

「新型コロナウイルス感染症流行期」における乳幼児を 持つ保護者の悩みと支援ニーズの一考察

山下 雅子* ・ 中山 政弘*

要旨

2020年2月末、新型コロナウイルス感染拡大防止施策として、政府の休園・休校要請に伴い、子育て家庭と社会との繋がりが希薄となった。この状況下で「子育ての孤立化」を防ぐために必要な子育て支援を検討することを目的に、就学前の子どもの保護者を対象に、子育ての悩みの量、内容、保護者の健康状態等の変化とストレス解消の手立てについてアンケートを実施した。

その結果、子育てへの悩みの量に大きな影響はなかったが、この状況下の子育ての悩みとして、子どもの自宅での過ごし方や子どもへの関わり方など日頃の子育ての延長上での悩みが挙げられた。また、この感染症流行期に保護者の健康状態の変化として「睡眠」「食欲」「怒り」などストレスによる影響が見られ、その対処法として、睡眠や間食などの対処法が見られたが、直接的に子育ての悩みを解決するものはなかった。今後、保護者のストレスを減らす上でも「多面的な」子育て支援を検討していく必要がある。

キーワード：子育て家庭の孤立予防、親のメンタルヘルス、多面的な子育て支援

【はじめに】

近年、少子高齢化による子育て世帯の減少、都市化、核家族化の進行などにより、子育て家庭の孤立化が課題となっているほか、女性就業率の上昇に伴い保育需要が高まるなど、子どもと子育て家庭を取り巻く状況は大きく変化している。少子化対策が進められ、2012年の「子ども・子育て支援」関連三法で法的整備はされたものの、それを運営、実施する市町村の整備や事業体制には課題は多く残されている（笹川，2014）。

「福岡市第5次子ども総合計画」（2020）によると、子育て家庭における核家族の割合は約9割と高く、子育てが孤立化する傾向にあり、子育てに不安や負担を感じる保護者の割合も増加している。また、子育てに不安や負担を感じる人は全体の70.5%と、前回調査と比べ、2.5ポイント増加している。

また、乳幼児の保護者が充実してほしい子育て支援は、子育てにかかる経済的負担軽減が最も高く、次いで「子連れでも出かけやすく、楽しめるイベントの機

会がほしい」「残業時間の短縮や休暇の取得促進など、企業に対して職場環境の改善を働きかけてほしい」とある。

都市化、核家族化が進んだことを背景に、地域のつながりが希薄化や、地域や社会から孤立しがちな子育て家庭が増えており、子育て家庭が社会に繋がる機会作りや、子育てと仕事を両立するための職場環境の調整など、子育て家庭が社会と繋がるための方策と実行が今後の検討課題となっている。

福岡市では子育て家庭における子育てに対する不安や負担を解消するため、子どもプラザ、子育て交流サロン、一時預かり事業、ファミリー・サポート・センターなど、地域のニーズに応じた様々な子育て支援の充実を図っていく必要があると「第5次福岡子ども総合計画」でも審議されている。

しかし、2020年2月末、福岡市では公立小中学校が新型コロナウイルス感染拡大防止のために休校となり、そのため、児童・生徒は自宅学習、保護者は在宅勤務、

*ふくおか子どものこころサポート研究所

休職等を余儀なくされ、これまで親子と社会の架け橋であった子どもプラザや子育て交流サロン等も休館になり、親子の意図と無関係に子育て家庭が孤立しやすい状況となった。この間、社会との繋がりが減少し、閉鎖的な家庭環境、子育て家庭の孤立化が予想され、児童虐待やドメスティック・バイオレンスの増加や、児童虐待の増加が懸念された。全国の児童相談所に今年1月から6月に寄せられた虐待相談の対応件数（速報値）が9万8814件であった（厚生労働省、2020）。前年同時期と比べて8948件（10.0%）増えたものの、同年4月から児童虐待数の増加率が鈍化した。しかし、厚生労働省は新型コロナウイルス感染拡大による学校の休校などで「虐待の潜在化」の可能性があると見ており、厚生労働省として、新型コロナウイルス感染症対応による学校休業や、外出自粛等に伴い、子どもや家庭の生活環境が変化する中で虐待のリスクの高まりを懸念し、同年4月24日、「子どもの見守り強化アクションプラン」を公表し、地域の見守り体制の強化を進めている。

「子どもの見守り強化アクションプラン」では、学校等の休業や外出自粛が継続する中で、子どもの見守り機会が減少し、児童虐待リスクが高まっていることから、これまでの取り組みに加え民間団体等に幅広く積極的に協力を求め、地域のネットワークを総動員して体制を強化することを目的としている。

NPOふくおか子どものこころサポート研究所では、この休校に伴い対面での子育て支援が困難な状況下で、親子のストレスマネジメントを目的としたリーフレット「感染症流行期における親子の心の健康を守るために〈理論編〉」「感染症流行期における親子の心の健康を守るために〈実践編〉」を配布し、子どもの生活リズムを整えメンタルヘルス維持、向上を目的とした小学1年生から3年生まで、各学年の「オンライン朝の会」の実施、子育て家庭の孤立化の予防を目的として、家庭で描いた子どもの絵や作品を募集し、その作品の肯定的評価と共に養育者を労うコメントを送る「アートチャレンジ」を自粛期間中に実施した。

新聞等で取り上げられたこともあり、普段の活動地域だけでなく「引越したばかりで子育てについて相談する先がなかった」など、他県からの申し込みもあり、子育ての孤立化を防ぐ一助となった（山下・中山、2020）。

また、先述の「オンライン朝の会」では、保護者から「外出がままならず親子ともに息抜きができない」「家族とずっといるとイライラする。イライラする自

分を責める」「テレワークになった家族に気を遣い疲れる」「兄弟児へのケアが母親一人では難しく、つい子どもに当たってしまう」「休校となり子どもの兄弟喧嘩の回数が増えた」「『何かあったら学校に連絡を』と連絡はあったが、どの程度の相談をして良いのか分からず相談できなかった」などと、日中一人で子どもを養育する親のメンタルヘルスの問題や子どもへの関わり方などの相談があった（山下・中山、2020）。このように、外出が難しく、他者との交流や専門機関への相談が難しい状況で、子育て家庭が孤立しないために、日頃の保護者のメンタルヘルスを振り返り、維持・向上を図ることと、今回の自粛期間のように親子の希望とは無関係に孤立化しがちな環境下でも保護者が気軽に相談するための地域でのネットワーク作りを検討していく必要がある。そのために、まず、今回の自粛期間中に保護者がどのような状況下で子育てを行い、また、子育ての何に困っていたのかを明確にする必要がある。そこで、就学前の子どもをもつ保護者にアンケートを取り、ニーズ調査を行い、その結果を考察する。

【方 法】

調査対象は保育園、幼稚園、地域の子育てサロン、児童発達支援事業所で活動する支援者の協力を得て募った。また、調査協力の有無により支援の変更等、調査対象者が不利益を被らないこと、また結果は数値化し個人が特定されないことを文書で伝えた。

本稿の感染症流行期は、内閣総理大臣が休園・休校を要請した、2020年3月2日から5月21日までと定義した。この時期は、地域の子育て支援を担う子どもプラザや公民館など公的機関の事業中止や閉鎖があり、子どもが所属する園から各家庭への働きかけも整っておらず、保護者が意図せず「孤立化」しやすい状況であったと考えられる。特に、地方都市部では、核家族が多く、子育てが「孤立化」しやすい。その状況を知り、具体的な支援策を検討することが必要である。回答時期は、新型コロナウイルスやインフルエンザ等の感染症が流行による影響が少なく、これまでの生活と新型コロナによる生活の変化を振り返りやすい時期として2020年10月末に実施した。

質問内容は、子どもの年齢と人数、子どもが日常的に通っている場所、現在の保護者の生活状況・勤務形態、子育てについて保護者が相談できる機関、感染症流行期の子育ての悩みの量的変化と内容、感染症流行期における保護者の健康状態とストレス発散法、感染症流行期を経て今、保護者が知りたい子育ての知識と

スキルについて質問した。

就学前の乳幼児を持つ保護者33名（女性30名、男性3名、平均年齢36.5歳）からの回答を得た。

調査方法は子どもの障害の有無については特に限定せず、質問紙は紙ベースとgoogleフォームを用いたwebでの入力の両方を利用した。新型コロナウイルスの影響により自粛期間中の保護者の心身の変化、自粛期間中での子育ての状況、その期間で必要と感じた子育ての方法に関する質問を行った。

【結果と考察】

1. アンケート回答者と子どもの状況について

アンケート回答者はすべて就学前の子どもの保護者であり、子どもの数は「1人」が17名（52%）、「2人」が12名（36%）、「3人」が4名（12%）であった。子どもが1～2名の家庭の割合が多かった。子どもの主な通所先としては、「保育園」が24名（46%）、「幼稚園」が19名（37%）、「通園していない」が7名（13%）、「プレ幼稚園」が2名（4%）であった。保育園・幼稚園等へ通っている子どもが合わせて88%であると示された。また、保護者の現在の勤務形態は「専業主婦」が11名（34%）、「常勤勤務」が9名（28%）、「パート等の非常勤勤務」が8名（24%）、「在宅勤務」が2名（6%）、「休職中」が2名（6%）、「その他」が1名（3%）と、何らかの形で働いている保護者が58%を占めた。子育てにおける、家族からの協力の有無に関しては、「常に得られる」が18名（53%）、「時々得られる」が16名（47%）であり、子育てにおける主な協力者は「夫」が15名（35%）、「母」が11名（26%）、「義母」が8名（16%）、「父」が4名（9%）、「義父」が3名（7%）、「その他」が2名（5%）であった。

概ね家族からの協力が何らかの形で得られていることが示され、特に配偶者や自分の母親へ協力を求めていることが示された。子育ての協力者の存在を認識できることは「子育ての孤立化」を防ぐためにも大切な視点であり、夫だけでなく、母や義母を頼るなど柔軟な姿勢で子育ての協力者を得ている様子が窺われた。

2. 子育てについての悩みの相談状況について

子育てにおいて、保護者が相談している機関は、市町村の子育て支援施設が26名（43%）が最も多く、次に子どもが通う園24名（39%）と多かった。子どもが通う医療機関8名（13%）、民間の子育て支援施設3名（5%）にも相談していた。

また、＜感染症流行期＞で子育ての悩みに関する変

化について質問したところ、子育てに関する悩みは感染症流行前と比べて、「とても増えた」が2名（6%）、「少し増えた」とが13名（39%）である一方で、「今までと変わらない」が15名（46%）、「少し減った」が1名（3%）、「とても減った」が2名（6%）であることが示された。

子育ての悩みを相談する機関として、未就学前の乳幼児をもつ保護者にとって、医療機関による診断や治療前の専門的な相談窓口として、市町村の子育て支援施設が活用されていることが伺われた。また感染症流行期前後での子育ての悩みの量的変化への質問には、ほとんど変わらないが半数弱を占め、感染症流行期前から子どもと過ごす時間が長い保護者にとっては、緊急事態宣言による休園が子育ての悩みが大きな影響として認識されなかったことが伺われた。つまり、子育ての悩みは、休園による子どもと過ごす時間が増えたことによる影響より、子どもの成長や日頃の関わり方による悩みであると考えられた。

3. 感染症流行期における自粛期間中に子どもとの過ごし方で悩んだ内容と保護者の健康状態について

感染症流行期において自宅での子どもとの過ごし方への悩みや、困った内容について質問したところ、「感染した場合の対応」に関する心配がある一方で、「次第に家ですることがなくなった」「テレビや動画を見る時間が増えた」「勉強や遊びでのかかわり方が難しい」「生活リズムの変化への対応が難しい」「叱ることが増えた」などの意見が多く見られた。また、その他に「外遊びや出掛け先がなくて困った」「デイサービスの利用時間が短縮され、仕事を休まざるを得なかった」などの意見が挙げられた（図1）。

次に、感染症流行期における、保護者の健康状態（図2）について質問したところ、「睡眠がうまく取れていない」と「食欲の低下」「怒ることが多くなった」があった。その他の意見として「子どもが楽しめる事をネットで模索する時が増えた」「自分も在宅勤務になり、子どもと一緒に運動出来た」と子どもと共に過ごす方法を取り入れるポジティブな意見がみられる一方で、保護者のメンタルヘルスの観点からは様々な悩みや困りごとが存在していると窺われた。

悩みや困った内容として、感染した場合の対応が選ばれた背景には、感染症流行初期であったこともあり、感染症自体に関する情報が不足している段階であったことから感染への不安があったということが考えられる。その一方で、このことに加えて、感染症対策の一

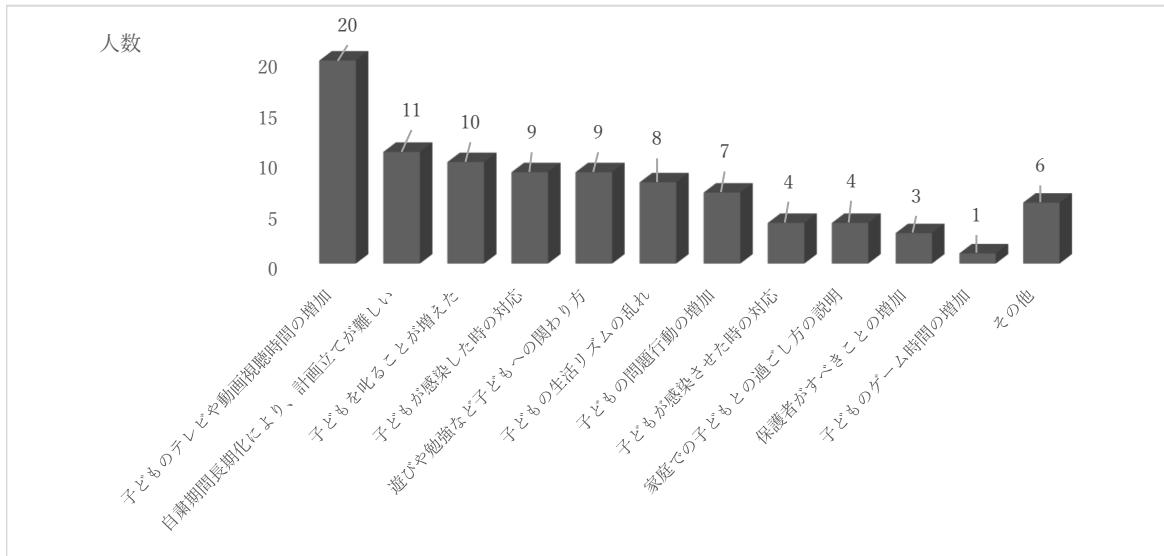


図1 感染症流行期における自宅での子どもとの過ごし方で困った内容（複数回答）

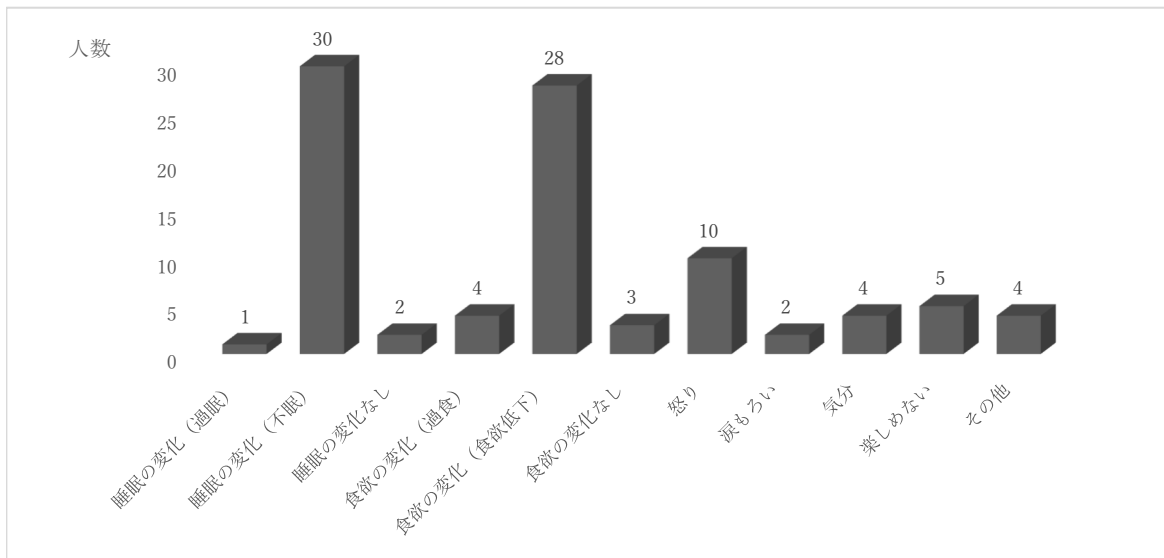


図2：感染症流行期における保護者の健康状態（複数回答）

環として、マスクの着用や他者との距離を取ること（ソーシャルディスタンス）、密接・密閉・密集を避けるなど生活を取り巻く状況も変化することで親子ともにストレス状況下であり、その影響により、これまで可能だった遊び方や生活習慣が変わり、それを子どもにどう伝えと実行できるのかなど、養育態度の変化も悩みや困りごとが増えた部分につながっていったのではないだろうか。

つまり、自粛期間を家庭で過ごすことが多くなることで、子どもと関わる時間が増え、子どもの行動を目の当たりにすることが増えたことも悩みや困りごとを

感じることに繋がったのではないかと考えられる。これまでも帰宅後に一緒に遊んだり、休日に出かけるという関わりはあったものの、その関わりが長期化、長時間化することで、保護者自身のストレスや疲れも慢性化し、子どもの行動に対しても否定的にとらえていくことが増えていったのではないだろうか。足立・温泉・武田ら（2002）が述べているように乳幼児期から困った行動が多いほど育児に対して否定的なとらえ方をすること、伊藤（2006）が指摘しているように、障害を持っている子どもとの関わりにおいても一対一で過ごす時間が長くなることで、保護者のストレスが

高まると考えられている。

そう考えると、感染症流行による状況変化という新しいきっかけによるものではあるが、自粛期間という、家族が長時間一緒にいるという状況が続いたために、その時間が長期的になるだけでなく、当時はその終息の先行きも見えない中で子どもとの関わりが長くなっていったことは、子どもへのとらえ方を否定的なものにしてしまうことが多く、結果として保護者のストレスが高まったものと思われる。

4. 感染症流行期における、保護者自身のストレス発散方法や癒しについて（図3）

感染症流行期の保護者自身のストレス発散方法などについて質問したところ、「睡眠」「食事」「飲酒」「テレビ・動画視聴」「買い物」「運動」「入浴」「友達とのおしゃべり」などの意見が多く選ばれていた。また、その他に「専門家によるカウンセリング」が挙げられていた。

先述したように、感染症流行による自粛期間は親子で過ごす時間が長期化し、見通しが持ちにくかったこともなども影響して、保護者へのストレスも多くなったものと思われる。そう考えると、保護者が自分のストレス解消方法をいくつか持っており、それをうまく

実施することができたと考えることもできるだろう。

岩崎・海蔵寺（2009）が指摘しているように、保護者がサポートとして求める要因として「多面的なサポート」「気分転換」「子どもができることの増加」などが挙げられており、これらのストレス解消の方法は「気分転換」の具体的な方法として機能しているものと思われる。カウンセリングといった専門職による支援をはじめとした多面的なサポートが重要であると保護者が感じている一方で、自分で気分転換を上手に図りながら日々の生活を送ることができるともまた大切なのである。そのためには、気分転換の具体的な方法をできるだけたくさん持つことと、それを環境に合わせて上手に実施することやそのような環境を整備することも重要であると考えられる。

5. 子育てにおいて、保護者が知りたい知識やスキルについて（図4）

保護者が知りたい子育てにおける知識やスキルについて質問したところ、「子どもへの行動の声のかけ方（褒め方・叱り方）」「子どもにしてほしい行動の声のかけ方（入浴・食事など）」「自分の性格に合う子育て方法」「食事の困りごと（好き嫌い・食べ方など）の解決方法」「子どもの居場所選び（療育・園・就学等）」

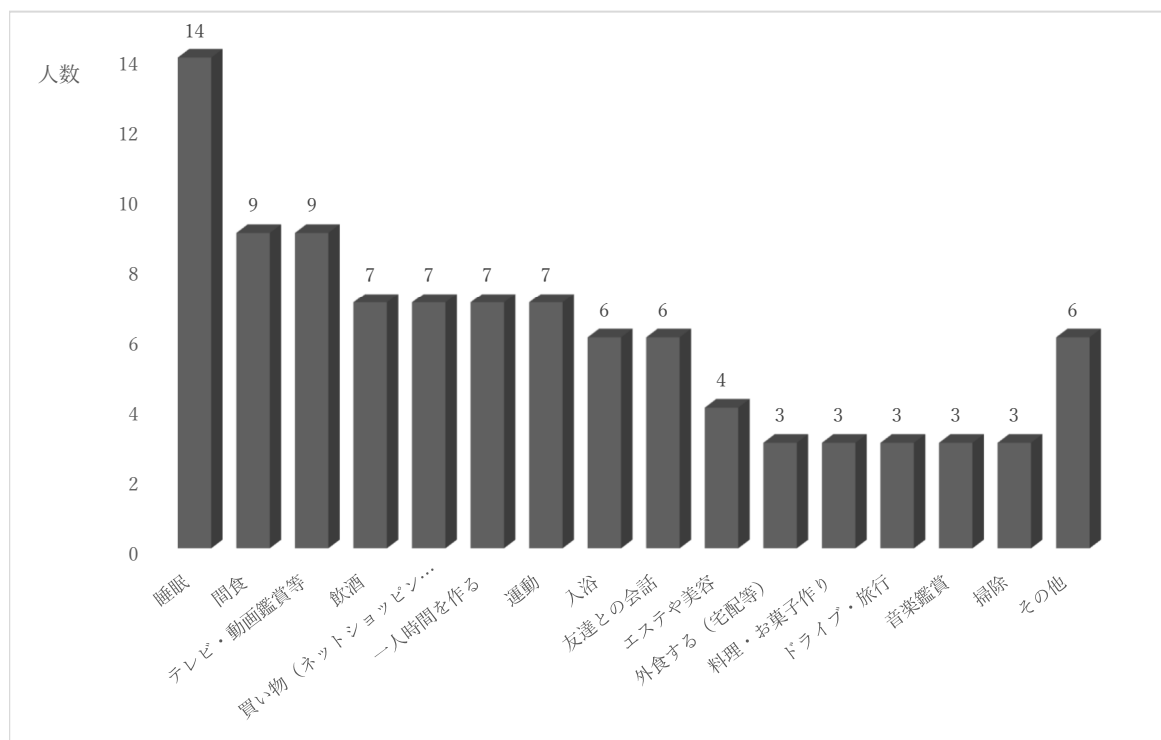


図3 感染症流行期における保護者のストレス発散・癒しの方法（複数回答）

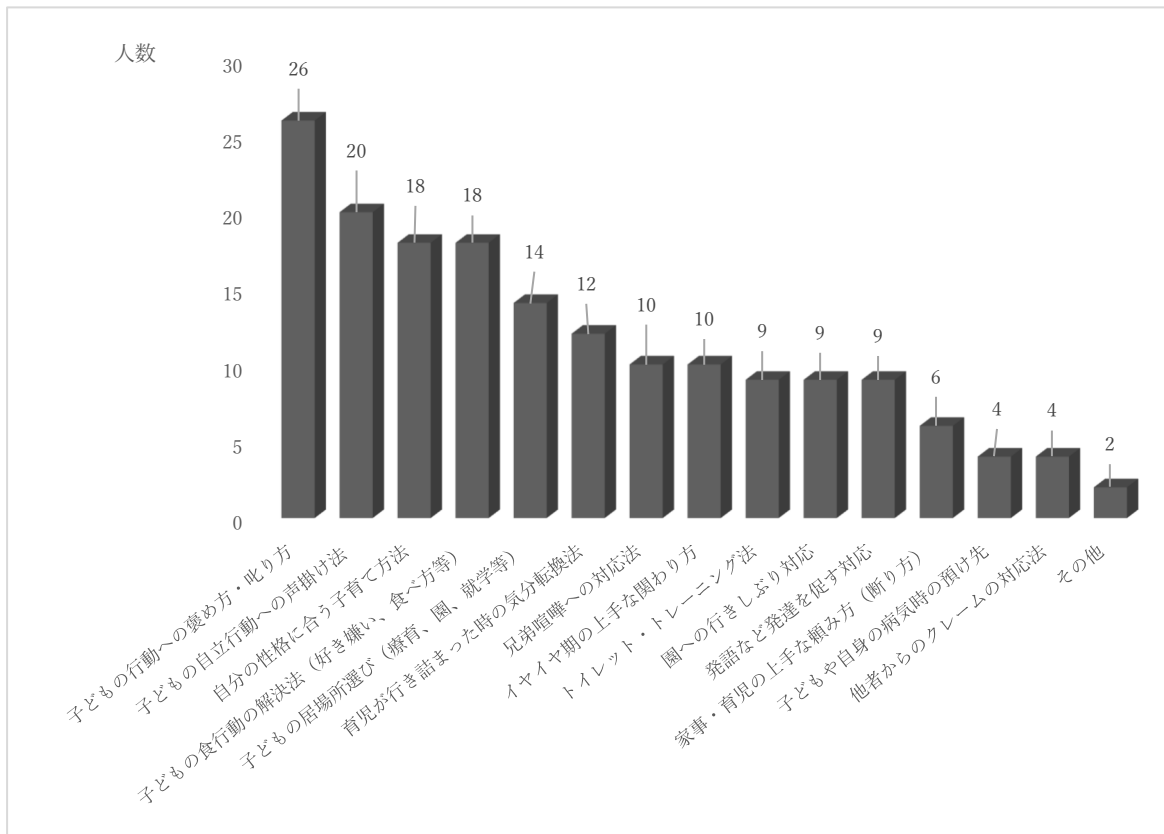


図4 子育てにおいて保護者が知りたい知識やスキル (複数回答)

などの意見が多く選ばれていた。また、その他に「お友達トラブルの時の子どもへの声かけ」「家事の時短、おもちゃのちらかりを解決する方法」「ASD・ADHDの子を持つ親の周囲への配慮のやり方、どこまで知らせるべきか」が挙げられていた。

これらのことから、子育てで支援に関するニーズとして、子育てにおける褒める・叱る声かけの方法など、子どもの行動をより良いものに変化させるためにどのような関わりをした方が良いのかということについての具体的な方法を知りたいことが挙げられた。保護者にとって、感染症流行期は改めて自分の子どもへの関わり方を振り返る機会につながり、関わり方を良い方向へと変えていくための方法を知りたいという気持ちが強いと思われる。岩崎・海蔵寺 (2009) が指摘しているように、保護者がサポートとして求める要因として「子どもができることの増加」があり、そのためのアイデアや声かけについて学ぶことが大切だと考えられるからである。

6. まとめと課題

本研究の結果から、感染症流行による自粛期間によ

って、子育ての悩みやそれを解消するための手立てやニーズについて具体的な内容が明らかになった。その中で、子育てにおける「悩みの量の変化」という視点からは、悩みが増えたと感じた保護者とこれまでと変わらないと感じた保護者が存在していた。このことは、感染症流行期の自粛期間による影響で、遊ぶ内容や過ごすことができる場所が制限されていく一方で、日常生活の中での具体的な場面において子どもとどう関わるかというテーマを今までと同様に考えることができれば、“子育てに関する悩みや困ったことはある程度、常に存在するものである”と考えることもできるだろう。このような考え方をを持った保護者にとっては、“子育ての悩みは感染症流行期以降も変わらない”と感じたのではないだろうか。井上・柳田・窪田ら (2014) も指摘しているように、子どもの行動に対する保護者の否定的な認知がストレスを引き起こすのであれば、否定的な認知をしないための練習や工夫も大切であると考えられる。

また、保護者の持っているストレス解消の方法も多く挙げられたことも重要であると思われる。岩崎・海蔵寺 (2009) が指摘しているように、保護者がサポ

ートとして求める要因として「気分転換」があり、その種類をいかに多く持つことができるかは重要なポイントであると思われる。ストレス解消が必要な場面でもいつも同じ方法を使うことができない状況もあるのではないだろうか。そう考えると、いくつかのストレス解消の方法を場面やタイミングに合わせて使い分けることでストレス解消がしやすいことが考えられる。

さらに、子育てのニーズについての情報提供やプログラムの提供についても検討すべきことが明らかになったと思われる。子育ての方法としての褒めや叱るだけでなく、子どもが適切な行動を取ることができるようにどのように声掛けすればよいかというニーズは、関わり方の方法論の提供だけでは十分ではないと思われる。眞野・宇野(2007)は定型発達児を持つ保護者も統制的な養育態度になりやすいことに加え、発達障害児を持つ保護者の方が否定的な養育態度を取る傾向が強いことが示されている。方法論を示すことで否定的な養育態度が少しでも減っていくようにすることを重視する一方で、方法論を示すことによって逆に統制的な養育態度を醸成してしまわないような配慮も必要であると思われる。

最後に、岩崎・海蔵寺(2009)が指摘しているように、保護者がサポートとして求める要因として「多面的なサポート」を検討する必要がある。今回の感染症流行によって、自粛期間という環境の変化は保護者にとっても子どもたちにとってもストレスであったことは間違いない。その一方で、自粛期間以降も人との関わり方の物理的変化が求められ、支援者のサービスもインターネット等を活用した新しい形が模索されている(山下・中山, 2020)。この調査をふまえて、支援サービスを検討する上で、先述したような内容の検討を行うとともに、どのような方法で提供するのかということについても検討すべきであろう。それと同時に、ストレス解消の方法が多様化しているように、提供する形態についてもいくつかの選択肢を持つことも検討すべきであろう。なぜならオンラインであってもオンデマンドの動画配信で自分のタイミングで情報が手に入る形も大切である一方、双方向の通信方法でじっくり支援者と話ができる形もまた支援ニーズとしては高いと思われるからである。

【引用文献】

足立淑子・温泉美雪・武田和子・曳野晃子・山上敏子(2002). 1歳6か月児の母親の養育行動一質問紙調査からみた具体的行動、育児ストレス、認知の関係

について一. 行動療法研究, 26(2), 69-82.

井上和博・柳田信彦・窪田正大・深野佳和・赤崎安昭(2014). 発達障害児を持つ母親の育児ストレス一児童発達支援事業所における調査の解析一. 鹿児島大学医学部保健学科紀要, 26(1), 13-20.

伊藤由美(2006). 障害乳幼児を抱えて就労している保護者に対する地域の特色を生かした教育的サポート. In母親へのストレスへの支援に対する現状と課題. 平成15~17年度科学研究費補助金(基盤研究(C))研究報告書, 1-10.

岩崎久志・海蔵寺陽子(2009). 軽度発達障害児を持つ母親への支援. 流通科学大学論集, 22(1), 43-53.

厚生労働省(2020). 児童虐待相談対応件数の動向について(令和2年1月~7月分(速報値)) <https://www.mhlw.go.jp/content/000628642.pdf> (最終閲覧日 2020年11月29日)

笹川拓也(2014). 地域社会における子育て支援の現状と課題一子育て支援制度の変遷と子育て家庭の現状について一. 川崎医療短期大学紀要(34), 13-18.

眞野祥子・宇野宏幸(2007). 注意欠陥・多動性障害の行動特徴と母親から子どもへの情動表出について. 小児保健研究, 26(1), 28-38.

福岡市子ども未来局(2020). 福岡市第5次子ども総合計画 <https://www.city.fukuoka.lg.jp/kodomo-mirai/k-kikaku/life/dai5jifukuokashikodomosougoukeikaku.htm> 1(最終閲覧日 2020年11月29日)

山下雅子・中山政弘(2020). 休校時にオンラインを用いた小学生のグループ支援の検討一「オンライン朝の会」の試み一. 第61回日本児童青年精神医学会発表プログラム, pp.31.

【謝辞】

本論文は第30回日本乳幼児医学・心理学会で発表したものを加筆修正したものである。また、本研究を作成するにあたり、ふくおか子どものこころサポート研究所の上村香先生、川合瑞穂先生、後藤理恵先生、深見由香里先生には、アンケートの内容や実際の調査において貴重なご意見やご協力をいただきました。またこども発達相談支援PASTELの竹野かおり先生、藤本夏美先生には現場のニーズについてのご意見をいただきとともに、アンケート調査でたくさんのご協力をいただきました。この場を借りて深く感謝申し上げます。