

〔原 著〕

マザークラスにおける妊婦の身体感覚活性化の効果測定 —これからのよりよい家族支援に向けて—

佐藤 香代¹⁾ 高橋 真理²⁾

要 旨

幸せな家族形成は、子どもが生まれる前から始まっている。女性が妊娠生活に適応し快適に過ごすことが、胎内の子育てを楽しむことにつながる。そのキーワードに、妊婦が自己の身体内部の感覚を統合し、現象に適応できる力を高めることがある。そこで身体感覚活性化を試みるマザークラスを企画し、それに参加した妊婦 81 名を対象に助産師の直観から作製した妊婦の身体感覚尺度をもとに質問紙調査を行ない、その前後の変化を検討した。その結果以下のことが明らかになった。

1) 身体感覚構成要因として 4 因子が抽出された。身体感覚項目では第 1 因子「活動性」第 2 因子「寛容性」、非身体感覚項目では第 1 因子「神経質・依存」第 2 因子「思考・規範優先」であり、いずれも信頼性が確認された。

2) 身体感覚項目の「活動性」および「寛容性」の得点はクラス参加後上昇、非身体感覚項目の「思考・規範優先」は参加後減少し、いずれも有意差を認めた。気質を表す「神経質・依存」項目には変化を認めなかった。

3) 妊娠歴、年齢、職業の有無による参加前後の有意差は認められなかった。

以上、マザークラスにおける身体感覚活性化の試みにより妊婦の身体感覚に変化がみられ、その効果が認められた。

キーワード：妊婦、身体感覚活性、マザークラス、助産師の直観、効果測定

1. 緒 言

安心できる子育て、子どもの健やかな成長は誰もが望むところである。しかし現実には青少年犯罪や育児不安を抱える母親の増加等、親になることの困難さや不適応が露呈し問題視されている。一方満足し豊かな出産をした女性は、育児もスムーズで自信を持ち、家族にも大きな自律的関わりができるという報告がある¹⁾²⁾。

従来の母親学級は、妊婦に知識や技術を与えるこ

とに主眼が置かれていた³⁾。その結果妊婦は自分のからだの感覚よりも、与えられる情報から妊娠・出産の営みを知る。メディカルモデルでは、妊婦は異常に移行しないよう管理される者とみなされる。そこには妊婦に本来備わっている力への信頼はない⁴⁾⁵⁾。しかし古代ギリシャの哲学者ソクラテスは「本当の知はその人の中にある」とし、産婆をしていた母親から学んだ対話術を「助産術」と名付けた⁶⁾⁷⁾。また Leap, N⁸⁾や Kitzinger, S⁹⁾らは、妊婦には選べる力があり、それを尊重し、妊婦の産む能力を最大限に発揮できるようサポートすることが重要であると述べている。

筆者らは妊娠・出産・育児の適応において、その

¹⁾北里大学大学院看護学研究科博士後期課程

²⁾北里大学看護学部

知は妊産婦自身にあり、その潜在能力を引き出すためには身体内部の声を聴くことが重要であると考えられる。したがって情報に意思決定を委ねる教室型でなく、感覚を刺激することで身体内部感覚の活性化を行い、自らの感覚で自己決定を促すマザークラスを毎年開催している。その測定には助産師の直観に基づく妊婦の「身体感覚尺度」を作製して使用し¹⁰⁾、それを用いてさまざまな角度からクラスのあり方を検討してきた^{7)10)~13)}。今回はこの尺度の構成要因を明らかにし、クラスの前後の変化を見ることで身体感覚活性化による効果を判定した。

II. 研究方法

1. 用語の操作的定義

本研究では次のように用語を用いた。

1) 助産師の直観

助産師の実践を基盤にしたもので、妊産婦や妊娠・出産の現象を判断・推理などの思惟作用を加えずに直接的にとらえる認識作用・能力をいう。

2) 妊産婦の身体感覚

妊娠・出産・育児という一連の現象を身体内部の感覚の統合としてとらえ、形成される意識の体験。身体感覚は身体の内面と向かい合うことで統合される。

2. 対象

1996年～2001年に行われたマザークラスに参加し、研究の承諾を得られた妊婦86名のうち、質問紙の回答に漏れがなく回収できた81名である。

3. 測定方法

質問紙による調査である。マザークラス開始前に質問紙を郵送し第1回目のクラスで回収、妊娠中5回目のマザークラス終了後に同じ内容の質問紙を配布し郵送で回収した。回収率は98.8%であった。内容は妊婦の属性と身体感覚尺度に答えるものである。①マザークラス参加前②参加後「あなたの気持ちを答えてください」と質問し「その通り(5点)～ちがう(1点)」のリッカート方式による5件法で回答

表1. 身体感覚尺度

身体感覚項目
2) あまり考えなくても物事の本質を見抜ける方だ。
4) 夫婦の間がうまくいっていると思う。
6) 日頃から自分の体の調子に敏感だ。
8) 歌や踊り、絵や小説等が好きである。
10) 元気でいきいきしている方だ。
12) 陽気で明朗な方だ。
14) 体を動かすことがとても好きだ。
16) 家の中が散らかっていてもあまり気にならない。
18) 物事に対してゆっくと構える方だ。
20) 他人の意見を受け入れようという姿勢を持っている。
22) 嫌なことの中に、大切な意味が含まれていると思う。
24) 困難にぶつかっても何とかかなと思う。
26) 自分の気持ちに正直な方だ。
28) 自分のことを他人に話すのが好きだ。
非身体感覚項目
1) 家の中はいつもきちんと片付いている。
3) 外出をするのは好きではない。
5) 親や夫の意見に影響を受けやすい。
7) 些細なことまで気にかかる方だ。
9) いつも誰かに頼りやすい。
11) 他人の行動や意見に対し自分から意見することが多い。
13) 夫と性について話題にすることに戸惑いを感じる。
15) 自分の欠点を指摘されるのはとても不愉快だ。
17) 他人の言うことには必ず裏があると思う。
19) 物事に対し、まず悪い結果を予測する。
21) 物事を筋道立てて考える方だ。
23) 自分の考えをなかなか変えられない。
25) 他人と打ち解けて話ができるまでに時間がかかる。
27) 体力がない方だと思う。

を得た(表1)。

4. 身体感覚活性化マザークラスの実践

妊娠初期から後期に5回、同窓会1回(出産後3ヶ月)の計6回を1クールに、1年に一度マザークラスを開催した。対象は、正常経過の妊婦をA市の市報等で募集し171名の応募の中から無作為抽出した妊婦90名である。妊娠中の内容は下記のごとくで、毎回、身体感覚活性化の実践を盛り込む。講義で知識を与えることはせず、基本は自らの身体で感じ対話することである。

1) 感覚器への働きかけ

食事、ダンス(骨盤ダンス・ヨガ)、アロマセラピー(マッサージ・芳香)、音楽、ブリージング(自分の呼吸を通して行なうヒーリング)¹⁴⁾

2) 対話

- ・妊娠出産における想いの交換
- ・身体で感じたこと(食べる・体を動かす・呼

吸・タッチ・赤ちゃんとのコミュニケーション、育児)

・自己決定(妊娠・出産・育児)

3) ドウーラ(Doula)の役割

Kraus, Mらは、ドウーラを「支援的同伴者」¹⁵⁾「献身的で継続的な支援をする経験豊富な女性」¹⁶⁾と定義している。このマザークラスにおいては各グループにドウーラ1名が参加する。ドウーラは妊婦の産む能力に着目し、その能力を最大限に生かせるよう不必要な指導や命令・助言を一切行わず、女性の傍らにいて共感・受容・支援する女性の養護者であり、小グループにおける身体感覚活性化の中心的役割を担う。ドウーラには、クライアントとカウンセラーの役割、治療する人・される人の関係をつくらず対等性、共同性を追究するコウ・カウンセリング(Co-counseling)¹⁷⁾セミナーを受け、身体感覚の概念を理解している者を選定した。

5. 統計的解析

統計処理にはSPSS Version 11.0を用いて、基本統計量の算出、因子分析、対応のあるt検定を行ない、マザークラス参加前後の変化を検討した。

6. 倫理的配慮

対象者にはマザークラス開始前に文書で協力を依頼し研究参加の承諾を得た。内容は自由意志による調査協力であり協力の有無により不利益を受けない、同意を得た後でもいつでも中断できる、研究以外に回答結果を利用しないこと、プライバシーの保護である。またクラス開始時に再度口頭で説明し承諾を得た。

III. 結 果

1. 対象者の属性

対象者の内訳は初産婦50名(61.7%)経産婦31名(38.3%)で、平均年齢は 31.4 ± 5.1 歳である。有職者31名、無職者50名であった。

2. 身体感覚尺度の構成要因の検討

妊婦81名を対象に28項目の尺度に対する回答

をもとに、身体感覚尺度の構成要因を検討した。

1) 各項目間の相関関係

項目間の相関係数が0.7以上であったものは28項目中2項目で、高いものを削除した。

2) 因子構造の検討(表2)

27項目の基礎統計量から、平均値に極端な偏りがある項目(2以下および3.9以上)の項目3項目を削除した。残りの24項目中、身体感覚11項目および非身体感覚13項目のおのおのについて因子分析(最尤法)を行なった。分析の結果、因子数の決定については固有値の差および因子の解釈可能性を考慮して、共に2因子を採択した。その後プロマックス回転をかけ、因子負荷量が0.4に満たない項目と0.4以上の因子負荷量が両因子に現れる項目、ならびに共通性が低い項目を削除した。

身体感覚項目の第1因子は活発、身体の活動に関連する因子であると解釈し「活動性」(3項目)とした。第2因子は気持の持ち方に関連する因子で、「寛容性」(2項目)とした。各因子のCronbachの α 係数は、活動性 $\alpha=0.73$ 、寛容性 $\alpha=0.63$ であった。また非身体感覚項目の第1因子は気質に関連する因子であると解釈し「神経質・依存」(4項目)とした。第2因子は思考・規律に関連する因子で、「思考・規範優先」(4項目)とした。各因子のCronbachの α 係数は、神経質・依存 $\alpha=0.67$ 、思考・規範優先 $\alpha=0.47$ であった。なお項目数が少ないため、Cronbachの α 係数0.4以上で信頼性をみた。その結果身体感覚項目の第1因子、第2因子および非身体感覚項目の第1因子、第2因子共に下位尺度項目の内的整合性による信頼性がほぼ確認された。

3. マザークラス参加前後による身体感覚の変化

因子分析で得られた4因子について、おのおのの評定値を加算した合計平均得点を算出し、マザークラス開始前とマザークラス5回目終了後の身体感覚得点の変化を見た。

1) 身体感覚項目の参加前後による変化

「活動性」は参加前 2.6 ± 0.6 から参加後 3.9 ± 0.8 と得点は上昇し、t検定の結果有意差を認めた

表2. 身体感覚尺度因子分析結果

(N=81)

項目	項目	因子負荷量		
		因子 I	因子 II	共通性
身体感覚項目	[活動性] (α = 0.73)			
	12 陽気で明朗な方だ.	0.925	- 0.137	0.615
	10 元気でいきいきしている方だ.	0.857	- 0.043	0.62
	14 体を動かすことがとても好きだ.	0.421	0.047	0.23
	[寛容性] (α = 0.63)			
	20 他人の意見を受け入れようとする姿勢を持っている.	0.222	0.741	0.41
	22 嫌なことの中に大切な意味が含まれていると思う.	0.032	0.577	0.308
	固有値	2.546	1.598	
	寄与率	23.15	14.53	
	非身体感覚項目	[神経質・依存] (α = 0.67)		
7 些細なことにまで気にかかる方だ.		0.628	- 0.071	0.353
9 いつも誰かに頼りやすい.		0.603	0.075	0.41
5 親や夫の意見に影響を受けやすい.		0.596	- 0.231	0.296
19 物事に対し、まず悪い結果を予測する.		0.584	0.068	0.334
[思考・規範優先] (α = 0.47)				
25 他人と打ち解けて話ができるまでに時間がかかる.		0.265	0.684	0.485
1 家の中はいつもきちんとして片付いている.		0.276	0.511	0.284
21 物事を筋道立てて考える方だ.		- 0.057	0.429	0.265
11 他人の行動や意見に対し自分から意見することが多い.		- 0.015	0.401	0.326
固有値	2.834	1.854		
寄与率	21.8	14.26		

注 項目 No. は原質問紙のもの

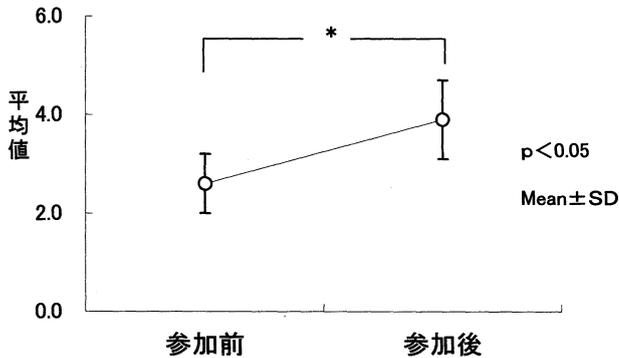


図1. マザークラス参加前後の得点変化 (活動性)

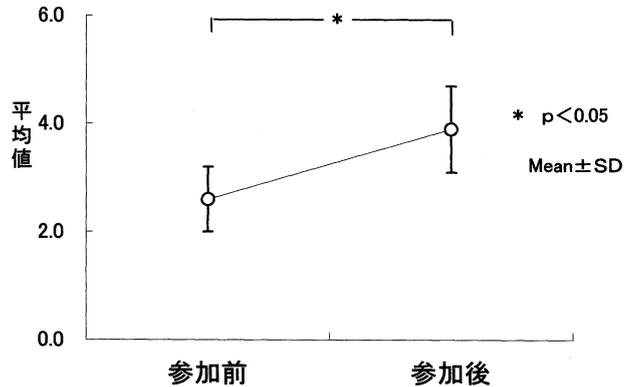


図2. マザークラス参加前後の得点変化 (寛容性)

($t=2.2, p<0.05$) (図1). 「寛容性」は 3.3 ± 0.9 から 3.9 ± 0.8 に上昇し、同じく有意差を認めた ($t=4.1, p<0.05$) (図2).

2) 非身体感覚項目の参加前後による変化

参加前「神経質・依存」は 3.1 ± 0.8 , 参加後 2.9 ± 0.6 と得点はほとんど変わらず、有意差は認められなかった ($t=0.9, p>0.05$) (図3).

参加前「思考・規範優先」は 3.8 ± 0.6 , 参加後 3.1 ± 0.4 と下降し、有意差を認めた ($t=8.7, p<0.05$) (図4).

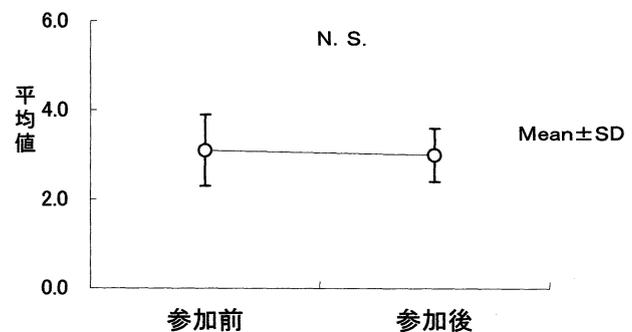


図3. マザークラス参加前後の得点変化 (神経質・依存)

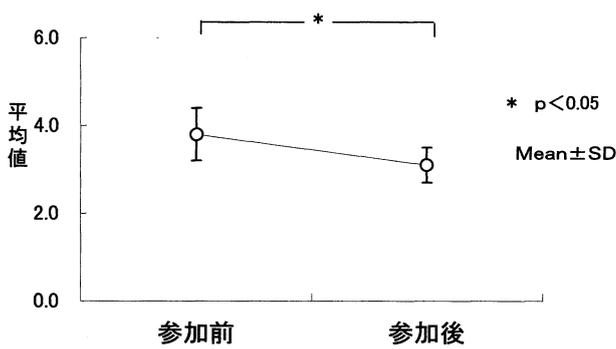


図4. マザークラス参加前後の得点変化 (思考・規範優先)

3) 妊娠歴および年齢, 職業の有無による参加前後の有意な変化は認められなかった。

IV. 考 察

1. 身体感覚の構成要因

助産ケアは, 妊婦は本来産む力, 選びとる力を持つという Midwifery Model⁽⁴⁾⁽⁵⁾の前提において成り立つ。Davis-Floyd, R⁽¹⁸⁾は, 助産師の自宅分娩でのケアの意思決定と行動には, 科学的知識と共に実践体験から得た深い身体・霊的な観方としての「直観」が大きく影響していたと述べている。筆者らの身体感覚尺度作製においても, その基盤には自律した助産実践への信頼が存在する。

今回身体感覚尺度から構成要因として4つが抽出された。身体感覚項目では活動に関連する「活動性」と気持の持ち方の柔軟性を示す「寛容性」、また非身体項目では気質に関連する「神経質・依存」、考えや規律を重視する「思考・規範優先」である。助産師は, 身体感覚タイプを活発, 陽気で柔軟な思考ができる妊婦で, 妊娠・出産における自己の身体の変化を感じとり, その変化に順応し自分の想いを自然に表出できる女性とみていることが明らかになった。反対に非身体感覚タイプは神経質で依存的, 論理的で規範を重んじる妊婦ととらえている。すなわち妊娠・出産を, 与えられた知識や考えで対処する傾向があり, 思い通りにいかなかったり知識の範囲を越えると対応が困難になりやすい自己開示しにくい妊

婦である。これはあくまでも助産師からの観方である。

2. マザークラス後の妊婦の身体感覚の変化

筆者らは, 妊婦は胎児を胎内に保有することで, 元来持つ身体感覚がさらに洗練されるとの仮説を持つ。しかし現代の妊婦が自らの身体感覚を感じ表現しているとは言い難い。日常生活において身体知が伝承されていない状況で, 妊娠中にいきなり感じることを要求されても無理がある。それを感じ表現できるようにするためには, ある種の刺激や訓練が必要である。妊婦の身体感覚活性化の試みでは, 身体を感じるメニューとして, 食, アロマセラピー, 音楽, ダンス, プリージングを, さらに感覚を統合するために会話を取り入れた。

身体感覚活性化は妊婦にとって心地よいものがよい。リラクゼーションにより身体がゆるむ感覚が, 心地よい認識(内部感覚の統合)を生むからである⁽¹⁹⁾⁽²⁰⁾。たとえば身体を動かすことの心地よさを身体で感じた妊婦は毎日2~3時間自主的に歩くようになり, 食の心地よさを知れば自然に食を整えるようになる。妊婦に好評のアロマセラピーは初年度から毎年取り入れている実践方法である。筆者は, 寡黙と思われた妊婦がアロママッサージを受けるうちとろけるような表情になり, その後自己が開示され, 思うことを素直に話すことができるようになった場面に何度も遭遇した。身体が解放されると, 快の感覚を言語, 非言語上に表出する。心地よさは, ホルモン分泌を伴う生理的な経過が好転するだけでなく, 大脳皮質で処理される情報も心地よいものに導かれる。その結果, 頭で考えることより自分の内部にある感覚を自然に信じていることができる。また自分で主体的に決めたことも心地よさにつながっていく⁽⁷⁾。このような体験は動的に生成され続ける身体にとっての現れであり意味でもある。これを個々に固定・埋没させるのではなく, 開示する方法に一種の共同作業である会話がある。自由な会話を通して, 妊婦同士やドゥーラの間で共通の場(心地よい空間)が形成され, 1つの織物が織り上がるかのように経験が生み出され

引き出されていく。「活動性」「寛容性」の上昇と「思考・規範優先」の下降は、上記の快への徹底的な刺激と会話によるものと考えられる。身体感覚活性化のアプローチは「神経質・依存傾向」には変化を認めなかった。しかし妊婦が本来持っている気質に変化をもたらさなかったことは、むしろ妥当な結果と言える。

以上より身体感覚活性化を試みたマザークラスは、身体感覚を高めるために有効であった。妊娠の経過も身体感覚の変化に影響を及ぼすと考えられたが、今回妊娠歴による変化の差が認められなかったことからマザークラスの効果と考える。

3. 妊婦の身体感覚を基盤にする意義

日本人はもともと自分の内側を観たり身体の使い方を高め、すぐれた身体文化を持っていたと言われている²¹⁾²²⁾。身体の観方、使い方を知ることは、文化の成り立ちや真髓を再発見することにつながる。しかし残念ながら現代において身体における知恵はほとんど継承されていない。したがって今日、大脳辺縁系の働きを意味するこの概念²³⁾を認識することは意義深いと考えられる。

Markus, M²⁴⁾は、メディカルモデルが女性の出産の知恵を奪った歴史を述べ、女性は本来出産に関する本能的知識を持つ。それが活かされる出産体験はさらにパワフルなものになるが、女性の声を具体化することはまれであると述べている。妊娠・出産・育児という一連の現象は、家族の誕生を意味し、家族の愛と成長において極めて重要なポイントとなる。女性は妊娠中、夫婦や家族、子どもとの関係、生活状況や考え方、価値の歴史を投影する。したがって女性が妊娠中に受けたケアは、家族関係の軌道を決定付ける大きな要素となる。より個別的で感受性のあるケアを提供するシステムが早急に必要である。個々の身体の経験を基盤にした新しいケアモデルは、女性の産む力を最大限に引き出すことができる²⁵⁾²⁶⁾。今回の研究はそのモデル開発への端緒を拓くものである。

V. 本研究の限界と課題

本研究は個々の妊婦の語りを聴き、対話に力を注いでいるため、マザークラスの参加人数を最小限に抑えている。そのため対象の数が少ない。またマザークラスのメニューそれぞれの効果の詳細は今回明らかにできていない。それゆえ身体感覚と身体感覚活性化の関連の一般化には限界がある。尺度は助産師の直観をもとに作成したが、妊婦の身体感覚を正確に測定できているかは疑問が残る。質問文の表現的確さ、項目数の増加など検討の余地がある。今後「身体感覚」概念の精緻が必要であり、そのためには個々の妊婦の内面の変化を聴くことが重要となる。

VI. 結 論

「身体感覚」を活性化するマザークラスを試み、参加前後の比較をした。その結果、尺度の構成要因として「活動性」「寛容性」「神経質・依存」「思考・規範優先」が抽出された。参加後は「活動性」「寛容性」「思考・規範優先」の得点に変化し、身体感覚活性化の効果が認められた。いのちの始まりである妊娠中、自己の身体感覚を活性化させることで、女性は妊娠に適応し、その後の出産や育児への取り組みも変化する。

〔受付 '03.10.17〕
〔採用 '04.3.13〕

文 献

- 1) 阿部真理子編著：産む側 2200 人が語るお産ってなんだろう、「ぐるーぷ・きりん」のアンケート報告，東京，1999
- 2) 三砂ちづる：21 世紀を生きる助産婦へ—原身体経験の最後の砦の守り手として，助産婦雑誌，54 (12)：1049—1054,2000
- 3) 吉田 享：健康教育の潮流その過程・現在・未来，保健婦雑誌，51 (12)：931—936,1995
- 4) 佐藤香代：助産婦は正常産の専門家，助産婦雑誌，54 (12)：27—33,2000

- 5) Davis-Floyd, R. & St. John, G.: From Doctor to Healer, Rutgers University Press, USA, 1998
- 6) 山崎正一, 田島節夫: 新版現代哲学入門, 240, 有斐閣双書, 東京, 2003
- 7) 佐藤香代, 浅野美智留, 三根有紀子: 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第1報—助産術(助産のArt)を前提に置く意義—, 九州看護福祉大学紀要, 4(1): 59—67, 2002
- 8) Leap, N.: The Less We Do, The More We Give, Proceedings of the International Confederation of Midwives 22nd International Congress, 1990
- 9) Kitzinger, S. Ed: THE MIDWIFE CHALLENGE. Pandora Press, London, 1988
- 10) 鮫島雅子, 佐藤香代, 長谷川真弓, 他: 妊婦における「体感」尺度作成の試み—判別分析を用いての検討—, 鹿児島純心女子大学看護学部紀要, 4: 43—53, 1999
- 11) 鮫島雅子, 佐藤香代, 浅野美智留, 他: 「体感」活性化を目的とする母親学級の評価および出産経験に伴う「体感」度の変化—「体感」尺度を用いての検討—, 鹿児島純心女子大学看護学部紀要, 6: 17—28, 2000
- 12) 浅野美智留, 佐藤香代, 三根有紀子: 「体感」活性化マザークラスの実践とその根拠・第2報—「体感」と「体感」活性化の裏付け—九州看護福祉大学紀要, 4(1): 69—76, 2002
- 13) 大牟田智子, 佐藤香代: 「体感」活性・女性のEmpowermentを促す教育「世にも珍しいマザークラス」, ペリネイタルケア, 21(7): 563—567, 2002
- 14) Sky, M. (高橋裕子訳): ブリージングセラピー, VOICE, 東京, 1993
- 15) Kraus, M. & Kennel, J. (竹内 徹, 他訳): 親と子のきずな, 医学書院, 東京, 1985
- 16) Kraus, M., Kennel, J., et al. (竹内 徹, 他訳): マザリング・ザ・マザー, メディカ出版, 東京, 1996
- 17) 安積遊歩(編): 基礎クラスのための初級マニュアル, 日本RCコミュニティ, 東京, 1995
- 18) Davis-Floyd, R. & Davis, E.: Intuition as authoritative knowledge in midwifery and homebirth, Medical Anthropology Quarterly, 10(2): 237—269, 1996
- 19) 高橋真理: イメージ法と自律訓練法の妊婦に対するリラクゼーション効果の比較, 母性衛生, 40(4): 522—526, 1999
- 20) 佐々木雄二: 弛緩法, 分娩準備教育講座, 新版妊産婦体操の理論と実際, 133—158, 母子健康センター連合会, 東京, 1987
- 21) 斉藤 孝: 身体感覚を取り戻す, NHK ブックス, 東京, 2000
- 22) 佐藤香代: 日本助産婦史研究—その意義と課題, 東銀座出版社, 東京, 1997
- 23) 神庭重信: こころと体の対話, 精神免疫学の世界, 文芸春秋, 東京, 2000
- 24) Markus, M.: Women have the innate knowledge and wisdom to birth, Australian College of Midwives Incorporated Journal, 10(1): 5—14, 1997
- 25) Sato, K.: The Effects on the Gender-Discriminatory of Nature of the Japanese Medical System on the Relationship among Women, Midwives and Obstetricians, 26, ICM Proceedings, 2002
- 26) 佐藤香代: 医療の改革を目指して—女性が命と関わる場から期待・要求すること: 第26回日本医学会総会誌, [1]: 349, 2003

Measurement of the effects of the enhancement of body sensation in maternity classes :
For supporting better families in the future

Kayo Sato¹⁾, Mari Takahashi²⁾

¹⁾Graduate School of Nursing, Kitasato University

²⁾School of Nursing, Kitasato University

Key words : maternity women, enhancement of body sensation, maternity class, measurement of the effects, midwives' intuition

The formation of a happy family begins before childbirth. Women who adapt to their pregnancy life and spend it comfortably can enjoy care of the child in the uterus. For such a pregnancy, it may be important for pregnant women to integrate the internal sensation of their own body and enhance the ability to adapt to phenomena. Therefore, we produced a scale for the measurement of the body sensation of pregnant women based on the intuition of midwives. In addition, maternity classes were held to enhance body sensation using this scale, and their effects were evaluated.

A questionnaire survey was carried out in 81 pregnant women who attended maternity classes for the enhancement of body sensation between 1996 and 2001, and replies were obtained.

1) Factor analysis revealed the following 4 factors that constitute body sensation among the items of the scale : "activity" and "tolerance" as body sensation items, and "nervousness/dependence" and "thought/priority on standard" as non-body sensation items. The reliability of each factor was confirmed.

2) The scores for "activity" and "tolerance" as body sensation items significantly increased after attendance to maternity classes. "Thought/priority on standard" as a non-body sensation item significantly decreased after attendance to maternity class, but no change was observed in "nervousness/dependence" that represents temperament.

3) No significant difference was observed in changes after attendance among parity, age and employment.

These results show the effects of the enhancement of body sensation of pregnant women in maternity classes.
