

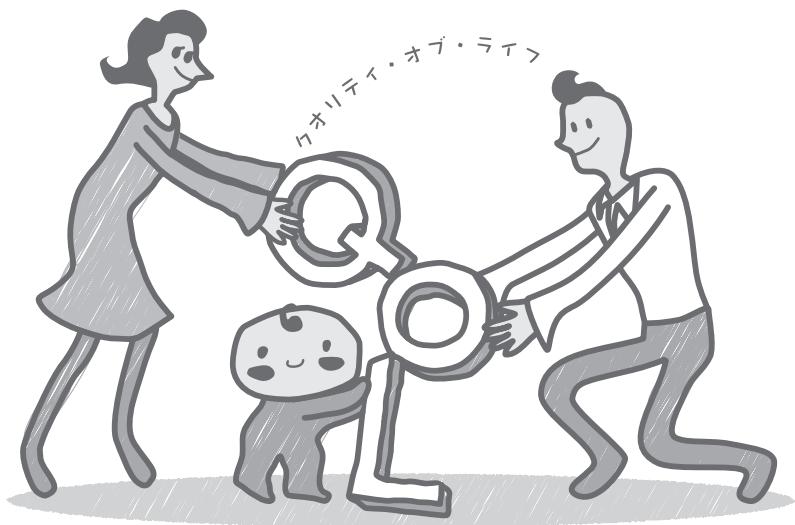
第6章

妊娠期・育児期のQOL

菅原ますみ

高岡 純子

持田 聖子



夫婦のQOLの比較

この節では、生活の質への満足度をあらわすクオリティ・オブ・ライフが、妊娠期・育児期の妻・夫でどのように違い、どのような特徴があるかを見る。

本調査では、回答者の生活の良質さや健康さを評価する指標として、国際連合世界保健機関（WHO）が定義する「健康」（身体的、精神的、社会的に良好な状態であること）の概念に沿って作成された、『WHO QOL26』を取り入れている^{*1}。人生における大きなライフイベントである、はじめての妊娠、出産、育児を経験する中で、回答者が、自分自身の生活にどのくらい満足しているか、また、子どもの年齢別にみたときに、満足度はどのように違っているかを、この指標を使って明らかにしていく。

『WHO QOL26』は、26の項目からなり、全般的な生活の質について問う項目と、身体的領域、心理的領域、社会的領域、環境領域の4領域について問う項目に分かれている。回答者は、それぞれの項目について、5段階の選択肢からもっとも自分の状況に近いものを選ぶ。たとえば、身体的領域に関する項目「睡眠は満足のいくものですか」について、「非常に満足」から「まったく不満」までの選択肢が用意されており、そこからもっともふさわしいものを1つ選ぶ。

図6-1-1は、妊娠期、子どもが0歳、1歳、2歳の妻・夫それぞれについてのQOL指数（以下、QOL）をみたものである。QOLは、26項目の回答結果を得点化して算出するものであり、図の数値は、妻・夫それぞれのQOLについて、妊娠期と子どもの年齢別に平均値を出したものである。このQOLを妻

と夫とで比較すると、値は一貫して夫よりも妻のほうが高く、特に2歳児の子を持つ妻と夫で差が認められた（妻3.40>夫3.29）。

また、QOLを比較してみると、妻・夫とともに、妊娠期のほうが育児期よりもQOLが高い。育児期の妻は、0歳、1歳、2歳でQOLに大きな変化はみられない。一方、夫は、子どもの年齢が上がるにつれて、QOLが徐々に下がる傾向にある。

本調査の結果を『WHO QOL26』の一般人口における平均値と比較すると、どうだろうか^{*2}。一般人口では、QOLは、20～29歳では女性3.33、男性3.20、30～39歳では女性3.28、男性3.17であった。本調査の結果と比較してみると、妻・夫ともにQOLは一般人口の値より高かった。妊娠生活や、はじめての子どもの育児は大変であり、第2章で前述したように、子育てのストレスやさまざまな悩みも抱えている。しかし、同時に育児に対して充実感を感じており、一般人口における調査よりも、妊娠期・育児期の妻・夫のQOLが高いものとなっている可能性がある。

次に、『WHO QOL26』の4領域（身体的領域、心理的領域、社会的領域、環境領域）ごとに妊娠期・育児期の妻・夫のQOLを領域平均値でみてみたい。なお、領域平均値は、4つの領域ごとの回答結果を得点化し、妻・夫それぞれについて、妊娠期と子どもの年齢別に平均値を出したものである。

「毎日の生活をどのくらい楽しく過ごしてい

* 1) 『WHO QOL26』質問項目は、出版元、株式会社金子書房の許可を得て使用している。

* 2) 石崎裕香・中根允文・田崎美弥子：日本におけるWHO QOL26の一般人口における特徴。

中根允文（編）「精神疾患とQOL」、277-291、（メディカル・サイエンス・インターナショナル、2002）。

ますか」「自分自身に満足していますか」などの生活充実感や自己評価に関する心理的領域の項目については(図6-1-2)、妊娠期、育児期で一貫して夫のほうが妻よりも値が高く、特に0歳(夫3.50>妻3.44)、1歳(夫3.46>妻3.37)では差が認められた。

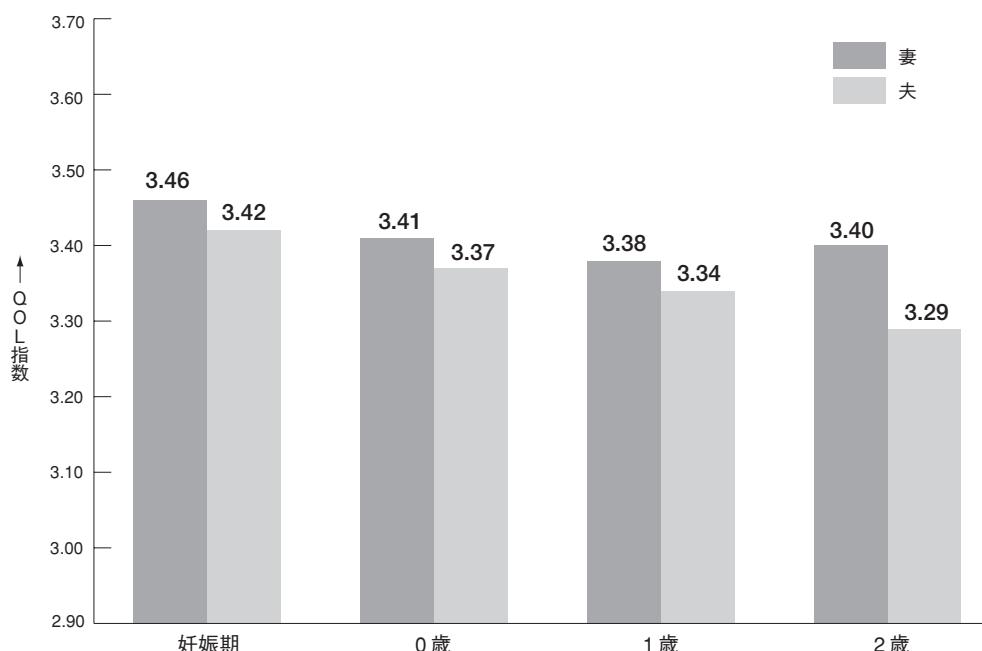
半面、「人間関係に満足していますか」「友人たちの支えに満足していますか」など対人関係に関する社会的領域の項目については(図6-1-3)、妊娠期、育児期で一貫して妻のほうが夫よりも値が高く、妊娠期(妻3.49>夫3.27)、0歳(妻3.37>夫3.20)、1歳(妻3.32>夫3.13)、2歳(妻3.33>夫3.12)のすべてにおいて、差が認められた。

「体の痛みや不快感のせいで、しなければならないことがどのくらい制限されています

か」「睡眠は満足のいくものですか」などの身体的領域に関する項目については(図6-1-4)、育児期の0歳(妻3.59>夫3.57)、1歳(妻3.61>夫3.56)、2歳(妻3.63>夫3.51)は、妻のほうが夫よりも領域平均値が高いが、妊娠期は妻のほうが夫よりも低い(妻3.48<夫3.60)。妊娠は病気ではないが、妊娠していないときと比べると身体的負担も大きいため、夫や、育児期妻の値と大きな差がみられるのではないか。

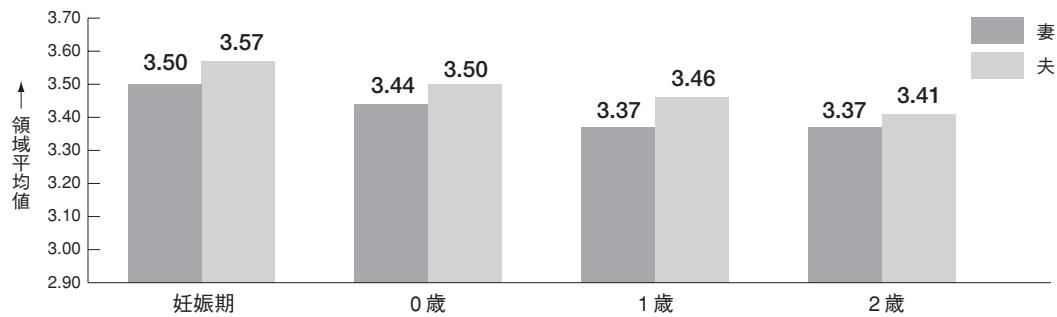
「毎日の生活はどのくらい安全ですか」「家と家のまわりの環境に満足していますか」などの環境領域に関する項目については(図6-1-5)、一貫して妻のほうが夫よりも値が高く、特に妊娠期(妻3.38>夫3.24)と2歳(妻3.26>夫3.12)に差がみられた。

図6-1-1 QOL指数



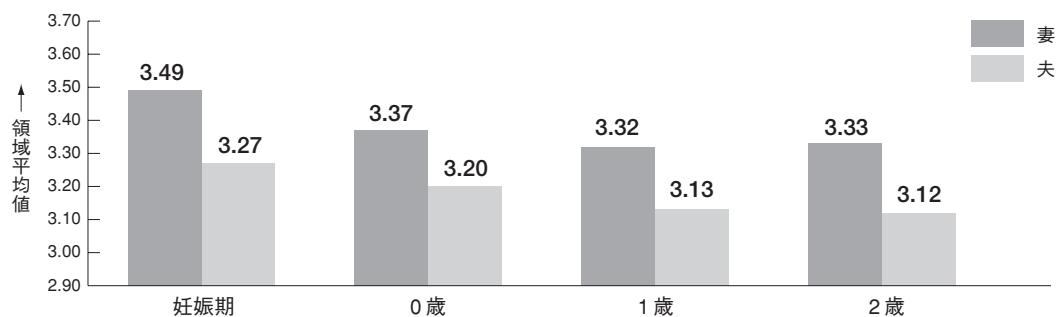
注) グラフはQOL指数の0.00~5.00の範囲のうち、2.90~3.70の範囲を示している。

図 6-1-2 QOL 心理的領域



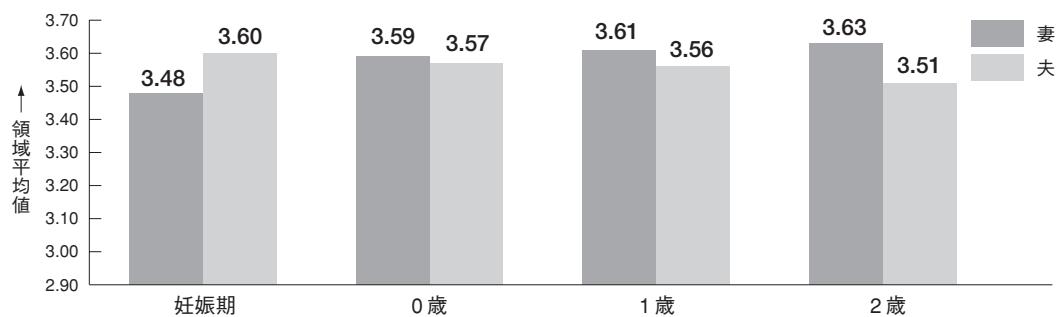
注) グラフは領域平均値の0.00～5.00の範囲のうち、2.90～3.70の範囲を示している。

図 6-1-3 QOL 社会的領域



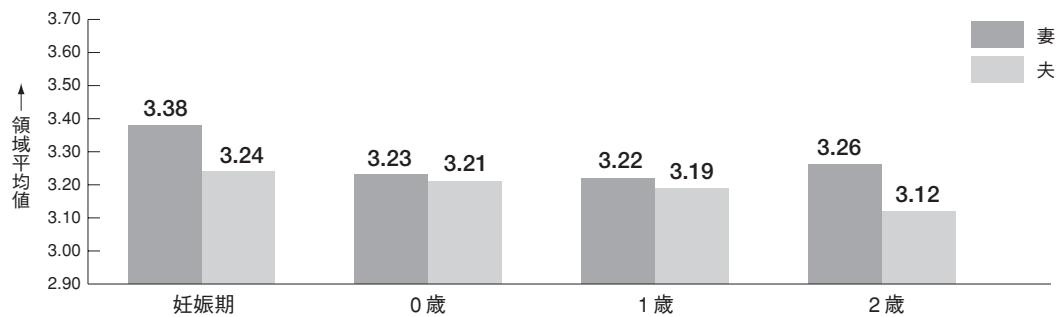
注) グラフは領域平均値の0.00～5.00の範囲のうち、2.90～3.70の範囲を示している。

図 6-1-4 QOL 身体的領域



注) グラフは領域平均値の0.00～5.00の範囲のうち、2.90～3.70の範囲を示している。

図 6-1-5 QOL 環境領域



注) グラフは領域平均値の0.00～5.00の範囲のうち、2.90～3.70の範囲を示している。

第2節

夫婦関係の推移とQOL

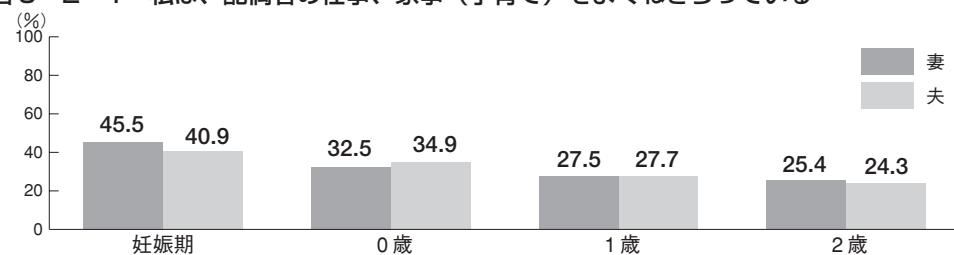
この節では、夫婦関係とQOLとの関連性をみてみよう。夫婦関係については、第3章で紹介しているが、その中から、特にQOLと関連性の高かった情緒的なサポートや愛情関係、家事・子育ての分担などとの関連を取り上げてみたい。

情緒的なサポートとは、相手（妻・夫）に対するねぎらいを示したり、相手の悩みを聞き、受け止めたりするなどの行為を指す。今回の調査では、夫婦相互の情緒的なサポート（自分が相手をどのくらいサポートしているか、相手からどのくらいサポートされているか）の両面をきいている。

図6-2-1は、「私は、配偶者の仕事、家事（子育て）をよくねぎらっている」という自分から相手への情緒的サポートに関して、妊娠期と子どもの年齢別にきいたものである（「あてはまる」の数値）。相手の仕事、家事（子育て）をねぎらっているといった相手への情緒的サポートは、妻・夫ともに、子どもの年齢が上がるにつれて徐々に減少してい

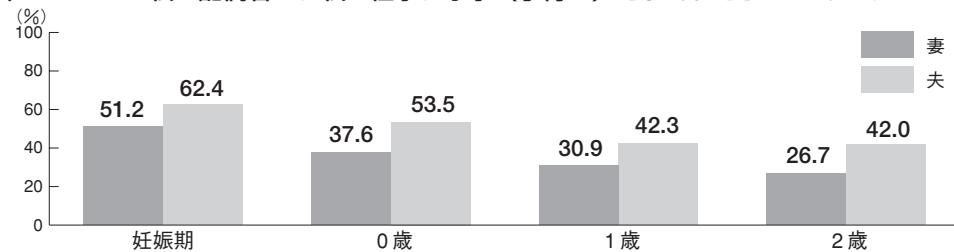
く。妻・夫間での差は、あまりみられない。一方、図6-2-2では、相手が自分の仕事、家事（子育て）をねぎらってくれるかといった、相手から自分へのサポートについてきいている。相手からの情緒的サポートについては、どの年齢においても、一貫して妻のほうが夫よりも割合が低かった。妻と夫の差がもっとも開いているのは、子どもが0歳児のときで、相手がねぎらってくれると回答した比率（「あてはまる」）が妻37.6%、夫53.5%で、差は15.9ポイントであった。相手から自分へのサポートについては、妻のほうが夫よりも相手に対する評価が厳しく、子どもの年齢が上がるほど、数値の減少も妻のほうが大きくなる。

図6-2-1 私は、配偶者の仕事、家事（子育て）をよくねぎらっている



注)「あてはまる」の%。

図6-2-2 私の配偶者は、私の仕事、家事（子育て）をよくねぎらってくれる



注)「あてはまる」の%。

QOLとの関連では（図6-2-3～図6-2-6）、「私は、配偶者の仕事、家事（子育て）をよくねぎらっている」で、できている群（「あてはまる」+「ややあてはまる」）とできていない群（「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」）でみると、できている群のほうが、できていない群よりもQOLが高かった。また、「私の配偶者は、私の仕事、家事（子育て）をよくねぎらってくれる」でも同じ傾向で、できている群のほうが、できていない群よりもQOLが高くなっている。自分が相手をどのくらいサポートしているか、また相手からどのくらいサポートされているかといった夫婦の相互サポートは、QOLに関連する要因の1つであることがわかった。

図6-2-7は、妊娠前や出産前と比較した配偶者への愛情関係についていたものである。妊娠前と後の愛情の変化では、「妊娠前より、今のほうが私の配偶者への愛情は強くなった」とする割合（「あてはまる」+「ややあてはまる」）は、夫婦でほとんど差がない（妻51.8%、夫53.1%）。一方、出産前と後の愛情の変化では、「出産前より、今のほうが私の配偶者への愛情は強くなった」とする割合（「あてはまる」+「ややあてはまる」）

は、夫より妻のほうが13.7ポイント少なかった（妻30.5%、夫44.2%）。はじめての子どもが生まれた後に、夫婦の愛情関係が変化していく様子がうかがえる。

図6-2-8は、家事や子育てを分担し助け合っていると感じている夫婦とそうでない夫婦のQOLについてみたものである。「私と配偶者は、（子育て）家事などの分担においてお互いに助け合っている」という質問について、助け合えている群（「あてはまる」+「ややあてはまる」）と助け合えない群（「あまりあてはまらない」+「あてはまらない」）でみると、助け合えている群の妻・夫のQOLは、助け合えない群の妻・夫のQOLよりも高い値を示している。この傾向は、妊娠期でも育児期でも同様であった。また、助け合えている群の妻・夫は、「親としてそれなりにうまくやれていると思う」と回答する割合（「あてはまる」+「ややあてはまる」）が、助け合えない群よりも高い傾向が示された（図6-2-9）。家事や子育てを分担し助け合っていると感じている妻・夫のほうが、そうでない妻・夫よりも、親としての自信もより多く実感されているようである。

図6-2-3 私は、配偶者の仕事、家事をよくねぎらっている（妊娠期妻・夫）

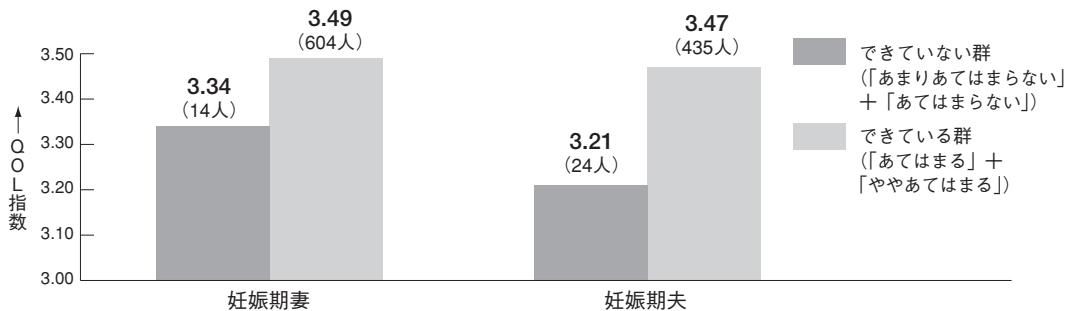


図6-2-4 私は、配偶者の仕事、家事、子育てをよくねぎらっている（育児期妻・夫）

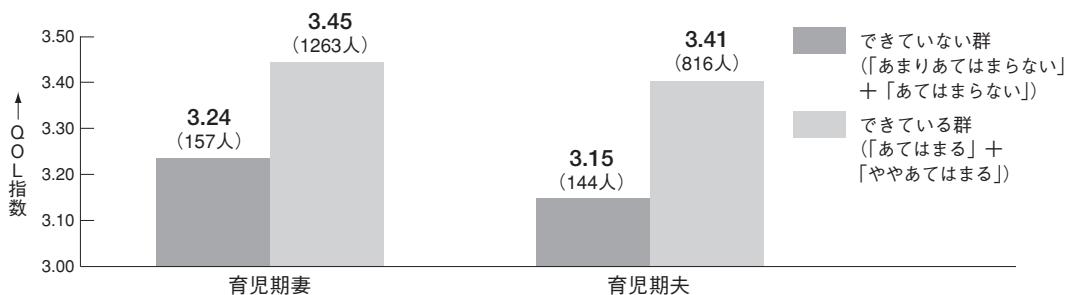


図6-2-5 私の配偶者は、私の仕事、家事をよくねぎらってくれる（妊娠期妻・夫）

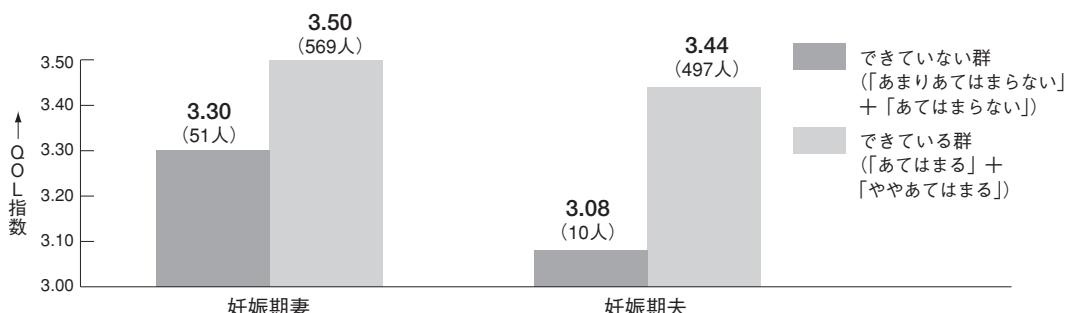


図6-2-6 私の配偶者は、私の仕事、家事、子育てをよくねぎらってくれる（育児期妻・夫）

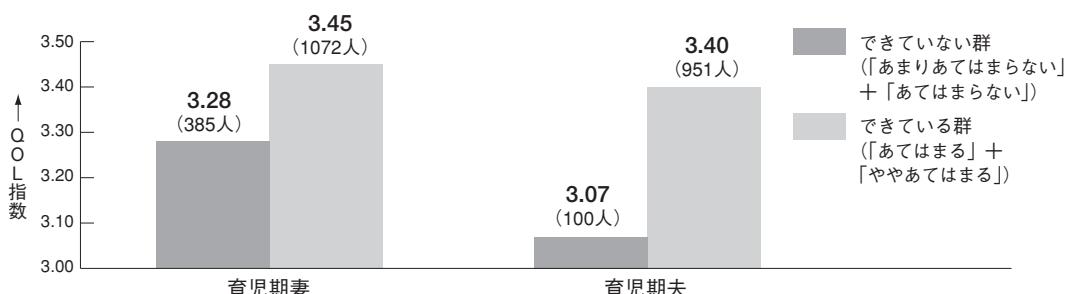
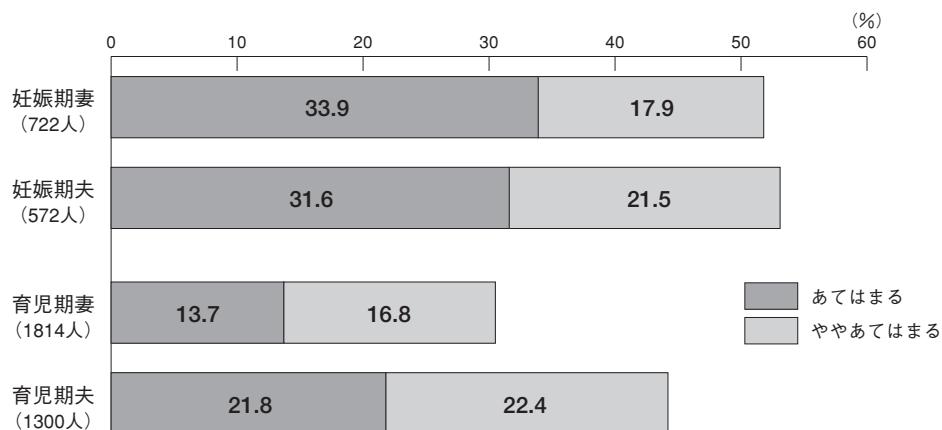
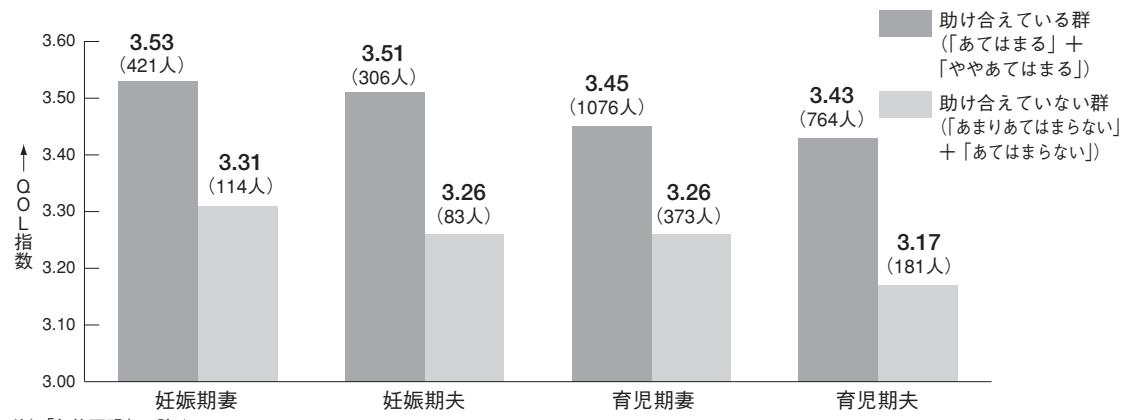


図 6-2-7 妊娠前（妊娠期妻・夫）・出産前（育児期妻・夫）より、今のほうが
私の配偶者への愛情は強くなった



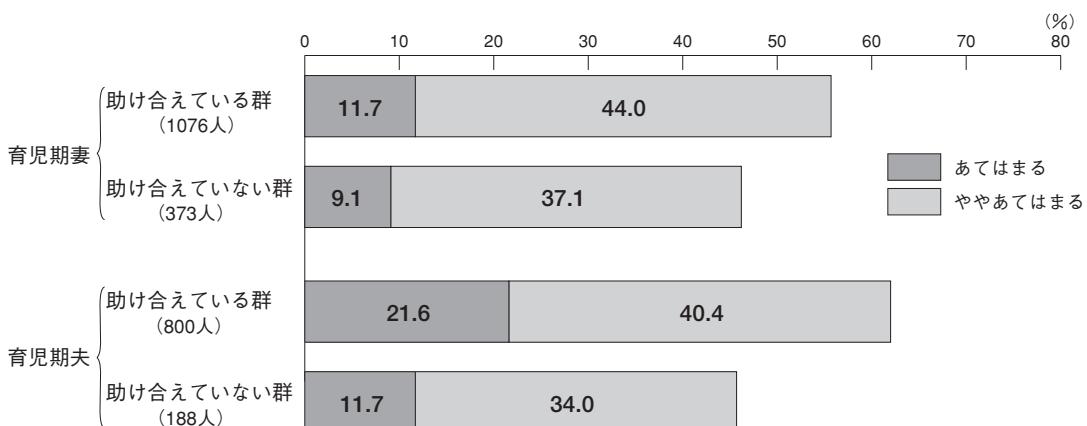
注)「無答不明」は除く。

図 6-2-8 QOL 私と配偶者は、(子育て) 家事などの分担に関してお互いに助け合っている



注)「無答不明」は除く。

図 6-2-9 親としてそれなりにうまくやれていると思う



注)「無答不明」は除く。

第3節

育児期の子育て サポート環境とQOL

この節では、育児期における子育てのサポート環境とQOLとの関連についてみていきたい。

育児期の子育てサポート環境として、この調査では物理的なサポート環境と人的なサポート環境についてきいている（詳細は、第4章で紹介している）。物理的なサポート環境としては、住環境の子育て利便性を近隣と自宅について質問している。また、人的なサポート環境としては、子どもを通した地域でのつきあいについてきいている。ここでは、子育てサポート環境とQOLとの関連について、みていきたい。

まず、物理的なサポート環境（近隣の住環境の利便性）であるが、近所（徒歩20分程度までの歩いていける範囲）に、「お散歩できるような公園や遊歩道など」「公共の子育て支援施設（保健所、保育所、ファミリーサポートセンターなど）」「小児科や子どもを診てくれる病院」「自分（または配偶者）のことを診てくれる産婦人科や助産院」があるかどうかと、どの程度困っているかをきいている。4項目すべてにおいて、近所（徒歩20分程度までの歩いていける範囲）に公園や子育て支援施設、小児科や産婦人科の病院がある群のほうが、近所にそれらがない群に比べて、妻・夫とともにQOLが高かった（表6-3-1）。

また、自宅の住環境の子育て利便性では（表6-3-2）、「夫婦2人で過ごすスペースを確保するのが難しい」「自分1人で過ごすスペースを確保するのが難しい」「住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい」「家の中に子どもが遊べるスペースがあまりなくて苦労する」についてきいているが、住居の間取りの使い勝手が悪いことや、夫婦2人で、または自分1人で過ごすスペースを

確保しにくい住居に住んでいる群のほうが、そうでない群よりもQOLが低かった。自宅という住環境の子育て利便性もQOLに関連する要因の1つであることがわかった。

人的な地域サポート環境としては、子どもを通した地域でのつきあいについて「〇〇ちゃんを預けられる人がいる」「〇〇ちゃんのことを気にかけて、声をかけてくれる人がいる」「子育ての悩みを相談できる人がいる」「子ども同士を遊ばせながら、立ち話をする程度の人がいる」の4項目できいている（表6-3-3）。すべての項目に関して、子どもを通した地域でのつきあいが1人以上いる群のほうが、1人もいない群よりも、妻・夫とともにQOLが高くなっているおり、子育てのことを気にかけてくれる近隣の人がいることも親のQOLと関連していることがわかった。また、子育ての悩みを相談できる人が、1人以上いる育児期の妻や夫は、相談できる人が1人もいない場合よりも、「子育てに自信が持てるようになった」とする割合が、妻・夫とともに多かった（図6-3-1）。

表6-3-1 住環境の子育て利便性：近隣

	育児期妻のQOL		育児期夫のQOL	
	ある	ない	ある	ない
お散歩できるような公園や遊歩道などが近所にある	3.43 (1346人)	> 3.28 (428人)	3.36 (984人)	> 3.28 (235人)
公共の子育て支援施設が近所にある	3.44 (1014人)	> 3.33 (704人)	3.40 (645人)	> 3.28 (447人)
小児科や子どもを診てくれる病院が近所にある	3.44 (1217人)	> 3.31 (553人)	3.39 (833人)	> 3.27 (371人)
自分（配偶者）のことを診てくれる産婦人科や助産院が近所にある	3.48 (659人)	> 3.35 (1069人)	3.42 (508人)	> 3.30 (643人)

表6-3-2 住環境の子育て利便性：自宅

	育児期妻のQOL		育児期夫のQOL	
	はい	いいえ	はい	いいえ
夫婦2人で過ごすスペースを確保するのが難しい	3.28 (661人)	< 3.46 (1109人)	3.24 (465人)	< 3.41 (761人)
自分1人で過ごすスペースを確保するのが難しい	3.30 (957人)	< 3.50 (817人)	3.25 (564人)	< 3.43 (665人)
住居の間取りの使い勝手が悪く、家事や育児がしづらい	3.22 (566人)	< 3.48 (1217人)		
家の中に子どもが遊べるスペースがあまりなくて苦労する	3.23 (451人)	< 3.45 (1333人)		

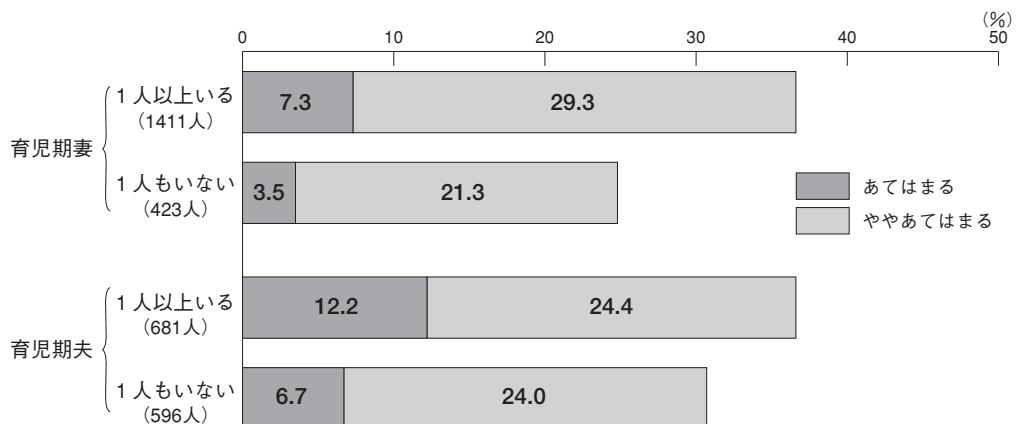
表6-3-3 地域サポート

	育児期妻のQOL		育児期夫のQOL	
	1人以上いる	1人もいない	1人以上いる	1人もいない
○○ちゃんを預けられる人がいる	3.45 (768人)	> 3.35 (1002人)	3.41 (505人)	> 3.31 (718人)
○○ちゃんのことを気にかけて、声をかけてくれる人がいる	3.42 (1486人)	> 3.28 (282人)	3.38 (912人)	> 3.27 (309人)
子育ての悩みを相談できる人がいる	3.44 (1355人)	> 3.26 (413人)	3.39 (656人)	> 3.30 (569人)
子ども同士を遊ばせながら、立ち話をする程度の人がいる	3.44 (1311人)	> 3.26 (458人)	3.40 (566人)	> 3.31 (654人)

以上のように、住環境（近隣、自宅）や、地域でのつきあいなどが、妻・夫のQOLに影響を及ぼすことがわかった。住環境や地域でのつきあいは、個人の工夫次第で、ある程度は条件を整えることが可能なものである。

個人や各家庭で配慮することによって、結果的にQOLを上げることができる点は、それぞれがより良い子育て生活を送るうえで、非常に重要であるといえよう。

図6-3-1 地域の中での子育ての相談相手の有無と子育ての自信「子育てに自信が持てるようになった」



注)「無答不明」は除く。