「乳幼児の保護者のライフキャリアと子育てに関する調査」（2023年３月実施）より

母親・父親の描く理想と直面する現実、求める支援

ベネッセ教育総合研究所は、国内に住む０～６歳（未就学児）の第一子をもつ母親・父親を対象に、「乳幼児の保護者のライフキャリア*と子育てに関する調査」を実施しました。現代の保護者のライフキャリアの捉え方、子育てやキャリアの悩みなどについて調査から見えてきたことを、調査協力者である白梅学園大学の福丸由佳先生にうかがいました。

＊ライフキャリアとは、職業生活だけでなく、人生・生き方・個人の生活全般における役割を視野に入れた広義のキャリアのこと。本調査では、乳幼児の保護者世代の主要な役割として「親」「家庭人」「職業人」「個人」を取り上げた。

福丸由佳先生（ふくまる・ゆか）

白梅学園大学子ども学部発達臨床学科教授。聖徳大学人文学部専任講師、米国シンシナティ子ども病院研究員などを経て 2009 年より現職。専門は臨床心理学、家族心理学。子育て支援や離婚を経験した家族への支援などが現在の研究テーマ。編著書に『離婚を経験する親子を支える心理教育プログラム FAIT―ファイト―』（新曜社）、『子ども家庭支援の心理学』（共編著、北大路書房）、『発達の理解と保育の課題』（分担執筆、同文書院）など。

母親と父親の役割意識と実際の役割分担

本調査では少子化や共働き世帯の増加といった社会環境の中、他者とのかかわりが制限されたコロナ禍を経て、乳幼児をもつ保護者のライフキャリアや子育てにどのような傾向が見られるかを探っています。子育てがスタートしたばかりの親にとっては、当然、手探りはつきものでしょう。今回の調査結果にも、母親・父親として、あるいは職業人としての自分にさまざまな迷いや悩みを抱えながらも、懸命に子育てをする保護者の姿が映し出されているように感じます。

図1では、ライフキャリアの主な役割である「親」「家庭人」「職業人」「個人」にどのくらいの比重が置かれているか、「理想」と「現実」について聞いています。

母親は「親」「家庭人」への現実の重みが理想より高い傾向にあり、特に無職母親にそれは顕著なようです。やはり母親が、親や家庭人としての役割をより担っている現実がうかがえます。

一方、父親は「職業人」の重みにおいて、理想と現実の差が大きい傾向があるようです。特に、配偶者である母親が無職の場合にその傾向が顕著で、父親１人が稼ぎ手である場合、職業人としての役割を担うことになる現実が見られます。

また、母親・父親の実際の子育て分担について尋ねたのが図2です。結果は無職母親の約７割、正規職母親でも４割以上が、子育ての「８～10割」を担っていると答えました。一方、正規職父親では５割強が「０～３割」、３割強が「４～５割」と答えています。

正規職の母親・父親の比較でも、実際の分担は母親がより担っているようです（母親・父親の平均労働時間の違いは1時間程度）。なお、この傾向は、家事の分担についても同様で、乳幼児のいる家庭の家事・子育ては、やはり母親に偏っている現実が見てとれます。

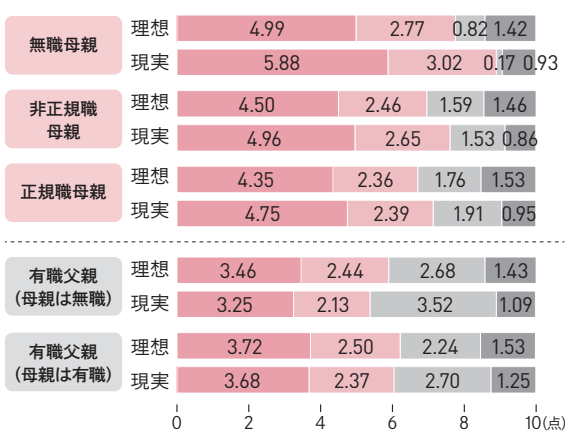
「乳幼児の保護者のライフキャリアと子育てに関する調査」調査概要

調査の実施者：ベネッセ教育総合研究所
調査のテーマ：未就学児の第一子をもつ保護者のライフキャリアや子育てに関する意識・実態
調査項目：ライフキャリア（親／家庭人／職業人／個人としての各役割）についての理想と現実・満足度、平日・休日の時間の使い方、子ども観、仕事観、性別役割分業意識、子育て観、主観的幸福感、家事・子育ての分担比率、悩み・困りごと、信頼する情報源、地域での子どもを通じた関係、子育て支援に対する期待など
調査地域：全国
調査方法：インターネットによるアンケート調査
調査対象：0歳～6歳（未就学児）の第一子をもつ母親（2,891人）・父親（2,891人）※夫婦ペアデータではない
調査時期：2023年3月

■ベネッセ教育総合研究所「乳幼児の保護者のライフキャリアと子育てに関する調査」ウェブサイト
https://berd.benesse.jp/jisedai/research/detail1.php?id=5882
アクセス方法：ベネッセ教育総合研究所サイト TOP ページ ＞ 研究所について ＞ 乳幼児・子育て研究 ＞ 調査・研究データ ＞ 乳幼児の保護者のライフキャリアと子育てに関する調査

親・家庭人の現実が理想を上回る母親、職業人の現実が理想を上回る父親

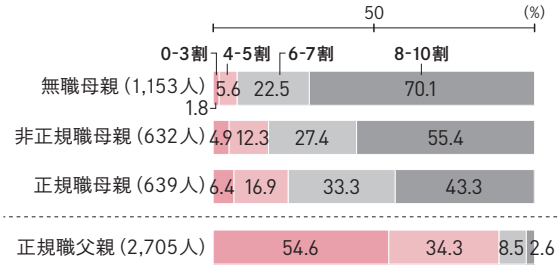
図1 ライフキャリアにおける4つの役割意識（重み）の平均値（父母別・職業の有無別）



無職母親：本人の職業について、調査時点で「無職（専業主婦／主夫等）」と回答した人（1,153人）
非正規職母親：本人の職業について、調査時点で「パートタイム・アルバイト」、「契約社員・嘱託」、「派遣社員」と回答した人（632人）
正規職母親：本人の職業について、調査時点で「正社員・正職員」と回答した人（639人）
有職父親（母親は無職）：有職の父親の内、母親（妻）が無職である人（566人）
有職父親（母親は有職）：有職の父親の内、母親（妻）が有職である人（2,053人）
※母親・父親とも「休職中」は、「有職」「無職」いずれにも含まない。

就業状況にかかわらず、子育てをより分担しているのは母親

図2 子育ての分担（父母別・就業状況別）



母親・父親ともに悩みは自分のための時間の確保

母親・父親の子育てやキャリアに関する悩みについて聞いたところ（P18. 図3）、いずれも第1位（「よくある」「時々ある」の合計）」は、「自分のための自由な時間を確保するのが難しい」でした。図示はしていませんが、母親の就業状況別に詳しく見ても、同様に大きな悩みとして挙がっています。母親・父親ともに親・家庭人役割、もしくは職業人役割を中心的に担う中で、自分のための時間は二の次になってしまっているようです。

母親の悩みの第2位は、「子どもと長く一緒にいることで疲れることがある」です。また、母親の就業状況別に比較すると（図示なし）、この悩みは無職母親が高い結果となりました。それぞれに状況は異なるでしょうが、預かってくれる人や施設の存在などの要因も関連しているかもしれません。

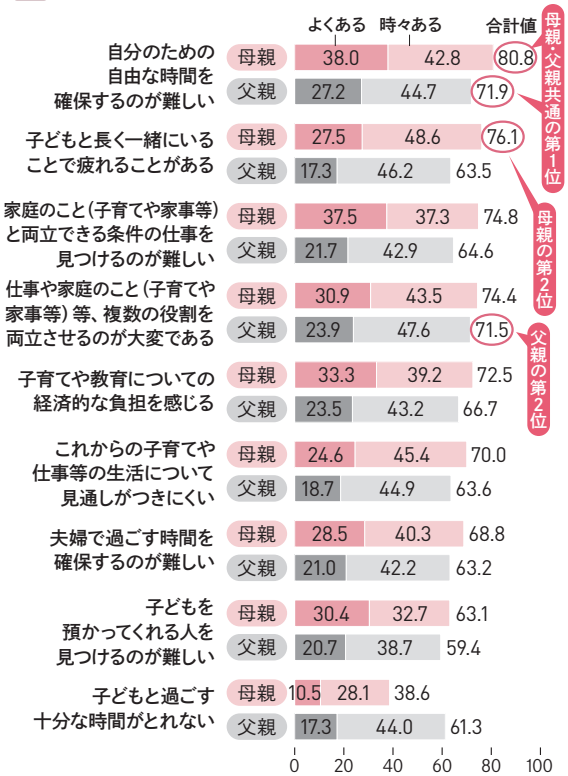
父親の悩みの第2位は、「仕事や家庭のこと（子育てや家事等）等、複数の役割を両立させるのが大変である」でした。こちらも母親について就業状況別に比較すると（図示なし）、有職母親が高い結果となっており、母親・父親にかかわらず仕事を抱える故の悩みであることがうかがえます。

その他、母親の就業状況別に差があった項目のうち、無職母親が高かったのは「子どもを預かっ

てくれる人を見つけるのが難しい」「家庭のこと（子育てや家事等）と両立できる条件の仕事を見つけるのが難しい」「これからの子育てや仕事等の生活について見通しがつきにくい」で、逆に有職母親が高かったのは、「子どもと過ごす十分な時間がとれない」でした。

母親・父親ともに、子育てやキャリアに関する悩みの第1位は「自分のための自由な時間を確保するのが難しい」

図3 子育てやキャリアに関する悩み（父母別）



※母親・父親それぞれの上位の組み合わせを母親の合計値の降順に図示。

性別役割観、子育て観に表れる母親・父親の複雑な思い

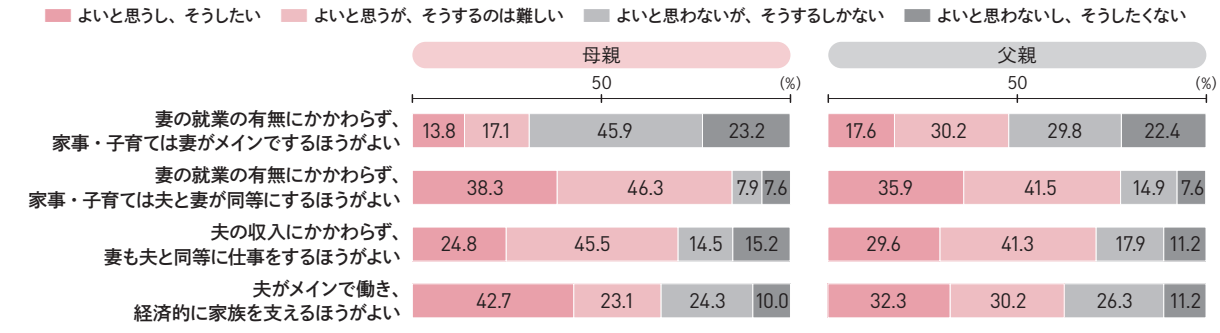
図4では、性別による役割観を聞きました。注目したいのは、「妻の就業の有無にかかわらず、家事・子育ては夫と妻が同等にするほうがよい」に「よいと思う」（「よいと思うし、そうしたい」「よいと思うが、そうするのは難しい」の合計）と肯定的な回答をした割合が、母親・父親ともに約8割に上ったことです。その一方で、「妻の就業の有無にかかわらず、家事・子育ては妻がメインでするほうがよい」には、現実はさておき、父親の肯定と否定（「よいと思う」と「よいと思わない」）が約半分ずつとなり、同等な分担にさまざまな思いがあることをうかがわせる結果となりました。家事・子育ての同等な分担が好ましいというイメージがある一方で、現実にはそうすることに難しさを感じているようです。母親・父親の意識に加え、職場の理解なども必要でしょうし、実際に同等な分担をと思っても、周囲からの肯定的、かつ温かいまなざしが得られにくいのかもしれません。

ただ、「夫の収入にかかわらず、妻も夫と同等に仕事をするほうがよい」にも、母親・父親ともに約7割が「よいと思う」と答えていることを踏まえると、夫は働き、妻は家事・子育てという性別役割観からは、変化している様子がうかがえます。

興味深いのが、「夫がメインで働き、経済的に家族を支えるほうがよい」に対して、4割強の母親が「よいと思うし、そうしたい」と積極的に肯

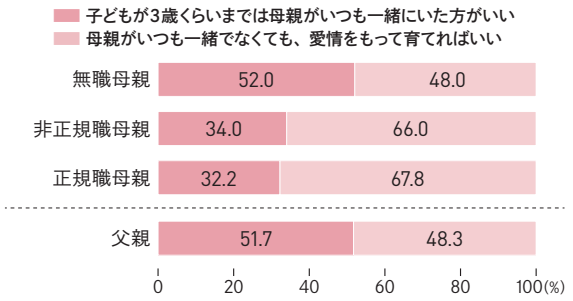
夫は働き、妻は家事・子育てという性別役割。多くの父母が否定しつつも、受け入れざるをえない面も

図4 性別役割観（父母別）



「母親がいつも一緒でなくても、愛情をもって育てればいい」。父親・無職母親と比較して、有職母親にその傾向が強い

図5 子育て観　3歳児神話（父母別、就業状況別）



定しており、父親と比べても高い傾向にあることです。家事や子育ての同等な分担を願いながらも、将来への見通しをもちにくい中で、家計は主に夫に支えてもらいたいというのが、母親の本音なのかもしれません。

子育てに関する考え方を聞いたのが図5です。子どもと一緒にいた方がいいと考えるかを尋ねたところ、「母親がいつも一緒でなくても、愛情をもって育てればいい」と答えた有職母親は非正規職・正規職ともに７割近く、無職母親は５割弱という結果でした。

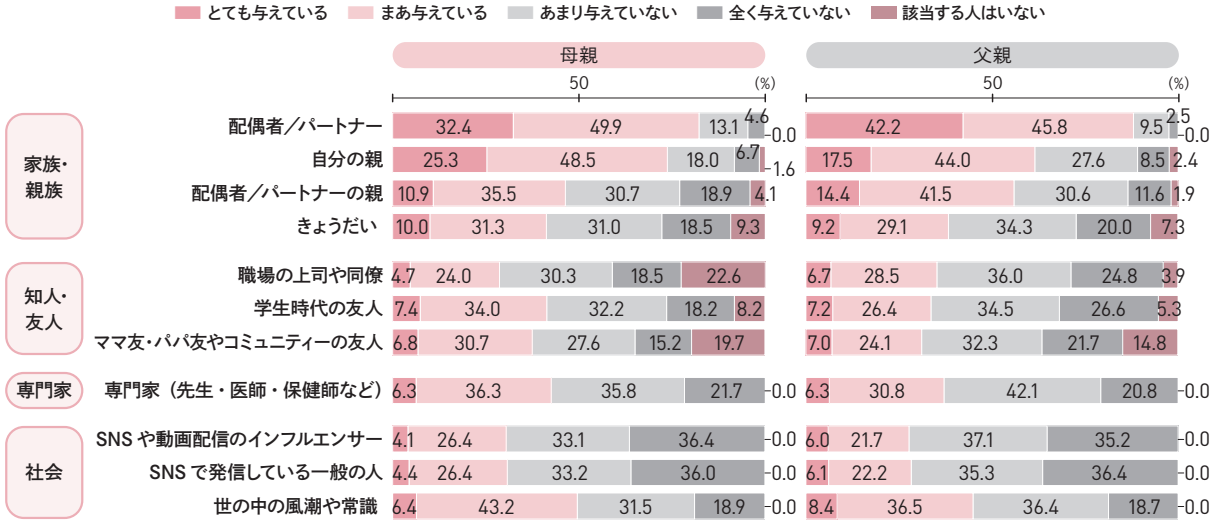
一方で、有職母親の３割以上が「子どもが３歳くらいまでは母親がいつも一緒にいた方がいい」と考えながらも就業していますし、無職母親も「母親がいつも一緒」である方がいいと考える人ばかりではありません。つまり、ライフキャリアの視点から捉えると、子育てと就業の状況はなかなか一筋縄ではいかず、さまざまな気持ちを抱きながらであるというのも現実でしょう。今回は、母親の就業状況による分析結果となっていますが、このように保護者の置かれた状況やその思いは多様であることを、改めて、乳幼児期の子育てを支えてくださっている保育者のみなさんとも共有しておきたいと思います。

母親・父親は互いの価値観に影響を与え合う

図6では、母親・父親の子育て観、仕事観、性別役割観などの価値観にどんな人・環境が影響を与えているかを尋ねています。母親・父親ともに「配偶者／パートナー」の影響がもっとも大きく、「とても与えている」「まあ与えている」の合計が８割を超えました。「自分の親」が次に続き、母親にその傾向がより見られるようです。また、ママ友・パパ友がいない母親・父親も一定数いることから、

価値観にもっとも影響を与えるのは「配偶者／パートナー」。また「世の中の風潮や常識」の影響も大きい

図6 価値観に影響を与えている人・環境（父母別）



※「その他」は省略。　※このグラフのみ「母親」の回答には「休職中」「無職」が含まれる（全体の 54.2％）。

価値観の形成は夫婦や親子といった家族の影響が相対的に大きいことが見てとれます。

同時に注目したいのは、自分の価値観に影響を与えるものとして「世の中の風潮や常識」を挙げる母親が５割近くに上り、「専門家（先生・医師・保健師など）」よりも多いこと、一方で、ＳＮＳなどの影響は３割程度にとどまっていることです。家事や仕事などの役立ち情報を手軽に入手できるという点で、ＳＮＳは便利なツールですが、子育て中の母親･父親の意識への影響という点では、「世の中の風潮や常識」といったなんとなく感じる世間の目やメッセージの影響が大きいようです。子育て世代に対する温かなまなざしや柔軟な視点が社会全体に求められているといえるでしょう。

子育ての情報源として信頼されている園の先生

子育てや教育の情報源を尋ねたところ、母親は「園（保育園、幼稚園、認定こども園など）の先生」「医師や看護師、助産師、保健師」「あなたの親族（親やきょうだい）」の順に高い信頼を寄せていました（図7）。父親も「配偶者／パートナー」に次いで「園の先生」を挙げており、園の先生の情報に対する信頼の高さが明らかになりました。別の調査でも「保護者と保育者との日々の会話の頻度は、保育者への

母親として振り返る保育者という存在

手探りだった私を肯定してくれた園の先生方

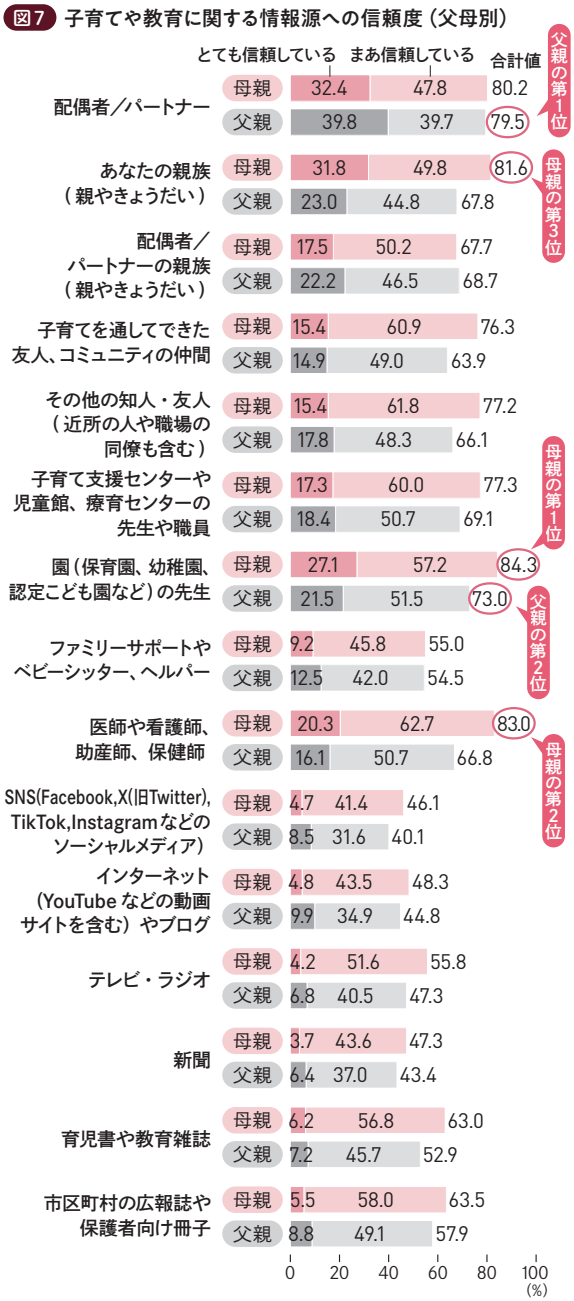
わが家の子どもたちも、保育園には本当にお世話になりました。特に第一子のときは、毎朝泣く息子に「こんな思いをさせてまで……」と自分も泣きたくなったり、街で同年代の子どもを連れているお母さんたちの姿を直視できず、「子どもに時間をもらっているのだから仕事も頑張らなければ」と自分を追い込んでしまったり。迷ったり悩んだりの日々だったことを思い出します。

そんなとき、園の先生に「私たちが見ているから大丈夫」「今日は園でお子さんにこんな素敵なことがあったよ」と声をかけていただいたこと、閉園ぎりぎりのお迎えにも「お母さん、お仕事頑張っているね」とさりげなくも温かい言葉をかけていただいたことで、どれだけホッとして支えられたか……。その光景も覚えています。ただ、そのときは自分に余裕がなく、感謝の気持ちを言葉にすることはなかなかできなかった気がします。

そんな自分を振り返ると、子育て真っ最中の方々も園の先生方に支えられ、そのありがたさを実感しつつも言葉にできるのは少し先、ということもあるかもしれません。子どもたちが成人した今、改めてあの頃を思い出すと、感謝の気持ちをその場でお伝えできていたら……。かつての乳幼児の親からの率直な気持ちです。

子育てや教育に関する情報の信頼が高いのは「配偶者／パートナー」や「園の先生」

図7 子育てや教育に関する情報源への信頼度（父母別）



※「とても信頼している」「まあ信頼している」「あまり信頼していない」「まったく信頼していない」「情報を得ることはない」のうち、「情報を得ることはない」を除き、「とても信頼している」、「まあ信頼している」の％。

信頼感と関連する」という指摘もあり、保護者にとって園の先生の存在が大きいことを感じます。

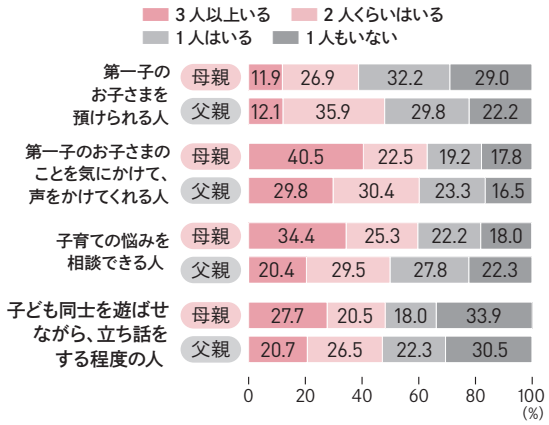
また、どの情報源も、父親より母親の信頼のほうが高い傾向が見られました。母親のほうが情報を得ることに積極的で、父親は母親から情報を得るという実態も垣間見えます。

地域における子どもを通じた付き合いについても触れたいと思います（図8）。地域に「子どもを預けられる人」が１人もいない母親が約３割、「子ども同士を遊ばせながら、立ち話をする程度の人」が１人もいない母親・父親が３割を超えています。

ここに図示されていませんが、「子どものことを気にかけて声をかけてくれる人や悩みを相談できる人の多さと、母親の主観的幸福感の高さには関連がある」という結果が示されています。子育て中の保護者が、こうした人と地域でつながりをもてることの意味は大きいといえるでしょう。園は、子どもを取り巻くさまざまな人との出会いを育みやすい場でもあります。実際に、子どもとその保護者に加え、地域の多世代の人々をつなげようと、場を提供しながら取り組んでいる園もあります。日々の保育だけでも忙しい先生方にこれ以上求めてよいかという気持ちも抱きつつ、園と地域のつながりは、子育て世代を含めたよい循環のきっかけになるのではないかと考えています。

「地域の中で子どもを預けられる人」が１人もいない母親が約３割

図8 地域における子どもを通じた付き合い（父母別）



母親として振り返る夫という存在

子育て支援の利用にはパートナーの価値観も

仕事と子育ての両立には、パートナーとの関係もかかわることが研究の知見から示されており、自分の体験でも夫の理解が重要だったと思います。私は地域のファミリーサポートやシルバー人材センターなど、良心的な費用で頼める方々の力をずいぶんお借りしましたが、夫に「他人を家に入れないで」などと強く主張されていたら、身近な子育て支援サービスの利用が難しくなったでしょうし、就業継続にも影響があったでしょう。

今回の調査でも、母親･父親の価値観に「配偶者／パートナー」や「自分の親」の影響が小さくないことが示されました。母親・父親にとって身近な人からの理解や応援はありがたく、かつ大切だと感じています。

園の先生方へ

温かく肯定的な見守りのありがたさ

「保育者」は、保護者にとって頼りになる心強い存在です。先生方とのなにげないやり取りや連絡帳に書かれた子どもの姿などを通して、安心感や親としての自信をもてるだけでなく、先生方に対する信頼感も深まります。

特に先生方から子どもの肯定的な姿や成長の様子を伝えてもらうと、保護者はうれしさを感じるとともに子どもへのまなざしも変化していきます。先生方が、日々の保育の中で発見した子どもの素敵な姿を保護者に積極的に伝えるだけでも、園からの帰り道の会話や、その後の家庭での時間にちょっとした変化をもたらすのです。ささやかなことに思えるかもしれませんが、実は大きな子育て支援です。

そして、先生方の温かなまなざしや肯定的な言葉かけは、子育てのロールモデルを示すことにもなります。親子の“今”を支えてくださっている日々の保育は、子どもと親の“未来”にもしっかりつながっていく本当にありがたい営みだと、改めて感じています。