

父親の育児ストレスに関する文献検討

— 保育所及び幼稚園に子どもを預けている父親に着目して —

A Literature Review on Fathers' Childrearing Stress:
Focusing on Fathers with Children in Nursery Schools and Kindergartens

岡村 泰 敬*
OKAMURA Yasuhiro

要旨

近年、わが国では、父親が子育ての役割を担うことをより一層期待されている社会へと変化してきている。父親が子育ての役割を担うことを促進するための制度が整備され、父親に向けた活動が行われている。一方で、父親が育児ストレスを抱えていることも明らかになっている。現在わが国では、母親から父親への評価に伴うストレスなどについては多く研究されているが、父親からの視点に立った研究は少ないとされている。さらに、保育所や幼稚園等への子どもの送り迎えといった役割を担っている父親に着目した育児ストレスに関する文献検討はされていない。ゆえに本研究では、保育所等に子どもを預けている父親を対象とした育児ストレスに関する文献レビューにより、これらの父親の育児ストレスに関する現状と課題を把握し、父親の育児ストレスの軽減について考察を加えることを目的とした。

NII学術情報ナビゲータ (CiNii) において、「父親 育児ストレス」のキーワードにて文献を検索し、検索された74件の文献のうち、本研究目的に合致する文献は8件であった。この8件の文献から「父親の育児ストレスの現状」と「父親の育児ストレスの軽減」に関して分析を行った。

結果として、父親は日頃より育児を中心に担っているわけではなく、そのため、子どもの表面的な行動特性から、よりストレスを受けやすいのではないかと推測されていた。また、父親の育児ストレス軽減のために、父親が育児について語る場や父親同士の交流の場を設けることが望まれていた。

本研究では、「父親が育児ストレスを感じる要因」と「父親の育児ストレス軽減に向けたサポート」について考察を行った。父親にとって身近な社会資源である保育所等が父親の育児に関する状況を理解して、社会資源としての役割や支援内容を周知していき、必要に応じて支援を行っていくことで、父親の育児ストレスの軽減へと繋がっていくと考えられた。

今後は、父親の育児ストレスが少しでも軽減されるような具体的な支援方法やサポート内容を検討していくことが求められている。

キーワード：父親 育児ストレス 父親の子育て

*東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科 Toyo Univ. Faculty of Human Life Design
連絡先：〒115-8650 東京都北区赤羽台1-7-11

1. 研究の背景及び目的

近年、わが国では、父親が子育ての役割を担うことをより一層期待されている社会へと変化してきている。父親が子育ての役割を担うことを促進するための制度が整備され、地域においても父親に向けた活動が行われるようになり、父親同士の活動も行われている。父親が子育てに参加することを促進する制度の一つとして、育児休業があげられる。2008年以降、父親が育児休業を取得することが促進されるようになり、厚生労働省の令和3年度雇用均等基本調査(2021)では、令和3年度(2021年)の育児休業取得率は過去最高の13.97%という結果であった。2019年の育児休業取得率は7.48%であったため、2年ほどで倍近く取得率が上昇している。さらに2022年10月より、「産後パパ育休制度」が創設され、分割での取得など内容が整備されている。「産後パパ育休制度」の創設に伴い、2022年4月には企業に対して、育児休業・産後パパ育休制度に関して周知することを義務化している。

国立社会保障・人口問題研究所の調査(2018)の調査では、2008年の父親の育児時間は、1日平均として平日75分、休日273分であったが、2018年には、平日86分、休日322分と父親の育児時間が増えていることが分かっている。父親像は「稼ぐだけ」といった正当性を失い、家族の扶養といった間接的な貢献を超え、直接的な子育てへの貢献が求められている(多賀, 2005)。そして近年は、父親の育児休業に関する制度が整備されてきて、実際に取得する父親も増加していることから、今後はより一層、父親が子育ての役割を担うようになることが予想される。

また、親にとって子どもの保育所等への入園というのは、一定の時刻に子どもを園に送り迎えするという育児行為の出現であるとされている(柴山, 2007)。国立社会保障・人口問題研究所の調査(2018)では、週に1~2回以上育児を遂行している父親の32.6%は保育所などへの送り迎えといった役割を担っていることが明らかにされている。父親は、子どもの年齢が上がるにつれ出現する育児行為にも対応しているといった現状である。

父親が子育ての役割を担うようになってきている一方で、近年、父親が育児ストレスを抱えていることも明らかになっている。石井(2013)によると、近年、男性自身も育児に積極的に関わる父親になりたいと思う反面、その行動に移せないことや、上手くできないことで、育児ストレスが積もっていると述べている。母親の育児不安については、1982年以降研究が進んできているが(牧野, 1982)、父親の育児ストレスについては、「父親は育児ストレスに陥るほど、育児をしていない」、という理由から、研究が進んでいなかったとされている(冬木, 2008)。

その中で、近年は父親の育児ストレスや育児不安に関する文献検討(羽倉, 2020. 内田, 2022)が行われている。羽倉(2020)によると、母親から父親への評価に伴うストレスなどについては多く研究されているが、父親からの視点という研究は少ないように感じる、とされている。そのうえで、父親の育児ストレスについて文献検討を行った結果、育児ストレスは、「子どもとの関わりのおけるストレス」「夫婦関係によるストレス」などの5つのカテゴリーに分類されている。そして育児ストレスを軽減する方法として、育児のためにプログラムに参加することなどを明らかにしている。

内田(2022)は、父親が感じている「育児不安」・「育児ストレス」・「育児支援」について文献研究を行い、父親は、子どもの発達などの不安や心配を中心としたストレスを抱えていると述べている。そのうえで、父親は子どもと触れ合う機会を妊娠中から持つことなどから、子どもと自信を持って接することができる、と考察している。

しかし、羽倉（2020）と内田（2022）ともに父親の育児ストレスについての文献検討を行っているが、保育所や幼稚園等への子どもの送り迎えといった、新たに出現した育児役割を担っている父親に着目した育児ストレスに関する文献検討はされていない。

ゆえに本研究では、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親を対象とした育児ストレスに関する文献レビューにより、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親の育児ストレスに関する現状と課題を把握し、父親の育児ストレスの軽減について考察を加えることを目的とする。

2. 先行研究の整理

(1) 育児ストレスの定義とは

父親の育児ストレスの定義は、統一されていないといった現状である。冬木（2005, 2008）は、父子関係における父親側の育児によるネガティブな心理状態、とし初塚ら（1996）は、育児を通して受ける心理的ストレスに対する認知的評価から、不安・葛藤・欲求・不満など心理的な不快、混乱を意識している状態、と定義している。そのほかに、両親が子どもの養育行動に伴って生じるストレスで、子ども関連因子として「育てにくさと絆」、親の育児技術や育児負担に伴う親関連因子として「困難感と負担感」、育児に伴う達成感や満足感など親子関係因子として「育児効力感（正・負）」の影響を受けること（宮本ら, 2006）、桑名ら（2006）は、育児中の親が認知する親自身や子どもの特性、日常生活上のさまざまな状況から生ずる多次元なストレス、としている。

このように、父親の育児ストレスの定義は、育児に限定したストレス（冬木 2005, 2008, 初塚ら 1996, 宮本ら 2006）と、日常生活も含めたストレス（桑名ら 2006）に分かれている。

(2) 父親の育児ストレスの要因について

本節では、父親の育児ストレスの要因について、先行研究を整理していく。

内田（2022）は、父親の育児不安・育児ストレスに関する文献を整理した。その結果、父親自身が「子育てはこうあるべきである」、と考えているほど不安傾向が高まると述べられていることから、父親も育児に対してストレスを感じているとまとめている。宮本（2008）によると、父親は育児以外の生活の疲れ、育児の方法が分からないことや、育児参加ができていないことに自責の念を持っていることが挙げられている。内田（2022）と宮本（2008）らは、父親は育児や子育てに関すること、つまり「子どもとの関わり」といったことにストレスを感じているとしている。

一方で、父親は子育てや子どもとの関わりだけでなく、夫婦関係や家庭生活上に関してストレスを感じているという研究もある。初塚ら（1996）によると、母親・父親ともに具体的な子どもの養育よりも、子育てをする中で二次的に派生する家庭生活上の負担、夫婦関係、家庭のまとまりに強いストレスを感じているということが推測できる、と述べている。また、父親のストレスは母親のストレスの影響を受けて、連動している可能性があることも示唆されている（初塚ら, 1996）。

石井（2013）は父親の育児ストレスについて、①父親でも育児不安や育児ストレスを経験している、②父親の育児ストレスは、仕事と育児のバランスができていない葛藤状況の中で起きる場合が多い、③父親の育児ストレスと父親自身が持つ性別役割分業観点が関係している、④父親の育児ストレスや育児不安は子どもの養育行動にも影響している、と4点に整理している。その他に、濱野ら（2019）

は父親の育児ストレスの現状を把握するために、2週間検診を受診した児の両親71組に質問紙調査を行った。その結果から、父親は母親に相談できても母親以外に相談できる人や話す機会がないことが明らかにされた。

このように父親の育児ストレスは、子どもとの関わりから感じるストレス、夫婦関係や家庭生活上で感じるストレスがあることがわかっている。

羽倉(2020)は、父親の育児ストレスを、「子どもとの関わりにおけるストレス」と「夫婦関係によるストレス」、「父親役割におけるストレス」、「育児行動によるストレス」、「社会・経済的ストレス」に分けて整理している。「子どもとの関わりにおけるストレス」では、父親の役割を果たすことにより、子どもの行動を制限するため自身の役割を遂行しなくてはいけない、という役割に対する使命感と役割によって嫌われてしまうかもしれないという不安といったことの葛藤によってストレスが生じていると考えられている。「夫婦関係によるストレス」では、父親は仕事と育児の両立を求められるほど、ストレスを強く生じているのではないかと推測していた。

白石ら(2019)は未就学児を持つ父親・母親137組に対して育児ストレスについての実施したアンケート調査にて、夫婦ともに子どもの年齢が0歳代と比べて2歳児以上の年齢段階で有意に高くなることが示された。

また、父親の育児ストレスが虐待的子育てに繋がる可能性があることも明らかにされている。父親の虐待的子育てに関する調査では、4か月児検診対象児の父親3008名にアンケート調査を実施した。その結果、虐待的子育てを行うことがある父親の方が、育児ストレス得点および仕事ストレス得点有意に高く、父親が育児ストレスを強く感じているほど虐待的子育てを行いやすいことが明らかになっている(杉本ら, 2015)。

(3) 父親の育児ストレスの軽減要因

ここまで父親の育児ストレスの要因について整理してきた。本節では、父親の育児ストレスの軽減要因について先行研究をまとめる。

宮本(2008)が1歳6ヵ月検診を受診した児の母親と父親へ行ったアンケート調査から、父親の育児ストレスは、夫婦関係や健康状態の認識との関連が明らかにされた。このことから、医療従事者が父親の育児ストレスに関与する必要性などを示唆している。安成ら(2014)は、育児支援プログラムに参加した父親の参加前後の育児ストレスの特徴についての調査から、父親が子どもを「うまく扱えている」「自分にもできる」という感覚は、親としての有能性を高めるものとし、育児ストレスの低さと関連している可能性があると考えられている。

羽倉(2020)が行った父親の育児ストレスに関する文献検討では、父親の育児ストレス対処や支援に関する研究内容を2点にまとめている。①夫婦でコミュニケーションをとること。夫婦がコミュニケーションをとることで、お互いの気持ちや認識のズレを修正でき、事前に父親役割イメージと母親役割イメージにおけるストレスが軽減できると考えられるとしている。②育児プログラムに参加すると育児ストレスが軽減する。これは、父親同士が気持ちや体験を共有する場所や育児家事行動について考える機会を活用することで、父親が子どもについて理解することや子どもについて考える時間につながる、といったことである。

これらのことから、父親の育児ストレスを軽減するためには夫婦間の関係や日々のコミュニケーションが必要であり、同時に父親が育児プログラムに参加するなどして父親同士の交流や子どもについて理解することで、育児ストレスが軽減していくことが示唆されていた。

3. 研究方法

近年の背景として、子どもが保育所に入所することは親にとっては園への送迎という新たな育児行為が出現することになるが（柴山, 2007）、約3割の父親がその育児行為を担っている現状である（国立社会保障・人口問題研究所, 2018）。先行研究において、育児ストレスの定義を整理したところ、日常生活も含めたストレス（桑名ら, 2006）が含まれていた。そして、父親は夫婦関係や家庭生活上に関してストレスを感じているということが明らかにされていた（羽倉, 2020. 宮本, 2008. 初塚ら, 1996）。そのため、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親は、園への送迎などの役割を担うことから特有の育児ストレスを抱えている可能性がある。しかし、先行研究において、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親を対象とした育児ストレスに関する文献検討はされていないのが現状である。ゆえに本研究では、本節にて示す研究方法にて分析を行うこととする。

本節では、調査対象とした文献の選定方法、分析対象とした項目、分析の方法及び手順、倫理的配慮を示す。

(1) 調査データの選定方法

NII学術情報ナビゲータ（CiNii）において、「父親 育児ストレス」のキーワードにて文献を検索した。検索された文献のうち、本研究目的に合致する文献を抽出した。文献の検索期間は、2022年8月までに出版された文献とした。

(2) 分析の方法及び手順

NII学術情報ナビゲータ（CiNii）にて検索したところ、2022年8月までの期間にて74件の文献が検索された。74件の中から、本研究の目的に合致した文献は8文献であった。これらの8文献から、「父親の育児ストレスの現状」と「父親の育児ストレスの軽減」に関して分析した。

(3) 倫理的配慮

本研究を進めるにあたっては、論文の著作権を侵害することがないように留意した。また、日本社会福祉学会の倫理綱領に基づいて分析を進めた。

4. 結果

本研究目的に合致した8件の文献は、表1の通りである。

(1) 父親の育児ストレスの現状について

本節では、本研究の目的に合致した文献から、父親の育児ストレスの現状についての結果は以下の通りである。

表1 研究対象文献一覧

| No | 著者名 | タイトル | 書誌情報 | 発行年 | 調査対象者 |
|----|--|--|-------------------------------|-------|---|
| 1 | 清水 嘉子 | 父親の育児ストレスの実態に関する研究 | 小児保健研究 第65巻 第1号 26-34 | 2006年 | 乳幼児期の子育てをしている父親100名 (S市内2箇所の保育園に子どもをあずけている父親) |
| 2 | 赤松 恵美・四宮 美佐恵 | 育児ストレスに関する調査 (第1報) -父親と母親の比較- | 看護・保健科学研究誌 第8巻 第1号 281-289 | 2008年 | 保育園に子どもを預けている父親・母親137名 |
| 3 | 四宮 美佐恵・赤松 恵美・青野 梓 | 育児ストレスに関する調査 (第2報) -父親と母親の比較- | 看護・保健科学研究誌 第8巻 第1号 269-279 | 2008年 | 保育園に子どもを預けている父親・母親136名 |
| 4 | 冬木 春子 | 父親の育児ストレスと子育て支援 -地方小都市の実態調査から見えてくるもの | 季刊家計経済研究 No.81 24-33 | 2009年 | 保育所16カ所、幼稚園1カ所に通う子どもをもつ770世帯の父親および母親 |
| 5 | 立林 春彦・西村 正子・吉岡 伸一 | 保育園児をもつ父親と母親の育児ストレスと不安の比較 | 米子医療 63 56-66 | 2012年 | 保育園児720名の親 (父親304名、母親415名) |
| 6 | 立林 春彦・軽部 厚 | 保育園児を持つ親の育児ストレスに関する要因の分析と比較 ~0歳児から6歳児の親についての調査から~ | 帝京平成看護短期大学紀要 第23号 27-39 | 2013年 | 2つの市の公立保育園 (公設民営舎) の計7カ所の保育園に通う0歳児から6歳児を持つ親合計446名 |
| 7 | 窪田 葉月・中野 茂 | 父親の育児ストレスの要因を探る -育児における夫婦の相互作用に焦点化して- | 北海道心理学研究 第41巻 62 | 2019年 | 北海道内の保育園に通う0~2歳児の子どもを持つ夫婦対象 (男性32名・女性38名) |
| 8 | 岩永 裕人・大迫 建 徳永 瑛子・田中 悟郎・菊池 泰樹・岩永 龍一郎 | 幼児をもつ父親の育児ストレスと関連要因 | 日本発達系作業療法学会誌 第6巻第1号 8-13 | 2019年 | 幼稚園、保育園に通園している3~6歳の子を持つ父親500名 |

筆者作成

清水 (2009) が行った父親へのアンケート調査から、父親の育児ストレスは「不安、恐怖、心配」がもっとも多く、次に「怒り、イライラ」が続いていた。父親は母親に比べ、日頃から子育てを中心に担っているわけではなく、母親をサポートしながら子どもの成長や発達をとらえて接することが多いことから、心配や不安を中心としたストレスとなっていることが明らかにされていた。また、父親はやっても認めてもらえないことに対する不満やむなしさを抱いていたとし、これは父親のストレスの特徴と考えられるとしていた (文献番号1)。

岩永ら (2019) が行った父親へのアンケート調査では、父親の育児ストレスは、子どもの「情緒」「行為」「多動・不注意」「仲間関係」などと関係があることが示唆されていた。次に子どもの「多動・不注意」傾向が強い「抑うつ」状態であること、「家族のサポート」が少ないという3つの状態が相互に関連しあって父親の育児ストレスが高くなることが示唆されている。また、父親は日頃より育児を中心に担っているわけではなく、そのため子どもの表面的な行動特性から、よりストレスを受けやすいのではないかと推測していた (文献番号8)。

赤松ら (2008) と四宮ら (2008) (文献番号3) は、保育園に子どもを預ける母親と父親へのアンケート調査を実施して、第1報と第2報に分けて考察をしている。赤松ら (2008) の第1報では、父親は、「不可解な事件や犯罪に巻き込まれるか心配である」の項目で「当てはまる」と答えた父親は38名 (80.9%) という結果であり、最も高い数値であった。次に、「就労している母親に対する社会や行政の配慮が足りない」と答えた父親は33名 (70.2%) であった。この結果に赤松ら (2008) は、女性の社会進出が進む中で、事業主、企業は「父親は仕事、母親は家事・育児」という固定的性別役割分担の意識があるのではないかと述べていた (文献番号2)。

冬木 (2008) は保育所16ヶ所、幼稚園1カ所に通う子どもをもつ770世帯の父親および母親へアンケート調査を行った。結果から、「仕事のために子どもとのふれあいが十分にとれないでいる」「妻が期待するほど育児にかかわっていないと思う」では約70%の父親が「何度も感じた」または「時々感じた」

と答えており、父親たちが子どもとのかかわりが十分ではないと感じていることが明らかにされた。このことについて、父親は「仕事と育児の葛藤」を強く感じていることが多いということが示されたと述べている（文献番号4）。

次に子どもに対してだが、父親の約50%が「感情的になりやすい」と感じており、「子どもがわずらわしくてイライラする」では、約35%の父親が「何度も感じた」または「時々感じた」と答えている。そのため子どもを受容できない状況にいる父親が約30~50%いることが窺えるとされた。また、子どもの成長や発達については、「子どもの行動の中には、気がかりなことがある」では約50%の父親たちが「何度も感じた」または「時々感じた」と答えており、父親は子どもの成長・発達に不安を抱えていることが明らかにされた（冬木, 2008）（文献番号4）。

立花ら（2012）の父親と母親へのアンケート調査から、父親は不慣れな育児に関わることで核家族の方が拡大家族よりも子どもの側面から受けるストレスが高くなったと述べていた。父親の不安尺度については、子どもの年齢によって状態不安や特性不安に有意な差が見られ、0歳代が高かった。父親は育児に不慣れであり、子どもと接する時間も母親よりも少なく、子どもの外観や行動などの様子からストレスを受けやすいとされた。父親は、子どもの行動や表情に慣れてくるが、成長や発達にうまく順応できず、それがストレスや不安として感じ、子どもの年齢によって受ける不安に違いが生じたと考えられていた（文献番号5）。

立花ら（2013）の0~6歳児までの母親と父親へアンケート調査から、仕事をもつ母親のほうが父親よりも育児ストレスが強いことが示されていた（文献番号6）。また、窪田ら（2019）が行った父親と母親への質問紙調査では、母親・父親ともに配偶者に我慢をしているが、父親の方が有意に高い結果であった（文献番号7）。

本研究では、仕事をもつ母親の育児ストレスは父親よりも強いことが示された。また、父親は母親より子どもの特徴に関するストレス尺度は高かった。

（2）父親の育児ストレスの軽減

父親の育児ストレスの軽減に関する記述を分析した結果は以下の通りである。

まず冬木（2008）だが、父親への子育て支援とは「子育てしやすい環境を整えること」であるならば、従来の子育て支援における「家庭支援」「仕事と子育ての両立支援」では不十分だと述べている（文献番号4）。

岩永ら（2019）は、実施した調査の結果より、父親への家族からのソーシャルサポートは育児ストレスの軽減に有効であることが示唆されていた。そのほかに、父親が育児について話し合ったり、相談したりする場を設定することも支援の一つの方法となると考えられていた（文献番号8）。

立花ら（2013）は、父親と母親へのアンケート調査から、父親の因子分析の他の因子について子どもの発達や特徴の理解を助け、子どもへの対応能力を高めるような育児相談の場などを設定する必要があるとされている。父親が育児について語る場を設けるなど、父親同士の交流の場の設定が望まれていた。そして、父親間のつながりを作っていくことが、母親の育児負担の軽減にも繋がると考えられていた（文献番号6）。

5. 考察

(1) 父親が育児ストレスを感じる要因

本研究は、保育所等に子どもを預けている父親に焦点をあてているため、これらに子どもを預けている父親を対象とした調査を行っている文献からレビューを行った。保育所や幼稚園等に子どもを預けている家庭の特徴として、母親が専業主婦の家庭だけでなく、共働き家庭なども存在することである。立花ら(2013)が行った調査から、仕事をもつ母親が父親よりも育児ストレスが高いことが明らかにされた(文献番号6)。そのため、共働き家庭では、父親より母親の方が、育児ストレスを抱えているということである。母親の方が育児ストレスを抱えている背景として、家庭での役割分担の内容や、家事頻度、家庭での家事・育児の時間の差などが関係していると考えられる。

次に父親が子どもと関わることで生じるストレスについてである。岩永ら(2019)によると、父親は日頃より育児を中心に担っているわけではないため、子どもの表面的な行動特性から、よりストレスを受けやすいのではないかと推測されている(文献番号8)。立花ら(2012)も父親は育児に不慣れで、子どもと接する時間も母親よりも少ないこともあり、子どもの外観や行動などの様子からストレスを受けやすいとされていた(文献番号5)。この岩永ら(2019)と立花ら(2012)は、父親は子どもと日常的な関わりが少ないため、子どもの外観や表面的なこと、子どもの行動といったことにストレスを受けやすい、ということ共通していた。

また、冬木(2008)の調査からも約50%の父親が子どもに対して「感情的になりやすい」と感じていて、「子どもがわずらわしくてイライラする」という質問には、約35%の父親が「何度も感じた」「時々感じた」と答えている(文献番号4)。このことから、多くの父親は子どもと日常的な関わりが少ないため、子どもと関わる際に子どもの表面的な行動に注視することとなり、子どもの内面的な部分を把握することができていないのだと考えられる。先行研究においても宮本(2008)は、父親は「育児の方法が分からないこと」に自責の念を持っている、としていた。そのため父親は、子どもや育児についての情報を満足に得られていない現状であるといえるだろう。

次に父親と母親の夫婦関係について考察していく。赤松ら(2008)の調査にて、「就労している母親に対する社会や行政の配慮が足りない」と感じている父親が約7割という数値であった(文献番号2)。これは母親だけに支障があるのではなく、家庭の中で父親にも負担が生じているとも考えられる。

父親は母親のサポートを行っていても母親から認めてもらえず、そのことに対する不安やむなしさを抱えていることが明らかにされている(清水, 2009)(文献番号1)。冬木(2008)の調査から、「妻が期待するほど育児に関わっていないと思う」にて、「何度も感じた」「時々感じた」とする父親は約70%いることがわかっている(文献番号4)。父親が、家庭内の家事・育児といったことを行っていないわけではないだろう。しかし、妻(母親)とはサポートの頻度や内容、子育ての関わり方などの認識の差があるのではないだろうか。先行研究において石井(2013)は父親の育児ストレスについて、父親が仕事と育児のバランスができていない葛藤状況の中で起きる場合が多いとしている。また、羽倉(2020)も父親は仕事と育児の両立を求められるほど、ストレスは強く生じるとされている。

このように、父親は子育てと仕事の両立ということに葛藤を抱えている中で、母親のサポートなどを行っているが母親からは認めてもらえず、妻(母親)の期待に応えられていない、と認識をしている。そうした父親はより育児ストレスを感じることになるため、夫婦間でコミュニケーションをとり、

お互いの齟齬などを確認していくことが必要になっていくと考えられる。

ここまでのことから父親は、子どもの内面的な部分や、夫婦間でのコミュニケーションが必要であると助言していくことが必要であろう。ゆえに、父親が子どもの発達や関わり、夫婦間の育児に関するコミュニケーションについて学ぶことができるように、子育てを支援する場のニーズを検討していくことが求められているのではないだろうか。そのうえで、父親の育児ストレス軽減に向けたサポートについて考察していく。

(2) 父親の育児ストレス軽減に向けたサポート

冬木(2008)は、父親への子育て支援について「子育てしやすい環境を整えること」とした場合、父親への家庭支援や仕事と子育ての両立支援は不十分と述べている(文献番号4)。岩永ら(2019)は、父親への家族からのソーシャルサポートは育児ストレスの軽減につながり、父親が育児について話し合い、相談したりする場を設定することも支援になるとしている(文献番号8)。また、立花ら(2013)も父親が育児について語る場、父親同士の交流の場の設定が望まれていると考えていた(文献番号6)。先行研究においても、父親が育児支援プログラムに参加することで、育児ストレスが軽減されるとされている(安成, 2014. 羽倉, 2020)。

このことから、父親が子育てについて相談ができ、助言を受けることができる場や、父親同士が交流できる場を整えて、父親が活用することで育児ストレスの軽減につながると考えられる。本研究の対象とした文献は、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親を調査対象としている。保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親の中には、日々の送迎や行事などに参加しており、比較的保育所や幼稚園と関わりやすいだろう。そのため、保育所や幼稚園が子育てなどについて話せる場、父親同士の交流の場となるための機会を提供することや子育ての支援を行っていくことも考えられる。しかし、本研究の結果において、父親が保育所や幼稚園等を活用して、サポートや支援を受けているといったことは見受けられなかった。

このことから、保護者や地域の子育て家庭への子育て支援を担っている保育所や幼稚園等は、父親が活用できるような支援やサポートを行っていない可能性がある。仮に保育所や幼稚園が支援などを行っていたとしても、父親への周知が不足していて、保育所や幼稚園の役割や支援内容などを理解していないことも考えられる。また、父親が保育所や幼稚園以外のインフォーマルな社会資源を活用している場合もあるだろう。

父親への子育て支援を行えるインフォーマルな社会資源については、いくつかの視点から検討していくことが必要ではある。だが、保育所や幼稚園は比較的父親やその家族と関わる人が多いと考えられるため、父親にとっては身近な社会資源と言えるだろう。そのため保育所や幼稚園では、保護者に対して子育ての支援を行っていることを周知していくことが必要だと考えられる。また、父親と関わる際にも、「父親も育児や家庭生活にストレスを抱えていることもある」、と理解したうえで、日々の関わりの中で子どもの発達などについて助言をするなどしつつ、関係を構築していくことが必要であろう。また、行事等を通して、父親同士が交流できるような場を設定していくことも検討していくべきである。

そのため保育所や幼稚園では、父親の育児状況や家庭状況を理解したうえで、保育所や幼稚園の役

割や支援内容について周知をしていくことが必要であり、そのうえで父親と関係構築をして、状況によって支援を行っていくことが求められている。そうすることで、父親が育児ストレスを軽減できるような環境が少しずつ整備されていくと考えられる。

6. 結論

本研究では、保育所や幼稚園に子どもを預けている父親の育児ストレスに焦点を当てて、文献研究を行った。その結果から、父親が子育てについて話し合うことのできる場や父親同士が交流できる場を整えて、父親が活用することで、育児ストレスの軽減に繋がると考えられた。

ゆえに、父親にとって身近な社会資源である保育所や幼稚園等が父親の育児に関する状況を理解して、社会資源としての役割や支援内容を周知していき、必要に応じて父親への子育て支援を展開していくことで、父親の育児ストレスの軽減へと繋がっていくと考えられた。

7. 今後の課題

本研究では、保育所等に子どもを預けている父親を対象として文献レビューを行った。先行研究において、「父親の育児ストレス」として内容を整理したものや文献検討を行った研究はあったが、保育所や幼稚園等に子どもを預けている父親に着目した育児ストレスの文献検討はなかった。そのため、父親の育児ストレスといった大きな枠組みではなく、より細分化したうえで父親の育児ストレスを検討したことが本研究の意義である。

本研究では、父親の育児ストレス軽減のために身近施設である保育所や幼稚園等での支援やサポートを提起したが、具体的な支援方法やサポート内容までは検討することができなかった。そのため、父親の育児ストレスが少しでも軽減されるような具体的な支援方法やサポート内容を検討していくことが今後の課題である。

8. 参考文献

- ・赤松恵美 四宮美佐恵、「育児ストレスに関する調査（第1報）—父親と母親の比較—」、看護・保健科学研究誌、第8巻第1号、pp.281-289、(2008)
- ・冬木春子、「父親の育児ストレス」、大和礼子・斧出節子・木脇奈智子、『男の育児 女の育児 家族社会学からのアプローチ』、昭和堂、pp.140、(2008)
- ・冬木春子、「乳幼児をもつ父親の育児ストレスとその影響 —父親と子どもの関係性に着目して—」、家族関係学、No.24、pp.21-33、(2005)
- ・冬木春子、「父親の育児ストレスと子育て支援 —地方小都市の実態調査から見えてくるもの—」、季刊家計経済研究、No.81、pp.24-33、(2009)
- ・濱野奈苗 金田奈美子 林奈緒美、「母親と新生児を支える父親の育児ストレスの現状と課題」、ヘルスプロモーション、pp.75-78、(2019)
- ・初塚眞喜子 石田雅人、「子育てにおける母親と父親のストレス比較 —母親の就労形態による差異—」、大阪教育大学紀要第IV部門教育科学、第45巻1号、pp.31-42、(1996)
- ・羽倉真理、「父親の育児ストレスに関する文献検討」、発達心理学研究、第12号、pp.11-23、(2020)
- ・石井クンツ昌子、『『育メン』現象の社会学 希望・子育て参加への希望を叶えるために』、ミネルヴァ書房、(2013)
- ・岩永裕人 大迫建 徳永瑛子 田中悟郎 菊池泰樹 岩永龍一郎、「幼児をもつ父親の育児ストレスと関連要因」、

- 日本発達系作業療法学会誌、第6巻第1号、pp.8-13、(2019)
- ・厚生労働省 令和3年度雇用均等基本調査 <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-r03/03.pdf> (2021) 2022年12月4日最終アクセス
 - ・国立社会保障・人口問題研究所、「第6回全国家庭動向調査 報告書」、<https://www.ipss.go.jp/ps-katei/j/NSFJ6/Mhoukoku/Mhoukoku.pdf>、(2020) 2022年12月4日最終アクセス
 - ・桑名行雄 桑名佳代子、「1歳6カ月児をもつ父親の育児ストレス」、こころの健康、第21号1号、pp.42-54、(2006)
 - ・桑名行雄 桑名佳代子 坂上明子 坂原純子 大沼珠美、「乳児期における父親の育児役割とストレス」、看護学部紀要、第4巻、pp.74-84、(2001)
 - ・窪田葉月 中野 茂、「父親の育児ストレスの要因を探る ―育児における夫婦の相互作用に焦点化して―」、北海道心理学研究、第41巻、pp.62、(2019)
 - ・牧野カツコ、「乳幼児をもつ母親の生活と<育児不安>」、家庭教育研究所紀要 No.3 pp.34-56、(1982)
 - ・宮本政子 猪下光、「乳幼児を養育する父親と母親の育児ストレスと関連要因」、香川大学看護学雑誌、第10巻第1号、pp.15-23、(2006)
 - ・宮本政子、「乳幼児を養育する母親および父親の育児支援に関する研究 ―育児ストレス構造の特徴と対処行動との関連―」、小児保健研究、第67巻第5号、pp.729-737、(2008)
 - ・白石知聖、高橋晴子、「夫婦の被養育体験と育児ストレスが親役割達成感に及ぼす影響」、愛知教育大学教育臨床総合センター紀要、第9巻、pp.11-17、(2019)
 - ・柴山真琴、「共働き夫婦における子どもの送迎分担過程の質的研究」、『発達心理学研究』、第18巻、第2号、日本発達心理学会、pp.120-131、(2007年)
 - ・清水嘉子、「父親の育児ストレスの実態に関する研究」、小児保健研究、第65巻1号、pp.26-34、(2006)
 - ・杉本昌子 横山美江、「父親の虐待的子育てに関連する要因の検討」、小児保健研究、第74巻第6号、pp.922-929、(2015)
 - ・立林春彦 西村正子 吉岡伸一、「保育園児をもつ父親と母親の育児ストレスと不安の比較」、米子医療、63、pp.56-66、(2012)
 - ・立林春彦 軽部 厚、「保育園児を持つ親の育児ストレスに関する要因の分析と比較～0歳児から6歳児の親についての調査から～」、帝京平成看護短期大学紀要、第23号 pp.27-39、(2013)
 - ・多賀 太、男性のエンパワーメント? : 社会経済変化と男性の『危機』、国立女性教育会館研究紀要、第9巻、pp.39-50、(2005)
 - ・内田貴峰、「父親の育児不安・育児ストレスと育児支援に関する文献検討」、埼玉医科大学短期大学紀要、第33巻、pp.29-36、(2022)
 - ・安成智子 神崎初美、「育児支援プログラムに参加した父親の育児ストレス低下の特徴について」、第7巻第1号、pp.9-13、(2014)
 - ・四宮美佐恵 赤松恵美 青野 梓、「育児ストレスに関する調査(第2報)―父親と母親の比較―」、看護・保健科学研究誌、第8巻第1号、pp.269-279、(2008)

A Literature Review on Fathers' Childrearing Stress:
Focusing on Fathers with Children in Nursery Schools and Kindergartens

OKAMURA Yasuhiro

Abstract

By conducting a literature review on childrearing stress among fathers, this study aimed to understand the current status of and issues related to childrearing stress among fathers whose children are in nursery schools, and to discuss ways to reduce childrearing stress among fathers.

We searched the NII Scholarly Information Navigator (CiNii) database for literature using the keywords "fathers' parenting stress," and analyzed eight articles that met our study objectives regarding the "current status of fathers' parenting stress" and "reduction of fathers' parenting stress."

We posit that the reduction of fathers' childrearing stress could be achieved if nursery schools and kindergartens, which are familiar social resources for fathers, understand fathers' childrearing situations and provide support as needed.

Keywords: Fathers. Childrearing Stress. Parenting by Fathers.