

令和 5 年 6 月 27 日現在

機関番号：32809

研究種目：研究活動スタート支援

研究期間：2018～2022

課題番号：18H06401・19K21480

研究課題名（和文）育児中の共働き女性看護師の睡眠確保に対する夫婦の性別役割分業の影響

研究課題名（英文）Effect of Gender Role Division of Labor Attitudes on Sleep Outcomes of Co-Parenting Female Nurses

研究代表者

中山 純果（Nakayama, Junka）

東京医療保健大学・医療保健学部・講師

研究者番号：90716169

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,300,000円

研究成果の概要（和文）：育児中の共働き女性看護師の睡眠（質・量）への性別役割分業意識の影響を検討した。先行研究で、睡眠に影響を及ぼす要因として、仕事と家庭の役割葛藤（WFC）や日常的時間の適切さの認知等の報告がみられるが、この関係性が性別役割分業意識により異なることが本研究で確認された。伝統的意識の場合、質の指標とした睡眠充足感、WFCが低く、自分の運動時間が十分と感じているほどが高かった。平等的な場合は、子どもとの時間および自分の運動時間が十分と感じている、家庭労働時間が短いほど高かった。平等的な場合、量の指標としたベッド上時間（日勤）でも子どもとの時間の十分感、家庭時間が短いほど長いことが示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

仕事と家庭の両役割を担う労働者の睡眠の規定因に関しては、複数の研究が見られるが、女性看護師を対象とした研究で、性別役割分業意識による影響は検証されていない。本研究課題は、社会化により形成される個々人の性別役割分業意識が、仕事と家庭の役割葛藤ならびに日常的な時間の適切さへの認知的評価を介して睡眠に影響を及ぼし得ることを明らかにした点において学術的な意義は大きい。近年は、育児等による離職が減り、就業看護師平均年齢が上昇している中、今後も高齢人口の増加に伴う看護の需要増に対応するには看護師が高年齢になっても健康に就業継続できる労働環境の実現が求められ、本研究知見はそれに資すると考えられる。

研究成果の概要（英文）：This study examined the impact of gender role division of labor attitudes on sleep availability among female nurses working together while raising children. The study showed how work-family role conflict (WFC) and perceived Daily perceived time adequacy, reported in previous studies, affected the quantity and quality of sleep differed based on the gender role division of labor awareness. In the traditional gender role division of labor awareness group, sleep sufficiency was higher with lower WFC and longer own exercise time, and Time in bed (day shift) showed no significant association with all factors. In the gender equality awareness group, sleep satisfaction was higher for those who spent more time with their children and more time exercising and less house work hours, while time in bed (day shift) was higher for those who felt they had enough time with their children and for those who worked shorter hours at home.

研究分野：看護学

キーワード：女性看護師 睡眠 Work family conflict 性別役割分業意識

1. 研究開始当初の背景

日本の女性看護職の睡眠は、夜勤・交代制勤務への従事により阻害のリスクがあることに加え、OECD加盟国比較で日本国民の睡眠時間が短く、男女比では女性の睡眠時間が短いことが知られている。また、女性が外で働くようになっても家庭役割を女性側が中心的に担うことが一般的であり、女性フルタイム雇用者において睡眠時間が削減されていることが報告されている（黒田,2009）。

共働き夫婦を対象とした研究で、睡眠行動における夫婦レベルの規定因に関しては、Work family conflict (WFC) の強さや家庭領域での時間的資源の適切さへの認知が睡眠の量や質に悪影響を及ぼすことを示す研究が複数見られる（Sekine et al.,2006; Lallukka et al.,2014; Lee et al.,2017; DePasquale et al.,2018）。WFC とは、仕事と家庭の役割葛藤のことを指し、仕事から家庭への干渉（work-to-family conflict;W-FC）と家庭から仕事への干渉（family-to-work conflict;F-WC）の2方向がある。これまでの研究では、WFC や時間が不十分であるとの認識の先行要因として、性別、仕事の特徴や仕事上の負荷、家庭における役割遂行状況として子供の数、末子年齢、収入などの外的要因とその認知が取り上げられてきた。

しかしながら、ストレス理論において、ストレッサーによる心身のストレス反応出現は、心理的にストレスをどのように受け止め評価したかに左右されるとされるように(Lazarus & Folkman,1984)、同じ条件の負荷に暴露していても、ストレス反応をもたらすか否かには、それをどのようにストレス評価するかが重要と考えられる。国内の状況として、女性の社会進出、共働き世帯の増加とともに、伝統的な性別役割分業の価値観を持つ割合よりもより平等的な価値観を持つ割合が上回り意識における変化がみられる一方で（内閣府,2019）、現在もジェンダーギャップ指数は統計参加国内の最低レベルであり、社会環境の変化はそれに伴っていない（内閣府,2022）。共働き家庭における家庭労働時間の男女差は、他の先進諸国で見られる差の3倍以上と女性側に偏りが見られる（内閣府,2020）。看護師においてはその大半が正規雇用の就業者であり、職場でも高い緊張感と責任を伴うが、育児中の女性看護師においては、家庭役割においても役割負荷が高まりやすいと考えられる。多重役割を担う者にとっては、職場における役割が明確なのに比べ、家庭内での役割はパートナーとの調整により決まるという不明瞭さがあることから、役割負荷に対する認知的評価がストレス反応を左右することが考えられる。すなわち、同様の家庭役割負荷に暴露したとしても、本人の性別役割分業意識が伝統的であるのか、平等的であるのかによってストレス評価に差が生じることが考えられる。

2. 研究目的

育児中の共働き女性看護師において、仕事と家庭の役割葛藤（WFC）および日常的な時間の適切さの認知と睡眠の質・量との関係における性別役割分業意識による違いを明らかにする。

3. 研究方法

1) 調査対象

育児中の共働き女性看護師を対象に調査するため、無作為に抽出した全国の病院のうち、研究協力に同意の得られた51病院に勤務する女性看護師に各病院の看護部を經由して対象条件に該当する3313名に調査用を配布し、郵送にて719名（回収率21.7%）から回答を得た。分析のためのデータがそろった684名を最終的な分析対象とした。

2) 調査項目

（1）睡眠充足感：最近4週間の睡眠の満足感について5件法でたずねた。得点が高いほど充足感が高

いことを意味する。

- (2) ベッド上時間：交代制勤務における勤務帯ごとのベッド上で過ごす時間としてベッドに入る時刻と出る時刻について平均的な時刻をたずねた。
- (3) 性別役割分業意識：「子どもが3歳くらいまでは母親は仕事を持たず育児に専念すべきである」「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」であるなどの6項目について、「かなりそう思う」から「全く思わない」の5件法によって回答を得た（中川,2015）。
- (4) work-to-family conflict；W-FC：仕事から家庭への方向の役割葛藤については、「あなたの職場から要求される仕事によって、あなたの家族やあなた個人としての時間は干渉を受けている」「仕事によるストレスは、あなたの家庭内やあなた個人としてやるべきことの遂行を困難にさせている」など5項目について、5件法によって回答を得た（Netemeyer et al.,1996）。
- (5) 日常的な時間の適切さ：時間的資源を示す日常的な時間の適切さに関しては、Lee et al.(2017)を引用し、「子どもと一緒にいる時間が十分にあると感じていますか」「配偶者/パートナーと一緒にいる時間が十分にあると感じていますか」「あなたが運動するための時間が十分にあると感じていますか」の子ども、パートナー、自己に関する各1項目を5件法で回答を得た。
- (6) 職場労働時間：最近3か月の職場での労働時間（所定労働時間および所定外労働時間の合計）の平均時間数について回答を得た。
- (7) 家庭労働時間：勤務日における家事、育児、介護の一日の合計の平均時間数について回答を得た。
- (8) 基本的属性：子どもの人数、末子年齢、勤務形態（交代制勤務）、雇用形態、学歴、職位、年収、年齢について回答を得た。

2) 分析方法

統計分析として、各変数について記述統計量の算出ののち、睡眠の量・質と独立変数および基本的属性についての2変量解析として相関分析等を実施した。相関分析の結果より、独立変数であるW-FCならびに日常的な時間の適切さとのもっとも強い関連を認めた性別役割分業意識「子どもが3歳くらいまでは母親は仕事を持たず育児に専念すべきである」について中央値で2群（伝統的意識グループ、平等的意識グループ）に分け、睡眠の量・質を従属変数とし、W-FCおよび日常的な時間の適切さの認知（子どもとの時間、夫との時間、自分の運動時間）を独立変数とする多変量解析（共分散分析）を実施した。

4. 研究成果

1) 対象者の概要

対象者の概要は表1のとおりであった。

2) 相関分析

性別役割分業意識のうち独立変数ならびに従属変数と有意な関連を示した変数についての結果は表2のとおりであった。

3) 睡眠（質・量）についての共分散分析

本研究で、性別役割分業意識の6項目の平均値は、1.7~2.6[1-5]であり、1「全くそう思わない」、2「そう思わない」と回答した平等的な意識の回答割合が相対的に高く、国の調査結果同様であった。相関分析では「子どもが3歳くらいまでは母親は仕事を持たず育児に専念すべきである」は、他の項目に比べW-FC、日常的な時間の適切さの認知との関連が強いことが示された。

「子どもが3歳くらいまでは母親は仕事を持たず育児に専念すべきである」について中央値で2群（伝統的グループ、平等的グループ）に分け、それぞれ共分散分析を実施した結果、伝統的意識の群では、睡眠充足感は、WFCが低く、自分の運動時間が十分と感じているほどが高く、ベッド上時間（日勤）は、すべての要因との間で有意な関連が示されなかった。平等的意識の群では、睡眠充足感は、子どもとの時間および自分の運動時間が十分と感じている、家庭労働時間が短いほど高く、ベッド上時間（日勤）は、子どもとの時間が十分と感じている、家庭労働時間が短いほど長いことが示された。WFCおよび日常的な時間の適切さの認知と睡眠との関連について、先行研究同様の結果が確認された。そして、その関連は本研究の仮説通り、性別役割分業意識が伝統的か平等的かによって異なることが確認された。育児に関する性別役割分業が平等的である場合は、心理認知的要因にくわえ、物理的な家庭労働時間の短さが、睡眠充足感およびベッド上で過ごす時間（日勤）の確保に關与することが示唆された。

5. 結語と今後の課題

本研究で伝統的な意識の群でのみ、仕事から家庭への干渉（Work-to-family conflict）が睡眠充足感に關与することが示唆された。一方、平等的意識の群では、子どもとの時間や自分の運動時間といった日常的な時間の適切さに対する認知面が有意な関連を示したことに加え、物理的な家庭労働時間が短いことも睡眠充足感に關与することが示唆された。

今後は、夫の性別役割分業意識が妻のW-FCおよび日常的な時間の適切さの認知を介して妻の睡眠に影響する可能性についても検証するとともに、夫婦の性別役割分業意識と妻である女性看護師の睡眠との因果関係を推測するために構造方程式モデリングによる分析を実施する。

	n	%	平均値	SD
年齢	683		37.3	5.3
勤務形態				
交代制	245	35.8		
主に日勤	123	18.0		
日勤のみ	313	45.8		
就業形態				
正規フルタイム	398	58.2		
正規短時間	228	33.3		
非正規フルタイム	9.0	1.3		
非正規短時間	49	7.2		
職位				
スタッフ	549	80.3		
主任	123	18.0		
師長	11	1.6		
学歴				
高校	8	1.2		
専門・専修	472	6.9		
短大・高専	70	10.2		
大学	130	19.0		
大学院	4	0.6		
年収				
130万未満	11	1.6		
300万未満	95	13.9		
400万未満	144	21.1		
500万未満	196	28.7		
600万未満	147	21.5		
700万未満	58	8.5		
800万未満	19	2.8		
900万未満	5	0.7		
わからない	5	0.7		
子どもの人数			1.8	0.8
末子年齢			4.2	3.1
家族形態				
核家族	595	87.0		
拡大家族	70	10.2		

欠損値を除く

表2 各変数の平均値、標準偏差、相関係数

変数	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8
1 育児は妻が責任を持つべき ^a	2.0	0.85	—							
2 3歳まで母親が育児に専念すべき ^a	2.1	1.0	.334 **	—						
3 夫は外、妻は家庭を守るべき ^a	1.7	0.8	.456 **	.579 **	—					
4 work-to-family conflict (W-FC) ^b	16.6	4.3	.027	.133 **	.129 **	—				
5 子どもとの時間の十分さ ^c	2.6	1.0	.017	-.103 **	-.019	-.462 **	—			
6 夫との時間の十分さ ^c	2.4	0.9	.035	-.052	.026	-.294 **	.558 **	—		
7 自分の運動時間の十分さ ^c	1.8	0.9	.085 *	-.031	.041	-.271 **	.374 **	.431 **	—	
8 睡眠充足感 ^d	2.7	0.9	.025	-.123	-.049	-.266 **	.311 **	.218 **	.264 **	—
9 ベッド上での時間（日勤）/h	7.3	1.3	-.009	-.059	-.002	-.143 **	.170 **	.106 **	.053 **	.347 **

*P<0.5; **P<.01, range a:1-5; b:1-25; c:1-5; d:1-5

文献

- 黒田祥子 (2009) . 「日本人の労働時間は減少したか? —— 1976-2006 年タイムユーズ・サーベイを用いた労働時間・余暇時間の計測」, ISS Discussion Paper Series J-174.
- Lee S, McHale SM, Crouter AC, Kelly EL, Buxton OM et al.(2017). Perceived time adequacy improves daily well-being: day-to-day linkages and the effects of a workplace intervention, *Community Work Fam*, 20(5), 500-522. doi: 10.1080/13668803.2017.1365691.
- T Lallukka , J E Ferrie, M Kivimäki, M J Shipley, M Sekine et al.(2014). Conflicts between work and family life and subsequent sleep problems among employees from Finland, Britain, and Japan, *Int J Behav Med*, 21(2):310-8. doi: 10.1007/s12529-013-9301-6.
- Michikazu Sekine, MD, PhD, MSc, Tarani Chandola, DPhil, Pekka Martikainen, PhD, Michael Marmot, MD, PhD, Sadanobu Kagamimori (2006) .Work and Family Characteristics as Determinants of Socioeconomic and Sex Inequalities in Sleep: The Japanese Civil Servants Study, *Sleep*, 29 (2) , 206–216, doi.org/10.1093/sleep/29.2.206
- 内閣府 (2019) . 男女共同参画社会に関する世論調査 (2023 年 6 月 17 日, <https://survey.gov-online.go.jp/r01/r01-danjo/index.html>) .
- 内閣府 (2022) . 「共同参画」2022 年 8 月号 (2023 年 6 月 17 日 , https://www.gender.go.jp/public/kyodosankaku/2022/202208/202208_07.html) .
- 内閣府 (2020) . 男女共同参画白書 令和 2 年版 (2023 年 6 月 17 日 , https://www.gender.go.jp/about_danjo/whitepaper/r02/zentai/index.html#pdf) .
- 中川まり (2015) . 共働き家族における夫のワーク・ファミリー・コンフリクトと妻の相対的資源 :12 歳以下の子どもをもつ夫の性別役割分業意識を媒介とした利益仮説モデル, *生活社会科学研究 / お茶の水女子大学生活社会科学研究会*, 22, 17-30.
- Nicole DePasquale , Jacqueline Mogle, Steven H Zarit, Cassandra Okechukwu, Ellen Ernst Kossek et al.(2018). The Family Time Squeeze: Perceived Family Time Adequacy Buffers Work Strain in Certified Nursing Assistants With Multiple Caregiving Roles, *Gerontologist* , 58(3), 546-555. doi: 10.1093/geront/gnw191.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81, 400-410. doi: 10.1037/0021-9010.81.4.400
- Richard S. Lazarus, Susan Folkman(1984). *Stress, Appraisal, and Coping*, Springer Pub Co.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔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
--	---------------------------	-----------------------	----

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
---------	---------