

研 究

生後3か月の子どもをもつ母親の育児への自信

—育児幸福感, 育児ストレス, 蓄積的疲労, 属性の検討—

清水 嘉子

〔論文要旨〕

本研究は、生後3か月の子どもをもつ母親の育児への自信を明らかにするとともに、育児幸福感、育児ストレス、蓄積的疲労、属性の検討を目的とした。生後3か月の子どもをもつ母親700名を対象に自記式質問紙調査を行い、460名のデータを質的、統計学的に分析した。結果では、自信のある母親とない母親が、約5割であった。育児幸福感（育児の喜び）が高く、育児に関する相談相手がいる母親、育児ストレスや蓄積的疲労の低い母親に育児の自信のある者が有意に多かった。育児への自信では【子どもなどから評価されていることがわかる】、【子育てが良い方向へ変化している】、【子育てがうまくできたと実感できる】があった。母親の育児への自信を高めるためには、子どもが発信している評価や良い変化の自覚、できていることを引き出すこと、育児ストレスや蓄積的疲労の軽減や育児の相談環境を作り、育児幸福感を高める支援が大切であると考えられた。

Key words : 育児, 母親, 自信 3か月児

I. 緒 言

生後3か月頃までの乳児の身体発育のスピードは早く、体重は生まれた時の約2倍になり、腕や足に皮下脂肪がつき、体つき全体がまるまるとなる。また、あやすとニコリ笑って応えるようになるなど表情が豊かになり、かわいらしさが一段と増す時期である。また、自分の頭を支えられるようになる。乳児期は、運動発達は同時に脳の発達の目安にもなり首がすわるかどうかは、発達全体を見る第一段階として、重要なポイントであり、発達において一つの節目の時期といえる。

この時期の母親としての自信に関する研究によると¹⁾、'試行錯誤しながら子どもに合わせた育児方法の確立'、'子どもの成長と自分の成長の実感'、'この

子の母親である実感'、'育児優先の生活に家事を組み込んだ新たな生活'、'自分に確証を得るためのよりどころを求める'など明らかになっている。この内容からも、母親としての自信は、育児への自信が中心となり形成されていくものと考えられるが、十分に解明されているとはいえない。

そこで、昼と夜の区別がついてきて、夜は少しまとめて眠るようになり、授乳の間隔も5~6時間とリズムができ、子育てにおいて一つの区切りの時期にある、生後3か月の子どもをもつ母親の育児への自信を明らかにすることを本研究の目的とした。さらに、母親の育児への自信に対する影響要因との検討に取り組んだ。この研究によって、3か月児をもつ母親の育児への自信の実態に加えて、育児への自信に影響している母親の育児幸福感、育児ストレス、蓄積的疲労徴候、

Self-confidence in Child Care among Mothers of Three-month-old Children — Comparative Study of Child-care Happiness, Child-care Stress, Cumulative Fatigue Symptoms Index, and Attributes —

Yoshiko SHIMIZU

長野県看護大学（助産師）

別刷請求先：清水嘉子 長野県看護大学 〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂1694番地

Tel/Fax : 0265-81-5181

〔2503〕

受付 13. 1.21

採用 13. 7.13

相談者や育児経験, 仕事の状況などの視点から, 母親が育児への自信を得るための支援を検討したいと考えた。

II. 研究方法

1. 研究対象

S県内にあるA市に在住する, 生後3か月の子どもをもつ母親700名。

2. 調査方法と調査期間

平成23年1月～平成24年11月のS県内にあるA保健センターで行われた3か月児健診の案内の郵便物に調査協力の説明文を同封した。健診当日に質問紙調査に回答のうえ, 持参することを依頼した。

3. 調査内容

自記式質問紙調査を行った。質問紙の内容は, 育児の自信の有無, 自信の内容の自由記述, 清水らによる尺度(育児幸福感尺度短縮版, 育児ストレス尺度短縮版), 蓄積的疲労徴候インデックス, 母親の属性として年齢, 出産経験, 家族構成, 就業の状況, 経済状況や相談者, 育児支援者などであった。

調査に用いた尺度

1) 育児幸福感尺度短縮版

母親が育児中に感じる肯定的な気持ちを持つ場面について, 自由記述により得られた内容を分類して64項目を選び“あてはまる”～“あてはまらない”の5段階による調査を行い, 8下位尺度41項目の育児幸福感尺度とした²⁾。さらに41項目による調査と因子分析を行い, “育児の喜び”, “子どもとの絆”, “夫への感謝”の3因子からなる13項目の短縮版尺度を用いた³⁾。

2) 育児ストレス尺度短縮版

育児中に感じる否定的な気持ちを持つ場面についての自由記述により得られた内容を分類して130項目を選び“あてはまる”～“あてはまらない”の5段階による調査後, 因子分析を行い各因子負荷量の上位にある総得点との相関の高い5項目を選び40項目とした。この40項目による調査を行い因子分析を行い9下位尺度33項目の育児ストレス尺度とした⁴⁾。さらに33項目による調査を行い因子分析により“心身の疲労”, “育児不安”, “夫の支援のなさ”の16項目3因子からなる短縮版尺度を用いた⁵⁾。

3) 蓄積的疲労徴候インデックス

労働環境において蓄積的な疲労をとらえる尺度として越河により作成されている⁶⁾。不安徴候, 抑うつ状態, 一般的疲労感, イライラの状態, 労働意欲の低下, 気力の減退, 慢性疲労, 身体不調の8下位尺度, 80項目となっている。尺度を使用するにあたり下位尺度項目の‘労働意欲の低下’は該当しないことから外し, 本研究が子育てによる状態をとらえることから, 尺度項目にある仕事の文言は子育てに置換した。最終的には7下位尺度, 69項目とした。尺度の変更は, 作成者の承諾を得た。評価基準は2段階の“あてはまる”, “あてはまらない”である。

4. 分析方法

育児ストレスと育児幸福感の5段階による尺度基準は, “あてはまる”～“あてはまらない”に, 5～1点を付与し下位項目ごとに合計した。蓄積的疲労徴候インデックスは, 2段階評価であり, “あてはまる”に1点を付与して下位尺度項目ごとに合計した。それぞれの分析は, 相関分析, t検定, χ^2 検定を行った。また, 自由記述は, 関係コードを抽出し分類した後に, サブカテゴリー並びにカテゴリー名を命名した。なお自信並びに属性に対する欠損は分析から除外した。

5. 倫理的配慮

調査の依頼文には, 自由意思による協力であること, 番号で処理し個人を特定しないことなどを明記し, 調査用紙の回収をもって調査への同意が得られたものとした。なお, 倫理審査は研究者の所属する倫理委員会の審査を受け平成20年に承認(#12)を得た。

III. 結果

1. 対象者の属性

協力の得られた母親は460名であり, 回収率は65.7%であった。うち, 育児に対する自信の有無の回答は411名であった。母親の平均年齢は 31.3 ± 4.9 歳であり, 子どもの数は平均 1.8 ± 0.8 人であった。初産は43.3%, 経産は56.7%であった。家族形態では, 核家族70.7%, 複合家族27.8%であった。就労状況では, 専業主婦が77.2%, パートタイム7.3%, フルタイム15.3%であった。

2. 育児への自信に関連した育児事情

母親の育児への自信のある者は203名 (49.4%)、自信のない者は208名 (50.6%) であり、やや自信のない者が多い傾向にあったが、ほぼ5割であった。育児への自信があると回答した203名のうち167名が自信につながった育児事情について記述を表1に示した。

カテゴリーを【 】, サブカテゴリーを〈 〉, コードの記述は“ ”で示した。236コードから、カテゴリーでは、コード件数の多かった順に【子どもなどから評価されていることがわかる】、次いで【子育てが良い方向へ変化している】、【子育てがうまくできたと実感できる】で構成された。以下、カテゴリーごとに記述されていた育児事情について示す。複数の子どもをもつ母親では、上の子どもとの関係において、育児への自信が記述されており、初産の母親に比べ記述は少なかった。

1) 【子どもに評価されていることがわかる】

サブカテゴリーは、子どもとの関係と他の人との関係に分けられた。8つのサブカテゴリーで構成された。子どもとの関係で多かったのは、“あやして笑ってくれた時なんとなくそう感じました”、“名前を呼ぶ

と笑う”、“子どもが笑顔を見せてくれることが増えたため”、“育児で疲れていても、子どもが笑ったり、声を出したり、足をバタバタしたり、一瞬でも疲れがとび、また頑張ろうという気持ちで自信になる”などの<子どもが笑ってくれる>、“子どもが元気にしている。遊びやいろいろなことに意欲的である”、“少しずつ子どもが成長し、母乳を以前よりも飲むようになり、少しずつ子どもを育てることがわかってきた気がする”、“子どもが成長している姿を見ていると感じる”などの<子どもが成長している>、“他の人が抱いていて泣いていても自分が抱くと泣き止んでくれた時”、“周りの人に、私と子どものやりとりを見て「やっぱりお母さんが一番安心するんだよね」と言われる時”などの<子どもは他の人と違うことをわかっている>、“母親を子どもが理解してくれている (ママだ～！大好き！) ように私は思えるので、子育てに自信が持てている”、“一番上の子が小学生になり、毎日「楽しかった」といろいろ話してくれてようやく今までの育児はまちがってなかったと思えるようになった”などの<子どもに受け入れられている>、“子どもと生活していて子どもとの会話や母親としてのコ

表1 3か月の子どもをもつ母親が育児への自信を感じた時の育児事情

カテゴリー	サブカテゴリー	件数	
子どもなどから評価されていることがわかる	子どもが笑ってくれる	27 (2)	98 (39)
	子どもが成長している	20 (6)	
	周りの人にほめられる	12 (5)	
	子どもは他の人と違うことをわかっている	10 (0)	
	上の子どもを見て子育てに間違いはなかったと思える	9 (9)	
	子どもに受け入れられている	12 (12)	
	子どもに必要とされている	3 (2)	
	子どもとうまくかみ合っている	2 (2)	
子育てが良い方向へ変化している	子育てに余裕を感じる	34 (27)	73 (38)
	子育てが落ち着いてできている	10 (3)	
	子育てを楽しめている	9 (4)	
	子育てに慣れてきた	9 (1)	
	子育ての大変さがない	5 (2)	
	子育てをしていて充実して幸せ	3 (0)	
	生活のリズムができた	2 (0)	
	子育てを受け入れている自分に気づいた	1 (1)	
子育てがうまくできたと実感できる	子どもの泣きに対応できる	36 (6)	68 (16)
	子どものパターンがわかる	10 (0)	
	母乳でやっている	8 (1)	
	これでよいことがわかった	7 (4)	
	やればできると思えた	4 (2)	
	しつけられるようになった	2 (2)	

n = 167

*コードは省略, () は全体件数内の経産婦の記述件数である

コミュニケーションがうまくとれるようになった。子どもが私を必要としてくれたこと”, “泣いたあと, 具合が悪い時など, 「ママ」とたよってくれる時”などのく子どもに必要とされている”, “子どもとうまくかみ合って生活できている時。子どもも穏やか, 私も穏やかに接し, 子どもの成長が見てとれるように心身共にすくすくと育っていると感じることができている時, 自信が持てる”などのく子どもとうまくかみ合っている”, “まわりの方々から「余裕で子育てしているように見える」とか子どもの発達が「早い」とか声をかけてもらうことが多く, 自信になっている”, “義母から, 「あなたのしつけがいいから, いい子に育っている」ってほめられた時”などのく周りの人にほめられる”, “上の子(2歳)が素直に明るく成長してくれたので誇りに思う”, “一人目の子が, 下の子をかわいがってくれているのを見ると, 自分たちが育ててきたやり方はよかったのかなと少し自信がもてました”などのく上の子どもを見て子育てに間違いはなかったと思える”などであった。

2) 【子育てが良い方向へ変化している】

8つのサブカテゴリーで構成された。サブカテゴリーで最も多かったものに, “あまり手がかからなくなり, 下の子をゆっくりというか, 余裕をもって上の子を子育てできるようになった”, “子どものパターンが読めるので自分の時間がけっこう持てる”などのく子育てに余裕を感じる”があった。ほか “一日のサイクルに慣れてきた”, “子どものあつかいに慣れてきました”, “おむつ替えや授乳などに慣れてきてスムーズに行えるようになってきた”などのく子育てに慣れてきた”, “育児に正解はないと思っているので, 自信とかより楽しんでいるという実感になります”, “子どもができたことでよくよ悩むことが少なくなり, 良い方向に向いています”などのく子育てを楽しめている”, “子育てに大変さを感じないため”, “意思の疎通ができていよう感じる時”, “イライラせずに子育てをしている時”などのく子育ての大変さがない”, “上の子が生まれた時より落ちついた気持ちで赤ちゃんに接するようになってきた気がする”, “子どもが笑って元気に大きく育ってくれる姿を見た時”などのく子育てが落ち着いてできている”, “とにかく子どもがかわいいですし, 幸せな毎日なので, 子育てをしている自分には自信が持てるようになってきたと思います”などのく子育てして充実して幸せ”,

“リズムができてきた。家事, 子育てが両立できてきた”, “初めてのことばかりで不安と戸惑いでいっぱいだったが, 少しずつ育児にも慣れ, ペースがつかめてきたから”などのく生活のリズムができた”, “3人の子どもを出産, 子育てをしながら自分も母親として教えられる毎日であること。自分の思い通りにはいかないことばかりの子育てを受け入れられたこと”などのく子育てを受け入れている自分に気づいた”であった。

3) 【子育てがうまくできたと実感できる】

6つのサブカテゴリーで構成された。サブカテゴリーで最も多かったものにく子どもの泣きに対応できる”があった。 “1か月までとにかく一日中ずっと泣いている子だったためその時に比べると本当に楽になった。泣いていた考えられる原因が, おっぱいや暑さやあやし方の不慣れだったと思うが, それが今はだいたい問題なくこなせるようになったため”, “産後1か月くらいは, 精神的に不安定だったが, だんだん子どもがなぜ泣いているのかわかるようになり, 楽になった”, “子どもが泣いていると, 何故泣いているのかわかっていたいわかるようになってきた”であった。次いで “少しずつ子どものテンポがわかってきて”, “特に表情がでてきているので, その表情をよく見て, 対応することが以前よりできるようになったと思っているため”, “3か月になりだいたい最初の頃よりもミルクの回数も減り時間が空くようになり少しずつ楽になった”などのく子どものパターンがわかる”, ほか “子どもがよく眠る, 母乳がしっかりと出る”, “2か月を過ぎた頃から, 母乳が増えて完母になったことも自信につながった”などのく母乳でやっている”, “いろいろな方の力を借りて子育てしていますが, それでも忙しいですが, 1人の時よりやればできるんだと感じました”, “夫が子どもと一緒に入れない日にドキドキしながらも一緒に入った時, 子どもが気持ち良さそうにしていたのを見て自信が持てるようになりました”などのくやればできると思えた”, “1人目の子どものときに半年前に不安に思っていたことが, 半年後ふり返って考えると「こんなこと心配していたんだ, 心配する程のことじゃなかったな」と思うことが多く自信がついた”, “2人目の育児ということもあり, 少々心配なことがあっても大丈夫! 何とかなると前向きに物事を考えられるようになった”などのくこれでよいことがわかった”, “以前までは, 嫌われるのが怖かつ

たせいか、あまり子どもを叱れなかったが、弟が生まれ、叱らなくてはならない場面が増え、自然と“きちんと”叱れるようになってきたと思う”などのくしつけられるようになった>であった。

3. 育児幸福感・育児ストレス・蓄積的疲労と育児への自信との関係

母親の育児幸福感・育児ストレスと蓄積的疲労の相関では育児幸福感の“子どもとの絆”と育児ストレスの“心身の疲労”、“育児不安”、“夫の支援のなさ”に

正のごく弱い相関があり、育児幸福感の“夫への感謝”と育児ストレスの“夫の支援のなさ”に負のごく弱い相関があった(表2)。

育児ストレスと育児幸福感と蓄積的疲労では育児ストレスの下位項目において蓄積的疲労項目のすべてに正の相関があった。ほとんどが弱い相関であり“心身の疲労”と“慢性疲労”はやや強い相関($p < 0.01$)であった(表3)。

そこで、育児への自信の有無と育児ストレス・育児幸福感・蓄積的疲労の関係では、育児ストレスの“心

表2 育児ストレスと育児幸福感の相関

		育児幸福感		
尺度	下位項目	育児の喜び	子どもとの絆	夫への感謝
育児ストレス	心身の疲労	-0.062	0.106*	-0.048
	育児不安	-0.067	0.187**	-0.023
	夫の支援のなさ	-0.071	0.113*	-0.180**

Pearson の相関, ** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

表3 育児ストレス・育児幸福感と蓄積的疲労感の相関

		蓄積的疲労感						
尺度	下位項目	不安徴候	抑うつ状態	一般的疲労感	イライラの状態	気力の減退	慢性疲労	身体不調
育児ストレス	心身の疲労	0.364**	0.478**	0.377**	0.372**	0.432**	0.640**	0.301**
	育児不安	0.404**	0.454**	0.246**	0.348**	0.359**	0.379**	0.291**
	夫の支援のなさ	0.263**	0.298**	0.157**	0.320**	0.284**	0.244**	0.190**
育児幸福感	育児の喜び	-0.008	-0.008	0.002	-0.067	-0.013	-0.020	0.017
	子どもとの絆	-0.016	0.050	0.010	0.082	0.003	0.080	0.021
	夫への感謝	-0.034	-0.062	0.003	-0.073	-0.060	-0.016	-1.051

Pearson の相関, ** $p < 0.01$

表4 育児への自信と育児ストレス・育児幸福感・蓄積的疲労感

		自信	
尺度	下位項目	自信あり	自信なし
育児ストレス	心身の疲労	15.26±5.48**	17.66±5.26**
	育児不安	9.21±3.97**	11.78±5.06**
	夫の支援のなさ	6.76±3.46**	7.84±3.43**
育児幸福感	育児の喜び	24.15±1.96*	23.56±2.39*
	子どもとの絆	13.37±6.97	12.72±6.90
	夫への感謝	18.29±2.71	17.75±2.81
蓄積的疲労感	不安徴候	1.11±1.62**	1.75±1.88**
	抑うつ状態	1.00±1.40**	1.65±1.76**
	一般的疲労感	2.33±2.12	2.78±2.18
	イライラの状態	1.23±1.57**	1.78±1.81**
	気力の減退	1.09±1.77**	1.84±2.18**
	慢性疲労	1.38±1.66**	2.05±1.80**
	身体不調	0.71±1.03	0.98±1.25

t 検定, ** $p < 0.01$, * $p < 0.05$

表5 育児への自信と属性（支援や経済状況）

支援や経済状況	n=411		検定結果
	自信あり	自信なし	
夫に相談できる	184	168	**
夫に相談できない	17	39	
実母に相談できる	170	154	**
実母に相談できない	28	44	
夫や実母のほかに相談できる人がいる	196	182	**
夫や実母のほかに相談できる人がいない	7	27	
経済的な不安がある	87	85	**
経済的な不安がない	145	124	

χ^2 検定, ** $p < 0.01$, 太字は残差 +2

身の疲労”と“育児不安”と“夫の支援のなさ”において、育児への自信のある者が有意に低い結果となった ($p < 0.01$)。また、育児幸福感では、“育児の喜び”が育児への自信のある者が有意に高い結果となった ($p < 0.05$)。蓄積的疲労では、“不安”、“抑うつ”、“イライラ”、“気力の減退”、“慢性疲労”、“身体不調”において育児への自信のある者が有意に低い結果となった ($p < 0.01$) (表4)。

4. 育児への自信と属性や支援や経済状況との関係

年齢、初経産、家族形態、就労状況との分析では、育児への自信において有意差はなかった。一方、支援の状況では、夫に相談できる、夫や実母のほかに相談できる人がいる、経済的な不安がない母親が、育児への自信が有意に高い結果となった ($p < 0.01$) (表5)。

IV. 考 察

1. 3か月児をもつ母親の育児への自信

3か月児をもつ母親の育児への自信は5割程度の母親が感じており、初経産別には、有意な差はなかった。上の子どもをもつ母親は、上の子どもの反応から自分の子育てはこれで良かったということを感じていた。しかし、育児への自信については、むしろ初めての母親がより多くの記述をしており、初めての育児に対する関心の高さの現れと考えられる。

育児への自信に関する育児事情では、子どもの反応から自分が評価されていると感じられることがあった。つまり、子どもの笑いや成長、他の人とは違うことを子どもはわかっていること、受け入れられていること、必要とされていること、うまくかみ合っていることも評価の視点となっていた。さらに、周りの人に

ほめられることも育児への自信につながっていた。次いで多かったのは、子育てしている自分の感覚の変化であり、特に良い方向への変化として、余裕や楽しさ、慣れる、リズムの確立、心配ない、落ち着いている、大変さがない、充実して幸せなどがあった。育児幸福感の実感に関連している、育児していて生じたポジティブな気持ちに通じていた。併せて、うまくできているという実感として、泣きへの対応やパターンの把握、母乳で育てられていること、やればできる、しつけられるようになったことなどがあった。特に泣きへの対応は、母親の育児困難感に関係しており⁷⁾、4か月の子どもをもつ母親の親としての自信には⁷⁾、「試行錯誤しながら子どもと自分に合わせた育児法を確立していく中で、子どもの成長と、この子の母親であることを実感しながら、家事と育児を両立させ生活を再構築し、それらを他者からの確証を得ることで支えられている」とされている。このことから、育児への自信は母親としての自信の基盤となって影響していることがわかる。母親としての自信については、「母親が育児すること、子どもを理解することができる能力を母親が認識していること」⁸⁾としていることから、母親としての自信と育児への自信は、きわめて類似した概念と考えられる。特に育児において「できると思える体験」は、母親としての自己同一性を獲得していくうえでも大切な体験といえ^{9,10)}、育児適応を促進する因子として、自己の自信や価値観を示す自己概念が関係しているとされている¹¹⁾。

2. 育児への自信と関連している要因と母親の育児への自信への支援

本研究では蓄積的疲労と育児ストレスは有意に低い相関関係にあり、ストレスを軽減し母親の蓄積的疲労も軽減することの支援が基本となる。そのうえで、母親が育児への自信に気づき、その気持ちを高めることができるようにすることが支援の方向性として大切になる。矢島ら¹²⁾は、育児ストレスの軽減と育児自信の支援に関する介入研究で、ガイダンス法と心の欲求支援法による直接介入を行っているが、このような意図的な介入に加えて、普段の関わりの中で支援を実践していくことが求められている。

母親役割への自信は、母親であることの満足感に相互に関係しており、知識、技術に対する自信と合図の読み取り、要求への応答、自分とわが子に合ったやり

方の確立が相互に関係している¹³⁾。これらの報告と本研究結果から、母親の育児への自信を高めるための支援には、育児そのものへの自信を高められるような働きかけが求められると考える。それは、子どもの反応に注目し、子育てによって変化している子どもの状態を感じることで、また、子育てしている自信の感覚の変化を感じることで、子育てでできていると思えるものを見い出すことなどである。母親との関わりの中で、こうした側面を引き出し、気づかせ、確信に変えていくことは支援者にとって重要な役割と考える。

加えて、母親にとって相談者がいると思えることは、他者に助けられ、良い評価を得ていくうえでも欠かすことができないものであることから、サポート者の存在を確認し、どのような影響を受けているのかについて確認しながらその意味を伝えることが大切になる。特に母親の育児幸福感との関係については、同様にポジティブな感情であり母親にとって良い刺激と考えられる。育児に自信のある母親に、有意に“育児の喜び”が高く、“子どもとの絆”、“夫への感謝”も高い傾向が見られていることから、育児への自信が母親の育児幸福感を高めていることが推察される。

V. 結 論

3か月児の母親の育児への自信は、5割程度あり、初産と経産で有意な差はなかった。特に育児相談者や支援者がいると認識している母親に有意に自信がある者が多く、自信のない母親は、育児ストレスや蓄積的疲労感が有意に高かった。育児への自信のある母親は、子どもや他の人から自分が評価されていることを認識しており、子育てして自信につながる意識の変化の実感や、子育てがうまくできた実感を持っていた。

本研究は、23～27年度文部科学研究基盤研究Cの助成を受けて、「母親の健康チェックシートの開発と評価—育児相談への活用と縦断調査の試み—」の研究において行われたものである。

文 献

- 1) 鈴木由紀乃, 小林康江. 産後4カ月の母親が母親としての自信を得るプロセス. 日本助産学会誌 2009; 23: 251-260.
- 2) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他. 母親の育児幸福感一尺度の開発と妥当性の検討一. 日本看護科学学会 2011; 27: 15-24.
- 3) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子. 母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発. 日本助産学会誌 2010; 24: 261-270.
- 4) 清水嘉子. 育児環境の認知に焦点をあてた育児ストレス尺度の妥当性に関する研究. ストレス科学 2001; 16: 176-186.
- 5) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他. 母親の育児ストレス尺度—短縮版作成と妥当性の検討一. 子どもの虐待とネグレクト 2010; 12: 261-270.
- 6) 越河六郎, 藤井 亀. 労働と健康の調和 CFSI (蓄積的疲労徴候インデックス) マニュアル. 東京: 財団法人労働科学研究所出版部, 2002: 101-103.
- 7) 田淵紀子, 島田啓子. 生後4～5ヶ月児の泣きに対する母親の困難感と関連要因. Hokuriku J Public Health 2009; 36: 10-17.
- 8) Badr LK. Further psychometric testing and use of the maternal confidence questionnaire. Issues in comprehensive pediatric nursing 2005; 28: 163-174.
- 9) 小林康江. 産後1か月の母親が「できる」と思える子育ての体験. 母性衛生 2006; 47: 117-124.
- 10) 小林康江. 当事者の自信を支える看護—産後1から2か月の母親が「できる」と思えることを支える看護—. 家族看護 2007; 65: 65-69.
- 11) 我部山キヨ子. 産後の育児に関する研究—育児適応を促進・遅延する因子—. 母性衛生 2002; 43: 315-320.
- 12) 矢島京子, 橋本佐由理. 子育て中の母親のストレス軽減と育児自信支援に関する介入研究. ヘルスカウンセリング学会年報 2007; 13: 47-57.
- 13) 前原邦江, 森 恵美. 産褥期における母親役割の自信尺度と母親であることの満足感尺度の開発. 千葉大学看護学部紀要 2005; 27: 9-18.

〔Summary〕

The present study aimed to examine confidence in child care among mothers of three-month-old children, as well as child-care happiness, child-care stress, cumulative fatigue symptoms index, child-care happiness, and attributes. We surveyed 700 mothers of three-month-old children using a self-administered questionnaire, and analyzed data from 460 respondents quali-

tatively and statistically. Mothers with self-confidence and those without were divided roughly in half. There was a significantly higher number of confident mothers who had a high level of child-care happiness (i.e., the joy of raising children), had someone to talk to about child care, and had lower child-care stress and cumulative fatigue symptoms index. The reality of confidence in child care was reflected in responses such as "I know that my children and others appreciate my skill with child care", "I am changing in a way that improves child care" and "I truly feel that I did a good job raising my child". We be-

lieve it is necessary to elicit a feeling of accomplishment, through positive evaluation of care expressed by children and a sense of positive change, to create an environment that reduces child-care stress and cumulative fatigue symptoms index and gives the mother people to talk to about child care, as well as provide support that heightens the sense of child-care happiness.

[Key words]

mothers, three-month-old, child care, confidence