

1 歳児を育てる母親の育児力に関する実態調査

キーワード：1 歳児 母親 育児力 育児 子育て

松本憲子 壹岐さより （宮崎県立看護大学）

I. 緒言

近年、社会構造は変化し、少子化、核家族化の進行や女性の社会進出が増加している。これに伴い、家庭における育児機能は低下し、育児不安・子育て困難感を持つ母親の増加が指摘されている。

子どもとすると「イライラすることが多い」と答える母親の割合は増加し¹⁾、既に「子どもを虐待したいのではないかと思うことがある」と答える母親は、調査者全体の 2 割にも達する²⁾など、育児を行う母親が抱える育児不安・育児ストレスは、見過ごすことができない状況になっている。

また、幼児と母親の生活習慣の実態と母親の健康に関する認識の調査結果³⁾からは、子どもの生活習慣については約 9 割の母親が気をつけていると答えているが、実際の食習慣を見てみると、母親の食習慣と子どもの食習慣の相関は高く、母親に食事の問題点が多いときには、幼児の食事の問題も多いことがわかり、育児を含めた生活の仕方に慣れていない母親に対する支援と、仕事と育児を両立の必要な母親への支援を充実させていくことの必要性が示唆されている。

実際、研究者が開催している子育て教室においても、参加している母親のほとんどが育児上の悩みや不安を抱えながら育児をしており、悩みや不安を抱えていない母親であっても、子どもの健康的な成長発達と自立に向けた生活習慣獲得に必要な育児を行っていない母親が存在し、子どもを育てる母親の育児力が不足していることを実感している。

高度経済成長期以前は、出生率も合計特殊出生率も高く、育児に必要な能力は生活の中で自然に身につけることができていたが、現代は、少子化、核家族化が進み、育児を経験的に学ぶことが難しくなっている。このため母親は、育児を行うために必要な能力を身につけることなく育児に取り組むことになり、このことが母親の育児困難感に関係していると考えられる。

また、子どもの年齢別による育児困難に関する研究^{4).5).6)}から、母親が最も育児困難を持つのは、子どもが 1 歳児の時であることから、今回、宮崎県立看護大学地域貢献事業として、1 歳児を育てる母親の育児力について調査したので以下に報告する。

II. 用語の定義

1. 母親の育児力

「母親の育児力とは、母親が自分の健康管理を行いながら、子どもを育てる日々の生活を整えられるよう、母として成長する力により、夫との協力や支援者、社会資源の活用ができ、母親として自立して育児する力」と定義する。

2. 1歳児

「1歳児とは、1歳の誕生日から2歳の誕生日前日までにあり、地域で生活を送っている特定の病気の診断がついていない児」と定義する。

III. 研究方法

1. 研究対象者

1歳児を育てている母親

2. 調査内容

対象の基本属性と育児力の実態について、1歳児を育てる母親の育児力を構成する概念の質的研究⁷⁾をもとに研究者が作成した1歳児を育てる母親に必要なと考えられる育児力(92項目)を作成し調査を行った。育児力は、

- 1) 1日の生活時間を整える力
- 2) 1歳児の日常生活を整える力
- 3) 自分の健康を管理する力
- 4) 母親として成長する力
- 5) 母親として自立して育児する力
- 6) 工夫して子どもに関わる力
- 7) 支援者と関係する力
- 8) 社会資源を活用する力
- 9) 夫と協力して育児に取り組む力

の9つとし、設問項目はすべて4段階で回答を得た。

3. データ収集

A市の1.6歳児健康診査を受診した母親に、研究目的を口頭で伝え、調査表を配布し、郵送法にて回収した。

4. データ収集期間 平成2X年8月～平成2X年11月

5. 倫理的配慮

調査協力者のプライバシーおよび個人情報の保護として、調査は無記名とし、研究で得た情報は、本研究の目的以外に使用しないことを、文書にて説明した。また、研究参加への承諾は、アンケート用紙への記入によって得たものとするを文書にて説明した。データの処理・解析は、パスワード設定のある専用のパソコンで管理した。

IV. 結果

項目	内訳	人数	(%)
① 母親の年齢	20代	82	30.7
	30代	163	61.0
	40代	17	6.4
	未記入	5	1.9
② 結婚した年齢	10代	8	3.0
	20代	197	73.8
	30代	61	22.8
	未記入	1	0.4
③ 最終学歴	中学校	9	3.4
	高校	80	30.0
	専門学校	70	26.2
	短大	53	19.9
	大学以上	53	19.9
	その他	2	0.7
④ 自然妊娠か	はい	252	94.4
	いいえ	15	5.6
⑤ 出産時の気持ち	とてもうれしかった	253	94.8
	どちらかという嬉しかった	13	4.9
	どちらかという嬉しくなかった	1	0.4
⑥ 現在の仕事	フルタイム	58	21.7
	パートタイム	55	20.6
	アルバイト	5	1.9
	内職	1	0.4
	自営業	11	4.1
	その他	1	0.4
	育児休業中	21	7.9
	専業主婦	113	42.3
未記入	2	0.7	
⑦ 3歳までは、母親が育てるのが良いと思っ ているか?	はい	111	41.6
	いいえ	48	18.0
	どちらともいえない	108	40.4
⑧ 経済的な困りごとがあるか	はい	60	22.5
	いいえ	130	48.7
	どちらともいえない	76	28.5
	未記入	1	0.4
⑨ 家族に介護やお世話の 必要な人がいるか	はい	11	4.1
	いいえ	256	95.9
⑩ 初産婦か経産婦か	初産婦	130	48.7
	経産婦	137	51.3
⑪ 夫	同居	252	94.4
	単身赴任中	7	2.6
	いない/未記入	8	3.0
⑫ 夫の年代	20代	61	22.8
	30代	161	60.3
	40代	35	13.1
	50代	1	0.4
	未記入	9	3.4
⑬ 子どもの数	1人	116	43.4
	2人	97	36.3
	3以上	54	20.2

(41.6%)であり、「いいえ」と答えた人は、48人(18.0%)で、「どちらともいえない」と答えた人は、108人(40.4%)であった。

1) 基本属性

①母親の年齢を年代別にみると、30代が最も多く、163人(61.0%)で、次が20代82人(30.7%)で、40代は、17人(6.4%)であった。

②結婚した年齢は、20代が最も多く、197人(73.8%)で、次に30代61人(22.8%)、10代で結婚した人は、8人(3.0%)であった。

③最終学歴は、高校が最も多く80人(30.0%)で、次が、専門学校の70人(26.2%)、短大と大学以上は、それぞれ53人(19.9%)であった。

④対象となる児が自然妊娠か否かでは、252人(94.4%)が自然妊娠であり、そうでない人は、15人(5.6%)であった。

⑤出産時の気持ちでは、とてもうれしかったが253人(94.8%)であるが、どちらかといううれしかった13人(4.9%)、どちらかといううれしくなかったという人も1人(0.4%)いた。

⑥就業形態では、専業主婦と答えた人が最も多く113人(42.3%)で、次が、フルタイム58人(21.7%)、パートタイム55人(20.6%)であった。育児休業中の人は、21人(7.8%)であった。

⑦3歳児までは母親が育てた方が良いと思いますか?の問いに「はい」と答えた人は、111人

⑧経済的な困りごとの有無の問いには、「いいえ」と答えた人は、130人（48.7%）であり、「どちらともいえない」と答えた人は、76人（28.5%）、「はい」と答えた人は、60人（22.5%）であり、経済的に不安のない人は、半数以下であった。⑨家族に介護の必要な人がいるか否かでは、「いる」と答えた人が、11人（4.1%）であり、「いない」と答えた人は、256人（95.9%）であった。⑩母親の初産・経産別では、「初産婦」と答えた人が130人（48.7%）「経産婦」と答えた人が137人（51.3%）であった。⑪夫の状況は、「同居している」人が252人（94.4%）であり、夫が「単身赴任中」の人が7人（2.6%）であり、夫が「いない、未記入」の人が8人（3.0%）であった。⑫子どもの数は、「1人」と答えた人が116人（43.4%）「2人」と答えた人が97人（36.3%）「3人以上」の人が54人（20.2%）であった。

2) 1日の生活時間を整える力

1歳児を育てるほとんどの母親は、決まった時間に起きて、朝ご飯を作って食べて、掃除洗濯も行い家事と育児を両立して生活していると思っていることがわかった。

しかし、計画を立てて1日を過ごしている母親は4分の1にとどまり、子供中心の生活家族みんなの生活リズムを考えて生活しているという意識を持つ母親は7割であった。

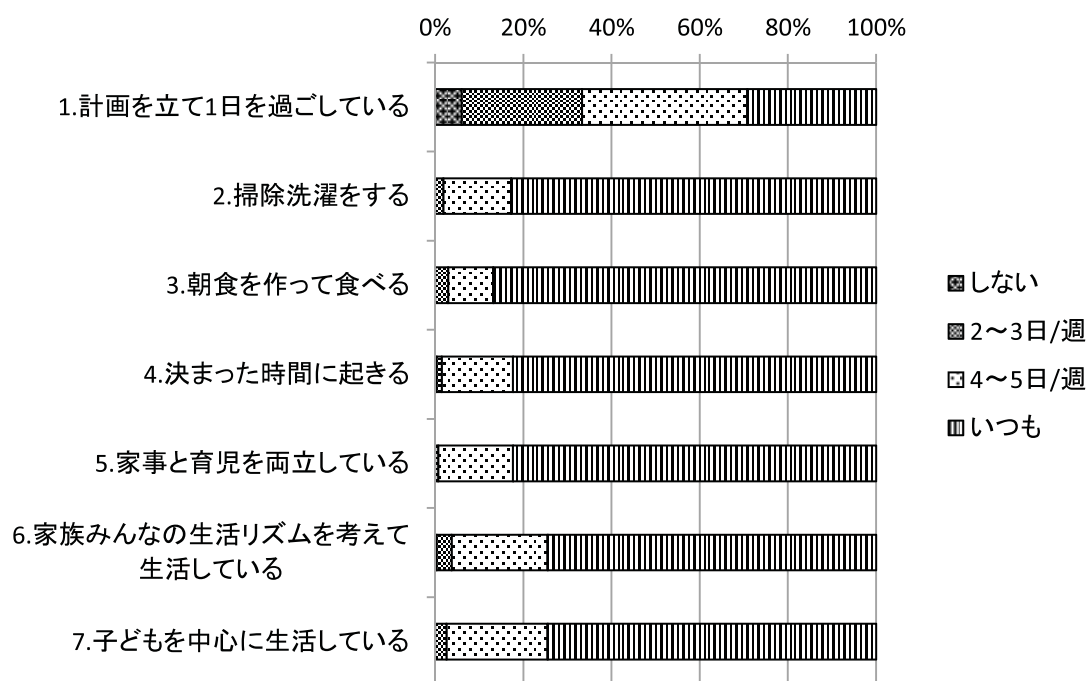


図1. 1日の生活時間を整える力

3) 1歳児の日常生活を整える力

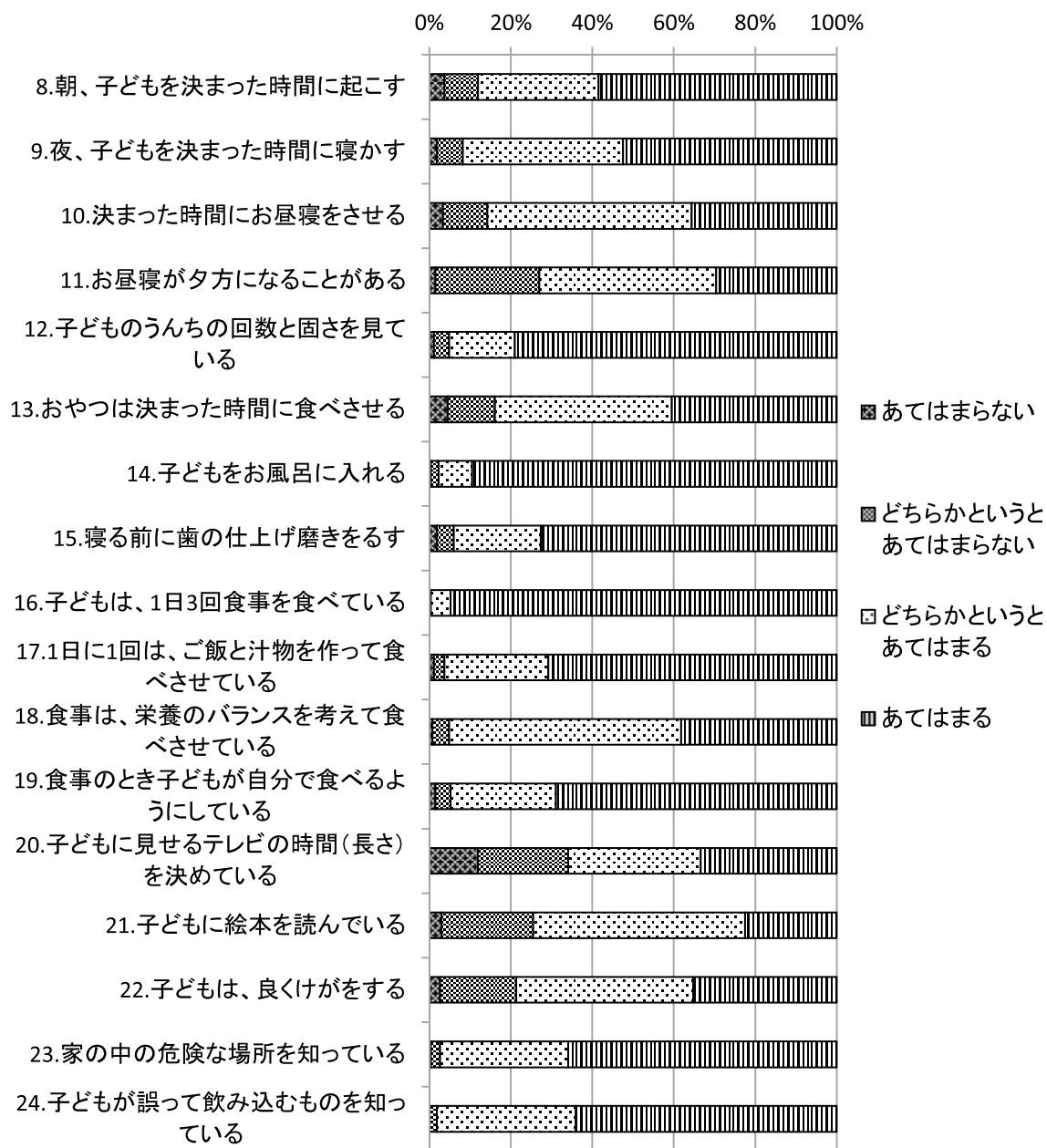


図2. 1歳児の日常生活を整える力

1歳児を育てる母親の日常生活を整える力を見ると、決まった時間に起こし、決まった時間に寝かすという日常生活の基本となる部分ができていない母親が1割程度いる。また、お昼寝の時間が決まっていない生活をしている母親は2割強いることが確認できた。うんちの回数や固さを見ている母親は8割であるが、逆に見ていない母親が1割弱いた。夜寝る前の仕上げ磨きが毎日できている母親は7割であった。食事のバランスを考えて

食べさせていると答えた母親は、4割弱であった。また、1日に1回はご飯と汁物を作って食べさせていると答えた母親は7割であった。食事のとき子どもが自分で食べるようにしていると答えた母親も7割であった。

1歳児を育てる母親の日常生活を整える力で、低い割合を示したのは、子どもに見せる「テレビの時間を決めている」と「子どもに絵本を読んでいる」の項目であった。

1歳児を育てる母親の事故防止の知識としては、「知っている」と答えた母親は、6割にとどまった。

4) 自分の健康を管理する力

1歳児を育てる母親自身が健康を管理する力を見ると、「朝食を食べる」、「1日3回食事をする」の項目は、ほとんどの母親が食べていると答えているが、「栄養のバランスを考えて食事をしている」、「標準体重を維持できている」の項目は、していない母親が2割程度いた。心の面の管理では、「ストレスが解消できていない」「気力がない」と感じていると答えた母親がそれぞれ2割程度いた。また、「疲れていると感じている」母親は、6割を超えている。一方、「寝不足にならないようにしている」の項目に「いつもそうしている」「だいたいそうしている」と答えた母親がそれぞれ3割程度であった。

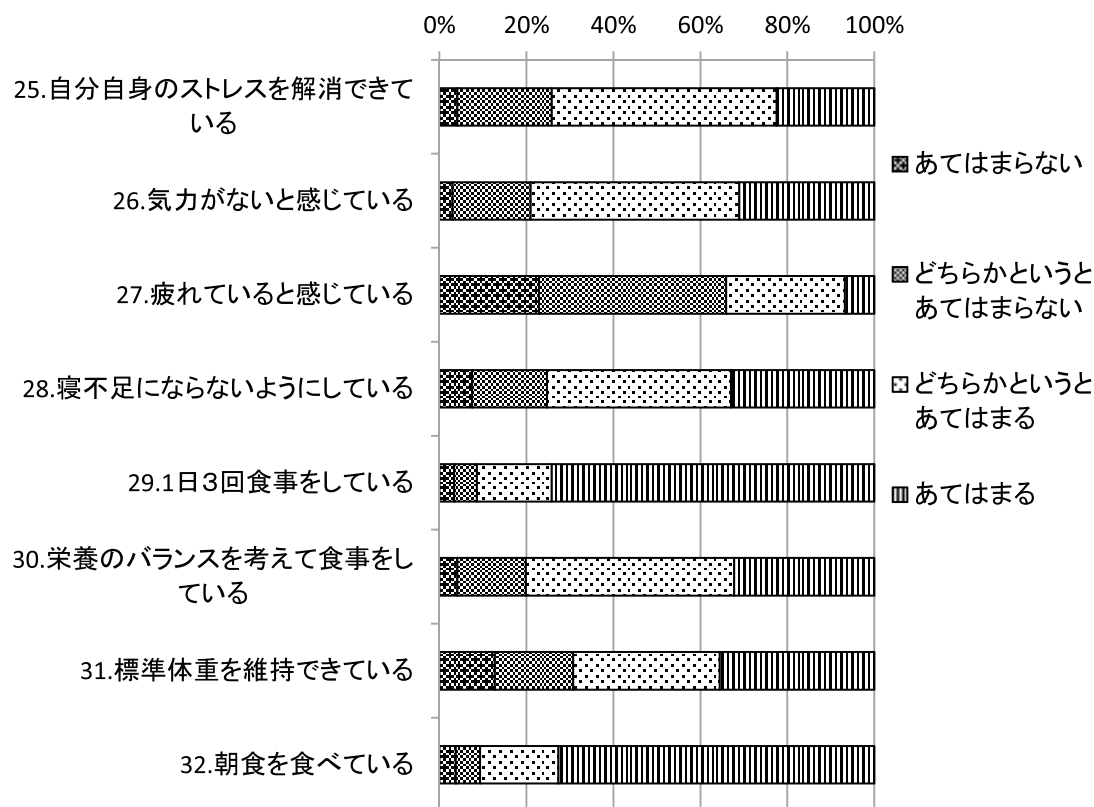


図3. 自分の健康を管理する力

5) 母親として成長する力

1歳児を育てる母親が母親として成長する力を見てみると、「目標とする母親のイメージを持っている」と答えた母親は、2割強であり、「だいたい持っている」と答えた母親が5割弱であった。反対にイメージがない母親が1割弱おり、「ほとんど持っていない」と答えた母親も2割いた。

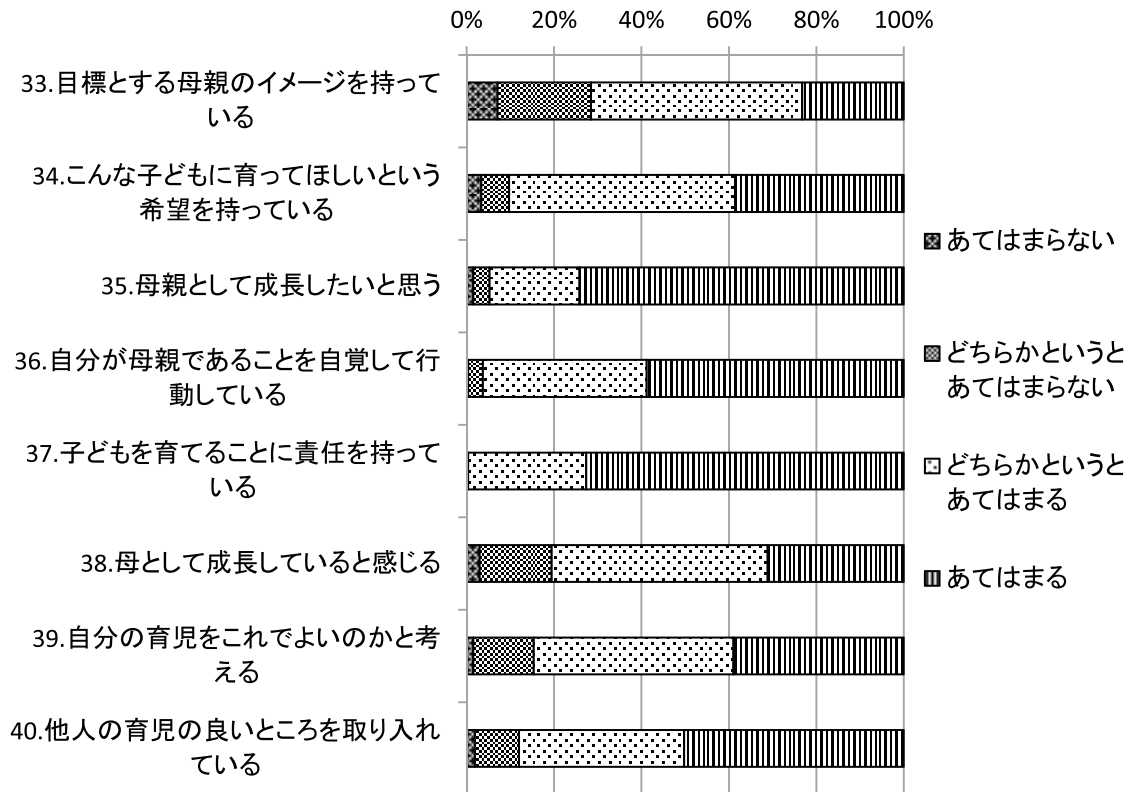


図4. 母親として成長する力

「母親として成長したいと思う」「子どもを育てることに責任を持っている」と答えた母親は7割にとどまった。中には、成長したいと思わないと答えた母親もいた。

また、母親自身が自分自身の育児を振り返っているのかを「母として成長していると感じる」「自分の育児をこれで良いのかと考える」「他人の育児の良いところを取り入れている」で見ると、約8割の母親は、自分の育児をこれで良いのかと考える、他人の育児を取り入れ、母親として成長していると感じている。しかし、約2割の母親が自分の育児をふりかえることなく、他人の育児の良いところを取り入れることをしないで、自分自身が成長していると感じることができないでいることがわかった。

6) 母親として自立して育児する力

1歳児を育てる母親が自立して育児する力を見ると、ひとりでは生きていくことができないという1歳児の特徴を踏まえて、「子どもの生理的欲求を満たすことを自分のことより優先している」という項目で「いつも優先している」という親は5割強であった。逆に優先させていない親が約2割いた。

また、「やりたいことを子どものためなら我慢できる」の項目は「いつも我慢できる」が6割、「だいたい我慢できる」が3割強であり、9割以上の母親が我慢できると答えている。その一方で、「子どもの立場で子どもの気持ちを考える」の項目は、「いつも考えている」と答えた母親は3割強で、「だいたい考えている」が6割であった。

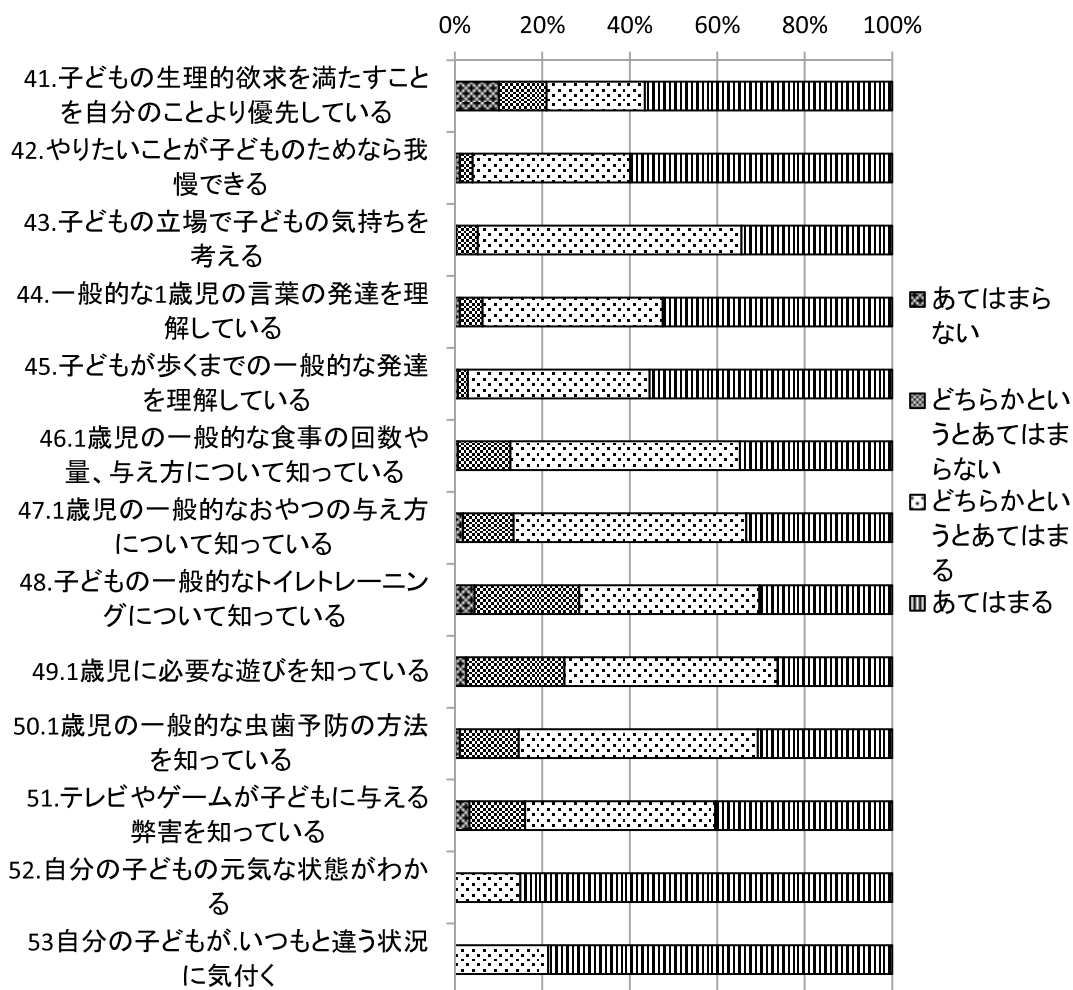


図5. 母親として自立して育児する力

1歳児を育てるために必要な知識としては、言葉、独歩、食事、おやつ、トイレトレーニング、遊び、虫歯予防、メディアなどがあるが、トイレトレーニングに関する知識がないと思っている母親が3割弱いることがわかった。次が、遊びに関する知識で、4分の1の母親が遊びに関する知識がないと答えている。虫歯予防についても、しっかり知っていると答えている母親の割合は、3割にとどまっている。自分の子どもの日頃の状態については、8~9割が捉えていることがわかった。

7) 工夫して子どもに関わる力

「子どもの性格や特徴がわかっている」「こどもの性格や特徴が受け入れられる」の項目では、「受け入れられない」と答えた母親はいなかった。しかし、子どもの性格や特徴をだいたい受け入れていると答えた母親は、4分の1であることから、これは逆に子どもの受け入れられない面を持っている母親も4人に一人はいることがわかる。

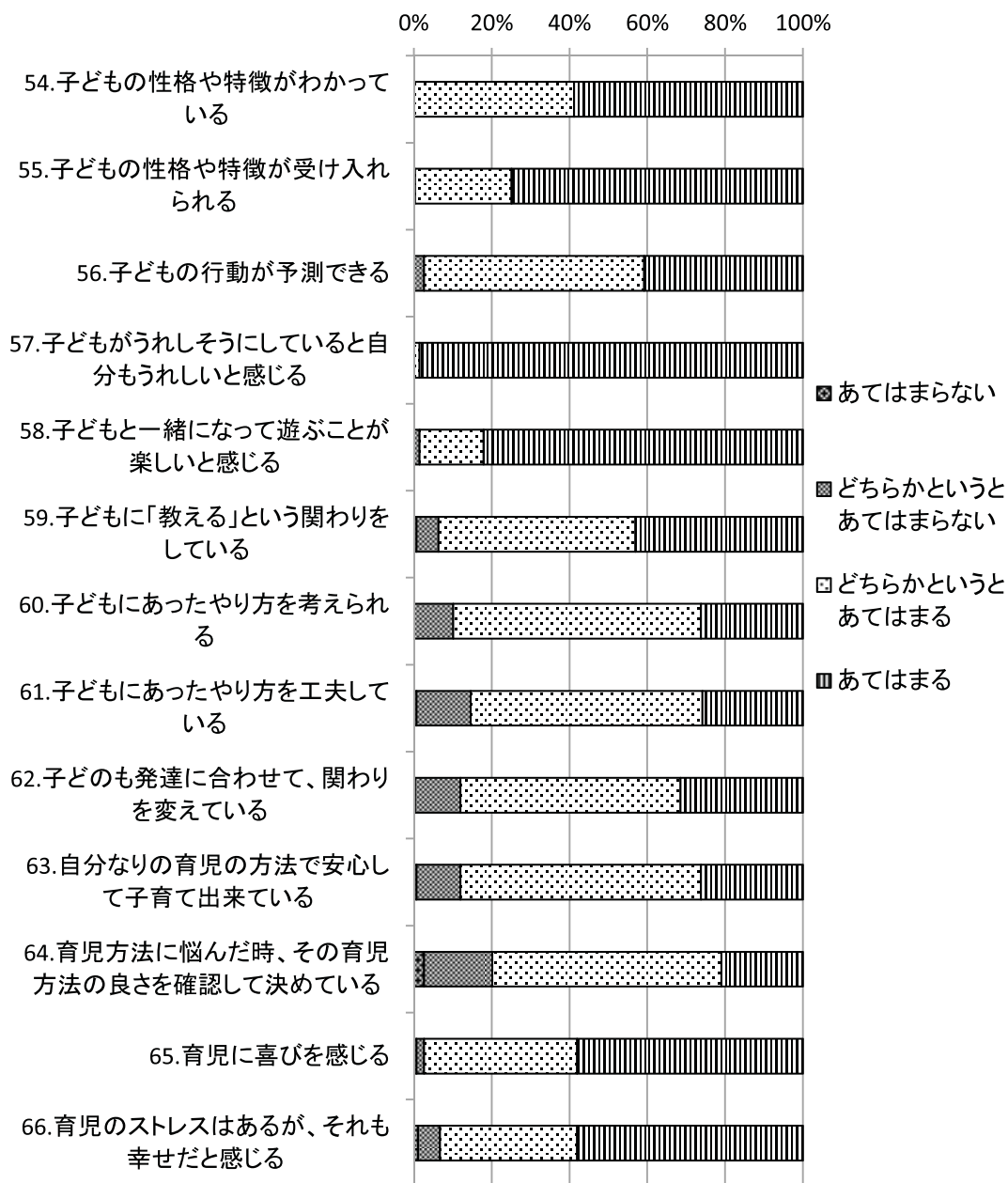


図6. 工夫して子どもに関わる力

「子どもがうれしそうにしていると自分も嬉しいと感じる」の項目は、ほぼ全員が「いつもうれしいと感じる」と答えているが、「子どもと一緒に遊ぶことが楽しいと感じる」の項目では、8割の母親が「いつも楽しい」と答えているが、数名の母親は、「あまり楽しくない」と答えている。

育児方法では、「子どもに教えるという関わりをしている」「子どもにあったやり方を考えられる」「子どもにあったやり方を工夫している」「子どもの発達あわせて、関わりを変えている」「自分なりの育児の方法で安心して子育て出来ている」の項目については、約 1 割の母親が、「あまりできていない」と答えている。さらに、「育児方法に悩んだとき、その育児方法の良さを確認して決めている」の項目では、約 2 割の母親が育児方法の良さを確認せずに行っていることがわかる。育児の喜びや幸福感は、6 割の母親が「いつも感じている」と答えている一方で、感じていない母親も 1 割弱いることがわかった。

8) 支援者と関係する力/社会資源を活用する力

1 歳児を育てる母親の支援者と関係する力では、「育児上の悩みがあるときは、友人や家族に相談する」「支援が必要な時は、友人や家族の支援を受け入れることができる」では、9 割以上の母親が「いつもできている/だいたいできている」と答えている。その一方で、できていないと答えている母親も 1 割いることがわかった。

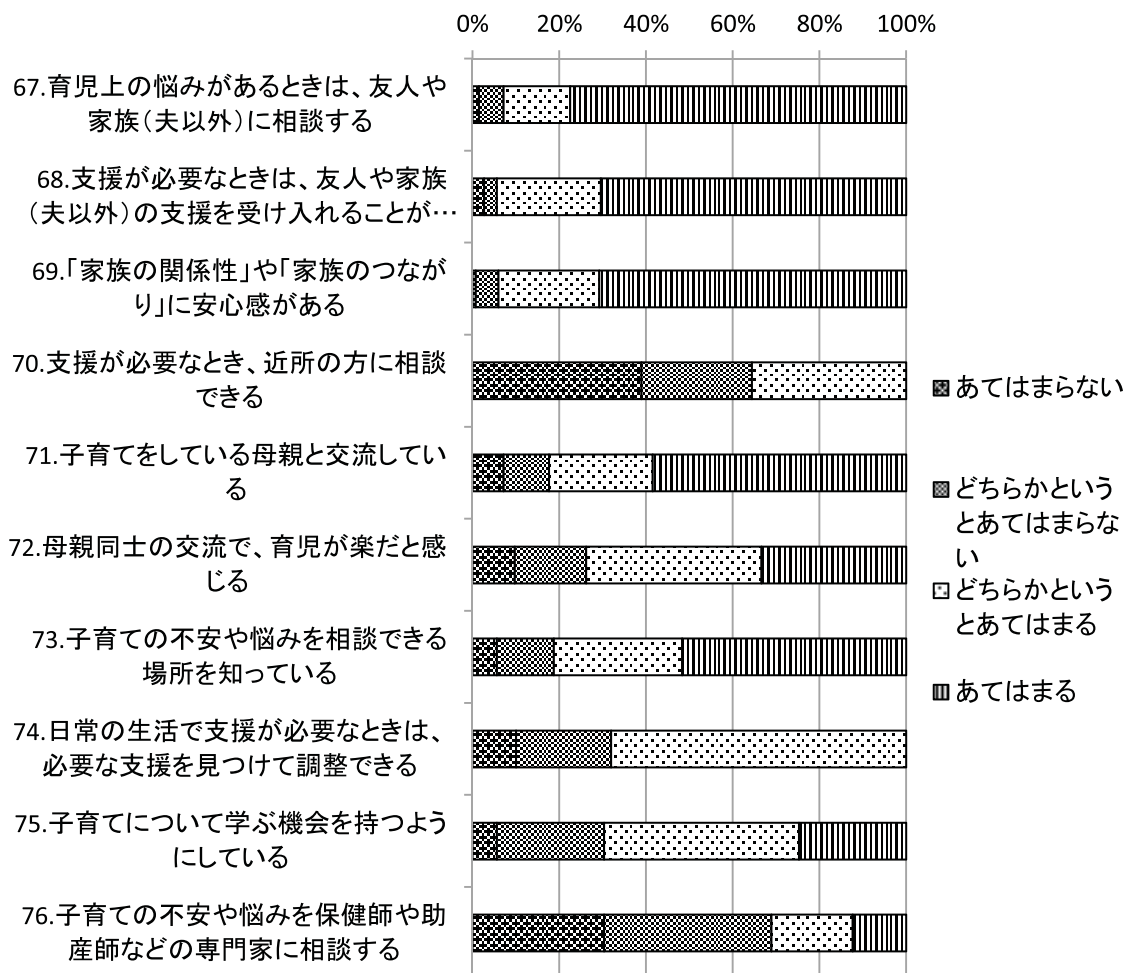


図7. 支援者と関わる力/社会資源を活用する力

また、『家族の関係性』や『家族のつながりに安心感』がある」の項目でも、「つながりがある/だいたいつながりがある」と答えている母親が9割以上いるのに対し、1割弱はつながりに安心感がないと答えている。

支援者と関係する力で、最もその力が低いと感じられたのは、近所の方との関係で、「支援が必要な時、近所の方に相談できる」であり、4割の母親は相談できない、4分の1の母親はほとんど相談できないと答えている。相談できると答えた母親はいなかった。

母親間の交流では、「子育てをしている母親と交流している」「母親同士の交流で、育児が楽だと感じる」について交流している母親は8割強いるが、それを楽だと感じている母親は7割強であった。交流をしていない母親が1割弱いることがわかった。

「子育ての不安や悩みを相談できる場所を知っている」の項目では、5割の母親は知っていると答えているが、全く知らない母親も1割弱いることがわかった。また、「日常生活の中で支援が必要なときは、必要な支援を見つけて調整できる」の項目に、いつも調整できると答えた母親はいなかった。1割の母親は調整できておらず、2割の母親はほとんど調整できていないことがわかった。さらに、「子育てについて学ぶ機会を持つようにしている」の項目では、3割の母親が「持っていない/ほとんど持っていない」と答えた。

「子育ての不安や悩みを保健師や助産師などの専門家に相談する」の項目では、7割弱の母親が「相談しない/ほとんど相談しない」と答えた。

9) 夫と協力して育児に取り組む力

1歳児の子どもを育てる母親の『夫と協力して育児に取り組む力』では、夫婦で子育てに関する会話をしているのは6割前後でほとんどしていない夫婦も1割前後いることがわかった。また、「必要時、夫の協力を求めることができる」の項目は7割以上の母親が出来ると答えていた。また、子どもがいても夫が自由に過ごしていると感じる母親は3割を越え、夫を優先することを求められると感じる母親も2割弱いた。夫婦の信頼関係は、9割の母親はほぼ気づけているが、ねぎらいの言葉を掛け合うという行動面は、母親が8割かけているのに対し、夫からねぎらいの言葉を受けるのは6割程度にとどまった。夫とのスキンシップや性生活では、3割の夫婦が「うまくいっていない/あまりうまくいっていない」と答えている。「夫が親として成長していると感じている」の項目では9割の母親が「感じている/だいたい感じている」と答えている。

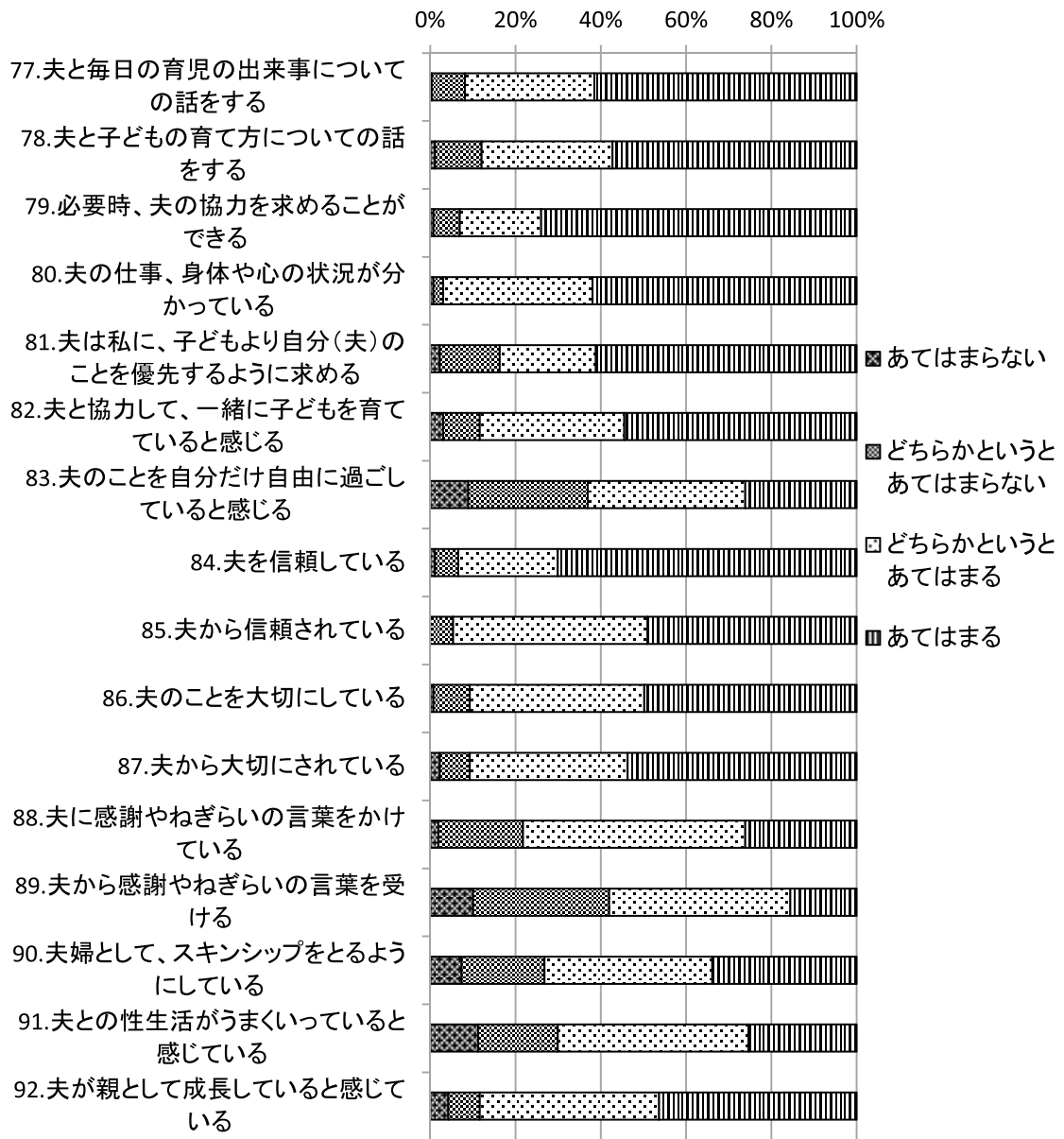


図8. 夫と協力して育児に取り組む力

V. 考察

1. 基本的な生活習慣を確立させる

1歳児の子どもを育てる母親の育児力の実態調査を行った。その結果、1日の生活時間を整える力では、母親は毎日の生活を営んではいるものの、その営みを意識的に行っている母親は4分の1にとどまっていることから、時間に流されるのではなく時間を意識しながら生活できるような働きかけを行っていくことで子ども達の日常生活習慣の確立へつながるのだと考えた。

1歳児の日常生活を整える力では、決まった時間に起こし、決まった時間に寝かせると

いう基本的な生活が整っていない子どもが1割前後おり、夜寝る前の仕上げ磨きを毎日行っている母親は7割にとどまっていた。このことから、1歳児にとって重要な日常生活のポイントをしっかりと伝え、それが生活の中で実行されるような働きかけを行っていく必要があると考えた。このことは、1歳6か月児健康診査の項目として「身体の発育及び栄養の状況、身体の疾病及び異常の有無、歯の疾病及び異常の有無、行動発達、言語発達の状況及び異常の有無、予防接種の状況、その他育児上の問題となる事柄<生活習慣の確立、社会性の発達、しつけ、食事等>」⁸⁾が挙げられていることからその重要性を捉えることができる。

食生活面では、「食事の栄養バランスを考えて食べさせている」の項目において、食べさせていると答えた母親は4割弱であった。食べさせていない理由については、今回の調査では明らかになっていないため、今後は、食べさせていない理由が母親の知識面の課題なのか行動面の課題なのかを明らかにして、働きかけを行う必要があると考えた。

幼児の食生活面では、幼児の食事に関する問題点の改善とその家族の生活態度の変容等の関連に関する調査⁹⁾の中で、1.6歳児健康診査と3歳児健康診査を継続して受診した児の食生活と家族の生活態度の関連について食生活と生活リズムの関連が深く、養育環境による影響が大きいこと、また、家族皆が朝食を食べる生活をするを1歳6か月児健康診査以前までに確立しておくことが、幼児の食生活、生活リズムを整える上で重要であることが述べられているため、食事内容も含めた食生活全体を整えていけるよう支援することが重要であると考えた。

生活リズムとしては、「テレビの時間を決めている」、「絵本を読んでいる」の項目ではまると答えているのは、「テレビの時間を決めている」が4割、「絵本を読んでいる」が2割であったため、食生活同様、実践できていない理由は知識面の課題なのか行動上の課題なのかを明らかにして改善していけるよう支援していく必要があると考えた。さらに、事故防止に関する知識についても、理解している母親は6割程度にとどまっているため、死因の上位を占める不慮の事故に対する対応としても、事故防止に関する知識の普及に力を入れて行う必要があると考えた。

2. 母親のセルフケア能力の向上と母親の自立について

母親が自分の健康を管理する力では、疲れていると感じている母親の割合が高く、精神的にもストレスや無気力を感じている母親が2割存在するため、子育て支援では、母親の心身の状況にも目を向け、支援していく必要があると考えた。また、母親自身の食生活が調っていない母親が1~2割いる。両親の生活習慣と児の生活習慣に関する疫学研究¹⁰⁾において、児の生活習慣は、生活習慣が両親良いまたは、父親が悪く母親が良い児は、そうでない児に比べ悪い生活習慣の割合が優位に低いことが報告されている。これは、児の生活習慣は母親の生活習慣に影響されているといえる。このことから、母親の生活習慣の確立に目を向け、母親への関わりをしっかりと行うことが重要であると考えた。

母親として成長する力としては、目標とする母親のイメージをしっかりと持っている

母親は 2 割にとどまっていた。また、母親としての成長を望む母親も 7 割にとどまり、成長したいと思わない母親も 1 割存在することが明らかになった。これらの結果から、母親が主体的に成長できるための母親に対する教育の場を持つことも必要なのではないかと考える。母親として自己を振り返り、成長を感じられる場の提供が求められている。母親が、自己の成長を感じることは自己肯定感にもつながり、虐待予防にもつながっていく。

母親として自立して育児する力は、育児に対する知識があいまいであることがわかったため、子どもの成長の各段階で、しっかりと知識の普及を行うことが必要であることが示唆された。知識と同様、子育て方法についても、悩みながら子育てをしていることがわかったため、具体的な子育て方法を伝える場を提供していくことが必要なのではないかと考える。

3. 他者の支援を受け入れる子育て

支援者と関係する力で、特徴的であったのは、「子育ての悩みを保健師や助産師などの専門家に相談する」と答えた母親が 1 割強にとどまったことである。子育て相談は専門家ではなく、母親同士や子育て支援センターの相談員、または、インターネットからの情報であることが考えられる。このため、地域全体の子育て力を高めていくことが必要である。また、母親同士の交流を好まない母親も存在し、子育て相談できる場所を知らない母親も 2 割前後存在することから、母親の特徴に応じたきめ細やかな支援策を提供していくことが必要であると考えられる。

夫と協力して育児に取り組む力では、全体的に約 1 割程度の家庭において協力が得られていないことが確認できた。また、お互いにねぎらいの言葉をかけるという項目において、かけていないという夫婦の割合が、妻 2 割、夫 4 割であったことから、夫婦で協力して子育てをすることの意義等を学べる機会も提供していくことが必要である。

VI. 結語

1 歳児を育てる母親の育児力の実態調査から、子育て中の母親の育児力形成を支援するためには、まず、基本的な生活習慣が確立するよう生活上の細々とした課題に丁寧に向き合い、子どもを中心とした家族生活が送れるような知識の普及と行動化への支援が必要であるといえる。

また、家庭生活のベースをつくり出し、家族の健康に大きく影響を及ぼす母親自身の生活習慣が整うよう支援することが重要である。

そして、母親が子育てに困った時に、母親同士で課題が解決できるような地域の子育て支援力をあげて行くこと。また、専門家にも気軽に相談できるような継続支援体制を構築していくことが必要であるといえる。

謝辞

1歳児の子育て中で忙しい中で、調査に協力して下さった母親の皆様、宮崎市保健所の関係者の方々に心からお礼を申し上げます。

引用文献

- 1) 加藤曜子(2000)：児童相談所における児童虐待相談処理件数の増加要因に関する調査研究．大阪保健センター母親調査
- 2) (社)日本小児保健協会：平成12年度幼児健康度調査
- 3) 中村伸枝, 遠藤数江, 荒木暁子他(2008)：幼児と母親の生活習慣の実態と母親の健康に関する認識．千葉看護大学部紀要, 30：25-29
- 4) 荒木暁子, 兼松百合子, 荒屋敷亮子他(2003)：1～2歳児を育てる母親の育児ストレスの1年間の変化 日本版 Parenting Stress Index を用いた調査より．チャイルドヘルス, 6(12)：941-945
- 5) 山口忍, 丸井英二, 斉藤進他(2007)：1歳児をもつ母親の育児困難感．順天堂医学, 53：468-476
- 6) 大野美賀子, 西嶋真理子, 矢野知恵他(2010)：1歳6ヵ月児をもつ母親への支援に向けた社会的健康度尺度の開発．日本地域看護学会誌, 13(1)：44-51
- 7) 松本憲子, 齋藤益子(2012)：1歳児を育てる母親の育児力 1歳児を育てる母親17名のインタビューから 日本母子看護学会誌 6 (2)：67-77
- 8) 厚生省児童家庭課局長通知 (1977)
- 9) 安部裕美, 柴田幸恵, 谷合弘子他(2003)：幼児の食事に関する問題点の改善とその家族の生活態度の変容等の関連に関する調査 社団法人日本栄養士会
- 10) 徳井教孝, 吉村健清, 鏡森定信他：両親の生活習慣と児の生活習慣に関する疫学研究 (分担研究課題：健康的なライフスタイルの確立に関する研究 厚生省心身障害研究報告書) 平成7年度