

コロナ禍での育児にお悩みの方へ

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



当パンフレットは、大阪医科薬科大学看護学部看護学科が同志社大学赤ちゃん学研究センター「新型コロナウイルス感染症に関する特別研究課題」による助成により、同センター研究員のうち 0-3 歳の児をもつ父親 192 名、母親 224 名を対象に、「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」を行った調査結果をもとに作成しました。

本調査の結果では、全国の育児期の親の共感につながるとともに、いまだ終息のめどが立たない、コロナ禍の影響を受けながらの育児のヒントが多数寄せられていました。これらを公表することで、現在育児の真っ最中の母親・父親、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切るヒントになれば幸いです。

「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」

研究責任者：大阪医科薬科大学 看護学部看護学科 教授 佐々木 綾子
分担研究者：大阪医科薬科大学 看護学部看護学科 講師 近澤 幸
講師 竹 明美
教授 土手 友太郎
共同研究機関：同志社大学赤ちゃん学研究センター センター長 板倉昭二
同志社大学赤ちゃん学研究センター 特別研究員 金明汶

調査概要

調査目的	Web 支援システム構築のため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を明らかにする
調査方法	Web 調査・全国
調査期間	2021 年 1 月 29 日（金）～3 月 2 日（火）
調査対象	同志社大学赤ちゃん学研究センター赤ちゃん研究員のうち 0-3 歳の児をもつ父親 192 名、母親 224 名
資金源	同志社大学赤ちゃん学研究センター「新型コロナウイルス感染症に関する特別研究課題」による助成

A photograph of a baby lying on its stomach, looking up and smiling. The baby is positioned on the left side of the page, partially overlapping the index text.

INDEX

研究概要 1

対象者の特性 3

新型コロナ感染拡大に伴う
緊急事態宣言後に経験した
家庭内の困りごと 4

コロナにより生じた
困りごとに対する工夫や対処 6

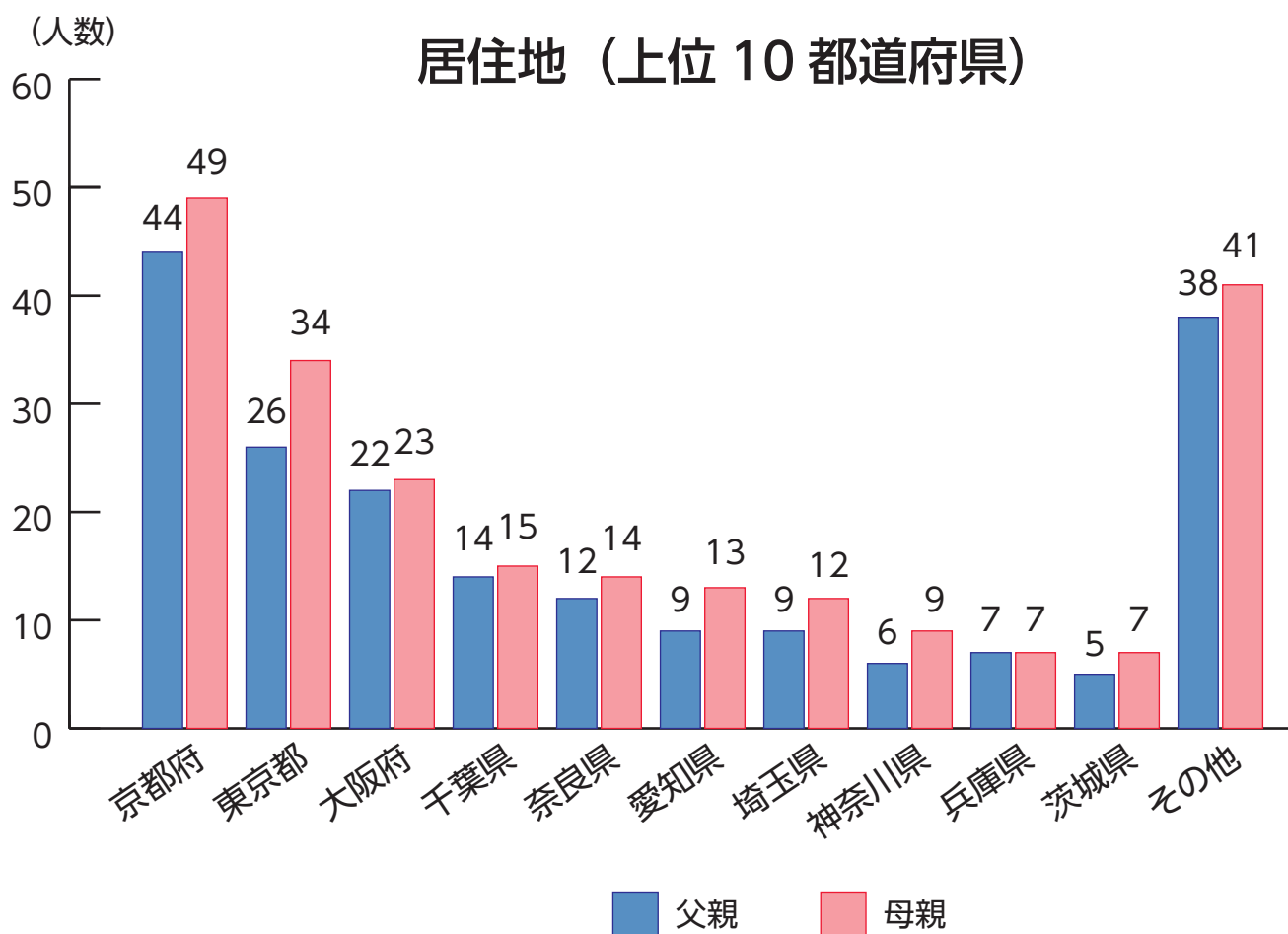
コロナの影響によるよい変化 11

夫婦間のサポート 13

コロナへの対応に関して
国や自治体、専門家に求めること 14

対象者の特性

- ・対象者の多くは感染拡大した大都市圏に居住していました。
- ・家族構成は、核家族世帯がほとんどでした。
- ・子どもの数は、初産が7割を占めていました。



新型コロナ感染拡大に伴う 緊急事態宣言後に経験した 家庭内の困りごと

子どもの 変化

母親
Mother

父親
Father

- ・テレビの視聴増加
- ・ストレス増加
- ・甘える
- ・モバイルの視聴増加 など

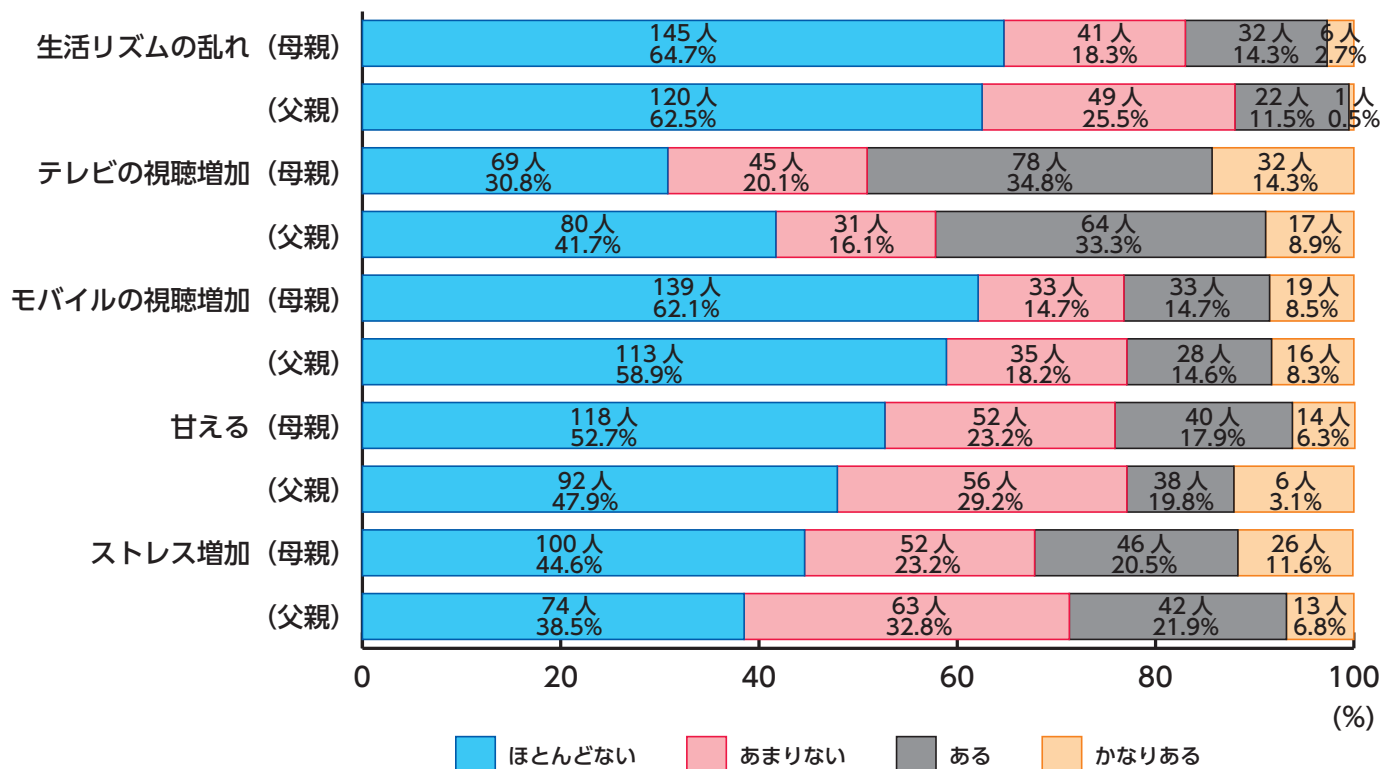
育児

母親
Mother

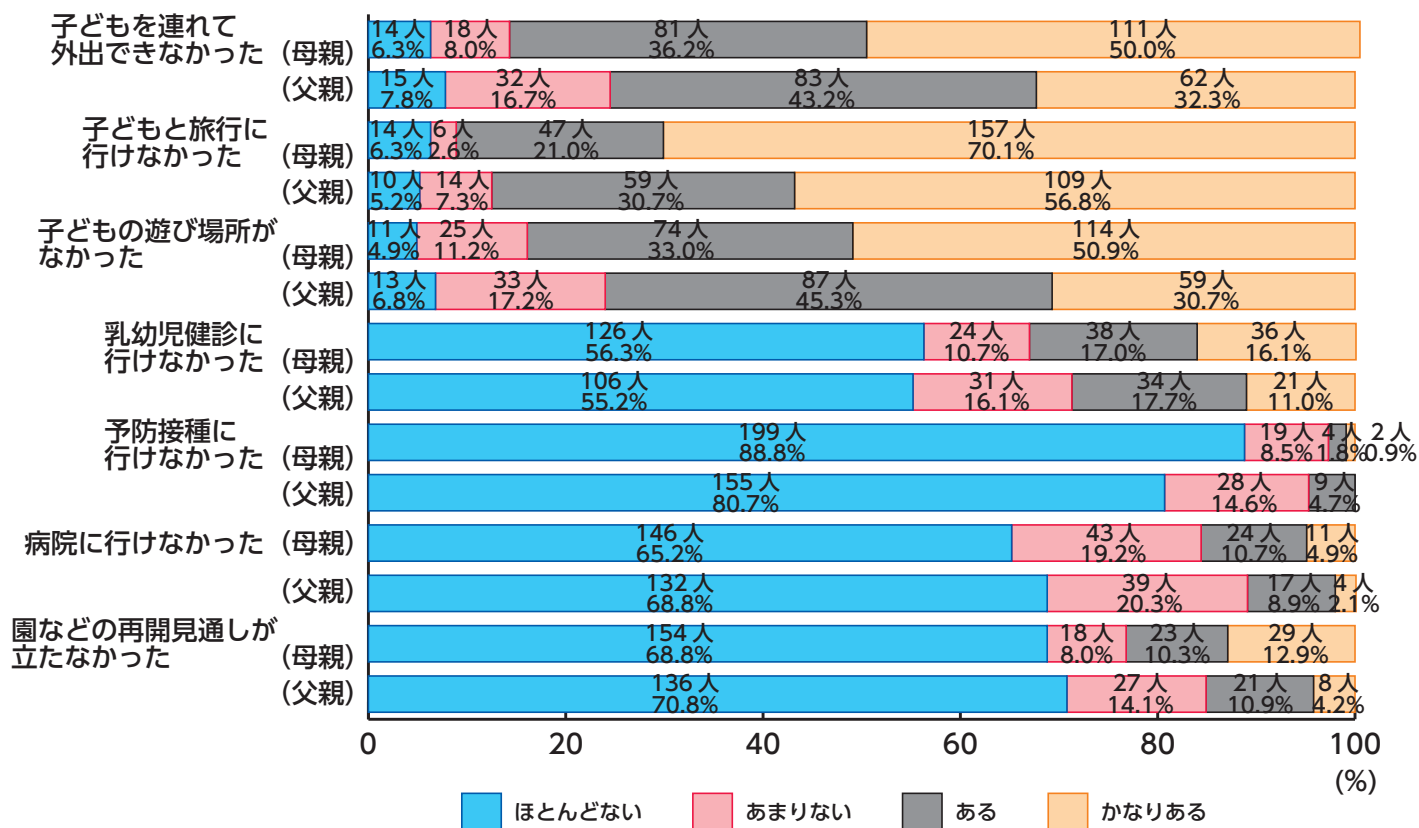
父親
Father

- ・子どもと旅行に行けなかった
- ・子どもを連れて外出できなかった
- ・子どもの遊び場所がなかった など

コロナ禍での子どもの変化



育児の困りごと



コロナにより生じた 困りごとに対する工夫や対処

子どもの 変化

困りごと

- ・遊び方
- ・子どものストレス

工夫や対処



母親
Mother

- ・おもちゃ、外遊び、散歩、室内用ブランコ、滑り台、トランポリンを購入、おうち時間を楽しむ

父親
Father

- ・おもちゃ、遊具、散歩、公園、一緒に遊ぶ、叱らない、関わる時間を増やす、子どもを抱きしめて安心させる

育児

母親
Mother

困りごと

- ・ 育児
- ・ 親子ともストレス

工夫や対処

遊び方の工夫

- ・ おうち遊びのレパートリーを増やすべく、遊びの本を読んで参考にした
- ・ 正しくコロナのリスクを理解し、外遊びやレンタカーで旅行し部屋食など、感染リスクの低い遊び方で経験を増やした

SNS の活用

- ・ 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
- ・ 実際に人とかわかることができなくて初めての育児で困ったが、ネットで調べたり芸能人の同時期に子どもを産んだ人のブログを読んだり Twitter をつかったりして情報収集していた
- ・ オンラインで育児について学んだ
- ・ Twitter を通し SNS でママ友を作ることにより情報を共有した
- ・ 保健師訪問も親の支援も受けられなかったので YouTubeなどで育児情報を収集した

気分転換

- ・ 外の空気を吸うよう心がけた
- ・ 一緒にいすぎて気が狂いそうになり、1日夫に子どもを預け育児の休みを貰って離れたりしていた

区の窓口相談

- ・ 区の相談窓口で電話した

困りごと

- ・ 育児
- ・ 外出できない
- ・ 親子ともストレス
- ・ リモートワーク

工夫や対処

育児

父親
Father

遊び方の工夫

- ・ おもちゃ、遊具、家で運動
- ・ おもちゃや本を買い足した

SNS の活用

- ・ 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

気分転換

- ・ 妻のストレスがたまっていそうなので、テイクアウトなどで息抜きをもらった
- ・ 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

リモートワーク中の工夫

- ・ リモートワークのために、キッチンに机とモニターを設置し、普段の生活空間（育児場所）とは区別した
- ・ リモートワーク中、妻が昼食作りなどで手を離せない時は、子どもを抱っこして仕事をした

家事

母親 Mother

困りごと

- ・ 食事の準備回数が増えた
- ・ 買い物に行けない、行きたくない
- ・ 家事負担（家事・掃除・洗濯）

工夫や対処

宅配や通販などの活用

- ・ 宅配・通販活用
- ・ レトルト食品・テイクアウト

家電の活用

- ・ 家電活用・購入

父親 Father

困りごと

- ・ 自分の家事負担が増えた
- ・ 妻の家事負担が増えた
- ・ 外食できない

工夫や対処

宅配や通販などの活用

- ・ デリバリー・インスタント食品の活用

家電の活用

- ・ 家電活用・購入

家事の分担

- ・ 家事の分担



仕事

母親 Mother

困りごと

- ・在宅ワークに集中できない
- ・出勤や対面が避けられない

工夫や対処

子どもの対応

- ・寝ている時間に仕事、テレビを見せる、ベビーシッター

感染対策

- ・感染対策の徹底

父親 Father

困りごと

- ・在宅ワークに集中できない
- ・出勤や対面が避けられない

工夫や対処

子どもの対応

- ・説明、乱入防止、テレビを見せる

感染対策

- ・感染対策の徹底
- ・健康管理に気を付けた（運動、起床時間、趣味、気持ちの割り切り）

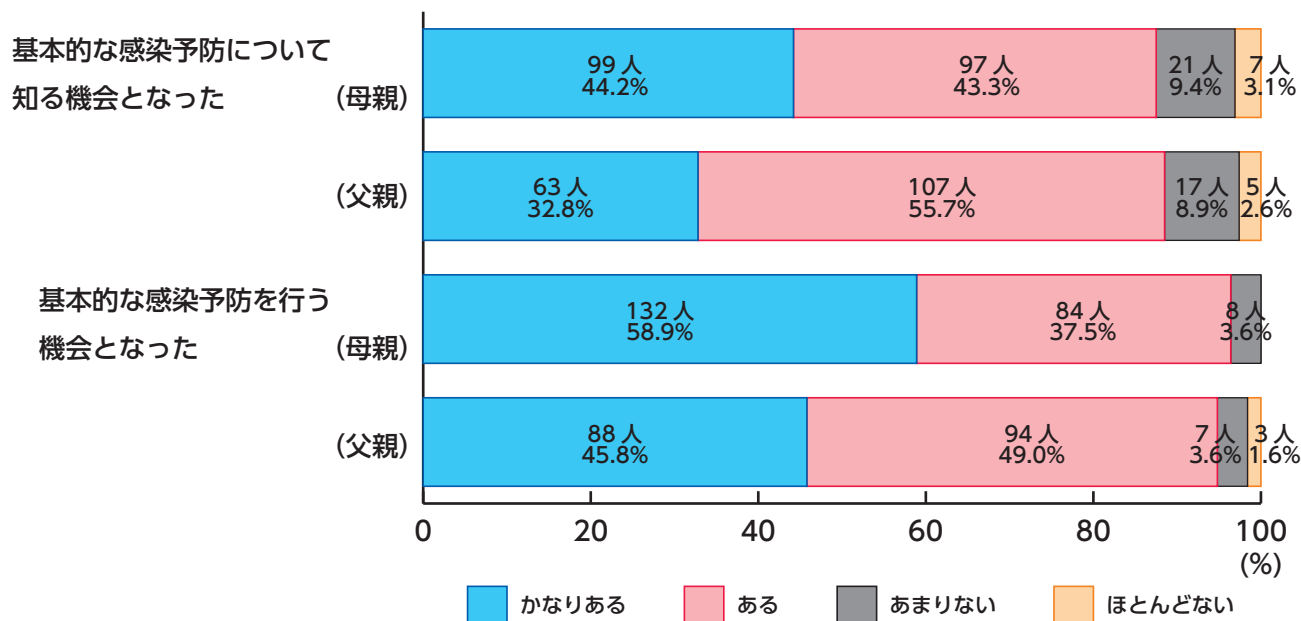
コロナの影響によるよい変化

感染予防に関する変化

母親
Mother

父親
Father

- ・約 9 割が感染予防について知り、行動の変化があった



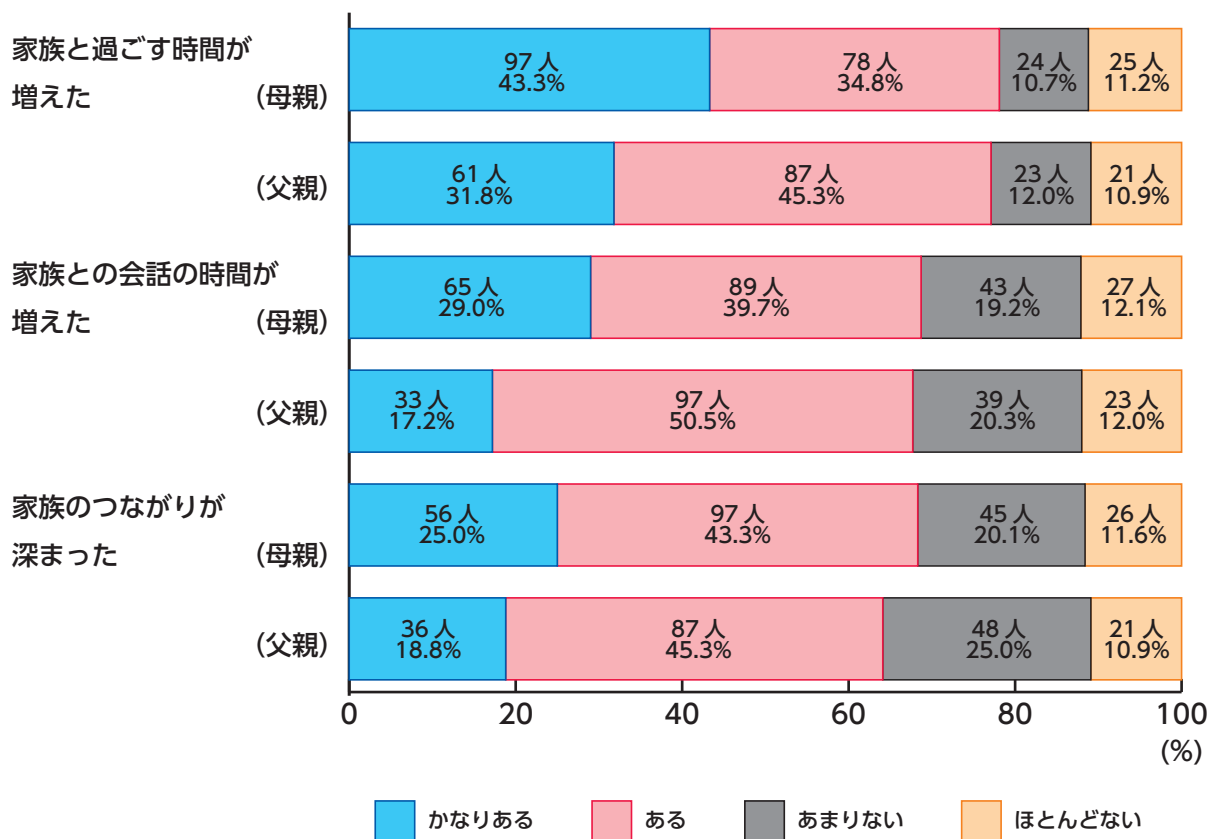


母親
Mother

父親
Father

家族関係 の変化

- ・ 7～8割が家族関係の肯定的な変化



夫婦間のサポート

家族で
心がけるように
なったこと

母親
Mother

父親
Father

家事を協力し合うように
なった

(母親)

(父親)

育児を協力し合うように
なった

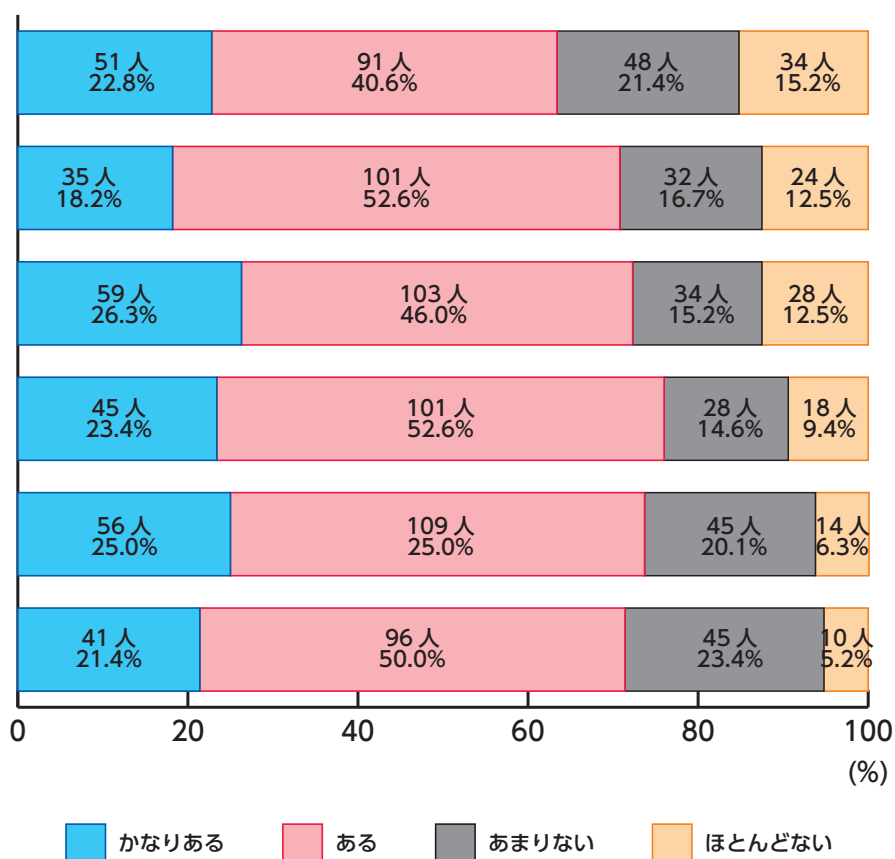
(母親)

(父親)

コロナ対応を一緒に考える
ようになった

(母親)

(父親)



コロナへの対応に関して 国や自治体、専門家に求めること

母親 Mother

感染と感染予防対策

- ・マスクの正しい付け方をきちんと報道して欲しい
- ・ワクチン接種の説明。どれくらいの期間効力があるのか。
ワクチンが早く接種できるようにしてほしい。貧しい国々も
ワクチンを確保できるようにしてほしい
- ・子どもに対する影響などをわかる範囲で教えてほしい

父親 Father

子どもと子育て世代に対する支援

- ・自治体主催のイベントやセミナーも少なくなっていく場所がなく、ストレスがたまる。コロナ対策はもちろん大切だが、
孤独に陥りがちな母親支援（特に就園前の子どもがいる母親）
にも力を入れて欲しい
- ・マスクは大切だと思うが、今の子ども達は周りの表情が見えない
中で育って**発達に影響が出ないか**すごく不安
- ・妊婦や産後のケアが充実してほしい。母親学級などにも参加
できずに出産し、不安でいっぱいだった

感染と感染予防対策

- ・迅速な感染拡大予防
- ・16歳未満のワクチン接種ができるように尽力してほしい
- ・ワクチン早期接種に向けた取り組み



■ 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/> 】



■ 公益社団法人 日本小児科学会

新型コロナウイルス感染症に関する Q&A 小児における症状や注意点

【 https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/covid_qa/qa.pdf 】



■ 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/> 】



■ 厚生労働省 新型コロナウイルスに関する Q&A (一般の方向け)

【 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/dengue_fever_qa_00001.html 】



■ 厚生労働省 新型コロナワクチン Q&A

【 <https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/> 】