

妊娠から子育てまで
切れ目のない支援

男性の積極的な
育児参加

妊娠期からの
産後うつ予防

妊娠期からの
虐待予防

分娩施設とは
違う両親学級



コペアクラス 開催自治体募集

東北大学コペアレンティング(夫婦協同育児)研究チームでは、コペアクラスが健やかな子どもの成長・発達や夫婦ともに楽しい育児につながることを妊娠期からお子様出生後3年まで継続的に調査しています。

コペアレンティング

「夫婦で共に育児をすること」です。
育児関連の仕事量の“平等”や育児方針の“一致”を意図しているのではなく、
夫婦間の話し合いと調整を尊重するものです。

コペアクラス

- アメリカのFamily Foundation Program® を日本人夫婦用に開発
- 第1子妊娠中の日本人のご夫婦が対象
- 180分×2クラス
- 個人ワーク/ペアワーク・ロールプレイなどを行う参加型クラス
- コミュニケーション・家事育児の分担のイメージを通してチーム力を強める
- 海外で明らかになっている効果

夫婦関係
の向上

育児の質
の向上

育児不安や
ストレス
の低下

児出生後の
抑うつ度
の軽減

子どもの発達
の促進

虐待予防にも
つながる

現在開催中の近江八幡市での声

分からないことだらけで不安だったけど、
クラスを参考に夫婦仲良く
子育てをしていきたいと思った。

お互いの育児の意見をまとめる
機会ができた。

赤ちゃんが生まれてからのことが、
あまり想像できなかったが、
イメージするきっかけになった。

ペアワーク中



近日B区やC市でも開催予定

お問合せ先

東北大学コペアレンティング研究チーム

〒980-8575 宮城県仙台市青葉区星陵町2-1

東北大学大学院 医学系研究科

ウィメンズヘルス・周産期看護学分野

TEL : 022-717-7915

E-Mail : co-ikuji@womens.med.tohoku.ac.jp

研究代表者 吉沢 豊予子

お気軽にお問い合わせください。
クラスの内容・研究内容等ご説明に伺います。

E-mail Website



掲載されています!



研究成果

出産前教育としてのコペアレンティング促進プログラムを実施して 助産雑誌2019年9月号

Takeishi Y, Nakamura Y, Kawajiri M, Atogami F, Yoshizawa T. Developing a Prenatal Couple Education Program Focusing on Coparenting for Japanese Couples: A Quasi-Experimental Study. Tohoku J Exp Med. 2019 Sep;249(1):9-17.

「社会実装型コペアレンティング促進プログラムの育児への影響に関する効果研究」概要

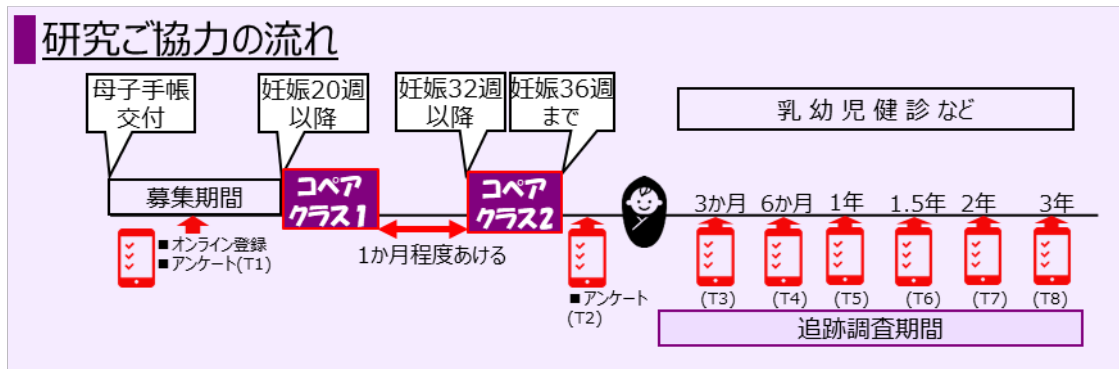
目的：妊娠期に、夫婦協同育児を促進するプログラムを行うことで、児出生後の育児にどのような影響があるのか、
児出生後 1000 日まで追跡調査を行う

対象者：第 1 子妊娠中の日本人夫婦(内縁も含む)で、コペアクラスを全 2 回中 1 回以上受講できる。

募集予定者数：1000 組

研究期間：2019 年 11 月～～2025 年 3 月（登録期間：～2021 年 12 月、追跡期間：～2025 年 3 月）

調査内容と方法：調査時期については下記参照



調査回答方法：チラシにある研究参加登録 Web サイト(QRコード有) あるいは、研究問い合わせ窓口（東北大学大学院医学系研究科 ウィメンズヘルス・周産期看護学分野）までメールにて連絡をすることで研究参加登録を行う(co-ikuji@womens.med.tohoku.ac.jp)。

(2 回目以降)回答時期前に回答を促すリマインドメールを受け取り、メール内の URL より web 上にて回答。

謝礼：東北大学コペアレンティング研究チームより、3 年まで調査協力したご夫婦にはご夫婦 1 組につき 5000 円が支払われる（協力時期により金額は異なる）

予測される成果：

- ◎ コペアクラスを受講した夫婦の子どもは、3 歳時に情緒面と行動面*において良好である
（*ひきこもり、不安・抑うつ、身体的訴え、社会性、思考、注意、非行的行動、攻撃的行動）
- コペアクラスを受講した夫婦は、妊娠期準備状態（抑うつ、肯定的感情、育児準備）がよい。
- また、出産後、夫婦で協働して育児をしていく関係性が良い、抑うつ状態が低い、育児ストレスが少ない、育児セルフエフィカシーが高い、育児が楽しい、虐待的行動が少ない
- コペアクラスを受講した夫婦の子どもは、行動面(なだめやすさ、睡眠)において良好である



【自治体様への依頼事項】

1. 研究協力のための、「覚書」の締結(自治体様と東北大学)
2. コペアクラス募集(研究協力募集)チラシの作成
3. 母子手帳発行の際、第 1 子妊娠の夫婦に対し、コペアクラスの参加、研究協力の募集(チラシ、説明文書)
4. 180 分/日×2 回のコペアクラス(CPC)の運営→開催日程の調整
5. インストラクター人材の確保
6. 自治体様が提供する出産前教育としての位置づけ乳幼児健診時、追跡調査の研究協力の声かけ