

育児期女性の日常生活における時間の使い方・育児支援活用と 育児ストレスの関係

飯田直美* 荻野哲也**

要旨 母親の育児ストレスを軽減するのに有効な支援を明らかにする目的で、1歳6か月児を養育する母親を対象として質問紙調査を行い、日常生活における時間の使い方、及び親族や社会からの育児支援の活用頻度と満足度が育児ストレスに与える影響について検討した。育児ストレス尺度には日本語版 Parenting Stress Index Short Form を用いた。有効回答数（有効回答率）は107（30.9%）で、育児ストレス得点と有意な正の相関を示す項目は経済的不安、病児保育の活用頻度などで、有意な負の相関を示す項目は実母からの支援の満足度、実父からの支援の満足度などであった。育児期女性の育児ストレスを軽減するためには子育て支援の確保とともに、経済的負担軽減の重要性が示唆された。

キーワード：育児期女性、育児ストレス、生活時間の使い方、育児支援

I はじめに

日本では育児期男性の育児・家事時間は諸外国と比較しても少なく、妻の就労の有無に関わらず、家事においては約8割、育児においては約7割の夫が行っていないと報告されており¹⁾、核家族世帯が多い状況において、育児期女性の家事・育児負担感は大きい。また近年、高学歴化と社会進出が進み、個々の女性の価値観は変化し、仕事を通じた自己実現や、趣味や娯楽を優先する傾向が高まっており、育児中であっても母親として以外の側面を大切にすることが重要²⁾であり、「自分の時間」³⁾「1人の時間」⁴⁾といった母親役割以外の役割を果たす時間が得られないことで、育児ストレスの要因となることが報告されている。その背景として、働き方や子育て支援等、社会基盤は従来と変化がなく、職場や家庭、地域では、男女の固定的な役割分担が残存している現状に加えて、子どもが3歳になるころまでは母親がそばにいて育てることが重要という「3歳児神話」や、母親となった女性は子どもの養育に専念することが子どもにとって最善であるという「母親神話」

が母親をますます追い詰め、育児ストレスを感じやすい状況にある⁵⁾ことが考えられる。

育児期女性の育児ストレスを軽減するためには、身近なソーシャルサポートにより、行動的、情緒的に母親の自己効力感を高めることが効果的⁶⁾であることが明らかにされている。子ども・子育てビジョン（平成22年）において多様な家族形態や親の就労の有無に関わらず、すべての子どもの育ちと子育てを切れ目なく包括的に支えるため、社会全体で子育て支援することを提唱している。その政策柱の1つとして、妊娠、出産、子育ての希望が実現できる社会を目指しており⁷⁾、助産又は妊婦、褥婦もしくは新生児の保健指導を行うことを業とする助産師における子育て支援の役割は大きいといえる。しかし褥婦とは産褥期間中の女性をいい、産褥期間は一般的に胎盤娩出直後から6～8週間、助産学領域では6～12か月⁸⁾ととらえられており、産後1年以降の育児期女性に対し、助産師による子育て支援について先行研究の報告は少ない。今後、助産師は女性の生涯にわたるトータルヘルスケアの視点を重視し

* 関西福祉大学看護学部

** 岡山県立大学保健福祉学部

〒678-0255 兵庫県赤穂市新田380-3

〒719-1197 岡山県総社市窪木111

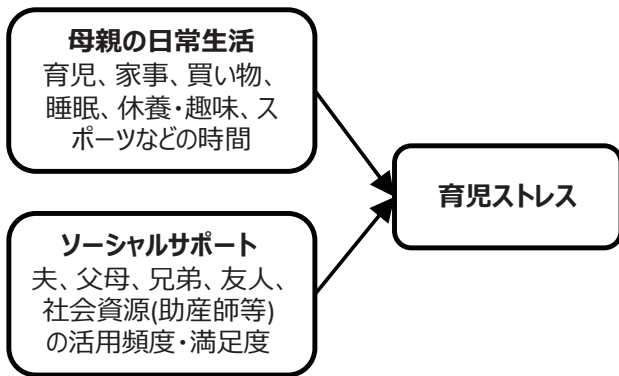


図 本研究における母親の育児ストレスの概念図

た活動を積極的に推し進める必要がある⁸⁾といわれており、切れ目のない子育て支援を行う上で、特に育児期の中でも育児ストレスについて報告されている1歳6か月児^{9),10)}を養育する母親への支援について調査していく必要があるといえる。

そこで本研究は、1歳6か月児を養育する母親を対象に、日常生活における時間の使い方、子育て支援活用状況、および育児ストレスの関連について明らかにし、育児期女性の育児ストレスを軽減する為、助産師の子育て支援への示唆を得る事を目的とする。

II 研究方法

1. 用語の操作上の定義と研究枠組み

育児ストレスとは、佐藤ら¹¹⁾がLazarusらの心理学的ストレスの概念を用いて定義した、「子どもや育児に関する出来事や状況などが、母親によって脅威であると知覚されることやその結果母親が経験する困難な状態」とする。また、ソーシャルサポートとは、Houseの定義から「感情的関わり、情理的援助、手段的援助、評価的援助のうち1つあるいは2つ以上を含む個人間の相互交渉」とする¹²⁾。本研究の枠組みは、Lazarusらの認知的評価モデル¹³⁾に基づいて作成した(図)。本研究では母親の育児ストレス要因となり得る日常生活環境において、母親個人の生活時間とソーシャルサポートの活用状況・満足度に焦点を当て、どのような状況が母親の評価によって育児ストレスと捉えられるか評価した。

2. 調査方法

A県内4市の調査協力の同意を得て、1歳6か月児健康診査に来た母親を対象として、個別指導の待ち時間に、調査の目的と方法について文章と口頭

て説明し、同意の得られた母親へ依頼書、無記名自記式質問紙、料金受取人払い封筒を手渡し、自宅にて記入後に返送するよう依頼した。調査は平成29年7月～平成29年10月に行った。

調査内容は、基本属性(年齢、家族構成、最終学歴、就業形態)、社会制度の利用、勤務時間、経済不安の程度(全くない(1)～かなりある(5)の5件法)、育児ストレス尺度、平日と休日の日常生活における時間の使い方、活用している子育て支援とその満足度である。

3. 就業者における社会制度の利用状況

育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律(以下育児・介護休業法)と労働基準法に定められている制度(育児休業、短時間勤務制度、所定外労働の制限、時間外労働の制限、深夜業の免除、看護休暇、産前産後休業、育児時間)の利用状況を、就業している夫と対象者のそれぞれにたずねた。

4. 育児ストレス尺度

母親の育児ストレス尺度は、育児ストレスインデックスショートフォーム(日本語版PSI-SF、以下PSI-SF)を用いた。これは子どもと親の両方の側面から育児ストレスをアセスメントできるツールで、得点が高いほどストレスが高いことを意味する¹⁴⁾。

5. 母親の日常生活における時間の使い方

平日と休日の日常生活における時間の使い方を調査するため、1日24時間を1つの円グラフに表し、時計回りに時間を配置した。平成23年社会生活基本調査(総務省)¹⁾における生活時間の20項目①睡眠、②身の回りの用事、③食事、④通勤・通学(以下通勤等)、⑤仕事、⑥学業、⑦家事、⑧介護・看護(以下介護等)、⑨育児、⑩買い物、⑪移動(通勤・通学を除く)、⑫テレビ・ラジオ・新聞・雑誌(以下テレビ等)、⑬休養・くつろぎ(以下休養等)、⑭学習・自己啓発・訓練(学業以外:以下学習等)、⑮趣味・娯楽(以下趣味等)、⑯スポーツ、⑰ボランティア・社会参加活動(以下ボランティア等)、⑱交際・付き合い(以下交際等)、⑲受診・療養(以下受診等)、⑳その他を記入するように作成した。1つの時間帯に複数の項目を区別なく行っている場合は、そのすべてを記入してもらい、解析の際にはその時間を項目数で割った時間を各項目に加算した。

6. 育児支援の活用頻度と満足度

ソーシャルサポートである育児支援における調査項目は、先行研究^{6), 8)}、調査協力の同意を得た市の育児支援、厚生労働省の育児支援における事例¹⁵⁾を参照し、①夫(パートナー)、②実母、③実父、④義母、⑤義父、⑥きょうだい、⑦友だち、⑧保育所、⑨一時預かり・託児所、⑩病児保育、⑪夜間保育、⑫宿泊による一時預かり、⑬地域子育て支援・子育てサークル、⑭ヘルパー、⑮子どもの送迎サービス、⑯行政の育児相談、⑰産院等による助産師の育児相談、⑱助産師等の家庭訪問による育児サポート、⑲助産師の電話訪問・電話相談、⑳小児救急医療電話相談の20項目について、過去1か月における活用頻度を1:「月1回未満」、2:「月1回～週1回」、3:「週2・3回」、4:「週4・5回」、5:「週6回～毎日」の5段階、満足度について1:「とても不満」、2:「やや不満」、3:「やや満足」、4:「とても満足」の4段階で作成した。

7. 分析方法

PSI-SFの尺度における信頼性については、Cronbachの α 係数を用いた。内的整合性を確認した後、親側面ストレス尺度、子ども側面ストレス尺度、育児ストレス尺度総点の得点と対象者の属性・日常生活の時間の使い方・育児支援の活用状況との関連をスピアマン順位相関分析で2変量解析を行った。リッカートスケールは間隔尺度とみなして分析を行った。育児ストレス得点の中央値で「ストレス低群」「ストレス高群」の2群に分類したものを従属変数とし、対象者の属性・日常生活の時間の使い

方・育児支援の活用頻度および満足度を独立変数として、多重ロジスティック回帰分析を行った。この際独立変数を絞り込む目的で、2変量解析で有意水準 $p<0.20$ である変数を選択した。データ分析には、統計分析ソフトSPSS ver.25を使用した。

8. 倫理的配慮

対象者に文章と口頭にて、調査協力については自由意思であり、拒否により不利益を被ることはないこと、本調査結果は目的以外に使用しないこと、質問紙は無記名で実施し個人が特定されないこと等について説明し、同意が得られた方に質問紙を配布した。また、本研究は岡山県立大学倫理審査の承認(受付番号:17-04)を受けて実施した。

III 結果

1. 対象者の背景

A県の4市の1歳6か月健診に訪れた母親346名に質問紙を配布し、郵送にて110部回収(31.8%)され、うち有効回答数は107部(有効回答率30.9%)であった。対象者の年齢は 33.5 ± 4.9 歳(平均 \pm SD)(範囲22-44)で、背景を表1に示す。

対象者のうち就業者の育児・介護休業法、労働基準法における社会制度の利用者は45名(70.3%)であり、育児休業44名(68.8%)、産前産後休暇44名(68.8%)、短時間勤務制度18名(28.1%)、看護休暇11名(17.2%)、深夜業免除6名(9.4%)、育児時間3名(4.7%)、時間外労働免除1名(1.6%)、所定外労働免除1名(1.6%)であった。夫の就業者は105名(ひとり親2名は無回答)で、社会制度の利用者は7名(6.7%)であり、看護休暇4名(3.8%)、育児休業2名(1.9%)、時間外労働の制限1名(1.0%)、深夜業の免除1名(1.0%)であった。

2. PSI-SF尺度における信頼性係数

PSI-SFの信頼性係数Cronbach's α は、総点(19項目)では0.806、親の側面(10項目)では0.792、子どもの側面(9項目)では0.698で、おおむね高い内的整合性が確認できた。

3. 日常生活の時間の使い方

平日と休日の日常生活時間の使い方について、Wilcoxonの符号付き順位検定を用いて分析を行った(表2)。平成23年国民生活基本調査の定義のもと、生理的に必要な睡眠、身の回りの用事、食事の3項目を一次活動、社会生活を営む上で義務的な性格の強い通勤等、仕事、学業、家事、介護等、育

表1. 対象者の背景

		人数	%
家族形態	核家族	83	77.6
	拡大家族	24	22.4
同居子どもの人数	1人	37	34.6
	2人以上	70	65.4
最終学歴	大学卒業有り	45	42.1
	大学卒業無し	62	57.9
就業	有り	64	59.4
	無し	43	40.6
経済的不安	まったくない	3	2.8
	あまりない	29	27.1
	どちらともいえない	19	17.8
	多少ある	34	31.8
	かなりある	22	20.6

表2. 平日と休日の日常生活の時間の使い方

	平日 (分) 平均 ± SD	休日 (分) 平均 ± SD	p値
1 睡眠	424.8 ± 77.9	456.8 ± 79.7	***
2 身の回りの用事	99.0 ± 62.7	102.2 ± 70.5	
3 食事	97.5 ± 50.6	115.5 ± 46.3	***
一次活動 (1-3)	621.4 ± 105.8	673.5 ± 120.6	***
4 通勤等	34.1 ± 45.9	0.0 ± 0.0	***
5 仕事	246.7 ± 238.7	0.0 ± 0.0	***
6 学業	0.0 ± 0.0	0.8 ± 8.7	
7 家事	197.3 ± 111.1	211.6 ± 107.0	*
8 介護等	0.0 ± 0.0	0.0 ± 0.0	
9 育児	203.4 ± 128.9	286.4 ± 104.3	***
10 買い物	27.2 ± 42.1	63.4 ± 45.7	***
二次活動 (4-10)	705.1 ± 140.9	559.6 ± 148.8	***
11 移動	7.7 ± 21.6	18.7 ± 36.9	**
12 テレビ等	39.1 ± 50.5	54.2 ± 67.0	**
13 休養等	52.8 ± 57.2	81.7 ± 67.3	***
14 学習	2.0 ± 9.3	3.3 ± 19.2	
15 趣味等	7.5 ± 26.6	26.3 ± 55.0	***
16 スポーツ	0.3 ± 2.9	1.9 ± 10.2	
17 ボランティア等	0.0 ± 0.0	0.0 ± 0.0	
18 交際等	0.8 ± 8.7	7.5 ± 35.8	
19 受診等	0.3 ± 2.9	0.2 ± 2.4	
20 その他	3.0 ± 14.7	13.2 ± 63.3	*
三次活動 (11-20)	113.5 ± 93.2	206.9 ± 149.5	***

Wilcoxonの符号付き順位検定 *p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

児、買い物の7項目を二次活動、その他各人が自由に使える時間の10項目を三次活動に分類し、分析を行った。その結果、平日の方が休日に比べて二次活動の時間が有意に長く、一次活動、三次活動は休日では有意に長かった。

4. 育児支援活用

過去1か月間における育児支援活用のうち、月1回以上活用した資源で最も多いのは夫であり、次いで実母、保育所、義母、実父、義父であった(表3)。夜間保育、宿泊による一時預かりの利用、産院等による助産師の育児相談の活用は1名のみで、ヘルパー、子どもの送迎サービス、助産師等の家庭訪問による育児サポート、助産師等の電話訪問・電話相談を活用した者は見られなかった(表3)。保育所活用は、就業者53名(82.8%)、就業なしの者4人(9.3%)で、病児保育の活用者5名は全員就業者であった。地域子育て支援・子育てサークル活用は、就業者3名、就業なしの者13名であった。

5. 育児支援活用における満足度

育児支援活用における満足度について、「とても満足」と回答した支援の項目は保育所、実母、友だちが多く、「とても不満」と回答した支援の項目は夫、実父が多くみられた。特に夫は「とても満足」と回答した者が最も少なく、「とても不満」と回答した者が最も多かった。また、育児支援活用がない項目について、無回答が多かった(表3)。

6. 育児ストレスと関連要因

育児ストレス総点の平均得点(SD)は、41.2(8.3)点(範囲:23~60)、親自身に関わるストレスの平均得点(SD)は、21.1(5.6)点(範囲:11~34)、子どもの特徴に関わるストレスの平均得点(SD)は、20.1(4.5)点(範囲:11~36)であった。これらのストレス得点と、対象者の背景、日常生活の

表3. 過去1か月間における育児支援の活用頻度と満足度

	人数(%) n=107									
	月1回未満	月1回~週1回	週2~3回	週4~5回	週6回~毎日	とても満足	やや満足	やや不満	とても不満	無回答
夫	5(4.7)	17(15.9)	36(33.6)	11(10.3)	38(35.5)	23(21.5)	49(45.8)	23(21.5)	10(9.3)	2(1.9)
実母	33(30.8)	44(41.1)	14(13.1)	3(2.8)	13(12.1)	49(45.8)	36(33.6)	10(9.4)	3(2.8)	9(8.4)
実父	52(48.6)	35(32.7)	13(12.1)	2(1.9)	5(4.7)	36(33.6)	40(37.4)	8(7.5)	5(4.7)	18(16.8)
義母	51(47.7)	29(27.1)	10(9.3)	5(4.7)	12(11.2)	37(34.6)	35(32.7)	15(14.0)	4(3.7)	16(15.0)
義父	64(59.8)	23(21.5)	7(6.5)	5(4.7)	8(7.5)	37(34.6)	32(29.9)	13(12.2)	4(3.7)	21(19.6)
きょうだい	72(67.3)	24(22.4)	3(2.8)	2(1.9)	6(5.6)	40(37.4)	39(36.5)	4(3.7)	4(3.7)	20(18.7)
友だち	72(67.3)	29(27.1)	4(3.7)	1(0.9)	1(0.9)	46(43.0)	36(33.6)	6(5.6)	2(1.9)	17(15.9)
保育所	50(46.7)	3(2.8)	0	37(34.6)	17(15.9)	51(47.7)	19(17.8)	6(5.6)	1(0.9)	30(28.0)
一時預かり・託児所	101(95.4)	4(3.7)	0	2(1.9)	0	26(24.3)	16(14.9)	9(8.4)	2(1.9)	54(50.5)
病児保育	102(95.3)	2(1.9)	2(1.9)	1(0.9)	0	32(29.9)	13(12.2)	5(4.7)	1(0.9)	56(52.3)
夜間保育	106(99.1)	1(0.9)	0	0	0	27(25.2)	13(12.2)	6(5.6)	1(0.9)	60(56.1)
宿泊による一時預かり	106(99.1)	1(0.9)	0	0	0	28(26.2)	12(11.2)	6(5.6)	1(0.9)	60(56.1)
地域子育て支援・子育てサークル	90(84.1)	14(13.1)	2(1.9)	1(0.9)	0	28(26.2)	21(19.6)	6(5.6)	1(0.9)	51(47.7)
ヘルパー	107(100)	0	0	0	0	28(26.2)	12(11.2)	7(6.5)	2(1.9)	58(54.2)
子どもの送迎サービス	107(100)	0	0	0	0	27(25.2)	13(12.2)	5(4.7)	2(1.9)	60(56.1)
行政の育児相談	101(94.4)	6(5.6)	0	0	0	28(26.2)	17(15.9)	9(8.4)	2(1.9)	51(47.7)
産院等による助産師の育児相談	106(99.1)	1(0.9)	0	0	0	26(24.3)	17(15.9)	6(5.6)	1(0.9)	57(53.3)
助産師等の家庭訪問による育児サポート	107(100)	0	0	0	0	24(22.4)	19(17.8)	4(3.7)	2(1.9)	58(54.2)
助産師等の電話訪問・電話相談	107(100)	0	0	0	0	25(23.4)	18(16.8)	4(3.7)	2(1.9)	58(54.2)
小児救急医療電話相談	105(98.1)	2(1.9)	0	0	0	26(24.3)	19(17.8)	8(7.4)	3(2.8)	51(47.7)

表4. 育児ストレス得点と関連要因間の相関

	育児ストレス 総点	親自身に 関わるスト レス得点	子どもの特徴 に関わるスト レス得点
学歴2群	-0.106	0.027	-0.300 **
経済的不安	0.426 **	0.377 **	0.310 **
平日仕事時間	0.143	0.031	0.191 *
休日交際時間	-0.195 *	-0.184	-0.185
友だち活用	-0.236 *	-0.237 *	-0.182
保育所活用	0.147	0.039	0.193 *
病児保育活用	0.209 *	0.119	0.192 *
地域子育て支援・子育て サークル活用	-0.142	-0.040	-0.235 *
夫満足度	-0.124	-0.202 *	0.125
実母満足度	-0.432 **	-0.403 **	-0.322 **
実父満足度	-0.475 **	-0.454 **	-0.330 **
義母満足度	-0.224 *	-0.215 *	-0.184
義父満足度	-0.310 **	-0.273 *	-0.223 *
きょうだい満足度	-0.317 **	-0.231 *	-0.298 **
友だち満足度	-0.294 **	-0.266 *	-0.244 *
宿泊による一時預かり満足 度	-0.252	-0.212	-0.292 *
地域子育て支援・子育て サークル満足度	-0.261	-0.186	-0.323 *
ヘルパー満足度	-0.361 *	-0.263	-0.358 *
子どもの送迎サービス満足 度	-0.303 *	-0.269	-0.285
行政の育児相談満足度	-0.277 *	-0.239	-0.222
助産師等の家庭訪問による 育児サポート満足度	-0.297 *	-0.327 *	-0.228
助産師等の電話訪問・電 話相談満足度	-0.316 *	-0.313 *	-0.280

Spearman's相関係数:**. 相関係数は1%水準で有意(両側)
*. 相関係数は5%水準で有意(両側)

時間の過ごし方、子育て支援の活用頻度・満足度における各項目との関連について、Spearmanの相関係数を計算した。その結果、いずれかのストレス得点と有意な相関が見られた項目を表4に示す。全ての育児ストレス得点と有意な正の相関が見られたのは経済的不安で、有意な負の相関が見られたのは実母、実父、義父、きょうだい、友だちからの育児支援における満足度であった。

7. 育児ストレスに関する多重ロジスティック回帰分析

育児ストレス総点の中央値42未満をストレス低群(n=53)、42以上をストレス高群(n=54)の2値に分類し、従属変数とした。独立変数として、欠損値が15未満かつ2変量の相関分析で有意水準 $p < 0.20$ の項目を採用し、変数増加法(尤度比)によ

表5. 育児ストレス総点に関する多重ロジスティック回帰分析

	偏回帰 係数	有意確 率(p)	オッズ比	オッズ比の 95%信頼区間	
				下限	上限
経済的不安	0.772	0.001	2.164	1.394	3.359
実母満足度	-1.272	0.001	0.280	0.131	0.598
定数	1.612				

モデル χ^2 検定 $p < 0.01$, 判別率72.4%

表6. 親自身に関わるストレスに関する多重ロジスティック回帰分析

	偏回帰 係数	有意確 率(p)	オッズ比	オッズ比の 95%信頼区間	
				下限	上限
経済的不安	0.690	0.002	1.993	1.282	3.100
平日テレビ等	-0.012	0.027	0.988	0.978	0.999
実母満足度	-1.155	0.003	0.315	0.148	0.670
夫活用	-0.435	0.044	0.647	0.424	0.988
定数	3.394				

モデル χ^2 検定 $p < 0.01$, 判別率71.1%

表7. 子どもの特徴に関わるストレスに関する多重ロジスティック回帰分析

	偏回帰 係数	有意確 率(p)	オッズ比	オッズ比の 95%信頼区間	
				下限	上限
学歴2群	-1.348	0.005	0.260	0.102	0.661
経済的不安	0.585	0.005	1.795	1.193	2.702
保育所活用	0.312	0.034	1.366	1.025	1.821
定数	-1.956				

モデル χ^2 検定 $p < 0.01$, 判別率72.3%

る多重ロジスティック回帰分析を行った(表5)。事前に変数の散布図を観察し、著しく直線関係を示すような変数は存在しなかったことを確認した。n=98(欠損ケース9)で解析を行った結果、モデル χ^2 検定の結果は $p < 0.01$ で有意であり、各変数も有意($p < 0.05$)、ホスマー・レメショウの検定結果は $p = 0.553$ で良好であることがわかり、判別率72.4%であった。実測値に対して予測値が $\pm 3SD$ を超えるような外れ値は存在しなかった。これより、育児ストレス総点に関する要因として経済的不安、実母からの育児支援における満足度が関連していることが示された。

親自身に関わるストレス得点の中央値21以下をストレス低群(n=57)、22以上をストレス高群(n=50)の2値に分類し、同様に解析した(表6)。

n=97 (欠損ケース10) で解析を行った結果、モデル χ^2 検定の結果は $p<0.01$ で有意であり、各変数も有意 ($p<0.05$)、ホスマー・レメシヨウの検定結果は $p=0.249$ で良好であることがわかり、判別率的中率は71.1%であった。実測値に対して予測値が $\pm 3SD$ を超えるような外れ値は存在しなかった。親自身に関わるストレスに関する要因として経済的不安、平日テレビ等の時間、実母からの育児支援における満足度、夫の育児支援活用頻度が関連していることが示された。

子どもの特徴に関わるストレス得点の中央値20未満 (n=49) をストレス低群、20以上をストレス高群 (n=58) の2値に分類し、同様に解析した (表7)。n=94 (欠損ケース13) で解析を行った結果、モデル χ^2 検定の結果は $p<0.01$ で有意であり、各変数も有意 ($p<0.05$)、ホスマー・レメシヨウの検定結果は $p=0.833$ で良好であることがわかり、判別率的中率は72.3%であった。実測値に対して予測値が $\pm 3SD$ を超えるような外れ値は存在しなかった。子どもの特徴に関わるストレスに関する要因として、学歴、経済的不安、保育所の活用頻度が関連していることが示された。

IV 考察

今回の対象者は、平成28年人口動態統計¹⁶⁾、平成28年国民生活基本調査¹⁷⁾、平成13年度学校基本調査¹⁸⁾等のデータと比較して1歳児を養育する一般的な母親に比べて、拡大家族、大学卒業者、就業者の割合がやや高いが、おおむね同様の結果であり、1歳6か月児を養育する母親の対象者として適切であったと考えられる。

1. 育児支援における活用状況について

育児・介護休業法、労働基準法における社会制度の利用率は、対象者である女性の方が男性に比べて高く、平成27年度雇用均等基本調査¹⁹⁾と同様の結果であった。よって、助産師は育児期の男女に対し、法に基づく社会制度の情報提供を行うと共に、男性が育児社会制度をより取得できるよう、社会全体へ啓蒙していくことが重要であると示唆を得た。

育児支援資源について、過去1か月における活用が多かったのは夫、次いで実母、保育所、義母、実父、義父であった。家族内支援である実父、義父母より保育所活用頻度は多く、保育所は育児期女性にとって重要な育児支援であることが明らかとなっ

た。現在、保育所入園において待機児童が問題となっており、保育所整備は早急に対策を講じる必要があるといえる。また、家族内支援や保育所以外の育児支援はほとんど活用されていないことが明らかとなった。松岡らは助産師による乳幼児一時預かり事業は、個別的な指導や助言ができる有効な支援であるが、利便性や、「子育ては母親のみがするもの」という認識の課題²⁰⁾について報告している。育児期の女性が家族内支援を得られない際、必要時育児社会資源が利用できるように社会全体への意識改革とともに、母親のニーズに合わせた育児資源の整備が必要であると考えられる。

2. 育児ストレスとその要因との関連について

本研究のPSI-SFにおける育児ストレス得点は、先行研究¹⁴⁾と同程度の結果であった。経済的不安、実父母からの育児支援における満足度は育児ストレスとの相関がみられ、特に経済的不安による影響は強くみられた。及川ら²¹⁾は母親の生活満足度に経済格差が影響しており、行政による経済面の支援の充実をより望んでいること、実父母、義父母のサポートに対する満足度が母親への精神面の安心感につながることを報告している。育児期女性の家族内支援の活用状況とその満足度を把握し支援を行うことが重要である。また、育児期女性の経済的不安の軽減を図ることは、本邦における重要な課題であると判明した。

ロジスティック回帰分析にて、平日におけるテレビを見る時間が多いこと、実母からの育児支援における満足度が高いこと、夫の育児支援頻度が多いことは、親の側面における育児ストレスが低い結果が得られた。渡辺らは、夫や身近なサポートは母親の自己効力感を高め、育児ストレスを軽減させることを明らかにしている²²⁾。対象者の平日一次活動は平均621.4分で、社会生活基本調査¹⁾の結果より少なかった。特に睡眠平均424.8分は、同年代女性の平均446分と比較して少なかった。大橋らの報告では6時間未満の睡眠時間は育児ストレスが高い²³⁾ことが明らかとなっている。よって、育児期の女性が睡眠など生理的に必要な時間とともに、テレビを見る等「自分の時間」を確保することは重要である。その時間確保できるように、夫や実母など身近な支援活用頻度やその満足度を把握した上で、必要時ヘルパーや助産師等の家庭訪問による育児サポートが利用できるように整備が必要であると考えられる。

友だちからの育児支援活用、その支援満足度について、育児ストレスと負の相関がみられた。育児期女性の交流の場である地域子育て支援・子育てサークルは有効な支援であり、就業している女性やその家族も活用できるように、休日利用できるよう整備していく必要がある。しかしその一方、育児仲間との交流は対人葛藤を抱えることも少なくなく、必ずしも育児ストレスを軽減する効果が高いとはいえない⁶⁾と相反する報告もある。よって、育児期女性が個別に専門家へ相談できる場の提供も重要であるといえる。

対象者における仕事時間は、平成23年社会生活基本調査¹⁾と比較すると多い結果であった。過重な労働時間は職業性ストレスや働く母親の役割葛藤を高め、仕事と家事・育児の両立においてバーンアウトを引き起こす可能性が高い²⁴⁾。そのため、仕事時間と子どもの特徴に関わるストレス得点において正の相関が示されたのは、仕事が家事・育児との両立に負担となり育児ストレスに影響したと考える。また、本研究では保育所活用が頻度も多く満足度も高かったが、子どもの特徴に関わるストレス得点と正の相関がみられた。野原らは保育所において、子どもの急変時、感染症、保育所の行事により、仕事に育児で問題となったことを報告している²⁵⁾。保育所活用しているのは就業者が多く、また同様にストレス得点と正の相関がみられた病児保育活用においても、活用者の全員が就業者であったことが影響していると考えられる。就業中の育児期女性が、子どもの急変時等対応が必要となる際、家事・育児・仕事の多重役割の負担により育児ストレスが高まることが考えられる。よって、育児支援制度を利用しやすい職場環境の整備、病児保育や病後児保育の社会基盤の整備、保育所における体調不良児の保育看護体制の整備が重要であると示唆された。

大学を卒業している者の方が子どもに関わるストレスが低かったことは立林²⁶⁾と同様であった。大学卒業者の方が、育児支援の公的なサポートなどの利用や情報を有しており、育児ストレスの軽減につながっていると報告されている。大学において、必要な情報を収集して利用することができる情報リテラシーを学習していると考えられ、助産師は育児期の女性に対し、育児の情報提供だけでなく、適切な情報収集や利用方法について支援することも重要であると考えられる。また現在、本邦では大学における給

付型奨学金の大幅拡充の必要性について議論がなされている。子育てにおける教育費の経済的負担の軽減は、養育する親の育児ストレスの軽減を図るだけでなく、次世代育成支援として重要であるといえる。

V 結論

本研究は助産師の育児期の女性のストレス軽減のための支援として、家族内支援の活用と満足度を把握し、育児支援制度の情報提供や、社会全体への啓蒙活動とともに、母親のニーズに合わせた育児資源が整備されるよう取り組みが必要であると示唆を得た。今後の課題として、対象者がA県4市という居住地域の異なる集団で、有効回答率が4割に満たない107名という人数であり、拡大家族、大学卒業者、就業者の割合がやや高い傾向であったため、一般化に限界がある。また、育児支援満足度において無回答が多い資源もあり、今後は、活用の少ない育児支援における資源について、母親が活用しない理由と満足度を明らかにし、育児期女性の育児ストレス軽減への支援方法を検討することが必要である。

付記：本研究にご協力いただきました参加者の皆様、調査票の配布にご協力いただいた4市自治体の皆様、様々なご指導・ご助言をいただきました先生方に心より深く感謝申し上げます。

文献

- 1) 総務省統計局 (2012). 平成23年社会生活基本調査 <http://www.stat.go.jp/data/shakai/2011/pdf/houdou2.pdf>. (2017年8月28日アクセス)
- 2) 前田尚美他 (2016). 乳幼児を養育する母親のQOLと影響要因、母性衛生 57(2) : 357-365.
- 3) 松村恵子他 (2005). 母親の育児ストレスに関する研究、香川県立保健医療大学紀要 (2) : 19-28.
- 4) 池田隆英 (2013). 乳幼児をもつ女性保護者の育児ストレスの労働形態別にみた多母集団同時分析、厚生学 60(3) : 9-17.
- 5) 橋本祐子 (2016). 家庭支援論、第2版、光生館.
- 6) 渡辺弥生他 (2009). 乳幼児をもつ母親の育児ストレスにソーシャル・サポートおよび自己効力感が及ぼす影響について、法政大学文学部紀要 (60) : 133-145.
- 7) 内閣府 (2011). 子ども・子育てビジョン～子どもの笑顔があふれる社会のために～

<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/family/vision/pdf/honbun.pdf>. (2017年9月26日アクセス)

- 8) 我部山キヨ子(2014). 臨床助産師必携; 生命と文化をふまえた支援、第2版、医学書院.
- 9) 桑名佳代子他(2007). 1歳6か月児をもつ親の育児ストレス(1)―母親の育児ストレスと関連要因―、東北大学大学院教育学研究科研究年報56(1): 247-263.
- 10) 武田江里子(2009). 18か月児を持つ母親の「怒り―敵意」に関する要因および対児感情への影響―妊娠末期から産後18か月までの日本語版POMSによる追跡調査から―、日本助産学会誌23(2): 198-207.
- 11) 佐藤達哉他(1999). 育児に関連するストレスとその抑うつ重症度との関連、心理学研究64(6): 409-416.
- 12) House JS(1981). Work stress and social support, Addison-Wesley Longman: 26.
- 13) リチャード・S・ラザルス, スーザン・フォルクマン著、本明寛, 春木豊, 織田正美訳(1991). ストレスの心理学・認知的評価と対処の研究、実務教育出版.
- 14) 兼松百合子他(2015). PSI育児ストレスインデックス手引、一般社団法人雇用問題研究会.
- 15) 厚生労働省. 次世代育成支援に関わる先進的取組事例
<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/seisaku/syousika/030819/8a1.html>. (2017年9月8日アクセス)
- 16) 厚生労働省(2017). 平成28年人口動態統計
http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakuteil6/dl/08_h4.pdf. (2018年1月13日アクセス)
- 17) 厚生労働省(2017). 平成28年国民生活基本調査
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosal6/dl/02.pdf>. (2018年1月13日アクセス)
- 18) 文部科学省(2003). 平成14年学校基本調査
http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/001/003/030202a.htm#01. (2018年1月13日アクセス)
- 19) 厚生労働省(2016). 平成27年度雇用均等基本調査
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-27-03.pdf>. (2018年1月13日アクセス)

- 20) 松岡知子他(2006). 助産師が行う乳幼児一時預かりの意義と課題、京都母性衛生学会誌(14): 43-48.
- 21) 及川裕子他(2013). 乳幼児を持つ母親の精神健康状態と生活満足度. 園田学園女子大学論文集(47): 85-93.
- 22) 渡辺弥生他(2009). 乳幼児をもつ母親の育児ストレスにソーシャル・サポートおよび自己効力感が及ぼす影響について、法政大学文学部紀要(60): 133-145.
- 23) 大橋幸美他(2012). 1歳6ヶ月の子どもの行動特徴と母親の育児ストレス・QOL・家族機能との関連、家族看護学研究18(1): 2-11.
- 24) 山崎恭子他(2012). 働く母親の就労に影響を及ぼす要因について―乳・幼児を育児中の就労女性に関する研究の文献レビュー―、お茶の水医学雑誌(60): 297-303.
- 25) 野原理子他(2011). 保育園での追跡調査および保護者へのアンケート調査による男女労働者に対する育児支援策の検討、東京女子医科大学雑誌81(6): 408-415.
- 26) 立林春彦(2012). 育児ストレスの要因の分析～保育園児の母親への調査から～、帝京平成看護短期大学紀要(22): 15-23.

The relationship between the use of daily time, childcare support and parenting stress in mothers

NAOMI IIDA*, TETSUYA OGINO**

**Department of Nursing, Kansai University of Social Welfare*

***Department of Nursing, Faculty of Health and Welfare Science, Okayama Prefectural University*

Abstract We conducted a questionnaire survey on mothers who nurture 1-year-6-month-old children in order to clarify effective supports to reduce the mother's parenting stress. The effects of the use of daily time and of the frequency and satisfaction with the use of childcare support from relatives and society on the parenting stress were analyzed. The Japanese Parenting Stress Index-Short Form was used as a parenting stress scale. The number of effective responses (effective response rate) was 107 (30.9%), and items showing a significant positive correlation with parenting stress scores include financial anxiety and utilization of childcare for sick children. In addition, items showing a significant negative correlation include the satisfaction of support from the mother and the satisfaction of support from the father. These results suggest the importance of reducing the financial burden as well as securing parenting support in order to reduce the stress of parenting mothers.

Keywords : parenting women, parenting stress, use of daily time, childcare support