
原 著

産後2～3か月の母親がインターネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験

香川 加奈¹⁾, 葉久 真理²⁾, 佐藤 浩子²⁾, 森内 洋美³⁾¹⁾前徳島大学大学院保健科学研究科助産実践コース²⁾徳島大学大学院医歯薬学研究部助産学分野³⁾徳島大学病院

(令和6年9月30日受付) (令和6年10月11日受理)

目的：産後2～3か月の母親がインターネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験を明らかにし、子育て支援のあり方を検討する。

方法：地方都市にある総合周産期母子医療センターにて正期産で出産した心身共に健康な産後2～3か月の女性14名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：母親はインターネット上の育児情報掲示板を通して【子どもの状態に対する不安や心配が払拭された】、【何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた】、【不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた】というポジティブな感情を抱いた経験をしていた。

結論：母親は育児情報掲示板を通してさまざまな情報を得てポジティブな感情を抱いた経験をしていた。一方で、育児情報掲示板は情報の信憑性が担保されていないため、専門職による情報提供サイトを併用することを啓発することが重要であり、公的機関が主体の子育て支援全国情報ネットワークの構築が望まれる。

キーワード (和文)：ソーシャルメディア, 育児情報掲示板, 育児, Positive 感情, 質的研究

わが国の年間出生数は、2022年には約77万人となった¹⁾。出生数の減少の要因として未婚化や晩婚化、経済的負担²⁾が報告されている。この子育ての経済的負担に対しては、妊婦健診の公費負担をはじめとして出産育児一時金や子どもの医療費助成、保育料無償化等、支援は広がっている。一方で、子どもを持つことを躊躇する理由として育児に伴う身体的・精神的負担の重さを挙げ

る者も依然として多い²⁾。この負担は、従来より、育児不安や育児困難感、育児ストレスと表現され、“ワンオペ育児”や“孤育て”という、母親が24時間1人で育児をする孤独な子育てという意味の造語も聞かれる。その背景として、核家族化や地域とのつながりの希薄化が報告されて久しく、子育てのサポートパーソンである夫の長時間労働も解決されず^{2,3)}、身近に頼れる人がいないことが報告されている。そこで、切れ目ない支援として、産後ケア事業の展開や、こども家庭センターの設置、男性の育児休業の取得促進・柔軟化などの取り組みも進んでいるが、その成果はこれからというところである。さらに近年は、新型コロナウイルス感染症（以下COVID-19とする）の流行により、妊産婦の不安や抑うつ症状の増大が国内外で多数報告されている⁴⁻⁶⁾。育児に伴う身体的・精神的負担の軽減は、重要課題であり、社会変化の中で解決に向けた対応策も変化してきている。そのような状況下で、情報通信技術 (Information and Communication Technology : ICT) の利用については、ソーシャルメディアネットワークによる情報提供が不安を軽減すること⁷⁾、ウェブベースでの介入が周産期うつ病の症状を減少させること⁸⁾が報告されている。母親の育児情報源としてのインターネット利用は92.7%⁹⁾との報告もあり、多くの母親がICTを育児に活用している。中でも育児情報掲示板は、インターネット上で母親同士が互いに個人情報をお互に明かすことなく不特定多数の母親と話題を共有し、コミュニケーションをとることができるものである。母親同士がオンラインでピアサポートを行うことは、母親のメンタルヘルスに良い影響を与える¹⁰⁾。

育児をする母親が、インターネット上の育児情報掲示板を通してどのようなポジティブな感情を抱いたのか、その経験について調査することは、ICTを育児に活用している母親のメンタルヘルス支援を検討するための一助になると考える。

そこで本研究では、里帰りが終了し育児支援者の手が離れた時期¹¹⁾にある産後2～3か月の母親が育児情報掲示板内の書き込みによりポジティブな感情を持つことができた経験を明らかにし、子育て支援のあり方を検討する。

I. 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出産した産後2～3か月の女性で、産後の経過が順調で、心身共に健康な育児休業取得中の者とした。参加者の出産方法並びに出産回数は問わず、夫婦は婚姻関係にあり、核家族である者とした。調査時点で里帰り中であった者、参加者の夫が育児休業取得中の者は対象から除外した。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、2023年5月～10月までの6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参加者に対して、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、産後2～3か月の母親が育児情報掲示板を通してポ

ジティブな感情を抱いた経験に焦点を当て、語りの意味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エピソードを抽出した。抽出されたエピソードは類似性・相違性を検討し、整理・分類してサブカテゴリー化し、さらにカテゴリー化を行った。

5. 倫理的配慮

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。

なお本研究は、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（承認番号：4347）、当該施設長の実施許可を得て実施した。

6. 用語の定義

1) 育児情報掲示板

インターネット上で母親同士がお互いに個人情報を見せ合うことなく、育児を行う中での思いや経験を発信（書き込み、投稿）し不特定多数の母親と共有し、時にはコミュニケーションをとることができるものでSocial networking service（SNS）も含む、と定義した。

2) ポジティブな感情

Fredrickson¹²⁾が定義する10のポジティブ感情のうち、本テーマに合致する、喜び、感謝、安らぎ、興味、希望、誇り、愉快、鼓舞、愛情などの感情と定義した。

II. 結果

1. 研究参加者の概要

参加者14名の平均年齢は33.0歳（SD：4.5）、そのうち初産婦8名の平均年齢は31.5歳（SD：4.4）、経産婦6名の平均年齢は35.2歳（SD：3.8）であった。インタビュー時の母親の平均産後日数は97.2日（SD：13.6）であった。

2. 産後2～3か月の母親がインターネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験

研究参加者の語りから、産後2～3か月の母親がインターネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験は、69のエピソードから、3つのカテゴリーと14のサブカテゴリーが抽出された（表1）。

表1 産後2～3か月の母親がネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験

カテゴリー	サブカテゴリー（語りの数）
子どもの状態に対する不安や心配が払拭された	みんな同じなんだ（6）
	別におかしいわけではないんだ（13）
	よその子よりまだまだ（3）
	子どもはそれぞれなんだ（4）
	先の見通しができた（8）
何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた	心が和んだ（5）
	今このときが大事なんだ（4）
	みんな頑張っているんだ（2）
	これからが楽しみだ（8）
不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた	みんなと同じなんだ（5）
	私の方がまだまだ（4）
	焦らなくていいんだ（1）
	今だけなんだ（3）
	私は頑張っているんだ（3）

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。育児情報掲示板内の書き込みを‘ ’、参加者の感情を“ ”、育児情報掲示板内で参加者が書き込んだ内容や検索内容を{ }で示す。語りの末尾の（ ）内には対象者を区別するアルファベットを記載した。

1) 【子どもの状態に対する不安や心配が払拭された】

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。産後2～3か月の母親は、育児情報掲示板を通して、心配していた子どもの状態が＜みんな同じなんだ＞＜別におかしいわけではないんだ＞＜よその子よりまだまだ＞＜子どもはそれぞれなんだ＞＜先の見通しができた＞と感じ【子どもの状態に対する不安や心配が払拭された】という経験をしていた。

母親は、「毎回の授乳のたびに吐き戻しがあって、{吐き戻しめっちゃする}って掲示板に書いたら、‘私の子もそうでしたよ’みたいな共感が50件ぐらいきて、それで安心した（B）」、「最初は私自身が何かに困って調べていたんですけど、動画やブログを見ていると楽しくなってきた“ああ、世の中皆さんこんなことで悩んでおられるんだな”とか“自分だけじゃないな”っていうので安心して（C）」と、心配していた子どもの状態は＜みんな同じなんだ＞と感じていた。また、「初めての子育てで不安というか“これ大丈夫かな”と思うことが結構あったので、ネットで調べて、‘赤ちゃんはこういうもの’っていう書き込みを見たら“別に特別おかしいわ

けではない”と思えて安心した（E）」、「うちも写真つきで載せてくれてる人がいて、{これぐらいなんですけど、これどうですか}って書き込んだら、コメントに‘それが普通です。母乳だとそれぐらいが普通ですよ’とか、‘うちの娘もそんな普通でしたよ’とか同じ意見だから安心するっていう感じですね（B）」と、母親は自分の子どもの状態が＜別におかしいわけではないんだ＞と感じていた。

一方で母親は、「うちの子1日5回ぐらい吐いてたのですが、“ミルクを吐く回数ってこんなものなのかな”って心配になって検索してみたら、‘うちの子は1日30回吐いています’って書いていて、みんなもっと吐くっていうのを見て安心しました（A）」と、＜よその子よりまだまだ＞と感じていた。また母親は、「この子は今3か月半でまだ首がすわらずグラグラだから“大丈夫かな”と思って調べました。‘3～4か月の間ですわる子が多いというだけで、4か月入ってもすわってない子もいるよ’みたいな感じで書かれていて、‘それも個性だから’というふうに書いてありましたね。“まあ、それほど心配することはないか”と思ってちょっと安心しましたね（I）」と、心配していた子どもの発達には個人差があることを認識して＜子どもはそれぞれなんだ＞と感じていた。

さらに母親は、「舌が短いことを生まれてすぐに指摘されて、周りに舌が短い人がいないので、Instagramで調べました。書き込んでいる人は経験がある人なので今後の参考になるというか“これからどうしようかな”、“将

来的にこうしないといけないのかな” っていう先の見通しがついて安心しましたね (G)」と、母親は不安に感じている子どもの状態の今後について＜先の見通しができた＞と感じていた。

2)【何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた】

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。産後2～3か月の母親は、何か調べたいわけではなく何気なく見た書き込みから＜心が和んだ＞＜今このときが大事なんだ＞＜みんな頑張っているんだ＞＜これからが楽しみだ＞と感じ、【何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた】という経験をしていた。

母親は、「ママの前ではすごく機嫌よく笑っているのに、パパの前では真顔の動画や、赤ちゃんの不思議な行動の動画がInstagramに載っていて、“面白いな”、“可愛いな”と思って癒されていました (I)」と、＜心が和んだ＞と感じていた。また母親は、「同じ時期に子どもを産んでいる人の状況や情報は、一緒に育児をしている気分になって、“離れていても一緒に頑張っているんだ”と思えると“自分も一緒に頑張ろう”っていう前向きな気分になれることが多いかな (L)」と、他の母親と育児に関するエピソードを共有することで＜みんな頑張っているんだ＞と感じていた。

母親は、「Instagramで育児など日常生活の色々なことを漫画みたいに見える人の投稿を見るとちょっと笑えたり、“今の小さい時期の一瞬一瞬が今しかないな”と改めて実感できることは結構ありますね。(G)」と、＜今このときが大事なんだ＞と感じていた。さらに母親は、「Instagramで、“100日になったらお食い初めセットがあるよ”とか、お宮参りがあって100日があってハーフバースデーがあってとか、Instagramってたくさん流れてくるので“そういうものがあるんだな”と楽しみになりますね (B)」と、＜これからが楽しみだ＞と感じていた。

3)【不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた】

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。産後2～3か月の母親は、自分自身の状態に対する不安や不満が＜みんなと同じなんだ＞＜私の方がまだましだ＞＜焦らなくていいんだ＞＜今だけなんだ＞＜私は頑張っているんだ＞と感じ、【不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた】という経験をしていた。

母親は、「乳首が痛すぎてSNSやLINEで友達みんなに痛かったか聞いてみたり、授乳痛いなどのキーワー

ドを入れて検索もしましたが、みんなが‘痛かった’というのを聞いたり見たりして“やっぱりみんなそうなんだな”って安心した感じはありましたね (F)」と、自分自身の状態に対する不安や心配が＜みんなと同じなんだ＞と感じていた。また、「産後の骨盤や体型を戻すためにはどうするべきかを調べていて、色々動画が出てくるので、“ちょっと運動しないといけないな”と思って見っていますが、‘まだ焦らなくていい。骨盤矯正は半年過ぎてからでも大丈夫’、‘まだ大丈夫’という書き込みを見て少し安心しますね (K)」と、＜焦らなくていいんだ＞と感じていた。

一方で母親は、「里帰りが終わって夫と2人で育児をしているので、“もっとこうしてほしい、ああしてほしい”と思ってやっぱりイライラすることもあるじゃないですか。そういう時、SNSや掲示板を見ていると、育児に全然協力的じゃない人の話を目にすることもあるので、“この人たちに比べるとすごく手伝ってくれてるな”、“可愛がってくれてるな”と感じて私自身が少し冷静になれて、改めて主人に対して素直に感謝できるようになりますね。“やってくれてるからまだ全然ましかな”と思えて、自分の気持ちをリセットすることができますね (L)」と、他者の経験と比較することで＜私の方がまだましだ＞と感じていた。また母親は「産後脇が真っ黒になったんですよ。それを調べると、‘ホルモンバランスでなる人もいて、産後1年ぐらいで落ち着く人が多い’みたいなことを知って、“今だけなんだ”って安心しました (B)」と、＜今だけなんだ＞と感じていた。

さらに母親は、「私は産後に抜け毛がひどくて。‘抜け毛は多い’って書いてあったし、‘出産頑張った証拠だ’と書かれていたのを見て嬉しかったし“そうなんだな”って自分を褒めるというか、“別にネガティブになることはないな”って思いましたね (B)」と、＜私は頑張っているんだ＞と感じていた。

Ⅲ. 考察

産後2～3か月の母親は、育児情報掲示板を通してさまざまな情報に触れることでポジティブな感情を抱いていた。

1. 子どもの状態に対する不安や心配が払拭された

産後2～3か月の母親は、育児情報掲示板を通して、心配していた子どもの状態が＜みんな同じなんだ＞＜別におかしいわけではないんだ＞と感じ安心していた。高橋ら¹³⁾は、母親は育児中に孤立感を感じるが、他の母

親と情報交換することで自分だけじゃないみんなが一緒と感ずることと安心感を感じて報告している。また、新生児期に健常小児の状態把握に困惑して病気を心配する親が少なからず存在し¹⁴⁾、母親が健常な子に対しても心配や不安を感じてことは、育児中にはよく起こることである。本研究においても母親は、育児情報掲示板を利用して、情報を検索したり、質問を投稿し回答を得たりすることを通して、安心したといったポジティブな感情を抱いた経験をしていた。また、その過程においては、本研究の語りにあったように画像や動画が活用されていた。近年、カメラ機能の付いたスマートフォンなどのモバイルデバイスの個人保有が一般的となり¹⁵⁾、インターネット上で手軽に互いに視覚媒体を見ることができるようになったことで、育児情報掲示板においても視覚媒体を用いた情報収集や情報交換が活発に行われていることが推察される。

一方で母親は、心配していた自分の子どもの状態を他者の子どもの状態と比較して、自分の子どもは<よその子よりまだましだ>と感じ、安心してた。他人と比較してものを考える習慣は致命的な習慣であり対人比較は時として不幸をもたらす行動である¹⁶⁾とされる一方で、人がよりネガティブな状態と比較して現在を相対的にポジティブに認知する下方比較を行うことは幸福度と正の相関がある¹⁷⁾とも報告されている。本研究においても、比較することを通して、自分の子どもの状態を<よその子よりまだましだ>と相対的にポジティブに認知していた。

このように母親は、<みんな同じなんだ><別におかしいわけではないんだ><よその子よりまだましだ>と感じ、不安や心配が払拭された経験をしていたが、自らの子どもの状態が他者の経験談とは一致しないという状況においても、育児情報掲示板内でそれは個性だとする投稿に触れることで<子どもはそれぞれなんだ>と感じ、安心してた。張ら¹⁸⁾は、楽観性は状況をポジティブに見なすといった肯定的解釈を促進し、その結果、精神・身体的健康を促進すると報告しており、母親は、子どもの状態についての心配や不安を、育児情報掲示板を利用することで、より楽観的に解釈しなおすことで安心し、ポジティブな感情を抱いたと推察される。

さらに母親は、心配する子どもの状態に対して<先の見通しができた>ことで安心した、という感情を抱いていた。井田ら¹⁹⁾は、母親は不安や疑問に対して的確な解決策を求めているのではなく、同じ体験をした他の

母親の体験談や今後の経過を聞くことで予測をたてるなど、自分なりの育児方法を模索していると報告しており、本研究においても母親は、育児情報掲示板を通して、自分の子どもよりも月齢の高い子どもの様子や、同じ体験をした他者の経験談を知ることが、自らの将来の育児に見当をつけることに繋がり、安心感を得ていた。

2. 何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた

産後2～3か月の母親は、何かを調べたいわけでもなく何気なく育児情報掲示板を閲覧している際に、書き込みの面白さや可愛らしさに<心が和んだ>と感じてた。三宅ら²⁰⁾は、笑いの精神的効果として、ストレスコーピング、不安や緊張の緩和を報告しており、面白いと感じる書き込みを閲覧する行為は母親のメンタルヘルスに良い効果をもたらす側面があると考えられる。また母親は、他の母親と育児に関するエピソードを共有することで<みんな頑張っているんだ><今このときが大事なんだ><これからが楽しみだ>と感じてた。塩塚²¹⁾は、母親は、気の合う母親と会話することでストレスを解消し情緒的な安定を得ており、同時に情報も共有しながら日常生活に活かしていると報告している。本研究においても母親は、育児情報掲示板を通しての交流が疑似的に一緒に育児をする体験となり情緒的サポートとして機能していると推察される。このような子育てという共通の状況をもつ母親同士(ピア)が情報掲示板内でピアサポートを行うことはメンタルヘルスに良い影響を与えることはすでに報告されており¹⁰⁾、育児情報掲示板の利用を通して自らの育児の現在までの歩みを俯瞰し、将来を想像し、ポジティブな感情を抱いていた。

3. 不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた

産後2～3か月の母親は、育児情報掲示板を通して、産後の心身の不調、育児の苦勞、育児における夫婦の役割分担についての不安や不満が<みんなと同じなんだ>、<焦らなくていいんだ>と感じ安心してた。間中ら²²⁾は、感情表出はストレスコーピングの1つであり、産後1か月の母親の抑うつ悪化を予防する可能性があることを報告しており、母親が自分自身では確信が持てない不確かな産後の状態に悩んだり困ったりした際に、育児情報掲示板に自身が抱いた感情を表出することは、母親のメンタルヘルスにポジティブな影響を与えるものと考えられる。また母親は、自分と他者の状態を比較することで、<私の方がまだましだ>と感じてた。こ

の感情は、子どもに関して<よその子よりまだましだ>と感じることと類似しており、母親は自分と他者の状態を比較して、自分の状態を相対的にポジティブに認知することで、自らが抱いた不安や不満について<私の方がまだましだ>と感じ、心の安寧を得ていた。さらに母親は、産後の心身の不調や、育児の苦労は<今だけなんだ>と安心や将来への希望を感じたり、他者の書き込みや共感するコメントを見て励まされ、現在の不確かな状態に向き合う自分自身を肯定的に捉え直し<私は頑張っているんだ>と、喜びや安心を感じたりしていた。清水ら²³⁾は、育児という大変なことを乗り越えたという自己評価は母親の育児幸福感を高めることを報告している。本研究においても母親は、産後に試行錯誤をしながら日々を乗り越えていく中で、情報掲示板を通して、不安や悩みをポジティブに捉え直すことで自分自身をも肯定的に評価していた。

このように、育児情報掲示板は、母親が育児中に抱くさまざまな感情を吐露できる場や家庭の内情について母親の思いを表出できる場となっていることが推察される。しかしながら、匿名性が高いことは攻撃行動を激しくさせるとの報告もあり²⁴⁾、批判や誹謗中傷を受ける可能性や、対人比較をして劣等感を抱いてしまう可能性には留意をする必要がある。一方で、同じような立場や境遇、経験等を共にする人たちの支え合い（ピアサポート）は、ストレス緩和効果があるため²⁵⁾、産後の母親同士のピアサポートが発揮される場として、インターネット上で母親同士が交流することを目的とした子育て支援の場の整備が望まれる。

4. 情報掲示板の役割と子育て支援全国ネットワークの構築

産後2～3か月の母親が育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験は、子どもに関することと母親に関することの2つに分類された。これらポジティブな感情は、Happinessという一時的な感情であるが、well-beingにつながるものでもある。育児情報掲示板の活用は、産後の母親の幸福度にも影響するものと思われる。育児情報掲示板は母親同士の背景や個人情報が不明で情報の信憑性は担保されていないものの、それぞれ個々人の体験による情報が多く提示されていて、母親にとってはより身近に感じ、取り入れやすいものと思われる、多くの母親が活用している。

一方で母親には、自分に都合の良い情報をキャッチしやすい傾向としての確証バイアスが働いていると思わ

れ、その情報が生命に関わるものである場合も考えられることから、情報の信頼性や安全性を見極められる情報リテラシーを高めることが望まれる。現在、24時間いつでもどこでもアクセスすることができる専門職者によるインターネット上の情報提供サイトの構築が進んでおり、WEB 母子健康手帳情報支援サイト²⁶⁾も運用されている。これらは、監修された正しい情報が提供されている。したがって、産後の母親には育児情報掲示板のメリット・デメリットを伝えるとともに、デメリットへの対応策として専門職による情報提供サイトを併用することを啓発することが重要である。さらには、育児情報掲示板や専門職による情報提供などの複数の機能を併せ持った、公的機関が主体の子育て支援全国情報ネットワークの構築が望まれる。

5. 研究の限界と今後の課題

産後2～3か月の母親は、さまざまなポジティブな感情を抱いた経験をしていた。一方、母親には自分に都合の良い情報をキャッチしやすい傾向としての確証バイアスが働いていると思われるが、その程度や母親の情報リテラシーについては不明である。また本調査では、ポジティブな感情に焦点を当てたが、母親の性格は情報の受けとめ方に影響すると思われるため、今後は、産後の母親が育児情報掲示板を通してネガティブな感情を抱いた経験や、育児情報掲示板内の情報の受けとめ方と性格特性の関連を調査する必要がある。

IV. 結論

産後2～3か月の母親がインターネット上の育児情報掲示板を通してポジティブな感情を抱いた経験として

【子どもの状態に対する不安や心配が払拭された】、【何気なく見た書き込みから子育ての余裕が得られた】、【不確かな産後の状態と向き合う自分が励まされた】の3のカテゴリーが抽出された。産後2～3か月の母親は、情報掲示板を通してさまざまな情報を得ており、ポジティブな感情を抱いた経験をしていた。一方で、育児情報掲示板は情報の信憑性が担保されていないため、産後の母親には育児情報掲示板のメリット・デメリットを伝えるとともに、デメリットへの対応策として専門職が提供する情報提供サイトを併用することを啓発することが重要である。さらには、育児情報掲示板や専門職による情報提供などの複数の機能を併せ持った、公的機関が主体の

子育て支援全国情報ネットワークの構築が望まれる。

謝 辞

本研究にご協力くださいました研究対象者の皆様に心より感謝申し上げます。

利益相反

開示すべき利益相反はない。

文 献

- 1) 厚生労働省: 令和4年人口動態統計(確定数)の概況. https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei22/dl/15_all.pdf (2024年6月12日アクセス)
- 2) 国立社会保障・人口問題研究所: 現代日本の結婚と出産 第16回出生動向基本調査(独身者調査ならびに夫婦調査) 報告書. https://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou16/JNFS16_ReportALL.pdf (2024年6月12日アクセス)
- 3) 内閣府男女共同参画局: 令和5年版男女共同参画白書. https://www.gender.go.jp/about/danjo/whitepaper/r05/gaiyou/pdf/r05_gaiyou.pdf (2024年6月12日アクセス)
- 4) Ayaz, R., Hocaoglu, M., Gunay, T., Yardımcı, O. D., *et al.*: Anxiety and depression symptoms in the same pregnant woman before and during the COVID-19 pandemic. *Journal of Perinatal Medicine.*, **48**(9): 965-970, 2020
- 5) Ceulemans, M., Hompes, T., Foulon, V.: Mental health status of pregnant and breastfeeding women during the COVID-19 pandemic: A call for action. *International Journal of Gynecology & Obstetrics.*, **151**(1): 146-147, 2020
- 6) 米澤かおり, 戸瀬知実, 春名めぐみ, 笹川恵美 他: COVID-19感染拡大による0歳児を抱える母親の育児への影響. *日本看護科学会誌*, **42**: 346-355, 2022
- 7) Jiang, H., Jin, L., Qian, X., Xiong, X., *et al.*: Maternal Mental Health Status and Approaches for Accessing Antenatal Care Information During the COVID-19 Epidemic in China: Cross-Sectional Study. *Journal of Medical Internet Research.*, **23**(1): 1-14, 2021
- 8) Lee, E. W., Denison, F. C., Hor, K., Reynolds, R. M.: Web-based interventions for prevention and treatment of perinatal mood disorders: a systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth.*, **16**(38): 2-8, 2016
- 9) 中島千英子, 永井由美子: 母親の育児情報源としてのSNS利用に関する調査. *大阪教育大学紀要*, **68**: 41-49, 2020
- 10) Ai, Y., Aya, I., Takeo, F.: Online Peer Support and Well-being of Mothers and Children: Systematic Scoping Review. *Journal of Epidemiology.*, **32**(2): 61-68, 2022
- 11) 島田三恵子, 杉本充弘, 縣俊彦, 新田紀枝 他: 産後1か月間の母子の心配事と子育て支援のニーズおよび育児環境に関する全国調査. *小児保健研究*, **65**(6): 752-762, 2006
- 12) Fredrickson, B. L.: Positivity Top-Notch Research Reveals the 3-to-1 Ratio That Will Change Your Life, 2009; 植木理恵, 高橋由紀子(訳): ポジティブな人だけがうまくいく3:1の法則, 日本実業出版社, 2010, pp. 200-210
- 13) 高橋知恵, 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
- 14) 福井聖子, 三瓶舞紀子, 金川武司, 川口晴菜 他: 大阪府小児救急電話相談(#8000)に寄せられる新生児の相談と育児不安の検討. *母性衛生*, **58**(1): 185-191, 2017
- 15) 総務省: 令和5年通信利用動向調査, 2024. <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/statistics05.html> (2024年6月12日アクセス)
- 16) Russell, B.: The Conquest of Happiness, 1930; 片桐ユズル(訳): 幸福論, みすず書房, 1959, pp. 67-77
- 17) 橋本京子, 子安増生: 楽観性とポジティブ志向が幸福感に及ぼす影響. *Japanese Psychological Review.*, **55**(1): 178-190, 2012
- 18) 張琚, 外山美樹: 楽観性と悲観性が精神・身体的健康に与える影響のメカニズムの日中比較. *心理学研究*, **86**(5): 424-433, 2015
- 19) 井田歩美, 猪下光: 新生児をもつ母親の育児上の不安や疑問 ソーシャルメディアにおける発言のテキストマイニングによる分析. *母性衛生*, **56**(1): 56-64, 2015
- 20) 三宅優, 横山美江: 看護ケア領域における笑いの

- 有効性に関する文献学的考察. 日本看護科学会誌, 31(3) : 61-67, 2011
- 21) 塩塚実奈 : 「ママ友」の交友関係におけるネットワーク形成とその影響. 社会情報研究, 3(2) : 17-38, 2022
- 22) 間中麻衣子, 町浦美智子, 本間裕子 : 産後うつ発症リスクのある妊婦に対する産後1か月までのストレス・コーピングに着目した看護介入の効果. 母性衛生, 62(4) : 803-810, 2022
- 23) 清水嘉子, 遠藤俊子, 松原美和, 松浦志保 他 : 子育て期をより幸福に過ごすための母親の工夫とその効果. 日本助産学会, 21(2) : 23-35, 2007
- 24) 山口勤 : 恐怖喚起と匿名性が攻撃行動に与える影響について. 実験社会心理学研究, 20(1) : 1-8, 1980
- 25) 松田幸久, 田山淳 : ピア・サポートにおけるストレスコーピング方略と気分変化の関連について. カウンセリング研究, 44(2) : 38-46, 2011
- 26) こども家庭庁: 母子健康手帳情報支援サイト. <https://mchbook.cfa.go.jp/> (2024年6月12日アクセス)

Experiences of feeling positive emotions in online parenting forums among 2-3 months postpartum mothers

Kana Kagawa¹⁾, Mari Haku²⁾, Hiroko Sato²⁾, and Hiromi Moriuchi³⁾

¹⁾*Master's Course in Practical Midwifery, Graduate School of Health Sciences, Tokushima University, Tokushima, Japan (Graduation in 2024.3)*

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

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

SUMMARY

Objective : This study aimed to clarify the experiences of feeling positive emotions in online parenting forums among 2-3 months postpartum mothers.

Methods : Qualitative descriptive research with semi-structured one-to-one interviews were conducted with 14 postpartum mothers who were physically and mentally healthy and had given birth at full term at The Perinatal and Child Medical Center in a regional city.

This study was approved by the Ethics Committee of Tokushima University Hospital.

Results : Three categories were revealed : (1) 'the anxiety and concerns about the child's well-being were alleviated', (2) 'casually stumbled upon posts provided a sense of ease in parenting.', and (3) 'finding encouragements while grappling with the uncertainties of postpartum life'.

Conclusions : The results indicated that 2-3 months postpartum mothers obtained various pieces of information from online parenting forums and experienced positive emotions. On the other hand, since the reliability of information on online parenting forums is not guaranteed, it is important to encourage the use of information provided by professionals. And, it is desirable to build a nationwide network of child-rearing support information led by public institutions.

Key words : social media, online parenting forums, child rearing, positive emotions, qualitative research