

## 森永乳業の育児ニュース『エンゼル 110 番レポート第 81 号』

### 「ママたちの育児スタートは？」

———— ママ 100 人に聞きました ————

森永乳業は、時代とともに変化する母親像の理解に役立つことを願い、1993年4月から「エンゼル 110 番レポート」を発行しております。この「エンゼル 110 番レポート」は、育児相談窓口「エンゼル 110 番」への相談内容から、毎回育児に関する傾向についてまとめています。

エンゼル 110 番は 1975 年 5 月に開設し、2018 年 5 月で満 43 年を迎えました。開設当時の 1970 年代は、いわゆる「団塊の世代」の出産期が継続しており、大家族から核家族へと育児をめぐる環境が大きく変化した時代でした。そこで森永乳業が「子育て奮闘中のママたちのために何かお役に立てることはないか」と考え、育児用ミルクメーカー初の育児相談窓口として開設したのが「エンゼル 110 番」です。

エンゼル 110 番には、出産直後から育児に戸惑い、不安を抱えるママたちからの相談が入ります。この時期はママたちが精神的にも不安定であり、赤ちゃんとママがスムーズに生活をスタートするためには家族や多くの人たちの協力が必要です。

そこで今回は、実際にママたちが出産後の生活をどのように始めたのかを聞いてみました。2003 年に行ったアンケート※の結果とも比較し、今後求める支援サービスについても伺いました。

※エンゼルレポート第 41 号「ママたちの育児スタート～産後に望む支援サービス～」

#### 【主な調査結果】

- 出産後を「ママの実家で過ごした」が最も多いが、割合は 2003 年より減少し、「自宅で過ごした」が増加。
- 育児も家事も実母の協力が減り、ママの負担が増えている。
- 支援サービスの利用は「新生児訪問」が最多。その他のサービスの利用は少ない。
- ママが一番利用したいと思った支援サービスは、「専門家による頻繁な訪問、相談」。

#### ◇エンゼル 110 番 電話相談運営概要◇

相談対象 妊娠中～小学校就学前まで  
相談員数 22 名(保健師、管理栄養士、心理相談員など)  
ウェブサイト <http://www.angel110.jp/>

## エンゼル 110 番レポート VOL.81

### 今回のテーマ「ママたちの育児スタート」

—ママ 100 人に聞きました—

出産直後はママの体の回復も十分ではなく、精神的にも不安定です。その時期をどう乗り越えるかは、その後の子育てにも大きく影響します。そこで、0 歳から 2 歳までの子どもを持つママに、出産後はどのように過ごしたか、また育児支援・サポートの利用状況を聞いてみました。その結果を、2003 年に行った同様のアンケート結果と比較しました。

「ママの実家で過ごした」が最も多いが割合は 2003 年より減少、「自宅で過ごした」が増加。

Q1：出産後はどこで過ごしましたか？

今回のアンケートでは「ママの実家で過ごした」が 61 人と最も多くなりましたが、前回のアンケートより 10 人減少しています。一方「出産後をパパとママと子どものみの自宅で過ごした」は 36 人と、前回に比べて 1.8 倍になり、大きく増加しました。（図 1）

図1 出産後はどこで過ごしましたか？ (n=100 複数回答)

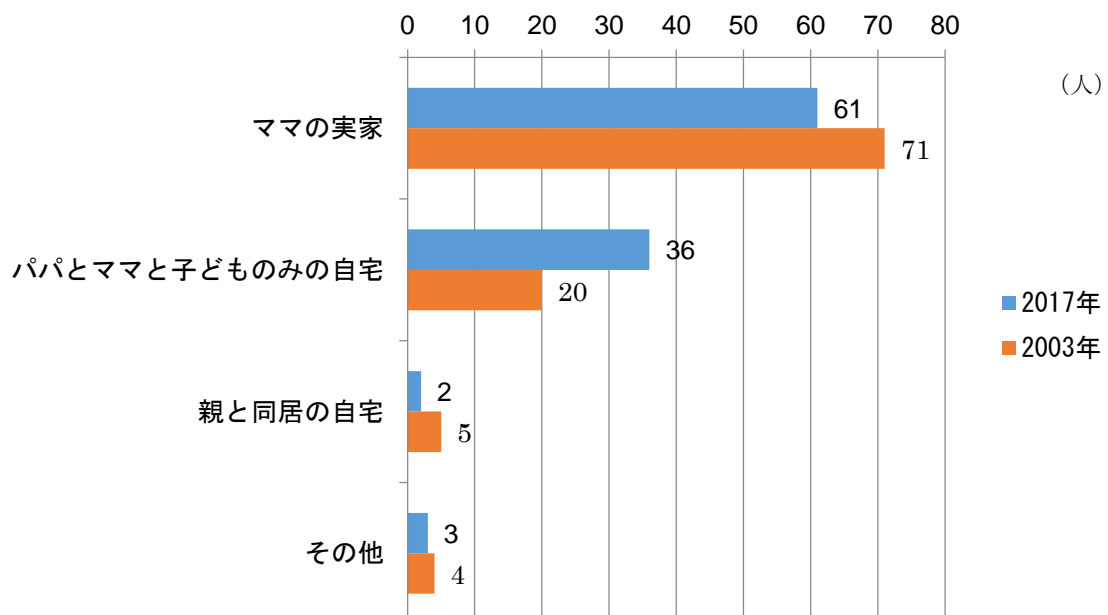
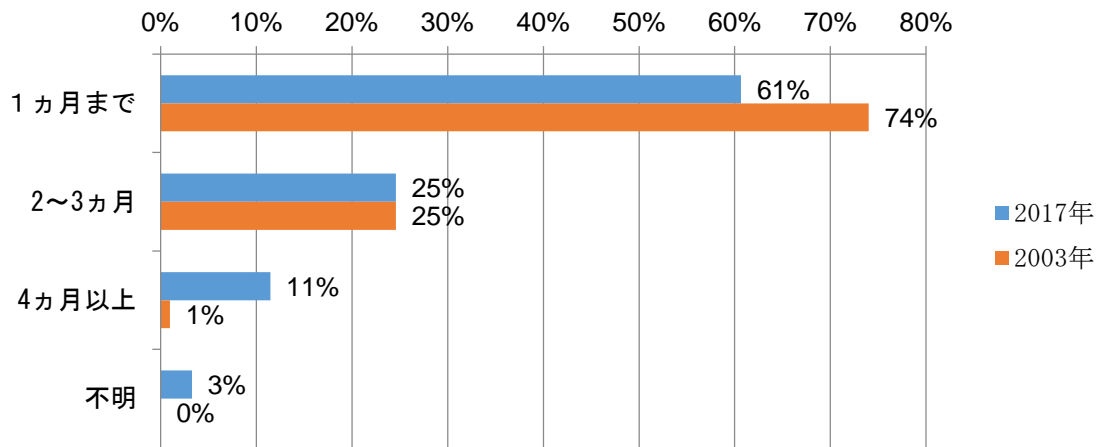


図2 出産後に実家で過ごした期間は？(2017年 n=61 2003年 n=71)



今回「ママの実家で過ごした」と回答した 61 人のうち、期間が「1 ヶ月まで」が最も多く 61%、「2～3 ヶ月」が 25%、「4 ヶ月以上」は 11% でした。実家で「1 ヶ月まで」過ごすママが最も多いとはいうものの、前回より減っていました。一方「4 ヶ月以上」の割合が 1% から 11% と、大幅に増え、中には 5～6 ヶ月と長期の回答もありました。(図2)

ママの実家で過ごした理由として、『いろいろサポートしてもらいたかった』『親に教えてほしかった』『初めての育児は心配』『親のすすめ』などが挙がり、育児の先輩がいてサポートがある実家が安心という声が多く聞かれました。そのほかに、『パパが忙しい』、『パパの単身赴任』という声もありました。

自宅で過ごした理由としては、『親世代も現役で働いていて忙しい』『親の体調が悪い』『祖父母の介護がある』など家庭の事情がうかがえる声がありました。また、『不安もあったが、早く生活を確立したかった』『パパが手伝ってくれると言った』などの、新米ママとパパの意気込みを感じられる声もありました。

#### <ホットボイス>

##### ☆ママの実家で過ごした理由

- ・ 実母のそばで、いろいろサポートしてもらいたかった。
- ・ 実家のほうが、まわりに知り合いも多くて安心だから。
- ・ 子育てに自信がなく、親にいろいろ教えてほしかった。長期間実家にいることにパパも賛成してくれた。
- ・ パパは単身赴任中のため半年実家に居た。
- ・ 上の子がまだ 1 歳なので、実母にみてもらう必要があった。

##### ☆自宅で過ごした理由

- ・ 里帰りしないことに不安もあったが、早く自宅での生活を確立したかった。
- ・ 実母の体調が悪いため、帰れなかった。
- ・ 実母には、仕事がある。祖父母の介護がある。

- ・ パパが夏休みを取ることができて、協力してくれると言った。
- ・ 実母とうまくいっていないので、実家に帰るとかえってストレスがたまる。
- ・ パパの実家が近いので、自分の実家に帰ることに遠慮があった。

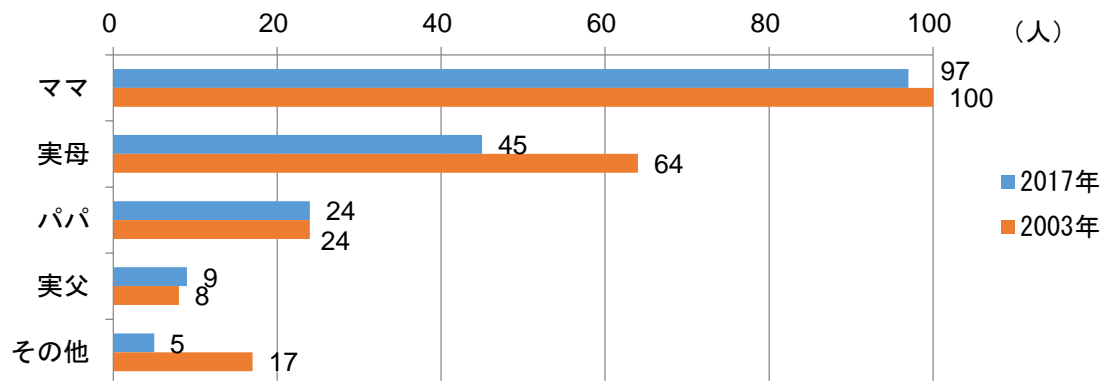
育児も家事も実母の協力が減り、ママの負担が増えている。

Q2：産後に、おもに育児や家事をしたのは誰ですか？

次に、産後の育児・家事を誰がしたかについて聞きました。

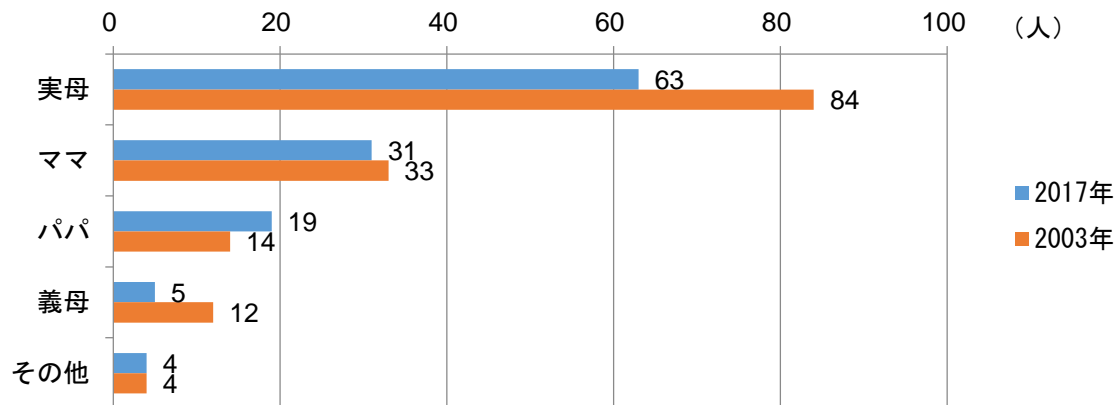
育児はほとんどが「ママ」で97人、次は「実母」45人、「パパ」24人、「実父」9人、「その他」5人でした。「実母」が19人減り、「その他」も12人減っていました。(図3)

図3 出産後に育児をした人は？ (n=100 複数回答)



家事は「実母」が 63 人、次いで「ママ」31 人、「パパ」19 人、「義母」5 人、「その他」4 人の順でした。「実母」が家事の中心であることは前回と変わりがないと言えますが、「実母」が 21 人減り、「義母」も 7 人減っています。「パパ」の人数は、前回の人数を元にするると 1.4 倍に増えていることになり、「パパ」の協力が増えていることがわかります。(図 4)

図 4 出産後に家事をした人は？ (n=100 複数回答)



育児は「ママ」に次いで「実母」、家事をした人は「実母」に次いで「ママ」と前回の調査と同じでしたが、育児では「実母」と「その他」の人数が減り、家事では「実母」と「義母」の人数が減りました。「ママ」の人数に変わりがないことを考えると、「ママ」の負担が増えているのではないかと考えられます。

「実母」の人数が減っている理由は、出産後は自宅で過ごしたママの『実家に帰っても両親はまだ現役で忙しい』『実母は祖父母の介護がある』や、『実家にいても両親は働いていて、帰れば見てくれるけれど、日中は赤ちゃんを2人だけ』という声から、「実母」が仕事や介護で忙しい状況にあると推察されます。

自宅で過ごした理由の中に『夫が手伝えると言った』『夫が夏休みをとれた』など、「パパ」は家事に協力していると思われます。また、『夫の協力を得たかったので大変でも自宅で育てたかった』というママの声もあり、ママは子育てだけでなくパパ育ても考えているのかもしれませんが。

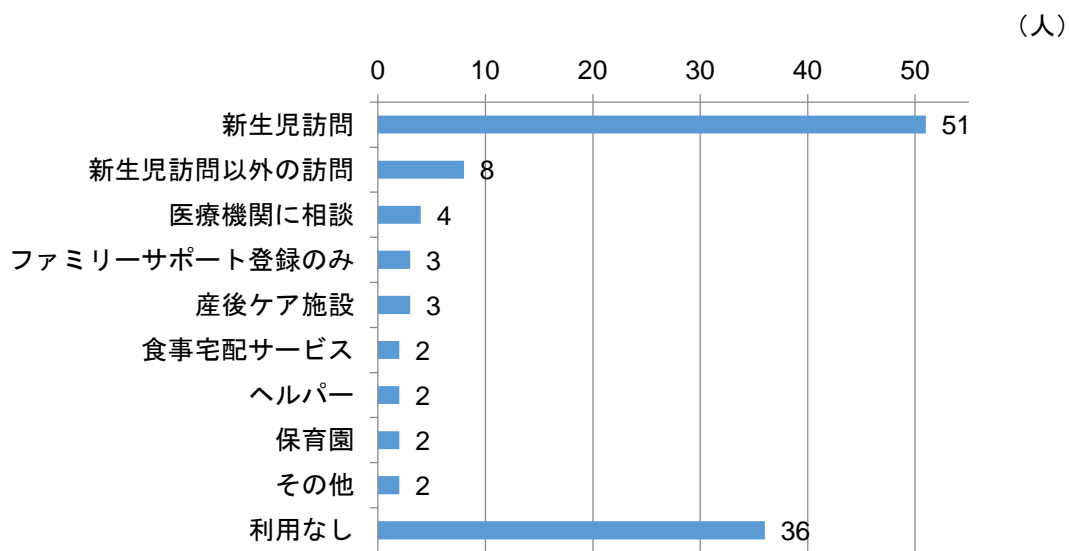
「義母」の数が減っているのは、体調不良や祖父母の介護など同世代の実母と同じ理由が考えられますが、『同居で自宅に義母がいるため休めないと思って実家にいた』や、『手伝いに来てもらったが、気を遣い、辛かったので早めに帰ってもらった』『義母に来てほしくないからヘルパーを雇った』というママもいて、「義母」が手伝えないだけでなくママの気持ちが表れている結果ではないかと思われます。

支援サービスの利用は「新生児訪問」が最多。その他のサービスの利用は少ない。

### Q3：支援サービスは利用しましたか？

支援サービスの利用について聞いてみると、各自治体が行っている「新生児訪問」を 51人が利用していました。2 回利用した人が 2 人いました。新生児訪問以外で「助産師や保健師の訪問を利用した人」が 8 人、「医療機関に相談」が 4 人、「産後ケア施設の利用」が 3 人、「食事宅配サービス・ヘルパー・保育園の利用」がそれぞれ 2 人ずつでした。利用しなかったという人は 36 人でした。(図 5)

図 5 出産後に利用したサービスは？ (n=100 複数回答)



「新生児訪問」は 51 人と半数のママが利用しており、育児支援サービスとして定着していることがうかがえます。中には「新生児訪問を 2 回利用した」、「新生児訪問以外で保健師や助産師の訪問も利用した」との回答もあったことから、訪問はママたちが頼りにしているサービスといえるでしょう。訪問の内容としては『沐浴の方法や抱っこの仕方を教わった』『母乳マッサージ』『体重測定』などが挙げられました。

「医療機関への相談」は、おもに電話相談でした。「産後ケア施設」を利用した人は 3 人でしたが、実家などの支援を得られなかったことを理由に挙げているのが特徴的で、滞在期間に関わらず『利用してよかった』という感想でした。

「ファミリーサポート」については、登録だけで利用しなかったというママが 3 人いました。『里帰り中で実母のサポートで十分』と感じたり、『自宅で夫や実母のサポートでなんとかなった』という理由で、「新生児訪問」を含めてサポートを利用しなかったというママが 36 人いました。育児は出産直後だけでなく、その後もいろいろな不安や心配があるものです。気軽に利用できるサポートを知り、準備しておくことも大切でしょう。

＜ホットボイス＞

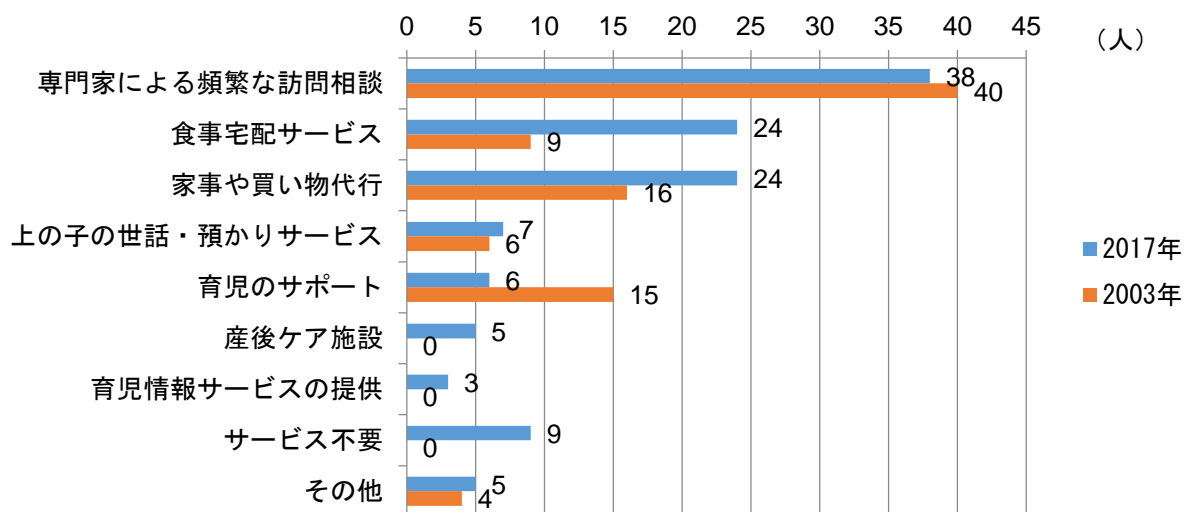
- ・ 自治体からのオムツのクーポン 20 パックプレゼントがあり助かった。
- ・ 産後、気持ちが落ち込んで、産後ケア施設を 2 泊 3 日で利用した。落ち着けてよかった。
- ・ 自治体から補助金が半分出る家事サービスがあったが、利用しないで間に合った。
- ・ ファミリーサポートに登録はしたけれど、手続きが面倒で使わなかった。

ママが一番利用したいと思った支援サービスは、「専門家による頻繁な訪問、相談」。

Q4：出産後にあると嬉しいと思うサービスがあれば教えてください。

「新生児訪問」以外の支援サービスを利用したママは、24 人と全体の 2 割程度にとどまりました。産後にあると嬉しいサービスについて聞いてみると、最も多かったのは「専門家による頻繁な訪問相談」で、「電話相談」を含めて 38 人でした。次は「食事宅配サービス」と「家事や買い物の代行」でそれぞれ 24 人でした。「上の子の世話・預かりサービス」が 7 人など様々な意見がありました。(図 6)

図 6 出産後にあると嬉しいサービスは？(複数回答)



「専門家による頻繁な訪問相談」は、助産師や保健師などに新生児期以降も継続して訪問してほしいという希望でした。また、『新生児訪問の回数を多くしてほしい』『3 ヶ月くらいまで訪問してほしい』という声も挙がりました。『新生児訪問が終わると保健センターなどとのつながりがなくなるので、継続してくれると心強い』という意見のママたちも多いです。その中に医療機関や保健センター、エンゼル 110 番に『電話で相談したい』という意見もあり、訪問をしてもらうほどではないけれど相談したいことはたくさんあるのだらうと思われまます。また、「ファミリーサポート」を利用しなかった理由に『資格のない人が担当することが不安』『事前にどのような人が来るのかわかれば利用した』という回答があり、専門家が頼りにされていることがうかがえます。前回も「専門家による頻繁な訪問相談」

がトップでしたので、ママたちの要望は基本的には変わりがないようです。

ママ向けの「食事宅配サービス」「家事や買い物代行」が前回より大幅に増えているのは、食事の宅配やスーパーの配達サービス、ネットスーパーなどが、一般的なサービスとして広く認識されて需要が高まってきたためではないでしょうか。しかし、『食事の宅配サービスを利用したら高齢者向けだった』『ネットスーパーが(地域にないのも)あるとよい』という声もあり、必ずしもママたちの希望に沿う状況ばかりではないようです。さらに、「家事や買い物代行」や「産後ケア施設」は広まりつつあるとはいうものの、まだまだ高価な印象があり、『あれば嬉しいサービス』の状態ということが推察されます。

「上の子の世話・預かりサービス」は、上の子がいるときには便利なサービスでしょう。ママが出産後に自宅で過ごす理由には『親が高齢で幼い子の面倒を見てもらえない』『保育園に通わせているが送り迎えが大変』などそれぞれの事情がありますが、赤ちゃんを育てながら上の子の面倒を見るというのはママにとって大変なことです。

#### <ホットボイス>

- ・ 新生児訪問は1回でなく、3ヵ月くらいまで2~3回来てくれると助かる。
- ・ 新生児訪問以後は専門家とのパイプがなくなってしまうので、継続してくれると心強い。
- ・ 体重を測定できる場所が複数あるとよい。
- ・ 住んでいる市では産後ケアにお金がかかる。隣の市は500円で利用できるらしい。ワンコインで利用できるともっと手軽に利用できる。
- ・ ファミリーサポートで資格のない人に頼むのは心配。事前にどんな人が来るのかわかれば使いたかった。
- ・ 他県で姉が1時間700円で家事サービスを受けていた。それがあるとよい。
- ・ 首すわり前の赤ちゃんを預かってくれるところを利用したい。
- ・ 3ヵ月以降で動きが活発な時期や夜泣きで大変な時期など、一時預かりを利用できない場合の支援があるとよい。

#### まとめ

今回の調査では、出産直後「自宅で過ごしたママ」が増加していました。『実母が現役あるいは体調が悪い、祖父母の介護、実家が遠い』などの事情から実家に帰ることが出来なかったママもいましたが、『パパが協力してくれる』『育児を夫婦2人でスタートしたい』という積極的な理由もありました。

そのような中でママたちが望んでいるのは、慣れない子育てについて頻りに相談ができるサービスでした。助産師、保健センター、医療機関などを相談先と考え、『信頼できる人にサポートしてほしい』という気持ちが、アンケートの結果からうかがえました。

しかしながら、頼りたい家族の協力が得にくくなった中で、「専門家の訪問・相談」以外の支援サービスの利用はあまり増えていません。「家事代行サービス」や「産後ケア施設」も利用料が高く、利用した人は少数でした。回答の中には『無料であれば何でも利用したい』という声や、『安



ければ』、『ワンコインで』という意見もしばしば聞かれました。利用したいサービスはいろいろあるものの、費用が掛かるサービスは負担が大きいため実際に利用するまでには至らないのでしょう。安価で利用しやすい支援が求められているのではないのでしょうか。

「自宅で過ごした」「ママの実家で過ごした」どちらの場合も、スタートした育児はこれから先も続きます。近年の残業の削減や男性の育児休暇取得などの社会的な働き方の変化が、パパの意識を変えることもあるでしょう。ママとパパが協力して育児をするという気持ちが、何より大切です。そのためには、新米ママとパパを支える育児支援や各種サービスが利用しやすいものとなることが望まれます。

## 調査の概要

- 対 象 : 「エンゼル 110 番」に電話をいただいたママ 100 人
- 調 査 方 法 : 電話による聞き取り調査
- 調 査 期 間 : 2017 年 11 月 10 日～12 月 13 日
- 対 象 者 の 属 性 : 「母親の年齢」10 代…1 人、20 代…33 人、30 代…64 人、40 代…1 人  
50 代…1 人  
「子どもの年齢」3 ヶ月以下…34 人、4～7 ヶ月…26 人、  
8～11 ヶ月…15 人、1～2 歳…25 人

## エンゼル110番レポートのバックナンバー

第1号（93/4月）『離乳食』	第34号（01/12月）『絵本の読み聞かせをしていますか』
第2号（93/7月）『初めての泊まりがけ旅行』	第35号（02/3月）『育児日記をつけていますか』
第3号（93/10月）『胎教』	第36号（02/6月）『ママたちの再就職事情』
第4号（94/1月）『お年玉』	第37号（02/9月）『テレビやビデオをどのように見せていますか』
第5号（94/5月）『夫の育児参加と妻の満足度』	第38号（03/1月）『夫の育児参加と妻の満足度（その2）』
第6号（94/8月）『妊娠中の食事について』	第39号（03/4月）『子育てにインターネットを活用していますか？』
第7号（94/11月）『育児雑誌を読みますか』	第40号（03/7月）『子育てコストとママの生活満足度』
第8号（95/2月）『早期教育は必要ですか』	第41号（03/12月）『ママたちの育児スタートー産後に望む支援サービスー』
第9号（95/5月）『赤ちゃんのアレルギー、気になりますか』	第42号（04/4月）『子育てママの喫煙・禁煙』
第10号（95/8月）『どんな出産をされましたか』	第43号（04/9月）『信頼できる育児の情報源とママたちの満足度』
開設20周年記念冊子（96/10月）『60万件の電話相談から』	第44号（04/11月）『ママたちの産院選びと立会い出産の実態』
第11号（95/11月）『子育て費用をどう考えますか』	第45号（05/3月）『妻の実家・夫の実家、どう付き合っていますか？』
第12号（96/2月）『子どものこと夫婦で話していますか』	第46号（05/7月）『赤ちゃんのアレルギー、気になりますか？』
第13号（96/10月）『赤ちゃんをだっこした経験ありましたか』	第47号（05/11月）『赤ちゃんをだっこした経験ありましたか？』
第14号（96/12月）『理想の父親像と母親像』	第48号（06/4月）『子育てママの携帯電話活用法』
第15号（97/4月）『子育て中のお母さんの自由時間』	第49号（06/7月）『子ども連れて初めての泊りがけ旅行』
第16号（97/6月）『子どもを預けたことはありますか』	第50号（06/11月）『子どもは何人ほしい？』
第17号（97/9月）『子育て中のストレス解消法』	第51号（07/2月）『子どもに習い事をさせますか？』
第18号（97/12月）『かかりつけのお医者選び』	第52号（07/8月）『「3歳児神話」をしていますか？』
第19号（98/4月）『“格好いいお母さん”が当たり前？』	第53号（08/1月）『子どもを預けたことはありますか？（その2）』
第20号（98/6月）『35歳からの子育て』	第54号（08/4月）『「お母さんになった」など初めて感じたのは？』
第21号（98/9月）『これからはママもパソコン使います』	第55号（08/9月）『結婚前の料理経験はどれくらいですか？』
第22号（98/12月）『35歳からの子育て パートⅡ』	第56号（09/1月）『ここが困った！子連れ外出事情』
第23号（99/3月）『実家とどうつきあっていますか』	第57号（09/5月）『不況に負けない！ママの明るい節約術』
第24号（99/6月）『子どものアレルギーについて』	第58号（09/9月）『孫育て』
第25号（99/9月）『子ども連れのお母さんが見た街作り』	第59号（09/11月）『ママ友とのおつきあい、どうしてますか？』
第26号（99/12月）『子育てが楽しいと感じる時』	第60号（10/5月）『夕飯の献立どうやって考えていますか？』
第27号（2000/3月）『離乳食は得意ですか』	第61号（10/8月）『子育て支援で、本当にしてほしいことは？』
第28号（00/6月）『子育て仲間はどこで見つけましたか？』	第62号（10/11月）『パパはイクメンですか？』
第29号（00/9月）『子連れで海外旅行に行きましたか？』	第63号（11/2月）『35年で変わったこと、変わらなかったこと』
開設25周年記念冊子（00/10月）『医療関係者向アドバイスブック』	第64号（11/5月）『育児日記をつけていますか？』
第30号（00/12月）『私たちのミレニアム・ベビー』	第65号（11/9月）『ママたちの節電対策』
第31号（01/3月）『ママたちのIT革命』	第66号（12/1月）『今、大切にしたいもの』
第32号（01/6月）『子どもが生まれて夫婦関係が変わりましたか？』	第67号（12/6月）『育児で心配になったきっかけとその解決方法』
第33号（01/9月）『妊娠してからの食生活の変化』	第68号（12/11月）『子育てママのお正月』
第69号（13/3月）『名づけ』	第75号（15/11月）『働くママの気持ちと職場の理解』

第70号(14/5月)『赤ちゃんを抱っこしたことはありましたか?』

第76号(16/6月)『ママたちが活用しているアプリは?』

第71号(14/12月)『母乳への意識』

第77号(17/1月)『結婚前の料理経験はどのくらいですか?』

第72号(15/4月)『現代のママ事情』

第78号(17/7月)『なぜ、今「電話相談」なのか〜』

第73号(15/7月)『「食べない子」「食べすぎる子」のママの悩み』

第79号(17/11月)『ママたちのストレスとその解消法』

第74号(15/9月)『子育てしやすい街の条件』

第80号(18/3月)『2017年年間統計』