

# 乳幼・小児におけるスキンシップの重要性

Research of the importance of physical contact in infancy

大内 利絵

OUCHI RIE

## 1、はじめに

「ベビーマッサージ」は五感を刺激し、脳や皮膚、神経細胞の発育を促す、全身を母親の手でタッチしていくことにより、腸の運動や血液、リンパ液の流れを促進し免疫力を高める、子供の情緒も安定し、よって親子の絆が深まる、とされている。しかし実際教室では、母親は声を出すのを恥ずかしがり、結局無言のまま行うことが多く見うけられた。子供は1歳を過ぎるとじっとしてベビーマッサージ行為を受けてくれることも少なくなり、自宅でもできなくなる。エステティシャンである私は日常的に人の肌に触れる事は大切だと感じている。日本では3歳を過ぎると保育所、幼稚園利用者が90%以上を占める(1)。団体生活を学び始める中母子の関わりの時間も減少するのだが、内閣府の統計では(平成7年)日本1015人の0歳~15歳の親子の接触時間平均は1日0歳~3歳で6時間以上(33, 7%)に対し4歳~6歳は1時間(29%)となる。ただこの接触時間は親子が共に過ごす時間として統計されている。

コミュニケーション時間が少ないといわれている今、母子の接触時間は年齢が高くなるにつれてどの様な変化があるのか、母子の肌の触れ合いはどの時期から少なくなってくるのかそれを明らかにすることによって、触れ合いの重要性を認識することにつなげたい。

## 2、研究目標

母子がどの時期から接触する機会が少なくなってくるのか自分の地域に限定して(宮城県仙台市)調査する

## 3、定義

今回の調査で使用する接触の定義は母子が肌と肌を触れ合って行動を共にしているという事である(例:おむつ交換時、肌に触れている時間)。関わり方の定義は、生活の中で子供の世話をしたり、接触なしでも意志疎通している時間であり、生活上一緒に行動している事(例:食事補助、トイレ補助)。コミュニケーションは、この接触と関わり方の時間は親子の意志疎通の有効な時間と考え、まとめたもの。スキンシップの定義は母子は肌と肌を触れ合わせ一体感を共有し合う行為とする。

## 4、方法

### (1) 調査の範囲

- ・0歳から7歳までの男女問わず。0歳児は当教室に通う親子10組
- ・1歳～7歳は友人や友人のサークルメンバーの親子である
- ・調査期間 2012年11月～2013年7月までの回答分
- ・依頼件数45件に対し提出率98%（内1件は記載内容不十分な為調査に反映しなかった）
- ・7日間通して自宅や外出先での母親が把握できる範囲での生活を調査  
（決まった日程開始指定はなく7日間あれば働いている母親も休日が必ず入るものとして定めた）

### ■分析方法

- (1) 「触れている」と母親が思う行動を時間と共に記載「子供と関わっている」と思う時間や内容も別に記載してもらう。
- (2) 今回は母子を対象とした調査であるので、父などが子供と接触、関わった時間は除くこととし、記載してあっても反映しない。
- (3) 調査の時間は自宅での生活、散歩や買い物など外出時も含む。
- (4) 時間の計算方法、自宅では母親が実際時計を見ながらの把握。外出時は腕時計や母親の頭の中での秒単位の計算も含む。母親が記載した内容を「関わり」「接触」に分類する  
（例：6:00 10分着替え《内1分》とあれば関わり9分間 接触時間が1分となる）
- (5) 今回42組の母子の協力を基に調査していく。

子の年齢	母親		無記載	合計	割合
	家庭内保育	家庭外保育			
0歳児	10	0	0	10	14%
1歳児	4	3	0	7	16%
2歳児	4	1	1	6	14%
3歳児	4	0	0	4	10%
4歳児	5	3	0	8	19%
5歳児	2	3	0	5	12%
6歳児	0	2	0	2	5%
7歳児	2	2	0	4	10%
合計	31人	10人	1人	42人	

表1

### (5) 調査家庭環境

#### ・母親の年代

20歳代14%（6人）、30歳代71%（30人）、40歳代5%（2人）無回答10%（4人）

#### ・就労状況

専業主婦60%（27人）、フルタイム勤務25%（11人）、育児休暇中9%（4人）  
パート勤務4%（2人）、無回答2%（1人）

0歳児の母親は全て育児休暇中か専業主婦であった。1歳児の母親からフルタイム勤務者がいるが今回1日中関わる環境の母親の割合が多い調査となる

(6) 調査票

図1、図2は母親に記載してもらった実際の用紙である

- ・表記方法 接触した時間には○で囲ってもらう。
- ・「関わり」「接触」を分けて記載してもらう
- ・午前0時～24時間の合計を集計
- ・「おやつ」「おふろ」などで時間記載がないものは対象外とした(父親などが関わっていることもあるため)

アンケートにご協力お願い致します

現在「乳幼児～児童における親子の接触の移り変わり」の調査をしております。在籍しております無記名で大丈夫ですのでお子様1日どの位触っているか記入ご協力お願いいたします。

私としては高年齢になるほど触る時間は少なくなり、その代わり言葉により情緒安定が確立できてはいるとみています。でも、プラスベビーマッサージが高年齢にも対応できるのなら毎日の生活の流れに入れた方がよりよい、という研究結果にならないかと予想しております、まずは調査、しております。

※調査内容は論文としてわらべうたベビーマッサージへアップされる予定です  
 <説明> ふれあい時間としてカウントして欲しい事柄

日常生活では お着替え 歯磨き トイレ お風呂 食事 おんぶ、等  
 その他  
 遊びでは 一緒に遊ぶ 手を繋ぐ 一緒に本を読む その他◎の印の次に分を書いて下さい  
 例えば

10月 12 日 金 曜日 1日目

時	1時	2時	3時	4時	5時	6時
コミュニケーション時間	○ 15分 授乳		○10分 (内5分) トイレ・着替		公園 30分 (内3分)	◎ 20分 一緒に遊ぶ

触った時間は丸で囲ってください

————— 調査開始 ————— ご協力ありがとうございます

お子さんは 才 ヶ月  
 お母様のお仕事は フルタイム パート 専業主婦  
 お母様の年代 10代 20代 30代 40代 50代  
 ※休日があれば日にちの横に「親休日」とご記入ください

兄弟姉妹がいらっしゃる場合1人ずつ記入願いたいので用紙はおひとり1部になります。

図1

月	日	曜日	1日目お母さんの年代				お子さん	第一子	第二
時	1	2	3	4	5	6			
ふれあい 時間									
時	7	8	9	10	11	12			
ふれあい 時間									
時	13	14	15	16	17	18			
ふれあい 時間									
時	19	20	21	22	23	24			
ふれあい 時間									

月	日	曜日	2日目					
時	1	2	3	4	5	6		
ふれあい 時間								
時	7	8	9	10	11	12		
ふれあい 時間								
時	13	14	15	16	17	18		
ふれあい 時間								
時	19	20	21	22	23	24		
ふれあい 時間								

月	日	曜日	3日目					
時	1	2	3	4	5	6		
ふれあい 時間								
時	7	8	9	10	11	12		
ふれあい 時間								
時	13	14	15	16	17	18		
ふれあい 時間								
時	19	20	21	22	23	24		
ふれあい 時間								

図 2

## 5、倫理的配慮

本研究調査発表を行うにあたり、ご本人に口頭、調査用紙への記述を含めて確認をし、承諾を得た。また、個人特定がなされないようにすること、調査用紙回収には匿名なおかつ研究者にも特定できないよう回収時点で本人の前で調査用紙をシャッフルし理解を得た。グループでの提出の際も、一つの袋に全て入れてもらい提出という配慮を行った。

## 6、年齢別の接触内容と日常関わり内容の結果

協力者の表をまとめた年齢別の母子接触内容、日常の関わり内容が表 2 である

0歳児から7歳児までの母子にどのような関わりが年齢別にできていくのかをみていくことができる。さらに1日の平均接触時間、日常関わり平均時間各年齢別に分単位で記載。赤い文字が母

子にとって新しくできた接触、関わりの内容である。3歳以降日常の関わりの項目が増えていくのに対し接触内容は減少していく。時間も2～3歳より激減する(表3)

子の年齢	接触内容	関り内容
0歳	抱っこ 薬つけ 絵本読み 添い乳 授乳 添い寝 おんぶ おむつ交換 入浴 着替 うつぶせ運動 足運動 ベビーマッサージ	昼寝 おでかけ 移動(車)
1歳	抱っこ 絵本読み 授乳 添い寝 おんぶ 入浴 おむつ交換 着換 一緒に遊ぶ ベビーマッサージ おもちゃ 手をつなぐ 寝かしつけ 歯磨き スイミング	食事 散歩 公園 ドライヤー テレビ 一緒に遊ぶ 買い物
2歳	授乳 寝かしつけ 一緒に遊ぶ 歯磨き 本読み ベビーマッサージ おままごと 髪を結ぶ トイレ・手拭き 親子ピクニック	散歩 買い物 入浴 テレビ 食事 おやつ DVD鑑賞
3歳	おんぶ だっこ 授乳 寝かしつけ おむつ交換 手をつなぐ 手遊び 寝相をなおす	手洗 薬つけ おやつ 着換え 買い物 トイレ 遊ぶ 入浴 歯磨き 食事 本読み 一緒に料理
4歳	おんぶ 添い寝 だっこ 手をつなぐ 寝かしつけ 髪結い おままごと クリーム塗布 手遊び 耳かき じゃれあう 逆上がり練習	食事 買い物 散歩 入浴 DVD鑑賞 一緒に遊ぶ 公園 おやつ 歯磨き 一緒に料理 本読み 着換え テレビ 体操教室 洗濯たため エレクトーン 一緒に弾く
5歳	だっこ 髪結い 爪切り 寝かしつけ ベビーマッサージ なでる 鬼ごっこ プロレス遊び	着換え 食事 薬塗布 一緒に遊ぶ おやつ 入浴 DVD鑑賞 食事手伝い 本読みチェック テレビ 公園 トイレ 勉強 ピアノ付き添い
6歳	さわる クリーム塗布 ベビーマッサージ	食事 買い物 テレビ 入浴 ドライブ 勉強 DVD鑑賞
7歳	だっこ 寝かしつけ 髪結い 手をつなぐ 着換え ベビーマッサージ ご飯を渡す	食事 トイレ 入浴 おやつ ドライブ 料理 着換え 買い物 本読み ピアノ付き添い 宿題 トランプ 習い事 映画鑑賞

表3

(1)1日の母子接触と関わりの平均時間

年齢	接触平均	関わり平均
0歳	505分	2分
1歳	286分	8分
2歳	93分	138分
3歳	123分	75分
4歳	52分	138分
5歳	11分	79分
6歳	7分	63分
7歳	3分	65分

表4

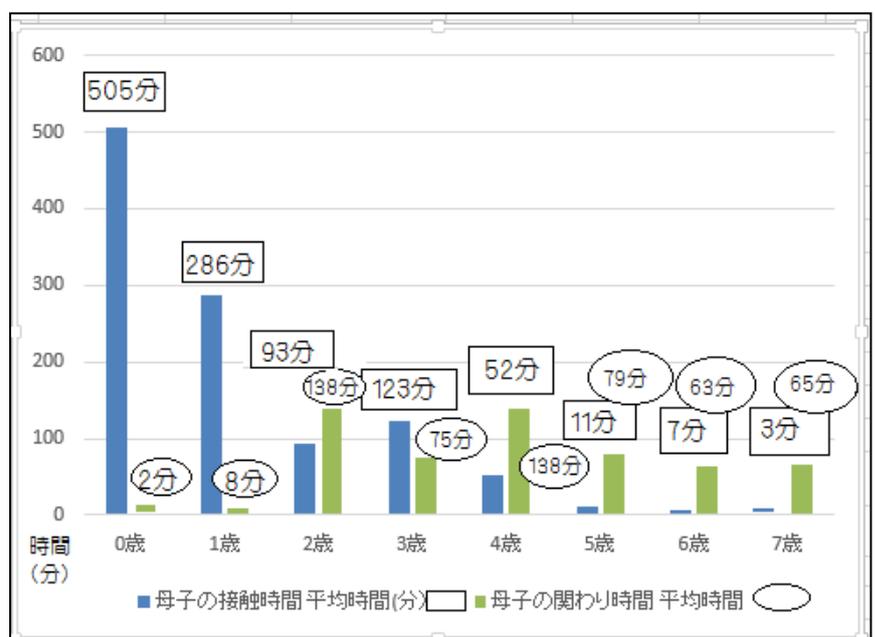


表4は母親が7日間通して接触時間と、関わりの時間を記載したものを年齢別に1日平均で割り出したものである。

- ・0～1歳児では母子の関わりは大体が接触を基本とした生活であることがうかがえる。
- ・2歳児から接触時間は極端に少なくなるが関わっていると感じる時間に反転している
- ・3歳児からは一緒に料理、本読みといった行動を共にする事柄が始まる
- ・4歳児はほど幼稚園、保育園に通うため接触はさらに減る
- ・5歳～7歳は接触が10分前後から3分となる。関わりの時間は60分前後で定着する。

## (2)母子コミュニケーション総合時間

年齢	平均時間
0歳	507分
1歳	294分
2歳	231分
3歳	198分
4歳	190分
5歳	90分
6歳	70分
7歳	68分

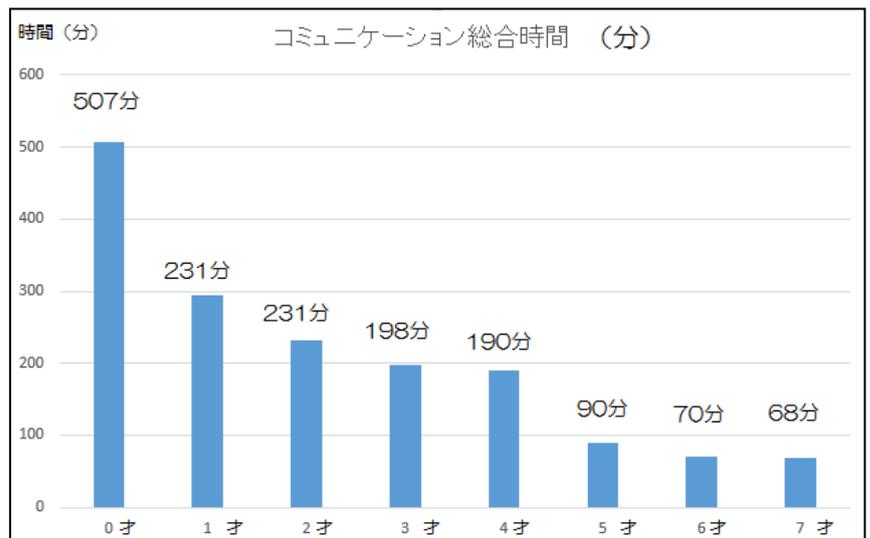


表5

表5から、母子の全体的なコミュニケーションを時間で見ると、0歳から7歳に向かって明らかにコミュニケーションの時間は減少していくが、7歳で約1時間前後の母子の時間が持っているのは平成7年に内閣府で調査したコミュニケーション時間と大差がない結果となった。

## 7、考察

今回の結果により母子についてのコミュニケーションの点ではどの年代も1日60分以上となり、内閣府が調査した全国の平均とほぼ一致するものである。

しかし今回の調査結果では接触となると5歳から激減し、7歳の小学生に至っては1日平均3分である。1日何分触れ合いを保てば母子の絆がよりよくなるかと考えると、子供のそれぞれの時期に適したスキンシップの量と質があるはずなので断定した時間はいえないし、これに対する調査結果も今までにはない。ただ、小学生になるとメディア、アプリの利用も多くなり(2)、親子の触れ合いの時間も短くなっていると推測できる。今回の調査で6,7歳児において、接触の内容項目が乏しい反面、日常の関わりの内容項目が緻密である事に注目した。母親の幼児に対する接し方の変化によるものと考えられるが(一緒にテレビをみても、抱っこをしてみるわけではないなど)、母親は幼児に対する接触より、日常の生活を一緒にこなすことの方に重点を置いている結果と推測される。

山口氏(2004, 4)は「人が人と密接な関係を築き、社会的な絆を形成できるようになるためには幼少期に養育者との十分なスキンシップが必要である」という報告をしている(4)。親子の時間は

結果年齢が高くなるごとに減少したということになる。また、今の子供は昔とくらべると出会って触れる人数、身体接触の量も少なくなっていると斎藤・山下（2002. 10）は警鐘している。小学校の宿題で「家庭で抱っこしてくる」（3）ということが各地域で行われているくらいである。子供はまだ抱っこを求めているということになるし、斎藤・山下氏言葉の通りである。今回の結果は接触の時間を実際にだしてみたわけであるが、質を考えると1日の3分でも十分な触れ合いがとれるかもしれない。しかし、内容を見ると、子供が求めている接触であるかどうかは疑問を感じる。

## 8. まとめ

触れ合いの教室を行う私たちは親子の触れ合いを目的としている。しかし乳児期だけにとどまってはならないと感じる。人とのこの触れ合いを、家庭での触れ合いに長く生かしてもらいたい。触れ合い経験の少ない子供が大人になって急に触れ合いが他人とできることは難しい。今回の調査では「意外と触れている時間が少ないと思った」と、幼児期をもつ母親の声があった。親が触れようという気持ちがないと触れ合いはなくなる。ささいな日常のシーンでの親子のコミュニケーションを大切に考えてもらいたい。

本論文発表にあたっては終始ご指導ご鞭撻をいただきました助産師奥田朱美氏に心より感謝いたします。また、論文をご精読頂き有効なコメントを頂きました助産師千田道代氏に深謝致します。さらに今回調査に協力していただいた42組の親子に対し心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

### ■参考文献

- (1) 青少年調査担当内閣府政策統括官(共生社会政策担当)付青少年調査担当 青少年育成  
子供と家族に関する国際比較調査の概要 平成7年12月 総務庁青少年対策本部  
引用URL <http://www.8.cao.go.jp/youth/kenkyu/kdomo.kodomo.htm> 「青少年に関する調査研究等」参照(2013. 8.7)
- (2)ベネッセ教育総合研究所 2014年3月乳幼児の親子のメディア活用調査報告書  
(第一章 乳幼児のメディア利用の実態)  
[http://berd.benesse.jp/up\\_images/research/nyuvoji\\_media\\_all.pdf](http://berd.benesse.jp/up_images/research/nyuvoji_media_all.pdf)
- (3)水谷 もりひと (2010. 10) 日本一心を揺るがす新聞の社説 ごま書房新社

### ■引用文献

- (4) 山口創 (2014. 4) 子供の「脳」は肌にある 光文新書
- (5) 斎藤孝+山下柚実 (2002.10) 『五感力を育てる』中公新書ラクレ