

〈原著論文〉

1歳6か月児健診を受診する母親の育児ストレスの分析 日本版Parenting Stress Index-Short Formの自由記載に基づいて

An Analysis of Parenting Stress of Mothers undergoing 1.6-year-old medical examination
Based on Free Descriptions in the Japanese Version of the Parenting Stress Index-Short Form

田中 恵子¹

要旨

本研究の目的は、日本版PSI-SF (Parenting Stress Index-Short Form) の自由記載欄の内容に基づき、1歳6か月児健診を受診する母親の育児ストレスを分析し、育児ストレスを軽減するための支援を検討することである。70名の母親の記載内容84を対象に質的に分析を行った。親に関する記載は【親役割への思い】【親役割がもたらす負の影響】【母親の孤独感】【母親の健康状態】【夫との関係】【両親との関係】【母親同士の関係】【育児能力の自信のなさ】【子どもへの愛情】の9カテゴリであった。子どもに関する記載は【子どもが期待通りにいかない】【子どもの機嫌の悪さ】【親につきまとう】【子どもの育児環境への願望】【子どもの問題を認識する】の5カテゴリであった。

本研究の結果より、母親の自己効力感を高める支援、母親の孤独感を軽減する支援、子どもの発達段階を受け入れ養育できる支援の必要性が認められた。

Abstract

The purpose of this study was to analyze parenting stress of mothers undergoing 1.6-year-old medical examination based on their free descriptions in the Japanese version of the Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF), and to explore support for reducing parenting stress in mothers with infants. We conducted a qualitative analysis of the 84 descriptions provided by 70 mothers with infants in the PSI-SF. Descriptions from the parents' perspective were categorized into the following 9 categories: "thoughts on parental roles," "negative impact of parental roles," "mothers' loneliness," "mothers' health," "relationship with the husband," "relationship with parents," "relationships among mothers," "lack of confidence in childcare ability," and "love for their children." Descriptions relevant to the children were categorized into the following 5 categories: "children have not grown up the way mothers expect them to have," "children's bad moods," "children always follow their mothers around," "desires for their parenting environment," and "recognizing the problems experienced by children." The results of this study showed the need for support to enhance the mothers' self-efficacy, to reduce the mothers' loneliness, and to help mothers raise their children while appreciating their children's developmental stages.

キーワード：育児ストレス、母親、日本版PSI-SF

parenting stress, mothers,

the Japanese Version of the Parenting Stress Index-Short Form

I. 緒言

年々、核家族化、少子化が進行し、地域社会との関係の希薄化の中で、育児期の母親は育児ストレスや不安を抱きやすい状況にある。育児ストレスが過度に増加すると虐待に繋がる危険性がある。

全国の児童相談所への児童虐待相談件数は、159,850件と過去最多を更新し、虐待内容では心理的虐待、相談経路は警察等が最も多く、いずれも半数を占めていた。一方、虐待による死亡事例は65人で、心中以外の虐待死では、年齢は0歳児、加害者は実母が最も多かったと報告されている(厚

1 Keiko TANAKA 千里金蘭大学 看護学部 看護学科

受理日：2020年9月4日
査読付

生労働省, 2019). このような状況に対し, 厚生労働省の虐待防止対策として, 虐待に至る前に, 気になるレベルで適切な支援と育児の孤立化, 育児不安の防止を課題にあげている. さらに, 第2次健やか親子21の重点項目として, 全ての子どもがすこやかに育つ社会の実現に向け, 「育てにくさを感じる親に寄り添う支援」を課題にあげている.

育児ストレスが高いという状況は母親の精神的健康にも関連している. 竹田 (2016) は東京都監察医務院との共同で, 2005~2014年の10年間に東京 23 区で発生した妊産婦の異常死を分析し, 63例の自殺が起こっていたことを発表した. 自殺した妊婦の約 4 割がうつ病または統合失調症であったこと, 産婦の 6 割が産後うつ病をはじめとする精神疾患を有していたことが明らかになり, 妊産婦のメンタルヘルスケアの重要性が再認識された.

さらに, 近年では虐待が子どもの脳に及ぼす影響が明らかになっている. 友田 (2017) は子どもの頃, 性的虐待を受けた女性では視覚野の容積が有意に減少, 厳格体罰を受けた男女では右前頭前野内側部, 実行機能と関係のある右前帯状回, 認知機能がある左前頭前野背外側部の容積が有意に減少し, 子どもの脳には器質的変化が起こっていることを報告している. 子どもの心の健康には, 健康な母親との親密な関係が基本であり, 周産期医療は母と子の生命だけでなく, 心を守ることも目を向けていく必要がある. そういう意味で, 出産に関わる医療施設の看護師が育児ストレスの現状を把握し, 育児ストレスの軽減に向けた支援を検討していくことは重要である.

母親の育児ストレスの先行研究では, 母親の育児ストレスの関連要因 (興石, 2002;村上, 2005;山口, 2009;北村, 2011), 母親のパーソナリティ傾向と育児ストレスの関連 (西出ら, 2011;佐々木ら, 2010), 育児ストレス軽減への支援 (長中ら, 2010;山脇ら, 2018), 災害時における母親の育児ストレス (五十嵐ら, 2017) 等がある. 低出生体重児や多胎児等のハイリスク児の母親の育児ストレスを量的研究に検討したものが多いが, 健常児をもつ母親のストレスの様相を質的に検討したものは少ない.

そこで, 本研究は育児ストレスショートフォーム (Parenting Stress Index-Short Form: 以下 PSI-SF) の自由記載の内容に基づき, 乳児をもつ母親の育児ストレスを分析し, 育児ストレスを軽減するための支援を検討することを目的に行った.

本研究において, 育児ストレスは, 「親としての

要求に直面しそれに応じようとする個々の挑戦の結果生じる一連の心理的および生理的プロセスである (兼松ら, 2006)」と定義する.

II. 研究方法

1. データ収集期間

2017年2月20日~4月20日.

2. 対象者と依頼・回収方法

対象者はA県のA市保健センターの1歳6か月児健診を受診する母親である.対象者には, 研究の趣旨と自由意思による参加であること, 研究協力の諾否によって不利益を被らないこと, 記入と投函をもって同意とみなすことを文書と口頭で説明し, 同意が得られた後, 質問紙を渡した.なお, 質問紙の回収は自宅で回答後, 郵送により返送してもらった.

3. 調査内容

質問紙は, 基本属性, PSI-SFで構成される.基本属性は, 母親の年齢・就労形態・健康状態・睡眠時間, 子どもの性別・出生順位, 家族形態である.PSI-SFは, Abidin (1995) によって開発された原版36項目を基に, 兼松ら (2006) が日本語版に開発した尺度である.19項目のストレス項目と自由記載からなる.ストレス項目は得点化し, 育児ストレスのタイプに分類できる.自由記載は対象者がPSIの質問紙を回答した際に想起された育児ストレスに関する具体的な内容を表現している.自由記載の問は「育児をしていて大変さを感じることがありましたら, ご自由にお書きください」である.日本版PSI-SFの開発者の兼松ら (2006) に使用許可を得て用いた.

本研究では, 回収された質問紙250名 (回収率 53.7%) の自由記載欄に記載のあった70名分を分析の対象とした.

4. 分析方法

自由記載内容の分析は, 意味を持つ文章あるいは段落を1単位とし, 適宜ラベルを与えコード化した.続いて, 類似した内容をまとめてサブカテゴリ (以下<>), カテゴリ (以下【】) へと集約した.看護学教員で検討を行い, 信頼性・妥当性の確保に努めた.背景要因と記載内容との関連の分析は, SPSSを使用し χ^2 検定を行った.

Ⅲ. 倫理的配慮

本研究の主旨とプライバシーの保護、調査の参加は自由意志に基づき、匿名調査であることを文書と口答で説明し、記入と投函をもって同意とみなした。本研究は大和大学倫理委員会の承認（2017年-16）を得て行った。

Ⅳ. 結果

1. 対象者の背景

母親の年齢は 37.3 ± 4.58 歳、1歳6か月時で、専業主婦は46名（65.7%）、就労している母親は24名（34.3%）であった。子どもの性別は男児31名（44.3%）、女児39名（55.7%）、出生順位は第1子が42名（60.0%）、第2子以上が28名（40.0%）であった。家族形態は核家族が66名（94.3%）、二世帯家族4名（5.7%）であった。

2. 母親の育児ストレスの内容

取り出された記載内容は全部で84であった。表1に母親の育児ストレスの内容とその記載数を示す。親に関することは64（76.2%）、子どもに関することは20（23.8%）と親に関する記述のほうが多かった。

1) 親に関する記載内容

親に関する記載は、【親役割への思い】【親役割がもたらす負の影響】【母親の孤独感】【母親の健康状態】【夫との関係】【両親との関係】【母親同士の関係】【育児能力への自信のなさ】【子どもへの愛情】の9カテゴリであった。

【親役割への思い】は、しつけの仕方や兄弟の子育て等＜子どもの扱いがわからない＞、子どもが思うように動いてくれずイライラしく感情のコントロールができない＞、大変さを感じないことはないが、自分も人間性を学べると＜子育てによる成長＞が得られた。【親役割がもたらす負の影響】は、一人で出来ていたことさえもできず＜自由な時間がない＞、出産前は分担してやってきたこともすべて自分がやることになり＜育児と仕事の両立が困難＞、子どもの体調が悪い時、勤務変更を依頼しなくてはならず＜仕事がやりにくい＞であった。【母親の孤独感】は、誰とも話さないで1日が終わる、SNS（social networking service以下SNS）に子育ての不安や心配事を投稿し反応が少な

いと寂しいしく一人ぼっちだと感じる＞、自分と夫の両親が遠方で頼れず＜サポートが欲しい＞、病気を疑い、病院受診すべきかどうか迷った時＜相談相手がいない＞であった。【母親の健康状態】は腰痛や疾患の発症による＜母親自身の健康問題＞、慢性的な睡眠不足で＜疲れやすい＞であった。【夫との関係】は、平日は帰宅時間が遅く、休日も外出や自分の事ばかりで育児に＜協力してくれない＞、「子どもと一緒にいれて羨ましいし楽しいな」と私の気持ちをくわかってくれない＞、私がしつけをしようと叱ると、夫は「まだ小さいからわからない」と甘やかしく夫と自分の育児方針が違う＞であった。【両親との関係】は、両親は働いているし今の子育てとはズレていて＜頼れない＞、【母親同士の関係】は、ママ友とは適度な距離感をもったつき合い方が必要で＜関係が難しい＞であった。【育児能力への自信のなさ】は、ハプニングだらけ初めてのことばかりでちょっとしたことで＜子どもの対応に不安をもっている＞であった。【子どもへの愛着】は、手はかかるが＜子どもは可愛い＞であった。

2) 子どもに関する記載内容

【子どもが期待通りにいかない】【子どもの機嫌の悪さ】【親につきまとう】【子どもの育児環境への願望】【子どもの問題を認識する】の5カテゴリであった。

【子どもが期待通りにいかない】は、遊び食いや指しゃぶり等の＜子どもの行動や癖が気になり＞であった。【子どもの機嫌の悪さ】は、自分の思い通りにならないと場所を選ばず＜かんしゃくを起こす＞であった。【親につきまとう】は、母親から離れず姿が見えなくなると大声で泣き＜人に慣れにくい＞であった。【子どもの育児環境への要望】は、のびのびとできる＜安全な環境を整える＞、【子どもの問題を認識する】は健診で＜発達の遅れ＞を指摘されるであった。

3) 背景要因と記載内容との関連

背景要因とカテゴリの記載あり、記載なしとの間に有意差はなかった。就労形態と記載内容については、専業主婦の母親の記載が多く、【夫との関係】【両親との関係】【母親同士の関係】【育児能力への自信のなさ】は全員、【母親の孤独感】は9名（81.8%）、【親役割への思い】は14名（73.7%）であった（表2 就労形態と記載内容との関連）。

表 1 母親の育児ストレスの内容と記載数

カテゴリ	サブカテゴリ	内容	記載数 (対象数)	割合	
親に関する内容					
親役割への思い	子どもの扱い方がわからない	・ダメと言ったことをなかなか止めてくれないし、叱ってもあまり答えていない。 ・2歳児の兄がおり、兄弟でよく喧嘩をするようになってきた。 ・なだめたり、話を聞いても解決しない時、「はあ」となってしまう。 ・ネットで調べるとたいがい不安が増すような内容が多い。	8	19 (16)	22.6
	感情のコントロールができない	・子どもが思うように動いてくれずイライラしてしまう。 ・タスクが重なると「どうして自分だけが大変な思いをしないとイケないのか」と腹立たしくなる。	4		
	子育てによる成長	・大変さを感じないことはないが、今までより1日が充実している。子どもにモラル・ルールを教えていく代わりに自分も人間性を学んでいる。	7		
親役割がもたらす負の影響	自由な時間がない	・食事やお風呂、一人でできていたことさえも、ゆっくりすることが出来ない。	11	17 (14)	20.2
	育児と仕事の両立が困難	・働いていた時は分担していたこともすべて自分がやることになり、育児と両方すると大変さを感じる。	3		
	仕事がやりにくい	・子どもの体調が悪く保育所に預けられず、勤務変更をお願いすることがあり、心苦しい。	3		
母親の孤独感	一人ぼっちだと感じる	・一人で誰とも話さないで1日が終わることがある。 ・平日は2人きりのことが多いので息がつまることがある。 ・SNSで子育ての不安や心配事を投稿し反応が少ないと寂しいし一人だと感じる。	8	11 (8)	13.1
	サポートがほしい	・自分と夫の両親も遠方のため、全部一人で行わないといけない。助けてほしい時にヘルプがないのが辛い。	2		
	相談相手がいらない	・病気を疑い病院受診すべきかどうか迷った時、相談する相手がいなくて心苦しい。相談電話にかけても電話で症状を正確に伝えられたかも心配。	1		
母親の健康状態	母親自身の健康問題	・思ったより肉体的にしんどくて、出産後に腰痛が続いている。	4	6 (6)	7.1
	疲れやすい	・慢性的な睡眠不足で疲れがたまり、なんとなくくだるい。 ・高齢出産で2人目なので疲れやすい。	2		
夫との関係	協力してくれない	・平日は帰宅時間が遅く、休日でも外出や自分の事ばかりで育児に協力してくれない。	2	5 (5)	6.0
	大変さをわかってくれない	・夫は「いつも子どもと一緒にいて羨ましいし楽しいな」と私の気持ちをわかってくれない。	2		
	夫と自分の育児方針が違う	・私がしつけをしようと叱ると夫は「まだ小さいからわからない」と甘やかす。	1		
両親との関係	両親に頼れない	・自分の親がまだ働いている。頼みたくても頼れないし、頼っても今の子育てとはちょっとズレている。	1	1 (1)	1.2
母親同士の関係	関係が難しい	・ママ友とは適度な距離を持ったつき合いが必要で、思った以上に難しい。	2	2 (2)	2.4
育児能力への自信のなさ	子どもの対応に不安をもっている	・ハプニングだらけ初めてのことばかりでちょっとしたことでも不安を感じ落ち込む。 ・何をしても思うようにできなくて自分の人生を生きられないように感じる。	2	2 (2)	2.4
子どもへの愛着感情	可愛い	・子どもは手がかかるが、可愛さが勝る。	1	1 (1)	1.2
子どもに関する内容					
子どもが期待通りにいかない	子どもの行動や癖が気かり	・食事の時、椅子に長く座っておらず立った状態で遊び食いしている。 ・指しゃぶりをやめない。	6	6 (6)	7.1
子どもの機嫌の悪さ	かんしゃくを起こす	・自分の思い通りにならないと場所を選ばず大声でなく。「イヤイヤ」と言って食べ物を投げたり、叩いたりする。	6	6 (6)	7.1
親につきまとう	人に慣れにくい	・母親から離れず、姿が見えなくなると大声で泣く。 ・公園で同年齢の子どもの中に入れようとする余計くつついてくる。	4	4 (4)	4.8
子どもの育児環境への要望	安全な環境を整える	・2歳頃まで歩けない子を連れ移動するのが大変。電動自転車が置きやすい駐輪場が少ない。公園にタバコの吸い殻が多い。 ・子どもがのびのびできる環境作りが必要と思う。	3	3 (3)	3.6
子どもの問題を認識する	発達の遅れ	・1.6か月健診で発達障害を指摘される。ふだんできた積み木はその日はできなかった。	1	1 (1)	1.2
総 計			84	(70)	100

表2 就労形態と記載内容との関連

就労形態	親役割への思い		親役割がもたらす負の影響		母親の孤独感		母親の健康状態		夫との関係		両親との関係		母親同士の関係		育児能力への自信のなさ	
	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし	記載あり	記載なし
専業主婦 (n=46)	14 (73.7)	32 (62.7)	11 (64.7)	35 (66.0)	9 (81.8)	37 (62.7)	2 (33.3)	44 (68.8)	5 (100.0)	41 (63.1)	1 (100.0)	45 (65.2)	2 (100.0)	44 (64.7)	2 (100.0)	44 (64.7)
仕事あり (n=24)	5 (26.3)	19 (37.3)	6 (35.3)	18 (34.0)	2 (18.2)	22 (37.3)	4 (66.7)	20 (31.2)	0	24 (36.9)	0	24 (34.8)	0	24 (35.3)	0	24 (35.3)
合計	19	51	17	53	11	59	6	64	5	65	1	69	2	68	2	68

V. 考察

本研究では、乳児をもつ母親の育児ストレスの記載内容を質的に分析し、今後の育児支援について考察する。

1. 親のストレスについて

【親役割への思い】が最も記載内容が多かった。育児方法や子どもとの関係、兄弟の子育ての大変さ等、母親としての養育力の不足を認識したネガティブな内容であった。一方、「大変さを感じないことはないが子育てを通して人間性を学ぶ」といったポジティブな内容も得られ、「育児は育自」のように親としての人間的成長を実感している記載も得られた。

厚生労働省（2017）の第7回21世紀出生児縦断調査によると、子育て意識について「子どもの成長に喜びを感じる」「子どもとのふれあいが楽しい」「子どものおかげで家庭が明るい」等の肯定的な感情を体験する母親は8～9割、「子育ての出費がかさむ」「自分の自由な時間が持てない」「子育てによる身体の疲れが大きい」等の否定的な感情は3～4割の母親が体験していた。本研究のPSI-SFは母親の育児ストレスを問うものであり、親役割への思いについて否定的な感情の表出が多く得られた。根ヶ山ら（1995）は、親子関係は本来ダイナミックなものであり、その関係は親和的だけではなく、時には反発的な関係にもなると述べている。このように母親が両面的な感情を持つことは育児を行っている親の日常性として自然なことと考えられる。

母親の育児不安やストレスの軽減には、ソーシャルサポートや母親の自己効力感が関与していることが明らかになっている（荒木ら、2005;西出ら、2011）。Bandura（1977）は自己効力感を「予測される状況に対処するために必要とされる一連の行為をいかに上手くなし得るかについての本人の

判断」と定義し、自己効力感を高めるには、直接の成功体験、代理体験、言葉による説得、情緒的な喚起の4要素が必要と述べている。出産準備クラスや育児教室において、参加者が1人でやり遂げられたという経験をする、仲間の体験を聞き学ぶ、「あなたもできる」と励ましを得る等の経験を積み重ねることが自己効力感となり、育児を乗り越える自信につながると考えられる。

【母親の孤独感】に関する記載内容も上位を占めていた。育児期の母親の孤独感には、一人で誰とも話さない、SNSに子育ての不安や心配事を投稿し反応が少ないと寂しい、夫や両親の協力が得られない、身近に相談する相手がいない等、様々であった。母親の孤独感は抑うつや育児不安につながるだけでなく、子どもへの影響や虐待なども懸念される。そのため、母親の孤独感を軽減する支援を行うことは母子保健上、重要な課題である。

総務省の通信利用動向調査（2019）によると、個人のモバイル端末の保有状況は、スマートフォンの保有率64.7%で、携帯電話・PHSの26.3%よりも38.4%高く、モバイル端末全体（携帯電話・PHS及びスマートフォン）の保有率は84.0%と高かった。スマホの普及と共に、SNS等のツールを使ったコミュニケーションや情報発信が日常生活に浸透してきているとかがえる。SNSはインターネット上の人間関係である。実際は子育てに悩んでいてもSNS上には良い面しかみせない、またフォロワーの反応を気にするために自分の考えをストレートに伝えられない等があり、結果的に母親の孤独感を招いているのではないかと考えられる。

乳幼児を持つ母親の孤独感に関連する要因について、Mandaiら（2018）は孤独感、SNSでのつながりや家族、友人との社会的つながり、経済的状況、対人関係のパターン、気分不安障害の可能性の有無が関連、馬場ら（2013）は実父母、ママ友達、友人の会う回数・会う以外の接触回数・サポートと夫のサポートは孤独感と関連、佐藤ら

(2014)は友人、育児仲間のサポートと孤独感は関連していたことを報告している。これらの結果は本研究のSNSに投稿しても友人からの支援の少ない母親は孤独感を認識していたという結果を支持しているといえる。

1歳6か月頃は、子どもの成長と共に活動範囲が広がり、子どもの特性や成長に伴う様々な悩みが生じる時期である。家庭内では夫や両親、家庭外では友人や育児仲間といった身近な人に悩みの共有や相談ができるような支援が必要である。したがって、家庭内では夫や両親との関係性や育児の考え方をアセスメントし援助を行う。家庭外では利用者支援事業、地域子育て支援拠点事業等の利用を促進すると共に、子育て交流会等の場において母親同士がつながるようにきっかけを作る、母親同士のサポートにつながるよう働きかけていくことが重要と考えられる。

【母親の健康状態】に関する記載内容は、「出産後に腰痛が続いている」「慢性的な睡眠不足で疲れやすい」であった。産後の体調が良くないまま育児をしている母親は体力的負担や疲労感からストレスを感じやすいといえる。健康状態が不良でも育児を強いられ負担が大きいと考えられる。行政の行っている産前産後家庭支援ヘルパー・子育てヘルパー派遣事業の活用、保育園での一時預かり等を活用して、母親の休息を確保し子育てに集中できるような働きかけが必要である。

背景要因と記載内容との関連をみると、専業主婦の母親は【夫との関係】【両親との関係】【母親同士の関係】【育児能力への自信のなさ】【母親の孤独感】においてストレスを認識している記載が多かった。先行研究では、母親の就労形態と育児不安やストレスは有意差がなかった(佐藤ら, 1994; 桑名, 2007), 専業主婦の方が、育児ストレスが高い(荒屋敷, 1999; 田中, 2008), 産休中・育休中の母親は、専業主婦や働いている母親よりも消極的・否定的な母性意識が高く、子どもに関連した育児ストレスが高い(高橋, 2007)という報告があるが、その中でも専業主婦の母親の育児ストレスが高いという報告が多かった。

専業主婦の育児ストレスが高いことに関して、自由時間のなさ、子育てにかかわる時間が兼業主婦に比べて長い(倉橋ら, 2005; 田中ら, 2003), 専業主婦では子育てにおける経済面の不安、余裕ができる頃に就労できるかどうかという不安を抱えている(村上ら, 2005)等が報告されている。

したがって、専業主婦への支援として、身近にいる夫が妻をねぎらい、聞き役になることで母親の気分転換や閉塞感からの開放につながるのではないかと考えられる。牧野ら(1985)は、母親の育児ストレスの軽減には実際の育児家事行動ではなく母親が父親の育児家事行動を好意的に受け止め満足感をもつことと深く関連していると述べている。そのためには夫婦の対話の中で、父親のできる育児家事の具体的な役割分担や育児観の共有、さらに母親の育児上の課題や父親に求めている内容を明確にしていき、お互いの意志疎通を図っていくことも重要である。子育て世代包括支援センター(日本版ネウボラ)を活用し、子育て支援コンシェルジュに相談する、教室・集いの場を紹介してもらう、またファミリーサポートセンター事業を活用し、子どもを預けて自分の時間を確保し、やりたいことを行う等、子ども中心の生活からの転換を図っていくことが必要と考えられる。

2. 子どものストレスについて

【子どもが期待通りにいかない】【子どもの機嫌の悪さ】【親につきまとう】の記載内容が多かった。

今回の結果では、大人の思い通りには行かない子どもの行動の特徴に関連したストレスが記載されていたようにうかがえる。1歳6か月頃になると、子どもの自己主張・反抗が始まる。母親もその対応に余裕をもっていられなくなってくる。子どもははっきりと「わたし」を主張するようになり、子どもの「わたくし」と母親の「わたくし」がぶつかりあい、どのように折り合いをつけるのが課題となる(菅野, 2008)。このような場合には、子どもの特徴が正常発達の範囲内かを確認し、親が発達段階の特徴について理解不足の場合は月齢に応じた子どもの特徴や個人差を知らせ、今行っている育児の振り返りの機会を提供し支援していく必要がある。戸田(2000)は「母親が子どもをどのようにみているかが、育児ストレスが生じてくるかどうかにかかわってくる」と述べているように、母親が日々変化していく子どもをありのままに把握・理解し、発達段階や状況にあった対応ができるように支援していくことが重要である。

以上より、日本版PSI-SFの自由記載の内容より親と子どもに関する育児ストレスを把握し、育児支援について検討した。健診は子どもの発達の問題だけを捉えるのではなく、養育支援の重要な機会でもある。母親の自己効力感を高める支援、母

親の孤独感を軽減する支援, 子どもの発達段階を受け入れ養育できる支援の必要性が認められた。

3. 研究の限界と今後の課題

本研究の結果は, 限定された健診を受診した母親の育児ストレスであり, 一地域の分析結果のため, 対象集団全体を反映しているとはいえない。また, 分析対象者は専業主婦が多い結果となり, 乳児を育てる母親の実態を十分に把握したとは言いがたく, 研究の限界もある。親子関係や育児は世代間伝達の影響を受ける。今後は, 母親の被養育体験と育児ストレスとの関係についての検討をしていくことが課題である。

謝辞

本研究に協力いただいたお母様ならびに調査を行うにあたり, 協力いただいた保健センターの保健師様に感謝します。

本研究において利益相反はありません。

引用文献

Abidin,R. (1995) Parenting stress index.3rded. Odessa,FL:Psychological Assessment Resources Inc.

荒木暁子, 兼松百合子, 横沢せい子他. (2005). 日本版Parenting Stress Indexスコアと自由記載の関係からみる乳幼児の母親の育児ストレス.家族看護学研究, 11(1), 24-33.

荒屋敷亮子, 兼松百合子, 荒木暁子他. (1999). 岩手県在住の乳幼児を持つ母親の育児ストレス及びソーシャルサポートに関する調査.岩手県立大学看護学部紀要,1,65-76.

馬場千恵, 村山洋史, 田口敦子他. (2013). 乳児を持つ母親の孤独感と社会との関連について—家族や友達とのソーシャルネットワークとソーシャルサポート—.日本公衆衛生雑誌, 60巻12号, 727-737.

Bandura,A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. Psychological Review. 84 (2): 191-215.

五十嵐世津子, 西沢義子, 野戸結花ら. (2017). 福島第一原子力発電所事故による避難中の母親の子育て・放射線不安とQOL.日本放射線看護学会誌, 5(1), 3-11.

兼松百合子, 荒木暁子, 奈良閑美保他. (2006). PSI育児ストレスインデックス手引き, 社団法人雇用問題研究所.

厚生労働省ホームページ. (2019). 子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について (第15次報告), 平成30年度の児童相談所での児童虐待相談対応件数及び通告受理後48時間以内の安全確認ルールの実施状況の緊急点検の結果. https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000190801_00001.html (閲覧2020.8.21)

厚生労働省ホームページ. (2017). 第7回21世紀出生児縦断調査. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/syusseiji/16/index.html> (閲覧2020.8.21)

北村亜希子. (2011). 低体重児の母親がもつ育児不安の要因の検討—子どもがNICU入院中と退院後の比較—.母性衛生, 51(4), 694-703.

倉橋しのぶ, 太田晶子, 松岡治子ら. (2005). 乳幼児健診に来所した母親のメンタルヘルスに及ぼす因子の検討—対象時の年齢との関連—.日本女性心身医学会雑誌, 10, 181-186.

桑名佳代子, 細川徹. (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.

興石薫. (2002). 育児不安に影響を与える要因についての縦断的研究—予期不安尺度と期待感尺度の作成—. 小児保健研究, 61(4), 686-691.

牧野カツ子, 中西雪男. (1985) 乳幼児をもつ母親の育児不安-父親の生活および意識との関連-家庭教育研究所紀要, 6:11-24

Marie Mandai, Misato Kaso, Yoshimitsu Takahashi, Takeo Nakayama (2018). Loneliness among mothers raising children under the age of 3 years and predictors with special reference to the use of SNS: a community-based cross-sectional study.BMC Womens'18 (1):131.

村上京子, 飯野英親, 塚原正人ら. (2005). 乳幼児を持つ母親の育児ストレスに関する要因の分析. 小児保健研究, 64(3), 425-431.

長中容子, 眞鍋えみ子, 松田かおり. (2010). ひろば型地域子育て支援施設の利用が母子の愛着や育児ストレスに及ぼす影響. 京都母性衛生学会誌, 18, 57-64.

西出弘美, 江守陽子. (2011). 育児期の母親における心の健康度Well-beingに関する検討—自己効力

- 感とソーシャルサポートが与える影響について. 小児保健研究, 70(1), 20-26.
- 根ヶ山光一, 鈴木晶夫編. (1995). 子別れの心理学. 福村出版. 12-30.
- 佐々木瞳, 後藤あや, 矢部順子ら. (2010). 乳児を持つ母親の自己効力感とその関連要因-乳児健康診査を活用した縦断研究-. 小児保健研究, 69(5), 666-675.
- 佐藤美樹, 田高悦子, 有本梓. (2014). 都市部在住の乳幼児を持つ母親の孤独感に関連する要因. 乳幼児の年齢集団別の検討. 日本公衆衛生雑誌, 61(3), 121-129.
- 佐藤達哉, 菅原ますみ, 戸田まり他. (1994). 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.
- 総務省ホームページ. (2019). 総務省通信利用動向調査.
<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r01/html/nd232110.html> (閲覧 2020.8.21)
- 菅野幸恵. (2008). 母親が子どもをイヤになること. 岡本依子, 菅野幸恵編. 親と子の発達心理学: 縦断研究のエッセンス. 新曜社. 147-158.
- 田中克枝, 板垣ひろみ, 古溝陽子ら. (2008). 福島県A市における1歳6ヶ月児を持つ母親の育児ストレス-育児ストレス程度の地域比較とA市における関連要因-. 福島県立医科大学看護学部紀要, 3(10), 9-21.
- 田中真由美, 倉岡千恵. (2003). 乳幼児を抱える専業主婦の疲労度に関する研究-ストレス・育児行動・ソーシャルサポートに焦点をあてて-. 母性衛生, 44, 281-288.
- 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.
- 竹田省. (2016). 妊産婦死亡“ゼロ”への挑戦. 日本産科婦人科学会雑誌, 68(9), 1815-1822.
- 戸田須恵子 (2000). 母親の育児ストレスと幼児の気質および養育態度との関係について. 北海道教育大学紀要教育科学編成, 50-2, 35-46.
- 友田明美. (2017). 子どもの脳を傷つける親たち. NHK出版新書, 71-107.
- 山口咲奈枝, 遠藤由美子. (2009). 低体重児をもつ母親と成熟児をもつ母親の育児不安の比較. 母性衛生, 50(2), 318-324.
- 山脇功次, 後藤あや, 水野美文ら. (2018). ノーバ
- デイズ・パーフェクト育児支援に参加した母親の気持ちの変化-質的データの事業向上への活用-. 保健師ジャーナル, 7(4), 506-513.