

日本の育児をめぐる現状と課題解決に向けた展望

－発達科学の観点から－

等々力 花歩

1. はじめに

現代日本は、出生数の減少、虐待件数の増加など、子育てにまつわる問題を抱えている（厚生労働省，2023a，2023b）。政府や地方自治体はこれらの問題の解決を目指し、経済的支援の強化や育児支援を目的とした情報技術の活用などを推進し、2023年4月には「こども家庭庁」が発足した。しかし、上記の問題は未だ解決していない。

この現状を打破するためには、従来の枠組みにとらわれない、新たな発想に基づく育児支援の提案と実施が必要であると考えられる。その糸口となるのは、生物としてのヒト (*Homo sapiens*) が、これまでどのように子育てを行ってきたのか、という視点である。ヒトは、母親以外の他個体 (e.g., 配偶者, 兄弟, 祖父母, 地域の人) が子育てに関わる、共同養育 (Alloparenting) という形態によって進化してきたと考えられている (明和, 2012, 2013)。血縁者であるかどうか、自分に子どもがいるかどうかに関わらず、所属する集団の複数のメンバーで共同で子育てを行ってきた。しかし、現代の日本社会においては、戦後の核家族化、地域社会のつながりの希薄化などに伴い、子育て世帯が孤立しやすい状態にある。例えば、地域に子育ての悩みを相談できる人がいる、と回答した子育て世帯の人は、全体のおよそ3割であったという報告もある (文部科学省, 2022)。さらに、子育て世帯とそうでない世帯の分断は、子どもと触れ合う機会の減少にもつながる。そのため、子どもを世話した経験がないまま、子どもを産み、親となる人も少なくないと推察される。そこで今必要なのが、社会全体が共同養育者として、子ども、そして親の育ちに関わっていくことの必要性を、科学的根拠に基づき周知していくことである。

こうした目標を掲げ、本稿では、図1に掲げた内容についてそれぞれ議論する。まず、日本における少子化や育児負担などの社会課題の現状とその背後にある関連要因を考える。続いて、共同養育形態に関する知見を紹介し、社会に共同養育を実装することの重要性を述べる。そして、その実現に向け、非血縁者による共同養育と、今後の

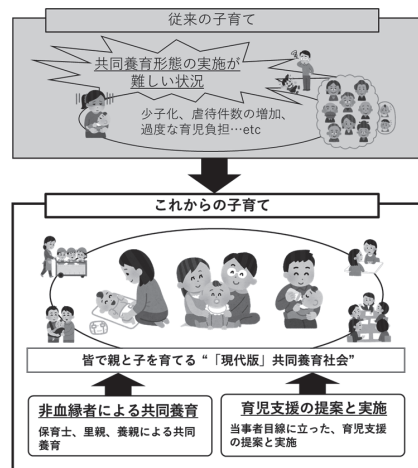


図1. 本稿の内容

育児支援の方向性について、展望する。非血縁者による共同養育については、保育士や里親・養親に焦点を当てる。今後の育児支援の方向性については、養育者が、育児に喜びや効力感を得て、自身の成長を実感できる育児支援と、養育者と子どもの個人差を踏まえた、「個別型」の育児支援の必要性を論じる。

2. 日本における育児についての問題

現状と課題

令和4年、日本における出生数は、過去最少の77万747人となった。出生数の推移を見ると、日本の厳しい状況がうかがえる。これまでの最多出生数は、第二次世界大戦後の第一次ベビーブーム期における約270万人であり、第二次ベビーブームの1973年にも約209万人を記録している(厚生労働省, 2023a)。しかしそれ以降、出生数は減少傾向にあり、令和52年には50万人にまで落ち込むと想定されている(内閣府, 2023)。夫婦と子どもから成る世帯の減少も報告されている。2005年では約1463万1千世帯あった世帯数は、2020年には約1394万9千世帯となり、一般世帯全体に占める割合も低下している(総務省統計局, 2021)。さらに、夫婦の理想の子ども数の平均も、2000年代以降、緩やかな減少を続けている。2021年の調査では、1977年以降で最も少ない2.25人となった(国立社会保障・人口問題研究所, 2022)。子どもを産み育てることへの意欲低下は、未婚者にも見受けられる。未婚の男性・女性ともに、希望子ども数は減少傾向にあり、2021年には、未婚女性の平均希望子ども数が初めて2人を下回った(国立社会保障・人口問題研究所, 2022)。年少人口が減少し、今後もその傾向が続くと思われる一方で、高齢者数は増加を続けており、現役世代の社会保障費の負担増加や、労働力不足が懸念される。少子化の一刻も早い改善は、日本にとって喫緊の課題である。

なぜ、子どもの数は増加しないのだろうか。その要因の一つに、養育者の心理的、肉体的負担がある(内閣府, 2021)。実際に、先行研究では、養育者が過度な育児負担を抱えている現状が指摘されている。2021年に発表された研究では、調査に参加した母親のうち28.7%が、産後うつリスクが高い状態であったことが報告されている(Matsushima, Tsuno, Okawa, Hori, & Tabuchi, 2021)。さらに、産後1年の時点で産後うつのリスクを抱えている母親のうち、約半数は産後1か月の時点では産後うつリスクを抱えていなかったことが明らかになり(Kikuchi et al., 2021)、出産前後からの長期的な支援の必要性が明確に示された。また、父親も、母親と同程度の割合で心理的なリスクを抱えているという報告もある(Takehara, Suto, & Kato, 2020)。1歳から6歳の子どもの子育て中の母親を対象とした調査では、約7割の母親が過去1か月間に、疲労感、肩こり、体のだるさ、冷えなどの症状を自覚していたことが明らかになっている(山西・渡辺, 2017)。養育者の過度な育児負担感は、子どもへの養育態度にも影響を及ぼすかもしれない。虐待死の事例検討においては、養育者の育児不安や育児負担がその一因となった可能性が報告されている(厚生労働省, 2022a)。令和3年度の児童虐待相談対応件数が過去最多の20万7,660件にのぼったことも、留意すべき点であろう(厚生労働省, 2023b)。

養育者が育児負担を感じる要因として、まず、養育者の生活スタイルの変化が考えられる。例えば、女性の第一子出産前後での継続就業率は、1980年代後半は39.2%であったのに対し、2010年代には53.1%となり、育児だけでなく仕事にも注力する女性が増加している(内閣府,

2022)。しかし、日本では依然として、育児の主たる役割を女性が担うことが多い。育児休業取得率については、令和3年度調査で女性は85.1%であったのに対し、男性は13.97%であった(厚生労働省, 2022b)。さらに、育児休業の取得期間を見ると、女性の約8割が10か月以上であったのに対し、男性は5割以上が2週間未満であった(厚生労働省, 2022b)。ここ数年間で男性の育児参加も推進されてきたが、育児の負担比率には未だ大きな男女差がある。

さらにもう一つ、養育者の育児負担に関連する要因が考えられる。それは、養育者が、祖父母などの血縁者から支援が受けにくい状態にある、ということである。日本では核家族化が進み、多くの子育て世帯が養育者と子どものみで生活している。つまり、育児において手助けを頼むことができる人が家庭内にいない、という世帯が多く存在する。また、地域社会とのつながりの希薄化も指摘されている(文部科学省, 2022)。このような状況では、育児において身体的・精神的なつらさを感じても、外部に助けを求めることは難しいだろう。その結果、養育者は、過度な育児負担を抱え込みやすくなってしまうと推察される。

政府・地方自治体の具体的取り組みや情報技術の活用

これまで、政府や地方自治体などによって、少子化の改善や養育者の育児負担の軽減を目指す取り組みが行われてきた。例えば、2019年から、3～5歳の子どもの幼稚園や保育園などの利用料が原則無料となった。待機児童数の緩和に向けた取り組みもなされ、子どもをもつ家庭の経済的負担の軽減や、養育者の就業の促進が図られている。また、子どもを望む人へのサポートの一環として、2022年から不妊治療費用の保険適用が開始している。先述のように、2023年4月には子どもと家庭の福祉の増進・保健の向上等の支援を担う、「こども家庭庁」が発足した。本格的な実働はこれからとなるが、子育て家庭への包括的な支援や、妊娠期からのサポートの充実化などに取り組む予定であるという。また、各自治体では、乳児家庭全戸訪問事業において、生後4か月までの乳児のいる家庭を訪問し、養育者から育児に関する不安を聞いたり、親子の心身の状況を把握したりしている。

さらに、育児支援に情報技術を活用しようとする動きも進んでいる。令和2年版の少子化社会対策白書には、Baby(赤ちゃん)とTechnology(技術)を組み合わせた「ベビーテック」という言葉が登場した。ベビーテックは、広義に、妊娠期からを対象とした、赤ちゃんに関する技術全般を指す使い方がなされている(内閣府, 2020)。内閣府は、ベビーテック製品の利用が進み、家事・育児が効率化されれば、子どもと向き合う時間が増え、ゆとりある子育てにつながるのではないかと期待を示している(内閣府, 2020)。実際に、家庭内で育児支援を行うロボットの開発が進みつつある。その一例に、遠隔協同子育てロボット「ChiCaRo」がある。このロボットは、ビデオチャットや遠隔操作による移動が可能である。離れた場所に住む家族が、このロボットを通じて子どもの相手をすることで、養育者の育児負担を軽減することが期待されている(阿部, 2022)。

このように、子育て家庭や養育者の育児負担を緩和するために、さまざまな取り組みがなされているといえる。しかし現実には、虐待件数は増加の一途をたどり続けており、依然としてその課題解決はおろか、悪化が続く現状にある。では、どうすればこの事態を改善させることができるのだろうか。この問いを考えるためには、これまで私たちヒトという生物が進化の過程で適応してきた育児形態は本来どのようなものであったか、という根幹的問いに立ち戻る必

要がある。そうした生物学的制約をふまえることで、現代日本で行われている育児を支援するために何が必要なのかを再考し、支援の方向性を模索できるだろう。

3. 生物としてのヒトの子育て

共同養育による子育て

ヒトは、父親、祖父母、兄弟、血縁関係にない他個体 (ex. 地域の人々) など、母親以外の複数の者が子育てに関わる、共同養育形態によって命を繋いできたと考えられている。その根拠の一つとして、他の霊長類とヒトの出産間隔の違いが挙げられる。チンパンジーやニホンザルは、基本的に、長子が母親から自立し始める頃に次の子どもを産む。チンパンジーは4歳頃、ニホンザルは1歳頃に離乳期を迎えるため、出産間隔は、チンパンジーで5~8年、ニホンザルで2年ほどになる (明和, 2012, 2013)。一方で、ヒトは、自立するまでに10年以上の年月が必要であるが、母親はそれを待たずに短期間で次子を産む。ヒトにおいて子孫を残す生存戦略としては、母親のみが育児を担う形態は適応的ではない。ヒトは、母親以外の複数の他個体が共同養育をすることで、母親は出産後の身体を早くに回復させ、次子の出産に向けた準備に入ることができる (明和, 2012, 2013)。

日本における共同養育の現状

しかし、現在の日本では、共同養育の実施が難しい状況にある。1986年時点で575万7千世帯あった三世帯世帯は、2022年には半分以下の208万6千世帯にまで減少した (厚生労働省, 2023c)。現代社会では、児童がいる世帯のうち、8割以上は核家族であり、三世帯世帯は11.1%である (厚生労働省, 2023c)。核家族において、共同養育者の役割を最も期待されるのは配偶者やパートナーである。しかし、育児に費やす時間は、男性と女性で異なるようだ。例えば、6歳未満の子どもがいる夫婦において、一日あたりの家事・育児関連時間は、妻が7時間34分であるのに対し、夫は1時間23分であることが報告されている (内閣府, 2022)。育児休業取得率や取得期間も女性の方が男性よりも多く、大きな男女差がある (厚生労働省, 2022b)。また、近年は、ひとり親世帯が増加傾向にある。ひとり親と子どもから成る世帯の数は、2005年では約407万世帯であったが、2020年には約500万3千世帯となった (総務省統計局, 2021)。ひとり親世帯の母親は、祖父母と同居しているシングルマザーやふたり親世帯の母親の2倍近くの割合で心理的なリスクを抱えていることが報告されている (Kato, Takehara, Suto, Sampei, & Urayama, 2021)。共同養育形態によって進化してきたヒトにとって、養育者一人が子育てを担うことは本来不自然なことであり、育児負担感を抱えやすい状況にあると推察される。

親としての脳と心 (親性脳) を育む機会の減少

共同養育の実施が難しいことで引き起こされるのは、過度な育児負担感だけではない。自らが親となる前に、子どもを世話し、親としての脳と心を育む機会も減少していると考えられる。子育てにおいて、子どもは出生後、歩行、発話、排泄の自立など、目覚ましい成長を見せる。では、養育者はどうだろうか。例えば、父親になることによる変化として、家族への愛情の深まりや、子どもを通しての視野の広がりがある (森下, 2006)。しかし、子どもが生まれたからといって、すべての養育者が、即時に親としてのふるまい (ex. 乳児が泣いた時に、授乳やおむつ替えなどの養育行動を速やかに行う) ができるわけではない。そこには、大きな個人差があ

る。そこで近年は、養育者の脳活動を計測することで、養育行動の生物学的基盤を明らかにしようとする動きが進みつつある。先行研究によると、養育行動の発現とその維持には、ある特定の複数の脳内ネットワーク、「親性脳ネットワーク」が関与していることが示唆されている。ヒトの親性脳ネットワークには、感情処理ネットワークとメンタライジングネットワークが含まれる (Abraham et al., 2014; Feldman, Braun, & Champagne, 2019)。感情処理ネットワークは、扁桃体、島などを含み、子どもの泣きなどの情動への反応に関与する。メンタライジングネットワークは、上側頭溝、腹内側前頭前野などを含み、子どもの置かれた状況の推察に関与する。さらに、先行研究では、養育経験によって、これらの親性脳ネットワークや、ネットワークに含まれる脳部位の活動に変化が見られることが報告されている (Abraham et al., 2014; Diaz-Rojas et al., 2021)。

Abraham et al. (2014) は、第一養育者の母親、第一養育者の父親、第二養育者の父親の三群を対象に、参加者と参加者の子どもと一緒に遊んでいる動画を提示し、動画視聴中の参加者の脳活動を計測した。第一養育者は、両親のうち、乳児が生まれてから日常的に、直接的な世話をを行っている養育者であった。第二養育者は、両親のうち、第一養育者でない養育者であった。その結果、第一養育者の母親は、第二養育者の父親よりも、扁桃体 (表情への反応などに関与する脳部位; e.g., Breiter et al., 1996) の有意な活動が見られた。一方で、第一養育者の母親と第一養育者の父親の間には有意な差が見られなかった。さらに、第一養育者の父親と第二養育者の両方を含む父親全体において、子どもと過ごす時間と、扁桃体と上側頭溝 (視線や口の動きなど、社会的情報の知覚に関与する脳部位; e.g., Allison, Puce, & McCarthy, 2000) の繋がりに正の相関が見られた。これらの結果は、親性脳ネットワークの活動は、生物学的な性別や妊娠・出産経験ではなく、養育経験によって可塑的に変化することを示している。

最新の研究では、まだ子どもがいない男性においても、それまでの養育経験によって、親性脳の発達が見られることが明らかになっている。Diaz-Rojas et al. (2021) では、パートナーが妊娠中の男性 (父親群) と、パートナーとの間に子どもが生まれる予定のない男性 (統制群) を対象に、乳児の動画を視聴中の脳活動を計測した。全脳解析の結果、父親群と統制群の両方で、動画視聴中に、親性脳に関する脳領域が活動していた。これは、子どもが生まれる予定があるかどうかに関わらず、男性が親性脳を潜在的に持っていることを示している。さらに、各脳領域の活動パターンを詳細に解析した結果、父親群と統制群では、島 (共感などに関与する脳部位; e.g., Kurth, Zilles, Fox, Laird, & Eickhoff, 2010) の活動パターンに差が見られた。これは、男性においても、パートナーの妊娠期から親性脳が発達し始めていることを示している。また、養育経験によって、上側頭溝などの脳活動パターンが異なっていたことから、子どもが生まれていない男性においても、養育経験が親性脳の発達に寄与することが明らかとなった。

佐々木ほか (2011) では、養育経験による心理面の変化を検討するため、大学生の男女を対象に、乳幼児を抱っこする・遊ぶなどの体験を計 10 回ほど行った。その結果、体験前後で、乳幼児への好意感情に関する質問紙の得点や、育児への積極性に関する質問紙の得点が有意に増加した。

これらの知見は、ヒトは、養育経験の積み重ねによって、親としての脳や心を育てていくことを明確に示している。しかし、現代日本においては、核家族化や地域社会のつながりの希薄

化が進み、子どもがいない人は、子どもと触れ合う機会を得られにくくなってきていると考えられる。このような状況下では、自らに子どもが生まれる前に、養育経験を積むことは難しい。一方で、核家族化の流れを簡単に止めることはできない。現代社会において実現可能な、現代版の共同養育社会システムを設計していく必要がある。

4. これからの子育て支援において重要な視点

「現代版」共同養育社会の実現

ここで重要となるのが、社会全体が共同養育者となる、という考え方である。皆で親と子どもを育てていく。これこそが、今の子育てに必要な姿勢である。これを実現するために、共同養育者としてまず期待されるのは、配偶者やパートナーである。しかし、家事・育児への参加時間、育児休業取得率などのデータから（厚生労働省，2022b；内閣府，2022），母親に育児負担が偏っており、配偶者やパートナーから支援を受けにくい現状がうかがえる。さらに、核家族化が進んだ今日、祖父母・叔父叔母といった家族からの支援も難しい。こうした現状において必要となるのが、非血縁者による共同養育、そして、社会全体による育児支援の推進である。

非血縁者による共同養育とは、配偶者やパートナー、そして祖父母などの家族から支援を受けることが難しい養育者に、家族ではない非血縁者が共同養育者として関わっていく子育てである。この関わりによってもたらされるのは、育児負担の軽減だけではない。昨今の虐待件数の増加からも見て取れるように、日本では、生みの親のもとで育ったり、生みの親と安定した関係性を築いたりすることが難しい子どもたちが存在する。血縁者と関係性を築くことが難しい子どもたちにとっては、非血縁者が、安定した関係性を築く対象となりうる。つまり、非血縁者による共同養育は、社会的養護にも寄与できるのだ。ヒト本来の子育てが共同養育という形態であることを踏まえると、血縁関係にない他者が育児に参加するのは生物として当たり前のことである。続く第5章では、非血縁者による共同養育の具体例や、非血縁者による共同養育を支え、広げていくために必要な取り組みについて述べる。

また、共同養育社会を実現するためには、社会全体が、育児支援の提案や実施に取り組むことが求められる。養育者と子どもが今のような立場におかれているのか、そして彼らがどのような支援を求めているのか、当事者目線からボトムアップ的に支援を提案し、実施していくべきである。そこで第6章では、今後の育児支援の具体的な方向性や内容について述べる。

5. 非血縁者による共同養育

家族外の非血縁者が共同養育者として関わる方法は、多岐にわたる。例えば、地域の一員として、子どもがいる家庭に声をかける、子どもと遊ぶなど、子育て世帯と交流を持つことが挙げられる。公共交通機関や商業施設等で、困っている養育者に声をかけることも考えられる。このような働きかけにより、子育て世帯の孤立を防ぎ、助けをもとめやすい環境を整えていくことができるだろう。さらに、特定の職業や制度においては、非血縁者による親子への長期的な関わりも期待される。本稿では、中でも、養育者や子どもと日常的に関わる、保育士と里親・養親に焦点を当て、その職業・役割の理解を深めるとともに、処遇改善や制度発信の必要性について考察する。

共同養育者としての保育士

非血縁者において、親と子どもに関わる共同養育者として最も期待されるのは、保育士である。保育園では、一日あたり8～11時間ほどの保育が行われている。夜間の睡眠時間を除けば、養育者と過ごす時間より、保育士と過ごす時間の方が長い子どもたちがいる。そのような子どもたちにとって、保育士と安定した関係を築くことは非常に重要である。さらに、保育士は、子どもだけでなく、その養育者とも関わりを持つ。つまり、親を支えるという社会的機能も担う存在といえる。厨子・佐川(2019)では、保育園や認定こども園の0～5歳児クラスの子どもの母親を対象に質問紙調査を行い、保育者によるソーシャルサポートが、子育てについて保育者と話すとはっとするとといった母親の安心感に正の影響を及ぼすこと、さらに、母親の安心感が、子育ての悩みを保育者に伝えるとといった母親の援助要請に正の影響を及ぼすことを示した。保育士による養育者支援は、養育者が安心して子育てに取り組むことにつながると考えられる。

保育士は、こうした社会的価値を担う専門職であることを認識しながら、日々の実践につなげていくことが求められる。そのために今後必要となるのは、保育士が、保育に対して動機付けを抱いたり、自身の働き方に満足できたりするような取り組みと社会支援を行っていくことである。厚生労働省の調査では、保育士の退職理由として最も多かったのは「職場の人間関係」であり、次いで「給料が安い」、「仕事量が多い」、「労働時間が長い」といった理由が選ばれたことが明らかになっている(厚生労働省, 2022c)。政府は、令和3年度から開始した「新子育て安心プラン」に基づく約14万人分の保育の受け皿整備に伴い、保育人材の確保に動き出している。しかし、単に保育士の数を増加させるだけでは、保育士が保育への動機付けを維持していくことはできないだろう。保育士として長く働く人を増やしていくためには、保育士の労働環境や処遇を改善する必要がある。加えて、現代日本において、保育士がヒトの持続的生存を支える共同養育者であるという理解を社会に広く浸透させていけば、保育士という専門職の社会的意義が共有される。それは、ひいては、保育士の処遇改善に関する社会制度の見直しや、保育士の労働環境の改善にもつながると考えられる。

共同養育者としての里親・養親

長期的な子どもとの関わりという側面においては、里親制度や養子縁組制度の活用も考えられる。里親や養親は、生みの親のもとで育つことが難しい子どもにとって、安定した関係性を築くことができうる存在である。その一方で、日本の児童養護は施設偏重の傾向があることが指摘されている。日本において、乳児院入所児、児童養護施設入所児、里親・ファミリーホーム(自宅で5、6人の子どもを養育する事業)委託児は、令和3年度末で計33,157名にのぼる。そのうち、里親のもとやファミリーホームで暮らしているのは23.5%の児童であり、それ以外の子どもたちは、乳児院や児童養護施設で集団生活を送っている(こども家庭庁, 2023)。また、日本における特別養子縁組の成立件数は、平成25年で474件であったのに対し、令和3年では683件まで増加した(こども家庭庁, 2023)。しかし、社会的養護を必要とする子どもの総数を考えると、十分な成立件数とはいえないだろう。

日本財団が、全国の20代～60代の男女一人を対象に、里親の認知度について調査したところ、約6割は「全く知らない」もしくは「名前を聞いたことがある程度」と回答し、残りの約4割は、「内容をよく知っている」もしくは「内容をある程度は知っている」と回答した(日

本財団, 2019)。また, 18歳~69歳の男女3,000名を対象に, 特別養子縁組制度の認知度を聞いた調査でも, 約7割は「全く知らない」もしくは「名前を聞いたことがある程度」と回答した(日本財団, 2020)。里親制度や養子縁組制度のさらなる普及のためには, まず, 制度の内容や詳細を社会に発信していくことが必要であると推察される。

非血縁者が共同養育者となれる可能性を, アタッチメントの側面から考える

非血縁者は, 子どもにとってどのような存在に成り得るのだろうか。子育てに関する文脈では, 養育者と子どもの関係性を表現する際に, 「アタッチメント (attachment)」という言葉が時折用いられる。Bowlbyのアタッチメント理論によると, アタッチメントにおいて重要なのは, 接触である (Bowlby, 1982/1991)。子どもは, 不快な身体状況に陥ったとき (ホメオスタシスの崩れ) ある特定の誰かに接近, 接触することで, 自分の身体の外側から崩れた内部状態を制御してもらい, 回復する。こうした身体経験の積み重ねによって, 子どもはその他者に対する脳内モデルとしてのアタッチメントを形成していくと考えられている。

アタッチメント形成は, ある特定の誰かとの身体接触が基盤となっている生物学的理由を考慮すると, 母親でなくとも, 血縁関係にない者でもアタッチメント対象となりうる。つまり, 保育士, 里親, 養親といった非血縁者であっても, 日々の養育において子どもと関わり, 身体接触を蓄積することで, アタッチメントを築く可能性がある。実際, Bowlby自身も, アタッチメント対象を母親に限定してはいない (Bowlby, 1982/1991)。

先行研究では, 幼少期において, 生みの母親とどのようなアタッチメントを築くかによって, 十代以降の不安傾向に違いが見られることが報告されている (e.g., Warren, Huston, Egeland, & Sroufe, 1997)。子どもにとって, アタッチメントの形成は, その後の精神的健康にも影響することといえる。

6. 今後の育児支援の方向性

ここまでは, 共同養育者としての非血縁者の重要性について述べてきた。さらに, 社会全体が共同養育者としての役割を担う上では, 本来に必要な育児支援を, 当事者の視点から提案し, 実施していくことも必要である。そこで本稿では, 2つの育児支援の方向性について展望する。

養育者が, 育児に喜びや効力感を得て, 自身の成長を実感できる育児支援

養育者は, 養育経験の積み重ねによって, 親としての脳と心を育んでいく (Abraham et al., 2014; Diaz-Rojas et al., 2021; 佐々木ほか, 2011)。このことから, 養育者が子育てで経験を積みたいと思えるような支援を行うことで, 養育者はより育児に積極的に関わろうとし, 結果的に親としての脳や心を育てていくことができると考えられる。しかし, 育児における心理的・身体的負担の軽減を目指す従来の支援の方向は, 育児の省力化・利便化が主であった。本稿で述べてきたように, 今後重要となるのは, 養育者が育児に喜びや効力感を得て, その経験を通じて自身の成長も実感できる支援である。この実現により, 育児への動機付けを高めることができる。

実際に, 養育者の育児効力感を高めたり, 育児の楽しさを日常場面で感じるための取り組みが始まっている。2019年, 母親のポジティブ感情を高めるオムツが発売された (ユニ・チャーム株式会社, 2019)。オムツ交換は, 世話をする者と乳児のコミュニケーションの一つである。

しかし、前言語期にある乳児から明確にポジティブなフィードバックを受け取ることは難しい。そこで、乳児の排泄によって、「ありがとう」「だいすき」といったポジティブなメッセージが浮かび上がるオムツが開発された。この開発品の性能検証として、まず、従来品のオムツと開発品のオムツを参加者の家庭で3日間使用してもらった。その後、参加者に従来品と開発品のオムツ交換の動画を提示し、動画視聴中の参加者の脳波と主観的感情を測定した。その結果、従来品の交換動画を見ている時よりも、開発品の交換動画を見ている時の方が、母親の主観的なポジティブ感情が高く、ポジティブ感情処理に関連する脳活動もより高くなることが実証された (Tanaka, Diaz-rojas, Suga, So, & Myowa, 2019; ユニ・チャーム株式会社, 2019)。

また、トイレトレーニングを親子で楽しく進めるアプリケーションにも注目が集まっている (ユニ・チャーム株式会社, 2017)。これまで、トイレトレーニングは、排泄の不快感や失敗経験によって進められることが多かった。しかし、このアプリケーションでは、親子ともに効力感・肯定感をもってトイレトレーニングをすることを目的としている。このアプリケーションには AR 機能が搭載され、ムーニーちゃんというアバターが子どもをトイレに誘ったり、養育者にハグしてもらうことを促したりする。このアプリケーションは多くの養育者に受け入れられ、2023年6月時点で17万ダウンロードを達成している。

養育者と子どもの個人差を踏まえた、「個別型」の育児支援

もう一つ、重要な視点がある。それは、養育者や子どもがもつ特性はきわめて多様である、という事実である。特に、育児場面において、育児ストレスを抱えやすい養育者とそうでない養育者がいることは自明である。例えば、幼稚園児の母親を対象に、育児ストレスの程度を評価した調査によると、育児ストレス得点は、参加者間で2倍以上の差があったという (花田・永江・大石・本田, 2007)。生後1年未満の乳児の母親を対象に実施された調査では、育児ストレスの程度は、母親のエフォートフル・コントロールや、乳児の負の情動などの気質特性と関連した (Oddi, Murdock, Vadnais, Bridgett, & Gartstein, 2013)。さらに、ソーシャルサポート得点が高い母親ほど、育児ストレスが低い傾向にあったことも報告されている (丸, 2015)。このように、育児ストレスの程度は、個人特性や各家庭の状況によって大きく異なっている。

乳幼児の特性にも大きな個人差がある。例えば、社会性は、発達初期から個人差が見られることが分かっている。ヒトは、生後14か月頃から、他者が誤って落とした物を拾って渡す、という援助を行う (Warneken & Tomasello, 2007)。だが、すべての乳児が同じようにこのような援助を行うわけではない。乳児の援助行動の表出のしやすさには、刺激への接近のしやすさを表す気質特性などが関連することが示されている (e.g., Cirelli, Einarson, & Trainor, 2014)。

このように、養育者や子どもは、それぞれの特性を持っている。深刻な育児ストレスを抱えている養育者とそうでない養育者、悲しみや不安を感じやすい子どもとそうでない子どもでは、必要とする支援もその効果も、全く異なるだろう。まず、どのような特性の子どもと養育者が、どのような場面において育児負担や不安を感じているのか、そしてどのような支援を求めているのか、明らかにすることが求められる。そして、その個人差に応じた「個別型 (personalized)」の育児支援を実現する必要がある。個別型の育児支援を進めていくためには、AIやロボットなどの情報技術の活用も期待される。養育者と子どものライフログを収集することで、育児場面や日常場面に即した支援ニーズを把握することができるだろう。実際に、乳児を子育て中の母

親のライフログを収集した事例研究では、子どもの寝かしつけや抱っこ、外出などが、母親にとって身体的負担の大きい行動であることが明らかになり、育児支援においてこれらの行動を重点的にサポートする必要性が示唆されている(滝・角田・高野倉・山田, 2017)。高度に情報化された社会「Society 5.0」を羅針盤として日本の未来社会が設計されている中、育児現場でも、養育者と子どものデータを活用し、その成果が彼ら自身に還元されるような育児支援を開発、実装していくことが求められる。

おわりに

本稿では、社会全体による共同養育に向け、養育者が育児に喜びを感じ、その経験を通して自分の成長を実感できる育児支援や、養育者と子どもの個人差を踏まえた「個別型」の育児支援を行っていくことの必要性を論じた。ヒトを対象とした、育児をする者の脳と心に関する基礎研究を概観すると、その個人差、中でも男性を対象とした研究は、知見が蓄積されている最中である。現代日本において、家族の形は多様化してきている。男性が第一養育者としての役割を担う家庭もあるだろう。育児支援の提案や実装を考える上では、母親だけでなく、男性やその他の養育者を対象とした基礎研究の発展、活用が必要である。さらに、非血縁者も育児に関わる共同養育社会の実現に向けては、その役割を担う人たちの社会的役割や専門性について、社会全体の認識を高めることも必要であり、この点においても基礎研究の役割が期待される。

謝辞

本稿の執筆にあたりご指導を賜りました、京都大学大学院教育学研究科の明和政子先生、田中友香理先生に心より御礼を申し上げます。本稿は、日本学術振興会 (JSPS) 科学研究費助事業特別研究員奨励費 (22KJ1869, 代表: 等々力花歩) の助成を受け執筆されました。

引用文献

- 阿部香澄. (2022). ポストコロナ時代に活躍する遠隔保育技術. *計測と制御*, **61**, 227–230.
- Abraham, E., Hendler, T., Shapira-Lichter, I., Kanat-Maymon, Y., Zagoory-Sharon, O., & Feldman, R. (2014). Father's brain is sensitive to childcare experiences. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, **111**, 9792–9797.
- Allison, T., Puce, A., & McCarthy, G. (2000). Social perception from visual cues: role of the STS region. *Trends in cognitive sciences*, **4**(7), 267–278.
- Bowlby, J. (1991). *母子関係の理論 I 愛着行動* (新版) (黒田実郎・大羽 稔・岡田洋子・黒田聖一, 訳). 東京: 岩崎学術出版社. (Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss. Vol. 1 Attachment* (2nd ed.). London: The Hogarth Press.)
- Breiter, H.C., Etcoff, N.L., Whalen, P.J., Kennedy, W.A., Rauch, S.L., Buckner, R.L., Strauss, M.M., Hyman, S.E., & Rosen, B.R. (1996). Response and habituation of the human amygdala during visual processing of facial expression. *Neuron*, **17**(5), 875–887.
- Cirelli, L. K., Einarson, K. M., & Trainor, L. J. (2014). Interpersonal synchrony increases prosocial behavior in infants. *Developmental Science*, **17**(6), 1003–1011.

- Diaz-rojas, F., Matsunaga, M., Tanaka, Y., Kikusui, T., Mogi, K., Nagasawa, M., Asano, K., Abe, N., & Myowa, M. (2021). Development of the paternal brain in expectant fathers during early pregnancy. *NeuroImage*, **225**, 117527.
- Feldman, R., Braun, K., & Champagne, F. A. (2019). The neural mechanisms and consequences of paternal caregiving. *Nature Reviews Neuroscience*, **20**, 205–224.
- 花田裕子・永江誠治・大石和代・本田純久. (2007). 潜在的児童虐待リスクスクリーニング尺度の基準関連尺度による信頼性・妥当性. *保健学研究*, **19**(2), 51–58.
- Kato, T., Takehara, K., Suto, M., Sampei, M., & Urayama, K. Y. (2021). Psychological distress and living conditions among Japanese single-mothers with preschool-age children: An analysis of 2016 Comprehensive Survey of Living Conditions. *Journal of Affective Disorders*, **286**, 142–148.
- Kikuchi, S., Murakami, K., Obara, T., Ishikuro, M., Ueno, F., Noda, A., Onuma, T., Kobayashi, N., Sugawara, J., Yamamoto, M., Yaegashi, N., Kuriyama, S., Tomita, H. (2021). One-year trajectories of postpartum depressive symptoms and associated psychosocial factors: findings from the Tohoku Medical Megabank Project Birth and Three-Generation Cohort Study. *Journal of Affective Disorders*, **295**, 632–638.
- こども家庭庁. (2023). 資料集「社会的養育の推進に向けて (令和5年4月5日)」. こども家庭庁. 〈<https://www.cfa.go.jp/policies/shakaiteki-yougo/>〉 (2023年8月21日19時00分).
- 国立社会保障・人口問題研究所. (2022). 第16回出生動向基本調査 結果の概要. 国立社会保障・人口問題研究所. 〈https://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou16/doukou16_gaiyo.asp〉 (2023年8月21日17時00分).
- 厚生労働省. (2022a). 子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について (第18次報告) (社会保障審議会児童部会児童虐待等要保護事例の検証に関する専門委員会) 【概要版】. 厚生労働省. 〈https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000190801_00006.html〉 (2023年8月22日18時00分).
- 厚生労働省. (2022b). 令和3年度雇用均等基本調査 結果の概要 事業所調査. 厚生労働省. 〈<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/71-r03.html>〉 (2023年8月22日17時00分).
- 厚生労働省. (2022c). 令和4年版厚生労働白書—社会保障を支える人材の確保—(本文) 全体版. 厚生労働省. 〈<https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/21/>〉 (2023年10月27日17時00分).
- 厚生労働省. (2023a). 令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)の概況 結果の概要. 厚生労働省. 〈<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai22/index.html>〉 (2023年8月22日18時00分).
- 厚生労働省. (2023b). 令和3年度福祉行政報告例の概況 結果の概要. 厚生労働省. 〈<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/gyousei/21/index.html>〉 (2023年8月22日18時00分).
- 厚生労働省. (2023c). 2022(令和4)年国民生活基礎調査の概況 結果の概要 I 世帯数と世帯人員の状況. 厚生労働省. 〈<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa22/index.html>〉 (2023年8月21日19時00分).

- Kurth, F., Zilles, K., Fox, P. T., Laird, A. R., & Eickhoff, S. B. (2010). A link between the systems: functional differentiation and integration within the human insula revealed by meta-analysis. *Brain Structure and Function*, **214**, 519–534.
- 丸 光恵. (2015). PSI とソーシャルサポート. 兼松百合子・浅野みどり・荒木暁子・荒屋敷亮子・市原真穂・大橋幸美・佐藤奈保・白畑範子・奈良間美保・廣瀬幸美・古田恵香・丸 光恵・山口知香枝 (著), *PSI 育児ストレスインデックス手引* (2 訂版) (pp. 67–73). 東京: 一般社団法人雇用問題研究会.
- Matsushima, M., Tsuno, K., Okawa, S., Hori, A., & Tabuchi, T. (2021). Trust and well-being of postpartum women during the COVID-19 crisis: Depression and fear of COVID-19. *SSM - Population Health*, **15**, 100903.
- 文部科学省. (2022). 令和 3 年度「家庭教育の総合的推進に関する調査研究 ～『家庭教育』に関する国民の意識調査～」調査結果報告書 (株式会社オノフによる委託事業報告書). 文部科学省. (https://www.mext.go.jp/a_menu/shougai/katei/mext_00007.html) (2023 年 8 月 22 日 19 時 00 分).
- 森下葉子. (2006). 父親になることによる発達とそれに関わる要因. *発達心理学研究*, **17**, 182–192.
- 明和政子. (2012). *まねが育むひとの心*. 東京: 岩波書店.
- 明和政子. (2013). 霊長類としてのヒトの子育てを考える (特集 みんなで子育て 心理学からの提言). *心理学ワールド*, (62), 9–12.
- 内閣府. (2020). 令和 2 年版少子化社会対策白書 全体版 トピックス 子育てに便利なベビーテック. 内閣府. (<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2020/r02pdfhonpen/r02honpen.html>) (2023 年 8 月 21 日 18 時 00 分).
- 内閣府. (2021). 令和 2 年度少子化社会に関する国際意識調査報告書 全体版 第 2 部 III 出産について. 内閣府. (https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/research/r02/kokusai/pdf_index.html) (2023 年 8 月 21 日 18 時 00 分).
- 内閣府. (2022). 令和 4 年版少子化社会対策白書 全体版 第 1 部 第 1 章 5 出産・子育てをめぐる意識等. 内閣府. (<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2022/r04pdfhonpen/r04honpen.html>) (2023 年 8 月 21 日 17 時 00 分).
- 内閣府. (2023). 令和 5 年版高齢社会白書 全体版 第 1 章 第 1 節 1 高齢化の現状と将来像. 内閣府. (https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/05pdf_index.html) (2023 年 8 月 21 日 17 時 00 分).
- 日本財団. (2019). 「里親」に関する意識・実態調査 報告書. 日本財団 子どもたちに家庭をプロジェクト. (<https://nf-kodomokatei.jp/repolist/190515.html>) (2023 年 10 月 30 日 17 時 00 分).
- 日本財団. (2020). 特別養子縁組に関する認知等の WEB 調査. 日本財団 子どもたちに家庭をプロジェクト. (<https://nf-kodomokatei.jp/repolist/200331.html>) (2023 年 10 月 30 日 17 時 00 分).
- Oddi, K. B., Murdock, K. W., Vadnais, S., Bridgett, D. J., & Gartstein, M. A. (2013). Maternal and infant temperament characteristics as contributors to parenting stress in the first year postpartum. *Infant and Child Development*, **22**, 553–579.

- 佐々木綾子・小坂浩隆・末原紀美代・町浦美智子・定藤規弘・岡沢秀彦. (2011). 親性育成のための基礎研究 (3): 青年期男女における乳幼児との継続接触体験の親性準備性尺度・fMRI による評価. *母性衛生*, **51**(4), 655–665.
- 総務省統計局. (2021). 令和2年国勢調査 調査の結果 人口等基本集計 結果の概要. 総務省統計局. (<https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020/kekka.html>) (2023年8月21日18時00分).
- Takehara, K., Suto, M., & Kato, T. (2020). Parental psychological distress in the postnatal period in Japan: a population-based analysis of a national cross-sectional survey. *Scientific Reports*, **10**, 13770.
- 滝 聖子・角田陵輔・高野倉雅人・山田哲男. (2017). 乳児を持つ母親のライフログと作業の計測・分析法. *日本経営工学会論文誌*, **68**(1), 47–55.
- Tanaka, Y., Diaz-rojas, F., Suga, A., So, T., & Myowa, M. (2019). Enhancement of mothers' positive emotions through new diaper technology: Effect verification by electroencephalogram measurement. *52nd Annual Meeting of the International Society for Developmental Psychobiology. Oct 16–18; Chicago, USA.*
- ユニ・チャーム株式会社. (2017). 京都大学大学院と共同で、発達科学に基づき、子どもが進んでトイレに行きたくなる行動を研究「ムーニーちゃんとトイレトレーニング」アプリを開発. ユニ・チャーム. (https://www.unicharm.co.jp/ja/company/news/2017/1206016_3926.html) (2023年8月23日19時00分).
- ユニ・チャーム株式会社. (2019). 京都大学大学院と“育児に対する自己効力感”を高める研究 ポジティブなメッセージが浮かびあがる新機能搭載『ナチュラルムーニー』. ユニ・チャーム. (https://www.unicharm.co.jp/ja/company/news/2019/1212608_13296.html) (2023年8月23日19時00分).
- Warneken, F., & Tomasello, M. (2007). Helping and cooperation at 14 months of age. *Infancy*, **11**(3), 271–294.
- Warren, S. L., Huston, L., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1997). Child and adolescent anxiety disorders and early attachment. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **36**(5), 637–644.
- 山西加織・渡辺俊之. (2017). 幼児の子育てをする母親の不定愁訴と育児感情の特徴: 保育機関における子育て支援のあり方. *女性心身医学*, **21**(3), 314–324.
- 厨子健一・佐川早季子. (2019). 保育者によるソーシャルサポートが在園児母親の援助要請に与える影響. *国際幼児教育研究*, **26**, 23–38.

(日本学術振興会特別研究員 教育方法学・発達科学コース 博士後期課程3回生)
(受稿2023年8月28日、改稿2023年11月17日、受理2023年12月21日)

日本の育児をめぐる現状と課題解決に向けた展望

—発達科学の観点から—

等々力 花歩

日本では、少子化や虐待件数の増加など、育児を取り巻く諸問題が深刻化している。特に、養育者の過度な育児負担は少子化の一因であり、近年の研究によってその厳しい現状が報告されている。その背景にあるのは、核家族化の加速により、共同養育が難しくなった状況である。子育て世帯が孤立し、家族や地域社会から支援を受けることが難しい今、社会全体が親と子どもに関わっていく必要がある。本稿では、ヒトの共同養育形態に関する知見を踏まえた上で、社会全体による共同養育の重要性を論じる。さらに、その実現に向け、非血縁者による共同養育と、今後の育児支援の方向性について、それぞれ展望する。非血縁者による共同養育については、保育士や里親・養親に着目する。今後の育児支援の方向性については、養育者が育児に喜びを感じ、自身の成長を実感できる育児支援と、養育者と子どもの個人差を踏まえた「個別型」の育児支援の必要性を述べる。

The Present State of Parenting in Japan and Prospects for Resolving Issues: From the Perspective of Developmental Science

TODORIKI Kaho

In Japan, various problems surrounding parenting are becoming more serious, such as the declining birth rate and the increasing number of cases of abuse. The excessive parenting burden on caregivers is one of the causes of the declining birth rate, and recent studies have reported its severity. Behind this is the situation where alloparenting has become difficult due to the accelerated shift to the nuclear family. Now that parenting families are isolated and have difficulty receiving support from their families and local communities, it is necessary for society as a whole to become involved with parents and children. This paper discusses the importance of alloparenting by society as a whole, based on the knowledge obtained from prior research regarding alloparenting in humans. Furthermore, toward its implementation, we discuss alloparenting by non-blood relatives and the future direction of parenting support. For alloparenting by non-blood relatives, we focus on child-care workers and foster/adoptive parents. For the future direction of parenting support, we describe the need for parenting support that enables caregivers to feel pleasure in parenting and realize their own growth in the process, as well as “personalized” parenting support that takes into account the individual differences in both caregivers and children.

キーワード：共同養育，育児支援，育児ストレス

Keywords: Alloparenting, Parenting support, Parenting stress