

令和5年度～7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)
分担研究報告書

父親の健康や生活実態、育児参加に関する研究

研究分担者 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）

研究要旨

背景：日本において共働き世帯の増加や核家族化が進む中、育児・家事を母親が主として担うという従来の役割分担は、現代の実態と合わなくなっている。こうした状況を背景に、父親に対して育児へ積極的に関わることへの期待が高まっているが、父親が実際にどの程度育児に関わっているのか、また仕事や家庭生活の中でどのような健康課題やストレスを抱えているのかについては、十分に明らかにされていない。そのため、父親の生活実態や健康状態を把握し、支援のあり方を検討するための基礎的な知見が求められている。本分担班では、厚生労働省の国民生活基礎調査および21世紀出生児縦断調査、総務省の社会生活基本調査、Japan COVID-19 and Society Internet Survey（JACSIS）のデータの二次解析ならびに文献レビューを通じて、父親に関する分析を行った。

結果：3年間で5編の英文原著論文と2編の英文論考・レターが国際学術雑誌に掲載され、1編の和文論文が国内の学術雑誌に掲載された。さらに、4つの研究プロジェクトに着手した。これらの研究から、父親の長時間労働や長い通勤時間は育児参加の少なさと関連し、父親の育児・家事への関わりは子どもの登校しぶりの少なさ、母親の体罰行動の少なさ、母親の就労継続と関連していることが示された。また、父親自身も仕事・経済・育児に関する悩み、睡眠不足、Intimate Partner Violence（IPV）被害、相談しにくさなどのリスクを抱えていることが示された。

考察：父親の育児への関わりは、子どもの発達・行動、母親の養育行動、母親の就労継続と関連する重要な家族支援の要素であることが示された。また、父親自身にも仕事・経済・育児に関する悩み、睡眠不足、IPV被害、相談しにくさなどの健康・生活上の課題がみられた。今後は、リスクを抱える父親、地域差、職場環境、母子保健と産業保健の連携、介入研究・政策評価などに着目しながら、エビデンスに基づいた実効性のある父親支援のあり方を模索していく必要がある。

研究協力者

市瀬 雄一（国立健康危機管理研究機構国際医療協力局グローバルヘルス政策研究センター・上級研究員）

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・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）

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）

永吉 真子（名古屋大学大学院医学系研究科・講師）

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）

野村 智実（国立看護大学校看護学部・講師）

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）

Bibha Dhungel（早稲田大学国際学術院国際教養学部・講師）

A. 研究目的

日本では、少子高齢化に伴う労働力不足などを背景に女性の社会進出が進み、出産後も就労

を継続する母親が増えている。それに伴い共働き世帯は増加している一方、祖父母などから日常的な支援を得やすい三世帯同居世帯は減少しており、子育て世帯を取り巻く家庭内外のサポート環境は大きく変化している。こうした状況の中で、母親は仕事と家事・育児の双方を担う二重の負担を抱えやすくなっており、母親の心身の健康、就労継続、および子どもの養育環境に関わる社会的課題として広く認識されている。これを受けて、父親も家事・育児をより積極的に担うべきであるという社会的要請が高まっている。しかし、父親が実際にどの程度育児や家事に関わっているのか、また仕事との両立の中でどのような健康課題やストレスを抱えているのかについては、十分な知見が蓄積されていない。そこで本分担任では、一連の研究を通じて日本における父親の育児への関わり、生活状況、および健康状態を明らかにし、父親を含めた家族支援のあり方を検討するための基礎資料を得ることを目的とした。

B. 研究方法

厚生労働省の国民生活基礎調査および21世紀出生児縦断調査、総務省の社会生活基本調査、Japan COVID-19 and Society Internet Survey (JACSIS)などの既存データを二次利用し、父親の育児への関わり、生活時間、就労状況、健康状態、家族への影響などを分析した。より具体的には、21世紀出生児縦断調査を用いた分析では、長期フォローアップの利点を活かし、父親の育児への関わり、労働時間、通勤時間、母親の就労継続、子どもの発達・行動との関連を検証した。国民生活基礎調査の世帯票・健康票を用いて未就学児をもつ父親や多胎児の父親を抽出し、心理的ディストレス、睡眠時間、悩みやストレスの原因、相談状況を記述・比較した。総務省の社会生活基本調査では、2016年と2021年の時間データを用い、父親の休息、有償労働、無償労働の変化を検討した。JACSISでは、周産期から産後にかけての父親を対象に、悩み、Intimate Partner Violence (IPV) 被害、心理的苦痛、虐待関連行動との関連を分析した。

さらに、国内外の父親の育児参加に関する文献をスコーピングレビューにより整理し、研究デザイン、測定方法、関連要因、今後の研究課題を検討した。

(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、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実施した(2023年10月2日承認、承認番号2023-121)。

C. 研究結果

本分担任の成果として、3年間で合計5編の英文原著論文と2編の英文論考・レターが国際学術雑誌に掲載され、1編の和文論文が国内の学術雑誌に掲載された。さらに、4つの研究プロジェクトに着手した。

21世紀出生児縦断調査のデータを用いて、下記の4編が国際学術誌に掲載された。

1. 父親の就労関連要因と育児参加の関連 (「F. 研究発表」の4) 参照)

本研究は、父親の労働時間、通勤時間、勤務先規模と、乳幼児期の育児参加との関連を検討した。父親の育児参加は、平日の育児時間、休日の育児時間、育児行動の頻度で評価された。分析の結果、週50時間以上働く父親、通勤時間が長い父親、勤務先規模が大きい父親では、平日の育児時間が短い傾向がみられた。また、週50時間以上の労働や長い通勤時間は、育児行動の頻度が低いこととも関連していた。これらの関連は、母親が就労している世帯と就労していない世帯のいずれでも同様であった。

2. 父親の要因と出産後の母親の就業状況の関連 (「F. 研究発表」の8) 参照)

本研究では、父親の育児参加、雇用形態、労働時間、収入、学歴と、出産後の母親の就業状況との関連を検討した。対象は、出産1年前にフルタイムで就業していた母親で、出産18か月後の就業状況を分析した。結果として、父親

の育児参加が高い場合、母親がフルタイム就業している可能性が高いことが示された。また、父親がパートタイム就業の場合、母親が就業している、またはフルタイム就業している可能性が高いことが示された。一方、父親の週 60 時間以上の労働は、母親が就業している、またはフルタイム就業している可能性の低さと関連していた。父親の年収が高い場合にも、母親の就業およびフルタイム就業の可能性が低い傾向がみられた。父親の学歴と母親の就業状況には有意な関連はみられなかった。

3. 乳幼児期の父親の育児参加の推移と 8 歳時点の子どもの行動との関連（「F. 研究発表」の 7）参照）

本研究は、乳幼児期（生後 6 か月、18 か月、2.5 歳時点）における父親の育児参加の推移と、8 歳時点の子どもの行動との関連を検討した。父親の育児参加は、食事の世話、入浴、寝かしつけ、室内遊び、外出などの育児行動から評価され、低・中・高の 3 群に分類された。分析の結果、父親の育児への関わりが高い群では、低い群と比べて、8 歳時点で「学校に行きたがらない」可能性が低いことが示された。また、テレビ・ゲーム時間が長いこと、身体活動が少ないこと、食習慣に問題があることについても、育児への関わりが中程度または高い群で可能性が低い傾向が示された。一方で、他の子どもとのトラブルについては、明確な関連はみられなかった。

4. 父親の育児・家事参加と母親による子どもへの体罰の関連（「F. 研究発表」の 5）参照）

本研究は、生後 6 か月時点の父親の育児・家事への関わりと、3 歳半時点の母親による子どもを叩く行動との関連を検討した。父親の育児と家事への関わりはそれぞれ頻度に基づいて評価され、母親による叩く行動は「よく叩く」「時々叩く」「まったく叩かない」で評価された。父親の家事への関わりが多いほど、母親が子どもを頻繁に叩く可能性は低い傾向がみられ、社会経済状況等の要因を調整した分析では家事

参加が第 3 四分位の群で有意な関連が示された。父親の育児への関わりについては、全体では明確な関連はみられなかったが、父親の労働時間が週 40～49 時間の群では、育児への関わりが多いほど母親が頻繁に叩く可能性が低い傾向がみられた。

国民生活基礎調査のデータを用いた下記の論文が国内学術誌に掲載された。

5. 0 歳の多胎児を養育する父親の健康状態と生活状況（「F. 研究発表」の 1）参照）

本研究は、0 歳の多胎児を養育する父親の心身の健康状態、生活状況、悩みやストレス、相談状況を、単胎児を養育する父親と比較した。分析では、多胎児の父親 88 人、単胎児の父親 9,275 人が対象となった。多胎児の父親では、睡眠時間が 5 時間未満の割合が 15%で、単胎児の父親の 7%より高かった。また、悩みやストレスの原因として「育児」を挙げる割合が多胎児の父親で高かった。K6 得点 10 点以上の割合は、多胎児の父親 13%、単胎児の父親 9%で、有意差はみられなかった。相談状況では、悩みやストレスがある父親のうち、家族への相談が最も多く、公的機関の相談窓口を利用している割合はいずれの群でも 0～1%と低かった。

JACSIS のデータを用いて、下記の論文が国際学術誌に掲載された。

6. 周産期における父親の IPV 被害と子ども虐待の関連（「F. 研究発表」の 3）参照）

本研究は、出産後 1 年以内の子どもをもつ父親を対象に、周産期の IPV 被害と、家庭内での子どもへの虐待関連行動および父親の心理的ディストレスとの関連を検討した。分析対象は 1,248 人で、13.6%の父親が何らかの IPV 被害を経験していた。IPV 被害は、身体的虐待、心理的虐待、ネグレクト、いずれかの虐待関連行動のすべてと関連していた。調整後の分析では、IPV 被害を受けた父親がいる家庭では、IPV 被害がない家庭に比べて、身体的虐待が約 2.0 倍、

心理的虐待が約 2.1 倍、ネグレクトが約 3.1 倍、いずれかの虐待関連行動が約 2.0 倍みられやすいことが示された。また、IPV 被害は、全体として父親の心理的ディストレスの高さとも関連していた。

その他、国民生活基礎調査、JACSIS、社会生活基本調査を用いた分析を進めた。国民生活基礎調査を用いた研究では、未就学児の父親の 47%が悩みやストレスを抱え、主な原因は「自分の仕事」「収入・家計・借金等」「育児」であり、悩みがある父親の 26%は相談していなかった。JACSIS を用いた研究でも、周産期から産後 2 年以内の父親の 73%が何らかの悩みを抱え、仕事関連の悩みが最も多く、父親の悩みは育児に限らないことが示された。社会生活基本調査を用いた分析では、2016 年から 2021 年にかけて、未就学児をもつ父親の休息時間は勤務日・休日ともに増加し、無償労働時間、特に休日の家事・育児時間も増加していた。スコーピングレビューでは、日本の父親研究は観察研究が中心で、父親の関与は子どもの発達・行動・健康と関連する一方、測定方法や政策評価には課題が残ることが整理された。

D. 考察

今後は、ひとり親の父親、多胎児を養育する父親、長時間労働の父親、メンタルヘルス不調を抱える父親、IPV 被害を経験した父親に加え、子どもに発達特性や慢性疾患などがある父親、外国にルーツを持つ父親、生活リズムが不安定な勤務形態の父親、育児以外のケア責任も抱える父親など、支援ニーズが高い可能性のある集団に着目した研究が求められる。

また、父親支援の利用しやすさや支援資源は自治体や地域によって異なる可能性がある。特に、大都市部と地方部では、自治体の人員、専門職、相談窓口、産後ケアや地域子育て支援サービスなどのリソースが異なると考えられるため、地域差に着目し、地域の実情に応じた支援のあり方を検討する研究も必要である。

さらに、父親の育児参加を促すには、本人の意識だけでなく、職場の理解、残業時間、育児

休業の取得しやすさ、柔軟な働き方、父親学級や地域の支援教室などの環境整備が重要である。そのため、産業保健の視点を取り入れ、職場環境、労働時間、メンタルヘルス、仕事と育児の両立支援を含めて、父親支援のあり方を検討する研究が必要である。

加えて、既存研究は観察研究が中心であるため、介入研究や政策評価を通じて、どの支援が実際に有効かを検証する研究も求められる。

E. 結論

父親の育児への関わりは、子どもの発達・行動、母親の養育行動、母親の就労継続と関連する重要な家族支援の要素であることが示された。また、父親自身にも仕事・経済・育児に関する悩み、睡眠不足、IPV 被害、相談しにくさなどの健康・生活上の課題がみられた。今後は、リスクを抱える父親、地域差、職場環境・産業保健、介入研究・政策評価などに着目し、エビデンスに基づいた実効性のある父親支援を模索していく必要がある。

引用文献

なし

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;72(5):352-8.
- 2) Nagayoshi M, Kachi Y, Kato T, Ochi M, Ichinose Y, Kondo T, et al. Response to the Letter: "Enhancing the Understanding of Paternal Involvement in Childcare and Its Impact on Maternal Disciplinary Practices". J Epidemiol. 2025;35(5):252-3.
- 3) Obikane E, Nishi D, Kato T, Nagayoshi M, Ochi M, Takehara K, et al. Paternal perinatal intimate partner violence victimization and child abuse. Pediatr Res. 2025.
- 4) Ochi M, Kato T, Kachi Y, Dhungel B, Nag

- ayoshi M, Ichinose Y, et al. Japanese fathers' work-related factors associated with involvement in childcare. J Occup Health. 2024;66(1).
- 5) Nagayoshi M, Kachi Y, Kato T, Ochi M, Ichinose Y, Kondo T, et al. Paternal Involvement in Childcare and Housework and Mothers' Spanking Behavior: The Japanese Longitudinal Survey of Newborns in the 21st Century. J Epidemiol. 2024;34(12):577-86.
- 6) Kato T. Paternal involvement in childcare in Japan. Asian Population Studies. 2024 May 3;20(2):121-3.
- 7) Dhungel B, Kato T, Gilmour S, Kachi Y, Ochi M, Nagayoshi M, et al. Trajectories of fathers' childcare involvement and child behavioral outcomes. Pediatr Int. 2023;65(1):e15682.
- 8) Dhungel B, Kachi Y, Kato T, Ochi M, Nagayoshi M, Gilmour S, et al. Association of paternal factors with mothers' employment postchildbirth. J Occup Health. 2023;65(1):e12419.

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被害と子どもへの虐待関連行動. 第127回日本小児科学会学術集会 (2024;福岡) .

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

