

# 母親の育児幸福感を高めるプログラムと その評価尺度の再開発

課題番号 20592592

平成20年度～平成22年度科学研究費補助金  
(基盤研究(C)) 研究成果報告書

2011年3月

研究代表者 清水 嘉子

長野県看護大学看護学部 教授

## <はしがき>

### 研究組織

研究代表者 清水嘉子 長野県看護大学 看護学部教授

研究分担者 関水しのぶ 元東北女子大学 家庭学部准教授 20.21.22 年度  
現東京福祉大学大学院

連携研究者 遠藤俊子 京都橘大学教授 20.21.22 年度  
宮澤美知留 長野県看護大学 看護学部助教 21 年度  
赤羽洋子 長野県看護大学 看護学部助教 21 年度  
松原美和 長野県看護大学 看護学部助教 21 年度  
藤原聡子 長野県看護大学 看護学部准教授 21 年度

研究協力者 中村 真由美 駒ヶ根市教育委員会子ども課 保健師 21 年度  
宮下 志保 駒ヶ根市教育委員会子ども課 保健師 21 年度  
下井 節子 駒ヶ根市教育委員会子ども課母子保健係長 21 年度  
廣瀬 昭夫 元長野県看護大学 看護学部教授 21 年度  
辰野 恒雄 上伊那県障害者総合支援センター 心理相談員 21 年度

### 交付決定額（配分額）

	直接経費	間接経費	合計
平成 20 年度	1, 000	300	1, 300
平成 21 年度	800	0	800
平成 22 年度	700	0	700
総計	2, 500	300	2, 800

## 研究発表

### 原著論文

清水嘉子, 父親の育児幸福感—育児に対する信念との関係—. 母性衛生, 48 : 59-67 , 2008.

清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子他. 育児中の母親の幸福感—就労別にみた母親の年齢、子ども数、末子年齢による幸福感への影響—. 母性衛生, 51 : 367-375 , 2010.

清水嘉子, 関水しのぶ. 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討—. 子どもの虐待とネグレクト, 12 : 261-270 , 2010.

清水嘉子, 中国都市部に在住する中国人の母親の育児幸福感と結婚の“現実”—日本在住の日本人の母親との比較—. 母性衛生, 51 : 344-351 , 2010.

清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子. 母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発. 日本助産学会誌, 24 : 261-270, 2010.

清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子他. 母親の育児幸福感を高めるコースプログラムの実施と評価. 日本助産学会誌, 投稿中

### 学会発表

#### 国際学会

Yoshiko Shimizu , Shinobu Sekimizu, Toshiko Endo, Akio Hirose, Michiru Miyazawa , Hiroko Akahane : Development and Assessment of a Course Program to Improve Mothers' Child Care Happiness. 27th International Congress Applied Psychology (Melbourn) , 2010.

#### 国内学会

関水しのぶ, 清水嘉子 : 育児中の母親の幸福感—育児幸福感尺度 (Childcare Happiness Scale) 短縮版の作成— : パーソナリティ心理学会, 51 : 2009

清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子 : 母親の育児ストレス短縮版尺度の作成と妥当性の検討 : 日本看護科学学会, 51 : 2009.

## 目次

I	研究の全体構想	1
1	研究目的	
2	現在までの研究経過	
3	研究実施計画	
4	倫理的配慮	
II	母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発	7
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	結論	
III	育児幸福感を高めるコースプログラムの開発と評価	20
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	本研究の限界と今後の課題	
7	結論	
IV	育児中の母親の幸福感	
—	就労別にみた母親の年齢、子ども数、末子年齢による幸福感への影響	
		39
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	結論	



V	中国都市部に在住する中国人の母親の育児幸福感と結婚の“現実” — 日本在住の日本人の母親との比較 —	49
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	結論	
VI	父親の育児幸福感—育児に対する信念との関係 —	58
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	結論	
VII	母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討 —	68
1	要約	
2	はじめに	
3	研究方法	
4	結果	
5	考察	
6	結論	
VIII	研究の課題と今後の方向性	79
IX	謝辞	80
	引用文献	81
	資料	88

# I 研究の全体構想

## 1. 研究目的

本研究の目的は、子育て期をより幸福に過ごすための支援プログラムの継続開発、さらに育児幸福感の程度を測定する尺度の短縮版の再開発とその実用化を目指すことである。また、育児幸福感に影響する要因の検討並びに、アジア圏にある中国の母親との比較を試みることにある。

## 2. 今までの研究経過

幸福感の認知的側面に焦点をあてた主観的幸福感(Subjective well-being, SWB)研究は、Quality of life (以下 QOL) 研究の発展の中で育まれてきた。我が国では、1980 年頃より老年学の分野で盛んに QOL や幸福感研究が行われており、ここ数年青年期以降すべての発達段階で研究が行われつつある(石井, 1996; Ryff, 1989)。しかしながら本研究で課題とする育児している母親の育児幸福感について扱った研究はほとんどみられない。そこで、母親の育児の際に生じる肯定的情動に着目し、育児幸福感を Lazarus (1981; 1991) の理論に基づいた、肯定的情動である 7 つの安心、希望、愛情、喜び、感謝、同情、誇りを感じる場面の自由記述から整理分類し、その実態を明らかにし(清水&伊勢, 2006)、その後項目を精選し調査研究を進めて育児幸福感尺度の開発と尺度の信頼性、妥当性の検討を行った(Shimizu et al., 2006; 清水他 2007)。さらに、母親の就労の形態によって(フルタイム群、パートタイム群、専業主婦群)、この育児幸福感尺度で測定された育児幸福感と母親及び末子の年齢や育児ストレスとの関わり方に違いがあるかどうか検討した。その結果、フルタイムで働く母親にはこれらの変数と育児幸福感がポジティブに関わっていることが分かった(Sekimizu et al., 2006; 関水・清水, 2007)。

少子化にある育児環境において、育児ストレスを抱えながら育児している母親への支援に関する研究が多く行われている。しかし、母親の育児に伴う喜びなど肯定的な感情である育児幸福感を強化しながら、育児をより有意義な体験とし、母親自身が育児を通して自己価値を高め、親として、女性として発達課題の達成に向けた支援を行うことは重要である。

本研究では育児幸福感を高めるための支援プログラムを開発し評価するという研究課題(基盤研究 C)の最終年度に実施したプログラムの評価をふまえ継続開発を試みる。このプログラムの特徴は 23 人の母親に対する聞き取りから明らかにされた、母親自身が子育て期をより幸福に過ごすことへの工夫として、“無理をしない範囲での生活の工夫”、“他者からの育児体験のレスポンスと安心”、“時間のコントロールから得る心のゆとり”、“大変なことを乗り越えた自己評価”、“ストレスが報われる実感”、“同居者への依存と感謝”、“子どもとの時間、空間、気持ちの一体感”と、子育て期をより幸福に過ごすことへの困難として“複合化したストレスからくる疲れとイライラ(ストレス)”、“あれもこれとも思う自分の性分”、“人に任せられない自分がやるという気負い”をプログラムに反映させた。

つまり、1.無理をしない範囲での生活の工夫、ポジティブ思考、他者との交流とくに人の話を聞く、子どもとの時間、空間、気持ちの一体感をもつこと 2.育児幸福感の

頻度を増すことは育児幸福感をより感じることに通じ、さらに家族や子どもを大切にしている。3.同居者への依存と感謝やストレスが報われる実感、大変なことを乗り越えた、時間のコントロールから得る心のゆとりなどは母親自身の気の持ち方で母親に変化をもたらしている。などの示唆をプログラムの中心に据え、具体的には呼吸法や笑顔で過ごす、自分を見つめる、良いところを認める、子どもの気持ちを振り返る、幸せな時を意識し大切にする、未来の姿を思い描くなど盛り込み約2時間の少人数参加型のプログラムを企画した。また、プログラムに参加した後も活用できる「いきいき子育て手帳」を作成した。このプログラムの評価では、特に参加前と後、さらに1週間後において母親の緊張・興奮や疲労感を減少させ、爽快感を高めていた。育児幸福感では、子どもからの感謝と癒しが高まり、子どもの発達に対する懸念の育児ストレスが低下していた。また、生理学的には、心拍数の低下とHFの上昇（副交感神経の亢進）、脳波では $\alpha$ 波、 $\theta$ 波の低下、特に $\alpha$ 波の $\alpha_3$ の低下がみられ、リラクスの効果が認められていた（原著としてまとめる予定）。しかし、1回の単発による開催プログラムでは、参加者間の交流や親睦が十分ではなかったこと、育児幸福感への影響が低かったこと点から継続的なコースによる展開と、その評価、その後の縦断的な母親の育児幸福感の変化を追跡するという課題が残されている。継続的なコースによるプログラムの企画では、その効果がより期待されると考える。

さらにプログラムに参加していない非介入群を設定し、非介入群に対する縦断的な調査を行う。この、継続的なコースによるプログラムの企画によって、より母親の幸福感を高める効果がもたらされるものと期待される。

また、育児幸福感尺度(Shimizu et al., 2006; 清水他, 2007)では、予備的研究(清水・伊勢, 2006)に基づいて得られた育児幸福感を感じる際の場合798項目から研究者らによって64項目に精選集約し調査を実施した。探索的因子分析の結果から得られた、41項目8因子構造からなる育児幸福感尺度の信頼性、構成概念妥当性の検討を行った。結果として、第2因子の「希望と生きがい」が最も高く、第6因子の「新たな人間関係」がと最も低かったが、全ての因子に於いて十分な値が得られ、尺度の信頼性が認められた。

構成概念妥当性の検討において、育児ストレスとは相関が認められなかったことから、育児ストレスとは独立した母親の情動をとらえるものであると解釈された。また、主観的幸福感とは、弱い相関関係しかみられなかった為（「夫への感謝の念」を除き）、本研究の育児幸福感尺度は一般的な幸福感とは異なる、育児期に特異的な幸福感を測定するものであると考えられた。ただし、構成概念の妥当性の検討としては、今後引き続き検討する必要がある。

本尺度は、8下位尺度で母親の育児幸福感を多様な側面から捉えられることの利便性がある。今回新たに、従来の類似した概念尺度では測定できなかった母親の育児中に感じる肯定的な感情（「子どもに必要とされること」、「子どもからの感謝や癒し」など）であり、かつ乳幼児期にある母子の愛着をより多面的な場面で扱ったことは、子育て中の母親の心理状態の査定にきわめて有用である。

しかし、本尺度作成のための調査対象は、育てている子どもの年齢幅が6

歳以下と大きいことから、発達段階別にとらえた特徴を明確にすることができない。さらに、今後尺度の実用化に向けては、回答者の負担を考え8下位尺度（41項目）からの3または4下位尺度（20項目前後）に項目を精選した短縮版の作成をすること。また、本尺度と生理的指標（脳波やコルチゾール等ストレスの度合を表す）との概念的妥当性の検討、そして尺度結果の判断基準の明確化により活用性を高めるという課題が残されている。そこで、本研究では、尺度項目の精選と、尺度によって得られたデータの判断基準を作成し、子育て支援の現場での実用化を目指すものである。

併せて、育児幸福感に及ぼす要因について就労形態別検討を行ったものを論文としてまとめること、また2007年度に行われた調査から中国の母親の育児幸福感の比較を試みる。

### 3. 研究の意義

本研究は、育児に悩む母親が増えている現状にあって、育児不安や育児ストレスへの対処の支援に加え、多くの母親が実感している育児に対する幸福感をより高める支援としての、新たな試みと位置づけることができる。

母親のネガティブな感情ではなく、ポジティブな感情をより高めることは、子育ての質を高めることに留まらず、1人の女性として生きる上で、子育てがより価値のある体験となって、人生の質を高めることができると確信する。とにかく子育てに対する社会の評価や価値が低い中で、母親自身がその価値を見出して幸福感を感じながら子育てすることは、少子化にあるわが国の現状において重要な視点といえる。さらに、母親の幸福感に満ちた子育ては、結果として子ども自身の身体的、心理的成長にも良い影響をもたらすと考えられ、子どもが親となって、子育てを行っていく時期に良い意味での子育てのあり方に関する世代間の伝達が達成されるものと考ええる。

### 4. 研究実施計画

#### <平成20年度計画>

#### 20年4月～7月

##### 1. プログラムの検討

19年度に実施した約2時間の少人数参加型プログラムの実施とその評価に関する論文をまとめながら、新プログラムの検討をすすめる。

その際に、地域の保健センター保健師と十分な打ち合わせを行う。

対象人数、プログラムの内容、何回コースとするか、コース間の間隔について19年に実施したプログラムの評価をふまえて行う。

##### 2. 尺度再開発のための準備

併存妥当性を検討するための尺度の検討と質問紙の精選を進める。

#### 20年8月～12月

## 1. 尺度開発のための調査

長野県および山梨県の保育園に質問紙を 1000 部程度配付、回収、データの入力を行う。

### 21 年 1 月～3 月

#### 1. プログラムの実施と評価のまとめ

データの入力と分析

#### 2. 尺度項目の精選化に向けた分析

データの入力と分析

### <21 年度計画>

### 21 年 4 月～12 月

#### 1. 尺度の基準値等作成

精選された尺度項目の結果を判断する基準値などの検討を行う。育児幸福感の実用化に向けた尺度に関する論文を作成する。

#### 2. 最終版プログラムの実施と参加者への質問紙による追跡調査

長野県地域保健センターで、数か所の開催による再検討された最終版新プログラムによる教室を 2 クール実施する。プログラムの評価としては、心理的状态を把握するものとして、育児幸福感尺度（実用化に向けて開発されたものを使用する）、育児ストレス尺度、気分尺度、幸福得点などを用い、生理的状态を把握するものとして、唾液ストレステスト（Cocoro メーター）、脳波（FM717）、心拍計（Memcalc/Tarawa）などを活用する（前科研究費による 19 年度および本研究計画に基づいた 20 年度のプレプログラム評価で用いた視点を継承することで、比較評価が可能となる）。

また、参加者の継続的な子育ての実践によって、縦断的な母親の幸福感の変化について追跡調査を実施する。参加後 1 か月、3 か月後の質問紙による調査を実施する。

さらに、プログラムに参加していない非介入群を設定し、山梨県でプログラム参加者と同様の対象者である母親に 1 か月、3 か月後の質問紙による縦断的な調査を実施する。

### <22 年度計画>

### 22 年 1 月～7 月

#### 1. 最終プログラムの実施と評価に関するまとめと、論文の作成をする。

### 22 年 8 月～10 月

#### 2. 出版助成金の申請原稿を作成する。

平成 17 年度から取り組んできた本研究のまとめを行う。

## 5. 研究方法

### 1) 対象:

(1) 質問紙調査は、長野県、山梨県在住の修学前の子どもを育児をしている母親で調査研究の主

旨を説明し同意の得られた者を対象とする。

- (2) プログラム開発では、長野県に在住する修学前の子どもの育児をしている母親で、対象の抽出は便宜的抽出法を用いる。

対象の条件：乳幼児期の子育てをしている母親

調査研究の主旨を説明し同意の得られた者。

以下（１）の質問紙調査に対する計画を記載する。

- 2) データ収集の手順：まず、各市の管轄している課長、さらに保育園/幼稚園、子育てクラブなどの所属長に研究の主旨、目的、方法を説明し、口答で承諾を得る。

- (1) 所属長の承諾が得られたのちに文書による対象者に対する依頼文と共に質問紙を各施設に届ける。

- (2) 対象者への質問紙の配布は各施設に委ねる。回収はまとめて出来るところは各施設でまとめてもらう。まとめることが難しいところについては、各自郵送または、回収箱にて回収し、研究者が回収する。研究協力への同意は質問紙の回収をもって得られたものと判断する。

### 3) 調査の内容；

質問紙による量的調査では平成17年に発表した、41項目からなる育児幸福感尺度に加え、母親の属性項目 1)33項目からなる育児ストレス尺度 2)15項目からなる主観的育児幸福感尺度 により、幸福感尺度の検討を行い、さらに、1)15項目からなる完璧主義尺度 2)20項目からなる抑うつ尺度などを加え調査を行い、育児幸福感を高める要因の検討を行う。別紙調査項目は124項目となるが、全て選択式の短文構成によるものである。

### 4) データの分析方法：

統計学的な処理（因子分析、相関分析、分散分析など）を行い、尺度を作成し、関連要因の関係について分析する。

## 6. 研究対象者への倫理的な配慮

身体的、心理的、社会的なリスク

- 1) 質問紙に答えるための時間的な制約が生じる。質問紙調査はプライバシーの保護と匿名性の確保に留意する。

- 2) 質問紙調査により、日々育児幸福感を感じる場面や現在の心理状況について、振り

返る機会となる。

3) 研究実施に際して研究者などが研究対象者から許可を得るためのインフォームドコンセントの内容

- (1) 研究対象者に対して、研究の主旨、目的、方法の説明を文書により行い承諾を得る。
- (2) 研究参加への同意は、個人の意思によるもので決して強要されないことを保証する。
- (3) プライバシーの保護、研究不参加による不利益が生じないことを保証する。
- (4) 研究に関する疑問・質問にはいつでも回答する。
- (5) 研究結果は、協力いただいた施設に報告すると共に、看護系学会誌に論文として公表する予定である。報告では、地域および個人が特定されないようにする。

## II 母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発

### Development of a Short-form of Childcare Happiness Scale

**Key word** 母親、育児幸福感尺度、短縮版尺度、心理的健康

**Mothers, Child care happiness scale, a short-form scale, mental health**

#### 1. 要約

【目的】本研究では、臨床での汎用性を高めるため、清水ら（2007）が開発した多面的な育児幸福感を捉える CHS（Child-care Happiness Scale）の短縮版を作成し、その信頼性と妥当性の検討を行った。

【対象と方法】6歳以下の乳幼児を持つ母親を対象に、CHSの育児の中で感じる幸せな気持ちが生じる様々な場面についての41項目を、5段階で評価を求めた。併せてCHS短縮版の妥当性の確認のため、心理的健康を測定する「主観的幸福感」と「ベック絶望感」の回答も求めた。

【結果】有効回答672名であった。短縮版の項目を選定するために、CHSの41項目の回答について因子分析を行い、「育児の喜び」、「子どもとの絆」、「夫への感謝」の3因子からなる13項目を選定した。3つの因子のそれぞれの項目の内的整合性を表す $\alpha$ 係数は、0.77~0.86と十分な値が得られた。CHS短縮版と主観的幸福感との間には、有意な正の相関があった。一方、ベック絶望感とは、有意な負の相関があった。また、「育児の喜び」と「子どもの絆」は母親年齢が高くなると低下する傾向が、一方「夫への感謝」は末子年齢が4歳以上よりも1歳以下の母親の方が高く、また1人っ子の母親が最も低かった。

【結論】考察では、CHS短縮版とオリジナルCHSとの違いやその実用性、そして今後の問題について議論した。CHS短縮版は心理的健康との関連性が示唆された。CHS短縮版はコンパクトとなったので、個々の母親の育児幸福感の様子を表すプロフィールを母親自身にすぐフィードバックすることができ、母親たちが自分の子育てに対する気持ちを振り返る資料として今後役立てられることが期待できる。

#### 2. はじめに

母親のネガティブな情動に関連した研究は、1980年代より育児不安に端を発して多くの研究がおこなわれ、特に、1990年代には育児ストレスに対する研究がみられるようになった。筆者は、育児ストレスの研究（清水, 2003）において、母親の気持ちの中に育児ストレスを抱えながらも育児に伴う様々なポジティブな情動を感じていることに気づいた。そこで、育児ストレスを回避するような支援とともに、育児よってもたらされる幸福感を高めるような支援が重要な課題であるとの考えに基づき育児幸福感の実態調査を踏まえ（清水ら, 2006）、母親への聞き取りを行い（清水ら, 2007）、尺度開発に取り組んだ（清水ら, 2007）。尺度開発では育児中に感じる肯定的な情動を「育児幸福感」として捉え、育児幸福感尺度（Childcare Happiness Scale、以下CHSとする）を開発した。このCHSは、41項目8下位尺度から構成され、多面的に母親の育児幸福感を測定することができる一方で、回答する母親の負担や自身がその結果を解釈し理解する難しさがあった。育児相談の場面などで母親の心理状態を知るためにCHSの活用を進めるためにも、下位項目である「子



どもの成長」「希望と生きがい」にみられように平均点が高得点であることに対する対応が課題となっていた。また、尺度項目の内容的妥当性をさらに高める課題もある。

そこで本研究では、これらの課題に取り組み尺度の臨床での汎用性を高めるため、短縮版尺度を作成することを目的とする。そして、まず①尺度得点の天井効果に対する検討、②CHSの41項目から短縮版尺度の項目を、因子分析を活用して選定すること、次に③CHS短縮版の信頼性や妥当性を検討することを研究課題とする。

尺度の基準関連妥当性についての検討においては、母親や末子年齢、そして子どもの数による差異を検討する。そして概念的妥当性についてはポジティブとネガティブな心理的健康を測定する主観的幸福感と絶望感の尺度との関連性について分析する。

### 3. 研究方法

#### 1) 調査対象

末子の年齢が6歳以下の乳幼児を育児している母親を対象とする。

#### 2) 調査方法

(1) 調査施設 2市11保育園4幼稚園に合計1000部配布した。東京近郊にある県に所在する人口3～5万規模の中核都市であるA、B市において調査を行った。

(2) 調査期間 平成20年8月～9月

(3) 調査方法 施設の担当者よりアンケート用紙を配布し、留め置いた後、園で回収した。

#### 3) 調査内容

##### (1) 母親の属性

母親の年齢、子どもの数、末子の年齢、就業状況（フルタイム勤務・自営業・パートタイム勤務・専業主婦）、家族構成（核家族、複合家族）について回答を求めた。

##### (2) 育児幸福感尺度（CHS）

Lazarus(1991)の理論における育児中の母親の肯定的な情動を「育児幸福感」とし、清水ら(2007)が開発した多面的な育児幸福感を捉える尺度で、8下位尺度41項目からなり、各下位尺度の項目は「子どもの成長」、「希望と生きがい」、「親としての成長」、「子どもに必要とされること」、「夫への感謝の念」、「新たな人間関係」、「子どもからの感謝や癒し」、「出産や子育ての意義」（下位尺度の $\alpha$ 係数は0.81から0.86）である。

##### (3) 主観的幸福感

伊藤ら(2003)による15項目からなる尺度であり、WHOが開発した心の健康、人間関係や身体健康感など、精神生活を総合的に評価できる自己記入式の質問紙であるSUBI（大野ら, 2001）に基づき、主観的な幸福感の満足感についての認知的側面とポジティブ・ネ

ガティブ両面を含む感情的側面から捉える尺度として開発された。

#### (4) ベック絶望感尺度 (BHS)

ベックら(1974)による 20 項目から構成される尺度 (Beck Hopelessness Scale、以下 BHS とする) を、田中ら(2001)により日本語版として開発した尺度である。「将来への否定的な期待」と定義される絶望感を測定するものである。日本の青年期以降を対象者とした研究では、抑うつ症状と関連する結果が得られている (Tanaka et al, 1998)。

#### 4) 分析方法

CHS の項目に対して求められた 5 段階評価は「あてはまる」を 5 点、「少しあてはまる」を 4 点、「どちらでもない」を 3 点、「あまりあてはまらない」を 2 点、「あてはまらない」を 1 点とした。主観的幸福感でも 5 段階評価、BHS は「はい」を 1 点、「いいえ」を 0 点の 2 段階評価、で回答を求めた。

CHS の 41 項目に対して CHS 短縮版の項目を選定するために、まず SPSS 統計ソフト (Ver.17.0) で探索的因子分析を、続いて構造方程式モデルソフトの AMOS(Ver.17.0)で確認的因子分析を行った。さらに、CHS 短縮版の妥当性を検討するその他の変数との関連性をみる分析 (相関係数の算出や分散分析) も SPSS を用いた。

#### 5) 倫理的配慮

本研究に取り組むに当たって、研究者所属大学の倫理委員会の平成 20 年度審査による承認を受けた (審査承認番号 #19)。

本研究の調査に先立ち施設長に研究目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。担当者より母親への本調査の説明について依頼文をもって行い、調査に協力すると意志表示した者のみに協力を依頼し回答は本人の選択に基づいて記入できるようにした。また、本調査において特定の個人的情報が遺漏しないよう処理する旨 (コード化し廃棄する) 本研究以外にデータを用いることはしないことを調査文に明記した。

#### 4. 結果

調査用紙を 1000 部配布し、回収は 683 名、回収率は 68.3%であった。そのうち完全欠損回答 10 名を除き、有効回答は 673 名となり、有効回収率 67.3%となった。回答の一部欠損は、分析に加えた。

##### 1) 対象の属性

母親の平均年齢は、 $34.0 \pm 5.1$  歳 (16 歳から 47 歳) であった。子どもの数の平均は、 $2.1 \pm 0.8$  人 (1 人から 6 人) であった。末子の平均年齢は、 $2.8 \pm 1.7$  歳 (0 歳から 6 歳) であった。就業状況は、フルタイム勤務 198 人 (30.0%) (内自営業は 39 人)、パートタイム勤務 273 人 (41.3%)、専業主婦 190 人 (28.7%) であった。核家族が 440 人 (66.5%)、複合家族が 178 人 (26.9%)、母子家庭が 43 人 (6.5%) であった。全ての項目において無回答は除いている。

## 2) CHS 短縮版尺度の作成

CHS の 41 項目の質問項目を、因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。因子数の決定には、固有値 1 以上の基準を設けた。また、因子負荷が.50 を基準に選択し満たなかった項目を削除していき、因子パターンが単純構造になるまで、同様の因子分析を繰り返し行った。最終的には、3 因子が抽出され、20 項目が残った。第 1 因子は 10 項目、第 2 および第 3 因子はともに 5 項目から構成されていた（これをモデル 1 とする）。

しかし、回答者の負担を考慮すれば、第 1 因子の 10 項目は多いため半分の 5 項目に減らす必要がある。さらに、第 2 因子と第 3 因子の項目の内容を吟味した。第 2 因子の「どんなに叱ってもお母さん大好きと一日に何回も言ってくれ、子育てしていて唯一安心する」は、「いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する」と内容が類似しているため、削除することが妥当であると考えた。そして、第 3 因子の「夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。」は、他の 4 つの項目は夫のみに対する感謝の気持ちであるのに対し、「周りの人」の感謝まで含んでいる点で異質であるため、削除することが妥当であると考えた。

以上のことから、第 1 因子については削除してもクロンバックの  $\alpha$  係数が大きく低下しない項目を 5 つ選び、第 1 因子は 5 項目に、そして第 2 因子と第 3 因子はそれぞれ 4 項目を暫定的に残した（これをモデル 2 とする）。モデル 1 よりも項目を大幅に減らしたモデル 2 が、データを表す上で問題がないか検討するために、AMOS17.0 を用いて共分散構造方程式モデリング（SEM）によりモデル 1 とモデル 2 について確認的因子分析を行った。その結果、モデル 1 とモデル 2 それぞれの確認的因子分析の因子パターンの標準化解（因子負荷量に相当）は、表 7 に表した。その結果、モデル 1 とモデル 2 のすべてのパラメータは有意な値が得られ、そしてモデルの良さを表す適合度指標であり GFI、AGFI、ACI のいずれもモデル 2 の方が優れている値が得られたため（表 8 参照）、第 1 因子は 5 項目、第 2 因子と第 3 因子はそれぞれ 4 項目、計 13 項目を採用し、以後の CHS 短縮版の妥当性を検討する分析に使用した。

各項目の平均値および SD、そして各因子の項目が CHS ではどの因子（下位尺度）であったかについても、表 7 に表した。

表7 CHS短縮版のモデル1及び2の確認的因子分析の因子パターン（標準化解）と各項目平均値（SD）（n=637）

	モデル1	モデル2	CHSでの因子 (数字は元の因子番号)	平均値 (SD)
<b>第1因子 育児の喜び</b>				
子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	0.71	0.68	2.希望と生きがい	4.83 (0.45)
生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	0.72	0.74	2.希望と生きがい	4.79
子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	0.71	0.74	8.出産や子育ての意義	4.73
子どもに生きる勇気をもたらしている。	0.74	0.70	3.親としての成長	4.47
子どもそのものが希望である。	0.69	0.69	2.希望と生きがい	4.23
日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	0.78	--	4.必要とされること	4.50 (0.77)
子どもの笑顔や寝顔、しぐさなどを見て喜びを感じる。	0.49	--	2.希望と生きがい	4.93
子どもと一緒にいるだけで幸せだ。	0.62	--	2.希望と生きがい	4.59
子どもをほめたり抱きしめたりするととても喜ぶ。	0.51	--	1.子どもの成長	4.87
子どもを育てていることで、人間的に成長させてもらっていると感じる。	0.55	--	3.親としての成長	4.68 (0.62)
<b>第2因子 子どもとの絆</b>				
いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	0.87	0.82	4.必要とされること	4.47
子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	0.71	0.73	4.必要とされること	4.49 (0.81)
子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	0.60	0.64	6.新たな人間関係	4.63 (0.62)
叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	0.53	0.56	4.必要とされること	4.29 (0.88)
どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てしていて唯一安心する。	0.75	--	4.必要とされること	4.15 (1.02)
<b>第3因子 夫への感謝の念</b>				
夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	0.81	0.82	5.夫の協力	4.36 (1.04)
夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話を耳を傾けてくれることに感謝している。	0.79	0.80	5.夫の協力	3.89 (1.21)
夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	0.81	0.80	5.夫の協力	3.90 (1.09)
夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	0.75	0.74	5.夫の協力	4.61 (0.78)
夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	0.60	--	5.夫の協力	4.61 (0.68)
<b>因子間相関</b>				
	モデル1	モデル2		
第1因子v.s.第2因子	0.67	0.69		
第1因子v.s.第3因子	0.43	0.40		
第2因子v.s.第3因子	0.30	0.30		

表8 モデルの適合度の比較

モデル適合度	$\chi^2$	df	GFI	AGFI	AIC
モデル1: 3因子モデル(20項目)	864.9	167	0.863	0.828	950.9
モデル2: 3因子モデル(13項目)	411.8	62	0.902	0.856	469.8

note: GFI= goodness of fit index, AGFI= Adjusted goodness of fit index, AIC= Akaike's information criterion.

### (1) CHS 短縮版の3因子

まず、第1因子は、「子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。」「生まれてきてくれたことにありがとうと子どもに言いたい」などの5項目からなり、日々の育児の中で母親を感じる全般的な喜びとして「育児の喜び」と命名した。この第1因子の項目は、CHS では、「希望と生きがい」「親としての成長」「必要とされること」「出産や子育ての意義」といった多様な因子（下位尺度）の項目からなる。

次に、第2因子は、「いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する」「子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる」など、子どもと母親あるいは他者との間に起った出来事から、母親と子どもとの関係のゆるぎなさを実感し安堵する気持ちを表した因子と解釈し、「子どもとの絆」と命名した。この因子の項目は、CHS の主に「必要とされること」の下位尺度項目であった。

最後に、第3因子は、「夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ」「夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねてくれ、話に耳を傾けてくれることに感謝している」など、子育てを通して夫や周りの人からの協力に対する感謝、そして子どもを通して感じる夫婦や家族の絆や誇りといった、間接的な育児幸福感である。これらの因子の項目は、CHS の「夫への感謝の念」と全く同じものであるが、尺度の名前を簡易し、「夫への感謝」と命名した。

これらの3つの因子の相関係数（表1のモデル2を参照）は、第1因子と第2因子の間で0.69、第1因子と第3因子の間で0.40、第2因子と第3因子の間で0.30であった。

### 3) 信頼性の検討

#### (1) 内的整合性

3つの因子の項目の信頼性を確認するために $\alpha$ 係数を算出した。第1因子の「育児の喜び」 $\alpha=0.82$ 、第2因子の「子どもとの絆」 $\alpha=0.77$ 、第3因子「夫への感謝」 $\alpha=0.86$ と、全ての因子において十分な値が得られ、その内的整合性が確認された。前述のように十分な信頼性が認められたので各因子の項目を、下位尺度として以後の分析に使用する。各下位尺度の項目数、 $\alpha$ 係数、範囲、平均値、SDは表6に示した。

#### (2) 天井効果について

「育児の喜び」「子どもとの絆」「夫への感謝」の下位尺度得点いずれも、平均値+1SDが最大値を越えているため天井効果がみられていた。

#### (3) CHS と CHS 短縮版との相関

41項目のCHSの8下位尺度得点と、CHS短縮版の3つの下位尺度得点との相関係数を、表7に示した。CHS短縮版の「育児の喜び」とCHSの「希望と生きがい」( $r=0.90$ ,  $p<0.01$ )、「親としての成長」( $r=0.80$ ,  $p<0.01$ )、「出産や子育ての意義」( $r=0.81$ ,  $p<0.01$ )、「必要とされること」( $r=0.65$ ,  $p<0.01$ )との間に、また短縮版の「子どもとの絆」とCHSの「必要とされること」( $r=0.93$ ,  $p<0.01$ )の間に、正の強い相関がみられた。そして短縮版の「夫への感謝」とCHSの「夫への感謝の念」は、相関係数は0.99であった。

表9 CHS 短縮版下位尺度と2つの心理的健康に関する尺度の $\alpha$ 係数と基本統計量

尺度	n	項目数	$\alpha$	範囲	平均	SD
CHS 短縮版下位尺度						
育児の喜び	675	5	0.82	8~25	23.0	2.56
子どもとの絆	669	4	0.77	6~20	17.9	2.44
夫への感謝	662	4	0.86	4~20	16.8	3.48
CHS 短縮版合計	654	13	0.85	24~65	57.7	6.51
心理的健康に関する尺度						
主観的幸福感	646	15	0.91	18~75	51.8	9.4
ベックの絶望感尺度	595	20	0.87	1~19	7.9	3.8

表10 CHS 短縮版と CHS 及び心理的健康の尺度の間のピアソンの相関係数(n=563)

尺度	1.育児の喜び	2.子どもとの絆	3.夫への感謝
オリジナル CHS 下位尺度			
1.子どもの成長	0.60	0.46	0.29
2.希望と生きがい	0.90	0.59	0.31
3.親としての成長	0.80	0.57	0.30
4.必要とされること	0.65	0.93	0.27
5.夫の協力	0.34	0.28	0.99
6.新たな人間関係	0.59	0.59	0.52
7.感謝や癒し	0.60	0.50	0.28
8.出産や子育ての意義	0.81	0.60	0.36
CHS 短縮版合計	0.77	0.74	0.78
心理的健康に関する尺度			
主観的幸福感	0.27	0.16	0.40
ベックの絶望感尺度	-0.21	-0.12	-0.28

note: 上記の全ての相関係数は  $p < 0.01$  で有意

#### 4) 妥当性の検討

##### (1) 内容妥当性

研究者間における内容妥当性の確認を行った。母性看護学の教員2名並びに教育心理学の教員1名による尺度項目の一般的な言葉の表現並びに概念の等価性などについて相違点を中心に討議し1つにまとめ尺度項目の表現として簡潔に整理することにより内容妥当性は支持された。

##### (2) 概念的妥当性

CHS 短縮版の構成概念妥当性を検討するために、主観的幸福感尺度、並びに BHS との

間の相関係数を算出した（表 7 参照）。主観的幸福感得点および短縮版尺度の下位尺度得点の間には、総じて有意な正の相関がみられた。一方、BHS の得点との間にも、有意な負の相関がみられた。

CHS 短縮版には天井効果がみられており、項目に対し総じて「あてはまる＝5 点」とする満点の回答をする母親が、「育児の喜び」で 273 名（40.4 %）、「子どもとの絆」で 236 名（35.3 %）、「夫への感謝」で 252 名（38.1 %）であった。そこで、このような満点に近い回答をする母親とそうでない母親において、主観的幸福感や BHS の尺度の得点に違いがあるかどうか分析を行った。まず、CHS 短縮版の各下位尺度の得点を高群、中群、低群の 3 群に、それぞれがおおよそ 3 割前後の同じ比率になるように分け（表 11 参照）、主観的幸福感と絶望感の得点の平均値がそのそれらの 3 群で違いがあるかどうか検討するため一元配置分散分析を行った。

表 12 に、CHS 短縮版段階別の主観的幸福感と絶望感の平均と分散分析の結果を表した。

「子育ての喜び」については、主観的幸福感も絶望感も有意な差がみられた。多重比較（ボンフェローニ法）の結果、主観的幸福感の得点は、低群・中群・高群の順番で高くなり、一方、絶望感の得点は中群や高群よりも低群が最も高い結果となった。「子どもとの絆」においては、主観的幸福感のみ有意差がみられ、低群が中群や高群よりも低い結果となった。「夫への感謝」においては、主観的幸福感も絶望感も有意な差がみられ、主観的幸福感の得点は、低群・中群・高群の順番で高くなり、一方、絶望感の得点は低群や中群よりも高群が最も低い結果となった。

### （3）基準関連妥当性を検討

基準関連妥当性を検討するために、母親や末子年齢及び子ども数の段階別の CHS 短縮版の下位尺度得点の平均値の差の比較するため一元配置分散分析を用いて分析を行った。

まず、母親の年齢別（30 歳未満、30 歳以上 35 歳未満、35 歳以上）の 3 群を比較したところ、「育児の喜び」と「子どもとの絆」の得点に有意差がみられ、多重比較（ボンフェローニ法）したところ、共に 30 歳未満の母親の方が 35 歳以上の母親よりも有意に平均値が高い結果が得られたが、「夫への感謝」の得点には有意差がみられなかった（表 10 参照）。また、末子年齢を 3 段階（1 歳以下、2-3 歳、4 歳以上）に区分とした同様の分析の結果、「夫への感謝」のみ有意差がみられた。多重比較の結果、末子年齢が 1 歳以下の群と 4 歳以上の群の母親の間に有意な差（ $p<0.05$ ）がみられ、1 歳以下の群の方が低かった（表 11 参照）。そして、子どもの人数を 3 段階（1 人、2 人、3 人以上）に区分した、同様の分析を行った結果、「夫への感謝」のみ有意差がみられた。多重比較の結果、子どもの数が 1 人の群と 2 人の群、そして 1 人の群と 3 人以上の群の母親の間に有意な差（ $p<0.05$ ）がみられ、いずれも 1 人の群の方が低かった（表 15 参照）。

表 11 CHS 短縮版の 3 段階別の範囲、人数、平均 (SD)

		低群	中群	高群
育児の喜び	範囲	8 点～22 点	23 点～24 点	25 点
	平均 (SD)	19.8 (2.44)	23.6 (0.49)	25.0 (0.00)
	人数(%)	201 (29.8%)	201(29.8%)	273(40.4%)
子どもとの絆	範囲	6 点～16 点	17 点～19 点	20 点
	平均 (SD)	14.2 (2.01)	18.2 (0.81)	20.0 (0.00)
	人数(%)	157 (23.5%)	276(41.3%)	236(35.3%)
夫への感謝	範囲	4 点～15 点	16 点～18 点	19 点～20 点
	平均 (SD)	12.0 (3.34)	17.1 (0.81)	19.6 (0.48)
	人数(%)	165 (24.9%)	245(37.0%)	252(38.1%)

表 12 CHS 短縮版下位尺度段階別の 2 つの心理的健康に関する尺度の平均 (SD)と一元配置分散分析の結果

尺度		低群	中群	高群	F (d f)	ボンフェローニ 法による多重比 較 (p<0.05)
子育ての喜び 主観的幸福感	平均(SD)	47.7(8.7)	51.8(8.8)	54.6(9.3)	36.58**	低<中<高
	n	192	195	266	(2, 650)	
ベックの絶望感	平均(SD)	9.2(3.9)	7.7(3.8)	7.1(3.6)	16.47**	低>中, 低>高
	n	173	181	247	(2, 600)	
子どもとの絆 主観的幸福感	平均(SD)	49.4(9.8)	51.8(8.4)	53.3(9.9)	7.88**	低<中, 低<高
	n	147	270	230	(2, 644)	
ベックの絶望感	平均(SD)	8.3(4.0)	8.0(3.7)	7.5(3.8)	1.99	
	n	131	251	212	(2, 593)	
夫への感謝 主観的幸福感	平均(SD)	47.0(9.5)	50.5(8.2)	56.2(8.4)	60.84**	低<中<高
	n	160	234	247	(2, 638)	
ベックの絶望感	平均(SD)	9.1(4.3)	8.3(3.7)	6.8(3.4)	19.52**	低>高, 中>高
	n	146	214	231	(2, 588)	



表 13 母親の年齢段階別 CHS 短縮版の平均 (SD) と一元配置分散分析の結果

	A. 30 歳未満 (n=105)	B. 30-35 歳 未 満 (n=214)	C. 35 歳以 上(n=312)	F(2, 628)	ボンフェロー ニ法による多 重 比 較 (p<0.05)
1.育児の喜び	23.8(1.8)	23.1(2.6)	22.8(2.6)	5.96**	A>C
2.子どもとの絆	18.5(2.0)	18.0(2.4)	17.5(2.6)	6.55**	A>C
3.夫への感謝	17.1(3.4)	16.8(3.5)	16.6(3.5)	0.97	

\*p&lt;0.05, \*\* p &lt; 0.01

表 14 末子年齢段階別 CHS 短縮版の平均 (SD) と一元配置分散分析の結果

	A. 1 歳以下 (n=164)	B. 2-3 歳 (n=269)	C. 4 歳以上 (n=207)	F(2, 637)	ボンフェロー ニ法による多 重 比 較 (p<0.05)
1.育児の喜び	23.3(2.3)	22.9(2.5)	23.0(2.7)	1.39	
2.子どもとの絆	18.0(2.6)	17.7(2.5)	18.1(2.2)	1.82	
3.夫への感謝	17.4(2.8)	16.7(3.5)	16.4(3.9)	4.07*	A>C

\*p&lt;0.05, \*\* p &lt; 0.01

表 15 子どもの人数別 CHS 短縮版の平均 (SD) と一元配置分散分析の結果

	A. 1 人 (n=122)	B. 2 人 (n=337)	C. 3 人以上 (n=185)	F(2, 641)	ボンフェロー ニ法による多 重 比 較 (p<0.05)
1.育児の喜び	23.1(2.8)	23.2(2.3)	22.8(2.7)	1.18	
2.子どもとの絆	17.6(2.8)	17.9(2.3)	17.9(2.5)	0.97	
3.夫への感謝	15.9(4.4)	16.9(3.4)	17.0(3.0)	4.93*	A<B, A<C

\*p&lt;0.05, \*\* p &lt; 0.01

## 5. 考察

### 1) 尺度の信頼性について

CHS 短縮版の全 13 項目の  $\alpha$  係数は、0.85 であり、また 3 下位尺度は 0.86 から 0.77 にあることから十分な値を得ることができ、内的整合性についての信頼性は保証された。

### 2) 尺度の妥当性について

#### (1) 概念的妥当性

CHS 短縮版と心理的健康尺度である伊藤らの主観的幸福感尺度と BHS との相関係数を算出し、その概念的妥当性の検討を行った。その結果、主観的幸福感の得点と CHS 短縮版尺度のすべての下位尺度の間には、有意な正の相関がみられた。しかし、「夫への感謝」を除き、いずれも相関係数の値は低く、相関関係は弱いものであった。つまり、「育児の喜び」と「子どもとの絆」は育児を通して直接的に感じる幸福感のため類似するところがあり、それに対して「夫への感謝」だけは間接的に感じられる幸福感のため他の因子との相関係数が低いと考えられる。この結果は、CHS と同様の結果である (清水ら, 2007)。さらに、BHS と CHS 短縮版の下位尺度との間の相関係数の値は低かった。ポジティブ

な心理的健康さを測定する主観的幸福感とネガティブさを測定する BHS と CHS 短縮版下位尺度との相関は低いので、一見それらの関連性は弱いものにみえる。

しかし、CHS 短縮版に天井効果がみられることから、高得点群とそれ以外の群との主観的幸福感尺度や BHS の得点を比較した結果、それらの平均値に違いがみられた。主観的幸福感の得点においては、CHS 短縮版下位尺度の「育児の喜び」や「夫への感謝」の高得点群が、最も高い結果となった。また、BHS は「育児の喜び」の低得点群において最も高く(8点)、「夫への感謝」の高得点群が最も低く(4点)なった。つまり、CHS 短縮版の得点が高得点とそうでない群で、主観的幸福感と BHS に正と負の相関がみられ、CHS 短縮版と心理的健康との関連性が示唆された。

## (2) 基準関連妥当性

母親の年齢段階による CHS 短縮版の平均値の比較では、「育児の喜び」や「子どもとの絆」に、30 歳未満の母親の平均値の方が 35 歳以上の母親よりも有意に高い結果がみられたが、「夫への感謝」には有意差は見られなかった。35 歳以上の母親は、30 歳未満の母親よりも子ども数が多く、子育て経験も多い。その為、「子育ての喜び」「子どもとの絆」といった感情には慣れてしまい感じにくくなっていることが考えられる。また、必然的に母親の年齢が高くなれば長子の年齢も高くなり、就学期の子どもの世話をしていることが推測され、その負担が重く得点の低下がみられたのではないかと考えられる。

一方、末子年齢段階や子どもの数の違いによって「育児の喜び」と「子どもとの絆」には有意差がみられなかったが、「夫への感謝」の得点には有意差がみられた。夫の育児への協力は、子どもの手がかかる状況、つまり末子年齢が 1 歳以下の幼い場合や 1 人っ子よりも子どもが複数いる場合のほうが、その必要性が高まり必然的に「夫への感謝」という間接的育児幸福感も高くなると考えられる。

## (3) CHS やその他尺度との比較

ここでは、本研究で作成された CHS 短縮版と CHS、同様に育児中の肯定的感情を扱った尺度である島田ら(2003)の改訂版育児生活肯定感尺度と中島(2001)の愛着尺度との比較を検討する。

CHS 短縮版の「育児の喜び」は、CHS における「希望と生きがい」など他 3 下位尺度だった項目の中から選定されており、「喜び」「感謝」「誇り」「愛情」「希望」といった育児中の全般的な肯定的な感情についての項目から構成される。中島ら(2001)の愛着尺度の項目である「赤ちゃんが必要としているのが分かる」「この子が私の赤ちゃんであることがうれしい」などと類似する項目があり似た側面を測定するものである。ただし、この愛着尺度は、産後 1 ヶ月の母親を対象とした尺度で、CHS 短縮版は 6 歳までの子どもを持つ母親を対象とした尺度である点に大きな違いがあり、また本研究結果において「育児の喜び」の得点は、末子年齢の影響を受けない結果が得られている(表 8 参照)。

次に、「子どもとの絆」は、CHS では主に「必要とされること」の下位尺度から選定されている。この「子どもとの絆」は、育児中には母親にとって不安な状況がある一方で、自分が子どもから必要とされ安心したり、子どもが他者に認められ誇りに思ったりする感情であり、このような育児中のネガティブな状況と対比されることによって生じるポジティ

して感じる幸福感ではなく、間接的育児幸福感といえる。そして、島田ら(2003)の改訂版育児生活肯定感の「夫のサポートに対する認識」と類似するものである。また、育児幸福感の下位尺度の中でも最も一般的な幸福感と関連性がみられる。

#### (4) CHS 短縮版の項目の天井効果について

尺度を作成する際には、5段階評価であれば平均値が4.5以上と偏っている項目は天井効果のあるとしては削除すべきである(鎌原, 1998)。しかし、天井効果が起きている項目(たとえば、第1因子の「育児の喜び」の「子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。(平均4.83)」)、日本の母親にとって「母親であれば当然そうあるべき」という信念があり、これらの項目に対して高い評価をする反応がみられたとも考えられる。したがって、CHS得点が高得点の母親の中には、純粋に育児幸福感を感じたものと、前述のような信念のためにそうってしまったものがあることを考慮して解釈する必要があるだろう。後者の母親の場合は、CHSの得点が高いからといって健康とはいえないだろう。また、天井効果の一方で、CHSが低得点の母親もいるわけであり、これらの母親は主観的幸福感得点が低く、ベックの絶望感が高いという特徴があり、これらの母親にはケアをする必要性が考えられる。CHS短縮版には、天井効果という難点があるものの、その得点の度合いによって母親の心の健康を考える指標としての活用が期待される。

## 6. 結語

本研究では、41項目8因子構造からなるCHSから、臨地での汎用性を目指し13項目3因子からなるCHS短縮版尺度を作成した。

CHS短縮版の3下位尺度の $\alpha$ 係数は、「育児の喜び」が0.82、「子どもとの絆」が0.77、「夫への感謝」が0.86と全ての因子において十分な値が得られ、これらの下位尺度の信頼性が保証された。また、構成概念妥当性の検討において、CHS短縮版下位尺度は心理的健康に関する尺度である、主観的幸福感とは正の相関、そしてBHSとは負の相関がみられ心理的概念の理論的な関係性が確認された。基準関連妥当性の検討においては、母親の年齢では「育児の喜び」や「子どもとの絆」の影響が確認され、35歳以上の母親よりも30歳未満の母親の方がこれらの下位尺度得点が高い結果が得られた。一方、「夫への感謝」は末子年齢や子ども数の影響がみられ、末子年齢が1歳以下である母親は4歳以上の母親よりも得点が高く、また1人っ子の母親が最も得点が低いという結果がみられた。以上のようにCHS短縮版は心理的健康との関連性が示唆されたものの、母親の産後うつ等、心理的健康を予測することにはまだ慎重に検討する必要があるだろう。

## 7. 本研究の限界と課題

本研究で作成されたCHS短縮版のための調査対象は、2県に限定しており一般化には限界がある。特に、尺度得点の天井効果に対する検討、つまり高得点の母親をどう捉えるかといった課題に取り組む必要がある。さらに、他の心理検査やストレスの程度をあらわす生理的指標との関連性などを検討することが必要ある。そこから得られた知見より、それぞれの下位尺度の得点の解釈を分かりやすくし、実用性を高めることを目指したい。

## 謝辞

本研究にあたり、アンケートにご協力いただきましたお母様方、および各保育園、幼稚園の保育士、先生の皆様に深く感謝いたします。本研究は平成 20 年度文部科学研究費補助金（基盤 C 課題番号 20592592）を受けて行った。

## Abstract

**【Purpose】** The aims of this study were to (1) develop a short-form of the multidimensional CHS (Child-care Happiness Scale), which was developed by Shimizu et al. (2007), and (2) examine its reliability in order to increase general applicability.

**【Methods】** Mothers with infants younger than 6 years of age were asked to evaluate 41 items in the CHS that involved various situations which give rise to a feeling of happiness during child-care using a 5-point scale. We also used the Subjective Happiness Scale (SHS) and Beck's Depression Inventory (BDI), which measure psychological health, in order to confirm the validity of the short-form CHS (SF-CHS).

**【Results】** There were a total of 672 valid respondents. A factor analysis was performed on 41 items of the CHS, and then 16 items were selected for the SF-CHS, which consists of 3 factors: "joys of child-care," "connection with the child," and "husband's support." Items for the 3 factors had sufficiently high Cronbach's  $\alpha$  coefficients (0.81~0.86), which represent their internal consistency. There was a significant positive correlation between the SF-CHS and SHS. In contrast, there was a significant negative correlation with BDI. There was a decreasing trend for "joys of child-care" and "connection with child" with increasing mother's age. Furthermore, "husband's support" was higher for mothers whose youngest child was less than 1 year old than for those whose youngest child was 4 years or older, and lowest for mothers with only one child.

**【Conclusions】** Differences between the SF-CHS and original CHS, their practicality, and future issues were discussed. Our findings suggest an association between SF-CHS and psychological health. The conciseness of the SF-CHS allows immediate feedback to each mother of her child-care happiness profile. In the future, SF-CHS can be expected to become a useful resource for mothers to reflect on their feelings on child-care.

### Ⅲ 育児幸福感を高めるコースプログラムの開発と評価

#### Development and assessment of a Course program to improve mothers' child care happiness

**Key word** 母親 育児幸福感 プログラム 開発 評価

**mother, child care happiness, program, development, assessment**

#### 1. 要約

##### 目的

本研究の目的は、子どもが乳幼児期にある母親の育児幸福感を高めるために3か月間に2時間による6回の少人数参加型プログラムを開発し評価した。

##### 方法

9人から10人1グループによるプログラムを2回実施した。プログラム参加群（以下プログラム群とする）19人に対し、プログラムの初回参加前と最終回参加後および最終回参加後1か月の心理学的指標（心理尺度）による育児ストレスや育児幸福感、自尊感情と生理学的指標（自律神経活動、脳波、唾液CgA）によるリラックスやストレスの評価をした。さらに、プログラムに参加しない対照群16人を設定し、同様の評価を実施した。プログラムの内容は、自分について話し仲間作りをする、子どもへの思いを振り返る、育児の幸せな瞬間を大切にする、互いの頑張りを認める、自分を認め自信を持つ、人生設計を考える、自分の悩みについて聞いてもらうなどであり、毎回腹式深呼吸と、笑顔作りのストレッチを取り入れた。

##### 結果

本プログラムの心理学的並びに生理学的な効果が部分的に認められた。プログラム群の初回参加前と最終回参加後において、自尊感情が有意に上昇し、育児ストレス値が有意に低下した。特に育児不安のストレスが有意に低下している。生理学的には脳波である $\alpha 3$ が初回参加前に比べ最終回参加後に有意に上昇しリラックスしていることが示された。プログラム初回参加前および最終回参加後と1か月後には有意な変化が認められなかった。一方、対照群においては有意な変化はみられなかった。母親の自由記述において、他の人の話が聞けてよかった、大変なのは自分だけではない、視野が広がった、人生について考えた、自分を客観的にみられた、友達ができた、子どもを愛していることに自信が持てたなどの効果があった。

##### 結論

今後は、より効果的なコースプログラムの検討が課題となる。とくに毎回のプログラム終了後に子どもを交えた雑談の時間や個別相談の時間を確保すること、プログラム終了後の継続的な支援の必要性が課題として残された。

#### 2. はじめに

子育てをしている母親が壮年期に入ってから主観的な幸福感は幼少時の母親との関わり合いが影響しているとされている（Flouri, 2004）。つまり、現在子育てしている母親の幸福感への支援を行うことは、育てている子どもが将来母親となったときの幸福感にも影響すると考えられ、子育て支援の重要性が再確認されているところである。そこで本研究

のテーマでもある母親の育児に伴う喜びなど肯定的な感情である育児幸福感を高めること、さらに育児をより有意義な体験として、母親自身が育児を通して自己価値を高め、親として、女性として、そしてひとりの人として成長することへの援助は育児支援の重要なテーマと考える。

こうした支援の一環として近年、我が国で実施されている、カナダで開発された Nobody's Perfect プログラムは、カナダ保健省からの公認を得て、NPJapan (NPJ) として 2004 年から活動を開始している。このプログラムの目的は、親が自分の長所に気づき、健康で幸福な子どもを育てるための前向きな方法を見出せるよう手助けすることにある (NPJ, 2010)。また Larissa, G. と Nancy, B. (2010) により、マインドフルネス・ストレス低減法に基づき「心を今に持ってきて今ここの自分への気づき続ける」ことで親になる準備プログラムが開発及び実践されている。これらのプログラムは実施者の研修が求められる為より専門性の高いプログラムであるといえるものの、プログラムの効果に関する実証的検証が課題となっている。

また、育児支援の効果を評価には、NCAST (Nursing Child Assessment Satellite Training) による育児支援プログラム (寺本・廣瀬・斎藤他, 2006)、子どもへの虐待・暴力予防教育プログラム (石井, 2001) 等そのほとんどは、質問紙による主観的な心理学指標を用いている。さらに、育児支援以外の分野でも心理学的指標の使用に留まっている (真鍋・松田, 2006; 片岡, 2004; Cloninger, 2006)。

そこで、本研究では心理学的指標に加え、生理学的指標を用いてプログラムの効果を検証することを目的とする。そして、本研究で行うプログラムは、予めシンプルで明確な内容が設定されているため、プログラム実施者の研修を行う負担はない。それゆえ、本プログラムは広く普及できるものと期待される。我々は、母親の育児幸福感を高めるための 2 時間のプログラムを開発した (清水・関水・遠藤他, 2009)。この先行研究におけるプログラムの問題点を踏まえ、本プログラムでは初対面でなかなか話を切り出せないことを改善するため、何回かに分けて開催することにより参加者の緊張を和らげること、そして、プログラム参加による効果と時間的経過による変化の要因とを区別するために対照群を設定することにした。つまり、本研究では 3 か月間にわたる 1 回 2 時間の 6 回コースの少人数参加型プログラムを開発し、その評価を最終回参加後 1 か月まで持続するという仮説を立て評価することとし、さらに対照群を設定した。

本研究では、Lazarus の理論 (Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, 1991) に基づき、育児中の母親の肯定的情動と否定的情動を、それぞれ次のように定義する。母親が育児することによって感じる肯定的情動である安心、希望、愛情、喜び等の感情を総称した幸せな気持を「育児幸福感」とし、また、否定的情動である母親が育児することによって感じる不安、恐怖、怒り、イライラ、悲しみ、疲れ等の感情を総称したストレスフルな気持ちを「育児ストレス」とした。

本研究のプログラムの内容は、心理的側面 (悩みやつらい気持ちを話す等) と身体的側面 (深呼吸等) からアプローチするワークから構成されており、この育児幸福感を高め、育児ストレスを低減することをねらいとする。

### 3 研究方法

研究対象者は計 35 人であり、プログラム参加者（以下プログラム群とする）19 人とプログラムに参加しない者（以下対照群とする）16 人に分けられた。さらにプログラム群を、9 人と 10 人の 2 グループに分け、プログラムを実施し評価を試みた。同じく対照群を 8 人の 2 グループに分けた。両群ともに評価測定時には託児を行った。対照群はプログラム群がプログラムに参加している間は自宅に待機し、その他の育児教室には参加していない。プログラムの評価ではプログラムの初回参加前（以下 A 時点とする）、プログラム最終回参加後（以下 B 時点とする）、最終回参加後 1 か月（以下 C 時点とする）の 3 回、参加者の心理学的指標による評価をした。ただし生理学的指標は A、B 時点の 2 回とした（図 1）。C 時点をプログラムの効果を測定する時期とした理由は、コース全体を受講した総合的な効果を評価するためであった。また、少人数参加型とした理由は、参加者間の相互作用により母親自身の認知への働きかけが期待されること、一人一人の反応をとらえながらプログラムを進められることである。本研究デザインは、プログラム群並びに対照群が設定されているものの参加者は無作為割りつけによらないことから準実験研究となる。

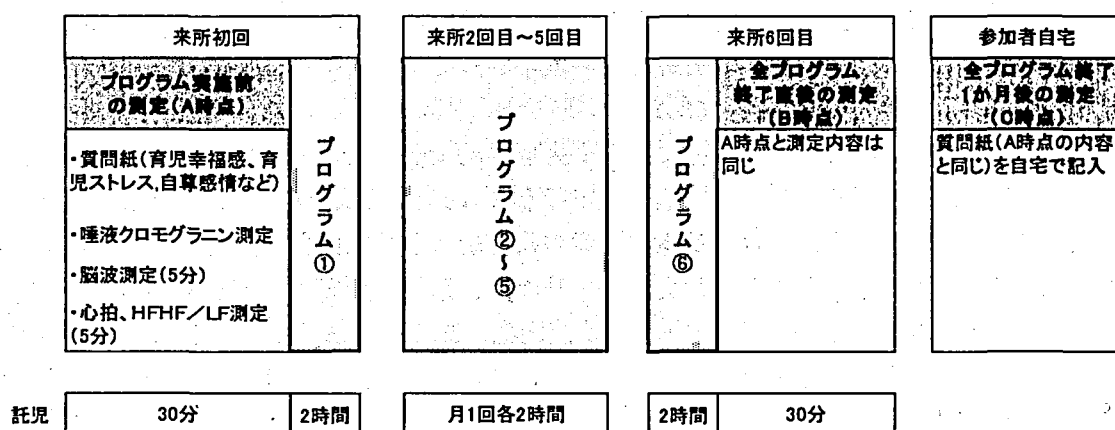


図1 測定時点とプログラムのスケジュール

\*対照群は、A時点とB時点のみ来所し、託児を受け測定、そしてプログラム②～⑤は自宅で待機。

#### 1) 研究期間とプログラム開催場所

平成 21 年 4～7 月、9～11 月に B 市役所で行われた。

プログラムを午前に開催しプログラム群の測定を行った。プログラムの初回と最終回の午後に対照群の測定を実施した。

#### 2) 研究参加者

乳幼児期の育児をしている B 市内在住の母親（プログラム群、対照群）35 人である。プログラム群では母親がプログラムに参加している間、子どもは別室で 4～5 人の保育士による託児を行った。プログラムの途中で授乳時間などの休憩時間を 10 分確保した。対照群でも、評価測定に協力している間に託児を行った。

### 3) 研究参加への依頼方法

プログラムの参加と測定の協力を依頼したプログラム群並びに測定のみを協力を依頼した対照群（協力期間には他の育児教室に参加しないもの）ではB市役所で開催される母子保健事業の参加者に案内文を配付し説明を行い参加の依頼をした。プログラムに参加するのか、測定のみに参加するのかについては参加希望者自身の判断によった。参加希望者はB市役所に申し込みを行った。その後、参加申込者に対して研究者より研究の目的や方法、倫理的配慮に関する内容を記した依頼文とプログラム開催の日程および開催場所に関する資料を郵送した。

### 4) プログラムの内容

市保健師2名が研究者との打ち合わせを経てプログラムを進行した。プログラムの内容は、身体的側面と心理的側面の大きく2つに分かれる。前者は、参加者が日頃の育児ストレスを緩和するため、座禅の呼吸（下腹を絞って息を吐き出す呼吸により $\alpha$ 波やセロトニンの活性化を促す）や全顔フェイスニング（顔全体の筋肉を使っていきいきとした表情を作り、気持ちを解放する）である（表1）。そして、後者は①自分と子どもの振り返りと幸福感を伴う出来事の再認識、②自分を認め自信を持つ、③ストレス感情の表出である。これらのワークを通して、心理学的な育児幸福感の上昇、育児ストレスの低下、自尊感情の上昇、生理学的なリラックス状態とストレス軽減状態が生じることをねらいとした。

また、2009年に作成した「いきいき子育て手帳」を活用し、参加期間と参加後に日々の出来事と自分の気持ちを振り返るためのメモの記載を依頼した。（飯田・宮里・福岡他、2002）。



表1 コースプログラムの内容

	ねらい	内容
第1回	・ウォーミングアップ	・自己紹介(似ているといわれたことのある有名人動物にたとえると、子どもの数と年齢 ここでしたいことなど、今日は何色 今の気持ちを色で表し、理由を話す) ・深呼吸、笑顔づくり
第2回	・自分と子どものふりかえり ・幸福感を伴う出来事の再認識	・いいところさがし(自分が親に似ていると思うところ、子どもが自分に似ていると思うところ、我が子の似顔絵描きといいところ探し、自分のいいところ探し) ・子育てで楽しかったこと、嬉しかったこと、幸せを感じる瞬間 ・深呼吸、笑顔づくり
第3回	・ストレス感情の表出	・悩みやつらい気持ちを話す ・深呼吸、笑顔づくり
第4回	・自分を認め自信を持つ	・気かない自分に気づく(自分と相手を色で表現してみる 相手を表す色とその理由、相手が話した色や理由を聞いてその感想を話す) ・ペアでお互いに自分の育児について話をする(自分と同じ所、頑張っているなと思うことについてそれぞれ話をする) ・深呼吸、笑顔づくり
第5回	・ストレス感情の表出	・悩みやつらい気持ちを話す ・深呼吸、笑顔づくり
第6回	・自分の人生設計を考える	・自分のこれからを考える(私の宝もの、大切なこと 自分の将来の夢) ・子どもはどんな子ども時代を過ごし大人になっている、自分はその頃何をしていたい ・深呼吸、笑顔づくり

## 5) プログラムの評価

あらかじめ協力者には、母親の年齢、子どもの数と年齢、仕事の有無、家族構成について尋ねた。測定は、プログラム実施前(以後 A 時点とする)、全プログラム終了直後(以後、B 時点)、全プログラム終了1ヵ月後(以後、C 時点とする)の計3時点で実施した(図1参照)。なお、A 時点と B 時点は、プログラムを実施した会場で、また C 時点は質問紙記入のみの実施だったので自宅で記入し郵便で返送するよう依頼した。尚、脳波、心拍数といった生理学的指標は、その測定の母親への負担を考え、プログラム参加直前と直後の2時点(A 時点と B 時点)のみとした。

### (1) 心理学的指標

心理学的指標として次の心理尺度を使用した。育児ストレス尺度および育児幸福感尺度、自尊感情尺度を用いた。

#### ① 育児ストレス尺度

“心身的疲労”、“育児不安”、“夫の支援のなさ”の3項目の下位尺度による16項目からなり、その3つの下位尺度の $\alpha$ 係数は、0.82~0.82と、全ての下位尺度の内的整合

性についての信頼性が保証されている（清水・関水，2010）。

## ② 育児幸福感尺度

“育児の喜び”、“子どもとの絆”、“夫への感謝”の3項目の下位尺度による13項目に5段階評定法による回答を求めた。なお、育児幸福感尺度は清水ら（2007）が開発した8から9下位項目のオリジナルを3下位項目の短縮版として作成したものであり、3つの因子のそれぞれの項目の内的整合性を表す $\alpha$ 係数は、0.77～0.86と十分な値が得られ、類似概念との相関や基準関連妥当性の検討により信頼性および妥当性の確保は保証されている。参加者の回答による負担の軽減を考慮したことから短縮版を用いた（清水・関水・遠藤，2011）。

## ③ 自尊感情尺度

Rosenbergの自尊感情尺度の邦訳版10項目（山本・松井・山城，1982）による5段階評定法による回答を求めた。

以上のすべての心理尺度のC時点の測定は、自宅での回答を依頼し、後日返送とした。

### （2）プログラムに対する感想、参加の影響

プログラムに対する期待、参加後の感想や要望、参加したことによる自身の変化について明らかにすることを目的として自由記述による回答を求めた。

### （3）生理学的指標

生理学的指標として自律神経活動、脳波、唾液CgAの指標を使用した。

#### ① 自律神経活動

身体のリラックス状態を知るためにディスポーザブルの電極を参加者の前腕部に貼付し、AとB時点の心拍計を5分間測定した。測定結果をメモリー心拍計に記録し、コンピューターに直接取り込み、MemCalc/tarawa（ジー・エム・エス社製メモリー心拍計）を用いて周波数の解析を行った。心拍数（HR:Heart rate）、呼吸性洞性不整脈に対応する心臓副交感神経活動を反映する高周波数成分（HF:High frequency, 0.15-0.45Hz）、心臓交感神経活動の変化を強調する血圧の動脈圧にみられる10秒周期の自発的なゆらぎと関連する低周波数成分（LF:Low frequency, 0.04-0.15Hz）、心臓交感神経活動と心臓副交感神経活動の両方を反映するとされているLF/HF比は、心臓副交感神経活動の指標に用いた。測定値は5分間の出力された値の合計値の平均値とした。HFの上昇、LF/HF比の減少は、リラックスしていると解釈される。

#### ② 脳波

身体のリラックス状態を知るためにAとB時点の脳波を5分間測定した。脳波計はFM-717（フューテック エレクトロニクス<株>）を用いた。電極は前頭葉2箇所バンド電極で装着した。データの解析には同脳波計用解析ソフト・パルラックスII（同上<株>）を用いた。 $\theta$ 波（眠気に近づきややぼーとした状態）、 $\alpha$ 波（閉眼でリラックスした覚醒状態  $\alpha 1$ 、 $\alpha 2$ 、 $\alpha 3$ ）、 $\beta$ 波（緊張感を伴った覚醒状態）の分布率（1分間のそれぞれ

の波形の出現率、単位は%)を用いた。脳波の $\alpha$ 波値が高いとリラックスしていると解釈される。

### ③ 唾液 CgA

心理的なストレス状態を知るためにAとB時点で唾液をしみこませるための綿球2つを渡し、ガムをかむように口腔内で咬み、綿球が唾液により芯がなくなるほどに柔らかくなったところでスピッツに保管して保冷剤の入ったクーラーボックスに保存した。その後-80°Cの冷凍庫に移した。N研究所に冷凍便で送り分析を委託した。唾液CgA値が高いとストレスが高いと解釈される。唾液CgAは唾液中に存在し自律神経系の刺激によって唾液中に放出され心理的ストレスのみに反応することが明らかにされており、ストレスに対する反応時間が短いことから、本研究の評価項目として採用した(Nakane, H., Asami, O. Yamada, Y., & Hideki, O., 1998)。なお、唾液CgAを用いた科学論文報告が多くみられており、唾液CgAの信頼性妥当性は得られているものと判断した(鈴木順・星野健・井上洋西, 2004; 後山尚久・佐久間航・池田篤・植木實, 2004; 大津隆一, 2005)。

### 6) 分析方法

育児幸福感および育児ストレスの尺度、自尊感情尺度項目は、“あてはまる”を5点から“あてはまらない”を1点とし、下位尺度項目を合算した得点を以後の分析に使用した。自尊感情尺度項目については合計値を分析に使用した。心理検査の得点及び生理学的データの検定は、統計ソフトSPSS (14.0 J)を用いた。なお、プログラム群並びに対照群の参加者が少数であることから、データの正規性の保証は困難と考え、ノンパラメトリックな検定を分析では使用した(対照群とプログラム群の比較ではMann-Whitney検定を行い、各群内のA、B、Cの3時点の比較にはFriedman検定を、そしてAとB時点またはBとC時点の2時点の比較にはWilcoxonの符号付順位検定を使用)。なおデータの欠損は分析から除外した。自由記述によるものは分類の客観性を保証するために質的研究に詳しい2名の研究者により質的に分析し同一の内容に分類し命名した。なお研究者により意見の異なった場合は、その理由について議論し、研究者3名が一致した項目を採用した。

### 7) 倫理的配慮

本研究に取り組むに当たって、平成20年度長野県看護大学の倫理委員会の審査による承認を受けた(審査承認番号#12)。研究の実施にあたり、B市役所保健師2名に研究目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。参加者へは本研究の説明を依頼文にて行い、研究に協力すると意志表示した者に同意文にサインを求め協力を依頼した。また、本研究において特定の個人的情報が遺漏しない旨番号化し主研究者のみ連結できるようデータを保管し、論文作成段階で破棄すること、本研究以外にデータを用いないことを依頼文に明記した。答えたくない質問には答えなくても良いこと、途中で中断してもかまわないことを伝えた。なお、同様にプレテストにおいても参加者に対する倫理的配慮が行われた。

## 4 結果

### 1) 研究参加者の属性

プログラム群の参加者 19 人の平均年齢は  $31.7 \pm 4.1$  歳であった。専業主婦は 17 人であった。子ども数は平均  $1.5 \pm 0.6$  人であった。家族形態は核家族 11 人、複合家族 6 人であった。対照群の参加者 16 人の平均年齢は  $32.5 \pm 4.9$  歳であった。専業主婦は 14 人であった。子ども数は平均  $1.4 \pm 0.5$  人であった。第一子の平均年齢は両群ともに 2 歳であった。家族形態は核家族 13 人、複合家族 2 人であった。プログラム群と対照群の属性の比較のための Mann-Whitney 検定並びにノンパラ  $\chi^2$  検定の結果、有意な差はなかった（表 2、2-1 参照）。このことにより、両群の等価性が確認された。

表2 各群の属性比較(Mann-Whitney検定)

	クラス	平均値	偏差	順位和	U値	p値
年齢	プログラム群	31.7	4.1	332.5	142.5	0.55
	対象群	32.5	4.9	333.5		
子供数	プログラム群	1.5	0.6	365.5	147.5	0.60
	対象群	1.4	0.5	300.5		

表2-1 各群の属性比較(ノンパラ $\chi^2$ 検定)

		核家族	複合家族	単身世帯		$\chi^2$ 値(3)	p値
家族形態	プログラム群	11	6	2		2.2	0.32
	対象群	13	2	1			
		主婦	フルタイム	パート	自営	$\chi^2$ 値(4)	p値
就労形態	プログラム群	17	0	1	1	3.2	0.36
	対象群	14	2	0	1		

### 2) プログラム前及び後のプログラム群と対照群の比較

心理学的および生理学的指標について、プログラム実施前のプログラム群と対照群の比較のため Mann-Whitney 検定を行った。その結果、ほとんどの指標に有意差はみられなかったが、心拍数のみ有意差がみられ（前  $U=92.0$ ,  $p < 0.05$ 、後  $U=65.0$ ,  $p < 0.05$ ）、プログラム群よりも対照群の方が高い結果となった（表 3、3-1.参照）。これは、プログラム群が午前、対照群が午後の測定であったことから日内変動の影響のためと考えられる。

表3 プログラム前の各群の心理指標と生理指標の比較(Mann-Whitney検定)

	クラス	平均値	偏差	順位和	U値	p値
自尊感情	プログラム群	31.0	9.5	332.0	142.0	0.54
	対象群	32.0	6.3	334.0		
育児の喜び	プログラム群	27.7	3.1	337.5	147.5	0.63
	対象群	28.6	1.8	328.5		
子どもとの絆	プログラム群	20.4	4.2	303.0	132.0	0.48
	対象群	21.7	3.0	327.0		
夫への感謝	プログラム群	23.1	2.4	328.5	138.5	0.43
	対象群	23.8	1.7	337.5		
心身的疲労	プログラム群	22.0	5.0	403.0	110.0	0.10
	対象群	19.0	7.0	263.0		
育児不安	プログラム群	14.0	4.3	376.0	137.0	0.44
	対象群	13.0	4.9	290.0		
夫の支援のなさ	プログラム群	10.0	3.9	375.0	138.0	0.45
	対象群	8.0	3.1	291.0		
CgA	プログラム群	3.3	2.0	350.0	144.0	0.79
	対象群	2.8	3.3	280.0		
心拍	プログラム群	72.0	8.1	282.0	92.0	0.05
	対象群	78.3	8.1	348.0		
HF	プログラム群	599.3	952.5	374.0	120.0	0.29
	対象群	470.4	348.3	256.0		
LH/HF	プログラム群	1.2	1.1	335.0	145.0	0.82
	対象群	1.0	0.6	295.0		
$\theta$ 波	プログラム群	17.4	3.6	370.0	124.0	0.35
	対象群	16.3	3.1	260.0		
$\alpha$ 波	プログラム群	64.5	4.0	340.5	150.5	0.96
	対象群	65.4	4.6	289.5		
$\alpha 1$	プログラム群	21.6	2.4	378.5	115.5	0.23
	対象群	21.3	2.4	251.5		
$\alpha 2$	プログラム群	24.4	5.2	345.5	148.5	0.91
	対象群	25.1	5.4	284.5		
$\alpha 3$	プログラム群	16.9	2.5	300.5	110.5	0.17
	対象群	18.1	2.1	329.5		
$\beta$ 波	プログラム群	17.0	2.8	290.0	100.0	0.08
	対象群	18.2	3.4	340.0		

表3-1 プログラム後の各群の心理指標と生理指標の比較(Mann-Whitney検定)

	クラス	平均値	偏差	順位和	U値	p値
自尊感情	プログラム群	35.1	8.0	356.5	118.5	0.43
	対象群	33.0	7.5	238.5		
育児の喜び	プログラム群	28.8	2.0	374.0	139.0	0.43
	対象群	28.2	2.4	292.0		
子どもとの絆	プログラム群	22.2	3.1	368.0	145.0	0.60
	対象群	21.9	2.8	298.0		
夫への感謝	プログラム群	23.6	2.5	343.0	153.0	0.77
	対象群	24.1	1.1	323.0		
心身的疲労	プログラム群	20.4	5.6	403.0	110.0	0.07
	対象群	16.9	6.0	263.0		
育児不安	プログラム群	11.7	4.0	376.0	137.0	0.69
	対象群	12.2	4.2	290.0		
夫の支援のなさ	プログラム群	8.9	3.6	375.0	138.0	0.45
	対象群	7.7	2.8	291.0		
CgA	プログラム群	3.8	2.4	385.0	109.0	0.15
	対象群	2.7	2.1	245.0		
心拍	プログラム群	73.7	9.3	255.0	65.0	0.04
	対象群	82.5	6.8	375.0		
HF	プログラム群	533.6	385.9	385.0	109.0	0.15
	対象群	389.4	427.4	245.0		
LH/HF	プログラム群	2.3	3.5	361.0	133.0	0.53
	対象群	1.3	0.8	269.0		
$\theta$ 波	プログラム群	18.0	2.6	378.0	116.0	0.23
	対象群	16.7	2.6	252.0		
$\alpha$ 波	プログラム群	64.8	4.5	371.0	123.0	0.34
	対象群	64.2	3.9	259.0		
$\alpha 1$	プログラム群	22.1	2.3	349.5	144.5	0.80
	対象群	20.9	2.6	280.5		
$\alpha 2$	プログラム群	25.4	4.0	339.0	149.0	0.92
	対象群	25.1	4.7	291.0		
$\alpha 3$	プログラム群	17.3	3.5	371.0	123.0	0.34
	対象群	18.2	2.3	259.0		
$\beta$ 波	プログラム群	17.0	3.3	273.0	83.0	0.22
	対象群	18.8	3.5	357.0		

### 3) プログラムの効果の検討

#### (1) 心理的な指標による変化

##### ①育児ストレス尺度得点の参加前と終了後の変化(表4参照)

育児ストレス尺度得点のA、B、Cの3時点の得点の変化の違いを調べるために、両群それぞれにFriedman検定を行った。その結果、プログラム群において育児ストレス尺度の、“育児不安”( $\chi^2(2)=9.85, p<0.01$ )の3時点間の差は有意であった。これらの下位尺度のどの時点に差がみられるか多重比較を行うために、Bonferroniの修正を考慮して(有意水準を $p<0.05$ ではなく $p<0.01$ に抑えて結果を解釈)Wilcoxonの符号付順位検定を行った。その結果、“育児不安”の得点の参加前と終了後の間で有意差がみられ( $z=2.55, p<0.01$ )、つまり参加前の“育児不安”が、プログラム参加前よりもプログラム終了後が

低かった。しかし対照群においては有意な差はなかった。また、“心身的疲労” “夫の支援のなさ” の得点については、両群においてA、B、Cの3時点で有意な差がみられなかった。

表4 各群の3時点における育児ストレス尺度得点の比較

クラス	A 時点		B時点		C時点		$\chi^2(2)$	p値
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD		
心身的疲労	21.1 ±5.0		20.4 ±5.6		19.9 ±5.8		0.82	0.66
育児不安	13.6 <sup>a</sup> ±4.3		11.7 <sup>b</sup> ±4.0		11.7 ±4.8		9.86	0.01
夫の支援のなさ	9.7 ±3.9		8.9 ±3.4		9.8 ±3.8		1.39	0.50
心身的疲労	17.5 ±7.0		16.9 ±6.0		15.8 ±6.1		1.29	0.53
育児不安	12.2 ±4.9		12.2 ±4.2		11.6 ±4.2		2.31	0.32
夫の支援のなさ	8.4 ±3.1		7.7 ±2.8		8.4 ±3.6		0.32	0.85

aとbの間には $p<0.01$ で有意差あり

#### ② 育児幸福感尺度得点の参加前と終了後の変化 (表5参照)

前述の育児ストレス尺度得点と同様の検定を、育児幸福感尺度得点のA、B、Cの3時点の得点の変化の違いを調べるために、両群それぞれに行った。その結果、両群において育児幸福感尺度の3つの下位尺度には、3時点間の差は有意な差がみられなかった。

表5 各群の3時点における育児幸福感尺度得点の比較

クラス	A 時点		B時点		C時点		$\chi^2$ 値 (2)	p値
	平均値	偏差	平均値	偏差	平均値	偏差		
育児の喜び	27.7 ±3.1		28.8 ±2.0		27.9 ±3.3		4.0	0.14
子どもとの絆	20.4 ±4.2		22.2 ±3.1		21.9 ±3.2		3.3	0.19
夫への感謝	23.1 ±2.4		23.6 ±2.5		22.3 ±2.8		3.4	0.18
育児の喜び	28.5 ±1.8		28.2 ±2.4		27.6 ±2.6		2.5	0.30
子どもとの絆	21.7 ±3.0		21.9 ±2.8		21.8 ±2.8		0.3	0.86
夫への感謝	23.8 ±1.7		21.1 ±1.0		23.8 ±1.5		0.2	0.90

#### ④ 自尊感情得点の参加前と直後の変化 (表6参照)

前述の育児ストレス尺度得点と同様の検定を、自尊感情尺度得点にも行った結果、プログラム群においては3時点間に有意差がみられた ( $\chi^2(2)=7.18, p<0.05$ ) が、対照群では有意差がみられなかった。プログラム群の3時点に有意差がみられたので、多重比較するため Bonferroni の修正を考慮して Wilcoxon の符号付順位検定を行った。その結果、自尊感情尺度得点のAとB時点の間で有意差がみられ ( $z=2.55, p<0.01$ )、参加前の自尊感情より、プログラム参加直より直後の方が高くなったと解釈される。

表6 各群の3時点における自尊感情得点の比較

クラス	A 時点		B 時点		C 時点		$\chi^2(2)$	p値
	平均値	SD	平均値	SD	平均値	SD		
プログラム群	31.3 <sup>a</sup> ±9.5		35.1 <sup>b</sup> ±8.0		36.4 ±8.0		7.18	0.03
対象群	33.5 ±6.3		33.0 ±7.5		32.2 ±5.4		0.36	0.98

aとbの間には $p < 0.01$ で有意差あり

## (2) 生理学的な指標における変化

心理尺度を用いて捉えた心理的变化だけでなく、以下では生理学的な指標においてもプログラムの効果の有無を確かめるために、唾液 CgA、自律神経活動（心拍数、HF、LF/HF）、脳波の A と B 時点の数値の差について検討を行った。

### ① 唾液 CgA の変化（表 7 参照）

プログラム群と対象群のそれぞれにおいて、唾液 CgA の A と B 時点の変化の有意差があるかどうか調べるために、Wilcoxon の符号付順位検定を行った。その結果、プログラム群と対象群においてともに A と B 時点において有意な差はみられなかった。

表7 各群の2時点におけるCgA得点の比較

クラス	A 時点		B 時点		z 値	p 値
	平均値	偏差	平均値	偏差		
プログラム群	3.7 ±2.0		3.8 ±2.4		1.0	0.33
対象群	4.2 ±3.3		2.7 ±2.1		1.9	0.06

### ② 心拍数、HF、LF/HF の変化（表 8 参照）

心拍数、HF、LF/HF についても、上記の唾液 CgA と同じ分析を行った。その結果、プログラム群と対象群に A と B 時点に有意な差がみられなかった。

表8 各群の2時点における自律神経活動得点の比較

クラス		A 時点		B 時点		z 値	p 値
		平均値	偏差	平均値	偏差		
プログラム群	心拍数	73.5 ±8.1		73.7 ±9.3		0.2	0.83
	HF	876.3 ±952.5		533.6 ±385.9		1.3	0.20
	LF/HF	1.2 ±1.1		2.3 ±3.5		1.3	0.19
対象群	心拍数	79 ±8.1		82.5 ±6.8		1.7	0.08
	HF	515.8 ±348.3		389.4 ±427.4		1.7	0.10
	LF/HF	1.1 ±0.6		1.3 ±0.8		0.4	0.69

### ④ 脳波の変化（表 9 参照）

脳波についても、上記の唾液 CgA と同じ分析を行った。その結果、プログラム群において  $\alpha_3$  波 ( $z=2.66$ ,  $p < 0.01$ ) に有意差がみられ、A よりも B 時点の方が高い値となった。一方、対象群において有意な差はみられなかった。そして、脳波の  $\theta$  波、 $\beta$  波、 $\alpha$  波 ( $\alpha_1$  波、



$\alpha_2$ 波)には、両群において有意な差がみられなかった。

表9 各群の2時点における脳波得点の比較

クラス	A時点		B時点		z値	p値
	平均値	偏差	平均値	偏差		
$\theta$ 波	18.0	$\pm 3.6$	17.4	$\pm 2.6$	0.2	0.83
$\alpha$ 波	64.8	$\pm 4.0$	65.9	$\pm 4.5$	0.5	0.59
$\alpha_1$	22.1	$\pm 2.4$	21.9	$\pm 2.3$	0.8	0.41
$\alpha_2$	25.4	$\pm 5.2$	24.9	$\pm 4.0$	0.9	0.37
$\alpha_3$	17.3	$\pm 2.5^*$	19.0	$\pm 3.5^*$	2.7	0.01
$\beta$ 波	17.0	$\pm 2.8$	16.4	$\pm 3.3$	1.0	0.30
$\theta$ 波	16.7	$\pm 3.1$	16.1	$\pm 2.6$	0.7	0.48
$\alpha$ 波	64.2	$\pm 4.6$	64.4	$\pm 3.9$	0.0	0.98
$\alpha_1$	20.9	$\pm 2.4$	21.7	$\pm 2.6$	1.8	0.07
$\alpha_2$	25.1	$\pm 5.4$	25.5	$\pm 4.7$	1.2	0.22
$\alpha_3$	18.2	$\pm 2.1$	17.6	$\pm 2.3$	1.3	0.20
$\beta$ 波	18.8	$\pm 3.4$	19.1	$\pm 3.5$	0.4	0.68

### (3) プログラム参加者の自由記述

#### ① プログラムの良かった点と課題(表 10 及び表 11 参照)

まず、プログラムの良かった点の記述を分類したところ、4つのカテゴリに分かれた。1つ目のカテゴリは、“同じように子育てに不安を感じたり”、“大変な思いをしていること”、“どのように子育てしているか聞いたり話した”、“自分だけが育児の大変さで悩んでいるわけではなかったと感じた”、“他のお母さんと思いを共有できた”等といった、<互いに話し聞いた>がもっとも多かった。2つ目のカテゴリは、“地元の相談できる仲間ができたことがありがたい”、“このメンバーと出会うことができてよかった”など<支え合う仲間>ができたことがついで多かった。3つ目は、本研究のコンセプトとして位置づけていたことに関連したカテゴリである<テーマにそった記載と発表>、例えば“その都度紙に書いて発表した時”、“本音がそれぞれ出しやすかった”、“プリントなどで自分を見つめ直す良い機会になった”、“テーマを決めて皆で話をするので”、“日頃自分では考えないことを考えさせてくれた”などであった。そして、4つ目は、“子どもと離れてリフレッシュできた”、“精神的に楽になった”などといった、<子どもと離れた経験>であった。

次に、プログラムの課題について記述の分類では、3つのカテゴリに分けられた。1つ目は、“自由な話をする時間が欲しい”、“1対1で話せる場所をもう少し欲しかった”、“ママサロン後に乳幼児室等で子どもを遊ばせながら、ママ同士が話をして情報やアドレス等を交換できる時間があれば”などの<リラックスや雑談の時間>をもっと欲しいという意見があった。そして、少数意見ではあったが、2つ目に“もっと悩みを話す場と思っていた。自分の悩みを打開できる糸口がほしくて参加したが、同じ悩みを持っている方の話やアドバイスの場があまりなかった”、“単純にママ友が欲しくて参加したという話も以

前に聞いたことがあり、あまり悩みを打ち明けると重い雰囲気になってしまうことが気になった“等といった<悩み相談の期待と戸惑い>、3つ目に“第1回目がゴールデンウィークなので参加できなかった“、“もう少し回数があっても良かった”等、<開催時期の検討と回数増>があった。

表10 プログラムの良かった点

(事例番号)

カテゴリ	内容	件数
互いに話し、聞いた	同じように子育てに不安を感じたり、大変な思いをしていること、どのように子育てしているか聞いたり話したりできた(4)、他のお母さんの意見を聞いて、みんな自分と同じ苦労していることがわかったから(7)。他の人の思っていることも聞けて良かった(8)。自分の話や周りの方の話を聞くことができて、大変なのは自分だけではないと思えた(13)。体験談などを聞いたり、子どもの成長等話すことができた事(13)。いろんな先輩ママたちの話や、体験談などを聞いて(18)。他のお母さんの気持ちも理解できたこと。共有できたこと。みんな頑張っているんだと思えた(20)。皆色々悩みながら前向きに子育てしていこうとしているお母さんが多いなあ…と思い心強く感じた(20)。自分だけが育児の大変さで悩んでいるわけではなかったと感じることができた。他のお母さんたちと思いを共有することができた(23)。他のお母さんたちと育児の話をする事で同じように抱いていた気持ちや問題を共有できたから(23)。色々な方の話が聞けて参考になった(26)。色々な夢や意見などを聞いて参考になった。有意義な時間を過ごせた(31)。子育てについて、こんな考え方もあると非常に参考になった(31)。	12
支えあう仲間	顔見知りができた(2)。ママサロンに行って友達ができた事(4)。友達ができた(8)。地元の相談できる仲間ができたことがありがたいです(21)。ママサロンでお友達ができて、いろいろな話ができるようになった(24)。友達もたくさんできた(25)。いろいろな話ができる友達ができた事(24)。友達がたくさんできた(25)。育児中の方とながりが持った(26)。子育てで悩んだとしても、ママサロンで仲良くなれたママ友に話したりでき、より育児を楽しめるようになった。子どもにもお友達ができその後も仲良く遊び親子で参加でき本当に良かった(27)。このメンバーと出会うことができてよかった(31)。	10
テーマにそった記載と発表	プリントなどで自分を見つめ直す良い機会になった(4)。毎回の、自分の良いところや子どもの良いところなどを探したりしたこと(6)。紙に書くことによって自分のビジョンがはっきりした(8)。その都度紙に書いたり発表した時、本音がそれぞれ出しやすかったように思う。4回目あたりのがんばりあいを認め合う…あたりから自分のことだけでなくお母さん同士のやり取りも増え、仲間意識も育ってきたと思う(20)。出されたテーマについて考え話しあうこと。普段自分自身の内面について考えることはほとんどないし、同じテーマでも各々考え方が全く違うと知った(28)。普段あまり考えないことを考えられた(28)。テーマを決めて皆で話をする事で、日頃自分では考えないことを考えさせてくれた(31)。	7
子どもと離れた経験	託児をしてもらえるので精神的に楽になった(2)。子どもと離れる時間があつた(7)。子どもと離れてリフレッシュできた(25)。子どもと離れて自分自身を考える時間が持てた事(29)	4

\* ( )内の数値は事例番号

表11 プログラムの課題

(事例番号)

カテゴリ	内容	件数
リラックスや雑談の時間	小グループになることがあったが、なるべく全員とあたるようになってほしい(2)。子どもを含めての企画もあればよかったかも(5)。深呼吸も大切だと思うが、自由な話をする時間が欲しい(7)。1対1で話せる場所をもう少し欲しかった(8)。飲み物持参、お菓子も(21)。発表が多かったので、多少緊張した。もっとリラックスできるようにお茶でも飲みながらなんてどうでしょう(26)。ママサロン後に乳幼児室等で子どもを遊ばせながら、ママ同士が話をしたり情報やアドレス等を交換できる時間があれば6回のママサロンが終了した後も交流を深め、次へつなげられる(28)。お母さん同士でのフリートークの時間がもっとほしかった(32)。	8
悩み相談の期待と戸惑い	参加した中には、単純にママ友が欲しくて参加したいという話も以前に聞いたことがあったので、あまり悩みを打ち明けると重い雰囲気になってしまうことが気になった(3)。先生との対話の時間がもっと欲しかった。困った時の対応方法を(心の)もっと知りたかった。例えば、息子は無条件に抱っこできるが娘は少し抵抗があること(12)。もっと悩みを話す場と思っていた。自分の悩みを打開できる糸口がほしくて参加したけど、同じ悩みを持っている方の話やアドバイスの場というのがあまりなかったのが残念(29)。	3
開催時期の検討と回数増	第1回目がゴールデンウィークなので参加できなかったもので、時期をずらしてほしかった(10)。もっと回数が多くても良かったくらい楽しかった(25)。6回ではなく、もう少し回数があっても良かった(31)。	3

\* ( )内の数値は事例番号

## ② プログラムによる変化 (表12 参照)

プログラムによる変化の記述は9つのカテゴリに分類された。まず、1つ目に、“自分自身を見つめることがなかったが、見つめる時間ができたことで悩みが整理されてよかった”、“自分を見つめ直すことができて、家族のことを考える時間が持てよかった”等、<自分を見つめた>がもっとも多かった。次いで、2つ目に、“子どもに対して優しくなれた。怒る回数が減った”、“子どものかわいらしい面などにより目が向くようになった”等の<育児態度への気づき>等が多かった。3つ目から5つ目は、7件と同数の意見がみられたものは、“何とか(悩みながらも)なるだろうと楽観的になれた”、“気持ちがすごく軽くなった。自分と同じ気持ちでいる人がいることで安心した”などの<心のゆとりと安心>等、“ママをしている女性を深く知ることができてよかった”、“子育てをするには、自分が一番大切なのだと思った”などの<女性としての意識といたわり>、そして、“これからも育児を頑張ろうと思った”等の<頑張る気持ち>があった。続いて、6つ目以降のカテゴリは5件以下と少数意見ではあったが、“とても楽しかった”、“気持ちが明るくなった”などの<ポジティブ感情の発現>、“子どもを更に可愛く思えるようになった”、“子どものかわいらしい面により目が向くようになった”などの<子どもへの愛着と成長の実感>、そして、“話を夫とする機会ができてよかった”<日々のコミュニケーションやハリ>、“おしゃべりすることでストレスが解消された”<ストレスの解消>等があった。

表12 プログラム参加1か月後の母親の変化

(事例番号)

カテゴリ	内容	件数
自分を見つめた	自分自身を見つめることが無かったが、見つめる時間ができたことで悩みが整理されて良かった。(悩み自身は全く解決していないが、優先順位がつけられてスッキリした(2)。自分の長所を発表する場面でなかなか浮かばず、就職活動以来自分自身を見つめることを忘れていたのに気がついた(2)。臨床心理士の先生に今まで誰にも話したことのない心の内を少しだけ話せたことにより、子どもの頃の自分と向き合う気持ちになった。今後も自分の生活や生い立ちを振り返りながら、色々考えたい(3)。自分を見つめ直すことができて、家族のことを考える時間が持ててよかった(8)。自分自身について振り返ることができた(10)。ゆっくり考えることができた事(21)。自分を見つめ直せた(25)。自分を見つめることができた。自分も改めて見つめ直せた機会だったと思えた(27)。毎回他のお母さんたちの自分自身の話を聞くと、目標がある方が多くてすごいなあと思うと聞いていた(29)。自分を見つめ直す時間がよかった(27)。視野が広がった。自分のことを客観的に見られるようになった(28)。自分と自分の育児を客観的に見ることができた(28)。	12
育児態度への気づき	子どもに対して優しくなった。怒る回数が減った(1)。いつも怒ってばかりだったけど、皆さんのお話を聞いてもっと褒めてあげた方がよいと思い、目いっぱいほめてあげようとしている(4)。子どもへの接し方が変わった(優しくなった)(7)。育児にゆとりが持てるようになった(18)。子どものかわいらしい面などにより目が向くようになったのではと思う(20)。子どもの成長やいいところに目がいくようになり自分なりの喜びを見つけれられるようになった(23)。色々な方の話を聞いて大変なのは自分だけではないとわかって子どもに対する接し方が以前よりは優しく？前より叱らなくなったのかなと思います(24)。怒ることが前より少し減った(25)。向上心をもっと持ちたいという気持ちが持てた。育伸びすることはせず無理はせずでもこんなことはやってみたいなあとか目標みたいなのを持っていることって大事じゃないかな。そうすると気持ちも前向きになるしそんな母さんって何か子どもにも伝わるんじゃないかなと思う(29)。他のお母さんたちの考え方や頑張っている話を聞いて、自分が全然子どものためにまだだしてあげてないことがあると反省した(32)。	9
心のゆとりと安心	子どもや自分自身を見つめて自分主体で物事を考えることで今まで子供中心であった世界が、自分の人生の一部にすぎない(母親としての自分は一部分)ということ客観的にとらえることができて子育てに対する気持ちも楽になった(2)。不安ばかりだったのが、みんなそれぞれ悩みを持っていることを知り今も通途点に過ぎない。何とか(悩みながらも)なるだろうと楽観的になった(6)。同じ境遇のお母さん方とお話できて、「皆大変なんだ」と思い、私の育児に自信が持てた(8)。自分自身のこと(子育て以外のこと)について考えたり、自由を望むことを否定的に考えないでいいんだ、ということがわかって、気持ちが楽になりました(9)。自分が一人だけ悩んでいるのではなく、他にも色々悩んでいる人がいることを知ってホッとして気持ちが楽になった(12)。気持ちがすごく軽くなりました。自分と同じ気持ちでいる人がいることで安心しました。(さみしい、かなしい、そして許せないやしいなど一人で抱え込めてない気持ち)(12)。色々な方の意見を聞いたりできて、自分だけが大変ではないと思えたから、少し日々の生活でリラックスができるようになった(13)。白黒はっきりさせたい性格だったが、仲間のグレーとかがあってもいいんだ！とかおおらかに考えられるようになった(27)。	7
女性としての意識と自分へのいたわり	ママ友はどうしても子どもを介してのつながりで、話も子ども中心だがサロンではママをしている女性を深く知ることができてよかった(2)。今は子どもが小さいのでどうしても中心になってしまうのが、頭の片隅に自分自身を大事にしたいのは子供も大切にすることができなくて意識するようになった(2)。自分の良い所を見つたり、自分に少し自信がもてた(6)。自分自身が1番大切。大事にしなくてはと思った。子育てをするには、自分が一番大切なんだなと思いました。自分が健康で元気でいられないといけない(6)。他の参加者さんたちと自分の好きなことや将来について話したことが、「ママサロン」'だけだママとしてだけでなく、一人の人間としても存在することが子育ての役に立つんだと気付きました(9)。色々悩みを抱えている方、楽しく話合いができた子育ての視野が広がり、子育て以外にも人生に役立てていけそうな話あいの場だった(26)。	7
頑張る気持ち	雑談していてもみんな大変なんだな、私だけじゃないんだなと感じることができて頑張ろうと思いました(1)。皆さん悩みはあるけれど頑張っている様子を見て、私も頑張ろうと思いました(5)。これからは育児頑張ろうと思った(6)。出産したのにスリムなママさんを見て刺激を受けた(28)。留学経験のあるママさんの体験談を聞き今現在も勉強を続けていると聞き自分も育児以外にいろいろやってみようと思った(28)他のお母さんのがんばっている話など聞けて自分も立ち止まってはいけないなと思えた。そういう時間が持てた事は良かった(29)。素敵な方々に出逢えた。子育てを一人で抱えて大変なのは自分だけではない...と改めて勇気づけられた(30)。	7
ポジティブ感情の発現	花に例えられて嬉しかった(1)。とても楽しかった(7)。楽しかったです(23)。とても良かった(24)。気持ちが明るくなった(28)。	4
子どもへの愛着と成長の実感	子どもを更に可愛く思えるようになった(8)。ママサロンの中でわが子に対する気持ちを改めて振り返る機会があったから(23)。子どものかわいらしい面などにより目が向くようになったのではと思う。子どもを愛することに自信が持てた。以前にも増して子どもに愛情を持てるようになり二人でいる時も楽しく子どもと遊べるようになりました(32)。	3
日々のコミュニケーションや生活のハリ	サロンに出席した日は今日はこんなことを考えた、やったという話を夫とする機会ができてよかった(2)。2週に1回のペースであるから、生活にメリハリができた(4)。	2
ストレスの解消	ママサロンでおしゃべりすることでストレスが解消された(25)ストレスによる過食がなくなり体重が3kg減った(28)。	2

\* ( )内の数値は事例番号

## 5 考察

本研究で実施した準実験的デザインによるプログラムの参加による効果は部分的に確認された。つまり本プログラムの効果に着目すると、プログラム実施に伴う効果として、心理学的な育児ストレスの低下、自尊感情の上昇、生理学的なリラックス状態とストレス軽減

状態であった。以下、心理学的効果と生理学的効果の結果について順に考察していく。

### 1) 心理学的効果

プログラムに参加した母親の自尊感情がプログラム参加前から終了後に有意に上昇していた。これはプログラムによる変化として、自由記述から自尊感情を高めるための様々な刺激があったことがうかがえたことから、自尊感情によい影響をもたらしたものと裏付けられる。自尊感情によい影響をもたらしたものとしては、育児態度への気づきや、子どもへの愛着と成長の実感のみならず、自分をみつめ、女性としての意識といたわり、がんばる気持ち、ポジティブ感情の発現、心のゆとりと安心、日々のコミュニケーションやハリ、ストレスの解消などであった。Richman, A., Miller, P., Patrice, M., et al. (1988)によると、母親の子育てにおいて比較的短期間における目標を持つことよりも、長期の目標である子どもの独立、幸福そして敬意を持つことが親としてのふる舞いを果たす上で重要であることだという。そして、子育てのふる舞いと態度に影響するものとして、結婚における幸福 (Deckard & Scarr, 1996)、一方、母親の自己批判と自尊感情は、母親の幸福感に影響している (Cheng & Furnham, 2004) と考えられる。つまり、自尊感情を高め自らの幸福感を実感することは、親として在り方にポジティブ影響し、またさらに、それが自らの自尊心や幸福感にポジティブに影響する、といった相互の関係性があるといえる。親としての行動に有効であるばかりでなく、親としての行動と幸福感が相互に関係し合っているといえる。このことから本研究の効果が親としての役割行動にも良い効果をもたらすことが示唆されているが、この点に関する検証は今後の課題としたい。

その他の心理学的効果では、育児ストレスである“育児不安”が低下していた。子どもの特性や個性に関する情報や他の母親のこれらに対する考えや対応を知ることによって、母親自身が抱いていた子どもに対する不安が低減したものと推察される。心理学的な評価項目において1か月後の有意な効果が認められずプログラムの心理的な効果が1か月まで続くとの研究仮説は検証されなかった。このことからプログラムの効果は参加直後に、部分的にはみられるが、1ヵ月後までは持続することは難しい。そして育児幸福感尺度評価においては短縮版の下位尺度の少なさを理由にするよりは、育児幸福感の得点は元々高いこと (天井効果があること) をものと考えられた。

とくに、プログラムではテーマにそった記述や発表によって普段考えないことを立ち止まって考えるきっかけとなったと考えられる。自由記述からは、他の参加者の話が聞けて自分も同じであることを知ることにより安心でき、他の参加者の考えにふれること、そして子どもと離れたことにより愛着が増したと実感していた、ということが分かる。つまり、参加者の様々な子どもに対する受け止めや気持ちについて知ることにより母親自身の認知に変化がおこったと推察される。Weber (1999)によると、母親の幸福の経験的な意味として7つのカテゴリを導いている。それらは、予期、周囲の人々との相互関係、子ども中心性、承認、幸福、安全性、裕福であり、本研究の中でも子ども中心性、承認、幸福などの母親の認知の変化がみられている。加えて、母親が子どもと離れることで自分自身を見つめ直し、支え合う仲間ができることにより安心感が生じていたと考えられた。

### 2) 生理学的効果

本研究結果において、脳波の一種で覚醒下でのリラックスの指標となる $\alpha 3$ 波は、プログラム参加直前と終了直後で上昇した。つまり、プログラムへの参加が心の落ち着いた覚醒状態をもたらしたと解釈される（志賀，1998）。日内変動に対する脳波（高瀬・志波・山本，2007）や自律神経活動（山田・関・高原他，2009）における結果の解釈においては、夜間と日中において大きな違いが認められているものの、本研究では午前中における測定であることから日内変動による影響は少ないと考える。唾液 CgA は参加直前と終了直後において有意差は認められなかった。唾液 CgA が、標準値を示すには至っておらず、その意味において今回の結果が相対評価による判断をするしかない。対象への負担から唾液による評価を採用したが、先行調査で用いた唾液アミラーゼによるものと同じく明らかな効果として確認することはなかった（中根，1999）。もともとストレスが高くない人がそのままだったことも影響していると考えられた。また心拍数、HF さらに、LF/HF については有効な効果を認めることができなかった。本プログラムにより自律神経活動の有効な変化には至らず座禅による深呼吸など効果的な指導方法の課題が残された。

## 6 本研究の限界と今後の課題

本研究では、毎回のプログラムの前後に評価のための測定をすることが最良の計画と考えたが、参加者の負担や毎回のプログラムの短縮を余儀なくされること、研究予算の拡大などのデメリットを考慮した。本評価時期による課題では、最終回終了後の評価が、最終回に行われたプログラムの内容の影響を受けるため、コース全体の影響なのかの判断が難しいことにある。またデータ数を確保するために2回開催しており、開催時期による生理学的影響や参加者のグループダイナミクスによる影響のコントロールが困難であった。また、対照群には自宅待機としているが、託児の効果の影響をコントロールするうえで毎回託児を試みるのが課題であった。

今後のプログラムの改善としては、リラックスや雑談の時間の必要性や悩み相談への期待や戸惑いにあるように、毎回のプログラム終了後に子どもを交えた雑談の時間や個別相談の時間を確保することなどの工夫が必要であると考えられた。最後に、妊娠期における母親の幸福に関する研究では、父親の幸福が母親の幸福に影響していること（Keeley, R., Birchaed, A., Dickinson, P. et al., 2004）が明らかにされており、出産後の母親においても同様の影響が推察される。母親の育児幸福感を高めることに加えて、父親の幸福感を高める試みも臨まれる。つまりは、子育てをしている夫婦に対する支援が期待される。

## 7 結論

母親の育児幸福感を高めることを目的とする本プログラムは、6回のコースプログラムであったが、プログラム最終回参加後の変化では、育児不安が軽減していた。心身のリラックスを示す $\alpha 3$ 波の上昇から、覚醒状態のリラックスがもたらされたことを示唆するものであった。特に、参加者の自由記述において本プログラムの意図している母親の自分に対する気持ちや心の安定、育児態度などに有効な変化がみられた。

## 謝辞

研究にご協力いただいた、B市役所の宮下志保・中村真由美保健師、プログラムに参加

されたお母様方，測定や質問紙にお答えいただいたお母様方に心より感謝申し上げます。また、元長野県看護大学 廣瀬昭夫教授には生理学的指標についてのデータ収集並びにデータ解析にご協力いただきましたこと感謝申し上げます。なお、本研究は21年度文部科学省科学研究費補助金 基盤研究C（課題番号20592592）による補助金によって行われた。

#### Abstract

**Purpose :** We developed and evaluated a six-session program over three months, each session lasting two hours, for mothers of infants in order to increase the level of happiness in raising their children.

**Method :** We conducted this program twice with nine to ten mothers per group. A total of 19 mothers participated in the program (experimental group). We evaluated psychological indicators (i.e., psychological scales) such as feelings of stress and happiness in raising children and self-esteem, as well as physiological indicators (i.e., autonomic nervous activity, brain waves, salivary chromogranin) such as levels of relaxation and stress. These indicators were assessed before participating in the first session of the program, after participating in the last session, and one month after participating in the last session.

Similar evaluations were made on a control group of 16 mothers who did not participate in the program. Contents of the program for enhancing feelings of happiness in raising children consisted of developing relationships by talking with others about oneself, reflecting on one's feelings towards one's children, value happy moments in raising children, recognize each other's hard work, affirm oneself and gain self-confidence, make a life plan, and have others listen to one's issues. In addition, each session incorporated deep abdominal breathing and stretching exercises for smiling.

**Results :** The effectiveness of the program was revealed by the psychological and physiological effects observed. Compared to before the first session of the program, psychological value for self-esteem (Yamamoto et al., 1982) was significantly higher after the last session of the program, while levels of stress in raising children significantly decreased, in the experimental group. In particular, we identified a significant decrease in levels of stress caused by anxiety about raising children. Physiologically, alpha-3 brain waves were significantly higher after the last session of the program than before the first session, indicating an increase in relaxation capabilities of participants. However, alpha-3 brain waves at one month after the last session of the program did not differ significantly from those measured before the first session and after the last session. Free description by the participating mothers demonstrated the following effects: "it was good to hear others' experiences," "I realized I'm not the only one having a hard time," "this broadened my views," "I was able to reflect on my life," "I was able to view myself objectively," "I made friends," and "I was reassured of my love for my child." In the control group, no significant changes were observed.

**Conclusion :** Our future task is to develop a course program that is even more effective than the one described here. In particular, future programs should provide time for chatting with children present and time for individual counseling after each session, as well as continued support after program completion.

#### IV 育児中の母親の幸福感

##### — 就労別にみた母親の年齢、子ども数、末子年齢による幸福感への影響 — Mothers' Childcare Happiness— Influence of employment status on mothers' happiness in child care -

**Key word:** 育児幸福感、就労形態、母親の年齢、末子の年齢、子ども数

**Childcare happiness, Employment Status, mothers' age, the youngest children's age, number of children**

#### 1. 要約

本研究では、母親や末子の年齢、子どもの数といった属性が、母親の肯定的情動としての育児幸福感に影響があるかどうか、母親の就労状況別に（フルタイム群、パートタイム群、家事従事群）比較し検討する。参加者は、764名の0歳から6歳の子どもを持つ母親である（フルタイム219名、パートタイム234名、専業主婦311名）。育児幸福感の測定には清水らが開発したChildcare Happiness Scale(以後CHSとする)を用いた。

母親年齢、子ども数、末子年齢を独立変数、8つの育児幸福感の下位尺度得点を従属変数としたモデルを、パス解析で多母集団同時比較を行い検討した。その結果、すべての群において子ども数は、CHSの8つの下位尺度得点に全く影響を与えなかったが、しかし末子年齢は、フルタイム群において「親としての成長」の得点に正の影響、そして専業主婦では負の影響があり、一方パートタイム群では影響がなかった。フルタイム群において、母親年齢は「子どもの成長」尺度得点に正の影響を与えたが、他の群においては影響がみられなかった。この結果より、フルタイムで働く母親にとって、母親や末子の年齢が増すことは「親としての成長」や「子どもの成長」の育児幸福感を高めることが示唆された。さらに、就労形態の異なる母親に対する育児教室における支援について検討した。

#### 2. はじめに

「母性愛、すなわち“子どもに対する先天的・本能的な愛情”は本来母親に特有のものであり、母親は上手に子育てできて当たり前であり、母親は子どもの養育に専念することが子どもにとって最善である」という、母性愛信仰はわが国の子育てに影響を与えてきた（福丸、2008）。しかし、近年のわが国で盛んに行われている子育て支援の事業を考えれば、子育ては母親だけが荷うには困難であること、そして、すぐに母親が母親としての役割をうまく果せるとは限らないということは明らかである。つまり、母親は始めから母親になるのではなく、その育児の中のネガティブな状況で生じる育児ストレスに苦悩し、そしてポジティブな状況で幸福感を感じながら、母親として成長していくものであろう。それゆえ、近年の子育て支援の取り組みの中には、保育施設の整備といった行政的な事業だけでなく、母親を育てるための育児教室（清水、2009）も必要となるだろう。

母親のネガティブな感情である育児ストレスは清水ら（2000）によると、就労の有無により結果が異なり、専業主婦ほど高い傾向にあるという。さらに、母親としての経験の増加に関係する変数である母親本人の年齢や末子年齢そして子ども数が、育児ストレスのほとんどの下位尺度に影響していた。そこで本研究では、母親のポジティブな感情である育児幸福感も、就労の有無や、母親の年齢や末子年齢や子ども数が影響を与えるかどうかを



検討する。また、子どもを持つことは生活全般の幸福感に影響するものではなく(Argyle, 2001)、主観的幸福感と育児幸福感とは弱い相関を示す(清水, 2007)ものである。そこで、母親の育児支援を行う上では、主観的幸福感と育児幸福感の両者を把握し、その対応を考える必要があると考え、本研究ではこれらの2つの幸福感を変数に扱うことにした。

母親の就労が育児へ与える影響を考える研究においては、母親の家庭の複数の役割に従事することの影響は肯定と否定の両方が指摘されている(福丸, 2008)。その肯定的な側面からの研究(福丸, 2003)では、母親が「家庭でのストレスを仕事で発散できる」といった家庭役割が仕事役割が補償的に感じていることが示されている。この母親の就労を肯定的に捉える立場から考えれば、専業主婦の母親よりも就労している母親の方が、育児ストレスなどネガティブな感情を発散することができ、その成長と共に育児幸福感を感じやすくなるのではないだろうか。

そこで、本研究の仮説は、まず一つ目に、母親の年齢や末子年齢が高くなれば、母親も子どもも成長することで心にゆとりが生まれ、育児幸福感や主観的幸福感はより高まるだろう。そして、二つ目に、子ども数は、清水ら(2003)による研究では子どもの数が多ければ育児ストレスも増加するといった単純な線形的な影響はなかったので、子ども数は、育児幸福感にも単純な線形的な影響(例えば、子どもが多ければ育児幸福感も高まる)を与えないだろう。三つ目に、母親が就労に従事することの肯定的側面を考えれば、母親の成長と育児幸福感や主観的幸福感の関係は、専業主婦の母親よりも、仕事をもつ母親の方がポジティブなより強い影響がみられ、母親の就労状況によりその関係に違いがみられるだろう。そして、もしこのような違いが存在するならば、母親に対する育児支援もその就労状況を考慮し変える必要があることが示唆される。

これらの仮説を検証するために清水らが開発した育児幸福感尺度(CHS)を用い、母親の年齢、子ども数、末子年齢を独立変数、そして8つの育児幸福感の下位尺度得点と一般的幸福感を従属変数とした図のようなモデルを設定した。また、専業主婦、パートタイム従事、フルタイム従事の母親のグループ間の比較をするために、パス解析による多母集団同時比較を行った。

以上の仮説の検討より、考察では母親の就労状況の違いによる母親の育児幸福感を高めることを目指した支援の方法を提案していく。

### 3. 研究方法

#### 1) 調査対象

末子年齢が6歳以下の乳幼児を育児している母親を対象とする。

#### 2) 調査方法

(1) 調査施設 東京近郊にある県に所在する人口3-5万規模の中核都市であるA、B、C市にある保育園並びに幼稚園で調査を行った。

(2) 調査期間 2005年8月~9月

(3) 調査方法 保育園の保育士よりアンケート用紙を配布し、留め置いた後、園で回収した。園にきょうだいがいる場合は上の子どものクラスでアンケート

ト用紙を配布した。

### 3) 調査内容

#### (1) 母親の属性

母親の年齢、子どもの数、末子年齢、就労状況（フルタイム勤務・パートタイム勤務・専業主婦）について回答を求めた。

#### (2) 育児幸福感尺度(Childcare Happiness Scale: 以下 CHS とする)

清水らにより、母親の育児中に感じる幸せな気持ちである育児幸福感を測定するために開発された 41 項目、8 下位尺度からなる尺度である。41 項目全体の内的整合性を表す  $\alpha$  係数は 0.95 である。8 つの下位尺度は、「子どもの成長」「希望と生きがい」「親としての成長」「子どもに必要とされること」「夫への感謝の念」「新たな人間関係」「子どもからの感謝や癒し」「出産や子育ての意義」である。これらの下位尺度の  $\alpha$  係数は全ての因子において十分な値 (0.867~.0768) が得られ、各項目の内的整合性が認められている。以後の分析では、各下位尺度の各項目を単純合算し使用した。また、育児幸福感の 5 段階評価では、「あてはまらない」を 1 点、「あまりあてはまらない」を 2 点、「どちらでもない」を 3 点、「少しあてはまる」を 4 点、「あてはまる」を 5 点とした。

#### (3) 主観的幸福感

伊藤ら (2003) により、WHO が開発した SUBI に基づいて作成されたものであり、とくに SUBI の尺度項目の中の「結果としての健康感」を表現している 5 領域（“人生に対する前向きな気持”、“達成感”、“自信”、“至福感”、“人生に対する失望感”の 5 領域）に注目した尺度であり、育児幸福感の下位尺度項目と弱い相関が認められている。そこで本研究では、母親の心理的健康状態を明らかにし、これら 2 つの幸福感の関係性の検討を行ない母親への対応への示唆を得るために、育児幸福感尺度に加え、人生の中の全般的な幸福感であるこの主観的幸福感尺度の 15 項目を加えた。 $\alpha$  係数は 0.90 である。また、主観的幸福感の 5 段階評価では、「あてはまらない」を 1 点、「あまりあてはまらない」を 2 点、「どちらでもない」を 3 点、「少しあてはまる」を 4 点、「あてはまる」を 5 点とした。

### 4) 分析方法

S P S S 統計ソフト ver17 により一元配置分散分析、そして AMOS によりパス解析の多母集団同時比較を行った。

### 5) 倫理的配慮

本研究に取り組むに当たって、研究者が所属する大学における 17 年度倫理委員会の審査による承認を受けた（審査承認番号 # 19）。

本研究の調査に先立ち園長に研究目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。その後保育士より母親へ、本調査の目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事、特定の個人的情報が遺漏しないよう処理すること（コード化し廃棄する）、本研究以外にデー

タを用いることはしないことを明記した依頼文をもって説明を行い、本調査において調査に協力すると意志表示した者のみに調査を依頼した。回答は答えたくないものは回答しなくても良いなど本人の選択に基づいて記入できるようにした。回収時は個人情報漏れないように封をして回収箱にて回収した。

#### 4. 結果

##### 1) 調査用紙の回収率

3市12保育園4幼稚園合計1420部を配布した。調査用紙を回収できたのは874名（回収率61.5%）。父子家庭や欠損回答などを除いたため分析の対象となったのは764名（有効回答率53.8%）であった。

##### 2) 対象の属性

母親の就労別人数は、フルタイム219名、パートタイム234名、専業主婦311名であった。母親の平均年齢34.5歳（SD=4.2）、フルタイム群34.5歳（SD=4.3）、パートタイム群35.1歳（SD=4.6）、専業主婦群34.2歳（SD=4.0）であった。3群の母親の平均年齢の間には、一元配置分散分析の結果、有意な差はなかった。子どもの数の平均は2.1人（SD=0.75）、フルタイム群2.0人（SD=0.80）、パートタイム群2.1人（SD=0.72）、専業主婦群2.0人（SD=0.75）であった。3群の子どもの数の平均も有意差がなかった。末子年齢の平均は2.9歳（SD=1.80）で、フルタイム群3.0歳（SD=1.76）、パートタイム群3.6歳（SD=1.63）、専業主婦群2.3歳（SD=1.76）であった。3群間における末子年齢の平均値の差は、一元配置分散分析の結果、有意であった。この末子年齢の平均値の差は、日本の母親の多くが、子どもが3歳よりも小さい場合は、就労をいったん中止し、3歳以降にパートタイムの就労を再開する事情を反映したものであると考えられる。

##### 3) 就労形態別の母親の属性による2種類の幸福感への影響

母親の就労形態（フルタイム、パートタイム、専業主婦）によって、3つの母親の属性（母親の年齢、子ども数、末子年齢）が、CHSの8つの下位尺度および主観的幸福感に影響の仕方が変わるのではないかと仮定し、AMOSでパス解析の多母集団同時比較を行った。尚、この分析で行ったモデルは上述の図1に示してある。3つの群間で結果の違いがあるかどうか調べるための多母集団同時比較では、パス解析のパラメーターがすべて異なると仮定するものからすべて等しいと仮定するものまで計5つのモデル（表1）を検討した。

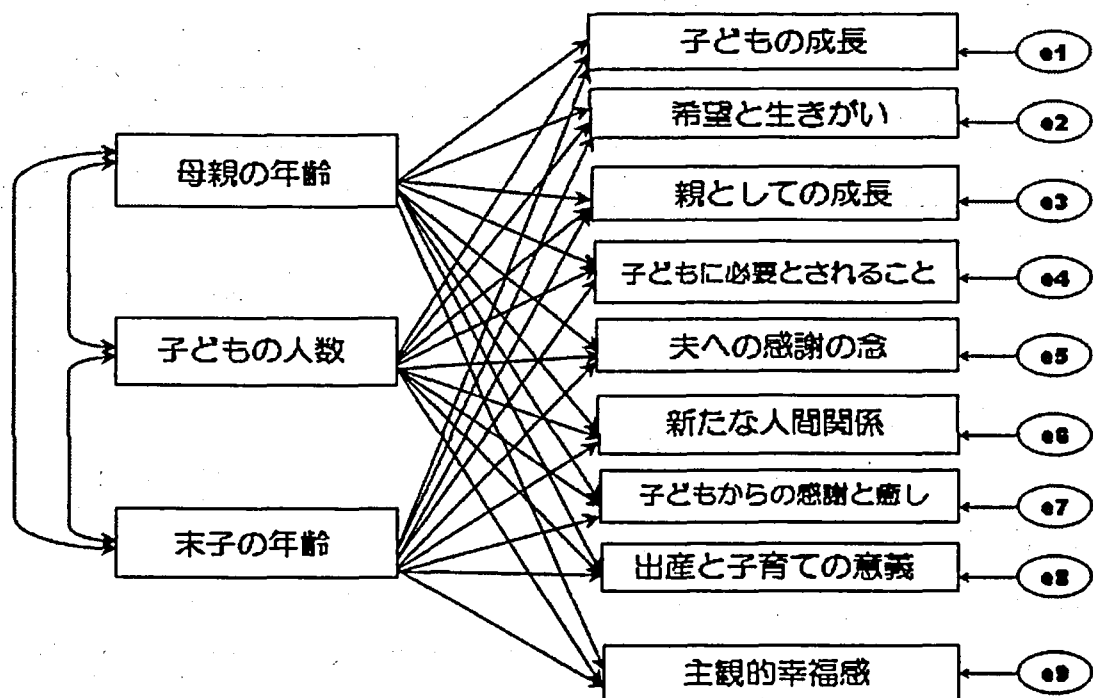


図 1 パス解析のモデル

付記： 上記のモデルの誤差間には相関があるが、図中には省略してある。

表1 モデルの適合度指標

モデル	自由度	$\chi^2$ 値	GFI	AGFI	CFI	RMSEA	AIC
モデル0: 全てのパラメータは群間で異なる	54	805.2	0.874	0.454	0.763	0.142	1165.2
モデル1: すべてのパス係数が群間で等しい	108	879.4	0.862	0.702	0.756	0.102	1131.4
モデル2: 独立変数の分散共分散とパス係数が等しい	120	894.5	0.860	0.726	0.755	0.097	1122.5
モデル3: 誤差の相関以外の全てのパラメータが等しい	138	1104.6	0.829	0.709	0.695	0.101	1296.6
モデル4: すべてのパラメータが群間で等しい	174	1173.2	0.819	0.756	0.609	0.091	1293.2

note: GFI= goodness of fit index, AGFI= Adjusted goodness of fit index, CFI= comparative fit index, RMSEA= root-mean-square error of approximation, AIC= Akaike's information criterion.

モデルの良し悪しをあらわす適合指標（GFI、AGFI、CFI、RESEA、AIC）を、これらの5つのモデルの間で比較した結果、モデル0はGFI=0.874とCFI=0.763が最も優れ、またモデル4はAGFI=0.756、RMSEA=0.091が最も優れていた。本研究の仮説としては、母親の就労形態によって母親の属性による育児幸福感や主観的幸福感への影響力に違いがみられると考えたので、モデル0を以後の結果の解釈に採用した。モデル0における結果は、表2と表3に表した。

表2 モデル0における母親の就労形態別の3つ属性の育児幸福感に対する影響指数(標準化)

グループ	フルタイム群			パートタイム群			専業主婦群			
	母親属性	母親年齢	子ども数	末子年齢	母親年齢	子ども数	末子年齢	母親年齢	子ども数	末子年齢
子どもの成長		0.185*	0.061	-0.098	0.000	-0.021	-0.129	-0.024	-0.002	-0.101
希望と生きがい		0.067	0.015	-0.020	-0.169*	0.017	0.02	-0.103	-0.016	-0.053
親としての成長		0.012	0.033	0.150*	-0.161*	-0.092	-0.003	0.027	-0.046	-0.137*
子どもに必要とされること		-0.095	-0.030	0.148	-0.174*	-0.022	0.033	-0.052	-0.075	-0.150*
夫への感謝の念		0.131	0.028	-0.168*	0.023	0.072	-0.054	-0.028	-0.071	-0.128*
新たな人間関係		-0.086	0.012	0.077	-0.114	0.069	0.051	-0.079	-0.031	-0.077
子どもからの感謝と癒し		0.080	0.011	0.032	-0.022	-0.106	-0.126	-0.017	0.028	-0.093
出産と子育ての意義		0.118	-0.024	0.027	-0.209*	-0.051	-0.033	-0.108	0.026	-0.119
主観的幸福感		0.021	-0.064	-0.058	0.204*	-0.074	-0.181*	0.093	-0.074	-0.105

\*p&lt;0.05

表3 母親の属性の間の相関

			フルタイム	パートタイム	専業主婦
母親年齢	↔	子ども数	0.213*	0.328*	0.161*
母親年齢	↔	末子年齢	0.367*	0.253*	0.404*
子ども数	↔	末子年齢	-0.065	-0.123	-0.105

\*p&lt;0.05

まず、表3に表した、母親の属性についての変数間の相関について述べる。母親の年齢と子どもの数の間における相関は、フルタイム、パートタイム、専業主婦のいずれの群においても有意であり（順に 0.213, 0.328, 0.161, すべて  $p<0.05$  で有意）、パートタイム群の相関の値が最も高かった。また、母親の年齢と末子年齢の間の相関もフルタイム、パートタイム、専業主婦のいずれの群においても有意であり（順に 0.367, 0.253, 0.404, すべて  $p<0.05$  で有意）、パートタイム群が最も低かった。一方、子どもの数と末子年齢には、いずれの群においても相関が認められなかった（順に、-0.065, 0.123, -0.105）。

次に、フルタイム、パートタイム、専業主婦の順の母親の就労形態別に、母親の属性の CHS と主観的幸福感への影響の有無について述べていく。フルタイム群においては、母親の年齢が、CHS の「子どもの成長」へ有意な正の影響がみられ（ $\beta=0.185$ ,  $p<0.05$ ）、そして末子年齢は、CHS の「親としての成長」に有意な正の影響（ $\beta=0.150$ ,  $p<0.05$ ）、「夫への感謝の念」には有意な負の影響（ $\beta=-0.168$ ,  $p<0.05$ ）がみられた。しかし、子どもの数は、

いずれの CHS の下位尺度にも主観的幸福感にも有意な影響がみられなかった。

また、パートタイム群において、母親の年齢は、「希望と生きがい」( $\beta = -0.169, p < 0.05$ )、「親としての成長」( $\beta = -0.161, p < 0.05$ )、「子どもに必要とされること」( $\beta = -0.174, p < 0.05$ )、「出産と子育ての意義」( $\beta = -0.209, p < 0.05$ )に有意な負の影響がみられ、一方で、主観的幸福感には有意な正の影響がみられた ( $\beta = 0.204, p < 0.05$ )。そして、末子年齢は、主観的幸福感のみに有意な負の影響がみられた ( $\beta = -0.181, p < 0.05$ )。しかし、またパートタイム群でも子どもの数は、いずれの CHS の下位尺度にも主観的幸福感にも有意な影響力がなかった。

最後に、専業主婦群において、母親の年齢も子どもの数も CHS や主観的幸福感に有意な影響力はなかった。しかし、末子年齢は、「親としての成長」( $\beta = -0.137, p < 0.05$ )、「子どもに必要とされること」( $\beta = -0.150, p < 0.05$ )、「夫への感謝の念」( $\beta = -0.128, p < 0.05$ )に有意な負の影響がみられた。

以上のことから、本研究のパス解析モデルの分析結果においてフルタイム群、パートタイム群、専業主婦群の母親の3つのグループにおいて、母親の属性による CHS や主観的幸福感への影響の現われ方の違いがみられた。

## 5. 考察

本研究では、清水ら (2003) により開発された CHS および主観的幸福感に対する母親の年齢、子どもの数、末子年齢の影響の有無を母親の就労形態別に分析した。以下では、仮説が、どれだけ支持できたか分析結果から検討する。そして最後に以上の結果より、母親の就労の状況によりそれぞれの子育ての問題と育児教室などにおける母親の支援について検討していく。

1 つ目の仮説では、母親の年齢や末子年齢が育児幸福感や主観的幸福感に正の影響を与えるということであったが、これを支持したのはフルタイム群における、母親の年齢による「子どもの成長」、そして末子年齢による「親としての成長」への影響、そしてパートタイム群における母親の年齢による「主観的幸福感」であった。以上の点においては予想通り、母親や末子の年齢が上がるにつれ、母親の心のゆとりが生まれ、幸福感が高まったのではないかと解釈できる。しかし、反対にこの仮説と逆の結果に母親や末子の年齢が負の影響を与えていた、つまり母親の成長とともに減少する箇所がいくつかあった。まず、フルタイム群と専業主婦群では、末子年齢による「夫への感謝の念」の減少がみられ、子どもが大きくなり夫の子育てへの関与も減るためだと考えられる。次に、パートタイム群では、「希望と生きがい」「親としての成長」「子どもに必要とされること」「出産と子育ての意義」が母親年齢から、そして「主観的幸福感」は末子年齢から負の影響がみられた。つまり、パートタイム群の母親は、母親の年齢が上がると育児から感じられる幸福感が減少し、また、末子が大きくなると主観的幸福感も減少すると考えられる。そして、専業主婦群の母親は末子年齢のみが上述の「夫への感謝の念」に加えて「親としての成長」「子どもに必要とされること」に負の影響を与えており、母親の年齢による影響はいずれの幸福感にも影響はなかった。つまり専業主婦は、子育てや家庭の仕事にその役割に没頭することになるため、子どもの手が掛からなくなると育児幸福感が薄れると考えられる。さらに、専業主婦の母親は、他のフルタイム群やパートタイム群にくらべ、主観的幸福感と夫との

夫婦関係により強い相関がみられること（関水，2008）から、本人や末子の年齢ではなく、夫との関係がより主観的幸福感に影響を与えていると推測される。

そして、2 つ目の仮説では、子ども数による育児幸福感や主観的幸福感への影響は線形的な単純な影響ではないだろうとしたが、結果的には3 つ全ての母親の群において、育児幸福感にも主観的幸福感にも影響を与えなかった。今回の分析は、育児幸福感や主観的幸福感の母親の年齢や末子年齢や子ども数からの影響を全体的にかつ線形的にとらえるパス解析による分析であったので、このような結果になったと考えられる。従って、子ども数と幸福感の関係を調べるには、母親の年齢の水準や子ども数の組み合わせによって違いがうまれる交互作用が存在するのではないかと予想されるため、これを確認する分析を別に進める必要があるだろう。

3 つ目の仮説では、1 つ目の仮説の考察で述べたように、仕事を持つフルタイム群やパートタイム群の母親が専業主婦群よりも、母親や末子年齢から育児幸福感や主観的幸福感への影響が強いとしたが、就労の有無で単に影響の強さが異なるという結果にはならなかった。結果では、仕事をしている母親のその年齢や末子年齢が、正の影響を育児幸福感の一部または主観的幸福感に影響を与えていたが、負の影響を与えている部分もあった。さらに、専業主婦には正の影響はなく負の影響のみみられた。従って、就労の有無と母親の成長は育児幸福感や主観的幸福感に対し、複雑な影響のあり方が存在している結果となった。従って、就労の有無別の母親の成長と育児幸福感と主観的幸福感の関係についての仮説は、ほとんど支持されなかったが、しかし、フルタイム群、パートタイム群、専業主婦群のそれぞれで異なる関係がみられたという部分では仮説を部分的に支持したといえる。ただし、同じ就労をしてもフルタイム群とパートタイム群ではかなり異なる結果となった。そもそも、パートタイム群の母親は、子どもの手が掛かる時の就労を控えているため、上述の「2.対象の属性」の末子年齢の平均をみればわかるが、他の母親の群にくらべ3.6 歳と高い。そして、パートタイムの妻をもつ夫は、妻の仕事に関与することで夫の夫婦満足度が低下する傾向にあり（伊藤，2006）、元々パートタイム従事の母親の夫は伝統的な妻の役割を志向し、妻のパートタイムへの理解が低い場合が多いのではと考えられる。そのため、単純に就労の有無でフルタイムとパートタイムの母親を同等に扱うことはできず、それぞれ違った立場にあり、就労や子育ての多重役割を抱えていることが予想される。

以上のように、就労形態別で3 つのグループに分けて分析を行った場合、それぞれの育児中の母親は異なる幸福感の変化をしていることが分かった。それゆえ、現在必要とされている育児支援のあり方も、この就労の違いにより異なってくる必要があるということが言えるだろう。そこで、母親の幸福感を高めることを目的とした育児教室において、その就労別の支援について提案していく。

まず、フルタイム従事の母親は、多重役割で育児ストレスは緩和されていることが多いだろうが、母親年齢が低い場合「子どもの成長」が、末子年齢の低い場合「親の成長」の育児幸福感が低いと考えられるので、若く母親としての経験の浅いものほど自分が親として成長したことや子どもが小さいほどその成長や変化に気づきを与えるよう、自身の子育ての中で感じた気持ちを文章に書き留めたり、そのことを人の前で話してみたりすること、また、他の同様の母親の気持ちを分かち合うことが有効であるだろう。次に、パートタイム群の母親は、末子年齢が他の群よりも高いことから、母親としての経験は他の母親に比

べ長いはずである。しかし、育児幸福感についてはその年齢とともに減少する傾向にあるため、母親としての経験の浅いものよりは経験のある母親に改めて子育ての中で感じるポジティブな感情を振り返るきっかけを、前述のフルタイム群の母親と同様の作業を通して行うことがいだろう。そして、恐らく保守的な考えを持つ夫からの理解を得るよう、夫も一緒に育児教室に参加することや、日々の生活で見逃していた夫への感謝の念に気がつくようなきっかけもつくるのが有効であろう。最後に、専業主婦の母親は、家庭で子育てに没入し、外で気分を切り替えるきっかけがなかなかない。それゆえ、子育ての中で感じる感情を振り返るきっかけだけでなく、子育てから感じるネガティブな感情から気分を切り替える支援を情緒的にも物理的にも支援する必要があるだろう。また、専業主婦にとって、夫との関わりがその主観的幸福感と大きく関わっていることから、やはり夫も一緒に参加することが望ましいだろう。

最後に、数々の就労が育児へ与える影響について先行研究（福丸，2008）においては、その賛否両論があったが、本研究の結果においては、特にフルタイム従事の母親の育児幸福感に悪い影響を与えているとは言えなかった。フルタイム従事の母親は、家庭の中の子育てだけでなく、積極的に社会参加をしながら生きることが可能であり、それが育児におけるネガティブな感情を低減させ、ポジティブな感情を促進するのではないだろうか。そして、本研究においては、いずれの就労形態の母親においても、「新たな人間関係」や「子どもからの感謝と癒し」についての育児幸福感には、母親の属性に影響されない結果となった。この結果は、母親の全般的な育児幸福感を高めるための支援のための重要な視点として着目したい。なお、本研究で扱ったデータは横断的な調査によるものなので、継続した母親の幸福感の変化を追ったものではない。したがって、個々の母親の育児中の様々な時点の幸福感を縦断的に研究することは今後の研究課題である。

## 6. 結論

本研究は、母親の育児幸福感を測定するCHS（41項目、8下位尺度からなる）を用い、このCHSおよび主観的幸福感に対する母親の属性（母親の年齢、子ども数、末子年齢）の影響の有無について、母親の就労形態別（フルタイム、パートタイム、専業主婦）の分析を行った。その結果、フルタイムで働く母親にとって、母親自身また末子の年齢を重ねることによって、「子どもの成長」や「親としての成長」の育児幸福感が高まる傾向がみられた。それに対し、専業主婦やパートタイムの母親では、「親としての成長」や「子どもに必要とされる」などの育児幸福感が低くなる傾向がみられた。昔から日本では、三歳児神話のような「子どもが三歳になるまで、母親は家で子どもの面倒をみなければならない」という、母親のフルタイム従事に否定的な考え方もある。しかし、本研究の結果からは、子育て中の母親のフルタイム従事は母親本人や子どもの成長と育児幸福感のポジティブな関係が示唆された。つまり、フルタイム従事は母親の子育て中の心理的健康に悪い影響を与えるものではなく、また必ずしも子育てに害があるとは言えないであろう。そして、最後に今回の研究結果から、母親の就労形態の違いによる育児幸福感を高めるための育児教室などの母親への支援について考察した。

謝辞 本研究にあたり、アンケートにご協力いただきましたお母様方、および各保育園長、



保育士の皆様に深く感謝いたします。

付記 本研究は平成 20- 22 年度科学研究費補助金（基盤 C 課題番号 17592258）を受けて行った。また、本論文は The 7th International Conference on Education Research（ソウル国立大学 Education Research Institute 主催）のポスター発表（タイトル “The Relationship between Japanese Mother’s Childcare Happiness and Their Employment Status.”）に加筆修正をして、まとめたものである。

#### Abstract

The purpose of this study was to examine the effect of demographic factors (e.g., mother’s age, youngest child’s age, and number of children) on happiness in child care among mothers grouped by employment status. Participants included 764 mothers with children aged 0-6 years; 219 had full-time jobs, 234 had part-time jobs, and 311 were full-time homemakers. The Childcare Happiness Scale (CHS) developed by Shimizu et al. was used to measure mothers’ happiness in child care. The CHS consists of eight subscales. Cause and effect were evaluated with path analysis, using mother’s age, the youngest child’s age, and number of children as independent variables, the eight subscales of CHS and subjective well-being scale as dependent variables. We found differences in mothers’ child care happiness based on employment status. The number of children had no effect on the eight subscales in any group. However, age of the youngest child had a positive effect on the “growth as a parent” subscale in the full-time job group, a negative effect in the full-time homemaker group, and no effect in the part-time job group. Mother’s age had a positive effect on the “children’s growth” subscale in the full-time job group, but had no effect in the other two groups. These results suggest that mothers with full-time jobs felt more joy in their “growth as a parent” and “children’s growth” as maternal age and children’s age increased. We discuss the implications of working full time on mothers’ mental health during child care and suggest that parenting classes should be tailored to employment status.

## V 中国都市部に在住する中国人の母親の育児幸福感と結婚の“現実” —日本在住の日本人の母親との比較—

### Marital reality and childcare happiness for Chinese mothers in urban areas of China -A comparison with Japanese mothers in Japan-

Key Word 中国都市部 母親 育児幸福感 結婚の現実  
urban China, mother, Child care happiness, Marital reality

#### 1. 要約

本研究の目的は、中国と日本の母親の育児幸福感と結婚の現実の違い、中国の母親の属性要因と育児幸福感と結婚の現実の関連性を検討することにある。研究対象者は、640名の0歳から6歳の子どもを持つ中国の母親並びに日本の母親764名である。研究方法は質問紙調査により、8つの下位尺度からなる Childcare Happiness Scale (CHS)を用い育児幸福感を測定した。また、結婚生活の影響を検討するため、3つの下位尺度からなる結婚の“現実”尺度を用いて測定した。分析は統計学的な分析を行った。中国と日本の比較において、結婚の“現実”では中国の母親は日本の母親に比べ3下位尺度項目すべてが高く、CHSにおいて“夫への感謝の念”並びに“子どもに必要とされること”が高い結果となった。また中国の母親のフルタイム、パートタイム、専業主婦、並びに核家族、複合家族、単身家族のそれぞれ3つのグループに違いがみられた。母親の年齢は、CHSの8つの下位尺度得点並びに結婚の“現実”の下位尺度得点に全く影響を与えなかった。中国の母親にとってフルタイム勤務または核家族であることが、育児中の母親の精神的健康に効果があると考えられた。

#### 2. はじめに

1979年から中国で進められている一人っ子政策は、急激な人口増加を抑制するために大きな貢献をもたらしたといえる。こうした中で、一人っ子による子育ての様々な問題について多くの研究報告がなされている。中でも親の養育態度や子どもの性格などの育ちに着目したものがある。一人っ子の子どもの知能、性格、社会適応では、依存性の高さや社会性の低さ、知的能力の高さについて、また着衣重量が多く、戸外遊び時間の短縮傾向、運動能力の低さなどが指摘されている(高, 1999; 2004)。子育てにおける親の養育態度では、過保護、溺愛、大きな期待をかけるなどの傾向になりがちでそれにより一人っ子にありがちな子どもの性格を形成しているといわれている(高, 2004)。また、子育てしている母親の不安が高いにもかかわらず、一般的な幸福感が高いなどの特徴が認められている(姜, 2002)。一般的な幸福感が高いことについては家族のサポートやお手伝いなどのソーシャルサポートの影響や子育てに対する社会のとらえ方が、我が国の状況とは異なっていることが影響していると考えられている(落合, 2008)。中国では、子どもを育てながら働いている母親が大勢を占めているが、傍系も含めた親族間の家事や食事の共同が日常的で、日頃から世帯の独立性が低く、子どものあずけ合いも援助というより当然のこととして行われる。また、子どもの面倒を見るのは祖父母という規範がある。さらに、社会主義政策のもと、共働き社会が形成されたため、男性の家事能力が高く父親が母親と対等に近いケ

ア役割をはたしていることなどがある。

一方母親の育児ストレスの国際比較においてブラジル、韓国、日本に比して中国の母親が最も高いことが明らかにされている（清水，2004）。一人っ子による育児に不慣れであることからくるストレスと考えられた。実際、中国の父母の幼児に対する児童虐待傾向において、母親が高い傾向を示しており、身体的、心理的虐待が高いとの研究結果もある（唐，2006）。このように中国の母親の心理状態についてはいくつかの側面から明らかにされているが、こうした報告は充分とはいえない。特に、中国の母親の育児幸福感に関連した要因との分析を試みた報告は見当たらない。そこで、本研究では、中国の母親の育児幸福感と属性要因との検討を行なった。本研究の仮説は、中国の母親の育児幸福感は、母親が働くことによって子どもに対する関わりの意義がはっきりし、育児幸福感を味えるのではないかと考える。また、母親の年齢や、家族形態、就労形態による育児幸福感にもたらす影響が推測される。これらの仮説を検証するために清水ら（2007）が開発した尺度 Childcare Happiness Scale (CHS)を用い、育児幸福感を測定するために使用した。

また、結婚生活が育児幸福感に影響すると考えられることから、柏木ら（2003）による結婚の“現実”尺度を用い、CHS との検討とともに属性要因との検討を行う。とくに、中国における母親の特徴を明確にする意味において日本の育児幸福感並びに結婚の現実データとの比較を行っている。本研究は中国の母親の理解に直結した課題の解明にあるが、中国在留邦人の母親や在日中国人の母親に対する援助への示唆を得られるものとする。

### 3. 研究方法

#### 1) 調査対象

末子年齢が6歳以下の乳幼児を育児している母親を対象とする。

#### 2) 調査方法

##### (1) 調査地域並びに調査施設

中国T市5幼稚園合計700部を配布した。T市は中国4つの直轄市のひとつで、人口は600万人である。この地域は中国北部にある環渤海湾地域の経済的中心地で、中国北方最大の対外開放港である。中国首都とは高速道路と高速直通列車によって2時間以内で結ばれており中国の工業及び貿易の拠点として発展し現在に至っている。日本においては3市12保育園4幼稚園合計1420部を配布した。東京近郊にある県に所在する人口3-5万規模の中核都市であるA、E、L市において調査を行った。

##### (2) 調査期間 中国 2007年8月～9月

日本 2005年8月～9月

##### (3) 調査方法

保育園の保育士よりアンケート用紙を配布し、留め置いた後、園で回収した。中国における調査依頼文、並びに調査用紙は、すべて日本語を北京語に翻訳したものをを用いた。調査用紙の翻訳は、日本語と北京語に精通している、中国在住の中国人の大学教員に依頼した。

### 3) 調査内容

#### 1) 母親の属性

母親の年齢、子どもの数、就労状況（フルタイム勤務・パートタイム勤務・専業主婦）、家族形態（核家族・複合家族・単身家族）について回答を求めた。

#### (1) 育児幸福感尺度 Childcare Happiness Scale (CHS)

CHS の項目を選定するための予備的な研究（清水，2006）において、育児中に感じる幸せな気持ちについて、Lazarus 理論（1981，1991）に基づいた肯定的な情動である①安心、②希望、③愛情、④喜び、⑤感謝、⑥同情、⑦誇りの情動を感じる際の場面についての自由記述によって得られた場面を分類、整理し、64 項目が選び出された。これらの 64 項目に対して、改めて 5 段階評価（“あてはまる”を 5 点～“あてはまらない”を 1 点）による回答を求め、調査結果に対して因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行い 8 因子、41 項目を採用した（清水，2007）。各因子は、次のとおりである。41 項目全体の内的整合性を表す  $\alpha$  係数は 0.95。第 1 因子は、「子どもの成長」、第 2 因子は、「希望と生きがい」、第 3 因子「親としての成長」、第 4 因子は、「子どもに必要とされること」、第 5 因子は、「夫への感謝の念」、第 6 因子は、「新たな人間関係」、第 7 因子は「子どもからの感謝や癒し」、第 8 因子は、「出産や子育ての意義」である。これらの 8 因子の  $\alpha$  係数は全ての因子において十分な値（0.867-0.9768）が得られ、各項目の内的整合性が認められている。従って、各因子の項目を単純合算し、下位尺度として分析に使用する。

#### (2) 結婚の“現実”尺度

結婚生活を捉えるために、柏木ら（2003）による 3 下位尺度からなる結婚の“現実”尺度を使用した。3 下位尺度項目は「相思相愛」「夫への理解・支持」「妻への理解・支持」からなる 12 項目で構成されている。オリジナルでは、「夫への理解支持」の項目には妻が、「妻への理解・支持」は夫が回答するものであったが、本研究では、「妻への理解・支持」の 4 項目について「夫は、～と思う」という質問に変え、妻(母親)による夫(父親)の自分への理解・支持の度合いを予想させる回答を求めた。各下位尺度の  $\alpha$  係数は、順に 0.89、0.80、0.88 である。本尺度を社会経済背景や家族構造の異なる国で用いることの妥当性については課題が残されている。今回は、両国の比較において互いの夫婦関係の認識をとらえるツールとして使用している。

### 4) 分析方法

CHS の 5 段階評価では、「あてはまらない」を 1 点、「あまりあてはまらない」を 2 点、「どちらでもない」を 3 点、「少しあてはまる」を 4 点、「あてはまる」を 5 点とした。結婚の“現実”尺度においても同様に点数化した。その後 SPSS 統計ソフト ver17 による t 検定、 $\chi^2$  検定、相関分析、一変量による一般線形モデル分析、F 検定を行った。

### 5) 倫理的配慮

本研究に取り組むに当たって、研究者が所属する大学における平成 17 年度倫理委員会の審査による承認を受けた（承認番号 #19）。本研究の調査に先立ち施設長に研究目的、方

法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。その後保育士より母親へ、本調査の目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事、特定の個人的情報が遺漏しないよう処理する旨（コード化し廃棄する）本研究以外にデータを用いることはしないことを明記した依頼文をもって説明を行い、本調査において調査に協力すると意志表示した者のみに調査を依頼した。質問紙の回答は答えたくないものは回答しなくても良いなど本人の選択に基づいて記入できるようにした。

#### 4. 研究結果

##### 1) 調査用紙の回収率

中国において調査用紙を回収できたのは 650 件（回収率 92.6%）。そのうち欠損回答などを除いたため分析の対象となったのは 640 名（有効回答率 91.4%）であった。日本において調査用紙を回収できたのは 874 名（回収率 61.5%）。欠損回答などを除いたため分析の対象となったのは 764 名（有効回答率 53.8%）であった。

##### 2) 対象の属性

中国における母親の就労別人数は、フルタイム勤務 80.8%、パートタイム勤務 10%、専業主婦 8%、母親の平均年齢 30.9 歳（SD=3.7）であった。子どもの数は 1 人（SD=0）、家族形態では、核家族 58.1%、複合家族 39.4%、単身家族 2.5%であった。また日本における母親の就労別人数は、フルタイム勤務 28.2%、パートタイム勤務 29.5%、専業主婦 39.4%、母親の平均年齢 34.4 歳（SD=4.5）であった。子どもの数は 2 人（SD=0.8）、家族形態では、核家族 66.2%、複合家族 25.0%、単身家族 5.6%であった（表 4）。

##### 3) 日本の母親との比較

中国における調査結果と、日本の母親を対象とした調査結果である CHS、結婚の“現実”の比較を行った。2 国間による比較のため属性変数に対する差の検定を行った結果、すべての項目において有意な差が認められた（表 4）。このことから、日本と中国の比較では、一変量による分散分析を行った。国別要因を固定因子とし、CHS と結婚の“現実”の下位尺度項目を従属変数とし、母親の年齢、子ども数、家族形態、就労形態を共変量として設定したのち回帰直線の平行性の検定によって有意でないことを確認した。そののち一変量による一般線形モデルによる分析を行った。CHS、結婚の“現実”の結果では、表 5 に示されるように中国では日本に比べ結婚の“現実”における“相思相愛”、“夫への理解・支持”、“妻への理解・支持”のすべての下位項目に高値で有意な差が認められている。また、CHS では“子どもに必要とされる”と“夫への感謝の念”が有意に高く、“子どもの成長”、“子どもからの感謝と癒し”、“出産と子育ての意義”が有意に低い結果である。

表4 母親の属性

	中国 n=640			日本 n=872			t 値
母親の年齢(歳)	30.9±3.8			34.4±4.5			15.748
子どもの数(人)	1.0±0			2.0±0.8			33.048
							$\chi^2$ 値
家族形態 %	核家族	複合家族	単身家族	核家族	複合家族	単身家族	
	58.1	39.4	2.5	66.2	2.5	5.6	496.15
母親の就業 %	フルタイム	パートタイム	専業主婦	フルタイム	パートタイム	専業主婦	
	80.8	10	8	28.2	29.5	39.4	46.147

;2国間の属性のt、 $\chi^2$ 検定はすべての項目において有意差あり(p<0.1)

表5 母親の育児幸福感と結婚の現実(日中比較)

下位尺度	中国	日本
子どもの成長	24.5**	25.4**
希望と生きがい	33	32.7
親としての成長	27.3	27.4
子どもに必要とされること	19.6**	17.7**
夫への感謝の念	19.2**	17.1**
新たな人間関係	14.3	14.0
子どもからの感謝と癒し	10.1**	11.0**
出産と子育ての意義	10.2**	10.7**
相思相愛	14.2**	12.4**
夫への理解・支持	13.6**	11.7**
妻への理解・支持	14.1**	12.4**

;一変量による一般線形モデル分析 \*\*p<0.01

;表中の値は下位尺度項目の平均値である

とくに、CHS と結婚の“現実”の関係においては、日本並びに中国において、それぞれに相関分析を行った結果、すべての下位項目に有意な相関が認められた。日本では“夫への感謝の念”が結婚の現実の下位項目すべてにやや強い相関を示しており、中国においては、“子どもの成長”や“出産と子育ての意義”と結婚の現実の下位項目すべてに弱い相関がある(表6)。

次にこれらの2国間におけるCHS並びに結婚の“現実”の分析結果に見られる特徴をふまえて、特に中国の母親のCHSと結婚の“現実”に影響を及ぼすと考えられる属性要因の検討を行った。

表6 中国と日本の母親の育児幸福感と結婚の現実の相関(Pearson)

下位尺度	中国			日本		
	相思相愛	夫への理解・支持	妻への理解・支持	相思相愛	夫への理解・支持	妻への理解・支持
子どもの成長	0.325	0.369	0.316	0.103	0.11	0.106
希望と生きがい	0.264	0.276	0.267	0.299	0.221	0.199
親としての成長	0.212	0.264	0.242	0.215	0.277	0.202
子どもに必要とされること	0.188	0.232	0.219	0.145	0.250	0.079
夫への感謝の念	0.203	0.295	0.266	0.618	0.416	0.575
新たな人間関係	0.195	0.287	0.255	0.249	0.307	0.198
子どもからの感謝と癒し	0.272	0.340	0.304	0.135	0.156	0.148
出産と子育ての意義	0.303	0.352	0.355	0.201	0.268	0.140

:すべての項目において有意差あり( $p < 0.01$ ):すべての項目において有意差あり( $p < 0.01$ )

:表中の値は相関係数である

## 4) 中国の母親の育児幸福感および結婚の“現実”と属性検討

本研究で使用した2つの尺度(CHS、結婚の現実)において母親の就労形態、母親の年齢、家族形態によって違いを確認するための検討を行った。まず、中国の母親のCHS(8下位尺度項目)が母親の就労形態(フルタイム勤務、パートタイム勤務、専業主婦)、母親の年齢(20歳代、30-34歳、35歳以上)、家族形態(核家族、複合家族、単身家族)による影響を明らかにするため、一元配置分散分析を行った。その結果、母親の年齢とCHSの平均値には3群間に有意差はなかった。また、CHSの8下位尺度において、母親の就業形態において“子どもの成長”と“出産と子育ての意義”に、専業主婦とフルタイム勤務の群の間に有意な差がみられ、フルタイム勤務に比べ専業主婦の方が平均値は低かった。さらに家族形態において、“子どもからの感謝と癒し”と“出産と子育ての意義”において有意な差がみられ、核家族が単身家族に比べ、複合家族が単身家族に比べて有意に高い結果となった(表7)。

同様にフルタイム勤務、パートタイム勤務、専業主婦、さらに20歳代、30-34歳、35歳以上や核家族、複合家族、単身家族の3群において、結婚の“現実”の3下位尺度の平均点の差の検定を一元配置分散分析により行った。その結果、母親の年齢と結婚の“現実”の尺度の平均点には3群間に有意差はなかった。また、母親の就業形態において“相思相愛”と“夫への理解・支持”に有意差はなかったが、“妻への理解・支持”に、専業主婦とフルタイム勤務の間に有意な差がみられ、フルタイム勤務に比べ専業主婦の方が平均値は低かった。さらに家族形態において、“相思相愛”と“夫への理解・支持”、“妻への理解・支持”のすべての項目において有意な差がみられ、核家族が単身家族に比べ、複合家族が単身家族に比べて有意に高い結果となった(表8)。

表7 中国の母親の育児幸福感和母親の年齢/家族/就業形態の関係

下位尺度	20歳代 n=232	30~34歳 n=288	35歳以上 n=119	F値	核家族 n=372	複合家族 n=252	単身家族 n=16	F値	フルタイム n=516	パートタイム n=64	専業主婦 n=51	F値
子どもの成長	24.3	24.6	24.6	2.42	24.6	24.4	23.8	1.075	24.5*	24.6	23.8*	3.422
希望と生きがい	33.0	32.8	33.6	2.449	33.0	33.0	32.7	0.058	33.2	32.6	32.2	2.074
親としての成長	27.0	27.3	28.0	2.698	27.6	27.2	25.4	1.712	27.5	26.8	26.3	2.504
子どもに必要とされること	19.5	19.6	19.8	0.914	19.4	19.5	19.6	0.845	19.6	19.6	19	0.987
夫への感謝の念	19.1	19.2	19.4	0.378	19.2	19.1	18	2.052	19.2	19.4	18.5	2.027
新たな人間関係	14.2	14.3	14.5	0.966	14.1	14.1	14.0	2.359	14.3	14.4	13.8	0.714
子どもからの感謝と癒し	10.1	10.2	10.3	0.551	10.1*	10.0	9.0*	4.061	10.1	10.2	10	0.184
出産と子育ての意義	10.1	10.1	10.3	0.753	10.1*	10.0*	9.5	3.894	10.2*	10.2	9.4*	4.214

:F検定 ns

:F検定 \*p&lt;0.05

:F検定 \*p&lt;0.05

:表中の値は下位尺度項目の平均値である

表8 中国の母親の結婚の現実と母親の年齢/家族/就業形態の関係

下位尺度	20歳代 n=232	30~34歳 n=288	35歳以上 n=119	F値	核家族 n=372	複合家族 n=252	単身家族 n=16	F値	フルタイム n=516	パートタイム n=64	専業主婦 n=51	F値
相思相愛	14.3	14.3	14.0	0.917	14.3*	14.2	11.0*	9.687	14.2	14.1	13.8	0.549
夫への理解・支持	13.6	13.8	13.5	0.64	13.4*	13.6	11.1*	7.407	13.7	13.8	13.0	1.473
妻への理解・支持	14.1	14.3	14.1	0.624	14.3*	14.2	11.4*	8.151	14.3*	13.7	13.4*	5.495

:F検定 ns

:F検定 \*\*p&lt;0.05

:F検定 \*\*p&lt;0.05

:表中の値は下位尺度項目の平均値である

## 5. 考察

本研究では探索的因子分析(清水, 2007)の結果得られた、41項目8因子構造からなるCHSおよび結婚の“現実”の中国と日本の比較を行った。中国の母親は日本の母親に比べ夫と妻の結婚生活の認識は高いといえる。このことは、日本に比べ結婚生活における夫婦間の気持ちは強く互いの理解は得られているとの認識であり、CHSにおいても“夫に対する感謝の念”や一人っ子の育児による“子どもに必要とされている”が高いといえる。このことは、中国の子育て期において、夫婦共働きであり、お互いが協力して子育てと仕事の両立を図ることが当たり前であり、また、子どもは一人であるため、互いが協力して子どもの教育費を稼ぎ投資していくという点においても同一の目標を持っていることが関係していると考えられる。また、夫婦関係においても、子どもは一人であると言う社会全体の強制的規定の中で、夫婦は早くから自分達のライフスタイルを確立していることから、夫婦の関係は結婚当初の関係を維持しやすいのではないかと考えられる。また、中国の女性は比較的是っきりと自分の考えを表現するため、夫婦間のわだかまりなどは日本におけるものほど残らないと考えられる。しかし一方では、男尊女卑の根強い思想も残っており、また結婚においても愛情がなくなったら離婚を選ぶという女性が増え、離婚率は地域によって差はあるものの16-35%と報告され、初婚年齢が高まり、同棲やDINKSもあらわれるなど結婚観の変化が見られていることから、時代を経るに従って中国の母親の認識に変化



がみられることが予測される。

次に、CHS においては 8 下位尺度項目では“夫への感謝の念”並びに“子どもに必要とされること”についての CHS が中国で高い結果となった。このことは、結婚の“現実”の結果において“相思相愛”や“妻への理解支持”が高いことから、“夫に対する感謝の念”の意識が子育てにおいても高くなり、また、一人っ子であることが、子どもの側からより一層親に頼らざるをえない状況となり、親自身も自分がいなければならないという気持ちから子どもに必要とされているという意識を持ちやすいのではないかと考える。

さらに中国の母親の属性要因との分析の結果について考察する。中国の母親の就業形態においてはフルタイム勤務において、専業主婦に比べ“妻への理解・支持”が高く、“子どもの成長”や“出産と子育ての意義”が有意に高く、専業主婦の母親はすべての下位尺度項目において低い結果となった。中国の母親は、出産後 6 か月には 8 割が職場復帰する中で、もともと正社員として就業した経験がなくアルバイトなどの非正規就業の形で働く、自営業者に雇われ、露天市場で商売をしていたり、以前勤めたことがあるが、リストラされた場合が含まれる。いずれにしても大勢を占めるフルタイム雇用に比べ立場上不安定であり、子どもの子育てに関する幸福感も低い結果となっている。中国においてよりはっきりと CHS に違いがみられている。これは、中国の女性就業者は就業者全体の 46.5%と世界的に高いレベルにあり、子育てと両立してフルタイムの就業をしている母親には、高学歴で専門職や現場労働職などの職種が多いことから、自分の生き方や子育てに対する価値観が形成されていることが関係しているかもしれない。中国の高学歴の母親の理想の子ども像は「自分で考えて行動」、「勤勉」とされ(国, 2006)、中国の一人っ子政策の走りの親世代を迎えていることから、母親自らが同様の育ちを経ており子育てに対する迷いが少なく、むしろ自信を持っていることが考えられる。子育て期にもかかわらず、収入を得ていること、仕事を通して形成されるキャリアが自信と充実感に大いに影響していると考えられる。

また、家族形態においては、“子どもからの感謝と癒し”や“出産と子育ての意義”において単身家族や複合家族に比べ核家族の母親が高いことが明らかとなった。中国では、子育てのネットワークが確立しており(落合, 2008)、実家や親族ネットワークなどのインフォーマルな援助と、育児休業、保育園の協力等のフォーマルな援助が欠かせない。単身による子育てはこうしたサポートネットワークを十分受けることが難しく、とくに親族のサポートが得にくいという状況が生じると推察される。

中国における単身家族で子育てをしている母親は少数ではあるが、様々な人の助けを得ることの重要性を認識し、単に自分一人だけで子育てをしているのではない、一人ではできないことに目を向ける働きかけが必要となる。近年、中国では育児や子どもの教育の素材は、テレビ、新聞、ラジオなどマスコミに多く取り上げられ育児相談や育児ホームページなどもみられるようになった。とくに、3 歳になる前の子どもは家庭で育てられるか、保育園で育てられるか家庭事情によって異なり、保育や教育の形態はさまざまであり、日常の保育上の問題は各地域の保健所で相談するか育児電話相談などがあるが系統化はなされていない(鄭, 2006; 劉, 2003)。こうした社会のバックアップ体制のより一層の充実が課題と言える。

本研究より、中国の母親がフルタイム勤務で働くことは、育児幸福感に良い影響を及ぼ

していると考えられる。フルタイム勤務の仕事を持つ母親たちは“子どもの成長”、“出産と子育ての意義”の喜びをより感じ、育児中の母親の精神的健康を保ち続ける要因となっていると考えられる。

## 6. 結論

中国の母親の育児幸福感を測定する尺度として、41項目、8下位項目からなるCHSを用い、母親の就業、母親の年齢、家族形態との分析を行った。その結果として母親の雇用形態が、子育ての受け止めに影響していることが明らかになった。より充実した子育てを行うためにも、母親が仕事を持ち、社会との関係を保ちながら生きている一人の人間としてあることが大切なことである。一方、中国の母親の年齢による違いはすべての育児幸福感および結婚の“現実”に影響されない要因と考えられた。

謝辞 本研究にあたり、質問紙調査にご協力いただきましたお母様方、および各保育園長、保育士の皆様に深く感謝いたします。調査用紙の翻訳にあたり尽力いただいた天津中医薬大学 高健氏に御礼申し上げます。

付記 本研究は平成20-22年度科学研究費補助金(基盤C 課題番号17592258)を受けて開発された尺度(CHS)を用いた研究である。

## Abstract

The purpose of this study was to compare perceptions of childcare happiness and marital reality between Chinese and Japanese mothers, and to examine the association of demographic variables with childcare happiness and marital reality in Chinese mothers. A total of 640 Chinese and 764 Japanese mothers with a child between the ages of 0 to 6 participated in the study. A questionnaire survey was used to measure childcare happiness with the Childcare Happiness Scale (CHS) consisting of 8 subscales. We further examined the influence of marital life using a marital reality scale consisting of 3 subscales. Statistical analysis was performed with SPSS (version 14). For marital reality, Chinese mothers scored higher on all 3 subscales compared to Japanese mothers. In particular, scores for 2 scale items, “gratitude towards husband” and “feeling needed by children” were higher in Chinese mothers. Furthermore, results differed depending on the mother’s working status – full-time worker, part-time worker, or full-time homemaker – and on family structure – nuclear, extended, or single-mother family. Age of mothers did not impact the 8 subscales of the CHS and 3 subscales of the marital reality scale. Our findings suggest that being in a nuclear family and working full-time are key factors that can promote better mental health in Chinese mothers during child-raising years.

## VI 父親の育児幸福感—育児に対する信念との関係

### Father's happiness in child care—relationship with child care believe—

Key Word 父親 母親 育児幸福感 育児信念 育児事情

fathers mothers child care happiness child care believe child care event

#### 1. 要約

本研究は育児している父親の肯定的な情動を「育児幸福感」とし、肯定的な情動を感じる際の事情から、育児幸福感と育児事情の実態を明らかにした。さらに、育児幸福感と育児・家事時間や育児信念などの要因の検討を行った。

6歳以下の乳幼児を育児している父親にアンケート用紙を配布し、Lazarusの理論による7項目の肯定的な情動である安心、希望、愛情、喜び、感謝、同情、誇りについて育児中に感じる頻度を5段階評価した。また、それぞれの情動を感じる育児事情について自由記述を求めた。調査用紙は250名に配布し159名から回収された。

結果として父親が育児中に感じる肯定的な情動の中心は、「同情」、「誇り」、「安心」、「希望」であり、ついで「感謝」があげられ、「喜び」、「愛情」、は少なかった。父親の育児中に感じる頻度と情動記述件数とは必ずしも一致しなかった。育児幸福感を感じる際の事情は12項目に分類できた。分類された事情は、主として「子どもの成長・発達・健康」及び「子どものしぐさ」などの子どもを中心とした構成であり、その他として「周囲の援助・声かけ・つながり」などであり、子どもや妻に対する感謝や同情としての記述が多く認められた。また、育児信念を強く信じることや妻との会話がよくあることが父親の育児幸福感に関係していることが示唆された。

#### 2. はじめに

親にとって子どもを育てることは、人間性を豊かにし、生きる実感が湧き、発達課題を達成する過程として意義深い行為である。わが国の父親に関する研究では、1990年代から積極的に取り組まれているが、そのほとんどは家事・育児の協力、役割適応、父性意識の発達、子どもの発達や母親の育児行動への影響などに関するものである(柏木, 1993; 尾形, 1995; 岩田, 1998; 石井ら, 1998; 小野寺, 1998; 菅原, 1998; 日隈, 1999; 福丸, 1999; 住田, 2002, 佐藤, 2000)。海外では父親の育児への関わり方など父親と子どもとの関係研究(12)(13)が行われている。しかし、父親の育児参加が増えつつある今日、父親がどのような経験をしているのか十分解明されていないのが現状である。

また、育児に対する支援研究は、育児ストレスの対処やソーシャルサポートの視点から行われているが、育児の楽しみや喜びなどの育児幸福感を高める視点からの研究は少ない。筆者は育児ストレスの研究においてLazarusのストレス理論(Lazarus, . R. & Folkman, ; S., 1996/1998; 本明, 1998)を用い、ストレスを否定的な情動として捉え、否定的な情動を感じる際の育児事情に焦点を当てた。Lazarusは情動には肯定的な情動と否定的な情動があるとしており、肯定的情動研究については否定的情動研究に比べ十分に解明されていない現状にある。父親の子育てに伴う肯定的感情を明らかにすることにより、父親と看護者の接点が少ない中で、より有効な支援を検討する上で意義があり、父親の育児研究の課

題と考える。

幸福感は、一般的に「心の充足感を中心とした本人が現時点で実感する感情」ととらえることができ、Argyle(1994)は幸福について「情緒的側面と、認知的・熟慮的側面に大別できる」としている。幸福感の研究は、SWB (Subjective well-being: 主観的幸福感) 研究として特に QOL (Quality of life; 生活の質) 研究の発展の中で生じている。人間の豊かさの研究の中で、SWB は個人の認知構造や心理状態を反映する QOL のより主観的側面を示すものと考えられている(石井, 1997)。

本研究では育児中に感じる肯定的な情動を「育児幸福感」として捉え、父親の育児幸福感と、幸福感を感じる際の育児に関連した出来事(育児事情)を明らかにすることを目的とした。さらに、本研究で明らかにされた育児幸福感と認知や評価に影響すると考えられている信念(Lazarus . R. , 1996 ; Folkman . S. , 1998 ; 本明, 1998/2000)が関連しているのではないかと仮説に立ち検討を行なった。

### 3. 研究方法

#### 1) 調査対象

6歳以下の乳幼児を持つ父親 250 名

#### 2) 調査方法

(1)調査施設 S市Y、H幼稚園(2箇所)

(2)調査期間 平成16年9月～10月

#### (3)倫理的配慮

本研究の調査に先立ち幼稚園長に調査の目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。対象者に対しては本調査の目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事、特定の個人的情報が遺漏しないよう処理する旨(コード化し廃棄する)を明記した依頼文を作成した。依頼文と調査用紙を園教諭より母親に配布し、夫(父親)に渡してもらうことを依頼した。調査用紙の回収は園で行われた。研究への同意は調査用紙への回答をもって同意の意思表示と判断した。

### 3) 調査内容

#### (1)対象者の属性

父親の年齢、子どもの数、育児に対する考え(育児信念)やその強さの回答を求めた。

#### (2)調査項目

信念とは、「理屈を越えて強く信じ込むところ」と一般的に考えられ、本研究では育児信念を、育児に対する考えとその強さ(変化の不変性)をとらえた。そこで、「子どもを生む価値」(住田, 2002)および「よい親の概念」(清水, 1994)から育児に対する考え方を参照として、信念の基本概念として考えられている態度、努力、価値、役割、

愛情に該当する項目を各1項目ずつ研究者が作成した。ただし愛情についてはさらに1項目付加し6項目とした(表10)。育児信念6項目に対する考えとして2選択肢(“賛成”、“反対”)、考えの強さとして5選択肢(“絶対変わらない”、“たぶん変わる”、“わからない”、“たぶん変わる”、“絶対変わる”、“絶対変わる”)とした。

また、父親が育児中に経験する肯定的な情動について、Lazarusの理論による7項目に着目し(①安心、②希望、③愛情、④喜び、⑤感謝、⑥同情、⑦誇り)、各項目に対する頻度を4段階(“いつもある”“ある程度ある”“たまにある”“まったくない”)で回答し、それぞれに思い起こした育児事情の自由記述を求めた。

#### 4) データの分析方法

収集した自由記述の内容を研究者が一つの内容を意味する記述文に分けて整理した。また、親としての共通点、相違点を明らかにするため母親の育児幸福感で明らかにされた14分類(24)を基準にしながらも、分類が難しい内容は新しい項目とした。分類された結果に対して、母性看護領域の教員に確認を求め、一致した結果を最終分析結果とした。一致しない項目については、話し合い合意を得た。さらに、情動の頻度(“いつもある”を4点、“ある程度ある”を3点、“たまにある”を2点、“まったくない”を1点とする)と育児信念(“賛成”2点、“反対”1点とする)、育児信念の強さ(“絶対変わらない”を5点、“たぶん変わる”を4点、“わからない”を3点、“たぶん変わる”を2点、“絶対変わる”1点とする)とピアソンの相関分析を行った。7項目の情動の頻度と6項目の育児信念の強さの相関分析を行った。また、7項目の情動の頻度の合計値を育児幸福感として、6項目の育児信念に対する考え方の合計値および信念の強さの合計値の相関分析を行った。

### 4. 結果

#### 1) 調査用紙の回収率

調査用紙の回収は159名、有効回答は159名、回収率は63.6%であった。

#### 2) 対象の属性

父親の年齢の平均値は $36.7 \pm 8.6$ 歳(最小値26歳、最大値53歳)、子どもの数の平均値は $1.7 \pm 1.6$ 人(最小値1人、最大値4人)であった。

#### 3) 父親の育児幸福感

##### (1) 育児中に感じる肯定的な情動の頻度

育児中に感じる①安心、②希望、③愛情、④喜び、⑤感謝、⑥同情、⑦誇りの情動別頻度では、各平均値が安心は $2.4 \pm 0.9$ 、希望は $2.3 \pm 0.9$ 、愛情は $1.9 \pm 0.9$ 、喜びは $1.9 \pm 0.8$ 、感謝は $2.1 \pm 0.8$ 、同情は $3.2 \pm 1.1$ 、誇りは $2.7 \pm 1.0$ であった。

表1 父親の育児幸福感を感じる際の情動別事情数

No	事情	情動項目							件数
		喜び	愛情	安心	感謝	希望	誇り	同情	
1	子どもの成長・発達・健康	53	2	29	13	37	13	0	
2	子どものしぐさ	13	32	15	4	2	2	0	
3	子どもの存在	4	6	11	20	4	20	2	
4	周囲の声かけ・援助・つながり	0	1	7	17	0	0	14	
5	子どもとのコミュニケーション	9	14	6	1	2	0	0	
6	子どもの優しさ・愛情	9	8	3	5	1	3	0	
7	子ども・自分・家族の将来	0	1	0	0	24	0	0	
8	自分の生き方・成長	2	2	1	10	2	3	0	
9	自然に感じる	1	8	0	0	0	4	0	
10	家庭円満・日常生活	3	1	5	2	0	1	0	
11	子どもに必要とされる	1	10	1	0	0	0	0	
12	物事への共感	0	0	0	0	0	0	7	
合計件数 471(%)		95(20.2)	85(18.0)	78(16.7)	72(15.3)	72(15.3)	46(9.8)	23(4.9)	

## (2)父親の育児幸福感を感じる際の育児事情件数とその内容

## ①情動別事情件数（表1）

それぞれの情動を感じる際の育児事情として自由記述に上がった内容は、喜びが 95 件（20.2%）、愛情が 85 件（18.0%）、安心が 78 件（16.7%）、感謝が 72 件（15.3%）、希望が 72 件（15.3%）、誇りが 46 件（9.8%）、同情が 23 件（4.9%）、父親の感じる情動別事情数は計 471 件であった。

表2 父親の育児幸福を感じる際の事情別内容と件数

			件数
No	事情	内容	合計件数(%)
1	子どもの成長・発達・健康	子どもの成長を感じたとき。以前より進歩して出来るようになった。新しいことが出来るようになったとき。いろいろと話が出来るようになった。出来ないことを最後までやり遂げたとき。素直に育ってくれている。健康で大きなけがもなく育ってくれている。良いこと悪いことの判断が出来るようになった。	147(31.2)
2	子どものしぐさ	かわいい笑顔。寝顔を見たとき。習ったことを恥ずかしそうに、一生懸命やって見せてくれる。遊んでいる姿。子どもらしいしぐさを見たとき。子どものかわいい部分を見たとき。頑張ってる姿。無邪気な姿。	68(14.4)
3	子どもの存在	生まれてきてくれてありがたうの気持ち。子どもがいるからがんばれる。子どもがいるから生きてける。子どもにうれしいときなど教われることがある。子どもにストレスを忘れさせてもらうことがある。疲れているとき気分転換になる。子どもがいるから今の自分がある。親としての喜びを感じさせてくれる。	67(14.2)
4	周囲の声かけ・援助・つながり	妻のがんばり。妻が一生懸命育児している。妻が自分の出来ない分を補ってくれる。毎日長い時間を育児に費やす妻に感謝。妻や親に助けられている。親や妻の気持ちに感謝。妻や周囲の人の助けられている。周囲の全てとの関係がある。	39(8.3)
5	子どもとのコミュニケーション	子どもと遊んでいるとき。一緒にお風呂にはいったとき。子どもに接したとき。顔を合わせたとき。抱きしめたとき。話をしたとき。「パパお帰り」と言うとき。信頼関係を感じたとき。泣いているのをあやして泣きやんだとき。甘えてきたとき。	32(6.8)
6	子どもの優しさ・愛情	親のことを気遣ってくれたとき。プレゼントをくれたとき。兄弟をかわいがっているとき。自分のことを子どもが考えてくれること。自分のためにお菓子を残しておいてくれたとき。送り出迎えをいつもしてくれる。他人に親切にしているとき。生き物を大切にしている。子どもからの感謝の言葉を聞いたとき。子ども同士の友情を見たり聞いたりしたとき。お母さんを助けているとき。	29(6.2)
7	子ども・自分・家族の将来	子どもの将来が楽しみ。この先どのように育ってくれるか。子どもの将来に夢を感じる。元気に育ってほしい。何かスポーツをやってほしい。大事なことを引き継いでほしい。どんな子に育ってくれるか楽しみ。子どもには無限の可能性がある。健康で人に迷惑をかけない様な人間になってほしい。明るく優しい思いやりのある子になってほしい。何事も全力でやってほしい。平均に何事もできればいい。	25(5.3)
8	自分の生き方・成長	自分自身が成長したと思えたとき。自分にかけていること、気づかない部分を気づかされたとき。自分も子どもも成長できる。自分が親に育てられたこと。自分自身を見直すいい機会を与えられた。逆に教えられることがある。親としてどんなこともする。	20(4.2)
9	自然に感じる	いつでもどんなときでも。よく分からないがいつもかわいい。当たり前のこと。普通の親の気持ち。何となく。親としての本能。とにかく大切。	13(2.8)
10	家庭円満・日常生活	家族を持ったこと。家族の存在が嬉しいになっている。家族がいつも一緒にいるとき。日々生活。一日何もなくて元気なこと。	12(2.5)
11	子どもに必要とされる	親を慕ってくれる。頼られるとき。「パパ」といつくついてきたとき。「抱っこして」と言うとき。助けを求められたとき。子どもにとって自分が大切な存在だと感じたとき。	12(2.6)
12	物事への共感	妻は大変である。子どもが母親に叱られているとき。祖父母に叱られているとき。子どもが他の子にうまくつけ込めないでいるとき。一人っ子なので寂しいのでは。子どもが悲しい、寂しい思いをしたとき。自分の時代と違い全ての面でハイレベルで就職活動も大変。育児で疲れた妻の顔を見たとき。妻が育児に追われ母親同士の交遊がなかなかとれないこと。周囲の人の育児に関する喜びや悩みに同感する。性格的にマイナスの要素が自分と同じと感じたとき。	7(1.5)

## ②育児事情別内容とその頻度（表2）

自由記述の内容を分析した結果、育児幸福感を感じる際の事情を12項目に分類できた。

育児幸福感を感じる際の事情別内容は、「子どもの成長・発達・健康」として、子どもの成長を感じたとき、以前より進歩して出来るようになったとき、新しいことが出来るようになったときなどの事情があり、147件(31.2%)と、もっとも多くの育児事情を含んでいた。ついで、「子どものしぐさ」として、かわいい笑顔、寝顔を見たとき、習ったことを恥ずかしそうに一生懸命やってみせる、遊んでいる姿などで68件(14.4%)であった。さらに、「子どもの存在」として、生まれてきてくれてありがたいの気持ち、子どもがいるから頑張れる、生きていける、救われるなどで67件(14.2%)であった。これらの3項目が育児事情全体の約60%を占めていた。

また、件数は少ないが「周囲の援助・声かけ・つながり」として、妻の頑張りと、妻が一生懸命育児している、妻が自分の出来ない分を補ってくれるなど妻に対するもので39件(8.3%)、「子どもとのコミュニケーション」として、子どもと遊んでいるとき、一緒にお風呂に入ったとき、子どもに接したとき、顔を合わせたときなどで32件(6.8%)、「子どもの優しさ・愛情」として、親のことを気遣ってくれたとき、プレゼントをくれたとき、兄弟をかわいがっているときなどで29件(6.3%)、「子ども・自分・家族の将来」として、子どもの将来が楽しみ、この先どのように育ってくれるか、子どもの将来に夢を感じる、元気に育ってほしいなどで25件(5.3%)、「自分の生き方・成長」として、自分自身が成長したと思えたとき、自分の気付かないことに気付かされたとき、自分が親に育てられたことなどで20件(4.2%)、「自然に感じる」として、いつでもどんなときでも、よく分からないがいつもかわいい、当たり前なこと、何となくなどで13件(2.8%)、「家庭円満・日常生活」として、家族を持ったことや家族の存在が癒しになっている、家族がいつも一緒にいるなどで12件(2.5%)、同じく「子どもに必要とされる」として、親を慕ってくれる、頼られるとき、「パパ」と言ったとき、抱っこしてと言うときなどで12件(2.5%)であった。

もっとも件数の少なかった育児事情は、「物事への共感」として、妻は大変である、子どもが母親や祖父母に叱られているとき、子どもが他の子にうまくとけ込めないでいるとき、一人っ子なので寂しいのではなどで7件(1.5%)であった。表8の全ての情動反応を伴う育児事情は「子どもの存在」であった。ついで「子どもの成長」、「子どものしぐさ」、「子どもの優しさ・愛情」、「自分の生き方・成長」であった。

また、471件中の育児事情間の関連では、自由記述の同一文章内に関連性をもった記述の表記はみられなかった。

## 4) 父親の育児幸福感と育児信念

### (1) 育児信念に対する考え方とその強さ（表3）

育児信念に対する考え方で賛成が過半数を示していた項目は、「父親は子どもに対し愛情をいつも抱いているものだ」が74.8%、「子育ては自分にとって価値がある」が74.2%、「父親は子どもに対して無償の愛を与えるものだ」が65.4%、反対が過半数を示していた項目は、「子育ては女の仕事だ」が74.2%、「子どもに対して完璧な父親でなければならない」が66.0%であった。「子どもが良く育つも悪く育つも100%親の努力にかかっている」



る」に反対したものが45.9%を占めていた。

また、信念の強さには、すべての項目において「絶対変わらない」と「たぶん変わらない」を含めると最大で63.5%から最小で41.6%を占め、父親の信念に対する変化の可能性は低いことが示された。

## (2) 育児幸福感と育児信念 (表 4,5)

育児幸福感と育児信念の強さに弱い相関が認められた( $r=0.226$ ,  $p<0.05$ )。育児信念の強さと各情動頻度の相関では、「子どもに対して完璧な父親でなくてよい」の信念に対して変わらないとする父親は「希望」と弱い相関が認められた ( $r=0.221$ ,  $p<0.05$ )。「子どもに対する無償の愛を抱き与えるものだ」の信念に対して変わらないとする父親は「希望」( $r=0.259$ ,  $p<0.01$ )、「愛情」( $r=0.353$ ,  $p<0.01$ )、「感謝」( $r=0.301$ ,  $p<0.01$ )、「誇り」( $r=0.253$ ,  $p<0.01$ )、「同情」と弱い相関が認められた ( $r=0.199$ ,  $p<0.05$ )。「子どもに対し愛情をいつも抱いているもの」の信念に対して変わらないとする父親は、「愛情」( $r=0.247$ ,  $p<0.01$ )、「感謝」と弱い相関が認められた ( $r=0.291$ ,  $p<0.01$ )。「子育ては自分にとって価値がある」の信念に対して変わらないとする父親は「愛情」( $r=0.355$ ,  $p<0.01$ )、「誇り」( $r=0.261$ ,  $p<0.01$ )、「感謝」と弱い相関が認められた ( $r=0.198$ ,  $p<0.05$ )。また、「子どもが良く育つも悪く育つも100%親の努力にかかっている」の信念に対して変わらないとする父親は「希望」( $r=0.331$ ,  $p<0.01$ )、「喜び」と弱い相関が認められた ( $r=0.286$ ,  $p<0.01$ )。「子育ては女の仕事だ」の信念に対して変わらないとする父親は「喜び」( $r=0.378$ ,  $p<0.01$ )、「誇り」( $r=0.271$ ,  $p<0.01$ )、「希望」( $r=0.179$ ,  $p<0.05$ )、「感謝」と弱い相関が認められた ( $r=0.213$ ,  $p<0.05$ )。しかし、育児信念と安心の情動頻度とは相関が認められなかった。

表4 父親の育児信念に対する考え方と強さ

														n=159 (%)			
信念項目	考え方と強さ	賛成 (%)		反対 (%)		絶対変 わらな い (%)		たぶん 変わる (%)		わから ない (%)		たぶん 変わる (%)		絶対変 わる (%)			
子どもに対して完璧な父親でなければならない		25	15.7	105	66	39	24.5	42	26.4	27	17.0	17	10.7	3	1.9		
父親とは子どもに対して無償の愛を与えるものだ		104	65.4	24	15.1	59	37.1	27	17.0	28	17.6	11	6.9	1	0.6		
子どもがよく育つも悪く育つも100%親の努力にかかっている		55	34.6	73	45.9	30	18.9	44	27.7	31	19.5	16	10.1	7	4.2		
子育ては自分にとって価値がある		118	74.2	10	6.3	53	33.3	39	24.5	20	12.6	9	5.7	4	2.5		
子育ては女の仕事だ		11	6.9	118	74.2	51	32.1	42	26.4	15	9.4	16	10.1	4	2.5		
父親は子どもに対し愛情をいつも抱いているものだ		119	74.8	11	6.9	69	43.4	32	20.1	11	6.9	12	7.5	0	0		

\*欠損値は削除して表示

表5 父親の育児幸福感と育児信念

信念	pearsonの相関分析	
	信念に対する考え	信念の強さ
育児幸福感	0.070	0.226*

；育児幸福感－肯定情動を感じる頻度(7情動の合計)

\*p<0.05

表6 父親の育児信念の強さと情動頻度の相関

信念	情動	pearsonの相関分析						
		安心	希望	愛情	喜び	感謝	同情	誇り
子どもに対して完璧な父親でなければならない		0.017	0.221**	0.084	0.314*	0.090	0.002	0.118
父親とは子どもに対して無償の愛を与えるものだ		0.142	0.259*	0.353*	0.192	0.301*	0.199**	0.253*
子どもがよく育つのも悪く育つのも100%親の努力にかかっている		0.033	0.331*	0.071	0.286*	0.087	0.047	0.060
子育ては自分にとって価値がある		0.152	0.060	0.355*	0.115	0.198**	0.085	0.261*
子育ては女の仕事だ		0.090	0.179**	0.171	0.378*	0.213**	0.093	0.271*
父親は子どもに対し愛情をいつも抱いているものだ		0.090	0.096	0.247*	0.069	0.291*	0.076	0.135

\*\*p<0.01

\*p<0.05

## 5. 考察

### 1) 父親の育児幸福感を感じる際の情動反応

父親が育児中に感じる肯定的な情動の中心となったのは、「同情」、「誇り」、「安心」、「希望」であり、ついで「感謝」があげられ、「喜び」、「愛情」は少なかった。「同情」、「誇り」、「安心」、「希望」は父親の育児幸福感の主たる情動ではあるが、感謝、喜び、愛情についても見逃せない情動といえる。特に母親との比較(清水, 2006)では、母親の研究ではでは、子どもの年齢が3歳以下のため単純に比較することは難しいが父親は同情や誇り、安心に高い値を示しており、こうした情動は父親の育児幸福感の特徴と考えられた。

育児幸福感の主たる育児事情は、子どもを中心に構成されているが、妻に対する同情や誇りの情動も生じていた。喜びや愛情の情動頻度が少なかったのは、父親は子どもと接する時間が少ないことが関係していると推察された。

同情は「周囲の声がけ・援助・つながり」、「物事への共感」、「子どもの存在」の3項目であり、どちらかという和幸福感の中でも特異な情動といえる。これは「同情」という言葉が、「共感」、「共鳴」、「賛成」といった肯定的な意味の他に、「哀れみ」や「情け」などの否定的な意味を持つことが影響していると考えられる。また、「同情」は、情動件数としてはもっとも少なかったが、感じる頻度としては、もっとも高かった。

また、感じる頻度では誇りや安心、希望が高く、感謝、愛情、喜びが低かったことから、情動を感じる頻度と育児事情の記述件数が比例していないことが明らかとなった。育児事情は具体的な項目の方が例をあげやすく、件数も多くなりやすいが、その情動に伴う育児事情の中で、抽象的な項目の占める割合が高くなると、具体的な例があげにくかったことが、情動を感じる頻度と育児事情の記述件数の順位の違いに関係していたと考えられた。

次に、育児幸福感を感じる育児事情では、「子どもの存在」と「周囲の声がけ・援助・

つながり」、「子どもとのコミュニケーション」と「子どもの優しさ・愛情」に順位の逆転がみられたが、母親と同様の結果を示していた(清水, 2006)。母親の育児幸福感で認められていた「妊娠・出産・育児の経験」は、父親には見られない幸福感であった。一方、父親の育児幸福感は、子どもを中心としながらも、妻に対する感謝や同情に関するものが特徴といえる。母親と父親の比較に関した先行研究において養護の能力(Parke, 1976)、児に対する敏感性(Broom's, 1994)アタッチメント(Jones, 1985)に差はないとされ、本研究結果においても父親と母親は、親としてほぼ共通した育児幸福感を抱いていることが明らかになった。

また、これらの情動の調節は、否定的情動を調整する右半球が大腦新皮質において優位である(内村, 1981; 伊藤ら, 1994; Paul D M, 1994)。このことは、人間の情動は通常否定的な調整を受けやすく、育児などストレスを感じやすい状況下では肯定的な情動を感じにくく、幸福感を感じることが困難な状態にある。肯定的な情動の中核である視床下部が動機付け行動の起こりやすい部位であることから、本研究で着目した肯定的な情動を強化する事によって育児に対する積極性を促すことができると考えられた。また、本研究の結果からも、子どもの存在や関係に目を向けることに加えて妻や家族とのポジティブな側面に意識を向けていくことが、父親の育児幸福感を高める事に通じると考えられた。具体的には、遊びをとおして子どもと関わる場面を増やし関係性を持つこと、妻と子どものことの会話をする事、家族との時間を大切にしていけることが有効であろう。このことは父親としての意識の発達にも良い影響をもたらすといえる(石井ら, 1998)。また、妻に対する感謝や誇りなどの感情を言葉で伝えることで、互いの育児幸福感が高められると考えられた。

## 2) 父親の育児幸福感と育児信念

育児は人としての成長に影響しており、その成長を支えるのは日々の育児行動の一つ一つである。父親の育児信念は、子どもへの愛情の必要性や育児の価値を認め、親としての完璧さや努力の必要性や育児を女性のみの仕事とは考えていないなど先行研究とほぼ同様の傾向を示していた(清水, 2006/2003)。また、信念に対する強さ、つまり不変性についても変わらないとする傾向も同様の結果を示していた。このことから、3 回わたる育児信念の研究結果は、現代の子育てしている親の傾向を示していると考えられた。

また、育児信念の強さと安心を除く情動が弱い相関を示しており、「今後も変わらない」とする不変の信念を持つことが、父親の育児に対する認知、評価に何らかの影響を及ぼしていると考えられた。しかし、育児幸福感が高まることによって強固な信念を持つに至るのかの因果関係の解明は今後の課題として残されている。本結果が弱い相関にとどまっていることから、むしろ父親の育児幸福感には他の要因が関係していると考え、他の影響要因を明らかにする研究に取り組む必要があると考える。

## 6. 結論

父親が育児中に感じる肯定的な情動の中心は、「同情」、「誇り」、「安心」、「希望」であり、ついで「感謝」があげられ、「喜び」、「愛情」、は少なかった。また、情動の頻度と記述件数とは必ずしも一致しなかった。これらの情動に関連した育児事情は、主と

して「子どもの成長・発達・健康」及び「子どものしぐさ」などの子どもを中心とした構成であり、子どもとの関係の中で育児幸福感が認められていた。さらに、「周囲の援助・声がけ・つながり」や「自分の生き方・成長」、「家庭円満・日常生活」、「物事への共感」があった。また、育児に対する信念が今後もかわらないと信じることが育児幸福感とわずかながら関係していたが、本結果を受けて育児幸福感に影響する要因は他にあると考えるべきである。男女共同参画の時代にあつて様々な角度から父親への支援を検討していくことが課題となる中で、本研究で明らかにされた父親の育児幸福感とその育児事情に着目し、肯定的な情動を喚起する働きかけが重要になってくると考える。

最後に本研究にあたり、調査にご協力いただきましたお父様方、およびS市Y、H幼稚園の皆様にも深く感謝いたします。

#### Abstract

This study defines the happiness that fathers experience during childcare as a positive emotion, and sheds light on the facts and situations that contribute to the happy emotions experienced by fathers during childcare. The study also examines the relationships between happiness experienced during childcare and factors such as the time fathers spend involved in childcare and housework, and the confidence they have in their own views on childcare.

A questionnaire was distributed to fathers with children aged six or under, asking them to evaluate on a five-point scale the frequency of experiencing each of the seven emotions that are described as positive emotions in Lazarus's theory: peace, hope, love, joy, gratitude, sympathy, and pride. The questionnaire also included open-ended questions asking what childcare circumstances cause them to experience each of the emotional ranges. There were 159 responses out of 250 questionnaires distributed to those fathers.

The study revealed that sympathy, pride, peace and hope were the major positive emotions that fathers felt during childcare, followed by gratitude. On the other hand, the frequency of feeling joy and love was low. It was also found that the frequency of experiencing each of the positive emotions during childcare did not necessarily correlate with the number of times they mentioned the corresponding emotion in their responses to the open-ended questions. Responses on the circumstances under which happiness had been experienced during childcare were divided into 12 categories, with most related to children, such as "children's growth, development and health" and "children's gestures and actions." One of the other categories is "support from others, and communication opportunities and ties with others." With regard to the emotional ranges, gratitude to their children and wives and sympathy for them was frequently expressed in their responses to the open-ended questions. Moreover, the results suggest that fathers' experiencing of happiness during childcare is related to confidence in their own views on childcare and frequent conversations with their wives.

## Ⅶ 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討—

### Mothers' Child Care Stress Scale (CSS)

#### —Development and Validity of a Short-form Scale—

**Key Word** 育児ストレス尺度 短縮版尺度 母親 妥当性 再開発

childcare stress scale, a short-form scale, Mothers, validity of scale redevelopment

#### 1. 要約

【目的】本研究では、育児中の母親が感じる否定的な情動である「育児ストレス」に注目し、多面的な育児ストレスを捉える育児ストレス尺度 CSS (清水, 2001) 33 項目の短縮版を作成し妥当性の検討を行った。

【方法】「主観的幸福感」、「ベック絶望感」並びに、「子育て完全主義傾向」により構成される質問紙調査を末子年齢が 6 歳以下の乳幼児期にある子どもを持つ母親 672 名を対象に行った。

【結果と考察】短縮版の尺度を選定するため、CSS の 33 項目に対し因子分析を行った。最終的に、「心身の疲労」「育児不安」「夫の支援のなさ」の 3 因子、16 項目を採用した。クロンバックの  $\alpha$  係数は、全ての因子において十分な値が得られ、尺度の信頼性は保証された。構成概念妥当性の検討において、ベック絶望感得点とは有意な正の相関が、主観的幸福感とは有意な負の相関が、そして子育て完全主義とは有意な正の相関がみられた。CSS 短縮版の 3 下位尺度と心理的健康に関係ある絶望感、主観的幸福感、子育て完全主義とは、予想通りの関連性が確認されたため、概念的妥当性も保証できたといえる。また、CSS 短縮版の下位尺度の中でも「育児不安」が、特に子育て完全主義尺度との関連性がみられたので、「子育てを完璧に行わなければならない」という認知が育児中の不安を高めるといことが示唆された。

【結論】CSS 短縮版は、3 下位尺度 16 項目となり、CSS よりも把握できる育児ストレスの内容は減ったが、回答する母親の負担が軽減された。それ故、短時間で子育て中の母親の心理状態の査定ができ、また母親本人にとっても解釈しやすくなり、本尺度の臨床での汎用性が期待される。

#### 2. はじめに

本研究の目的は、育児中の母親のネガティブな感情を測定するために、清水 (2001) が開発した育児ストレス尺度 (Childcare Stress Scale, 以下 CSS) の短縮版を作成することにある。

従来、育児ストレスの問題は、育児不安あるいは育児ノイローゼに着目されて研究されてきた (Hewitt, 1991/伊藤, 2003)。児童虐待や夫婦間の葛藤ないし暴力といった深刻な事態も報告される現状からみると、焦燥感や怒り、疲労感や空虚感など、ネガティブな感情にもっと幅広く注目した検討が行われるべきである。つまり、個人である母親と育児している母親を取り巻く環境の視点でこの問題に取り組むことが重要であると考え。

類似した尺度の開発においては、奈良間 (1999) は、Abidin の作成した Parenting Stress Index を邦訳してその信頼性および妥当性の検討を行っており、日本版 PSI 作成と信頼性、

妥当性の検討がされている。下位尺度は子どもの側面 7 因子と親の側面 8 因子で構成されており今後は日本の母親のストレスとその要因の検討、あるいは健康問題をもつ子どもの親のストレス緩和を目指した支援の評価研究などに活用しながら、その尺度としての特徴や問題を明らかにする課題がある。一方、日下部ら（1999）は、ストレスの概念定義を避けて、「ストレス」という言葉に対する育児者の反応からストレス構造をとらえようという特徴があり、調査対象者の資質によって偏りを示す可能性がある。またさらに、吉田ら（1999）は、育児ストレスを生じさせる環境に注目し育児中の母親が置かれた状況を長期閉鎖環境ととらえて、個人のプライベート空間の観点から育児ストレスの問題を扱っている。

これまで、Lazarus & Folkman（1984）の心理的ストレス理論のように、認知的側面に注目した育児ストレスを測定する尺度がなかった。そこで、清水（2001）は、認知的側面に着目した CSS を作成した。CSS の特徴は、母親の自分を取り巻く育児環境をどのように認知しているのかに着目している。Lazarus の理論によれば、ストレスは、情動のネガティブな側面を指している。自らある出来事が自分と無関係と考えるか快適なものとするかあるいは有害、脅迫的、挑戦的なものとするかの 3 通りの判断の中で、とくに有害、脅迫的としてとらえた時にネガティブな情動反応を示しストレスフルな評価をしたとしている（野口、1999）。本尺度は母親の育児中において、このような認知的評価により引き起こされるネガティブな感情に注目している。母親自身の心身の健康を保持することは子育てにおいて重要な視点と考える。そこで CSS は母親の育児に伴うストレスとして、ネガティブな情動に起因する場面を母親に問い、得られた内容を尺度項目として構成している。こうしたネガティブな感情は、母親がさまざまな出来事をストレスとして認知することで生じるものであり、ストレスに対してどのように対処または介入できるかが課題となる。育児に伴うストレスな出来事に対する母親の受け止めに明らかにする本尺度を活用することで、子育て支援において、母親の育児場面の認知のみならず場面に関連した物や人などを含めた環境への介入を検討することが可能となる。育児ストレスに対して母親が対処できなくなることは、心理的に追い込まれ、子どもに対する関わりに影響を及ぼし、時には虐待の引き金になると考えられる。しかし、CSS は 9 下位尺度 33 項目からなり、育児ストレスを多面的に把握できる反面、回答項目が多いため母親が回答する上での負担や母親自身がその結果を解釈する上で困難さがあった。そこで本研究では、CSS の臨床での汎用性を高める目的で、その短縮版の作成を試みた。また、CSS 短縮版の信頼性の検討とともに概念的妥当性の検討のため、他の心理尺度との関連性について検討する。

### 3. 研究方法

#### 1) 調査対象

末子の年齢が 6 歳以下の乳幼児を育児している母親を対象とする。

#### 2) 調査方法

（1）調査施設 2 市 11 保育園 4 幼稚園合計 1000 部配布した（オリジナル CSS 開発時と同様の背景をもつものに依頼するため保育園、幼稚園を対象とした）。東京近郊にある県に所在する人口 3-5 万規模の中核都市である A、B 市において調査を行った。

(2) 調査期間 平成 20 年 8 月～9 月 (CSS 開発時と同様の時期とした)

(3) 調査用紙の配布と回収 保育園の保育士よりアンケート用紙を配布し、留め置いた後、園で回収した。

(4) 調査内容

母親の属性では、母親の年齢、子どもの数、末子の年齢、就業状況 (フルタイム勤務 {自営業}・パートタイム勤務・専業主婦)、家族構成 (核家族、複合家族) について回答を求めた。さらに CSS、主観的幸福感尺度、ベック絶望感尺度、子育て完全主義傾向尺度を用いた。

### 3) 短縮版尺度作成のための信頼性妥当性の確認の手順

CSS 短縮版用の尺度の項目を選定するために、最尤法、プロマックス回転による因子分析を行った。さらに、CSS 短縮版の信頼性である内的整合性を確認するために  $\alpha$  係数を求めた。ついで、CSS の下位尺度項目との相関分析を行い、CSS 短縮版との関係の確認を行った。また、概念的妥当性の検討のため、他の心理的健康に関する心理尺度との関連性について検討した。なお、CSS 短縮版の 3 つの下位尺度得点はそれぞれ、ポジティブな概念である主観的幸福感とは負の相関、ネガティブな概念である絶望感や子育て完全主義傾向とは正の相関が予想されるため心理的健康に関する尺度として本研究で用いた、主観的幸福感 (伊藤, 2003) 及びベック絶望感 (桜井, 1997)、子育て完全主義傾向 (桜井 & 大谷 1997)、これらの得点と CSS 短縮版の下位尺度得点との相関分析により確認した。

(1) 研究で用いた尺度について

#### ① 育児ストレス尺度 (CSS)

Lazarus の理論による育児中の母親の否定的な情動を「育児ストレス」とし、多面的な育児中のストレスを捉える尺度である。予備的な研究 (清水ら, 2003) において、育児中に感じる否定的な気持ちについて、否定的な情動である①不安、恐怖、心配、②怒り、イライラ、③むなしさ、悲しみ、④疲れ、⑤不満の情動を感じる際の場面についての自由記述によって得られた場面を分類、整理し、研究者らにより 130 項目を選び出し内容妥当性を検討した。これらの 130 項目に対して、5 段階評価 (“あてはまる”を 5 点～“あてはまらない”を 1 点) による回答を求めた最尤法、プロマックス回転による因子分析にて 8 因子 41 項目を尺度とした (清水ら, 2000)。次に、8 因子の因子負荷量の上位にある総得点との相関の高い 5 項目を各因子から 5 項目抽出し 40 項目に対し 5 段階評価による回答を求めた最尤法、プロマックス回転による因子分析にて 9 因子 33 項目を CSS とした (清水, 2001)。下位項目は“育児に伴う不安感”、“夫の育児サポート”、“アイデンティティ喪失に対する脅威”、“母親の体力体調の不良”、“子どもに対するコントロール不可能感”、“育児に伴う束縛感”、“育児に対する社会からの圧迫感”、“子どもの発達に対する懸念”、“育児環境の不備” (下位項目の  $\alpha$  係数 0.56 から 0.90) である。CSS (清水, 2001) の 33 項目は、5 段階評定で回答が求められ、“あてはまる”を 5 点、“少しあてはまる”を 4 点、“どちらでもない”を 3 点、“あまりあてはまらない”を 2 点、“あてはまらない”を 1 点とした。

## (2) 概念妥当性の確認のための尺度

### ①心理的健康に関する尺度

#### a 主観的幸福感尺度

短縮版尺度の構成概念妥当性を確認するために用いる。とくに SUBI の尺度項目の中の「結果としての健康感」を表現している 5 領域（“人生に対する前向きな気持”、“達成感”、“自信”、“至福感”、“人生に対する失望感”の 5 領域）に注目した尺度であり、CSS 短縮版尺度とは負の相関があると予測される。

伊藤他（2003）による主観的幸福感尺度 15 項目（ $\alpha$  係数 0.9）による 5 段階評価法（非常に～全く感じていない）による回答を求めた。本尺度は、主観的な幸福感を、心理的健康を表す尺度と考え満足感からなる認知的側面とポジティブ・ネガティブ両面を含む感情的側面から捉えるために WHO が開発した SUBI（心の健康、人間関係や身体健康感など、精神生活を総合的に評価できる自己記入式の質問紙）に基づき開発されている（大野，2001）。

#### b ベック絶望感尺度

短縮版尺度の構成概念妥当性を確認するために用いる。本尺度は「将来への否定的な期待」と定義される絶望感を測定するもので、抑うつ予測とともに、抑うつ重症度についても関連することが予想されている。育児ストレスと抑うつとの関係が明らかにされており（佐藤，1994）、CSS 短縮版尺度との間には正の相関が想定される。ベックらによって開発された尺度の日本語版 20 項（Tanaka，1998）を 2 段階評価法（“はい”を 1 点～“いいえ”を 0 点、ただし逆転項目については配点を逆転）により回答を求めた。

### ②子育て完全主義傾向尺度

母親の子育ての認知、とくにかたい認知をしてしまう完全主義傾向に焦点を当て、Hewitt & Flett（1991）による Multidimensional Perfectionism Scale を桜井&大谷（1997）が修正し作成した新完全主義尺度を子育ての状況に沿うように項目を修正している。子育てにおける完全主義傾向と育児ストレスや抑うつとの分析において正の相関が認められており（三重野，2005/ Hewitt，1991）、CSS 短縮版尺度との間には正の相関が予測される。

子育てという領域において母親としての自己に完全性を求める傾向（自己志向的完全主義傾向:SOP-C）についての 19 項目、子どもに完全性を求める傾向（子ども志向的完全主義傾向:COP-C）についての 10 項目、周囲から母親としての完全性を求められていると感じる傾向（社会規定的完全主義傾向:SPP-C）についての 13 項目の 3 下位尺度から構成されている。本研究においては参加者の回答する負担を考え、各下位尺度項目より負荷量の高い 5 項目ずつ計 15 項目を選び使用した。「非常にあてはまる」を 6 点から「全くあてはまらない」を 1 点までの 6 段階評定で回答を求め、得点が高いほど完全主義傾向が強い反応とした。

## 5) .分析方法

SPSS 統計ソフト（Ver.17）を用いて、CSS の得点から最尤法、プロマックス回転による因子分析を行い、それぞれの尺度との CSS 短縮版の下位尺度得点との相関分析を行った。



#### 6) 倫理的配慮

本研究に取り組むに当たって、平成 20 年度研究者所属大学の倫理委員会の審査による承認を受けた（承認番号 #19）。

本研究の調査に先立ち各園長に研究目的、方法、意義、守秘義務、研究の協力および協力拒否が可能である事などを説明し、研究の協力への承諾を得た。保育士より母親への本調査の説明について依頼文をもって行い、調査に協力すると意志表示した者のみに協力を依頼し回答は本人の選択に基づいて記入できるようにした。また、本調査において特定の個人的情報が遺漏しないよう処理する旨（コード化し廃棄する）本研究以外にデータを用いることはしないことを調査依頼文に明記した。

#### 4. 結果

調査用紙を 1000 部配布し、回収は 683 名、回収率は 68.3%であった。そのうち完全欠損回答 10 名を除き、有効回答は 673 名となり、有効回収率 67.3%となった。回答の一部欠損は分析に加えた。

##### 1) 対象の属性

母親の平均年齢は、 $34.0 \pm 5.1$  歳（16 歳から 47 歳）であった。子どもの数の平均は、 $2.1 \pm 0.8$  歳（1 人から 6 人）であった。末子の年齢は、 $2.8 \pm 1.7$  歳（0 歳から 6 歳）であった。就業状況は、フルタイム勤務 198 人（30.8%）（内自営業は 39 人）、パートタイム勤務 273 人（40.8%）、専業主婦 190 人（28.7%）であった。核家族が 454 人（66.5%）であった。全ての項目において無回答は除いている。CSS 作成時の対象の属性との比較において、今回の対象は専業主婦がやや多い傾向にあったものの CSS 作成時の属性要因において有意な差はみられなかった。

##### 2) 短縮版尺度の作成

育児ストレスの経験を質問した CSS（清水, 2001）の 33 項目に対して、因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。ただし、研究者 2 名に加え母性看護学教員 1 名により尺度項目の一般的な言葉の表現並びに概念の等価性などについて相違点を中心に討議し 1 つにまとめ内容妥当性の確認をした。因子数の決定には、固有値 1 以上の基準を設けた。因子負荷が .50 に満たなかった項目や 2 つ以上因子に .50 以上の因子負荷がみられた項目を削除し、因子パターンが単純構造になるまで、同様の因子分析を行った。最終的に、「心身の疲労」「育児不安」「夫の支援のなさ」の 3 因子、16 項目を採用した。なお、因子分析の結果である因子パターンと因子相関行列は、表 6 に示した。

##### (1) 各因子の解釈

各因子の解釈は、以下のとおりである。

第 1 因子は、「育児のために睡眠不足の日々が続いている。」「育児で身体の疲れが溜まっている。」「子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。」など 6 項目からなる。この因子は、身体的疲労や心的束縛感と解釈し、「心身の疲労」と命名した。

第 2 因子は、「同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思

う。」「子どもの性格に気がかりがある。」「育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。」など6項目からなる。この因子は、母親が持つ子どもの諸々の発達への不安および育児の漠然とした不安であると解釈し、「育児不安」と命名した。

第3因子は、「夫が子育てに協力的でない。」「夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。」「夫が私の育児生活の苦労を理解してくれない。」といった4項目からなる。子育てにおいて夫からサポートが得られていないことから生じるストレスであると解釈し、「夫の支援のなさ」と命名した。

表6には、以上の3つの因子をそれぞれ構成する項目と因子間相関行列、そして各項目がCSSではどの因子に属していたのか記載してある。3つの因子の間には、0.31から0.43の相関係数の値がみられた。

## (2) 信頼性の検討

3因子の各項目の信頼性を確認するために、 $\alpha$ 係数を求めた。その結果、第1因子の「心身の疲労」は、0.88、第2因子の「育児不安」が0.82、第3因子の「夫の支援のなさ」が0.88と、16項目全ては0.88であり、十分な値であり各因子を構成する項目内の信頼性である内的整合性が認められた(表7)。

表6 CSS短縮版の項目の因子パターン行列(最尤法、プロマックス回転)と因子相関行列(n=673)

	第1因子	第2因子	第3因子	平均値	SD	オリジナルCSSの因子
<b>第1因子 心身の疲労 (<math>\alpha=0.88</math>)</b>						
育児のために睡眠不足の日が続いている。	0.80	-0.14	-0.04	2.22	1.32	4.母親の体力体調の不良
育児で身体の疲れが溜まっている。	0.75	-0.03	0.07	2.77	1.32	4.母親の体力体調の不良
子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	0.75	-0.01	0.04	2.86	1.35	6.育児に伴う束縛感
子どもの世話で他のやりたいことができない。	0.73	0.09	-0.09	2.73	1.25	6.育児に伴う束縛感
子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	0.70	0.16	0.01	2.49	1.19	6.育児に伴う束縛感
夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	0.66	-0.04	-0.01	1.75	1.07	4.母親の体力体調の不良
<b>第2因子 育児不安 (<math>\alpha=0.82</math>)</b>						
同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思う。	-0.06	0.80	-0.06	2.35	1.20	1.育児に伴う不安感
子どもの性格に気がかりがある。	-0.02	0.66	0.01	2.62	1.27	1.育児に伴う不安感
子どもの知的能力に気がかりがある。	-0.09	0.65	0.03	1.69	1.10	8.子どもの発達に対する懸念
子どもの顔つきや容姿容貌に気がかりがある。	-0.03	0.61	-0.02	1.78	1.05	1.育児に伴う不安感
子どもにどう接していいかわからない。	0.05	0.60	0.05	1.80	1.02	1.育児に伴う不安感
育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。	0.16	0.57	0.01	2.22	1.17	1.育児に伴う不安感
<b>第3因子 夫の支援のなさ (<math>\alpha=0.88</math>)</b>						
夫が子育てに協力的でない。	-0.05	-0.06	0.89	2.36	1.27	2.夫の育児サポート
夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	0.00	-0.07	0.83	2.62	1.34	2.夫の育児サポート
夫が私の育児生活の苦労を理解してくれない。	0.06	0.08	0.78	2.38	1.29	2.夫の育児サポート
夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。	-0.02	0.08	0.70	2.08	1.20	2.夫の育児サポート
<b>因子相関</b>						
	1	2	3			
第1因子 心身の疲労	1.00	0.43	0.39			
第2因子 育児不安		1.00	0.31			
第3因子 夫の支援のなさ			1.00			

表7 CSS短縮版尺度下位尺度と本研究の分析で使用する尺度の基本統計量

尺度	項目数	n	$\alpha$ 係数	最小値	最大値	平均値	SD
CSS短縮版							
心身の疲労	6	667	0.88	6	30	14.8	5.9
育児不安	6	669	0.82	6	29	12.5	5.0
夫の支援のなさ	4	652	0.88	4	20	9.4	4.3
CSS短縮版尺度合計	16	626	0.88	34	149	79.0	21.3
心理的健康に関する尺度							
ベックの絶望感	20	598	0.91	1	19	7.9	3.8
主観的幸福感	15	651	0.87	18	75	51.7	9.4
子育て完全主義尺度							
自己志向的完全主義	5	660	0.86	5	30	12.1	4.9
子ども志向的完全主義	5	652	0.58	5	25	12.8	3.7
社会規定的完全主義	5	659	0.89	5	30	11.3	5.2

### (3) CSS 短縮版の下位尺度得点

上述で、十分な信頼性が認められたので、各因子の項目を単純合算し、下位尺度として以後の分析に使用する。表2には、各下位尺度、そしてベックの絶望感尺度、主観的幸福感尺度、子育て完全主義尺度（3下位尺度）の項目数、 $\alpha$ 係数、最大値、最小値、平均値とSDを示した。

### (4) CSS と CSS 短縮版との相関

33項目9下位尺度からなるCSSと、CSS短縮版の3下位尺度との相関は表3に示した。CSS短縮版の「心身の疲労」は、CSSの“母親の体力体調不良”( $r=0.91$ ,  $p<0.01$ )、“育児に伴う束縛感”( $r=0.89$ ,  $p<0.01$ )と強い正の相関があった。同じく、「育児不安」では“育児に伴う不安”( $r=0.95$ ,  $p<0.01$ )、“子どもの発達に対する懸念”( $r=0.64$ ,  $p<0.01$ )に強い正の相関があった。「夫の支援のなさ」は“夫のサポート”と同じ項目であるため、相関は1.00であった。

### (5) CSS 短縮版と他の心理尺度との関連性

CSS短縮版の概念的妥当性を検討するために、心理的健康に関するベック絶望感尺度と主観的幸福感尺度そして子育て完全主義傾向尺度との相関係数計算し、表8に表した。

表 8 CSS 短縮版とオリジナル CSS およびその他の尺度との相関(n=532)

尺度	心身の疲労	育児不安	夫の支援のなさ
オリジナル CSS 下位尺度			
育児に伴う不安	0.47*	0.95*	0.32*
夫の育児サポート	0.37*	0.30*	1.00*
アイデンティティー喪失に対する脅威	0.49*	0.44*	0.32*
母親の体力体調の不良	0.91*	0.35*	0.33*
子どもに対するコントロール不可能感	0.43*	0.58*	0.21*
育児に伴う束縛感	0.89*	0.48*	0.37*
育児に対する社会からの圧迫感	0.50*	0.52*	0.35*
子どもの発達に対する懸念	0.22*	0.64*	0.16*
育児環境の不備	0.36*	0.31*	0.23*
CSS 短縮版尺度合計	0.78*	0.78*	0.58*
心理的健康に関する尺度			
ベックの絶望感	0.26*	0.35*	0.24*
主観的幸福感	-0.30*	-0.36*	-0.37*
子育て完全主義尺度下位尺度			
自己志向的完全主義	0.16*	0.29*	0.12*
子ども志向的完全主義	0.0	0.23*	0.0
社会規定的完全主義	0.26*	0.30*	0.23*

\*\*p&lt;0.01

## ①心理的健康に関する尺度との相関

まず、CSS 短縮版とベック絶望感尺度との相関係数は、総じて有意な正の相関がみられた。「育児不安」との相関係数の値 ( $r=0.35$ ,  $p<0.01$ ) は最も高いが、「心身の疲労」とは  $r=0.26$  ( $p<0.01$ )、「夫の支援のなさ」とは  $r=0.24$  ( $p<0.01$ ) と、相関関係としては弱かった。

次に、主観的幸福感得点との間には、総じて有意な負の相関がみられた。相関係数の値は  $-0.40 \sim -0.30$  の間で、「心身の疲労」とは  $r=-0.30$  ( $p<0.01$ )、「育児不安」  $r=-0.36$  ( $p<0.01$ )、「夫の支援のなさ」とは  $r=-0.37$  ( $p<0.01$ ) と相関関係としては弱いものであった。

## ②子育て完全主義傾向尺度との相関

CSS 短縮版の「心身の疲労」とは、子育て完全主義傾向尺度の自己志向完全主義 ( $r=0.16$ ,  $p<0.01$ ) と社会規定的完全主義 ( $r=0.26$ ,  $p<0.01$ ) と有意な正の相関があったが、子ども志向的完全主義とは有意な相関はみられなかった ( $r=0.08$ , n.s.)。

「育児不安」とは、自己志向完全主義 ( $r=0.29$ ,  $p<0.01$ ) 子ども志向完全主義 ( $r=0.23$ ,  $p<0.01$ )、社会規定的完全主義 ( $r=0.30$ ,  $p<0.01$ ) のいずれの下位尺度とも有意な正の相関がみられた。

「夫の支援のなさ」とは、自己志向完全主義 ( $r=0.12$ ,  $p<0.01$ ) と社会規定的完全主義 ( $r=0.23$ ,  $p<0.01$ ) と有意な正の相関があったが、子ども志向的完全主義とは有意な相関はみられなかった ( $r=0.06$ , n.s.)。

## 5. 考察

以上の結果に基づき、CSS 短縮版の信頼性、CSS との比較、そして他の心理尺度との関連性により概念的妥当性について検討していく。

### 1) CSS 短縮版の信頼性について

3 因子の各項目の信頼性の内的整合性を示す  $\alpha$  係数は、16 項目全体で 0.88 であり、下位尺度は 0.88 から 0.82 にあった。このように  $\alpha$  係数が十分な値を得ることができたので、信頼性は保証されたといえる。

### 2) 概念的妥当性について

CSS 短縮版の概念的妥当性を検討するために、心理的健康に関する尺度と子育て完全主義尺度の得点との間の相関係数を算出した。

#### (1) 心理的健康に関する尺度との関連性

まず、CSS 短縮版の 3 下位尺度と心理的健康に関する尺度であるベック絶望感とは、有意な正の相関がみられたが、それらの値は 0.30 前後で低いものであり、弱い相関関係であるといえた。次に、伊藤らの主観的幸福感尺度とは、有意な負の相関がみられた。しかし、相関係数は -0.37 ~ -0.30 と、その絶対値は小さく弱い相関関係といえた。

以上より CSS 短縮版は、絶望感とは正の相関、主観的幸福感とは負の相関がみられ、理論的に予想される関係性が確認され、概念的妥当性が確認されたといえよう。しかし、主観的幸福感とは、一般的な人生のポジティブな感情を、またベックの絶望感尺度はネガティブな感情を扱っているのであるため、子育てという特異な場面におけるストレスを測定する CSS 短縮版との相関は弱いものとなるのであると考えられる。

#### (2) 子育て完全主義との関連性

子育て完全主義と育児ストレスとを検討する研究報告（桜井，1997；三重野，2005）において、自己志向的完全主義と社会規定的完全主義はストレスの影響を助長しネガティブなストレス反応を引き起こすパーソナリティ特性としている。三重野ら（2005）で用いた育児ストレス尺度と CSS 短縮版は異なるものであるが、その育児ストレス尺度の下位尺度と子育て完全主義下位尺度との間には 0.13 から 0.41 の相関係数の値で、有意な正の相関がみられている。本研究の結果においては、CSS 短縮版の 3 下位尺度と子育て完全主義の 3 つの下位尺度との間には、ほぼ正の有意な相関がみられた。特に、CSS 短縮版の「育児不安」は子育て完全主義のいずれの下位尺度とも有意な相関係数がみられ、他の CSS 短縮版下位尺度に比べ「育児不安」と子育て完全主義がより関連性がある結果となった。しかし、CSS 短縮版の「心身の疲労」や「夫の支援のなさ」と「子ども志向的完全主義」との間には、有意な相関係数は見られなかった。つまり、子どもに完全性を求める傾向である子ども志向的完全主義は、CSS 短縮版の「心身の疲労」や「夫の支援のなさ」とは全く関係のないものであるといえた。三重野らの結果で使用した、育児ストレスの尺度は 5 下位尺度あるが、いずれの下位尺度とも有意な正の相関がみられていたが、「子ども志向

的完全主義」は、他の2つの完全主義に比べ相関係数の値は小さいものであった。この傾向は本研究のCSS短縮版の結果と共通するものであった。従って、CSS短縮版は先行研究と同様の結果が得られ、子育て完全主義との結果からも概念的妥当性が確認されたといえる。

### 3) CSS短縮版の特徴と活用

CSS短縮版の下位尺度を総合的に見ると、母親の育児ストレスを大きく分けて2つに分けてとらえることができる。1つは第1および第2因子では、育児中の母親自身に生じる心と体のストレスと、もう1つは第3因子に見られる育児をする上で夫との間に生じるストレスである。これは、表6の因子間相関にみられるように、「夫の支援のなさ」が最も他の2つの因子との相関が低いことから確認できる。

このようにCSS短縮版は、子育て中の母親のストレスを、母親の心と体のストレスについての2側面、そして夫との関わりに生じるストレスについての1側面、合計3側面から把握することができる。CSS短縮版は、特に母親の育児相談の場面においてあらかじめ母親に回答を求めることで心理的なストレスの傾向をとらえ、その結果を話題にしながら母親との面接を進めることができると考えられる。現在では臨床場面において、母親のうつ傾向をとらえ、虐待のスクリーニングのために母親が自分で回答する質問票が広く行われている(吉田, 2006)。それらに加えて、母親のストレスの状態を把握することで母親の心理的な健康状態、とくにうつ傾向の前兆にある「心身の疲労」や「育児不安」を把握し、母親に対し早期に介入することで、質の高い子育てを行うための支援に有意義な活用ができるものと期待する。

## 6. 結論

本研究では、33項目9下位尺度からなるオリジナルであるCSSを、臨床での汎用性を目指すため16項目3下位尺度からなるCSS短縮版として再開発を行った。その3つの下位尺度の $\alpha$ 係数は、0.82~0.82と、全ての因子において十分な値が得られ、全ての下位尺度の内的整合性についての信頼性が保証された。CSSとCSS短縮版の「夫の支援のなさ」は同一項目であり、共通する因子であった。一方、CSS短縮版に反映されなかったCSSの下位尺度は、「アイデンティティの喪失の脅威」、「子どもに対するコントロール不可能感」、「育児に対する社会からの圧迫感」、「育児環境の不備」と4つであり、項目数が大幅に少なくなった一方で、把握できる育児ストレスの内容も減ってしまった。しかし、母親の負担が軽減され、また買い尺度が少なくなり、結果もシンプルになることで、母親自身にとっても解釈しやすくなることが予想される。それゆえ、今後のCSS短縮版の臨床場面での汎用性が期待される。

## 7. 本研究の限界と課題

本尺度作成のための調査対象は、2県に限定しており一般化には限界がある。また、9下位尺度33項目から、3下位尺度16項目になることでの簡便になった一方で、育児環境の不備などのストレスについては捉える事ができないマイナス面もある。さらにこれらの下位尺度得点の意味を解釈する上では、さらに各得点の相違を確認する必要がある。例え

ば、「心身の疲労」や「育児不安」は、母親の疲労を表す生理的指標と関係があるかどうか、そして「夫の支援のなさ」の得点は夫婦の関係がうまくいっているかどうか、そして互いを尊重し合っているかどうかと負の相関があるかを検討する必要があるだろう。今後尺度の実用化に向けて尺度得点の結果の判断基準を明確化にし、素点を簡単にパーセントイル換算できるようなプロフィール表を作成することが必要である。そして、実際に、相談場面で活用しその有用性を明らかにすることが今後の課題といえる。

#### 謝辞

本研究にあたり、アンケートにご協力いただきましたお母様方、および各保育園、幼稚園の保育士、先生の皆様に深く感謝いたします。なお本研究は第29回日本看護科学学会学術集会において発表したものに加筆修正をしている。

#### Abstract

**【Purpose】** This study focused on “Child-care Stress”, that mothers feel negative emotions during child-rearing. The aims of this study was to develop to a short-form of Child-care Stress Scale (CSS), developed by Shimizu et al. (2001), which to conduct a multifaceted examination of stress in child-care.

**【Procedure】** Our survey was a paper questionnaire which comprised the Subjective Happiness Scale (SHS), the Beck Hopelessness Scale (BHS), and perfectionist tendencies in child-rearing mothers. Subjects were 672 mothers whose youngest child was an infant or child under 6 years of age.

**【Results & Discussion】** Factor analysis was conducted for 33 items of CSS, and finally 16 items and three factors were adopted, and used as CSS short-form's three sub-scales: “mental and physical fatigue”, “anxiety over child-rearing”, and “lack of husband's support.” Cronbach's alphas were adequate for each sub-scale. In considering construct validity, three sub-scales positively correlated with BHS negatively correlated with SHS, and positively with perfectionism in child-rearing. Moreover, “anxiety over child-rearing” of CSS short-form especially had relationship with perfectionism in child-rearing, so it suggests that mothers' cognition, as “Should perfectly rear children”, increase their anxiety in child-rearing.

**【Conclusions】** CSS short-form consists of three sub-scales with 16 items, so mothers' load in replying it, however it can grasp less factors than original CSS can. Therefore, CSS short-form allows us to examine stress in child-care for mothers quickly, and mothers to understanding the results, so we anticipate that this will serve as a useful and versatile tool to assess clinical scene of child-rearing mothers.

## Ⅶ 研究の課題と今後の方向性

少子化にある我が国の育児環境において、育児ストレスを抱えながら育児している母親への支援に関する研究が多く行われている。しかし、母親の育児に伴う喜びなど肯定的な感情である育児幸福感を強化しながら、育児をより有意義な体験とし、母親自身が育児を通して自己価値を高め、親として、女性として発達課題の達成に向けた支援を行うことは重要であり、こうした取り組みは途についたところである。

そこで本研究の課題としては、子育て期をより幸福に過ごすための支援プログラムの継続開発、さらに育児幸福感の程度を測定する尺度の短縮版の再開発とその実用化を目指すことにあった。

育児幸福感を高めるための支援プログラムを開発し評価するという研究課題（基盤研究C）の最終年度に実施したプログラムの評価をふまえ継続開発を試みた。今後は、このプログラムを広げ、浸透していくことを課題としたい。

また、育児幸福感尺度の開発では、尺度の実用化に向けて、回答者の負担を考え8下位尺度(41項目)からの3下位尺度(20項目前後)に項目を精選した短縮版の作成した。今後の課題として、本尺度と生理的指標(脳波やコルチゾール等ストレスの度合を表す)との概念的妥当性の検討、そして尺度結果の判断基準の明確化により活用性を高めることが残されている。そして、尺度項目の精選と、尺度によって得られたデータの判断基準を作成し、子育て支援の現場での実用化を目指すものである。



## IX 謝辞

平成17年度～平成19年度科学研究費補助金 基盤研究(C)さらに平成20年度～平成22年度科学研究費補助金 基盤研究(C)による6年間にわたる科研費研究に始まり、毎年新しい課題を設定する中で何とか成果報告を行うまでに至った。節目としてのまとめをしながら、母親の育児幸福感に関連したいくつかの知見を残すことができたと考える。特に、この研究は、質的、量的、実験的研究方法を用い研究課題にアプローチすることにより、研究者としての確かな足取りを感じる。

本研究に取り組むにあたり、市町村及び保育園のスタッフの皆様、研究に参加いただいた多くのお母様には快くご協力頂き心より感謝する。

また、研究分担者に加え、研究協力者としてプログラム開発の研究でプログラム案に基づいてグループワークの司会をしていただいた駒ヶ根市保健センター保健師の宮下氏、中村氏、機器の測定、解析にご尽力いただいた元長野県看護大学看護学部教授 廣瀬昭夫氏に感謝申しあげる。

これら多くの皆様の協力によるたまものが本研究の成果と考える。本研究の成果を社会に還元できることを祈願して、さらなる課題に向かって継続的に取り組みたい。

## 引用文献

- Argyle, M (1987) .石田梅男訳 (1997) . The Psychology of Happiness. 幸福の心理学, 東京,誠信書房.
- Argyle, M(2001). The Psychology of Happiness 2nd edition, Routledge.
- Argyle, M. and Martin, M. (1991) .The psychological causes of happiness. In F. Strack , M. Argyle, and N Schwarz, (Eds. ) Subjective well-being. Oxford : Pergamon Press.77-100.
- 浅井英典, 藤本弘一郎, 大柿哲朗 (2001) . 中高年女性の体力、主観的幸福度および抑うつ度の改善に向けたレジスタンストレーニングの有効性について, 日本整理人類学会誌, 6 (2) , 45-53.
- 相川祐里, 吉田敬子 (2007) .育児困難感から子どもへの虐待が危惧される出産後の母親に対するグループワークの試み: 「Attachment Style Interview」を応用して, 子どもの虐待とネグレクト, 9, 202-211.
- Beck A., Wessman, A, Lester, D. et al (1974).The measurement of pessimism: The Hoplessness Scale. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42, 861-865.
- Beiser, M. (1974).Components and correlates of mental well-being. Journal of Health and Social Behavior, 15, 320-327.
- Broom, B. ,. Impact of marital quality and psychological well-being on parental sensitivity. Nursing research, 1994, 43(3), 138-143.
- Cheng, H. , Furnham, A. (2004) . Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. Journal of Happiness Studies, 5(1), 1-21.
- Cloninger, C. , World Psychiatry (2006) . The science of well-being: an integrated approach to mental health and its disorders. (eng): Official Journal Of The World Psychiatric Association, ISSN: 1723-8617,5(2), 71-6.
- Corey, L. ,& Dov, S. , & Carol , D. (2002) .Optimizing Well-Being .The Empirical Encounter of Two Traditions , Journal of Personality and Social Psychology , 82 , 7-22.
- Costa, P. , &MacCrae, R. (1980) . Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being —Happy and unhappy people—. Journal of Personality and Social Psychology, 38, 668-678.
- Deckard, K., Scarr, S. (1996) . Parenting stress among dual-earner mothers and fathers: Are there gender differences?, Journal of Family Psychology , 10, 45-59.
- Field, T(1978). Interaction behavior of primary versus secondary caretaker fathers. Developmental psychology.14, 183-184.
- Floure, E. (2004) . Subjective well-being in midlife: The role of involvement of and closeness to parents in childhood. Journal of Happiness Studies,5(4),335-358.
- Folkman , S.. (1998)/黒田弘子訳. パーソナル・コントロール, ストレス, コーピング・プロセス理論的分析. 看護研究 21 (3) , 35-52.
- Fordyce, M. (1977) .Development of a program to increase personal happiness.Journal of Counseling Psychology , 24, 511-521.

- Fordyce, M. (1983). The program to increase happiness ;Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30, 483-498.
- 福丸由佳(1999). 乳幼児期の子どもを持つ親における仕事観・子ども観；父親の育児参加との関連. *発達心理学研究*. 10 (3), 189-198.
- 福丸由佳(2008). 成人期と親になること. 青野篤子, 赤澤淳子, 松並知子編. *ジェンダーの心理学ハンドブック*. 37-56.
- 福丸由佳, 小泉知恵(2003). 乳幼児を持つ父母の多重役割と抑うつ度との関係ー補償モデルと分離モデルからの検討. *心理臨床学研究*. 21(4), 416-421.
- フルボムツレ・スマナサーラ (2006). *怒らないこと*, 東京：サンガ新書003.
- Hewitt, P. & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and social Psychology*, 60, 456-470
- 広岡智子 (2004). *心の目でみる子ども虐待*, 草土文化, 東京.
- 日隈ふみこ, 藤原千恵子, 石井京子(1999). 親としての発達に関する研究；1歳半児を持つ父親の育児家事行動分析から. *日本助産学会誌*. 12 (2), 56-63.
- 本明寛(1998). Lazarus のコーピング (対処) 理論. *看護研究* 21 (3), 17-22.
- 本明寛(2000). ストレスと情動の関係. *ストレス科学学会誌*. 15 (3), 219-220.
- 伊藤正男, 梅本守, 山鳥重他 3 名(1994). 岩波講座 認知科学 6. 岩波書店, 25 - 34, 38 - 47, 61 - 69.
- 伊藤裕子, 相良順子, 池田政子(2006). 職業生活が中年期夫婦の関係満足度と主観的幸福感到に及ぼす影響：妻の就業形態別にみたクロスオーバーの検討.*発達心理学研究*, 17(1), 62-72.
- 伊藤裕子, 相良順子, 池田政子他 1 名 (2003) 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の研究. *心理学研究*, 74 (3), 276-281
- 岩田祐子, 森 恵美, 前原澄子(1998). 父親役割への適応における父親のストレスとその関連要因. *日本看護科学学会誌*. 18 (3), 21-36.
- 岩田裕子(1998). 父親についての文献研究. *筑波医短大研報*. 9, 9-20.
- 石井京子, 藤原千恵子, 日隅ふみ子(1998). 父親としての意識の発達に及ぼす養育行動の分析. *小児保健研究*. 57 (6), 767-722.
- 石井洋明 (2001). 子どもへの虐待・暴力予防教育プログラムに関する効果測定研究, 子どもの虐待とネグレクト, 3, 190-199.
- 石井留美 (1996). 主観的幸福感研究の動向, *コミュニティ心理学研究*, 1 (1), 94 - 107.
- 飯田美代子, 宮里和子, 福岡秀興, 他 2 名 (2002). 改訂版・育児日記の利用状況に関する実態調査, *母性衛生*, 43, 300-307.
- Jones, L. Father infant relationship in the first year of life. In *Dimensions of fatherhood*, ed, S.M.H. Hanson, F.W. Bozett, Beverly Hills, Sage Publications, 1985, 92-114.
- Keeley, R. , Birchaed, A. , Dickinson, P. Steiner, J , Dickinson, L. et al. (2004) . Parental Attitudes About a Pregnancy Predict Birth Weight in a Low-Income Population. *Annals of Family Medicine*, 2(2),145-149.
- 鎌原雅彦, 宮下一博, 大野木裕明, 他 1 名編著 (1998) .*心理学マニュアル質問紙*. 京都,

- 北大路書房, 64-74.
- 後山尚久, 佐久間航, 池田篤, 他 1 名 (2004). 更年期不定愁訴例に対する補完療法としての植物性炭素繊維の臨床応用の試み, 産婦人科治療, 89, 116-119.
- 高健(2004).中国の幼児における着衣重量・戸外遊びと運動能力及び関連要因の検討. 民族衛生.70, 146-160.
- 高健,郷間英世, 小寺沢敬子, 他 1 名(1999).就学前幼児の社会生活能力について-日本と中国の比較を通しての検討-. 小児保健研究.58, 458-464.
- 国偉(2006).中国都市部における子育ての特徴に関する調査研究—中学生を持つ親を対象として—. 立命館産業社会論集.4, 1, 129—141.
- 唐軼斐, 矢島裕樹, 桐野匡史, 他 1 名(2006). 中国都市部における父母の幼児に対するマルトリートメント傾向.日保学誌.9, 16-23.
- 日下部典子, 坂野雄二 (1999). 育児に関わるストレスの構造に関する検討. ヒューマンサイエンスリサーチ, 8 ; 27-39.
- 柏木恵子.平山順子.結婚の“現実”と夫婦関係満足との関連性-妻はなぜ不満か. 心理学研究.2003, 74, 122-130.
- 柏木恵子・永久ひさ. 女性における子どもの価値; 今なぜ子どもを産むか. 教育心理学研究. 1999, 47, 70-79,
- 柏木恵子編著. 父親の発達心理学; 父性の現在とその周辺. 東京, 川島書店, 1993.
- 片岡弥恵子 (2004). 性暴力被害に関する看護者への教育プログラムの評価, 日本看護科学会誌, 24, 3-12.
- Lamb, M, (1981). The development of father- infant Relationships. attachments in the first two years of life. In M.E.Lamb . F(ED.). The Role of the Father in Child Development : Completely Revised and Updated. 2nded. Wiley , 459-488.
- Larissa, G., Nancy, B. (2010) .Mindfulness-Based Childbirth and Parenting Education: Promoting Family Mindfulness During the Perinatal Period, J Child Fam Stud, 19, 9313-9317.
- Lazarus, R. (1991) : Congnition and motiveation in emotiom. Am Psychol, 46, 52-67.
- Lazarus , R . (ed. ) (1981) . The stress and coping paradigm , In Models for Clinical Psychopathology, New York .
- Lazarus, R. , Folkman , S. (1984) . Stress, Appraisal, and Coping. Springer Pub Co./ 本明寛他監訳(1991) ストレスの心理学, 実務教育出版, 269-277, 東京.
- Michael W. (1977) .Development of a program to Increase Personal Happiness, Journal of Counseling Psychology, 24, 511-521.
- Michael W. (1983) .A program to increase happiness : futher studies, Journal of Counseling Psychology, 30, 483-498.
- 三重野祥子, 濱口佳和 (2005) .乳幼児をもつ母親における子育て完全主義傾向と育児ストレスの関連.筑波大学心理学研究, 29, 109-116
- 松井利夫, 正通寛治, 中村雅子他 3 名 (2000) . Philadelphia Geriatric Center モラール尺度を用いた在宅高齢者の主観的幸福感の横断的調査, 北陸公衛誌, 28 (1) , 17-23.
- 松橋恵子 (1994) . 赤ちゃんを産むということー社会学からの試みー. 東京, 日本放送出

版会.

- 森有正 (1977). 経験と思想, 東京: 岩波書店.
- 真鍋えみ子, 松田かおり (2006). 初妊婦におけるセルフケア行動の向上を目指した健康学習指導の実施と評価, 日本助産学会誌, 20, 31-39.
- 馬銅, 平山宗広(1989). ひとりっ子の母親の養育態度に関する研究 日本と中国の比較を通しての検討. 小児保健研究. 48, 353-358.
- 牧野カツ子 (1981). 乳幼児をもつ母親の生活と育児不安. 家庭教育研究所紀要, 3; 34-56
- Nakane, H., Asami, O., Yamada, Y., Hideki, O. (1998). Salivary Chromogranin A as index of psychosomatic stress response. Biomed Res 19, 407-410.
- NP-Japan 監修, カナダ公衆衛生局 著幾島幸子 翻訳 (2010). Feelings 子どもの感情・親の感情 : 子どもの気持ちにどうこたえてあげたらいいの. 遠見書房.
- 根建由美子, 田上不二夫 (1995). ハピネストレーニングプログラムが主観的幸福感の変容に及ぼす効果, 教育心理学研究, 43, 177-184.
- 西田祐紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究, 教育心理学研究, 48, 433-443.
- 中根英雄 (1999). 新規精神的ストレス指標としての唾液中クロモグラニンA, 豊田中央研究所R & Dレビュー, 34, 17-22.
- 中島登美子(2001). 母親の愛着尺度日本版の信頼性・妥当性の検討, 日本看護科学会誌, 21 (1), 1-8.
- 奈良間美保, 兼松百合子, 荒木暁子他5名 (1999). 日本版 Parenting Stress Index(PSI)の信頼性・妥当性の検討. 小児保健研究, 58 (5); 610-616.
- 野口京子 (1999). リチャード・S・ラザルス. 現代のエスプリ別冊-ストレス研究と臨床の軌跡と展望-, 117-126
- 小野寺敦子(1998). 父親になる意識の形成過程. 発達心理学研究. 9(2), 121-130.
- 大森荘蔵 (1980). 「心-身」の問題, 4-37, 141-190, 東京: 産業図書株式会社.
- 大日向雅美 (1989) 育児に伴う母親の不安. 小児看護, 12 (4); 415-420
- 大野祐, 吉村公雄 (2001). WHO SUBINO841 手引き. 金子書房, 東京, 3-26
- 尾形和男(1955). 父親の育児と幼児の社会生活能力: 共働き家庭と専業主婦家庭の比較. 教育心理学研究. 4(3), 335-342.
- 落合恵美子(2008). グローバル化する東アジアの低出生率. 学術の動向. 4, 27-34.
- Parke, R., Sawin, D. The father's role in infancy A re-evaluation. The Family Coordinator, Oct, 1976, 365-371.
- Paul D. MacLean 著. 法橋登編・解説. 三つの脳の変化. 工作舎, 14 - 159, 213 - 233, 1994.
- Reich, J. & Zautra, A. (1981). Life events and personal causation: Some relationships with satisfaction and distress. Journal of Personality and Social Psychology, 41, 1002-1012.
- Richman, A., Miller, P., Patrice, M., Solomon, M. (1988). The socialization of infants in suburban Boston. New Directions for Child Development, Parental behavior in diverse societies, 40, 65-74.
- Rosenberg, M., 1965 Society and the adolescent self-image. Princeton Univ. Press. 山

- 本真理子・松井豊・山城由紀子 1982 認知された事故の諸側面の構造 教育心理学研究, 30, 64-68.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is not? explorations on the meaning of psychological well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- 劉亜梅(2003).中国の育児と日本の育児. 小児保健研究.62, 442-445.
- Sedlitz, I. & Diener, E. (1993). Memory for positive versus negative life event: theories for the differences between happy and unhappy persons, *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 654-664.
- Shinobu Sekimizu, Yoshiko Shimizu, Toshiko Endo, (Ed. ) (2006). The Relationship between Japanese Mother's Childcare Happiness and Their Employment Status. THE 7TH SNU ERI INTERNATIONAL CONFERENCE EDUCATION RESEARCH by KOREA (SEOUL), 633-634.
- 園田明人(2000). 随伴性判断の研究: 共変動バイアスと depressive realism、および情動・行動の分析. 静岡県立大学平成9~11年度科学研究補助金(基盤研究(C)(2))研究成果報告書.
- 関水しのぶ, 清水嘉子. 育児幸福感と母親の雇用形態(2): 2つの幸福感と結婚生活の関連性. 日本教育心理学会第50回総会発表論文集. 2008, 654.
- 佐々木綾子, 中井昭夫, 波崎由美子他2名(2007). 青年期の母性を育てる乳幼児とのふれあい育児体験に関する実証的研究: 心理・生理・内分泌学的指標による評価, 日本母性看護学会誌, 7, 1-9.
- 佐藤秀樹, 佐藤秀一, 鈴木幸雄(2000). 育児期の子どもを抱えた過程における父親の家事・育児分担と母親の就労との関係. 厚生指標.467 (5), 12-19.
- 佐藤達也, 菅原ますみ, 戸田まり他2名(1994). 育児に関連するストレスとその良く打つ重症度との関連. 心理学研究, 64(6), 409-416
- 佐藤都也子(2006). 健康な成人女性におけるハンドマッサージの自立神経活動及び気分への影響, 山梨大学看護学会誌, 14, 25-32.
- 坂野雄次, 福井知美, 熊野宏昭他5名(1994). 新しい気分調査票の開発とその信頼性・妥当性の検討, 心身医学, 34, 629-636.
- 桜井茂男, 大谷佳子(1997). “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係. 心理学研究, 68 (3), 176-186
- 志賀一雅(1998). アルファ脳波革命: あなたの頭脳はまだまだ活性化する, 東京, 1-77.
- 柴田俊一(2006). 親教育プログラム Nobody's Perfect の短期的効果について, 子どもの虐待とネグレクト, 8, 114-118.
- 住田正樹(2002). 父親の育児態度と母親の育児不安. 生活教育. 46(3), 43-48.
- 菅原ますみ(1998). 父親の育児行動と夫婦関係、そして子どもの精神的健康との関連. 教育と情報. (483), 7-12.
- 清水嘉子(2001). 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 (3), 176-186
- 清水嘉子(2003). 育児ストレスの実態研究: ストレス情動反応を中心にして. 母性衛生.44

(4), 372-378.

- 清水嘉子(2003). 母親の育児ストレスと育児信念の関係. 小児保健研究. 46(4), 558-568.
- 清水嘉子(2004). 母親の育児ストレス国際比較—韓国(京畿道)・中国(北京)・ブラジル(ブラジリア)・日本(静岡)から—. 母性衛生. 2004, 45, 159-169.
- 清水嘉子(2006). 父親の育児ストレスの実態に関する研究. 小児保健研究. 65(1), 26-34.
- 清水嘉子, 伊勢カンナ(2006). 母親の育児幸福感と育児事情の実態. 母性衛生. 47(2), 344-351.
- 清水嘉子, 遠藤俊子, 松原美和他 4 名 (2007). 育児幸福感を高めるための母親の工夫とその影響. 日本助産学会, 21 (2), 17-29.
- 清水嘉子, 関水しのぶ (2010). 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討—, 子どもの虐待とネグレクト, 12 (2), 261-270.
- 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他. (2007). 母親の育児幸福感—尺度の開発と妥当性の検討—. 日本看護科学学会. 27 (2), 15-24.
- 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他 3 名 (2009). 母親の育児幸福感を高めるプログラムの開発と評価. 日本看護科学学会, 29(1), 15-24.
- 清水嘉子, 西田公昭 (2000) 育児ストレスの構造研究. 日本看護研究学会誌, 23 (5), 55-67
- 清水弘司(1994). 幼児を持つ母親の「よい子」「よい母親」「よい父親」概念. 家庭教育研究所紀要. 15, 33-43.
- 島田真理恵, 恵美須史枝, 長岡由紀子, 他 3 名(2003). 産褥期育児生活肯定感尺度改訂に関する研究. 日本助産学会誌, 16 (2), 36-45.
- Tanaka, E., Sakamoto, S., Ono, Y., et al. (1998) Hopelessness in a community population: Factorial Structure and psychosocial correlates. The Journal of Social Psychology, 138, 581-590"
- 高瀬菜実子, 志波充, 山本明弘, 他 2 名 (2007). 脳波・筋電図の臨床 P300 振幅と日内変動. 臨床脳波, 49, 639-643.
- 寺本妙子, 廣瀬たい子, 斉藤早香枝他 9 名 (2006). NCAST に基づく育児支援プログラムの評価: 母親の育児ストレスと子どもの発達からの検討. 小児保健研究, 65, 439-447.
- 鄭楊(2006). 在日中国人家庭の育児形態に関する一考察—関西在住中国人家庭の育児援助の事例から—. 都市文化研究. 8, 72-87.
- 田中江里子 (2001). ベック絶望感尺度 (BHS; Beck Hopelessness Scale). 堀洋道 (監) 心理測定尺度集Ⅲ. 東京, サイエンス社, 159-163.
- 内村英幸編(1981). 情動と脳—精神疾患の物質的基礎—. 金剛出版, 186-194, 241 - 256.
- Weber, G. (1999). The experiential meaning of well-being for employed mothers.; Western Journal of Nursing Research, 21(6), 785-795.
- Yoshiko Shimizu, Shinobu Sekimizu, Toshiko Endo, (Ed.) (2006). Mother's Happiness in Child Care —Effects of Stress and Husband's Support in Parenting—. THE 7TH SNU ERI INTERNATIONAL CONFERENCE EDUCATION RESEARCH by KOREA (SEOUL), 631-632.
- 吉田敬子監修 (2006) 産後の母親と家族のメンタルヘルス 自己記入式質問票を活用した育児支援マニュアル. 母子保健事業団.
- 吉田弘道, 山中龍宏, 巷野悟郎 (1999). 育児ストレス感尺度の作成—育児ストレスとプ

ライブート空間機能(1)ー. 日本心理学会第 63 回大会発表論文集, 709

山口昌樹, 吉田博 (2005) .唾液アミラーゼ活性による交感神経モニタの実用化, *Chemical Sensors* , 21, 92-98.

山田和子, 上野昌江 (2006) .児童虐待におけるグループ支援の類型化とグループ参加による親の変化: 保健所における母親を対象にした実践事例をとおして, 子どもの虐待とネグレクト, 8, 135-141.

姜波, 佐々木正美, 八重樫牧子他 1 名(2002). 岡山・上海・大連における子育てに関する比較考察. *川崎医療福祉学会誌*.12, 197 - 208.



## <資料>

### 調査関連資料

研究Ⅱ	育児中の母親の幸福感 就労別幸福感の変化 調査用紙	<u>資料1</u>	88
研究Ⅲ	母親の育児幸福感短縮版尺度の開発 依頼文 調査用紙	<u>資料2</u>	94
研究Ⅵ	母親の育児ストレス短縮版尺度の作成と妥当性の検討		
研究Ⅳ	母親の育児幸福感を高めるコースプログラムの開発 依頼文 同意文 お誘いポスター 調査用紙 つどいプログラムなど つどい生理学的測定結果(個別データ)	<u>資料3</u>	101
研究Ⅳ	中国都市部の母親の育児幸福感と結婚の現実 調査用紙	<u>資料4</u>	128
	短縮版育児幸福感と育児ストレスの評価票	<u>資料5</u>	131

### 学会発表資料

母親の育児ストレス短縮版尺度の作成と妥当性の検討:日本看護科学学会:51:2009.	<u>資料6</u>	133
--	------------	-----

育児中の母親の幸福感—育児幸福感尺度(Childcare Happiness Scale)短縮版の作成— :日本パーソナリティー心理学会:52:2009.	<u>資料7</u>	140
--	------------	-----

Yoshiko Shimizu, Shinobu Sekimizu, Toshiko Endo, Akio Hirose, Michiru Miyazawa, Hiroko Akahane:Development and Assessment of a Course Program to Improve Mothers' Child Care Happiness. 27 <sup>th</sup> International Congress Applied Psychology (Melbourn), 2010.	<u>資料8</u>	145
--	------------	-----

## 調査のお願い

現在、私たちはお母さん方が、育児中に感じる様々な気持ちについての研究を行っております。

このお母さん方が感じる様々な感情についての質問について回答下さるようお願い申し上げます。

回答には正解または不正解はございません。どうぞ自分の考えにしたがってお答え下さい。

調査の都合上、お母さまの年齢など個人についてのご質問をいたしますが、回答は無記名です。

また研究の結果はコンピュータで処理し、個人のデータを取り上げることはありませんのでご安心ください。

調査用紙は、全部で5ページありますが、なにとぞ協力のほどお願い申し上げます。

長野県看護大学 清水 嘉子

連絡先 〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 1694 番地

Tel&Fax 0265-81-5181

Q1 子育てをされていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。  
1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。

	あまりあ てはまら ない	あては まる	少し あてはま る	どちら でもない	あて はまる	かなりあ てはまる
1. 子どもが元気に成長しているとき安心する。	1	2	3	4	5	
2. 子どもと一緒にいるだけで幸せだ。	1	2	3	4	5	
3. 子どもによって自分の心が変わり、強くたくましくなった。	1	2	3	4	5	
4. 子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	1	2	3	4	5	
5. 夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	1	2	3	4	5	
6. 子どもを通して人とのつながりができたとき嬉しい。	1	2	3	4	5	
7. 子どもに助けられたとき感謝の気持ちになる。	1	2	3	4	5	
8. 子どもの笑顔や寝顔、しぐさなどを見て喜びを感じる。	1	2	3	4	5	
9. 子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	1	2	3	4	5	
10. 子どもを育てることによって自分のあり方を考えさせられる。	1	2	3	4	5	
11. どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てして いて唯一安心する。	1	2	3	4	5	
12. 夫が疲れて帰ってきてても、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてく れることに感謝している。	1	2	3	4	5	
13. 子育てすることによって人との輪が増え、自分の居場所ができた。	1	2	3	4	5	
14. 子どもにいやされたとき優しい気持ちになれる。	1	2	3	4	5	
15. 子どもの一生懸命な姿に愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
16. 叱るときもあるがいつもかわいいと思う。	1	2	3	4	5	
17. 子どもを育てていることで、人間的に成長させてもらっていると感じる。	1	2	3	4	5	
18. いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	1	2	3	4	5	
19. 夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	1	2	3	4	5	
20. 子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	1	2	3	4	5	
21. 子どもが優しく命を大切に育てているということが感じられたとき誇り を感じる。	1	2	3	4	5	
22. 子どものできることが増えて嬉しい。	1	2	3	4	5	
23. 子どもに抱きついてにおいをかいでいると気持ちが落ち着くし、子どもと一緒に いるだけで安心だ。	1	2	3	4	5	
24. 子どもに生きる勇気をもらっている。	1	2	3	4	5	
25. 日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
26. 夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	1	2	3	4	5	
27. 子どもに関わることで多くの人に助けられていることに感謝するとともに安 心する。	1	2	3	4	5	
28. 子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	1	2	3	4	5	

Q1 の続き	あては まらない					あては まる				
29. 大病せずに丈夫に育ってくれていることに感謝する。	1	2	3	4	5					
30. 子どもがいるから頑張ろうという気持ちになる。	1	2	3	4	5					
31. 子どもをもって無償の愛というものを理解できた。	1	2	3	4	5					
32. 叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	1	2	3	4	5					
33. 夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	1	2	3	4	5					
34. お腹を痛めた子を育てられることに喜びや誇りを感じる。	1	2	3	4	5					
35. 子どもをほめたり抱きしめたりするととても喜ぶ。	1	2	3	4	5					
36. 子どもそのものが希望である。	1	2	3	4	5					
37. 言葉ではうまく表現できない心のつながりを子どもとの間に感じたとき愛情を感じる。	1	2	3	4	5					
38. 育児は思いどおりに行かないけれどそれを乗り越えて達成できたとき喜びを感じる。	1	2	3	4	5					
39. 生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	1	2	3	4	5					
40. 子を持って初めて自分を産み育ててくれた両親に感謝したい。	1	2	3	4	5					
41. 子どもを思う気持ちは誰よりも負けない。	1	2	3	4	5					

Q2 次のことがらは、どれだけあてはまりますか？ 1～6 のあてはまる数字に○をつけてください。	全くあて はまらない					非常に あてはまる				
1. 子育てに関するすべてのことにおいて、最高水準を目指している	1	2	3	4	5	6				
2. 子どもには大きな期待をかけない	1	2	3	4	5	6				
3. 周りの人は、子育てに関して私に期待をかけ過ぎている	1	2	3	4	5	6				
4. 子育てにおいて、中途半端な出来では我慢できない	1	2	3	4	5	6				
5. 子どもには、高い期待をかけてしまう	1	2	3	4	5	6				
6. 周りの人は私が子育てにおいて何でもうまくやることを期待している	1	2	3	4	5	6				
7. いつも、周りのお母さん方より高い目標をもとうと思う	1	2	3	4	5	6				
8. 子どもが全てにおいて優れていることを期待しない	1	2	3	4	5	6				
9. 子育てに関して、私がしくじったら、周りの人はびっくりするだろう	1	2	3	4	5	6				
10. 子育てに関して、人前で失敗することなど、とんでもないことだ	1	2	3	4	5	6				
11. 子どもがすることは何でも最高であるべきだ	1	2	3	4	5	6				
12. 家族は、私が子育てにおいてどんなことでも完璧にやることを期待している	1	2	3	4	5	6				
13. 子育てに関して、常にうまくできないと気がすまない	1	2	3	4	5	6				
14. 子どもが人並みであってもかまわない	1	2	3	4	5	6				
15. 周りの人は、子育てに関して、私ができることよりも多くのことを期待している。	1	2	3	4	5	6				

Q3 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1～5  
のあてはまる数字に○をつけて下さい。

Q3 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1～5 のあてはまる数字に○をつけて下さい。	あては まらな い	あては まらな い	あま り	ど ち ら も な い	少 し あ て は ま る	あ て は ま る
1. 子どもがあまりにも思いどおりにならない。	1	2	3	4	5	
2. 夫が子育てに協力的でない。	1	2	3	4	5	
3. いつか子育てに余裕ができる頃に就職できるかが不安だ。	1	2	3	4	5	
4. 育児のために睡眠不足の日々が続いている。	1	2	3	4	5	
5. 子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	1	2	3	4	5	
6. 子育てに関する昔ながらの地域や家の慣習を押しつけてくる。	1	2	3	4	5	
7. 子どもの言語能力に気がかりがある。	1	2	3	4	5	
8. 育児について期待していたことと現実との間にギャップを感じてしまうことが多い。	1	2	3	4	5	
9. 夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	1	2	3	4	5	
10. 子育てに専念しているために社会から取り残された気持ちになる。	1	2	3	4	5	
11. 夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	1	2	3	4	5	
12. 子どもの世話で他のやりたいことができない。	1	2	3	4	5	
13. 完全な子育てをすべきだという周囲からのプレッシャーをきつく感じる。	1	2	3	4	5	
14. 子どもの知的能力に気がかりがある。	1	2	3	4	5	
15. 子どもにどう接していいかわからない。	1	2	3	4	5	
16. 夫が私の育児生活の苦勞を理解してくれない。	1	2	3	4	5	
17. 子育てしながらでは就職できる場所がないので困っている。	1	2	3	4	5	
18. 育児で身体の疲れが溜まっている。	1	2	3	4	5	
19. 子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	1	2	3	4	5	
20. 祖父母の忠告によって子育てに対する迷いが生ずることがある。	1	2	3	4	5	
21. 不可解な事件や犯罪に、子どもが巻き込まれるか心配である。	1	2	3	4	5	
22. 子どもの顔つきや容姿容貌に気がかりがある。	1	2	3	4	5	
23. 夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。	1	2	3	4	5	
24. 周囲の人に子どもの母親としてしか見てもらえないのが辛い。	1	2	3	4	5	
25. 暴れて動き回ったり、いたずらされると困ってしまう。	1	2	3	4	5	
26. 子育ての毎日同じ事の繰り返しの嫌気が差している。	1	2	3	4	5	
27. 教育環境が不備なので子どものゆく末に不安をもつ。	1	2	3	4	5	
28. 育児のことを考えると、漠然とした不安を覚える。	1	2	3	4	5	
29. ダダをこねられて困ってしまうことが多い。	1	2	3	4	5	
30. 就労している母親に対する社会や行政の配慮が足りない。	1	2	3	4	5	
31. 同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思う。	1	2	3	4	5	
32. 子どもの機嫌が悪くなると困ってしまう。	1	2	3	4	5	
33. 子どもの性格に気がかりがある。	1	2	3	4	5	

Q4 最近のあなたのご様子についてお尋ねします。

最近のご様子が普段と違ったら、普段のことは考えずに最近のことについてお答えください。

それぞれの質問に対して、「はい」「いいえ」のどちらかに○をしてください。

1. 希望と情熱をもって将来に期待している	はい	いいえ
2. 自分で物事がうまくいかなかったら、あきらめるかもしれない	はい	いいえ
3. 物事がうまくいかないとき、そういう状態がいつまでも続くわけではないと思うと救われる	はい	いいえ
4. 10年後の私の生活がどうなっているか、想像できない	はい	いいえ
5. 私が一番したいことをやり遂げるための時間は、十分にある	はい	いいえ
6. 将来、私は自分に关する最も重要なことで成功すると思う	はい	いいえ
7. 私の将来は暗いと思う	はい	いいえ
8. 私の人生は、普通の人よりも良いことがたくさん起こると思う	はい	いいえ
9. 私は全く運に恵まれず、将来運がめぐってくると信じる根拠もない	はい	いいえ
10. 私のこれまでの経験は、将来のために役立っている	はい	いいえ
11. 私の前途に見えるのは、楽しいことではなく不愉快なことだけである	はい	いいえ
12. 自分が本当にほしいものが手に入るとは思えない	はい	いいえ
13. 将来のことを考えたとき、今の自分よりも幸せになるだろうと思う	はい	いいえ
14. 物事は、自分の思うとおりにうまくいかないだろう	はい	いいえ
15. 将来に強い信頼をおいている	はい	いいえ
16. ほしいものは決して手に入らないのだから、何かをほしがるのはばかげている	はい	いいえ
17. 将来、私が本当に満足することはまずないだろう	はい	いいえ
18. 将来はあいまいで不確かなものに思える	はい	いいえ
19. 将来、楽しくない時間より楽しい時間を過ごすことが多い	はい	いいえ
20. おそらく手に入らないだろうから、ほしいものを実際に得ようとするのは無駄である	はい	いいえ

非常に そう思う	5
ある程度 はそう 思う	4
どちらで もない	3
あまり そうは 思わない	2
全くそう 思わない	1

1. あなたの年齢は？	(         ) 歳
2. お子さんの人数は？	(         ) 人
3. 最も末のお子さんの年齢は？	(         ) 歳
4. あなたが同居されている家族で、あてはまるものすべて○をしてください。	① 自分の父                  ④ 配偶者の母              ⑦ 自分のきょうだい ② 自分の母                  ⑤ 配偶者                    ⑧ その他 ③ 配偶者の父              ⑥ 子ども                    (                    )
5. あなたの就労形態は？	① 家事従事（専業主婦）              ③ パートタイム ② フルタイム（外勤務）              ④ フルタイム（自営） ⑤ その他（                    ）
6. あなたの最終卒業の学校は？	① 中学                          ④ 短期大学                  ⑥ 大学院 ② 高等学校                    ⑤ ４年生大学              ⑦ その他 ③ 専修学校

-93-

様

平成 17 年 9 月 日

お母様方に対する子育てに関する質問紙調査  
に関する協力をお願い

拝啓、時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

私どもは子育てに関する研究に取り組んでおりまして、お母様へ質問紙調査を計画しております。

平成12年末に「健やか親子21」が策定され、その主要課題として子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減について盛り込まれております。さらに平成17年4月より、看護職が市町村において児童虐待支援を行うことが児童福祉法改正により盛り込まれ、看護職が育児支援に果たす役割がますます高まっております。厚生白書によりますと、子どもとの接触経験や育児経験は不足し、地域の人々とのつきあいも減っており、育児の手本がほしい、子どもといるといらいらす母親が増えており、母親のつらい気持ちを子どもにぶつけるときの母親の心理状態とその背景を明らかにし、さらにそうした母親が育児幸福感を感じる場面を想起し再考することで、母親の育児支援の一方法として、育児幸福感を高めるためのプログラムを検討することを目的として、子育てしているお母様方へ質問紙調査を行いたいと考えております。

具体的な調査の内容は別紙に示しておりますものです。決してお母様の強要するものではありませんので、調査の主旨をご理解頂き調査への協力をお願い申し上げます。対象となりますお母様には、ご紹介頂きました後に、調査用紙を依頼文とともに配布頂きまとめて回収をお願いしたいと考えております。

つきましては、研究主旨をご理解頂きまして、ご協力を頂けますようお願い申し上げます。本調査は、平成17から19年度の3年間にわたって文部科学省研究費によって行われるものです。

敬具

問い合わせ先

代表者

清水嘉子（長野県看護大学母性看護学講座）

住 所：長野県駒ヶ根市赤穂1694番地

Tel&amp;Fax 0265-81-5181

e-mail simizuy@nagano-nurs.ac.jp

落合富美江（静岡県立大学看護学部）

住 所：静岡県草薙谷田52-1

TEL&amp;FAX：054-264-5492

e-mail ochiaif@u-shizuoka-ken.ac.jp



1. 研究目的：

育児幸福感を高めるプログラムの開発評価に用いる育児幸福尺度を作成し、さらに育児幸福感の関連要因を検討する。

2. 調査の内容；

質問紙による量的調査では平成16年に行われた、育児幸福感に関する情動研究で明らかにされた、育児幸福感を感じる場面や事情から第一段階の尺度項目を作成する。さらに育児幸福項目に加えて1)夫との関係満足 2)育児ストレス 3)主観的育児幸福感尺度を加えた調査を行い、育児幸福感を高める要因の検討を行う。

3. 対象者

質問紙調査は、長野県、山梨県、静岡県在住の修学前の子どもの育児をしている母親で調査研究の主旨を説明し同意の得られた者を対象とする。

4. データ収集の手順

各市の管轄している課長、さらに保育園/幼稚園、子育てクラブなどの所属長に研究の主旨、目的、方法を説明し、承諾を得る。調査対象者へは文書を持って依頼し、了解の得られたもののみの調査協力とする。

5. 研究対象者への身体的、心理的、社会的なリスク

質問紙に答えるための時間的な制約が生じる。質問紙調査はプライバシーの保護と匿名性の確保に留意する。また、研究への協力は自由参加とする。

6. 研究によって得られる利益とその利益を受ける人

質問紙調査により日々育児幸福感を感じる場面や状況について、振り返る機会となる。

7. 研究実施に際して研究者などが研究対象者から許可を得るために使用するインフォームドコンセントの書面

(1) 母親の対象の選定に当たっては、担当ものが、本研究の参加に当たって子育てに悪い影響を与えないものと認めたものとする。

(2) 研究対象者に対して、文書にて研究の主旨、目的、方法の説明を行い承諾を得る。

(3) 研究参加への同意は、個人の意思によるもので決して強要されないことを保証する。

(4) プライバシーの保護、研究不参加による不利益が生じないことを保証する。

(5) 研究に関する疑問・質問にはいつでも回答する。

(6) 研究結果は、まとめ論文として公表するが、個人名が特定されないようにする。

母親の質問紙調査表 別紙

## 子育てに関する調査

ご協力のお願い

夏から秋へと季節が変わる頃を迎える頃となりました。お子さんは、夏休みを過ごしひとまわり大きく成長されることと存じます。毎日お忙しくお過ごしのことかと思われますが、そのような中まことに恐縮ではありますが、お母様方が育児していて日頃お思いになったり、お感じになっていることを把握する目的で、この調査用紙を作成いたしました。

私どもでは、今、育児に対して、社会として何をどう支援していけばいいのかを検討することは、とても重要な課題だと考えております。この問題の解決や支援の具体策を发展させるためには、子育てをとりまくさまざまな問題について看護学の立場から学術的な研究を行い、分析・整理していくことが必要と考え、このような調査を企画することにいたしました。

今回の調査の結果は、無記名ですし、得られたデータはすべて統計的に処理されますので、他人に知れるなどのご迷惑をかけることは一切ございません。また調査の結果は施設を通じてお伝えすることを約束いたします。なおこのことへの協力は義務ではありませんし、ご協力いただくことがご負担になる様でしたらお断り頂いてもかまいません。お断りになったとしても、お母様に不利益になるようなことは一切ありませんのでご安心下さい。子育て中のお母様がより充実した毎日を過ごせるようになることを願い、調査いたしますことをご理解頂きまして、ご協力頂けますことをお願い申し上げます。なお本調査は、平成17から19年度の3年間にわたって文部科学省研究費によって行われるものです。

平成17年9月吉日

### 【問い合わせ先】

研究代表者：清水嘉子（長野県看護大学母性看護学講座）

住 所：長野県駒ヶ根市赤穂1694番地

TEL&FAX：0265-81-5181

e-mail simizuy@nagano-nurs.ac.jp

### 【記入方法の説明】

質問の各項目に対して、あなたに該当する番号や、もっともあなたのお気持ちに近い番号を選択して○印を1つずつ付けて下さい。望ましい回答などはありませんから、あまり考え込まず、できるだけ正直にありのままをお答え頂きたいと存じます。

全て記入できましたら、施設で回収頂きますので、指定された日時に提出いただきますようお願い申し上げます。

I 子育てをしていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。1-5のあてはまるものに○をつけて下さい。

あてはまる  
少しあてはまる  
どちらでもない  
あまりあてはまらない  
あてはまらない

- |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 子どものできることが増えて嬉しい。.....                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 子どもが元気に成長しているとき安心する。.....                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 大病せずに丈夫に育ってくれていることに感謝する。.....                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 子どもの笑顔や寝顔、しぐさなどを見て喜びを感じる。.....                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 子どもの一生懸命な姿に愛情を感じる。.....                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 自分や夫と同じところを発見したとき喜びを感じる。.....                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 子どもの未来や将来のことを考えると希望に満たされる。.....                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 子どもの将来のことを考えると楽しみになる。.....                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 子どもそのものが希望である。.....                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。.....                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 子どもがいるから頑張ろうという気持ちになる。.....                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 子どもと一緒にいるだけで幸せだ。.....                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 いらいらもするし喧嘩もするけど自分の子どもはかけがえのない存在だ。.....             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 生まれてきてくれたことにありがたうを子どもに言いたい。.....                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 叱るときもあるがいつもかわいいと思う。.....                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 子どもに抱きついてにおいをかいでいると気持ちが落ち着くし、子どもと一緒にいるだけで安心だ。..... | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 子どもにいやされたとき優しい気持ちになれる。.....                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 子どもに助けられたとき感謝の気持ちになる。.....                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 子どもが優しく命を大切に育てているということが感じられたとき誇りを感じる。.....         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 子どもから思いやりの心を教えられることがある。.....                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 子どもと話したり、抱きしめたり、体と体が触れあうときに喜びを感じる。.....            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。.....            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 子どもをほめたり抱きしめたりするととても喜ぶ。.....                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 一緒に食事や散歩をしているときなど親子の絆を感じる。.....                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 子どもとのこの時期は2度とこないからこそ愛情を感じる。.....                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 言葉ではうまく表現できない心のつながりを子どもとの間に感じたとき愛情を感じる。.....       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 子どもに母乳やミルクなどをあげているときに喜びを感じる。.....                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 子どもに頼りにされていると感じたとき誇りを感じるとともに嬉しく安心な気持ちになる。.....     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。.....                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てしていて唯一安心する。.....  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31 子どもをきつく叱った後でもすくなついてくれるときに安心した気持ちになる。.....          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32 日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。.....             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33 子どもをもって無償の愛というものを理解できた。.....                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34 子どもに対する愛情は今まで誰にも感じなかったものだ。.....                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35 お腹を痛めた子を育てられることに喜びや誇りを感じる。.....                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36 子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。.....                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37 育児は思いどおりに行かないけれどそれを乗り越えて達成できたとき喜びを感じる。.....        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38 子どもを思う気持ちは誰よりも負けない。.....                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39 一人でよくここまで育ててきたなと思うと自分に誇りを感じる。.....                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 子どもがいることで家族が仲良くいられることに感謝したい。.....                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41 子どもを育てることで見えなかった季節や忘れていたことを身近に感じ見えるようになった。.....    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

♡♡♡♡♡♡♡♡ 次のページにお答え下さい。 ♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡

	あてはまる	少しあてはまる	どちらでもない	あまりあてはまらない	あてはまらない
42 家族ができたこと、一緒に喜びを分かち合えることが嬉しい。……………	1	2	3	4	5
43 夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。……………	1	2	3	4	5
44 ぐずられたり、うるさくされたときそのわけを考えようとしている自分に母親としての愛情を感じる。……………	1	2	3	4	5
45 子どもに生きる勇気をもたらしている。……………	1	2	3	4	5
46 子どもを育てていることで、人間的に成長させてもらっていると感じる。……………	1	2	3	4	5
47 子を持って初めて自分を産み育ててくれた両親に感謝したい。……………	1	2	3	4	5
48 子どもによって自分の心が変わり、強くたくましくなった。……………	1	2	3	4	5
49 子どもを育てることによって自分のあり方を考えさせられる。……………	1	2	3	4	5
50 同じ子育てをしていて苦労している人の話や姿を見たり聞いたりすると共感する。……………	1	2	3	4	5
51 子供を持ってから感動することが多くなった。……………	1	2	3	4	5
52 虐待している母親の話を知ると共感する。……………	1	2	3	4	5
53 戦争や難民のことなどとても人ごとのように思えなくなった。……………	1	2	3	4	5
54 困っている人を見るとつい助けるようになった。……………	1	2	3	4	5
55 自分の子どもの頃を振り返って、自分もやったんだろうと思うと子どもの失敗が許せるようになった。……………	1	2	3	4	5
56 夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。……………	1	2	3	4	5
57 子どもを通して人とのつながりができたとき嬉しい。……………	1	2	3	4	5
58 子どもに関わることで多くの人に助けられていることに感謝するとともに安心する。……………	1	2	3	4	5
59 夫が疲れて帰ってきても、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれることに感謝している。……………	1	2	3	4	5
60 夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。……………	1	2	3	4	5
61 夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。……………	1	2	3	4	5
62 子育てすることによって人との輪が増え、自分の居場所ができた。……………	1	2	3	4	5
63 子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。……………	1	2	3	4	5
64 大変ね、頑張っているねと周囲の人に声をかけられたとき自分に誇りを感じる。……………	1	2	3	4	5

Ⅱ 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1-5のあてはまるものに○をつけて下さい。

	あてはまる	少しあてはまる	どちらでもない	あまりあてはまらない	あてはまらない
1 暴れて動き回ったり、いたずらされると困ってしまう。……………	1	2	3	4	5
2 駄々をこねられて困ってしまうことが多い。……………	1	2	3	4	5
3 子供の機嫌が悪くなると困ってしまう。……………	1	2	3	4	5
4 夫が子育てに協力的でない。……………	1	2	3	4	5
5 夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。……………	1	2	3	4	5
6 夫が私の育児生活の苦労を理解してくれない。……………	1	2	3	4	5
7 夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。……………	1	2	3	4	5
8 不可解な事件や犯罪に、子どもが巻き込まれるか心配である。……………	1	2	3	4	5
9 子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。……………	1	2	3	4	5
10 子どもの世話で他のやりたいことができない。……………	1	2	3	4	5
11 教育環境が不備なので子どものゆく末に不安をもつ。……………	1	2	3	4	5
12 就労している母親に対する社会や行政の配慮が足りない。……………	1	2	3	4	5
13 いつか子育てに余裕ができる頃に就職できるかが不安だ。……………	1	2	3	4	5
14 子育てに専念しているために社会から取り残された気持ちになる。……………	1	2	3	4	5
15 子育てしながらでは就職できるところがないので困っている。……………	1	2	3	4	5
16 周囲の人に子どもの母親としてしか見てもらえないのが辛い。……………	1	2	3	4	5



夫のいらっしゃる方のみお答え下さい。

IV 夫に対するあなたのお気持ちについてお答え下さい。また夫があなたをどのように思っていると思われますか？

非常に  
思う  
ある  
程度は  
どちら  
でもない  
あまり  
そうは  
思わ  
ない  
全く  
そう  
思わ  
ない

1 私は夫の身の回りの世話をきちんとしている。.....	1	2	3	4	5
2 私は夫の人柄を愛し、かけがえのない人として大切にしている。.....	1	2	3	4	5
3 私は夫を心から尊敬している。.....	1	2	3	4	5
4 私は夫の才能、能力を認め、それを伸ばすための手助けをしている。.....	1	2	3	4	5
5 私は夫の仕事、活動を理解し支えている。.....	1	2	3	4	5
6 私は夫を立てている。.....	1	2	3	4	5
7 夫は私の人柄を愛し、かけがえのない人として大切にしていると思う。.....	1	2	3	4	5
8 夫は私を心から尊敬していると思う。.....	1	2	3	4	5
9 夫は私の才能、能力を認め、それを伸ばすための手助けをしてくれていると思う。.....	1	2	3	4	5
10 夫は私の仕事、活動を理解し支えてくれていると思う。.....	1	2	3	4	5
11 夫は私を立ててくれていると思う。.....	1	2	3	4	5
12 夫は私の意向を尊重し、やりたいことを自由にやらせてくれていると思う。.....	1	2	3	4	5

V 最後に、お母様自身のことについてお答え下さい。

あなたは就労していますか？ 1 フルタイム(自営) 2 フルタイム(外勤務) 3 パートタイム 4 専業主婦

あなたの年齢は何歳ですか？ ( )歳

お子さんは何人いらっしゃいますか？ 1 1人 2 2人 3 3人 4 4人 5 5人以上

末子のお子さんの年齢は何歳ですか？ ( )歳

現在の家族構成は？ 1 夫と子ども 2 夫と子どもだが夫は現在単身赴任で不在 3 夫と子どもと両親 4 子どものみ

夫のいらっしゃる方のみお答え下さいー夫の就業形態は？ 1 日勤帯中心 2 変則勤務 3 夜勤中心の勤務 4 自営

VI なにかお気づきの点がございましたら何なりとご自由にお書き下さい。

ご協力ありがとうございました。

## お母様の子育てママサロン参加のお誘いとお願ひ

拝啓、時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

私どもは子育てに関する研究や活動に取り組んでおります。我が国では、平成12年末に「健やか親子21」が策定され、その主要課題として子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減について盛り込まれております。

そこで、子育てしていらっしゃるお母様が、いきいきと生活していただくための教室を企画いたしました。日時、開催場所は別紙の通りです。つきましては、ママサロンに参加されます前（1回目開始前）と後（6回目終了後）、お母様の心と体の様子を知るための測定、ママサロン参加の1か月後に質問紙による調査を行いたいと考えております。

具体的な測定および調査の内容は別紙に示しておりますものです。決してお母様に強要するものではございませんので、調査の主旨をご理解頂き調査への協力をお願い申し上げます。その場で終了し調査用紙を回収したいと考えております。

つきましては、主旨をご理解頂きまして、ご協力を頂けますようお願い申し上げます。本研究は、平成20から22年度の3年間にわたって文部科学省研究費（基盤C）によって行われるもので、明らかになりました結果はこれからの子育てするお母様の支援に役立てるために行われております。主旨をご理解いただきまして協力いただけます方は、同意についての書類に記入の上つどい参加の前に同封された封筒に入れ4月17日（金）までに投函して下さい。

なお本研究は平成20年度長野県看護大学倫理委員会の承認（#12）を得ており、研究結果は看護系学会に報告予定です。

敬具

問い合わせ先

研究代表者

長野県看護大学 看護学部 母性看護学講座

教授 清水 嘉子

住 所：長野県駒ヶ根市赤穂1694番地

TEL&Fax 0265-81-5181 e-mail [simizuy@nagano-nurs.ac.jp](mailto:simizuy@nagano-nurs.ac.jp)

研究協力

駒ヶ根保健センターこども支援課 保健師 宮下 志保

中村真由美

住所：駒ヶ根市赤須町20番1号

TEL0265-57-2927 Fax 0265-57-2953

e-mail [m.08302@city.komagane..nagano.jp](mailto:m.08302@city.komagane..nagano.jp)

## 子育てママサロン

対象 子育てをしていらっしゃるお母様（子育てに不安のあるお母様も歓迎いたします）  
お子様の年齢は 0歳から6歳まで  
6回のコースにすべて参加できる方

定員 10名程度

会費 無料 全員にささやかなお礼（図書カード2000円など）を差し上げます。

日時 第1回 平成21年5月1日（金）9時30分から12時  
第2回 平成21年5月21日（木）9時30分から12時  
第3回 平成21年6月3日（水）9時30分から12時  
第4回 平成21年6月17日（水）9時30分から12時  
第5回 平成21年7月9日（木）9時30分から12時  
第6回 平成21年7月24日（金）9時30分から12時  
\*各会共に受付は9時から行っております。第1回開始前と第6回終了後では下記にありますが測定をさせていただきます。

場所 駒ヶ根市保健センター  
担当者 駒ヶ根市保健センター 保健師  
長野県看護大学母性看護学講座教員など

服装 普段の服装でかまいません。  
\*子どもさんは別室でお預かりしています。  
遊具を使ってお遊びをします。

第1回と第6回の測定について 1人約15分程度

測定内容 メモリー心拍計 左右前腕部にディスプレイの電極を貼付 5分  
簡易脳波計（頭部にバンドをつける）（心拍計と同時に行う 5分）  
唾液採取（クロモグラニンA） 5秒

質問紙調査 幸福感について、ママサロンに参加しての感想など 5分  
ママサロン開始前後（その場で回収）  
ママサロン参加後1か月後に記入（大学宛に投函）



## ママサロン参加申し込みおよび協力の同意

このママサロンへの参加協力は強制ではありません。また、参加された後に途中でやめることもできます。参加にともなうて頂きました測定データや質問紙調査結果は、個人名が特定できないよう配慮いたします。また、結果をまとめました後にはデータを破棄いたします。

これらのことに同意の上、私は、このママサロンに参加いたします。また、その前後に行われます、測定および質問紙調査に協力いたします。

氏名

年齢

住所

連絡先

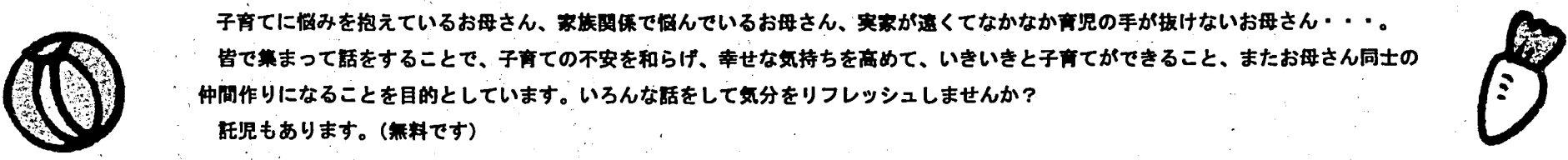
お子様の年齢（末子のお子さんの年齢）

1回目の測定の待ち時間を少なくするために、センターに起こしいただく時間を知った上であらかじめ陣日をしておきたいと思います。下記の時間帯でいらっしゃる時間帯に○をしてください。希望の時間が集中した場合は、多少お待ちいただくこともあることをご了承ください。1回目は全員の測定が終了次第ママサロンの開始となります。


1. 9時～      2. 9時15分～      3. 9時30分～



# 子育てママサロン 参加者募集



子育てに悩みを抱えているお母さん、家族関係で悩んでいるお母さん、実家が遠くてなかなか育児の手が抜けないお母さん・・・。  
皆で集まって話をする事で、子育ての不安を和らげ、幸せな気持ちを高めて、いきいきと子育てができること、またお母さん同士の  
仲間作りになることを目的としています。いろんな話をして気分をリフレッシュしませんか？  
託児もあります。(無料です)




1. 期日 5月1日(金)、5月21日(木)、6月3日(水)、6月17日(水)、7月9日(木)、7月24日(金)  
午前9:30～11:00

\*できるだけ6回通しての参加をお願いします。

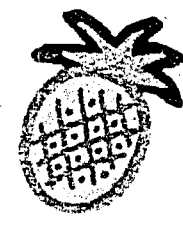
2. 場所 保健センター 2階 第2第3会議室

3. 内容 みなさんで話し合いをしましょう



4. スタッフ 心理カウンセラー、保健師、保育士(託児) (協力 長野県看護大学母性看護学講座)

5. お願い このサロンは長野県看護大学が研究の一環としても関わらせていただきます。そのため、サロンに参加される前と後に、  
お母さんの心と体の様子を知るための測定と質問用紙による調査を行いますので、ご協力をお願いします。



6. 申し込み期間 平成21年4月17日(金)  
～多くのご参加お待ちしております～



申込・問合せ先

駒ヶ根市教育委員会 子ども課 母子保健係

☎83-2111 内線713～715

# 調査のお願い

ママサロン参加 1 か月後

現在、私たちはお母さん方が、育児中に感じる様々な気持ちについての研究を行っております。

このお母さん方が感じる様々な感情についての質問について回答下さるようお願い申し上げます。

回答には正解または不正解はございません。どうぞ自分の考えにしたがってお答え下さい。

調査の都合上、お母さまの年齢など個人についてのご質問をいたしますが、回答は無記名です。

また調査の結果はコンピュータで処理し、個人のデータを取り上げることはありませんのでご安心ください。

調査用紙は、全部で2ページありますが、なにとぞ協力のほどお願い申し上げます。

ボールペン、ファイルは調査にご協力いただきましたお礼です。どうぞお使い下さい。

連絡先 研究代表者

長野県看護大学 清水 嘉子

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 1694 番地

Tel&Fax 0265-81-5181

E-mail simizuy@nagano-nurs.ac.jp

Q1 子育てをしていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。	あては まらない	あては まらな い	あまり あては まらな い	どちら でもない	少しあ てはま る	あては まる
1.子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	1	2	3	4	5	
2.夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	1	2	3	4	5	
3.子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	1	2	3	4	5	
4.どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てしてい て唯一安心する。	1	2	3	4	5	
5.夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれ ることに感謝している。	1	2	3	4	5	
6.いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくと安心する。	1	2	3	4	5	
7.夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	1	2	3	4	5	
8.子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	1	2	3	4	5	
9.子どもに生きる勇気をもらっている。	1	2	3	4	5	
10.日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
11.夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	1	2	3	4	5	
12.子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	1	2	3	4	5	
13.叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
14.夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	1	2	3	4	5	
15.子どもそのものが希望である。	1	2	3	4	5	
16.生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	1	2	3	4	5	

Q2 つぎのおのおのについて、あなた自身にどの程度当てはまるかお答えください。他からどうみられて  
いるかではなく、あなたがあなた自身をどのように思っているかをありのままにお答えください。

	あては まらない	あては まらな い	あまり あては まらな い	どちら でもない	はま る	少しあ てはま る	あては まる
1. 少なくとも人並みには、価値のある人間である。-----	1	2	3	4	5		
2. いろいろな良い素質をもっている。-----	1	2	3	4	5		
3. 敗北者だと思うことがよくある。-----	1	2	3	4	5		
4. 物事を人並みにはうまくやれる。-----	1	2	3	4	5		
5. 自分には自慢できるところがありません。-----	1	2	3	4	5		
6. 自分に対して肯定的である。-----	1	2	3	4	5		
7. だいたいにおいて自分に満足している。-----	1	2	3	4	5		
8. もっと自分自身を尊敬できるようになりたい。---	1	2	3	4	5		
9. 自分は全くだめな人間だと思うことがある。-----	1	2	3	4	5		
10. 何かにつけて自分は役に立たない人間だと思 う。-----	1	2	3	4	5		

Q3 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。

	あては まらない	あては ま らない	あまり あては ま らない	どちら でもない	少しあ てはま る	あては まる
1.夫が子育てに協力的でない。	1	2	3	4	5	
2.育児のために睡眠不足の日々が続いている。	1	2	3	4	5	
3.子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	1	2	3	4	5	
4.夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	1	2	3	4	5	
5.夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	1	2	3	4	5	
6.子どもの世話で他のやりたいことができない。	1	2	3	4	5	
7.子どもの知的能力に気がかりがある。	1	2	3	4	5	
8.子どもにどう接していいかわからない。	1	2	3	4	5	
9.夫が私の育児生活の苦労を理解してくれない。	1	2	3	4	5	
10.育児で身体の疲れが溜まっている。	1	2	3	4	5	
11.子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	1	2	3	4	5	
12.子どもの顔つきや容姿容貌に気がかりがある。	1	2	3	4	5	
13.夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。	1	2	3	4	5	
14.育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。	1	2	3	4	5	
15.同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思う。	1	2	3	4	5	
16.子どもの性格に気がかりがある。	1	2	3	4	5	

#### Q4

⑥ つどいに参加した後子育てに変化がありましたか？ aはい bいいえ

⑦ どのようなことが変化したと感じますか。自由にお書きください。

⑧ 変化のきっかけとなったものはママサロンのどのようなことですか。自由にお書きください。

ご協力、誠にありがとうございました。

# 調査のお願い

ママサロン参加前

現在、私たちはお母さん方が、育児中に感じる様々な気持ちについての研究を行っております。

このお母さん方が感じる様々な感情についての質問について回答下さるようお願い申し上げます。

回答には正解または不正解はございません。どうぞ自分の考えにしたがってお答え下さい。

調査の都合上、お母さまの年齢など個人についてのご質問をいたしますが、回答は無記名です。

また調査の結果はコンピュータで処理し、個人のデータを取り上げることはありませんのでご安心ください。

調査用紙は、全部で2ページありますが、なにとぞ協力のほどお願い申し上げます。

ファイルは調査にご協力いただきましたお礼です。どうぞお使い下さい。

連絡先 研究代表者

長野県看護大学 清水 嘉子

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 1694 番地

Tel&Fax 0265-81-5181

E-mail simizuy@nagano-nurs.ac.jp

Q1 子育てをされていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。 1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。	あては まらない	あては まらな い	あま り	ど ちら でも ない	少 しあ ては まる	あ ては まる
1. 子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	1	2	3	4	5	
2. 夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	1	2	3	4	5	
3. 子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	1	2	3	4	5	
4. どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てして いて唯一安心する。	1	2	3	4	5	
5. 夫が疲れて帰ってきても、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてく れることに感謝している。	1	2	3	4	5	
6. いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	1	2	3	4	5	
7. 夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	1	2	3	4	5	
8. 子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	1	2	3	4	5	
9. 子どもに生きる勇気をもらっている。	1	2	3	4	5	
10. 日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
11. 夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	1	2	3	4	5	
12. 子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	1	2	3	4	5	
13. 叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	1	2	3	4	5	
14. 夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	1	2	3	4	5	
15. 子どもそのものが希望である。	1	2	3	4	5	
16. 生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	1	2	3	4	5	

Q2 つぎのおのおのについて、あなた自身にどの程度当てはまるかお答えください。他からどうみられて  
いるかではなく、あなたがあなた自身をどのように思っているかをありのままにお答えください。

	い あては まらな	い あては まらな	い あま り	い でも な	ど ちら は まる	少 し あ て	あ て は ま る
1. 少なくとも人並みには、価値のある人間である。-----	1	2	3	4	5		
2. いろいろな良い素質をもっている。-----	1	2	3	4	5		
3. 敗北者だと思ふことがよくある。-----	1	2	3	4	5		
4. 物事を人並みにはうまくやれる。-----	1	2	3	4	5		
5. 自分には自慢できるところがあまりない。-----	1	2	3	4	5		
6. 自分に対して肯定的である。-----	1	2	3	4	5		
7. だいたいにおいて自分に満足している。-----	1	2	3	4	5		
8. もっと自分自身を尊敬できるようになりたい。-----	1	2	3	4	5		
9. 自分は全くだめな人間だと思ふことがある。-----	1	2	3	4	5		
10. 何かにつけて自分は役に立たない人間だと思 う。-----	1	2	3	4	5		

[illegible][illegible]

- 110 -



# 調査のお願い

ママサロン参加後

現在、私たちはお母さん方が、育児中に感じる様々な気持ちについての研究を行っております。

このお母さん方が感じる様々な感情についての質問について回答下さるようお願い申し上げます。

回答には正解または不正解はございません。どうぞ自分の考えにしたがってお答え下さい。

調査の都合上、お母さまの年齢など個人についてのご質問をいたしますが、回答は無記名です。

また調査の結果はコンピュータで処理し、個人のデータを取り上げることはありませんのでご安心ください。

調査用紙は、全部で2ページありますが、なにとぞご協力のほどお願い申し上げます。

ファイルは調査にご協力いただきましたお礼です。どうぞお使い下さい。

連絡先 研究代表者

長野県看護大学 清水 嘉子

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 1694 番地

Tel&Fax 0265-81-5181

E-mail [simizuy@nagano-nurs.ac.jp](mailto:simizuy@nagano-nurs.ac.jp)

Q1 子育てをしていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。	あては まらない	あては ま	あま り	ど ち ら	は ま る	少 し あ て は ま る	あ て は ま る
1.子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	1	2	3	4	5		
2.夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	1	2	3	4	5		
3.子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	1	2	3	4	5		
4.どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てをしていて唯一安心する。	1	2	3	4	5		
5.夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれることに感謝している。	1	2	3	4	5		
6.いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	1	2	3	4	5		
7.夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	1	2	3	4	5		
8.子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	1	2	3	4	5		
9.子どもに生きる勇気をもらっている。	1	2	3	4	5		
10.日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	1	2	3	4	5		
11.夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	1	2	3	4	5		
12.子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	1	2	3	4	5		
13.叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	1	2	3	4	5		
14.夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	1	2	3	4	5		
15.子どもそのものが希望である。	1	2	3	4	5		
16.生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	1	2	3	4	5		

Q2 つぎのおののについて、あなた自身にどの程度当てはまるかお答えください。他からどうみられているかではなく、あなたがあなた自身をどのように思っているかをありのままにお答えください。

	あては まらない	あては ま	あま り	ど ち ら	は ま る	少 し あ て は ま る	あ て は ま る
1. 少なくとも人並みには、価値のある人間である。-----	1	2	3	4	5		
2. いろいろな良い素質をもっている。-----	1	2	3	4	5		
3. 敗北者だと思ふことがよくある。-----	1	2	3	4	5		
4. 物事を人並みにはうまくやれる。-----	1	2	3	4	5		
5. 自分には自慢できるところがあまりない。-----	1	2	3	4	5		
6. 自分に対して肯定的である。-----	1	2	3	4	5		
7. だいたいにおいて自分に満足している。-----	1	2	3	4	5		
8. もっと自分自身を尊敬できるようになりたい。-----	1	2	3	4	5		
9. 自分は全くだめな人間だと思ふことがある。-----	1	2	3	4	5		
10. 何かにつけて自分は役に立たない人間だと思 う。	1	2	3	4	5		

Q3 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。

	あてはまる ない	あてはまる ない	あまり でもない	少しあて はまる	あては まる
1.夫が子育てに協力的でない。	1	2	3	4	5
2.育児のために睡眠不足の日々が続いている。	1	2	3	4	5
3.子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	1	2	3	4	5
4.夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	1	2	3	4	5
5.夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	1	2	3	4	5
6.子どもの世話で他のやりたいことができない。	1	2	3	4	5
7.子どもの知的能力に気がかりがある。	1	2	3	4	5
8.子どもにどう接していいかわからない。	1	2	3	4	5
9.夫が私の育児生活の苦勞を理解してくれない。	1	2	3	4	5
10.育児で身体の疲れが溜まっている。	1	2	3	4	5
11.子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	1	2	3	4	5
12.子どもの顔つきや容姿容貌に気がかりがある。	1	2	3	4	5
13.夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。	1	2	3	4	5
14.育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。	1	2	3	4	5
15.同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思う。	1	2	3	4	5
16.子どもの性格に気がかりがある。	1	2	3	4	5

#### Q4

① つどいに参加してみて良かった点について

② つどいに対してこうしてほしかったなどの意見について

③ いきいき子育て手帳は活用されましたか。 aはい bいいえ

④ 下記の項目の活用頻度についてお尋ねします。

日記について a ほぼ毎日した b 週3日程度 c 2週に1回程度 d ほとんどしない

深呼吸について a ほぼ毎日した b 週3日程度 c 2週に1回程度 d ほとんどしない

笑顔作り a ほぼ毎日した b 週3日程度 c 2週に1回程度 d ほとんどしない

⑤ 活用できた理由( )

活用できなかった( )

ご協力、誠にありがとうございました。

平成 21 年度子育てママサロン計画

	ねらい	内容	日程	
	測定	心理尺度、脳波、心拍計、クロモグラニンA		
第 1 回	母子分離になれる 自分について話す 仲間作り	自己紹介、似ているといわれたことのある有名人、動物にたとえると 子どもの人数・年齢 ここでしたいこと→なぜママサロンに参加したか 今日は何色 今の気持ちを色で表し、理由を話してもらう 会の名前を決める いきいき子育て手帳ー深呼吸、笑顔	5 / 1	9 / 3
第 2 回	自分の悩みについて話 し合う・聞いてもらう	辰野先生のお話 自分の悩みを話し合う・聞いてもらう	5 / 2 1	9 / 1 7
第 3 回	子どもへの思いを振り 返る 育児しているの幸せな 瞬間を大切にする	いいところ探し 自分が親に似ていると思うところ 子どもが自分に似ていると思うところ 我が子の似顔絵描きといいところ探し 子育てで楽しかったこと、嬉しかったこと、幸せを感じる瞬間 (いきいき子育て手帳の活用と継続 深呼吸、笑顔)	6 / 3	1 0 / 9
第 4 回	がんばり合いを認めあ う 自分を認め自信を持つ	自分と相手を色で表現してみる 相手を表す色とその理由、相手が話した色や理由を聞いてそ の感想を話す ペアでお互いに自分の育児について話をする 自分と同じ所、頑張っているというなどと思うことについてそれぞれ話をする いきいき子育て手帳ー深呼吸、笑顔	6 / 1 7	1 0 / 2 2
第 5 回	自分の悩みについて話 し合う・聞いてもらう	辰野先生のお話 自分の悩みを話し合う・聞いてもらう	7 / 9	1 1 / 1 3
第 6 回	自分の人生設計を考え る	自分のこれからを考える 私の宝もの、大切なこと 自分の将来の夢 子どもはどんな子ども時代を過ごし大人になっている 自分はそのころ何をしたい いきいき子育て手帳ー深呼吸、笑顔	7 / 2 4	1 1 / 2 6
	測定	心理尺度、脳波、心拍計、クロモグラニンA		

## 第1回 自分のことを話す 仲間を作る

似ていると言われたことのある有名人



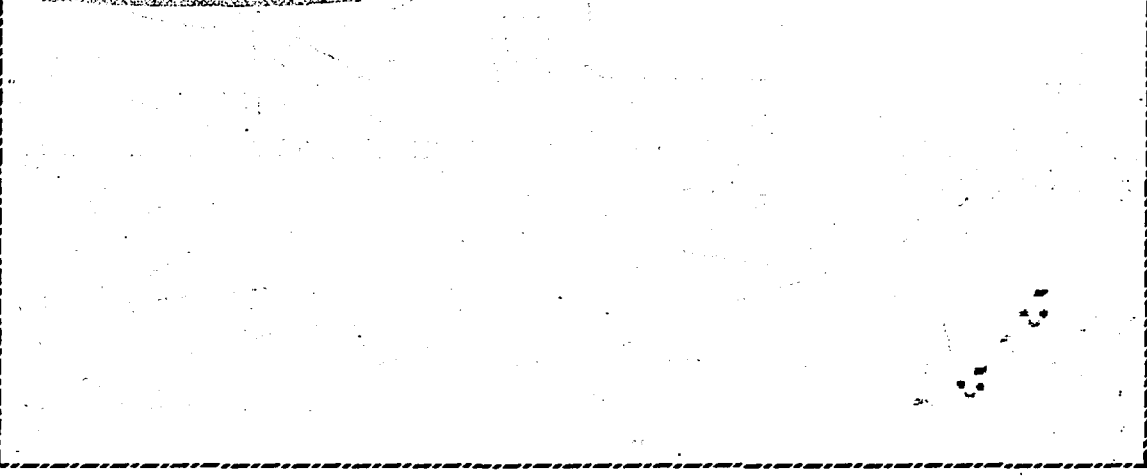
動物にたとえると

今日は何色



子どもの数と年齢

ここでしたいこと

## 第2回 子どもの似顔絵と自分と子どもの似ているところ

わたしの「親に似ているなあ・・・」と思うところ	子どもの「私に似ているなあ・・・」と思うところ
	
<div data-bbox="351 555 670 623" data-label="Text"> <p>子どもの似顔絵</p> </div> 	

## 第2回 いいところさがし

<div data-bbox="406 1304 718 1372" data-label="Text"> <p>自分のいいところは</p> </div>	<div data-bbox="933 1304 1244 1372" data-label="Text"> <p>子どものいいところは</p> </div>
	

#### 第4回 互いの育児について話をする



自分と同じところ



頑張っているなど思うところ



#### 第4回 がんばりあいを認め合いましょう

自分と相手を色で表現してみる

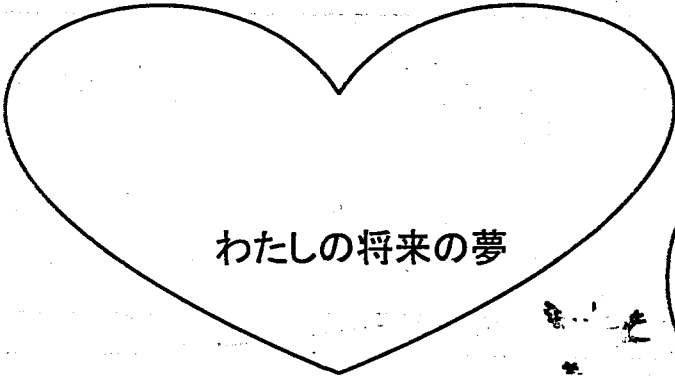


相手の色とその理由

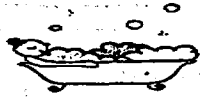
自分の色とその理由

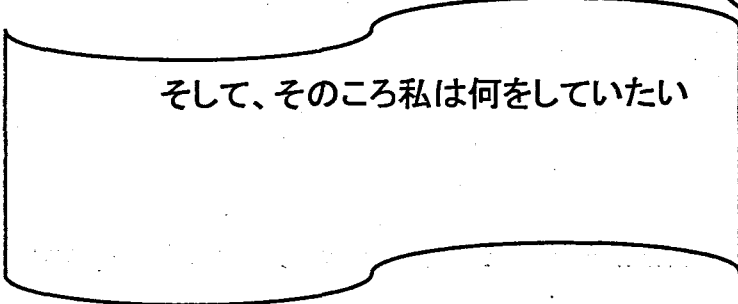


## 第5回 自分の人生設計を考える

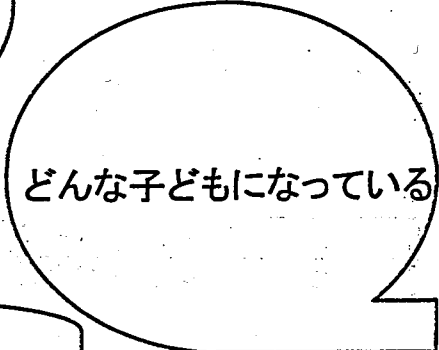


わたしの将来の夢






そして、そのころ私は何をしたい




どんな子どもになっている




## 第5回 自分を見つめる 自信を持つ

私の大切なこと 宝もの

※ 大切なこと





宝もの

♥ \_\_\_\_\_

♥ \_\_\_\_\_

♥ \_\_\_\_\_

♥ \_\_\_\_\_



♥ \_\_\_\_\_



## 第5回 自分の人生設計を考える

わたしのライフライン

達成度  
ハッピー度



誕生

死

09年度・心拍、LF、HF、LF/HFの測定結果と有意差検定結果（5月、7月測定分のまとめ）

結果：①実施群（表 1）、コントロール群（表 2）共に、5月1日の測定結果と7月24日の測定結果を比較すると、心拍はほとんど変化なく、HFは後者の方が減少傾向、LF/HFは増加傾向を示した。また、LFは「実施群」では増加傾向、コントロール群では減少傾向を示した\*。しかしいずれの場合も有意差は認められなかった。

\* id 5 のLF/HFの値は極端に大きく、そこで id 5 を除外すると、参考表2に示したように、LFはコントロール群も実施群もともに減少傾向となる。

②有意差を示さない理由はあきらかでないが、5月1日と7月24日では気候がかなり異なるので、それが影響しているのではないだろうか。

表 1 実施群

id	心拍			LF			HF			LF/HF		
	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P
1	72	67.5	<0.01	142.4	261.9	<0.01	672	146.6	<0.01	0.22	1.85	<0.01
2	71.2	61.3	"	263.8	394.8	"	652.9	448.8	"	0.41	1.02	"
3	73.9	58.4	"	585.4	1022.9	"	233.8	926.5	"	2.79	1.1	"
4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	70.8	74.7	"	191.7	3261	"	1587.9	284.4	"	0.119	16	"
6	64.3	74	"	1108	421.5	"	3649.1	990.1	"	0.337	0.456	"
7	81	90.6	"	379.3	157.7	"	1052.7	106.3	"	0.352	1.7	"
8	69.8	81.5	"	168.5	259.3	"	599.3	111.1	"	0.284	2.75	"
9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
平均値	71.86	72.57		405.6	825.59		1206.8	430.5		0.645	3.554	
SD	5.011	11.29		345.9	1110.8		1157.8	380.5		0.951	5.537	
増減*	増加			増加			減少			増加		
t-検定	0.88			0.36			0.12			0.2		

\* 見かけ上の増減

注： ← 印の行にある LF/HF の値「16」は異常に高い値である。ただ、その値を除外したとしても、7・24 の平均値の方が 5・1 のそれより高い。

また、id 5 を異常値として除外しても平均値間の t-検定結果に有意差は認められない（下の参考表2参照）。

表 2 コントロール群

id	心拍			LF			HF			LF/HF		
	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P	5・1	7・24	P
12	76.6	79.5	<0.01	248.3	81.9	<0.01	75.1	68.4	0.013	2.89	1.16	<0.01
13	82.9	80	"	242.4	143.4	"	368.2	325.4	<0.01	0.64	0.47	"
14	89.6	93.7	"	91.9	32.8	"	98	35.5	"	0.95	0.93	0.62
15	71.4	83	"	464.3	158.5	"	462.5	82.4	"	1.29	1.76	"
16	77.5	87.1	"	413.2	204.7	"	241.5	183.4	"	2.15	1.11	"
17	85.3	80	"	990	495.4	"	788.4	308.2	"	1.48	2.51	"
18	83.3	93.5	"	318	159.8	"	315.7	100.1	"	1.05	2.79	"
19	80.7	87.9	"	383.2	899.5	"	1338.4	444	"	0.36	1.9	"
20	77.6	89.7	"	436.3	277	"	623.4	336.9	"	0.83	0.8	0.71
平均値	80.54	86.04		398.6	272.56		479.02	209.4		1.293	1.492	
STDE	5.419	5.671		250.9	270.09		396.72	147.2		0.791	0.795	
増減*	増加			減少			減少			増加		
t-検定	0.052			0.32			0.074			0.6		

\* 見かけ上の増減

参考表 1

1	72	67.5	142.4	261.9	672	146.6	0.22	1.85
2	71.2	61.3	263.8	394.8	652.9	448.8	0.41	1.02
3	73.9	58.4	585.4	1022.9	233.8	926.5	2.79	1.1
5	70.8	74.7	191.7	3261	1588	284.4	0.119	16
6	64.3	74	1108	421.5	3649	990.1	0.337	0.456
7	81	90.6	379.3	157.7	1053	106.3	0.352	1.7
8	69.8	81.5	168.5	259.3	599.3	111.1	0.284	2.75
平均値	71.86	72.57	405.6	825.59	1207	430.54	0.645	3.554
SD	5.011	11.29	345.9	1110.8	1158	380.48	0.951	5.537
増減*	増減なし		増加		減少		増加	
t-検定	0.88		0.36		0.12		0.2	

\* 見かけ上の増減

参考表 2 id 5 を異常値として削除した場合の計算結果

1	72	67.5	142.4	261.9	672	146.6	0.22	1.85
2	71.2	61.3	263.8	394.8	652.9	448.8	0.41	1.02
3	73.9	58.4	585.4	1022.9	233.8	926.5	2.79	1.1
6	64.3	74	1108	421.5	3649	990.1	0.337	0.456
7	81	90.6	379.3	157.7	1053	106.3	0.352	1.7
8	69.8	81.5	168.5	259.3	599.3	111.1	0.284	2.75
平均値	72.03	72.22	441.3	419.68	1143	454.9	0.732	1.479
SD	5.466	12.33	364.6	311.05	1255	410.77	1.01	0.8
増減*	増減なし		減少		減少		増加	
t-検定	0.974		0.91		0.23		0.19	

\* 見かけ上の増減

同じ測定日における「実施群」と「コントロール群」の間での測定値の違いについての有意差検定

意義: 9月、11月の記述参照

	心拍	LF	HF	LF/HF
5月	72.03/80.54 ▼ P=0.011	441.3/398.6 △ P=0.79	1143/479.02 △ P=0.16	0.7322/1.293 ▼ P=0.25
7月	72.22/86.04 ▼ P=0.011	419.68/272.56 △ P=0.35	454.9/209.37 △ P=0.12	1.4793/1.492 ▼ P=0.96

解釈: (1) 心拍は実施群の方がコントロール群より高いが、教室の前後とも同様であるので教室の効果でなく、両者の違いの理由を考える必要がある。

(2) HF も同様の傾向が認められる。

(3) 全体として教室の効果は特に認め難い。

09年度 心拍、LF、HF、LF/HF の測定結果  
(9月、11月測定分のまとめ)

結果: t-検定の p 値が 0.7~0.8 以上の場合、「変化なし」と判断した。コントロール群では、有意差まではないが LF が減少傾向にある反面、実施群では増加傾向が認められる。このことから、教室の効果は交感神経の亢進、言い換えると「意識」がどちらかと言えば僅かながら覚醒傾向を示す方向に作用したと判断される。脳波測定では、やはり有意差まではないが  $\beta$  波が減少傾向で、 $\alpha 3$  波が増加傾向を示すことから、リラックス方向を伴う覚醒と言えるので両者は一致傾向にある。

表 1 実施群

心拍				LF			HF			LF/HF		
i d	9/3	11/2	p	9/3	11/26	p	9/3	11/26	p	9/3	11/26	p
21	73	69.8 ±	<0.01	182.5	979.1 Δ	<0.01	131.2	327.2 Δ	<0.01	1.39	4.74 Δ	<0.01
23	72.5	68.6 ±	"	433.5	812.6 Δ	"	264.4	251.7 ±	0.48	2.01	3.71 Δ	"
24	90.3	83.6 ±	"	1072	639.1 ▼	"	218.3	933.2 Δ	<0.01	4.52	0.77 ▼	"
25	69.3	77.7 Δ	"	526.7	390.8 ▼	"	492.6	179.9 ▼	"	2.02	2.17 ±	0.52
26	65.3	69.4 ±	"	858.1	761.8 ▼	0.24	994.9	524.1 ▼	"	1.07	1.59 Δ	<0.01
27	76.1	72.4 ±	"	833.4	1261 Δ	"	765.7	1104 Δ	"	1.18	1.27 ±	0.18
28	63.7	75.1 Δ	"	565.1	973.5 Δ	"	3038	1303 ▼	"	0.22	0.77 Δ	<0.01
29	74.9	74.1 ±	"	275.2	289.6 ±	0.56	197	211.3 ±	"	1.37	1.35 ±	0.88
30	83.7	93.9 Δ	"	500.8	197.5 ▼	"	416.2	455.9 ±	0.22	1.26	0.49 ▼	<0.01
31	62.9	59.6 ±	"	299.6	363.3 Δ	0.1	134.7	260 Δ	0.01	2.03	1.42 ▼	"
32	91.5	75.3 ▼	"	367.9	502.4 Δ	"	585.6	564.2 ±	0.47	0.64	0.91 Δ	"
平均値	74.8	74.5		537.71	651.8		658.1	555.9	0.3	1.61	1.745	
SD	9.97	8.83		277.36	336.2		836.3	387.9	0.22	1.12	1.33	
増減*	変化なし			増加			変化なし			変化なし		
t-検定	0.93			0.4			0.72			0.8		
	Δ3			Δ6			Δ4			Δ5		
	▼1			▼4			▼3			▼3		
	±7			±1			±4			±3		

表 2 コントロール群

	9/3	11/2	p	9/3	11/26	p	9/3	11/26	p	9/3	11/26	p
33	71	72.6 ±	<0.0	1365.2	156.7 ▼	<0.01	964	1010 ±	0.09	1.42	0.16 ▼	<0.01
34	79.3	71 ▼	"	636.9	942.3 △	"	647.5	1807 △	<0.0	1.18	0.54 ▼	"
35	78.9	80.4 ±	"	571.5	302.5 ▼	"	563.7	722 △	"	1.34	0.47 ▼	"
36	67.5	70.1 △	"	80.9	21.3 ▼	"	68.7	140 △	"	1.3	0.68 ▼	"
37	70.3	79.2 △	"	234.8	838.6 △	"	372.7	508.7 △	"	0.6	2.37 △	"
38	99.3	86.1 ▼	"	206.2	185.9 ±	0.13	478.3	385.9 ▼	"	0.51	0.52 ±	0.92
39	73.1	79 △	"	764.6	386.3 ▼	<0.01	948.9	588.8 ▼	"	0.84	0.84 ±	0.99
40	70	80.3 △	"	608.5	341.9 ▼	"	861.3	194.2 ▼	"	0.75	2.26 △	<0.01
平均値	76.2	77.3		558.58	396.9		613.1	669.5		0.99	0.98	
SD	10.3	5.56		406.91	326.9		310.2	538.7		0.36	0.847	
増減*	変化なし			減少			変化なし			変化なし		
t-検定	0.78			0.4			0.8			0.97		
	△4			△2			△4			△2		
	▼2			▼5			▼3			▼4		
	±2			±1			±1			±2		

## 同じ測定日における「実施群」と「コントロール群」の間での測定値の違いについての有意差検定

意義：

教室の前後で

1) いずれも有意差がない場合：教室の効果なし

2) いずれにも有意差がある場合：

2・1) 有意差が増減に関して同方向の場合・・・有意差は教室の効果でなく、実施群とコントロール群の間に何かの違いが存在したと考えられる。

2・2) 有意差が増減に関して違方向の場合・・・教室の効果が認められるが、実施群とコントロール群の教室前の違いを考察する必要がある。

3) 教室前には有意差は認められなかったが教室後に有意差が解消されているような場合：教室の効果と判断される。

4) 教室前に有意差があり、教室後に有意差が解消されている場合：教室の効果があつたものと判断されるが、実施群とコントロール群の教室前の違いを考察する必要がある。

(なお、下表中の△▼はコントロール群の平均値(例：9月心拍76.2)と比較して実施群の平均値(例：9月心拍74.8)が高い(△)か低い(▼)を示した(例に示した9月の心拍は、実施群の方が74.8でコントロール群の76.2より低いので▼))。

	心 拍	LF	HF	LF/HF
9月	74.8/76.2 ▼ p=0.78	537.71/558.58 ▼ p=0.90	658.1/613.1 △ p=0.89	1.61/0.99 △ p=0.15
11月	74.5/77.3 ▼ p=0.44	651.84/396.94 △ p=0.12	555.9/669.5 ▼ p=0.60	1.745/0.98 △ p=0.17

解釈：(1) 心拍と HF には実施群とコントロール群ともに教室前後で有意差は認められず、教室の影響はなかったものと判断される。

(2) LF/HF 値は実施群の方が大きな傾向があるが、教室の前後とも同様であるので教室の影響でなく、実施群とコントロール群の間に何かの違いがあつたと考えられる。

(3) LF の実施群の値はコントロール群と比較して教室後に大きな増加が認められ、教室の効果が表れている。教室出席数を考慮した p 値の修正を行ったらどうなるか興味深い。

## 脳波測定結果

結果:「実施群」では $\theta$ 、 $\beta$ は減少方向に、 $\alpha$ は増加方向に変化しているが、いずれも有意差までには至っていない。同一日に測定した研究では、教室の前後で、 $\alpha 3$ の増加が最も顕著であったが、その方向性は今回にも表れている。コントロール群では $\alpha 3$ は減少方向にあるので、有意差までには至っていないが、教室の効果はやはり $\alpha 3$ に表れる方向にあるものと推測される。

表 1 実施群

	$\theta$		$\alpha$						$\beta$			
					$\alpha 1$		$\alpha 2$		$\alpha 3$			
	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24
1	28.7	13.9	55.9	69.4	20.2	19.7	20	26.3	15.7	23.4	15.2	16.4
2	16.5	18	65.1	64.7	21.6	23.8	27.9	24.5	15.6	16.4	18.2	17
3	20.2	19.6	63.7	64.1	21.7	22	25.1	24.2	16.9	17.9	15.8	16
5	12.1	14.1	76.1	73.4	19.2	20.2	42	35.1	14.9	18.1	11.5	12.2
6	17.9	14.1	64.5	66	19	20.2	30.8	30.8	14.7	15	17.3	19.6
7	15.3	17.8	62	58.3	21.5	19.2	21	20.4	19.5	18.7	22.4	23.6
8	16.7	18.2	66.4	65.2	25.5	25.1	25.5	24.2	15.4	15.9	16.7	16.3
9	13.5	-	59.1	-	16.9	-	26.3	-	15.9	-	27.1	-
平均値	17.61	16.529	64.1	65.87	20.7	21.46	27.33	26.5	16.08	17.91	18.03	17.3
SD	5.133	2.4054	5.943	4.68	2.544	2.251	6.874	4.904	1.537	2.756	4.771	3.526
増減(%)		▼6.1		△2.7		△3.7		▼3.0		△11.4		▼4.0
t-検定		0.62		0.54		0.55		0.8		0.13		0.75

△:増加 ▼:減少 無印:増減ほとんどなし(増減<1%)(表2の $\beta$ 欄参照)



表 2 コントロール群

	$\theta$		$\alpha$						$\beta$			
					$\alpha 1$		$\alpha 2$		$\alpha 3$			
	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24	5・1	7・24
12	11.4	11.6	70	70.3	16.6	18.2	32.6	33.5	20.8	18.6	18.3	18
13	20.4	14.5	61.7	62.1	21.9	21.6	21.4	22.6	18.4	17.9	17.6	23.2
14	13.2	16.1	70.7	67.5	17.8	17.2	33.5	33.8	19.4	16.5	15.9	16.1
15	17.1	18.9	66.4	65	22	22.4	26.4	27.7	18	14.9	16.3	15.9
16	19.2	15.6	61.8	68	21	20	21.3	23.5	19.5	24.5	18.9	16.2
17	15.7	14.2	65.3	68.9	23.4	24.7	24.8	27.8	17.1	16.4	18.7	16.7
18	19.9	15.5	61.9	64	24.4	24.5	21.5	23.5	16	16	17.9	20.3
19	17.5	20.9	62.4	61.3	23.1	23.4	21.2	20.6	18.1	17.3	20	17.5
20	16.2	17	65.5	64.8	20	20.5	25.3	27.5	20.2	16.8	18	17.9
平均値	16.73	16.033	65.08	65.77	21.13	21.39	25.33	26.72	18.61	17.66	17.96	17.98
SD	3.012	2.7083	3.486	3.09	2.598	2.65	4.802	4.664	1.521	2.782	1.267	2.386
増減(%)	▼4.2		△1.1		△1.2		△5.5		▼5.1		0.1	
t-検定	0.61		0.66		0.84		0.54		0.38		0.98	

## 关于母亲养育孩子的想法和行动的调查

您作为母亲，平时在照料孩子生活、关注孩子成长的过程中，肯定有许多感触。请您按照顺序阅读以下各项问题，在符合自己想法和做法的“回答”栏目处画○。

请根据您的目前大致情况填写。不必过于思考，不要漏填；不要与别人商量。谢谢您的合作

## 一、基本问题

1. 您的工作情况：1) 个体经营 2) 正式工作 3) 临时工等 4) 家庭主妇 5) 其他 ( )
2. 您的年龄：( ) 3. 您有几个孩子？( ) 4. 最小的孩子的年龄：( )
5. 您的家庭成员：1) 丈夫和孩子 2) 丈夫和孩子，但丈夫在外地等 3) 丈夫、孩子和父母 4) 只有孩子
6. 您丈夫的工作情况：1) 正式工作 2) 临时工等 3) 夜班为主 4) 个体经营 5) 其他 ( )

## 二、请您根据自己的情况和想法回答下列问题（请在每题后任选一画○）

1. 在养育孩子的过程中感受到的幸福心情	不符	基本不符	说不清	基本符合	符合
1) 怀孕时感到高兴	1	2	3	4	5
2) 见到孩子健康成长感到放心	1	2	3	4	5
3) 孩子无大病健康成长是最大的心愿	1	2	3	4	5
4) 望着孩子的笑脸，睡相，动作等感到高兴	1	2	3	4	5
5) 从孩子健康活泼的姿态感到幸福	1	2	3	4	5
6) 孩子本身就是希望	1	2	3	4	5
7) 孩子降生时从内心感到高兴	1	2	3	4	5
8) 因为有孩子，所以常想到要努力奋斗	1	2	3	4	5
9) 只要和孩子在一起就幸福	1	2	3	4	5
10) 想对孩子说有你真好	1	2	3	4	5
11) 有时训斥孩子，但多数时觉得孩子可爱。	1	2	3	4	5
12) 抱着孩子时心情安稳，和孩子在一起感到安心	1	2	3	4	5
13) 得到孩子的抚慰时，感到欣慰	1	2	3	4	5
14) 得到孩子的帮助时，产生感激之情	1	2	3	4	5
15) 见到孩子心身成长时，感到自豪	1	2	3	4	5
16) 训斥孩子后，又觉得对不起孩子更加爱孩子	1	2	3	4	5
17) 喜欢夸奖孩子，抱孩子	1	2	3	4	5
18) 感到和孩子能够心里沟通时，觉得幸福	1	2	3	4	5
19) 孩子被训斥后，还说喜欢妈妈时，感到放心	1	2	3	4	5
20) 严厉责备孩子后，孩子还和自己亲近时，感到放心	1	2	3	4	5
21) 感到孩子需要自己时，也感到自己对孩子的爱	1	2	3	4	5
22) 有了孩子后，理解了什么是无私的爱	1	2	3	4	5
23) 养育亲生的孩子感到高兴和自豪	1	2	3	4	5
24) 为能生育孩子感到高兴和自豪	1	2	3	4	5
25) 养育孩子虽不容易，但克服困难达到目的时，感到高兴	1	2	3	4	5
26) 为孩子着想的心情比谁都强烈	1	2	3	4	5
27) 看到孩子见到爸爸时高兴的样子，自己感到幸福	1	2	3	4	5
28) 从孩子身上得到了生活的勇气	1	2	3	4	5
29) 通过养育孩子，感觉到自己也在不断进步成长	1	2	3	4	5
30) 有了孩子后，更加体会到父母的养育之恩	1	2	3	4	5
31) 因为孩子自己变得坚强健壮了	1	2	3	4	5

32) 由于养育孩子要重新考虑自己的生活方式	1	2	3	4	5
33) 让孩子看到夫妻合作养育孩子的情形感到自豪	1	2	3	4	5
34) 通过孩子与别人交往时,感到高兴	1	2	3	4	5
35) 因为孩子而得到别人帮助时,感激的同时也感到放心	1	2	3	4	5
36) 当丈夫下班后问孩子情况并听自己诉说时,从心里感激	1	2	3	4	5
37) 得到丈夫和周围人的帮助时,充满感激之情	1	2	3	4	5
38) 感谢丈夫协助自己养育孩子,同时感到放心	1	2	3	4	5
39) 通过养育孩子扩展了交往范围,提高了自我存在感	1	2	3	4	5
40) 孩子被人夸奖时感到自豪	1	2	3	4	5
<b>2. 养育孩子中感受到的烦恼和困惑</b>	<b>不符</b>	<b>基本不符</b>	<b>说不清</b>	<b>基本符合</b>	<b>符合</b>
1) 孩子淘气时感到为难	1	2	3	4	5
2) 孩子不听话磨人时常感到为难	1	2	3	4	5
3) 孩子发脾气时感到为难	1	2	3	4	5
4) 丈夫不帮忙照顾孩子	1	2	3	4	5
5) 丈夫只关心自己的事情	1	2	3	4	5
6) 丈夫不理解养育孩子的辛苦	1	2	3	4	5
7) 丈夫不会照顾孩子反而添乱	1	2	3	4	5
8) 担心孩子卷入犯罪等特殊事件	1	2	3	4	5
9) 从照管孩子中解脱出来轻松一下的时间太少	1	2	3	4	5
10) 为养育孩子不能干自己想干的事情	1	2	3	4	5
11) 担心教育环境不好影响孩子的将来	1	2	3	4	5
12) 社会行政方面对有职业母亲提供的帮助不够	1	2	3	4	5
13) 担心等孩子能拖开手时是否还能就职	1	2	3	4	5
14) 由于专心养育孩子感到好像被社会忘却了	1	2	3	4	5
15) 不能边养育孩子边工作感到为难	1	2	3	4	5
16) 忍受不了周围的人只把自己当孩儿妈看待	1	2	3	4	5
17) 当地和家里的旧习惯对养育孩子有一定影响	1	2	3	4	5
18) 在养育孩子的事情上对周围的议论感到有压力	1	2	3	4	5
19) 担心孩子的语言能力	1	2	3	4	5
20) 因照管孩子常常睡眠不足	1	2	3	4	5
21) 抱怨夜里要起来照管孩子真要命	1	2	3	4	5
22) 因照管孩子常感到疲劳	1	2	3	4	5
23) 总感到孩子不像自己希望的那样	1	2	3	4	5
24) 在养育孩子的事情上,常感到愿望与现实有差距	1	2	3	4	5
25) 担心孩子的智力发展情况	1	2	3	4	5
26) 因老人介入养育孩子的事情时感到为难	1	2	3	4	5
27) 不知道如何与孩子相处	1	2	3	4	5
28) 注意观察孩子的脸色和身体情况	1	2	3	4	5
29) 一考虑到养育孩子的事情,就感到担心	1	2	3	4	5
30) 因照管孩子而拴住了自己耽误了很多事	1	2	3	4	5
31) 每天做同样的事情(照管孩子)感到厌烦	1	2	3	4	5
32) 感到自己孩子与同龄孩子相比能力差	1	2	3	4	5
33) 担心孩子的性格发展	1	2	3	4	5

3. 夫妻感情	不符	基本不符	说不清	基本符合	符合
1) 我精心照料丈夫的日常生活	1	2	3	4	5
2) 我敬重丈夫的人品, 认为无人可替代他	1	2	3	4	5
3) 我从心里尊敬丈夫	1	2	3	4	5
4) 我认可丈夫的才能和能力, 并帮助他发挥才能和能力	1	2	3	4	5
5) 我理解丈夫的工作和所作的事情	1	2	3	4	5
6) 我站在丈夫一边	1	2	3	4	5
7) 丈夫敬重我的人品, 认为无人可替代我	1	2	3	4	5
8) 丈夫从心里尊敬我	1	2	3	4	5
9) 丈夫认可我的才能和能力, 并帮助我发挥才能和能力	1	2	3	4	5
10) 丈夫理解我的工作和所作的事情	1	2	3	4	5
11) 丈夫站在我一边	1	2	3	4	5
12) 丈夫尊重我的意向, 让我做自己想做的事	1	2	3	4	5

## 子育て中のお母さんのためのチェックシート

子育てをする中には、つらいことうれしいこと色々ありますね。

そんな子育てをしているお母さんであるあなたの心の状態をチェックして、  
日々の子育てをふりかえってみませんか？

保健師さんに相談する前にチェックシートご記入ください。相談が終わりま  
したところで改めて同様のチェックシートご記入ください。

このチェックシートには、いくつかの育児中に感じる気持ちについてたず  
ねる質問があります。その質問には、正解も不正解ありません。あなたの  
感じたとおりに、あまり考え込まずに回答してください。回答いただく時間  
は3分程度です。また、お子さんの年齢によっては答えられない設問があり  
ます。その場合は特に回答せず、あてはまる欄外横に✓マークを記してくだ  
さい。



記入日（     ）年（     ）月（     ）日

お名前 \_\_\_\_\_ お母様の年齢 \_\_\_\_\_

お子様の数 \_\_\_\_\_ お子様の年齢 \_\_\_\_\_

Q1 子育てをしていて感じる幸せな気持ちについてお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。	この育児生活は	育児生活は	この育児生活は	育児生活は	育児生活は
	とても楽しい	楽しい	普通	少し楽しい	楽しくない
(1) 子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	1	2	3	4	5
(2) 子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	1	2	3	4	5
(3) 夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	1	2	3	4	5
(4) 子どもに生きる勇気をもたらしている。	1	2	3	4	5
(5) 夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれることに感謝している。	1	2	3	4	5
(6) いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	1	2	3	4	5
(7) 子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	1	2	3	4	5
(8) 子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	1	2	3	4	5
(9) 夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	1	2	3	4	5
(10) 子どもそのものが希望である。	1	2	3	4	5
(11) 叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	1	2	3	4	5
(12) 夫を見て喜び子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	1	2	3	4	5
(13) 生まれてきてくれたことに「ありがとう」を子どもに言いたい。	1	2	3	4	5
Q2 子育てして大変だ、つらいと感じることをお尋ねします。1～5のあてはまる数字に○をつけて下さい。	この育児生活は	育児生活は	この育児生活は	育児生活は	育児生活は
	とても大変	大変	普通	少し大変	大変じゃない
(14) 育児のために睡眠不足の日が続いている。	1	2	3	4	5
(15) 同じ年頃の子どもの様子を知って我が子が劣っているのではと不安に思う。	1	2	3	4	5
(16) 夫が子育てに協力的でない。	1	2	3	4	5
(17) 育児で身体の疲れが溜まっている。	1	2	3	4	5
(18) 子どもの性格に気がかりがある。	1	2	3	4	5
(19) 夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	1	2	3	4	5
(20) 子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	1	2	3	4	5
(21) 子どもの知的能力に気がかりがある。	1	2	3	4	5
(22) 夫が私の育児生活の苦労を理解してくれない。	1	2	3	4	5
(23) 子どもの世話で他のやりたいことができない。	1	2	3	4	5
(24) 子どもの顔つきや容姿容顔に気がかりがある。	1	2	3	4	5
(25) 夫の育児では不完全で、かえって迷惑なことをする。	1	2	3	4	5
(26) 子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	1	2	3	4	5
(27) 子どもにどう接していいかわからない。	1	2	3	4	5
(28) 夜間、育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	1	2	3	4	5
(29) 育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。	1	2	3	4	5

# 採点方法

① Q1とQ2の質問(1)から(29)に○をした数字を、採点表の口に書き入れ、A～Fの合計点を出します。

② 個人プロフィール記入表の中の、A～Fの得点に○をして、それぞれの得点をパーセンタイルに変換します。

## 採点表

(1)			
(2)			
(3)			
(4)			
(5)			
(6)			
(7)			
(8)			
(9)			
(10)			
(11)			
(12)			
(13)			
	A	B	C
(14)			
(15)			
(16)			
(17)			
(18)			
(19)			
(20)			
(21)			
(22)			
(23)			
(24)			
(25)			
(26)			
(27)			
(28)			
(29)			
	D	E	F

表2 個人プロフィール表(仮)

パーセン タイル	CHSS			パーセン タイル	CSSS		
	A 育児の 喜び	B 子ども の絆	C 夫からの 支援		D 心身的 疲労	E 育児不安	F 夫の支援 のなさ
100	25	20	20	1	6	6	4
90	・	・	・	10	7	・	・
80	・	・	・	15	8	7	・
75	・	・	19	25	9	8	5
70	・	・	・	30	11	・	7
65	・	19	・	35	12	10	・
60	24	・	18	40	13	11	8
55	・	・	・	45	14	・	9
50	・	18	17	50	15	12	10
45	・	・	・	55	16	13	・
40	23	・	・	60	17	・	11
35	・	17	16	65	18	14	・
30	22	・	・	70	・	15	12
25	・	16	15	75	19	16	13
20	21	・	14	80	20	17	13
16	・	15	・	83	・	・	14
15	20	・	・	・	・	・	・
14	・	・	13	85	21	18	15
13	・	・	・	・	・	・	・
11	・	・	・	87	22	・	・
10	19	14	12	90	23	19	16
・	・	・	・	92	24	20	・
・	・	・	・	93	・	・	17
7	18	・	11	94	25	21	・
6	・	13	10	・	・	・	・
5	・	・	9～8	96	26	22	18
4	17	12	7	97	27	23	19
3	16	11	6	98	28	24	20
2	15	10	5	99	29	27	・
1	14～	9～	4	100	30	29	・

## 母親の短縮版育児ストレス尺度の開発と妥当性の検討

長野県看護大学 清水 嘉子

東北女子大学家政学部 関水しのぶ

京都橘大学 遠藤 俊子

**研究目的**；清水（2001）が開発した育児環境の認知に焦点を当てた育児ストレス尺度は、33項目9下位尺度から成り多面的な母親の育児ストレスを捉えることができるものであったが、回答する項目の多さに問題があった。本研究では、より簡便的に尺度を利用できるよう短縮版育児ストレス尺度を開発し、その妥当性の検討を行う。

**研究対象**；2県2市に在住する末子年齢が6歳以下の乳幼児期にある子どもを持つ母親を対象にした。質問紙は倫理的配慮のもと（研究者所属の教育機関の倫理委員会の承認を得た）11保育園、4幼稚園の園長に依頼し1000部配布し留め置いた後、園で回収した。

**研究方法**；育児ストレス尺度（清水,2001）33項目に加え、「主観的幸福感尺度」（伊藤ら,2003）15項目、「ベック絶望感尺度」（田中ら,1998）20項目、「子育て完全主義傾向尺度」（桜井ら,1997；三重野ら,2005）の3下位尺度の15項目（回答する母親の負担を考え、オリジナルの項目から抜粋）から質問紙は構成され、アンケート形式で調査を行った。尚、分析にはSPSS17.0を用いた。

**調査期間**；平成20年8-9月

**結果および考察**；質問紙は672名から回収された（回収率67.2%）。育児ストレス尺度の33項目に対し、因子数を3に固定し、最尤法プロマックス回転により因子分析が行われた。因子が単純構造になるよう、複数の因子間に因子負荷量が高い項目や、因子負荷量0.50に満たない項目を削除し、同様の因子分析を繰り返した。最終的に「心身的疲労」6項目、「育児不安」6項目、「夫の支援のなさ」4項目の3因子、計16項目が選定された。これらの3つ因子の信頼性の

内的整合性を表す $\alpha$ 係数は、この3つ全てに0.824から0.877と十分な値が得られた。従って、以後の分析では各因子の項目の得点を単純合算し、下位尺度として使用した。育児ストレスが高ければ、絶望感も高く、また一般的幸福感は低い、と予想される。分析結果では、短縮版育児ストレス尺度の下位尺度得点とベック絶望感尺度の得点とは、有意な正の相関が、そして主観的幸福感とは有意な負の相関がみられ予想通りになった。また、母親の子育てに対する完全主義傾向が強ければ育児ストレスも高いと予想されるが、育児ストレス尺度とに正の相関がみられた。従って、概念どうしの理論的關係性の予想がほぼ支持されたので、本研究で扱われた尺度においては、短縮版育児ストレス尺度の構成概念妥当性は確認されたといえる。

**結論**；本研究で開発された短縮版尺度は、まだ検討の余地はあるが、3下位尺度16項目とコンパクトに子育て中の母親のストレスを捉えることが可能となり、臨地での汎用性が期待される。



## 母親の育児ストレス 短縮版尺度の開発と 妥当性の検討

看護大学 清水 嘉子  
東北女子大学 関水しのぶ  
京都橘大学 遠藤 俊子

## CSS尺度開発の経緯

- 育児ストレスの問題は、育児不安あるいは育児ノイローゼに着目されて研究されてきた。児童虐待や夫婦間の葛藤ないし暴力といった深刻な事態も報告される現状を鑑みると、育児ストレスは、焦燥感や怒り、疲労感や空虚感など、ネガティブな感情にもっと幅広く注目して検討されるべきである。つまり、個人と環境といった複眼的視点でこの問題に取り組むことが重要である。
- 母親の育児中において、このような認知的評価により引き起こされるネガティブな感情に注目し、清水らは、育児ストレス尺度（Childcare Stress Scale、以下CSS）は作成された。

## 研究目的：

- 清水（2001）が開発した育児環境の認知に焦点を当てた育児ストレス尺度（Childcare Stress Scale、以下CSS）は、33項目9下位尺度から成り多面的な母親の育児ストレスを捉えることができるものであったが、回答する項目の多さに問題があった。
- 本研究では、より簡便的に尺度を利用できるよう短縮版育児ストレス尺度を開発し、その構成概念妥当性の検討を行う。

## 調査対象：

2県2市に在住する末子年齢が6歳以下の乳幼児期にある子どもを持つ母親を対象にした。

調査期間：平成20年8-9月

## 研究方法：

11保育園、4幼稚園の園長に依頼し調査用紙を1000部配布し留め置いた後、園で封のできる封筒にて回収した。質問紙による調査とした。

### <倫理的配慮>

研究は倫理的配慮のもと（研究者所属の教育機関の倫理委員会の承認を得た）

研究協力の同意は調査用紙の回収をもって判断した。

匿名性、答えたくない質問に対する回答拒否の権利、研究終了後の調査用紙の削除、学会発表並びに調査結果の園への報告など

<分析>SPSSver17.0を用い統計学的分析を行った。

## 研究方法：

### 質問紙の構成

CSS（育児ストレス尺度 清水,2001）  
33項目

「主観的幸福感尺度」（伊藤ら,2003）  
15項目

「バック絶望感尺度」（田中ら,1998）  
20項目

「子育て完全主義傾向尺度」  
（桜井ら,1997；三重野ら,2005）  
15項目

3下位尺度の各5項目をオリジナルの45項目から抜粋

## オリジナル育児ストレス尺度（CSS）清水,2001

Lazarusの理論による育児中の母親の否定的な情動を「育児ストレス」とし、多面的な育児中のストレスを捉える尺度である。

- 第一次調査で、育児中に感じる否定的な気持ちについて、否定的な情動である①不安、恐怖、心配、②怒り、イライラ、③むなしさ、悲しみ、④疲れ、⑤不満の情動を感じる際の場面についての自由記述によって得られた場面を分類、整理し、研究者らにより130項目を選び出し内容妥当性を検討した。これらの130項目に対して、5段階評価（「あてはまる」を5点～「あてはまらない」を1点）による回答を求めた最尤法、プロマックス回転による因子分析にて8因子41項目を尺度とした。
- 第二次調査にて、8因子の因子負荷量の上位にある総得点との相関の高い15項目を各因子から5項目抽出し40項目に対し5段階評価（「あてはまる」を5点～「あてはまらない」を1点）による回答を求めた最尤法、プロマックス回転による因子分析にて9因子33項目を育児ストレスオリジナル尺度とした。下位項目は「育児に伴う不安感」「夫の育児サポート」「アイデンティティ喪失に対する脅威」「母親の体力体弱の不安」「子どもに対するコントロール不可能感」「育児に伴う束縛感」「育児に対する社会からの圧迫感」「子どもの発達に対する懸念」「育児環境の不備」（下位項目のα係数0.56から0.90）

### 主観的幸福感尺度 伊藤ら,2003

- 短縮版尺度の構成概念妥当性を確認するために用いる。伊藤他による主観的幸福感尺度15項目 ( $\alpha$ 係数0.9) による5段階評価法 (非常に～全く感じていない) による回答を求めた。
- 本尺度は、主観的な幸福感を、心理的健康を表す尺度と考え満足感からなる認知的側面とポジティブ・ネガティブ両面を含む感情的側面から捉えるためにWHOが開発したSUBI (心の健康、人間関係や身体の健康感など、精神生活を総合的に評価できる自己記入式の質問紙) に基づき開発されている。
- とくにSUBIの尺度項目の中の「結果としての健康感」を表現している5領域 (「人生に対する前向きな気持ち」「達成感」「自信」「至福感」「人生に対する失望感」の5領域) に注目した尺度である。

### バック絶望感尺度 田中ら,1998

- 短縮版尺度の構成概念妥当性を確認するために用いる。バックらによって開発された尺度の日本語版20項目を2段階評価法 (「はい」を1点～「いいえ」を0点、ただし逆転項目については配点を逆転) により回答を求めた。
- 本尺度は「将来への否定的な期待」と定義される絶望感を測定するもので、抑うつ予測とともに、抑うつ重症度についても関連することが予想されている。

### 子育て完全主義傾向尺度 横井ら,1997;三重野ら

- 母親の子育ての認知、とくにかたい認知をしてしまう完全主義傾向に焦点を当て、Hewitt & FlettによるMultidimensional Perfectionism Scaleを横井&大谷が修正し作成した新完全主義尺度を子育ての状況に沿うように項目を修正している。
- 子育てという領域において母親としての自己に完全性を求める傾向 (自己志向的完全主義傾向:SOP-C) についての19項目、子どもに完全性を求める傾向 (子ども志向的完全主義傾向:COP-C) についての10項目、周囲から母親としての完全性を求められていると感じる傾向 (社会規範的完全主義傾向:SPP-C) についての13項目の3下位尺度から構成されている。
- 本研究においては参加者の回答する負担を考え、各下位尺度項目より負荷量の高い5項目ずつ計15項目を選び使用した。「非常にあてはまる」を6点から「全くあてはまらない」を1点までの6段階評定で回答を求め、得点が高いほど完全主義傾向が強い反応とした。

### 研究仮説:

- 育児ストレスは
  1. ポジティブな概念である主観的幸福感とは負の相関
  2. ネガティブな概念である絶望感や子育て完全主義傾向とは正の相関が予想される。

### 結果; 対象の属性

- 母親の平均年齢は、 $34.0 \pm 5.1$ 歳 (16歳から47歳)
- 子どもの数の平均は、 $2.1 \pm 0.8$ 歳 (1人から6人)
- 末子の年齢は、 $2.8 \pm 1.7$ 歳 (0歳から6歳)
- 就業状況は、フルタイム勤務198人 (30.8%) (内自営業は39人)、パートタイム勤務273人 (40.8%)、専業主婦190人 (28.7%)
- 家族形態では核家族が66.5%、母子家庭が6.5%
- 同居家族では、夫592人、子ども630人、義母126人、義父108人、実母55人、実父47人、自分のきょうだい14人、その他36人
- 最終学歴では、中・高校が276人 (40.7%)、短大・専門学校301人 (44.4%)、大学・大学院69人 (10.1%)、その他17名 (2.5%)

### 結果:

- 質問紙は672名から回収 (回収率67.2%)。
- 育児ストレス尺度の33項目に対し、因子数を3に固定し、最尤法プロマックス回転により因子分析
- 因子が単純構造になるよう、複数の因子間に因子負荷量が高い項目や、因子負荷量0.50に満たない項目を削除し、同様の因子分析を繰り返した。
- 最終的に「心身の疲労」6項目、「育児不安」6項目、「夫の支援のなさ」4項目の3因子、計16項目が選定された (表1.2.3)。
- これらの3つ因子の信頼性の内的整合性を表す $\alpha$ 係数は、この3つ全てに0.824から0.877と十分な値が得られた。
- 各因子の項目の得点を単純合算し、下位尺度として使用 (表1.2.3)。

## 下位尺度項目の解釈

- 第1因子は、「育児のために睡眠不足の日々が続いている。」「育児で身体の疲れが溜まっている。」「子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。」など6項目からなる。この因子は、身体的疲労や心的束縛感と解釈し、「心身の疲労」と命名した。
- 第2因子は、「同じ年頃の子どもの様子を比べて我が子が劣っているのではと不安に思う。」「子どもの性格に気がかりがある。」「育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。」など6項目からなる。この因子は、母親が持つ子どもの諸々の発達への不安および育児の漠然とした不安であると解釈し、「育児不安」と命名した。
- 第3因子は、「夫が子育てに協力的でない。」「夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。」「夫が私の育児生活の苦勞を理解してくれない。」といった4項目からなる。子育てにおいて夫からサポートが得られていないことから生じるストレスであると解釈し、「夫の支援のなさ」と命名した。

## 結果;

### オリジナルCSSとの比較

- 33項目9下位尺度からなるオリジナルCSSと、CSS短縮版の3下位尺度との相関は表4に示した。
- CSS短縮版の「心身の疲労」は、オリジナルCSSの「母親の体力体調不良」( $r=0.91, p<0.01$ )、「育児に伴う束縛感」( $r=0.89, p<0.01$ )と強い正の相関があった。
  - 「育児不安」では「育児に伴う不安」( $r=0.95, p<0.01$ )「子どもの発達に対する懸念」( $r=0.64, p<0.01$ )に強い正の相関があった。
  - 「夫の支援のなさ」は「夫のサポート」と同じ項目であるため、相関は1.00であった。

## 結果;

- 概念的妥当性の検討のための相関分析では、CSS短縮版の3下位尺度得点と主観的幸福感尺度の得点とは有意な負の相関があった。
- バック絶望感尺度とは有意な正の相関があった(表5)。
- 子育て完全主義傾向尺度とは、ほぼ有意な正の相関があり、とくに「育児不安」が他の下位尺度に比べ強い関連性があった(表6)。

表1 短縮版育児ストレス尺度16項目の因子パターン行列(最尤法、プロマックス回転)と因子相関行列(第1因子)

	1	2	3	平均値	SD
1 心身の疲労 ( $\alpha=0.876$ )					
育児のために睡眠不足の日々が続いている。	0.80	-0.14	-0.04	12.59	24.22
育児で身体の疲れが溜まっている。	0.75	-0.03	0.07	11.95	23.75
子育てから解放されて息抜きできる時間が少なすぎる。	0.75	-0.01	0.04	13.06	27.01
子どもの世話で他のやりたいことができない。	0.73	0.09	-0.09	12.09	24.79
子どもの世話で自分の自由がきかないのがとても辛い。	0.70	0.16	0.01	12.04	23.84
疲困。育児のために何度も起きなければならなくて困っている。	0.68	-0.04	-0.01	12.32	24.92

表2 短縮版育児ストレス尺度16項目の因子パターン行列(最尤法、プロマックス回転)と因子相関行列(第2因子)

	1	2	3	平均値	SD
2 育児不安 ( $\alpha=0.824$ )					
同じ年頃の子どもの様子を比べて我が子が劣っているのではと不安に思う。	-0.08	0.80	-0.06	10.79	18.18
子どもの性格に気がかりがある。	-0.02	0.86	0.01	10.87	18.18
子どもの知的能力に気がかりがある。	-0.09	0.85	0.03	10.89	18.18
子どもの順つきのや不安容認に気がかりがある。	-0.03	0.81	-0.02	10.24	17.17
子どもにどう接していいかわからない。	0.05	0.80	0.05	10.12	16.16
育児のことを考えると、漠然とした不安を感じる。	0.18	0.67	0.01	9.85	16.16

表3 短縮版育児ストレス尺度16項目の因子パターン行列(最尤法、プロマックス回転)と因子相関行列(第3因子)

	1	2	3	平均値	SD
3 夫の支援のなさ ( $\alpha=0.877$ )					
夫が子育てに協力的でない。	-0.05	-0.06	0.89	7.08	10.90
夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている。	0.00	-0.07	0.83	8.81	10.84
夫が私の育児生活の苦勞を理解してくれない。	0.06	0.08	0.78	7.06	10.77
夫の子育ては不完全で、かえって迷惑なことをする。	-0.02	0.04	0.70	7.34	11.32
因子相関	1	2	3		
1 心身の疲労	1.000	0.434**	0.385**		
2 育児不安		1.000	0.313**		

表4 短縮版育児ストレス尺度とオリジナル尺度の相関  
(n=673)

	育児に夫の育 伴う不安	アイ デン ティ ティ の喪 失に 対する 脅威	母親の 体力的 な疲労	子ども に対する コン ト ロー ルの不 可能 感	育児に 伴う束 縛感	育児に 対する 社会か らの圧 迫感	子ども の発達 に対する 懸念	育児環 境の不 備	
心身の疲労	0.47**	0.37**	0.49**	0.91**	0.43**	0.89**	0.50**	0.22**	0.36**
育児不安	0.95**	0.30**	0.44**	0.35**	0.58**	0.48**	0.52**	0.64**	0.31**
夫の支援の なさ	0.32**	0.07**	0.32**	0.33**	0.21**	0.37**	0.35**	0.16**	0.23**

表5 短縮版育児ストレス尺度下位尺度の記述統計  
および心理的健康の相関

下位尺度項目	項目 数	最小値	最大値	平均値	SD	短縮版尺 度との 相関	ベックの 希望感 との相 関	主観的 幸福感 との相 関
心身の疲労	6	0	30	14.78	5.89	0.833	0.76**	-0.30**
育児不安	5	0	29	12.44	4.98	0.759	0.35**	-0.36**
夫の支援の なさ	5	0	20	9.43	4.38	0.705	0.24**	-0.37**

pearsonの相関分析  
\*\*p<0.01

表6 短縮版育児ストレス尺度と  
子育て完全主義傾向の相関

	自己志向的 完全主義	子ども志向的 完全主義	社会規範的 完全主義
心身の疲労	0.16**	0.08	0.26**
育児不安	0.29**	0.23**	0.30**
夫の支援のなさ	0.12**	0.06	0.23**

pearsonの相関分析 \*\*p<0.01

### 考察;

- オリジナルCSSとCSS短縮版の「夫の支援のなさ」は同一項目であり、共通する因子であった。
- CSS短縮版に反映されなかったオリジナルCSSの下位尺度は、「アイデンティティの喪失の脅威」「子どもに対するコントロール不可能感」「育児に対する社会からの圧迫感」「育児環境の不備」と4つである。しかし、オリジナルCSSの「育児環境の不備」を除き、CSS短縮版の下位尺度である「心身の疲労」や「育児不安」と相関係数が0.40以上で中程度の相関があり、この二つの下位尺度で代用できるといえる。
- オリジナルCSSの「育児環境の不備」は、CSS短縮版の下位尺度とは相関係数が0.40未満の弱い相関であり、CSS短縮版と最も関連性の低い因子である。

### 考察;

- 子どもに過度の期待をかけない「子ども志向的完全主義」は、CSS短縮版の「心身の疲労」や「夫の支援のなさ」とは全く関係のないものであることが示唆された。
- 母親の育児ストレスは大きく分けて2つに分けてとらえることができる。1つは、第1および第2因子では、「育児中の母親自身に生じる心と体のストレス」と、もう1つは、第3因子に見られる「育児をする上で夫との間に生じるストレス」である。
- 下位尺度得点の意味を解釈する上で「心身の疲労」や「育児不安」は、母親の疲労を表す生理的指標と関係があるかどうか、「夫の支援のなさ」は夫婦の関係がうまくいっているかどうか、互いを尊重し合っているかどうか今後検討する必要がある。

### 結論;

概念どうしの理論的関係性の予想がほぼ支持されたので、CSS短縮版の構成概念妥当性は確認された。本研究により、CSS短縮版が3下位尺度16項目とコンパクトになったことで、臨地での汎用性が期待される。

#### 今後の課題

本研究で開発されたCSS短縮版の3下位尺度は、今後、育児中の母親の心理状態の把握のため、各下位尺度得点と他の心理的健康に関わる指標とのさらなる検討が必要である。

## 文献;

1. Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). Stress Appraisal, and Coping. Springer Publishing Co./本明實地版訳ストレスの心理学. 実務教育出版. 1991. 東京:269-277.
2. 清水麻子. 育児ストレスの実態研究—ストレス情動反応を中心にして—. 母性衛生. 2003;44:372-378.
3. 清水麻子. 西田公昭. 育児ストレスの構造研究. 日本看護研究学会誌2000;22:55-67.
4. 清水麻子. 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關する研究. ストレス科学2001;16:176-186.
5. 伊藤裕子. 相良順子. 池田政子他. 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の研究. 心理学研究2003;74:276-281.
6. 大野浩. 西村公雄. WHO SUBI NO841手引き. 東京:金子書房:2001:3-26.
7. Tanaka, E., Sakamoto, S., Ono, Y., et al. Hopelessness in a community population: Factorial structure and psychosocial correlates. The Journal of Social Psychology 1998;138:581-590.
8. Hewitt, P. L. & Flett, G. L. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. Journal of Personality and Social Psychology:1991;60:456-470.
9. 保井茂男. 大谷佳子. “自己に求める完全主義”と抑うつ傾向および絶望感との関係. 心理学研究1997;68:176-186.
10. 三原野祥子. 横口佳和. 乳幼児をもつ母親における子育て完全主義傾向と育児ストレスの関係. 筑波大学心理学研究2005;29:109-116.

## 育児中の母親の幸福感

### —育児幸福感尺度(Childcare Happiness Scale)短縮版の作成—

○関水しのぶ<sup>1</sup>・清水嘉子<sup>2</sup>

<sup>1</sup> (東北女子大学) <sup>2</sup> (長野県看護大学)

キーワード：母親、育児幸福感、尺度の妥当性、短縮版

これまで育児支援の研究は、育児に対するネガティブな側面（不安、ストレス等）の研究が多く、育児の楽しみや喜びなどの育児幸福感やポジティブな側面を注目した研究は少ない。このような問題点から、清水ら（2007）は育児中に感じる肯定的な情動を「育児幸福感」とし、育児幸福感尺度（Childcare Happiness Scale、以下 CHS とする）を開発した。この CHS は 41 項目 8 下位尺度から構成され、多面的に母親の育児幸福感を把握可能である一方、回答の負担と個々の結果の解釈の困難さという問題があった。

本研究の目的は、尺度の臨床場面での活用性を高めるため、短縮版を作成することである。まず、①オリジナル CHS の 41 項目から短縮版尺度の項目を、因子分析を活用して選定し、次に②CHS 短縮版の信頼性や妥当性を検討する。尺度の基準関連妥当性についての検討においては、母親や末子の年齢、そして子どもの数による差異を検討する。そして概念的妥当性についてはポジティブとネガティブな心理的健康を測定する主観的幸福感と絶望感の尺度との関連性、つまりそれぞれ正と負の相関があるかどうかを確認する。

#### 方法

**被調査者** 東京近郊の県の人口 3-5 万規模の中核都市 A、B 市で、末子の年齢が 6 歳以下の乳幼児を育児している母親 672 名を対象。平均年齢は、34.0±5.1 歳（16 歳から 47 歳）。

**調査時期** 平成 20 年 8 月～9 月

**質問紙の構成** ①母親の年齢、子どもの数、末子の年齢、就業状況、家族構成など母親の属性についての質問。②育児幸福感尺度（Childcare Happiness Scale、以下 CHS）、清水ら（2007）が開発。多面的な育児幸福感を捉える尺度で、8 下位尺度 41 項目。③主観的幸福感尺度（Subjective Well-Being Scale、以下 SWBS）伊藤ら（2003）が開発した 15 項目から成る主観的な幸福感の満足感についての尺度。④ベックら（1974）による 20 項目から構成される尺度（Beck Hopelessness Scale、以下 BHS）を、田中（2001）により日本語版として開発した尺度。以上の

主な 4 点より質問紙を構成。

**手続き** 2 市 11 保育園 4 幼稚園に質問紙を計 1000 部配布。保育園及び幼稚園の保育士と教諭から母親へアンケート用紙の配布後、園で回収。CHS と SWBS は 5 件法で、BHS は 2 件法で回答を求めた。

#### 結果と考察

**CHS 短縮版の作成** CHS の 41 項目の質問項目を、探索的因子分析（最尤法、プロマックス回転）を行った。因子数の決定には、固有値 1 以上の基準を設けた。また、因子負荷が .50 を基準に選択し満たなかった項目を削除していき、因子パターンが単純構造になるまで、同様の因子分析を繰り返し行った。最終的に、3 因子が抽出され 20 項目（第 1 因子は 10 項目、第 2 および第 3 因子はともに 5 項目）。回答者の負担を考え、第 1 因子の 10 項目を減らすことが望ましく、これらの項目のうち削除しても  $\alpha$  係数が大きく低下しない項目を 4 つ選び、第 1 因子の 6 項目を短縮版として暫定的に残した。さらに第 1 因子の項目数を減らしても育児幸福感の 3 因子のモデルをデータが表すことに問題がないか検討する為、AMOS17.0 を用いて確認的因子分析を行った（表 1 参照）。モデルのよさを表す適合度指標は GFI=0.88、AGFI=0.84 と十分な値だったので第 1 因子の 6 項目を、以後の CHS 短縮版の妥当性を検討する分析に採用した。各項目の平均値（SD）は表 1 に表した。

**CHS 短縮版の因子** 第 1 因子は、「子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。」等の 6 項目からなり、日々の育児の中で母親を感じる全般的な喜びとして「育児の喜び」と命名した。次に、第 2 因子は、「いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。」等の 5 項目から成り、母親と子どもとの関係のゆるぎなさの実感と安堵の気持ちを表した因子と解釈し、「子どもとの絆」と命名した。最後に、第 3 因子は、「夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。」等、5 項目からなる。オリジナル CHS の「夫への感謝の念」と全く同じ項目であるが、尺度の名前を簡易し、「夫の支援」と命名した。

また、各因子の内的整合性を表す  $\alpha$  係数は、順

に.86、.81、.86と十分な値が得られた(表2参照)ので、各因子の項目得点を単純合算し、下位尺度として以後の分析に用いた。下位尺度得点の基本統計量は表2に。

表1 CHS 短縮版の確認的因子分析の結果と各項目平均(SD)

	因子 負荷量	平均(SD)
<b>第1因子 育児の喜び</b>		
●子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	.64	4.83(0.45)
●生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	.71	4.79(0.53)
●子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	.71	4.73(0.60)
●子どもに生きる勇気をもたらしている。	.76	4.47(0.78)
●日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	.81	4.50(0.77)
●子どもそのものが希望である。	.87	4.23(0.89)
<b>第2因子 子どもとの絆</b>		
●いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	.87	4.47(0.84)
●どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てしていて唯一安心する。	.75	4.15(1.02)
●子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	.71	4.49(0.81)
●子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	.60	4.63(0.62)
●叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	.52	4.29(0.88)
<b>第3因子 夫の支援</b>		
●夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心した。	.81	4.36(1.04)
●夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれることに感謝している。	.79	3.89(1.21)
●夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	.81	3.90(1.09)
●夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	.75	4.61(0.78)
●夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	.60	4.61(0.68)
<b>因子間相関</b>		
	F1	F2
	F1	.68
	F2	.42
		.30

note: 上記の因子負荷量と相関の推定値はすべて  $p<.001$  で有意

表2 CHS 短縮版下位尺度の  $\alpha$  係数と基本統計量

下位尺度	n	項目数	$\alpha$	範囲	平均(SD)
育児の喜び	668	6	.86	9~30	27.6(3.2)
子どもとの絆	663	5	.81	7~25	22.0(3.2)
夫の支援	658	5	.86	5~25	21.4(3.9)

母親の属性別 CHS 短縮版下位尺度平均値 基準関連妥当性を検討するために、母親や末子年齢及び子ども数の段階別の CHS 短縮版の下位尺度得点の平均値の差の比較するため一元配置分散分析を行った。母親の年齢段階による CHS 短縮版の平均値の比較では、「育児の喜び」や「子どもとの絆」に有意な差がみられ(順に  $F(2, 623)=7.01, 5.55$ , 共に  $p<.01$ )、その後の多重比較で 30 歳未満の母親の平均値の方が 35 歳以上の母親

よりも有意に高かったが、「夫の支援」には有意差はなかった。つまり、「育児の喜び」や「子どもとの絆」の子どもへの愛着に関する育児幸福感は、母親に継続して感じられるものではなく、年齢が高くなれば低下すると考えられる。一方、末子年齢段階や子どもの数の違いによって「育児の喜び」と「子どもとの絆」には有意差がなかったが、「夫の支援」の得点には有意差がみられた ( $F(2, 623)=3.97, p<.01$ )。夫が育児への協力は、手がかかる状況つまり末子年齢が 1 歳以下の幼い場合、又 1 人っ子より子どもが複数いる場合が、その必要性が高まり「夫の支援」も高くなると考えられる。CHS 短縮版と SWBS 及び BHS との関連性 CHS 短縮版の構成概念妥当性を検討するために、SWBS や BHS との間の相関係数を算出した。SWBS 得点と CHS 短縮版の下位尺度得点の間には、総じて有意な正の相関が、「育児の喜び」とは  $r=.27 (p<.01)$ 、「子どもとの絆」とは  $r=.15 (p<.01)$ 、「夫の支援」とは  $r=.41 (p<.01)$ 。一方、BHS の得点との間には、有意な負の相関が、「育児の喜び」とは  $r=-.20 (p<.01)$ 、「子どもとの絆」とは  $r=-.11 (p<.01)$ 、「夫の支援」とは  $r=-.28 (p<.01)$ であった。以上より、CHS 短縮版と SWBS や BHS は予想通りの相関関係がみられた。

#### まとめ

以上より、CHS 短縮版は 3 下位尺度 16 項目となり、母親の育児幸福感を簡略的に把握することが可能で、実践的活用が期待される。また、本研究結果における、他の尺度との関連性から概念的妥当性や母親の属性による違いから基準関連性は確認されたが、さらに他の心理検査やストレスの程度を表す生理的指標との関連性等の検討が必要であり、それが今後の研究課題である。

#### 謝辞

本研究のアンケートにご協力いただきましたお母様方、及び保育園、幼稚園の保育士、先生方々に深く感謝申し上げます。

付記 本研究は、平成 21~23 年度文部科学研究費補助金(基盤 C 課題番号 20592592)を受けて行った。

#### 引用文献

- Beck A.T., Wessman, A., Lester, D., & Trexler, L. 1974 The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至 2003 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の研究 *心理学研究*, 74, 276-281.
- 田中江里 2001 ベック絶望感尺度(BHS; Beck Hopelessness Scale) 堀洋道(監) *心理測定尺度集Ⅲ*サイエンス社, 159-163.
- 清水嘉子・関水しのぶ・遠藤俊子・落合富美江 2007 母親の育児幸福感一尺度の開発と妥当性の検討 *日本看護科学学会*, 27, 15-24.

(関水しのぶ・清水嘉子)

## 育児中の母親の幸福感 —育児幸福感尺度 (Childcare Happiness Scale)短縮版の作成

○関水しのぶ(東北女子大学)  
清水嘉子井(長野県看護大学)

## 研究目的

- 清水ら(2007)が開発した育児幸福感尺度(Childcare Happiness Scale、以下CHS)尺度の臨床場面の活用性を高める為、短縮版を作成 すること
- オリジナルCHSの41項目から短縮版尺度の項目を、因子分析を使用して選定
- CHS短縮版の信頼性及び妥当性を検討

## 方法

- 参加者 東京近郊の県の人口3-5万規模の中核都市A、B市で、末子の年齢が6歳以下の乳幼児を育児している母親672名
- 平均年齢 34.0±5.1歳(16歳~47歳)
- 調査時期 平成20年8月~9月

## 質問紙の構成

- 母親の年齢、子どもの数、末子年齢、就業状況、家族構成などの質問
- 育児幸福感尺度(Childcare Happiness Scale、以下CHS)、清水ら(2007)が開発、8下位尺度41項目
- 主観的幸福感尺度(Subjective Well-Being Scale、以下SWBS)伊藤ら(2003)が開発、15項目から成る
- ベックら(1974)による20項目から構成される尺度(Beck Hopelessness Scale、以下BHS)を、田中(2001)により日本語版として開発した尺度

## 手続き

- 2市11保育園4幼稚園に質問紙を計1000部配布。保育園及び幼稚園の保育士と教諭から母親へアンケート用紙の配布後、園で回収。CHSとSWBSは5件法で、BHSは2件法で回答を求めた。

## 結果

## CHS短縮版の作成

- CHSの41項目の質問項目を、探索的因子分析(最尤法、プロマックス回転)を実施
- 因子数の決定には、固有値1以上の基準を設け、因子負荷が.50を基準に選択し満たなかった項目を削除していき、因子パターンが単純構造になるまで、同様の因子分析を繰り返す
- 最終的に、3因子が抽出され20項目(第1因子は10項目、第2および第3因子はともに5項目)
- 回答者の負担を考え、第1因子の10項目を減らすことが望ましく、これらの項目のうち削除しても0係数が大きく低下しない項目を4つ選び、第1因子の6項目を短縮版として暫定的に残した。
- 第1因子の項目数を6項目に減らして、AMOS17.0を用いて確認的因子分析(表1-1~1-4参照)
- 適合度指標はGFI=0.88、AGFI=0.84と充分な値で、第1因子の6項目を、以後のCHS短縮版分析に使用
- 各項目の平均値(SD)も表1-1~1-3に



## CHS短縮版の因子

- 第1因子「育児の喜び」: 日々の育児の中で母親が感じる全般的な喜び、「子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。」等の6項目。
- 第2因子「子どもとの絆」: 母親と子どもとの関係のゆるぎなさの実感と安堵の気持ち、「いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。」等の5項目。
- 第3因子「夫の支援」: オリジナルCHSの「夫への感謝の念」と全く同じ項目、「夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。」等、5項目。

表1-1 第1因子 育児の喜び

	因子 負荷量	平均 (SD)
子どもが生まれてきてそこにいること自体が喜びである。	.64	4.83 (0.45)
生まれてきてくれたことにありがとうを子どもに言いたい。	.71	4.79 (0.53)
子どもを産めたことに喜びと誇りを感じる。	.71	4.73 (0.60)
子どもに生きる勇気をもらっている。	.76	4.47 (0.78)
日に日に必要とされ親という実感がわいてきて、子どもに愛情を感じる。	.81	4.50 (0.77)
子どもそのものが希望である。	.87	4.23 (0.89)

表1-2 第2因子 子どもとの絆

	因子 負荷量	平均 (SD)
いくら叱っても、お母さん大好きと言ってくると安心する。	.87	4.47 (0.84)
どんなに叱っても「お母さん大好き」と一日に何回も言ってくれ、子育てしてて唯一安心する。	.75	4.15 (1.02)
子どもをきつく叱った後でもすぐなついてくれるときに安心した気持ちになる。	.71	4.49 (0.81)
子どもが周囲の人にほめられたりしたときに子どもに誇りに感じる。	.60	4.63 (0.62)
叱った後に、かわいそうなことをしたなと思いその後むしろ愛情を感じる。	.52	4.29 (0.88)

表1-3 第3因子 夫の支援

	因子 負荷量	平均 (SD)
夫が育児に協力してくれることに感謝するとともに安心だ。	.81	4.36 (1.04)
夫が疲れて帰ってきて、今日の子どもの様子を尋ねたり、話に耳を傾けてくれることに感謝している。	.79	3.89 (1.21)
夫婦が協力して育児している姿を子どもに見せていることに誇りを感じる。	.81	3.90 (1.09)
夫を見て喜ぶ子ども、子どもを見て笑顔になる家族を見て幸せを感じる。	.75	4.61 (0.78)
夫や周りの人が協力してくれたとき感謝の気持ちが湧いてくる。	.60	4.61 (0.68)

表1-4 因子間相関

	F1 育児の喜び	F2 子どもとの絆	F3 夫の支援
F1	--	.68	.42
F2	--	--	.30

表2 CHS短縮版下位尺度の基本統計量

下位尺度	育児の喜び	子どもとの絆	夫の支援
n	668	663	658
範囲	9~30	7~25	5~25
平均(SD)	27.6(3.2)	22.0(3.2)	21.4(3.9)

母親の属性別CHS短縮版下位尺度平均値(表3-1~3-3参照)

- 基準関連妥当性の検討のため、母親や末子年齢及び子ども数の段階別のCHS短縮版の下位尺度得点平均の比較ため一元配置分散分析を
- 母親の年齢段階によるCHS短縮版の平均値の比較では、「育児の喜び」や「子どもとの絆」に有意な差がみられ(順にF(2, 623)=7.01, 5.55, 共にp<.01)、多重比較で30歳未満の母親の平均値の方が35歳以上の母親よりも有意に高かったが、「夫の支援」には有意差なし。
- 「育児の喜び」や「子どもとの絆」の子どもへの愛着に関する育児幸福感は、母親に継続して感じられるものではなく、年齢が高くなれば低下
- 末子年齢段階や子どもの数の違いにより、「育児の喜び」と「子どもとの絆」には有意差なし、一方、「夫の支援」の得点には有意差あり(F(2, 623)=3.97, p<.01)
- 一夫が育児への協力は、手がかかる状況つまり末子年齢が1歳以下の幼い場合あるいは1人っ子より子どもが複数いる場合に、「夫の支援」も高く

### CHS短縮版とSWBS及びBHSとの関連性

- CHS短縮版の構成概念妥当性を検討するために、SWBSやBHSとの間の相関係数を算出
- SWBS得点とCHS短縮版の下位尺度得点の間には、総じて有意な正の相関
  - 「育児の喜び」とは $r=.27$  ( $p<.01$ )、「子どもとの絆」とは $r=.15$  ( $p<.01$ )、「夫の支援」とは $r=.41$  ( $p<.01$ )
- BHSの得点との間には、有意な負の相関
  - 「育児の喜び」とは $r=-.20$  ( $p<.01$ )、「子どもとの絆」とは $r=-.11$  ( $p<.01$ )、「夫の支援」とは $r=-.28$  ( $p<.01$ )
- CHS短縮版とSWBSやBHSは理論的に予想される結果に

表3-1母親年齢段階別CHS短縮版平均(SD)と分散分析の結果

	A. 30歳未満 (n=105)	B. 30-35歳未満 (n=212)	C. 35歳以上 (n=309)	F値	多重比較
1.育児の喜び	28.5(2.3)	27.6(3.1)	27.2(3.3)	7.01**	A>C
2.子どもとの絆	22.8(2.7)	22.2(3.1)	21.6(3.4)	5.55**	A>C
3.夫の支援	21.9(3.6)	21.4(3.9)	21.1(4.1)	1.71	

表3-2末子年齢段階別CHS短縮版平均(SD)と分散分析の結果

	A. 1歳以下 (n=164)	B. 2-3歳 (n=288)	C. 4歳以上 (n=203)	F値	多重比較
1.育児の喜び	27.9(2.7)	27.4(3.1)	27.5(3.4)	1.68	
2.子どもとの絆	22.1(3.3)	21.8(3.3)	22.3(2.9)	1.13	
3.夫の支援	22.1(3.1)	21.3(4.0)	21.0(4.3)	4.24*	A<C

表3-3子ども数別CHS短縮版平均(SD)と分散分析の結果

	A. 1人 (n=122)	B. 2人 (n=334)	C. 3人以上 (n=183)	F値	多重比較
1.育児の喜び	27.7(3.4)	27.7(2.8)	27.2(3.3)	1.48	
2.子どもとの絆	21.8(3.7)	22.1(3.0)	22.0(3.3)	0.85	
3.夫の支援	20.5(4.8)	21.5(3.8)	21.6(3.5)	3.97*	A<B, A<C

表4 CHS短縮版3下位尺度と心理的健康尺度の相関(n=572)

	1.育児の喜び	2.子どもとの絆	3.夫からの支援
SWBS	.268**	.154**	.412**
BHS	-.198**	-.109**	-.277**

### まとめ

- CHS短縮版は3下位尺度16項目となり、母親の育児幸福感を簡略的に把握することが可能に一実証的活用が期待
- 心理的健康の尺度であるSWBSとBHSの関連性から概念的妥当性、そして母親の属性による違いから基準関連妥当性を確認
- 他の心理検査やストレスの程度を表す生理的指標との関連性等の検討が今後の研究課題

付記 本研究は、平成21～23年度文部科学研究費補助金(基盤C課題番号20592592)を受けて行った。

### 引用文献

- Beck A.T., Wessman, A, Lester, D., & Trexler, L. 1974 The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川清康至 2003 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の研究 心理学研究, 74, 276-281.
- 田中江里 2001 ベック絶望感尺度(BHS; Beck Hopelessness Scale) 堀洋通(監) 心理測定尺度集西サイエンス社, 159-163.
- 清水嘉子・関水しのぶ・遠藤俊子・落合富典江 2007母親の育児幸福感一尺度の開発と妥当性の検討一 日本看護科学学会, 27, 15-24.



27th International Congress of  
Applied Psychology †  
11-16 July 2010 Melbourne Australia

<b>TEMPLATE FOR EITHER</b>  <b>INDIVIDUAL ORAL PAPER</b> <b>BRIEF ORAL</b> <b>ELECTRONIC POSTER</b>	
<b>Abstract Title:</b>	Development and Assessment of a Course Program to Improve Mothers' Child Care Happiness
<b>Aim:</b>	We developed and evaluated a six-session program over three months, each session lasting two hours, for mothers of infants in order to increase the level of happiness in raising their children.
<b>Method:</b>	<p>We conducted this program twice with nine to ten mothers per group. A total of 19 mothers participated in the program. We evaluated differences in psychological indicators (i.e., psychological scales) such as feelings of happiness and stress in raising children, and physiological indicators (i.e., autonomic nervous activity, brain waves, salivary chromogranin) such as levels of relaxation and stress. These indicators were assessed before, immediately after, and a month after their participation in the course program.</p> <p>Similar evaluations were made on a control group of 16 mothers who did not participate in the program. Contents of the program for enhancing feelings of happiness in raising children consisted of developing relationships by talking with others about oneself, reflecting on one's feelings towards one's children, value happy moments in raising children, recognize each other's hard work, affirm oneself and gain self-confidence, make a life plan, and have others listen to one's issues. In addition, each session incorporated deep abdominal breathing and facial stretching exercises for smiling.</p>
<b>Results:</b>	The effectiveness of the program was revealed by the psychological and physiological effects observed.
<b>Conclusions:</b>	Our future task is to develop a course program that is even more effective than the one described here.

*\*Note: Ensure the abstract title is the same title that was included in the submission system.*

## DEVELOPMENT AND ASSESSMENT OF A COURSE PROGRAM TO IMPROVE MOTHERS' CHILD CARE HAPPINESS

◆Yoshiko Shimizu, Nagano College of Nursing, Japan  
 ◆Shinobu Sekimizu, Graduate School of Tokyo University of Social Welfare, Japan  
 ◆Toshiko Endo, Kyoto Tachibana University, Japan  
 ◆Akio Hirose, Nagano College of Nursing, Japan  
 ◆Michiru Miyazawa, Nagano College of Nursing, Japan  
 ◆Hiroko Akahane, Nagano College of Nursing, Japan

Note: This research was supported by a grant from Grant-in-Aid for Scientific Research (C) (No. 17962256) in 2006.

**Purpose:** To increase maternal happiness in child-rearing

**Method:** We developed and evaluated a 3-month program to support mothers of infants. A total of 19 mothers (2 groups; n = 9-10)

participated in the program, which consisted of six 2-hour sessions. A control group of 16 mothers did not participate in the program.

- Psychological and physiological indicators of relaxation and stress used in this study were: Child-care Happiness Scale (Shimizu et al., 2007), Child-care Stress Scale (Shimizu, 2001), self-esteem (Yamamoto et al., 1982), autonomic nervous activity, brain waves, and salivary chromogranin.
- Relaxation and stress were assessed before the start of the program, immediately after program completion, and 1 month after program completion.
- Components of the program included: talking with others about oneself, reflecting on feelings towards one's children, deep abdominal breathing, and facial stretching exercises for smiling.

### Course program

- **Session 1** Realize the possibility to have time alone without children. Develop relationships with other mothers by talking about oneself. Communicating about color, reasons to speak out, comparing people with celebrities or animals, etc.
- **Session 2** Reflect on feelings for one's children. Assessing the similarities between oneself and one's own parents. Assessing the similarities between oneself and the child. Being vigilant of child's preferences. Value the happy moments in child-rearing.
- **Session 3** Evaluation of anxiety and consultation with a clinical psychologist.
- **Session 4** Recognize each other's hard work. Practice self-affirmation to build self-confidence. Share concerns about child care.
- **Session 5** Evaluation of anxiety and consultation with a clinical psychologist.
- **Session 6** Develop a life plan. Value important things, children, and dreams for the future. Talk about issues from one's own childhood.

Each session: Deep abdominal breathing and facial stretching exercises for smiling.

### Results

- Improved psychological and physiological states in participants after program completion demonstrated the effectiveness of the program.
- Psychological indicators of self-esteem and happiness in child-rearing were significantly increased immediately after completion of the program; levels of stress associated with child-rearing were significantly decreased.
- In particular, stress caused by child-rearing anxieties were significantly reduced.
- Alpha-3 brain waves, a physiological indicator of relaxation, were significantly higher immediately after program completion than before the program. However, 1 month after program completion, alpha-3 brain waves were not significantly different from baseline measurements, highlighting the need for ongoing support after program completion.
- In contrast, no significant changes were observed in any of the psychological or physiological parameters in the control group.
- Comments by the participants included the following: "It was good to hear others' experiences," "I realized I'm not the only one having a hard time," "this broadened my views," "I was able to reflect on my life," "I was able to view myself objectively," "I made friends," and "I was reassured of my love for my child."

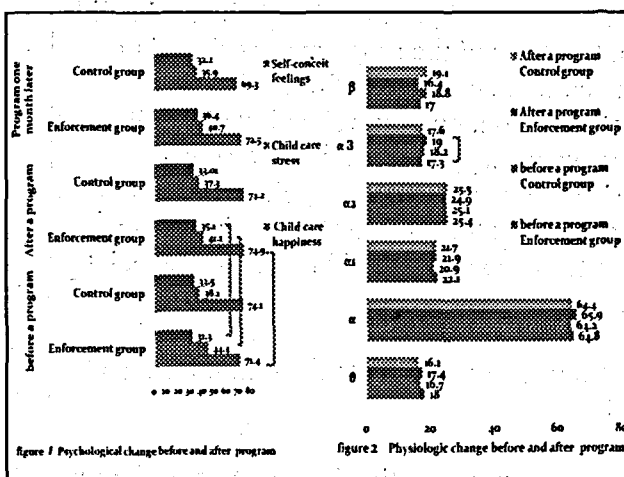


Figure 1 Psychological change before and after program

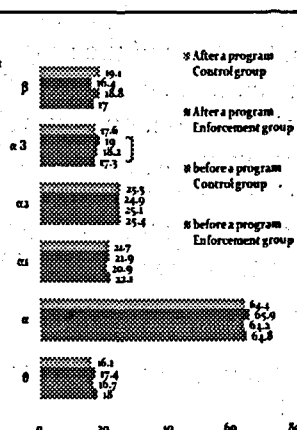


Figure 2 Physiologic change before and after program

### References

- Yoshiko Shimizu, Shinobu Sekimizu, Toshiko Endo, et al. (2007). Child care happiness feeling of mother: Development of standard, research of validity, Japan nursing science society, 27, and 15-24.
- Yoshiko Shimizu (2001). Research on validity of child care stress standard by which focus is appropriated to acknowledgment of child care environment, stress science, 16, and 46-56.
- Argyle M, Martin M (1991): The psychological causes of happiness. In: Strack P, Argyle M, Schwartz M, (Eds.) Subjective well-being. An interdisciplinary perspective. Oxford: Pergamon Press. 77-100.

#### Program strengths

- Listening to each other's child-rearing experiences.....13
- Companionship and mutual support .....10
- Well described theme and objective.....6
- Provided an experience away from child .....4

#### Changes made by participation in program

- I was listened to.....11
- Achieved composure and peace of mind .....10
- Became aware of my attitude toward child care .....8
- I was treated with consideration, and my hard work was acknowledged .....5
- Emergence of positive feelings .....4
- Improved attachment and feelings toward child .....3
- Communications and acupuncture .....2
- Stress reduction.....2
- Had time for relaxation and conversation.....8
- I was unsure what to expect from the anxiety evaluation and consultation.....4
- Increased holding of my child .....3

**Conclusion** By evaluating the results of the present study, we aim to develop a more effective program.

---

## 母親の育児幸福感を高めるプログラムと その評価尺度の再開発

課題番号 20592592

平成20年度～平成22年度科学研究費補助金(基盤研究(C))  
研究成果報告書

発行者 清水 嘉子(長野県看護大学看護学部 教授)  
発行日 2011年3月  
印刷所 株式会社 宮澤印刷

---