2025 年度 若手・女性研究者奨励金 レポート

研究課題	**産後期の夫婦のパートナーシップ向上のためのプログラム開発**
キーワード	①産後期、②夫婦のパートナーシップ、③プログラム開発

研究者の所属・氏名等

フリガナ 氏　名	タカハシ　マナミ 高橋　愛美
配付時の所属先・職位等 （令和 7 年 4 月 1 日現在）	帝京平成大学　ヒューマンケア学部　看護学科　助教
現在の所属先・職位等	帝京平成大学　ヒューマンケア学部　看護学科　助教
プロフィール	助産師として病院や産後ケア施設での経験を積み、現在は妊娠・出産・育児期の女性と家族への支援について、教育や研究に取り組んでいる。現場で出会った母親や家族の声を大切にしながら、産後の生活や子育てに関する課題を研究につなげている。女性、そして夫婦や家族が、孤立せず、安心して子育てできる社会づくりに貢献したいと考え、活動を続けている。

1. 研究の概要

本研究は、産後期（産後 1～4 か月）の夫婦を対象に、より良い夫婦のパートナーシップを維持・構築し、夫婦で協力して育児を行うためのプログラムを開発することを目的とした研究である。2024 年に一次調査として、産後期における夫婦のパートナーシップの現状についてインタビュー調査を実施した。その結果をもとにプログラム内容を検討し、【産後の夫婦関係を良好に保つ】、【夫婦で一緒に学ぶ育児技術】の 2 つのセッションから構成される「産後夫婦クラス」を立案した。

本クラスでは、受講を通して夫婦関係を見直し、今後の育児について夫婦で話し合う機会となることを目指した。また、クラス受講前後における夫婦のパートナーシップの変化や、プログラム内容に対するユーザビリティ評価を行った。

研究を通して、産後期の夫婦や家族への継続的な支援の重要性や、夫婦で参加する支援の意義について多くの知見を得ることができた。今後は、クラスの継続的な実施と検証を通して、より効果的な支援へ発展させていきたいと考えている。

2. 研究の動機、目的

2022 年度の男性の育児休業取得率は 17.3%と上昇し（厚生労働省,2023）、過去 20 年間で夫の家事・育児時間は増加した(総務省統計局,2021)。2023 年に母子健康手帳が改訂された折には、「父親や周囲の方の記録」など母親以外の家族の記入欄が追記され夫の育児関与は一般的なものとなっている。一方で妻の家事時間は減少傾向にも関わらず、育児時間は増加し(総務省統計局,2021)、母親の実際の育児環境は改善されているとは言い難い。

出産後の夫婦の関係性について Volling et al(2015)は 5 パターン示しており、出産後の夫婦関係の変化は産後 1 か月以降であった。現在は夫が育休を取得し、夫婦で一緒に過ごす時間が増えているが､互いの関係が良くなったと感じている夫婦は少なかった(ベネッセ, 2025)。育児中の夫婦の不和は、その後の子どもの問題行動に影響を及ぼすと 1950 年代にアメリカで

既に指摘されている(Emery.R.E et al,1983)。そのため、産後の夫婦関係は育児に影響していることが分かる。

現在、日本では産後ケア事業が法制化され、産後の母子への支援は充実されつつある。しかし、妊娠期は助産師が両親学級等で夫婦への支援を行っているが、出産後の夫婦に向けた支援はされていない。本研究の目的は、産後 4 か月までの夫婦に対して育児を行う上でより良い夫婦関係を維持、構築し、夫婦 2 人で協力して育児を行うための介入プログラムを開発することである。このプログラムを通して、産褥入院や産後ケアを提供する看護職者が、夫婦の関係性の状況を理解した上で、夫への父親役割獲得の支援や夫との育児で悩む母親により良い支援を提供することで、良好な夫婦関係を支援し、その下での子育てが実現し児の健全な成長発達に繋がることを期待するものである。

3. 研究の結果



本研究の対象者のリクルートは、産後ケア併設の産婦人科の診療所とマタニティスイミング教室で行った。またクラスの実施にあたり円滑な運営のため、人的資源および物的資源の確保について検討し、クラス実施に必要な体制を整えた。産後夫婦クラスは、およそ月 1 回の頻度で、1 回の開催あたりの参加組数は最大 5 組の夫婦とその子どもとした。そして産後夫婦クラスは、以下の内容を行った。

①【産後の夫婦関係を良好に保つ】

1）講話「産後の夫婦関係について」

2）夫婦別グループワーク

3）グループワーク内容の共有

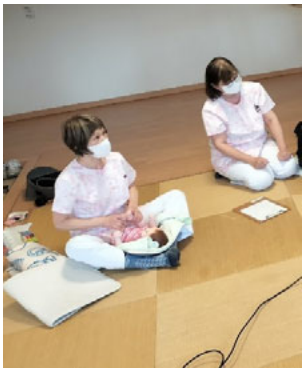
この時間、児は別室に預かり、助産師が保育を行った。

②【夫婦で一緒に行う育児】

新生児期以降の児の成長発達の特徴や乳児のあやし方、遊びなどの育児技術について助産師による指導を行い、夫婦とその乳児と共に体験し学ぶ時間とした。

①、②は同一内で実施される 1 回完結型（90 分）とし、複数回に分割して実施する構成としなかった。また、クラスの開始と終了時にアンケート調査を行った。







クラスの実施内容として、①【産後の夫婦関係を良好に保つ】の講話では、役割分担の見直しについて、現時点での見直しのみが伝わり、今後の互いの育休が明け、生活の変化を見据えた役割分担の見直しの必要性までが伝わらず、見直しをしようという意識に繋げることができなかった。この点については今後、修正が必要なところである。夫婦別グループワークとその共有では、妻は夜間の役割分担、赤ちゃんとの外出の仕方、日中の過ごし方、夫は具体的に職場復帰してから育児と仕事の両立、ミルクの補足量の調節の仕方などを話し合っていた。②【夫婦で一緒に行う育児】の育児技術の指導では、赤ちゃんとの音楽遊び（手遊び歌）、赤ちゃんの洋服の調節など、グループワークで話題に挙がった内容を加味しながら行った。

クラスの内容に対する評価として、②【夫婦で一緒に行う育児】は育児技術を夫婦が一緒の

タイミングで学ぶことによって、夫婦が共通理解のもとで今後、育児を進めることができ、参加者からの満足も得られ、意義のあるセッションであったことが示された。

夫婦のパートナーシップの変化は、クラスの受講後、妻の親密性が維持・向上し、頑固が維持・減少し、夫の冷静が維持・向上し、頑固が悪化した。夫の変化は、自己主張が高まった可能性はあるが、妻の状況を理解しながら葛藤場面でも冷静に対応する力が向上したと推察される。クラスの受講により、夫婦のコミュニケーションを促し、夫婦が協働して育児を行う夫婦のパートナーシップの構築に影響を与えたのではないかと考える。

4. 研究者としてのこれからの展望

私の研究の根底には、「出産後も夫婦や家族が良好な関係を保ちながら、安心して子育てができる社会を実現したい」という思いがある。今後は、産後夫婦クラスをはじめとした家族支援の研究を発展させるとともに、夫婦や家族の心理的健康や育児への協働に関する研究にも取り組みたいと考えている。また、研究成果を教育や実践現場へ還元し、エビデンスに基づく家族支援の普及に貢献したい。

教育者としては、出産直後から夫婦で育児を行うことが当たり前となりつつある時代において、母親だけでなく夫や家族にも目を向け、その家族に合った支援ができる助産師の育成に力を注ぎたいと考えている。研究と教育、実践をつなぎながら、女性と家族の健康に貢献できる人材の育成と社会づくりに取り組んでいきたい。

5. 支援者（寄付企業等や社会一般）等へのメッセージ

この度は、研究助成金により産後夫婦クラスの実施と研究を進めることができました。本助成がなければ、研究計画に沿ったクラスの開催や研究の遂行は難しかったと感じております。ご支援くださった皆様に心より感謝申し上げます。また、本研究に関心を持ち、妊娠中より研究にご協力くださったご夫婦の皆様にも深く感謝申し上げます。

本研究では、多くのご夫婦と出会う中で、産後期の夫婦や家族への支援に求められている率直な思いや現場の課題に触れることができました。また、研究を通して多くの知見を得ることができ、改めて現場における継続的な支援の重要性を実感いたしました。皆様からのご支援によって、研究活動だけでなく、実際に夫婦や家族を支える取り組みにもつなげることができました。

今後も研究成果を学会発表などを通して社会へ還元しながら、産後期の夫婦や家族が安心して子育てできる社会づくりに貢献できるよう、研究を継続してまいりたいと考えております。