

子どもが誕生後1年間における父母の  
家族関係と精神衛生に関する調査



## 〔目次〕

はじめに	-----	1 p
第 I 部. アンケート調査のまとめ	-----	2 p ~19 p
1. 参加者数と概要	-----	2 p
2. 全般的健康状態について	-----	3 p
3. 産後の支援状況について	-----	3 p ~4 p
4. 夫婦の会話について	-----	5 p
5. 精神状態について	-----	5 p ~6 p
6. 家族関係について	-----	7 p ~8 p
7. ストレスについて	-----	9 p ~11 p
8. 父母の精神状態の関連について	-----	11 p
9. 精神状態と家族関係との関連について	-----	12 p ~13 p
10. 児の成長の実感や親としての成長について	-----	13 p
11. 自由記述内容 母親	-----	14 p ~16 p
自由記述内容 父親	-----	17 p ~19 p
第 II 部. インタビュー調査のまとめ	-----	20 p ~22 p

## 〔研究組織〕

長崎県立大学シーボルト校 看護栄養学部看護学科 (元佐賀大学医学部看護学科)	教 授	藤野 裕子(旧姓山川)
佐賀大学医学部看護学科	講 師	藤本 裕二
日本赤十字九州国際看護大学 (元福岡女学院看護大学)	講 師	森中 恵子

## 〔研究協力〕

医療法人エス・ダブリュー・シー 真田産婦人科麻酔科クリニック

## はじめに

この調査は、日本学術振興会の科学研究費補助金(基盤研究 C)を受け、平成 22 年度～24 年度にかけて、福岡県内の産婦人科にご協力を頂き実施しました。

妊娠・出産は女性にしかできない体験ですが、育児は父母共に体験するライフイベントです。母親の産後うつ病の発症率は約 10～15%と言われ、決して少なくない現状にあります。同様に、近年パートナー(母親)の妊娠中から産後の期間に、うつ状態となる男性(父親)の存在が明らかになり、**paternal postpartum depression(PPD)** や **paternal postnatal depression(PPND)** と呼び報告されています。

母子保健医療の領域では、産後うつ病の予防や早期対応において様々な取り組みが行われていますが、赤ちゃんの健全な育成のためには、母親への支援だけでなく父親も含めた家族の精神衛生は非常に重要な課題です。これまでの調査(2008 年, 2009 年)でも、産後の母親の精神状態には、パートナー(父親)の存在が影響することが示されています。

そこで、本調査では、養育期の中でも一番変化が大きいと思われる子どもが 1 歳になるまでに着目し、母親に加えて父親に対する調査も実施しました。今回は、ご夫婦(父親・母親双方)で調査に参加された方に絞り、以下の構成でまとめました。

第 I 部は、ご出産された方(母親)とそのパートナー(父親)の双方が調査に参加し、子どもが新生児期(母親は退院時)・生後 1 ヶ月時・生後 3 ヶ月時・生後 6 ヶ月時・生後 1 年時の 5 時点全てのアンケートにご回答頂いたご夫婦について集計・分析しました。『子どもが誕生後 1 年間における父母の家族関係と精神衛生に関するまとめ』とし、家族(夫婦)関係と精神的側面を中心にまとめました。

第 II 部は、全てのアンケート終了時(子どもが生後 1 年時)に、これまでの育児生活の状況及びパートナーとの関係について、インタビューした内容について、父親・母親別々に『父親(もしくは母親)から観た子どもが誕生後 1 年間のパートナーとの関わり』としてまとめました。

本調査は、子どもが誕生後 1 年間という大変な中、皆様のご協力を得て、貴重なデータを得ることができました。出産・育児は大変ではありますが、喜びや人間としての成長をもたらすライフイベントであり、大部分の方は安定した状態です。そのうち、少数ではありますが、うつ状態になる父母を見出し、家族関係の側面から検討しました。これまでも、誕生時と生後 1 ヶ月時に母親を対象とした調査を実施し、退院時は問題なくても産後 1 ヶ月間でうつ状態になる母親の存在を明らかにしました。そこで、退院後から産後 1 ヶ月間までの間の支援を検討し、「2 週間健診」や「電話訪問」、「おっばいホットライン」などの取り組みを始めました。同様に、今回の調査結果を生かし、子育て期にある家族全体を捉えた健康支援のあり方及び個別なニーズや状況に応じた支援を検討したいと考えています。

# 第 I 部

## 子どもが誕生後 1 年間における父母の家族関係と精神衛生に関する アンケート調査のまとめ

### 1. 参加人数

今回の調査期間に対し、545 名のお母様方に同意を頂きました。  
加えてご主人もご参加頂いたご夫婦は 364 組でした。

今回、子どもが誕生後 1 年間の 5 時点〔出産後の退院時(父親は新生児期)、生後 1 ヶ月時、生後 3 ヶ月時、生後 6 ヶ月時、生後 1 年時〕を継続して調査しました。以後、〔退院時又は新生児期〕を「0M」、〔生後 1 ヶ月時〕を「1M」、〔生後 3 ヶ月時〕を「3M」、〔生後 6 ヶ月時〕を「6M」、〔生後 1 年時〕を「1Y」と表示しました。

第 1 回目の調査は 364 組から開始し、調査時点毎に表 1 に示したように回収数が減り、今回は、5 時点全ての調査時に継続して協力が得られた 97 組のアンケート結果についてまとめました。

表 1 調査時期別の回収人数

対象者	0M	1M	3M	6M	1Y
父親	364	200	176	155	137
母親	364	228	206	194	172

### 2. 参加者の概要

97 組中「第 1 子」のご夫婦の方が多く、うち大部分(84.6%)  
の子どもの(退院時)健康状態は問題ありませんでした。

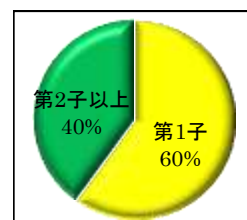


図1 子どもの数

#### 【母親の概要】

普通分娩で出産した方が 86.8%を占め、平均年齢 30.9(±5.1)歳で 16 歳から 44 歳までの幅広い年齢層の方に協力頂きました。核家族の家庭が 87.9%，産後に里帰りをした方は 58.8%でした。出産前に仕事を持っていた人は 39.9%，ほぼ産後 8 週までは産後休暇を取り、産後 3 ヶ月で 3.9%，産後 6 ヶ月で 6.2%，産後 1 年で 18.0%の人が、復職を含み仕事を始めていましたが、産後 1 年間を通して過半数が専業主婦でした。

#### 【父親の概要】

平均年齢 33.8(±5.4)歳で、母親同様 23 歳から 51 歳までの幅広い年齢層の方に協力頂きました。約 98.9%の方が有職者(うち、公務員を含む正規雇用が 86.5%)でした。今回の子どもの誕生に際して、既に育児休業を取った人が 4.2%，今後取る予定の人が 3.2%でした。制度はあるが今回は取らないが 70.5%，制度がなく取れない人が 22.1%でした。今回その「理由」を聞いていないため詳細は不明ですが、育児休業制度があっても取りにくい父親が多いと思われます。

### 3. アンケート調査の結果

父親と母親共にある調査項目については、父母を対比させながら説明していきます。

#### 1) 全般的健康状態について

それぞれの時期に、「体調」「睡眠状態」「時間的余裕」について聞き、〔体調が悪い〕、〔眠れない〕、〔時間的余裕がない〕人の割合を下図に示しました。母親は入院中だったので、退院時の「時間的余裕」のみ聞いていません。退院時の母親の半数が〔眠れない〕ことが特徴的で、その後は赤ちゃんの睡眠リズムの成長に伴い急激に減っています。母親の場合、〔体調が悪い〕と〔時間の余裕がない〕人が、子どもの活動が増大する6ヵ月～1歳になると増加傾向を示しました。一方、父親は1年を通じてあまり変化がなく、母親より〔時間的余裕がない〕人が多く、仕事に影響していると考えられます。

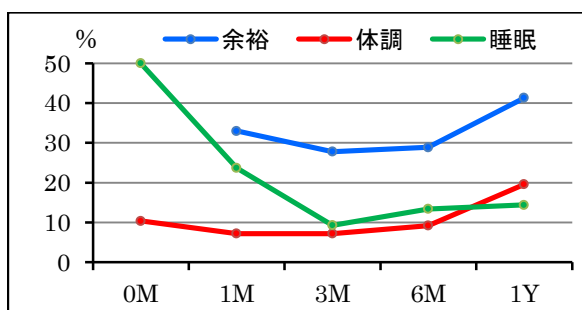


図2-1 母親の健康状態

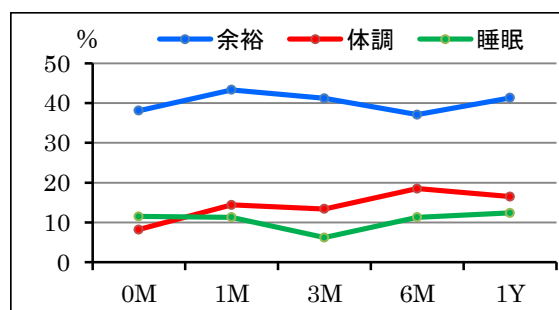


図2-2 父親の健康状態

(注)母親 0M 時の「余裕」については入院中のため聞いていない

#### 2) 母親が捉える産後1年間の支援状況について

前回(平成19年～21年)の調査では、産後の支援の有無及び支援者の内訳について調査しました。今回は、「十分に受けている」かどうかと母親自身の支援に対する感じ方に着目し、産後の支援状況について下図に示しました。

産後の里帰りをした人の割合は、初産婦 59.8%、経産婦 40.2%で、初産婦の方が里帰りをした人が多い傾向でした。

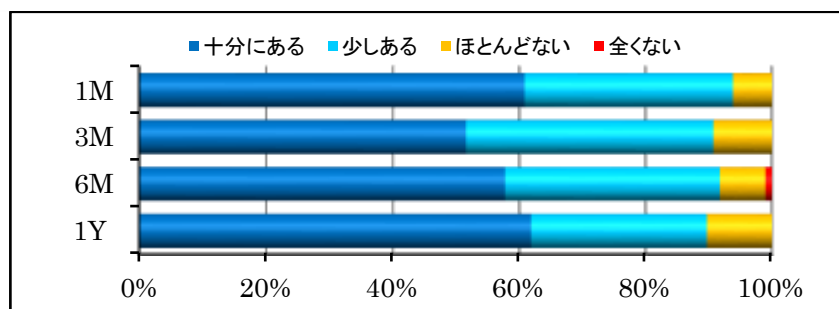


図3 母親が捉える産後の支援状況(全体)

(注) 0M 時は入院中のため回答はない

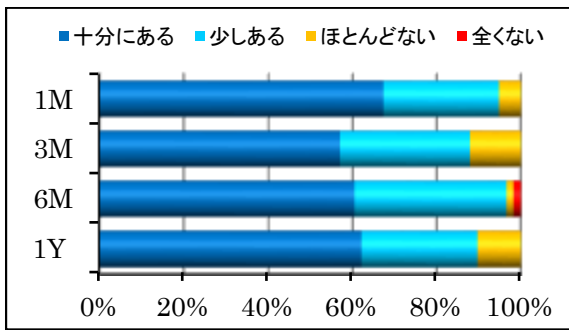


図4-1 初産婦が捉える産後の支援状況

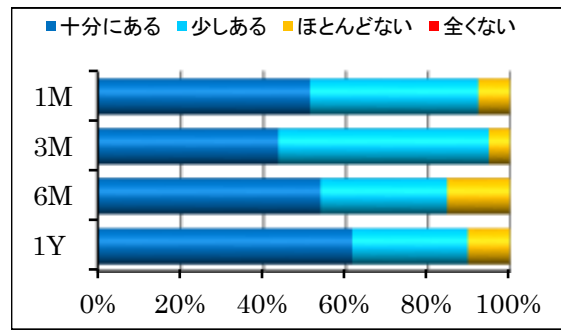


図4-2 経産婦が捉える産後の支援状況

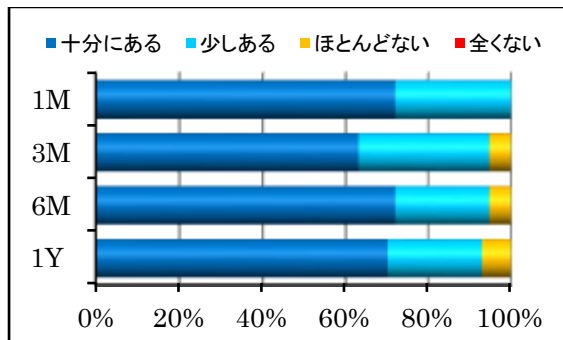


図5-1 里帰りした人が捉える産後の支援状況

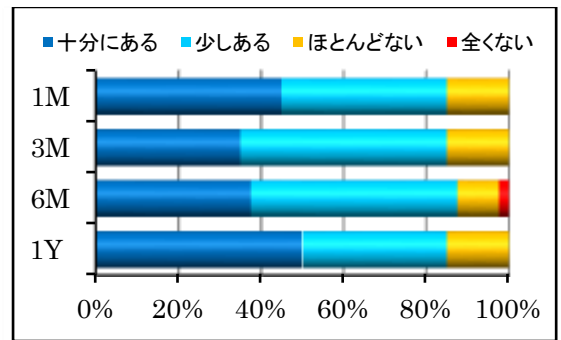


図5-2 里帰りしなかった人が捉える産後の支援状況

支援が「十分にある」と「少しある」を合わせると、大多数の母親は産後の支援を受けていると受け止めていますが、「十分にある」と捉える母親に注目すると、時期にもよりますが、「経産婦」や「里帰りをしなかった人」の方が十分な支援を受けたと感じている人が少ない傾向が見られます。経産婦は、里帰りをしない人が多いことや赤ちゃんの世話に加えて上の子の世話もあり、子育て経験があるとは言え、産後1年間において支援に満足していない傾向が窺えました。

夫の協力については、「非常にある」と「どちらかと言うとある」人を合わせると、どの時期も父親から協力が得られた母親が80%を超えていましたが、協力が「非常にある」人だけに注目すると、出産前がピークでその後漸減傾向でした。母親の図6-1では、生後1ヵ月と3ヵ月の少数の「全くない」に注目できます。この時期は子どもも小さく、父親は何を支援してよいか戸惑いが生じやすいことや、母親が里帰り中であること等が影響していると思われます。一方、図6-2のように、受け止めた母親よりも父親の協力の自己評価は低い傾向を示しました。

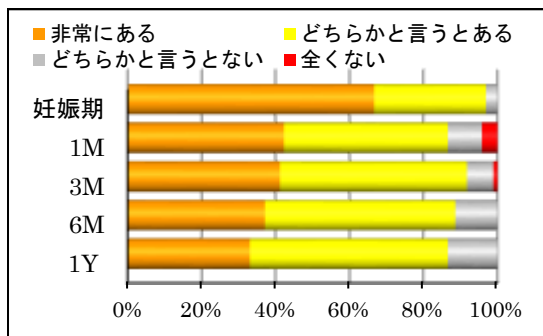


図6-1 母親から見た父親の協力の程度

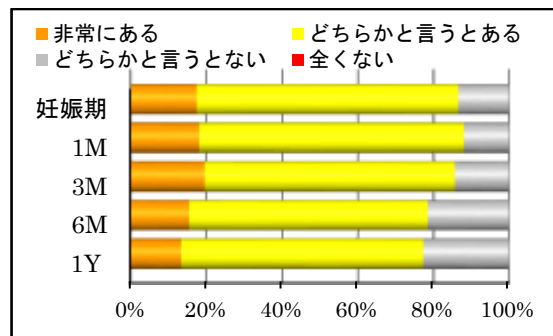


図6-2 父親が回答した協力の程度

(注) 0M は、母親入院中のため聞いていない。

### 3) 夫婦間の会話について

夫婦相互で交わす「会話」は母親に対する直接的支援ではないですが、間接的・精神的な支援となり、非常に重要です。この時期の夫婦間の会話で「いつも話す」人の割合が、母親は妊娠中(妊娠7ヵ月時)が最も多く子どもの成長に伴い減少する傾向が見受けられ、父親は誕生時点(0M時)に急増していることに注目できます。

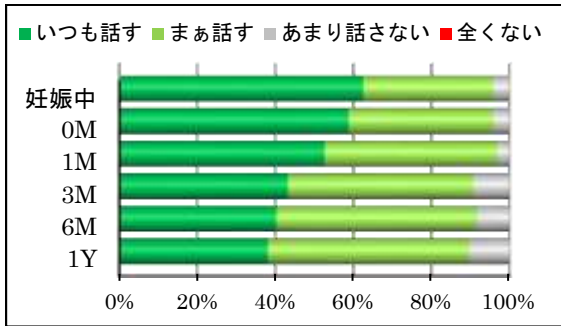


図7-1 母親から見た夫婦の会話の程度

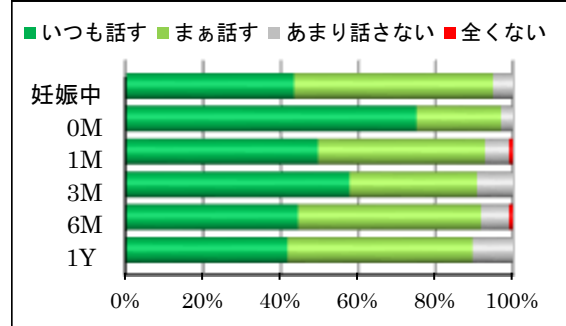


図7-2 父親から見た夫婦の会話の程度

### 4) 精神状態について

#### 【自分とパートナーの精神状態の捉え方】

妊娠期も加えた各時期に、ご自身の精神状態と自分から見たパートナーの精神状態を聞きました。

特徴として、父親より母親の方が「精神的に不安定」な人の割合が若干多い傾向でした。また、妊娠に伴うホルモンなどの影響や出産を控えていることから、妊娠期の母親の半数が「精神的に不安定」でした。父親は後半期になるほど「精神的に不安定」な人が徐々に増えていました。特に、自己評価と他者(パートナーから見た)評価の精神状態は、父母共に若干ですが差が見られました。

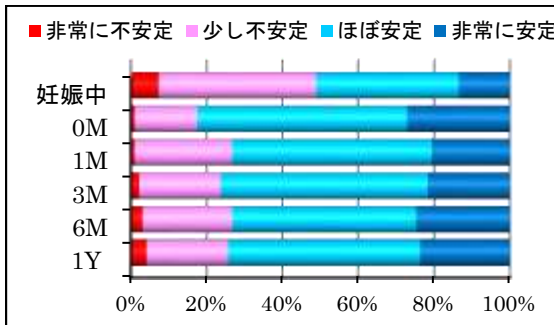


図8-1 母親の精神的不安定さ

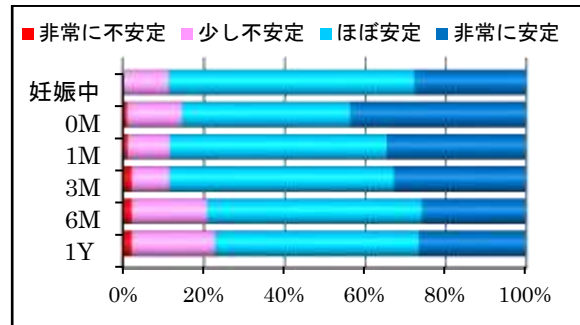


図8-2 父親の精神的不安定さ

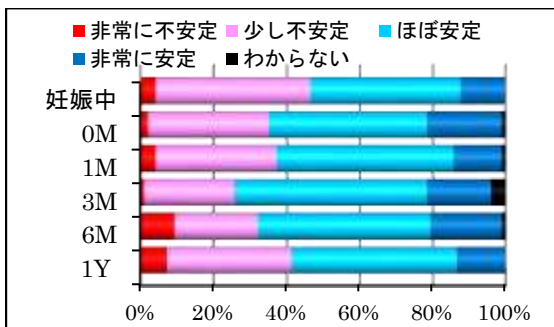


図9-1 夫から見た妻の精神的不安定さ

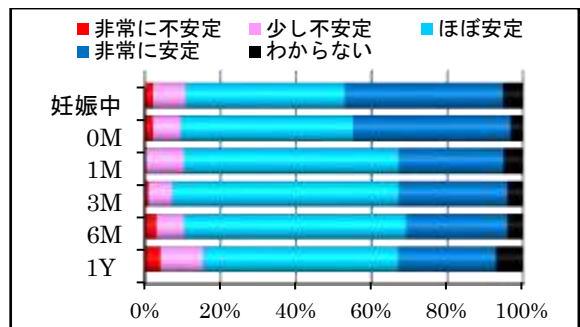


図9-2 妻から見た夫の精神的不安定さ

### 【うつ病のスクリーニングに使われる質問票の結果】

もう一つ、精神面の調査として『エジンバラ産後うつ評価票(EPDS)』を用いて調べました。EPDSは1997年にCoxが開発し、母親の産後うつ病のスクリーニングに多く使われています。質問内容は、父親でも回答可能で、海外の先行研究で父親に使用されていること、父母の比較検討をするために、父親にも使用しました。10項目で、日本人の場合、合計点9点以上で気分の落ち込みが続く場合に、「うつ病」の心配があるとされています。

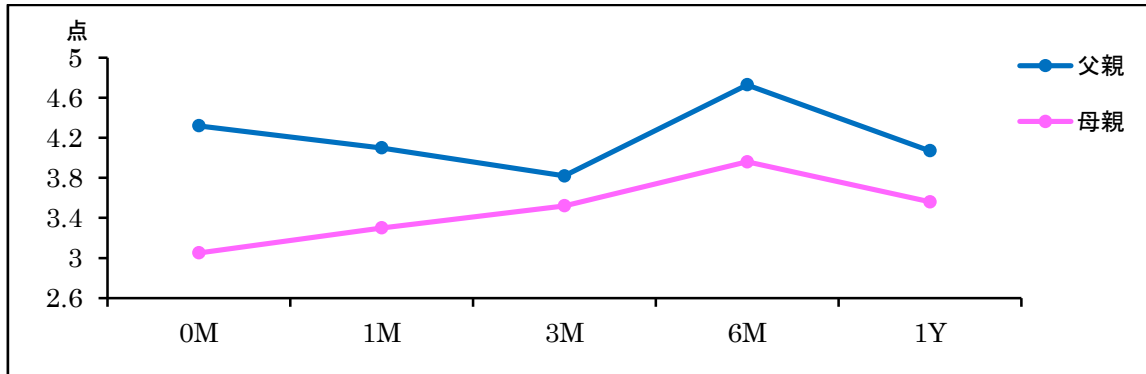


図10 EPDS平均点(精神状態)の推移

今回の調査では、これまでの調査結果(退院時が最も精神状態が悪くその後落ち着く)と異なる傾向が見られました。本調査の母親の場合、退院時から安定しており、子どもの成長と共に少しか精神状態が悪くなる傾向を示しました。一般的には、産後間もない時期(退院時～産後1ヵ月)は、産後の身体の回復が不十分なところに、慣れない子育てが加わり、疲れが出やすく最も精神的に不安定な時期だと言われます。今回は、非常に安定していた方が、1年間(5時点)を通して調査に参加されたのだと思われます。一方、父親の方が、1年を通じて母親よりも精神状態が悪い傾向を示しました。

下図は、9点以上で気分の落ち込みが見られた(うつ傾向にある)方の割合です。1年を通じて母親は7.0%～10.1%、父親は7.9%～13.1%の人が該当しました。父親のうつ傾向にある人の割合が時期毎に増加しており、特徴的でした。

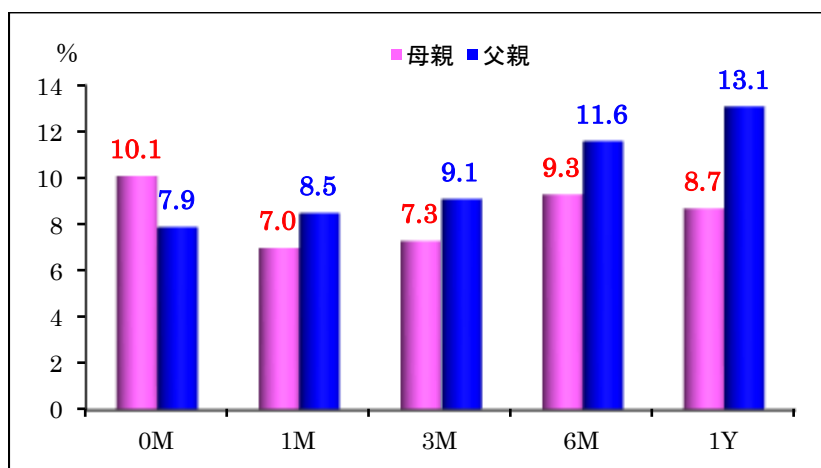


図11 うつ傾向の人の割合

図10・11のどの時期も父母のEPDS得点間やうつ傾向の人の出現率に統計学的な関連はありませんでした。



## 5) 家族(夫婦)関係について

家族関係について、2つの尺度を用いて、4時点を調査しました。

- (1) 一つ目は、『夫婦関係満足尺度』(Norton,R.1983, 諸井克英翻訳, 1996)を用い、得点が高いほど夫婦関係の満足度が高いと評価します。幼稚園・保育園の子どもを持つ母親の得点(18.3点)と比較すると、父母共に高い範囲にありますが、子どもの生後1年間で母親の満足度は低下する傾向が見られました。

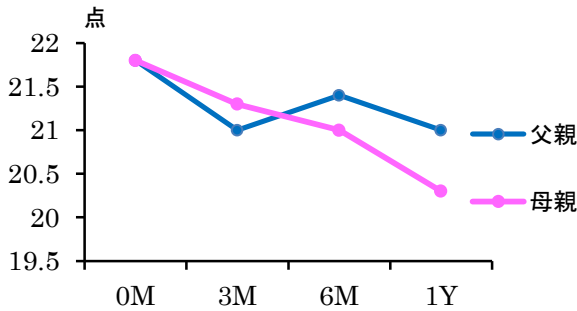


図12 夫婦関係満足尺度得点の推移

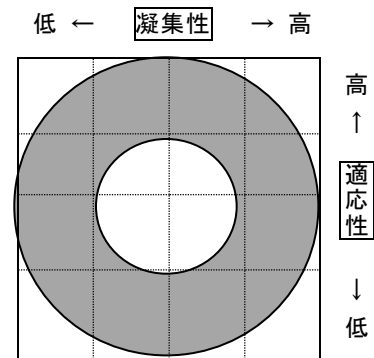


図13 円環モデルの2次元

- (2) 二つ目は、1985年にOlsonが開発した家族関係を測定するもので、“円環モデル”(図10)を基盤にした『家族機能測定尺度』(草田寿子・岡堂哲雄訳, 1993)を用いました。

円環モデルとは、家族機能を2つの次元から描き、第1の次元は、家族メンバーが互いに持つ情緒的なつながりを表す〔凝集性〕です。第2の次元は、家族に発達の危機(成長・発達の過程で起こる出来事)や状況的な危機(病気などの発達危機以外の出来事)があった場合に、家族システムの勢力構造や役割関係等を変化させる能力を表す〔適応性〕です。2つの次元の得点によって、16の組み合わせがあり、凝集性・適応性次元共に両極端の端の白色ゾーン【極端群】、共に中庸を示すタイプ中央の白色【バランス群】、どちらか一方のみ極端を示すタイプのグレーで示した【中間群】の3つの群に分類できます。各々中間のレベル【バランス群】が最も機能的だと言われています。

【バランス群】【中間群】【極端群】の3群に分類した人数と割合を以下に示しました。母親の方が「極端群」が多く、父親はそれぞれ3群にばらついていました。

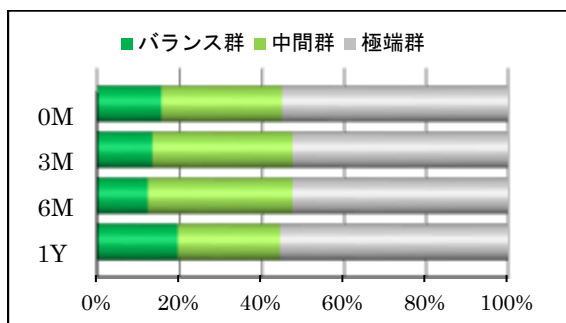


図14-1 母親の家族機能の3群の人数と割合

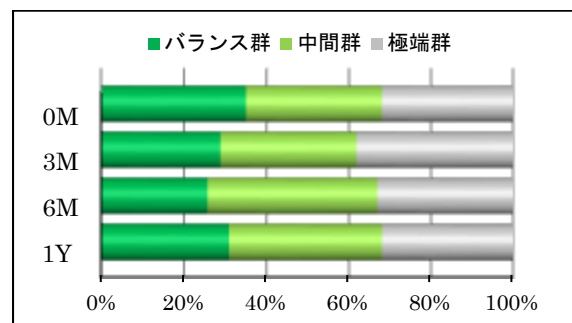


図14-2 父親の家族機能の3群の人数と割合

家族機能の16の類型について、子どもが誕生時と1歳(0M・1Y)の2時点のみ、父母を並列し以下に図示しました。

父母共に、「無秩序」&「膠着」に類型される割合が最も多く、これは【極端群】に分類され、育児や家事等の家族課題に共同で取り組む必要がある子どもが誕生後1年間の時期は、より家族の絆が強まると共に、てんやわんやな状態であると言えます。

全体的には、父母共に1年を通じ家族関係の特徴に変化はなく、同様の傾向を示しました。父母の相違は、母親の5割程度が「無秩序」&「膠着」に集中していますが、父親は3割程度であった(母親に比べてばらつく)点でした。

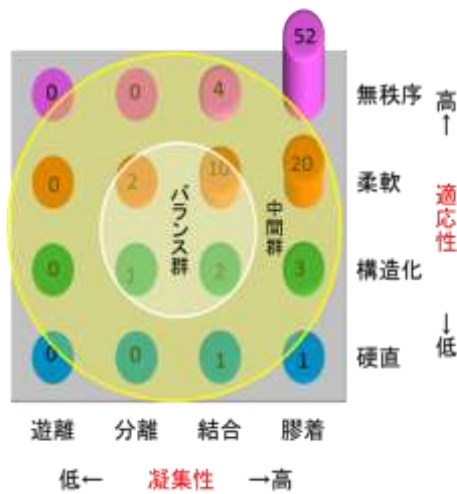


図 15-1 母親 0M 時

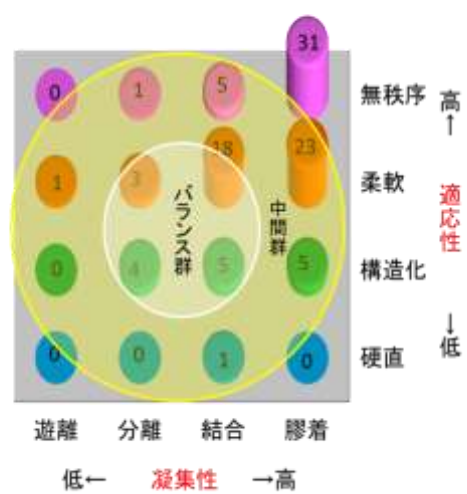


図 15-2 父親 0M 時

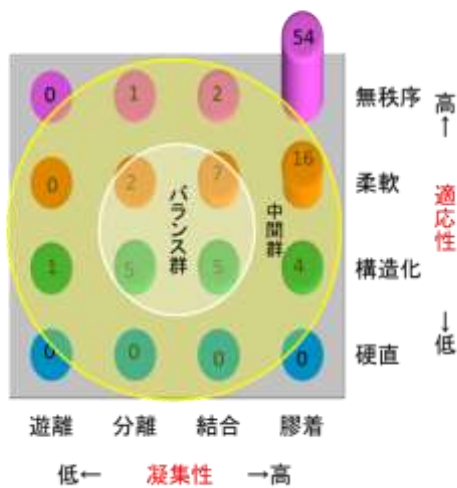


図 16-1 母親 1Y 時

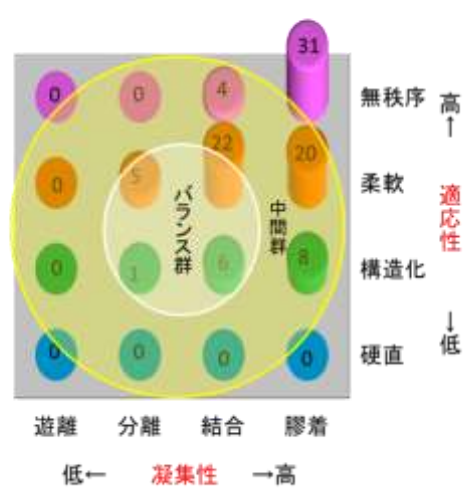


図 16-2 父親 1Y 時

(3) 三つ目に、生後1年時の最後の調査において、子どもが誕生後の夫婦の関係性について、①「パートナーとの関係の満足度」、②1年間の育児生活において「パートナーとお互いに補い合っているという感覚(相互補完性)」、③「家族の絆の変化」の3つについて聞きました。大部分の方は満足していましたが、夫婦関係が「非常に不満」と回答した母親が6%程度おられ、母親の2%が夫婦の相互補完性が「全くない」と回答している点に注目できます。また、今回は変化の方向性は聞いていないのですが、家族の絆が変化した人と変化していない人は半々でした。

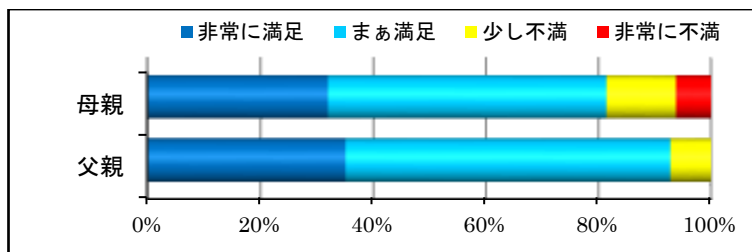


図17 パートナーとの関係の満足度

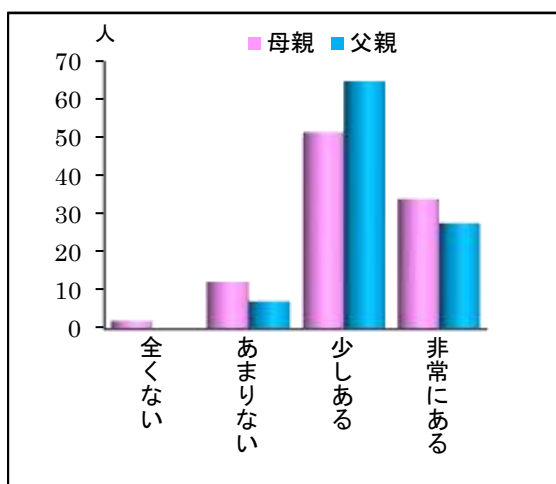


図18 夫婦の相互補完性

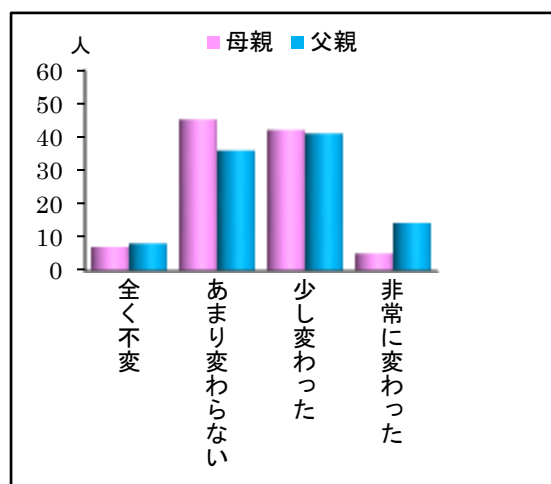


図19 家族の絆の変化

### 6) ストレスについて

各時期のストレスについて、母親は「家事」と「それ以外」(入院中は家事がないので種別なし)、父親は「仕事」と「それ以外」のストレスを聞きました。父親は仕事上でのストレスが多い人が多く特徴的でした。

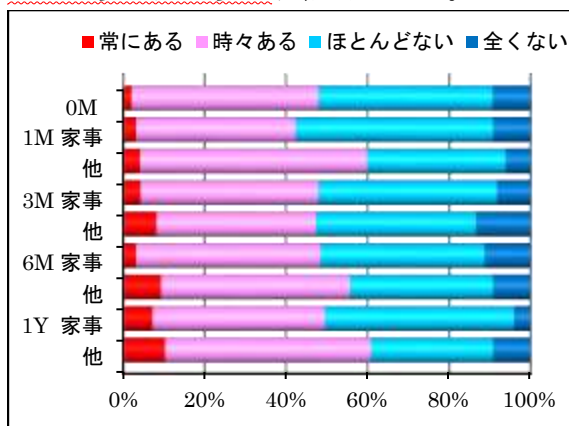


図20-1 母親のストレス

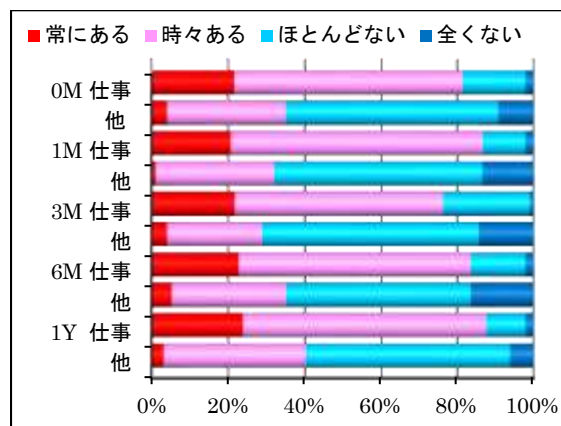


図20-2 父親のストレス

(注) 母親の0Mは入院中のため全般的ストレスを聞いた。

## 【父親の職業ストレス】

父親のみ仕事や職業生活に関するストレスについて、『職業性ストレス簡易調査票』（下光輝一ら，2004）を用い，1M以外の4時点で調査しました。仕事の中でもストレスの原因と考えられる因子である【仕事のストレス要因】とストレス状態を示す【ストレス反応】及びストレスを緩衝する要因としての【修飾要因】の3つで構成されています。合計57項目で，「そうだ」「まあそうだ」「ややちがう」「ちがう」の4件法(1～4点)で点数化した後に，標準化得点を用いて換算します。

今回は，【ストレス要因】【ストレス反応】と【修飾要因】のうち[家族関係]と[家庭満足度]について，子どもが誕生時と1歳(0M・1Y)の2時点をもとに，表2・3に示しました。

平均すると，ストレスカテゴリーのレベルでは「普通」か「やや重い」程度ですが，高ストレスの人の割合が標準集団と比較して多いものがありました。誕生時(0M)は，ストレス要因の[心理的な仕事の量的負担]と[自覚的な身体的負担]で，ストレス反応では[いらいら感]と[身体的愁訴]が高い人が多い傾向が見られました。1年時(1Y)は，ストレス要因で高ストレスの人の割合が多い項目が増え，ストレス反応では[疲労感][抑うつ感][身体的愁訴]が高い人が多くなりました。

一方，両時点共に「家族・友人のサポート」や「仕事・生活に対する満足度」は高く「活気」も多いことから，この時期の父親の特徴を表していると思われました。

表2 父親の0M時の職業性ストレス簡易調査票の結果

項目	平均値 (SD)	全国調査 標準値	ストレス カテゴリー	高ストレス 割合(%)	全国調査 標準集団(%)	
ストレス 要因	心理的な仕事の量的負担	9.3(1.8)	8.7	普通	12.4	10.4
	心理的な仕事の質的負担	8.9(1.8)	8.6	普通	5.2	5.7
	自覚的な身体的負担	2.4(1.0)	2.0	やや重い	18.6	8.2
	職場での対人関係	6.4(1.6)	6.3	普通	1.0	4.5
	職場環境	2.0(0.9)	2.3	普通	8.2	13.8
	コントロール ★	8.2(2.0)	7.9	やや多い	5.2	5.4
	技術の活用 ★	3.2(0.7)	3.0	やや多い	1.0	4.5
	仕事の適性度 ★	3.0(0.7)	2.8	普通	3.1	6.4
	働きがい ★	3.1(0.8)	2.8	普通	2.1	7.3
ストレス 反応	活気 ★	8.7(2.4)	6.7	やや多い	2.1	10.9
	いらいら感	6.1(2.3)	6.5	普通	7.3	4.9
	疲労感	6.6(2.4)	6.5	普通	7.2	7.4
	不安感	5.8(2.2)	6.2	普通	5.2	7.1
	抑うつ感	9.4(3.5)	10.3	普通	3.1	6.5
身体愁訴	18.1(6.2)	18.2	普通	8.0	7.4	
要修 飾因	家族・友人のサポート ★	11.1(1.3)	9.9	やや多い	2.1	6.9
	仕事・生活に対する満足度 ★	6.5(1.1)	5.7	やや高い	0	5.0

★逆転項目

赤字 標準集団に比べてより高い

表 3 父親の 1Y 時の職業性ストレス簡易調査票の結果

項目		平均値 (SD)	全国調査 標準値	ストレス カテゴリー	高ストレス 割合(%)	全国調査 標準集団(%)
ストレス 要因	心理的な仕事の量的負担	9.2(1.8)	8.7	普通	13.4	10.4
	心理的な仕事の質的負担	8.9(2.0)	8.6	普通	13.4	5.7
	自覚的な身体的負担	2.4(1.0)	2.0	やや重い	16.5	8.2
	職場での対人関係	6.8(1.9)	6.3	普通	7.2	4.5
	職場環境	2.0(0.9)	2.3	普通	6.2	13.8
	コントロール ★	8.1(2.1)	7.9	やや多い	6.2	5.4
	技術の活用 ★	3.1(0.8)	3.0	やや多い	5.2	4.5
	仕事の適性度 ★	2.8(0.8)	2.8	普通	5.2	6.4
	働きがい ★	3.0(0.9)	2.8	普通	8.2	7.3
	活気 ★	7.9(2.2)	6.7	やや多い	2.1	10.9
ストレス 反応	いらいら感	6.3(2.1)	6.5	普通	3.0	4.9
	疲労感	6.9(2.5)	6.5	普通	9.3	7.4
	不安感	5.6(2.3)	6.2	普通	7.2	7.1
	抑うつ感	9.9(3.8)	10.3	普通	7.2	6.5
	身体愁訴	18.4(6.3)	18.2	普通	11.2	7.4
要修 因飾	家族・友人のサポート ★	10.6(1.6)	9.9	やや多い	3.1	6.9
	仕事・生活に対する満足度 ★	6.0(1.2)	5.7	普通	1.0	5.0

★逆転項目 赤字 標準集団に比べてより高い

### 7) 父母の精神状態の関連について

6 頁で述べたように、どの時期も父母の EPDS 得点間やうつ傾向の人の出現率に統計学的な関連がなかったことから、うつ傾向の母親とそうでない(健康的な)母親のうちで、うつ傾向にある父親がどの位いるかを見てみました。時期によっては(1M と 6M)、うつ傾向の母親の場合、父親もうつ傾向である人が多いようでした。

表 4 うつ傾向の父親の割合

	父母共にうつ傾向	健康な母親中のうつ傾向の父親
0M	0 人(0%) / 母親 6 人中	8 人(8.8%) / 母親 91 人中
1M	1 人(12.5%) / 母親 8 人中	6 人(6.7%) / 母親 89 人中
3M	0 人(0%) / 母親 7 人中	8 人(8.9%) / 母親 90 人中
6M	2 人(28.6%) / 母親 7 人中	12 人(13.3%) / 母親 90 人中
1Y	1 人(12.5%) / 母親 8 人中	12 人(13.5%) / 母親 89 人中

また、父親の『職業性ストレス簡易調査票』のストレス状態を示す【ストレス反応】と母親の EPDS 得点との関連(Spearman 相関)を検討したところ、6M 時(★印)のみに弱い相関が見られ、この時期の父母の精神状態は関連があると言えます。

表 5 父親の職業性ストレス反応と母親の EPDS の相関

		父親の職業性ストレス反応			
		0M	3M	6M	1Y
母親の EPDS	0M				
	1M				
	3M				
	6M			★	
	1Y				

## 8) 精神状態と家族関係との関連について

前回の調査(平成 19 年～21 年)で、母親の精神状態に関連した事柄は次の点でした。

- ① 初産婦は経産婦に比べて産後の精神状態が悪い
- ② 健康状態が悪く、眠れず、時間的余裕が無い人の方が精神状態が悪い
- ③ 妊娠中に精神状態が悪い人は、引き続き産後 1 年間の精神状態が悪い
- ④ 夫婦の会話が無く、夫の協力や産後の手伝いが得られない人の方が精神状態が悪い
- ⑤ 夫の精神状態が不安定と感じる人ほど、母親自身の精神状態も悪い
- ⑥ 精神状態の悪い人ほど赤ちゃんに対する気持ちが否定的
- ⑦ ストレス対処の力が低い人は、産後うつ病になりやすい

⑦の結果に基づき、妊娠期(7 ヶ月)に「ストレス対処力」を測ることで、産後うつ病になりやすい母親に対し助産師の面談を取り入れる等の早期介入が始まりました。今回の調査では、④と⑤の父母の関係性に注目し、精神状態との関連を見ました。

### (1) 夫婦関係満足度との関係

精神状態を表す EPDS 得点と、『夫婦関係尺度』の得点の関連(Spearman 相関)結果を下表に示しました。★印のところに関連が見られ、この時期に夫婦関係に満足していない人の方が同時期の精神状態が悪い結果でした(逆も言えます)。父親の方が★印が多く、父親はどの時期でも夫婦関係の満足度と精神状態とは関係がありました。☆印は、異なる時期の精神状態と夫婦関係満足度との関連を示します。例えば、0M(退院)時に夫婦関係に満足していない母親は、3M 時の精神状態と関係があると読み取ることができます。

表 6-1 母親の精神状態と夫婦関係との相関

		夫婦関係尺度得点			
		0M	3M	6M	1Y
精神状態 (EPDS 得点)	0M				
	1M				
	3M	☆	★		
	6M				
	1Y		☆		★

注) 全て弱い相関

表 6-2 父親の精神状態と夫婦関係との相関

		夫婦関係尺度得点			
		0M	3M	6M	1Y
精神状態 (EPDS 得点)	0M	★		☆	
	1M	☆	☆	☆	☆
	3M	☆	★	☆	☆
	6M	☆	☆	★	☆
	1Y	☆	☆	☆	★

注) 黄色背景箇所がやや強い相関、他は弱い相関

### (2) 家族機能との関係

『家族機能測定尺度』における家族関係の 3 つの群別に、0M(退院)時の母親の精神状態を表す EPDS 得点が高い(9 点以上)人を赤色で、低い(8 点以内)人数をブルーで図示し、左側は人数を、右側はその割合を図示しました。母親の場合、どの群もうつ傾向にある人の割合に差は見られませんでした。

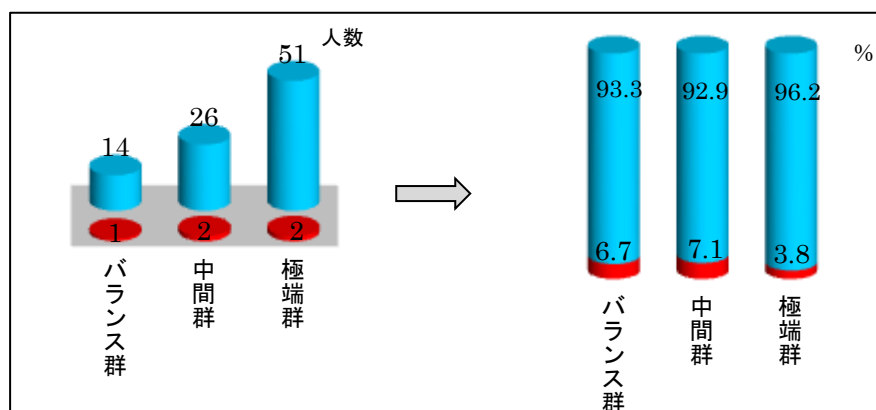


図 21-1 母親 0M 時の家族機能 3 群別の EPDS 高低群の人数及び割合

同様に、父親の EPDS 得点が高い(9 点以上)人の数と割合を図示しました。父親の極端群には抑うつ傾向の人は見られず母親と異なる傾向を示しました。父親の場合、精神状態に影響するのは家族関係だけでなく、他の要因(例えば仕事等)が影響しているのではないかと思われます。

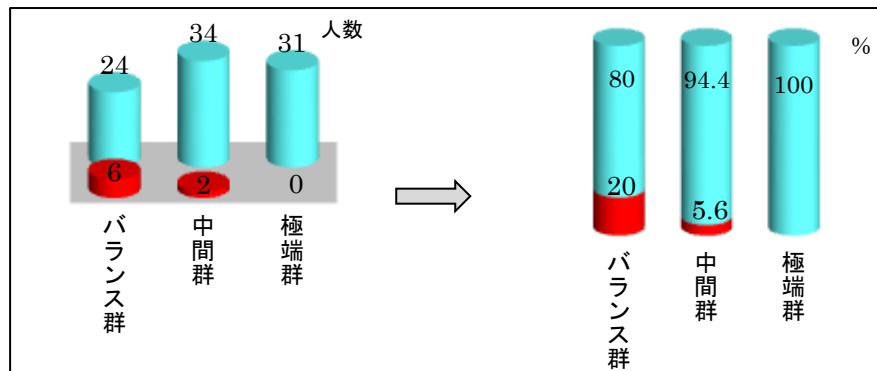


図 21-2 父親 0M 時の家族機能 3 群別の EPDS 高低群の人数及び割合

### 9) 児の成長の実感や親としての成長について

父母共にどの時期も児の成長を感じ、「非常にある」が母親の方が常に多く、少数ですが「ほとんどない」と回答した父親がいました。

また、「親としての成長について」は、生後 1 年間で 8 割前後の方が何らかの成長を感じておられ、特に父親の方が変化した人が若干多い傾向を示しました。

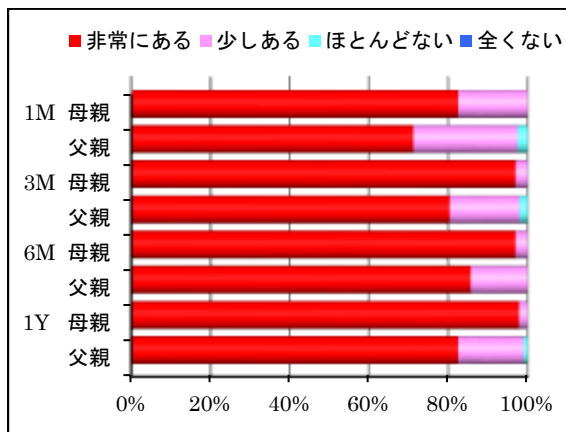


図22 児の成長の実感

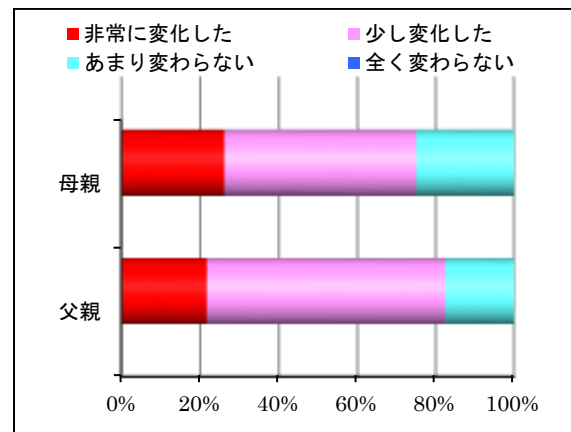


図23 親としての成長

#### 4. 自由記述内容

毎回アンケート用紙の最後に、妊娠中のことも含めて自由記述して頂きました。今回は、家族(夫婦)関係に関する内容に絞り、一部抜粋します。

##### 【母親】

妊娠中	夫の協力に感謝	妊娠中の不安定な時に夫が支えてくれた。これまでほとんど手伝わない夫が家事・育児をしてくれるようになった。第1子でわかったのか、少しずつしてくれるようになった。
	夫の理解不十分	妊娠中の不調や悪阻を甘えと捉え、十分に受け止めてくれない、分かってくれない。妊娠中から夫の子どもに対する気持ちが分からず、不安になる。
OM	家族の協働	今回の出産は夫と2人だけで乗り切ったので、一緒にやり遂げたという気持ちがある。育児は家族や夫婦だからこそその悩み事だと思う。親を含めて家族関係が深まった。2人で協力し合い育児を楽しみたい。夫のオムツ交換等育児に取り組む姿は、これまでから想像がつかず微笑ましい。
	夫婦の会話の増加	普段は口下手な夫と、子どもが誕生後色々話せるようになって嬉しい。
	一人で担う負担感	気持ちはあるものの不器用な夫。夫は仕事が忙しく接する時間が少ない為、今後1人で解決していかなければいけない。夫が仕事で不在の事が多く、平日はほぼ母子家庭状態になる。手伝う時と手伝わない時の差が激しい。気の向いた時だけ手伝うよりは、主体的に役割をもって協力して欲しい。
	もっと話したい	他の人でなく夫に相談したいのに、仕事で遅くなり時間がとれない。自分の言葉が足りず喧嘩になることもあったので、もっと話し合いたい。
	夫との相違感	夫に、妊娠や育児に対する知識・理解をもっと深めてもらいたい。男女は物事の捉え方が違い分かり合えない気がする。里帰り期間、夫は赤ちゃんを見てないので実感がわかないかもしれない。
	父親役割の期待	もっと積極的に子どもにかまって欲しい。「父親」として関わって欲しい。
1M	里帰り 実母の支援と 夫との距離感	里帰り中は家事や育児を実母の手伝いがあるので、大変なのはこれからだと思う。夫は電話での様子しか知らず、実感はわいていないが、成長を楽しみにしている。自宅に戻ったら夫との連携を模索したい。
	自宅支援のメリット・デメリット	実母が自宅に来てくれて非常に助かった。実母が来てくれたが自分のやり方と違うので、目についてストレスになった。姑が来てくれたが、ストレスが強く泣いたこともあった。夫は仕事で帰りが遅く、当てに出来ない。
	夫の協力と支えで 楽になる	子どもが誕生後、夫が家事・育児を積極的に手伝い、楽しみながら子育てができる。家事ができていなくても“大丈夫”と言ってくれるので、精神的に楽。時代により育児の方法が違い、夫以外には頼れない。
	夫と役割分担	夫が、買い出しや母親が家事中の子どもの世話等の役割を担ってくれて大変助かる。夫が上の子達と遊んでくれるので、その間母親は休める。
	夫婦関係の揺れ と不満	育児に追われ夫に苛々して関係が悪くなる。夫の言動に反応して涙が出た。母親の時間はないが、夫は1人で出かけ、仕事帰りに息抜きしているのが不満。夫は仕事が忙しく帰宅も遅い、子どものことは母親に任せられ歯がゆい。期待してはいけないがストレスを感じる。夫が仕事で遅い時や疲れている時に家事を手伝わず休んでいるので、ストレスを感じる。
赤ちゃん中心の 家族関係の変化	新生児のリズムがようやくつかめ、夫婦2人の生活から赤ちゃん中心の生活になった。夫が子どもの様子をよく見て、身体や機嫌の変化等気付いたことを話すので嬉しい。自然に会話も増え、日々の成長を家族で喜ぶ。今まで交流のない義父母が赤ちゃんを見に来て、ストレスを感じる。家事・育児を協力することで、夫や実母との関係が深まるが、価値観の違いが明確になり、上手くコミュニケーションをとる必要がある。上の子が赤ちゃんの所に集まるようになり、赤ちゃんの世話をしたが。余裕がなく、上の子にお兄ちゃん役割を押し付けて、怒ってしまう。上の子の赤ちゃん返りに困っている。	



3 M	夫婦の協働育児	生活にリズムが出来、余裕が出て来た。育児について夫婦であれこれ試して、2人で努力していく事が楽しい。赤ちゃんが夜まとまって寝るようになり、夫と過ごす時間が増えた。夫と育児の会話を楽しめるようになり、新たな家族として安定してきた。
	夫の協力への期待	夫の仕事上、殆ど母親が1人で子育てしており腹立たしい。里帰りから帰って家事を殆ど1人でするので少しストレス。夫は言えば手伝うが、言う前に気付いて欲しい。欲を出したらキリがないので、夫はよくしてくれる方だと思いうようにしている。夫は仕事が忙しく感情も不安定なため、あまり頼めない。赤ちゃんを夫に頼んでも、毎回、一から説明するのでとてもストレス。
	夫婦の食い違い	産後苛々する事が多く、義父母との関係に苛々し、それで夫も私に苛々する。産後の母親のメンタル面を夫が理解してくれず辛い。ちょっとした事で夫婦の諍いが増えた。夫と育児に対する感覚の違いがあり苛々した。育児の考え方の違いで夫と衝突するが、その都度よく話し合う。夫は仕事や遊びに行き、自由が羨ましい。夫の欠点が目につき、以前許せていた事も苛々する。
	夫への気遣い	自分が楽になることで、家族への思いやりができる。今まで構わなかった分、夫の体調等サポートしていこうと思う。夫が仕事が忙しく疲れており心配になる。子どもに手が掛かっても、夫にも気持ちを向けなければいけない。
	赤ちゃんの反応を共に喜ぶ	首がほぼ座り表情が豊かになりよく声を出すので、日々の成長を夫と喜んでいる。赤ちゃんの反応に、夫も育児が楽しくなってきたようだ。
6 M	赤ちゃんの成長を夫と共有する	夫の帰宅が遅くなかなか話せないが、子どもの様子をなるべく話すようにしている。夫と育児や家族のことについて話す事が多くなり、繋がりを強く感じる。夫と子育てを通して絆が深まった。夫婦・両親で話し合い、1人で抱え込まない様にしていく。子どもの反応が目に見える様になり、一緒にいる時間が楽しい。たまに不思議な事を子どもがするので、夫婦で笑い合う。
	夫の協力が増えた	最近、夫が育児に協力的になってきて感謝している。夫が夜の寝かしつけが出来る様になり、時間の余裕ができた。以前にも増して主人が育児などに協力してくれる。夫も世話が楽しみみようで、早めに帰ってくるようになった。夫の協力により、少しの間育児から解放される時間ができた。
	上の子の安定	上の子の精神面が安定してきたので楽になった。上の子も外出できるようになり楽しいのか下の子を可愛がる様になった。
	赤ちゃんの成長による喜びと大変さ	赤ちゃんの動きが活発になり目が離せなくなったが、気持ちの余裕ができた。赤ちゃんが初めて発熱したが、夫の支えで乗り切れた。子どもの欲求が強くなり、側を離れたら抱っこしないと泣くので家事が出来ない。育児にリズムがつき、夜間の授乳回数が減り楽になった。夫と子どもの接する時間が少なく、子どもが父親に慣れずに泣くので、夫が気にしている。夫は、機嫌が良い時は赤ちゃんの世話ができるが泣くと私に頼るので、努力するよう促して手を貸さないようにしている。
	夫に頼れない	夫の仕事が忙しく休みの日も疲れて寝ている事が多く、ほぼ家事・育児は私がしており、息抜き出来ない。私の疲れがたまっても頼れない。まるで母子家庭の様だ。夫なりに育児をしているようだが、もう少し参加して欲しい。せめて自分(夫)のことはしっかりやって欲しい。少しは手伝ってと言いたいが、毎日疲れて帰ってくるのを見ると言えずに、気持ちの行き場がない。子育ては意外と孤独だと思った。夫との会話が全くなく孤独。他の人と比べると私は恵まれていると思うが、満足のいくものではないように感じ、そう感じる自分をダメな人間だと思ふことがある。
	母と妻の役割葛藤	夫の帰宅が遅く、私も授乳や家事のため寝てしまい生活がすれ違う。母親の役割は出来ても、妻の役割はできていないように感じる。夫の仕事が忙しい時には、助けてと言にくい。夫に対して怒る事が多くなった。
外出により他者との関わり	外出できるようになったので、友人・親と関わりリフレッシュできている。同じ0歳児のママ達と出会って良い気分転換になった。子どもを通して今まで接する事のない人達と出会って新鮮な気持ちだ。	

1 Y	家族で 赤ちゃんを育てる	子どもの成長が著しく夫も同様に感じているようで、積極的に面倒をみてくれる。私の余裕もできて充実している。よく動き後追いも激しく、家事が進まないのが苛々するが、夫が受け入れてくれ、私の体調も気にかけてくれるので助かる。夫とも喧嘩しつつ良い家庭を築ける様にお互い頑張っている。赤ちゃんは、母親だけでなく皆なで育てる。上の子に赤ちゃんの世話をさせると、自覚を持って可愛がるので助かる。上の子の赤ちゃん返りが続いて大変だったが、今では笑って話せるようになった。
	家事と育児の両立	子どもの寝る時間が短くなる反面、離乳食を作る回数も増え、家事が思う様に進まないのが、強いストレスを感じる。
	仕事と 家事・育児の両立	復職後、夫は家事に協力的になったが不満も多くなり、ストレスを感じる。復職して間もないので不安定だが、家族で協力できている。復職が近づくにつれ、育児・家事と仕事の両立が不安になってきた。復職後は余裕がなく、夫に当たってしまうことが多かった。ペースを掴んできたら、余裕が出て来た。子どもが保育所に通い始め、風邪が移って発熱し慌てている。職場復帰後、家事が疎かになっていて、夫が休みの時にしてくれている。
	家族関係の変化	子ども中心の生活で、夫との関係が少しズレている感じがする。以前は気にならない夫の行動が、子どもが誕生後から我慢できなくなり、言うが改善されず、お互いストレスになっている。夫婦関係を改善する必要があるが、日々の生活に流され目を背けている。夫婦で育児だけでなく、家族の在り方や人生設計について深く話し合うようになった。これまでその都度言っていたことでも、子どもの前で喧嘩するのは良くないと、自分を抑えることが増えた。考えや感じたことを口に出して言い合うようになり、姿勢が変わった。父母との関わり方が、自分が母になった事により、良いように変わった。疲れて家事をさぼっても大目に見てくれるのでお互い様という感じ。
	夫の家事・育児 参加への不満	夫は育児・家事に対して非協力的ではないが、積極的でもない。言わないと気付かない事が多い。仕事は大変だとは思いますが、休みのない育児・家事に時々うんざりする。夫は、仕事が忙しく休みの日も自分の事を優先する。子守りを頼んでも心あらず。夫に頼んでも、後が大変だったり喧嘩するので、頼まないようになった。夫の帰宅が遅く、家事が1回で終わらない。疲れて帰って来る夫に対して優しくできない自分も嫌だし、夫にも苛立つ。喧嘩はするが、話し合えるので気にしていない。上の子がいるので、夫にもう少し「父親力」のアップを期待したが、それほどでもなかった。子育ては結局、女性1人でしなければならない。子育ては孤独。産むのも育てるのも1人。
	地域活動の交流	地域のサークル活動に参加したり、子どもを通してママ友の輪が広がったり、充実した生活が送れている。時々自宅に友達を招いて意見交換する。

【父親】

妊娠中	仕事と家事支援	仕事安定時は出来る範囲の家事はしたが、多忙時はできなくて申し訳なかった。
	不安	最初は期待や楽しみ・喜びの方が大きかったが、日が経つと夫婦共に不安が大きくなった。
	共同理解	妻の検診に参加して妻の状態を知る事が出来た。今回2人目なので、上の子の世話について妻とよく話し合った。
O M	感謝と幸せ	妊娠・出産で、妻への尊敬と愛情が深まった。可愛い子どもを産んでくれてありがとう。自分が家族を守るという意志が強くなり、幸福感を感じる。
	家事・育児の大変さ	妻の入院中、家事と仕事をこなすのに精一杯。仕事で上の子の世話ができず、預けると泣いて大変だった。妻の入院中、上の子と密接な生活を送り、改めて育児の大変さを感じた。
	仕事との両立	仕事が多忙な時は、家の事が非常に気に懸かる。仕事が忙しすぎて、家事や育児に協力する時間がない。帰宅が遅く家事を手伝えないので申し訳ない。仕事上余欲がなく、お互いの両親も頼れないので2人だけでやっていかなければならない。育児休業を取得すればクビになり、制度を活かせる職場ではない。
	協力姿勢	新しく家族が増え、育児・家事を協力していきたい。妻を無理させないように出来る限り家事・育児に積極的に取り組みたい。妊娠中から自分に出来る事はやってきたので、今後も妻と協力してやっていきたい。里帰りするので直接世話していないが、今後は積極的に関わりたい。効率を最優先し、男性に向く力が必要な家事や育児を父親がする。共働きなので、妻が仕事しやすい環境を作ることを常に考えている。仕事の疲れと日頃やらないので家事の仕方が分からない。手伝ってもうまくいかず手伝いたくない気持ちになる。1人目の時は何をして良いかわからなかったが、今回はどう動くべきかわかっているので、少なからず妻の力になれると思う。3人目なので妻の精神状態がなんとなくわかり気遣いができるようになった。父親として大事なことは気付くことだと思う。
	生活スタイルの変化	子どもが増えて、今までの生活スタイルが変わっていく事に少し不安を感じる。
1 M	妻の大変さ	子どもが夜泣きで妻は眠れないので、出来るだけ協力はしたい。気持ちはあるが実際は疑問だが、もう少し育児に参加しなくてはならないと感じている。育児が大変である事を痛感した。退院後自宅で生活し、私が家事全般する生活が1ヵ月続き、少し疲れた。
	妻への気遣い	妻と子どもについて話す事が多くなった。休みの日は上の子を外へ連れ出し、少しでも妻の気持ちが楽になればと思う。自分は仕事で気分を替えられるが、24時子どもと過ごす妻の疲労を肌で感じる。妻がストレスを溜めないように、自分が出来ることはないか考えている。夫婦での会話を増やしお互いの健康面を気遣うよう心掛けている。妻の様子を気にかけているが、ストレスを感じていないか不安になる。妻が育児疲れで苛々している時は正直頭にくる。
	父親の無力感	妻がとても大変そうなので、何か手伝えることはないか気がけているが、手伝えることができず憤りを感じる。父親として、ぐずったり寝つきの悪い時にいくらあやしても抱っこしても泣き止まないの、ふと無力感を感じる。やはり母親にはかなわない。上の子がグズった時に、妻しか対応出来ない。その時はどうすれば良いか、そうならない為にはどうすれば良いか考えている。上の子の赤ちゃんに対する嫉妬の様な態度への対処が分からない。赤ちゃんの行動で不安になることがある(どう対処して良いかわからない)が、今しか感じる事ができない良い経験をしていると考えている。
	協力の限界	実家が遠いので育児を夫婦だけでしている。仕事が早く終わった時や休みの時に協力しているが、できることには限界があり、思うようにできないことも多いと感じる。育児に協力したいが、夜型の仕事なので休みの日しかできない。子どものお風呂の時間に間に合うよう仕事を切り上げて帰るのが難しい。

	<b>子どもとの生活で実感</b>	子育ての大変さを感じる一方、大きな喜びを実感する。どんどん大きくなる子どもを見ていると幸せな気持ちになる。家庭を支えているという気持ちが増した。里帰り中は実感がなかったが、一緒に住むようになって大きく変わった。
	<b>上の子との関係</b>	上の子が赤ちゃんをあやしたり、話したりする姿を見て、そんな事が出来る様になったかと成長に驚く。妻が赤ちゃんの世話に時間を取られるため、上の子が私に寄ってきて、距離が近くなったように感じる。上の子が必要以上に甘え、言う事を聞かなくない事が増えたので心配だ。上の子と赤ちゃんについて、日々異なる面を見られるので楽しい。上の子が気を引こうとするので、偏りが出ないような接し方を心掛けている。上の子は赤ちゃんが大好きで色々手伝ってくれ、この先が非常に楽しみ。上の子と赤ちゃんを良く比較する。最初は何もかも初めてで、ストレスが強かったが、今回はゆとりを持って接している。
	<b>生活の変化</b>	子どもが出来た事で生活が激変した。自分中心から子ども中心になった。家族との時間をより大切にしたい。睡眠時間は以前の半分以下になった。妻と子どもが戻ってくると、自分のペースで生活できなくなると少し不安。仕事とプライベート等への影響について不安。優先順位が変わる事に不安だったが、いざ生まれると子どもを1番にすることが嫌ではなくなった。
3 M	<b>迷いながら出来る事を手伝う</b>	妻も頑張っているので、2人で力を合わせようと思う。自分が出来る事を出来る時に出来る限り手伝いたい。妻は育児に忙しく大変な様子で、時々ストレスが有るようなので、もう少し上手にサポートしたいと思う。実父母・義父母の協力を積極的に依頼し、家庭の安定化に繋げたい。妻が育児・家事を十分に対応できていないため、自分が積極的に介入している。帰宅後の夜遅くに育児・家事を行うので、負担が大きい。授乳等で眠れない妻を助けたいが、家事は自分の仕事だと思いこんでいて、どこまで手伝えれば良いか迷う。妻の体調が限界で心配だが、かといって仕事を休むわけもいかず、両親に助けを求めるのも難しく、自分が出来る事はやりたいが、妻ができる以上の事をしようとして心配。
	<b>妻に申し訳ない</b>	妻に家事・育児を任せっきりで、申し訳ないと思うことが多くなった。仕事のため家にいないことが多く、申し訳ない気持ちで一杯だが、妻が理解してくれるので感謝している。妻はよくやっていると思う。夜中に子どもが泣いても目が覚めず、妻に申し訳ないと思う。妻に対する感謝・ねぎらいが不足しているが、実行出来ない。まず会話が大切だと思う。今まであまり話していない仕事について、積極的に妻に話すようにする。
	<b>夫婦関係の変化</b>	妻と子どものことを話す事が多くなった。以前の様に自分の思った事やその日の出来事を話す機会は減った。子ども中心になり恋人関係には戻らないと感じる。妻の愛情を今までより感じなくなった。妻が子どもに愛情を注ぐ分、私への愛情が減った気がする。夫婦として成長した気もするが淋しい気もする。だらしない態度や冗談が通じなくなった生活にストレスを感じる。
	<b>妻のフォロー</b>	仕事が忙しく子どもの時間と合わないのが辛い。妻が写メを送ったり、メールで子どもの様子を伝えてくれるので、子どもの成長を実感できる。
	<b>生活の変化</b>	テレビを見る時間が減った。子どものいる家族と話す事が多くなった。酒飲みが減った。子どもとの生活で少し疲れているが楽しい。慣れるまで大変だと思う。自分の時間が少なくなり、疲れやストレスがある。妻が実家から帰ってきて、育児におわれてなかなか自分の時間が無い。
	<b>余裕が出て育児を楽しむ</b>	我が子の成長を楽しみに毎日過ごせて、仕事で嫌な事があっても乗り越えられる。赤ちゃんの表情も豊かになって、より一層可愛く感じ、以前より楽しんで育児に取り組んでいる。これまでは初めての事ばかりで、余裕が全く無かったが、今では大分慣れ家事も分担している。3ヵ月経って次第に笑う日数が多くなってきた。子どもの顔を見ると、仕事も頑張ろうと思う。

6 M	成長の実感と 悩み	日々我が子が可愛くなる。成長がこんなに速いと思わなかった。声を発し表情も豊かで様々な物に興味を示す。ハイハイで好きな場所に移動出来るようになり、少し手がかからなくなった。動き回り目が離せないので大変になりそうで少し不安。他の子どもと比べて違いが気になる。今の育て方で良いのか、もっとしないといけない事がある様な気がする。予防接種が気になる。
	手伝えない 限界	仕事が忙しく家族との時間が取れない。仕事のため夕方から夜に家事・育児を手伝えず残念。上の子が愛情に飢えている感じで、父親としてフォローしなければならないが自信も時間も無い。休みの日はゆっくりとしたいが、子どもが小さいのでできない。子どもの成長を感じるが、出張が多く触れ合う時間が少なく、もっと接したいと強く感じる。仕事の立場や内容が変わり、家族との時間が少なくなった。朝早くから夜遅くまでの仕事に、育児が加わり正直辛い。仕事が多忙な時期で、精神的に不安定だった。
	安定した生活	生活は安定している。夜泣きも慣れたし、オムツ交換・爪切り・お風呂等楽しみながらやっている。少しでも楽になるように休日は家事を助けている。家事・育児と変わらず自分の役割を続けている。これまで通り積極的に参加したい。
	父親の実感と 責任感	無条件で可愛い。今後の成長が楽しみ。毎日の発見が楽しい。最近育児が楽しくなった。パパと呼んでくれてとても嬉しかった。仕事に対する責任感が増し、育児を協力しなければならないと思う。子どもの成長を実感し親としての責任感や自覚といった自分の内面がより強まった。子育ては非常にやりがいがある。
	子どもから 活力を得る	日々の子どもの成長が心を溶かす。子どもの笑顔が疲れを癒す。泣いてもぐずっても腹が立たない。毎日子どもの顔を見るのが楽しみ。仕事が上手くいかなくても、子どもの顔を見るとホッとする。子どもの成長が活力を与えてくれる。
	妻に対する 気懸かり	帰りが遅い時に、妻の疲れきった姿を見るのが痛々しい。妻が段々精神的に追いつめられている様だ。妻がまだ子どもから離れられず、ストレスを発散する時間がない。子どもの世話と家事で、妻がストレスを溜めないか不安。赤ちゃんがいると妻の外出が難しく不便に思う。妻から自分に対する関心を感じない。妻との時間が以前より減った。子どもの後追いが激しく妻の家事が滞る。
1 Y	妻への感謝と 心配	1年間を通して妻への感謝と親への尊敬の念が1番強い。妻が復職し疲れている。家事・育児と仕事の両立が出来ていないので、妻が苛立っている。子どもがまだ夜に目を覚ますので、妻が寝不足になり心配。
	育児で 得たもの	最初は不安だったが、今は子どもがいるので何事も勇気が出る様になった。育児は体力的にきついが、それ以上の物が得られた。余裕はないが、幸せを実感しやる気がみなぎる。大変なことも沢山あるが、それ以上に喜びが大きい。
	親役割の 獲得へ	子育てを通して親として成長した。親の役目を誇りを持ってやっていきたい。妻・子どもは守るべき大切な家族であると実感している。仕事と家庭の両立を意識する様になった。覚悟を決めて楽しんで行こうと決めた。
	子ども中心の 生活変化	子ども基準で考える様になった。子どもが生活の中心となり、生活のバランスは良い方向に変わった。子どもや家族との時間をもっと大切に過ごしたいと思う。育児にもっと参加していきたいが、仕事上子どもとの時間が合わず休みの日しか子どもと中々接する事が出来ない。自分個人の時間は確かに減ったもののストレスではない。
	母子の関係の 強さと 家族関係の 変化	予想以上に母子関係の強固さを理解した。寂しい思いもあるが、役割の違いと知っている。子どもができて、家庭で孤独を感じる事がしばしばあります。セックス・・・。喧嘩が増えた。落ち着くことがなかった。妻との関係は良好だが欲求に充分に答えて貰えないと感じる。子どもを中心に一緒になって話すことが以前よりも多くなった。両親もよく遊びに来て、とても関係が良くなった。

## 第Ⅱ部

父親(母親)から観た子どもが誕生後1年間のパートナーとの関わり

インタビュー調査のまとめ

子どもが誕生後1年時のアンケート調査後に、これまでの育児や家庭生活を振り返って、「子どもが誕生後1年間のパートナーとの関わりで印象に残ったこと」についてインタビューを行い、父親と母親それぞれの特徴を描きました。

### 1. 調査の参加者について

基本調査の参加者364組のうち、最終回の1年時に回答のあった方(父親137名、母親172名)の中から、多くの方にインタビューへの同意を頂きました。

今回、インタビューには、父親21名、母親22名の方にご協力を頂き、ご自宅や産科クリニックまたはお電話で、お一人約30分程度でお話を伺いました。

ご夫婦揃ってインタビューできた19組では、第1子の方が多く、平均年齢は父親34.2(範囲21~51)歳、母親31.8(範囲23~39)歳でした。

### 2. インタビュー結果

インタビューの内容について修正版グラウンデッドセオリーアプローチ法で分析しました。第Ⅰ部のアンケート結果のまとめは量的分析と言われるものですが、修正版グラウンデッドセオリーアプローチ法は、質的分析と言われる方法です。

面接の逐語録を意味のあるまとまり毎に整理し、塊ごとにタイトルを付け、徐々に抽象度をあげていきます。

今回、子どもが誕生後1年間の父母の関わりについて、父親・母親双方の観点から明らかにすることを目的とし、『子どもが誕生後1年間のパートナーとの関係(の特徴)の変化』を分析テーマとしました。父母それぞれに分析した結果、父親・母親共に8個の【概念(まとまりのある定義された言葉)】が見出されました。

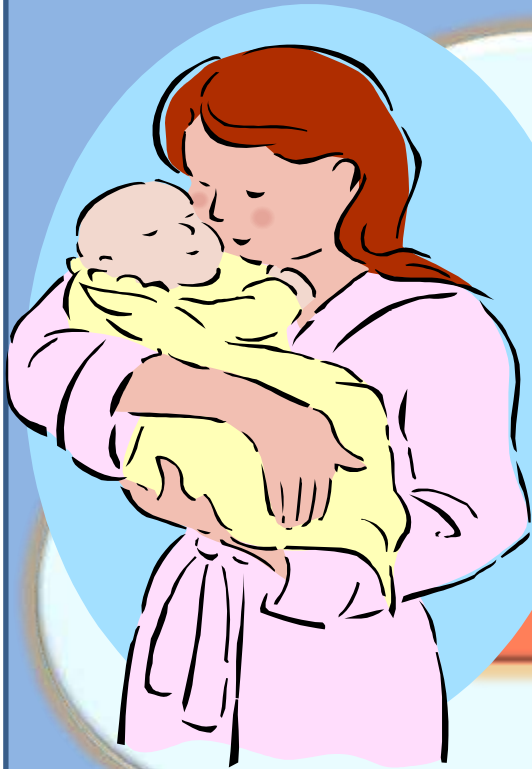
『子どもが誕生後1年間のパートナーとの関係(の特徴)の変化』について、父親・母親の順に、【概念】を用いて説明し、全体図を呈示しました。

## 1) 父親 21 名のインタビューのまとめ

子どもが誕生後、父親は母親について【母子密着状態で大変】と捉え、【妻(母親)を助けたい】という思いから、手伝い始めます。仕事が忙しいため【家庭よりも仕事優先】せざるを得ず、また、家事への不慣れから【どこまで手を出して良いか葛藤】します。母親とのやりとりや衝突の中で【母子密着からの疎外感】を感じ、【母親を尊重】することで、【自分にできる範囲で手伝う】姿勢で臨んでいました。結果的に、子どもの成長に伴い反応を汲み取れた時に、ようやく【育児の楽しさに気づ(く)】いていました。

# 父親の全体図

8 概念 : 父の



母子密着  
状態で大変

妻(母親)を助けたい

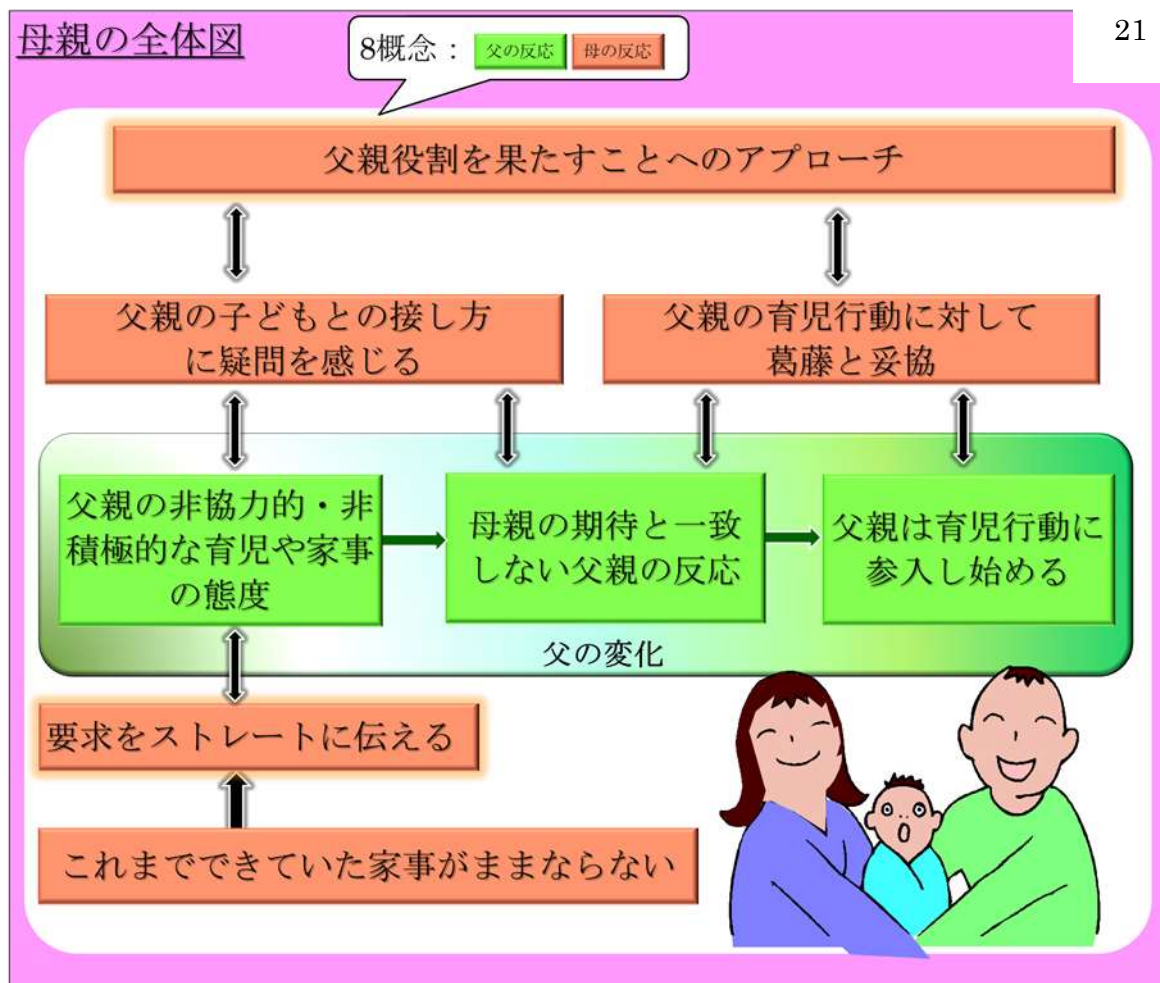
どこまで手を出し  
て白い草薺



## 2) 母親 22 名のインタビューのまとめ

出産後、子どもを含めた生活が始まり、まず【夫の非協力的・非積極的な育児や家事の態度】を目にします。

月齢の浅い児の世話や頻回の授乳に取り組んでいる中、家事の遂行ができない状況に陥り、【これまでできていた家事がままならない】ことに直面すると、父親に対して【要求をストレートに伝え(る)】支援を求めます。そこで、子どもの世話を依頼した【父親の子どもとの接し方(向き合い方)に疑問を感じ(る)】始めます。この場合の子どもは経産婦の場合、上の子が含まれています。母親は、父親に対し【父親役割を果たすことへのアプローチ】をし、アプローチ後の【父親の反応】を見ながら、【父親の育児行動に対して葛藤と妥協】を繰り返します。その結果として、【育児行動に参入し始める父親を認める】という変化が起こっていました。



## 3. 最後に

母親・父親それぞれの視点から分析した結果、子どもが誕生後1年間の父母の関わりの一連は【家庭再構築につながる夫婦のやり取り】のプロセスであり、共通した中心テーマでした。

父親の分析結果からは、母子の密着状態に直面し、母親との相互補完的役割を遂行しようと、試行錯誤する父親像が見えてきます。父親は、夫婦の関係性において自分の考えや行動をセーブし、母親を優先する傾向が明らかになりました。そのバランスが崩れた時に、父親のメンタルヘルスに影響を及ぼす可能性があり、父親の精神状態にも注意を向ける必要があります。

母親は、父親に家事の支援よりも父親として子どもに向き合っ欲しいという気持ちの方が強く、その観点から父親に対してアプローチをし続ける特徴が明らかになりました。少子化で子どもと接する機会の少ない現状で、育児に対する支援が重要視されています。母親のみならず父親の育児への参入は非常に重要ですが、母親の気持ちを考慮した父親への育児教育を検討する必要があると思います。

子どもが誕生後 1 年間における父母の  
家族関係と精神衛生に関する調査

発行年月日 2014 年 5 月 30 日

研究代表者 藤野 裕子  
長崎県立大学看護栄養学部看護学  
科

851-2195 長崎県西彼杵郡長与町  
まなび野 1-1-1

090-1080-4746

yukofujino@sun.ac.jp

印刷所 株式会社 古川総合印刷

849-0936 佐賀市鍋島大字森田 881