

「首都圏在住の乳幼児を持つワーキングマザーを  
対象とした子育て支援プログラムの構築に  
向けた調査研究」

最終報告書

平成 31 年 1 月

国立成育医療研究センター

加藤承彦

## 1. 目的

本調査事業の目的は、首都圏で働きながら乳幼児期の子どもを育てている女性（ワーキングマザー）を対象とした子育て支援プログラムの構築に向けた調査研究を実施することである。

戦後の日本社会において、父親は仕事、母親は家事・育児という性別役割分業の在り方が一般的であった。しかし、90年代以降、共働き世帯が専業主婦世帯を上回っているにも関わらず、長時間労働などの理由による男性の家事・育児への不参加は変わっていない。結果、ワーキングマザーには仕事・家事・育児の負担が重くのしかかっている。さらに、他の先進国と比較して、日本は公的な子育て支援の投資が少ないため、子どもの教育費の負担など経済的な重圧も加わっている。このような背景を踏まえて、今回の研究において、下記の2つの調査を実施する。

- 1) 乳幼児を養育しているワーキングマザーへの聞き取り調査
- 2) 既存の子育て支援プログラムの分析調査

## 2. 実施内容および得られた知見

### 1) 乳幼児を養育しているワーキングマザーへの聞き取り調査

まず、社会福祉法人ちとせ交友会より研究実施の了承をうけ、所属する国立成育医療研究センターにおいて研究実施に関する倫理審査を受けた（「研究のお知らせ」募集チラシを参考資料1として添付）。また、聞き取り調査を実施するにあたって、明治大学の藤田結子教授を訪問し、聞き取り調査における注意点などに関してアドバイスを受けた。藤田教授は、2017年に『ワンオペ育児：わかってほしい休めない日常』を出版している。

2018年7月から12月にかけて、合計14名のワーキングマザーにインタビューを実施した。しかし、1名はICレコーダーの不調で、音声は録音されておらず、もう1名は聞き取り調査を実施した際に、現在、就業していないことが判明したので、残りの12名（2名のダイオーズ社員を含む）の聞き取り調査の結果を今回の分析対象とした。インタビュー時間は、大体75分程度で、4名の聞き取りは、協力頂いた保育園で行い、その他は国立成育医療研究センターや、参加者が指定した喫茶店などで行った。対象者は、全員、保育園に通園している3歳以下の子どもがおり、フルタイム（フレックス・時短を含む）で仕事をしてい

た。1名のみ、育児休業中だった。2名は自営業、1名は福祉関係の専門職で、残りは会社勤務だった。聞き取り調査終了後、テープ起こしを専門の会社に注文し、分析に用いた（一名分の一部を資料2として添付）。現在、聞き取りをした内容の分析を進めているところであるが、下記のようなテーマが浮かび上がってきている。

- A) 仕事と育児のバランス
- B) 会社に対する思い
- C) 時間のなさとワンオペ育児

#### A) 仕事と育児のバランス

聞き取り調査をしたワーキングマザー全員が仕事をしていることに何らかの満足感を得ており、可能な限り仕事を続けたいという希望があると感じた。その一方で、仕事と育児のよいバランスがどこなのかに関しては、皆一様に悩んでおり、しかし両立させるだけで精一杯でゆっくり落ち着いて考える時間もないという状況が多く見られた。特に子どもに対して十分な時間を割けているのか、子育ての方針が正しいのか？という不安が多かった。

聞き取り調査を実施するに当たって、保育園に対する希望や改善の要望があるのでは？と予想していたが、保育園に対する不満は特になく、預かってもらえるだけでありがたいという意見が多かった。ただ、1歳からだと入れず待機児童になってしまうので、0歳から入れたという親も多かった。男の子を持つ親に関しては、子どもが元気すぎるので家で二人っきりだと辛かったかもしれないという意見もあった。特に0歳から預けた場合、病気にかかり仕事を休まないといけないう状況が頻繁に発生し、対応が大変だったという母親が多かった。

周りからのサポート（実の親・義理の親など）が充実している場合、子育てに対してゆとりをもって臨んでいるという印象を受けた。サポートを受けている母親たちからは、「自分は恵まれている。もしサポートがなかったら絶対無理！」という意見が多く聞かれた。しかし、義理の親に対しては、やはり遠慮があるのか、実の親ほどサポートを頼んでいないようだった。夫からのサポートに関しては、C)で述べる。その他のつながり（ママ友）に関しては、仕事をしているため迎えの際に話したりする時間がないため、保育園での母親同士のつながりは薄いようで、以前からの友人や会社の同僚や先輩からの情報収集・交換が多いという場合が多かった。

## B) 会社に対する思い

多くのワーキングマザーに共通していたのが、仕事をするにあたって、会社が「ほどほど」の選択肢を用意していないという思いである。聞き取りしたワーキングマザーは、一様に任せられた仕事は責任を持って達成したいと述べている。しかし、限られた時間の中でこなせるだけの量を超えている業務を課せられることで、仕事も育児も中途半端になってしまい葛藤を感じるというケースが見られた。また、ワーキングマザー側も自分の裁量で判断したり、または上司に「これ以上、出来ません」と言うことをためらう様子もうかがえた。

また、仕事と育児をバランスよく両立させながら管理職になった女性がおらず、ロールモデルがないという声も聞かれた。会社側としては、意欲の高い人材が欲しい、そういった人材になって欲しいと希望するのは当然であり、そのための支援（病児保育やベビーシッターの費用の負担など）を充実させている会社も増えていると思われる。しかし、いわゆる「バリキャリ（バリバリのキャリアウーマン）」を望んでいない人に対してのバリバリ働くことを強要したり、バリバリ働くことを望まない人を2軍扱いすることは、ワーキングマザーのモチベーション低下につながると思われる。ワーキングマザーが仕事に対してどこまでコミットできるかは、育児の状況（家族からのサポート、子どもの年齢など）によって大きく変わるので、「バリバリ」、「ほどほど」、「ゆるく」をその時々状況において行ったり来たりできるようにすることが、必要であると感じた。望んでいないにもかかわらず「バリバリ」を強要された場合、子どもに対して十分時間を割けない罪悪感から仕事に対するモチベーションが低下し、結果、会社に対する忠誠心が薄れると思われる。30代は、約10年働いてきて、今後どのような道を選ぶか悩む時期でもあると思われるので、本人の希望を丁寧に聞き取ることが仕事に対するモチベーションアップにつながると推測される。

## C) 時間のなさワンオペ育児

自分の時間が欲しい！という切実な声が多かった。夫からのサポートに関しては、平日朝ごはんを用意したり、保育園の送りを担当したり、週末に遊んでくれるという事例が多かった。しかし、どの家庭でも夫の帰宅時間は大体夜の9時過ぎで、5時頃に仕事が終わって子どもを保育園に迎えに行って、その後、ご飯を準備して食べさせて、お風呂に入れて、寝かしつけるのは母親で、しかもそれを一人で行う、いわゆるワンオペ育児だった。朝、夫が子どもを送っていき、母親

がフレックスで早く出勤してその分早く帰って、子どもを迎えにいけるよう役割分担をしている家庭が多かった。皆、夜の寝かしつけまでをなるべくスムーズにやりたいと願っているが、どうしても寝させる時間が遅くなってしまい、不本意であると感じている場合が多かった。また、夫が不規則な時間に帰ってくるとルーティーンが崩れるので、なるべく同じ時間に帰ってきてほしいという意見も聞かれた。

そのように日々時間に追われて、焦る気持ちの中で育児しているワーキングマザーの多くは、夫が自分の時間を持てていることに苛立ちを感じていた。母親が家事も育児も一切考えないでいい時間を少しでも持つことがリフレッシュにつながるのではと思われる。男性は、まだ話せない乳児期の子どもとどのようにコミュニケーションを取っていいのかわからないので、育児参加しない可能性も考えられるので、妊娠期から情報提供することで乳児期からの父親の育児参加を促進できる可能性も示唆された。夫が早期から育児参加をすることで、ワーキングマザーが自分の子育てに対する漠然とした不安を感じるリスクを減らすことができるのではないかと考える。

## 2) 既存の子育て支援プログラムの分析調査

現在、様々な子育て支援プログラムが存在するが、主にハイリスクな家族（例、虐待をしてしまう可能性のある親）を対象としており、かつ海外から導入してきたプログラムが多い（例、トリプルP→オーストラリア、ノーバディズ・パーフェクト→カナダなど）。よって日本の一般的な親にとってどのくらい有効なのかは明確でない。首都圏のハイリスクではないワーキングマザーを対象とした子育て支援プログラムを構築するにあたり、トリプルPとノーバディズ・パーフェクトの研修に参加し、これらのプログラムの内容を学び、それぞれの長所・短所について学んだ。「ノーバディズ・パーフェクト（完璧な親はいない）」は、カナダを発祥とする子育て支援のプログラムで、大体6～20名の乳幼児を親を対象に2時間セッションを最低で6回実施する。今回、NPO法人子ども家庭リソースセンターが実施する講習に参加した。親が使えるテキストなどの資料が充実していることがノーバディズ・パーフェクトの長所の一つであると感じた。その一方で、働く親が2時間x最低6回このプログラムに参加することは時間的制約によりかなり難しいのではと感じた。この点に関して、子ども家庭リソースセンターも適切な方法がないか模索中であるとのことだった。

また、NPO 法人 Triple P Japan が実施するグループ Triple P の講習にも参加した。「Triple P-前向き子育てプログラム」は、オーストラリア発祥の子育て支援プログラムで、10～12名の2～12歳の子どもを持つ親を対象に8回のセッションを行う。8回のセッションは、4回のセッション、3～4回の電話セッション（各15～30分）、グループ修了セッションにより構成されている。このプログラムは、内容が心理学の研究成果に基づいていることが長所であると感じた。しかし、その一方で子育て支援の内容が高度で支援を実施する側にかなりの知識と経験が求められると感じた。結果、実施する側に知識やスキルが欠けている場合、効果的な子育て支援にはならないリスクがあると感じた。また、支援者になるための講習の参加費が高額であることも短所であると感じた。

どちらのプログラムも根拠に基づいた内容で構成されており、適切に実施された場合、有効であるのではと思われる。しかし、これらのプログラムは、最高でも20人程度で実施するため、沢山の人を対象に実施することが難しいのが短所であると感じた。また、時間がない親を対象に2時間のセッションを6回や8回も実施するのも難しいと感じた。

### 3. 今後の展開

今回、インタビューをしたワーキングマザー全員が何らかの形で子育てに対して葛藤を感じていることが明らかになった。そして、その葛藤の源のひとつとして、時間がないことの可能性が示唆された。この問題は、現在、社会問題として認識されている働き方改革や女性活躍の推進、男性の育児参加と密接に関係しており、会社の人事部やダイバーシティ推進部などにも聞き取り調査を実施し、会社側の視点や意見なども理解する必要を感じた。引き続き、聞き取り調査結果の分析を実施し、働く母親の状況の理解を深めると共に、得られた知見を踏まえてどのような支援をしていくことが子育ての負担軽減につながるのかを考えて行く予定である。分析の結果は、日本人口学会や赤ちゃん学会などで発表する予定である。

<資料 1 >

首都圏在住の乳幼児を持つワーキングマザーを対象とした

# 育児の不安や悩み 聞き取り調査

## 研究者 参加者 募集



子育ては幸せいっぱいのごとでしょう。一方、働きながらの子育てには、仕事・家事・育児といった負担が重くのしかかっているのも事実かもしれません。本研究では働きながら子育てをされている皆さまのお話を伺い、ワーキングマザーにとって必要な子育て支援の内容は何かを明らかにしていくことを目的としています。

### ご協力いただきたい内容

聞き取り調査のご協力

- 回数：1回
- 時間：1時間半程度
- 内容：子育て中の悩みや不安などのお話を伺います

※日時などをご都合をお伺いしてからの実施となりますのでご安心ください。

### 誰が参加できますか？

乳幼児のお子さんがある  
働いている女性の方

### 研究に参加して いいことがありますか？

ご協力のお礼として  
QUOカード5000円差し上げます

### 興味がありますが、どうしたらいいですか？

以下のアドレスにメールにてお問合せ下さい。  
※詳しい内容と、スケジュールのご相談メールをお送りさせていただきます。

[smd\\_kenkyu@ncchd.go.jp](mailto:smd_kenkyu@ncchd.go.jp)



QRコード

研究責任者：加藤承彦 国立成育医療研究センター社会医学研究部行動科学研究室