

森永乳業の育児ニュース『エンゼル 110 番レポート第 67 号』発行

「育児で心配になったきっかけとその解決方法」

—————100人のお母さんに聞きました—————

森永乳業は、時代とともに変わりつつある母親像の理解に役立つことを願い、1993年4月から「エンゼル 110 番レポート」を発行しております。「エンゼル 110 番」は、「子育て奮闘中のママたちのために何かお役に立てることは…」と考え、1975年5月に開設した無料の育児相談窓口です。この「エンゼル 110 番レポート」は、育児相談窓口「エンゼル 110 番」への相談内容から、毎回育児に関する傾向についてまとめています。

エンゼル 110 番には毎日多くの育児相談が寄せられ、悩みの内容はひとりひとり千差万別です。ママたちの相談からは、「何かを見て」「何かを読んで」「誰かに言われて」心配になったという言葉が聞くことがよくあります。

そこで、今回のレポートでは、改めてママたちに「悩みや心配の原因になったきっかけは何なのか?」、さらに「普段の育児での悩みを解決、解消するために何を(誰を)活用しているのか?その理由は?」についてアンケートを実施し、ママたちの声を中心に結果をまとめました。

【主なアンケート結果】

- 育児で心配になった「きっかけ」は、必ずしもひとつではない。
- 8割のママが、心配なことを解決するために複数のツールを使っている。中には「ミルクのことはメーカー、手軽に調べるなら育児書、いろいろな人の意見や方法を知りたいときはインターネット」と、上手に使い分けているママもいた。
- 育児の悩み解決のために、電話相談、専門家、友人・家族など、直接会話でやりとりができるツールを選ぶママが多い。これらの双方向のツールは全体の6割以上を占める。(※ただし、アンケート対象者が電話相談を利用しているママに限定されているため、その傾向が反映されている可能性がある。)

本件・バックナンバーに関するお問い合わせ先

<報道関係者からのお問い合わせ窓口>

森永乳業 広報部 村上・杉内

Tel.03-3798-0126

<お客さまからのお問い合わせ窓口>

妊娠・育児相談「森永乳業エンゼル 110 番」 Tel 東京 03-3405-0110、大阪 06-6365-0110
月～土曜日(日曜、祝日除く)、10～14時

エンゼル 110 番ホームページ <http://www.angel110.jp/>

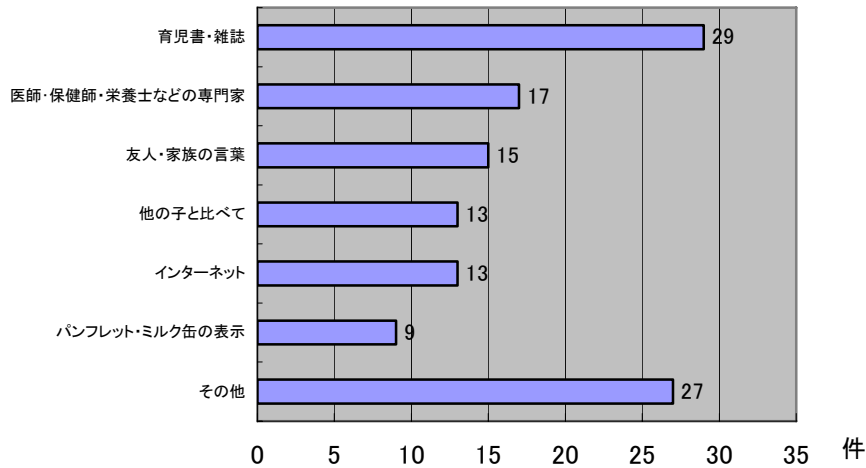
今回のテーマ「育児で心配になったきっかけとその解決方法」

— 100 人のママに聞きました —

「きっかけ」は毎日のちょっとした出来事や見聞きするたくさんの情報

最初に、エンゼル110番に育児相談の電話をくださったママたちに心配になったきっかけを聞いたところ、心配になったきっかけはひとつだけでなく、複数あげるママもいました。毎日のちょっとした出来事や、日々見聞きするたくさんの情報で、子育ての心配が生まれていることがうかがえます。

図1. 心配になったきっかけは何ですか？ (N=123、複数回答)



きっかけの中で最も多かったのは、「育児書・雑誌」で 29 人があげていました。理想的に書かれた育児のマニュアルと自分自身の子育てとの差や、読者体験談の子どもとわが子との違いから不安を感じられているようです。次に多かったのが「医師・栄養士・保健師などの専門家の言葉」で、17 人でした。育児に関わる専門家の意見は貴重なものですが、「こうなさい」と断定的な指導をされると、逆にママたちのプレッシャーにもなりがちです。専門家とは逆に、身近な子育ての先輩である家族や、ママ友同士の口コミに戸惑うことも多く、15 人があげています。また、「インターネット」と「他の子と比べて」が 13 人と同数あがりました。

授乳の相談に多くみられるのが「パンフレット・ミルク缶の表示」で 9 人があげています。「ミルクを飲む量は個人差がありますので、目安にしてください」と書いてあっても、達成しなければいけない量ととらえるママも多くいます。「その他」では、いつもと違う自分の子どもの様子を見て気になったり、「母子手帳・健診の問診票」のチェック項目に焦りを感じたりしている、などの声があがりました。(図1)

【HOT VOICE】

- ・育児書を読んだら、「今のうちから食育しないと一生の食生活に影響する」とあった。(私は料理が上手ではない。(6 ヶ月))
- ・最初は少し食べたが、今は何を試しても嫌がっている。離乳食のテキスト本を見ると、もう 2 回食に進めていく段階なので不安になった。(6 ヶ月)
- ・1 ヶ月健診で医師に「栄養状態が悪い。もっとたくさん飲ませて、2 週間後に体重を測りに来るように」と指示されたのでミルクの量を増やしたら、よく吐くようになった。吐いてまでも飲ませるべきか？ (1 ヶ月)
- ・助産師に「一度に 4 時間以上眠らせてしまうと脱水になるので、起こして飲ませて」と指導されたが、時々夜に 4 時間以上寝てしまう。(25 日)
- ・予防接種でうちの子だけ落ち着かず、友人に「多動症では？」と言われてしまった。(1 歳)
- ・便の色が変わったのでママ友に相談したら、便の色味表の写メが送られてきた。自分の子と同じ便の色がなくて、かえって心配になった。(1 ヶ月)
- ・「完全母乳でやるには、ミルクを 100ml 以上飲んでいとうまくいかなくなる」とインターネットで見た。(1 ヶ月)
- ・他の子と発達の度合いが違っていたりすると悩んでしまう。(4 ヶ月)
- ・週 1 回会うママグループの中で、食べない悩みを抱えているのは自分ひとりしかいなかった。体重も、他の子に比べてなかなか増えないのが気になった。(10 ヶ月)
- ・食後のミルクを飲まなくなった。無理強いすると泣いて嫌がる。ミルクの缶に 80~200ml と書いてあるので、それだけは飲ませないと栄養が足りないと思った。(9 ヶ月)
- ・福島在住。(震災以降) 外遊びができないが、よく食べる。半年ぶりに体重を測ったら体脂肪量が増えて心配になった。(4 歳 3 ヶ月)
- ・ママ自身が思春期まで、やせっぽちで恥ずかしい思いをしてきた。離乳食の食べが悪く、「自分と同じような思いをするのでは」と心配になった。(1 歳)

複数のツールを上手に使い分ける

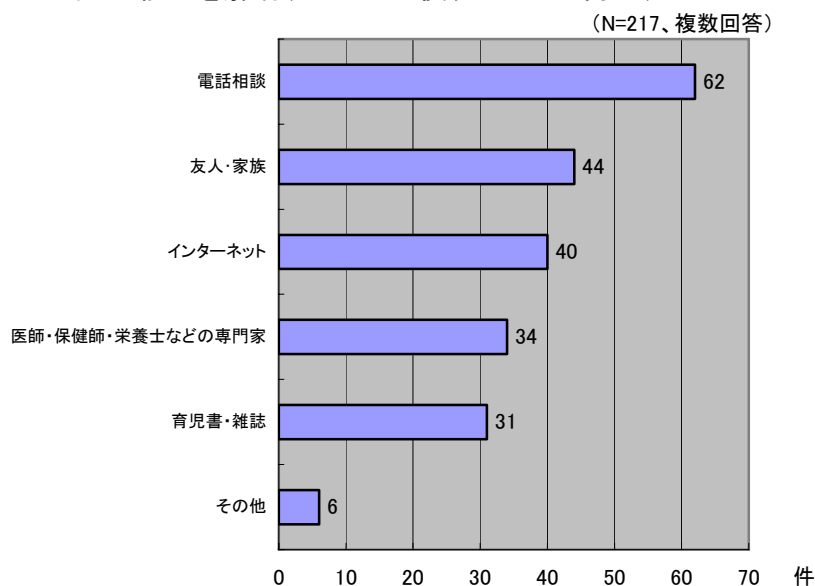
次に、育児の悩みを解決するためによく利用するツールは何かを聞いてみました。

解決のためによく使うツールを複数あげているママが 100 人中 81 人で、全体の 4/5 にのぼりました。「単純な疑問はママ友に、心配が続くときは専門家に聞く(1 ヶ月)」「ミルクのことはメーカーに聞くのが安心。育児書は手元にあり手軽に見る。インターネットはいろいろな人の意見や方法を知りたいときに使う(1 ヶ月)」と、2 つ以上のツールを上手に使い分けていることがわかります。

最も多かったツールはエンゼル 110 番などの「電話相談」で、62 人という結果でした。(図 2) アンケート対象者がエンゼル 110 番利用者であるため、そういった傾向が若干影響された結果であることは否めませんが、「友人・家族」(44 人)、「医師・栄養士・保健師な

どの専門家」(34人)と合わせ、直接やりとりができる双方向のツールが全体の64%にのぼったことが特徴といえます。

図2. 悩みを解消するために使うツールは何ですか？



【HOT VOICE】

- ・ 電話相談は自分の子のことを直接聞けるのがよい。(4ヵ月)
- ・ 友人は聞きやすいが、人によって意見が違って迷うこともある。(9ヵ月)
- ・ エンゼル110番だといつでも詳しく聞いてもらえ、具体的なアイデアをもらえる。(5ヵ月)
- ・ 市の相談は日時が決まっていて使いにくい。(1ヵ月)
- ・ 保健センターに電話をすることが多い。専門家の保健師さんがいるので安心できる。(1ヵ月)
- ・ 信用できるところに相談する。インターネットも市町村の相談ページのみ閲覧する。見ないようにしているのはママたちの「ロコミサイト」。(5ヵ月)
- ・ ママ友には、変に思われそうで相談できない。電話相談だと何でも聞けるし、話せる。(4ヵ月)
- ・ 医師は忙しそうで、聞くタイミングがむずかしい。(5ヵ月)
- ・ インターネットでママの書き込みを読むと、「悩んでいるのは私だけではないのだな」と安心する。(2歳5ヵ月)
- ・ インターネットは情報量が多いし、いつでも利用できて便利なので使う。サイトに登録して、質問に答えてもらうこともある。(1ヵ月)
- ・ 母や姑に聞くが、情報が古いことがある。(9ヵ月)
- ・ 育児書や雑誌は一番手軽に見られる。(3ヵ月)
- ・ ひとりで悩みを溜め込むとストレスで子どもに当たってしまいそう。だから家族には育児の悩みは話すようにしている。(1歳6ヵ月)

【まとめ】

アンケートの結果から、ママたちがさまざまな育児情報や、口コミによって悩みが生じたり、心配が増幅したりするケースがあることがわかりました。そのときのママや子どもの状況、ママの性格などによっても、心配のきっかけになることはいろいろあるようです。たくさんの情報に振り回されないようにとわかってはいても、自分の子どものこととなると平静でいられなくなる母親の心情がうかがわれます。

とは言え、普段の育児での心配を解決するために、適切な情報や、親身に話を聞く相談窓口は必要です。ママたちも試行錯誤を繰り返しながら、自分に合った解決の方法、ツールの上手な利用方法を見つけていっていることがわかりました。

調査の概要

- 対 象 : 「エンゼル110番」に電話をいただいた子育て中のママ 100人
- 調 査 方 法 : 電話による聞き取り調査
- 調 査 期 間 : 平成24年2月1日～4月23日
- 対 象 者 の 属 性 : 「母親の年齢」20代…28人、30代…69人、40代…3人
「子どもの年齢」6ヵ月未満…38人、1歳未満…34人、
2歳未満…20人、2歳以上…8人