマッサージは、一般的な日常における子育て親子を対象としており、定義も手技も様々であり体系化されていない。今後、保育の中で取り入れていく可能性を考えるとときには、看護・医療の分野での多数の研究と現実的な乳児保育実践をふまえ標準的手技を構築していく必要がある

乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察

う。

5. 赤ちゃん体操

赤ちゃん体操とベビーマッサージはどう違うのか、あるいは赤ちゃん体操があるのにベビーマッサージが必要なのかという質問を、臨床現場で働いている助産師から受けることがある。赤ちゃん体操は、親子で楽しく運動することがその中心となっている。親子ともリラックスをして副交感神経優位となるベビーマッサージと反対に、赤ちゃん体操は、生理的にも交感神経優位となる活動であるといえる。

II. 地域の親子に対するベビーマッサージ実践

1. 「0歳児のための子どもひろば」におけるベビーマッサージ実践

育児文化研究センターにおける地域への子育て支援活動として始まった「0歳児のための子どもひろば」は、本年で4年目になる。2人の助産師が講師となり（一人は筆者）、ミニ講座とベビーマッサージ、育児相談という3本立ての構成で大学内育児文化室で実施している。ボランティア学生の協力による触れ合い遊び、エプロンシアター・パネルシアターなどミニシアターの楽しい保育実技も取り入れている。対象は、0歳児親子20組程度である。土曜日午前中に開催し、前半は、10分間の触れ合い遊びと20分間のミニ講座と10分間のミニシアターであり、後半はベビーマッサージ、育児相談を実践している。ベビーマッサージが初体験という人がほとんどなので、服を着たままでできるマッサージ手技を取り入れた触れ合い歌遊びで親子が触れ合うことに慣れてもらってから、裸でオイルを使用して実施するようにしている。実施後のアンケートからは、「子どもが喜んでくれるのがうれしい」「自分もリラックスして優しい気持ちになれる」「子どもと接する時間が楽しくなった」「子どもの便通がよくなった」「子どもがよく眠るようになった」など肯定的な意見が多くあった⁸。また、ベビーマッサージを積極的に取り入れている同じ市内の産婦人科でベビーマッサージを学び実践している人も一部参加している。その親子は、乳児とお母さんが見つめ合い、親密な交流を持っている様子が伺え、お母さんの手技も余裕があり自信に満ちている。「どうするという決まりはなく、何となくそのときの乳児の様子によってマッサージしてほしいところをしているだけ」と自然体である。

2. ホリスティックベビーマッサージ講習

平成18年度には、3回連続でアロマベビーマッサージの基礎を学ぶ「親子の絆づくりを育むホリスティックアロマベビーマッサージ」講座を外部よりベビーマッサージ・アロマインストラクター資格を持つ2名を講師として迎え、大学内育児文化室で2クール開催した。1か月以上も前から定員いっぱいになったことからベビーマッサージに対する子育て中の親の関心の高さが伺える。アロマセラピーの基礎知識を含め、環境音楽、食育、ハーブの知識や育児相談等、子育てへの助言や親子のリラックスした環境構成などをホリスティック、つまり全人的に、総括的にベビーマッサージ講習を通して語りかけるというものであった。1～2週間間隔で3回1クールという連続した講座となっており、単発的でないことから、講師と受講者との親密さや受講者同士の交流ができるというメリットがあった。また、受講者の

半分程度が夫婦での参加という、いつもの講座より父親の参加率の高い講座となった。

3. 地域の親子に対するベビーマッサージ実践のまとめ

ベビーマッサージは、本来親子が情動を交流し、リラックス空間を共有するツールである。よって、このような多勢の講習の場ではその目的を達成するには限界がある。ベビーマッサージの意義や具体的な手技を伝達する場に過ぎず、親の目は乳児ではなく、講師の手元に向いている。しかし、初めてマッサージをすることにより、乳児がとてもいい反応を返し親が感動している様子を何度も見ることがある。また、家でDVDで自己流で実践していたという夫婦での参加者からは、「自分たちのタッチがとてもきつかったと思う、こんなにソフトタッチではなかった」「きゃっきゃと喜ばすものだと思っていたが誤解であった」などという意見が聞かれた。このように講習会においては、ベビーマッサージの手技を家庭で活用してもらう目的で開催している。ベビーマッサージは、触れ合い遊びの伝承がなされず、乳児に触れることに慣れていない親に対して、日々実践してもらう親子関係を形成するツールとして手応えのあるものだと感じている。

Ⅲ. 保育者に対するベビーマッサージ講習の実施

1. 研究目的・目標・方法および内容・期間

研究目的：愛着形成を促すツールとしてのベビーマッサージが保育に活用可能であるか検証する。目標：①講習会を実施し、乳児保育へのベビーマッサージの有効性について県内各地域で実施し、啓蒙活動を行う。②講習会終了時のアンケートにおいてベビーマッサージを取り入れようと考えている保育士の数が増加する。期間：平成19年5月～6月 地区：民間保育団体を介して低年齢児担当者を中心として希望者を募る。方法：①ベビーマッサージ研修会の実施、②終了後、質問紙法による無記名アンケート調査実施。

2. 結果

伊賀・桑名・鈴鹿地区の3地区で講習会を実施した。

1) 講習会の実施

①講習会の内容

内容は【表1】のとおりである。

②講習会の方法

13:30～15:30の2時間で、前半はベビーマッサージ理論、後半は実技講習とした。講師は某団体のベビ-

【表1】保育者のためのベビーマッサージ講習の内容

内容：ベビーマッサージの理論と実技 ・乳児期に大切な絆づくりと乳児期の育ち ・ベビーマッサージの有効性と保育への活用 ・ハンドマッサージ体験（アロマオイル使用） ・ベビーマッサージを実施する上での留意事項 ・ベビーマッサージの実践 ・ベビーマッサージを活用した触れ合い遊び
--

マッサージ認定資格を持つ助産師2名である（1名は筆者）。遊戯室で円陣に座り、プロジェクターを使用して講義を進めた。ベビーマッサージ実技練習用の乳児人形は20体準備したが、受講者が定員以上のため一部2名で1体となった。またBGMとして環境音楽を流し、リラックス効果のある精油を選定しアロマディフューザーを使用し、リラックス感を少しでも感じてもらえるようにした。足から始まっ

乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察

て、腕、胸、腹、頭、背中と各部位の基本的なマッサージ手技のポイントを解説しながら、実技講習では、ビデオとプロジェクターを接続しスクリーンに細かい手技が映し出されるようにした。さらに、この講習中は、手技を学ぶために講師に目を向けているが、実際はしっかりと乳児と向き合っ気持を共有することが大切であることを強調して話した。保育園において実際にマッサージオイルを使用することは困難なので、受講者同士がベビーマッサージオイルを実際に用いてハンドマッサージをすることでオイルの密着した触感体験をする側とされる側から体験させるようにした。また、乳児との触れ合い歌遊びの中でどのようにベビーマッサージの手技を生かすことができるかについては、誰もが知っている童謡にベビーマッサージ手技を活用した振り付けを紹介し、モデル人形を用いて実践し体験させた。実際に保育実践の中に導入していくヒントとして【表2】のような内容を提示した。

【表2】ベビーマッサージを保育実践の中に導入するためのヒント

- ・効能を期待してするものではない。
- ・オムツ換えの時に下半身とか身体の部分だけを導入してもよい。
- ・体位は必ずしも仰臥位でなくてもよい。発達段階にあわせて抱っこして実施してもよい。
- ・児と1対1で触れ合うチャンスを複数担任間で協力しあう。
- ・触れ合い歌あそびの場合、クラスの保育士で手技を一定（同じ）にしておく（保育士によって手技が違くと子どもがリラックスできない）。
- ・「交感神経を高めるような触れ合い遊び」と「リラックスして（副交感神経優位の）ベビーマッサージ手技を取り入れた触れ合い遊び」を使い分けて保育実践に活用する。

2) 講習会終了後アンケートの実施結果

伊賀地区14保育園20名、桑名地区9保育園より24名、鈴鹿地区12保育園より25名の参加があり、合計69名の保育士より100%のアンケート回収を得た。

①講習会参加者の概要

講習会参加者の72.4% (50) が低年齢児担当保育士であり、1/3強 (25) が新任保育士 (経験2か月) であった。低年齢児クラス担当50名のうち、クラスの子どもの数は4人から24人までであり、平均して13人 (無記名1) であった。クラスの保育者の数は1人から10人までで平均して3.7人であった。

②「保育園における状況」

「0歳児保育であなたが子どもの姿で気になっていることがあるか」では、72.5% (50) が「いいえ」と回答し、18.8% (13) が「無回答」、8.7% (6) が「はい」と回答した。その内容は、「問いかけても反応がない」「嘔む力が弱い」「お家では食事をせずミルクばかり、肥満でハイハイが重い」であった。「0歳児保育で困っていることがあるか」では、68.1% (47) が「いいえ」と回答し、18.9% (13) が「無回答」、13.0% (9) が「はい」と回答した。その内容は、「泣きの意味が理解できない」(2)、「接し方が分からない、どこまで介助すればよいのか分からない」(2)、「混合保育のため0歳児だけの時間がとれない」などであった。「保育者と子どものスキンシップがとれているか」は、34.9% (24) が「そう思う」、59.4% (41) が「少しは思う」、1.4% (1) が「思わない」と回答し4.3% (3) が「無回答」であった。その理由は「人数が多い」「一人ひとりに満足は難しい」であった。「子どもは保護者とスキンシップを十分とれていると思うか」では、30.4% (21) が「そう思う」、63.8% (44) が「少

しは思う」、2.9% (2) が「思わない」と回答し2.9% (2) が「無回答」であった。その理由は、「発語がない」「親を怖がる」「迎えを喜ばない」「身体に触れるのを嫌がる」「かまってほしそう」「とれていないように感じる」等37の記述があった。

③「ベビーマッサージについて」

「ベビーマッサージは保育の中に取り入れる価値があると思うか」では、71.0% (49) が「ある」、27.5% (19) が「少しはある」と回答し1.4% (1) が「無回答」であった。「ベビーマッサージは保育の中に取り入れる可能性」では、31.9% (22) が「ある」、62.3% (43) が「少しはある」と回答し2.9% (2) が「無回答」であった。「本日の講習は役に立ったか」では85.5% (59) が「役にたつ」、13.0% (9) が「少しは役に立つ」と回答し1.4% (1) が「無回答」であった。

④自由記述

42の記述があった。「ベビーマッサージに対する必要性、内容の理解が深まった」「保育園で実践していきたい」「楽しい、講座が充実していた」という内容がほとんどで、記述した人はほとんどが低年齢児担当保育士であった。

3. 分析および考察

講習会実施の申し出は保育士の団体側に好意的に受けとめられ、スムーズに実施が決まった。これは、年度初めで、保育士と乳児が信頼関係がない段階であったのでベビーマッサージ講習の意図と保育園現場でのニーズが合い、またベビーマッサージという目新しい手技に関心があったからではないかと考えられる。「保育園における子どもの姿」「困っていること」の設問で「無回答」記入が多かったのは、受講者の人数が少ないことから勤務保育園が想定できるということで遠慮したのではないかと考えられる。また、保育者は、乳児とスキンシップをとれていると思っており、保護者と乳児のスキンシップは十分でないように感じている。ベビーマッサージの保育への導入の可能性については肯定的な回答となっている。

4. 保育者に対するベビーマッサージ講習の実施のまとめ

- ・ベビーマッサージは保育者と乳児の愛着形成を促すための一つのツールである。積極的な健やかな育ちに対する援助ツールでもある。この基本理念を受講者は理解してくれたようだ。
- ・ベビーマッサージの保育への導入について講習後の保育者は肯定的に受けとめ、保育の中で活用していこうと考えている。
- ・今後導入していきたいと考えている保育園と連携を取り、実際の導入及び導入後の乳児の変化についても追跡調査をしていきたい。

IV. まとめ

日本において、ベビーマッサージの定義は確立していないし、普及を行っている団体次第で、ベビーマッサージの方法も手技も異なる。まして、保育におけるベビーマッサージの導入については系統だっ

乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察

た理論の蓄積や研究もなされていない。

東洋では古くから助産師が妊婦をマッサージし、母親は乳児をマッサージしてきた。わが国では、第二次世界大戦後のアメリカの育児法の導入までは母子が一体となり、乳児は母に抱かれ、撫でられ、語りかけながらの「べったり育児」といわれるような育児が行われてきた。マッサージは自然かつ当然のこととして日常的に行われてきた。アメリカの育児法が普及した1950～1980年頃、核家族化が進行し、近隣関係や地域の子育てに関する意識も希薄となり、育児の伝承も行われなくなった。むしろ、この時代は、経験者にとって自分たちの行ってきた育児が否定されたことにより、若者の子育てに手を出すことがはばかられ、若い親は、年配の人の言葉に耳を貸さなかった時代でもあった。現在、改めて「抱っこ」「触れ合うこと」の重要性が見直されたにもかかわらず、親は子にどのように触れ合っているのか、知識については、マニュアルで得ることができるにしても、触れ合うすべについては時代の中で培われてきたものが絶たれてしまっていた。このような背景のもと、「触れる育児」が、最近NICU（新生児集中治療室）の未熟児と、さらに一般家庭における乳児への様々な効果という面から注目を浴び、さらに昨今の子どもにまつわるいろいろな社会問題や育児そのものへの関心とも関連して急速に世界的にも広がりを見せている現状がある。

このベビーマッサージを通じた触れ合いにより、乳児に「育つ力」が、親（保育者）には「育てる力」が育まれる。子育ての原動力は共にあることから始まり、共にあることは単に親子、保育者と子どもがその場に居合わせるだけでなく、お互いに気持ちを向け合い、受けとめ肯定的な情動を共有してそのことを喜び合うということであり、こうなってこそ親子、保育者と乳児の愛着が形成されていくのである。

少子化にもかかわらず保育所（園）に在籍する子どもの割合は微増しており、中でも3歳未満児（0～2歳児）の増加が著しい（といっても2006年度において3歳未満児で入所している割合は約2割に過ぎないが）。この時期に最も重要な保育者と子どもとの愛着形成を促すスキルとしてのベビーマッサージは、保育者と乳児の愛着形成のツールの一つであり有効なツールであることを理解し、保育の場にこの手法を取り入れ、その実践について理論構築をしていく価値があると思われる。ベビーマッサージは、適切に保育内容の一つとして活用されていくことにより、乳児保育の質の向上に寄与する可能性があるものであると考える。

おわりに

ベビーマッサージは、子育てにとって必ずしも必要な手技ではない。しかし、必要となってきた社会が存在している。現代の乳児を取り巻く様々な環境や親子の関係に不安を抱える親が増えているのだろう。また、親子の愛着の形成に有効なこの手技は、乳児保育においても保育の質を高める手段となる。そのために医療・看護における「タッチケア」研究を基に保育実践に活用できる標準的手技を構築していくことは意味があることであると考える。

本稿は、乳幼児教育学会第17回大会で発表した「乳児保育におけるベビーマッサージの可能性を考える — 保育士対象ベビーマッサージ講習会を実施して — 」に修正加筆したものである。

註

- 1 フレデリック・ルボワイエ著、中川吉晴訳『暴力なき出産 — パースサイコロジー 子どもは誕生をおぼえている』アニマ2001、1991。
- 2 アメリア・オーケット『ベビーマッサージ — 親と子の絆を高める — 』メヂカ、1996。日本で初めての本格的なベビーマッサージの入門書である。
- 3 パースセンス研究所代表、日本誕生学協会代表理事、「母子保健事業で生かすベビーマッサージ」『月刊 地域保健』2004. 6、P. 59。
- 4 あん摩マッサージ指圧研究会編『あん摩マッサージ指圧理論』医道の日本社、1997。
- 5 タッチリサーチ研究所 (TRI) では、タッチの効果を科学的に立証するために、さまざまな研究を実施している。フィールドの研究では、タッチケアを行った低出生体重児 (未熟児) は、行わなかった子と比較して、有意に体重が増加する、呼びかけにもよく反応し、周囲への反応が活発になる、イライラがおさまる、よく眠れるようになるなどの好影響があることが明らかにされている。このような変化は、タッチが乳児の生理機能や神経系に作用した結果だと言われている。乳幼児の体は、圧をかけてマッサージされることによって、すべての生理機能の緊張がほぐれ、また迷走神経 (内臓の運動や分泌、内臓の知覚を司る自律神経のひとつ、副交感神経を代表する神経) が刺激を受け、体に様々な好影響を与えるという。ジョンソン・エンド・ジョンソン小児科学研究所L.L.C. 日本タッチケア研究会監訳『乳幼児の発達におけるタッチとマッサージ』医科学出版社、2005。Touch Research Institute <http://www6.miami.edu/touch-research/> (閲覧2007年11月29日)
- 6 その設立の目的は大きく3点あり、1つは、タッチケアの学問的・科学的効果の追求とわが国に合ったタッチケアの実践の確立、2つ目には、もっと広い意味で少子化社会における子どもの健全育成の視点でのDevelopmental careの一つとして母子愛着と愛着形成への有効な手段として応用できるとの考え方。3つ目は、今ブームとなっている呼び方も手技も多彩なタッチケアが単なるブームに終わらないよう、商業化を防ぎたいという背景のもとに設立された。日本タッチケア研究会 <http://www.touchcare.jp/privacy.asp> (閲覧2007年11月29日)
一般的にマッサージ療法は、不安レベルの低下、ストレスホルモン (コルチゾールおよびノルエピネフリン) の減少をもたらし、早期の定期的な母子の接触は子どものストレスホルモン濃度を調節して、体重増加を促進し、免疫効果を強化するとされている。ティファニー・フィールドは、早期産未熟児を対象とした実験で、穏やかなベビーマッサージを受けた郡は受けなかった郡に比して明らかな体重増加を認め、増加率は対照群に比べて31%高かったことが報告されている。そして、それは接触によって迷走神経が刺激され、その活動性の増大によってインシュリンなどの食物吸収ホルモンが増加することが体重増加の原因と考えられるとしている。聖マリアンナ病院母子総合医療センターでは、1980年から医療保育士 (保育士資格者に所定の医学研修を修めて取得する学会認定のもの) をNICUに導入し保育器の中の未熟児の背中をなでさすり「抱いて・語りかけて・遊んで」を目標にお母さんにかわってのケアを保育士に託してきた、という。橋本武夫「タッチケアへの流れとその理解」『助産婦雑誌』2001.55.No. 2、P. 9。
- 7 堀内勁「タッチケアとカンガルーケアの相関」『チャイルドヘルス』1999.Vol. 2.No. 6.P. 11
- 8 平成18年度「子どもひろば」実施アンケートより

参考文献

- アメリア・オーケット著 山西みな子監修『ベビーマッサージ』メヂカ出版、1996。
 ヴィマラ・マクラー著 草間裕子訳『インファントマッサージ ママの手、だいすき!』春秋社、2001。
 大坪三保子監修『はじめてのベビーマッサージ』保健同人社、2004。
 崎山ゆかり著『タッチングと心理療法』創元社、2007。
 能登春男・能登あきこ著『心と体を育てるベビーマッサージ』PHP、2001。
 山口創『子どもの「脳」は肌にある』光文社新書、2004。