



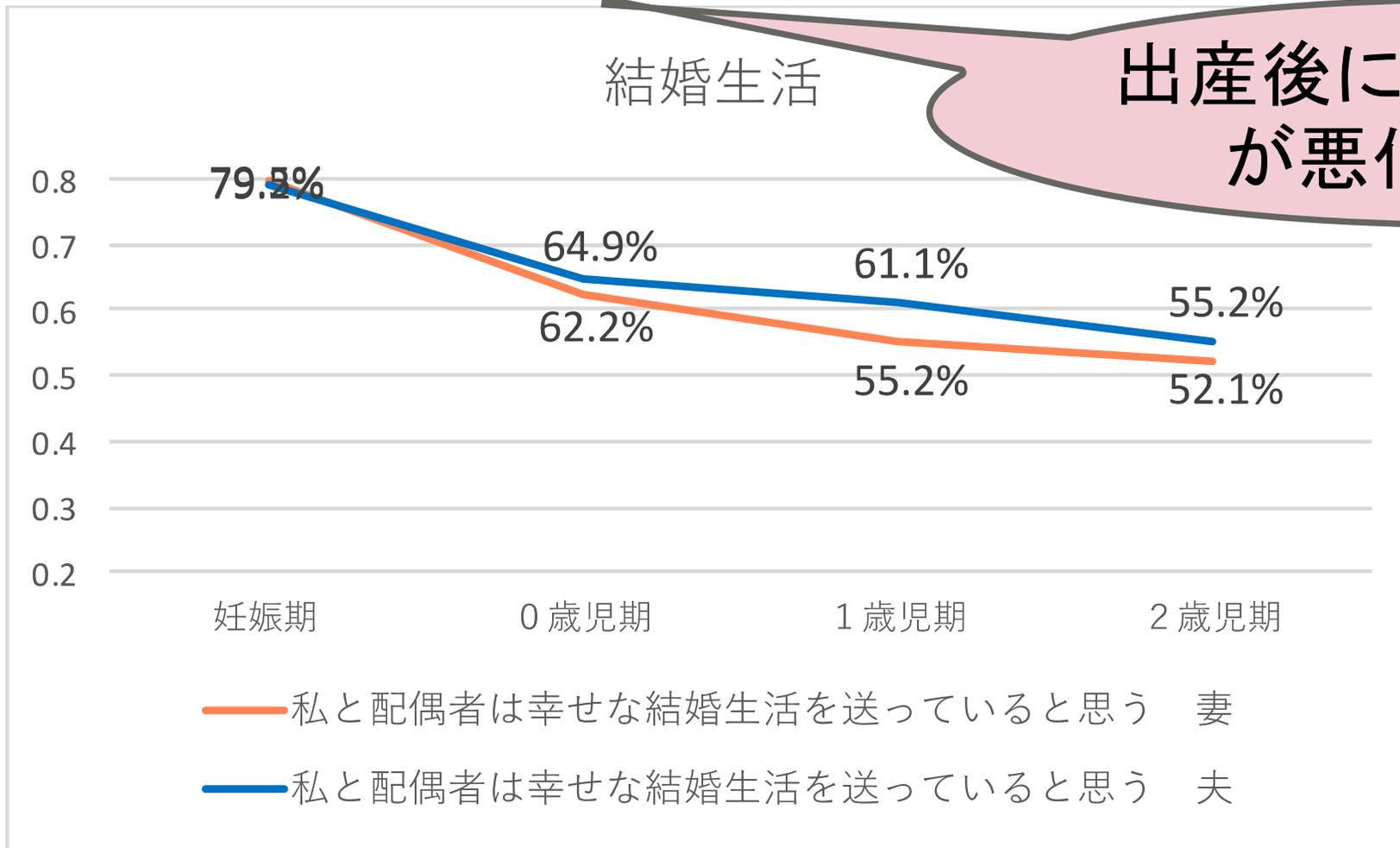
# これからの子育てのために 今、知っておきたいこと

武庫川女子大学 教育学部教育学科 大和晴行



# 妊娠中の子育て大作戦～助走期間を大切に作る～

## その1 産後クライシスとその原因

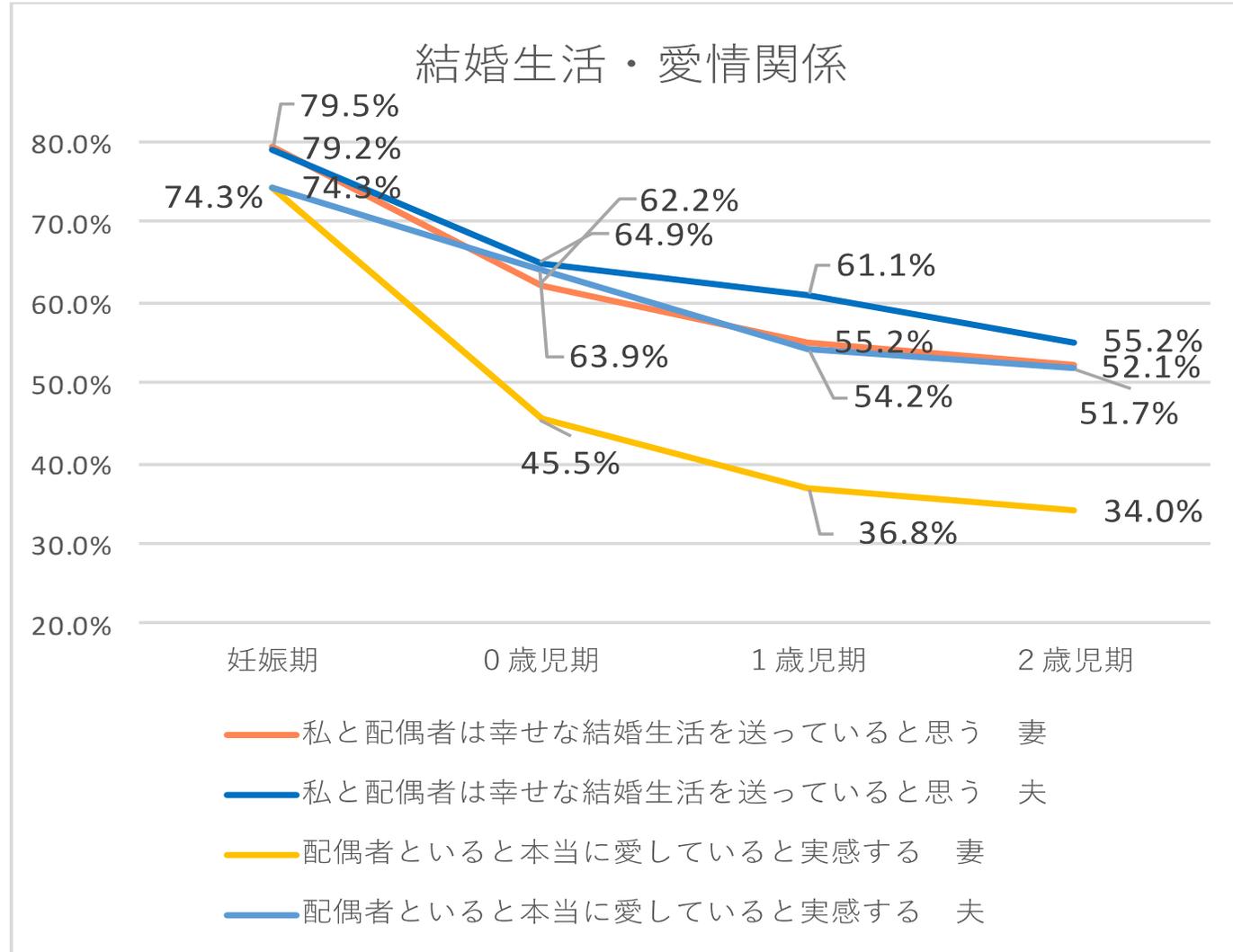


出産後に急激に夫婦仲が悪化する現象

Benesse次世代研究所  
「第1回 妊娠出産子育て  
基本調査・フォローアップ調  
査より」2011年

# 妊娠中の子育て大作戦～助走期間を大切に作る～

## その1 産後クライシスとその原因



家庭としては幸せ

夫婦間は変化

Benesse次世代研究所  
「第1回 妊娠出産子育て  
基本調査・フォローアップ調  
査より」2011年

# 妊娠中の子育て大作戦～助走期間を大切に作る～

- 父親が育児・家事に主体的  
or  
父親が育児・家事のサポーター
- 役割分担の公平性

今、ここで、しっかり話し合い  
当初の役割分担の修正のタイミング

分担については、実際の割合ではなく、夫婦が互いに公平さを感じていることが重要とされている。

妻側が仕事ばかりで父親としての役割を果たしていないと思うケースや、夫側が仕事も育児も自分なりにやっているつもりが妻から評価されていないケースなど。

生まれてから話し合うのではなく、産前によく話し合っておくことが重要。

夫にばかりいろいろ要望していてすみません・・・その理由

## ～産後母親の心身の特徴と変化

夜泣きに対応。  
泣き止まなくても母親へのパスはNG

・身体の不調(睡眠リズムの変化とホルモン分泌、  
母乳に関する悩みなど)

・イライラ

愛情ホルモンのオキシトシンの分泌  
裏腹に他者への攻撃性にもつながる。

一人の時間確保。  
家族全員一緒にこだわ  
らない

・外出の不安や孤独感

・子どもへの関わりに対する戸惑い

足立千晶 大和晴行  
「産後早期の初産婦における育  
児の辛さとその軽減要因に関す  
る研究」  
日本幼少時健康教育研究  
2016 より

「子育てひろば」や「一時預かり」を  
活用する社会へ

- ・一時預かりの金額  
半日1200円～1日3000円等（園により異なる）  
（1時間程度から使える）

我が家では、家計の中にはじめから一時預かり  
の保育料を想定し、月数回利用していた。

今の時期から情報探し  
（父親が主体的に）

# 子育てと大人の睡眠問題

- ・さすがにこの時期、夫の世話までは・・・
- ・眠りをめぐって

夜中も数時間おきに起きる赤ちゃん。母親であるAさんは起きて授乳など対応します。父親のBさんはその時いつも眠っています。ある日、Bさんは、夜中に子供が泣く声で、時々目が覚めることもあるので、別室で眠りたいと提案してきました。

今の時期から分担など話し合い

家庭はストレスなくゆっくりするところ・・・と思うと  
落とし穴が

運転する仕事の方などは、睡眠不足が他者の  
命の危険につながることもあるでしょう。  
そんなときは……

妻の1日の睡眠時間を毎日尋ねる

# パートナーとの子育て～助走期間を大切に作る～

出産は命がけの場面！

仕事と命、趣味（飲み会）と命どっちが大事？

- 夫婦が愛情・感謝の伝え合いの意識。
- 話し合い、情報を共有し、意見を交換する。
- 「関係性を作り上げていくこと」が何よりの準備。
- 「産後クライシス」だけど産前を大切に。

# 過去の参加者からの質問～

子育てに関わる費用に関する話

- ・ミルク代

1缶（約800g）何日もつ？

母乳の程度で異なるが、だいたい月3～4缶

1缶2,000円～3,000円で月10,000円程度

- ・おむつ代

1日に何回ほどオムツを替えるか

月齢で異なるが1日10回程度（すぐ肌荒れする）

市販のおむつの場合で月5000円程度

（+おしりふき月2000円程度）

・習いごと（ひと月の費用）

1位 スイミング 7000円前後（週1回）

2位 体操 7000円前後（週1回）

（上記2種の組み合わせだと 10000円前後）

3位 通信教育 2000円前後

4位 英語 6500円～10000円前後

5位 楽器（ピアノ等）7000円前後

# 子育てに関わる費用に関する話 <保育料>

11

令和3年度 子どものための教育・保育給付に係る利用者負担額表（2号認定・3号認定）

階層 区分	定 義	3歳未満児		
		保育所・認定こども園		
		保育標準時間	保育短時間	
A	生活保護法による被保護世帯及び中国残留邦人等の円滑な帰国の促進並びに永住帰国した中国残留邦人等及び特定配偶者の自立の支援に関する法律による支援給付受給世帯		0	0
B	市民税非課税世帯		0	0
C 1	A階層を除き、市民税が課税されている世帯。父母の市民税所得割を合計した額により、C 1～C 9階層に区分。 ※ 均等割のみ課税の場合はC 1階層	48,600 円未満	~330 10,400	10,300
C 2		48,600 円以上 64,800 円未満	16,500	16,300
C 3		64,800 円以上 97,000 円未満	~470 24,000	23,700
C 4		97,000 円以上 121,000 円未満	35,600	35,100
C 5		121,000 円以上 169,000 円未満	~690 39,100	38,600
C 6		169,000 円以上 213,000 円未満	51,700	50,900
C 7		213,000 円以上 301,000 円未満	~930 56,200	55,400
C 8		301,000 円以上 397,000 円未満	~1130 69,800	68,800
C 9		397,000 円以上	1130以上 84,400	83,100

西宮市ホームページより

[https://www.nishi.or.jp/kosodate/hoikujo/hoikujo/riyofutan/h29riyofutan.files/R3.5.20\\_riyousyahutanngakuhyou.pdf](https://www.nishi.or.jp/kosodate/hoikujo/hoikujo/riyofutan/h29riyofutan.files/R3.5.20_riyousyahutanngakuhyou.pdf)

# ここだけは注意

日本は世界の中でも相当な子ども遅寝大国。

日本でしか見られないような遅寝による子どもの健康問題があります。

3歳で22時以降に寝る子が4割ほどいます。

心身の不調と密接に関係しているので、**21時までの就寝を...**



## ここだけは注意

育児用品の多くは、使用による(長期的な)影響を調べたものはありません。

自力で座れない子どもを、椅子に座らせることはお勧めしません。内蔵圧迫、便秘傾向などがみられます。

# ここだけは注意

子どもとの遊び

外に子どもを遊びに連れて行った際、スマホを見てしまう…

子どもはできたことを褒めてもらう以上に、自分のしていることに関心をもってくれている姿勢や眼差しが嬉しい。

