

子育て世帯の外出活動に影響を与える 育児ストレスの要因に関する研究

庄子 美優紀¹・長野 博一²・藤井 敬宏³・明渡 隆浩⁴

¹学生会員 日本大学大学院理工学研究科社会交通工学専攻 博士前期課程

(〒274-8501 千葉県船橋市習志野台7-24-1-738)

E-mail:csmi13010@g.nihon-u.ac.jp

²正会員 荒川区役所防災都市づくり部・博士(工学)

(〒116-8501 東京都荒川区荒川2-2-3)

E-mail:hiroказu.nagano@city.arakawa.tokyo.jp

³正会員 日本大学教授 理工学部交通システム工学科・博士(工学)

(〒274-8501 千葉県船橋市習志野台7-24-1-738)

E-mail:fujii.takahiro@nihon-u.ac.jp

⁴学生会員 日本大学大学院理工学研究科社会交通工学専攻 博士前期課程

(〒274-8501 千葉県船橋市習志野台7-24-1-738)

E-mail:csta14001@g.nihon-u.ac.jp

近年、都市のバリアフリー化への関心が高まり、バリアフリー新法が2006年に施行されたことにより、高齢者・障がい者の他に妊産婦等が対象となった。しかしながら、子育て世代も交通行動制限を受ける移動制約者であるものの、バリアフリー法では明確に位置づけられていないことから、対策等は後手になっているのが現状である。現代では核家族化、人々のライフスタイルの多様化が進み、子育てを取り巻く環境が変化しており、特に母親の子連れ外出については肉体的・精神的な負担等の困難が伴うことから、育児ストレスの原因にもなっている。本研究は、子育て中の母親が外出時に感じる移動抵抗要因と育児ストレスの関連性に着目し、子連れ外出時のバリアの状況及び現状の課題を明確化したものである。育児中の母親は出産を契機として交通行動が変化する点、ストレスとなる要因等を示唆し、今後の支援策の必要性について言及した。

Key Words : *childcare stress, child-rearing family, transfer resistance factor*

1. はじめに

2006年のバリアフリー新法施行後、妊婦や子育て世帯の行動制限に対応すべく「子育てバリアフリー」という新たな動きが活発化してきている。子育て世帯の育児環境も核家族化・ライフスタイルの多様化などにより変化してきており、育児ストレスを増長・増幅する社会環境となっている。この育児ストレスによる影響が、子どもを連れての外出活動の肉体的・精神的な負担等、施設利用時の様々な困難・抵抗と相まって外出活動を妨げる要因の1つになっている。さらに、公共交通機関でのベビーカー利用の位置付けがないなど、移動に「不安・ストレス」を抱えるという問題が生じている。そのため、厚生労働省、国土交通省等、省庁の枠を超えた取り組みとして、妊婦・子育て世帯の外出活動を支援す

る子育てタクシーやファミリー・サポート事業などの対策が講じられているが、未だ外出活動(行動)に抵抗を感じる母親が多数存在している。

そこで、本研究では、子育て中の母親が外出時に感じる移動抵抗要因と育児ストレスの関連性についての実態把握を行い、子連れ外出時のバリアの状況及び現状の課題を明確化することを目的とする。

2. 既往研究の整理

本章では、各分野における既往研究について整理し、本研究の位置づけを明確にする。

(1) 心理学分野

心理学分野においては、心理的ストレス過程モデ

ルに従い、育児ストレス（ストレスを起因させる要因）と母親の心の状態が育児ストレスや産後うつへ与える影響を明確にしている文献が多い¹⁾⁷⁾。さらに、18ヶ月児を持つ母親は「怒り一敵意」を感じやすい⁸⁾等、子どもの発達段階における、母親の育児不安要因の重み付けを行い、総論的なバリアの整理がされている文献が多くみられた。これら視点は土木計画分野にも共通の概念が多いと考えられるため、実際に応用する際の参考にできる点が多数ある。

(2) 建築分野・都市計画分野

建築分野・都市計画分野においては、ベビーカー利用者の行動特性⁹⁾や妊婦は外出時の際、他の歩行者との接触や衝突に対する不安感によって、外出行動を制限する原因になっていることが明らかにされている¹⁰⁾。

また、妊婦と乳幼児帯同者が生活の中で受ける身体的・精神的な行動制限の把握を行っている研究¹¹⁾がある。

いずれも精神面におけるストレスに起因する要素として捉えることができる視点と言える。

(3) 交通分野

交通分野においては、パーソントリップ調査を用いて、子育て世帯の行動特性を分析した研究¹²⁾や、ベビーカーを抱えた段差昇降動作の危険性を定量的に検討した研究¹³⁾がある。

主に身体的・物理的要因から検証している段階であり、精神的負荷や移動の際に抵抗要因となりうるストレス要素を用いた研究は見られない。

(4) 行政や法人の報告

行政や法人の報告においては、子育てを取り巻く社会に対する考え方や、外出時の母親の不安や困難を報告している研究¹⁴⁾や、高校生を対象として、高齢者や障がい者同様、子育て世帯へのバリアフリー化の重要性について意識把握を行った研究¹⁵⁾がある。

調査結果やデータの有効活用を今後図る必要性が高く、実務的な側面として政策にうまく活用できるかが鍵と言える。

(5) 既往研究のまとめ

上記のまとめとして、子ども連れの移動頻度が増えることにより「不安」や「ストレス」が増加することから、育児ストレスは、子どもの成長過程に比例して高くなることが既往研究で明らかにされると言える。また、子育て対策について、施設面での環境整備が主となり、外出支援を目的としたサービスは足りていないことが、各自治体の子育て支援関連施策を調べた結果明らかとなっている。これらより、現在発生している社会的な問題等を踏まえ、外出支援策において不足している要因を明確にすることがまず必要であるという視点を得た。

これまで、母親の移動抵抗に影響を及ぼす心理的

な「原因」は既往研究により明らかにされているが、育児期に子ども連れで移動する際に、どのような抵抗があるかという「要因」、および精神的負荷と移動抵抗の「因果関係」に関する論文は見られなかった。そのため、本研究では、移動困難性を明確化するための実態調査を行うこととした。

3. 調査主体と調査方法

(1) 調査対象

子育て世帯の分類図を図-1に示す。

図-1より、子育て世帯は大きく一般家庭保育世帯・幼稚園世帯・保育園世帯の3分類で構成される。一般家庭保育においては、専業主婦として自宅保育をするために就業していない状況である。幼稚園世帯については、就業有無に関わらず通園が可能であるため、時短勤務（パート）での就業を行うことが可能である。しかし、保育園世帯においては、就業がほぼ絶対条件であり、日々の園への送迎を含め外出頻度が一般家庭保育世帯や幼稚園世帯と比較して高くなると推察する。

また、子育て環境は就業状況によって育児主体が異なるため、育児ストレスに加え、就業関連ストレスも伴うことが推察される。そこで本研究では、就業と子育ての面から外出行動に影響のある保育園通園世帯を調査対象とする。

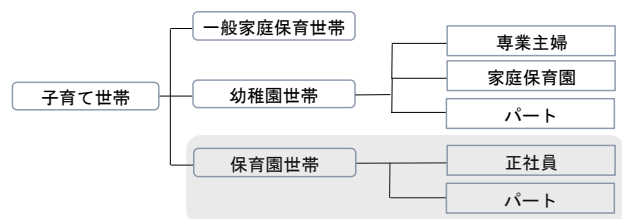


図-1 子育て世帯の分類図

(2) 分析方法

保育園通園世帯にアンケート調査を実施し、外出時の移動抵抗や精神的負荷の要因の実態を把握し、育児ストレスとの関連性を明確にする。

また、外出の際の困った経験・就業状況等と照合し、外出頻度との関係性についても明確化する。

4. 育児ストレスの要因分析（調査結果）

(1) 調査概要

育児ストレス項目について、回答者の精神状態に影響を与えないために、育児ストレスの前段階である「育児疲れ」と表記し、調査を実施した。調査概要を表-1に示す。

表-1 調査概要

調査対象	荒川区立の保育園14園へ通園している世帯
調査日	2013年11月20日～2013年12月9日
調査方法	保育園への直接配布、郵送回収
調査項目	属性、出産前後での就業状況、外出頻度、育児疲れ、保育サービス等
有効回答数 回収率	267世帯 (1303世帯中)・・・20.5%

(2) 解析結果

a) 育児疲れの有無と外出頻度の関係性

育児疲れのある母親は、外出頻度は減少傾向にあり、育児疲れが外出意欲の低下に影響を与えていると言える。一方、父親においては、育児疲れの有無に関係なく、半数以上が減少傾向にある。

外出頻度が減少した要因を図-2に示す。減少した要因として、子どもとの外出が大変であることに加え、子どもの危険性を考慮し、外出を控える傾向にあることがわかる。さらに、育児疲れのある母親に関しては、育児疲れや就業状態によって宅配サービスを利用するため、外出の必要性がなくなることが読み取れる。

また、外出の必要性がない、代わりに外出してもらおうと回答した父親が、母親よりも割合が高い。この要因として、就業疲れに加え、慣れない育児や家事を行うことにより、外出意欲の低下を招いたと推察する。

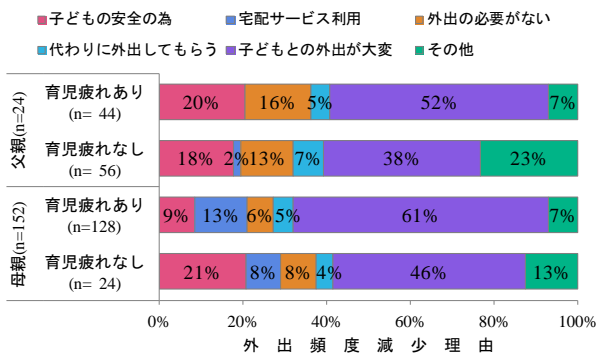


図-2 外出頻度減少理由

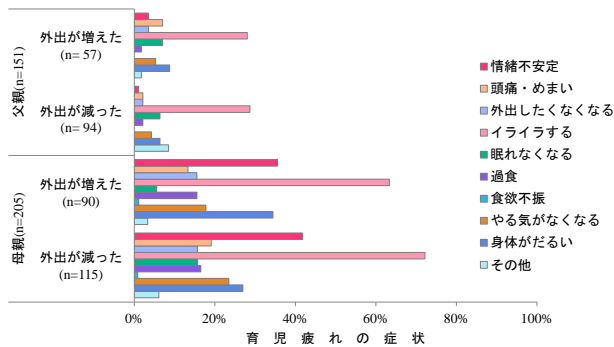


図-3 外出頻度別の育児疲れの症状

外出が増えた母親の育児疲れの症状として、身体がだるいと回答されており、外出活動が身体的に負荷を掛けている傾向にある。また、図-3の結果として、子連れでの外出時にバリアが生じるため、移動抵抗要因の1つである可能性も推察される。

一方、外出が減少した母親においては、イライラする・情緒不安定・やる気なくなる等の精神的な症状がみられる。外出機会が減少するに伴い、ひきこもりやうつ病を発症しやすく、精神的負荷が掛かることが懸念される。

b) 育児疲れと外出目的の関係性

外出頻度別、出産前後における外出目的の変化を図-4に示す。

出産後の買い物行動に着目すると、父親と母親共に、育児疲れを感じる方々は買い物目的の割合が増加しているのに対して、育児疲れを感じない方々は減少しており、買い物の有無によりトレードオフの傾向が伺える。

また、共稼ぎ世帯における家事分担を行うライフスタイルにおいて、買い物が外出負担となり、互いの育児疲れを増長させる傾向があるとも考えられる。

さらに、母親の方が育児疲れの有無に関わらず、買い物の割合が若干高い傾向にあり、食事面は未だ母親が準備を行う傾向にあると考えられる。そのため、帰宅時あるいは帰宅後の再度の外出となる買い物は、母親の更なる外出負担として育児疲れに繋がってきていると推察する。

次に、父親と母親の共通点として、出産後は子どもの遊びを目的とした外出頻度が高くなる傾向があり、ストレスを軽減させる個人の趣味やレジャーの割合が減少している。そのため、子連れの移動時の困難性・育児負担は、出産後に相対的に増加すると考えられる。そこで、子連れ外出時の困った経験について分析する。

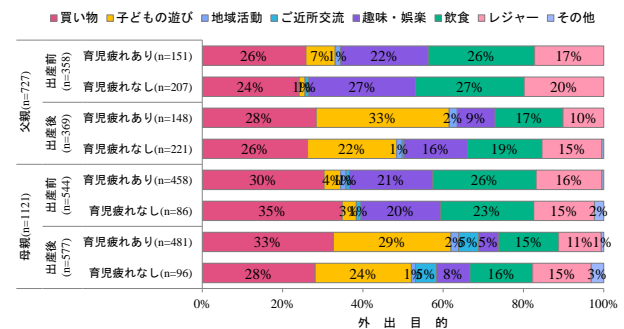


図-4 出産前後における外出目的の変化

c) 子連れ外出時の困った経験

まず、育児疲れの有無に対して、子連れ外出の際の困った経験の有無について解析した。

その結果、育児疲れのある父親は、子連れ外出時に困った経験が84%もあり、育児疲れのない父親の困った経験の43%の2倍にも及んでいる。一方、母親では、育児疲れのある母親の91%の方が経験しており、育児疲れのない母親においても70%の方が経験ありと回答している。

ベビーカー利用者の交通行動を把握した西本ら⁹⁾の研究によると、母親の単独行動が平日・休日共に極めて高いことが明らかにされている。そこで、子

どもの歩行状況と照合し、母親の子連れ外出時に困る移動手段について分析を行った。

本調査において、半数以上の世帯がマイカーを保有しておらず、普段の移動手段としては、自転車(36%)に次いで、鉄道(25%)、バス(7%)が利用されている。そのため、図-5に示すとおり、子どもが歩行できない場合の困る移動手段として、公共交通が半数以上を占める結果となっている。

また、子どもが歩行可能である場合、子どもが自ら歩くことを選択するようになる。そのため、母親の思い通りにならない行動をする傾向が表-2から読み取ることができ、困る移動手段として、徒歩時の割合が増加したといえる。

さらに、公共交通機関やエレベータ等の施設において、ベビーカーを利用した移動手段の際に移動の困難を多く認識しているといえる。

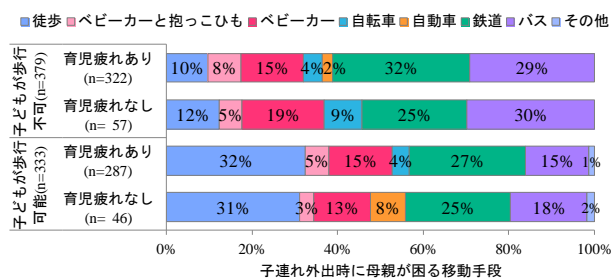


図-5 子連れ外出時に母親が困る移動手段

表-2 困った経験の具体的内容

カテゴリー	サブカテゴリー	回答数
子どもの行動 (n=35)	迷子	3
	1人で道路に出る	2
	走り回ってしまう	2
	荷物が重い	2
	自由行動(思い通りにならない)	4
	騒ぐ、大きな声を出す	6
	子どもが泣き出し、嫌な顔をされた	1
	ぐずって泣き出す	10
	ぐずって動かない	4
	買い物中に思い通りにならない	1
ベビーカー移動 (n=66)	エレベーターがない(少ない)ため、ベビーカーでの移動が困難	29
	エレベーターが遠く、移動や乗り換えが困難	8
	荷物と子どもがいるため、階段が大変	8
	ベビーカーを畳み、抱っこで立つのが辛い	4
	混雑時に乗車できない	4
	改札が狭く、通りづらい	4
	電車の乗り降りが大変	3
	公共交通機関に乗車した際、嫌な目でみられる	3
	階段のみの駅において、駅員の助けがない	2
	エレベーターに乗れない場合がある	1

d) 育児疲れと就業状況の関係性

就業変化における育児疲れとの関係性を図-6に示す。

図-6より、父親の場合、就業形態の変化は育児疲れの有無に大きな差はないが、母親の場合、7割の方が育児優先のために就業形態を変更している。就業形態の変更点としては、育児時短勤務が54%と半数を占めており、フルタイム勤務が子育てにより抑制されること、子どもの世話をする絶対的な時間が増えたこと等が要因となって、育児ストレスが発生すると推察する。

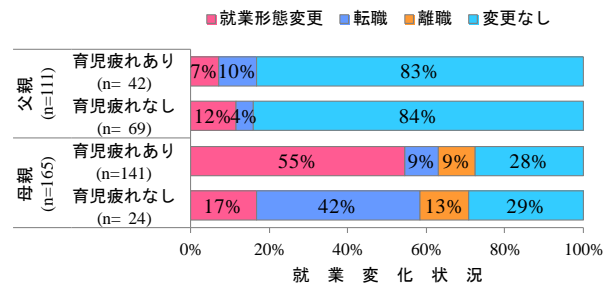


図-6 就業変化における育児疲れの有無

5. まとめと今後の展望

(1) まとめ

子育て世帯への実態調査結果より、子どもとの外出は大変であるという潜在的な移動抵抗の認識が、外出頻度を減少させる傾向にあることが明らかになった。さらに、家事分担や外出目的から、母親の育児負担量は多く、育児ストレスを感じやすくなる傾向にある。

また、出産に伴い就業状況を変更させた世帯では、子どもと接する時間が増加し、子連れでの外出頻度も増加すると考えられる。今回、外出時において最も困る移動抵抗要因として、ベビーカーでの公共交通を利用した外出が指摘されており、より具体的な抵抗要因の把握に努めることが不可欠である。

(2) 今後の展開にむけて

子育て世帯の外出活動に影響を与える育児ストレスの実態把握において、母親の育児負担量や外出移動抵抗要因を決定付けするために、心理的ストレス過程モデルを適用して移動抵抗要因の順位付けを行う予定である。この結果を用いて、現在ある支援策を見直し、子育て世帯の負担を軽減するための外出支援策を提案することを次のステップとする。

謝辞: 今回調査にご協力頂いた荒川区内の区立保育園14園に、この場をかりまして深く感謝の意を表します。ご協力いただきありがとうございました。

参考文献

- 1) 岩渕祥子, 奥澤聡子, 神川洋平, 川崎有亮, 中西恵美, 贄裕亮, 稗田太郎, 津田洋子, 和田敬仁, 野見山哲生: 母親の育児負担感への寄与因子の検討に関する研究, 信州医誌, 57(5), pp150-161, 2009.
- 2) 手島聖子, 原口雅浩: 乳幼児健康診査を通じた育児支援育児ストレス尺度の開発, 福岡県立大学看護学部紀要 1, pp.15-27, 2003.
- 3) 佐藤達哉, 菅原ますみ, 戸田まり, 島悟, 北村俊則: 育児に関連するストレスとその抑うつ重症度との関連, The Japanese Journal of Psychology, Vol.64, No.6, pp409-416.
- 4) 佐藤達哉: 育児期母親の育児関連ストレス, サポート, 対処に関する基礎的研究 児童育成研究, Vol.6,

- pp.42-55.
- 5) 吉村茂美, 真鍋えみ子, 瀬戸正弘, 上里一郎: 育児ストレスサー尺度の作成の試み, 母性衛生 47, pp.386-395, 2006.
 - 6) 吉田弘道: 育児不安研究の現状と課題, 専修人間科学論集心理学篇, Vol.2, No.1, pp.1-8, 2012.
 - 7) 鈴宮寛子, 山下洋, 吉田敬子: 出産後の母親にみられる抑うつ感情とボンディング障害—自己質問紙を活用した周産期精神保健における支援方法の検討—, 精神科診断学, 14(1), pp49-57, 2003.
 - 8) 武田江里子: 18 か月児を持つ母親の「怒り—敵意」に関する要因および胎児感情への影響—妊娠末期から産後 18 か月までの日本 POMS による追跡調査から—, 日本助産学会誌, J. Jpn. Acad. Midwif., Vol.23, No.2, pp.196-207, 2009.
 - 9) 西本由紀子, 上野勝代, 梶木典子: 公共交通機関におけるベビーカー利用者の行動特性に関する研究, 日本建築学会技術報告集, Vol.16, No.33, pp.727-730, 2010.
 - 10) 大野隆造, 高山友紀, 添田昌志, 小林美紀: 妊婦が他の歩行者から不安を感じる状況の定量的分析日本建築学会計画系論文集, Vol.77, No.680, pp.2339-2334, 2012.
 - 11) 北川啓介, 長坂真理子, 呉明宣, 井上暁代: 妊婦と乳幼児帯同者の行動制限とその要因, 日本建築学会技術報告集, Vol.73, No.628, pp.1243-1250, 2008.
 - 12) 辰巳浩, 香口恵美, 堤香代子: PT調査データを用いた重要時を持つ女性の交通行動特性に関する研究, 土木計画学研究講演集, Vol.43, CD-ROM.
 - 13) 高野倉雅人, 四元裕子: 2 歳以下の乳幼児がいる 20 ~ 23 歳の母親日本人間工学会, Vol.46, pp144-145, 2005.
 - 14) 財団法人こども未来財団: 子育て中の母親の外出時等に関するアンケート調査結果, <http://www.kodomomiraizaidan.or.jp/midika/midika.pdf>, 2004.12.
 - 15) 福田智雄: 子育て中の家族に対する交通バリアフリー対策についての調査研究国際学院埼玉短期大学研究紀要, Vol.28,2007.

(2009. 7. 1 受付)