



1歳児期の子育て生活と ストレス

田村 徳子

子どもは1歳になると活発に動き、言葉を発し、自我の芽生えがみられるようになる。「第1回妊娠出産子育て基本調査」(Benesse次世代育成研究所、2006)では、子育て生活のストレス項目について、経験したことがある割合、イライラする割合ともに、0歳児期から1歳児期にかけて高くなっていった。フォローアップ調査の結果から、1歳児期の子育ての悩みと子育てストレス、子育て意識を通して、どのように子育て環境を整えることがストレスの軽減につながるかを考えていきたい。

● 子育ての悩み(妻)

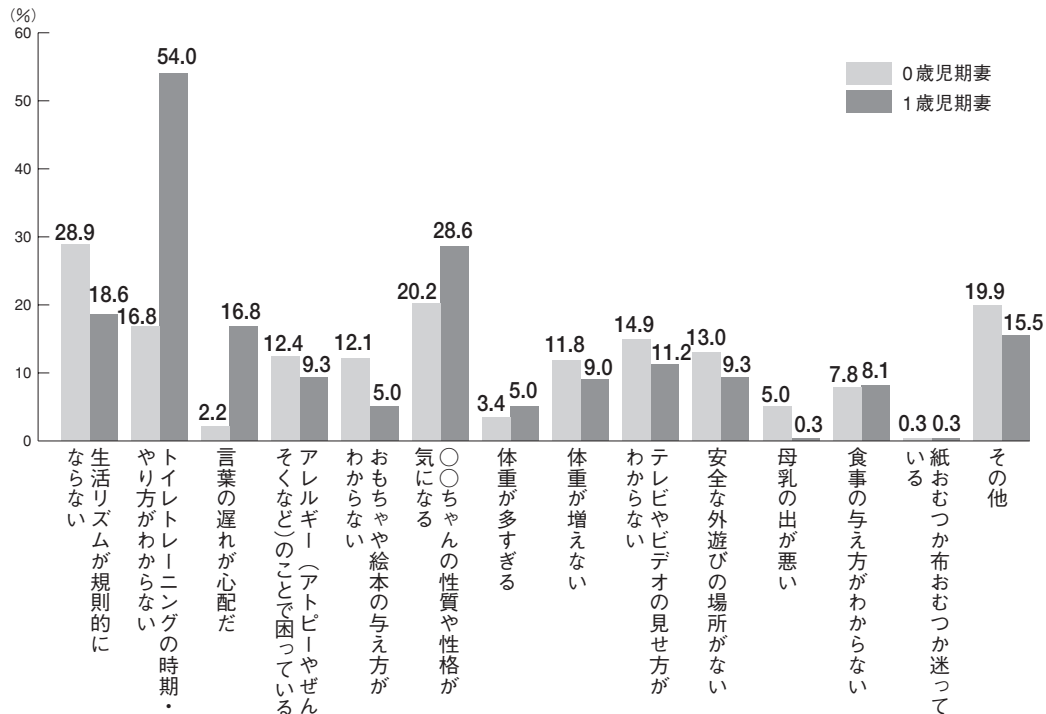
1歳児期の妻は、子育てにどのような悩みを持っているだろうか。0歳児期と同じ14項目の中から、あてはまるものを複数回答で選んでもらい、結果を比較した(図2-1)。

全体的にみると、0歳児期では多くの項目が悩みとして広く選択されたが、1歳児期では一部の項目に集中した。0歳児期でもっとも多く挙げられた「生活リズムが規則的にならない」は0歳児期妻28.9%から1歳児期妻18.6%と10.3ポイント減り、「テレビやビデオの見せ方がわからない」(0歳児期妻14.9%、1歳児期妻11.2%)、「安全な外遊びの場所がない」(0歳児期妻13.0%、1歳児期妻9.3%)、「アレルギーのことで困っている」(0歳児期妻12.4%、1歳児期妻9.3%)、「おもちゃや絵本の与え方がわからない」(0歳児期妻12.1%、1歳児期妻5.0%)などが低下した。これらの項目は0歳児期特有の内容ではなく1歳児期にもあてはまるものであり、妻が子育てに慣れるなか、悩みとして挙げられなくなっているのだろう。1歳児期の悩みでは、「トイレトレーニングの時期・やり方がわからない」(1歳児期妻54.0%)が突出し、「○○ちゃんの性質や性格が気になる」(1歳児期妻28.6%)、「生活リズムが規則的にならない」(1歳児期妻18.6%)、「言葉の遅れが心配だ」(1歳児期妻16.8%)と続いた。子どもの成長に伴い、多くの妻が1歳児期にトイレトレーニングや性質・性格、言葉の遅れを気にしている様子うかがえる。なお、2006年の「第1回妊娠出産子育て基本調査」の1歳児期の妻の結果と比べたところ、多くの項目では差がみられなかったが、トイレトレーニングについては大きな差がみられた。引き続き2歳児期の調査結果も注意していきたい(1歳児期妻：本調査54.0%、2006年調査35.2%)。

● 子育ての悩み(夫)

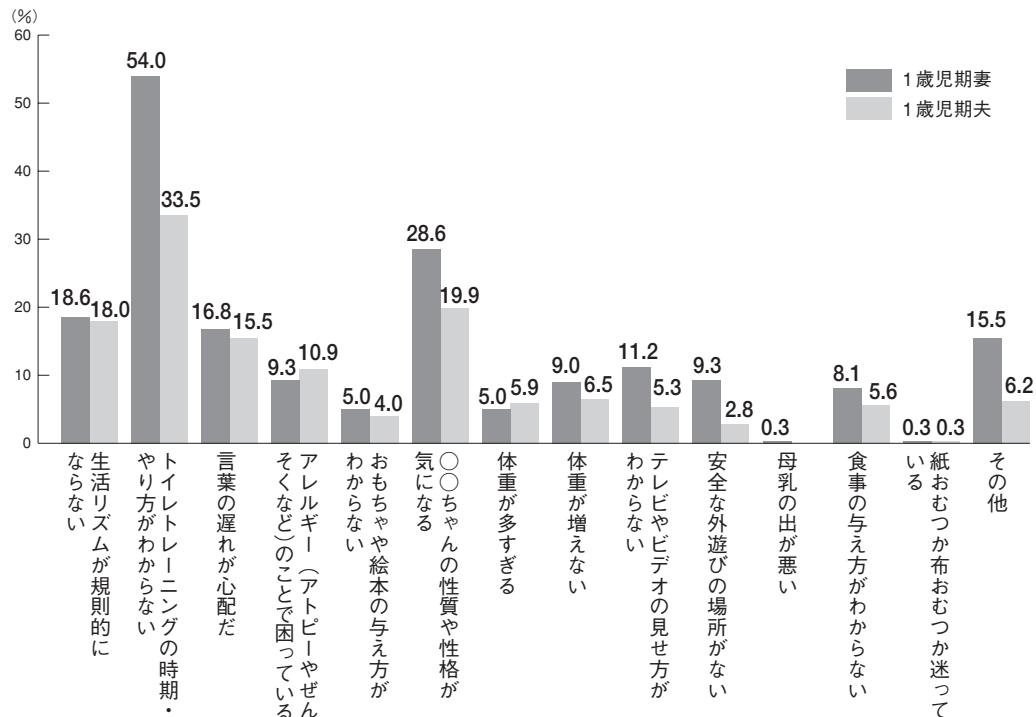
1歳児期の夫は、子育てに関してどのような悩みを持っているだろうか。全体的にみると、夫は妻に比べて数値が低かった(図2-2)。妻の多くが悩みを持つ項目に注目すると、「トイレトレーニングの時期・やり方がわからない」(1歳児期妻54.0%、1歳児期夫33.5%)、「○○ちゃんの性質や性格が気になる」(1歳児期妻28.6%、1歳児期夫19.9%)で、大きく差が開いた。一方、

図2-1 子育ての悩み（0歳児期妻・1歳児期妻）



注) 複数回答。

図2-2 子育ての悩み（1歳児期妻・夫）



注) 複数回答。

「生活リズムが規則的にならない」（1歳児期妻18.6%、1歳児期夫18.0%）、「言葉の遅れが心配だ」（1歳児期妻16.8%、1歳児期夫15.5%）で妻と夫の数値はあまり変わらなかった。トイレトレーニングや子どもの性質・性格についての妻の悩みは、妻と夫で悩みとして情報共有されないのだろうか。または、妻の悩みとしては知っているものの、夫にとって悩みとして挙がらない状態なのだろうか。

● 子育て生活での経験とストレス

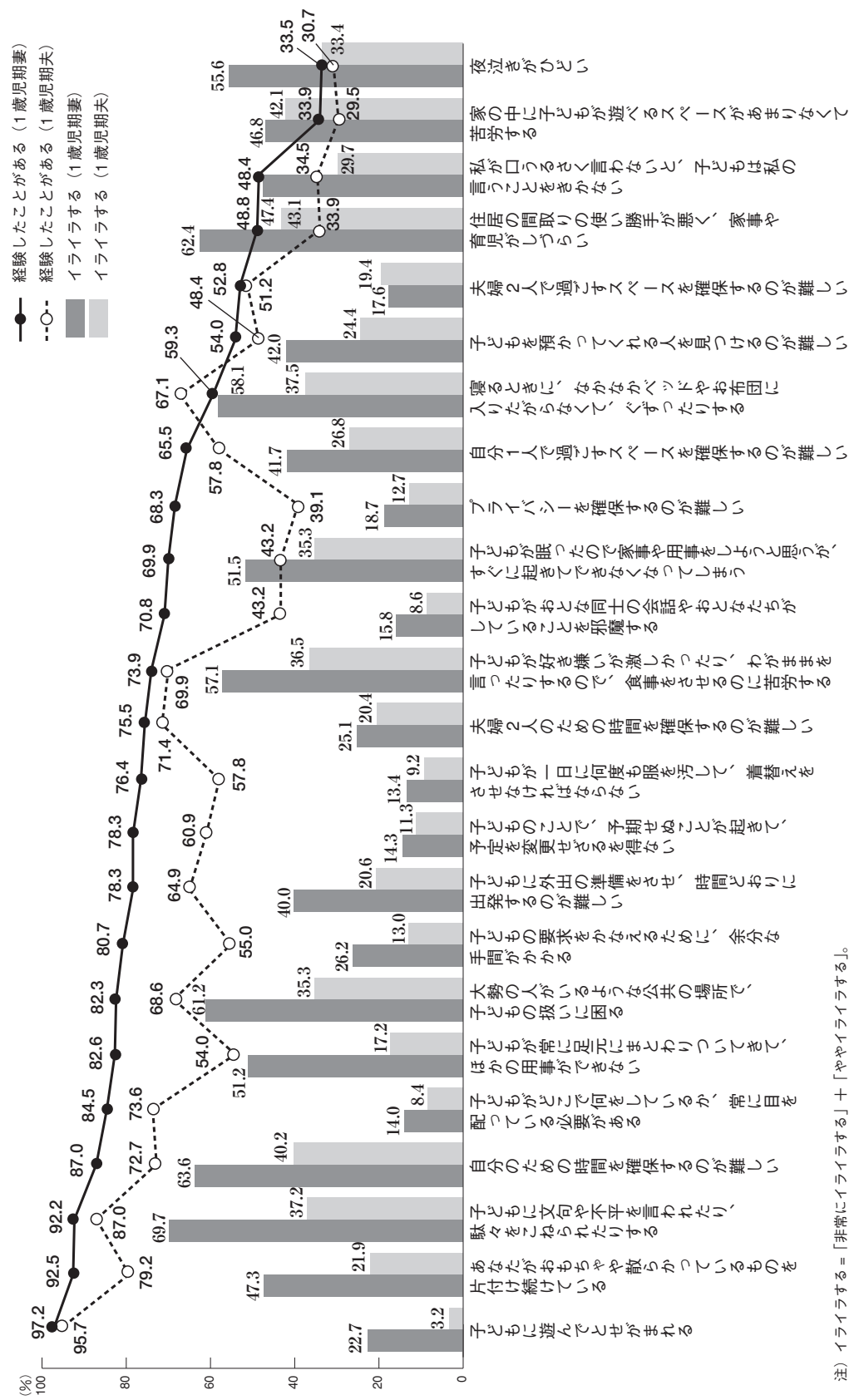
1歳児期の妻・夫は、子育て生活でどのようなストレスを持っているのだろうか。子どもとのかかわりや、住居・近隣の環境、自分1人や夫婦で過ごす時間やスペースの有無など、乳幼児のいる生活でストレスになり得る24項目について経験の有無をきき、さらに「経験したことがある」と回答した項目について、「非常にイライラする」から「イライラしない」までの5段階でストレス度をきいた。

1歳児期について全体的にみると（図2-3）、妻は夫に比べて、経験したことのある割合もイライラする割合もたいへん高かった。妻が夫より経験する割合が20ポイント以上高い項目をみると、「子どもが常に足元にまとわりついてきて、ほかの用事ができない」（1歳児期妻82.6%、1歳児期夫54.0%）、「子どもの要求をかなえるために、余分な手間がかかる」（1歳児期妻80.7%、1歳児期夫55.0%）、「子どもがおとな同士の会話やおとなたちがしていることを邪魔する」（1歳児期妻70.8%、1歳児期夫43.2%）、「子どもが眠ったので家事や用事をしようと思うが、すぐに起きてできなくなってしまう」（1歳児期妻69.9%、1歳児期夫43.2%）、「プライバシーを確保するのが難しい」（1歳児期妻68.3%、1歳児期夫39.1%）だった。子どもが1歳になって活動的になる時期に、妻は夫より量・質ともに子育ての大部分を担っており、子育て以外の用事をしようと思ってもできない状況や子どもからの意思がやや強く要求される状況を一手に引き受けているのだろうか。また、イライラする割合をみると、「非常にイライラする」と「ややイライラする」を合わせて6割を超える項目は夫ではなかったが、妻では「子どもに文句や不平を言われたり、駄々をこねられたりする」69.7%、「自分のための時間を確保するのが難しい」63.6%、「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」62.4%、「大勢の人がいるような公共の場所で、子どもの扱いに困る」61.2%と、内容が多岐にわたり挙がった。では、1歳児期の子育てストレスはどのように生まれるのだろうか。0歳児期と1歳児期の違いを通して、1歳児期の特徴を検討したい。

● 1歳児期の子育てストレスの特徴（妻）

妻について、0歳児期と1歳児期について、同じ12項目で経験したことのある割合とイライラする割合をそれぞれ比較した（図2-4）。「非常にイライラする」と「ややイライラする」を合わせたイライラする割合の高い6項目は、「子どもに文句や不平を言われたり、駄々をこねられたりする」「自分のための時間を確保するのが難しい」「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」「大勢の人がいるような公共の場所で、子どもの扱いに困る」「夜泣きがひどい」「あなたがおもちゃや散らかっているものを片付け続けている」だった。そこで、これら6項目に注目した。

図2-3 子育て生活での経験率とストレス（1歳児期妻・夫）



注) イライラする = 「非常にイライラする」 + 「ややイライラする」。

経験したことのある割合が0歳児期も1歳児期も高く、イライラする割合が増えたものは、「あなたがおもちゃや散らかっているものを片付け続けている」(0歳児期妻：経験94.7%、イライラ12.8%、1歳児期妻：経験92.5%、イライラ47.3%)、「自分のための時間を確保するのが難しい」(0歳児期妻：経験82.0%、イライラ51.5%、1歳児期妻：経験87.0%、イライラ63.6%)である。1歳児の場合、自分1人でおもちゃを片付けることができず、親自身が片付けに大きくかかわることになる。このような日々の子育ての手間や自分の時間が確保できないことに、妻の場合、1歳児期になると、いらだちが増しているのではないだろうか。

経験する割合は0歳児期も1歳児期も低い、イライラする割合が高いものは、「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」(0歳児期妻：経験43.8%、イライラ58.2%、1歳児期妻：経験48.8%、イライラ62.4%)だった。住居空間の使いづらさへのストレスも日々感じることであり、使いづらさを経験するたびに、イライラが保持されるのかもしれない。

経験したことのある割合が1歳児期に増え、イライラする割合が増えたものは、「子どもに文句や不平を言われたり、駄々をこねられたりする」(0歳児期妻：経験45.0%、イライラ39.3%、1歳児期妻：経験92.2%、イライラ69.7%)、「大勢の人がいるような公共の場所で、子どもの扱いに困る」(0歳児期妻：経験55.0%、イライラ31.7%、1歳児期妻：経験82.3%、イライラ61.2%)だった。子どもの成長に伴い経験したことのある割合が増え、経験した中でのストレスも飛躍的に高まっていた。子どもは1歳になると活発に動き、自分の意思をはっきり示し始める。しかし、まだ行動や意思表示を相手に合わせて調節できるわけではない。妻自身も、子どもを育てる中でそのことがわかっている、日々、家の内外で経験が増すにつれ、ストレスに感じる度合いが強まるのではないだろうか。

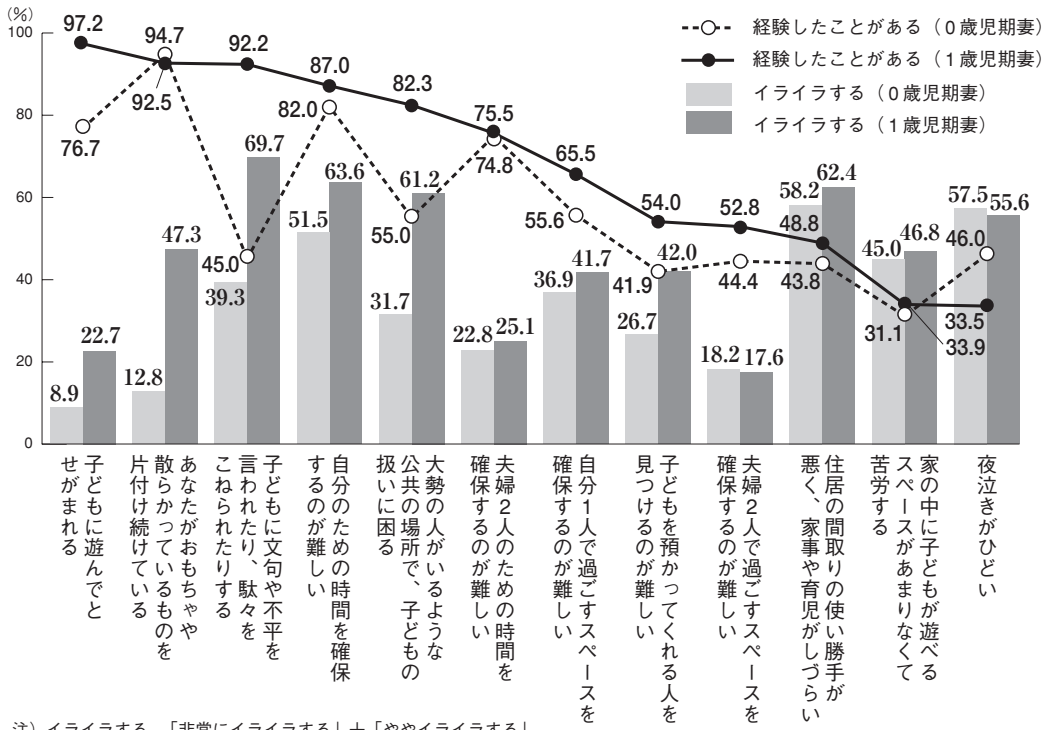
経験したことのある割合は減るが、イライラする割合が高いものは、「夜泣きがひどい」(0歳児期妻：経験46.0%、イライラ57.5%、1歳児期妻：経験33.5%、イライラ55.6%)だった。子どもの成長に伴い、経験する割合が減っている様子がうかがえたが、経験した場合、ストレスに感じる割合は、変わらず高かった。

1歳児期の妻にとって、家事・育児をする場としての住居空間の使いづらさや日々の子育ての手間や自分の時間が確保できないことへのストレスが0歳児期から蓄積し、そこに子どもが活発に動き意思表示をし始めることでストレスが着々と増えていき、その結果大きな子育てストレスを感じる状況にあるのかもしれない。増え続けるストレスを軽減するにはどうしたらよいだろうか。

● 1歳児期の子育てストレスの特徴 (夫)

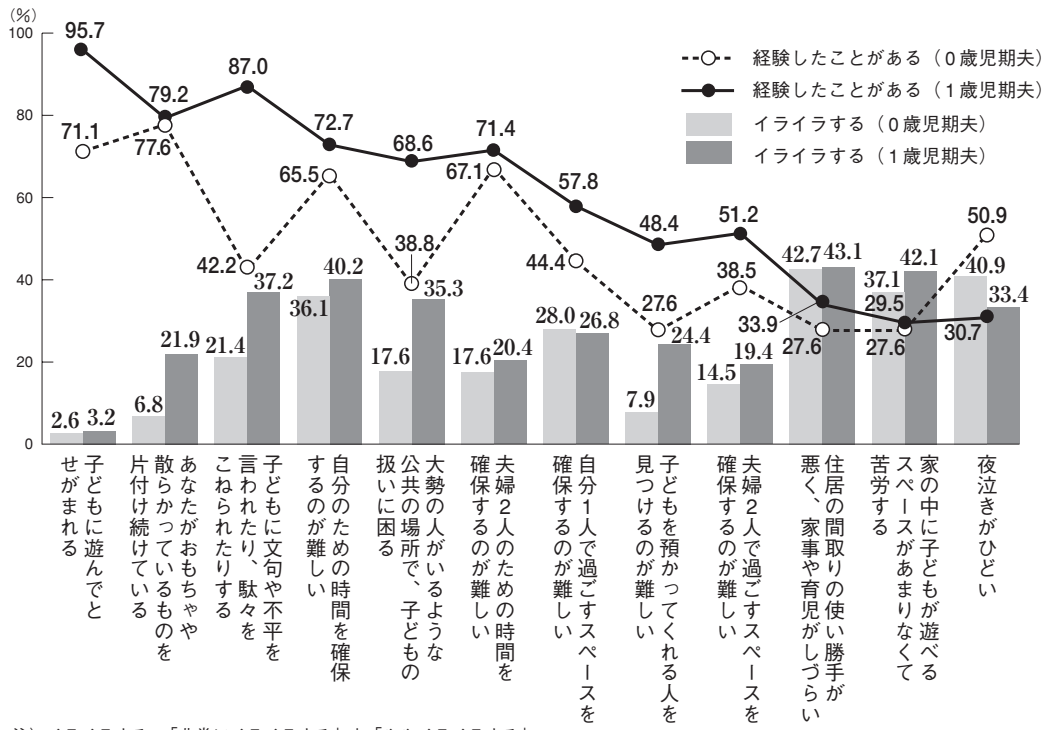
夫について、0歳児期と1歳児期で同じ12項目で経験したことのある割合とイライラする割合をそれぞれ比較した(図2-5)。1歳児期の夫がストレスを強く感じる項目は、「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」(1歳児期夫43.1%)、「家の中に子どもが遊べるスペースがあまりなくて苦勞する」(1歳児期夫42.1%)、「自分のための時間を確保するのが難しい」(1歳児期夫40.2%)だった。妻は子どもとのかかわりでイライラする割合がもっとも高かったのに対して、夫の場合、住居環境でイライラする割合が高い傾向がみられた。

図2-4 子育て生活での経験率とストレス（0歳児期妻・1歳児期妻）



注) イライラする = 「非常にイライラする」 + 「ややイライラする」。

図2-5 子育て生活での経験率とストレス（0歳児期夫・1歳児期夫）



注) イライラする = 「非常にイライラする」 + 「ややイライラする」。

● 子育て意識

子育ての悩みやストレスについてみてきたが、1歳児期の妻・夫は自分の子育てをどのように評価しているだろうか。子育て意識8項目について、「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階できいた。8項目は、充実感、成長感、負担感、不安感を評価する構成になっている。充実感は「子どもを育てることに充実感を味わっている」と「子育てが楽しいと心から思う」、成長感は「子育てに自信が持てるようになった」と「親としてそれなりにうまくやれていると思う」、負担感は「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」と「子育てが重荷に感じられる」、不安感は「子どもがうまく育っているか不安になる」と「子どものことでどうしたらよいかわからなくなることがある」である。妻・夫別に、これら4つの構成にしたがって0歳児から1歳児への推移をみることで、1歳児期の特徴を探っていきたい。

● 1歳児期の子育て意識（妻）

1歳児期の妻について子育て意識をみると（図2-6）、全体的に1歳児期は0歳児期と変わらず、充実感に関する項目がもっとも高く、成長感、不安感、負担感の順だった。

0歳児期から1歳児期への推移をみよう。充実感の項目で「子育てが楽しいと心から思う」割合が減り（「あてはまる」＋「ややあてはまる」：0歳児期妻78.6%、1歳児期妻71.1%）、成長感はほぼ変わらなかった。負担感の項目で「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」にあてはまらない割合が減り（「あてはまらない」＋「あまりあてはまらない」：0歳児期妻38.5%、1歳児期妻29.2%）、「子育てが重荷に感じられる」でもあてはまらない割合が減っていた（「あてはまらない」＋「あまりあてはまらない」：0歳児期妻67.4%、1歳児期妻58.7%）。不安感の項目についてもあてはまらない割合が減る傾向がみられた（「子どものことでどうしたらよいかわからなくなることがある」（「あてはまらない」＋「あまりあてはまらない」：0歳児期妻41.6%、1歳児期妻32.3%）。1歳児期の妻の場合、日々の子どもの育ちに精一杯対応している段階にあり、子育てのストレスを感じる中で、子育てに対して充実感や成長感が停滞し、負担や不安を感じる割合が増えるのだろう。また、子どもの成長には様々な面で個人差があり、時に子どものことでどうしたらよいかわからなくなること増えるのだろうと思われる。

● 1歳児期の子育て意識（夫）

1歳児期の夫について子育て意識をみると、全体的に1歳児期は0歳児期と変わらず、妻と同様に、充実感に関する項目がもっとも高く、成長感、不安感、負担感の順だった（図2-7）。0歳児期から1歳児期への推移をみると、妻と同様に充実感の項目の「子育てが楽しいと心から思う」割合が減り（「あてはまる」＋「ややあてはまる」：0歳児期夫86.0%、1歳児期夫81.7%）、負担感の項目の「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」（「あてはまらない」＋「あまりあてはまらない」：0歳児期夫61.8%、1歳児期夫57.1%）、「子育てが重荷に感じられる」（「あてはまらない」＋「あまりあてはまらない」：0歳児期夫77.4%、1歳児期夫71.8%）であてはまらない割合が減っていた。夫の場合、1歳児期の子どもの成長に伴うストレスは妻に比べて低かったが、子育て意識は妻と同様の推移をたどり、充実感が減り、成長感はほとんど変わらず、負担感が増える結果となった。

図2-6 子育て意識 (0歳児期妻・1歳児期妻)

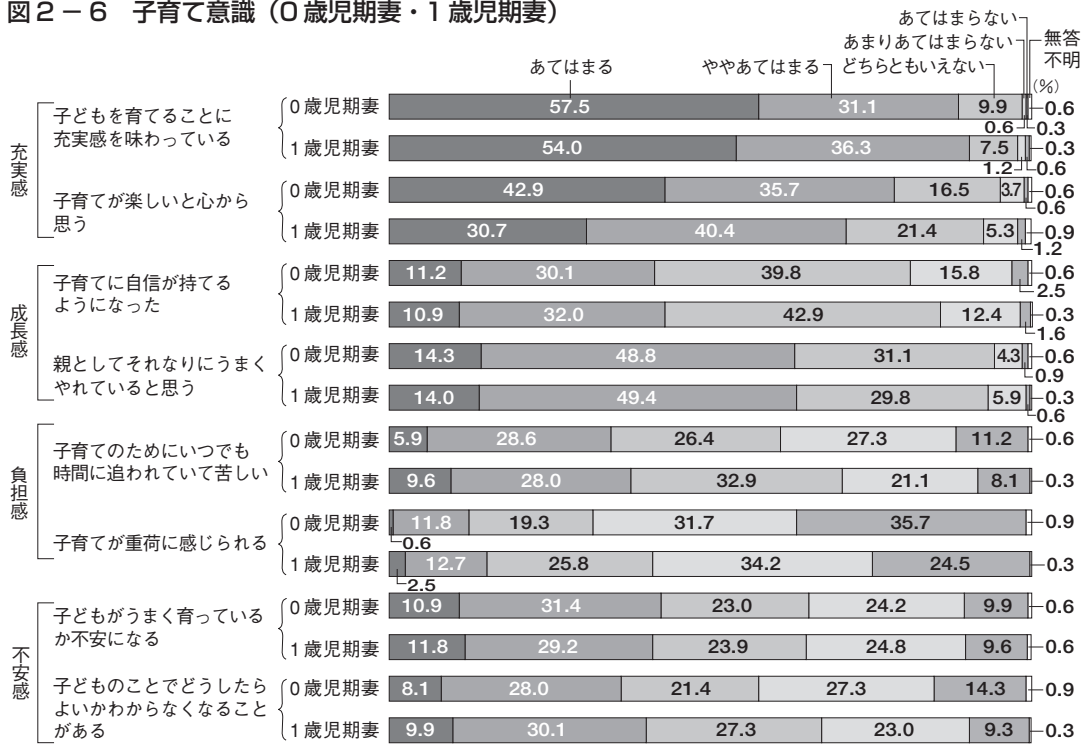
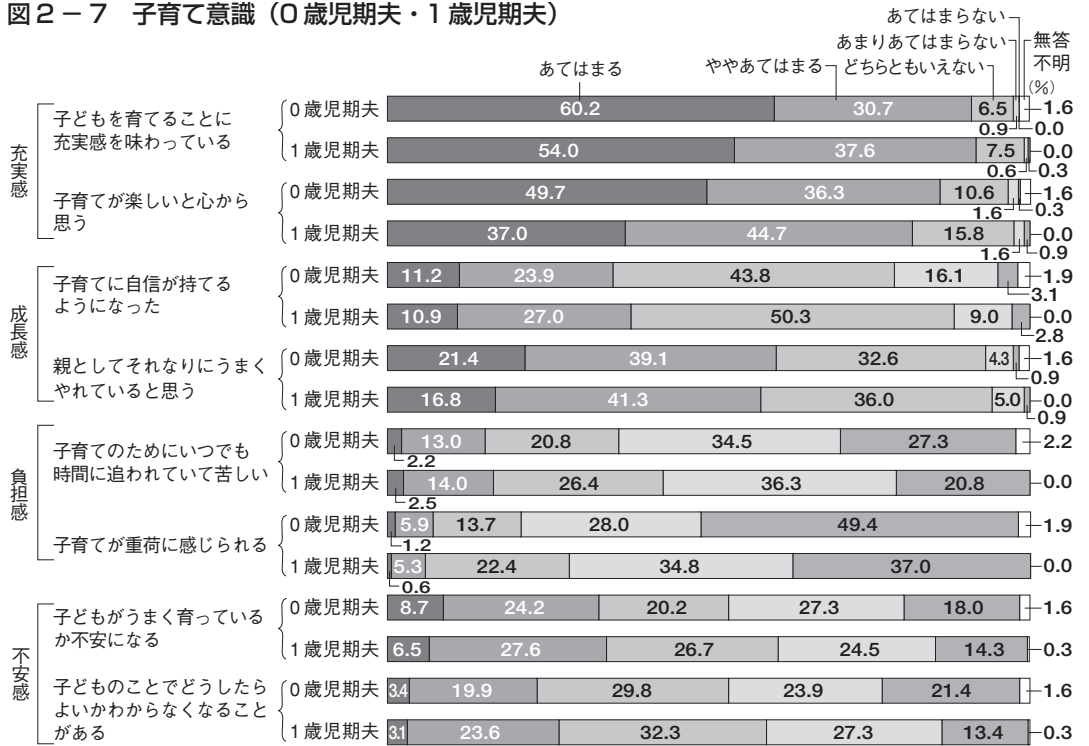


図2-7 子育て意識 (0歳児期夫・1歳児期夫)



● 1歳児期の子育て意識の夫婦差

妻と夫と比べると、妻は充実感や成長感はやや低く、負担感や不安感が高い傾向にあり、特に「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で大きな差がみられた（「あてはまる」＋「ややあてはまる」：1歳児期妻37.6%、1歳児期夫16.5%）（図2-8）。これは、2006年の「第1回妊娠出産子育て基本調査」と同じ傾向であり、「育児・家事の主たる担い手として、妻は、小さな子どもの子育てに追われ、前述のように自分のための時間が持ちにくく、ストレスを感じている。核家族が進行する中で、夫が育児参加しやすい環境を整えることは、妻のストレスを軽減するためにも重要だということがここに示されているといえる」と記されている。今回、妻・夫の0歳児期から1歳児期へ変遷をみてきたうえで、この記述に加えるとすれば、何が考えられるだろうか。

夫は妻と比べて子育て生活にまつわる経験が少なく、イライラする割合も低いものの、1歳児期には子育ての充実感が減り、負担感が増えていた。核家族では、夫も育児の担い手として期待されるべきだが、そもそも1歳児期は子どもの成長による子育ての負担感が増すのだとすると、家族全体での子育ての負担感はぬぐえないのではないか。その負担感を、もう少し多くの人で分散することはできないだろうか。

● 子育て意識と子育てサポート環境

1歳児期妻は、子育ての手間や自分の時間を確保できないことにイライラを感じ、子育て意識でも負担感が増していた。そこで、子育て意識の「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」に注目し、「あてはまる」＋「ややあてはまる」を「時間に追われる群」（121人）、「あまりあてはまらない」＋「あてはまらない」を「時間に追われない群」（94人）に分け、子育てサポート環境との関連をみたい。

子育てサポート環境の1つとして、祖父母の存在が挙げられる。そこで、上記の2群で祖父母とのかかわりをみた。実家の祖父母と会う頻度をみると（図2-9）、「ほぼ毎日」「ほぼ毎週」を合わせて、時間に追われる群は38.0%、時間に追われない群は43.6%であり、時間に追われる群は会う頻度が少ない傾向がみられた。また、実家の祖父母との距離をみると（図2-10）、「同居・二世帯住宅・同じ敷地内」「徒歩圏内」を合わせて、時間に追われる群は9.1%、時間に追われない群は19.1%であり、時間に追われる群は実家と距離が離れている傾向がみられた。実家の祖母・祖父が子育ての頼りになるかについても2群に差がみられ、特に祖母について「とても頼りになる」割合をみると（図2-11）、時間に追われる群は43.0%、時間に追われない群は60.6%と、17.6ポイント差だった。時間に追われて苦しいと感じている妻は、実家の祖父母と離れて住み、会う頻度が少なく、頼りになると感じる傾向がみられ、祖父母のサポートを受けにくい状況にあることがうかがえる。

さらに、子育てサポートのもう1つの環境として、地域での子どもを通じたつきあいをみていきたい（図2-12）。地域で子どもを通じたつきあいの5項目について、「3人以上いる」から「1人もいない」まで4段階で状況をきいた。「〇〇ちゃんを預けられる人」で「1人もいない」割合でみると、時間に追われる群は64.5%、時間に追われない群は48.9%であり、時間に追われる人は子どもを預けて自分の用事をするのが難しい様子が見られる。さらに、「〇〇ちゃん

図2-8 子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい(0歳児期妻・夫、1歳児期妻・夫)

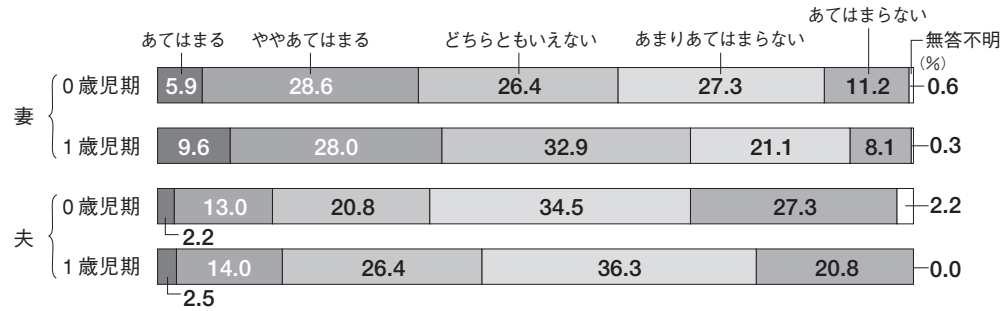
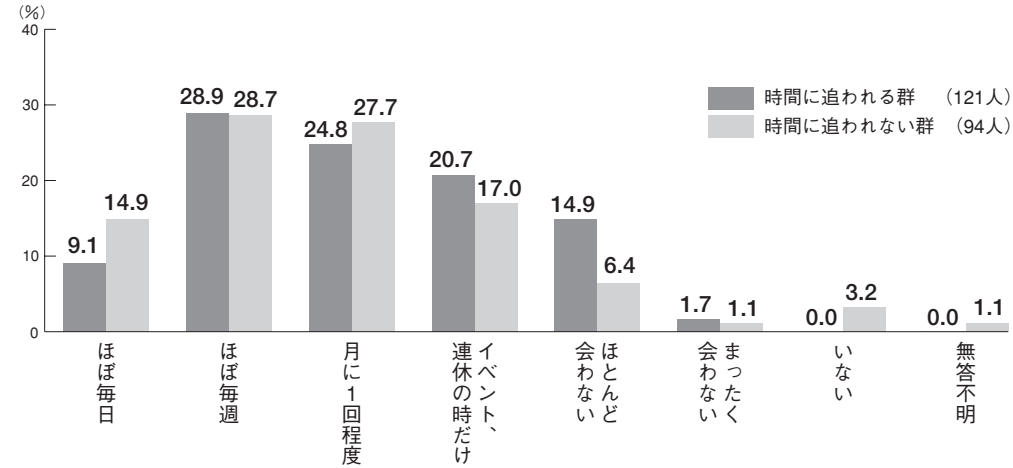
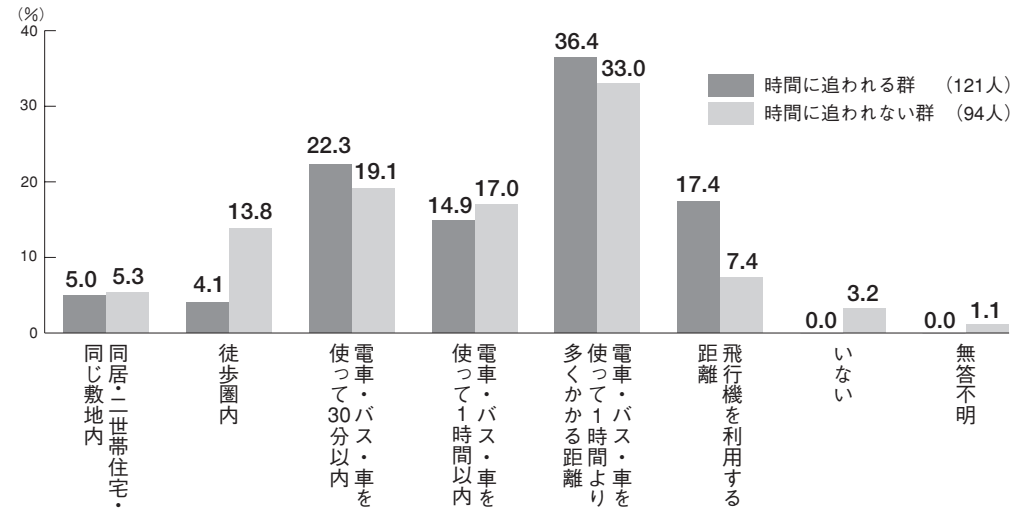


図2-9 祖父母との接触頻度(1歳児期妻、時間に追われる・追われない群別)



注) 時間に追われる群 = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あてはまる」+「ややあてはまる」。
 時間に追われない群 = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」。

図2-10 自宅と実家の距離(1歳児期妻、時間に追われる・追われない群別)

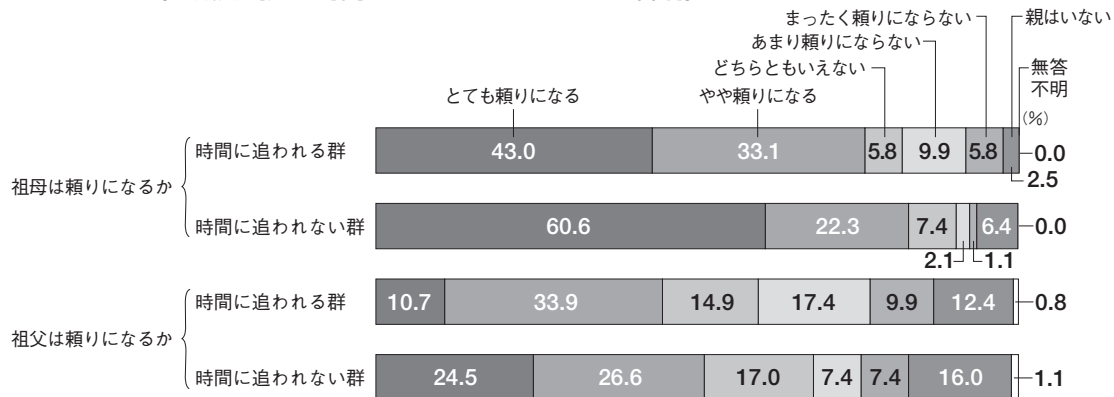


注) 時間に追われる群 = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あてはまる」+「ややあてはまる」。
 時間に追われない群 = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」。

のことを気にかけて、声をかけてくれる人」「子ども同士を遊ばせながら、立ち話をする程度の人」でも、時間に追われる群は人数が少ない傾向にあり、複数の大人が子どもを見守ることができるような、地域での子どもを通じたつきあいの基盤の弱さをうかがわせた。「○○ちゃんがいけないことをしたら叱ってくれる人」は、子どもの状況がある程度わかったうえで、親に代わって子どもに積極的にかかわる存在ともいえよう。「1人もいない」割合でみると、時間に追われる群は40.5%、時間に追われない群は31.9%であり、時間に追われる群は、そのような存在が少ない傾向にあった。

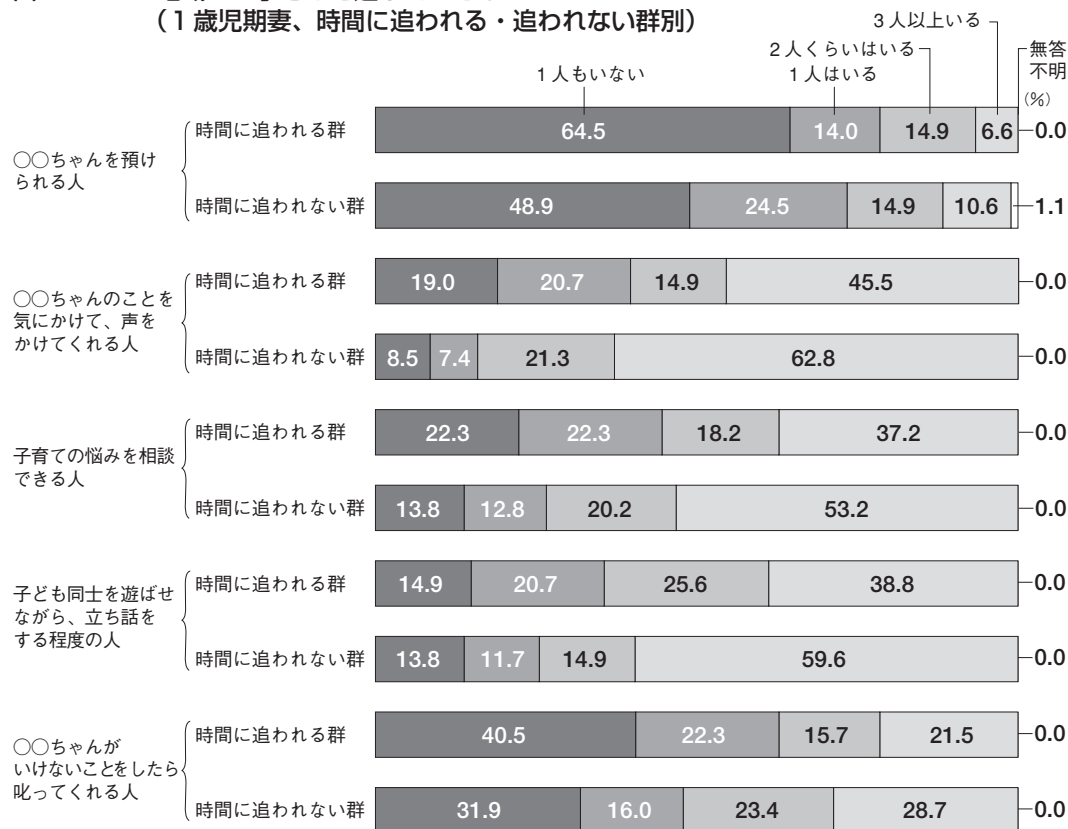
1歳児期に高まる妻の子育てストレスを緩和するために、夫が育児参加しやすい環境を整えることに加え、信頼できる子育てサポートの存在が身近にいるなど、子育ての手間を少しずつ分散しやすいような工夫が望まれてもいいのではないかと思われる。

図2-11 実家の祖父母は子育ての頼りになるか
(1歳児期妻、時間に追われる・追われない群別)



注) 時間に追われる群 (121人) = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あてはまる」+「ややあてはまる」。
 時間に追われない群 (94人) = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」。

図2-12 地域での子どもを通じたつきあい
(1歳児期妻、時間に追われる・追われない群別)



注) 時間に追われる群 (121人) = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あてはまる」+「ややあてはまる」。
 時間に追われない群 (94人) = 「子育てのためにいつでも時間に追われていて苦しい」で、「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」。