

## A市における3歳児を持つ母親の趣味と子育て環境についての検討

大浦 早智\*, 小西 清美\*, 長嶺絵里子\*

### The hobbies and parenting environments of mothers with three-year-old children in A city

Sachi OURA\*, Kiyomi KONISHI\*, Eriko NAGAMINE\*

#### 要 旨

本研究は、3歳児を持つ母親の「趣味」に着目し、母親の具体的な趣味の実態を明らかにし、趣味の活用により、母親の子育て環境が充実するための育児支援方法を検討することを目的とした。

対象者はA市における3歳児健康診査を受診した児の母親199人である。基本属性、趣味の有無と内容、子育て概況、育児不安等に関して無記名自記式質問紙調査を実施した。有効回答の得られた115人の母親を分析対象とした。

その結果、趣味「あり」の者は55.7%、趣味「なし」の者は44.3%であった。具体的な趣味は、48種類示され、「ショッピング」「映画鑑賞」「テレビ・ドラマ鑑賞」の順に多かった。趣味を行う際には、「楽しみ」「気分転換」を重視している者が多かった。趣味「なし」の理由は、「時間の余裕がない」、「興味があるものがない」であった。趣味の有無と育児困難感に関する質問項目においては、有意な関連が見られた。

母親の趣味は、日常生活における行動でもあり、子育てを行いながらも取り組みやすい特徴がうかがえる。趣味の時間が母親にとって、楽しみや気分転換の時間として、母親の子育てに対する心の余裕につながっていくのではないかと考える。今後、母親へ趣味の助言を行う事は、母親の居場所づくりや、子育て環境の工夫に貢献できるのではないかと考える。

キーワード：母親、趣味、子育て、育児不安

#### Abstract

The aims of this study were to clarify the hobbies and enhance the parenting environments of mothers with 3-year-olds. A total of 199 mothers who had brought their child to a 3-year follow-up health examination in A city were recruited. A self-report questionnaire survey was carried out to assess the mothers' basic attributes, the existence and content of any hobbies, the current child care situation, uneasiness about child care, etc. In total, 115 mothers who provided complete answers were analyzed, 55.7% of whom reported having a hobby, the most common of which were "shopping", "watching movies", and "watching TV dramas". The common reasons for having a hobby were "fun" and "a change of mood", whereas the common reasons for having no hobby were "I have no time" and "there is nothing of interest". A significant association was observed between the presence and difficulties of child care. The results suggested that having a hobby provides peace of mind to mothers raising young children by providing enjoyment and a diversion. Advising mothers of young children to take up a hobby may therefore contribute to an improved child-rearing environment.

**Keywords:** mothers, hobbies, childcare anxiety, parenting

\* 名桜大学人間健康学部看護学科 〒905-8585 沖縄県名護市為又1220-1 Department of Nursing, Faculty of Human Health Sciences, Meio University 1220-1 Biimata, Nago City, Okinawa Japan 905-8585

## I. はじめに

厚生労働省は、「健やか親子21」のなかの主要課題として「子どもの心の安らかな発達の促進と育児不安の軽減」を掲げた。そして、従来の計画を見直し、平成27年度から新たな計画として「健やか親子21（第2次）」が開始し、「子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり」を新たな課題として掲げている。育児を楽しみながら行っている母親がいる一方で、育児に不安を感じているという声は今でもよく耳にする。育児不安に影響する要因として、先行研究（河野古・大井，2014）において「仕事の有無」「夫婦関係」「近所との交流」「育児の協力者」「子どもへの愛着」「子どもの年齢」などが明らかにされている。「育児不安」の定義は研究によって様々であるが、「育児ノイローゼ、育児不安、育児ストレス、育児疲労、育児葛藤などの諸要因を含む不安」（佐藤ほか，2008）や、「育児方法やその結果、他者からの評価、子どもの成長や発達に漠然とした恐怖や不安を感じ、子育ての楽しさや子どもの成長、発育に喜びを感じられなくなる精神状態」（和田・南・小峰，2010）と定義している。沖縄県A市は、本島北部地域に位置し自然豊かな場所である。一方で、急速な少子高齢化の進行や、子育てに対して孤立感や負担感を持つ家族の増加があり、子育てを支援する生活環境の整備を課題にあげている（A市子ども・子育て支援事業計画，2015）。また、同地域の乳幼児を持つ家族の世帯収入は、300～500万円未満が最も多く39.5%であり、300万未満の低所得家庭も6.2%であると報告している（小西・長嶺・大浦，2017）。このような孤立感や負担感、また経済背景は多くの子育て中の母親が抱える「育児不安」を増強させる要因になると考えた。また、育児期の中でも、3歳児の時期は第1反抗期をむかえ自己主張が強くなる時期でもあり、「子どもの自己主張などにふりまわされる」といった乳児期とは違った要因が育児不安や育児のイライラに関係してくる（山下・尾方，2003）と言われている。このように育児不安が増強する原因が多い時期であることから、育児不安に対処する具体的助言が必要な時期である。しかし、これまで育児不安の具体的対処を明らかにした研究は少なく、「趣味に時間を割いている母親は育児不安が弱い」とした報告（阿部，2007）が主である。前田ら（2016）は、育児に費やす時間の長さではなく、育児中の過ごし方が母親のQOLに関連し、「自分自身のための時間を持つこと」が重要であるとしている。その点における「趣味の取り組み」を例にあげている。しかし、具体的な趣味内容については明示されていない。

高齢者における研究（近藤，2007）では、趣味「あり」の者は「なし」の者に比較して抑うつ「なし」や主観的健康感が「良い」等の心理的側面が良好なものが多いと

報告している。この視点からみると、育児中の母親が「趣味」を持つことで、母親の心理的側面にも影響し、育児不安の対処の一助にもつながるのではと考えた。

そこで、本研究では、3歳児の母親を対象に具体的趣味の実態を明らかにし、趣味を用いた子育て環境の支援の検討につなげることを目的とする。これらの研究の成果をもとに、育児中の母親へ具体的な子育て支援の助言や子育て環境の充実に貢献したいと考える。

### 用語の定義

趣味：仕事・職業としてではなく、個人が楽しみとしている事柄（松村，2012）である。本研究では、上記の定義をふまえ、母親自身が日常生活において楽しみや気分転換を目的として、取り組んでいる活動を趣味と定義する。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象

平成30年2月から5月の間に沖縄県A市における3歳児健康診査を受診した児の母親199人を対象とした。

### 2. 調査方法

沖縄県A市（健康増進課）に対し調査協力依頼を行い、研究協力の承諾を得た。調査の対象者には、3歳児健康診査の間診票を送付する際、本調査依頼書と調査票を同封してもらった。調査票は、無記名自記式質問紙を用いた。研究に同意する方は、事前に記入した調査票を健康診査当日に持参してもらい、健診会場内に設置された回収箱に投函していただいた。質問紙の内容は、①家族形態や子ども人数、子育て環境を含めた対象者の属性、②趣味の有無と内容、③子育て概況、④育児不安等で形成されている。育児不安については、信頼性・妥当性が証明されている、川井ら（1999）が開発した「子ども総研式・育児支援質問紙」を用いた。この質問紙は、育児不安が高い母親を判定する目的で作成され、7領域87項目で構成されている。本調査では、母親に対する面接時などの参考資料として用いる「子どもの心身状態」を除いた、「育児困難感Ⅰ（育児に対する心配・困惑・不適格感）・育児困難感Ⅱ（育児に対するネガティブな感情・攻撃衝動性）」「夫・父親役割」「母親の抑うつ」「家庭機能」「夫の心身不調」「Difficult baby」の6領域62項目を質問紙に採用した。各問いに対し、「いいえ」「ややいいえ」「ややはい」「はい」の4件法（配点：1～4点）で尋ねた。育児不安が高いと判定されたされる者は「育児困難感ⅠとⅡのどちらかがランク5」「全領域がランク4以上」「全領域中ランク4が4領域以上」「ランク4が4領域以上」である。分析を開始するにあたっては、回答数に偏りが

あった為、4件法で得た回答を以下の内容にカテゴリー化したものを用いた。「はい」「ややはい」と回答した者を「はい」群、「ややいいえ」「いいえ」と回答した者を「いいえ」群とした。

データの集計及び分析には統計パッケージ“IBM SPSS Statistics ver.22”を使用し、記述統計及び $\chi^2$ 検定を行った。検討を行う際には、欠損値を除いた値で分析を行った。各検定における有意水準は0.05未満とした。

### 3. 倫理的配慮

名桜大学倫理審査委員会の承諾を得てから実施した。事前に対象者には、調査の趣旨、無記名調査であること、参加は自由意思によるものであること、断っても住民サービスには影響がないことを文書にて説明し、調査票の提出をもって同意を得たと判断した。さらに、調査結果は、研究目的以外には使用しないこと、データの管理には十分に配慮する旨を文書で説明した。

## III. 結果

### 1. 対象者の基本属性

対象者の基本属性を表1に示す。3歳児健康診査を受診した児の母親199人(受診率93.0%)のうち、調査票は144人の母親から回収(回収率72.4%)された。本研究の分析対象者は、有効回答の得られた115人(有効回答率79.9%)とした。母親の平均年齢33.9±5.2歳であり、30代(64.3%)であった。県内出身者は90人(78.3%)であった。

職業では、最も多かったのがパート39人(33.9%)、次いで会社員38人(33.0%)、専業主婦13人(11.3%)であった。

最終学歴は、「中学・高校」42人(36.5%)と最も多く、次いで「専門学校」40人(34.8%)であった。

対象者の家庭は「アパート・マンション」63人(54.8%)暮らしで、「二世帯」98人(85.2%)、子ども総数「2人」(44.3%)が最も多くなっていた。

経済状態は、「まあまあゆとりがある」が50人(43.5%)、「あまりゆとりがない」が49人(42.6%)であった。

母親の健康状態は、「まあまあ」59人(51.3%)、「とてもよい」54人(47.0%)の順に多くなっていた。

### 2. 子育て概況

子育て概況を表2に示す。自宅保育児が「あり」は25人(21.7%)であり、多くは自宅保育児がいない者であった。また、地域交流がある者は60人(52.2%)と半数であった。

育児協力者「あり」、育児相談者「あり」、育児情報源「あり」と回答したものは、9割以上であった。育児協力者では、「夫」(96人)が最も多く、次いで「実母」(62人)、「義

表1 対象者の基本属性

N=115 (%)	
年齢 (標準偏差)	33.9±5.2歳
20～29歳	25 (21.7)
30～39歳	74 (64.3)
40歳～	16 (13.9)
出身地	
県内	90 (78.3)
県外	25 (21.7)
婚姻	
あり	115 (100)
なし	0 (0.0)
職業	
公務員	12 (10.4)
会社員	38 (33.0)
パート	39 (33.9)
自営業	8 (7.0)
その他	5 (4.3)
専業主婦	13 (11.3)
最終学歴	
中学・高校	42 (36.5)
専門学校	40 (34.8)
短大	9 (7.8)
大学	22 (19.1)
大学院	2 (1.7)
居住形態	
一戸建て	51 (44.3)
アパート・マンション	63 (54.8)
不明	1 (0.9)
家族構成	
二世帯 (親と子)	98 (85.2)
三世帯	17 (14.8)
子ども総数	
1人	16 (13.9)
2人	51 (44.3)
3人	28 (24.3)
4人以上	19 (16.5)
不明	1 (0.9)
経済状態	
ゆとりがある	8 (7.0)
まあまあゆとりがある	50 (43.5)
あまりゆとりがない	49 (42.6)
ゆとりがない	8 (7.0)
母親の健康状態	
とてもよい	54 (47.0)
まあまあ	59 (51.3)
あまりよくない	2 (1.7)
よくない	0 (0.0)

表2 子育て概況

	N=115 (%)
自宅保育児	
あり	25 (21.7)
なし	90 (78.3)
地域交流	
あり	60 (52.2)
なし	55 (47.8)
育児協力者	
あり	111 (96.5)
なし	3 (2.6)
不明	1 (0.9)
育児相談者	
あり	113 (98.3)
なし	1 (0.9)
不明	1 (0.9)
育児情報源	
あり	107 (93.0)
なし	7 (6.1)
不明	1 (0.9)
子育てについて	
楽しい	90 (78.3)
大変	17 (14.8)
どちらともいえない	8 (7.0)

母」(52人)の順であった。育児相談者においても、「夫」(81人)、「実母」(64人)、次いで「友人」(54人)の順であった。育児情報源においては、「友人」(54人)が最も多く、「実母」(27人)、「兄弟・姉妹」(24人)の順に多くなっていた。

子育てを「楽しい」とする者が78.3%と最も多く、「大変」14.8%、「どちらともいえない」7.0%の順となっていた。

### 3. 趣味の概況

母親で趣味「あり」の者は64人(55.7%)、趣味「なし」の者は51人(44.3%)であり、5割以上が趣味をもっていた。趣味「あり」の者の具体的な趣味は、合計48種類示された。「ショッピング」(25.0%)と回答した者が最も多く、次いで「映画鑑賞」(20.3%)、「テレビ・ドラマ鑑賞」(15.6%)となっていた。趣味の頻度としては「月に1~2回」(81.3%)が多くなっていた(表3)。

表3 趣味の概況

趣味の有無	N=115 (%)	趣味「なし」の背景	N=51 (%)
あり	64 (55.7)	時間の余裕がない	33 (64.7)
なし	51 (44.3)	興味があるものがない	25 (49.0)
実際の趣味内容(複数回答, 上位項目)	N=64 (%)	経済的余裕がない	13 (25.5)
ショッピング	16 (25.0)	きっかけがない	8 (15.7)
映画鑑賞	13 (20.3)	育児が忙しいのでやめた	6 (11.8)
テレビ・ドラマ鑑賞	10 (15.6)	特にやりたくない	4 (7.8)
手芸	7 (10.9)	妊娠を機にやめた	2 (3.9)
DVD鑑賞	6 (9.4)	事情があつてやめた	1 (2.0)
読書	6 (9.3)		
ネットサーフィン	5 (7.8)	希望する趣味	N=51 (%)
ゲーム	4 (6.2)	手芸	5 (9.8)
ドライブ	4 (6.2)	ヨガ	5 (9.8)
友人との時間	4 (6.2)	読書	4 (7.8)
アウトドア	4 (6.2)	体を動かす	3 (5.9)
カラオケ	4 (6.2)	英会話	3 (5.9)
趣味の実施頻度	N=64 (%)	ジャザサイズ	2 (3.9)
月1~2回	52 (81.3)	琉球芸能	2 (3.9)
週2~3日	26 (40.6)	映画鑑賞	2 (3.9)
週1日	24 (37.5)	習い事	2 (3.9)
年に数回	24 (37.5)	ウォーキング	2 (3.9)
ほぼ毎日	23 (35.9)	ジム	2 (3.9)

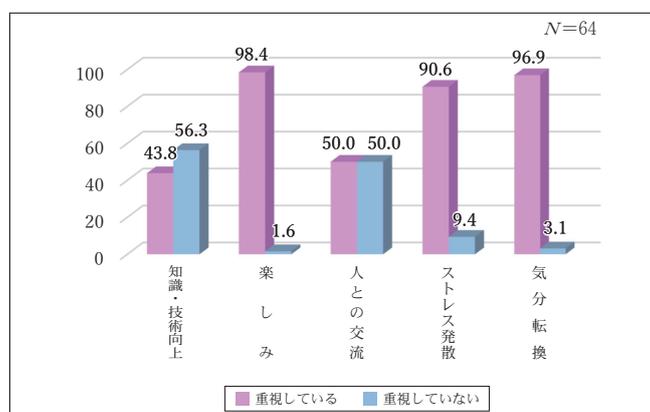


図1 趣味を行う背景

趣味を行う背景として、「楽しみ」(98.4%)、「気分転換」(96.9%)、「ストレス発散」(90.6%)を重視している者が多かった(図1)。

趣味「なし」の特徴として、趣味「なし」の背景には「時間の余裕がない」(64.7%)、「興味があるものがない」(49.0%)、「経済的余裕がない」(25.5%)の順に多くなっていた。また、希望する趣味を問いたところ、「手芸」(9.8%)と「ヨガ」(9.8%)をあげた者が最も多く、次いで「読書」(7.8%)の順であり、全27種類の希望する趣味が示された。趣味の内容の中には、「手芸」や「読書」等、趣味「あり」の者が示した趣味と一致していた項目もあった(表3)。

#### 4. 母親のための趣味を行う場所

今後、趣味を行う為に充実して欲しい場所として「公園」(37.4%)が最も多く、自由記載の欄には、「遊具の充実した公園の希望」の声が多くあがっていた。次に多かったのは「子どもと一緒に趣味を行う場所」(34.8%)であり、その中では「子どもと一緒に体を動かせる場所」や「土日や雨の日でも遊べる場所」という意見があがった。次いで「お店」(21.7%)という意見が示された。(表4)

表4 母親のための趣味を行う場所(複数回答)

	N=115 (%)
公園	43 (37.4)
子どもと一緒に趣味を行う場所	40 (34.8)
お店	25 (21.7)
子どもを預ける場所	22 (19.1)
大人のみで趣味を行う場所	18 (15.7)
子育て支援施設	14 (12.2)
その他	4 (3.5)

#### 5. 母親の趣味の有無との関連

母親の趣味の有無において、基本属性との関連はみられなかった(表5)。母親の趣味の有無と子育て概況との関連を確認したところ、趣味「あり」の者は「なし」の者に比べて、育児の情報源「あり」の者が有意に多くなっていた( $p<0.05$ ) (表6)。

#### 6. 趣味の有無と育児不安との関連

子ども総研式・育児支援質問紙の判定基準によって、育児不安が「高い」と判定された母親は「育児困難感Ⅰがランク5」1人、「育児困難感Ⅱがランク5」2人、「全領域がランク4以上」0人、「全領域中ランク4が4領域以上」12人、「ランク4が4領域以上」0人、の合計15人(13.0%)であった。育児不安「それ以外」群は100人(87.0%)となっていた。

また、4件法で問いた合計得点を尺度得点として用いた場合、得点範囲は62~248点である。今回、全体平均105.3点であった。育児不安が「高い」群の平均は、

表5 趣味の有無と基本属性との関連

	N=115 (%)		p
	趣味あり N=64	趣味なし N=51	
年齢			
20~29歳	13 (20.3)	12 (23.5)	
30~39歳	42 (65.6)	32 (62.7)	n.s
40歳~	9 (14.1)	7 (13.7)	
出身地			
県内	48 (75.0)	42 (82.4)	
県外	16 (25.0)	9 (17.6)	n.s
職業の有無			
あり	51 (83.6)	48 (94.1)	
なし(専業主婦)	10 (16.4)	3 (5.9)	n.s
最終学歴			
中学・高校	22 (34.4)	20 (39.2)	
専門学校	18 (28.1)	22 (43.1)	
短大	6 (9.4)	3 (5.9)	n.s
大学	16 (25.0)	6 (11.8)	
大学院	2 (3.1)	0 (0.0)	
居住形態			
一戸建て	25 (39.7)	26 (51.0)	
アパート・マンション	38 (60.3)	25 (49.0)	n.s
家族構成			
二世帯(親と子)	55 (85.9)	43 (84.3)	
三世帯	9 (14.1)	8 (15.7)	n.s
子ども総数			
1人	6 (9.5)	10 (19.6)	
2人	29 (46.0)	22 (43.1)	
3人	14 (22.2)	14 (27.5)	
4人	12 (19.0)	4 (7.8)	n.s
5人	1 (1.6)	1 (2.0)	
6人	1 (1.6)	0 (0.0)	
経済状態			
ゆとりがある	33 (51.6)	25 (49.0)	
ゆとりがない	31 (48.4)	26 (51.0)	n.s
母親の健康状態			
よい	62 (96.9)	51 (100)	
よくない	2 (3.1)	0 (0.0)	n.s

$\chi^2$ 検定, \* :  $p<0.05$

表6 趣味の有無と子育て概況との関連

	N=115 (%)		p
	趣味あり N=64	趣味なし N=51	
自宅保育児			
あり	18 (28.1)	7 (13.7)	
なし	46 (71.9)	44 (86.3)	n.s
近所交流			
あり	34 (53.1)	26 (51.0)	n.s
なし	30 (46.9)	25 (49.0)	
育児協力者			
あり	62 (96.9)	49 (98.0)	
なし	2 (3.1)	1 (2.0)	n.s
育児相談者			
あり	64 (100)	49 (98.0)	
なし	0 (0.0)	1 (2.0)	n.s
育児情報源			
あり	63 (98.4)	44 (88.0)	*
なし	1 (3.9)	6 (12.0)	

$\chi^2$ 検定, \* :  $p<0.05$

表7 趣味の有無と育児不安との関連

N=115 (%)

育児不安尺度 << I. 育児困難感 (11項目) >>	趣味あり N=64	趣味なし N=51	p
1. 育児に自信が持てない			
はい	11 (17.2)	20 (39.2)	**
いいえ	53 (82.8)	31 (60.8)	
2. 母親として不適切と感じる			
はい	12 (18.8)	20 (39.2)	*
いいえ	52 (81.3)	31 (60.8)	
3. 子どもをうまく育てている			
はい	46 (71.9)	30 (58.8)	n.s
いいえ	18 (28.1)	21 (41.2)	
4. どのようにしついたらよいかわからない			
はい	20 (31.3)	25 (49.0)	n.s
いいえ	44 (68.8)	26 (51.0)	
5. 育児についていろいろ心配なことがある			
はい	22 (34.4)	27 (52.9)	*
いいえ	42 (65.6)	24 (47.1)	
6. 子どものことでどうしたらよいかわからない			
はい	9 (14.1)	17 (33.3)	*
いいえ	55 (85.9)	34 (66.7)	
7. 子育てに困難を感じる			
はい	7 (10.9)	14 (27.5)	*
いいえ	57 (89.1)	37 (72.5)	
8. 子どものことは理解できている			
はい	48 (75.0)	37 (72.5)	n.s
いいえ	16 (25.0)	14 (27.5)	
9. 子どものことがわずらわしくてイライラする			
はい	13 (20.3)	9 (17.6)	n.s
いいえ	51 (79.7)	42 (82.4)	
10. よその子どもと比べて落ち込んだり自信をなくす			
はい	7 (10.9)	4 (7.8)	n.s
いいえ	57 (89.1)	47 (92.2)	
11. 子どもを育てることが負担である			
はい	0 (0.0)	0 (0.0)	n.s
いいえ	64 (64.0)	51 (51.0)	

$\chi^2$ 検定, \* :  $p < 0.05$ , \*\* :  $p < 0.01$

141.2点 (得点範囲:115~170点), 育児不安が「それ以外」群の平均は100.0点 (得点範囲:65~146点) であった。質問紙における, 全62項目のうち, 「育児困難感」領域に関する11項目中, 「育児に自信が持てない」「母親として不適切と感じる」「育児についていろいろ心配なことがある」「子どものことでどうしたらよいかわからない」「子育てに困難を感じる」の5項目において, 趣味「あり」の者は, 趣味「なし」の者に比較し, 有意に低くなっていた ( $p < 0.05$ ) (表7)。

#### IV. 考察

##### 1. 母親の趣味について

3歳児を持つ母親において, 本調査では趣味「あり」の者は55.7%であり, 阿部 (2007) や大浦ら (2018) の研究の5割とほぼ同じ割合であった。また, 対象となった母親より示された趣味は多種多様であり, 「楽しみ」

や「気分転換」を重視しながら, 取り組んでいる事が明らかになった。小西ら (2018) によると, 産後の子育てや支援に関する意見として, 母親はリフレッシュや情報交換の場を希望している事を報告している。本調査の対象となった北部地域において, これらの趣味を活用する場が充実する事により, これらのリフレッシュや情報交換の機会となり, 子育て支援に活かすことができると考えられる。

また, 先の研究 (大浦ほか, 2018) において, 事前レビューをもとに趣味内容は示されたが, 独自の解釈も含んでおり妥当性が疑問視されていた。ゆえに, 今回は, 母親の趣味を自由記載により, 母親が楽しみと捉えている内容を明示してもらった。具体的な趣味で多く示されたのは, 「ショッピング」, 「映画鑑賞」であった。レジャー白書 (2017) において, 30代の一般女性の余暇活動の上位項目においても「複合ショッピングセンター」「ウィンドウショッピング」が示されており, 女性の特徴とし

て外出が好まれる傾向が伺える。一方で、「ドラマ・テレビ鑑賞」、「手芸」等、自宅で行う内容も示された。母親の場合、幼い子どもを連れての外出は容易ではない為、子育てを行いながら気軽に楽しめる内容が趣味の特徴として示されたと考える。また、A市の特徴として、自然豊かな地域であるが、県内の市のなかでも総面積が広く、商業施設や子育て支援施設に関しては一部の地域に密集している。今回示された趣味には、利便性の高い都市部との違いがある可能性があり、今後検討する際には地域性を考慮する必要がある。また、予算を要する趣味も示されたが、本調査において趣味の有無と経済状態との関連はみられなかった。先行研究（清水ほか、2007）において、母親の子育て期を幸福に過ごす工夫として「無理をしない範囲での生活の工夫」を示していることから、趣味は予算によって左右されるのではなく、無理のない範囲で行う事が重要ではないかと考える。母親の趣味の選択肢の幅は広く、母親自身にあった楽しみな時間を設けられることで、育児における心の余裕にも繋がるのではないかと考える。

## 2. 母親の趣味の有無と育児不安との関連

本研究において、育児不安の高い者は、13.0%であり2割にみたなかった。これは河野・大井（2014）が行った23.3%よりも低い結果となった。対象地域の違いも考えられるが、本調査の対象者は自宅保育を行っている者も58.1%おり、先行研究（河野・大井、2014）の27.1%と比較し多かった。また、育児不安の高い群は「育児の相談相手」がいる者が有意に低いことが示されている（河野・大井、2014）が、本調査の対象者は、育児相談者「あり」の者が98.3%と非常に高い割合であったことから、育児不安の高い者が少なくなったと考える。今回、趣味と育児不安との関連がみられなかった要因としては、今回対象となった母親は、子ども総数2人以上が多く、育児の協力者や相談者も9割以上おり、育児不安を軽減できる環境が考えられる。また、育児の協力者や相談者として夫や実母が多く、先行研究（山崎ほか、2018）において、夫または祖父母の存在は育児不安の低さと有意な関連が見られることから、本研究の対象者は育児不安が高い者が少ない集団であったと考えられる。大橋・浅野の研究（2010）において、育児の負担や自分の行動の制限など、否定的意識が強いと親性は低いと報告している。趣味などの時間を持てる者は、子育ての時間の中に、自分の行動を制限されているという意識を和らげ、親の特性としての子育ての感じ方にも違いが生じたのではないかと考える。一方、「育児困難感」に関連した質問項目、「育児に自信がもてない」「母親として不適切と感じる」「育児についていろいろ心配なことがある」「子どものことでどうしたらよいかわからない」「子育てに困難を感じる」

において、有意な関連が見られたことは、趣味の有無によって、子育て中の母親の心理面にも関連する可能性が示唆された。河野・大井（2014）の研究において、3歳児を持つ母親の場合、育児不安の高い群は「家庭外の活動」へ参加が有意に低いと示していることから、子育て中の母親が趣味の時間を持ち、また趣味が外出の機会となることは、子育て環境の工夫としても有用ではないかと考える。しかし、本研究の対象者も88.7%が有職者であり、子育てを行いながら、趣味に取り組む時間の確保は容易ではないことが予測される。ゆえに、これらの趣味に取り組めるようには、環境の工夫や周囲の理解も必要である。本研究結果の、趣味を行う為に充実してほしい場所として「公園」や「子どもと一緒に過ごせる場所」をあげている事からも、まずは、子どもと一緒に取り組める内容の趣味が身近に感じやすくなっていると考ええる。趣味「なし」の者が希望した趣味は「手芸」や「ヨガ」、「読書」が多く、集中して取り組む内容であった。これらも、子ども連れでも可能な企画として場の提供や、都市部へ通わずとも実施できる工夫が必要である。そして、上記に示されたような実践の場の検討を行う事で子育て環境の充実につながるのではないかと考える。前田ら（2016）は、母親が家の外にでて、母親仲間と交流することは、気分転換となり、個々の母親がQOLを高めることにつながるとしている。さらに、これらの場に赴く機会は、同世代の子をもつ母親の子育て情報共有の場としても有効であると考えられる。

今回の対象者は、30代の母親が最も多く、ハイリスクとして掲げられている若年や高齢出産の母親の回答は少なかった。対象によって、子育て環境は異なることから、年代に応じた趣味のように楽しみとなる気分転換の機会を計画する事も必要ではないかと考える。今後、母親へ趣味の助言や、母親が趣味に取り組みやすい環境を整えることで、育児不安の軽減になると考えられる。

## V. まとめ

1. A市における3歳児の母親で趣味「あり」の者は55.7%おり、趣味の内容としては、「ショッピング」、「映画鑑賞」、「テレビ・ドラマ鑑賞」をあげた者が順に多くなっていた。趣味を行う際には、「楽しみ」「気分転換」を重視している者が多かった。
2. 3歳児の母親で趣味「なし」の者は44.3%おり、母親の趣味「なし」の背景としては、「時間の余裕がない」、「興味があるものがない」事が示された。
3. 趣味の有無と基本属性との関連はみられなかったが、趣味の有無と育児困難感に関する質問項目において有意な関連が見られた。
4. 母親へ趣味の助言を行う事は、母親の居場所づくり

として、子育て環境の工夫に貢献できる可能性がある  
と考える。

## VI. 今後の課題と本研究の限界

本研究は、一つの市のみで行った調査であり、対象者数も少なかったため、本結果を一般化するには限界がある。また、3歳以外の児を持つ母親も多く、それぞれの子どもの特性にも影響を受けた可能性も考えられる。また、健康診査に来場した方からの調査票の回収であり、比較的、子育てに関して意識が高い集団であったと考えられる。しかし、育児不安を抱えた方としては、健診にこられない方や、若年や高齢出産の母親に多いのではないかと考える。今後は、対象地域や対象者を広げ、地域性や家庭環境を踏まえた検討が必要であると考えられる。

## 謝辞

本研究を実施するにあたり、ご協力いただいたA市の健康増進課の皆様、調査に協力していただいた皆様に深く感謝致します。

## 文献

- 阿部範子(2007). 母親のライフスタイルおよび充実感と、育児不安の関係, 日本赤十字秋田大学紀要, 12, 1-6.
- 川井尚, 庄司順一, 千賀悠子, 加藤博人, 中村敬, 安藤朗子, 谷口和加子, 佐藤紀子, 恒次鉄也 (2000). 子ども総研式・育児支援質問紙(試案)の臨床的有用性に関する研究, 日本子ども家庭総合研究所紀要, 36, 117-138.
- 近藤克則 (2007). 検証「健康格差社会」介護予防に向けた社会疫学的大規模調査. 東京: 医学書院.
- 小西清美, 長嶺絵里子, 大浦早智 (2018). B市における産後ケアニーズの検討—乳児を持つ母親を対象にした調査から—, 名桜大学総合研究, 27, 149-155.
- 河野古都絵, 大井伸子 (2014). 3歳児をもつ母親の育児不安に影響する要因についての検討, 母性衛生, 55 (1), 102-110.
- 公益財団法人日本生産性本部余暇創研(2017). レジャー白書2017. 生産性出版
- 前田尚美, 山本八千代, 草野知美, 須藤桃代, 笹尾あゆみ, 市川正人, 小池伝一, 伊織光恵, 関口史絵, 三田村保 (2016). 乳幼児を養育する母親のQOLと影響要因, 母性衛生, 57 (2), 357-365.
- 松村明(2012). デジタル大辞泉(電子辞書)第2版. 東京: 小学館.
- 名護市役所こども家庭部子育て支援課 (2015). 名護市子ども・子育て支援事業計画, 1-99.  
[http://www.city.nago.okinawa.jp/kurashi/2018071900462/file\\_contents/zenbun.pdf](http://www.city.nago.okinawa.jp/kurashi/2018071900462/file_contents/zenbun.pdf) (検索日 2017年12月1日)
- 大橋幸美, 浅野みどり (2010). 育児期の親性尺度の開発—信頼性と妥当性の検討, 日本看護研究学会雑誌, 33 (5), 45-53.
- 大浦早智, 宇座美代子, 當山裕子 (2018). 3歳児をもつ母親の趣味と育児ストレスとの関連, 日本看護研究学会雑誌, 41 (4), 795-801.
- 佐藤厚子, 北宮千秋, 李相潤, 畠山愛子, 八重樫裕幸, 面澤和子 (2008). 新生児訪問指導事業の訪問群・非訪問群における育児不安の実態と比較, 日本公衆衛生雑誌, 55 (5), 318-326.
- 清水嘉子, 遠藤俊子, 松原美和, 松浦志保, 赤羽葉子, 宮澤美知留, 黒田祐子 (2007). 子育て期をより幸福に過ごすための母親の工夫とその効果, 日本助産学会誌, 21 (2), 23-35.
- 和田 攻, 南 裕子, 小峰光博 (2010). 看護大辞典第二版. 東京: 医学書院.
- 山下美弥, 尾方美智子 (2003). 子どもの発達段階別にみた母親の育児不安, 自我状態: 乳児期と幼児期の比較を通して. 香川医科大学看護学雑誌, 7 (1), 73-79.
- 山崎さやか, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎 (2018). 乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連: 健やか親子21最終評価の全国調査より, 日本公衆衛生雑誌, 65 (7), 334-346.