

原 著

初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた
夫からの働きかけ矢 野 瑞 季¹⁾, 葉 久 真 理²⁾, 森 内 洋 美³⁾¹⁾元徳島大学大学院保健科学研究科助産実践コース学生²⁾徳島大学大学院³⁾徳島大学病院

抄 録 目的：初めて育児をする女性が、家事育児に前向きになれた夫からの働きかけについて明らかにする。

方法：地方都市にある周産期母子医療センターにて正期産で出産した産後1か月から3か月の心身ともに健康な第一子育児中の女性に、半構造化面接調査を実施し、質的記述的に分析した。

結果：研究参加者は、11名であった。初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけは、【思いやりのある言葉をかけてくれる】ことや、【家族に愛情を注いでくれる】こと、【一生懸命家事育児をしてくれる】ことであった。

結論：語りの中から、夫婦がお互いを尊重し、支えあっている様子が伺え、夫婦関係の調和性が読み取れた。本研究の結果から、夫は、子どもとの生活を理解して、妻を思いやり、妻もその思いを受け止め、家事育児役割責任を共に遂行するという意識とそれに伴う態度と行動、状況を察しながら互いに労わる言葉かけが重要である。

キーワード：初めて育児をする女性、家事育児、夫からの働きかけ、前向きになる、質的研究

I. はじめに

わが国では、男性の労働時間が他の先進諸国に比して長く¹⁾、母親が子育てや家事に一人で取り組む‘ワンオペ育児’が社会問題となって久しい。この母親となった女性の育児不安やストレスは、母親の自己効力感やサポートの側面²⁻⁶⁾から調査されてきた。中でも夫からのサポートの満足度や欠如は、妻の産後うつや子どもへの虐待に繋がる可能性が示唆されている⁷⁻⁹⁾。

これらへの対応として、男性も子育てしやすい社会の実現に向けて育児・介護休業法が改正され、働く男性が育児をより積極的にすることや、育児休業を取得するこ

とができるよう社会の気運を高めることを目的としたイクメンプロジェクトが広く展開されてきた。さらに、21世紀の国民運動計画である健やか親子21においても、‘積極的に育児をしている父親の割合を増やす’ことを目標に取り組んできた。その結果、6歳未満の子どもを持つ世帯の夫の家事育児時間はわずかに増加し¹⁰⁾、若い世代の男性は、仕事を減らし、家事・育児時間を増やしたいと思う傾向がみられている¹¹⁾。一方で、出産年齢の高齢化が進む中、働き盛りと言われる30歳代から45歳前半にかけて労働時間は顕著に増加¹¹⁾しており、国が推進している固定的性別役割分担を前提とした長時間労働等の慣行を見直し、家庭でも仕事でも活躍できる‘令和モデル’への切り替えは進んでいない。そのような中、働く男性は、仕事を終えた後のわずかな家庭時間の中で、家事育児を行なっているものと思われ、男性のメンタルヘルスにも留意が必要である。さらに、出産後に夫婦の

2024年8月4日受付

2024年9月9日受理

問い合わせ先：葉久真理, 〒770-8503 徳島市蔵本町3丁目18-15 徳島大学大学院医歯薬学研究部 助産学分野

愛情が急速に冷え込む産後クライシス¹²⁾においては、愛情の冷え方は男性よりも女性の方が大きい¹³⁾との報告がみられる。その要因には、子どもとの生活における父親と母親の生物学的違い、生活リズムの違い、社会的関係性の違いがあり¹⁴⁾、愛情の冷え込みを示す夫婦関係満足度は、夫からの情緒的サポートが関係している^{15, 16)}。夫からの情緒的サポートを受けた妻は、家事育児に対する前向き思考を高め、不安感を軽減させ、産後うつや子どもへの虐待予防にも繋がり、ひいては産後クライシスを乗り越えられるのではないかとと思われる。

男性の長時間労働や性別役割分担意識改革がなかなか進まない現状の中で、産後早期にワンオペ育児にならざるを得ない女性が家事育児に対する前向き思考を高めるためには、夫からの情緒的サポートを含めた働きかけが重要である。このサポートの重要性については多数報告されているが、初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけの具体的な内容に関する報告は見当たらない。そこで、本研究では、初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけについて明らかにする。本研究結果は、女性が子育てや家事に一人で取り組む状況が急速には改善されない社会状況の中で、家族の調和を図るための支援を検討する一助になると考える。

II. 研究方法

1. 研究デザイン

研究デザインは、質的記述的研究である。

2. 研究参加者

研究参加者は、地方都市にある周産期母子医療センターにて正常産で第1子を出産した産後1か月から3か月の女性である。女性は、出産時正常逸脱なく、産後の経過が良好で、調査時に就労しておらず、夫と子どもの3人で生活している者とした。夫は、調査时就労しており健康状態が良好で、子どもは、出生時正常逸脱なく、健康状態が良好であることとした。また、参加者と夫は婚姻関係にあり、家族形態は核家族とした。

参加者の選定は、共同研究者である病棟看護師長が行った。

3. データ収集期間

データ収集期間は、2021年6月から2021年10月までの

5か月間である。

4. データ収集方法と分析方法

1) データ収集方法

研究の同意が得られた者に対して、インタビューガイドを用いて半構成的面接を行った。インタビューは、COVID-19感染等が危惧されることから、電話インタビューとし、1人につき1回、約30～60分間実施した。インタビュー内容は、承諾を得てICレコーダーに録音した。

2) 分析方法

分析は以下の手順で実施した。まず、ICレコーダーの録音データをもとに一例ごとに逐語録を作成した。次に、データの中から、家事育児に前向きになれた夫からの働きかけに焦点をあて、語りの意味内容を損なわないよう、参加者の表現を残したままの文章として語りを抽出し、意味内容の類似したものをサブカテゴリーとした。さらにサブカテゴリーを統合し最終的にカテゴリーとして集約した。

5. 倫理的配慮

本研究は、徳島大学病院医学系研究倫理審査委員会（現：徳島大学病院生命科学・医学系研究倫理審査委員会）の承認（No. 3964）を得て実施した。

共同研究者である病棟看護師長から選定された対象者に、書面にて研究の目的と方法、研究協力の自由意思と途中辞退および研究参加同意後の撤回の自由の保障、個人情報保護、匿名性の保証、研究の公表方法について説明し、同意書への署名をもって同意を得た。

6. 用語の定義

本研究において、初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれたとは、幸せだ、心が落ち着いた、楽しい、安心したというようなポジティブな感情を抱き、家事育児を頑張ろうと意欲が湧いてきたこととした。

また、夫からの働きかけとは、夫からかけられた言葉や夫の行動・対応のこととした。

III. 結果

1. 研究参加者の概要

参加者11名の年齢は、20代後半から40代後半で、平均32.5（標準偏差 Standard Deviation 以下 SD 5.4）

歳、インタビュー時の産後月数は、平均1.8 (SD 0.7) か月であった。仕事を有している9名の平均育児休業取得期間は11.8 (SD 5.9) か月であった。参加者の夫の年齢は20代後半から40代前半で、平均33.2 (SD 5.2) 歳、育児休業取得者が1名、他の10名は取得していなかった。夫の家事育児内容は、皿洗い、洗濯、料理、おむつ交換、子どもをお風呂に入れることであり、半数以上の者が行っていた。夫の家事育児時間は、1日あたり1時間から5時間と幅がみられた。

2. 初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけ

産後1～3か月の初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけは、52の語りから、3つのカテゴリーと12のサブカテゴリーが抽出された(表1)。

結果の記述にあたり、カテゴリーを【 】、サブカテゴリーを《 》、語りを「斜字」で示す。

1) 【思いやりのある言葉をかけてくれる】

このカテゴリーは、5つのサブカテゴリーによって構成された。初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけは、《“ありがとう”と感謝してくれる》《“体調大丈夫”と気遣ってくれる》《“無理してご飯作らなくていいよ”と思いやってくれる》《“僕が子ども見てるからゆっくり休んで”といたわってくれる》《“僕が子どもを見てるからゆっくりしてきて”と気を配ってくれる》という【思いやりのある言葉をかけ

てくれる】ことであった。

女性は、「子どもが寝てほっと一息ついた時くらいに“ありがとう”って感じで言ってくれることが多いですね。いつもありがとうなどの感謝の言葉をかけてもらったときになんか頑張ろうかなみたいな感じに思えます。(C)」、「仕事で夜遅くに帰ってきてても、“ご飯ありがとう”などと“ありがとう”という言葉をよく言ってくれるので、頑張ろうっていう気持ちになってきますね。(I)」、「子どもの世話をしているときに、“ありがとう”などの感謝の気持ちを言ってくれると嬉しい気持ちになったり、子育て頑張ろうという気持ちになったりします。(H)」と、《“ありがとう”と感謝してくれる》ことや、「今日は寝られた?」、「夜起きたの? どうだった? あなたは大丈夫?」と言葉にして気遣ってくれると前向きな気持ちで育児を頑張ろうと思うことができます。(I)」、「私の体調を気遣ってくれる声かけをしてくれると、心が楽な感じがして、それで、私も頑張れたりします。(K)」と、《“体調大丈夫”と気遣ってくれる》こと、「私が大変なのを分かって、“ご飯買ってこようか”とか言ってくれたりして、そういう事が続いたときには、ご飯作っていてあげようかなとか色々やってあげたいなとか、もっと頑張ろうかなと思ったりします。(E)」と、《“無理してご飯作らなくていいよ”と思いやってくれる》ことであった。

また、「子どもが全然寝ない日が続いて、ずっと夜中から朝まで抱っこで、私もすごい寝不足で、精神的にもきつかったんですが、朝に主人が起きてきて私の顔を見て“今日仕事休むから、寝てて”と言ってくれたときには、

表1 初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけ

カテゴリー	サブカテゴリー
思いやりのある言葉をかけてくれる	“ありがとう”と感謝してくれる
	“体調大丈夫”と気遣ってくれる
	“無理してご飯作らなくていいよ”と思いやってくれる
	“僕が子ども見てるからゆっくり休んで”といたわってくれる
	“僕が子どもを見てるからゆっくりしてきて”と気を配ってくれる
家族に愛情を注いでくれる	子どもをかわいいと思ってくれている
	子育てを楽しんでくれている
	しっかり子育てをしてくれている
	家族のことを考え想ってくれている
一生懸命家事育児をしてくれる	言わなくても察して行動してくれる
	仕事で疲れて帰ってきてからも頑張ろうとしてくれる
	苦手な家事を努力してくれる

すごくありがたいなって思い、幸せを感じました。(E)」、「私が明らかに疲れ切っているときとか、子どもが大泣きして泣き止まないときに、“無理しなくていいよ。子ども見てるから休んできて”と言ってくれて、その時はすごくありがたいって思いますね。(J)」、「夜、子どもが寝ない時にずっとあやしてくれて、“あやしとくから先寝ていいよ”って言ってくれと、すごく助かるし、体が休まるので、次の日も頑張れますね。(K)」と、「《僕が子ども見てるからゆっくり休んで》といったわってくれる》ことや、「美容院に行きたいなと思っている時に“気分転換に行ってきたら”と声をかけてくれて、子どもと二人で過ごしてくれています。一人の自由な時間を過ごせると、子どもに早く会いたい気持ちになって家に帰ると余計子どもをかわいく思えたり、リフレッシュになったりもして、また育児を頑張ろうと思います。(C)」、「“子どもみてあげるから出かけてきていいよ”って言ってくれて、外に出るのが一番気晴らしになるので、外出する時間を作ってくれるのはありがたいです。(J)」と、「《僕が子どもを見てるからゆっくりしてきて》と気を配ってくれる》ことであつた。

2)【家族に愛情を注いでくれる】

このカテゴリーは、4つのサブカテゴリーによって構成された。《子どもをかわいいと思ってくれている》《子育てを楽しんでくれている》《しっかり子育てをしている》《家族のことを考え想ってくれている》という、【家族に愛情を注いでくれる】ことであつた。

女性は、「主人が子どものことを“かわいいな”“元気で大きくなってきてよかったな”と言っているとき、幸せを分かち合っている感じがします。子どもをかわいがる様子をみたり、子どものことを話しするときに幸せだになって思います。(D)」と、「《子どもをかわいいと思ってくれている》ことや、「主人が子どもを楽しそうにあやして世話をしている姿を見ると、子どもが好きなんだなって思ったり、安心したり、良かったなっていう気持ちになります。(A)」、「お風呂は、必ず夫が入れてくれるんですけど、お風呂に2人で楽しそうに入ったりして、その様子を見たり、声を聞いていたりすると幸せだなって感じます。(G)」と、「《子育てを楽しんでくれている》ことであつた。

また、「自分のほうが子どものことをよく分かっているつもりですが、主人のほうが分かっている部分もあったりするんですよ。たとえば外に連れて行ったら泣き止

むとか。私は気づいてなかったことを分かってたりするときは、父親としてすごいなって思ったり、子どもも喜んでいるし、微笑ましいなという気持ちになりますね。(E)」、「沐浴も寝かしつけもミルクも一通りはできるので、自分に何かあったとしてもこの人が子どもを見てくれるっていうところで、しっかりしてくれている姿が、任せておいても大丈夫って思え、安心します。(J)」と、「《しっかり子育てをしている》ことや、「夫は、私が家事をしやすいように、家電とか家の間取りとかを整えてくれて、夫が家事育児に十分参加できない分、私や子どもが過ごしやすいような環境を作ってくれていて、もっと頑張ろうという気持ちにもなります。(F)」と、「《家族のことを考え想ってくれている》ことであつた。

3)【一生懸命家事育児をしてくれる】

このカテゴリーは、3つのサブカテゴリーによって構成された。《言わなくても察して行動してくれる》《仕事で疲れて帰ってきてからも頑張ろうとしてくれる》《苦手な家事を努力してくれる》といった【一生懸命家事育児をしてくれる】ことであつた。

女性は、「今しんどいなって思うときに、“代わって”って言っていないけど察して抱っことか代わってくれるので、何も言わなくてもわかってくれたんだなって思って、嬉しいというか、ありがたいというかそういう気持ちになりますね。(E)」、「夫は、“洗い物しとくよ”と言ってくれたり、夜寝るときに“夜(子どものことを)よろしくね”と一言声をかけてくれて、私の大変さを理解してくれています。だから、疲れていても、夫のためにおかずもう一品作ろうかなとか、夫に洗い物頼もうかな、でも自分でしとこうかなとか、私もできる限り夫の家事の負担を減らしたいとか、大変なのはお互いさまだなって思って、もっと子どものために夫のために頑張ろうっていう気持ちになってきますね。(I)」、「主人から進んで色々してくれて、自分の手の回らない家事を補ってくれているから、ありがたいですし、お風呂に入れるのも私が言わなくても自分から入れてくれるので、うれしいです。自分もできることをどんどんやっていこうと思えますね。(D)」と、「《言わなくても察して行動してくれる》ことや、「私も大変なんですけど、主人は仕事をして帰ってきているので、家事育児を頑張ろうとしてくれている姿をみると私も頑張ろうかなという気持ちにはなりますね。(B)」と、「《仕事で疲れて帰ってきてからも頑張ろうとしてくれる》ことや、「苦手な家事ができるように

努力している姿を見ると嬉しいなとか自分も頑張ろうとか思います。(F)、「家事でわからないところがあると、その都度、“これでやり方あってるかな”とか“他にすることあるかな”とかその都度確認してくれるので、私も言いやすいし、一生懸命してくれているので、私ももっと頑張ってみよう和前向きな気持ちになります。(K)」と、《苦手な家事を努力してくれる》ことであった。

IV. 考察

産後1～3か月の初めて育児をする女性には、家事育児に前向きになれる夫からの働きかけがあった。

1. 思いやりのある言葉をかけてくれるという夫からの働きかけ

本研究参加者は、「子どもが寝てほっと一息ついた時くらいに“ありがとう”」、「仕事で夜遅くに帰ってきてても、“ご飯ありがとう”」と、夫が感謝の言葉をかけてくれることで、「嬉しい気持ちになった」り、「頑張ろうと思った」と語っており、家事や育児に対する夫からの感謝の言葉は、女性が前向きな気持ちになれることにつながっていた。夫が妻に感謝や労いの言葉を伝えることは重要である^{17,18)}という報告は多数あり、人は、感謝を表出することで、ジレンマ状況にいる相手に、感謝する側と感謝される側が支え合うことに喜びを感じさせ、互いに支え合うことは望ましいという互惠意識を高める¹⁹⁾ことから、《“ありがとう”と感謝してくれる》という夫からの働きかけは、夫婦間の関係性において互いに支え合いながら家事育児を行う上で重要なことであるといえる。

また産後は、慣れない育児や夜間の授乳・夜泣きの対応によって十分に睡眠をとることができない。産後1か月の女性の8割に睡眠障害、4割に日中の過度の眠気を認め²⁰⁾、抑うつと日中の覚醒困難との関連²¹⁾や、就寝時刻の不規則性が不安感に関連²²⁾することが報告されている。女性は、「子どもが大泣きして泣き止まない」、「子どもが全然寝ない日が続いて、ずっと夜中から朝まで抱っこで、私もすごい寝不足で、精神的にもきつかった」など、睡眠不足による精神面への影響が語られ、「“体調大丈夫”“今日は寝られた?”」との夫からの気遣いで、「前向きな気持ちで育児を頑張ろう」、「心が楽な感じがして、私も頑張れる」と語っており、《“体調大丈夫”と気遣ってくれる》、《“無理してご飯作らなくていいよ”と思いやってくれる》、《“僕が子ども見てるからゆっくり休んで”といったわってくれる》という、体調を気遣って

くれたり思いやってくれたりいたわってくれたりするという働きかけで家事育児に前向きな気持ちになれていた。また、母親が子育てのために自分の自由な時間を取れないことが、育児負担感の要因の一つとして挙げられている²³⁾。父親が、母親の自由な時間を持てるように努めていると母親が評価しているほど、母親の心身の疲労は低く評価され²⁴⁾、育児をする母親を支える夫の役割の一つに、母親を育児から解放すること²⁵⁾がある。「子ども見てあげてから出かけてきていいよ」との夫の気配りにより女性は、「リフレッシュになる」、「気晴らしになる」と語り、《“僕が子どもを見てるからゆっくりしてきて”と気を配ってくれる》という、妻が自由にできる時間を提供する夫の気配りは、初めて育児をする女性の心を落ち着かせ、気分転換できることで家事育児に前向きになれていた。

産後の女性は、出産による母体生理機能の激変と、母親になったことによる環境変化や育児に伴う疲労などの諸要因が相まって、精神衛生面においても不安定になりやすく精神障害を生じやすい。産後1か月の初産婦は、パートナーからの情緒的サポートを受けて、パートナーへの信頼を深め、これから先も夫と一緒に頑張れるという自信に繋がっていた²⁶⁾こと、父親からの情緒的支援を多く受けていると感じている母親ほど、育児の充実感を得ることができ、母子間の愛着の安定や、子どもとの関係性に満足感が得られ、親役割達成が高い状態にあると考えられる²⁷⁾ことから、情緒が不安定になりやすい産後は、特に、夫の精神的サポートが重要となる。このような状況の中で、【思いやりのある言葉をかけてくれる】という夫の情緒的サポートは、初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれることにつながっていた。

2. 家族に愛情を注いでくれるという夫からの働きかけ

本研究参加者は、夫の「子どもを楽しそうにあやして世話をしている姿」や「育児をしっかりしてくれてる姿」を目にすることで、「子どもが好きなんだなって思ったり、安心したり、良かったなっていう気持ち」や「任せておいても大丈夫って思え、安心します」と語り、安心感を感じていた。夫の子育ては、妻の育児不安やストレスを軽減する^{28,29)}ことから、夫の積極的な育児参画は、女性が家事育児に前向きになるために重要である。また、父親の親意識の向上や育児参加の推進は、父母ともに幸福感を高め³⁰⁾、夫の育児家事行動は子どもへの愛着や夫婦関係満足度と相互に関連する³¹⁾。夫が子どもをお風呂

に入れるときに「その様子を見たり、声を聞いていたりすると幸せ」と、夫が子どもと関わる様子から、幸せを感じていた。《子どもをかわいいと思ってくれている》、《子育てを楽しんでくれている》、《しっかり子育てをしてくれている》、《家族のことを考え想ってくれている》という【家族に愛情を注いでくれる】夫の働きかけは、初めて育児をする女性が安心や幸せを感じ家事育児に前向きになれることにつながっていた。

3. 一生懸命家事育児をしてくれるという夫からの働きかけ

本研究参加者は、「主人から進んで色々してくれて、自分の手の回らない家事を補ってくれているから、ありがたい」、「私が言わなくても子どものお風呂を自分から入れてくれるので、うれしい」、「苦手な家事ができるように努力している姿を見ると嬉しいなとか自分も頑張ろうと思う」と語り、自分が声をかけなくても夫が自ら一生懸命家事育児を行う姿に、「私ももっと頑張ってみよう」と前向きな気持ちになっていた。

妻が夫の家事育児をいかに評価しているかは夫婦関係に影響を与え、それが育児ストレスにつながっていることから、夫が家事・育児に従事することはさることながら、良い夫婦関係を形成することが重要である³⁴⁾。夫が仕事などで家事育児に十分時間が取れない状況下で、一生懸命家事育児をしてくれるとの認識は、夫婦関係の良好さを表している。妻は、夫の家事遂行よりも、情緒的サポートの方が、妻の夫婦関係満足感と関連する³⁵⁾との報告もある。本調査のように、初めて育児をする女性は夫の家事遂行に向かう態度から情緒的サポートを感じており、女性の夫婦関係満足感が高いと推察される。

《言わなくても察して行動してくれる》、《仕事で疲れて帰ってきてからも頑張ろうとしてくれる》、《苦手な家事を努力してくれる》という【一生懸命家事育児をしてくれる】夫からの働きかけは、女性自身も家事育児を頑張ろうと前向きになっていた。

4. 初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけの特徴

子育てにおいて夫からの情緒的サポートの重要性が指摘されている中、本調査により、どのような場面でどのような言葉かけや行動が初めて育児をする女性にとって前向きになれたのかを抽出することができた。参加者の語りを通して、夫婦がお互いを尊重し、支えあっている

様子が伺え、夫婦関係の調和性が読み取れた。夫婦関係の調和性は、子の愛着の安定性に関連³⁴⁾があり、産後うつや児童虐待予防につながるものである。

一方、参加者の語りからは、“自分がすべき家事育児を夫がしてくれる”という、女性の家事育児役割責任意識が垣間見られた。家庭における男女共同参画は様々な施策により進められ、それにより性別役割分担意識は少しずつ変化してきている³⁶⁾が、意識と行動には乖離がみられる。性別役割分担意識や夫の長時間労働により、子育てや家事を妻が一人で取り組む状況が急速には改善されない社会状況の中で、夫婦関係の調和性を高め保つためには、本調査結果にみられるように、子どもとの生活を理解して、夫は妻を思いやり、妻もその思いを受け止め、家事育児役割責任を共に遂行するという意識とそれに伴う態度と行動、状況を察しながら互いに労わる言葉かけが重要である。

V. 研究の限界と今後の課題

本調査では、初めて育児をする女性が夫からの働きかけで家事育児に前向きになれたという主観的認識をもとに分析しており、それが家事育児行動に変化を及ぼしたのかまでは確認していない。また、夫からの働きかけは、妻や母親という役割に対してだけでなく、一人の女性に対しての働きかけがあると思われたが、その境界は明確にできなかった。

今後は、これら働きかけによる家事育児行動の変化や、家事育児役割分担意識の変化を踏まえて、若い世代や高齢出産家族など対象の範囲を限定して調査することで、家事育児に前向きになれる効果的な働きかけや、対象に特徴的な夫からの働きかけが得られると思われる。

結論

初めて育児をする女性が家事育児に前向きになれた夫からの働きかけは、【思いやりのある言葉をかけてくれる】ことにより、心が落ち着き、妻が家事育児に前向きになれることにつながっていた。また、【家族に愛情を注いでくれる】という夫の気持ちや行動を妻が受け取ることで、安心や幸せを感じ、【一生懸命家事育児をしてくれる】ことによって、妻自身も家事育児を頑張ろうと意欲的になれることにつながっていた。

夫婦関係の調和性を高め保つためには、本調査結果に

みられるように、子どもとの生活を理解して、夫は妻を思いやり、妻もその思いを受け止め、家事育児役割責任を共に遂行するという意識とそれに伴う態度と行動、状況を察しながら互いに労わる言葉かけが重要である。

謝辞

本研究にご協力くださいました研究参加者の皆様に心より感謝申し上げます。

利益相反

本論文の内容に関して開示すべき利益相反事項はありません。

文献

- 1) 男女共同参画局：令和4年度版男女共同参画白書，労働時間の国際比較。
https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r05/zentai/html/zuhyo/zuhyoc01-01.html (2024年7月30日アクセス)
- 2) 澤田明菜，鏡真美，太田良子他：産後1か月から4か月までの母親が持つ育児ストレスと対処行動，日本看護科学学会，40，270-278，2020.
- 3) 前原邦江，森恵美，岩田裕子他：初産婦の出産後6か月間における育児ストレスの推移とその関連要因 - 産後1か月時の母親役割の自信の影響についての縦断的検討 -，母性衛生，57 (4)，607-615，2017.
- 4) 岩本純子：母親としての自己効力感 - 尺度の作成と信頼性，内的・外的妥当性の検証 -，家族心理学研究，27 (1)，16-28，2013.
- 5) 西出弘美，江守陽子：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)，20-26，2011.
- 6) 渡辺弥生，石井睦子：乳幼児をもつ母親の育児ストレスにソーシャル・サポートおよび自己効力感が及ぼす影響，法政大学文学部紀要，60，133-145，2010.
- 7) 玉木敦子：産後のメンタルヘルスとサポートの実態，兵庫県立大学看護学部・地域ケア開発研究所紀要，14，37-55，2007.
- 8) 高木静：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 -，74 (1)，121-129，2015.
- 9) 岩田裕子，森恵美，坂上明子他：産後一か月時に褥婦が認識するソーシャルサポートとうつ症状，母性衛生，59 (1)，138-146，2016.
- 10) 総務省：令和3年社会生活基本調査，家事関連時間。
<https://www.stat.go.jp/data/shakai/2021/pdf/youyakuapdf> (2024年7月30日アクセス)
- 11) 内閣府男女共同参画局：令和5年度男女共同参画白書，2023.
[https://www.shugiin.go.jp/internet/itdb_gian.nsf/html/gian/gian_hokoku/20230616danjogaiyo.pdf/\\$File/20230616danjogaiyo.pdf](https://www.shugiin.go.jp/internet/itdb_gian.nsf/html/gian/gian_hokoku/20230616danjogaiyo.pdf/$File/20230616danjogaiyo.pdf) (2024年7月30日アクセス)
- 12) 内田明香，坪井健人：産後クライシス，ポプラ新書，2013.
- 13) 高岡純子：子育てと夫婦関係，第1回 妊娠出産子育て基本調査 (横断調査) 報告書，ベネッセ教育総合研究所，73-79，2006.
https://benesse.jp/berd/jisedaiken/research/pdf/kihonC_067-082.pdf (2024年7月30日アクセス)
- 14) 塩野悦子：産後クライシスのからくりと予防法，助産雑誌，71 (10)，748-755，2017.
- 15) 末盛慶：夫の家事遂行および情緒的サポートと妻の夫婦関係満足度 - 妻の性別役割意識による交互作用 -，家族社会学研究，11，71-82，1999.
- 16) 瀧本千紗，室津史子，濱耕子：子育て中の夫の精神援助行動の特性と夫婦関係満足度の関連，愛媛県立医療技術大学紀要，16 (1)，11-18，2019.
- 17) 青木弥生：育児中の夫婦における家事育児分担とその評価 - 妻は夫婦の家事育児分担をどのように説明づけるか? -，こども教育宝仙大学紀要，10，33-40，2019.
- 18) 高橋智恵，齋藤泰子：0～4か月児の母親の日常生活における育児に対するレジリエンスに影響を及ぼす育児体験，武蔵野大学看護学研究所紀要，12，41-48，2018.
- 19) 酒井智弘，相川充：感謝表出スキルの実行がジレンマ状況にいる感謝される側に及ぼす効果，社会心理学研究，1-11，2020.
- 20) 渡辺綾子，眞鍋えみ子，和泉美枝他：産後1か月の

- 女性における睡眠障害, 日中の眠気と睡眠に良好な生活習慣の関連, 同志社女子大学学術研究年報, 70, 41-47, 2019.
- 21) 渡辺綾子, 眞鍋えみ子, 和泉美枝他: 妊娠期, 産後における睡眠, 不安, 抑うつの違いと各時期における関連, 心理学研究, 89 (2), 130-138, 2018.
- 22) 足達淑子, 澤律子, 上田真寿美他: 産後1か月の褥婦における睡眠と主観的精神健康観との関連, 日本公衛誌, 65 (11), 646-653, 2018.
- 23) 鈴木美佐, 古株ひろみ: 4歳から6歳の幼児をもつ母親の育児負担感と自己効力感, ソーシャルサポートの関連, 聖泉看護学研究, 4, 11-20, 2015.
- 24) 西尾新: 父親の育児行動の頻度および父親の育児行動に対する父母間の評価の齟齬が母親の育児ストレスに与える影響, 甲南女子大学研究紀要, 51, 75-88, 2015.
- 25) 村松十和: 育児中の母親の心理(衝動的感情と育児不安)と夫との関係に関する研究, 三重看護学誌, 8, 11-20, 2006
- 26) 岡未奈, 佐々木睦子, 石上悦子: パートナーからの情緒的サポートに対する産後1か月の初産婦の思い, 香川大学看護学雑誌, 23 (1), 1-10, 2019.
- 27) 中村瑛一, 有本梓, 田高悦子他: 3歳児をもつ父親と母親における親役割達成の関連要因, 日本地域看護学会誌, 19 (1), 4-13, 2016.
- 28) 石井クンツ昌子: 父親の役割と子育て参加 - その現状と規定要因, 家族への影響について -, 季刊家計経済研究, 81, 16-23, 2009.
- 29) 本保恭子, 八重樫牧子: 母親の子育て不安と父親の家事・子育て参加との関連性に関する研究, 川崎医療福祉学会誌, 13 (1), 1-13, 2003.
- 30) 熊野道子: 乳幼児をもつ親の育児感情と自分の役割配分と幸福感の関連, Journal of Health Psychology Research, 29 (2), 45-52, 2017.
- 31) 橘千恵, 中村絵里子, 中島夕美他: 夫の育児家事行動の特徴と子どもへの愛着, 夫婦関係満足度との関連: 妻との比較, 母性衛生, 49 (1), 65-73, 2008.
- 32) 新田桃子, 桂田恵美子: 夫の家事・育児行動に対する夫婦の評価のズレと妻の育児ストレスへの影響, 関西学院大学心理科学研究, 47, 49-54, 2019.
- 33) 末盛慶: 夫の家事遂行および情緒的サポートと妻の夫婦関係満足感, 家族社会学研究, 11 (11), 71-82, 1999.
- 34) 数井みゆき, 無藤隆, 園田菜摘: 子どもの発達と母子関係・夫婦関係幼児を持つ家族について, 発達心理学研究, 7 (1), 31-40, 1996.
- 35) 内閣府: 令和4年版男女共同参画白書, p136.
https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r04/zentai/pdf/r04_genjo.pdf (2024年7月30日アクセス)

Approaches taken by husbands that helped women who were raising a child for the first time to be more positive about housework and childcare

Mizuki Yano¹⁾, Mari Haku²⁾, and Hiromi Moriuchi³⁾

¹⁾ Master's Course in Practical Midwifery, Graduate School of Health Sciences, Tokushima University (Graduation in 2022.3), Tokushima, Japan

²⁾ Department of Midwifery, Institute of Biomedical Sciences, Tokushima University, Tokushima, Japan

³⁾ Department of Nursing, Tokushima University Hospital, Tokushima, Japan

Abstract Objective : The aim of this study was to clarify the approaches taken by husbands that helped women who were raising a child for the first time to be more positive about housework and childcare.

Methods : Qualitative descriptive research with semi-structured one-to-one interviews was conducted for 11 postpartum women who were physically and mentally healthy and had given birth at full term at a perinatal medical center in a regional city in Japan.

Results : Data analysis led to the emergence of 3 categories : (1) 'willing to speak caring word to me' (2) 'willing to be affectionate to our family' (3) 'willing to work to his best at housework and childcare for our family'.

Conclusions : It was apparent from the interviews that the husbands and wives respected and supported each other and that there was harmony in the marital relationship. The results of this study indicated that it is important for husbands to understand the situation of living with their children, for husbands to show kindness to their wives, for wives to accept those feelings of the husbands, and for the husbands to be conscious of their responsibility to participate in both housework and child rearing. The results of this study also showed the importance of the attitude and behavior that accompany these responsibilities and the importance of words the husband and wife use to help each other while understanding the situation.

Key words : a woman raising a child for the first time, housework and child care, approaches taken by husbands, to be more positive, qualitative research