

幼稚園児をもつ母親のソーシャル・サポート

—子どもの数に着目して—

安藤 智子¹ 立石 陽子¹ 荒牧 美佐子¹ 岩藤 裕美¹
金丸 智美² 丹羽 さがの¹ 砂上 史子³
掘越 紀香⁴ 無藤 隆⁵

幼稚園児をもつ保護者の育児不安とソーシャル・サポートとの関係を調べるために、6558名に郵送で調査を行った。その結果、幼稚園児をもつ母親の育児不安はソーシャル・サポートが少ない方が高かった。また、子どもの数が増えるとソーシャル・サポートが多くなった。その対象として、特に子1人群が他の群に比して多かったのは親などの身近な対象で、子3人以上群に多かったのは、友人であり、子どもが増えるにつれ、サポートが社会的に広がった対象になっていた。育児不安との関係では、子2人群のみでソーシャル・サポートから育児不安への有意な寄与が認められた。

1. 問題と目的

ソーシャル・サポートは、育児不安や産後抑うつを緩和する重要な変数であり、研究が積み重ねられてきた (Paykel et. al., 1980; Crockenberg, 1981; Murray et. al., 1996)。その研究対象は産後1週間から1ヶ月 (Crockenberg, 1981; Hisata et. al., 1990) や産後3、4ヶ月 (武田, 1999)、出産直後と産後3ヶ月 (難波, 1999)、産後1ヶ月～1年 (森永&山内, 2003) など、新生児期から乳児期の研究が多い。たしかに、周産期は女性にとって、ソーシャル・サポートが変化する時期である。出産時に退職をする傾向は年齢別雇用就業率の曲線がM字になることで以前から指摘されていたが、その傾向は若い世代でむしろ増加傾向にあるという (永瀬, 2000)。そのため、出産時に退職し、子どもを産み育てていく場合、それまで築いた就労中心のソーシャル・サポートから一度離れ、再度子どもをもった母親として、ソーシャル・サポートを築く必要がある。産後1ヶ月の女性の相談相手は平均2.1人 (天冨他, 1992) と、産後はソーシャル・サポートが大変に少なくなるが、その一方抑うつや育児不安を緩和する要因として重要である (Belsky, 1984; 吉田, 2000)。また、出産直後は夫婦間親密性、産後4ヶ月には家族・親戚・友人によるサポート、産後1年にはそれ以外の人

物が抑うつを緩和するというように、子どもの月齢が上がると、親のソーシャル・サポートも変化していた (森永・山内, 2003)。子どもが幼児期に入ると、ソーシャル・サポートはどのように広がり、どのような役割を担っていくだろうか。幼児をもつ母親のソーシャル・サポートについては、田中ら (1996) などを散見するのみである。

幼稚園入園は、多くの親子にとって、それまでの家庭中心の養育から外に出て集団に所属する初めての機会である。それは、幼稚園に通っている子どもの親や教職員に会い、新しいソーシャル・サポートをつくる機会にもなる。新たな友人をつくれれば、話しをして気晴らしをしたり、一緒に遊ぶ中で子どもの見方やつきあい方に新しい視点を得られるなど、親にとっても肯定的なサポートとなるだろう。一方、朝夕のお迎えの時間に待っている親の仲間に入れない、子どもを待っている間に居場所がないという訴えに認められるように、新しい集団への適応に苦慮する事態も起こる時期である。更に、幼稚園の側からみれば、入園した子どもの親は、子育て支援の対象であり、預かり保育等様々な機会を用いて親子の生活に有用なサポートを与える機会を提供する。このように、幼稚園での新たなソーシャル・サポートを活用できるかどうかは、親の精神的な安定に寄与すると考えられる。

そこで、本研究では、幼稚園児をもつ母親がどのよ

キーワード：ソーシャル・サポート、育児不安、幼稚園児、きょうだい数、自尊感情

1 お茶の水女子大学人間文化研究科 2 日立家庭教育研究所 3 千葉大学 4 大分大学

5 白梅学園大学/お茶の水女子大学大学院人間文化研究科客員教授

うなソーシャル・サポートを有しているかを探り、またその育児不安との関係を探ることを目的とする。その際、夫婦間の親密性が第1子のみ有効であった (Hisata et al., 1990) ことから、子どもの数に注目して、ソーシャル・サポートの特徴を検討することにする。そこで以下の仮説を設定した。

仮説1) 子どもが幼児期にあっても、ソーシャル・サポートは育児不安に関係し、育児不安が低い人はソーシャル・サポートも多い。

仮説2) 子どもが多い方がソーシャル・サポートが多い。

2. 方法

- (1) 調査の対象：平成16年2月に、あらかじめ調査を依頼し承諾を得ていた複数地域(青森、宮城、東京、神奈川、千葉、埼玉、静岡、富山、岐阜、三重、兵庫、大分、沖縄の各都県)の65幼稚園、保護者への質問紙配布・回収を依頼し、6558名の協力を得た。父親の年齢は36~40才(36.2%)、母親も31~35才(42.6%)が最も多く、調査対象となる子どもの年齢の平均は4.8才(0~7才)で子どものきょうだい数は平均2.08人(1~7人)であった。調査記入者は、母親97.7%、父親1.5%、祖母0.3%、祖父0.1%、無回答0.5%であり、母親以外が回答したものは分析から除外した。家族構成は核家族80%、拡大家族17.2%、ひとり親家族が2.8%であり、本研究では、両親のそろった核家族を分析対象とした。また、妻の就業の有無で用事時サポート ($t(4950)=3.74, p<.001$)、自由時ソーシャル・サポート ($t(4829)=3.06, p<.01$)、ソーシャル・サポート ($t(4798)=2.32, p<.05$)に有意な差が認められたので、妻が就業していない家庭を分析対象とした。なお、育児不安は、家族構成によって有意差は認められなかった ($F(2, 6143)=2.32, n.s.$)。子どもの性別は男児51.0%、女児48.4%、不明0.6%であった。母親の就労は、フルタイム4.7%、自営業4.1%、パートタイム13.8%、在宅の仕事4.5%、働いていない74.6%、その他2%であった。
- (2) 調査の方法：平成16年2月、事前に調査を依頼して了解を得た幼稚園65園に質問紙を郵送し、保護者への配布・回収を依頼した。
- (3) 質問紙の内容：「幼稚園における子育て支援と子育てに関するアンケート」として、以下の項目から成る質問紙を作成した。

- ① 育児不安尺度：住田ら(1999)の作成した育児不安尺度の一部に項目を加えて用いた。「子どもがわずらわしくてイライラする」「育児のことでどうしたらよいかわからなくなる」等7項目を主因子法、固有値を1.2以上として分析した結果、1因子性が確認された(寄与率40.36, $\alpha=.82$)。
- ② 夫の育児協力：育児について夫がどの程度協力していると感じているかを測定するために、「夫は子どもとよくあそび面倒をみってくれる」「夫は家事や育児に消極的である」「子育ての事で相談にのってくれる」「子育てについての意見が合う」などの6項目を4件法(1. そう思わない、2. あまりそう思わない、3. まあそう思う、4. そう思う)で問い、その合計を育児協力得点とした(信頼性 $\alpha=.88$)。
- ③ ソーシャル・サポート：ソーシャル・サポートは数、質、満足度など様々な観点があるが、本研究では、子どもの世話を頼むことができる人についての量的な測定を行った。すなわち、飯長ら(1999)の作成した尺度を参考に「用事があるときに子どもの世話を頼む人(用事時サポート)」、「気分転換や自由時間がほしいときに子どもの世話を頼む人(自由時サポート)」、「困ったときに相談にのってもらう人(相談サポート)」が、誰か(夫、妻の母親・妻の父親・夫の母親・夫の父親・きょうだい・その他の親戚・友人・近所の人・ベビーシッター・幼稚園・その他)を問うた。また、この3つのサポートの合計人数をソーシャル・サポート得点とした(合計得点の信頼性係数 $\alpha=.63$)。信頼性係数がやや低い値だが、人数を足し合わせている尺度であるため、採用することにした。
- ④ 自尊感情：Rosenberg(1965)の自尊感情尺度の邦訳版(山本・松井・山成, 1982)を用い、10項目を5件法(1. あてはまらない、2. あまりあてはまらない、3. どちらともいえない、4. ややあてはまる、5. あてはまる)で質問した(信頼性係数 $\alpha=.85$)。
- ⑤ 子どもの気質：「よくかんしゃくをおこす」「初めての人や場所に慣れるのに時間がかかる」「他の子ども達とうまくやれない」「偏食・小食・過食などの食事の心配事がある」など7項目について4件法(1. あてはまらない、2. あまりあてはまらない、3. ややあてはまる、4. あてはまる)で質問した。値が高いほど、子どもの気質を難し

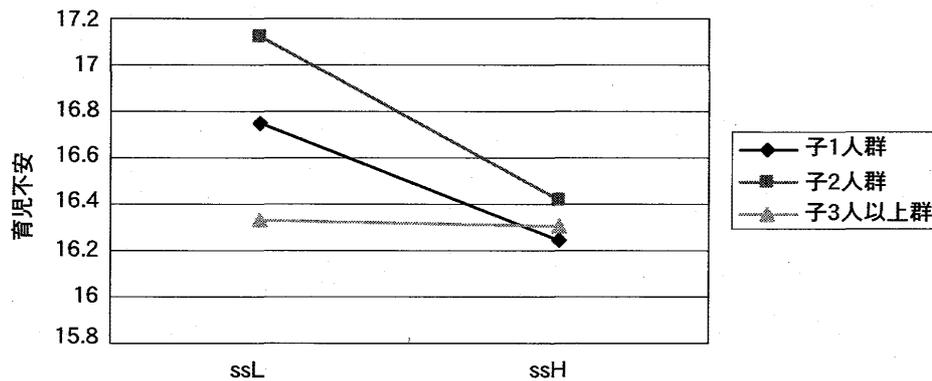


図1 子どもの数とソーシャル・サポートによる育児不安の分散分析

いと感じていることになる(信頼性係数 $\alpha = .67$)。

- ⑥ その他の属性：家族構成、年齢、学歴、職業などを尋ねた。

分析にはSPSS11.5Jを使用した。

3. 結果

分析1：育児不安とソーシャル・サポートの関係

ソーシャル・サポートの平均値より多い者(以下ssH群とする)、少ない者(以下ssL群とする)に分けて子どもの数を1人の群(以下子1人群と記す)、2人の群(以下子2人群と記す)、3人以上の群(以下子3人以上群と記す)の3群と一元配置の分散分析及びTukey法による多重比較を行った。その結果、ソーシャル・サポート($F(1, 3042) = 4.29, p < .05$)、子どもの数($F(2, 3042) = 4.21, p < .05$)、および交互作用($F(2, 3042) = 3.50, p < .05$)が有意であった。多重比較では、子2人群が子3人以上群より育児不安が有意に高かった(図1)。すなわち、ソーシャル・サポートは多い方が育児不安が低く、また、子2人群が最も育児不安が高かった。またssH群では子どもの数による育児不安の差がなかった。

分析2：育児不安のソーシャル・サポートの分散分析

子どもの数3群それぞれで、育児不安の平均より高い者(育児不安高群)と平均より低い者(育児不安低群)の2群でソーシャル・サポートの比較を行った。その結果、有意な差が認められたのは、子1人群では用事時ソーシャル・サポート($t(503) = 2.21, p < .05$)、子2人群ではソーシャル・サポート($t(1759) = 4.18, p < .001$)、用事時ソーシャル・サポート($t(1741) = 3.98, p < .001$)、自由時ソーシャル・サポート($t(1675) = 3.16, p < .01$)、相談ソーシャル・サポート(t

(1906) = 2.83, $p < .01$)と、測定したすべてのソーシャル・サポート得点で有意な差が認められた。子3人以上群では有意な差は見られなかった。

分析3：育児不安とソーシャル・サポート対象

育児不安高群と育児不安低群の、2群間でサポートを得る対象として異なるのはどの対象かを調べるため、各サポート対象に頼んでいるか否かの χ^2 乗検定を行った(表1)。その結果、有意な差が認められたのは、子ども1人群では用事時サポートで親戚($\chi^2(1, 505) = 4.93, p < .05$)、子2人群では用事時サポートでは夫($\chi^2(1, 1908) = 3.25, p < .05$)、夫の母親($\chi^2(1, 1908) = 9.16, p < .01$)、夫の父親($\chi^2(1, 1908) = 3.47, p < .05$)、きょうだい($\chi^2(1, 1908) = 7.92, p < .01$)、自由時サポートは、妻の母親($\chi^2(1, 1908) = 6.35, p < .05$)、妻の父親($\chi^2(1, 1908) = 7.95, p < .01$)、夫の母親($\chi^2(1, 1908) = 4.79, p < .05$)、きょうだい($\chi^2(1, 1908) = 4.35, p < .05$)、友人($\chi^2(1, 1908) = 6.72, p < .05$)、幼稚園($\chi^2(1, 1908) = 4.07, p < .05$)、相談サポートでは、夫($\chi^2(1, 1908) = 5.99, p < .05$)、妻の母親($\chi^2(1, 1908) = 6.28, p < .05$)、夫の母親($\chi^2(1, 1908) = 5.32, p < .05$)、夫の母親($\chi^2(1, 1908) = 6.09, p < .05$)、子3人以上群では、用事時ソーシャル・サポートでは親戚($\chi^2(1, 630) = 6.05, p < .05$)、自由時ソーシャル・サポートでは友人($\chi^2(1, 630) = 4.30, p < .05$)。相談ソーシャル・サポート($\chi^2(1, 630) = 4.56, p < .05$)、また、相談ソーシャル・サポートが夫のみ($\chi^2(1, 630) = 4.98, p < .05$)であった。すべて、育児不安が低い方が多く預けたり相談したりしていたが、子2人群の自由時幼稚園に預ける、子3人以上群の相談を幼稚園にする、の2つは、育児不安が高い方の割合が高かった。

表1 育児不安2群で差が認められたソーシャル・サポート

		育児不安 高群	調整済み 残差	育児不安 低群	調整済み 残差	χ^2 値
子1人群	用事時親戚に預ける	9(3.3%)	-2.2	18(7.8%)	2.2	4.93*
子2人群	用事時夫の母親に預ける	302(29.1%)	-3.0	309(35.6%)	3.0	9.16**
	用事時きょうだいに預ける	138(13.3%)	-2.8	156(18.0%)	2.8	7.92**
	自由時妻の母に預ける	447(43.0%)	-2.5	424(48.8%)	2.5	6.35*
	自由時妻の父親に預ける	171(16.5%)	-2.8	187(21.5%)	2.8	7.95**
	自由時夫の母親に預ける	145(14.0%)	-2.2	153(17.6%)	2.2	4.79*
	自由時きょうだいに預ける	71(6.8%)	-2.1	82(9.4%)	2.1	4.35*
	自由時友人に預ける	61(6.0%)	-2.6	78(9.0%)	2.6	6.72*
	自由時園に預ける	198(19.1%)	2.0	135(15.5%)	-2.0	4.07*
	相談を夫にする	689(65.6%)	-2.4	616(70.9%)	2.4	5.99*
	相談を妻の母親にする	631(60.7%)	-2.5	576(66.3%)	2.5	6.28*
	相談を夫の母親にする	447(43.0%)	-2.5	424(48.8%)	2.5	6.35*
	相談を夫の父親にする	42(4.0%)	-2.5	57(6.6%)	2.5	6.09*
子3人以上群	用事時親戚に預ける	12(3.8%)	-2.5	27(8.5%)	2.5	6.05*
	自由時友人に預ける	48(15.3%)	2.1	31(9.8%)	-2.1	4.31*
	相談を幼稚園にする	65(20.7%)	2.1	45(14.2%)	-2.1	4.56*
	相談相手が夫だけ	14(4.8%)	-2.2	28(9.6%)	2.2	4.98*

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

分析4：子どもの数別育児不安とソーシャル・サポート

分析1により、交互作用が有意であり、子どもの数によってソーシャル・サポートと育児不安の関係が異なることが推測されたので、子どもの数の3群それぞれで、育児不安を従属変数、ソーシャル・サポート、また、育児不安に寄与すると考えられる子どもの気質、配偶者の協力、自尊感情を強制投入する重回帰分析を行い、子どもの数3群において育児不安へのソ

シャル・サポートの寄与の違いを検討した。その結果、子3人以上群だけがソーシャル・サポートが育児不安に有意な寄与を有していた ($\beta = -.09$, $p < .05$) (表3)。

分析5：子どもの数によるソーシャル・サポートの比較

子どもの数3群で用事時ソーシャル・サポート、自由時ソーシャル・サポート、相談ソーシャル・サポート、それらを合計したソーシャル・サポートの数を比

表2 育児不安を予測変数とした重回帰分析結果

	子1人群	子2人群	子3人以上群
ソーシャル・サポート	0.64	-.01	.09*
自尊感情	-.43***	-.40***	-.39***
子どもの気質	.29***	.16***	.23***
夫の育児協力	-.10**	-.10***	-.13***
重相関係数	.356***	.261***	.312***

数字は標準化係数

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

表3 ソーシャル・サポートの平均値と標準偏差

	子1人群		子2人群		子3人以上群	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
ソーシャル・サポート	10.0	5.0	10.5	5.4	10.9	5.9
用事時サポート	3.8	2.5	4.1	2.5	4.3	2.7
自由時サポート	2.1	1.4	2.2	1.6	2.1	1.7
相談サポート	4.2	2.5	4.3	2.6	4.4	2.8

表4 子1人群と子3人以上群で有意な差が認められたソーシャル・サポート

	子1人群	調整済み 残差	子3人以上群	調整済み 残差	χ^2 値
用事時妻の母親に預ける	292(57.8%)	2.4	320(50.8%)	-2.4	5.57*
用事時友人に預ける	192(38.0%)	-3.7	309(49.0%)	3.7	13.83***
用事時近所に預ける	95(18.8%)	-3.6	176(27.9%)	3.6	12.84***
自由時妻の母に預ける	234(46.3%)	3.1	235(37.3%)	-3.1	9.44**
自由時妻の父親に預ける	84(16.6%)	2.2	76(12.1%)	-2.2	4.86*
自由時友人に預ける	35(6.9%)	-3.1	79(12.5%)	3.1	9.76**
自由時近所に預ける	12(2.4%)	-2.2	31(4.9%)	2.2	4.98*
自由時園に預ける	105(20.8%)	3.1	87(13.8%)	-3.1	9.72*
相談を妻の母親にする	325(64.4%)	2.5	359(57.0%)	-2.5	6.36*
相談を親戚にする	24(4.8%)	-2.3	51(8.1%)	2.3	5.08*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

較した。その結果、ソーシャル・サポート ($F(2, 3042) = 3.35, p < .05$)、用事ソーシャル・サポート ($F(2, 3042) = 5.89, p < .01$)で有意な差が認められ、多重比較では、ソーシャル・サポート、用事ソーシャル・サポート共に子3人以上群が子1人群より多かった。

分析6：子1人群と子3人以上群で異なるソーシャル・サポート

ソーシャル・サポートの数が有意に異なった子1人群と子3人以上群で、ソーシャル・サポートの対象にどのような違いがあるか、各ソーシャル・サポートに頼るか頼らないかと子1人群、子3人以上群で4分割の χ^2 乗検定を行った(表4)。その結果、子1人群は妻の母親、父親、そして、幼稚園に預ける割合が、子3人以上群に比して多く、友人、近所親戚に預けたり相談する割合が子3人以上群に比して少なかった。

4. 考察

育児不安とソーシャル・サポートの関係は、交互作用が認められ、ssL群は子どもの数により育児不安が異なり、については、子どもを預けたり相談をしたりする対象が少ない方が高く、また、子2人群が子1人や子3人以上群に比して高かった(分析1)。育児不安は子どもの数と関係ない(牧野, 1982)という先行研究もあるが、幼稚園児をもつ無職の母親に関しては、子1人群や3人以上群よりも子2人群の母親の育児不安が高いという結果だった。その最も育児不安の高い子2人群において、育児不安高群と低群では、ソーシャル・サポートに有意差が認められ(分析2)、また、預けたり相談する対象別でも有意差が認められる対象が多く(分析3)、ソーシャル・サポートの有無、あるいは

はサポートを利用することができるかどうかが育児不安に反映されていることが推測された。このような差は、子どもが2人では、実質的に子どもが1人よりも子どもにかかる手間も増えることから生じるのか、あるいは子育ての初期には皆サポートが少ないが、時期が経つにつれ、ソーシャル・サポートを得たり、活用したりすることに有意な差が認められることから生じると考えられる。子3人以上群のみがソーシャル・サポートから育児不安へ有為な寄与が認められる(分析4)こともこれを裏づける。社会に出ていく機会がある母親の方が育児不安が少ない(牧野, 1982)ことから、育児不安高群はそのためにより知り合いを作ることができず、預ける対象が少なくなるとも推測される。

子どもの数が増えると、ソーシャル・サポートも多くなっており、仮説2は検証された(分析5)。特に用事がある時に頼む対象という、差し迫った必要のあるときに頼れる対象は、有意に多かった。また、その対象として、子1人群が子3人以上群との比較で有意に多かったのは、自身の親などの身近な対象からのサポートで、逆に子1人群に比して子3人以上群に多かったのは、友人などの社会的に広がった対象であった(分析6)。このことから、子どもの数が増えると、ソーシャル・サポートネットワークが広がることが推測される。森永ら(2003)は産後1年間に抑うつを減らすネットワークの対象が、近親者からそれ以外の者に変化することを明らかにしたが、子どもが幼児期であっても、子どもの数が多い方が、ネットワークが広いことが分かった。その理由としては、子どもの数が増えることで、子どもを介しての知り合いが増える他、子どもを預けたり相談することに対する抵抗が少なくなると考えられる。また、今回の項目で、幼稚園は、子1人群の方が多く頼っていたことから、

友人や近所の人など社会的なネットワークの対象ではなく、親と同様、身近なソーシャル・サポートとして位置している可能性が示唆された。

最後に本研究の限界及び今後の課題について述べる。本研究では、研究対象が幼稚園児をもつ母親であり、この結果が幼児をもつ親全体にも妥当であるかどうかは、保育所に通う子どもをもつ親についても調査する必要がある。また、ソーシャル・サポートの内容として、子どもを預けられる、子どもについて相談できる、という問いで測定したが、ソーシャル・サポートの他の機能についても検討する必要がある。さらに本研究では、精神的、身体的健康状態を客観的に測定する指標を用いておらず、育児不安の深刻さを客観的に示すことができなかつた。育児不安は、生活の中で解消していくことも可能だが、中には精神科医療や福祉の介入が必要になる場合あり、育児不安の高い人の中のどこに現実的な介入が必要な深刻な抑うつに親が落ち込んでいるかを探ることが必要であろう。抑うつ状態は本人や家族には自覚されず、むしろもっと頑張らねばならない状態と取り違えられることも多いだけに、育児不安の中から抑うつを掬い上げ介入につなげられる指標を見つけるためにも、精神的指標を用いて、精神医学的に積み重ねられてきた産後抑うつの研究とのリンクが必要であると考えられる。

また、今回の研究から、幼児期に夫に子どもを預けられるかどうかは妻の育児不安を予測する要因であることが分かったが、今後、乳児期、あるいは産前からのどのような要素が、妻が夫に子どもを預けるか否かの決定につながるのか、という縦断的な研究が必要と考える。更に、本研究では、核家族のみを分析対象としたが、拡大家族と核家族では、家族のメンバーが異なることから、ソーシャル・サポートの対象も異なることが推測される。その分析も課題である。

引用文献

天富美蘭子・土井智美・木寺克彦。(1992). 1ヶ月児を持つ母親の育児状況とそれへの支援について. *小児保健研究*, **51**, 528-534.

Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A process Model. *Child Development*, **55**, 83-96.

Brown, G. W., Andrew, B., Harris, T. O. & Adler, Z. (1986). Social Support, self-esteem and depression. *Psychological Medicine*, **16**, 813-831.

Crockenberg, S. B. (1981). Infant irritability,

mother responsiveness, and social support influences on the security of infant-mother attachment. *Child Development*, **52**, 857-865.

Hisata, M., Miguchi, M., Senda, S., & Niwa, I. (1990). Childcare stress and postpartum depression: An examination of the stress-buffering effect of marital intimacy as social support. *Research in Social Psychology*, **6**, 42-51.

飯長喜一郎、竹田真木、加藤邦子、小野寺敦子、亀山美津子、福丸由佳、尾崎康子、土谷みち子、清水弘司 (1999). 育児支援の研究 母親、父親、子どものデータから. *家庭教育研究所紀要*, **20**, 48-158.

牧野カツコ (1985). 乳幼児をもつ母親の育児不安：父親の生活および意識との関連. *家庭教育研究所紀要*, **6**, 11-24.

森永京子・山内隆久 (2003). 出産後の女性におけるソーシャルサポートネットワークの変容. *心理学研究*, **74**, 5, 412-419.

Murray, L., Stanley, C., Hooper, R. et al., (1996). The role of infant factors in postnatal depression and mother-infant interactions. *Developmental Medicine and Child Neurology*, **38**, 109-119.

永瀬伸子。(2000). 女性の結婚・出産と就業継続：近年に見られる変化. 統計研究会編 労働市場の構造変化とマッチングシステム, pp.233-256.

難波茂美・田中宏二。(1999). サポートと対人葛藤が育児期の母親のストレス反応に及ぼす影響—出産直後と3ヶ月後の追跡調査—. *健康心理学研究*, **12**, 37-47.

Paykel E. S., Emms E. M., Fletcher J., Rassaby E. S. (1980). Life events and social support puerperal depression. *British Journal of Psychiatry* **136**: 339-346.

酒井敦・松本聡子。(2002). 育児環境における母子関係の研究(4)—常勤者とパートタイマーによる子育てストレスを緩和するソーシャル・サポートの比較—. 日本発達心理学会第13回大会発表論文集, p.84.

佐藤達哉・菅原ますみ・戸田まり・島悟・北村俊則。(1994). 育児に関連するストレスとその抑うつ重症度との関連. *心理学研究*, **64**, 6, 409-416.

住田正樹・中田周作。(1999). 父親の育児態度と母親の育児不安. *九州大学大学院教育学研究紀要*, **2**, 19-98.

諏訪きぬ・戸田有一・堀内かおる。(1998). 母親の育児ストレスと保育サポート. 川嶋書店.

田中昭夫・尾添真希子. (1996). 幼児を保育する母親の育児不安を軽減する要因の検討. *家庭教育研究所紀要*, **18**, 61-68.

山本真理子・松井豊・山成由紀子. (1982). 認知された自己の諸側面の構造. *教育心理学研究*, **30**, 64-68.

吉田敬子. (2000). 母子と家族への援助—妊娠と出産の精神医学—. 金剛出版, p.104.