

## 研究報告

# 産後1か月の子育て状況と産後6か月の母親の育児不安との関連 ～第1子と第2子以降の違い～

The relation between children's caring environment in one-month postpartum and maternal anxiety  
experienced while caring for six-month postpartum  
- Differences for their first child and their second and subsequent children -

足立安正<sup>1)</sup> Yasumasa Adachi

**要 旨** 子育て支援の課題の一つである育児不安の改善を目指し、産後1か月の子育て状況と産後6か月の母親の育児不安との関連を、第1子と第2子以降の違いに着目して明らかにすることを目的にコホート調査を実施した。A市在住の両親665組を研究対象者として、子どもが生後1か月および生後6か月の2時点で質問紙調査を実施した。両親および2時点の調査結果が揃った第1子の両親は108組、第2子以降は110組であった。産後6か月の母親の育児不安の低・高得点群を目的変数とした多重ロジスティック回帰分析を行った。結果、母親の育児不安の高得点群と有意な関連があった産後1か月の状況は、第1子の場合、里帰り出産（なし）、育児の負担感得点（1点増加）、母親の自信のなさ得点（1点増加）であった。第2子以降の場合、育児の負担感得点（1点増加）であった。第1子か否かによって、母親の育児不安を予防する視点の違いが示唆された。

**キーワード** 育児不安、母親、出生順位、乳児、子育て

## I. はじめに

核家族化や都市化の進行に加え社会構造の変化に伴い、育児を取り巻く環境は変化している。少子化により児童のいる世帯が減少し（厚生労働省, 2020）、地域のつながりが希薄（厚生労働省, 2015）になるなかで、子育て期の親が助言やサポートを得る機会が減少し母親の育児不安は増大している（原田, 2006）。そのため、育児不安への対策は、健やか親子21の重点課題「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」として国を挙げて取り組まれている。

母親の育児不安に関する研究は多くされており、その要因は母親側の特徴（高橋, 2007；奥石, 2002；森本他, 2015；吉田他, 2001）、子ども側の特徴（高橋, 2007；武井他, 2006）、家族・夫婦関係（高橋, 2007）、社会的サポート（山崎他, 2018）の4つに分類されて

いる。このように母親の育児不安の要因に関する研究は多くなされているものの、これまでの研究方法の多くが横断調査によるものであること、さらに、調査対象が母親のみに限定されており、父親の育児行動も含めた要因を調査した研究はみられない。

また、母親の育児不安を子どもの月年齢に応じて定量的に測定する研究もされており、吉田（2012）は異なる年齢群に対して共通した項目で育児不安を測定し、子どもの月年齢が高くなると育児不安も高くなる可能性を指摘している。しかし、乳児期にある子どもの育児は、食事や排泄、清潔などの生活の様々な場面で養育を必要とするほか、生理的な機能の未熟さも残すという子どもの側面、身体の回復途上であり、精神的にも不安定である母親の側面というそれぞれの要因が関係し、乳児期は育児不安の高まりやすい時期であると言える。さらに、大村ら

1) 摂南大学看護学部 Setsunan University Faculty of Nursing

(2006) は、産後3か月に育児不安をもたない母親は、その後1年まで一定のレベルを保つことを報告している。また、山口ら(2017)は産後の抑うつ状態を3か月未満に解決できるとそれ以降への影響が少ないことを報告している。これらのことから乳児期の早期に育児不安に対して支援を講じることは、育児不安の軽減だけでなく、その後の親子関係の形成にも良い影響を及ぼすと考えられる。

この乳児期早期において、子育て中の両親にアプローチできる母子保健サービスが新生児訪問指導事業である。本事業は母子保健法第11条に規定されており、新生児期において育児上必要があると認めるときに、その新生児の保護者に対して家庭訪問を実施し、必要な保健指導を行うものである。この訪問指導の効果については、不安の程度が有意に減少し育児の楽しさが増加したとの研究(都筑他, 2003)や、対象の8~9割に効果があったとする文献レビュー(元山, 2018)がある。しかし、対象者の把握方法や予算・マンパワー不足などの点から、全数を対象に訪問指導を実施することが難しく、第1子や希望者のみに限定して実施されている実態が報告されている(橋本他, 2007; 益邑, 2017)。

そこで本研究は、乳児を育てる両親を対象にコホート調査を行い、産後1か月児の子育て状況と産後6か月時点の母親の育児不安との関連を、第1子と第2子以降の違いに着目して明らかにすることを目的とした。これによって、新生児訪問指導事業における対象の検討や指導内容に関する示唆を得ることができると考えられる。

## Ⅱ. 研究方法

### 1. 対象

A市在住の①2017年9月16日~2017年10月15日および②2017年11月16日~2017年12月15日生まれの子どもの両親665組を対象とした。

### 2. データ収集方法

対象となる両親に調査協力の依頼文書および調査票を送付し、郵送にて回収した。①の対象には2017

年11月中旬と2018年4月中旬に、②には2018年1月中旬と2018年6月中旬に調査票を発送し、それぞれデータ収集期間を1か月間とした。

### 3. 調査項目

調査内容として、母親と父親のそれぞれの基本属性、母親からは里帰り出産、育児不安、夫からのサポート、育児負担感、子どもの育てやすさ、相談相手、育児の自信のなさを、父親からは労働時間、育児支援行動を調査・収集した。

なお、次の項目のうち、1) 2) 4) 5) 6) については産後1か月時点の調査で、3) については産後6か月時点の調査で収集した。

#### 1) 基本属性

母親と父親の年齢、家族構成、父親の労働時間(1日当たり)とした。

#### 2) 里帰り出産

里帰り出産の有無について「しなかった」「妊娠中のみ里帰りした」「妊娠中から出産後にかけて里帰りした」「出産後に里帰りした」の中から回答を求め、「しなかった」との回答を「里帰り出産なし」、それ以外を「里帰り出産あり」とした。

#### 3) 育児不安

吉田ら(2013)による育児不安スクリーニング尺度(4~5か月児用)のうち「育児不安」の11項目を使用した。吉田らは、育児不安尺度として「育児不安」11項目と「夫のサポート」6項目、「育児満足」5項目、「子どもの育てやすさ」4項目、「自信のなさ」5項目、「相談相手の有無」3項目の6因子34項目を抽出している。これらの項目は、「全くそう思わない」から「よくそう思う」の4段階で評定され、1点から4点が配点されている。Cronbachの $\alpha$ 信頼係数は0.68~0.87で、信頼性・妥当性も確認されている。さらに、この尺度のうち「育児不安」の11項目の合計得点を用いて、平均値+1SD以上の評定範囲を高い育児不安状態にあるとしてスクリーニングし、小児医療・保健関係者が相談・援助する際の評定方法とすることを提案している。この評定についてはSTAIの状態不安との相関も高く基準関連妥当性、再テスト法による信頼性も確認され

ている。本研究においても、この評定方法に従って11項目の合計得点が高いほど育児不安が高く、平均値+1SD以上を育児不安の「高得点群」、それ以外を「低得点群」とした。

#### 4) 夫のサポート、子どもの育てやすさ、相談相手の有無、自信のなさ

吉田ら（1999）による育児不安スクリーニング尺度（1～2か月児用）のうち「夫のサポート」因子の7項目、「子どもの育てやすさ」因子の5項目、「相談相手の有無」因子の3項目、「自信のなさ」因子の5項目を使用した。それぞれの項目は、「全くそう思わない」から「よくそう思う」の4段階で評定され、1点から4点が配点されている。各因子についてはCronbachの $\alpha$ 信頼係数0.73～0.88で信頼性が確認されている。各因子の項目得点が高いほど、母親は「夫からのサポートが得られていると感じている」「育てやすい子どもであると感じている」「相談相手があり、そのことを肯定的に捉えている」「子どもをうまく育てられていないと感じている」とした。

#### 5) 育児負担感

中嶋ら（1999）による育児負担感指標の8項目を使用した。この尺度は、「子どもの世話のためにかなり自由が制限されていると感じることがある」「子どもとの関わりで腹をたてることがある」など8項目で、母親の児に対するネガティブな感情（「否定的感情認知4項目」と育児に伴う母親自身の社会的活動の制限に関連した内容（「社会的活動制限の認知4項目」）が測定でき、信頼性、妥当性が確認されている。この尺度は、「全くない（0点）」から「いつもある（4点）」の5件法で、得点が高いほど母親の育児負担感が高いとした。

#### 6) 育児支援行動

成瀬ら（2009）が中山ら（2003）の育児支援行動尺度を参考に、回答者が父親になるように修正した尺度を使用した。母親に対する具体的な支援行動に関する項目である「母親への情緒的支援行動」と、育児や家事の具体的な実施項目である「育児家事行動」の2因子29項目で構成されている。各項目について、普段の行動にあてはまるものを「よくする」

から「しない」までの4段階で評定し、全項目の粗点の合計を項目数で割った得点を用い、得点が高いほど育児支援行動を行っているとした。第1因子のCronbachの $\alpha$ 信頼係数は0.92、第2因子は0.90で信頼性が確認されている。なお、育児家事行動の質問項目の一つである「子どもの食事の世話をする」については、「子どもの食事（ミルク）の世話をする」とした。

### 4. 分析

各項目の記述統計を行った。夫からのサポート、子どもの育てやすさ、相談相手、育児の自信のなさ、育児負担感、育児支援行動についてはそれぞれ得点を算出し、Shapiro-Wilk検定によって非正規分布を確認したため、分析には中央値を用いた。育児不安の低・高得点群に分け、 $\chi^2$ 検定またはFisherの直接確率法、Mann-WhitneyのU検定により各項目について2群の比較を行った。その後、育児不安（低得点群＝0、高得点群＝1）を目的変数とし、単変量解析で $p<0.05$ であった項目を説明変数とした多重ロジスティック回帰分析（変数増加法尤度比）を行った。なお、説明変数間の相関係数が0.4以上の場合にいずれか一方を除外した。解析にはSPSS Statistics ver.25 for Windowsを用い、有意水準は5%とした。

### 5. 倫理的配慮

本研究は、B大学倫理審査委員会（承認番号：17027）での審査および承認を受け実施した。研究協力機関であるA市保健所長に研究の目的、趣旨、方法を説明し、研究協力の同意を得た。対象者への依頼文には、調査の趣旨、方法、調査への協力は任意であること、個人情報を守られること、心身への負担の配慮、研究協力が得られない場合でも不利益はないことを記載し、質問紙の承諾欄への確認および返送をもって同意を得たものとした。

### 6. 用語の定義

本研究では吉田ら（1999）を参考に、育児不安を「母親が子どもを育てる中で感じる疲労感や子育てからの逃避願望、社会からの孤立感を伴う過度に不安な状態」とした。

### Ⅲ. 結果

対象者665組のうち、産後1か月時点での調査では256組（38.5%）、産後6か月時点では221組（33.2%）の回収が得られた。両時点での回答が得られ、さらに両親での回答が揃っていたのは219組（32.9%）であった。このうち、すべての項目に回答のあった218組（32.8%）を分析対象者とした。

#### 1. 基本属性および育児の状況（表2）

父親の平均年齢は33.9±5.3歳、母親は32.2±4.4歳であった。家族構成は「核家族」が96.8%であった。母親の里帰り出産は「妊娠中から出産後」と「出産

後のみ」を合わせて120人（55.0%）であった。育児不安の「高得点群」は全体では36人（16.5%）であり、第1子の場合は14人（13.0%）、第2子以降の場合は22人（20.0%）であった。

#### 2. 育児不安「高得点群」「低得点群」別の基本属性と育児の状況

##### 1) 第1子の場合（表3）

育児不安の区分の「高得点群」は「里帰り出産なし」の割合が有意に高く、母親の「育児負担感」得点および「自信のなさ」得点が有意に高かった。一方で育児不安の区分の「低得点群」は、「子どもの育てやすさ」得点および「相談相手の有無」得点が

表1 調査対象者と回収状況

対象者		回収		
		産後1か月	産後6か月	両時点
母親	665	312 ( 46.9 )	283 ( 42.6 )	280 ( 42.1 )
父親	665	265 ( 39.8 )	224 ( 33.7 )	224 ( 33.7 )
両親	665	256 ( 38.5 )	221 ( 33.2 )	219 ( 32.9 )

値は人・組数、( ) 内は対象者数に対する割合 (%) を表す。

表2 対象者の基本属性と調査項目の記述統計

	全体 N=218	子どもの人数による区分	
		子ども1人 N=108	子ども2人以降 N=110
父親の年齢 <sup>a)</sup>	33.9±5.3	32.5±4.6	35.3±5.6
母親の年齢 <sup>a)</sup>	32.2±4.4	31.2±4.7	33.3±3.9
家族構成 <sup>b)</sup>			
核家族	211 ( 96.8 )	105 ( 97.2 )	106 ( 96.4 )
<u>母親の調査項目</u>			
里帰り出産 <sup>b)</sup>			
しなかった	96 ( 44.0 )	37 ( 34.3 )	59 ( 53.6 )
妊娠中のみ	2 ( 0.9 )	1 ( 0.9 )	1 ( 0.9 )
妊娠中から出産後	65 ( 29.8 )	43 ( 39.8 )	22 ( 20.0 )
出産後のみ	55 ( 25.2 )	27 ( 25.0 )	28 ( 25.5 )
育児不安 <sup>a)</sup>	21.2±6.4	19.9±5.9	22.5±6.7
高得点群 <sup>b)</sup>	36 ( 16.5 )	14 ( 13.0 )	22 ( 20.0 )
夫からのサポート <sup>a)</sup>	22.2±4.8	22.6±4.7	21.8±4.8
育児負担感 <sup>a)</sup>	9.0±5.8	7.9±5.2	10.1±6.3
子どもの育てやすさ <sup>a)</sup>	15.7±3.0	15.6±3.2	15.8±2.9
相談相手の有無 <sup>a)</sup>	10.7±1.9	10.3±2.1	11.1±1.5
自信のなさ <sup>a)</sup>	11.3±3.7	11.6±3.7	11.1±3.7
<u>父親の調査項目</u>			
労働時間（1日当たり） <sup>a)</sup>	10.0±2.4	9.8±2.5	10.1±2.3
育児支援行動 <sup>a)</sup>			
母親への情緒的支援行動	3.3±0.5	3.4±0.4	3.2±0.5
育児家事行動	3.1±0.5	3.1±0.5	3.1±0.5

a) : 平均値±標準偏差

b) : 値は人数、( ) 内はそれぞれのN数に対する割合 (%) を表す。

**表 3 子どもが第1子の場合の、育児不安「高得点群」「低得点群」別の基本属性と育児の状況**

	育児不安の区分		p値
	低得点群 N=94	高得点群 N=14	
父親の年齢 <sup>a)</sup>	32.0 ( 29.0-35.0 )	34.0 ( 30.0-37.3 )	0.267
母親の年齢 <sup>a)</sup>	31.0 ( 28.0-34.0 )	30.0 ( 26.8-34.3 )	0.598
家族構成 <sup>b)</sup>			
核家族	91 ( 96.8 )	14 ( 100.0 )	0.657
拡大家族	3 ( 3.2 )	0 ( 0.0 )	
<b>母親の調査項目</b>			
里帰り出産 <sup>b)</sup>			
なし	28 ( 29.8 )	9 ( 64.3 )	0.011
あり	66 ( 70.2 )	5 ( 35.7 )	
夫のサポート <sup>a)</sup>	24.0 ( 21.0-27.0 )	21.0 ( 15.3-27.3 )	0.190
育児負担感 <sup>a)</sup>	7.0 ( 4.0-9.0 )	13.0 ( 8.8-17.3 )	<.001
子どもの育てやすさ <sup>a)</sup>	16.0 ( 14.0-19.0 )	13.0 ( 11.8-16.0 )	0.007
相談相手の有無 <sup>a)</sup>	12.0 ( 9.0-12.0 )	8.5 ( 7.0-11.0 )	0.002
自信のなさ <sup>a)</sup>	11.0 ( 9.0-14.0 )	15.0 ( 12.8-18.3 )	<.001
<b>父親の調査項目</b>			
労働時間 (1日当たり) <sup>a)</sup>	10.0 ( 8.0-11.0 )	8.0 ( 8.0-9.3 )	0.044
育児支援行動 <sup>a)</sup>			
母親への情緒的支援行動	3.4 ( 3.1-3.7 )	3.4 ( 3.2-3.7 )	0.808
育児家事行動	3.0 ( 2.7-3.5 )	3.1 ( 2.9-3.5 )	0.380

a)：値は中央値、( )内は四分位範囲を表す。U検定

b)：値は人数、( )内はそれぞれのN数に対する割合 (%) を表す。 $\chi^2$ 検定またはFisherの直接確率法

**表 4 子どもが第2子以降の場合の、育児不安「高得点群」「低得点群」別の基本属性と育児の状況**

	育児不安の区分		p値
	低得点群 N=88	高得点群 N=22	
父親の年齢 <sup>a)</sup>	34.5 ( 31.0-39.0 )	35.0 ( 31.0-36.3 )	0.577
母親の年齢 <sup>a)</sup>	33.0 ( 30.8-36.0 )	32.5 ( 29.0-34.0 )	0.088
家族構成 <sup>b)</sup>			
核家族	84 ( 95.5 )	22 ( 100.0 )	0.404
拡大家族	4 ( 4.5 )	0 ( 0.0 )	
<b>母親の調査項目</b>			
里帰り出産 <sup>b)</sup>			
なし	47 ( 53.4 )	12 ( 54.5 )	0.924
あり	41 ( 46.6 )	10 ( 45.5 )	
夫のサポート <sup>a)</sup>	22.5 ( 19.0-25.3 )	22.5 ( 16.8-26.0 )	0.967
育児負担感 <sup>a)</sup>	9.0 ( 4.8-12.3 )	11.5 ( 8.0-18.0 )	0.003
子どもの育てやすさ <sup>a)</sup>	16.0 ( 14.0-18.0 )	15.5 ( 14.8-19.0 )	0.715
相談相手の有無 <sup>a)</sup>	12.0 ( 11.0-12.0 )	11.0 ( 9.8-12.0 )	0.043
自信のなさ <sup>a)</sup>	10.0 ( 8.0-13.0 )	12.5 ( 10.8-15.0 )	0.004
<b>父親の調査項目</b>			
労働時間 (1日当たり) <sup>a)</sup>	10.0 ( 9.0-12.0 )	9.5 ( 8.0-10.0 )	0.394
育児支援行動 <sup>a)</sup>			
母親への情緒的支援行動	3.2 ( 2.9-3.6 )	3.3 ( 2.7-3.7 )	0.691
育児家事行動	3.1 ( 2.7-3.5 )	3.2 ( 2.8-3.5 )	0.706

a)：値は中央値、( )内は四分位範囲を表す。U検定

b)：値は人数、( )内はそれぞれのN数に対する割合 (%) を表す。 $\chi^2$ 検定またはFisherの直接確率法

有意に高く、父親の「労働時間（1日あたり）」は有意に長かった。

## 2) 第2子以降の場合（表4）

育児不安の区分の「高得点群」は、母親の「育児負担感」得点および「自信のなさ」得点が有意に高かった。一方で育児不安の区分の「低得点群」は、「相談相手の有無」得点が有意に高かった。

## 3. 産後6か月の母親の育児不安に関連する産後1か月時点の要因

### 1) 第1子の場合（表5）

第1子の場合の、産後6か月の母親の育児不安（高得点群＝1、低得点群＝0）を目的変数とした多重ロジスティック回帰分析では、母親の育児不安に関連する要因は、「里帰り出産（なし）」（OR＝4.710、95%CI：1.128-19.671）、「自信のなさ得点（1点増）」（OR＝1.413、95%CI：1.099-1.819）、「育児負担感得点（1点増）」（OR＝1.165、95%CI：1.011-1.343）であった。この回帰式におけるモデル $\chi^2$ 検定は $p<0.001$ 、判別適合率は88.9%でありモデルは適合していると判断した。

### 2) 第2子以降の場合（表6）

第2子以降の場合の、産後6か月時点の母親の育児不安（高得点群＝1、低得点群＝0）を目的変数とした多重ロジスティック回帰分析では、母親の育児不安に関連する要因は、「育児負担感得点（1点

増）」（OR＝1.132、95%CI：1.049-1.222）であった。この回帰式におけるモデル $\chi^2$ 検定は $p=0.001$ 、判別適合率は82.7%でありモデルは適合していると判断した。

## IV. 考察

### 1. 対象の特性と育児の状況

本研究の対象である母親の平均年齢は、第1子の場合には $31.2\pm 4.7$ 歳であった。内閣府（2020）によると、2018年の第1子出産時の母親の平均年齢は30.7歳となっており、ほぼ同程度の年齢であった。一方、家族構成をみると、児童のいる世帯のうち核家族世帯は82.5%となっており（厚生労働省, 2019）、本研究の対象者は核家族世帯の割合が多い集団であった。これは、大都市を含む都道府県や西日本は世帯規模が小さい（総務省統計局, 2018）といった地域の特性が影響しているものと考えられる。里帰り出産の状況では、初産婦の33.6%、経産婦の54.6%が里帰りをしなかったとの報告があり（ベネッセ教育総合研究所, 2015）、本研究の対象と同程度の割合であった。吉田ら（2013）は、生後4－5か月の第1子の母親293人を対象に、育児不安を測定し平均値が $21.28\pm 5.76$ 点であった。本研究でも同じ尺度を用いて測定し、結果は $19.9\pm 5.9$ 点と同程度の点数で

**表5 子どもが第1子の場合の、産後6か月の母親の育児不安「高得点群」に関連する産後1か月時点の要因**

変数	偏回帰係数	p値	オッズ比	オッズ比の95%信頼区間	
				下限	上限
里帰り出産（なし）	1.550	0.034	4.710	1.128	19.671
自信のなさ得点（1点増）	0.346	0.007	1.413	1.099	1.819
育児負担感得点（1点増）	0.153	0.035	1.165	1.011	1.343
定数	-7.240	<.001	0.001		

モデル $\chi^2$ 検定  $p<0.001$ , 判別の中率 88.9%

**表6 子どもが第2子以降の場合の、産後6か月の母親の育児不安「高得点群」に関連する産後1か月時点の要因**

変数	偏回帰係数	p値	オッズ比	オッズ比の95%信頼区間	
				下限	上限
育児負担感得点（1点増）	0.124	0.001	1.132	1.049	1.222
定数	-2.768	<.001			

モデル $\chi^2$ 検定  $p=0.001$ , 判別の中率 82.7%

あった。また、育児不安の「高得点群」は12.2%が該当したと報告されており（吉田他, 2013）、これも本研究の13.0%と同程度の割合であった。成瀬ら（2009）は、保育所1,2歳児の父親189人に対して調査を行い、母親への情緒的支援行動の平均得点を $3.27 \pm 0.50$ 点、育児家事行動 $3.15 \pm 0.54$ 点であったことを報告している。対象年齢が異なるため単純に比較はできないものの、本研究の $3.3 \pm 0.5$ 点、 $3.1 \pm 0.5$ 点と同程度の点数であった。

以上より、本研究の対象者は核家族世帯の割合が多いという特徴はあるものの、その他の状況については先行研究と同じような特性であると考えられる。

## 2. 育児不安の関連要因

産後6か月時点の母親の育児不安「高得点群」と関連があった産後1か月時点の要因は、第1子の場合は「里帰り出産（なし）」「育児負担感得点（1点増）」「自信のなさ得点（1点増）」、第2子以降の場合は「育児負担感得点（1点増）」であった。

「里帰り出産」が関連していたことについて、山崎ら（2018）は相談相手としての夫または祖父母の存在は育児不安の低さと有意な関連があることを報告している。産後1か月の母親は、内分泌の急激な変化により身体的・心理的に影響を受けるとともに、新たな家族を迎え、生活スタイルの面でも大きな変化があること、生後1か月頃の乳児が睡眠・覚醒および哺乳のリズムが不安定であることなどにより、心身が疲労することでサポートに対するニーズが高まると考えられる。本研究では、父親のサポートは母親の育児不安に関連がないという結果であり、関連があったのは「里帰り出産」であったことから、祖父母によるサポートが育児不安の軽減に有用であったと思われる。ただし、今回は里帰り出産の有無のみを調査したため、里帰りをしてもサポートを得ていない可能性や、里帰りをしなくても産後に家事や育児の手助けや助言が得られる可能性もある。さらに、産後1か月時点で拡大家族であることが、産後4か月時点での抑うつ状態に影響する要因の一つであったとの報告もあるため（松原他, 2012）、本研究の結果のみによる解釈は困難であり、今後は誰

からどのようなサポートを得ていたのかということを含めて調査・分析する必要がある。

産後1か月の母親の「育児負担感」は出生順位に関わらず育児不安に関連していた。産褥期はホルモンバランスの変動や身体の回復過程にあり、心身ともに負担の少ない生活を送ることが大切であるが、児の授乳やおむつ交換に昼夜を問わず対応しなければならず、「育児負担感」が強まることが想定される。特に、第2子以降の母親については、核家族化が進行する中できょうだい児の子育ても担っている可能性があり、そのことにより「育児負担感」が高まっていると考えられる。山口ら（2017）も、経産婦の産後6か月のEPDS得点に影響する要因として、初めて経験する「上の子どもの世話」を報告している。さらに、産科退院後1か月間の母親自身の問題として、初産婦の72.2%、経産婦の61.3%に睡眠不足・疲労感があったとの報告（島田他, 2006）もあるため、第1子の母親と第2子以降の母親の「育児負担感」の背景に着目して支援することが重要であろう。

「自信のなさ」は第1子の母親の育児不安に関連があった。産後1か月の時点で初産婦は経産婦に比べて「親としての自信」が低いとの報告（田中, 2007）や乳児の泣き声は何を要求しているのかわからないとの報告（飯田他, 2003）がされており、子どもの反応を捉えて、親としての確かな対応がとれないことが「自信のなさ」につながっていると思われる。さらに、「育児に自信がない」と思い、「あかちゃんの皮膚トラブルの対応を知りたい」「あかちゃんの世話に関する知識を知りたい」などのニーズ得点有意に高かったとの報告（磯山, 2018）もある。以上のことから、正しい育児知識と子育てに関する社会資源を提供するとともに、母親の育児を肯定するような関わりも必要であると考えられる。

一方で、父親の「育児支援行動」や母親が認識する「夫のサポート」は、母親の育児不安と関連がなかった。先行研究では、産後1か月時点のEPDS得点と「夫の育児参加」が少ないことの関連（山口他, 2017）や、産後3-4か月時点で「夫」「祖母また

は祖父」を相談相手に選んだ母親は育児不安が低いこと（山崎他, 2018）など、複数の研究で父親によるサポートと、母親の心理的状态に関連があることが報告されているが、本研究では関連を認めなかった。これは、育児不安「高得点群」の件数が少なく、かつ「低得点群」よりも点数が分散していたことが影響していると考えられ、今後は調査件数を増やして分析していく必要があると考えられる。また、高木（2015）は、夫婦の相互評価の一致・不一致と母親の精神的健康が関連すると報告している。今回の結果では、第1子の場合において育児不安の「高得点群」の方が「夫のサポート」を低く評価していたが、父親が評価する「育児支援行動」は両群に差はみられなかった。このように、夫婦の評価が不一致である可能性があり、これによって父親側の要因と母親の育児不安の関連が認められなかったと考えられる。さらに、第1子の場合の単変量解析において、育児不安の「高得点群」の方が父親の労働時間が短かった。これは様々な交絡因子が影響していると思われるが、労働時間が短いにも関わらず、母親が求めるサポートを父親がしていない、あるいは、育児を積極的にしないことが関係している可能性がある。

### 3. 新生児訪問指導事業についての示唆

新生児訪問指導事業は看護専門職者による家庭訪問であり、家庭における親子の様子や環境などを観察し、子どもの成長・発達だけでなく母親の健康状態の把握や、産後うつ状態や育児不安などの健康リスクを早期に発見・対応できる機会である。しかし、一部の自治体においては予算・マンパワー不足などの点から、対象者を第1子や希望者に限定して実施されている現状もある（橋本他, 2007；益邑, 2017）。本研究では、育児不安の「高得点群」の割合が第1子の母親は13.0%、第2子以降の母親は20.0%であった。橋本ら（2008）も同様に、初産と経産の母親の不安と心配事の高い時期は異なっており、家庭訪問の時期を別々に考えるなど、経産の母親に対しても家庭訪問が必要であることを明らかにしている。以上のことから新生児訪問指導事業の対象を里帰り出産の時期に配慮しながら、初産婦に限定せずに実施

することが望まれる。

また、育児不安との関連については、第1子と第2子以降の母親に共通して「育児負担感」が明らかになった。「育児負担感」については第1子の母親の場合は慣れない育児を初めて行うことによる負担、第2子以降の母親の場合は複数の子どもの育児を初めて行うことによる負担があり、ここに父親の育児支援行動や家族構成など各家庭の背景が影響すると考えられる。この育児負担を軽減するためには社会資源などの情報提供にとどまらず、母親の考え方や生活環境などを考慮し、母親個人に応じた育児に取り組めるように支援していくことが大切である。

第1子の母親については「自信のなさ」と育児不安との関連が明らかになった。鈴木ら（2009）は、産後4か月児の母親が親としての自信を得るプロセスを明らかにし、子どもの成長や母親自身の成長の変化を気付かせる関わりの重要性を示唆している。したがって、新生児訪問指導事業においても育児技術の指導だけでなく、子どもの変化を伝えることで成長・発達を母親と一緒に確認し、先の見通しが持てるような指導を行う必要がある。また、母親自身の育児についても労い、称賛し母親としての成長を実感できるように支援していく必要がある。

### 4. 研究の限界と今後の課題

本研究は一都市を対象にした調査研究であり、結果を一般化することは限界がある。しかし、乳児の子育て状況について、両親を対象に縦断調査を実施した研究は他になく、子育て支援に関する貴重な示唆を得ることができた。今後は調査対象の地域を増やすとともに、支援策を検討するために、本研究で明らかになった要因の背景を検証する必要がある。

## V. 結語

産後6か月の母親の育児不安に関連する要因として、産後1か月時点で第1子の場合には「里帰り出産」「育児負担感」「自信のなさ」、第2子以降の場合は「育児負担感」が明らかになった。出生順位によって、母親の育児不安を予防する視点の違いを意

識して支援する必要性が示唆された。

## 利益相反

本研究は、平成29～31年度科学研究費助成事業若手研究 (B) : 17K17554 (研究代表者: 足立安正) の助成を受けて行った。本研究に関して開示すべき利益相反はない。

## 謝辞

本研究の調査にご協力いただきましたお母様方、お父様方、ならびに保健所職員の皆様に心から感謝申し上げます。

## 文献

ベネッセ教育総合研究所 (2015). 産前産後の生活とサポートについての調査. 2020年8月19日, [https://berd.benesse.jp/up\\_images/research/sanzensango.pdf](https://berd.benesse.jp/up_images/research/sanzensango.pdf).

原田正文 (2006): 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虐待予防. 名古屋大学出版会, 愛知.

橋本美幸, 江守陽子 (2007): 市町村の母子保健サービスとしての新生児訪問指導事業の現状と課題. 母性衛生, 48 (2), 262-270.

飯田美代子, 宮里和子 (2003): 「わたしの育児日記」利用者の育児に関する心配ごとと育児日記との関連. 母性衛生, 44 (2), 250-259.

磯山あけみ (2018): 産後1か月の母親の心身の自覚に関連する要因の検討. 上智大学総合人間科学部看護学科紀要, No.4, 13-21.

興石薫 (2002): 母親の自己注目傾向と育児不安について. 小児保健研究, 61 (3), 475-481.

厚生労働省 (2013). 「健やか親子21」最終評価報告書. 2020年8月19日, <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-11901000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Soumuka/0000035406.pdf>

厚生労働省 (2015). 平成27年版厚生労働白書. 2020年8月19日, <https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/15/>

益邑千草 (2017): 乳児家庭全戸訪問事業 (こんには赤ちゃん事業) の現状と課題. 小児保健研究, 76 (4), 306-311.

松原直実, 堀田法子, 山口孝子 (2012): 育児期の母親の抑うつ状態に関する縦断的研究. 小児保健研究, 71 (6), 800-807.

森本真寿代, 南里美貴, 山内翠, 永松美雪 (2015): 母親が入院中に受けたと認識する育児支援と産後1ヵ月までの育児不安との関連. 母性衛生, 56 (1), 154-161.

元山彩織 (2018): 新生児訪問事業における効果と課題. 中京学院大学看護学部紀要, 8 (1), 1-13.

内閣府 (2020): 令和元年度少子化の状況及び少子化への対処施策の概況 (令和2年版少子化社会対策白書). 2020年8月19日, <https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2020/r02pdfhonpen/pdf/sl-3.pdf>

中嶋和夫, 齋藤友介, 岡田節子 (1999): 母親の育児負担感に関する尺度化. 厚生指標, 46 (3), 11-18.

中山美由紀, 三枝愛 (2003): 1歳6か月児をもつ母親に対する父親の育児支援行動. 母性衛生, 44 (4), 512-520.

成瀬昂, 有本梓, 渡井いずみ, 村嶋幸代 (2009): 父親の育児支援行動に関連する要因の分析. 日本公衆衛生雑誌, 56 (6), 402-410.

大村典子, 光岡攝子 (2006): 妊娠期から生後1年までの児に対する母親の愛着とその経時的変化に影響する要因. 小児保健研究, 65 (6), 733-739.

島田三恵子, 杉本充弘, 縣俊彦, 新田紀枝, 関和男, 大橋一友, 村上睦子, 中根直子, 神谷整子, 戸田律子, 盛山幸子 (2006): 産後1か月間の母子の心配事と子育て支援のニーズに関する全国調査—初経産別, 職業の有無による検討—. 小児保健研究, 65 (6), 752-762.

総務省統計局 (2018). 平成27年国勢調査 我が国

- 人口・世帯の概観 第10章世帯数、世帯の家族類型. 2020年8月19日, <https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2015/pdf/waga10.pdf>
- 鈴木由紀乃, 小林康江 (2009): 産後4か月の母親が母親としての自信を得るプロセス. 日本助産学会誌, 23 (2), 251-260.
- 高橋有里 (2007): 乳児の母親の育児ストレス状況とその関連要因. 岩手県立大学看護学部紀要, 9, 31-41.
- 高木静 (2015): 産後2～3か月の母親の精神的健康とパートナーのソーシャルサポートとの関連—夫婦の相互評価の一致・不一致に焦点をあてて—. 小児保健研究, 74 (1), 121-129.
- 武井祐子, 寺崎正治, 門田昌子 (2006): 幼児の気質特徴が養育者の育児不安に及ぼす影響. 川崎医療福祉学会誌, 16 (2), 221-227.
- 田中和子 (2007): 産後1か月の母親に関する育児適応に影響を与える要因の検討. 日本助産学会誌, 12 (2), 71-76.
- 都筑千景, 金川克子 (2003): 産後1か月前後の母親に対する看護職による家庭訪問の効果—母親の不安と育児に対する捉え方に焦点を当てて. 日本公衆衛生雑誌, 49 (11), 1142-1151.
- 山口扶弥, 田川紀美子, 藤野成美 (2017): 乳児をもつ母親の育児不安に関する縦断的研究: 経産婦と初産婦の傾向と支援対策の検討. 広島都市学園大学雑誌: 健康科学と人間形成, 3 (1), 13-23.
- 山崎さやか, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎 (2018): 乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連. 日本公衆衛生雑誌, 65 (7), 334-346.
- 吉田弘道, 山中龍宏, 巷野悟郎, 太田百合子, 中村孝, 山口規容子, 牛島廣治 (1999): 育児不安スクリーニング尺度の作成に関する研究—1・2か月児の母親用試作モデルの検討—. 小児保健研究, 58 (6), 697-704.
- 吉田弘道 (2012): 育児不安研究の現状と課題. 専修人間科学論集心理学篇, 2 (1), 1-8.
- 吉田弘道, 山中龍宏, 巷野悟郎, 太田百合子, 山口規容子, 牛島廣治 (2013): 育児不安尺度の作成に関する研究 (その1): 4・5か月児、および、10・11か月児の母親用モデル. 小児保健研究, 72 (5), 680-689.