ライフスタイルと家族の健康の縦断調査

――妊娠中の状況――

中　山　美由紀[1]　　福　丸　由　佳[2]　　小　泉　智　恵[3]　　無　藤　　隆[4]

本研究は、家庭生活と職業生活の両立プロセスおよび夫婦を中心とする家族関係における要因と、親自身の心理的健康との関連を検討し、さらに子どもの心理的健康への影響を解明することで、現実の育児支援や仕事と子育ての両立に対して具体的な施策の提言を行うことを大きな目的としている。その際 因果関係を明らかにするため、従来のような横断的研究にとどまらず、出産前からの縦断的研究を行うこととする。特に父親・母親双方を対象に、妊娠・出産・子育て期を通じた縦断的調査を行うことにより、ストレスの発生機序、および心理的健康・不健康への影響を解明しようとするものである。なお、本研究は、現在もデータを収集中であるため、今回は妊娠期の状況を大まかに捉えて報告する。妊娠中の夫婦の心理的健康度は、夫のほうが妻より有意に良好であり、夫の妊娠における変化において、妻は、家事などの物理的なサポートに夫の変化がみられると感じていると同時に、一方で夫はより一生懸命働くようになったと感じている。このように妊娠期における夫の変化に対しても、すでに夫と妻の意識には差があることが示唆された。また、男性は親となることの肯定的側面のみを意識し、女性は親となることの肯定的側面と否定的側面の両面を意識していた。これらから、妊娠中から夫婦間で意識のずれがあることをお互い認識し、そのずれに対してサポートしていくことが重要である。

研究背景

近年、育児困難を訴える母親の増加や育児ストレスによる精神疾患等が報告されるようになり、子育てが困難な母親の増加が大きな社会問題となりつつある。このような状況をふまえて、子育てサポートセンターの設置など子育てに関するさまざまな施設や活動の増加と多様化を目指すことを目的に厚生省が育児支援策として、「健やか親子21」「新エンゼルプラン」などを打ち出している。また、父親が育児に参加することは、子どもの社会性などの発達に重要な影響を与え（神原 2000)、さらに母親の満足感や育児不安の軽減をもたらすことが明らかにされている（神原　2000、新田 1999)。父親の育児参加は母親、子どもにとって重要であり、母親のみならず、父親に対しても育児に関する支援が必要である。

平成12年の国勢調査によると、共働きの世帯割合は約28％と、女性の社会進出に伴い増加の傾向は続いている。妊娠、出産、育児を行いながら仕事を継続しているものも多くいるため、仕事と育児の両立へのサポートは不可欠である。現代の仕事を取り巻く環境は、労働市場の長期的な変化に加え、失業率の高水準推移などの社会経済的な状況の中であるため、仕事と家庭のバランスを図り精神的・身体的健康を維持することは、父親、母親共に益々重要な問題である。(福丸 2004)。

はじめて親になる男女が、親になる過程及び子どもを養育していく過程は、「世話、生殖性」という発達課題を経験していく過程であると同時に夫婦２人だけの生活環境が大きく変化し親という新たな役割を担う事に伴う様々な変化が起きる時期である（小野寺 2003)。つまり、仕事と家庭の複数の役割に従事する事になる。このような多重役割は、福丸（2000)、小泉（1999）によると、成人期において心理的にも大きな影響力を持つと報告している。多重役割に関しての研究の多くは、共働き世帯の増加を背景に既婚女性、特に母親を対象に多重役割遂行に伴って生じる両役割間

1 大阪府立看護大学　　2 聖徳大学人文学部　　3 国立精神神経センター国立精神保健研究所
4 お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター（現所属：白梅学園短期大学）

の葛藤を検討している。福丸（2003）によると、従来の多重役割研究は、労働市場参入に伴って生じる既婚女性の役割間葛藤に焦点があてられてきたため、研究対象が母親に限られていたという問題点があると指摘している。つまり、成人男性の職場のストレス研究などは多いものの、家庭役割に主眼をおきつつ仕事役割との相互関係について検討するという研究は非常に少ない。父親に対する多重役割の研究を行うことは、家庭と仕事の両立過程における父親自身の心理的健康度の促進という視点を明らかにすることができると考える。さらに、夫婦単位に分析することにより、仕事と家庭の両立過程における夫婦の相補性や夫婦間の関連や家族関係に与える要因を明らかにすることが可能となる。

多重役割の両立プロセスは、その人の置かれた状況によって変化していくものであるため、出産以前の夫婦関係が出産後以降の家族関係、さらに心理的健康に少なからず影響を及ぼすことも予想される（福丸，2003）。こうした点を踏まえると、精神的健康に影響する要因について一時点でのデータから因果関係を推測することは難しい。また多重役割の遂行における発達的・肯定的な側面や精神的不健康からの回復は、経時的変化を記述する方法によって初めて明らかになる。これら考慮すると、夫婦を対象に多重役割の両立プロセスを妊娠期から継続して検討していくことにより、現実の育児支援や仕事と子育ての両立に対して具体的な施策の提言を行うことができると考える。

目　的

本研究において、父親、母親を対象に仕事と家庭の多重役割と心理的健康との関連を検討するが、その際、因果関係を明らかにするため、従来のような横断的研究にとどまらず、出産前からの縦断的研究を行うこととする。つまり、家庭生活と職業生活の両立プロセスにおける要因および夫婦を中心とする家族関係における要因と、親自身の心理的健康との関連を検討し、さらに子どもの心理的健康への影響を解明することで、現実の育児支援や仕事と子育ての両立に対して具体的な施策の提言を行うことを大きな目的としている。特に父親・母親双方を対象に、妊娠・出産・子育て期を通じた縦断的調査を行うことにより、ストレスの発生機序、および心理的健康・不健康への影響を解明しようとするものであり、また父親・母親・子ども、という家族システムにも焦点をあてることで、親自身の成長発達に加え家族関係の変容についても検討していく。

方　法

1）調査手順

平成14、15年度出産予定者の夫婦を対象に調査を行うため、東京都内８ヶ所の保健所、埼玉県内１ヶ所の保健所、神奈川県内１ヶ所の病院の協力を得て、各機関で行われている母親学級・両親学級の開催時に、研究者が出向き、調査の目的と概要を説明し、質問を受けた上で参加者全員に調査用紙を配布した。調査用紙は夫用、妻用を１セットとし、調査の概要および研究者の連絡先を記した挨拶状、返送用封筒とあわせて封筒にいれ、１世帯に１部ずつとした。協力可能な場合には、自宅で調査用紙に記入してもらい、回収は夫と妻それぞれ別の封筒に入れて郵送してもらった。

2）調査時期

第１次調査；妊娠中期から後期（調査用紙配布期間：平成14年３月～平成15年10月）
第２次調査；出産後約６ヶ月
第３次調査；出産後約１年。
以後、年に１回ずつ質問紙を送付して調査を実施する。

3）対象

対象は上記機関の母親学級・両親学級に参加した、平成14年度および15年度に出産予定の妊娠中の夫婦。

平成15年12月頃までに約800組の夫婦からデータを得る予定だが、本研究ではその約９割近くにあたるデータが得られている。

4）調査内容

第１次調査；心理的健康（抑うつ尺度およびGHQなど）、夫婦関係、性役割観、家事分担比率、妊娠による夫の変化、生まれてくる子どもに対する意識（親になることへの意識）、理想の親像、SES（人口統計学的因子）など。なお有職者には仕事役割における状況や仕事に対する意識、仕事と家庭の多重役割の状況やそれに対する意識など。

第２次調査以降；第１次調査時に加え、現在の親子関係、育児分担比率、子どもの気質など。

平成15年度における研究

本研究は、現在もデータを収集中である。本年度中に約800組の夫婦からデータを得る予定だが、本研究ではその約9割近くにあたるデータの分析を行った。詳細な分析は全データがそろったところで行うことにする。そのため今回は妊娠期の状況を大まかに捉えて、心理的健康度、妊娠中の夫の変化、親になることについて、夫婦間の比較の結果を検討したので報告する。

結　果

1）対象

総配布数2442組のうち、回収数は、夫712人、妻873人、今回は第1回目調査の第1子妊娠夫婦のみを分析の対象とし、かつ不適切な回答を除いたため、有効回答数は夫695人、妻859人であった。

対象者の妊娠月数は中期から後期がもっとも多く、妊娠初期（5ヶ月未満）1.5%、中期（5ヶ月以上8ヶ月未満）63.3%、後期（8ヶ月以上）34.7%、不明0.5%であった。平均年齢は夫が31.9歳（17～55）、妻は29.9歳（17～45）であった。夫の就業状況は常勤が87.5%、非常勤5.5%、無職0.7%、その他4%、不明2.3%、妻の就業状況は常勤18.0%、非常勤15.7%、無職60.4%、その他1%、不明4.9%で、就業している人の職業は民間72.7%、自営業16.6%、公務員10.7%だった。

夫の学歴は中・高卒20.6%、短・専門卒15.4%、大卒52.8%、大学院卒10.2%、不明1%、妻は中・高卒17.8%、短・専門卒46.8%、大卒32.7%、大学院卒2.1%、不明0.6%だった。

2）妊娠期の夫婦の心理的健康度

妊娠中における夫婦の心理的健康度を把握するために、GHQ-30を用いた。分析はGHQ-30のカットオフ値により、0、1点としその合計得点で評価した。

GHQ-30の夫の平均点は3.75±4.61（0～29）、妻は4.82±5.23（0～28）であった。夫婦間の心理的健康度の平均値を比較すると有意に差がみられた（$t=-3.983$, $p<.001$）。年齢による差は、夫、妻両者ともみられなかった。また、妊娠時期による違いも、夫、妻ともに認められなかった。

3）妊娠中の夫の変化

妊娠期における夫婦間の家事分担に関して、男女比較を行った結果をTable 1に示している。ごみだし以外の項目はいずれも妻のほうが分担の度合いが高い。

妻の妊娠中における夫の変化について、夫婦間に認知の違いについて、Figure 1に示している。その結果、「妻の身体を以前より気遣うようになった」「他の子どもに興味がわくようになった」については、夫婦の差はなく、かつ共に高い得点を示している。しかし、夫の変化に対して、夫婦それぞれの受け止め方に違いが見られる項目もあった。妻は自分が妊娠してから、夫が「家事を手伝うようになった」、また「一生懸命働くようになった」と強く感じる傾向があり、それに対して夫の方では妻の妊娠によって、自分は「帰宅時間がはやくなった」、「妻の話をよく聞くようになった」と感じていることが示された。

4）親となる意識の夫婦の比較

親になる意識では、「子どもを持つことで自分がより柔軟になるだろう」（$t=2.48$, $p<.05$）「子どもと一緒にいるのが楽しくなるだろう」（$t=2.27$, $p<.05$）では妻に比べて夫の方が有意に得点が高く、他方、「自分の経験が豊かになるだろう」（$t=-4.94$, $p<.001$）「子育てによって忍耐強くなるだろう」（$t=-2.07$, $p<.05$）「子育てによって人を思いやる気持ちが強く

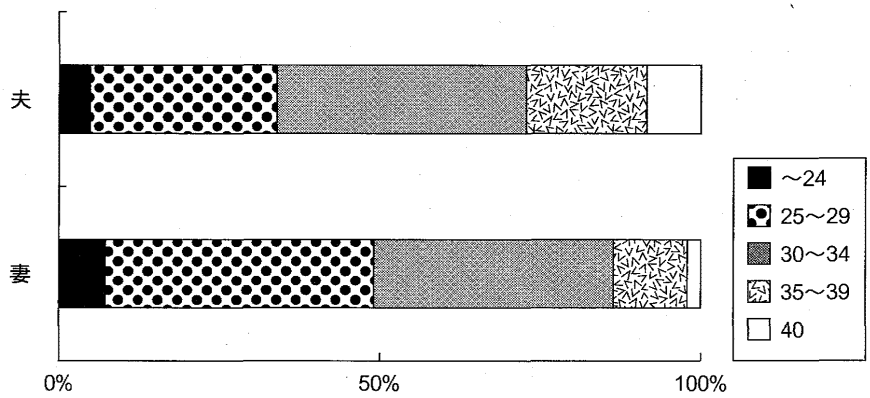

Figure 1　対象者の年齢

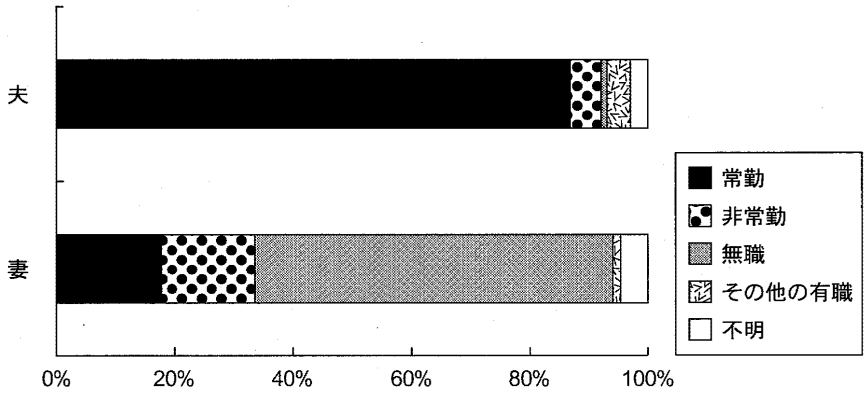

Figure 2　夫婦の就業の状況

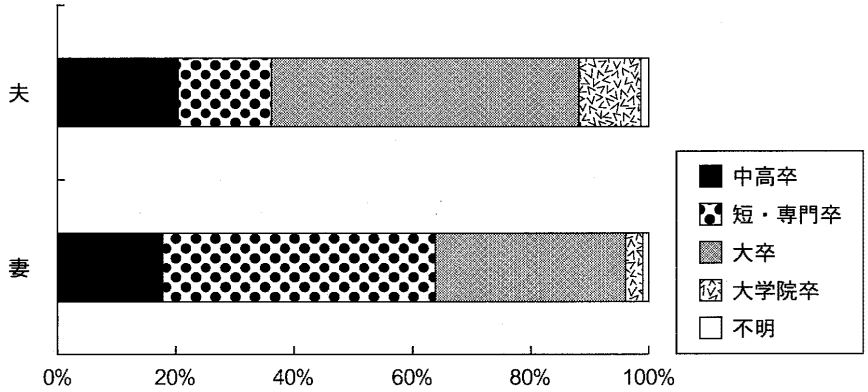

Figure 3　夫婦の学歴

Table 1　家事分担の夫婦比較

(SD)

家事参加の項目	夫		妻	t 値
買い物をする	1.99 (.89)	<	4.27 (.78)	53.89***
食事をつくる	1.39 (.73)	<	4.65 (.71)	89.71***
食後の後片付けをする	1.95 (1.14)	<	4.22 (1.08)	40.40***
ごみを出す	3.10 (1.53)	>	2.99 (1.57)	-2.33*
掃除をする	1.82 (1.02)	<	4.30 (.96)	49.16***
洗濯物を干したりたたんだりする	1.67 (.92)	<	4.48 (.84)	63.13***

*：$p<.05$；　***：$p<.001$

なるだろう」(t=-2.54, p<.05)「子どもに対していらいらすることが多くなるだろう」(t=-11.05, p<.001)「子どもを持つと精神的に休まらないだろう」(t=-8.20, p<.001)「子育てで我が家の経済的な負担が重くなるだろう」(t=-4.70, p<.001)「環境的に子育てしにくいだろう」(t=-3.11, p<.01)においては夫より妻の方が有意に高かった。

理想の親像では、「明るい」(t=-5.50, p<.001)「おおらかな」(t=-2.15, p<.05)「温かい」(t=-2.92, p<.01) で妻の方が有意に高く、「厳格な」(t=5.27, p<.001) で夫の方が有意に高かった。

理想の親子関係では、「子どもと一緒に喜びを分かち合いたい」(t=-4.03, p<.001)「子どもの気持ちを大切にしたい」(t=-2.89, p<.01)において夫より妻の方が得点が高かった。これに対して、「子どものことは親が主導権を握りたい」(t=3.48, p<.001)「子どものことは何でもコントロールしたい」(t=2.61, p<.01)においては妻より夫の方が高かった。こうした結果か

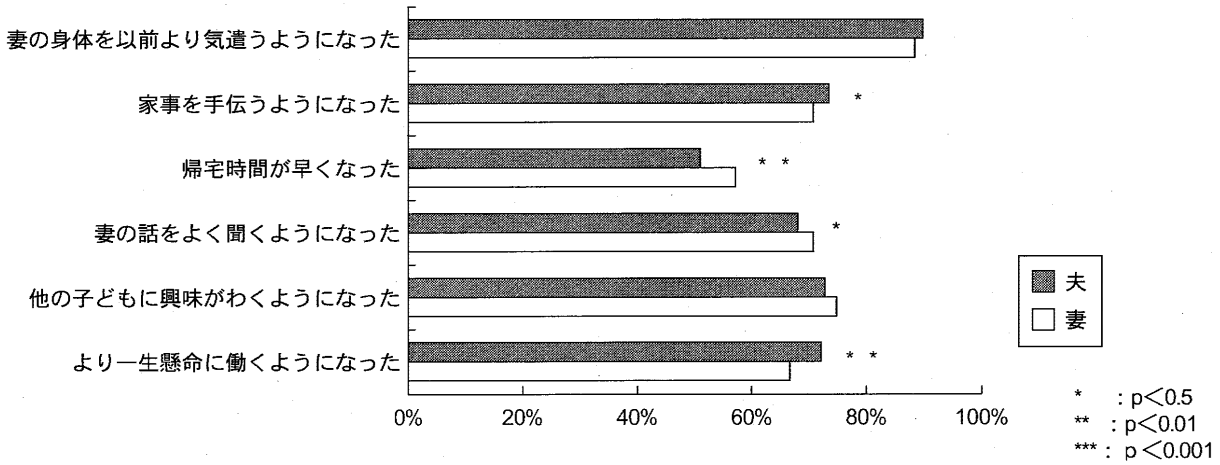

Figure 4　妊娠中における夫の変化

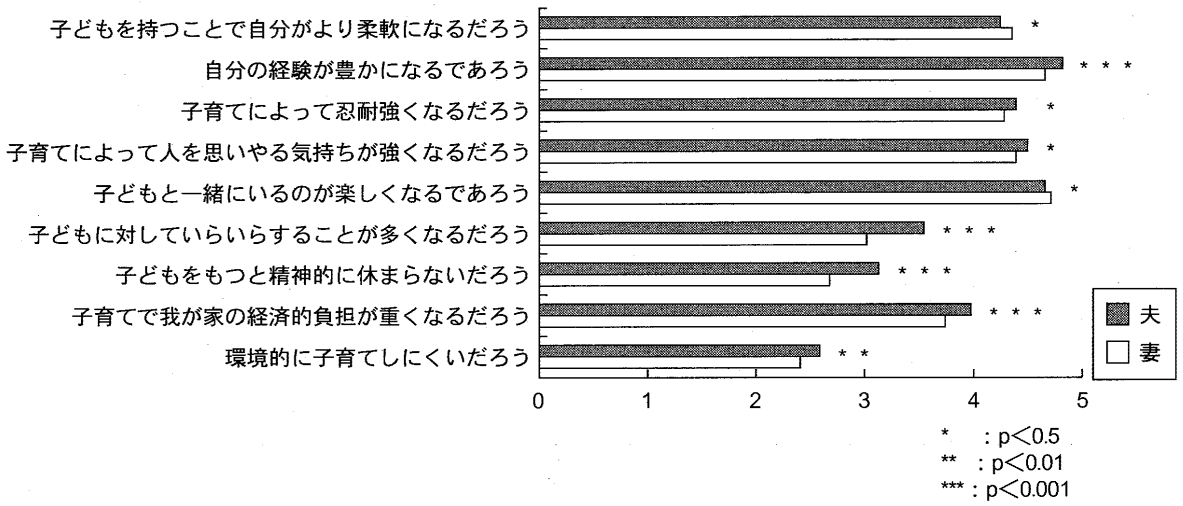

Figure 5　親となる意識の夫婦比較

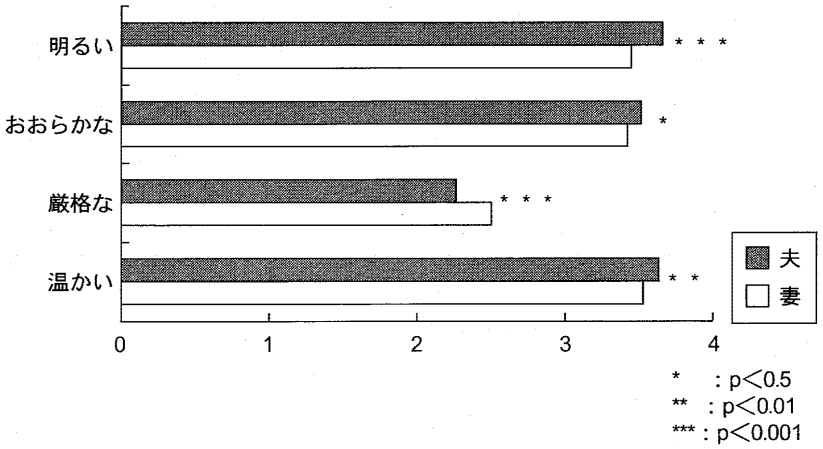

Figure 6　理想の親像の夫婦比較

ら、妻は子どもと情緒的つながりとコミュニケーションを多く持ちたいと考える一方で自分自身の考えや世界を大切にしたいと考えていた。夫は子どもを指導・統制する関係性を重視していた。

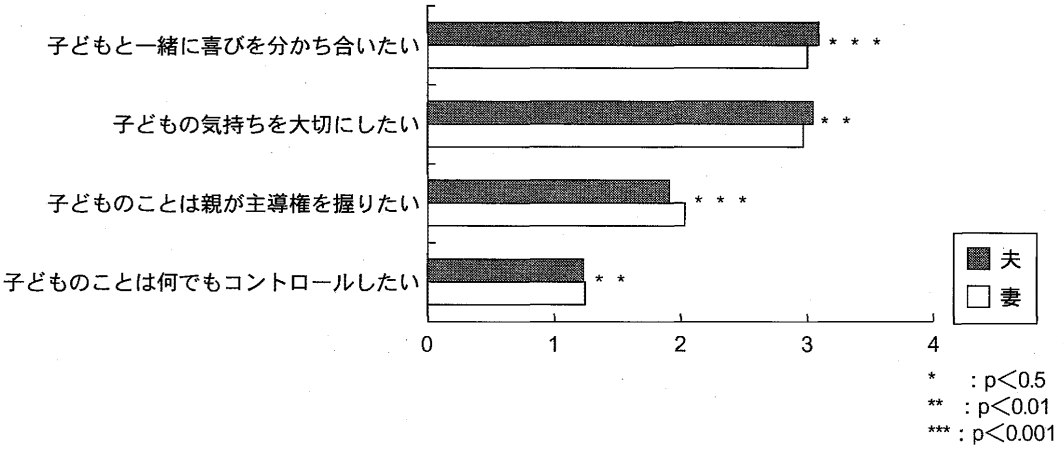

Figure 7　理想の親子関係の夫婦比較

考　察

本研究の対象者の母親年齢は第１子出産年齢の全国平均とほぼ同じであった。また、第１回21世紀出生児縦断調査によると、第１子出産１年前に就業している母親は全国で24.6％と報告されているが、本研究の対象者の母親は常勤、非常勤の合計33.7％と全国平均より高い傾向であった。これは南関東に在住している母親であり、地域別に報告している21世紀出生児縦断調査のものと同様に全国平均より高い傾向にあると考えられる。つまり本調査の対象者の母親は全国大規模調査である21世紀縦断調査で報告されている１月出生児の母親の就業形態の南関東在住のものとほぼ同様である。

妊娠中の夫婦の心理的健康度は、妻側の研究が多く報告されている。その中で、妊娠期の女性は両価的感情や不安を多く持っておりストレスの多い葛藤に満ちた情緒的状態であり、一般成人女性に比べて不安のレベルが高いことが指摘されている（我部山　1994、新道　1990）。妊娠期の女性の心理的健康度は、特に不安について検討されているものが多い。本研究では心理的健康度を不安のみで評価せず、縦断研究を行うにあたり、一般的な心理的健康度を評価するために、GHQ－30を用いた。その結果、夫との有意差が認められたが、これは妊娠期の女性が持つ特有の心理状況を反映していると考える。また、川田(1988)、松岡(2002)らは、妊娠時期における心理状態の違いについて検討しているが対照群が異なるため、同一の見解を示していない。本研究の対象者は60％以上が妊娠中期であり、時期による検討は十分できなかったが、妊娠時期による変化は、家族の発達過程も含めて検討していくことが今後の課題となるのであろう。

乳幼児を持つ母親にとって、父親からの物理的・情緒的サポートが重要な意味を持っていることは、既に多くの研究が指摘するところである。特に父親の情緒的支援行動は、育児中の母親の心身を安定させ、育児を充実させることにつながり、母子間の愛着も安定する傾向にあるといわれている(大日向　1981、首藤1997)。本研究の結果において、夫は妻の妊娠によって仕事を早く切り上げ、かつ家では妻の話にも耳を傾ける、などの情緒的サポートも行っているという夫自身の自己評価に対して、妻のほうは夫ほどにはそういった変化を感じていないことがうかがえた。すなわち妻は、家事などの物理的なサポートにおいて夫に変化がみられると感じていると同時に、一方で夫はより一生懸命働くようになったと感じている。このように妊娠期における夫の変化に対しても、すでに夫と妻の意識には差があることが示唆された。中山（2003）は１歳６ヵ月児をもつ母親を対象に父親と育児をともにしている気持ち（育児共同感）と父親の育児支援行動との関連を検討している。父親の情緒的支援を感じている母親や、母親から父親へ情緒的支援があるもののほうが育児共同感を多く持っていた。また、藤原（1997）は１歳を過ぎると父親の行動と母親の期待との差が増加していく傾向にあるといわれている。これらから、妊娠中から夫婦間で意識のずれがあることをお互い認識し、そのずれに対してサポートしていくことが重要である。

親になることに意識の変化に関しての夫、妻の比較においては、夫は親となることの肯定的側面のみを意識し、妻は親となることの肯定的側面と否定的側面の両面を意識していた。これらは先行研究（小野寺

2003）と同様の結果であった。こうした意識は理想の親像、理想の親子関係にも表れており、男性は伝統的な父親イメージを持ち、子どもとの関係で権威や指導を重視していた。他方、女性は母親として子どもを温かく見守るようなイメージを持ち、情緒的つながりと親密なコミュニケーションを望む一方で、子育ての実質的な負担を懸念し、むしろ自分自身を大切にしたいと考えていた（小泉　2004）。

以上、妊娠期の夫婦を対象に、対象者の概要、心理的健康度、家事分担、妻の妊娠による夫の変化、親になることの変化などについて検討してきた。現在妊娠中の全データは分析中であり、出産後6ヶ月時のアンケートも配布、回収を行っている。縦断研究により分析を続けることにより、妊娠から出産後の夫婦の役割変化などが分析でき、現実の育児支援や仕事と子育ての両立に対して具体的な施策の提言ができると考える。

引用文献

大日向雅美　1981　母性の発達と妊娠に関する心理的な構えと関連性について．周産期医学，11，1531-1537．

小野寺敦子　2003　親になることによる自己概念の変化．発達心理学研究，14(2)，180-190．

我部山キヨ子　1994　妊婦の意識の変化―母性意識の確立―．Perinatal Care，13(1)，31-41．

川田清弥・川田洋一・亀谷由香他　1988　妊産褥婦の不安について．周産期医学，18(1)，151-156．

神原文子　2000　子育てと夫婦の関係．教育と医学，48(8)，43-49．

小泉智恵　1997　仕事と家庭の多重役割が心理的側面に及ぼす影響．母子研究，18，42-59．

小泉智恵・福丸由佳・中山美由紀・無藤　隆　2004　妊娠期における夫婦の状況―親となる意識の男女比較―．日本発達心理学会　第15回大会発表論文集，442．

首藤敏元　1997　夫婦関係と子ども．ペリネイタルケア，16(9)，37-42．

新藤幸恵・和田サヨ子　1990　妊産褥婦の心理社会的側面．母性の心理社会的側面と看護ケア，第1版，2-8．

中山美由紀・三枝愛　2003　1歳6ヵ月児をも母親に対する父親の育児支援行動．母性衛生，44(4)，512-520．

新田紀枝　1999　幼児を持つ母親の心身の状態の分析と地域のおける育児支援―1歳半及び3歳児健診の受診児の母親を対象として―．第29回日本看護学会論文集―地域看護―，95-97．

福丸由佳　2003　乳幼児を持つ父母における仕事と家庭の多重役割．風間書房，117-143．

福丸由佳　2000　共働き世帯の夫婦における多重役割と抑うつ度との関連．家族心理学研究，14(2)，151-162．

福丸由佳・小泉智恵・中山美由紀　2004　妊娠期における夫婦の状況．お茶の水大学論叢，6，印刷中

藤原千恵子・日隈ふみ子・石井京子　1997　父親の育児家事行動に関する縦断的研究．小児保健研究，56(6)，794-800．

謝　辞

今回の調査にご理解を示し、ご協力くださいました保健所、病院の関係者のみなさま、そして調査にご協力くださいました未来のお父様・お母様に、心から深謝いたします。ありがとうございました。