



育児期の母親への夫からの支援に関する文献調査

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 静岡県母性衛生学会 公開日: 2023-03-23 キーワード (Ja): 育児不安, 育児支援, コミュニケーション キーワード (En): 作成者: 寺田, 有里, 太田, 尚子, 松岡, 恵 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10271/00004313

育児期の母親への夫からの支援に関する文献調査

Literature review about the childcare support during the childcare period

寺田有里¹⁾ 太田尚子²⁾ 松岡 恵³⁾

Yuri TERADA, Naoko OTA, Megumi MATSUOKA

¹⁾静岡県立総合病院 ²⁾静岡県立大学 ³⁾杏林大学

Shizuoka General Hospital, University of Shizuoka, Kyorin University

【要旨】

目的：母親に育児不安をもたらす要因と、それを軽減するような夫からの支援方策を明らかにする。

方法：文献調査研究。キーワードを「育児不安」and「支援」and「配偶者or夫」or「コミュニケーション」とし、医中誌Webで29件を抽出、さらに、書籍や関連ホームページから17件追加した。検索文献の対象期間は1999年から2010年である。

結果：育児不安への影響要因には、育児を一人で担う負担感、社会からの孤立感、疲労、育児で生じた問題に対する対処行動をとることができないなどが抽出された。育児不安を生じた時に支えとなるのは周囲からの支援であり、特に、夫からの支援が重要で、夫の育児参加、夫婦間の会話が育児不安を軽減する。すなわち、夫婦共に情緒的支援が良好であると認識している者は、コミュニケーションが充実し、育児不安が低いことが示された。

結論：母親の育児不安を軽減するためには、夫の育児参加や、夫婦間の言語的コミュニケーションが重要であることが明らかとなったが、育児期の夫婦間の言語的コミュニケーションの具体的な内容について明らかにすることが今後の課題である。

【キーワード】

育児不安、育児支援、コミュニケーション

【緒言】

平成21年度に、全国201か所の児童相談所において児童虐待相談として対応した件数は44,210件である¹⁾。これまでで最多の件数であり、前年度の42,664件から1,546件増加し社会問題となっている。児童虐待の約62%は母親が加害者であり²⁾、この児童虐待の多くは育児不安が原因であると言われている。育児不安は誰にでも起こりうるものであり、育児に伴う不安や疑問は誰にでも付きまとうものである。また、育児不安があることが問題ではなく、不安の蓄積により通常の判断力や情緒のバランスを失うことや過度の育児不安が重なる

ことで子どもの虐待に発展することが問題である³⁾と言われていることから、児童虐待を防ぐためには育児不安を蓄積させない取り組みが重要であるといえる。伊吹らは、近年の核家族化・高い離婚率・少子化などが母親の育児不安の原因であり、夫からの精神的支援があれば母親の育児不安は軽減すると述べている⁴⁾。岡本は、夫が「育児の会話」「育児の相談相手」「母親への気遣い」をいつもしている場合に、母親の育児不安得点が低かったと述べ⁵⁾、育児期の母親にとって夫の存在が重要であることを指摘している。

本研究は、夫からの育児支援に関する基礎資料

とするために、母親に育児不安をもたらす要因について探索した上で、それらの要因を軽減するような夫からの支援の在り方を明らかにすることを目的とした。

【目的】

母親に育児不安をもたらす要因について明らかにした上で、それらの要因を軽減するような夫からの支援を明らかにすることを目的とし、以下の下位目標を設定した。

下位目標

1. 育児不安の要因を明らかにする
2. 育児支援について明らかにする
3. 夫からの言語的コミュニケーションの重要性について明らかにする

【研究方法】

1. 研究デザイン：文献調査研究
2. 調査方法：医中誌Webにおいて、キーワードを「育児不安」and「支援」and「配偶者or夫」、「育児不安」and「配偶者or夫」and「コミュニケーション」とした検索の結果、500件が抽出された。基礎研究を原著論文に絞り、そのうち、タイトルならびに要旨から本研究の内容に当てはまるものを入手し、クリティークしたうえで29件を選択した。さらに、書籍12件と、厚生労働省、総務省などのホームページから5件選択した。これらのデータより基礎的研究の中で明らかにされているものをまとめた。
3. 検索文献の対象期間：1999年から2010年
4. 用語の定義：
育児：育児とは、乳幼児を育てることで、授乳や離乳、食物を与えることなど子どもの生理的欲求を満たす活動とともに病気や危険からの保護や睡眠、排泄、食事、言語などに関する基本的生活習慣のしつけなどの活動が含まれる。また、育児に関する行動や意欲についても含まれる。
育児不安：育児のなかで生じるイライラ感や不安感などの感情で、育児意欲の低下、育児困難感をもたらすもの。母親が育児をする中で生じる不安や心配、自信のなさ、育児意欲の低下。

【結果】

I. 育児不安への影響要因について

文献検討の結果、育児不安への影響要因として、1) 育児を一人で担う負担感、2) 社会からの孤立、3) 疲労、4) 対処行動の不足が抽出された。

1) 育児を一人で担う負担感

伝統的に三世代、四世代家族、拡大家族が中心であった時代には、子育ては親を中心としつつも家族や、親族、あるいは近隣によるインフォーマルな支援・援助関係のもと行われていた。そして、家族に何か問題が顕在化したときには、重層的な支援や援助が存在していた。しかし、戦後の高度経済成長に伴う人口移動は、家族・家庭の小規模化を促進させると同時に親族関係・近隣関係の希薄化ないしは崩壊をもたらし、インフォーマルな支援・援助関係は失われてしまった⁶⁾。核家族が増加したことにより、祖父母や親族など同居する大家族が減少し、現代では子育てにおける母親の負担は大きくなっている。育児は、初めて経験する出来事が多く、社会においても育児を母親がするという風潮が残っており、育児に対して負担感を持つ母親が多い。松原らは、母親の育児不安を軽減し、母親を含めた家族に対する有効な育児支援を行うために、乳児のいる母親の育児不安に家族機能（母親が家族として、なすべきことが達成していると認知している家族機能の充足度）がどのように影響するかを明らかにすることを目的とし調査しているが、その結果は、家族機能が充足されていない母親ほど、育児不安得点が高かったと述べている⁷⁾。また、家族の家事協力は育児負担感を軽減し、子育て満足感を高め、良好な育児環境だと感じさせていた。そして、近隣地域の育児環境により、子育て女性の育児不安や負担感を軽減させることができ、豊かな地域環境を創造することは子育て女性の心の安定につながるということが明らかとなっている⁸⁾。

2) 社会からの孤立感

現代の育児環境は、核家族化の進行により母親と子という1対1の密室的な環境になりやすく、母親は孤立しやすい環境である。核家族化は、親族関係・近隣関係が希薄化し、育児に関する支援も希薄化することで母親は孤立化する。育児は失

敗して繰り返し反復して習得するものであるが、孤立化した母親は、大切な子どもを扱うという、失敗が許されないものと思い込むため、母親たちには間違った育児をしたらどうしようという不安が募るばかりである。このような育児環境を解消するためには、母親を孤立させないことであり、母親が孤立しないように誰かがサポートすることが重要となる⁹⁾。また、原田は、孤立化した育児環境は、母親の育児において「イライラ感」や「負担感」を増大させている。「イライラ感」を訴える母親は、子どもへの体罰を多用し、子どもに対する拒否感も非常に強いことがわかっている。イライラ感の原因は、「子どもの要求がわかりにくい」、「子どもにどう関わっていいか迷うことが多い」、「育児に自信が持てない」、「子どもを産む前にイメージしていた子育てと現実の子育てとのギャップが大きい」、「育児での心配や不安が多い」、「育児での心配が解決されないままや放置されている」、「夫婦関係」などを挙げている¹⁰⁾。つまり、子育てについて話し合わない夫婦、子育てが母親任せになっている夫婦では、母親の「イライラ感」が強くなっていることを示している。

阿部は、1歳6か月、3歳児を第1子とし、第1子のみを持つ母や675名を対象とし、母親のライフスタイルと充実感を知り、育児不安との関連性を検討した結果、趣味に時間を割いている母親は、時間を割いていない母親に比べて育児不安は弱いと述べている¹¹⁾。宮本らは、育児不安の強い母親の特性として、夫の帰宅時間が遅く夫と育児をしているという感情が希薄で、気軽に話せる友人がいない、2人以上の子どもを持つ、専業主婦などを挙げ、一方、地域活動・学習活動参加のために外出する頻度が多いほど育児不安は弱くなる傾向があることが明らかとなったと述べている¹²⁾。また、鶴山らは、産後1か月の母親が必要としているソーシャル・サポートとして、＜日常生活への手助け＞＜人からの情報＞＜人とのつながり＞＜自分への理解＞という4つのカテゴリーを抽出している¹³⁾。

近年、インターネットや携帯電話の進化・普及により、様々な育児情報が容易に収集できるようになっている。平成20年度の総務省による「通信

利用動向調査」では、情報通信機器の世帯保有率は携帯電話が95.6%、パソコンの世帯保有率は85.9%で、インターネット利用率は91.1%に及んでおり¹⁴⁾、パソコンや携帯電話からの情報収集が中心となってきている。中山らの調査によると、子育てが忙しくて母親が情報を収集できないことから、もっとも希望する育児情報の情報公開手段は「広報誌を自宅まで郵送する」であった。次いで「新聞・テレビ・ラジオ」「ホームページ公開」「インターネット」「保健福祉センター窓口や健診時」などであったと述べている¹⁵⁾。育児に関する情報収集についても、人を介さないメディアなどの情報収集を希望する傾向となっている。

3) 疲労

藤井らは育児不安の認識と自己効力感、育児満足感との関連を検証し、子育て支援の方向性を見出すことを目的として、3ヵ月健診を受けた母親333名に調査を行っている。その結果、子育て不安を感じている母親は、不安を感じていない母親に比べて「自己効力感」「育児満足感」「夫の育児への関わり」が有意に低く、「蓄積疲労感」「役割葛藤」が有意に高かったと述べている¹⁶⁾。また、岡本らは、育児グループに参加している母親を対象に、母親の主観的健康観、疲労感と父親（夫）の育児参加の状況について調査を行ったところ、92%の母親が主観的健康観はよいと答えているにも関わらず、疲労感を訴えている母親は88%と高率であったと述べている¹⁷⁾。服部らは、疲労の自覚症状訴え数は、時間を経過するにつれて有意に上昇していたと述べ、産褥期のマタニティブルーの出現率は産後6、13ヵ月の育児不安や疲労度に有意な相関関係を示し、産褥早期の心の状態がその後の母親の疲労度に影響があることを示している¹⁸⁾。

4) 対処行動の不足

少子化・核家族化である現代の子育て環境は、人との関わりが希薄化しており、平成21年国民生活基礎調査によると、核家族世帯数は9361千世帯で、全世帯の76.0%となっている¹⁹⁾。

育児中に生じる問題や不安に対して、母親自身が対処行動を見出していくことが重要であるが、山口らは、産後1ヵ月健診に訪れた母親129名に

産後1ヵ月の母親の育児に対する対処行動の実態を調査し、対処行動と育児不安、ソーシャルサポートとの関係を検討し、効果的対処行動と、悪循環的対処行動の2つの対処行動を明らかにしている。すなわち、気分転換しながらまわりのサポートを求める行動など効果的対処行動を選択したものは68.8%、予期不安が強く、問題を回避したり、自暴自棄になったり、また、代りの物で代償する悪循環的対処行動を選択したものは31.2%であった。対処行動が悪循環的であるほど育児不安は強くなり、育児不安が強いほど対処行動は悪循環になりやすいという相互関係が認められ、相談相手の人数が多いほど、また、実母からの手段的サポート満足度が高いほど効果的対処行動をとりやすいと述べている²⁰⁾。

II. 育児支援に関して

1. ソーシャルサポートとは

ソーシャルサポートとは、「狭義には個人が取り結ぶネットワークの成員間で、個人のウェル・ビーイングを増進させる意図で交換される心理的・物理的資源を言う。また、狭義の概念には、社会的統合や社会的ネットワークも含まれる」と定義されている²¹⁾。すなわち、ソーシャルサポートとは、物質的援助ではなく、ソーシャルネットワークといった人間関係によりもたらされる援助のことである。

対人関係におけるソーシャルサポートは、大きく分けて「情緒的サポート」と「道具的サポート」がある。情緒的サポートは、個人が問題を抱えているときに共感的に話を聞くこと、情緒的援助と受容を提供してくれること、道具的サポートは、一緒に動いたり、家事や子どもの世話を手伝ったり、道具を準備してくれたり、金銭を貸してくれたりといった実際的な援助の提供と定義され必要な時に具体的な援助が行われるという特徴をもつ²²⁾。人は様々なソーシャルサポートを受けながら生きている。育児の中で受けている様々な援助もソーシャルサポートである。

育児期における母親へのソーシャルサポートは、家族や近親間で行われるものや、保健医療機関や地域社会で行われるものなどがある。星の調

査でも、育児に対するサポートは、ほとんどの状況において夫、自分の親、義理の親によって担われていたと述べ²³⁾、産後1～3ヵ月の母親たちへの支援としては、家族による支援が中心となる。

2. 夫以外の家族によるサポート

島田らは、産後1ヵ月の母子の心配事、母親が希望する子育て支援サービス、および育児環境を明らかにすることを目的として、全国47都道府県から層化無作為抽出法により、種々の出産施設合計454ヵ所の1ヵ月健診に来所した母親3852名を対象とし、自記式調査票により調査した。その結果、出産後の退院先は60%が実家で、親の役割が増加していると述べている²⁴⁾。上山らは、母親の妊娠末期から産褥1ヵ月の問題体験に対してどのような対処行動をとったのか、そこには誰からソーシャル・サポートが提供されたのかを客観的に評価し、その結果、サポート提供は、夫、実父母、姉妹、祖母、友人、医療者であり、対象者のおかれている状況や体験の内容によって差があった²⁵⁾。星は、育児支援ネットワークの構成が子どもの数と理想、出産・育児における不安や苦労に与える影響を検証し、育児支援を担っている人の構成を類型化したところ、「夫中心」型、「夫+自分の親」型、「夫+義理の親」型、「自分の親中心」型の4パターンが析出されたと述べている²³⁾。柴は、産後1ヵ月における育児協力者は、夫、実母、義母の三者であり、褥婦の身近にいる家族が担っていたと述べている²⁶⁾。谷口は、「祖父母は、母親にとっては子育ての先輩であり、よき理解者・援助者となりうるが、その反面、過干渉や過保護といった養育態度の違いなどから、母親が負担を強めてしまう恐れもある」と述べている²⁷⁾。

これらの先行研究から、母親への支援者には実父母、義父母、兄弟姉妹、医療者等の存在があり、特に、里帰りをしている母親の多くにおいては、親族によるサポートが中心となっていると言える。

3. 夫によるサポート

斧出は、男性の家庭志向/育児志向について調査した結果、仕事よりも家庭を重視した「家庭志向」は44.7%、家庭と仕事の中間の位置を選んだ「バランス型」は38.1%、仕事を重視した「仕事

志向」は17.1%と報告し²⁸⁾、男性は家庭を重視してきている傾向があった。

育児不安が起こる背景には、母親が孤立するという要因があり、育児不安を抱え孤立する母親たちをサポートすることが重要となる。育児不安を抱えた母親をサポートすることにおいて特に重要なことは、母親の一番身近にいる夫のサポートである。

夫の育児参加については、1999年9月に施行された「男女共同参画社会基本法」第6条の「家庭生活における活動と他の活動の両立」においては、「男女共同参画社会の形成は、家族を構成する男女が、相互の協力と社会の支援の下に、子の養育家族の介護その他の家庭生活における活動について家族の一員としての役割を円滑に果たし、かつ、当該活動以外の活動を行うことができるようにすることを旨として、行わなければならない」²⁹⁾と父親(夫)の役割について述べられている。また、育児・介護休業法でも、子育て期間中の働き方や父親(夫)も子育てができる働き方について述べられ、近年父親の育児参加が政策課題の中に組み込まれており父親(夫)の育児参加について考えていく必要がある。

前田らは、育児不安の軽減を目的に現代の育児不安について、対人関係、ソーシャル・サポートに焦点を当て、地域における育児支援の効果的方法について検討しており、夫が育児に協力している、または夫とよく話すと認知している母親群は、そうでない群より育児不安が低かったと述べている³⁰⁾。北村らも、夫の育児参加の状況が母親の育児不安にどのように影響しているかについて検討し、夫の育児参加を促すことが母親の満足度を増し、育児不安を軽減することが確認できたとしている³¹⁾。宮本らは、育児不安の強い母親の特性として、夫の帰宅時間が遅く、夫と共に育児をしているという感情が希薄で、気軽に話せる友達が少ないことを¹²⁾、また、谷口は、夫の子育てに関わろうとする気持ちが母親にとって精神的な支えになるものであると述べている²⁸⁾。小林らは、生後1ヵ月児を育てる母親が感じている育児に対する困難感の実態とそれに与えている要因を明らかにすることを目的に調査したところ、母親の2～3

割が、子育てに対して自信の無さ、精神的な不調、子どもの扱いにくさを感じ、さらに、夫との関係や家族との関係に対して否定的に捉えていたことを報告している³²⁾。

塩沢らは、出産後早期の父親(夫)の育児家事実施意欲に関して、母親の期待、性役割態度、出生前教育との関連を調査し、その結果、出産準備教育に参加した夫は参加していない夫に比べて育児家事実施意欲が有意に高かったこと($p=0.027$)、夫は母親に比べると性役割に関して伝統主義的なものが多かったこと、そして、性役割に対して平等主義的な父親(夫)は育児家事実施意欲が高く、性役割に対して平等主義的な母親は父親の育児家事実施に対する期待が高かったことを見出している³³⁾。また、芳賀らは、子供を持つ父親(夫)と母親の育児に対する意識と育児参加の実態を比較検討し、母親はほとんどの育児・家事を担い、父親に今以上に育児に関わって欲しいと考えていることを明らかにしている³⁴⁾。

4. 夫との会話

岡本は、1056人の母親を対象に、母親の生活習慣や育児の状況、父親の育児行動の現状及びそれらと育児不安との関連について分析することを目的に調査し、父親(夫)が「育児の会話」「育児の相談相手」「母親への気遣い」を常に行っている場合に育児不安得点の低い母親が多かったことを示している⁵⁾。石橋らは、夫婦の育児に対する考え方の違いが、お互いの育児不安にどのように影響するのかを調査した結果、父親(夫)・母親ともにコミュニケーションが充実し、また、生活に満足しているほど不安度が有意に低かった(父親 $p<0.0001$ 、母親 <0.001)という結果を得ている³⁵⁾。渡邊らは、育児に対して夫が「夫婦主体」観をもつ夫婦は、そうでないものよりも夫婦の対話時間が長い傾向にあり、また、夫との対話満足度が高い妻ほど、育児不安が低く、妻の育児役割に対する満足度も高かったと述べている³⁶⁾。これらの先行研究より、夫による精神的なサポートや、夫との会話は、育児期の母親にとって重要なサポートであると言える。

金粕らは、父母の育児不安と夫婦間の情緒的支援の関連性を明らかにし、育児期の父母の育児不

不安を軽減する支援を検討することを目的に調査を行っている。その結果、相手に希望する情緒的支援は、父親（夫）では初産経産ともにスキンシップをとってほしい、母では言葉で愛情を示してほしい（初産）、協力の姿勢を取ってほしい（経産）であった。情緒的支援・育児不安・愛着の関係は、夫婦共に情緒的支援が良好であると認識している者は夫婦間コミュニケーションが充実しており、夫婦間コミュニケーションが充実している者は児への愛着行動が高く、児への愛着行動が高いものは育児不安が低いという結果であった³⁷⁾。

一方、育児中の夫との情緒的支援に関する実態についての調査を脇田らが行っている。本調査は、妊娠32～33週の初産婦69名、経産婦30名ならびに産後1カ月の初産婦65名と経産婦34名、出産後6カ月の初産婦72名と経産婦52名の合計322名を対象に、妊娠出産が母親の心理にどのような影響をもたらすのかを明らかにする目的で、夫の新密度や夫からのサポートに対する満足度についての調査であるが、初産・経産婦ともに夫からの情緒サポート（気持ちの理解と励まし）には不満が認められ、特に経産婦は有意に不満が強かった（ $p < 0.05$ ）という結果であった³⁸⁾。これは、夫の母親への情緒的サポートが母親にとって満足できていないという現状を示すものであった。

Ⅲ. 夫婦の言語的コミュニケーションの重要性

コミュニケーションとは、情報のやりとりであり、何らかの意味ある表象を伝達する過程である。コミュニケーションには言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーションの二つがある。他者との関係においてある心理状態を伝達する過程である対人コミュニケーションのうち、言語的コミュニケーションは、言語による意味を手がかりとする概念であり、非言語的コミュニケーションとは、言語以外の手がかりからなる過程である³⁹⁾。板場は、異文化コミュニケーションにおいて、メッセージが容易に伝わるのであれば学習を必要としないが、非言語メッセージの場合、それが言語によらないだけでなく、非常に微妙かつ表現者も気づいていないものが多く、思慮深さを伴った学習が特別必要となるとしている⁴⁰⁾。

先行研究では、夫婦の会話の時間や量が育児不安を軽減する効果を有することが明らかにされている³⁶⁾³⁷⁾。伊藤らは、夫婦間の会話の豊かさが空虚感や圧迫拘束感を低減し、相手から情緒的サポートを受けていると感じさせることの重要性を指摘している⁴¹⁾。そのため、夫婦間のコミュニケーションが、言語的・非言語的両者ともに重要となる。王は、情報化社会と言われる現代社会では、価値ある情報を正確に伝達し処理する手段は、人間にとって最も重要な情報収集の媒体である言語の他にはないと述べている⁴²⁾。望月は、夫婦間のコミュニケーションは、言葉だけではなく眼差しや表情、態度やそぶりなどを通じて行われるが、その中心はやはり言葉による会話であるとしている。また、夫婦間の会話は、お互いに相手の知らない領域で生じた言葉について知らせ合う「知らせ合い」、生活上生じた問題について互いの意見を交換し意思決定する「課題解決」、さまざまな生活の場で生じた悩み、苦しみ、不安で傷ついた心を癒す「情緒的治療の会話」の3つの種類があり、それぞれが適切に行われて、初めて心の交流のある夫婦関係が形成されると述べている⁴³⁾。金粕らの調査では、相手に希望する情緒的支援の内容は、母では言葉で愛情を示してほしい（初産）、協力の姿勢を言葉で示してほしい（経産）であったとしている³⁷⁾。また、ニッセイ基礎研究所の調査によると、都市部に住む20～60代の夫婦間のコミュニケーションの状況は、夫婦間にほとんど会話のない「沈黙型」が36.4%、「妻だけ会話」が8.5%、そして夫婦が話し合う「対話型」が22.7%であったこと、さらに、年代別にみると、若い世代、つまり新婚期には「対話型」の比率が高いが、育児期になると「妻だけ」が急増し、中年期夫婦では「沈黙型」が大多数となる傾向が明らかにされている。また、育児期になると「妻だけ会話型」が急増する理由には、育児との関連が大きく、子育てをめぐる問題処理が母親である妻の担当するところとなり、妻の家族への関わりが深まり、夫への働きかけが活発化する。したがって、「妻だけ会話型」の増大は、妻から夫に対して救いを求める声ゆえであると解析している⁴⁴⁾。石は、母親側の要因である夫に対してのコミュニケーション・

スキル（「記号化」「解説」「統制」の3次元）と、母親が認知した「夫からのサポート」および育児不安三者関係を検討し、意図や感情を相手に正確に伝える「記号化」スキルが高いほど、夫からより多くのサポートを受けていると認知する傾向があり、その結果「育児不安」が低減されるという直接的効果が顕著に認められたと述べている⁴⁵⁾。母親が夫の情緒的サポートや、夫婦の会話に満足すること、育児不安を軽減することに関して夫が母親の希望を理解するためには、言語的コミュニケーションが重要になると言える。

【考察】

1. 育児不安の要因からみた支援のあり方

育児不安の影響要因には、育児を一人で担う負担感、社会からの孤立感、疲労、育児で生じた問題に対する対処行動の不足が挙げられた。これらの要因をもとに以下に育児支援のあり方について考察する。

近年、核家族化、少子化が進んでいる。昭和初期までの日本の家族形態は、三世代、四世代といった大家族が中心であった。このような家族形態において、育児は家族などの親族によって行われていた。しかし、核家族が増加している今日、育児は母親が主に担い、母親に育児がのしかかっている現状にあると考えられる。育児中の母親たちは、日々育児に追われる生活をしていることが多く、育児支援を求めるといった行動を起こすことも困難な状況にあるとも考えられ、周囲が母親の置かれている状況を理解していく必要がある。また、育児負担を軽減するために、地域として母親の支援を行っていく必要がある。育児は母親だけのものではなく、コミュニティーとして支援する、その一策として、公的な育児支援サービスを増やすことも重要であろう。

母親の育児環境は、閉鎖的で母親と子どもという1対1の密室的な環境になりやすい。育児に身を拘束され、社会から取り残され、母親たちは孤立感を抱きやすいと考えられる。また、母親に育児支援者が不在である場合も同様に孤立感を抱きやすくなる。孤立感を軽減するためには、親族はもちろん近隣関係も希薄化しないようにすること

が重要である。また、母親と同じように育児をしている、気軽に話することができる仲間と関わることで孤立感を軽減することができると考えられる。また、育児から離れる時間を持ち趣味などに没頭できる時間をもつことにより、社会からの孤立感を減少させることができる。しかし、育児支援者が存在していても、孤立感を持つ母親も存在すると考えられる。産褥期には涙もろさ、抑うつ、気分易変性で、イライラや不安などの症状を主症状としたマタニティーブルーズを生じやすく、産後うつ病へ移行することもあり、育児期の母親たちの心情は不安定になりやすい状況にあると言える。母親を支援する時には、ゆっくりと話を聞き、母親が訴える問題に対して理解を示し、常に気にかけているといった精神的サポートを継続的に周囲が行っていく必要がある。また、妊娠初期の段階より、妊産婦の仲間作りができる場を母親学級などの場で積極的に提供していく必要がある。

育児は重労働に値し、疲労が蓄積している状態であると考えられる。特に、初産婦の場合は育児経験がほとんどなく、育児に対して不慣れな場合が多いため疲労が蓄積していると予測される。心身の疲労の蓄積は、育児不安を増強させ、子どもにゆとりを持って接することができず虐待へとつながる可能性もあると考えられる。母親の疲労を減少させるためには、母親の育児環境を取り巻く夫を中心とした家族などの育児支援者が、家事や育児をサポートしていくこと、また、地域と連携し、母親の健康状態を個別的・継続的にフォローしていく必要がある。

核家族・少子化が進んだ現在では、人との関わりが希薄化し、母親たちの育児環境は密室化、孤立化している。密室化・孤立化した環境の中にいる母親は、育児の中で何か問題が生じた時に、一人で抱え込み、問題解決方法を見いだせない状況になりやすい。その結果、育児での不安が蓄積し過度の育児不安に陥りやすいことが推測される。密室化・孤立化した環境の中では、インターネットなどのメディアを利用して、育児での問題を解決しようと試みるのも一法である。インターネットなどの情報は、育児で多忙を極めている母親たちにとっては、身近で簡単に情報を得ることがで

きするという利点があるが、情報が氾濫し混乱を招きやすい。また、情報通りに育児ができないことでさらに不安に陥ってしまうことも考えられる。育児の中で起こった問題に対しての対処行動をとることができるためには、さまざまなメディアによる情報も重要であるが、ママ友などの同じように育児をしている仲間を作ること、育児の先輩である先輩ママ友などから情報を得ていくことが対処行動をとるうえで重要であると考えられる。密室かつ孤立化した環境の中で、同じように育児をしている仲間を作ることとは簡単ではないため、母親学級や両親学級を行っている地域や、医療施設で仲間作りの場を提供していくことが重要である。また、地域で行われている、育児サークルなどの情報を周知させる必要がある。その他、地域や医療施設で、妊娠期から育児期まで継続的かつ個別的に支援していく必要があろう。

2. 母親への夫からの支援のあり方

育児期の母親の環境は孤立化・密室化しており、そのような環境では、最も身近にいる夫の存在は重要であると考えられる。それは、夫の育児参加・協力や夫との会話により軽減されるという結果からもわかる。分娩後の母親達は、一過性に生じる軽い抑うつ症状を生じるマタニティーブルーズを発症しやすい。マタニティーブルーズは産褥10日までに発症し、2週間未満で自然に消失すると言われているが、産後うつ病や産褥精神病の引き金になることがあると言われている。このように、産後精神状態が不安定な時期においては、育児への参加・協力も重要であるが、母親の精神面への支援が重要となる。

また、先行研究の結果は、夫に対する情緒的サポートの必要性を認めているが、現実的には初産・経産婦ともに満足していないことを明らかにしている。夫婦間の会話が母親にとって十分ではないと推察され、夫の母親への言語的コミュニケーションの在り方を具体的に明らかにする必要もある。言語的コミュニケーションを指導することで、夫が母親の育児不安を軽減することができるようになる可能性がある。

一方、夫の心情に目を向けてみると、出産後の母親にしばしばみられるマタニティー・ブルーと

同様に、強さや長さは異なるが、父親（夫）の約62%が経験する「こども誕生ブルー」という抑うつ感情があり、それは、誕生後3ヵ月ほどで解消し、落ち着いた平常の状態に戻るとされる⁴⁶⁾。これは、子どもが誕生したあとの夫の心情もアンビバレントであることを周囲も理解し、対応していく必要があることを示唆するものである。

【結論】

母親に育児不安をもたらす要因について探索にした上で、それらの要因を軽減するような夫からの支援を明らかにすることを目的として文献検討を行った結果以下のことがわかった。

- ・育児不安の要因には、育児を一人で担う負担感、社会からの孤立感、疲労、育児で生じた問題に対する対処行動をとることができないがあった。
- ・夫との会話が重要であるが、母親は夫との会話には満足していないことや、自分の意図や感情を相手に正確に伝える「記号化」スキルが高いほど夫からより多くのサポートを受けていると認知し、その結果育児不安が軽減される効果がある。
- ・育児期の母親と夫の会話の内容や言葉、言語的コミュニケーションに関する先行研究はほとんど見られなかった。
- ・以上の結果から、育児期にある母親の心情に影響する夫からの言語的コミュニケーションの内容を明らかにすることが今後の課題である。

【参考文献】

1) 厚生労働省

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000000g6nl.html> 児童虐待相談対応件数等及び児童虐待など要保護事例の検証結果（第6次報告概要）[2010-12-27]

2) 厚生労働省

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/dvl6/index.html>

平成18年度児童相談所における児童虐待相談件数 [2010-12-27]

3) 常盤洋子, 産褥期の適応とアセスメント, 横

- 尾京子, 助産師基礎教育テキスト第6巻, 東京: 日本看護協会出版会, 2009, 25.
- 4) 伊吹麻里, 中村歩美, 中野真希, 他. 核家族における乳幼児期の母親の不安－育児不安に影響する人的環境要因－, 藍野学院紀要, 2004, 18, 105-111.
- 5) 岡本絹子, 親子クラブに属する母親の育児状況と育児不安, 川崎医療福祉学会誌, 2003, 13(2), 325-332.
- 6) 高橋重宏, 母子の心理・社会をめぐる諸問題 子ども虐待, 青木康子, 加藤尚美, 平澤美恵子, 第3版 助産学大系5 母子の心理・社会学, 2008, 東京, 日本看護協会出版会, 2008, 306-307
- 7) 松原まなみ, 糸谷哉子, 小路ますみ, 他. はじめて乳児を育てる母親の育児不安と家族機能に関する研究, 聖マリア学院紀要, 2009, 23, 39-48.
- 8) 原田昌幸, 早川明日美, 子育て女性の豊かな地域環境の創造 ～住宅近隣地域における育児期の女性のコミュニケーション発生と場所特性～, 日本建築学会東海支部研究報告集, 2009, 46, 565-568.
- 9) 山口規容子, 現代の育児支援の基本, 中林正雄, 安達知子監修, 母と子の健康教育－妊産婦の保健相談・子育て支援－, 横浜, ライフ・サイエンス・センター, 2005, 273
- 10) 原田正文, 子育ての変貌と次世代育成支援 兵庫レポートにみる子育て現場と子どもの虐待, 愛知, 名古屋大学出版会, 2006.
- 11) 阿部範子, 母親のライフスタイルおよび充実感と育児不安の関係, 日本赤十字秋田短期大学紀要, 2007, 12, 1-6.
- 12) 宮本政子, 船越和代, 中添和代, 他. 乳幼児を持つ母親の育児不安の現状とその要因, 香川県立医療短期大学紀要, 2000, 2, 115-121.
- 13) 鶴山愛子, 久米美代子, 産後1ヵ月の母親が必要としているソーシャル・サポートの検討, 日本ウーマンヘルス学会誌, 2005, 4, 19-31.
- 14) 総務省 http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/pdf/HR200900_001.pdf平成21年 通信利用動向調査報告書(世帯編) 調査結果の概要 [2010-9-1]
- 15) 中山和美, 山崎由美子, 石原昌, 他. 母親たちが望む育児支援情報提供のあり方, 母性衛生, 2008, 48(4), 471-487.
- 16) 藤井加那子, 永井利三郎, 育児期にある母親の育児満足感に影響する因子－子育て不安の認識の有無による違い－, 小児保健研究, 2008, 67(1), 10-17.
- 17) 岡本絹子, 中村裕美子, 山口三重子, 他. 乳幼児を持つ母親の疲労感と父親の育児参加に関する研究, 小児保健研究, 2002, 61(5), 692-700.
- 18) 服部律子, 中嶋律子, 産褥早期から産後13ヵ月の母親の疲労に関する研究(第2報) マタニティブルーと産後のうつ症状, 小児保健研究, 2000, 59(6), 669-673.
- 19) 厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa09/1-3.html> 核家族世帯数 [2010-1-22]
- 20) 山口咲奈枝, 遠藤由美子, 小林尚美, 他. 産後1ヵ月の母親の育児に対する対処行動の実態及び対処行動と育児不安, ソーシャル・サポートとの関係, 母性衛生, 2009, 50(1), 141-147.
- 21) 田中宏二, ソーシャルサポート, 日本健康心理学会(編), 健康心理学辞典, 東京, 実務教育出版, 1997, 191.
- 22) Thomas A.Wills and Ori Shinar(2000). 第4章期待されたサポートと受容されたサポートの測定, ソーシャルサポートの測定と介入, 東京, 川島書店, 2000, 115-161
- 23) 星敦士, サポートネットワークが出生行動と意識に与える影響, 人口問題研究, 2007, 63-4, 14-27.
- 24) 島田三恵子, 杉本充弘, 縣俊彦, 他. 産後1ヵ月の母子の心配事と子育て支援のニーズおよび育児環境に関する全国調査－「健やか親子21」5年後の初経産別、職業の有無による

- 比較－, 小児保健研究, 2006, 65(6), 752-456.
- 25) 上山直美, 松尾博哉, 妊娠期から産褥早期における母親の問題体験とその対処行動の分析. 神大院保健紀要. 2008, 24, 41-50.
- 26) 榮玲子, 産後1ヵ月の協力者別にみた褥婦の乳児への愛着と母親としての意識. 母性衛生. 2006, 47(1), 81-87.
- 27) 谷口和加子, 育児不安への支援, 小児科臨床, 第53巻増刊号, 2000, 1095-1100.
- 28) 斧出節子, なぜ父親は育児をするのか? 男の育児女の育児 社会学からのアプローチ. 93-94, 京都, 昭和堂, 2008, 93-94.
- 29) 法務省
<http://law.e-gov.go.jp/cgi-bin/strsearch.cgi>
男女共同参画社会基本法 第6条
- 30) 前田愛, 宮菫夏美, 大野佳子, 他. 母親の育児不安要因の検討－対人関係とソーシャルサポートに焦点をあてて－. 鹿児島大学医学部保健学科紀要. 2009, 19: 11-18.
- 31) 北村愛子, 佐鹿孝子, 他. 父親の育児参加と母親の育児不安との関連－204組の夫婦のアンケート調査より－. 山梨県立看護大学短期大学部紀要. 2009, 5(1), 61-76.
- 32) 小林康江, 遠藤俊子, 比江島欣慎, 1ヵ月の子どもを育てる母親の育児困難感. 山梨大学看護学会誌. 2006, 5(1), 9-16.
- 33) 塩沢真由美, 石田貞代, 萩原結花, 出産後早期における父親の育児家事実施意欲に関する研究. 母性衛生. 2007, 47(4), 582-589.
- 34) 芳賀亜紀子, 坂口けさみ, 湯本敦子, 他. 子供を持つ父親及び母親の育児に対する意識と実態について. 第28回長野県看護研究学会論文集. 2007, 31-33.
- 35) 石橋君子, 大坪智美, 正崎仁恵, 他. 夫婦の意識が相互の育児不安に及ぼす影響. 母性衛生. 2002, 43(4), 514-518.
- 36) 渡邊タミ子, 樋貝繁香, 育児に対する夫婦の役割とその役割満足度に関する研究, 山梨大学紀要. 2004, 2(2), 37-44.
- 37) 金柏仁美, 小林麻衣美, 大谷紗弥子, 他. 父母の育児不安と夫婦間情緒的支援の関連性. 母性衛生. 2007, 48(3), 145.
- 38) 脇田満里子, 小島康生, 入澤みち子, 妊娠・出産が母親の心理に及ぼす影響－夫からのサポートに注目して－. 母性衛生. 2003, 44(2), 244-249.
- 39) 心理学辞典, コミュニケーション. 277-278, 東京, 有斐閣, 1999, 277-278.
- 40) 板場良久, 非言語メッセージが伝えるもの, 池田理知子編著, よくわかる異文化コミュニケーション, 京都, ミネルヴァ書房, 京都, 2010, 68-69.
- 41) 伊藤裕子, 池田政子, 川浦康至, 既婚者の疎外感に及ぼす夫婦関係と社会的活動の影響. 心理学研究. 1999, 70(1), 17-23.
- 42) 王偉, コミュニケーションにおいて言葉の大切さを述べる. 愛知淑徳大学言語コミュニケーション学会第8号, 2008, 21-31.
- 43) 望月嵩, 夫婦の人間関係の形成, 望月嵩, 本村汎 編, 70, 東京, 有斐閣選書. 1980.
- 44) ニッセイ基礎研究所, 日本の家族はどう変わったか. 東京, 日本放送出版協会
- 45) 石曉玲, 桂田恵美子, 夫婦間コミュニケーションの視点からの育児不安の検討－乳幼児を持つ母親を対象とした実証的研究－. 母性衛生. 2006, 47(1), 222-229.
- 46) Ball, J.A. Reaction to Motherhood, Cambridge University Press. 1987