

母親の子育てに関する相談相手と そこから得られる安心感について

Who is the best consultant for the mother with young children?

友田 貴子¹

Atsuko TOMODA

久保 貴子²

Takako KUBO

加藤 康子³

Yasuko KATO

坂本 美穂子⁴

Mihoko SAKAMOTO

清水 茜⁵

Akane SHIMIZU

清水 茉衣⁶

Mai SHIMIZU

1. 問題・目的

現代の日本では少子化が進んでいる。高度経済成長期やそれ以前にはあたりまえのように子どもがそこにおり、子どもを育てることは「多数派」の所作であった。しかし現在では子どもを育てることも「少数派」になってしまい、子育てには以前に増して困難が生じるようになった。

困難が生じた場合、親が自分の力で解決することができればよいのだが、その内容や程度によっては自分（たち）だけで解決することが難しい場合もある。そのようなとき、子育て中の親は誰に相談したらいいのだろうか。

これまでの研究としては、育児中の母親の相談相手について報告している勝木、森川、井上(2008)の研究がある。この研究の結果では、相談相手として最も多かったのがパートナー（配偶者）で64.8%（複数選択可）、つづいて子どもの祖父母（63.7%）、知人（33.1%）、他の親戚（26.2%）、医師・保健師・看護師（3.4%）となっていた。また、土江田、中川、土屋、永森、小林、

堀内（2007）の研究では、相談相手として配偶者、友人・知人、自分の親の順で選ばれていると報告されている。また、厚生労働省の乳児健康度に関する継続的比較研究（厚生労働省,2010）によれば、母親の育児の相談相手は配偶者79%、祖父母67%、友人66%、保育士・幼稚園の先生25%、近所の人14%、かかりつけの医師10%、保健師・助産師4%（複数選択可）で、近所の人以外は10年前の調査と比較して各数値が10ポイントから20ポイント程度上昇していた。また、これらの数値について、子どもの年月齢で大きな差異は認められていない。

このように先行研究では、育児の相談相手として配偶者、自分や配偶者の親、友人・知人、医師などが選ばれていることが示されたが、本研究ではさらに進めて、どのような内容の相談を誰にするのかということに注目して調査を行った。また、育児の相談をした結果、どの程度安心感が得られたのかについても検討した。

本研究は、親が楽しく子育てをするためにはどのようなこと（要因）が必要なのかということ

1 人間社会学部心理学科

2 特定非営利活動法人ヒビネス

3 さいたま市総合療育センター ひまわり学園

4 群馬県スクールカウンセラー

5 人間社会学部心理学科2011年度卒業

6 人間社会学部心理学科2012年度卒業

検討するために著者らが立ち上げた「ままぼっとプロジェクト」において行われた質問紙調査の一部を分析し発表するものである。埼玉県A市保健センターに乳幼児健康診査（以下、乳幼児健診）で訪れる乳幼児（4ヶ月児、1歳6ヶ月児、3歳児）の保護者を対象とし、月齢ごとの比較も行った。

2. 方法

埼玉県内A市の保健センターにて行われている乳幼児健診に来所した乳幼児の母親・父親を対象に質問紙調査を実施した。調査は2011年と2012年の2回実施された。今回は1回目の調査（母親対象）のデータのみ分析に使用した。

(1) 対象者

2011年の調査は4月はじめから6月半ばまでに乳幼児健診に訪れた母親全員に配布された（ごく少数ながら、受け取りを拒否された例があった）。4か月児、1歳6ヶ月児、3歳児健診それぞれにおいて、調査票を各200部準備し、すべての配布が終わるまで続けた。本論文では紹介しないが、質問紙調査に協力された方のなかから10名程度の方には別途インタビュー調査にご協力いただいた（久保, 2012; 坂本, 2013参照）。

回収され、不備な点がある回答を除いた有効回答数は、4か月児の母親が80名、1歳6ヶ月児の母親が58名、3歳児の母親が59名であった。

職業については、それぞれ以下の通りである。4か月児の母親については、専業主婦43名（54.4%）、会社員などの常勤職27名（34.2%）、派遣・委託社員3名（3.8%）、パートタイム・アルバイト1名（1.3%）、自営業・家族従業5名（6.3%）、1歳6ヶ月児の母親については、専業主婦36名（62.1%）、会社員などの常勤職11名（19.0%）、パートタイム・アルバイト5名（8.6%）、自営業・家族従業6名（10.3%）、3歳児の母親については、専業主婦34名（57.6%）、会社員な

どの常勤職8名（13.6%）、派遣・委託社員3名（5.1%）、パートタイム・アルバイト12名（20.3%）、自営業・家族従業2名（3.4%）であった。

4か月児の母親で会社員などの常勤職、派遣・委託社員、パートタイム・アルバイトの人は調査時点で1名を除き育児休暇（育休）を取っていた。自営業・家族従業の人は全員が仕事を続けていた。1歳6ヶ月児の母親については、会社員などの常勤職、パートタイム・アルバイトの人の中で仕事を続けている人が11名、育休を取っている人が6名であった。また、自営業・家族従業の人では、仕事を続けている人が4名、育休を取っている人が2名であった。3歳児の母親では、会社員などの常勤職、派遣・委託社員、パートタイム・アルバイトの人で仕事を続けている人が21名、育休中の人が2名であり、自営業・家族従業の人では、仕事を続けている人が2名であった。

(2) 調査票の構成

2011年の調査では調査票に、子どもの気質尺度（武井・寺崎・門田, 2007を参考に作成）、育児ストレス・ストレス尺度（手島・原口, 2003）、育児不安尺度（手島・原口, 2003を参考に作成）、母親の気質尺度（ベネッセ次世代育成研究所「第1回妊娠出産子育て基本調査報告書」ベネッセコーポレーション, 2007）、育児環境について（ベネッセ次世代育成研究所「第1回妊娠出産子育て基本調査報告書」ベネッセコーポレーション, 2007を参考に作成）、精神健康調査票（28項目の短縮版：GHQ-28）（日本語版：中川・大坊, 1995）を含んでいた。

本研究では育児環境に関する部分を分析した。「次のような子育てについての悩みや不安を相談したことがありますか。『ある』と答えた方は、その相手に相談したことによってどのような気持ちになりましたか」と教示し、以下の7つの内容について質問した。4か月児については、「1. 発育（身長や体重など）・発達（首の座りなど）

について」、「2. 生活のリズム (睡眠・排泄など) について」、「3. 子どもの遊び場 (公園・支援センターなど) の情報について」、「4. 母乳やミルクのことについて」、「5. 病気 (風邪など) やアレルギーについて」、「6. 子どもの性質や性格について」、「7. 子どものしつけについて」の7つそれぞれについて、以下の相手に相談したことがあるかどうかについて問い、あれば相談した結果どのような気持ちになったかを「1. 不安になった」、「2. どちらでもない」、「3. 安心した」の中から選んでもらった。相談の相手としては、「配偶者」、「あなたの親 (自分の親)」、「配偶者の親」、「きょうだいや親戚」、「友人・知人」、「子育てサークルの仲間」、「インターネット上の仲間」、「保育士・幼稚園教諭」、「産婦人科・小児科の医師・看護師・助産師」、「保健師」、「市区町村・民間の子育てサービス窓口の人」、「近所に住む子育て経験のある人」の12種類を設定した。1歳6ヵ月児と3歳児の相談の内容は概ね4ヵ月児と同じであったが、項目1と4については、「1. 発育 (身長や体重など)・発達について」と「4. 歯みがきやトイレトレーニングについて」としたように、発達段階に合った内容や表現に変更した。相談相手や気分の変化については、4ヵ月児とまったく同じ項目や選択肢を設定した。

(3) 手続き

調査票はA市保健センターで行われている乳幼児健診において配布された。乳幼児健診を終えた付添いの保護者 (ほとんどが母親) に調査の趣旨を説明し、協力の意志を示した方に調査票の入った封筒を手渡した。封筒には調査依頼書、調査票、返信用封筒、インタビュー調査への協力依頼書、謝礼のグッズを封入した。

調査は無記名で実施した。調査票は同封の返信用封筒にて郵送してもらった。

(4) 倫理的配慮

調査に関しては配布時に簡単に調査の趣旨を説

明し、配布を承諾した方だけに調査票を手渡した。また、調査依頼書に調査の趣旨についての詳細を記述し、研究責任者の連絡先を記した。

調査票には、回答は任意であること、答えたくない項目には答えなくてもよいことなどを記し、調査に同意する方のみ回答、郵送してもらうよう教示した。GHQ-28は現票を購入して使用したが、採点欄が部分的に簡易に糊付けされており、すきまから下位尺度名などが見えてしまうため、採点表の部分を切り取って調査票に添付した。また同尺度については氏名や生年月日、連絡先などの記入欄があり、記入してもらわないようにするために記入欄に斜線を引きその旨わかるようにした。

調査の結果については次回の健診時に全体の結果を配布する旨を記述した (現時点ですべての月齢について配布を終了している)。その他、調査票やデータの扱いは日本心理学会倫理規定に従った。

3. 結果

相談内容ごと、月齢ごとに、相談相手となった割合の高い順に5つをTable 1に示した。それぞれの割合 (%) とその相手に話してどのような気分になったかの平均値および標準偏差も同表に示した。

4. 考察

どの月齢でも相談相手としてもっとも選ばれているのは配偶者であった。しかし相談の内容によってその順位は異なる。例えば「しつけについて」は圧倒的に配偶者が選ばれる率が高い。これは、しつけは家庭で両親がある程度同じ方針をもっておこなうべきだという考えがあるためではないかと考えられる。

自分の親に相談するとする回答も多かった。相

手は多くの場合、おそらく母親ではないかと推測される。配偶者同様、内容によってその順位は異なるが、配偶者ほど内容に依存せずに相談相手として選ばれているようである。実の母親は子育ての先輩として頼りがいがあることが多いのだろう。

配偶者の親にも比較的高い割合で相談しているが、自分の親ほどではなく、それほど割合が高いとはいえない。また、相談した結果、安心感を得られるかどうかについても、ばらつきが大きいようである。

きょうだいや親戚は相談相手として選ばれにくいと予測していたが、予測と異なり「きょうだい・親戚」に相談する割合もかなり高かった。姉や妹がすでに出産・子育てをしている場合には、とくに相談しやすい相手なのかもしれない。

友人・知人についても、相談内容によっては配偶者や自分の親と同じくらい相談することが多い相手となっていた。相談した結果の気分の変化もばらつきが小さい傾向にあり、おそらく自分にとって快適な回答を示してくれる人を選択して相談している可能性があると考えられる。同年代の友人の場合には、自分と同じように育児中である場合も多いであろうし、「ママ友」ということばがあるように、母親になったことで友だち関係になるという人もいるだろう。同じような環境にある人は同じような悩みをもちやすく、共感や問題の共有が起こりやすいのだろう。

病気や生活のリズムに関することは、内容が内容だけに医師や看護師も相談相手に選ばれていた。そして、医師などに相談した場合には、相談した結果安心感が得られ、また安心感が得られるかどうかのばらつきもとても小さい。しかし、明らかに医師に相談するのが妥当である(病気など)場合でも、上位に選ばれたのはどの月齢でも配偶者と自分の親である。これは、病院に行くかどうかをひとまず身近な人に相談し、その後の行動を

決めているのではないかと考えられる。

保健師については、もっと相談されていると予測していたのだが、相談相手として選ばれることは少なかった。これはアクセスのしにくさが問題なのではないだろうか。今後、行政として、保健センターを活用できるような環境を整えていくことが課題となるのではないかと考えられる。

遊び場の情報などは、友人や育児サークルの仲間が相談相手として多く選ばれていた。同じ環境に置かれているため情報量も多く、上手に情報交換をしていることがうかがえる。

月齢が上がると、保育士や幼稚園教諭に相談することも多くなっていく。これは、母親が育児休暇を終え保育園に入園したり、2歳児から入れる幼稚園に入園することもできて、高月齢の幼児については、保育士などは母親が気軽に相談できる相手だということだろう。お迎えの際などに気になっていることを話してみることもでき、保健師などと比較するとアクセスしやすい状況にあるといえるだろう。

インターネット上で知り合った人への相談の割合は低いものの、何人かの人には選ばれていた。パソコンやスマートフォンの普及で、今後インターネット上での相談は増えていくことが予想される。

以上、本研究では、育児の相談相手として、先行研究で示されたのと同様に、配偶者、祖父母、友人が多く選ばれるという結果が示された。また、相談内容や月齢の違いにより、相談相手が変わってくることも明らかにすることができた。今回は「看護師・助産師」を医師と同じカテゴリーに入れ、「保健師」とは違うカテゴリーに入れて質問してしまったが、アクセシビリティを考えると、「看護師・助産師・保健師」は同じカテゴリーに入れて質問するのが妥当であろう。土江田ら(2007)は妊娠、出産、産褥入院期に母親と助産師との間に築かれた関わりがその後分断されて

しまうことを憂いている。助産師を医師と同じカテゴリーに入れてしまったことで、この点をはっきりさせることができなかった点は今後の課題となろう。また、多くの人に相談できることが本当に良いことなのか、つまりいろんな人に片っ端から相談して一時の慰めを得るよりは、少ない相手でも確実に安心感を得られるような相談相手をもつことが大事なのかもしれない。今後その点に関しても検討したい。

5. 引用文献

- ベネッセコーポレーション (2007) 第1回妊娠出産子育て基本調査報告書 ベネッセコーポレーション
- 勝木洋子, 森川紅, 井上裕子 (2008) 保育所の早朝保育と働く母親の現状. 兵庫県立大学環境人間学部研究報告 10, 113-119.
- 厚生労働省 (2010) 乳児健康度に関する継続的比較研究. 平成22年度厚生労働科学研究費補助金 成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業
- 久保貴子 (2012) 乳幼児をもつ母親の精神的健康と育児不安について—子どもの年齢別にみた違い—. 埼玉工業大学人間社会研究科心理学専攻臨床心理学教育研究分野2011年度修士論文 (未刊行)
- 中川泰彬・大坊郁夫 (1995) 日本版GHQ精神健康調査票 日本文化科学社
- 手島聖子・原口雅浩 (2003) 乳幼児健康診査を通じた育児支援：育児ストレス尺度の開発. 福岡県立大学看護学部紀要 1, 15-27.
- 寺井裕子・寺崎正治・門井昌子 (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 18, 219-225.
- 坂本美穂子 (2013) 育児期の母親の精神的健康について—母親の就業の有無と性差に焦点をあてて— 埼玉工業大学人間社会研究科心理学専攻臨床心理学教育研究分野2012年度修士論文 (未刊行)
- 土江田奈留美, 中川有加, 土屋円香, 永森久美子, 小林紀子, 堀内成子 (2007) ルカ子母乳育児相談室の実績報告. 聖路加看護大学紀要 33, 85-92.

本研究を実施するにあたりご協力いただいたA市保健センターの皆様、子育てで忙しい中、調査にご協力いただいた皆様により感謝致します。

Table 1. 相談相手と相談の効果の月齢ごとの比較

選択された 順位	4ヶ月児の母親 (N=80)			1歳6ヶ月児の母親 (N=58)			3歳児の母親 (N=59)		
	相談相手	割合 (%)	効果	相談相手	割合 (%)	効果	相談相手	割合 (%)	効果
【1. 発育・発達について】									
1	自分の親	71.3	2.8 (.44)	配偶者	75.9	2.6 (.55)	自分の親	66.1	2.7 (.53)
2	配偶者	67.5	2.7 (.46)	自分の親	65.5	2.7 (.57)	配偶者	64.4	2.5 (.51)
3	友人	55.0	2.9 (.35)	友人	55.2	2.8 (.40)	友人	52.5	3.0 (.18)
4	医師・看護師	50.0	3.0 (.16)	医師・看護師	44.8	2.9 (.43)	医師・看護師	40.7	3.0 (.20)
5	保健師	47.5	2.9 (.27)	配偶者の親	41.4	2.6 (.50)	保健師	40.7	2.9 (.35)
【2. 生活のリズム (睡眠・排泄など) について】									
1	自分の親	63.8	2.7 (.50)	配偶者	62.1	2.4 (.56)	配偶者	69.5	2.6 (.55)
2	配偶者	61.3	2.6 (.50)	友人	51.7	2.9 (.25)	自分の親	61.0	2.7 (.54)
3	友人	47.5	2.9 (.34)	自分の親	44.8	2.7 (.53)	友人	50.8	2.8 (.43)
4	医師・看護師	32.5	3.0 (.20)	きょうだい	24.1	2.9 (.36)	配偶者の親	28.8	2.6 (.71)
5	保健師	31.3	2.8 (.47)	医師・看護師	24.1	2.9 (.27)	保育士	28.8	2.8 (.39)
【3. 子どもの遊び場 (公園・支援センターなど) の情報について】									
1	友人	41.3	2.9 (.36)	友人	63.8	2.8 (.48)	友人	59.3	2.9 (.29)
2	配偶者	30.0	2.6 (.50)	配偶者	29.3	2.6 (.51)	配偶者	37.3	2.6 (.49)
3	サークル仲間	18.8	2.9 (.35)	きょうだい	24.1	2.8 (.43)	自分の親	16.9	2.7 (.48)
4	自分の親	15.0	2.8 (.45)	サークル仲間	24.1	2.8 (.58)	きょうだい	15.3	2.9 (.33)
5	保健師	12.5	2.8 (.42)	自分の親	19.0	2.4 (.51)	サークル仲間	13.6	2.6 (.74)
【4. 母乳やミルクのことについて】 (4ヶ月児) 【4. 歯みがきやトイレトレーニングについて】 (1歳6ヶ月児・3歳児)									
1	自分の親	63.8	2.8 (.50)	配偶者	56.9	2.4 (.60)	配偶者	71.2	2.6 (.50)
2	医師・看護師	56.3	3.0 (.21)	友人	46.6	2.6 (.63)	自分の親	54.2	2.6 (.62)
3	配偶者	53.8	2.6 (.55)	自分の親	39.7	2.5 (.67)	友人	52.5	2.8 (.37)
4	友人	46.3	3.0 (.16)	きょうだい	29.3	2.7 (.61)	きょうだい	28.8	2.7 (.70)
5	保健師	36.3	2.9 (.41)	配偶者の親	19.0	2.6 (.51)	保育士	25.4	3.0 (.00)
【5. 病気 (風邪など) やアレルギーについて】									
1	配偶者	61.3	2.6 (.50)	配偶者	69.0	2.4 (.66)	配偶者	71.2	2.5 (.55)
2	自分の親	58.8	2.7 (.44)	自分の親	56.9	2.6 (.60)	自分の親	62.7	2.5 (.69)
3	医師・看護師	48.8	2.9 (.43)	医師・看護師	51.7	2.9 (.25)	医師・看護師	54.2	2.9 (.30)
4	友人	27.5	2.8 (.40)	友人	44.8	2.7 (.53)	友人	35.6	2.7 (.46)
5	配偶者の親	22.5	2.4 (.61)	配偶者の親	39.7	2.7 (.56)	きょうだい	27.1	2.7 (.48)
【6. 子どもの性質や性格について】									
1	配偶者	70.0	2.7 (.51)	配偶者	72.4	2.5 (.50)	配偶者	81.4	2.6 (.49)
2	自分の親	60.0	2.7 (.50)	自分の親	58.6	2.5 (.56)	自分の親	76.3	2.6 (.50)
3	友人	30.0	2.8 (.38)	友人	37.9	2.7 (.46)	友人	52.5	2.8 (.41)
4	配偶者の親	26.3	2.7 (.46)	配偶者の親	31.0	2.3 (.69)	きょうだい	37.3	2.7 (.48)
5	保健師	18.8	2.9 (.52)	きょうだい	25.9	2.5 (.64)	保育士	33.9	2.7 (.47)
【7. 子どものしつけについて】									
1	配偶者	60.0	2.7 (.47)	配偶者	70.7	2.4 (.63)	配偶者	81.4	2.5 (.54)
2	自分の親	46.3	2.8 (.50)	自分の親	44.8	2.5 (.65)	自分の親	67.8	2.5 (.55)
3	友人	32.5	2.8 (.40)	友人	20.7	1.3 (.47)	友人	49.2	2.8 (.41)
4	配偶者の親	25.0	2.7 (.59)	配偶者の親	19.0	2.5 (.67)	きょうだい	32.2	2.8 (.42)
5	きょうだい	17.5	2.9 (.27)	きょうだい	32.8	2.6 (.69)	配偶者の親	27.1	2.4 (.63)

相談後の気持の変化 (効果) は、「1. 不安になった」「2. どちらでもない」「3. 安心した」で評価し、便宜上間隔尺度として扱った

きょうだい=きょうだいや親戚

友人=友人・知人

サークル仲間=子育てサークルの仲間

保育士=保育士・幼稚園教諭

医師=産婦人科・小児科の医師・看護師・助産師