

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 20 日現在

機関番号：23601

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2015～2016

課題番号：15K20738

研究課題名(和文) 未就学児をもつシングルマザーが体験している育児上の困難とストレス要因の検討

研究課題名(英文) Stress factors and difficulties associated with child care experienced by single mothers with pre-school children

研究代表者

佐々木 美果 (Sasaki, Mika)

長野県看護大学・看護学部・助教

研究者番号：80620062

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,500,000円

研究成果の概要(和文)：未就学児をもつシングルマザーの育児上の困難とストレス要因を明らかにすることを目的に、育児ストレスおよび蓄積疲労についての自記式質問紙調査を行った。さらに協力が得られたシングルマザーには、日常生活における困難やその困難から生じるストレスについての半構成的面接を行った。その結果、シングルマザーがもつ背景が育児ストレス因子や蓄積疲労を高める要因となっており、日常生活上の困難が育児に対する重圧や不安となっていることが明らかとなった。今後はシングルマザーに関わる専門職が包括的に支援をしていくためのアプローチの検討が必要である。

研究成果の概要(英文)：This study aimed to clarify stress factors and difficulties associated with child care experienced by single mothers with pre-school children. To this end, we conducted a self-administered questionnaire survey on child care stress and accumulated fatigue. We also conducted semi-structured interviews regarding difficulties with daily life, along with stress resulting from the difficulties, with single mothers who agreed to participate. We found that the background of single mothers was a factor that worsened child care stress and accumulated fatigue, and that difficulties in daily life led to anxiety and pressure regarding child care. Our findings suggest the need to consider approaches for specialists who interact with single mothers to provide comprehensive support.

研究分野：医歯薬学

キーワード：未就学児をもつシングルマザー 育児ストレス 蓄積疲労 育児上の困難

1. 研究開始当初の背景

近年、子どもをもつ親の離婚や未婚の母の割合が上昇し母子世帯数が増加している。また母子世帯となった時の末子の年齢は未就学児が半数以上を占めており、平均年齢は4.7歳である。乳幼児を持つ母親は、他の年齢の子どもをもつ母親より育児、家事時間が長いが休息等の時間は少なく、自分のための時間が持てないこと、生活に伴う心身の疲れや閉塞感によるストレスがあることや、支援が少ない場合は慢性疲労が生じることが報告されている。このような時期にシングルマザーとなり新しい家族の再構築を行いながら育児をしていくことは、ストレスや疲労が高くなりやすいと考えられる。さらにシングルマザーは生活維持のために就労し生活を支えていかなければならないが、日本におけるシングルマザーの就業率は先進諸国と比較して8割と高い。しかし収入は低く両親家庭の相対的貧困率が6.6%であるのに対し、ひとり親世帯では47.7%と高い水準となっている。経済的ゆとりがない母親は育児困難感が強いことが報告されていることから、経済的に不利な状況にあるシングルマザーの育児困難感は大いと考えられる。このように未就学児をもつシングルマザーは育児によるストレスや疲労が高い状態であることが考えられる。

2. 研究の目的

未就学児をもつシングルマザーの育児上の困難とストレスおよび疲労の実態を明らかにし、それらに関連する要因を検討することを目的とする。

3. 研究の方法

(1) 1次調査ではA県内において研究協力が得られた6市内に在住する1人以上の未就学児をもつシングルマザーを対象に、倫理的配慮のもと自記式質問紙調査を実施し、回収の得られた195部を対象とした。調査期間は平成27年6月～10月。調査内容は基本的属性、就労状況、経済状況、支援の有無、育児におけるストレス、蓄積疲労とした。

育児におけるストレスは、清水(2001)によって開発された育児ストレス尺度を用いた。この尺度は乳幼児をもつ母親が自分を取り巻く育児環境をどのように認知し、育児に伴うストレスフルな出来事に対する受け止めを明らかにするための尺度であり、妥当性と信頼性が確認されている。育児ストレス尺度は、「育児に伴う不安感」(7項目)、「夫の育児サポート」(4項目)、「アイデンティティ喪失に対する脅威」(4項目)、「母親の体力体調の不良」(3項目)、「子どもに対するコントロール不可能感」(3項目)、「育児に伴う束縛感」(4項目)、「育児に対する社会からの圧迫感」(3項目)、「子どもの発達に対する懸念」(2項目)、「育児環境の不備」(3項目)の9因子33項目で構成されている。今回はシン

グルマザーを対象としているため、尺度の作成者に変更の承諾を得た上で、「夫の育児サポート」の因子を除外した8因子29項目を用い、各項目は「あてはまる」～「あてはまらない」に5～1点を付与する5段階評価で評価した。得点が高いほど育児ストレスが高いことを示す。

蓄積疲労は、疲労蓄積度自己診断チェックリスト(中央労働災害防止協会,2004)の自覚症状13項目(イライラする、不安だ、落ち着かない、ゆううつだ、よく眠れない等)を用いた。評価は「よくある」,「時々ある」,「ほとんどない」に3、1、0点を付与する3段階評価で、合計得点が高いほど蓄積疲労が高いことを示す。

育児ストレス因子と蓄積疲労の因子間相関はSpearmanの順位相関係数を、2郡間の比較についてはMann-WhitneyのU検定を、3群間の比較にはKruskal-Wallis検定を用いた。有意水準を5%未満とし、解析ソフトはSPSS Statistics ver.21を用いた。

(2) 1次調査でインタビュー調査の協力が得られたシングルマザー27名に対して半構成的面接を行い、インタビュー内容は逐語録におこし、質的帰納的に分析した。調査期間は平成27年11月～平成28年3月。調査内容は日常生活上での困難とストレスの関係、ストレスにより感じている症状など。

4. 研究成果

(1) 対象の属性

平均年齢は33.8±5.7歳、シングルマザーとなってからの経過年数は3.1±2.6年であり、子どもの人数は1.5±0.6人、末子の年齢は3.6±1.5歳、核家族が90人(46.2%)であった。就労状況は181人(92.8%)が就労しており、96人(53.0%)が非正規雇用であった。1週間の勤務日数は5.1±0.9日であり、1回の勤務時間は7.2±0.5時間、年収は100万円未満が52人(26.7%)、100～300万円未満が120人(61.5%)、300万円以上が23人(11.8%)であった。支援があると感じているものは139人(71.3%)であった。

(2) 育児ストレスと蓄積疲労の関連

育児ストレス尺度下位項目8因子全てと、蓄積疲労において正の相関が認められた。中程度の正の相関が認められたのは「育児に伴う束縛感」(r=0.61, p=0.000)、「母親の体力体調の不良」(r=0.55, p=0.000)、「育児に伴う不安感」(r=0.43, p=0.000)、「子どもに対するコントロール不可能感」(r=0.41, p=0.000)であり、「アイデンティティ喪失に対する脅威」(r=0.36, p=0.000)、「育児に対する社会からの圧迫感」(r=0.39, p=0.000)、「子どもの発達に関する懸念」(r=0.24, p<0.001)、「育児環境の不備」(r=0.32, p=0.000)に弱い正の相関が認められた。これらのことから育児ストレスの8因子全ては、蓄積疲労と関連があることが明らかとなった。

(3) シングルマザーの育児ストレス得点

各育児ストレス因子の平均得点において、育児ストレス因子の総得点に占める割合が最も高かったものは、「育児環境の不備」(平均、標準偏差は 11.3 ± 2.7)であり、75.3%と他の育児ストレス因子の割合が30~50%台であるのと比較し高かった。このことから未就学児をもつシングルマザーは、育児ストレス8因子において「育児環境の不備」においての育児ストレスが高いことが明らかとなった(図1)。

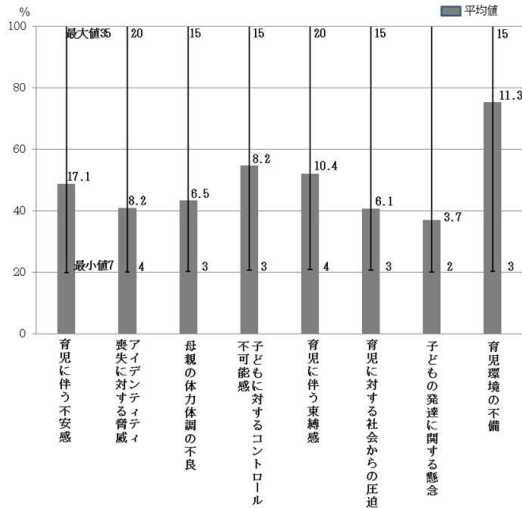


図1 育児ストレス尺度得点 (総得点に占める割合)

(4) 育児ストレス因子と属性の検討

属性別にみた育児ストレス因子の比較では、「育児環境の不備」は年収100万円未満と年収100~300万円未満では有意差はみられなかったが、年収100万円未満と年収300万円以上、年収100~300万円未満と年収300万円以上では有意差がみられた($p < 0.05$)。また「母親の体力体調の不良」は、家族形態、年収、支援の有無で有意差があり、核家族、年収が300万円以上と比較し100~300万円未満であること($p < 0.05$)、支援がないこと($p < 0.01$)で高かった。母子世帯の経済的自立層とされている年収は300万円以上であるが、今回の調査ではこの水準に達していないシングルマザーが8割であった。全国調査でもシングルマザーの年収は平均291万円と300万円未満であることから、本調査の対象は全国調査の水準に近いといえる。年収300万円未満の経済的自立層でないシングルマザーは、日々の生活を維持していくことが限界であるため、経済的に自立している母親と比較し支出を伴うような子育て支援が受けにくいことや、核家族や支援がないという1人で全てを行わなければならないという時間的にも逼迫している中で育児を行うことにより、体力体調の不良のストレスとなっているといえる。さらに経済的困難があることは子どもの養育環境を整えることにも影響を及ぼしていると考えられる。そのため母親自身をサポートするための環境に加え、子どもの養育環境にもストレスを感じることで、育児環境の不備の育児ストレスが生じている可

能性がある。

「育児に伴う不安感」は雇用形態と支援の有無で有意差がみられ、非正規雇用、支援がないことで高くなっていった($p < 0.05$)。また「アイデンティティ喪失に対する脅威」では、雇用形態、年収、支援の有無で有意差があり、非正規雇用、年収が低く支援がないことで高く($p < 0.01$)、「子どもに関する発達の懸念」も雇用形態で有意差があり、非正規雇用であることで高かった($p < 0.05$)。ひとり親世帯における子どもについての悩みとして、教育、進学への悩みが半数を占めているが、非正規雇用であることは、社会的不利な立場であるため、現在の状況で育児をしていくことに対する将来の不安が生じている可能性がある。また日本の子育て期の女性は、母親や職業人としてのそれぞれの役割を意識することがアイデンティティを支える原動力となると報告されているが、非正規雇用で低収入であるシングルマザーは、自身の役割を遂行できていないという思いを持つことでアイデンティティが脅かされ、それに伴い自己肯定感も低くなる可能性がある。自己肯定感が高いと育児不安が低いとの報告があるが、非正規雇用で低収入であるシングルマザーは自己肯定感が低いことが予測されるため、育児不安も大きいと考えられる。さらに非正規雇用であることは、「子どもの発達に関する懸念」の育児ストレス因子と関係していた。子どもは1歳になると歩行し自らの意志で行動するようになり、その後は言葉の発達により周囲へ自分の意志を伝えるようになる。さらに自我芽生えることで親や周囲に対して反抗するようになる。このような子どもの成長は正常であるが、アイデンティティが脅かされ自己肯定感が低いシングルマザーは、今までと異なる子どもの状況に困惑し、発達に対しての不安が生じている可能性がある。さらに支援がないことは家事および育児を1人で担っているといえ、不安が生じても相談する時間も相手もないという孤独な状況が、育児の不安やアイデンティティ喪失に対する脅威を増強している可能性がある。

「育児に伴う束縛感」は支援の有無で有意差があり、支援がないものが高く($p < 0.01$)、「育児に対する社会からの圧迫感」も同様に支援の有無で有意差があり、支援がないものが高かった($p < 0.05$)。支援がないシングルマザーは孤独のなかで育児を行っており、1人で全てを行いながら子どもの欲求に対して対応していかなければならない。そのため子どもの対応による家事の中断や自らの時間が確保できないことで、子どもに束縛されているという思いが生じ、育児に対する束縛感となっている可能性がある。また支援がないことで、母親として1人で子育てをしていかなければならないという思いが生じ、圧迫感を抱いている可能性もある。一方、「子どもに対するコントロール不可能感」の育児ストレス因子は、今回検討した属性では有意差が

なかった。

以上より、未就学児をもつシングルマザーは属性により異なる育児ストレス因子を抱えていることが明らかとなった。今後はこれらの育児ストレス因子に対する具体的なアプローチを検討していく必要がある。

(5) 属性における蓄積疲労得点の比較と育児ストレス因子の関連

未就学児をもつシングルマザーの蓄積疲労得点の平均は、 12.8 ± 9.0 であった。慣れない育児や継続した睡眠不足となる乳児もつ母親の蓄積疲労得点は7.6~8.86であったことから、未就学児をもつシングルマザーの蓄積疲労は高いといえる。また蓄積疲労と属性の関係では、支援の有無のみ有意差があり、支援がないシングルマザーは支援があるシングルマザーより蓄積疲労得点が高かった($p < 0.01$)。蓄積疲労と育児ストレス因子には関連があり、支援がないシングルマザーは5つの育児ストレス因子を抱えていたことから、蓄積疲労得点が高かったことが考えられる。蓄積疲労と中程度の相関があった育児ストレス因子は、「育児に伴う束縛感」「母親の体力体調の不良」「育児に伴う不安感」「子どもに対するコントロール不可能感」があった。シングルマザーは時間が逼迫しているため自らのペースで子どもに動いてもらいたいという感情が生じることが考えられるが、子どもは子ども自身のペースで行動するために子どもに対するコントロール不可能感が生じること、多忙な生活の中で子どもに対応していくことや自由時間が少ないことにより育児に伴う束縛感が生じ身体的、精神的疲労を感じることで疲労が蓄積していると考えられる。また、育児への自信は育児の対象である子どもから得られるとの報告があるが、子どもに対するコントロール不可能感や束縛感のストレスは子ども側からのストレス因子であるため、シングルマザーは育児への自信も持てていない可能性がある。そのため育児に対する自信がもてないことが育児不安へ関連し、不安が増加することで蓄積疲労に関係していることが考えられた。

(6) 育児における困難とストレス

未就学児をもつシングルマザーは、【両親や周囲からの子育てに対する重圧】【安心できる居場所の欠如】【シングルでの子育てによる子どもの成長の不安】【収入および勤務形態からの将来への不安】等の困難を抱えていた。またストレスにより頭痛や肩凝り等の慢性的な症状が生じていたが、金銭的および時間的に窮迫している状況であることから、自分自身の健康に対しては、自分は健康だと思いつつ、治癒するのを待つといった【不適切な健康認識と対処】が生じていた。未就学児をもつシングルマザーは安心できる場がない上に周囲からの圧迫を感じながら育児をしている状況であり、今後の生活や子どもの成長に対する不安を抱えていた。また、保健行動はとれているとはいえない状況にあっ

た。今後は子育てや健康支援に関わる専門家が連携し、包括的に未就学児をもつシングルマザーを支援していけるようなアプローチの検討を行う必要がある。

<引用文献>

平成 23 年度全国母子世帯等調査、厚生労働省雇用均等・児童家庭局、2012

光岡慎子、小林春男、奥田昌之他、乳幼児を持つ母親の疲労と育児不安、体力・栄養・免疫学雑誌、9 感 1 号、1999、30-39

山本理絵、神田直子、家庭の経済的ゆとり感と育児不安・育児困難との関連-幼児の母親への質問紙調査の分析より-、小児保健研究、67 巻 1 号、2008、63-71

田中満由美、倉岡千恵、乳幼児を抱える専業主婦の疲労度に関する研究、母性衛生、44 巻 2 号、2003、281-288

清水嘉子、育児環境の認知に焦点をあてた育児ストレス尺度の妥当性に関する研究、ストレス科学、16 号 3 巻、2001、176-186

労働者の疲労蓄積度チェックリスト、厚生労働省、2004

周燕飛、シングルマザーの就業と経済的自立、労働政策研究・研修機構、2011

金娟鏡、福富護、子育て期の女性のアイデンティティの確立に関する日韓比較：妻役割、母親役割、職業を中心にした様相、東京学芸大学紀要第 1 部門教育学科、56 巻、2005、103-111

黒澤礼子、田神不二夫、母親の虐待的態度に影響する要因の検討、カウンセリング研究、38 巻 2 号、2005、1-9

前原邦江、森恵美、土屋雅子他、高年初産婦の産後 2 ヶ月における育児ストレスを予測する要因、千葉大学大学院看護学研究科紀要、第 37 号、2015、27-35

関島香代子、子育て期早期にある女性の身体的健康、母性衛生、第 53 巻 2 号、2012、375-382

清水嘉子、生後 3 歳の子どもをもつ母親の育児への自信と心身の状態、属性、育児のサポートの関連、母性衛生、第 57 巻 4 号、2017、660-668

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔学会発表〕(計 2 件)

Mika Sasaki, Masako Abe, Yoshiko Shimizu, Michiru Miyahara, Hiroko Akahane, Rie Nishimura : Childcare Stress Among Single Mothers Rearing Preschool Children. 2015.7-20-22. The ICM Asia Pacific Regional Conference 2015、神奈川県横浜市パシフィコ横浜

佐々木美果、清水嘉子、塩澤綾乃、阿部正子、藤原聡子、西村理恵：未就学児をもつシングルマザーの育児ストレスと蓄積疲労。

2016.6.18. 第18回日本母性看護学会学術
集会、福岡県久留米市石橋文化センター

6. 研究組織

(1) 研究代表者

佐々木 美果 (SASAKI Mika)

長野県看護大学看護学部・助教

研究者番号：80620062