

# 初産婦における出産・育児の準備の実態

及川 裕子・宮田 久枝・新道由記子

**Key words** : 初産婦、妊娠期、出産準備

## I. はじめに

近年の核家族の進行は、現在の親たちに乳幼児と接する機会をなくし親になることをリスクとして抱くようになったと言われている。原田は、核家族化の始まりから3世代目にあたる現在の親たちの育児ストレスの背景に、乳幼児の特徴を知らないことが挙げられていると指摘する<sup>1)</sup>。それ以外に、育児ストレスなど現在の育児に関する諸問題の背景として、親になるイメージが乏しいこと、地域の育児力の低下により親の子育て負担が大きくなっていることなどを指摘している<sup>1)</sup>。つまり、親になろうと希望する女性たちは、出産・子育ての知識や技術が伝承されていないことにより、育児ストレスなどの育児に関連する問題を持っていると考える。よりスムーズに育児期を迎えるためには、出産・育児の準備をいかに行っていくかが大切であり、妊娠期のケアは重要であるといえる。

出産準備とは、おもに育児用品の準備をさすことが多いが、順調な妊娠経過・分娩経過をたどるための準備、胎児との愛着形成など母親役割獲得にむけた準備が必要である。そこで、本研究では初産婦は出産・育児の準備として、育児用品など物的な準備、出産にむけた身体面の準備、母親役割など心理面をどのように準備しているのか、準備の実際について明らかにし、妊娠期の支援の在り方を検討することを目的とする。

## II. 研究方法

### 1. 対象および方法

正期産で出産した褥婦を対象とした質問紙調査とする。調査協力を依頼し承諾が得られた出産施設において出産した褥婦に、出産後に質問紙を配布し、病棟内の回収箱にて回収した。

### 2. 調査期間

平成23年10月～平成24年2月

### 3. 調査項目・分析方法

対象者の属性として、年齢と子どもの数、妊娠・出産は順調だったかについて質問した。

出産・育児にむけた準備の一環として育児用品の準備がどのように行われているか、「衣類」「寝具類」「沐浴用品」について、準備の方法（買った・もらった・レンタルから選択）、準備の時期（妊娠5か月以前・妊娠5～8か月・妊娠9～10か月・産後・過去の出産から選択）について質問した。

出産・育児にむけた準備に関する項目として先行研究を参考に研究者間で検討し、「食事の内容を考える」、「間食・甘いものをやめる」、「減塩食」、「できるだけ無農薬野菜を食べる」、「コーヒー・紅茶を控える」、「サプリメントを飲む」、「禁酒」、「禁煙」、「運動」、「呼吸法の練習」、「母乳育児についての勉強」、「出産準備教室の参加」、「胎児に話しかける（胎教）」、「育児について聞く・育児をイメージする」、「節約」の15項目とした。これらの15項目について、妊娠期の取り組みの有無、役立ち感の有無を質問した。また、出産後の親の実感の有無を質問した。

出産・育児にむけた準備に役立つ情報源、妊娠期の体の変化と健康に関する相談相手として、「パートナー」、「実母」、「実父」、「パートナーの母親」、「パートナーの父親」、「兄弟姉妹」、「友人」、「看護師・助産師」、「母親学級」、「マタニティ雑誌・育児書」、「インターネット」とし、役立つ情報源を3つ選択してもらった。また、妊娠中の体の変化や健康面について同じ選択肢でそれぞれの相手に対する相談の有無を質問した。

分析方法は統計ソフト SPSS を用いて、出産育児の準備に関する各項目について、初産婦に焦点を絞り、29歳以下を20歳代群、30～34歳を30代前半群、35歳以上を35歳以上群と3つの年代に分類し、準備状況、取り組み状況について、 $\chi^2$  検定を用いて比較した。また、年代別の体の変化・健康に関する相談相手の差については、ノンパラメトリックのクラスカルウォリスの検定を用いて分析した。

### 4. 倫理的配慮

調査にあたり、書面にて個人が特定されないこと、得られた情報は研究以外に使用しないことなどを説明した。回収が得られた時点で研究協力を同意が得られたものと判断した。

研究者の所属大学の倫理審査にて承認を得て調査を行った。

## Ⅲ. 用語の定義

出産・育児にむけた準備：本研究において出産・育児の準備とは、単なる物品の準備のみならず、親役割獲得など心理社会的側面の準備も含めたものとする。また、育児環境を整えていくことも育児の準備であり、サポートなどの人的環境を整えることも出産・育児の準備とする。

出産・育児に向けた取り組み：出産・育児に向けた準備の一環として、何らかの保健行動を妊娠前よりも積極的に行うこととする。

## IV. 結 果

### 1. 配布回収状況

配布数は325部、回収数は283部（回収率87.1%）であった。双胎分娩等を除く275部を有効回答（有効回答率84.6%）とした。有効回答275名のうち、初産婦142名を分析対象とした。

### 2. 対象者の背景

対象者の年齢は18～46歳で平均31.3（SD 5.3）歳であった（表1）。今回の妊娠出産について順調であったと回答した者は約7割であった。

### 3. 育児用品の準備の実際

ほとんどの妊娠中に準備したと回答していた。準備の方法はほとんどが「購入」「もらう」で

表1 対象者の年齢

	N	%	平均年齢	SD
～29歳	51	35.9	25.7	2.9
30歳～34歳	49	34.5	31.6	1.3
35歳～	42	29.6	37.7	2.5
合計	142	100.0		

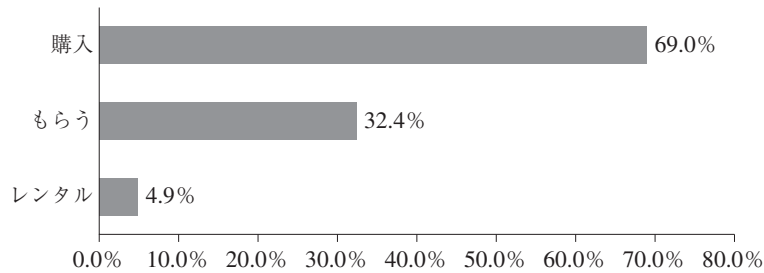


図1 寝具の準備方法

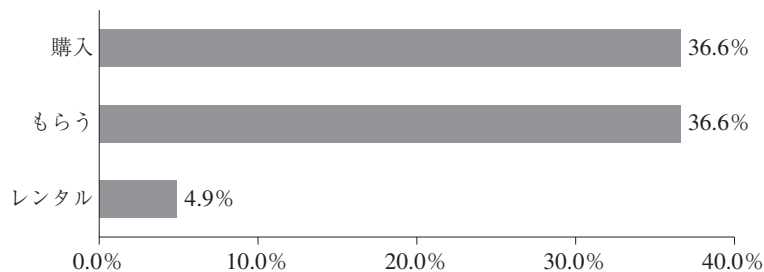


図2 沐浴用品の準備方法

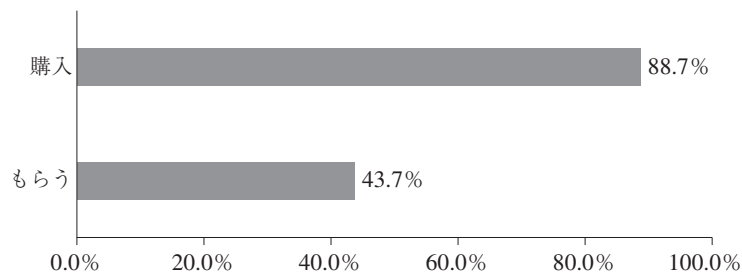


図3 衣類の準備方法

表2 寝具類の準備の時期

	年代			合計
	29歳以下	30～34歳	35歳以上	
妊娠 5か月以前	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%
妊娠 5～8か月	13 25.5%	26 53.1%	18 42.9%	57 40.1%
妊娠 9～10か月	31 60.8%	17 34.7%	23 54.8%	71 50.0%
産後	2 3.9%	2 4.1%	0 .0%	4 2.8%
無回答	5 9.8%	4 8.1%	1 2.4%	9 6.3%
合計	51 100.0%	49 100.0%	42 100.0%	142 100.0%

表3 沐浴用品の準備の時期

	年代			合計
	29歳以下	30～34歳	35歳以上	
妊娠 5か月以前	0 .0%	0 .0%	1 2.4%	1 .7%
妊娠 5～8か月	14 27.5%	21 42.9%	15 35.7%	50 35.2%
妊娠 9～10か月	28 54.9%	19 38.8%	24 57.1%	71 50.0%
産後	3 5.9%	3 6.1%	0 .0%	6 4.2%
無回答	6 11.8%	6 12.1%	2 4.8%	8 5.6%
合計	51 100.0%	49 100.0%	42 100.0%	142 100.0%

表4 衣類の準備の時期

	年代			合計
	29歳以下	30～34歳	35歳以上	
妊娠 5か月以前	0 .0%	1 2.0%	2 4.8%	3 2.1%
妊娠 5～8か月	23 45.1%	34 69.4%	21 50.0%	78 54.9%
妊娠 9～10か月	25 49.0%	13 26.5%	17 40.5%	55 38.7%
産後	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%
無回答	3 5.9%	1 2.0%	2 4.8%	6 4.1%
合計	51 100.0%	49 100.0%	42 100.0%	142 100.0%

あり、レンタルと回答した者は沐浴用品と寝具類のみで、いずれも7名（4.9%）であった（表2.3.4）。

準備の時期は、寝具と沐浴用品は妊娠9～10か月に準備したものが最も多く、衣類は妊娠5～8か月に準備したものが多かった（表2.3.4）。各年代における準備の時期について差をみると、衣類の準備の時期にのみ有意差がみられ（ $P<0.05$ ）、年代が低くなるほど準備の時期が遅くなっていた。

#### 4. 妊娠期の出産・育児にむけた準備の取り組み率

15項目の取り組みについて、全体の平均取り組み数は9.9項目であった。年代別にみると、取組状況が最も多かったのは、30歳～34歳の中間群の3～14項目で平均10.2項目、次いで35歳以上の高年齢群の5～14項目で平均10.19項目、29歳以下の若年群は2～14項目で平均9.5項目

表5 年代別 出産・育児準備へのとりくみ状況

		食事の内容 を考える	間食・ 甘いものを やめる	減塩食	できるだけ 無農薬野菜 を食べる	コーヒー・ 紅茶を 控える	サプリメント を飲む	禁酒	禁煙
年代	～29歳	42 82.4%	19 37.3%	24 47.1%	8 15.7%	40 78.4%	31 60.8%	45 88.2%	41 80.4%
	30～34歳	42 85.7%	21 42.9%	32 65.3%	9 18.4%	42 85.7%	35 71.4%	43 87.8%	30 61.2%
	35歳～	36 85.7%	19 45.2%	26 61.9%	12 28.6%	40 95.2%	31 73.8%	38 90.5%	28 66.7%
合計		120 84.5%	59 41.5%	82 57.7%	29 20.4%	122 85.9%	97 68.3%	126 88.7%	99 69.7%

		運動	呼吸法 の練習	母乳育児 についての 勉強	出産準備教 室の参加	胎児に 話しかける	育児を イメージ する	節約
年代	～29歳	34 66.7%	24 47.1%	30 58.8%	38 74.5%	42 82.4%	41 80.4%	30 58.8%
	30～34歳	38 77.6%	26 53.1%	33 67.3%	39 79.6%	45 91.8%	43 87.8%	22 44.9%
	35歳～	30 71.4%	18 42.9%	26 61.9%	35 83.3%	36 85.7%	35 83.3%	18 42.9%
合計		102 71.8%	68 47.9%	89 62.7%	112 78.9%	123 86.6%	119 83.8%	70 49.3%

であった。取り組みについて役に立ったかと思うかの設問に対し、いずれの項目も取り組んだと回答した褥婦の8割以上が役に立ったと回答していた。

全体の項目の中で最も取り組み率が高かった項目は「禁酒」で9割近い妊婦が取り組んでいた。8割の妊婦が取り組んでいた項目は、「禁酒」「胎児に話しかける」「コーヒー紅茶を控える」「食事の内容を考える」「育児をイメージする」であった。

年代が高くなるほど取組率が高くなる項目は、「間食を控える」「無農薬の野菜を食べる」「コーヒー紅茶を控える」「サプリメントを飲む」「出産準備教室に参加する」であった。年代が低いほど取組率が高くなる項目は、「節約」であった(表5)。

取組状況の差について、29歳以下の群と35歳以上の群を比較した結果、「コーヒー紅茶を控える」に有意差がみられた(P<0.05)。

### 5. 親の実感の有無

親の実感の有無については、「ある」と回答した者は123名(86.6%)、「ない」と回答した者は17名(12.0%)であった(表6)。

表6 年代別親の実感の有無

		親の実感			合計
		ある	ない	無回答	
年代	～29歳	46 90.2%	4 7.8%	1 2.0%	51 100.0%
	30～34歳	41 83.7%	7 14.3%	1 2.0%	49 100.0%
	35歳～	36 85.7%	6 14.3%	0 .0%	42 100.0%
合計		123 86.6%	17 12.0%	2 1.4%	142 100.0%

表7 出産・育児の準備に役立った情報源

一番役立った情報源		友人	マタニティ 雑誌・育児書	兄弟姉妹	看護師・ 助産師	実母	インターネット
年代	～29歳	5 9.8%	10 19.6%	5 9.8%	10 19.6%	8 15.7%	7 13.7%
	30～34歳	12 24.5%	9 18.4%	7 14.3%	7 14.3%	4 8.2%	4 8.2%
	35歳～	15 35.7%	7 16.7%	8 19.0%	3 7.1%	1 2.4%	2 4.8%
合計		32 22.5%	26 18.3%	20 14.1%	20 14.1%	13 9.2%	13 9.2%

二番目に 役立った情報源		実母	インターネット	マタニティ 雑誌・育児書	友人	母親学級
年代	～29歳	14 27.5%	5 9.8%	12 23.5%	9 17.6%	2 3.9%
	30～34歳	8 16.3%	12 24.5%	9 18.4%	6 12.2%	4 8.2%
	35歳～	5 11.9%	10 23.8%	5 11.9%	3 7.1%	8 19.0%
合計		27 19.0%	27 19.0%	26 18.3%	18 12.7%	14 9.9%

三番目に 役立った情報源		実母	マタニティ 雑誌・育児書	インターネット	友人	看護師・ 助産師	母親学級
年代	～29歳	11 7.7%	6 4.2%	7 4.9%	8 5.6%	4 2.8%	5 3.5%
	30～34歳	6 4.2%	6 4.2%	6 4.2%	8 5.6%	6 4.2%	5 3.5%
	35歳～	10 7.0%	10 7.0%	9 6.3%	4 2.8%	2 1.4%	1 .7%
合計		27 19.0%	22 15.5%	22 15.5%	20 14.1%	12 8.5%	11 7.7%

## 6. 出産・育児にむけた準備に役立った情報源

「実母」「インターネット」など11項目の中から役立った情報源の選択肢の中から3つ選択してもらったところ、1番役立った情報源としてあげられたものは、「友人」22.5%（32名）、ついで「マタニティ雑誌・育児書」18.3%（26名）、「兄弟姉妹」「看護師・助産師」14.1%（20名）であった。2番目に役立った情報源としては、「実母」「インターネット」19.0%（27名）、「マタニティ雑誌・育児書」18.3%（26名）、「友人」12.7%（18名）であった。3番目に役立った情報源としてあげられたのは、「実母」19.0%（27名）、「マタニティ雑誌・育児書」「インターネット」15.5%（22名）、「友人」14.1%（20名）であった（表7）。

## 7. 妊娠期の体の変化・健康に関する相談相手

相談相手の人数は、1～9人で平均3.7人であった。年代別にみると、29歳以下群は1～8名で

表 8 年代別 体の変化等に関する相談相手

		パートナー	実母	実父	義理母	義理父	兄弟姉妹
年代	～29 歳	12 23.5%	44 86.3%	0 .0%	12 23.5%	1 2.0%	9 17.6%
	30～34 歳	18 36.7%	31 63.3%	0 .0%	6 12.2%	0 .0%	12 24.5%
	35 歳～	9 21.4%	23 54.8%	0 .0%	2 4.8%	0 .0%	12 28.6%
合計		39 27.5%	98 69.0%	0 .0%	20 14.1%	1 .7%	33 23.2%

		友人	看護師・助産師	母親学級	マタニティ雑誌・育児書	インターネット
年代	～29 歳	19 37.3%	20 39.2%	4 7.8%	25 49.0%	28 54.9%
	30～34 歳	34 69.4%	22 44.9%	13 26.5%	31 63.3%	27 55.1%
	35 歳～	26 61.9%	20 47.6%	14 33.3%	22 52.4%	26 61.9%
合計		79 55.6%	62 43.7%	31 21.8%	78 54.9%	81 57.0%

平均 3.4 名、30 代前半群は 1～9 名で平均 4.0 名、35 歳以上群は 1～7 名で平均 3.7 人となっており、30 代前半群が相談相手を多数持っていた。

妊娠中の体の変化や健康に関する相談相手は、「実母」が最も多く 69.0%（98 名）の妊婦が挙げていた。半数以上の妊婦が相談相手として挙げているものは「インターネット」57.0%（81 名）、「友人」55.6%（79 名）、「マタニティ雑誌・育児書」54.9%（76 名）であった（表 8）。

年代が高くなるほど相談相手として挙げられているものは、「兄弟姉妹」「看護師・助産師」「母親学級」「インターネット」であり、年代が低くなるほど相談相手と挙げられているものは、「実母」「義母」であった。年代別の差をみると、「実母」「義理母」「友人」「母親学級」に有意差がみられた（ $P<0.05$ ）。

## V. 考 察

出産・育児の準備について、物的準備、身体的準備、心理的準備の 3 側面から年代による傾向を分析した。

まず、物的準備については、寝具、衣類、沐浴用品と 3 種類の育児用品に限定し分析したところ、出産前に準備していた妊婦がほとんどであり、適切な準備行動ができていたものとする。年代別の特徴では、衣類の準備時期に年代の差がみられ、20 歳代の若年群の準備が遅い傾向がみられた。これは、出産・育児に向けた取り組み内容の「節約」に取り組む率が同群に多かったことが関連しているのではないかと考える。日本社会の経済状況の悪化から若い年代の年収が下

がっており、そのため、比較的使用期間の短い新生児の衣類の準備の優先順位が下がり、購入時期の遅れにつながっているのではないかと推測する。

身体的準備にあたる出産・育児に向けた取り組みについては、年代の傾向が見られたものに、「できるだけ無農薬野菜を食べる」「サプリメントを飲む」というお金のかかる項目が挙げられ、この2項目は35歳以上の高年齢層が多く取り組んでいた。高年齢層に比較的经济的余裕があることが推測される結果となった。有意差があった項目は「コーヒー・紅茶を控える」の1項目で、高年齢層が多く取り組んでいた。有意差はないものの「禁酒」、「間食・甘いものをやめる」の2項目も年齢が上がるほど取り組む率は高くなっていった。取り組み数は、中間群と高年齢群はほぼ同じく10.2項目と多く取り組んでおり、高齢であることの不安や危機感の現れであると考えられる。高齢妊娠のリスクについては、マスコミでも多く取り上げられ、該当する年代の妊婦が不安や危機感をもつ原因にもなり、このような準備行動への取り組みにつながっているのではないかと考える。今回の妊娠経過について7割が順調だったと回答しており、出産・育児の準備としてさまざまな保健行動に取り組んだことが、その成果としてリスクの回避につながっているのではないだろうか。一方、29歳以下の若年群の取り組み状況が、全般的に低い傾向にあり、体力や健康への自信、親になることへの計画性の希薄さなどが背景にあるのではないかと推測する。

母親役割獲得にむけた心理的準備として、「胎児に話しかける」「育児をイメージする」の2項目を挙げた。いずれの年代も80%以上の妊婦が取り組んだと回答しており、母子関係の形成につながっているのではないかと考える。

日本における初産平均年齢は年々上昇し、1975年には25.7歳であったのが、2005年には29.1歳となり、2011年には30.1歳となった<sup>2)</sup>。今回、出産育児の準備として様々な項目に最も取り組んでいた年代は30～34歳であり、初産平均年齢と一致する。相談相手の数も多く、身近に子育て中の友人などのネットワークを持ち情報が得やすいことや、妊婦自身の関心も高く、取り組み率に反映しているのではないかと推測する。

産褥早期にも関わらず、親の実感については、9割弱の褥婦が「ある」と回答していた。出産・育児にむけた取り組みについて、一人約10項目に取り組んでおり、さまざまな項目に積極的に取り組んでいたことが背景にあるのではないかと考える。眞鍋によると、母親の妊娠出産に対する感情と保健行動との関連について、妊娠や出産に対して有能感を持つことが保健行動の実践につながる<sup>3)</sup>と述べており、取り組み率が高いことが親の実感につながっているのではないかと推測する。

次に妊婦の持つネットワークについて述べる。年代別の情報源の傾向では、若年群ほど情報源として活用していたものは「実母」「マタニティ雑誌・育児書」であった。高年齢群ほど活用していたものは、「友人」「兄弟姉妹」であった。「看護師・助産師」については、全般的に活用状況は良くないものの、若年群のほうが活用している傾向にあった。育児期の母親の情報収集に関する現状調査では、情報により戸惑ったり困ったりした経験を持つ母親は54.3%であり<sup>4)</sup>、複数



の情報源から得た情報をどのように活用したのかについて、今後調査分析が必要であると考えられる。また、出産・育児の準備にあたり、役立った情報源として「看護師・助産師」を挙げた母親の割合は高くなく、専門職としての情報源の在り方について、今後検討していく必要があるのではないかと考える。

妊婦の相談相手は、「実母」が最も多くなっていた。出産子育ての経験者として最も身近な存在であり、頼りにされている姿が浮き彫りになった。年代別の特徴をみると、「実母」、「義理母」への相談は若年群の妊婦が多くなっており、「看護師・助産師」、「母親学級」、「インターネット」については、高年齢群の妊婦のほうがより多く相談相手として挙げていた。前述のように、高齢妊娠の場合はリスクが高く、妊娠期のヘルスプロモーションにも関心が高いため、より専門的な知識を求めていることが推測される。また、高年齢群の場合、実母も高齢化しているなど相談相手としては機能していない可能性が考えられる。野原らによると、夫・親・同胞などの親族によるサポートが良好な場合、妊産婦の育児意識、育児行動、健康状態、QOLも良好となる<sup>5)</sup>ことが報告されている。本研究では高年齢層の親族によるサポートの実際については調査していないが、実母による手厚いサポートがあまり期待できない状況の場合、QOLに影響することも考慮し、支援していくことも必要であると考えられる。

年代別の相談相手を比較した場合、若年群は「実母」、「義理母」に相談する傾向が強く、「友人」、「母親学級」を相談相手とする傾向が低くなっていた。身近な存在だけではなく、今後ネットワークが拡大していけるような支援が必要であると考えられる。また、若年群は「母親学級」だけでなく「マタニティ雑誌・育児書」や「インターネット」を活用している割合も低いため、知識の獲得という点でも支援が必要ではないかと考える。

これらのことから、年代による情報源、相談相手の選択に傾向があることを見出すことができた。妊娠期の支援に当たり、年代別の介入方法を検討していく必要があることが明らかになった。とくに、29歳以下の妊婦に対しては、専門家の支援が得やすい環境や情報提供を行い、実母、義理母のみに偏ることのないようにかかわっていくことが必要である。

## VI. ま と め

本研究の結果、妊婦の年代によって出産・育児にむけた取り組み状況や情報源・相談相手に違いがあるため、今後は年齢を意識した母親学級の運営や内容の検討など、年齢別の保健指導を工夫していく必要性があることが明らかになった。今後は、さらに具体的な妊娠期の支援について検討していく必要がある。

### 謝辞

本研究に対し、出産後にも関わらず、アンケートにご協力いただきました褥婦の皆様へ感謝いたします。

引用・参考文献

- 1) 原田正文、2006、子育ての変貌と次世代育成支援－兵庫レポートに見る子育て現場と子ども虐待予防－名古屋大学出版会。
- 2) 2011年人口動態調査：厚生労働省。
- 3) 眞鍋えみ子、1999、妊婦における保健行動確立に関する考察 保健行動形式情報・妊娠中の不安要因からの影響について、日本助産学会誌 12(3)、148-151。
- 4) 齊藤幸子ほか、1989、児情報に関する研究（第1報）母親の情報収集に関する現状調査、日本総合愛育研究所紀要第26号、117-124。
- 5) 野原真理、宮城重二、2009、妊産婦のQOLと親族サポートとの関連性、日本公衛誌、56(12)、849-861。
- 6) 寺嶋智穂ほか、2012、出産・育児の準備の実態第1報－初経産の違いに焦点をあてて－兵庫県母性衛生学会誌 21（掲載予定）
- 7) 及川裕子ほか、2012、出産・育児の準備の実態第2報－妊娠期の取組について－兵庫県母性衛生学会誌 21（掲載予定）
- 8) 片渕綾他、2004、現代の妊婦の生活・環境と母親役割取得の関係、母性看護（35）、78-80。
- 9) 萩原結花、2007、妊娠期における出産に向けての準備行動と妊婦が受けた援助、山梨県母性衛生学会誌 6、22-28。
- 10) 田中満由美他、2003、乳幼児を抱える専業主婦の疲労度に関する研究－ストレス・育児行動・ソーシャルサポートに焦点をあてて－、母性衛生 44(2)、281-288。

---

〔おいかわ ゆうこ 母性看護学・助産学〕

〔みやた ひさえ 母性看護学・助産学〕

〔しんどう ゆきこ 母性看護学・助産学〕