

令和6年度こども家庭科学研究費補助金
(成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業)

分担 総合研究報告書

事例の収集(1) コロナ下における子どものストレスに関する情報
発信が果たした意義を考察する

研究分担者：田中恭子

研究要旨

国立成育医療研究センターでは、緊急事態宣言、全国一斉学校閉鎖などこれまでに体験したことのないコロナ下での社会情勢の中、子どものストレスとそのケアに関する情報を、リーフレットとしてわかりやすく提示し、いち早く公開した。また、新たな情報を継続的に発信し、ポピュレーションアプローチとして国民の支援を行った。本研究では、ページビュー(PV)数の推移を後方視的に分析し、このリーフレットが果たした意義を考察した。

A. 研究目的

コロナ下で配信した、子どものストレスに関するリーフレット(全部で16種)※のページビュー(PV)数と社会情勢を照合し、今後同じような状況になった際の予防的介入の必要性やその内容に関して考察する。

※リーフレットは成育医療研究センター内HPで閲覧可能となっている。

B. 研究方法

2020年4月7日に緊急事態宣言がなされる前後から、国立成育医療研究センターこころの診療科が中心となって作成、配信した子どものストレスに関するリーフレット16種とそのPV数を後方視的に算出し、その際の社会情勢との関連性を踏まえ、当該リーフレットが果たした意義について考察する。

(倫理面への配慮)

個人情報を含む情報は含まれていない。

C. 研究結果(別添資料を参照)

①コロナ下における「こどものストレスと付き合い方」に関するリーフレットPV数の推移

緊急事態宣言(第1回目)の際に14万～15万というPV数があり、口コミなどから各自治体での広報などにつながっていたことなどがその背景にあった。その後も、緊急事態宣言の回数ごとにPV数が一時的に増加し、月ごと1万5千件ほどのPV数が維持され、2023年5月に新型インフルエンザが5類感染症に分類される6か月前頃からPV数が月1000件程度に減少した。

②2020年の月別PV数とリーフレット公開内容

5月に最もPV数が増加しており、この間には、休校からオンライン学習の機会の増加した際の子育てに関する情報、学校再開に向けた情報などが公開された。

③2021年の月別PV数とリーフレット公開内容

第3回目および4回目の緊急事態宣言、とくに2021年秋から冬にかけては子どもの感染者が増加した時期でもあり、この時期に一時PV数が増加した。

④2022年の月別PV数とリーフレット公開内容

夏季休暇前後にPV数が一時的に増加していた。

⑤2023年の月別PV数とリーフレット公開内容

前年度同様、夏季休暇前後で一時的にPV数が増加した。その後は、コロナ感染は持続していたが、PV数は徐々に低下し、毎月2000件程度で推移した。

D. 考察

(1) コロナ感染症と子どもの生活変化に関する国民の関心

2020年初春に我々はこれまでに体験したことのない未知の感染症蔓延に対する不安と恐怖に晒された。とくに子どもたちの生活は全国一斉に登校禁止の措置がとられ、子どもの活動が制限され、自宅での生活のみに制限された。

その際、子どものストレスの増大が予想されたため、これに関する当該リーフレットの需要は、急増大し、あらゆる場面で引用されることとなった。在宅勤務の機会が増え、子どもと過ごす時間が増加したことで、子どもとの接し方や子どものストレスに関

する知識への需要が、この時期のPV数増加の背景にあると考えられる。とくに、「子育て中のあなたへ」のリーフレットは親に向けた心理教育に内容となっており、コロナ下で情緒的に影響を受けやすかった保護者の心理的支援につながっていた可能性があると考えられる。

(2) PVの推移からみた、我が国の子どものストレスに関する情報希求

コロナ感染症が爆発的に拡大した初年度以降、2021年・2022年・2023年の3か年では、5月、8月にPV数が増加するという共通の推移が見られた。このことは、5月以降に子どもの不登校が増加することや、夏休み明けの子どもの自殺増加の傾向などと、関連がある可能性があるのではないかと考える。多くの子どもたちは4月に入学し、進学などの時期を迎え、新しい生活に心身ともに適応させるが、何らかの理由で過剰適応を強いられる子どもたちは5月以降に心身のバランスを崩しやすく、不登校などが増加する。さらに、その一部の子どもたちの中には学力、友人関係、家族内力動など、複数の因子が影響し、思春期独特の衝動性も相まって夏休み終盤から休暇後の自殺増加など状況が危惧され、社会全体が子どもたちへの関心をより強化させるためのさまざまな情報発信も増加する時期でもある。このような傾向を振り返ると、情報発信はある程度子ども達の生活スタイルに合わせて定期的に発信する必要があると考えられる。

(3) コロナ下で作成したリーフレットの意義

今回、コロナ下で子どものストレスに関する情報発信を行い、特に2020年の5月の

PV 数は約 14 万に達した。国立成育医療研究センターのホームページのうち、普及啓発コンテンツに関する PV 数（例：女性センターのサイト）が 45316 件であることを考えると、本リーフレットの需要は非常に高かったことがうかがえる。この理由を以下の 4 点で整理する。

① 予期的ガイダンスとしての意義

子どもの発達および年齢に沿って、子どもと家族が直面する可能性の高い問題や課題を今回のリーフレットがいち早く提示し、それらを予防するためのアドバイスを行うという意義（いわゆるガイダンス）が一つ上げられる。さらにその内容は、小児科医、こどものこころ専門医、心理職といった、子どもの心身の専門家が協力して質の高い内容で提示したことも、PV 数増加につながった可能性がある。

予期とは、あらかじめ期待・覚悟することを意味する。ガイダンスとは、不慣れで事情のわからない者に対して、初歩的な説明をすること、案内、手引き、またそのための催し、という意味である。さらに、予期的ガイダンスのもつ心理的効果として、自己効力感の向上があげられている。自己効力感を構成する因子である、「結果予期」とは、ある行動がどのような結果に至るかという予期であり、「効力予期」とは、その結果を生み出すために必要な行動をうまくこなすことができる状況において自分がどの程度の「効力予期」を持っているかを知覚することである。特に自己効力感の持つ行動への予測機能を重視し、自己効力感が実際の行動を規定する決定因の 1 つであり、自己効力感の上昇が行動の遂行へとつながることが報告されている。また、重要な 4 つの情

報源として、①自分が実際にその課題を遂行し、“やってできた”という成功体験を持つ「遂行行動の達成」、②他者がその課題を遂行する行為を観察する「代理的経験」、③“自分はやれば出来る”といった自己教示や他者からの説得的暗示といった「言語的説得」、④脈拍や鼓動といった生理的な反応の変化を経験する「情動的喚起の情報」とされている。Bandura (1977) は、自己効力感とは自然発生的に生じるのではなく、これら 4 つの情報源を通して、個人が自ら作り出していくものだと考えており、遂行行動の達成を情報源とする自己効力感がもっとも強く安定したものと指摘している¹⁾。

上述のごとく、予期的ガイダンスには、子どもが日々育つ上で重要な因子を予期的にガイダンスすることで、子どもも親も自身でコントロールできる幅が広がり、親子それぞれの自信となりえる。この子育てに関する効力感とは、養育レジリエンスにもつながることも研究されており、子どもの成育環境をよりよいものに変えていくための重要な要素である。米国の Bright futures とは、National Health Promotion initiative (全国健康促進戦略) の一つであり、包括的な子どもの健康管理のためのガイドラインであるが、そのツールの重要なポイントとして定期的な子どもの健診の際に行われる予期的ガイダンスの提示が組み込まれている。この予期的ガイダンスは、すべての子どもは健康であるべきであるという理念を基に、子ども・家族・医療者が、健康を作るパートナーとして信頼関係を結ぶことで最適な健康が実現することを目標に、家族・臨床診療、地域社会、保険制度、政策の各レベルでの健康促進のニーズに対応した介入であり、

このような取り組みは子ども自身が自分の健康と向き合う貴重な機会となる可能性を有するシステムとなる。予期的ガイダンスの有用性に重要な要素は、タイムリーであること（発達年齢に沿っていること）、地域性に沿うこと、関連性があること、とされている。子どもの安心と安全を守る、という姿勢をベースに、発達段階に応じた課題の具体例を提示し、それらの解決策を、もともとつ家族の力と地域サービスを利用することで乗り越えていくことを目的とし、エンパワメントを行うこととされており、今回のリーフレットの意義と合致する。²⁾

②国民へのエンパワメントとしての意義

「エン」は内、「パワー」は力を意味し、エンパワメントは、人々に夢や希望を与え、勇気づけ、本来持っている生きる力を湧き出させることと定義される。医師として助言を行う際の基本姿勢として、弱者に対する助言という高圧的態度ではなく、本来もつ子ども自身の力、家族の強みを生かした視点で行われる必要がある。

今回のリーフレットは、このエンパワメントという視点を重視して作成してきたが、多くの国民が共通して体験している感染症の大流行という状況下で、単発ではなく継続的にエンパワメントの視点で情報発信を行なったことによる心理的効果が発揮され、PV数の増加につながった可能性もあると考えられる。

③子どもの権利・子どもアドボケイトという視点

様々な災害下では、子どもの身体面の保護が優先され、心理社会的には子どもの生活が犠牲になりやすい。そのような社会情勢の中で、今回のリーフレットはより子ども

の権利を意識して作成した。子どもたちが、自分自身の生活や自分について行われる事象における自己決定について主導権を握り、コントロールできるように支援する姿勢も重要である。そのためには、私たち、大人が、目の前にいる子どもの力を信じることが大前提となる。このような子どもの権利や子どもアドボカシーの視点を重視した、より国際的ニーズに沿ったという本リーフレットの特徴が、国民のニーズに合った可能性もあると考えられる。

④子ども家族中心ケアの概念としての情報発信

子ども家族中心ケアとは、子どもを中心にその家族をひとつのユニット（社会的組織）としてケアの対象と捉え、その家族が発展することを支えることを重視することである。本概念では、医師は、家族との開かれた信頼しあえる関係を基盤に、両者の協働により、権威者としてではなく、子どもと親のよきパートナー、ファシリテーターとして、家族の力を信じ、エンパワメントし、ニーズにそった個別的で継続的なサポートを提供する姿勢が必要であると強調されているが、今回のリーフレットはまさに子どもを中心に据えながら、その子どもたちを取り巻く家族、学校、地域社会など、マルチレベルの社会を対象としたことも、PV増加につながった理由として考察できると考えられる。

本検討は、PV数の推移のみからの考察であり、本来はこのような情報発信からどのような行動変容がもたらされたのか具体例を提示すべきであるが、これらの検討を行っていない。

E. 結論

災害やパンデミックなどの未曾有の恐怖や不安に晒される社会情勢の中では、子どもの権利を保障し、子どもの心身を守るために、予期的ガイダンスとエンパワメントの視点を重視した情報発信が、国民の大きなニーズとなる。タイミングを逸せず、正確で、わかりやすく温かな視点で継続的に伝え続けることは、全国民を対象とした支援におけるポピュレーションアプローチの一つとしての役割を果たすことになると考えられる。

F. 参考文献

- 1) 田中恭子. 【バイオサイコソーシャルモデルで行う小児科診療-小児に根差す生物・心理・社会的医療とは】総論 予期的ガイダンス. 小児内科.2019;51:1746-1751
- 2) American Academy of Pediatrics, J. F. Hagan, J. S. Shaw and P. M. Duncan. Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children and Adolescents, 4th Edition.

G. 研究発表

1.
論文発表 なし
2.
学会発表 なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

1.
特許取得 なし
2.
実用新案登録 なし
3.
その他 なし