

コロナ禍での
育児・出産にお悩みの方へ



4か月児を育てる
母親・父親のコロナ禍における
妊娠・出産体験が育児に及ぼす影響の実態

第2回調査

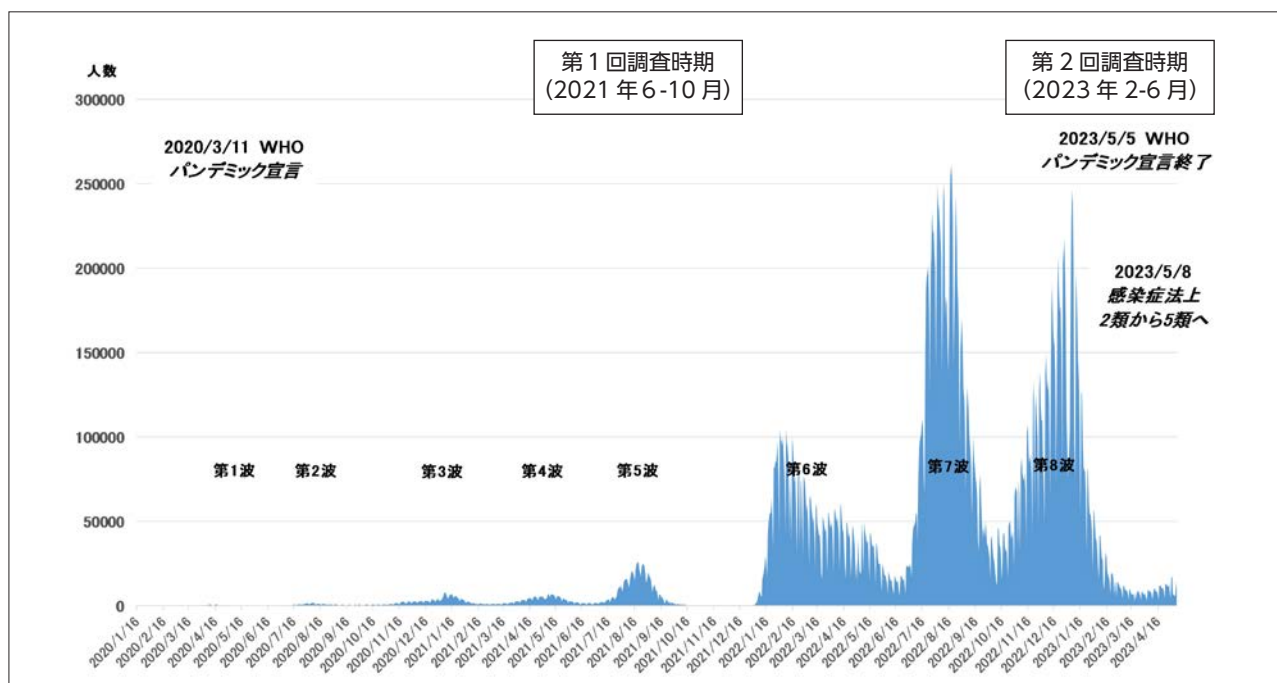


大阪医科薬科大学
看護学部

2019 年末から 4 年目となるコロナ禍は、妊娠・出産・育児に様々な影響を及ぼしています。この報告書では、4 か月児を育てる母親・父親を対象とし、2021 年 6–10 月（第 1 回調査）に聞き続き、2023 年 2–5 月（第 2 回調査）に調査した結果をまとめたものです。コロナ禍での妊娠・出産・育児に不安を抱える母親や父親の皆様、またサポートされる皆様に、この状況を乗り切るヒントにいただければ幸いです

「4 か月児を育てる母親・父親のコロナ禍における妊娠・出産体験が育児に及ぼす影響の実態」 （第 2 回調査）

研究責任者：看護学部看護学科 教授 佐々木 綾子
 分担研究者：看護学部看護学科 准教授 近澤 幸
 看護学部看護学科 教授 土手 友太郎
 医学部医学科 教授 大道 正英



調査概要

調査目的	4 か月児を育てる母親・父親のコロナ禍における妊娠・出産体験が育児に及ぼす影響の実態（第 2 回調査）を明らかにする。
調査方法	無記名自記式質問紙を用いた実態調査
調査期間	2023 年 2 月 14 日（火）～ 5 月 23 日（火）（4 か月児健診 12 回）
調査地域	大阪府高槻市
調査対象者	4 か月児健診に来所した乳児を育てる母親とその夫（以後父親）
回答状況	母親 配布数：755 人 回収数：233 人 有効数（率）：228 人（30.2%） 父親 配布数：755 人 回収数：161 人 有効数（率）：151 人：（20.0%）



Index

I . 対象者の特性	3
-------------------	----------

2

II . コロナによる仕事への影響	6
--------------------------	----------

III . コロナによる、妊娠・出産・育児への影響	8
----------------------------------	----------

IV . コロナの影響により生じた、困りごとの経験	12
----------------------------------	-----------

V . コロナの影響による、健康状態や育児ストレスの経験	16
-------------------------------------	-----------

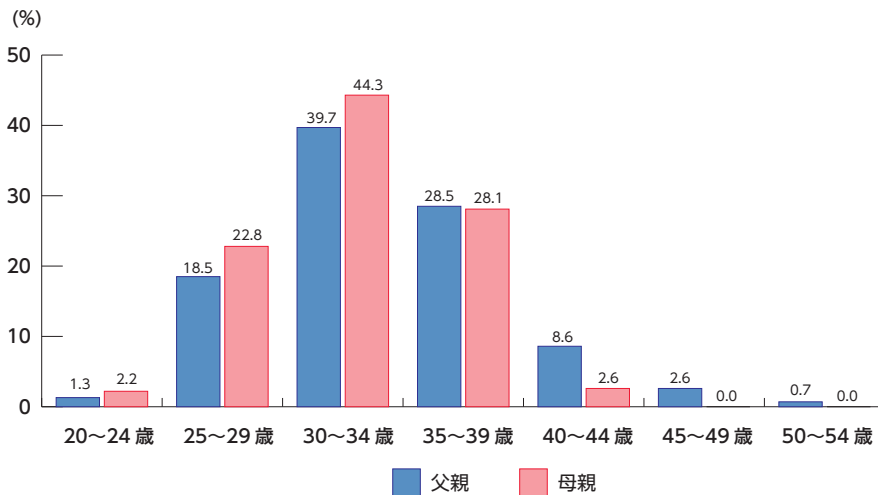
VI . 追加情報	20
------------------	-----------



I ■ 対象者の特性

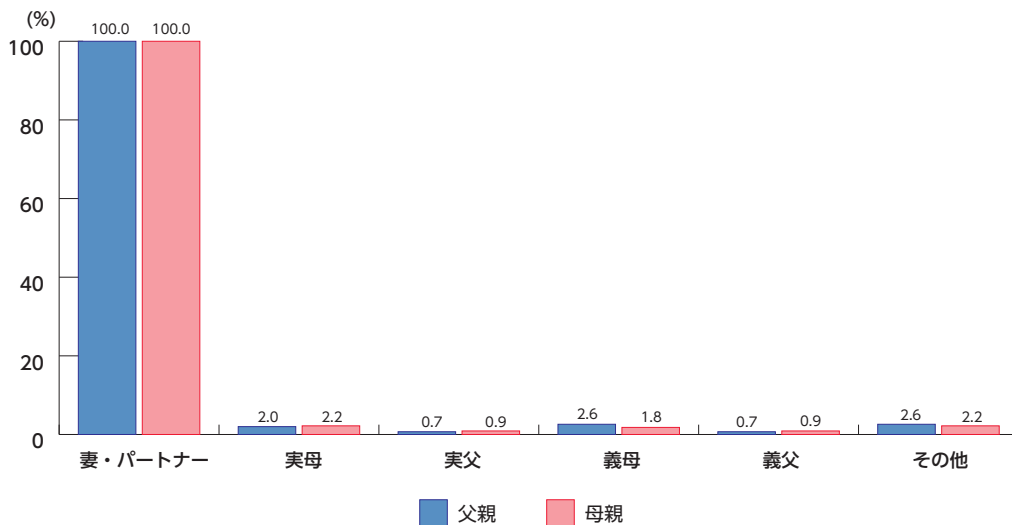
1. 年齢

父親、母親ともに 30～34 歳がもっとも多くなっていました。



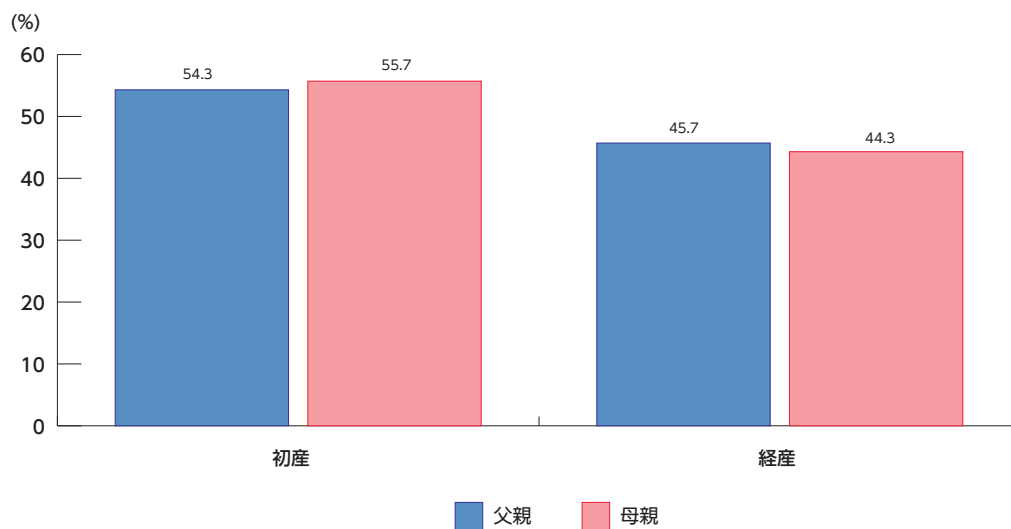
2. 同居家族

父親、母親ともに 100%が妻・パートナーと同居していました。
核家族は、父親 94.7%、母親 95.6% でした。



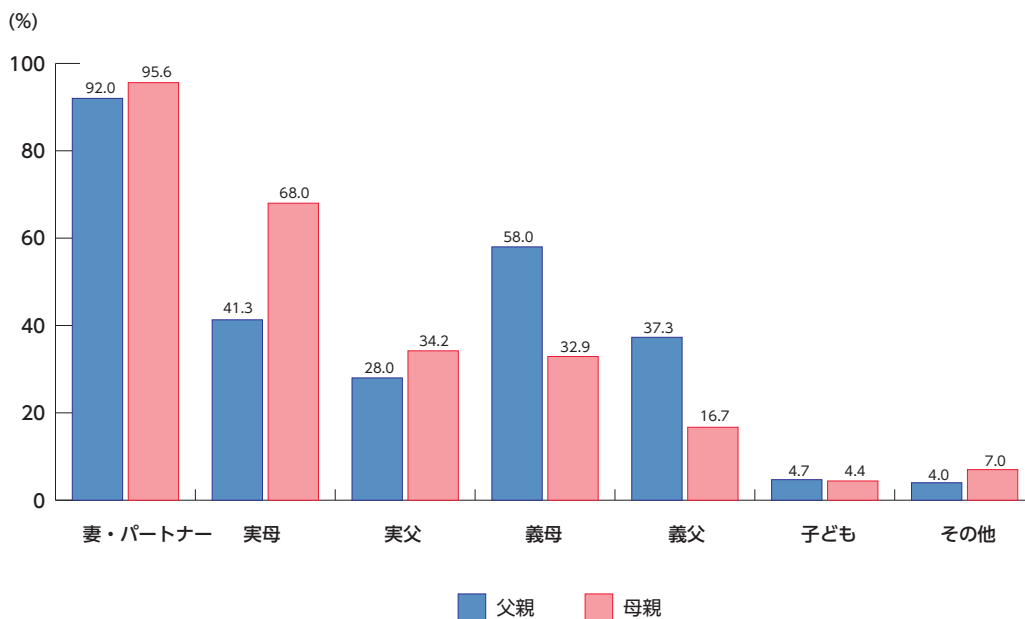
3. 子どもの数

父親は初産が 54.3%、経産が 45.7%、母親は初産が 55.7%、経産が 44.3% でした。



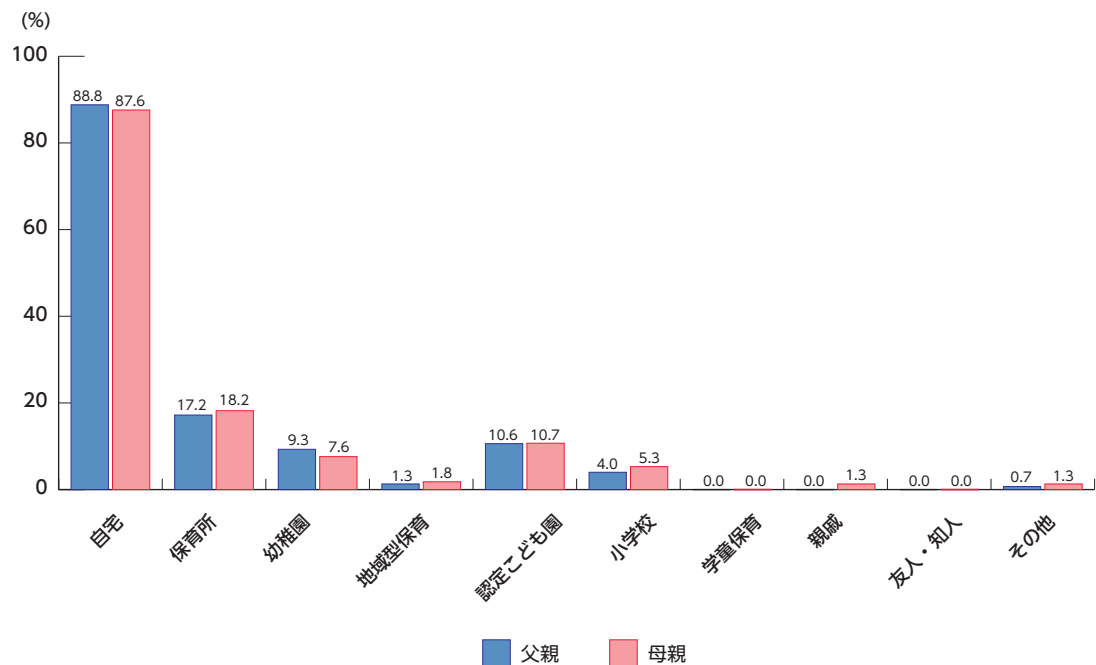
4. 育児支援者

父親、母親ともに 90%以上が妻・パートナーを育児支援者と答えており、次いで母方の祖母が育児支援者となっていました。



5. 子どもの保育・就学状況

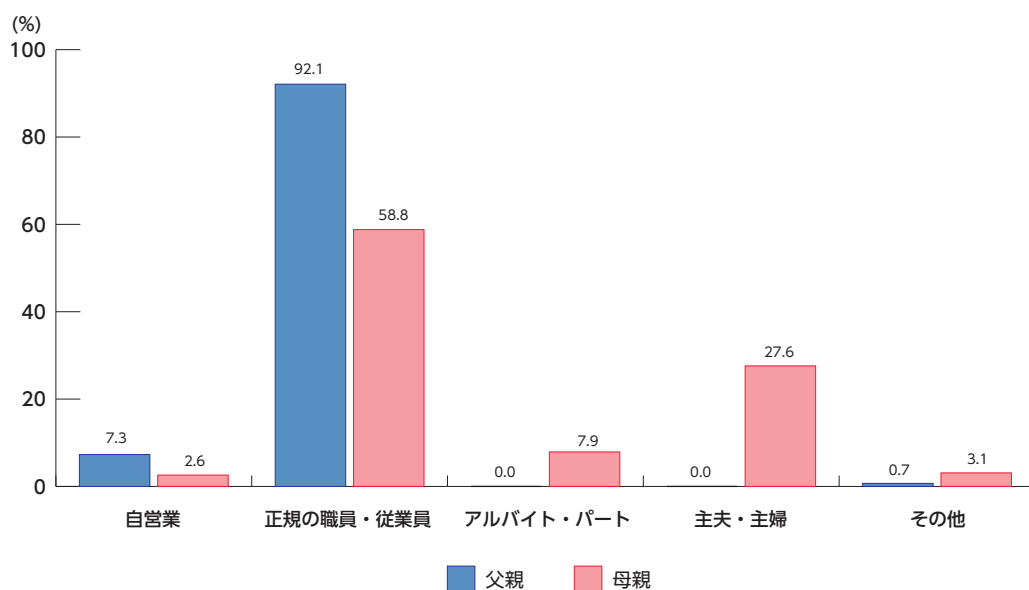
自宅で子どもを保育している父親、母親がもっとも多く、
父親は 88.1%、母親は 87.6% でした。



Ⅱ . コロナによる仕事への影響

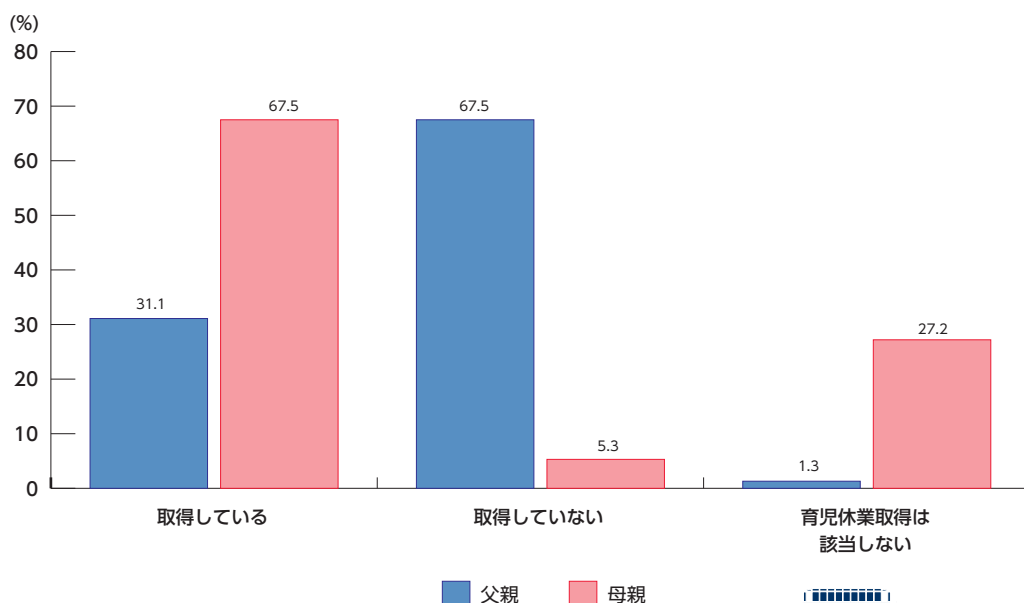
1. 職業

父親、母親ともに正規の職員・従業員がもっとも多く、
父親は92.1%、母親は58.8%でした。



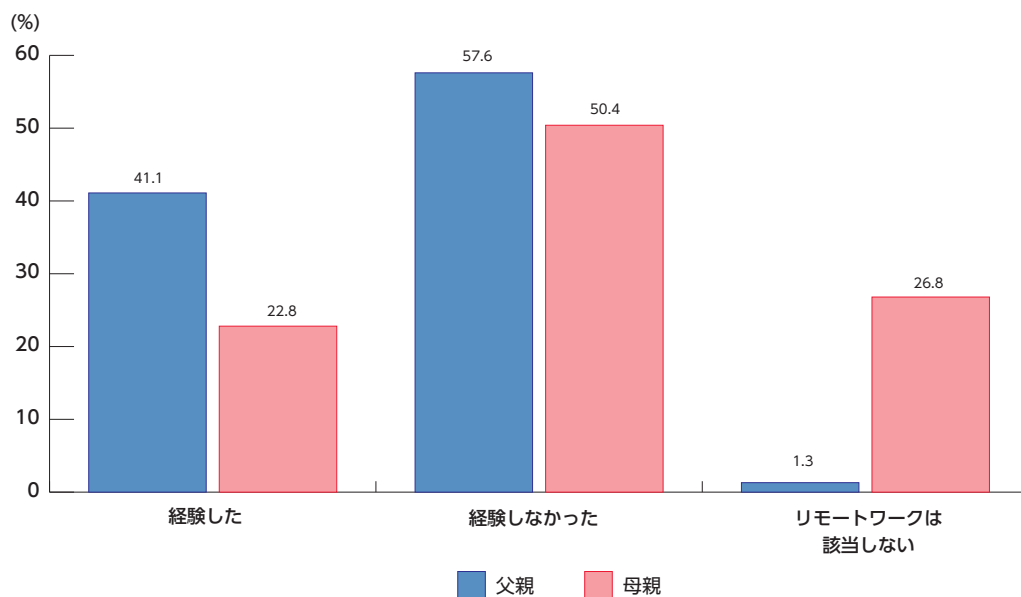
2. 育児休業の取得

父親の31.1%、母親の67.5%が育児休業を取得していました。



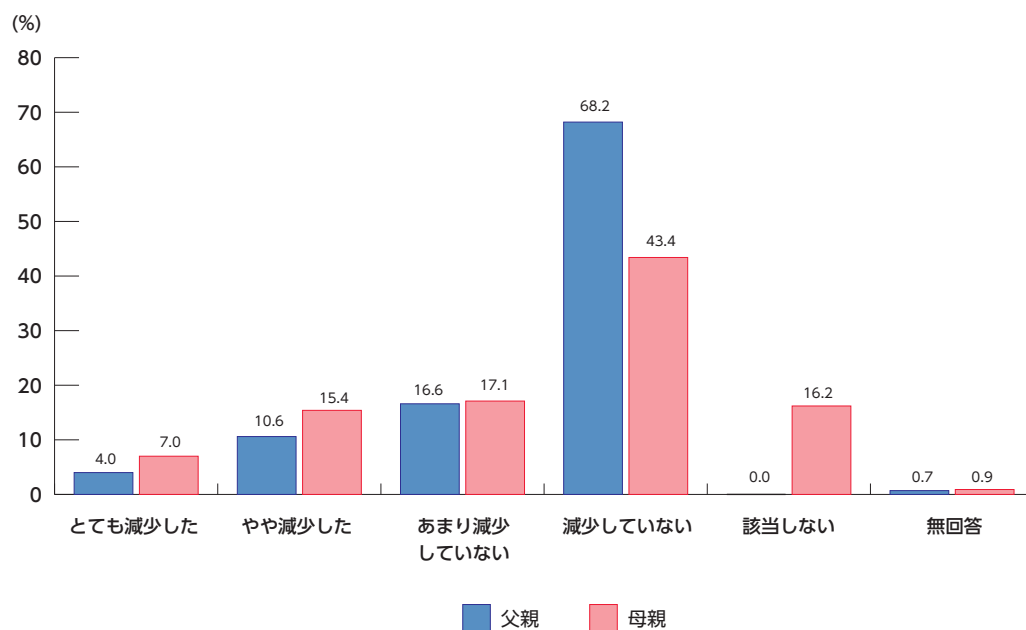
3. リモートワークの経験

父親の41.1%、母親の22.8%がリモートワークを経験していました。



4. 収入の変化

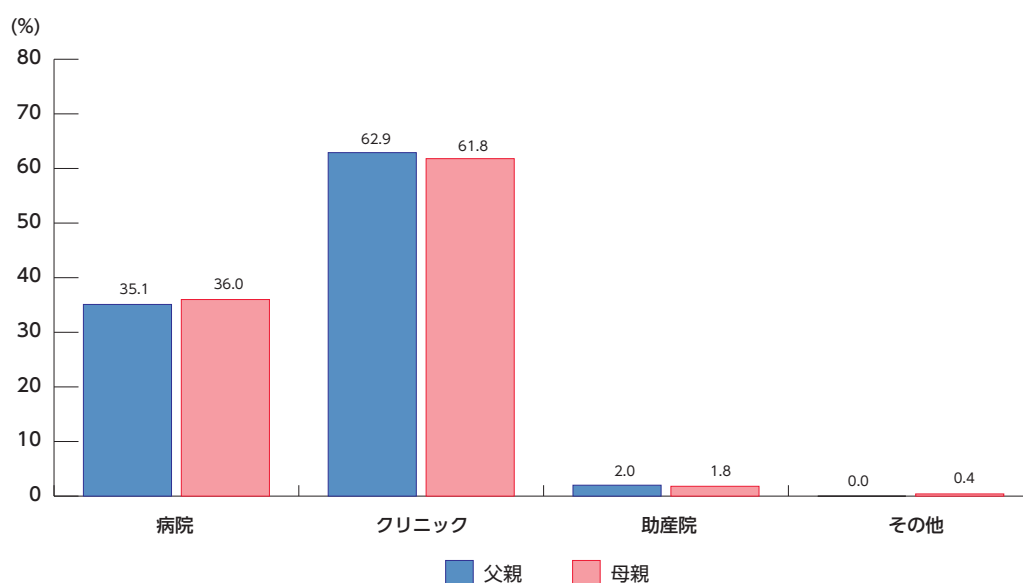
「とても減少した・やや減少した」は、父親が14.6%、母親が22.4%でした。



Ⅲ. コロナによる、 妊娠・出産・育児への影響

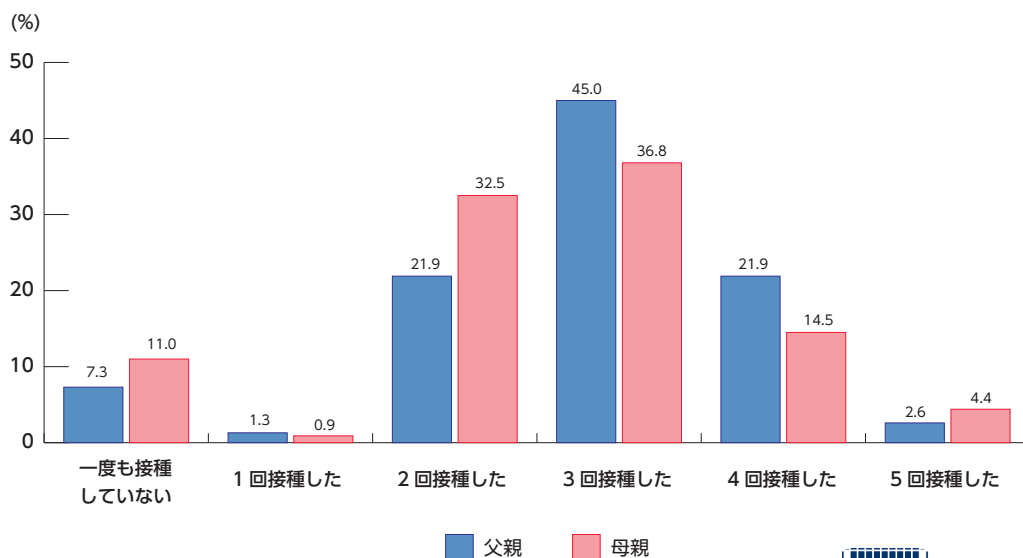
1. 出産場所

父親（62.9%）、母親（61.8%）でともにクリニックがもっとも多かったです。



2. ワクチン接種状況

ワクチン接種回数は、父親（45.0%）、母親（36.8%）で3回接種が最も多かったです。



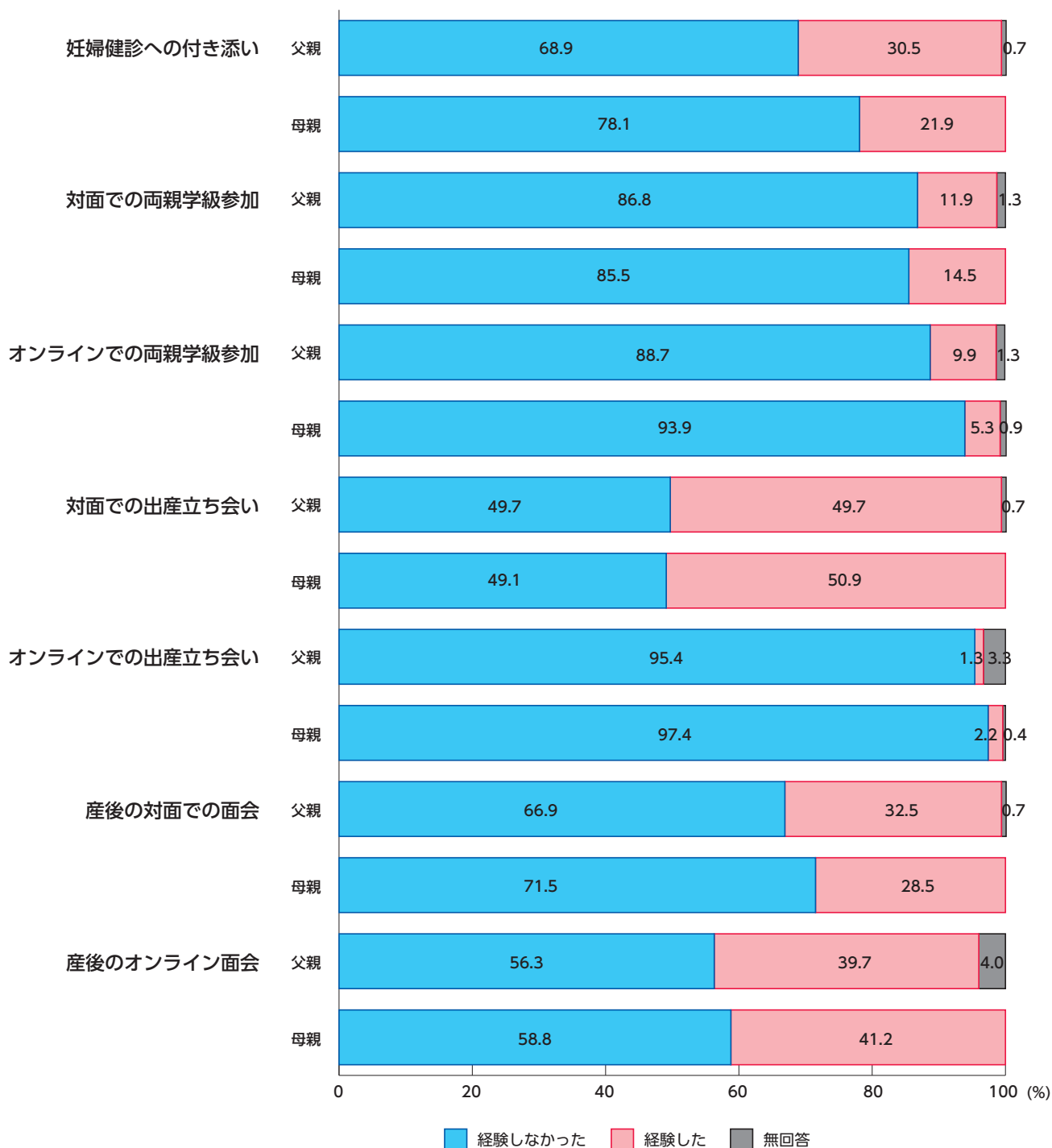
3. 妊娠中・出産時・産後の経験（父親、母親）

妊娠中・出産時・産後の経験について、すべての項目で父親・母親ともに半数以上が経験していませんでした。

両親学級は対面・オンラインいずれも父親・母親ともに85%以上が経験していませんでした。

対面での出産立ち合いは父親49.7%、母親の49.1%が経験していませんでした。

オンラインでの出産立ち合いは父親、母親ともに90%以上が経験していませんでした。

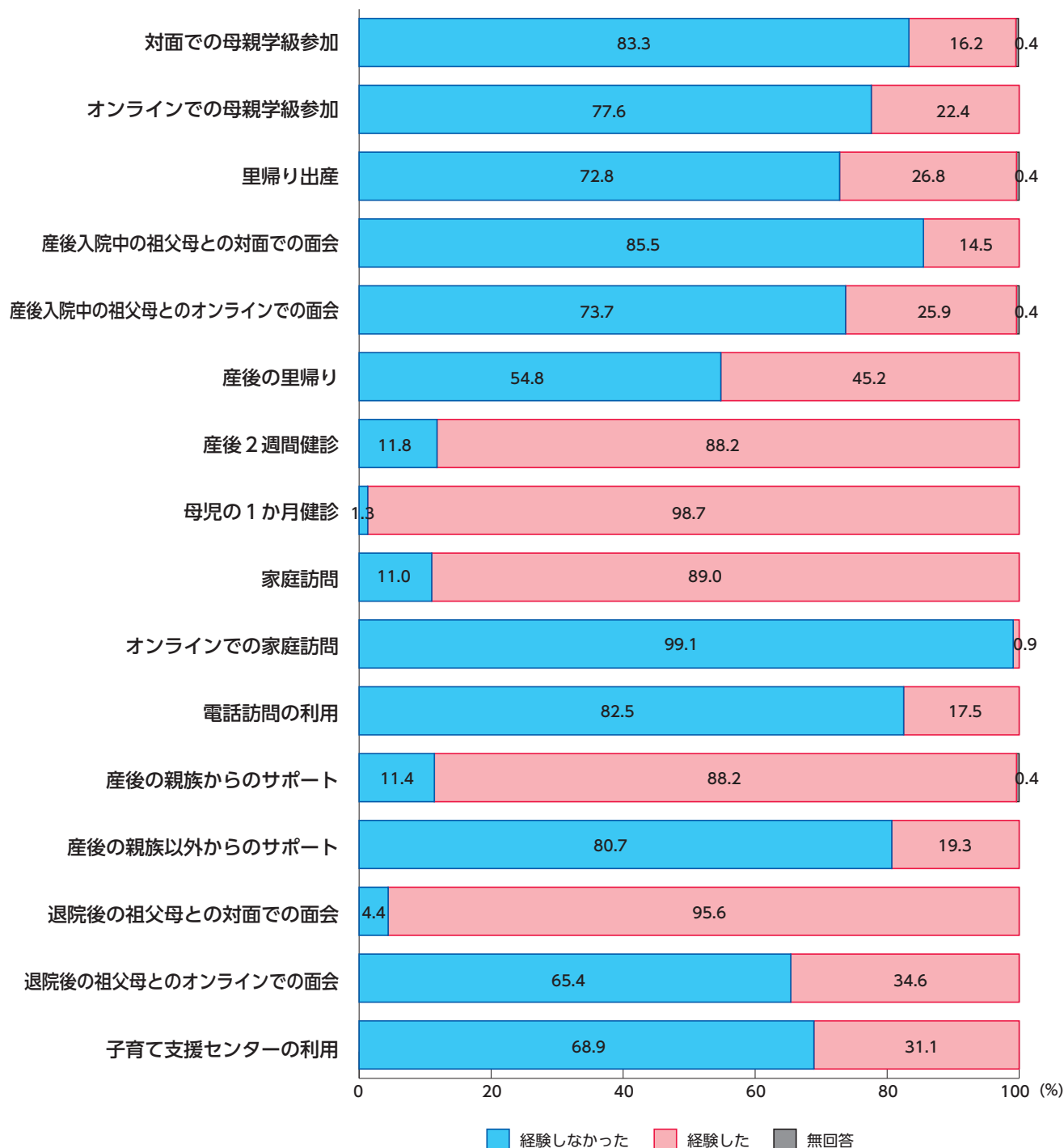


4. 妊娠中・出産時・産後の経験（母親）

産後2週間健診、母児の1か月健診、家庭訪問、産後の親族からのサポート、退院後の対面での祖父母との面会は85%以上が経験していました。

里帰り出産は72.8%が経験していませんでした。

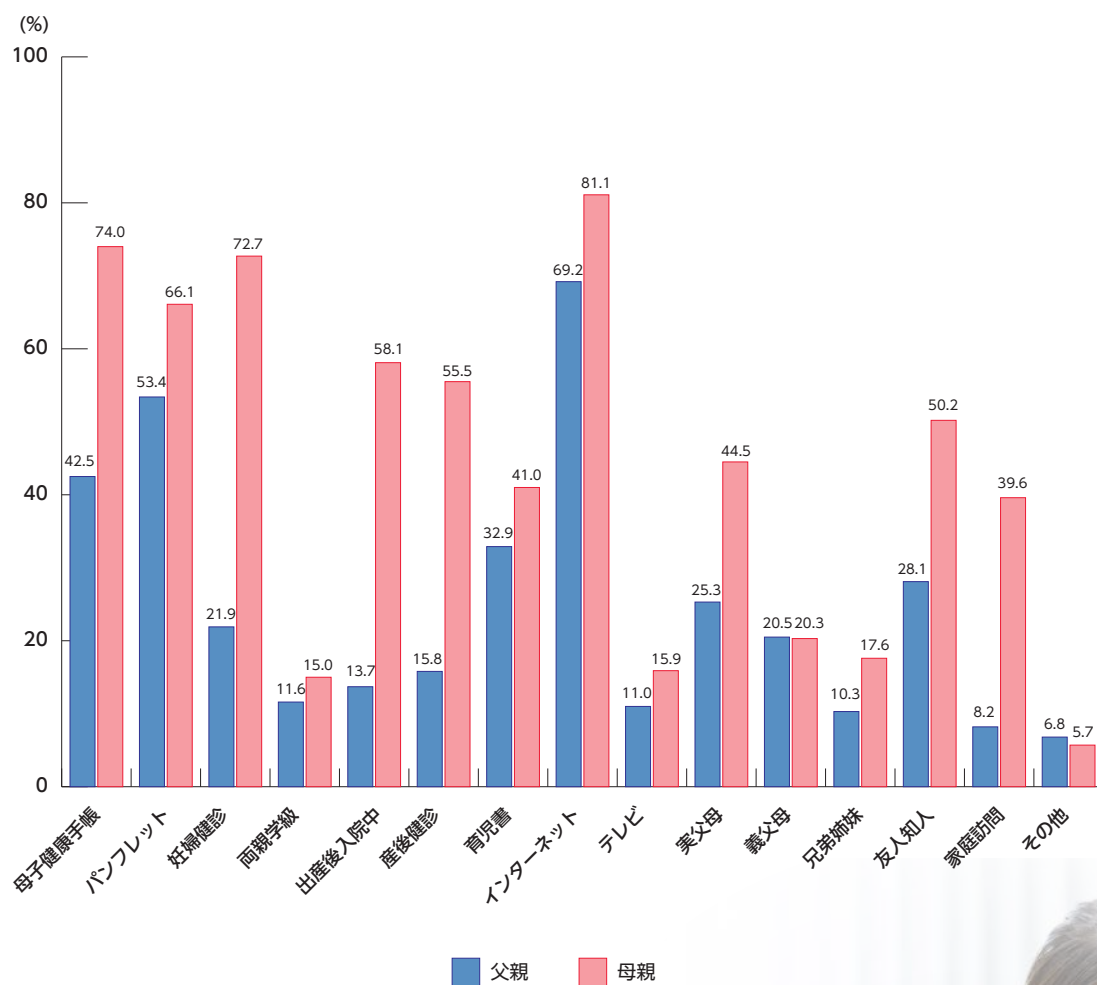
対面での母親学級参加、産後入院中の祖父母との対面での面会、オンラインでの家庭訪問、電話訪問、産後の親族以外からのサポートは80%以上が経験していませんでした。



5. 妊娠・出産・育児に関する情報源

父親の情報源は、インターネット（69.2%）、パンフレット（53.4%）、母子健康手帳（42.5%）の順で多かったです。

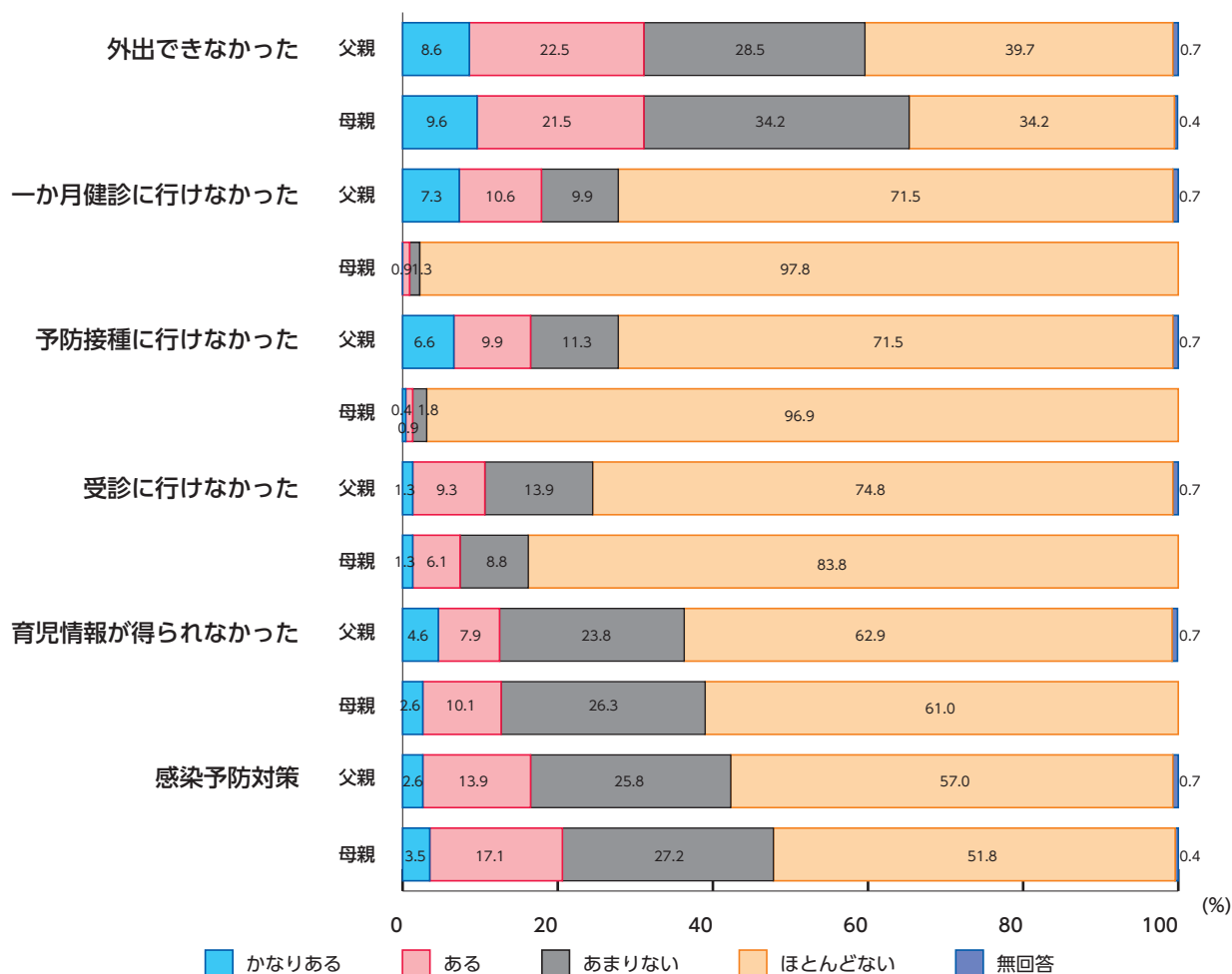
母親の情報源は、インターネット（81.1%）、母子健康手帳（74.0%）、妊婦健診（72.7%）の順で多かったです。



IV. コロナの影響により生じた、 困りごとの経験

1. 困りごと

「[かなりある・ある]」が、
父親では「外出できなかった（31.1%）」、「一か月健診に行けなかった（17.9%）」、「予防接種に行けなかった（16.6%）」の順で多かったです。
母親では「外出できなかった（31.1%）」、「感染予防対策（20.6%）」、「育児情報が得られなかった（12.7%）」の順で多かったです。



2. 困りごとと、工夫や解消方法（一部抜粋）

妊婦健診や面会、外出、他者との交流などの制限があり、困っていました。

SNS の活用や、夫婦・親戚での協力、子どもとの接し方の工夫などを行っていました。

妊娠

父親 Father

困りごと

妊婦健康診査に立ち合いができない

- ・妊婦健診に付き添いできず、エコーや心音が見られなかった。

感染・感染リスク

- ・感染に気がついた。

入院時の面会制限

- ・面会できなかった。

工夫や解消方法

妻からの情報共有

- ・妻と話をしして診察がどんな感じだったか詳しく聞いた。
病院の先生にきいてほしいことをまとめたメモをわたした。

感染対策

- ・日頃から手洗い、うがい、消毒を心がけた。

SNS の活用

- ・スマホでビデオ通話した。

母親 Mother

困りごと

妊婦健康診査に立ち合いができない

- ・コロナ感染対策のため同伴者が診察室に入れず
エコーなど一緒に確認することができなかった。

感染・感染リスク

- ・コロナに感染した。

教室が中止になった

- ・参加しようと思った対面式母親学級が中止になった。
オンラインでも定員があり、受けられずにいた。

工夫や解消方法

動画・写真の活用

- ・診察内容はすぐに LINE で夫に報告。エコー写真をなるべくもらって、
赤ちゃんがいることを実感した。

感染対策

- ・マスク・手洗いうがいの徹底、人が多いところへは行かないようにした。

SNS の活用

- ・インターネットや SNS、雑誌で情報収集。



出産

困りごと

父親
Father

出産立ち合いの制限

- ・出産に立ち合えなかった。

面会制限

- ・妻と子供の面会が出来ず、心配だった。

感染・感染リスク

- ・コロナ感染させないようにする。

工夫や解消方法

SNS の活用

- ・ビデオ撮影、産後オンライン通話など。
- ・LINE でのメッセージ交換、写真共有。

感染対策

- ・人的交流をさけた。

困りごと

母親
Mother

出産立ち合いの制限

- ・立ち会い出産がなかったので不安だった。

面会制限

- ・入院中夫や子供も面会禁止なのがつらかった。

感染・感染リスク

- ・出産時のマスク着用が辛かった。

工夫や解消方法

SNS の活用

- ・ラインでこまめに連絡をとっていた。
- ・助産師さんにつきっきりで立ち会ってもらった。
 - ・病院が出産時動画をとってくれたので、それをすぐラインして共有した。
- ・病院の近くまで来てもらい、窓から手を振った。



育児

父親 Father

困りごと

育児支援が得られない

- ・両家両親の育児参加ができなかった。

健診に同行できない

- ・1か月健診に同行できなかった。

感染・感染リスク

- ・子どもはマスクを着用できないため、
コロナ感染が心配で人混みを避ける傾向があった。

工夫や解消方法

アドバイスの活用

- ・2人で育児を行ったほか、電話、メールで親から
アドバイスをもらった。

妻との協力

- ・医院の前まで送迎し、妻に行ってもらった。

感染対策

- ・ベビーカーの幌を深くするなど、混雑具合に応じて対応した。

母親 Mother

困りごと

交流ができない

- ・他のママさんとの交流がない。

受診の制限

- ・乳腺炎で熱が出たが、受診できなかった。

マスクの影響

- ・マスクをつけて子どもに関わられると、
子どもの発達に影響しないか不安。

工夫や解消方法

SNSの活用

- ・近い月齢の子供がいる知人とオンラインで頻繁に情報を共有。

夫との協力

- ・夫に病院に薬をもらってきてもらった。

接し方の工夫

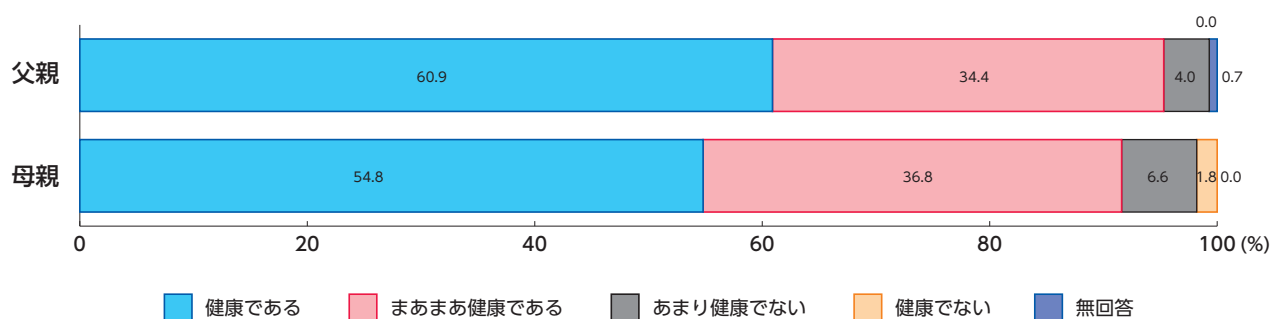
- ・家の中では、じっくり顔を見て、表情豊かに接する。



V ■ コロナの影響による、 健康状態や育児ストレスの経験

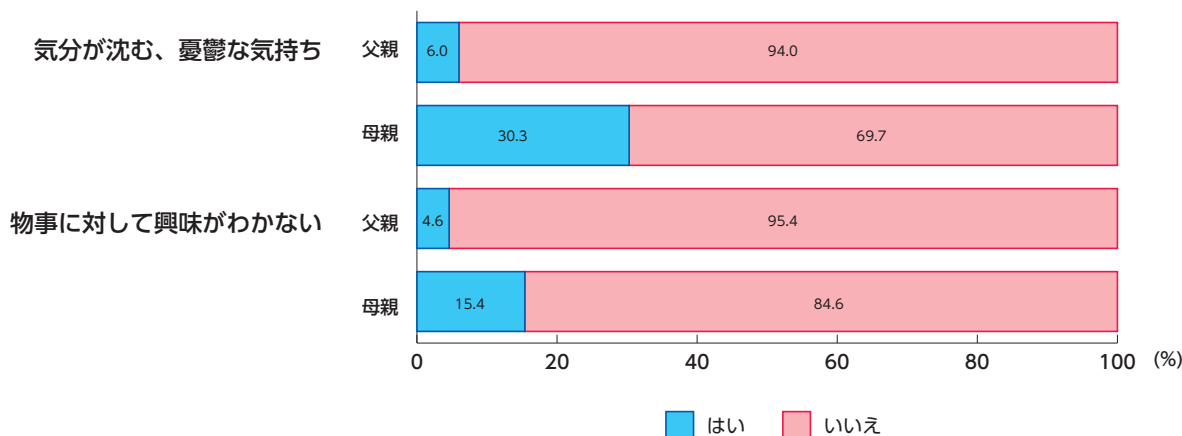
1. 健康状態

「あまり健康でない・健康でない」との回答は、父親が4.0%、母親が8.3%でした。



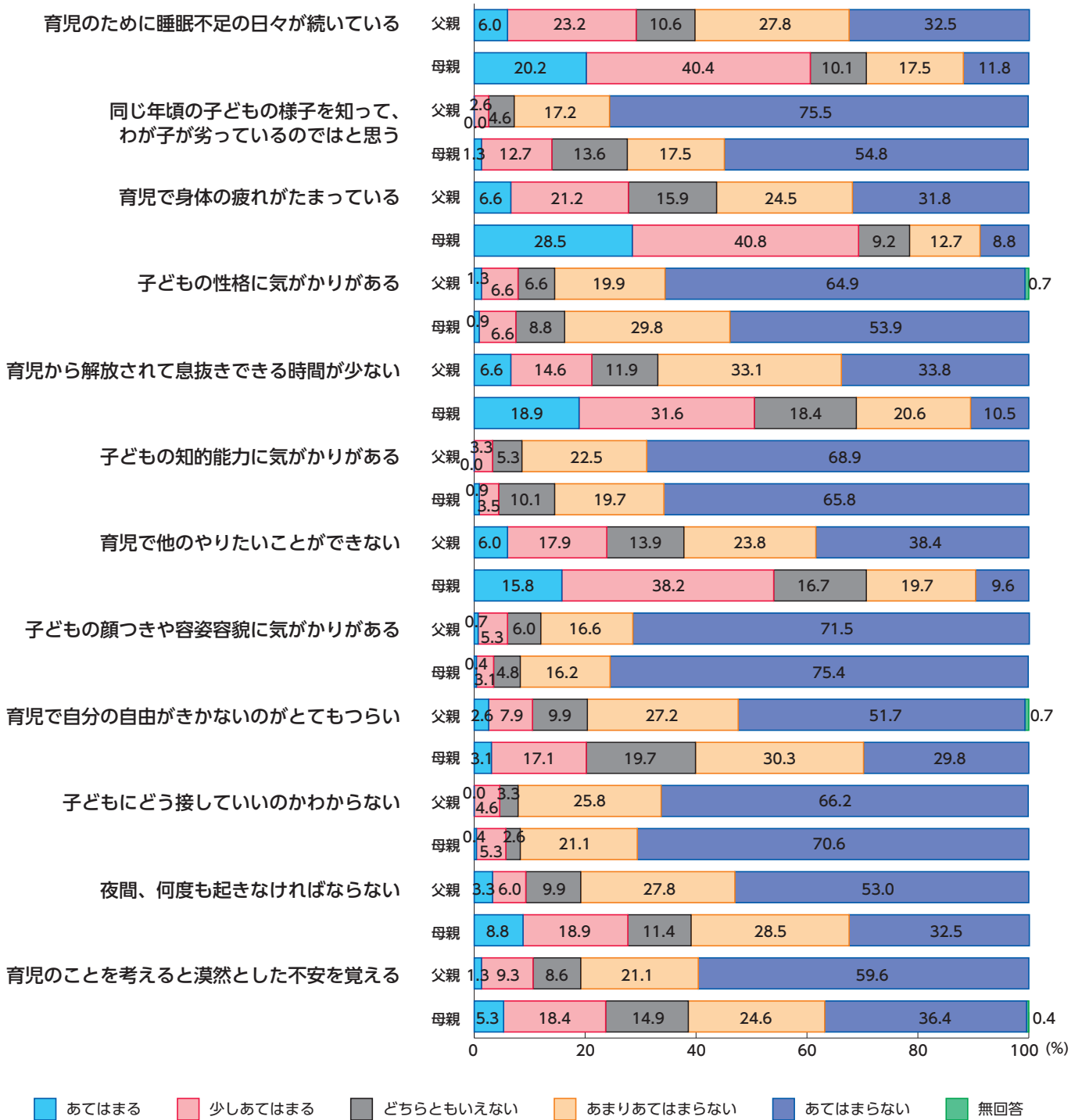
2. 心身の不調

母親の30.3%が「気分が沈んだり、憂鬱な気持ちになったりすることがよくあった」と答えました。



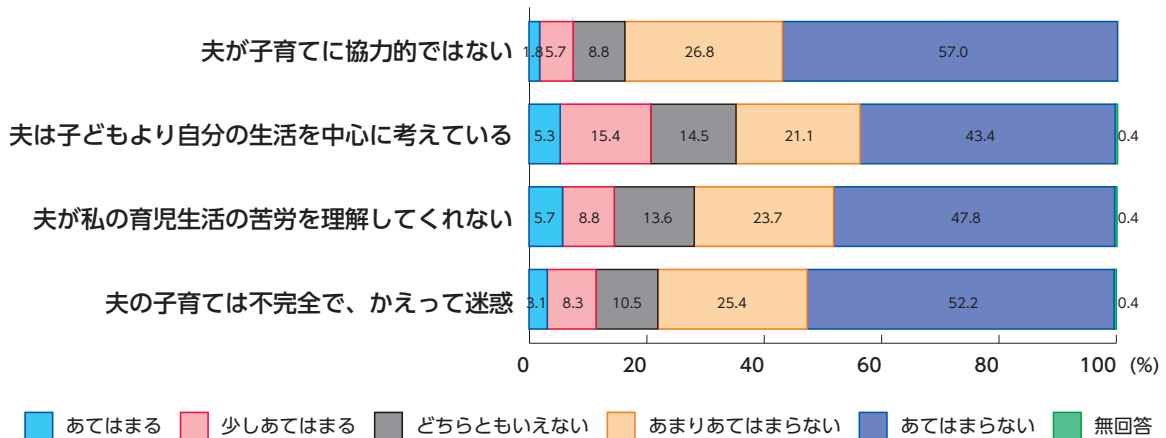
3. 育児ストレス

「あてはまる・少しあてはまる」が父親、母親ともに、
 「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たまっている」
 「育児で他のやりたいことができない」が多かったです。



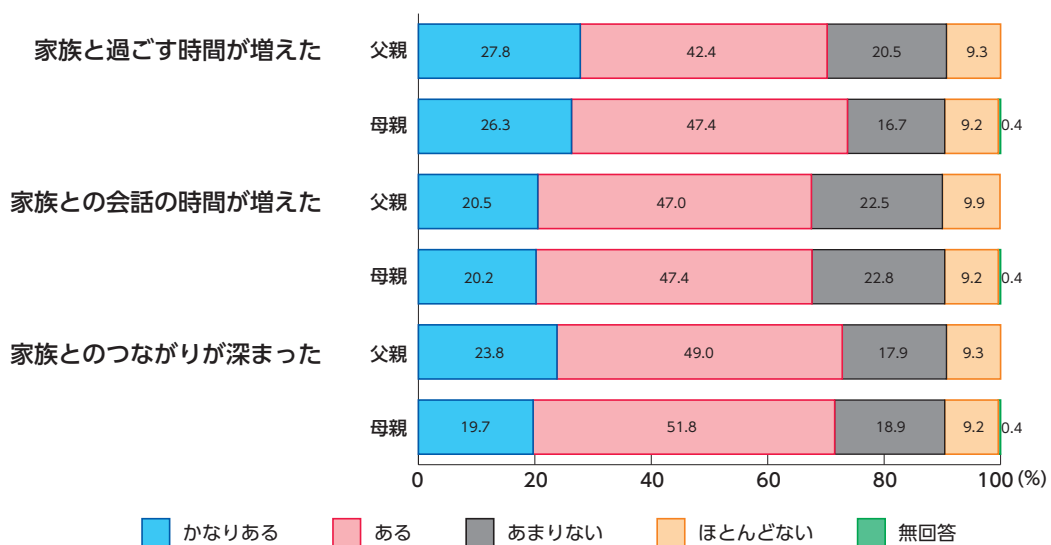
4. 夫の支援に対するストレス

約 20%の母親が「夫は子どもよりも自分の生活を中心に考えている」について「あてはまる・少しあてはまる」と答えました。



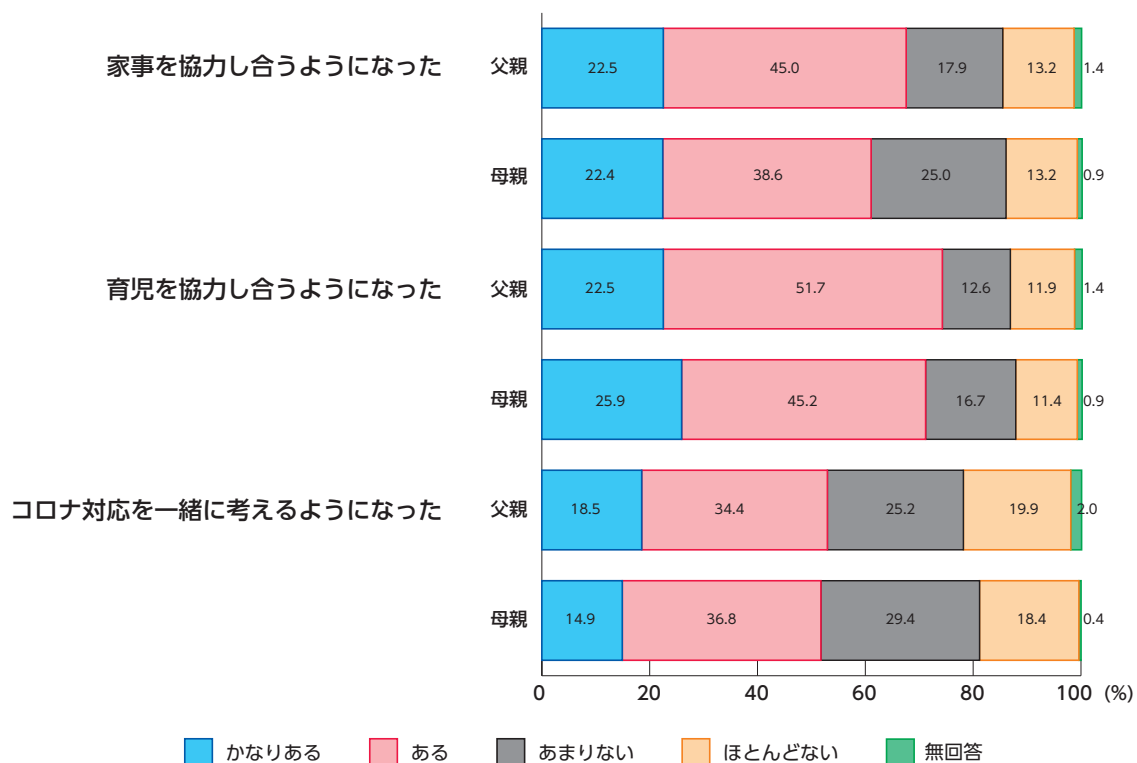
5. 家族関係の変化

各項目において、父親・母親とも 70%程度が家族関係の肯定的な変化があったと答えました。



6. 心がけの変化

父親・母親とも 70%以上が育児を協力し合うようになったと答えました。



VI. 追加情報

調査結果を受けて参考となる情報をご紹介します。

1 マスクの発達に対する影響への心配

調査では「(大人や子どもの) マスクのため、表情や言語など、子どもたちはキャッチしづらく発達に影響が出そうだと気がかり。声の抑揚や目の動きで判断は難しい。」「マスクをしていると顔の表情がわかりにくいので、今後に影響が出ないか心配」など、マスクの子どもの発達への影響に関する不安の声をお寄せいただきました。マスクの発達への影響に関する研究が世界各国で行われていますが、確かに影響があるという研究結果は、ほとんど得られていません(文献1)。2023年5月8日以降、マスク着用は個人の判断に委ねることを基本となりましたので、現在マスク着用率は減少しています。しかし、現在もコロナ禍以前の状況に完全に戻っているわけではありません。このため、日々の育児のなかで、少しだけ気にかけて、やってみるとよい対処法をご紹介します。



- ・日常生活や絵本の読み聞かせの時、高めの声でゆっくり話をする、声の調子を上げたり下げたりする、リアクション(表情や反応)をオーバーにする。(文献2, 3)
- ・パパとママの、表情豊かなお子様との会話の機会を意識的、積極的に増やしてみる(文献4)。



2 こころの不調

母親の 30.3%、父親の 6.0%が「気分が沈んだり、憂鬱な気持ちになったりすることがよくあった」と答えていました。産後のこころの不調は、産後の睡眠不足、慣れない育児や生活環境の変化、母親の場合ホルモンバランスの変化、孤独感、周囲のサポートが得られにくいなど、いろいろなことが重なり症状が出ると言われています。対処法には一人で頑張りすぎないことや、家族・友人の他、相談機関へ早めに相談することがあげられます。以下に、いくつかの相談先をご紹介します。

- ・ 保健センター
- ・ 出産した病院やクリニック、助産所
- ・ 産後の健診、母乳外来、産後ケア事業時
- ・ お子さんの訪問を受けた時のスタッフ など



3 育児がつらくなったとき、パートナーとの関係や生活にストレスを感じた時の対処方法

乳幼児を育児中の親にとっては、通常の育児負担に加え、コロナ禍という非常事態が重なり不安やストレスがみられました。さらに、パートナーとの関係や生活にストレスを感じることもありました。そこで、コロナ禍を経験した、3歳までの乳幼児をもつ先輩ママ・パパの工夫例をいくつかご紹介します（文献 5、6）。対処法のポイントとしては、家事・育児の軽減や分担、気分転換、相談窓口を利用する、人と話しする、一人になれる時間をつくるなどがあげられました。

先輩ママの工夫例

- ・レトルト食品・テイクアウト、デリバリー活用、家電活用・購入、宅配・通販活用。
- ・ネットショッピングやコープを利用した。
- ・外の空気を吸うよう心がけた。
- ・保健センターの相談窓口相談した。
- ・SNSを活用。友人たちとも気軽に会えず、育児の悩みなど話をする機会が減ったため、Zoomなどで少しでも話できる機会を作った。
- ・一緒にいすぎて気が狂いそうになり、1日夫に預け育児の休みをもらって離れたりしていた。

先輩パパの工夫例

- ・家事の分担
- ・妻のストレスが溜まっていそうなので、テイクアウトなどで息抜きをしてもらった。
- ・夫婦で月1日ずつ家を離れて自分時間を満喫することで育児ストレスを解消するようにした。
- ・ラインや電話などで人に話を聞いてもらってストレス発散をした。
- ・自分の休日に妻の体調が良いときは散歩に出てもらうことを提案した。（自分は子と留守番）



文献 1：

佐々木綾子, 近澤 幸他 (2023) : 新型コロナウイルス感染症流行下における保護者や保育者のマスク着用による乳幼児への影響と対応に関する文献研究 , 大阪医科薬科大学研究雑誌 ,13, 53-64.

文献 2：

西館 有沙 (2022) : コロナ禍で子どもの育ちを支える取り組み、臨床助産ケア 14 (1)、65-69.

文献 3：

KIDSNA STYLE : 「言葉の発達が心配」マスク生活の影響、医師の見解は、<https://kidsna.com/magazine/entertainment-report-210917-12741> (アクセス日 2023年9月1日)

文献 4：

明和政子 (2022) : 【コロナ禍の子どもたち】 コロナ禍でのヒトの脳と心の発達、チャイルドヘルス、25 (2)、99-102.

文献 5：

佐々木綾子他 (2021) : 「Web 支援システム構築のための新型コロナウイルス感染症が乳幼児と親をとりまく育児環境の変化に及ぼす影響の実態調査」、同志社大学赤ちゃん学研究センター紀要『BABLAB』、5、29-30.

文献 6：

Chikazawa Sachi, Ayako Sasaki, et al (2023) : Pregnancy, Childbirth, and Childcare during the COVID-19 Pandemic for Parents Raising a 4-Month-Old ,Health, 15(5), 413-435.





おわりに

2023年5月8日から新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが季節性インフルエンザと同じ「5類」に移行し、行動制限が緩和されました。しかし、コロナ禍は終息したわけではありません。このためアフターコロナの現在においても、妊娠・出産・育児期の皆様が、様々な不安や困りごとを抱えていることが推察されます。本調査では、コロナ禍における妊娠・出産・育児に関する様々な実態や工夫が寄せられていました。これらを公表することで、現在育児期の皆様、これから親になるという皆様、親を支える方々のコロナ禍を乗り切るヒントになることが期待されます。調査にご協力いただきました関係の皆様にご心よりお礼申し上げます。



コロナ禍での育児・出産にお悩みの方へ

ホーム > 教育 > 看護学部 看護学科 > 研究領域 > 母性看護学・助産学 > コロナ禍での育児・出産にお悩みの方へ



4 か月児を育てる 母親・父親のコロナ禍における 妊娠・出産体験が育児に及ぼす影響の実態

本学では日本学術振興会 基盤研究Cの助成を受け、「4か月児を育てる母親・父親のコロナ禍における妊娠・出産体験が育児に及ぼす影響の実態」の調査を行いました。

本調査では、コロナ禍における妊娠・出産・育児の実態とさまざまな工夫が寄せられていました。

現在育児真っ最中の皆様、これから親になろうとしている方、育児期の親を支える周囲の人々のコロナ禍を乗り越えるヒントにいただければ幸いです。

コロナの影響により生じた、
困りごとの経験と
工夫や解消法



コロナの影響による、
健康状態や
育児ストレスの経験



参考情報



調査結果はこちら (PDF)



感染と感染予防対策、子どもと子育て世代に対する支援に関する情報が掲載されています

NHK すくすく子育て情報
専門家からのアドバイス・メッセージ



公益財団法人 母子衛生研究会 赤ちゃん&子育てインフォ
コロナ時代の妊娠・出産・子育て
With コロナ、After コロナに対応するために



大学ホームページでは第1回調査の結果も公表していますので、合わせてご参考ください。

https://www.ompu.ac.jp/education/f_nursing/lab/03/of2vmg000000o4n2.html





感染と感染予防対策、子どもと子育て世代に対する支援に関する情報が掲載されていますので、
こちらのサイトも参考になさってください。



■ NHK すくすく子育て情報 専門家からのアドバイス・メッセージ

【 <https://www.nhk.jp/p/sukusuku/ts/> 】



■ 公益財団法人 母子衛生研究会 赤ちゃん&子育てインフォ

コロナ時代の妊娠・出産・子育て With コロナ、After コロナに対応するために

【 <https://www.mcfh.or.jp/> 】

本調査は、日本学術振興会 基盤研究Cの助成を受けました。

科 研 費
K A K E N H I

大阪医科薬科大学 看護学部 看護学科

569-0095 大阪府高槻市八丁西町7番6号

2023.09