第１回 妊娠出産子育て
基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳児期）
はじめてのペアレンティング研究会

調査検討委員会メンバー

- 小林　登（委員長・ベネッセ次世代育成研究所所長、東京大学名誉教授、国立小児病院名誉院長）
- 大日向雅美（恵泉女学園大学大学院教授）
- 榊原洋一（お茶の水女子大学教授）
- 菅原ますみ（お茶の水女子大学大学院教授）
- 丸　光恵（東京医科歯科大学准教授）
- 後藤憲子（ベネッセ次世代育成研究所主任研究員）

ワーキンググループメンバー

- 菅原ますみ（お茶の水女子大学大学院教授）
- 酒井　厚（山梨大学准教授）
- 松本聡子（お茶の水女子大学リサーチフェロー）
- 梅崎高行（九州ルーテル学院大学准教授）
- 高岡純子（ベネッセ次世代育成研究所主任研究員・調査事務局）
- 田村徳子（ベネッセ次世代育成研究所研究員・調査事務局）

「第１回 妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳児期）報告書」（仮）は、2009年３月に刊行予定です。

本調査の詳細な分析をまとめた「第１回 妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳児期）報告書」を、2009年３月に刊行する予定です。この報告書の申し込みは、ベネッセ次世代育成研究所のHPからできます。発刊次第、お送りいたします。なお、この報告書は書店ではお求めになれません。直接、ベネッセ次世代育成研究所にお申し込みください。また、「第１回 妊娠出産子育て基本調査報告書」（2007年10月刊行*）も、あわせてご参考ください。

＊研究所のHPからダウンロードできます。もしくは頒布価格2,000円でお分けします。

ベネッセ次世代育成研究所とは

ベネッセ次世代育成研究所は、子どもや家族が「よく生きる」ことを支援するために、子ども学・ペアレンティング学などに関する調査・研究を実施し、社会への還元などを目指すことを目的としています。今までに「乳幼児の父親についての調査」「乳幼児とメディア視聴についての調査・研究」「幼児教育・保育についての基本調査」などに取り組んでいます。研究所の詳細については、HPをご覧ください。

http://www.benesse.co.jp/jisedaiken/

（各種検索エンジンで「ベネッセ次世代育成研究所」で検索してください。）

ご意見をお聞かせください。

この調査に関するご意見・ご感想を、ベネッセ次世代育成研究所のHP（調査や調査報告書に関するお問い合わせ）で受け付けております。

〒101-8685　東京都千代田区神田神保町1-105　神保町三井ビルディング
ベネッセ次世代育成研究所「妊娠出産子育て基本調査」係
TEL：03-3295-0294　FAX：03-5577-8420
受付時間／10:00～17:00（土・日・祝日除く）

第１回　妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳児期）速報版
発行日：2009年２月28日　発行人：新井健一　編集人：後藤憲子
発行所：株式会社ベネッセコーポレーション　〒101-8685　東京都千代田区神田神保町1-105　神保町三井ビルディング
デザイン：Aleph zero, inc.　イラスト：seasaw
8TH011
©ベネッセ次世代育成研究所／無断転載を禁じます。

速報版

妊娠期～０歳児の子どもを持つ
家族の風景がわかる！

第１回
妊娠出産子育て
基本調査・
フォローアップ調査

妊娠期～０歳児期

Benesse®
次世代育成研究所

2009年２月

妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査に込めた思い

本調査は、夫婦が妊娠、出産、子育てをどのように迎え、子育てにどのように対応していくのかを明らかにする目的で実施したものです。

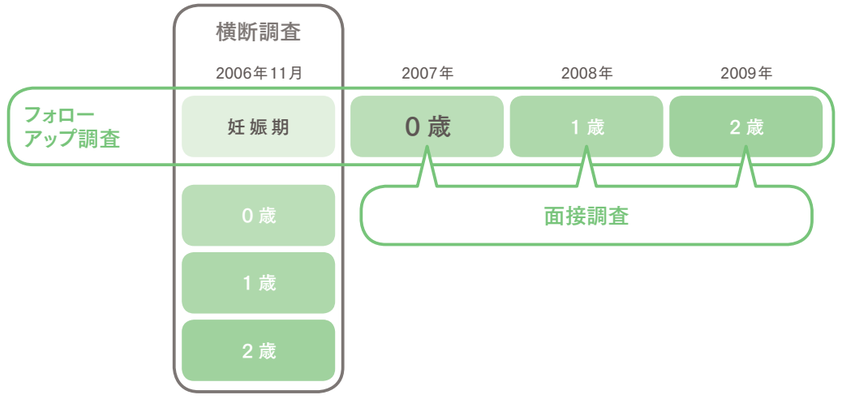
調査は、2006年度から2010年度にかけて、妊娠期から子どもが2歳になるまでの4年間を1年ごとに、夫婦それぞれへのアンケートを積み重ねていくスタイルをとっています。この中で、妻と夫が妊娠、出産、子育て、仕事をめぐって、何を感じ、考え、どのように選択し行動したのか、そして子育てはどのように展開されているのかを捉えることで、親性の発達プロセスや子どもが生まれ育っていくときのよりよい環境を探っていきたいと考えています。

今回の速報版は、妊娠期から子どもが0歳児後半になった時点までのアンケートを分析したものです。妊娠、出産、子育てと生活がめまぐるしく変わる時期に妻と夫はどのような状況にいるのでしょうか。子どもはどのような環境にいるのでしょうか。そして、助け合うことができるとすれば、どんなことができるのでしょうか。このレポートが、妊娠、出産、子育てに関わる家族を支援していくときの手がかりとなれば幸いです。

ベネッセ次世代育成研究所

本調査の枠組み

2006年度に妊娠期と0歳、1歳、2歳までの家族の実態を横断的に調査しました。2007年度より2006年度調査で妊娠期だったご家族とその後追加したご家族合わせて約400組を、毎年継続して追跡することで、親になるプロセスと子育ての状況を探るフォローアップ調査をしています。この速報版は、フォローアップ調査を分析したものです。



＊2006年度の横断調査の詳細な分析は、「第1回妊娠出産子育て基本調査報告書」としてまとめています。（2007年10月刊行）
速報版と報告書の内容をHPからご覧いただけます。http://www.benesse.co.jp/jisedaiken/
＊フォローアップ調査の対象者は、2006年11月に実施した「第1回妊娠出産子育て基本調査（横断調査）」の妊娠期の回答者のうち、承諾を得た夫婦およびその後追加で調査に参加した夫婦401組。
＊面接調査の対象者は、2006年度と2007年度の調査に参加した夫婦23名。アンケート調査の内容について、個別に詳細なヒアリングを行いました。

調査概要

●調査テーマ

夫婦の妊娠期から育児期における家族のQOL*と子育ての環境との関連性、生活の実態など。

●調査と方法

フォローアップ調査

調査方法：郵送法（自記式アンケートを郵送により配布・回収）
対象者：妊娠期から2歳までのフォローアップ調査に同意した夫婦　401組
調査時期：2006年から4年間（年1回調査／11月・6月の2グループ）

実施時期	11月グループ	6月グループ
妊娠期 妻・夫（401人）	2006年	2007年
0歳児期 妻・夫（401人）	2007年	2008年

調査地域：全国

面接調査

対象者：フォローアップ調査に参加している妻・夫　23名（妻20名、夫3名）
調査時期：2008年8～9月
調査地域：東京・熊本

※参考　**横断調査**
調査方法：郵送法（自記式アンケートを郵送により配布・回収）
対象者：妊娠期と0・1・2歳の第1子を持つ妻・夫
調査時期：2006年11月2日～17日
配布数：16,000通／有効回答数：4,478人
調査地域：全国

※報告書（2009年3月刊行）では、フォローアップ調査対象者のうち、第2子以降の子どもについて回答した夫婦を除外しているため、本速報版の対象者と異なる。

●調査項目

妊娠・出産の経緯、親準備性、家庭での養育機能、夫婦の相互サポート、夫婦の愛情関係、親と子のQOL*、子育てのストレス、ワークライフバランス、子どもの行動の特徴、子どもの発達、子どもの生活時間（日誌形式）

＊WHO（国際連合世界保健機関）QOLについて
QOL（クオリティ・オブ・ライフ、生活の質）とは、人々が感じている自分自身の生活の良質さのことです。『WHO QOL26』は、国際連合世界保健機関（WHO）が定義する“健康”（身体的、精神的、社会的に良好な状態にあること）の概念に沿って作成されました。今回の調査で使用したWHO開発の『WHO QOL26』質問項目は、出版元、株式会社金子書房の許可を得て使用しました。

妊娠期から0歳児期の親は、この時期、**急激に大きな役割**を担っていきます。

大きな役割を担うことで
幸せも増えますが、さまざまな
課題にも直面していきます。

妊娠期から0歳児期の親の置かれた状況には、
さまざまな課題が点在するように見えますが、

子育てに影響するポイントがあります。

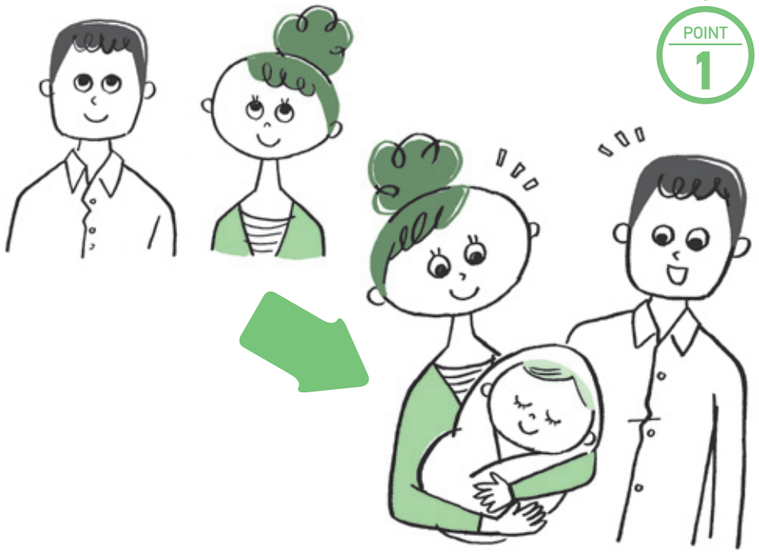
POINT 1 出産経験と子育て

POINT 2 子育て環境とストレス

POINT 3 父親と子育て

POINT 4 夫婦の愛情関係と子育て

妊娠期 → 出産 → 0歳 → 1歳



さまざまなポイントを 乗り越え、子育ての自信を築いていく

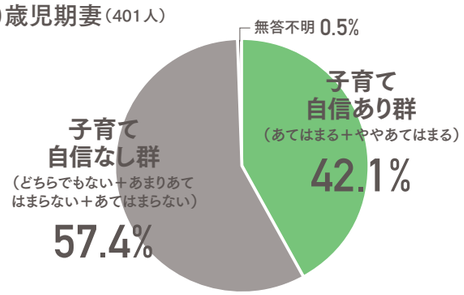
ポイントがからみ合 って、子育ての自信が築きづらい

この差は
どこからくるか？

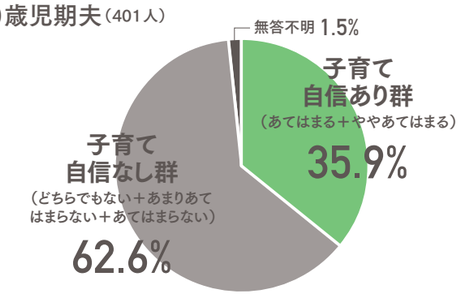
0歳児を持つ夫婦の子育てへの自信は？

Q. 子育てに自信が持てるようになった

0歳児期妻（401人）



0歳児期夫（401人）



0歳の時点で、妻も夫も、子育てに自信を
持てるようになった人とそうでない人に分かれている。

ポイントごとに、
子育てへの影響をみて、
どんなサポートが役立つかを
考えていきます。

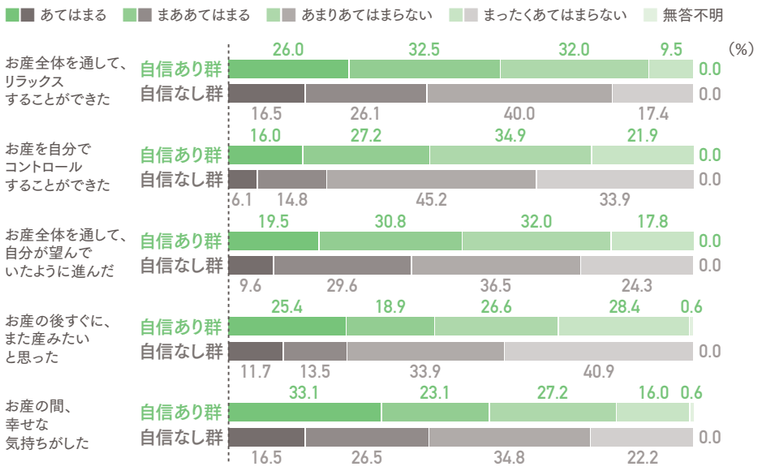
POINT 1 出産経験と子育て

妊娠や出産準備、出産体験、子育てを通して、人は少しずつ親になっていきます。その中で、出産体験が子育ての自信を築くのに、大きく影響していることがわかりました。出産体験について詳しく見ていきたいと思います。

出産経験と子育ての自信

Q. ○○ちゃんの妊娠・出産について、気持ちにあてはまる番号1つに○をつけてください。（子育て自信あり・なし群別）

図1-1　※0歳児妻　※自信あり群（169人）　自信なし群（230人）



出産の充実感がカギに

調査結果を見ると、出産経験と子育ての自信に関係があることがうかがえます。

子育てに自信がある群は、出産時の状況を「お産全体を通して、リラックスできた」「お産を自分でコントロールすることができた」ととらえ、出産時の気持ちを「お産の後すぐに、また産みたいと思った」「お産の間、幸せな気持ちがした」と回答する割合が高くなっています。

出産の充実感が、よりスムーズな子育ての始まりにつながると言えそうです。

? 子育てへの影響をどう見るか

横断調査の結果によれば、初めての出産に対する不安は、妻の7割以上が感じています。今回のフォローアップ調査でも、妻の妊娠中の母親学級への参加経験は92.0％にのぼり、心と体の準備を整えて出産にのぞむ姿がうかがえます。面接調査では、出産時に医師、助産師、看護師の方々の声掛けが、自分を見守ってくれていることへの安心感につながったという声がきかれました。妊娠中の出産準備に加え、出産時の安心感に支えられた「リラックスすることができた」「コントロールすることができた」という充実感が、子育てのスタートとして妻の自信につながるのかもしれません。

調査検討委員会より　こんなサポートが助かる

図1-1「出産経験と子育ての自信」を見ると、女性は、まさに出産する場で、自信や幸せ感を育むのだろうと思います。そこでどれだけ大事にされたかというのが、本人の心に残っていくのでしょう。出産の場では、夫の付き添いだけでなく、プロフェッショナルなサポートも必要です。プロフェッショナルなサポートが「リラックスできた」「コントロールできた」と感じる経験につながっていきます。本人が納得いかない出産だった場合、その後の丁寧な心理的サポートも必要です。出産後の身体的、精神的な検診は行われていますが、それに加えて、大変だったけれど出産できた、赤ちゃんが生まれてきてよかったと出産をふりかえる機会を持つことが大切になります。

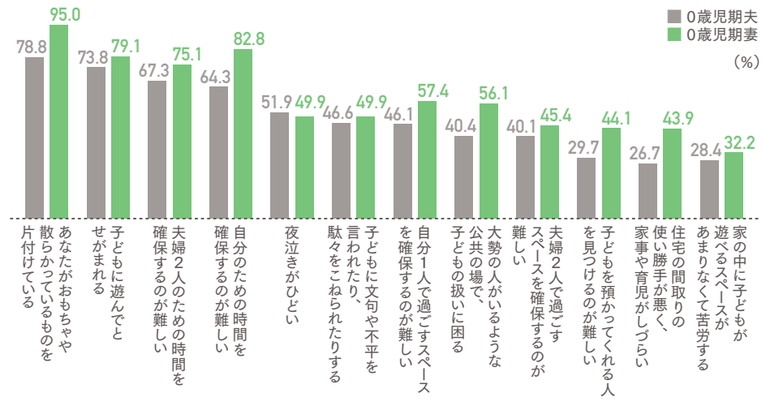
POINT 2 子育て環境とストレス

生まれたばかりの0歳児の世話は、誰にとっても負担のかかるものですが、この時期に子育て環境を上手に整えることで、子育てストレスを減らし、大変な時期を乗り越えることができます。0歳児のいる家族を取り巻く環境について考えてみましょう。

妻・夫の子育て生活での経験・ストレス

Q. あなたのご家庭の様子についてうかがいます（経験率）。

図2-1　※「ある」と回答したもの　※複数回答

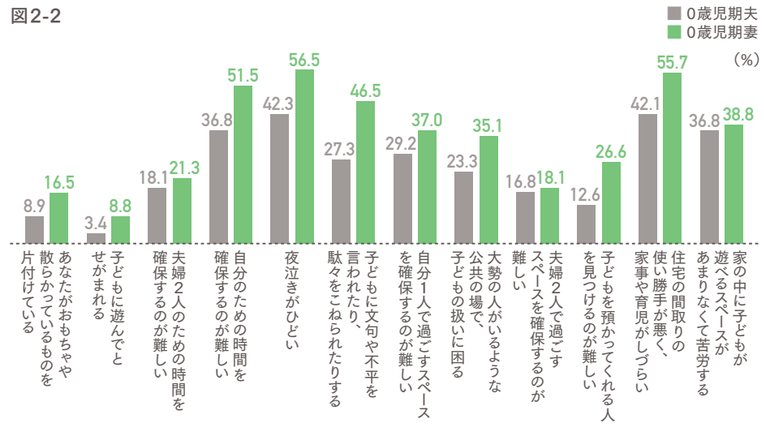


日常的に経験している子育てストレスの上位は妻・夫で同じ

0歳児の子どもを持つ妻・夫に、子どもが生まれてからどのようなことを経験したかを聞きました。全体的に、「夜泣きがひどい」以外の項目では、妻の経験率のほうが高くなっています。また、妻・夫ともに上位4位までは同じ項目になっています。

Q. あなたのご家庭の様子についてうかがいます（イライラ度）。

図2-2



夫よりも妻のほうがイライラ度は高い

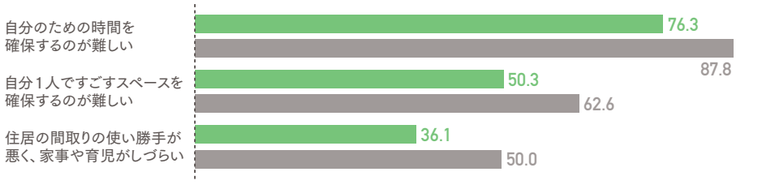
同じ項目で、どの程度イライラするかを聞いたものです（「非常にイライラする」「ややイライラする」の合計）。すべての項目で妻のほうがイライラする割合が高くなっています。妻・夫の差が開いている項目は「夜泣き」「住宅の間取りの使い勝手が悪い」「自分のための時間を確保するのが難しい」「子どもに文句や不平を言われたりする」「公共の場で子どもの扱いに困る」「子どもを預かってくれる人を見つけるのが難しい」でした。頻繁に経験することと、ストレスを感じることの内容は異なっています。

※各項目で「経験がある」と答えた人のみ回答。
※「非常にイライラする」「ややイライラする」の合計。

Q. あなたのご家庭の様子についてうかがいます（経験率／子育て自信あり・なし群別）。

図2-3

子育て生活でのストレス（0歳児期妻）



子育て生活でのストレス（0歳児期夫）

妻と夫ではストレスを感じる内容が異なる

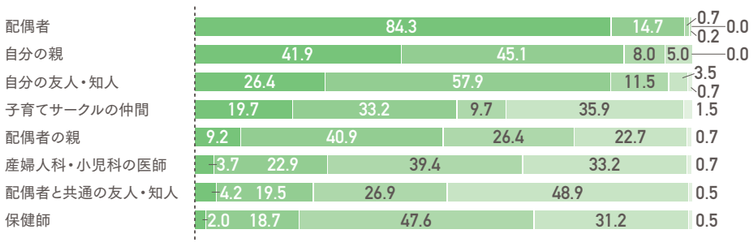
妻・夫それぞれに、子育てに自信のある群と自信のない群に分けて、子育て生活での経験について比べたところ、妻では、自信がない群のほうが「自分のための時間を確保するのが難しい」「自分1人ですごすスペースを確保するのが難しい」「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」と回答する率が高くなっています。夫では、子育てに自信のない群のほうが「自分の時間の確保」に加えて「夫婦2人のための時間を確保するのが難しい」「大勢の人がいるような公共の場で子どもの扱いに困る」と回答する率が高くなっています。

子育ての相談相手

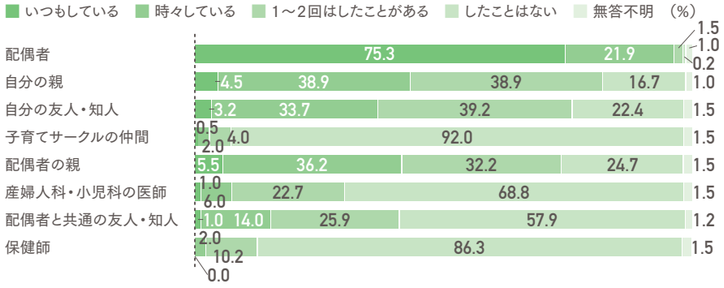
Q. 子どもの妊娠・出産・子育てについて、相談したり、話し合ったりしたことがある人は誰ですか。

図2-4

子育ての相談相手（0歳児期妻）



子育ての相談相手（0歳児期夫）



夫は、配偶者以外に子育ての相談相手が少ない

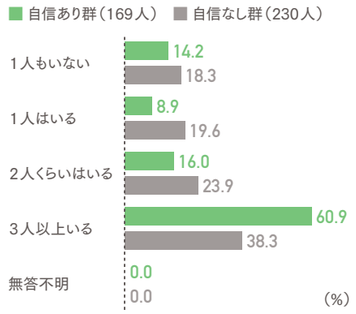
妻の場合は、配偶者、自分の親、友人・知人など、「いつも相談している」相手が多い様子がうかがえます。保健師には「いつも」「時々」を合わせると、約2割の人が相談をしています。夫の場合は、配偶者以外に「いつも相談している」相手は非常に少なくなっています。

子どもを通じた地域での付き合い

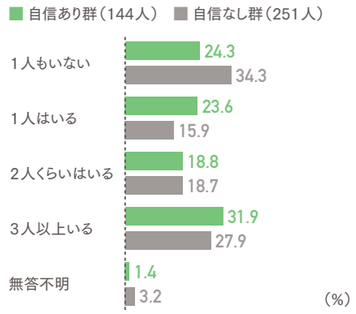
Q. 地域の中で子どもを通じたお付き合いについておうかがいします。（子育て自信あり・なし群別）

図2-5

子どものことを気にかけて声をかけてくれる人（0歳児期妻）



子どものことを気にかけて声をかけてくれる人（0歳児期夫）



地域で子どもを介した付き合いが多い人は子育てへの自信が高い

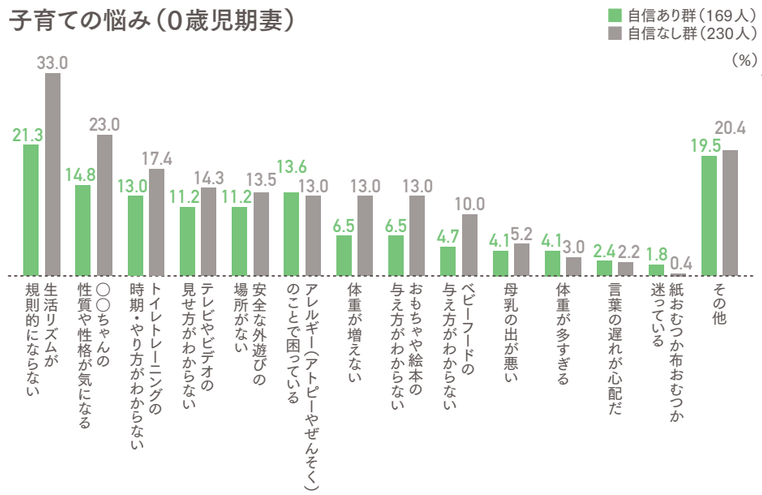
子どもを通じた地域の人との付き合いについては、妻も夫も、子育てに自信のある群のほうが子どものことを相談できる人や気にかけて声をかけてくれる人が多い傾向となっています。妻では「子どものことを気にかけて声をかけてくれる人」が3人以上いる人では、子育てに自信がある群のほうが高くなっています。夫では子育てに自信のない群では、「1人もいない」と回答する人が約3人にひとりとなっています。また、横断調査（2006年）では、0、1、2歳の子どもの年齢別に見ると、子どもを介して付き合う人の数が少ないのは子どもが0歳児のときであり、1、2歳と年齢があがるにつれて徐々に増えていきます。

子育ての悩み

Q. 現在、子どものことで悩んでいることはありますか。

図2-6

子育ての悩み（0歳児期妻）



子育てに自信のない人は、子どもの性格や規則的でない生活に悩んでいる

子育ての悩みでは、子育てに自信のない群のほうがほとんどの項目で数値が高く、「生活リズムが規則的にならない」「○○ちゃんの性質や性格が気になる」で回答する割合が高くなっています。

調査検討委員会より こんなサポートが助かる

図2-6「子育ての悩み」を見ると、規則的な生活リズムを整えられないことが、子育ての自信の有無につながっているようです。親が規則的なペースで生活したいと思っても、子ども自身の体内リズムが不規則だと、親も予定が立てられず、ふりまわされてしまいます。しかし、0歳児後半は、発達上、生活リズムがまだ大人のように規則的ではないのです。このような日常のトラブルにひとつひとつ対処していくことが子育ての自信を築くことにつながります。気軽に相談に乗ってくれるサポーターの存在も大切になります。0歳の時から先輩のパパやママなど、気軽に相談できる存在がいるといいですね。病気や気がかりなどの子育てのもっと具体的な解決には、保健師さんやかかりつけのお医者さんなどプロフェッショナルのサポートを利用しましょう。少子化社会で子どもを育てる経験が少なく、子育ての伝承性が失われつつある現在では、プロフェッショナルは大切なサポーターになります。

POINT 3 父親と子育て

夫婦と子どものみという家族が多くなる中で、父親は子育ての担い手として注目や期待を集めつつあります。では、父親は子育てにどのような意識を持ち、実際にどのように関わっているのでしょうか。また、父親自身、課題があると感じているとしたら、どこに解決の糸口があるのでしょうか。

立ち会い出産の希望と実際

Q. 私は、配偶者に出産に立ち会ってほしいと思っている（妊娠期妻）。
Q. 私は、出産への立ち会いを希望している（妊娠期夫）。

図3-1

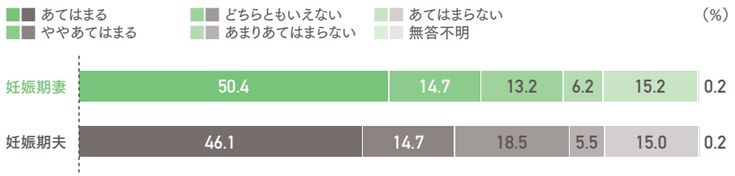
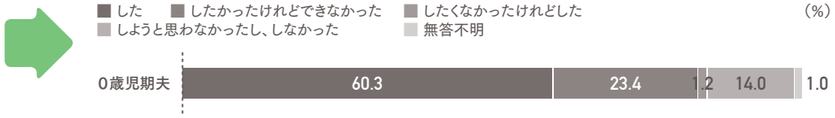


図3-2 実際の立ち会い状況



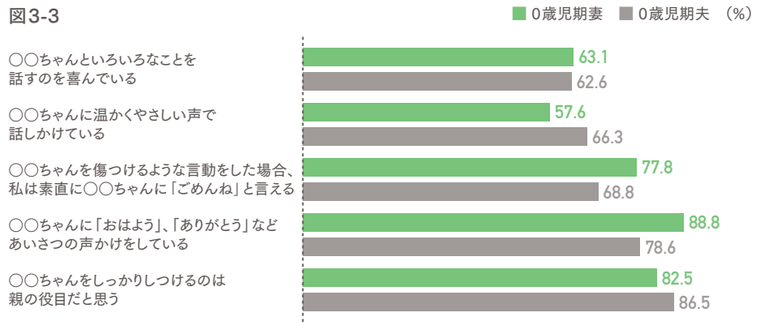
出産に夫婦で同様の希望を持ち、実際に行っている

立ち会い希望は夫婦ともに約半数で、実際に立ち会ったのは60.3％に上っています。「立ち会いたかったができなかった」と合わせると、両方で83.7％になりました。立ち会い出産に対して夫婦で同様の希望を持ち、実際に行っている様子がうかがえます。

養育態度と子育て

Q. あなたは○○ちゃんの子育てについて、どのように考えたり、行動したりしていますか。

図3-3

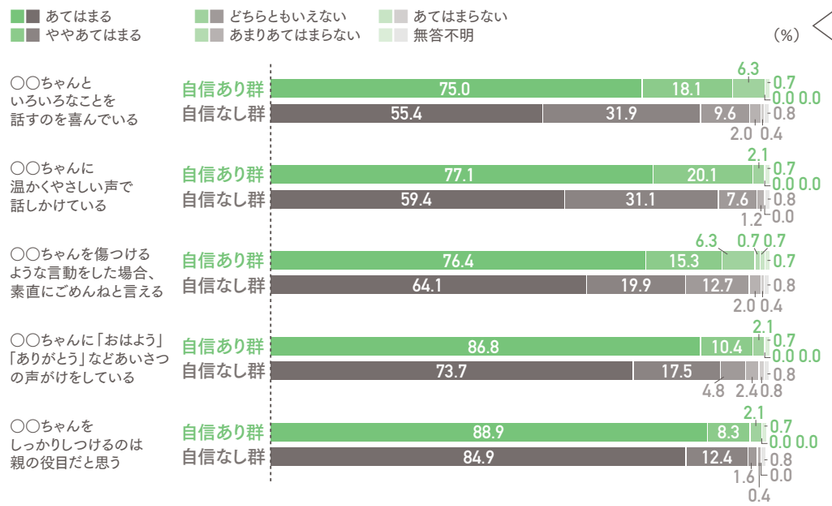


※「あてはまる」と回答した人の割合

夫は親の役目を意識しつつ、親となるスピードは妻よりゆるやか

夫の子どもとの関わりはどうでしょうか。「しっかりしつけるのは親の役目だと思う」が86.5％と、親意識の高い様子がうかがえます。また「あいさつ」「謝る」「温かくやさしい声で話しかける」なども6,7割が行っています。特徴を見ると、妻が「あいさつ」「謝る」などのしつけを考えた行動が高いのに対し、夫は「温かくやさしい声で話しかけている」が高くなっています。夫の親となるスピードは、妻よりはゆるやかなのかもしれません。

図3-4 子育て自信あり・なし群別　※0歳児期夫　※自信あり群（144人）　自信なし群（251人）



子どもへの関わりが子育てへの自信につながる

夫の養育態度は子育ての自信と関係するでしょうか。子育てに自信がある群とない群では「しっかりしつけるのは親の役目だと思う」はあまり差がありませんが、「温かくやさしい声で話しかけている」「いろいろなことを話すのを喜んでいる」「あいさつの声がけをしている」といった子どもへのかかわりに違いが見られます。子育てに自信がある群の夫は、子どもへ積極的にかかわっている様子がうかがえます。

仕事と家庭のバランス

Q. あなたの仕事や職場で、最近1か月の間にどのようなことを経験しましたか。

図3-5

	妊娠期夫	（%）	0歳児期夫	（%）
1位	休日・休暇がとれない	23.9	仕事が忙しすぎるので、子どもと過ごす時間が少ない	46.6
2位	上司とあわない	20.6	通勤に時間や体力をとられる	25.4
3位	自分の裁量で仕事を進めることができない	19.8	休日・休暇がとれない	20.4
4位	通勤に時間や体力をとられる	17.4	自分の裁量で仕事を進めることができない	20.2
5位	事業が不振である	16.8	上司とあわない	18.1
6位	自分の能力が正当に評価されない	15.3	子どもの病気などで急用が入ったとき、すぐに迎えにいけないことが多い	16.5

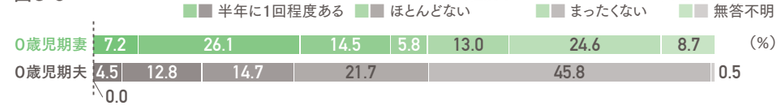
※複数回答　※現在、仕事を持っていると回答した人のみ分析　※17項目で、上位6位まで表示

忙しすぎて、子どもと過ごす時間が少ない

0歳児を持つ夫の仕事と育児の関係は、どうでしょうか。妊娠期には仕事上の悩みが上位に多く入りますが、育児期になると、「仕事が忙しすぎるので、子どもと過ごす時間が少ない」が46.6％、「子どもの病気などで急用が入ったとき、すぐに迎えにいけないことが多い」16.5％と、子どもとの関わりの少なさを挙げる項目が上位に入ります。子どもの病気などで会社を休んだり遅刻・早退したりした経験は、夫の約45.8％が「まったくない」と答え、妻に任せていることがわかります。

Q. あなたは、子どもの病気などが原因で会社を休んだり、遅刻・早退をしたりしたことがありますか。

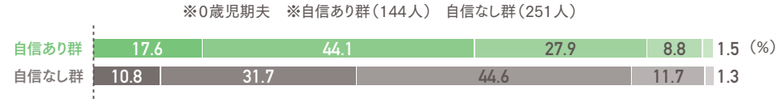
図3-6



※現在、仕事を持っていると回答した人のみ分析　※0歳児期妻（69人）　0歳児期夫（382人）

Q. あなたは、仕事と家庭のバランスに満足していますか。

図3-7



子育ての自信は仕事と家庭のバランスと関係がある

夫の仕事と家庭のバランスの満足度と子育ての自信に関連はあるでしょうか。子育てに自信がある群は仕事と家庭のバランスに満足している割合が高くなっています。

調査検討委員会より　こんなサポートが助ける

図3-4を見ると、子どもに実際にかかわることが自信につながっています。0歳児はまだ話すことはできませんが、親の笑顔や話すリズムや調子で意図を感じ取っています。親が子どもの実際の世話やイライラも引き受けることで、子どもも親への愛着を育んでいくのです。子どもからの愛情を実感したとき、父親は子育ての重要さに気付き、ワークライフバランスの改善の必要性を感じるのではないでしょうか。0歳児の頃は、子どもと父親が、関係を結び始める時期だと捉えあたたかく見守る必要があります。

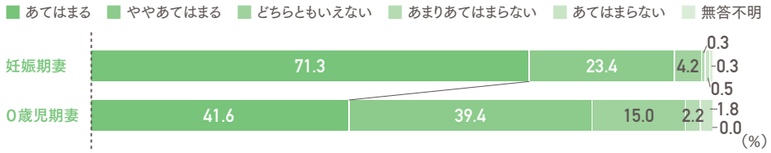
POINT 4 夫婦の愛情関係

妊娠・出産を経て、新しい家族が加わると、妻・夫の関係に、母親・父親の役割が加わります。妊娠期から0歳児期にかけての夫婦の愛情関係は、低下していきますが、それには、どのようなことが関連しているのでしょうか。

配偶者への愛情

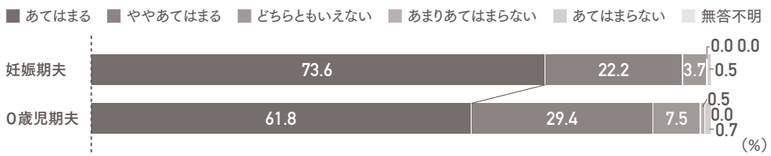
Q. 私は、配偶者といると本当に愛していると実感する（妻）

図4-1



Q. 私は、配偶者といると本当に愛していると実感する（夫）

図4-2



妊娠期から0歳児期にかけて夫婦の愛情は低下する

妊娠期とその1年後に、それぞれ配偶者に対する愛情についてきいてみたところ、妻・夫ともに、配偶者への愛情は、下がる傾向にあります（図4-1・4-2）。「私は、配偶者といると本当に愛していると実感する」という質問に対して「あてはまる」と回答した妻は、妊娠期では71.3％、0歳児期では41.6％で29.7ポイントの減少となり、一方、夫では妊娠期73.6％、0歳児期61.8％で、11.8ポイントの減少でした。妻のほうがより多く減少していることがわかります。

配偶者への愛情の変化

Q. あなたと配偶者のことについておうかがいします（妻・夫）（「あてはまる」「ややあてはまる」の合計）。

図4-3

私の配偶者は家族と一緒に過ごす時間を努力して作っている（0歳児期妻）

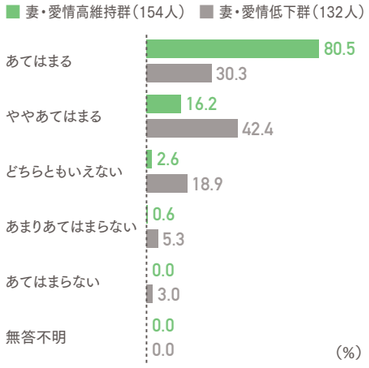
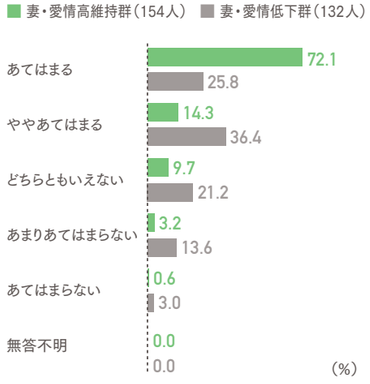


図4-4

私の配偶者は私の仕事、家事、育児をよくねぎらってくれる（0歳児期妻）



（注：データ解説）
妊娠期に「配偶者といると本当に愛していると実感する」で「あてはまる」と回答した妻（286人）を、0歳児期の回答により2つの群に分類した。
- 妻・愛情高維持群（154人）＝0歳児期にも「あてはまる」と回答した人
- 妻・愛情低下群（132人）＝0歳児期に「ややあてはまる」「どちらともいえない」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」と回答した人

愛情の変化と関連しているのは、家族とのかかわり方

妊娠期に「配偶者といると本当に愛していると実感する」という質問に対して「あてはまる」と回答した妻286名のうち、0歳児期では、配偶者への愛情がややダウンしたと回答した妻（愛情低下群/132人）と、そうでない妻（愛情高維持群/154人）を比べたところ、上のグラフのような違いが見られました。「私の配偶者は家族と過ごす時間を努力して作っている」、「私の配偶者は私の仕事、家事、育児をよくねぎらってくれる」という質問で、愛情が保てている妻は、いずれも高い数値となっています（図4-3、4-4）。

子どもへのかかわり方

Q. 次のようなことについて、あなたはどのくらいなさっていますか。

図4-5 子どもと遊ぶ（0歳児期夫）

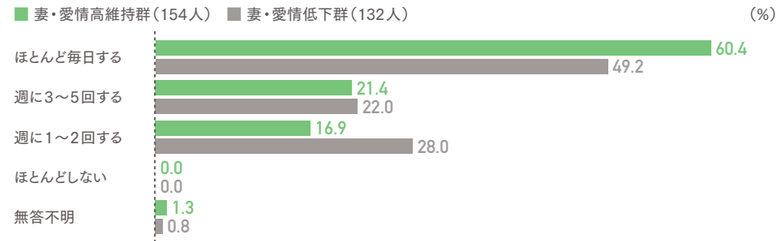
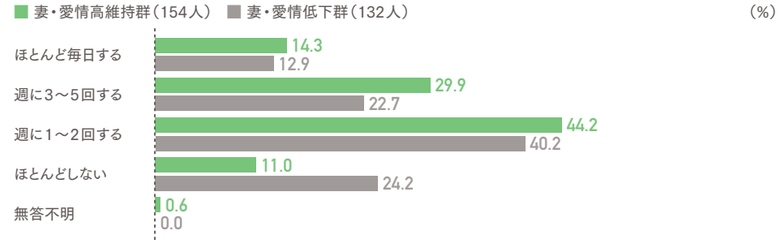


図4-6 子どもがぐずったとき落ち着かせる（0歳児期夫）



子どもへの態度と愛情の変化

夫の子どもへのかかわり方についてみたところ、妻が愛情高維持群の夫は、「子どもと遊ぶ」に「ほとんど毎日する」と回答する割合が、妻が愛情低下群の夫よりも高くなっています。また、「子どもがぐずったとき落ち着かせる」に「ほとんどしない」と回答する割合が高いのは、妻が愛情低下群の夫でした（図4-7、4-8）。「子どもと話すことを喜んでいる」「子どもに温かくやさしい声で話しかけている」と回答する割合は、妻が愛情高維持群の夫のほうが高い傾向にあります。

Q. あなたは子育てについて、どのように考えたり行動したりしていますか。

図4-7 子どもと話すことを喜んでいる（0歳児期夫）

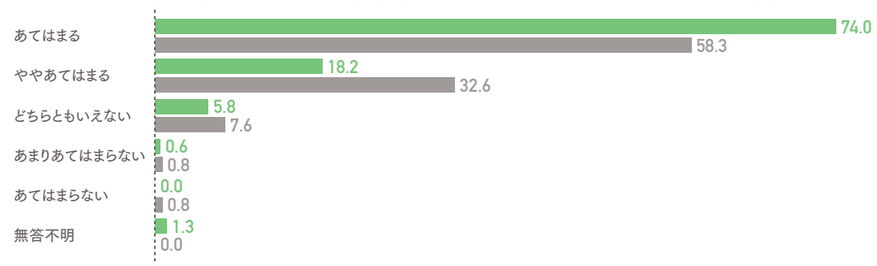
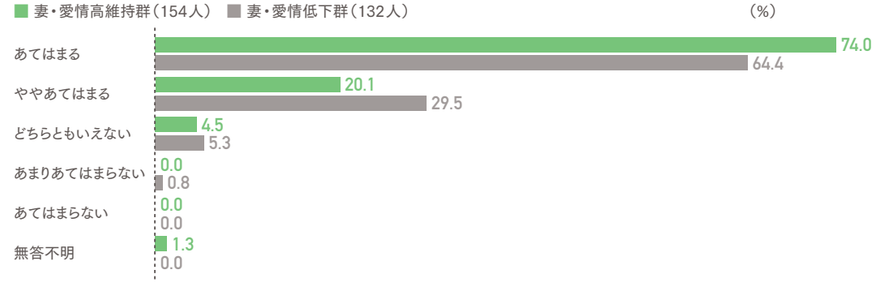


図4-8 子どもに温かくやさしい声で話しかけている（0歳児期夫）



調査検討委員会より こんなサポートが助かる

「配偶者への愛情の変化」と「子どもへのかかわり方」を見ると、夫が妻と子どもに関わる時間を持つことで、妻の愛情が高く維持されることがわかります。一方、仕事が忙しく、子どもとのかかわりが不十分なまま人見知りの時期に入ってしまうと、子どもがなつかず、夫は戸惑うことも。このようなときに、妻と夫が子育てのコツと伝え合えることが大切です。妊娠期から0歳児期は、家族がスタートする大切な時期であると同時に、子育ての大変な時期です。それぞれの夫婦が可能な範囲で、家族との関係を大切にしていくことで、愛情関係が維持されていくのではないでしょうか。

妊娠期～出産～0歳児期を通して

妻の場合

妻の場合は、妊娠期の準備や夫婦での助け合いの経験がスムーズな出産につながる傾向があり、その体験によって、子育ての自信がついてきます。

運動や育児書を読むなど、出産へのさまざまな準備がスムーズな出産につながる傾向があります。

図5-1
妊婦向けの運動（マタニティスイミングなど）をしている（妊娠期妻）

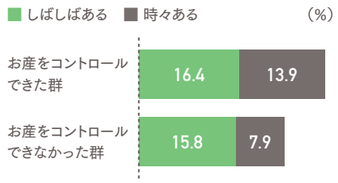
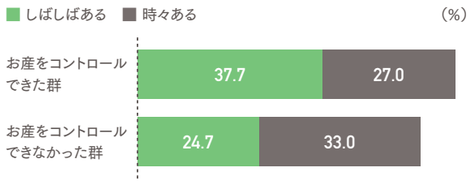
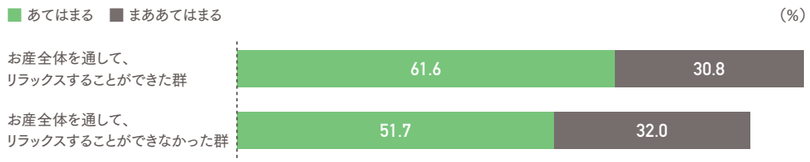


図5-2
育児書を読むなど、子育て情報を集めている（妊娠期妻）



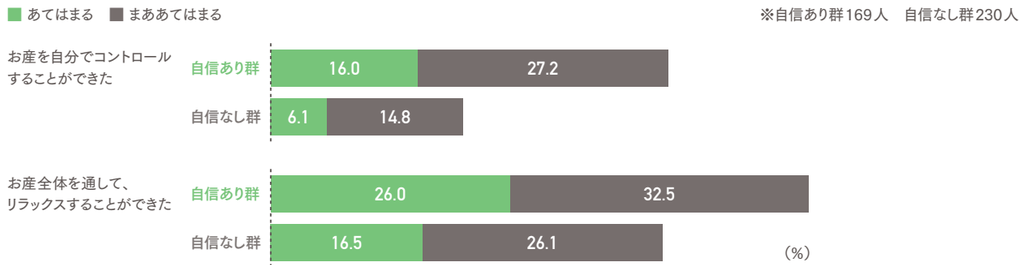
妊娠期の夫婦での協力も、充実した出産をサポートします。

図5-3 **私の配偶者は家族と一緒に過ごす時間を努力して作っている（妊娠期妻）**



充実した出産経験が、子育ての自信へとつながっていきます。

図5-4 **出産体験と子育ての自信（0歳児期妻）**



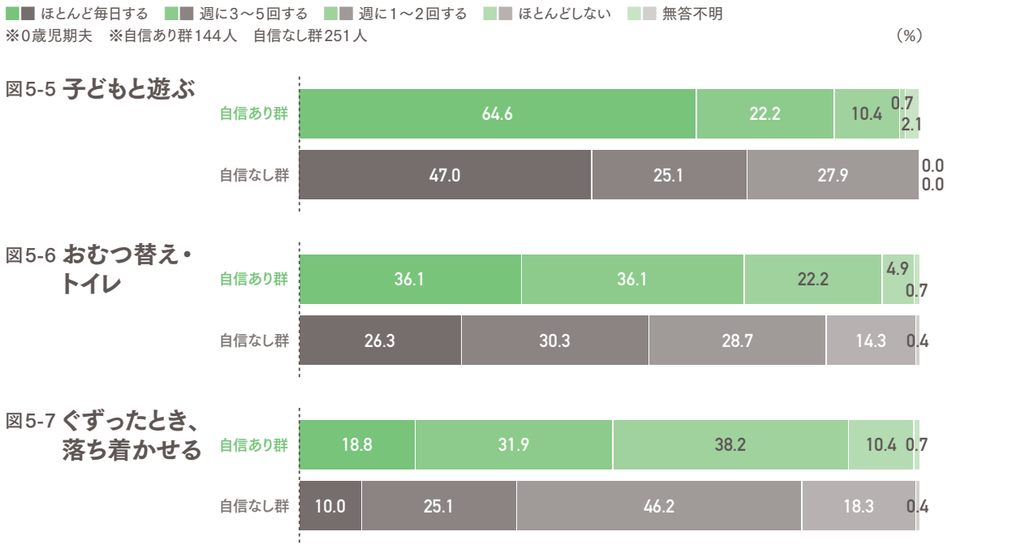
〔注：データ解説〕
- お産をコントロールできた群（122人）＝0歳児期に「お産をコントロールできた」で「あてはまる」「まああてはまる」と回答した人
- お産をコントロールできなかった群（279人）＝0歳児期に「お産をコントロールできた」で「あまりあてはまらない」「まったくあてはまらない」と回答した人
- お産全体を通して、リラックスすることができた群（198人）＝0歳児期に「お産全体を通してリラックスすることができた」で「あてはまる」「まああてはまる」と回答した人
- お産全体を通して、リラックスすることができなかった群（203人）＝0歳児期に「お産全体を通してリラックスすることができた」で「あまりあてはまらない」「まったくあてはまらない」と回答した人

図5-1～3に見られるように、妊娠期に出産への準備（スイミングや育児書を読むなど）に取り組んだり、夫婦で一緒に過ごす機会をより多く持っている人のほうが、お産への充実感が高い傾向が見られました。そして、そのような出産体験は、出産後の子育ての自信にも影響しています。

夫の場合

妻と同様、妊娠中の準備も大切であり、さらに子どもが生まれた直後から、子どもに多くかかわるほど、男性の子育てへの自信がはぐくまれていきます。

子どもとかかわる体験が多いほど、親としての自信を持てる割合が高くなります。



就業時間の長い夫は、子どもとの関わりが少なくなり、親としての自信を持つチャンスを逃すことにもなります。

図5-8 **子育てに自信が持てるようになった**
（あてはまる＋ややあてはまるの合計）

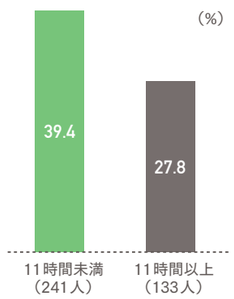
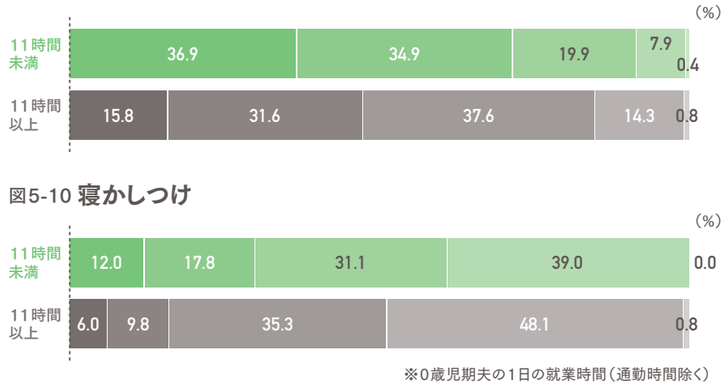


図5-9 **おむつ替え・トイレ**

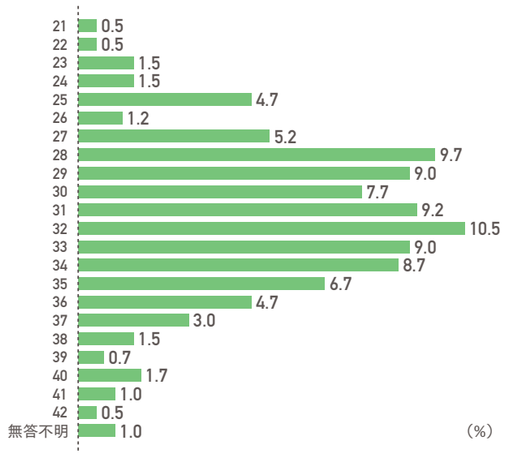


妻の妊娠中に一緒に子育ての準備をすることや、子どもが生まれた直後から、より多く子育てにかかわることで、夫は、父親としての自信をより強く持つようになっていきます。子どもが0歳の時は、父親としてのスタートの時期。妻も夫も、この時期は子どもとかかわる時間を確保することがとても大切です。

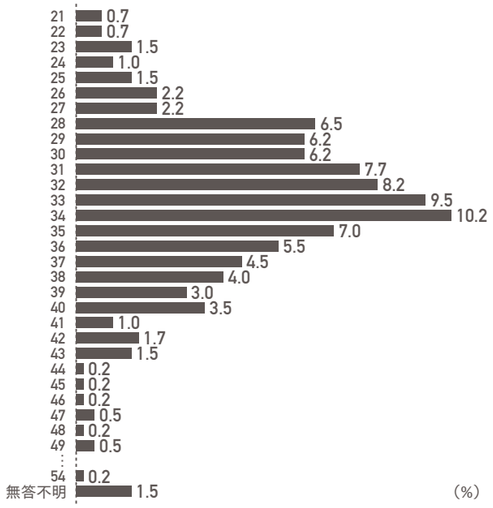
Research DATA（0歳児期）

年齢

年齢（妻）

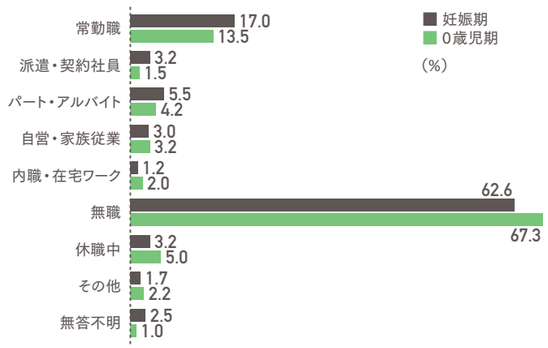


年齢（夫）

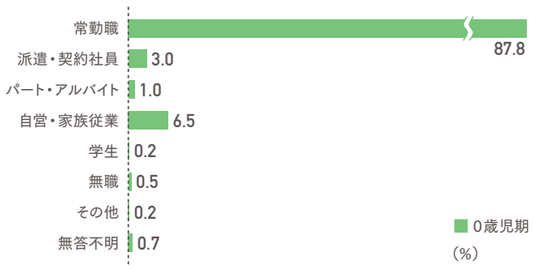


職業

妊娠期と現在の職業（妻）

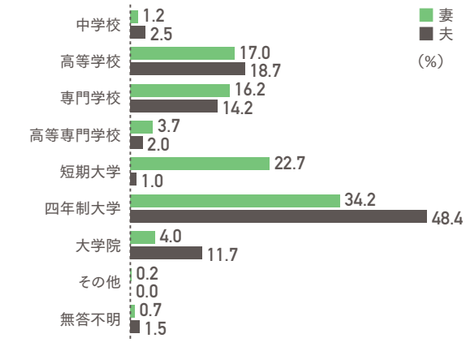


現在の職業（夫）



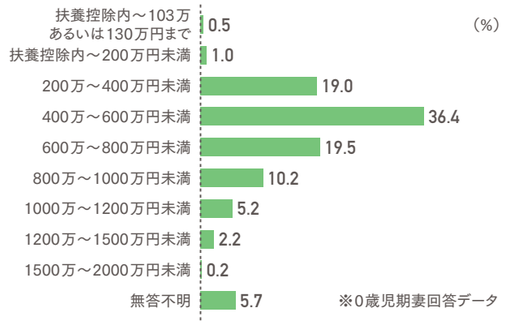
最終学歴

最終学歴（妻・夫）



世帯収入

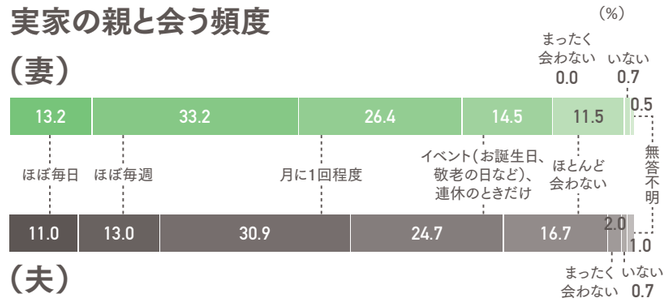
世帯収入



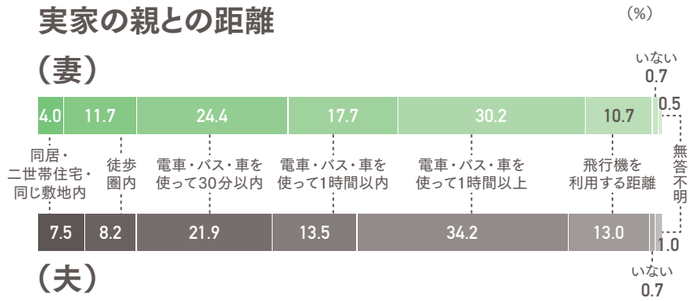
※0歳児期妻回答データ

祖父母との関係

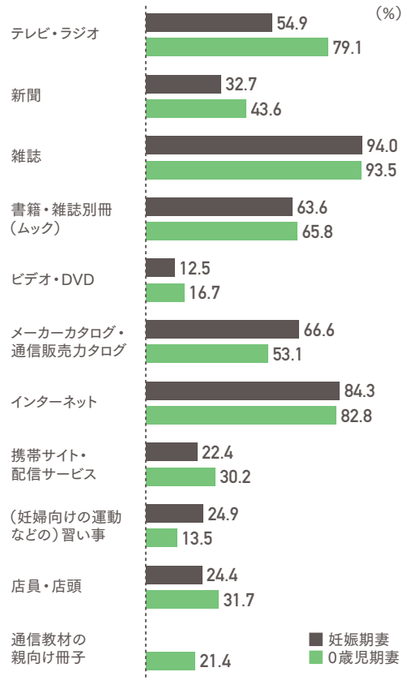
実家の親と会う頻度



実家の親との距離



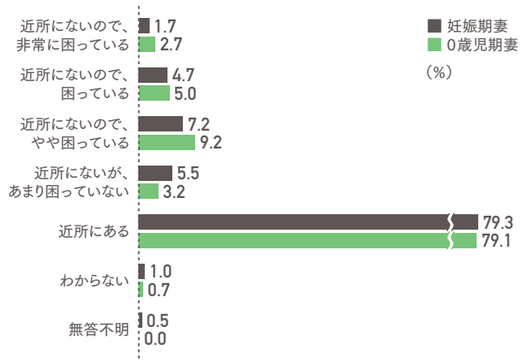
子育てに関する情報源



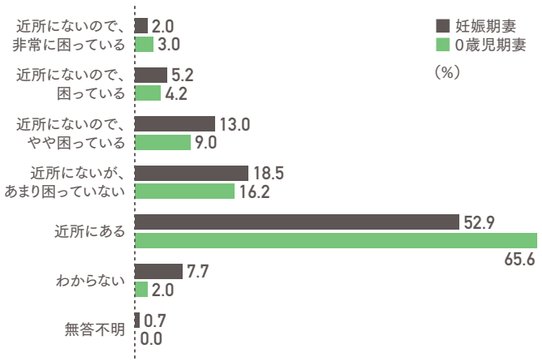
※「通信教材の親向け冊子」は0歳児期のみ

地域の施設

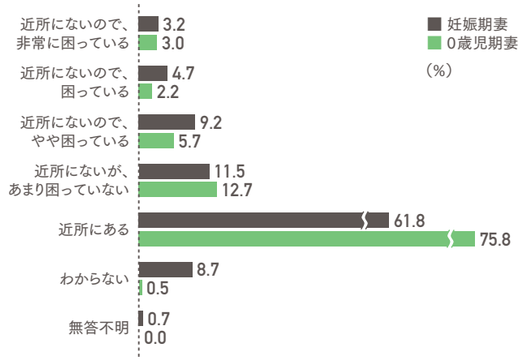
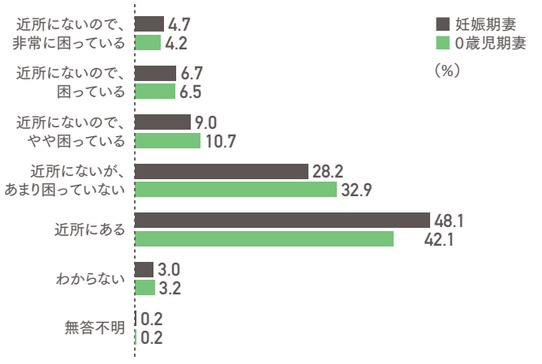
お散歩できるような公園や遊歩道など



公共の子育て支援施設



小児科や子どもを診てくれる病院



自分のことを見てくれる産婦人科や助産院