

令和6年度 こども家庭科学研究費補助金
(成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業)
総括研究報告書

父親の子育て支援推進のためのプログラムの確立に向けた研究

研究代表者 竹原 健二 (国立成育医療研究センター 研究所 政策科学研究部・部長)

研究要旨

背景: 父親の家事・育児への社会的な期待は急速に高まっている。一方で、父親が当たり前に家事・育児をすることに対する支援体制は脆弱である。そこで、本研究班では、父親支援の体制構築やその推進に資することを目指し、大規模データの解析によるエビデンス創出、父親の支援ニーズや子育て支援の利用状況の把握、自治体職員向けの「父親支援マニュアル」の作成・公表を目的とした3つの課題を立て、研究を進めた。

結果: 課題1では父親の悩みやストレス、その関連要因に関する分析や、父親の生活時間の実態把握に関する分析を進めた。課題2では、父親を対象に Web アンケート調査を実施し、父親の育児休業の取得や支援ニーズを明らかにすることができた。課題3では、「父親支援マニュアル」を公表し、SNS やメディアで広く話題になるなど、多くの人に届けることができた。

考察: 課題1と課題2で得られた結果から、父親の育児への悩みやストレス、家事・育児を担うこと、支援につながるもののいずれにおいても、「仕事の状況」が影響している可能性が共通して示唆された。今年度末までに得られた成果や、公表した「父親支援マニュアル」をもとに、自治体など地域における具体的な父親支援の推進を加速させていきたい。

研究担担者

加藤 承彦	(聖路加国際大学大学院 公衆衛生学研究科・准教授)	加茂 沢子	(東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野・大学院生)
小崎 恭弘	(国立大学法人大阪教育大学 健康安全教育学系・教授)	永吉 真子	(名古屋大学大学院医学系研究科・講師)
高木 悦子	(帝京科学大学 医療科学部看護学科・教授)	新村 美知	(国立成育医療研究センター研究所 政策科学研究部・研究補助員)

研究協力者

阿川 勇太	(大阪総合保育大学児童保育学部乳児保育学科・講師)	野村 智実	(国立看護大学校看護学部・講師)
足立 安正	(摂南大学看護学部在宅看護学・公衆衛生看護学領域・講師)	丸山 佳代	(東京科学大学大学院 保健衛生学研究科看護先進科学専攻)
市瀬 雄一	(国立健康危機管理研究機構・上級研究員)	三好 しのぶ	(国立成育医療研究センター研究所 社会医学研究部・研究補助員)
越智 真奈美	(国立成育医療研究センター研究所 政策科学研究部 政策開発研究室・室長)		
帯包 エリカ	(国立成育医療研究センター研究所 社会医学研究部・上級研究員)		

A. 研究目的

わが国では、少子化への対応や男女共同参画社会の実現に向けて、父親の育児参加の重要性が指摘されてきた。しかし、なかなか変化がない中で、2010年の「イクメンブーム」をきっかけに社会的な関心が一気に高まり、2022年からの育児・介護休業法の改正でそれはさらに加速している。父親

が母親と協力して家事・育児をすることが目指されているが、仕事と家庭の両立が難しく、メンタルヘルスの不調に苦しむ父親がいることも指摘されるようになった。日本の父親を対象にしたメタ解析の結果により、産前・産後にメンタルヘルスの不調のリスクが高いと判定される父親は8.2%-13.2%と推計されている。母親には妊娠期から産後・育児期まで切れ目のない支援体制が構築されてきているが、父親にはまだ支援体制がほとんどなく、その構築が急務となっている。

そこで今年度は、それぞれの分担課題として、継続して大規模データの解析をおこない、父親の生活の実態や健康などのリスク要因の探索を進め、父親支援を検討するための基礎的資料となるエビデンスの創出を進めること（課題1）。また、自治体における父親の支援ニーズの探索や子育て支援の利用状況などを把握する（課題2）。そして、自治体における父親支援を推進するために、よりポピュレーションアプローチの視点をもった事業や支援のあり方や、既存の母子保健事業を拡張した父親支援のあり方についてまとめた「父親支援事業の立案・実施マニュアル」の検討をおこなうこと（課題3）を目的とした。

B. 研究方法

課題1：父親の健康や生活実態、育児参加に関する研究

今年度においては、主に、①厚生労働省が実施している国民生活基礎調査の2022年の世帯票および健康票のデータを用いた、乳幼児がいる世帯の父親の悩みやストレスに関する分析、②The Japan COVID-19 and Society Internet Survey (JACSIS) のデータを用いた、妊娠期から乳幼児期の父親の悩みと関連要因の検討、③総務省が実施している社会生活基本調査の2016年と2021年のデータを利用した、父親の生活時間に関する分析、の3つの分析を実施した。

課題2：乳児を持つ父親の育児支援希求に関する調査

2024年12月に全国の乳児を持つ父親を対象に、Webアンケート調査を実施した。調査内容は、育

児休業取得状況、既存の母子保健事業への参加の有無、参加した父親にはさらに参加した後の評価、地域の子育て支援センターなどの地域資源への希求とその理由、必要だと考える支援内容、子どもへの感情、メンタルヘルスなどとした。

課題3：父親支援マニュアル作成に関する研究

これまでの研究班の取り組みを集約する形で父親支援マニュアルの作成・公開をおこなった。これまでの研究班の活動などをもとに、わが国における父親支援の取り組みの現場の理解や、全国の父親支援の取り組みの先駆的、好事例などの収集をおこなった。また、北米における同様のマニュアルの内容を参照しつつ、マニュアルの目的や内容、構成など具体的な章立てをおこなった。

（倫理面への配慮）

本研究で使用した政府統計のデータは統計法に基づく二次利用申請により使用の承諾を得たものである。また、本研究は、課題1は国立成育医療研究センターの倫理審査委員会の承認を得て（2023年10月2日承認、承認番号2023-121）と東京大学医学系研究科倫理委員会（2021年1月29日承認、審査番号2020336NI-(9)）、課題2は帝京科学大学倫理委員会（No.2024-37）の承認を得て実施した。課題3はマニュアルの作成をおこない、個人からのデータの収集などはおこなっていない。

C. 研究結果

課題1：父親の健康や生活実態、育児参加に関する研究

国民生活基礎調査のデータ分析から47%の父親が悩みやストレスを抱え、高年齢や長時間労働などの要因がその背景にあることがうかがわれた。また、悩みやストレスの原因としては自分の仕事や収入・家計にすることが上位であり、悩みやストレスがある者ほどだれにも相談していないことが示唆された。JACSIS データを用いた解析により、父親が悩みやすい時期は子どもの月齢によって変化し、出産後3～6か月、および18か月以降で高くなる傾向がみられた。

JACSIS データの分析からは、多くの父親が悩みやストレスを抱えている状況が明らかになった。また、悩みやストレスと関連する要因として、育児だけでなく、仕事や所得などの社会経済的な要因があることが示された。社会生活基本調査の2016年と2021年データの分析からは、父親の仕事時間が減り、休息の時間が増えている傾向が示された。非正規雇用の父親、予期しない妊娠を経験した家庭において、悩みの報告が多くみられた。複数の子どもを持つ父親や、学歴が高卒以下の父親では、経済的な悩みを持つリスク高い傾向があった。

社会生活基本調査のデータ分析から、父親の平均的な1週間の勤務時間としては40-48時間/週がもっとも多かった。勤務時間としては、2016年と比べて2021年では週49時間以上の長時間労働が58%から47%に減少していた。育児をする父親の割合と時間は、2016年から2021年にかけて勤務日では26%（75分）から30%（75分）、休日・短時間勤務の日では52%（165分）から55%（180分）といずれも微増もしくは横ばいであることが示された。

課題2：乳児を持つ父親の育児支援希求に関する調査

対象者500名のうち、「育児において配偶者以外の支援者がいる」と回答した父親は79.0%であった。母子保健事業に参加した父親は49.2%、職員に勧められる健診以外のフォローアップ事業に参加したい父親は90.4%、父親を対象とした一般的な育児支援を受けたいと回答した父親は84.4%であった。育児で感じる困難や不安として、「ゆっくり休めない」（43.5%）「子どもの成長」（24.8%）「仕事との両立」（23.4%）「子どもの世話」（23.0%）の回答が多かった。また、妻が仕事をしている父親ほど、育児休業の取得やこどもの健診に参加、子育て支援への関心が高まることが示唆された。

課題3：父親支援マニュアル作成に関する研究

「父親支援マニュアル」が完成し、A4版71ページのカラーによる冊子・PDFが2025年1月に国

立成育医療研究センター研究所政策科学研究部のホームページにて公開された。「父親支援マニュアル」は、「第1章 父親支援に必要な基本事項」、「第2章 父親支援プログラムのポイント」、「第3章 事業構築に向けたアプローチ」、「第4章 母子保健・子育て支援事業の見直しとしての研修の実施」、「第5章 具体的な支援策と実践例」の全5章立てとした。

D. 考察

課題1：父親の健康や生活実態、育児参加に関する研究

父親を支援するにあたって仕事や収入といった側面を考慮する必要性が示唆された。社会的には性別役割分業を是正し、男女平等・男女共同参画社会の実現に変化してきている。しかし、父親である男性自身には、自らが一家の大黒柱として家族を養うという意識は依然根強く残っていることがうかがわれた。父親が「働いて家族を養うこと」と「家事・育児に積極的に関わること」の両方を同時にこなそうとする中で、苦悩している可能性があり、そうした点は父親支援をおこなう際のポイントと言えよう。

悩みが多い時期は子どもの月齢により異なり、産後3-6か月ごろが多いという点は、これまでの日本の父親を対象にした産後うつメタ解析の結果と類似の結果であった。また、非正規雇用や若年層、予期しない妊娠など、社会的に脆弱な状況にある父親ほど悩みを抱えやすい傾向が示された。このように大規模データの解析を通じて、徐々にリスクの高い時期や背景要因が特定されつつある。

課題2：乳児を持つ父親の育児支援希求に関する調査

母親に比べて、育児期の公的な支援が乏しい父親ではあるが、半数近くが母子保健事業に参加したり、勧められる事業に参加したいという高い意欲を有することが明らかになった。少し前までは、行政職員は多くの父親が平日日中は出勤しているため、アウトリーチすることが難しいと苦労し

ていたが、そうした時期と比べると、工夫をすれば多くの父親に支援を届けることができる可能性が出てきていることが分かる。2025 年度には育児・介護休業法の段階的な改正が続き、社会的には父親の家事・育児がさらに推進されることになり、より父親支援の体制構築の重要性が高まると考えられる。

課題 3：父親支援マニュアル作成に関する研究

2025 年 1 月にマニュアルを公表したところ、SNS を中心に非常に多くの反響があった。従来は、父親を支援することに対して、“甘え”と捉えたり、父親支援の必要性そのものを否定するような意見も少なくなかったが、今回は「父親の産後うつ」という言葉の用法・定義に関する議論となっていた。そうした反響の影響もあり、公表後わずか 1 か月半程度が経過した 2025 年 3 月 19 日の時点で、「父親支援マニュアル」のダウンロード回数は 2,087 回に達した。主に自治体担当者を対象としたマニュアルであったが、社会的に関心と呼び、多くの人に届けることができた。

E. 結論

父親支援を検討するうえで必要なエビデンスの追加や、父親自身の支援ニーズや支援の利用状況の実地把握をおこなうことができた。課題 1 と課題 2 で得られた結果から、父親の育児への悩みやストレス、家事・育児を担うこと、支援につながるもののいずれにおいても、「仕事の状況」が影響している可能性が共通して示唆された。

また、「父親支援マニュアル」を公表したことで、自治体における父親支援事業の必要性を社会に広めることができた。これらの成果をもとに、来年度の本研究班の最終年度では、自治体における具体的な父親支援の推進を加速させていきたい。

謝辞

課題 2 の調査に回答してくださった対象者の皆様、課題 3 のマニュアル作成の過程において、貴重なご助言をくださった自治体関係者の皆様、マニュアルの製作に携わってくださった皆様な

ど、本研究班の今年度の活動にご協力くださったすべての方々に感謝申し上げます。

F. 研究発表

1. 論文発表

- 1) 三好しのぶ, 越智真奈美, 新村美知, 矢竹暖子, 竹原健二, 加藤承彦. 0 歳の多胎児を養育する父親の健康状態と生活状況: 国民生活基礎調査データを使用して. 日本公衆衛生雑誌. 2025;24-088.
- 2) Nagayoshi M, Kachi Y, Kato T, Ochi M, Ichinose Y, Kondo T, Takehara K. Paternal involvement in childcare and housework and mothers' spanking behavior: The Japanese longitudinal survey of newborns in the 21st century. *Journal of epidemiology*. 2024 Dec 5;34(12):577-86.
- 3) Nagayoshi M, Kachi Y, Kato T, Ochi M, Ichinose Y, Kondo T, Takehara K. Response to the Letter Regarding "Paternal involvement in childcare and housework and mothers' spanking behavior: The Japanese longitudinal survey of newborns in the 21st century". *Journal of Epidemiology*. 2025; 35(5). 252-253.
- 4) Ochi M, Kato T, Kachi Y, Dhungel B, Nagayoshi M, Ichinose Y, Takehara K. Japanese fathers' work-related factors associated with involvement in childcare. *Journal of Occupational Health*. 2024 Jan 4;66(1):uia036.
- 5) 高木悦子, 小崎恭弘, 阿川勇太, 竹原健二. わが国の父親への育児支援状況報告～自治体と企業への調査から父親への支援を考える～. *チャイルドヘルス*. 2024;27(11):67-71.

2. 学会発表

- 1) 帯包エリカ, 加藤承彦, 竹原健二, 西大輔, 田淵貴大. 産後の父親のパートナー間暴力とこどもへの虐待関連行動 第 127 回 日本小児科学会学術集会 (福岡). 2024.
- 2) 高木悦子, 小崎恭弘, 阿川勇太, 足立安正, 丸山佳代, 竹原健二. わが国の父親への育児支援状況の概要 — 全国自治体への縦断調査と企業への調査結果より —. 第 71 回小児保健学学会 (札幌). 2024.

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

