

乳幼児期のふたごやみつごを持つ母親の育児負担感の検討

武藤葉子・岩坂英巳
(特別支援教育研究センター)
郷間英世
(京都教育大学)
郷間安美子
(京都国際社会福祉センター)

A Study on the Burden of the Mothers Who Bring up Their Twins

Yoko MUTO・Hidemi IWASAKA
(Special Need Education Research Center)
Hideyo GOMA
(Kyoto University of Education)
Amiko GOMA
(Kyoto International Social Welfare Center)

要旨：ふたごやみつごが生まれた場合、母親の養育上の負担はより大きいと思われる。そこで、多胎児を育てている母親がどのような疲労感や育児負担を感じているかについて検討した。方法は保健所で行っている「ふたご・みつごの育児教室」に参加した多胎児をもつ母親29人を対象として、人工妊娠かどうか、子育てで大変だった時期と内容、乗り切った方法、行政に求めるもの、多胎児を育ててよかったこと、などを調査した。その結果、妊娠は人工が51.7%で過半数を占め、きょうだいがいないのは79.3%と多かった。子育てで最も大変だった時期は生後6ヶ月までが多く、内容は「こどもの泣きへの対応」「母親の睡眠不足」「ふたりへの授乳に関すること」「こどもたちが動きまわるので目が届かない」などであり、乗り切った方法は「実母、義母をはじめとする親族の援助」「夫の援助」「一人がんばる」などであった。行政等に求めた支援としては「安全に通行するための歩道の整備や駅のエレベーターの整備」「家事の補助等の生活支援」「託児所・保育所などの育児の支援」「相談・話し相手」などであった。育ててよかったと思うことでは、多胎児ならではの子育ての楽しみや喜びといったことを殆どの人があげていた。多胎児を育てている母親は、孤立した現状や様々な負担感を持っていた。母親の育児負担感を減らすため、今後行政からの支援として、家事の補助、保育、親同士の仲間づくりなどを念頭においた施策の実施が必要になると考えられた。

キーワード：多胎児の育児 Bring up of twins、育児負担感 Burden of bring up、子育て支援 Support of bring up

1. はじめに

筆者の一人はふたごの母親である。当時を振り返ると、産まれてから3ヶ月くらいは大変すぎてあまり記憶がないほどであった。首の座っていないふたりをおんぶと抱っこで寝かせつける。自分がうとうとして手が止まると、ふたごの一人がぐずぐずといい始め、つられてもう一人が泣き出すといったことが交互におきる。気がつく朝といったことも1度や2度ではない。2、3日とんでいる感じだった。誰に援助を求めたらいいかわからないながらも、夫や親などに手伝ってもら

ってやっとの思いで育てた。ふたごは現在12歳であるが、そのふたりを育てた体験は、ふたごのきょうだいである姉を育てた時と比較すると、はるかに大きな負担を要した。

このように、多胎児を育てる親は大きな育児負担を強いられるが、そのことに対する研究は、多胎児の発達についての研究に比べると非常に少ない。横山¹⁾は6歳以下の双子、三つ子を持つ母親205名(双子200名、三つ子5名)と単胎児の母親911名と比較した結果、多胎児の母親は単胎児に比べ妊娠中から不安が強く、出産後も強い育児不安を感じているが、多胎児妊娠や

育児に関する適切な情報が得られていない。また、育児問題として人手不足、経済的な負担、同時に複数の乳児を育てる技術面での問題(例えば同時授乳の方法)もあるとしている。さらに、母親の睡眠不足などの育児上の困難も指摘²⁾している。

また、服部ら³⁾は行政で行われている支援の現状を調べるために、保健センター、保健所及び多胎児サークルにアンケート調査を行った。その結果、行政は「多胎児支援に関する情報や支援のための情報が少ない」事をあげ、保健師自身の情報不足、また知識を得ていく必要性を訴える意見が多かったことを指摘した。また、多胎児サークル側も行政に対して「保健師の専門的な助言」などを求めている。さらにサークル運営に関わるスタッフを育てていくことも課題としていた。

このように、多胎児を育てている親は育児負担が大きく、また行政からの情報の必要性や育児支援者の必要性などの多くのニーズを要しているようである。

さて、K自治体の保健所では、多胎児をもつ親同士の仲間づくりの促進、子育て支援をすることによる親の孤立化の予防、および育児不安の軽減や虐待未然防止を目的として「ふたご・みつごの育児教室」を実施している。対象は就学前の多胎児をもつ保護者及び多胎児妊娠中の妊婦であり、プログラムには子育ての専門家や多胎児の子育て経験のある母親を講師に招いての講演会などもある。このように、行政からの対応もなされ始めてきた。

このような中で、多胎児を育てることの現状の実態と今後の支援のあり方を探る目的で、育児教室に参加した母親に対し、子育ての負担や行政に求める支援などについて調査したので結果を報告する。

2. 方法

対象はK自治体の保健所で実施している「ふたご・みつごの育児教室」に参加した多胎児を持つ母親29人である。(対象者の特性は結果に含めてしめす)

自記式質問紙を配布しその場で回収した。質問の内容は、多胎の種類(ふたごかみつごか)、子どもの年齢、きょうだいの有無、妊娠の方法(人工妊娠か自然妊娠か)、子育てで大変だった時期とその内容、乗り切った方法、行政に求めるもの、多胎児を育ててよかったこと、などである。

3. 結果

3.1. 多胎の種類

29組の多胎児のうち、年齢が1歳8ヶ月のみつご1組、そのほかの28組がふたごであった。

3.2. 子どもの年齢

子どもの年齢を表1に示したが、妊娠中でこれから出産が1組、そのほかの28組は生後2ヶ月から4歳7ヶ月であった。このうち出産予定の1組を除いた28組の母親の回答を以下の分析対象とした(表1)。

表1. ふたごやみつごの年齢と数

年齢	組
出産前	1
1歳未満	8
1歳以上2歳未満	6
2歳以上3歳未満	8
3歳以上4歳未満	2
4歳以上5歳未満	4
計	29

3.3. 妊娠方法

妊娠の方法については人工15名、自然9名で人工が過半数を占めていた(表2)。

表2. 多胎児の妊娠方法

妊娠方法	人(%)
人工	15(51.7)
自然	9(31.0)
無記入	5(17.2)
計	29(100.0)

3.4. 他のきょうだい

ふたごやみつごのきょうだいの有無の結果を表3に示した。他にきょうだいがいないのは82.1%、あるのは17.9%でその内訳は姉3名、妹1名、兄1名であった(表3)。

表3. 他のきょうだいの有無

他のきょうだいの有無	人(%)
なし	23(82.1)
有り (姉3、妹1、兄1)	5(17.9)
計	28(100.0)

3.5. 子育てで大変だった時期と内容

子育てで最も大変だった時期は、退院直後から生後3ヶ月までが36%と最も多く、次は生後6ヶ月までが25%となった。次いで1歳半から2歳半頃まで21%と高い出現率となった(図1)。

大変だったことの内容に関しては「こどもの泣きへの対応」「母親の睡眠不足」「授乳に関すること」「こどもたちが動きまわるので目が届かない」などであった(表4)。

子育てを乗り切った方法は表5に示した。乗り切っ

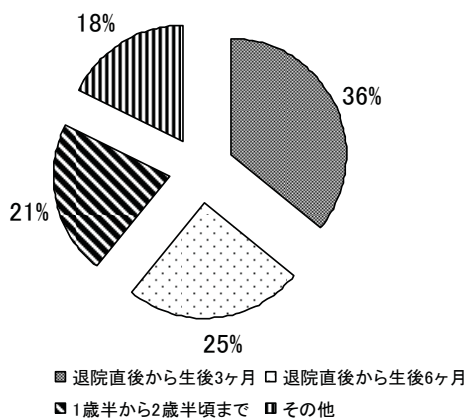


図1 子育てで最も大変だった時期

表4 子育てが大変だった内容

退院から生後3ヶ月	* 同時に泣く。寝ぐずり * 日常生活が送れない * 入院生活が長く体力がない * 眠れない
退院から生後6ヶ月	* 睡眠がとれない(交互に起きる) * 離乳食の進め方 * 手が足りない * 時間が足りない * 全てに手がかり体力的にきつい * 上の子(きょうだい)の世話との両立
1歳半～2歳半頃まで	* 同時に泣いて泣きやまない * イタズラが多い * 大変すぎて覚えてない * 動き回るので目が離せない
その他の時期	* 2人とも同じ事をしたがる * 手が足りない(2歳5ヶ月) * 動き回り目が届かない(2歳0ヶ月)

表5 子育てを乗り切った方法

親族の援助	* 義母や実母に助けて貰ったが、自分が病気になった * 実家に子どもを預けた * 祖父母に手伝って貰ったり話を聞いて貰った * 両親に昼間手伝いに来てもらい、その間寝させてもらう
夫の援助	* 夜は夫に助けて貰った
一人でごんばる	* しんどいことをしていると思わないようにしていた * いつも(こどもに)話しかけながら声に出して気持ちを吐いていた * 友達に遊んでもらって気分転換した * おんぶに抱っこして寝るまで我慢した * 毎日必死で生きていくうちに1歳になって楽になった * スイングクチェアに1人のせ、1人抱っこで歌ったりガラガラであやしたり、でもあまり乗り切ったとはいえない状態だった

た方法は「実母、義母をはじめとする親族の援助」「夫の援助」「一人でごんばる」などであった(表5)

3.6 行政に求める支援

多胎児の子育て育てに際して、母親が行政に求める支援としては、通行する歩道やエレベーターの整備など外出時の環境の整備、家事や育児に関する直接的な支援、母親の労働を支援するための保育所、必要な情報の相談やストレスの話し相手など、多様な支援を求めていた(表6)。

表6 母親が行政等に求める支援

* 安全に通行するための歩道や駅のエレベーターの整備
* 家事の補助などの生活支援
* 託児所・保育所などの育児の支援
* 相談・話し相手
* ミルクやオムツサンプルをもらえる機会

3.7 多胎児を育ててよかったこと

多胎児を育ててよかったことについては、「いろんな人から声をかけられる」「ふたごの笑顔」など、多胎児ならではの子育ての喜びや楽しみをほとんどの人があげていた(表7)。

表7 ふたごやみつごを育ててよかったと思うこと

* いろんな人から声をかけてもらえる
* 二人の笑顔
* 大きくなると2人で遊んでくれるので自分の時間がもてる
* ふたごのお母さんになれたこと
* 二人の個性を見ながら育てられること
* 二人が同時に抱きつきにくる
* 男女の双子で性差というか、成長の差があっても嬉しい

4 考察

4.1 多胎児の妊娠と出産

本検討の対象となったふたごやみつごの妊娠の方法では、人工妊娠が半数以上を占めていた。双胎妊娠は120例に1例、3胎は4500例に一例の頻度であるが、近年、不妊治療(体外受精、排卵誘発剤の使用)の進歩により、増加傾向にある⁴⁾とされる。多胎の育児は育児負担が大きいため、母親が過労・外出困難など社会的に孤立してしまうケースが少なくないとされる。そのため、厚生労働省が「ふたごの育児」⁵⁾などのパンフレットを作成したり、医師や看護師、助産師などの専門職や行政、子育て支援者、多胎育児サークル、家族などさまざまな立場の人が参加した多胎育児サポートネットワーク⁶⁾による多胎児支援フォーラムなども行われている。しかし、今回の調査でも明らかにな

ったように、十分な支援が得られる状態からはまだほど遠いと思われた。

4.2. 多胎児の育児の負担感

本調査でふたごやみつごの育児で大変だった時期は、生まれて3ヶ月以内が最も多く、6ヶ月以内が過半数を占めた。大変だった内容では、子どもが泣く、二人を寝かしつけるのが大変で母親が眠れない、手が足りない、親の体力が足りない、など、乳児期早期で子どもの養育が負担になっていることが明らかになった。本論文の「はじめに」において、筆者の一人がふたご育児での乳児期の負担が大きかった体験を述べたが、天羽⁷⁾もまた、自分のふたごの育児を振り返り「一番苦痛に思ったのは、夜中の授乳と3時間の間隔も待たずに泣き出すことです。・・・代わりばんこに泣かれると、こちらはほとんど寝る間がなくなります。出産の疲れはとれず、日中は上の子どもの世話もあると考えると、僅か一週間ほどで、自分でも精神的におかしくなってくるのがわかります」と述べている。これらより、多胎児の育児は一人の母親が行うには負担が多すぎ、特に乳児期の支援を手厚くする必要性が示唆された。アンケートの中では具体例として、ヘルパーなどの人的な支援を望んでいた。たとえば育児に関する以外での生活の支援である。親の食事や家事全般を助けてほしかった。また地域によっては登録制のヘルパー派遣の事業があるが、実際の登録には窓口に向いていかねばならず、外出もままならない時期にもう少し利用しやすい制度にしてほしいなどの求めがあった。

4.3. 多胎児の家族への支援

調査結果から、多胎児を育てている母親は、援助を家族に求めている場合も多いが、「一人で頑張る」と孤立している母親も少なくなかった。大高ら⁸⁾の行った2歳未満の多胎児の母親を対象に調査した結果でも、多胎児を育てている母親の養育協力者は母親の両親など親族が中心であるが、十分ではないとしている。したがって、行政や支援ネットワークなどさまざまな支援が必要と思われた。

行政などに求める支援として、生活や就労の支援と並んで、「安全に通行するための環境」や「相談や話し相手」があげられた。大石ら⁹⁾も、多胎児出産予定の妊婦に行った調査でも「先輩ママの体験談を聞きたい」「多胎児のママ友達を作りたい」という声が多かったと述べている。子どもが小さいうちは、ふたごやみつごを連れて友達に会いに行ったり、外出することは困難な面がある。母親にとって赤ちゃんが複数いることは大変なことでストレスにもなりうる⁵⁾。このような、母親の育児負担を減らすためには、親同士の仲間づくりなど、同じ体験を共有できる「話し相手、相

談相手」が求められているものと考えられた。また、行政も、保健師などの訪問やメールなど外出しなくてもよい方法での仲間づくりも検討すべきであると思われた。

以上のことから、行政からの支援として、親同士の仲間づくりのためのK自治体における「ふたご・みつご育児教室」は有意義であると考えられる。しかし、今回のアンケート結果からは育児の負担感はいまだ大きいことが示され、行政からの支援はまだ不十分であることが伺われた。今後育児サポートのためのさまざまなネットワークの構築が望まれる。

たとえば、出産前に当事者から体験談を聞くような試みは行われているが、多胎児妊娠の場合の状況はさまざまで不安もリスクも大きい。そこで、病院や産院と連携し多胎児出産に関する情報提供をリーフレットのような配布物にして提供するなど、大まかな情報と個別の情報提供ができるような保健師や医師・看護師などとの連携も求められる。

引用文献

- 1) 横山美江「これまでの調査協力のお礼と報告」2008年(2004年日本公衆衛生雑誌掲載論文「多胎児をもつ母親のニーズに関する調査研究 単胎児の母親との比較分析」の要約研究報告) P1-10
- 2) 横山美江「多胎妊娠は単胎妊娠と何が違うか - 妊娠中から出産後までの相違点検討 - 」2004年京都大学医療技術短期大学部紀要別冊 健康人間学第16号 P40-44
- 3) 服部律子・布原佳奈・名和文香「地域における行政と育児サークルが協働で行う多胎児支援」2006年岐阜県立看護大学紀要 第7巻1号 P29-35
- 4) 中井章人「周産期看護マニュアル」東京医学社 2008 P35-40
- 5) 「ふたごの育児 ふたごみつごの赤ちゃんを育てるために」厚生労働省監修、1998年
- 6) 多胎育児サポートネットワーク、<http://tatai-ikuji.jp>
- 7) 天羽幸子「新ふたごの世界」ブレン出版 2008
- 8) 大高恵美・山本捷子「多胎児の育児支援に関する一考察 - 2歳未満の多胎児育児の実態調査から - 」2000年 日本赤十字秋田短期大学紀要 第5号 P59-63
- 9) 大石めぐみ・高階和代・野崎晶代・船井由紀子・石井陽子・松岡由貴・二岡えり子・新平鎮博・横山美江「多胎妊婦の支援のあり方について - プレパプレママ教室を通して - 」2009年度第48回日本公衆衛生学会近畿地方会 口演・示説要旨集 P68