

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 27 年 5 月 27 日現在

機関番号：32642

研究種目：基盤研究(C)

研究期間：2012～2014

課題番号：24616014

研究課題名(和文)「おむつなし」による排泄のケアの実践と普及に関する研究—乳幼児から高齢者まで—

研究課題名(英文) A study on practice and dissemination of "diaper free child-rearing / elderly care" in institutional setting.

研究代表者

三砂 ちづる (MISAGO, Chizuru)

津田塾大学・学芸学部・教授

研究者番号：70342889

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 4,300,000円

研究成果の概要(和文)：研究代表者は、乳幼児の排泄のタイミングに周囲が気づいて、できるだけおむつの外で排泄する「おむつなし育児」の研究を2007年から行ってきた。本研究では周囲が排泄に向き合うことで、おむつの使用が減っていく乳幼児の経験を国内外の調査、観察より、保育施設、老人介護の現場に広げる可能性を探ることを目的とした。結果として保育園での「おむつなし保育」は可能であり、経験した園児は排泄コントロール能力や協調性・自己抑制力が良く育ち、保育の質も向上する傾向にあることがわかった。老人介護の分野での「おむつ外し」の取り組みは進んでおり、乳幼児と高齢者の排泄には共通課題が多くあり今後の協働の可能性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：The authors have been conducting a research since 2007 on "diaper free child-rearing" in which care takers try to recognize the elimination sensations of babies and encourage them to eliminate outside diapers. The objective of this study was to explore possibilities of expanding our findings from past research with infants that babies would become less diaper-dependent if care-takers pay close attentions to baby's elimination into nursery schools and the elderly care settings. The results showed not only that the diaper free child care was feasible in nursery schools, but also that infants experienced diaper free child-rearing tended to demonstrate higher abilities in cooperativeness and self-control, and the overall quality of childcare had been improved. Furthermore, the study also found that various efforts have already been made in the elderly care field to implement diaper free care, and there were a number of common issues related to elimination in babies and the old.

研究分野：公衆衛生

キーワード：母子保健 公衆衛生 保育 子育て支援 乳幼児の発達 排泄ケア 保育園 老人介護

1. 研究開始当初の背景

研究代表者は、疫学研究者として、とくに妊娠・出産・子育てに関わる日本国内、および海外における母子保健分野の研究を行ってきた。「おむつなし育児」はそのような研究の中から立ち上がってきた課題であったといえる。終戦後から昭和 30 年代にかけては 1 歳前後でおむつがとれていたのが、徐々におむつはずしが遅くなり、いまでは 3 歳でもおむつがとれない子ども少なくない。その経緯を調査する中で、二世帯ほど前には、おむつをなるべく汚さないように、周囲がなるべく気をつけておむつの外で排泄させていたことがわかった。またそのようなやり方は発展途上国と呼ばれる国では今も行われている。

2006 年からトヨタ財団の助成を受けて「おむつなし育児」の研究を行った。「おむつなし育児」は「全くおむつを使わない育児」ではない。なるべくおむつを使わない育児、なるべくおむつの外で排泄させてあげる育児、のことである。この先行研究の結果を反映して、現代日本でも、おむつに頼りすぎない育児を試みることはできると考え、研究成果を自然育児友の会などの母親や助産師などを通じて普及してきた。今では大手の育児雑誌、新聞が、何度も「おむつなし育児」を取りあげて、話題になっており、よく知られるようになってきて、実践する母親も増えている。

おむつなし育児を実践してきた母親たちは、子どもを保育所に預ける段階になって、戸惑う人が少なくない。多くの保育施設ではまだ、「おむつなし育児」は実践されておらず、保育関係者は興味があってもどのように施設単位で実践すれば良いのかよくわからない状況が多い現状があるからである。

2. 研究の目的

この研究では、多くの母親によって近年実践されて、子育ての自信を得て、健やかな子

どもも成長につながっていると思われる「おむつなし育児」の施設への普及、および、家庭医、保健師などを始めとする地域利用への実践の可能性をさぐることを目的とした。

排泄の感度、皮膚の感覚を失わず、なるべくおむつで排泄しない、ということは、乳児のみならず、老人介護の現場でも必要とされていることではないかということは、おむつなし育児を実践してきた母親、および、我々研究者にもいつも頭に浮かぶことであった。現実には老人介護の現場でも 80 年代後半からなるべくおむつを使わない実践が試みられてきたことが聞こえてきている。今回、詳細な文献調査及び現地調査により、代表研究者らが乳幼児を対象に実践してきたことの老人介護の現場での適応可能性について探りたい。

また、これらの「ケア」は最終的には、個人、施設をこえ、地域で包括的に実践されていくことで、よき智恵、習慣として定着する可能性がある。今回はその実践可能性について医療経済、家庭医療、公衆衛生などの研究者の協力も得て、理論化していくことも目指している。アメリカ式専門医療とは異なる家庭医療、地域福祉の成果をあげているキューバの事例も参考としたいと考えた。

3. 研究の方法

(1) 「おむつをなるべくつかわない」育児と介護に関する文献調査

社会科学、公衆衛生、保育、介護、福祉などの資料をデータベースおよび関係諸機関を通じて系統的に検索収集し情報を整理する。

(2) 「おむつなし育児」の保育施設における実践に関する質的調査

- ・ 研究デザイン：準構成インタビューガイドを用いた直接面接及び直接観察
- ・ 対象：保育所管理職、保育士

- ・ 調査項目：おむつに頼りすぎない保育の実践可能性や課題など
 - ・ 分析：RAP(Rapid Anthropological Assesment Procedure：人類学の方法を用いたアセスメント)分析方法などを参考にしながら行う。
- (3) 「おむつをなるべく使わない老人介護」の実践に関する質的調査
- ・ 研究デザイン：準構成インタビューガイドを用いた直接面接及び直接観察
 - ・ 対象：介護施設管理職、スタッフ
 - ・ 調査項目：身体に不自由のある高齢者に対するおむつに頼りすぎない排泄ケアの実践の可能性や課題など
 - ・ 分析：RAP(Rapid Anthropological Assesment Procedure：人類学の方法を用いたアセスメント)分析方法などを参考にしながら行う。
- (4) 「できるだけおむつに頼らない地域福祉を実践している海外事例調査」
- ・ 研究デザイン：準構成インタビューガイドを用いた直接面接及び直接観察。もともと発展途上国といわれる国々ではおむつはあまり使われていないのだが、西側先進国とは全く違った家庭医療、地域医療のやり方をしながら高い健康指標を維持しているキューバを訪問し、保育、介護の地域展開のヒントを得る。
- (5) 上記の結果を保育、介護、公衆衛生関係者と共有し、今後の方向性について提言を行う
- 研究期間の最後にシンポジウムを開催する。
4. 研究成果
- (1) 「おむつをなるべくつかわない」育児と介護に関する文献調査

社会科学、公衆衛生、保育、介護、福祉などの論文資料を、データベースおよび関係諸機関を通じて系統的に検索した。その中で、「なるべくおむつを使わない育児」に関連した問題として浮かび上がってきた「子どもとおむつ」や「子どもの排泄トラブル(便秘・頻尿・失禁等)」に関する論文を中心に検索収集した。この結果、おむつが外れる時期が遅くなっていることや、排泄は自立しているのに親がおむつを外したがるということが保育園で問題になっていること等が明らかになった。また、子どもの排泄トラブルについては、欧米の研究者による複数の論文において、「トイレトレーニングの開始の遅れが、児童・学齢期における排泄トラブル(頻尿・失禁)の発生に影響する可能性がある」旨指摘されていることがわかった。

高齢者の排泄ケアに関する文献調査の結果では、下半身の完全なマヒを除けば、たとえ片マヒであっても、高齢者の尿意・便意は死ぬまでなくなることはないこと、高齢者介護施設における「おむつに頼りすぎない排泄ケア」は、乳児に対する「おむつなし育児」よりも研究・実践の歴史が長いこと、全国の複数の特別養護老人ホームにおいて、「おむつゼロ」の取り組みがなされていること等が判明した。

また、おむつなし育児経験者(トヨタ財団の助成をうけて行ったおむつなし育児の実践研究を経験した子どもの母親たち)を対象に実施した質的調査のデータを分析し、学会発表、論文作成を行った。さらにこの質的調査結果を参考にして質問票を作成し、おむつなし育児で育った2歳以上の子どもがいる母親を対象にした、量的調査を行った。その結果、調査実施時に昼間のおむつが外れてい

た対象者 116 人（全調査対象者の 92.8%）のうち、昼間のおむつが外れたときの子どもの平均月齢は 21.1 か月であったことが判明した。最近の日本の子どものおむつが外れる平均月齢が生後 40 か月¹と言われる中、おむつなし育児で育った子どもの排泄の自立時期が、現代日本の子ども達の平均よりも早くなる傾向にあることがわかった。この 21.1 ヶ月という時期は、生まれた時からほとんどおむつをつけずに自然な排泄をして育つ、経済発展が遅れていると言われる国や地域の子どもの排泄自立時期とほとんど同じである。

(2) 「おむつなし育児」の保育施設における実践に関する質的調査

神奈川県、愛知県、熊本県で、実際におむつなし育児を実践する保育園において、聞き取り・観察調査を行った。その結果、0 歳児クラスからおむつなし育児を実践しているこれら保育園では、0 歳から排泄コントロール能力がよく育っており、これら子どもたちは機嫌よく穏やかに過ごす時間が長く、特別なトイレトレーニングなしに 1 歳後半頃～2 歳にかけて排泄は自然に自立していく傾向にあることがわかった。保育士たちは排泄を保育の中心に置くことで、子供をよく見るようになり、保育の質が向上し、保育士の自信向上へとつながっていくことが判明した。

また、これらの保育園においては「乳幼児の社会的スキル²」に関する調査を

実施した。この結果、おむつなし保育を経験した子ども達は、「自己抑制力」「協調性」が全国平均よりも高い傾向にあることが判明した。「自己表現力」は全国平均とほぼ同じであった。

これら研究成果は、保育職向けの専門誌『エデュカーレ』（臨床育児・保育研究会 / 2015 年 1 月号）及び『げんき』（エイデル研究所 / 147 号 2015 年 1 月発行）でも特集記事として掲載された。

また、保育所での 3 年間の「おむつなし保育」の研究結果をベースに、「おむつなし介護」を実施する高齢者施設での調査結果も参考にしながら、保育所でのおむつなし保育普及に向けたガイドブック「保育所だからできる！ - おむつに頼りすぎにない気持ちよい排泄ケア」にとりまとめた。

(3) 「おむつをなるべく使わない老人介護」の実践に関する質的調査

「おむつなし介護」を実践する東京都内の特別養護老人ホームに 2 か所において、聞き取り調査、観察調査を行った。その結果、紙おむつをトイレとして使用していた高齢者でも、施設のスタッフの適切な介護によって、トイレやポータブルトイレで再び排泄できるようになることは可能であり、トイレやポータブルトイレで排泄できるようになると便秘や頻尿が改善され、尿意や便意を再び訴えるようになり、認知症の症状も減り、穏やかに過ごす時間が長くなることがわかった。またお世話する介護スタッフも、排泄ケアを介護の中心に置くことで、高齢者をよく見るようになり、介護の質が向上し、介護スタッフの自信向上へとつながっていくことが判明した。これら

¹ 「日経新聞」2009 年 9 月 2 日「40 か月 オムツ離れの平均月齢」

² Anne T (2013), Validity and Reliability of the Social Skill Scale (SSS) as an Index of Social Competence for Preschool Children, Journal of Health Science 2013,

研究結果は、高齢者介護職の専門誌『ブリコラージュ』（七七舎）で特集として掲載される（2015年6・7月発売号）。

(4) 「できるだけおむつに頼らない地域福祉を实践している海外事例調査」

おむつをなるべく使わない育児と介護について、家庭医学の枠組みと医療経済学的な観点から、研究協力者とともに海外調査を行った。紙おむつに頼ることができない、家庭医が普及している、地域医療、福祉のレベルが高い、とされているキューバでは、我々の実践と同じように、子どものおむつは1歳から1歳はんでいらなくなり、老人介護の現場でも「紙おむつをトイレにする」ことは考えられず、排泄の自立が目指されていた。産業消費主義に頼らず、地域医療福祉のネットワークのゆきとどいたキューバの医療福祉のありようから学ぶことはおむつの使用以外にも実に多いことがわかり、家庭医療の視点から今後も共同研究を行うことを目指している。

(5) 上記(1)～(4)の結果を保育、介護、公衆衛生関係者と共有し、今後の方向性について提言を行う

2015年2月21日に、今回の研究成果を共有するためのシンポジウム「保育所だからできる！おむつなし育児：おむつに頼り過ぎない”排泄ケアの実践と普及に関する研究 - 乳幼児から高齢者まで - 」を東京都・府中市において開催し、全国各地より約200名の保育関係者や、公衆衛生関係者が参加した。シンポジウムでは、保育施設や高齢者介護施設における「おむつなし保育」「おむつなし介護」の研究実践結果や、赤ちゃん和高齢者の排泄をめぐる共通点が以下表1のとおり発表され、保育所におけるおむつ

に頼りすぎない保育導入へ向けての今後の方向性に関するディスカッションが行われた。

表1 赤ちゃん和高齢者のおむつに頼りすぎない排泄ケアの共通点

	赤ちゃん	高齢者
排泄のタイミング	寝起き、授乳中&後、外出から戻った時、おんぶ抱っこから降ろされた時、おむつを外した時	寝起き、食後、外出から戻った時
排泄の仕草やサイン	泣く(新生児期)、様子が変わる(力を入れる、表情が固まる)、抱っこおんぶされているのげぞる	怒りっぽくなる、落ち着かない、うろうろする、おしりをもぞもぞさせる、「帰りたい」等言う
本人の変化	機嫌良い時間が長くなる、眠りが深くなる、便秘や頻尿が改善、おむつかぶれ改善、仕草や片言で排泄欲求を伝えるようになる	機嫌良い時間が長くなる、認知症の問題行動が減る、便秘や頻尿が改善、おむつかぶれ改善、仕草や言葉で排泄欲求を伝えるようになる
世話する人の変化	排泄のタイミングがなんとなくわかる、育児に自信がつく(赤ちゃんの身心の状態が前よりもわかる)、排泄ケアが楽になる(特にうんちの後始末)	排泄のタイミングがなんとなくわかる、介護に自信がつく(高齢者の身心の状態が前よりもわかる)、排泄ケアが楽になる(特にうんちの後始末)

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計0件)

以下は商業雑誌記事掲載

- ・『Aera with Baby』(育児雑誌)、朝日新聞出版、2014年8月号、2013年6月号、2012年6月号
- ・『ひよこクラブ』(育児雑誌)、ベネッセコーポレーション、2015年1月号
- ・『エデュカーレ』(保育雑誌)、臨床育児・保育研究会、2015年1月号
- ・『げんき』(保育雑誌)、エイデル研究所、2015年147号
- ・『PHP のびのび子育て』(育児雑誌)、PHP研究所、2015年5月号
- ・『ブリコラージュ』(高齢者介護雑誌)、七七舎、2015年6・7月号

〔学会発表〕(計5件)

三砂ちづる、須藤茉衣子、吉朝加奈、松本亜紀、大曲めぐみ、笹川恵美
「おむつなし育児」の施設展開 実践している3保育園からの考察

日本公衆衛生学会

(ポスター発表 P-0515-6)

2013年10月23日～2013年10月25日

三重県総合文化センター(三重県津市)

三砂ちづる、吉朝加奈、笹川恵美、松本亜紀、松崎良美、須藤茉衣子

「おむつなし育児」をすると、おむつは早く外れるか?

日本公衆衛生学会

(ポスター発表 P-0503-6)

2014年11月5日～2014年11月7日

栃木県総合文化センター(栃木県宇都宮市)

須藤茉衣子、吉朝加奈、笹川恵美、松本亜紀、松崎良美、三砂ちづる

「おむつなし育児」の実践とはどのようなものか 実践した母親の経験から

日本公衆衛生学会

(ポスター発表 P-0503-7)

2014年11月5日～2014年11月7日

栃木県総合文化センター(栃木県宇都宮市)

吉朝加奈、須藤茉衣子、笹川恵美、松崎良美、松本亜紀、三砂ちづる

「おむつなし育児」で育った子どもの運動発達 実践した母親の経験から

日本公衆衛生学会

(ポスター発表 P-0503-8)

2014年11月5日～2014年11月7日

栃木県総合文化センター(栃木県宇都宮市)

松崎良美、吉朝加奈、笹川恵美、松本亜紀、須藤茉衣子、三砂ちづる

「おむつなし育児」がもたらし得る肯定的な育児経験 実践した母親の経験から

日本公衆衛生学会

(ポスター発表 P-0503-9)

2014年11月5日～2014年11月7日

栃木県総合文化センター(栃木県宇都宮市)

〔図書〕(計1件)

- ・ 三砂ちづる、主婦の友社、五感を育てるおむつなし育児-赤ちゃんからはじめるトイレトレーニング、2013/7/31、112

〔産業財産権〕

出願状況(計1件)

名称:おむつなし育児

発明者:三砂ちづる

権利者:同上

種類:商標登録

番号:商願 2014-86557号

出願年月日:平成26年10月15日

国内外の別:国内

取得状況(計1件)

名称:おむつなし育児

発明者:三砂ちづる

権利者:同上

種類:商標登録

番号:商標登録第5755114号

出願年月日:平成26年10月15日

取得年月日:平成27年5月12日

国内外の別:国内

〔その他〕

ホームページ おむつなし育児研究所

<http://www.omutsunashi.org>

6. 研究組織

(1)研究代表者

三砂 ちづる (MISAGO Chizuru)

津田塾大学・学芸学部国際関係学科 教授

研究者番号:2070342889