

## 地域での父親の育児についての啓発プログラムについての研究

研究分担者 立花 良之 (国立成育医療研究センター こころの診療部  
乳幼児メンタルヘルス診療科・診療部長)

### 研究要旨

本研究班では、子育て期における父親の健康維持への重要性、パートナー同士が理解しあい協働していくことの大切さを認識してもらうこと、及び、父親の置かれた状況やニーズを調査することを目的に、子育て世代が多く住む多摩市とともに講演会を開催した。講演会の前後にとられたアンケートの結果からは2020年に厚生労働省が実施した調査の結果で分かった育児休業の割合を大きく上回る父親が、育児休暇について意識している実態が明らかになった。しかしながら、父親自身の子育て意欲と実際の生活にズレが生じている可能性も示唆されており、仕事・家庭・個人的な状況の包括的な把握を進め、実態に即した支援体制の構築が急務であるものとする。

**背景：**近年の国の施策においては、性別にとらわれず子育てに積極的に関わっていくことこそ、男女平等参画を進めるうえで必要不可欠とされる。しかし、男性は、働く女性同様、仕事と家庭の両立を求められることとなった一方で、その実態やニーズの把握は不十分である。積極的な育児参加を推奨するためにも、その意識向上とともに、支援体制を構築していくことが求められている。

**方法：**講演会、講師と多摩市長による講師対談の開催、及び講演会参加者へのアンケートの実施

**結果：**講演会参加者の割合は男性69%、女性31%であった。

**考察：**子育て期における父親の健康維持の重要性、パートナー同士が理解しあい協働していく大切さの認識、主対象者である父親の支援のみならず、家族支援に係る相談機関の周知がなされたことを総括すると、本講演会の主旨が達成されたものとする。

**結論：**父親として、子育てに積極的に関わろうとする意見が多く、育児休暇取得への意識も高かった。一方、35%が家族と過ごす時間があまり取れていないと回答しており、父親自身の子育て意欲と実際の生活にズレが生じている可能性が示唆された。こうした状況からくるジレンマは、昨今の社会的な情勢と相まって、精神的なストレスを大きくしていることも考えられる。そのためにも、仕事・家庭・個人的な状況の包括的な把握を進め、実態に即した支援体制の構築が必須であるとする。

**次年度への課題：**父親支援の講演に関心のある参加者に対して行われたものである。従って、男性全体とした母集団の結果とは言い難い。また、男性支援に係る意識の世代差も考察できていない。次年度これらの課題についても検討を行う。

### 研究協力者：

阿部 裕行 (多摩市長)

須田 雄次郎 (多摩市役所・くらしと文化部長)

本多 剛史 (多摩市役所・子ども青少年部長)

河島 理恵 (多摩市役所・くらしと文化部 平和・  
人権課長、TAMA女性センター長)

水野 誠 (多摩市役所・子ども青少年部 子育て・  
若者政策担当課長)

山本 悠太郎 (多摩市役所・くらしと文化部 平和・  
人権課、TAMA女性センター 平和・人権・男女平等参画  
担当)

菰田 敦子（国立成育医療研究センターこころの診療部 乳幼児メンタルヘルス診療科・研究補助員）

## A. 研究目的

2010年、厚生労働省は「イクメンプロジェクト」を発足した。そのねらいは、男性が育児をすることについての社会的気運を高め、育児休業の取得や育児にもっと関わりたいという男性の希望を叶えることにある。男性の育児参加を進め、夫婦で協力して育児をする環境を作ることにより、結果的に、出生率の向上と女性の就業率向上を目指すものである。

これまで、男女平等参画が推進され、社会における更なる女性の活躍を実現するための様々な施策が講じられてきた。1985年に制定された男女雇用機会均等法は、男女の雇用機会を平等にし、女性が家庭と仕事を両立できるように制定されたものであり、あくまでも女性の雇用改革に焦点を当てたものだった。その後改定が重ねられ、2007年には女性だけではなく、男性の雇用機会均等をも包含するものとなった。

近年の国の施策においては、性別にとらわれず子育てに積極的に関わっていくことこそ、男女平等参画を進めるうえで必要不可欠とされる。しかし、男性は、働く女性同様、仕事と家庭の両立を求められることとなった一方で、その実態やニーズの把握は不十分であり、支援体制を構築していくことが求められている。2021年2月に閣議決定された成育基本法の基本方針においても、「父親の孤立」が解決すべき課題として明記された。

本医療機関においても、パートナーの出産に伴い産後うつにかかる男性が少なくはない実態が危惧されてきた。わが国の父親の産後うつの頻度は9.7%であるというメタ解析の結果があり（Tokumitsu, 2020）、父親と母親が同時期に精神的な不調を抱えている可能性がある子育て世帯は3.4%とされる（Takehara, 2020）。家族の心身の健康は円環的に影響し合うものであり、父親のメンタルヘルスの家族への影響は計り知れない。本研究班では、子育て期における

父親の健康維持への重要性、パートナー同士が理解しあい協働していくことの大切さを認識してもらうこと、及び、父親の置かれた状況やニーズを調査することを目的に、多摩市とともに講演会、及び、講師と市長による対談を開催した。さらに、参加者に対し、講演会の前後にアンケート調査を実施した。

## B. 研究方法

### 1. 多摩市との講演会の共催

2021年3月28日（日曜日）14時00分から15時30分に渡り、KDDI LINK FOREST（多摩市鶴牧）を会場に、多摩市のTAMA女性センター及び子育て支援課との共催による講演会「良いパパって何？～頑張りすぎず、自分と家族を大切に～」を開催した。講師は、本研究の分担者である立花良之らである。立花は、精神科医として、長年、母子のメンタルヘルスに携わってきた立場から、家族のメンタルヘルスにおける父親の心身の健康の重要性や、子育てアドバイス等の講演をした。

イベントの告知は、多摩市制作のポスター・パンフレット・市の公式ホームページで実施した。参加者の募集は、多摩市ホームページに作成された申し込みサイトで行った。その際には、参加対象者が「お子さんのいる市民、これから親になる市民」であることが周知された。新型コロナウイルス感染症対策として、定員は本来の会場の定員数の半分以下である100人とした。また、1歳以上の未就学児10人を事前の予約で預かる保育所を設けることで、小さな子のいる親が参加しやすい配慮がなされた。

### 2. 講演後の対談の実施

1.の講演会后、阿部裕行多摩市長、立花らによる対談を行った。この対談は、参加者からの質問に対し講師が回答する形で進められた。参加者が来場した際に受け付けで「質問票」を配布し、講師への質問がある場合は自由記述で記入してもらい回収した。多摩市で作成された「質問票」は、「パパ（これからパパを含む）の聞きたいこと」と「ママ（これからママを含む）、

その他の皆さんが聞きたいこと」の欄に分けることで、男性の意見がより明確に回収できる形にした。さらに「聞きたいこと」の内容が「自分のこと・子どものこと・その他」のいずれにあたるのかを選択し、丸を付けてもらった。尚、講師対談の時間には限りがあるため、取り上げることができなかった質問からいくつかを選択し、立花が精神科医の立場から回答したものを、多摩市のホームページに掲載する措置をとった。また、参加者が子育てなどについて相談したい場合の参考になるよう、相談所一覧が記載された多摩市のパンフレットを配布した。

### 3. 講演会参加者へのアンケートの実施

多摩市の公式ホームページに講演会の参加申し込みをする際、同意した参加者に、事前アンケート〔資料①：ただし、電子版に作り変える前の現本である〕に回答してもらった。事前アンケートの質問3には、抑うつ状態を簡易的にスクリーニングする2つの質問を含めた。さらに、当日の受け付け時に、事後アンケート〔資料②〕を配布し、任意で回答してもらった。

事前・事後アンケートには、「自分は親に向いていると思いますか？」という共通項目を設定した。「自分は親に向いていると思いますか？」は、数か月後に初めて父親になる男性に対し、親になる前と親になった6か月後の2回、調査を行った縦断研究（小野寺・青木・小山, 1998）を参考にして作成した質問項目である。この研究では、自分が親に向いていると感じている男性ほど、父親になる喜びや人間的な成長意識が強く、子どもに共感できているという自信、子育てそのものに対する肯定的な姿勢がみられたという結果となっている。

## C. 研究結果

### 1. 多摩市との講演会の共催

事前の参加申し込みは64人であり、当日の参加者は48人であった。参加者の内訳は、男性69%（33人）、女性31%（15人）である。参加者の年齢は、20代・2%、30代・44%、40代・47%、50代・5%、60代・2%であった。保育所

は、申し込み開始後の早い段階で10人満員となり募集を締め切った。

### 2. 講演後の講師対談の実施

「質問票」による、質問総数は32であった。そのうち、「パパ（これからパパを含む）の聞きたいこと」に記入された質問数は69%（質問数22）である。質問の内訳は「自分のこと」41%（質問数9）、「子どものこと」50%（質問数11）、「その他」9%（質問数2）である。「ママ（これからママを含む）、その他の皆さんが聞きたいこと」に記入された質問数は31%（質問数10）だった。質問の内訳は「自分のこと」20%（質問数2）、「子どものこと」60%（質問数6）、「その他」20%（質問数2）であった。〔資料③参照〕

質問内容を以下にまとめた。文章は参加者の記入時のままである。

#### ■パパ（これからパパを含む）の聞きたいこと 自分のこと

- ・妻と子どものどちらを優先すべきかよく迷う。その判断を間違え、妻との仲が悪くなり、家庭内の雰囲気が悪くなることが多いので、何か工夫すべき点はあるか？
- ・自分の父親は「最初から子供と遊ぶつもりはなかった」というような人で、それが当たり前で育ってきた。自立心を育てる上で、それが正しいと思っている自分もあり、子供が「一緒に遊ぼう」と言ってくることに抵抗を感じている
- ・パパとして、家事を手伝うのが良いか、育児を手伝うのが良いか、それとも両方ともバランスよく手伝うべきなのか迷います。御三方はどのようにされてましたでしょうか？
- ・37歳になる0歳7か月の娘を持つ父親になります。初めての子育てに日々奮闘している最中となりますが、今後40代、50代と迎えるにあたり、仕事の責任も増して、仕事が忙しくなっていく事が予想されます。皆さんはいわゆる「ワークライフバランス」仕事と家庭の両立をどう工夫し、実現を図っていましたか？

か？

- ・仕事と子育ての両立、比率、モチベーション、どのように維持すべきか
- ・典型的な日本の中小企業に勤める父親はどれだけ仕事を家族に合わせるべきか？
- ・母親がすでに子どもを怒っている時に、父親である私も一緒に怒ってしまう事が多々あります。子どもの逃げ場がなくなってしまうため、フォロー役に回るのが必要だとわかってはいるのですが、なかなか出来ません。
- ・何度同じ事を言っても守れなかったりするため、イライラがたまってしまう。こんな時、どのように対処すれば良いのでしょうか？
- ・仕事から疲れて帰ってきた時や、仕事の休みの日に一人の時間が欲しい時やリフレッシュしたい時があるのですが、子育てに疲れた奥さんのことを気遣うと、なかなか休むことができません。どうしたらよいのでしょうか？アドバイスがあればお願いします
- ・昔は「うつ病」の様な病気はなかったので、心の病気で仕事を休むというのはあまり良いとされていない風潮がある。なぜ近年になって「心の病」というものがこれだけ注目されているのか

### 子どものこと

- ・周りの子ども、家庭と比べたりせずに、子どもと向き合うための心構えやコツはありますか
- ・娘（5才）に対し、妻の接し方が強い。息子（2才）には甘い。自分に娘は、べったりで、息子は姉が好きで、姉の真似をして2人でよくケンカする。3人目がお腹にいる為、今後の妻、子ども達への接し方がよくわからない
- ・子供への性教育について、特定のだれか（例えば学校とか親など）がどのように教えていけば良いのか？今はITが進み、子どもが親の知らない間に見たりかかわったりしてしまっているため
- ・子どもとの接し方に正解はないと理解しているつもりですが、自分の子どもとの接し方が間違っていないかを判断する方法として、ど

のようなものがありますか？or 考えられますか？

- ・子どもが自立してたくましく育っていくには親としてどのように接していけばよいでしょうか？
- ・主体性のある子ども（人間）になるために必要なこと、父親がやるべきことは何か
- ・育休もとり在宅勤務にもなり、積極的に子育てに関わっているつもりですが、それでも2才になる子供が「ママ、ママ」といって自分になつてくれない時があります。（ねむい時など）妻の負担が増える一方です。どうしたら、なつてくれますか？
- ・育児と仕事はどうすれば両立できるか
- ・子どもの力を伸ばす為、気をつけること、注意すべきこと。スポーツや学業で取組んだ成果が中々結果に結びつかない時期に、どう子供を支えて、成長できるようにするか（できるか）長い目で見守ることが重要だと思っていますが、アドバイスあればお願いします
- ・自分の子どもの個性をどう見付けましたか？どのようにのぼしていききましたか？
- ・5才、7才の娘二人がいます。最近二人とも反抗期なのか、特にパパの言うことは全く聞いてくれません。また長女は片付けが苦手なのか、遊んだ後も散らかし放題で困ってます。どのような対応をしたら良いのでしょうか

### その他

- ・(市長さんに)多摩市職員の中の男性育休取得率は？又その平均日数は？
- ・妻とのすれ違いにうまく付き合っていく方法。土日に時々保育園にあずけたいのにあずけられない

### **■ママ（これからママを含む）、その他の皆さんが聞きたいこと**

#### 自分のこと

- ・忙しい時にぐずられたり、抱っこをせがまされるとイライラして怒ってしまい、子どもにとっては理不尽に怒られていると感じているのでは？と思ってしまうのですが、どのように接したり、お互いストレスを最小

限にできるのでしょうか

- ・イヤイヤ期を迎えた時に妊娠した場合、身体は大丈夫なのか。通勤時間が長い場合、仕事、子育て、家事をうまくこなせるか

### 子どものこと

- ・子どもがやってみたいこと、挑戦したいこと、なるべくやらせてあげたいと思っています。でも、本当に挑戦させてあげていいのか、失敗した時大丈夫かななどの思いもあります。親として、どのようなスタンスや思っていたらよいでしょうか
- ・3才まで育休がとれるが、保育園が0才でないと入れない現状と多摩市や東京都が父親の育児参加を変える事ができると思うか
- ・共働きで、今のところ経済的に安定した生活を送っていますが、子どもが恵まれた環境に慣れて、物のありがたさや人への感謝の気持ちがうすいと感じています。思いやりと感謝の気持ちをもっと大切にしたいです
- ・他の子どもと比較してしまう。どのようにコントロールすべきか
- ・子どもと接する中で、これだけは気をつけていたということがあれば、教えてください。(例、躰に関する事など何でも良いです)
- ・メディアとのつきあい方(テレビを見せる時間、番組内容、3才~4才(幼稚園児)のテレビについて。見せないのもかわいそう(?)かなと時々思います。精神面、発達においての影響について知りたいです。)

### その他

- ・「夫に育児参加をして欲しい時は、“夫をおだてろ”“夫をほめろ”。そうすれば調子に乗って子どもの面倒をみてくれる」と、耳にタコができるほど聞いたのですが、我が夫には全く通用しません。どうすれば、育児参加というか、親としての自覚を持つのでしょうか?
- ・父親にとって、育児、家事、仕事、それぞれどのようなことが辛かったですか?妻

にこうしてほしかったことはありますか?

### 3. 講演会参加者へのアンケートの実施

事前アンケートの総回答数は、43であった。質問内容とその回答は資料④に、事前アンケートの結果の円グラフを資料⑤にまとめた。さらに、事後アンケートの回答で、選択肢以外に書かれた自由記述は以下である。

①「良いパパ」からイメージするパパはどれですか?

- ・会社よりも家族を大切にするイメージがある反面、会社には貢献していないように負のイメージが両立しているように思われる
- ・必要以上に手助けしないが必要な時には手助けできる親
- ・子どもを1番に考えられるパパ
- ・妻の親を大切にするパパ
- ・子どもが生まれてから一緒に成長してくれる
- ・衣食住を我慢させない
- ・良い大人(きちんとした仕事、手に職をつける等)に導いてあげることができる
- ・ご近所付き合いも上手なパパ。怒らないパパ
- ・子どもと話すパパ、子どもとスキンシップするパパ
- ・家庭を第一に考えるパパ(最優先)、仕事を家庭に持ち込まず経済面でも家庭を不自由させてないパパ
- ・仕事と家庭の両立

③日頃のストレスを何で発散していますか?

- ・庭いじり、バイク
- ・ドライブ、バイクツーリング
- ・海外ドラマ

④父親の子育て参加が推進されている現在、父親は家事・子育てに負担を感じていると思いますか?

- ・やらなければいけないことが多い。仕事との両立が難しい
- ・アトピーが悪化しているのを見ると、疲れているなど感じる

- ・社会的に育児をすることが強制されているように感じる
- ・仕事の子育て前より進まない
- ・妻が育児を積極的にしないから
- ・妻がうつ病の為、やさしさ厳しさなど、父母両方を子どもに示す必要があると考えている
- ・周りと比較される心理的負担
- ・自分のやりたい事ができない。子どものためにやりたい事ができない
- ・仕事はやって当たり前、家事は夫婦で分担(妻が仕事をしてなくても)という空気になっており疲れる
- ・仕事との両立

⑨市の子育て支援サービスで利用している(いた)のはどのようなサービスですか？

- ・児童館(複数回答あり)
- ・公民館(複数回答あり)
- ・保育園(複数回答あり)
- ・幼稚園(複数回答あり)
- ・一時保育(複数回答あり)
- ・ファミリーサポート(複数回答あり)
- ・子育て支援センター
- ・発達支援室
- ・市の講座の保育
- ・多摩市の産後シッター事業

⑩市の子育て支援サービスで利用してみたいと思うのは、どのようなサービスですか？

- ・一時保育(複数回答あり)
- ・手軽な一時保育(安易という意味ではなく)
- ・一時的に預かってもらい、夫婦だけの時間を作りたい。気楽に利用できる施設が欲しい
- ・一時保育は継続して利用したい
- ・親が休日でも子どもを預けられるサービス
- ・子どもの送迎、家事代行
- ・発達相談
- ・相談事業(複数回答あり)
- ・ファミリーサポートセンター
- ・発育や病気等の時の相談
- ・学童(入れられる事ができるのか不安)

- ・具体的に今は分からないが、困った時に相談できる場所があることが安心。子育て中の身内に伝えたい
- ・子どもと参加する・もしくは子どもだけ参加するスポーツ教室や火起こし(キャンプ)等、普段自分たちだけではできないイベント

⑪本日の講演会に参加して、今後の多摩市の子育て支援サービスであったら良いと思うことを教えてください

- ・支援サービスを受けることに対して負い目のような感じがある。特に金銭的な部分であることとか
- ・一般的なサラリーマンが、同世代の「パパ」が何を悩み、感じているのか知るような場があると一人で抱え込まないように思う
- ・この様な講演会の継続した実施
- ・子育て講座
- ・土日に時々保育園に預けたい
- ・現在放課後デイを活用しているが、そこの先生と長くつながることで子ども(10歳)が親に話せないことでもデイの先生には話せるという環境になりつつあり、期待しているが、その様な場が他の子にもあるといいと思う
- ・良い話を聞けたと思います。今後オンラインでこの様な公演を聴けたら良いなあと思います
- ・子育ての悩みを解決、ストレスを軽減(発散)できる様々なサービスがあればと思います
- ・一時保育の範囲が狭い、0歳から、朝・夕の時間、年齢、時間、働いている時間にマッチしていない通勤していると使い辛い
- ・妊娠中及び生まれて間もない子育て中、(上の子ども)子どものケータリング補助が欲しい
- ・おむつの配給、多摩市内の飲食店で離乳食や乳幼児の提供(もちろん有料で)
- ・早朝、夜に、保育園と連携して子どもを預かってくれるサービス。おかずを買えるサービス
- ・子どもの救急外来(前に夜間救急で#9119で問い合わせた時、府中まで来てくださと言われて)とても不安だ
- ・1歳未満の子どもを預かってくれる施設

- ・親が一時でも1人の時間を作れる施設
- ・同年齢での集い等で、親子で友人を増やしていけるような催し
- ・講演会（本日の様な）
- ・同じ悩みを抱えているパパ、ママがお互いの状況を共有できるこのような貴重な場があったらとても安心できると思う
- ・子育ての情報、研究結果（効率的）、多摩の保育園の情報等、サービス強化

#### D. 考察

本研究で行った啓発イベントにおいて、子育て期における父親の健康維持の重要性、パートナー同士が理解しあい協働していく大切さの再認識、主対象者である父親の支援のみならず、家族支援に係る相談機関の周知を内容とした。事前アンケートにおいて、「現在、家族と過ごす時間は十分あると感じていますか？」という問いに対し、35%が「あまり取れていない」と感じていた。一方、9%は「十分取れている」と回答している。さらに、「子育てに関する夫婦間のズレは、コミュニケーションで解消できると思いますか？」という質問には、21%が「よく思う」・51%が「思う」なのに対し、26%「あまり思わない」・2%「思わない」という回答であった。これらの感じ方の違いに相関があるのか、またその要因を今後検証していきたい。

事後アンケートでは、「良いパパのイメージ」は予想通り千差万別であった。また自由回答記述において「(良いパパには)会社よりも家族を大切にするイメージがある反面、会社には貢献していないように負のイメージが両立しているように思われる」という意見もあった。親になることによる自己概念の変化を調査した縦断研究（小野寺, 2003）では、初産婦とその夫に対し、妊娠7-8か月時（211組）と、出産3年後（90組）の2回に渡り調査が行われた。それによると、女性は親になるにあたり「母親としての自分」が大きくなり「社会にかかわる自分」が小さくなったのに比べ、男性は父親になると「父親としての自分」の大きさは変化せず「社会にかかわる自分」の割合が大きくなる結果と

なった。こうした意識の差が上記のような記述につながっていることも考えられる。従って、今後の父親支援において、親であることの自己概念の性差異を勘案していく必要があるであろう。一方、「育児休暇を取得した経験、あるいは取得を考えたことはありますか？」という問いに対しては、「はい」「いいえ」とともに50%の結果であった。厚生労働省が行った2020年の雇用均等基本調査において、男性の育児休業取得率が7.48%であったことを考えると、実際に取得した経験のある男性の割合を大きく超えた父親（男性）が、育児休暇取得を意識していることが読み取れた。

抑うつ簡易スクリーニングである2つの質問において、「この1か月間、気分が沈んだり、憂うつな気持ちになったりすることがよくありましたか。」には「はい」44%・「いいえ」56%、「この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあった。」には「はい」44%・「いいえ」56%の結果であった。この結果については、コロナ禍の状況が大きく関連しているとも推測され、要因の特定は困難である。しかしながら、現時点で、40%を超える参加者がここ1か月間で、抑うつ的な気分を感じていることが分かった。今後の懸案事項として、昨今の父親の精神的な状況が家庭へ与える影響を探り、父親はもとより、家族のメンタルヘルスの悪化を予防していく施策についての検討が必要と考えられる。

#### E. 結論

本研究班では、父親支援の第一弾として、当事者の実態・ニーズ調査を行い、さらにその気運を高めるべく講演会を開催した。父親として、子育てに積極的に関わろうとする意見が多く、育児休暇取得への意識も高かった。一方、35%が家族と過ごす時間があまり取れていないと回答しており、父親自身の子育て意欲と実際の生活にズレが生じている可能性が示唆された。こうした状況からくるジレンマは、昨今の社会的な情勢と相まって、精神的なストレスを大きくしていることも考えられる。そのためにも、

仕事・家庭・個人的な状況の包括的な把握を進め、実態に即した支援体制の構築が必須であると考え。また、本結果は、父親支援の講演に関心のある参加者に対して行われたものである。従って、男性全体とした母集団の結果とは言い難い。また、男性支援に係る意識の世代差も考察できていない。これらは今後の課題であるといえよう。

#### **F. 研究発表**

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

#### **G. 知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）**

1. 特許取得 なし
2. 実用新案登録 なし
3. その他 なし



資料①

このアンケートの結果は、匿名化した上で、国立成育医療研究センターとともに親子保健政策に活用させていただきたいと考えています。またご回答いただいた個人情報は他の目的で使用することはせず、適切に管理させていただきます。

親子保健政策へのご協力に同意する はい・いいえ

以下の質問にお答えください。

年齢 歳 性別 男・女・その他 育児経験について 育児前・育児中・育児後・その他  
育児経験のある方 子どもの数 1人・2人・3人・それ以上

親になって何年ですか？ 1年未満・1年・2年・3年・4年・5年・それ以上

職業 会社員・公務員・自営業・フリーランス・学生・パート/アルバイト・無職・その他

- ◆ 現在、家族で過ごす時間は十分あると感じていますか？  
十分取れている・取れている・あまり取れていない・まったく取れていない
- ◆ 自分は親に向いていると思いますか？  
向いている・わりと向いている・あまり向いていない・向いていない
- ◆ 子育てで大変な時、家族以外の人に相談しようと思いますか？  
よく思う・思う・あまり思わない・思わない
- ◆ 育児に対する夫婦間のズレは、コミュニケーションで解消できると思いますか？  
とても思う・そう思う・まあまあ思う・思わない
- ◆ 市の子育て支援サービス（相談事業や一時保育など）を利用してみたいと思いますか？  
とても思う・思う・あまり思わない・思わない

アンケートへのご協力、ありがとうございました。

多摩市役所・国立成育医療研究センター

資料②

## 良いパパって何？ ～頑張りすぎず、自分と家族を大切に～アンケート

本日は「良いパパって何？～頑張りすぎず、自分と家族を大切に～」にご参加いただき、どうもありがとうございました。アンケートへのご回答をお願いいたします。なおこのアンケートは匿名化した上で、今後の多摩市の親子サービスに活用させていただきます。また、国立成育医療研究センターなどの研究機関の父親支援の研究に活用させていただくことがあります。その際に、個人情報は厳守させていただきます。

アンケートへのご協力に同意する はい・いいえ

1. 「良いパパ」からイメージするパパはどれですか？（以下の選択肢から複数選択可）

週末は子どもと過ごすパパ・仕事で成果を出すパパ・妻を大切にしているパパ・父としての威厳を保つパパ  
育児制度を取得するパパ・家事もするパパ・稼ぎのいいパパ・自分の趣味のあるパパ・  
ストレスを家庭に持ち込まないパパ

その他の「良いパパ」のイメージがあればお書きください。

2. 家庭環境やプライベートにおけるストレスをご選択ください（以下の選択肢から複数選択可）。

子どもの学業や進学・子どもの発達・子どもとの関わり方・夫婦関係・自由時間がない・家事の分担・  
家族の病気や介護・自分の病気・家計や将来設計・父親としての責務・特になし

3. 最近の気分についておねします。

この1カ月間、気分が沈んだり、憂うつな気持ちになったりすることがよくありましたか。

はい ・ いいえ

この1カ月間、どうも物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか。

はい ・ いいえ

4. 日頃のストレスを何で発散していますか？（以下の選択肢から複数選択可）

眠る・運動・ゲーム・料理・子どもと遊ぶ（話す）・夫婦での会話・読書・映画・インターネット・  
仕事・友人との会話（SNS含む）・お酒・たばこ・その他（ ）・  
発散できていない

5. 父親の子育て参加が推進されている現在、父親は家事・子育てに負担を感じていると思いますか？

負担は感じていない・少し負担を感じている・負担を感じている・大きな負担を感じている

5. で「負担を感じている」「大きな負担を感じている」と回答した方は、理由をお書きください。

6. 自分は親に向いていると思いますか？

向いている・わりと向いている・あまり向いていない・向いていない

7. 育児休暇を取得した経験、あるいは取得を考えたことはありますか？ はい ・ いいえ

8. 子育てで大変な時、家族以外の人に相談しようと思いますか？

よく思う・思う・あまり思わない・思わない

9. 市の子育て支援サービスを利用したことはありますか？ ある ・ ない

9. で「ある」と回答された方におたずねします。利用している（いた）のはどのようなサービスですか？

10. 市の子育て支援サービス（相談事業や一時保育など）を利用してみたいと思いますか？

とても思う・思う・あまり思わない・思わない

10. で「とても思う」「思う」と回答した方におたずねします。

利用してみたいと思うのは、どのようなサービスですか？

11. 本日の講演会に参加して、今後の多摩市の子育て支援サービスであつたら良いと思うことを教えてください。

## 資料③

「質問票」質問数とその内訳

パパ（これからパパを含む）		
自分のこと	9	41%
子どものこと	11	50%
その他	2	9%
計	22	69%
ママ（これからママを含む）とその他の皆さん		
自分のこと	2	20%
子どものこと	6	60%
その他	2	20%
計	10	31%
質問総数	32	

## 資料④

## ① 年齢

年齢	数	割合
10代	0	0%
20代	1	2%
30代	19	44%
40代	20	47%
50代	2	5%
60代	1	2%
70代	0	0%
80代	0	0%
90代以上	0	0%
全体	43	

## ② 性別

性別	数	割合
男	32	74%
女	11	26%
全体	43	

## ③ 子育ての経験

子育て経験	数	割合
子育て前	0	0%
子育て中	38	93%
子育て後	1	2%
その他	2	5%
全体	41	

## ④ 子どもの数

子どもの数	数	割合
1人	17	45%
2人	17	45%
3人	3	8%
それ以上	1	3%
全体	38	

## ⑤ 職業

職業	数	割合
会社員	29	67%
公務員	6	14%
自営業	3	7%
フリーランス	1	2%
学生	0	0%
パート/アルバイト	2	5%
無職	1	2%
その他	1	2%
全体	43	

## ⑥ 親になって何年か

親になって何年	数	割合
1年未満	2	5%
1年	8	21%
2年	5	13%
3年	3	8%
4年	2	5%
5年	2	5%
それ以上	16	42%
全体	38	

- ⑦家族と過ごす時間は十分か ⑧自分は親に向いているか ⑨家族以外に相談しようと思うか

家族と過ごす時間は十分取れているか	数	割合
十分取れている	9	21%
取れている	19	44%
あまり取れていない	15	35%
まったく取れていない	0	0%
全体	43	

自分は親に向いている	数	割合
向いている	3	7%
わりと向いている	24	56%
あまり向いていない	13	30%
向いていない	3	7%
全体	43	

家族以外の人に相談しようと思えますか？	数	割合
よく思う	10	23%
思う	19	44%
あまり思わない	13	30%
思わない	1	2%
全体	43	

- ⑩子育てに関する夫婦間のズレはコミュニケーションで解消できるか ⑪市の子育て支援サービスを利用してみたいか

子育てに関する夫婦間のズレはコミュニケーションで解消できると思うか	数	割合
よく思う	9	21%
思う	22	51%
あまり思わない	11	26%
思わない	1	2%
全体	43	

市の子育て支援サービス(相談事業や一時保育など)を利用してみたいと思いますか？	数	割合
とても思う	13	30%
思う	21	49%
あまり思わない	7	16%
思わない	2	5%
全体	43	

事後アンケートの総回答数は、39であった。  
質問内容とその回答は以下である。尚、事後アンケートの結果の円グラフを資料⑥にまとめた。

① 「良い」パパとは

「良いパパ」からイメージするパパ	数	割合
週末は子どもと過ごすパパ	23	20%
仕事で成果を出すパパ	10	9%
妻を大切にするパパ	23	20%
父としての威厳を保つパパ	5	4%
育児制度を取得するパパ	5	4%
家事もするパパ	20	17%
稼ぎのいいパパ	6	5%
自分の趣味のあるパパ	9	8%
ストレスを家庭に持ち込まないパパ	16	14%
全体	117	

②家庭環境やプライベートにおけるストレス

家庭環境やプライベートにおけるストレス	数	割合
子どもの学業や進学	6	6%
子どもの発達	11	12%
子どもとの関わり方	14	15%
夫婦関係	12	13%
自由時間がない	12	13%
家事の分担	11	12%
家族の病気や介護	5	5%
自分の病気	4	4%
家計や将来設計	11	12%
父親としての責務	6	6%
特になし	1	1%
全体	93	

③日頃のストレスの発散方法

日頃のストレスを何で発散しているか	数	割合
眠る	25	23%
運動	15	14%
ゲーム	3	3%
料理	2	2%
子どもと遊ぶ(話す)	9	8%
夫婦での会話	10	9%
読書	8	7%
映画	5	5%
インターネット	11	10%
仕事	4	4%
友人との会話(SNS)	4	4%
お酒	10	9%
たばこ	0	0%
発散できていない	4	4%
全体	110	

⑤この1か月、気分が沈んだり、憂うつな気持ちによくなった。

この1か月、気分が沈んだり、憂うつな気持ちによくなった	数	割合
はい	16	44%
いいえ	20	56%
全体	36	

⑦自分は親に向いているか

自分は親に向いている	数	割合
向いている	4	11%
わりと向いている	21	58%
あまり向いていない	9	25%
向いていない	2	6%
全体	36	

⑨市の子育て支援サービスの利用経験

市の子育て支援サービスの利用経験	数	割合
ある	12	34%
ない	23	66%
全体	35	

④父親の家事・子育てへの負担

父親は家事・子育てに負担を感じていると思うか	数	割合
負担は感じていない	8	28%
少し負担を感じている	13	45%
負担を感じている	6	21%
大きな負担を感じている	2	7%
全体	29	

⑥この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあった。

この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあった	数	割合
はい	16	44%
いいえ	20	56%
全体	36	

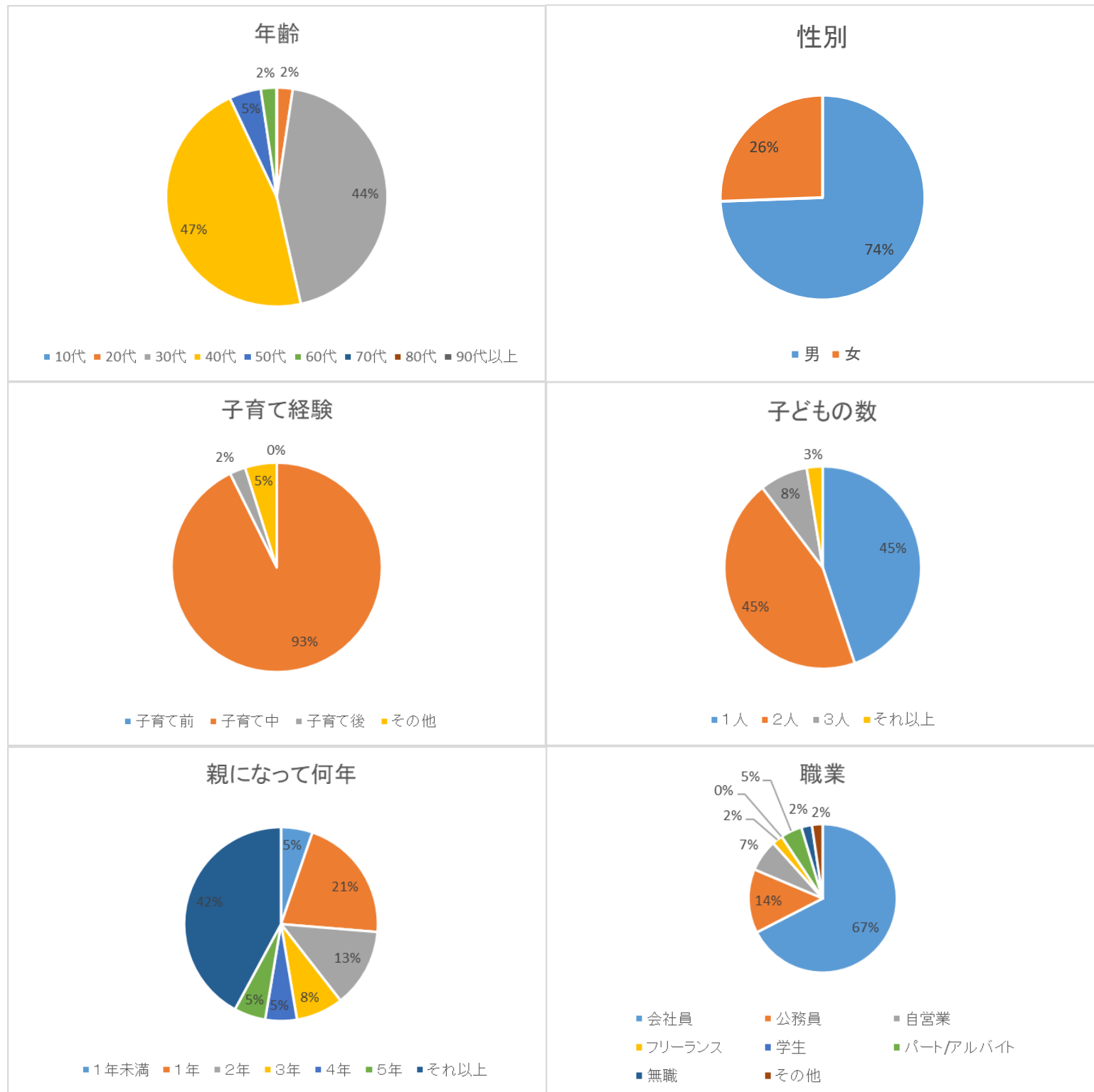
⑧育児休暇の取得経験、取得について考えたこと

育児休暇を取得した経験や、取得を考えたことはあるか	数	割合
はい	18	50%
いいえ	18	50%
全体	36	

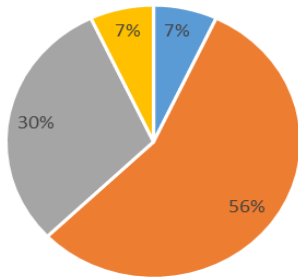
⑩市の子育て支援サービスを利用してみたいか

市の子育て支援サービス(相談事業や一時保育など)を利用してみたいと思うか	数	割合
とても思う	7	20%
思う	19	54%
あまり思わない	9	26%
思わない	0	0%
全体	35	

資料⑤ 事前アンケート

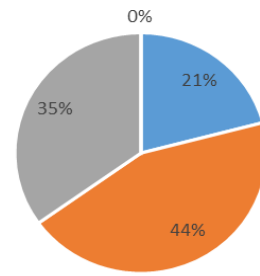


自分は親に向いている



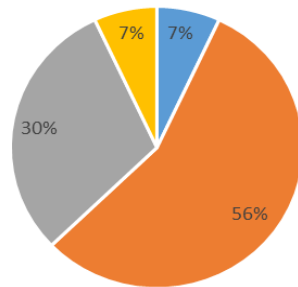
■ 向いている ■ わりと向いている ■ あまり向いていない ■ 向いていない

家族と過ごす時間は十分取れているか



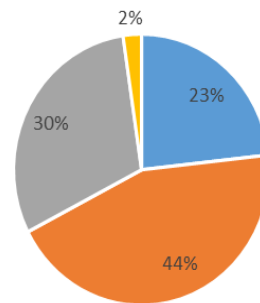
■ 十分取れている ■ 取れている ■ あまり取れていない ■ まったく取れていない

自分は親に向いている



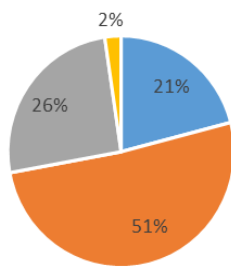
■ 向いている ■ わりと向いている ■ あまり向いていない ■ 向いていない

家族以外の人に相談しようと思うか



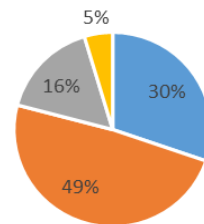
■ よく思う ■ 思う ■ あまり思わない ■ 思わない

子育てに関する夫婦間のズレはコミュニケーションで解消できると思うか



■ よく思う ■ 思う ■ あまり思わない ■ 思わない

市の子育て支援サービス(相談事業や一時保育など)を利用してみたいと思いますか？

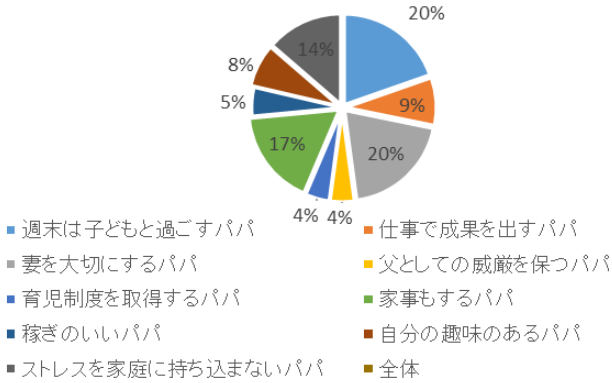


■ とても思う ■ 思う ■ あまり思わない ■ 思わない

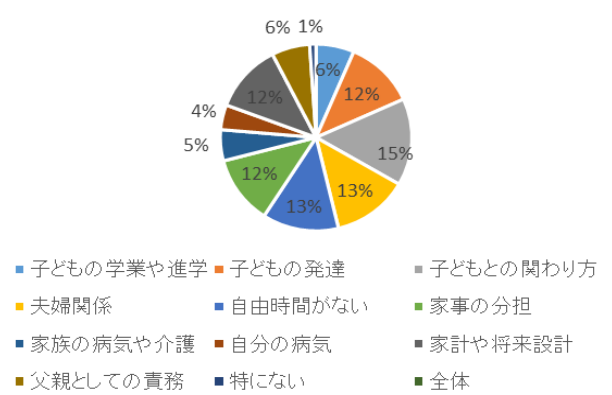


資料⑥ 事後アンケート

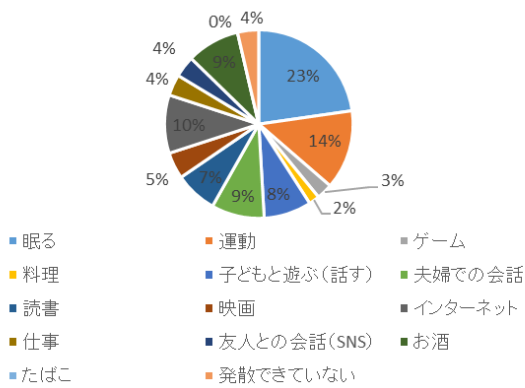
「良いパパ」からイメージするパパ  
(複数回答可)



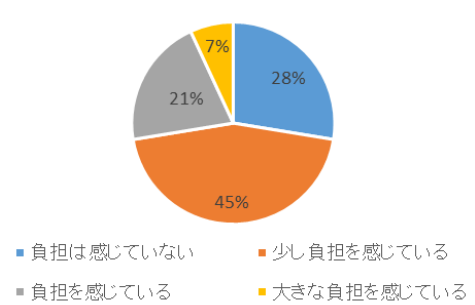
家庭環境やプライベートにおけるストレス  
(複数回答可)



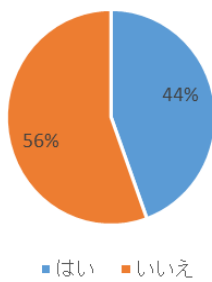
日頃のストレスを何で発散しているか  
(複数回答可)



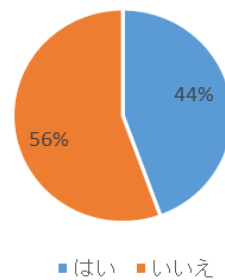
父親は家事・子育てに負担を感じていると思うか



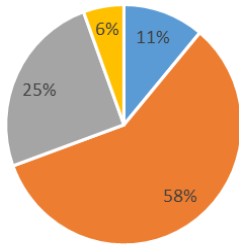
この1か月間、気分が沈んだり、憂うつな気持ちによかった



この1か月、物事に対して興味がわかない、心から楽しめない感じがよくあった

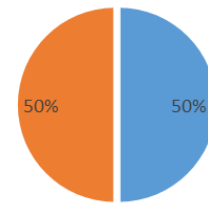


### 自分は親に向いている



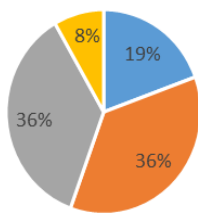
■ 向いている ■ わりと向いている ■ あまり向いていない ■ 向いていない

### 育児休暇を取得した経験や、 取得を考えたことはありますか？



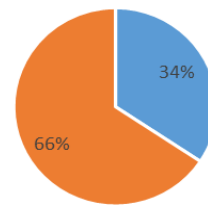
■ はい ■ いいえ

### 家族以外の人に相談しようと思うか



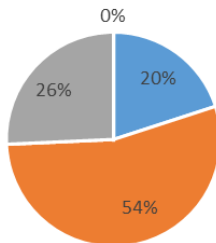
■ よく思う ■ 思う ■ あまり思わない ■ 思わない

### 市の子育て支援サービスを利用した経験



■ ある ■ ない

### 市の子育て支援サービスを利用してみたいと思うか？



■ とても思う ■ 思う ■ あまり思わない ■ 思わない