

令和 6 年 6 月 10 日現在

機関番号：13802

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2019～2023

課題番号：19K11057

研究課題名（和文）産後の母親の健康および円滑な職場復帰支援を目的とした包括的支援プログラムの開発

研究課題名（英文）Development of the comprehensive support program for the health and smooth rework on postpartum mothers

研究代表者

渡井 いずみ（Watai, Izumi）

浜松医科大学・医学部・教授

研究者番号：20509830

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：育児休業中の母親326名を対象としたweb調査を実施した結果、産後疲労や多重役割マネジメントスキルが職場復帰自己効力感や職場復帰意図と関連することが明らかになった。また、産後の母親の健康回復と職場への復帰を支援する8つのプログラムで構成されるE-learning教材を作成して効果検証を行った。56名が無作為化比較試験に登録し、動画視聴後に28名から回答が得られた。母親の健康や子育て情報だけでなく、ワークライフバランスとキャリア、行政および職場における復帰支援制度に関する情報提供を追加した介入群は、対照群と比較して、産後不安に有意差はなく、職場復帰自己効力感には有意に低い傾向であった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究では育児休業中の母親に限定して、産後不安、職場復帰自己肯定感、職場復帰意図との関連を検討した初めての研究である。その結果、職場の制度だけでなく、休業期における産後疲労対策や多重役割のマネジメントスキル向上の施策の必要性が明らかとなった。また、これらを支援するための包括的なe-learningプログラムを作り効果検証した結果、職場復帰支援の行政や職場の制度や一般的なWLBの知見の情報提供は、むしろ職場復帰への不安を高めてしまう可能性が示唆された。今後、育児休業中の女性が安心して職場に復帰するためには支援制度の情報だけでなく、支援者との双方向の交流やピアサポートの検討も必要と考えられる。

研究成果の概要（英文）：We conducted web survey for 326 mothers during parental leave. Fatigue after delivery and management skill of multiple roles were related to self-efficacy and intention for return to work significantly.

Also we developed the E-learning program which supported restoration of mother's health and return to work, and evaluated the effect by randomized control test. Control group were provided watching 5 video program including the restoration of mother's health, childcare. Intervention group could access 3 program including the information of support system by local government or worksite and WLB as well as the same program as control group. Five-six postpartum mothers enrolled this trial and 28 answered after watching VDT. Postpartum anxiety was not different between intervention group and control group. Despite getting information for return to work or career and WLB in intervention group, self-efficacy for return to work was lower than control group, but not significantly.

研究分野：Public Health Nursing

キーワード：childcare leave postpartum anxiety self-efficacy e-learning program return to work

## 1. 研究開始当初の背景

近年の地域保健では妊娠期から子育てまで切れ目のない支援の必要性が提唱されており、子育て困難や児童虐待につながりやすい要因を抱える妊婦に対して、保健師や助産師が出産前から子どもが就学するまで継続的に支援するシステムが整えられてきている。一方でリスクのない妊婦に対する支援は、妊娠中の出産育児準備学級の提供、産後の全戸訪問事業や乳児健診等を通じた知識や技術の提供にとどまっている。特に産後の母親の健康回復を目的とした支援は乏しく、この時期はブラックボックスと言われている。近年、女性の就労率が飛躍的に向上し、出産後も就労継続を望む女性は増えているにも関わらず、家族構成の変化による大幅な生活設計の見直しや子育てと仕事の両立に対する周産期時期の支援は乏しい。

著者らは産後4ヶ月の母親を対象とした調査にて、育児休職者は半数以上も存在すること、職場復帰予定者に対する支援の情報提供は、妊娠期に受講した妊娠出産準備教室でもほとんどなく、漠然とした不安を抱えていることを明らかにした。

産後の母親に関する行政の支援として、母子保健や子育て支援部署では、子育てに関する知識や技術を学ぶ機会の提供、地域の子育てネットワークを紹介している。男女共同参画センター等では、職場復帰のために利用できる制度の紹介やセミナーを開催している。医療機関の助産師は、職場復帰を予定している母親に対して母乳栄養の継続方法に向けた支援を模索している。一部の職場では、育児休業中の社員に対して、職場の状況の情報提供や復帰前の面談を実施している。しかし、これらの情報を一元化して得られる機関はなく、産後の育児と家事で多忙な中、母親は自己努力で各機関にアクセスして情報を収集しなければならない状況である。

## 2. 研究の目的

本研究では、育児休職中の母親を対象として、母親の身体的変化に関する知識提供や健康向上のためのエクササイズなどを含む「母親自身の健康向上」支援プログラムと、夫婦間のコミュニケーション能力向上や家事・育児の夫婦間役割分担、ワーク・ライフ・バランス(WLB)支援とキャリアの再設計、行政や職場における職場復帰支援制度など、「職場復帰と円滑な両立生活」支援を含む包括的支援プログラムを構築する。

開発したプログラムについて、「母親自身の健康向上」支援プログラムを提供する対照群、さらに「職場復帰と円滑な両立生活」支援プログラムを追加提供する介入群を対照としたランダム化比較試験を行い、当該プログラムの職場復帰に対する有効性について効果検証を行う。

## 3. 研究の方法

### 【調査1】

目的: 復職予定の妊婦の母乳育児希望率、および母乳育児栄養希望の関連要因を調べること。

調査方法: 政令指定都市A市が実施している「共働きカップル向けの妊娠出産準備教室」の参加者のうち、復職予定の妊婦249名を対象に、無記名自記式調査票を配布した。調査期間は2019年7月から11月であった。

調査項目: 母乳育児の希望、育児休業期間、職場環境、基本属性、就労形態、復職後の職場環境、産後のサポート状況

分析: 母乳育児の希望「完全母乳・母乳メイン」「混合・人工栄養・どちらでもよい」を従属変数、育休期間、妊娠週数、就労形態、職場の託児所や時短制度・育児時間利用の可否、育児に関する職場内の相談相手、産後のサポートの有無を独立変数としたロジスティック解析を行い、オッズ比と95%信頼区間を算出した。

### 【調査2】

目的: 育児休業中の母親における職場復帰自己肯定感、職場復帰意図と産後不安との関連を検討すること、さらに職場復帰自己肯定感と職場復帰意図それぞれの関連要因を明らかにすること。

調査方法: 東海地方のA県、B県の6市における行政の子育て支援・母子保健担当部署、子育て支援拠点や支援団体、2病院を通じて、育児休業中の母親を対象とした研究協力依頼のチラシ2,700枚を配布した。チラシには研究説明およびSurveyMonkey社のweb調査にアクセスできるQRコードを記載した。調査期間は、2022年1月から2023年1月であった。

調査項目: 職場復帰自己肯定感(VAS scale)、職場復帰意図(VAS scale)、産後不安28項目(永田,2020)、産後うつ(EPDS10項目)、基本属性、仕事属性、育児休業から職場復帰の経験、職場の子育て制度の整備状況、子育てへの理解、復帰後の働き方の予定

分析: 産後不安、職場復帰自己肯定感、職場復帰意図間の相関係数を求めた。次に産後不安は項目ごとに「まったくない・ときどきある」を不安低群、「しばしばある・しゅっちゅういつもある」を不安高群、職場復帰自己効力感および職場復帰意図は中央値を基準に、低群・高群に二分した。職場復帰自己効力感および職場復帰意図を従属変数とし、産後不安および基本属性、職場属性等を独立変数とした単ロジスティック解析にて有意な関連傾向( $P<0.1$ )のあった変数を独立変数に投入した多重二項ロジスティック解析を行い、オッズ比と95%信頼区間を算出した。

### 【プログラムの作成】

2020～2021年に産後女性のワーク・ライフ・バランス研究の経験のある保健師、助産師、臨床心理士資格を持つ研究者チームで、育児休業から職場復帰を目指す母親を対象としたE-learningの支援プログラム教材を8コンテンツ作成した。5つは母親の心身の健康および子育て支援の内容で「身体回復のための栄養と睡眠」「生活リズムの整え方と先輩ママからの助言」「エクササイズと家族計画」「復職と母乳育児」「子どもの心と親の心」とした。3つは職場復帰に向けた情報や心構えの内容で「WLBとライフキャリア」「復帰に利用できる行政の制度」「復帰に利用できる職場の制度」であり、いずれも15分程度の音声やイラストの入った動画でYouTube上にアップし、研究者の所属機関の修学システムを通じてアクセスできるように設定した。

### 【調査3】

目的:母親の心身の健康および子育て支援の5つのコンテンツを視聴する群を対象群、すべてのコンテンツを視聴する群を介入群とするランダム化比較試験を実施し、職場復帰自己効力感の向上効果を検証すること。

介入:2023年7月以降の調査2の回答者にweb上でプログラム検証研究を案内して研究協力の同意が得られた者を対象に、育児休業から職場復帰の経験の有無が均等になるように、対象群と介入群の割付を行った。2024年2月までに研究協力で同意した56名を、28名ずつに割付け、それぞれ対象のコンテンツが視聴できるサイトを提示した。案内した5週間後に2回目のweb調査(SurveyMonkey)協力を依頼するメールを送信した。

調査項目:職場復帰の状況、産後不安尺度28項目、E-learning program各々のコンテンツの視聴回数と役にたった程度(5段階)

分析:ITT分析として、対象群と介入群における職場復帰自己肯定感および産後不安(総点)の平均値を比較検討した(t検定)。

## 4. 研究成果

### 【調査1】

124名の妊婦から回答が得られ、うち有効回答数は115名であった。完全母乳または母乳メインの栄養希望は56名(49%)、混合栄養希望41名(36%)、人工栄養・どちらでもよいが18名(16%)であった。母乳育児希望と有意な関連が見られた要因は、職場内に育児の相談相手がいること(OR3.0,CI1.115-8.093)であった。職場内の託児所の有無、時短や育児短時間制度の利用の可否、育児中の同僚の有無とは有意な関連はみとめられなかった。また、基本属性では完全母乳または母乳メイン希望の妊婦の年齢(中央値)は混合栄養・人工栄養・どちらでもよいの妊婦よりも有意に低かった。

### 【調査2】

回答が得られた369名のうち、本研究の選定基準に該当しない、または主要変数に欠損のある者を除外した326名を分析対象とした。

回答者の属性:平均年齢 $32.5 \pm 4.3$ 歳、学歴は大卒以上64.2%、核家族91.3%、子どもの人数1人が最多(56.0%)であった。職業は会社員(49.1%)、公務員(35.0%)が多く、出産前の勤務形態はフルタイム(66.2%)、短時間(21.9%)、職場に子育て中の女性がいる(94.0%)であった。育児休業の取得見込み期間は1年～1年6か月未満が最多(47.2%)で、次いで1年6か月以上2年未満(14.1%)であった。復帰後は、同じ職場で働き方を変えて働くが51.5%、同じ職場でフルタイムで働くが、25.1%であった。

職場復帰自己肯定感の平均値 $\pm$ 標準偏差は $47.6 \pm 27.8$ 点、職場復帰意図では $47.7 \pm 32.5$ 点であり、いずれも0点、50点、100点を山とする3峰性を示した。職場復帰自己肯定感と職場復帰意図間には有意な相関がみられた( $r_s=0.44$ )。職場復帰自己肯定感と有意な関連のあった変数は、保育所への入所見込みがある(OR2.28,CI1.35-3.87)、職場復帰意図と有意な関連のあったのは、職場同僚の子育てへの理解がある(OR2.70,CI1.35-5.40)、職場の子育て支援制度が整っている(OR1.88,CI1.09-3.24)、職場復帰後フルタイムで働くこと(OR1.73,CI1.00-3.00)であった。

また今回用いた産後不安尺度について、原版をモデル1(6因子28項目)、探索的因子分析で因子構造を修正したモデル2(8因子28項目)、さらに因子負荷量の低い項目を除いたモデル3(7因子26項目)として、共分散構造分析によりモデル適合度を比較検討した。その結果、モデル3のAICが最も低く、よい適合度を示した。さらにCronbachの係数はいずれものモデルも全体で0.8を超えていた。産後不安尺度と産後うつ尺度(EPDS)との相関係数は0.699であった。

### 【調査3】

介入研究に登録した56名のうち、動画視聴後の2回目調査に回答したのは28名(50.0%)であった。対象群と介入群で産後不安(総点)の平均値に有意差はなかった( $p=0.396$ )。職場復帰自己肯定感は、介入群の方が低い傾向であった( $p=0.052$ )。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 酒井真紀、入山茂美、渡井いずみ	4. 巻 63
2. 論文標題 復職予定の妊婦における母乳育児希望の関連要因	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 母性衛生	6. 最初と最後の頁 832-839
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計5件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 堤明日香、渡井いずみ、入山茂美、加藤容子、東千鶴
2. 発表標題 育児休業中の母親への健康と職場復帰に向けた包括的支援(第2報) ~ 「産後不安尺度」使用可能性の検討 ~
3. 学会等名 第44回 日本看護科学学会 学術集会
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 渡井いずみ、堤明日香、入山茂美、加藤容子、東千鶴
2. 発表標題 育児休業中の母親への健康と職場復帰に向けた包括的支援(第1報) ~ 職場復帰自己効力感と職場復帰意図 ~
3. 学会等名 第44回 日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 Maki Sakai, Shigemi Iriyama, Izumi Watai
2. 発表標題 Impact of breastfeeding self-efficacy on intended duration among Japanese postpartum women returning to work
3. 学会等名 27th East Asian Forum of Nursing Scholars (国際学会)
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 Izumi Watai, Haruno Uchiyama, Etsuko Kajita
2. 発表標題 Do pregnant woman workers participate in childbirth class in Japan?
3. 学会等名 6th Global Network of Public Health Nursing (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 酒井真紀, 入山茂美, 渡井いずみ
2. 発表標題 復職希望の妊婦における母乳育児希望と母乳育児継続意思の関連要因
3. 学会等名 第61回 母性衛生学会総会・学術集会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計3件

1. 著者名 加藤容子, 島津明人, 高橋美保, 藤原武男, 渡井いずみ	4. 発行年 2021年
2. 出版社 日本家族計画協会	5. 総ページ数 12
3. 書名 ワーク・ライフ・バランス ~すぐに始められる! 家庭と仕事 両立のコツ~	

1. 著者名 岸恵美子, 平野かよ子, 村嶋幸代 (編) 岸恵美子, 渡井いずみ, 村山洋史, 大木幸子, 加藤昌代, 川崎涼子, 加倉井さおり, 蔭山正子, 望月由紀子, 平野かよ子, 木添茂子, 田口敦子, 吉岡京子, 永江尚美	4. 発行年 2021年
2. 出版社 メヂカルフレンド	5. 総ページ数 322
3. 書名 保健学講座2 公衆衛生看護支援技術	

1. 著者名 岸恵美子 村嶋幸代 (編), 西嶋真理子, 都築千景, 有本梓, 表志津子, 田高悦子, 蔭山正子, 矢島正栄, 川村佐和子, 小倉朗子, 藤田美江, 平澤則子, 吉川悦子, 井口理, 永田容子, 福田英輝, 三森寧子, 渡井いずみ, 五十嵐千代	4. 発行年 2021年
2. 出版社 メヂカルフレンド	5. 総ページ数 391
3. 書名 保健学講座3 公衆衛生看護活動展開論	

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	入山 茂美  (Iriyama Shigemi)  (70432979)	名古屋大学・医学系研究科(保健)・教授   (13901)	
研究分担者	加藤 容子  (Kato Yoko)  (80362218)	椋山学園大学・人間関係学部・教授   (33906)	

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究協力者	堤 明日香  (Tsutsumi Asuka)		
研究協力者	東 千鶴  (Higashi Chizuru)		
研究協力者	酒井 真紀  (Sakai Maki)		

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------