

母親の子育て不安を軽減する絵本の検討

絵本を用いた子育て支援の一考察

The Study of Picture Books for Alleviate Psychological Burden on Support for Mothers:
Consideration on Child-care Support Using Picture Books

齋藤 めぐみ

Megumi SAITO

本研究は、「子育て支援」における特に養育者支援として活用できる絵本について検討することを目的とした。絵本は子育ての負担軽減や母親の心理的な成長に繋がる、言葉にならない思いを明確化したり、省察したりするきっかけとなる等、養育者支援につながる事が確認された。また、母親の子育ての不安や負担を軽減できると考えられる内容の絵本として『ママ』『今日』『あかちゃんがわらうから』『あなたのことがだいすき』が確認された。母親の子育てに疲れている正直な思いが描かれており、子育ての負担軽減につながる可能性があると考えられる。今後、これらの絵本が母親の子育ての心理的負担軽減に対する効果を検証することが望まれる。

キーワード：子育て支援 養育者支援 保育 絵本 子育て不安

緒言

2015年に、地域の実情に応じた子ども・子育て支援の充実、子ども・子育て支援法等に基づく「子ども・子育て支援新制度」（以下「新制度」）が本格施行された。新制度では、「保護者が子育てについての第一義的責任を有する」という基本的な認識の下に、幼児期の学校教育・保育、地域の子ども・子育て支援を総合的に推進することとしている（内閣府、2021年）。

保育所保育指針（厚生労働省、2020）においても保育所保育に関する基本原則の保育所の役割の一つとして“保育所は、入所する子どもを保育するとともに、家庭や地域の様々な社会資源との連携を図りながら、入所する子どもの保護者に対する支援及び地域の子育て家庭に対する支援等を行う役割を担うものである。”と明記されている。

わが国にとって、子育て支援は重大な取り組むべき課題である。子育て支援について木脇（2012）は、“本当に必要であることは、少子化対策としての子育て支援ではなく、「子育ての社会化」対策をどうするかを考える視点である。子どもを増やすことが第一の目的ではなく、子育ての枠組みを「母のみ子育て」に偏った構造から性別や身内のみにとらわれない構造へとパラダイム転換することが求められている、と述べている。

保育者養成校では授業での学びに加えて「子育ての

社会化」のモデルとなるべく実践的な学びの場を設けることが求められている。

このような背景の中、既に大学、特に保育者養成校において「子育て支援事業」が行われている（例えば、井上（2021）、久保田ら（2021））。齋藤（2023）は、大学で行う子育て支援についての研究を概観し、保育者養成校としては、学生の学習の場となるべきである、と示唆している。また、具体的な活動内容としては、子育て支援活動実践者と参加者を対象とした調査により、単なるひろば的遊び場の提供だけではなく、保護者同士がつながりをもてるワークなどを取り入れた短時間の講座が望まれると示唆している。また、父親は運動遊びについて興味が高く、絵や工作、歌については母親の興味が高い等父親と母親の興味が異なる傾向を示している（齋藤 2024）。大学ならではの人的物的資源を利用した体験のある短時間の講座を検討することが望まれる。

大学ならではの資源を利用した講座のひとつとして、大学図書館、保育者養成校においては特に絵本を活用した講座が考えられる。

絵本を用いた子育て支援として自治体が行っている「ブックスタート」がある。1992年にイギリスのバーミンガム市で始まり、日本では2001年本格的に活動を開始した。「親子のふれあい」を目的とし、0歳児健診などの機会に絵本をひらく楽しい「体験」と「絵本」

をセットでプレゼントする。

大学においても既に絵本を活用した子育て支援の取り組みがいくつか行われ、絵本が養育者支援になるという可能性と課題について研究されている（例えば岡村ら、2020、瀬々倉、2020）。しかし、実際に用いる絵本の内容について言及している研究は、ほとんどみられない。

以上より、本研究は、「子育て支援」における特に養育者支援として活用できる絵本について検討することを目的とする。具体的には、まず研究1において絵本を活用した子育て支援に関する先行研究を概観する。研究1から、養育者支援に必要な要素を考察し、研究2において、子育て中の保護者支援に必要な要素が含まれる絵本について検討する。

なお、子育て支援とは、「子育て家庭が生活を営む地域を基盤とし、子どもの健やかな成長発達に焦点をあて、家庭を構成する成員、特に親子の主体性を尊重しながら、家庭・個人を含めた全ての社会資源と協力しつつ関係機関や地域住民等が協働して子どもの育ちと子育てを支えること。また、よりよい親子関係の構築をめざす営みであり、さらに、地域の子育て環境をも醸成する支援の体系・内容・方法の総称をいう。」と定義する（柏女、2017）。

【研究1】

方法

まず、わが国の論文検索サイトである Cinii において“大学 子育て支援、絵本”をキーワードに検索し、研究を抽出する。

結果

52 の論文が検索されたが、“乳幼児が対象の子育て支援事業に絵本を活用し効果を検証している研究で入手可能な論文に絞ったところ、12 の論文が選出された。その中から、養育者支援のための絵本について検討されている研究は5論文であった。

1) 浅木ら、2024

子育て支援に活用できる絵本として、特に大人と子どものアタッチメント形成のための絵本の紹介をしている。また、養育者に寄り添う絵本として「ほくにげちゃうよ」（マーガレット・ワイズ・ブラウン、ほるぷ

出版）「とうさんがとうさんになった日」長野ヒデ子、童心社）を紹介している。絵本がさまざまな子育てや子どもの発達に貢献できる力を持っていることについての認識は、保育者自身にも親世代にもまだ普及しているとは言いがたいので今後認識を普及する活動を行う必要がある、と述べている。

2) 岡村ら、2020

地域の母子が気軽に集う子育て支援において、身近な活動である読み聞かせを用いて、家庭での母親の支援を視野に入れた支援プログラムを開発実践することは、子育ての負担軽減や母親の心理的な成長に繋がることが期待出来る、として、子育て支援における読み聞かせの効果について先行研究を概観している。その結果、絵本は子どもだけでなく、大人も絵本からの影響を受けるとの考えが多数あったことを報告している。

3) 瀬々倉、2020

子育ての養育者を対象とした絵本に関する講座後、養育者同士が語り合い、交流した。養育者間で絵本を味わう時間を共有することは、現在や過去の自らの子育てや子どもについて、また、支援者としての養育者についてなどに思いを巡らせたり、言葉にならない思いを明確化したり、省察したりするきっかけとなることが明らかとなったと報告している。絵本は子どものためのみならず、養育者にとっても心理学的な意義があると示唆している。今後の子ども・子育て支援を考えていく上で、養育者にとっての絵本の意義を理解し、活かしていくことが望まれる、と考察している。

4) 岡村ら、2013

絵本の読み聞かせの聞き手として、またひとり読みをした母親の心理的効果をイメージ、及び気分、感情の変化に着目し研究した。その結果、絵本の読み聞かせとひとり読みの活動は母親のイメージ及び気分・感情を穏やかな方向に改善することがわかった。絵本の内容による母親への心理的な効果がある可能性があるのでそれを明らかにすることが今後の課題であると述べている。

5) 濱田、2011

子育て支援活動に参加する母親の中には、0～1歳のまだ話さない子どもに対して、おむつ替え、授乳、その他のさまざまな場面で、母親が子どもに対して無言で行動するという「気になる行動」がみられる。こ

の「気になる行動」を解決できる一助になるべくことを整理して絵本を開発し、ブックスタートの絵本として配付している。絵本の使用による母親の養育行動への影響については今後の課題。

考察

研究 1 の目的は、絵本を活用した子育て支援に関する先行研究を概観し、養育者支援に必要な要素を考察することであった。その結果、12 の研究が選出されたが、内容を吟味すると養育者支援のための絵本について検討されている研究は 5 つの研究であった。これらの研究から、子育ての負担軽減や母親の心理的な成長に繋がる、言葉にならない思いを明確化したり、省察したりするきっかけとなる、養育者を対象とした絵本の読み聞かせやひとり読み、絵本講座の後の講座参加者間の交流が養育者の心理にプラスに働きかける等、絵本が養育者支援につながることが示唆された。課題としては、絵本がさまざまな子育てや子どもの発達に貢献できる力を持っていることについての認識が、保育者、親世代にもまだ普及しているとは言いがたいこと、養育者支援につながる絵本の内容について言及されていないことであった。そのため、研究 2 では、養育者の支援に必要と思われる子育ての負担軽減に繋がる言葉にならない思いが明確化されたり省察したりするきっかけとなる内容が含まれる絵本を選出して、その内容を分析する。

【研究 2】

方法

1. 分析対象の絵本

敬愛短期大学メディアセンター蔵書検索、および絵本、児童書を紹介する日本で最大のウェブサイト「絵本ナビ」にて“ママ”の絵本を検索した後、“ママが泣ける本”“だめなママ”をキーワードとして絵本を検索した。その後、絵本ナビに記されている絵本の概要を参考にして母親の心理に働きかける可能性のある絵本を抽出した。その中から敬愛短期大学のメディアセンターに所蔵の絵本、および 2025 年 1 月までに入手できた絵本と合わせて 27 冊を本研究の分析対象とした。

2. 分析方法

有馬（2021）の内容分析法を参考として絵本のテキ

スト部分から共通の内容と言葉を抽出してキーワードを決定し、絵本別にその有無、描かれ方を調査した。

結果

1. 対象の絵本

対象とした絵本 27 冊を表 1 に示した。

抽出された絵本のうち外国の絵本は 7 冊であった。出版年は、「ふんふんなんだかいにおい」1977 年、「5 ふんだけちょうだい」1986 年の 2 冊以外は、2000 年以降に出版された絵本であった。母親と一緒に登場する子どもが赤ちゃんとわかるのは 5 冊、乳児と思われるのは 2 冊、他は幼児以上であった。また、母親の心理が描かれた絵本は 13 冊、母親に知ってほしい子どもの思いが描かれた絵本は 14 冊であった。

2. 絵本の内容

絵本に含まれる内容、登場人物、主となる視点を表 2 に示した。

(1) 母親の気持ちが描かれた絵本

共通した内容として、(子育て) あるある、苛立ち、疲労、大変、自己嫌悪、謝罪・後悔、気持ち切り替え、子への思い、子への願いが描かれていることがわかった。母親の気持ちは子育ての不安等の母親の心理が描かれているものと子どもへの思いや願いが描かれている、また、両方描かれているものがあった。

1) 子育ての不安や苛立ちなど母親の心理面が描かれている絵本

①「おかあさんだもの」作：サトシン、絵：松成 真理子、アリス館 2012 年

辛いことや不安があっても子どもが生まれた時の幸せな気持ちを思い出せば大丈夫（乗り越えられる）、という母の気持ちが描かれている。生まれた時の幸せだったことがたくさん描かれている。

②「ママ」作：むろぞの くみ、絵：まなべ なほ、主婦の友社 2012 年

初めて母親になった不安やイライラの日々。しかし、子どもに必要とされている、ということを感じ、子育てがだんだん喜びに変わる母の気持ちが描かれている。

③「TODAY・今日」作者不詳、絵：下田昌克、訳：伊藤比呂美、福音館書店 2013

部屋も汚い、子どもの世話に追われる、「ほんとに 1 日一体何をしていたの？」という焦り。その後、だんだん気持ちを切り替えて子どものためにすごく大切な

表1 研究対象の絵本

分類	No	題名	作	絵	訳	出版社	出版年
1. 母親の気持ち (1) 子育ての不安や苛立ちなど母親の心理面が描かれている絵本							
1	①	おかあさんだもの	サトシン	松成 真理子		アリス館	2012
1	②	ママ	むろぞの くみ	まなべ なほ		主婦の友社	2012
1	③	TODAY・今日	不詳	下田昌克	伊藤比呂美	福音館書店	2013
1	④	あかちゃんがわらうから	おーなり 由子			ブロンズ新社	2014
1	⑤	あなたのことがだいすき	えがらしみちこ			KADOKAWA	2018
1	⑥	おかあさん、すごい！	スギヤマカナヨ			赤ちゃんともマ マ社	2013
1	⑦	5ふんだけちょうだい	ジル・マーフィ		木坂涼	ひさかたチャ イルド	1986
1	⑧	3人のママと3つのおべんとう	クク・チスン		斎藤真理子	ブロンズ社	2020
1. 母親の気持ち (2) 子どもへの思いや願いが描かれている絵本							
2	①	おかあさんはね	エイミー・クラウス・ ローゼンタール	トム・リヒテンヘ ルド	高橋久美子	マイクロマガ ジン社	2017
2	②	あなたのすてきなところはね	玉置永吉	えがしら みちこ		KADOKAWA	2021
2	③	あなたがとってもかわいい	みやにしたつや			金の星社	2008
2. 母親に知ってほしい子どもの気持ち (1) 好き以外の知ってほしい気持ちが描かれている絵本							
3	①	ふんふんなんだかいににおい	にしまきかやこ			こぐま社	1977
3	②	おこだてませんように	くすのきしげのり	石井 聖岳		小学館	2008
3	③	おかあさんだいすきだよ	みやにしたつや			金の星社	2014
3	④	ねえママ	こやま峰子	平松恵子		金の星社	2011
3	⑤	おもえまだかな	もとしたいづみ	おかだちあき		学研教育出版	2015
3	⑥	ねえだっこして	竹下文子	田中清代		金の星社	2004
2. 母親に知ってほしい子どもの気持ち (2) お母さんを慕う気持ちが描かれている絵本							
4	①	ぼくおかあさんのこと	酒井 駒子			文溪堂	2000
4	②	ぼくとかあさん	いもと ようこ			金の星社	2010
4	③	だいすきぎゅっぎゅっ	フィリス・ゲイシャイ トーミム・グリーン	デイヴィッド・ウ ォーカー	福本 友美子	岩崎書店	2012
4	④	おかん	平田 昌広	平田 景		大日本図書	2009
4	⑤	おかあさん おかあさん おかあさん…	大島妙子			佼成出版社	2005
4	⑥	ママだいすき	まどみちお	ましませつこ		こぐま社	2002
3. ダメ母が描かれた絵本							
5	①	おこりんぼママ	ユッタ・パウアー		橋本 香折	小学館	2000
5	②	だめだめデージー	ケス・グレイ	ニック・シャラッ ト	よしがみ きよ うた	小峰書店	2004
5	③	だめだめママだめ	天野 慶	はまの ゆか		ほるぷ出版	2011
5	④	もうママったら	寺島 ゆか			文溪堂	2013

ことをしていたんだ、と思うようになる母の気持ちが描かれている。

④「あかちゃんがわらうから」作・絵：おーなり 由子、
ブロンズ新社 2014
心配事や不安があっても赤ちゃんが笑う、そして、

ますます不安になる新米の母親。どんどん暗くなっていく。しかし、赤ちゃんのくしゃみをきっかけに、“嬉しいことが赤ちゃんの手の中に全部ある”、と気持ちが切り替わり子育てに幸せを感じるようになる母の気持ちが描かれている。

表 2 絵本に含まれる内容

No	登場人物	主人公	視点	あるある	苛立ち	疲労	大変	不安	自己嫌悪	謝罪後悔	切り替え	思い	願い	切なさ	理解要求	母親への思い	だめ母への思い
1. 母親の気持ち (1) 子育ての不安や苛立ちなど母親の心理面が描かれている絵本																	
①	母親と赤ちゃん	人	母				○	○				○					
②	母親と赤ちゃん	人	母		○	○	○	○	○			○					
③	母親と赤ちゃん	人	母		○	○		○	○		○	○					
④	母親と赤ちゃん	人	母					○	○			○					
⑤	母親と女の子 (乳児)	人	母		○	○	○	○	○	○	○	○					
⑥	母親と男の子	人	母				○					○					
⑦	母親と 3 人の子どもたち	ぞう	母	○			○										
⑧	母親たちと子どもたち	人	母			○	○					○					
1. 母親の気持ち (2) 子どもへの思いや願いが描かれている絵本																	
①	母親と赤ちゃん	人	母									○	○				
②	母親と女の子 (乳児)	人	母									○	○				
③	母親と男の子	人	母				○					○					
2. 母親に知ってほしい子どもの気持ち (1) 好き以外の知ってほしい気持ちが描かれている絵本																	
①	男の子と母親	オオカミ	子											○	○		
②	男の子と母親、先生	人	子											○	○	○	
③	男の子と母親	人	子						○	○		○			○		
④	女の子と母親	人	子		○					○					○		
⑤	女の子と母親	人	子							○		○		○	○		
⑥	猫と母親	猫	子											○	○	○	
2. 母親に知ってほしい子どもの気持ち (2) お母さんを慕う気持ちが描かれている絵本																	
①	男の子と母親	ウサギ	子												○		
②	男の子と母親	クマ	子													○	
③	男の子と母親	うさぎ	子													○	
④	男の子と母親	人	子													○	
⑤	女の子と母親	人	子											○	○	○	
⑥	子どもと母親	動物たち	子													○	
3. ダメ母が描かれた絵本																	
①	男の子と母親	ペンギン	子														○
②	女の子と母親	人	子														○
③	男の子と母親	人	子														○
④	女の子と母親	犬	子														○

⑤「あなたのことがだいすき」・絵：えがらしみちこ、KADOKAWA 2018

赤ちゃんが生まれ、何もかも初めてで「どうしよう」「助けて」という気持ち。抱っこを求められてもやさしくしたくてもできない。しかし、生まれた時の幸せだっ

たことを思い出し、「大好き」という気持ちを子どもに伝えたい母の気持ちがリアルに描かれている。

⑥「おかあさん、すごい！」作・絵：スギヤマカナヨ、赤ちゃん和妈妈社 2013

料理も裁縫も何もできなかったけど、あなたのため

にできるようになんでもできるようになった、という母の気持ちが描かれている。

- ⑦「5ふんだけちょうだい」作・絵：ジル・マーフィ、訳：木坂涼 ひさかたチャイルド 1986

3人の子どものママ。5分だけでいいからゆっくりお風呂に入りたい！とお茶を持ってお風呂に入る。しかし、次々と子どもたちがやってきてゆっくりできない。5分でいいから、たまには独りにさせて！という母の切なる願いが描かれている。

- ⑧「3人のママと3つのおべんとう」作：クク・チスン、訳：斎藤真理子 ブロンズ社 2020

韓国の絵本。忙しく家事や仕事をしている同じマンションに住むお母さんたち3人がそれぞれ子どもの遠足のためにお弁当を一生懸命作る姿を描いている。全てを手作りにする母もいるし、できあいをお弁当箱に詰める母もいる。

2) 子どもへの思いや願いが描かれている絵本

- ①「おかあさんはね」作：エイミー・クラウス・ローゼンタール、絵：トム・リヒテンヘルド、訳：高橋久美子、マイクロマガジン社 2017

どんな時もあなたが笑っていられますように、そしていつまでも見守っている、という母の願いと思いが描かれている。

- ②「あなたのすてきなところはね」作：玉置永吉、絵：えがしらみちこ KADOKAWA 2021

あなたにはすてきなところがいっぱいある、あなたはとってもすてきな人ということを忘れないで、という母の気持ちが描かれている。

- ③「あなたがとってもかわいい」作・絵：みやにしたつや、金の星社 2008

どんな顔をしてもしニコニコしていなくてもあなたはかわいい、という母の気持ちが描かれている。

(2) 母親に知ってほしい子どもの思いが描かれた絵本
共通した内容として、切なさ、気持ち理解要求（気持ちを理解してほしい）、母親への思い、だめ母への思いが描かれていることがわかった。

1) 好き以外の知ってほしい気持ちが描かれている絵本

- ①「ふんふんなんだかいおいにおい」作・絵：にしきまかやこ、こぐま社 1977

おかあさんがいない、オオカミの男の子がさっちゃんがおかあさんにだっこしてもらおうのを見て、悲しくなってしまう男の子の気持ちが描かれている。

- ②「おこだてませんように」作：くすのきしげのり、絵：石井 聖岳 小学館 2008

理由があるのに怒られてばかりいる男の子が七夕の短冊に「おこられないようい」と願う子どもの気持ちが描かれている。母親や先生が怒ってばかりいたことに気づいてあやまり、母は抱っこする。

- ③「おかあさんだいすきだよ」作・絵：みやにしたつや、金の星社 2014

お母さんは、いつも〇〇しなさい、というけど、できたら褒めてくれればもっと大好きなのに、と思う子どもの気持ちが描かれている。例えば、「はやく かおあらって！」っていうけど…「かおを あらうと きもちいいね」ってにっこりわらっていつてくれたら ぼくね おかあさんのこと もっとだいすきだよ。」と肯定的に話す子どもへの話し方指南にもなっている。

- ④「ねえママ」作：こやま峰子、絵：平松恵子、金の星社 2011

1日中忙しくてイライラしているのでお出かけしてもイライラ行動をするママ。本当はやさしくしてほしいと思う子どもの気持ちと気づかないママが描かれている。最後はママも気づいて抱きしめる。

- ⑤「おむかえまだかな」作：もとしたいづみ、絵：おかだちあき、学研教育出版 2015

ひとりでママのお迎えを待つ時にママのことを色々想像しながら待つ子どもの切ない気持ちが描かれている。お迎えに来たママとケーキとケーキを買って帰る。

- ⑤「ねえだっこして」作：竹下文子、絵：田中清代 金の星社 2004

赤ちゃんが生まれた後、だっこしてもらえなくなった猫がだっこしてもらいたい、と願う。最後に赤ちゃんはお父さんに預けて猫はお母さんにだっこしてもらえる。猫として描かれているが2番目の子どもが生まれた時の1番目の子どもの気持ちとして描かれていると想像できる。

2) お母さんを慕う気持ちが描かれている絵本

- ①「ぼくおかあさんのこと」作・絵：酒井 駒子、文溪堂 2000

寝坊する、ドラマばかり観ている、お迎えが遅い、そして結婚してくれないお母さんは嫌い、と拗ねる男の子の気持ちが描かれている。

- ②「ぼくとかあさん」作・絵：いもと ようこ、金の星社 2010

どんな時も母はボクに何でもしてくれ、ボクは大人になった。大人になって、家を出て、はじめは家が恋しかったが、年齢と共に忙しい、を理由になかなか家に帰らなくなった。しかし、いつもボクを待っている母の気持ちに気づき、家に帰る。

- ③「だいすきぎゅっぎゅっ」作：フィリス・ゲイシャイトー ミム・グリーン デイヴィッド・ウォーカー、絵：福本 友美子 岩崎書店 2012

ぎゅっとされると嬉しい、と思う子どもの気持ちが描かれている。

- ④「おかん」作：平田 昌広、絵：平田 景、大日本図書 2009

おかんのことが大好きな男の子と母親のやり取りが描かれている。

- ⑤「おかあさん おかあさん おかあさん…」作：大島妙子 佼成出版社 2005

女の子が風邪をひいて熱を出し、お母さんは薬を買いに行く。ひとりになった女の子は、雪も降ってきたこともありとても不安になってしまう。やっとお母さんが帰ってきて女の子は嬉しくてお母さんに抱きつく。

- ⑥「ママだいすき」作：まどみちお、絵：ましませつこ、こぐま社 2002

色々な動物のママ大好きという姿が描かれている。

(3) ダメ母が描かれた絵本

- ①「おこりんぼママ」作：ユッタ・パウアー、絵：橋本 香折 小学館 2000

ママが激怒したことで身体がバラバラになってしまったペンギンの子ども。ママが船に乗って迎えに来て身体を元通り縫い付ける。

- ②「だめだめデージー」作：ケス・グレイ、絵：ニック・シャラット、訳：よしがみ きょうた、小峰書店 2004

ダメダメといわれることをママもやってるじゃない、と思う子どもの気持ちが描かれている。

- ③「だめだめママだめ」作：天野 慶、絵：はまの ゆか、ほるぷ出版 2011

ママが子どものようになってしまい戸惑う子どもの気持ちが描かれている。

- ④「もうママったら」作・絵：寺島 ゆか、文溪堂 2013
- いつも怒ってばかり、私のいうことをきいてくれない、と怒る子どもの気持ちが描かれている。

考察

研究2の目的は、「子育て支援」における特に養育者支援として活用できる絵本について検討することであった。選出した27冊の絵本は、母親の思いが描かれている絵本、子どもの思いが描かれている絵本、両方が描かれている絵本に分けられた。

『ママ』『今日』『あかちゃんがわらうから』『あなたのことがだいすき』は、特に母親の子育てに疲れている正直な思いが描かれている。子育てに対する不安、苛つき、何もできないことの焦り、等が描かれており、他の人もこのような感情になることがある、ということに気づき、同様の気持ちを抱く母親の心理的負担の軽減に繋がるのではないかと考えられる。瀬々倉(2020)は、養育者間で絵本を味わう時間を共有することで、子育てや子どもについて、また養育について、言葉にならない思いを明確化したり査察したりするきっかけになると示唆しているが、母親の正直な気持ちが描かれているこれらの絵本は、言葉にならない思いが明確化される絵本であると考えられる。また、これらには、母親の不安や焦りだけが描かれているのではなく、そこから抜け出すきっかけとして、子どもが生まれた時の喜びを思い起こしている。それにより、今ここにいてくれるだけでいい、という気持ちに変化していく。子育てに疲れている母親がこれらの絵本を読んで、同様な気持ちになり、少しでも子育ての心理的負担が軽減されることに繋がると考えられる。

また、『おこだてませんように』、『おかあさんだいすきだよ』『ねえママ』は、子どもの気持ちを考えず、つい叱ってしまったたり、大人の都合で行動してしまったりする姿を描いている。子どもに向き合えなかった、叱り過ぎた、言い過ぎた、と感じた時に読むことで母親が行動を省みることができる絵本である。子ども側からの気持ちが描かれている絵本を読むことで、子どもを理解し、苛つきなどが解消される可能性もある。さらに、子どもの“お母さん大好き”という気持ちを改めて絵本から感じることで、つい叱ってしまう子どもへの苛つきが軽減されることが期待できる。ダメ母の絵本は、皆同じようなことがある、と共感できる可能性がある。しかし、表1に示したダメ母欄に記載の絵本3冊は、身体がバラバラになったり、母親が突然子ども化したり、と内容が少し過激である。

総合考察

本研究は、「子育て支援」における特に養育者支援として活用できる絵本について検討することを目的とした。絵本は子育ての負担軽減や母親の心理的な成長に繋がる、言葉にならない思いを明確化したり、省察したりするきっかけとなる等養育者支援につながる事が確認された。研究2で示した「母親の思いが描かれた絵本」は、言葉にならない思いが明確化されていた

り、省察したりするきっかけとなる内容が含まれているため特に養育者支援に活用できると考えられる。

子育て不安の原因と解決のための対応策を明らかにした川島（2016）は、「今後の子ども・子育て支援は、保護者（親）が抱えている、子育てへの不安感・負担感を緩和・解決していく事が重要な課題である」と結論づけている。

吉見（2018）は、大学図書館における絵本の読み聞かせを中心とした子育て支援について報告し、学生が参加する子育て支援の実践の教育効果、SNSの活用の可能性、子育て支援における多様な活動の場としての大学図書館のあり方について考察している。今後、図書館を巻き込み、学生が主体的に参画できる子育て支援、養育者支援をすることは大学ならではの資源を利用した子育て支援となり得ると考えられる。

柳田（2001）によると、絵本は人生において3回読む機会があるという。子ども時代、子育て期、そしてシニア世代である。大人が読む絵本の研究として、子育て期の養育者を対象とした絵本の研究を進めていくことが望まれる。本研究においては絵本の内容から養育者支援につながる絵本を検討したが、今後は、実際に子育て中の母親に読み聞かせ等を行い、心理的变化を測定し、これらの絵本が母親の子育ての心理的負担軽減に対する減効果を検証することが必要である。さらに浅木（2024）が示唆しているように、子育て期の養育者にも絵本が大切な役割を果たすということについての認識を保育者、親世代に普及させていくことが望まれる。

参考文献

浅木尚実 子育て支援と保育実践：—絵本力とアタッチメント 白鷗大学教育学部論集 18 (1) 2024、45-61
有馬明恵「内容分析の方法」株式会社ナカニシヤ出版 京都市、2021
井上千晶、番匠明美、三木麻子、大学における地域子育て支援—しゅくたん広場での実践—夙川学院短期大学教育実践研究紀要 (3)、2021、17-24
岡村幸代、大森 弘子、西山 修 地域子育て支援における母親支援を志向した絵本の読み聞かせの可能性と課題、読書科学 62 (1) 2020、12-25
柏女霊峰 子ども家庭福祉における 地域子育て家庭支援の理念と原理、徳大学大学院研究紀要 24 2017 1-24
川島良雄、子ども・子育て支援新制度と子育て支援の

課題 長野大学紀要 37、2016、1-15
木脇奈智子、多様化する「子育て支援」の現状と課題：新たなニーズとそれに対応する事例から 藤女子大学 QOL 研究所紀要／藤女子大学 QOL 研究所 編 7(1) 2012、37-43
厚生労働省 保育所保育指針（平成 29 年）（2025 年 1 月 20 日閲覧）
https://www.mhlw.go.jp/web/t_d29oc?dataId=00010450&dataType=0&pageNo=1
齋藤めぐみ、大学における子育て支援のあり方についての一考察 千葉敬愛短期大学総合子ども学研究所 年報 2023、39-48
齋藤めぐみ、大学における子育て支援のあり方についての一考察Ⅱ 千葉敬愛短期大学総合子ども学研究所 年報 2024、73-86
久保田健一郎、玉井久実代、野口知英代、保育者の専門性としての子育て支援に関する研究—大学における子育て支援活動「わくわくランド」に関連して— 国際研究論叢：大阪国際大学紀要 34 (3) 2021、69-87
瀬々倉玉奈、養育者間で絵本を読むことの心理学的意義、京都女子大学発達教育学部紀要 16、2020、125-132
濱田格子、子育て支援ツールとしての赤ちゃん絵本の開発と配布システムの構築 研究紀要 12、2011、75-87
柳田 邦男、河合隼雄、松居 直 「絵本の力」岩波書店 2001
吉見昌弘、大学図書館における子育て支援に関する研究：学生による絵本の読み聞かせと SNS 等による情報発信を通して、名古屋短期大学研究紀要 (56) 2018、97-111