

父親の健康状態および育児参加の効果に関する研究

研究分担者 加藤 承彦（国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部・室長）

研究要旨

背景：働く母親の増加や祖父母と同居する世帯の減少により、徐々に父親も積極的に育児に関わることが期待される社会に移行しつつある。しかし、父親に関する情報（健康状態や育児への関わり状況等）や父親が育児参加することによってどのような影響があるのかに関する知見は、日本国内では限られている。よって、父親に関する様々な分析を大規模な政府統計データを用いて行った。

方法：分析には、総務省の社会生活基本調査と厚生労働省の国民生活基礎調査および21世紀出生児縦断調査を用いた。なお、21世紀出生児縦断調査は、2001年コホートの第16回以降は、文部科学省に移管されており、文部科学省にも21世紀出生児縦断調査データの利用申請を行った。

結果：令和2年度においては、主に3つの分析を行った。令和3年度においては、4つの分析を行った。令和4年度においては、4つの分析を行った。これらの分析の結果、ある特徴をもった世帯（例、シングルファーザー、介助が必要な子どもがいる世帯等）の父親の健康状態や育児に関する状況について明らかにすることができた。また、父親が積極的に育児に関わることの影響についてもいくつかの知見を蓄積することができた。

考察：過去3年間において、上記の11およびその他7の分析、合計18の研究を実施し、3年間の研究期間内に7篇の論文が掲載された。今後、父親支援が社会実装されていく際に、これらの知見が支援の根拠となることが期待される。

研究協力者

市瀬 雄一（国立がん研究センターがん対策研究所医療政策部・研究員）

越智 真奈美（国立保健医療科学院 医療・福祉サービス研究部・主任研究官）

大塚 美耶子（国立成育医療研究センター研究所政策科学研究部・共同研究員）

可知 悠子（北里大学医学部公衆衛生学・講師）

近藤 天之（国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部・非常勤研究員）

永吉 真子（名古屋大学大学院医学系研究科・助教）

新村 美知（国立成育医療研究センター研究所政策科学研究部・研究補助員）

三好 しのぶ（国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部・研究補助員）

Bibha Dhungel（国立成育医療研究センター研究所政策科学研究部・研究補助員）

A. 研究目的

本研究の目的は、父親の現状と父親の育児参加の影響について明らかにすることである。近年、厚生労働省が実施するイクメンプロジェクトなどの影響により父親の育児参加に対する社会の関心が高まりつつあり、2021年4月現在で男性の産後休業取得の促進の義務化が規定路線となっている。しかし、その一方で日本の父親の健康や生活の状況について明らかにした研究はなく、また父親の育児参加が母親や子ども、父親自身に対してどのような影響があるのかについて明らかにした研究は日本国内ではほとんど実施されていない。よって過去3年間で下記およびその他の分析を実施した。

<令和2年度>

- ① 乳児がいる世帯における父親および夫婦のメンタルヘルスの状況

- ② シングルファーザーのメンタルヘルスの状況
- ③ 父親の育児参加の影響についての知見のまとめ

<令和3年度>

- ④ 父親の生活時間
- ⑤ 介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態
- ⑥ 父親の育児参加の状況
- ⑦ 乳幼児がいる世帯の父親の社会経済状況と健康状態

<令和4年度>

- ⑧ 父親の育児への関わりと母親のしつけとの関連
- ⑨ 父親の育児休業取得の影響
- ⑩ 多胎児世帯の父親の状況
- ⑪ 父親の育児への関わりの長期的な影響

その他に7つの分析(「父親の育児への関わりに関連する要因の分析」「父親の育児ストレスに関連する要因の分析」「父親の育児への関わりと子どものTV視聴との関連」「父親の育児への関わりと8歳時点での子どもの行動発達との関連」「父親の育児への関わりと離婚との関連」「母親の雇用の継続に関連している父親の要因の分析」「父親の喫煙と関連している要因の分析」)も実施した。

B. 研究方法

1. 日本の父親の健康・生活実態把握(課題1:二次データ解析)

分析には、総務省が実施している社会生活基本調査、厚生労働省が実施している国民生活基礎調査および21世紀出生児縦断調査、文部科学省が実施している21世紀出生児縦断調査(平成13年コホート、第16回以降)の調査票情報を独自集計した。公表数とは一致しない場合がある。

- ① 乳児がいる世帯における父親および夫婦のメンタルヘルスの状況

本分析では、2016年の国民生活基礎調査のデータに含まれている1歳未満の子どもがいる3,514

世帯の父親と母親に両方を対象とした。世帯票および健康票のデータを用いて、父親と母親それぞれおよび両者のメンタルヘルスの不調の状況と関連する要因について、単回帰および重回帰分析を行った。

- ② シングルファーザーのメンタルヘルスの状況

国民生活基礎調査の2016年データを用いた。対象者は、18歳以下の子どもがいる父親で、シングルファーザーが868人、ふたり親世帯の父親が43,880人だった。父親のメンタルヘルスの状況の指標としてK6尺度を用い、メンタルヘルスの不調の状況と関連する要因について、単回帰および重回帰分析を行った。

- ③ 父親の育児参加の影響についての知見のまとめ

乳幼児期の子どもがいる家庭における父親の育児参加の影響について系統的レビューをおこなった。NICU入院歴や多胎などが一般人口を対象とした質問紙調査による定量的研究から得られた知見に関する原著論文を検索した。和文論文は、19編が対象だった。

英文論文は、PubMedを用いて検索した。該当論文が少数であったため、2001年から2021年まで期間を拡大した。キーワードを「father OR paternal」、「childcare OR child care OR coparenting OR involvement」、「Japan」で検索し、父親の育児参加の影響を検証した4編を対象とした。

- ④ 父親の生活時間

本分析は、「乳幼児がいる世帯の父親は、勤務している日において1日の時間をどのように過ごしているのか？」を明らかにし、父親の家事・育児関連時間を増やすための支援策を考える上での基礎資料とすることを目的とした。分析には、社会生活基本調査の2016年のデータを用いた。分析対象者は、①父親、②2人親と子どもの世帯、③末子が未就学児、④父親が就業している、⑤調査実施日が父親の勤務日という条件すべてを満たした対象者に限定した(3,755人)。

⑤ 介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態

本分析は、「介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態はどうなっているのか？」を明らかにすることを目的とした。分析には、国民生活基礎調査の2016年のデータを用いた。分析対象者は、介助の必要がある6歳以上、18歳未満の子どもとその父親の438組と介助の必要がない子どもとその父親の27,682組だった。

⑥ 父親の育児参加の状況

本分析は、6歳未満の子どものいる世帯における父親の社会背景情報の整理と育児・家事への関与の状況の実態把握を目的とした。本分析では、21世紀出生児縦断調査（平成22年出生児）の第1回（子どもの年齢：生後6か月）から第6回（同：5歳6か月）のデータに含まれている父親に関する項目を集計した。各回の有効回答数は次のとおりである（第1回38,554、第2回33,356、第3回32,380、第4回29,582、第5回28,161、第6回27,785）。

⑦ 乳幼児がいる世帯の父親の社会経済状況と健康状態

本分析は、父親の社会経済状況や健康状態を明らかにすることを目的とした。使用したデータは国民生活基礎調査の2010年および2013年の世帯票および健康票である。子・父親・母親の情報が揃ったデータセットを作成した。また、分析の対象は両親のデータが揃っており（ひとり親は除外した）、末子年齢が6歳未満のケースに限定した。分析では父親の社会経済状況や健康状態を確認した。

⑧ 父親の育児への関わりと母親のしつけとの関連

本分析は、母親が子どものお尻をたたくというしつけ行動に着目し、子どもが生後6か月時点の父親が家事や育児を行う頻度により、子どもが3.5歳時点の母親が子どものお尻をたたく頻度が異なるかどうかを明らかにすることを目的とした。分析には、厚生労働省が実施している21世紀出生児縦断調査の平成22年コホートをを用いた。父

親の家事・育児頻度（第1回調査）、子どものお尻をたたく頻度（第4回調査）に母親が回答し、分析項目に欠損のない17,573人を対象とした。

⑨ 父親の育児休業取得の影響

本分析は、父親の育児休業取得有無により、長期的な夫婦関係への影響を把握することを目的とした。分析には、21世紀出生児縦断調査の平成22年コホートをを用いた。父親と母親が同居しており、父親が常勤の勤務形態である日本人家族世帯を対象とし、育児休業取得（児が1歳半まで）の項目に対して、「父親が育休を取得したと回答した世帯（育休取得世帯）」と「父親が育休を取得していないと回答した世帯（非育休取得世帯）」の2群に分け、児が1歳半から5歳半までの5か年で、「子育てして良かったこと」および「子育てして負担に思うこと」の回答分布を分析した。最終的な分析対象者は、育休取得世帯426人、非育休取得世帯16,497人であった。

⑩ 多胎児世帯の父親の状況

分析には、厚生労働省が実施している国民生活基礎調査の2016年の世帯票および健康票のデータを用いた。父親と子どもの情報が両方揃っているケース（父と子が同居しているもの）のみを抽出し、同居している0歳の子どもの人数によって多胎・単胎を区別した。本分析では母親と同居しているかについては特定していない。抽出された分析対象者は、0歳の子どもの同居する父親3,734人（多胎児の父親36人・単胎児の父親3,698人）である。

⑪ 父親の育児への関わりとの長期的な影響

本分析は、子どもが0歳時点での父親の育児への関わりと子どもが16歳時点での子どもの心理的なウェルビーイングの状況との関連を明らかにすることを目的とした。分析には、21世紀出生児縦断調査の平成13年コホートをを用いた。子どもが6か月時点での父親の育児への関わりと16歳時点での子どもの心理的なウェルビーイングとの関連について分析を行った。早産児や多胎児、ひとり親世帯の家庭の子ども等を分析の対象から

除き、最終的な分析対象者は、18,510人であった。

2. 倫理的配慮

本研究で使用した政府統計のデータは統計法に基づく2次利用申請により使用の承諾を得たものである（厚生労働省発政統0302第3号）。また、本研究は、国立成育医療研究センターの倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号2020-955）。

C. 研究結果

① 乳児がいる世帯における父親および夫婦のメンタルヘルスの状況

K6 尺度を用いた中程度以上のメンタルヘルスの不調の割合は、父親、母親のいずれかの場合だと 15.1%で、両方の場合だと 3.4%だった。中程度以上の割合は、父親 11.0%で、母親 10.8%とほぼ同じ割合だった。

② シングルファーザーのメンタルヘルスの状況

K6 尺度が 13 点以上の場合を重度のメンタルヘルスの不調と定義しアウトカムとして用いた結果、シングルファーザーで 8.5%が該当した。ふたり親世帯の父親では、5.0%だった。シングルファーザーとふたり親世帯の父親を比較した場合、教育歴が低い傾向や、正規雇用でない傾向が見られた。シングルファーザーの群において、メンタルヘルスの不調と関連する要因を分析した結果、雇用状況や睡眠時間などとの関連が見られた。

③ 父親の育児参加の影響についての知見のまとめ

対象者が母親であった論文が 8 編、父親が 4 編、母親と父親両方であった論文が 10 編みつかった。主な結果のまとめとして、次の 2 点の傾向が見られた。第 1 に、母親が父親の積極的な育児参加を認知している場合、母親の育児負担感が低く、幸福度が高い傾向が見られた。また、子どもの健康や発達（怪我や肥満の予防）においても、良い影響を及ぼしている可能性が示唆された。しかし、第 2 として、父親が自分自身で評価した育児参加

の度合いは、母親の負担感などとは直接に関連しない可能性が示唆された。

④ 父親の生活時間

「仕事関連時間（仕事と通勤時間）」は、10 時間以上が全体の約 7 割を占めており、12 時間以上の割合が約 3.5 割で最も高かった。また、「仕事関連時間」が長いと、相対的に「家事・育児関連時間」や「睡眠や食事等の時間」が短くなる傾向が見られた。また、「仕事関連時間」が 12 時間以上の群における、家事・育児関連時間の平均は、1 日 10 分だった。

⑤ 介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態

メンタルヘルスが悪い可能性（K6 尺度の点数が 9 点以上）がある父親の割合は、介助の必要がない子どもの群で 12%、介助の必要がある子どもの群で 17%だった。主観的健康観が悪い（「あまりよくない」と「よくない」）割合は、介助の必要がない子どもの群で 8%、介助の必要がある子どもの群で 13%だった。

⑥ 父親の育児参加の状況

「現在の就業状況」は、第 1 回から第 6 回の調査を通して「勤め（常勤）」が約 86%、「自営業・家業」約 10%であり、「勤め（パート・アルバイト）」は第 1 回 2.4%から第 6 回 1%まで減少傾向となっている。「無職」も第 1 回 1.2%から第 6 回 0.4%まで減少傾向にあり、そのうち「仕事を探している」人は第 1 回 84.4%から第 6 回 61.7%まで年々減少していた。

⑦ 乳幼児がいる世帯の父親の社会経済状況と健康状態

父親の健康状態を確認した結果、メンタルヘルスが極めて悪い状況（K6 尺度の点数が 13 点以上）が 3~4%、主観的健康観が「よくない」もしくは「あまりよくない」と回答した割合が 8~9%いた。また、毎日またはときどきタバコを吸う父親が約 50%だった。また、調査時点で精神疾患により通院している父親が 1%いた。

⑧ 父親の育児への関わりと母親のしつけとの関連

母親が子どものお尻を「よく」たたく割合は、4.8%であった。父親の家事頻度が高いほど、母親が子どものお尻を「よく」たたく傾向は低かった。父親の育児頻度については、父親の労働時間が週50時間未満の場合、父親の育児頻度が高いほど、母親が子どものお尻をよくたたく傾向が低かった。

⑨ 父親の育休取得の影響

「子育てをされていて良かったこと」と「子育てをされていて負担に思うこと」という設問から「家族の結びつきが強くなった」や「配偶者が育児に参加してくれない」と回答した人の5か年の分布を各年で2群間で比較したが、統計学的有意な差は見られなかった。

⑩ 多胎児世帯の父親の状況

現在の健康状態を問う主観的健康観は、「よい」「まあよい」「ふつう」「あまりよくない」「よくない」の選択肢から1つ回答をするものであった。「あまりよくない」「よくない」を選択した多胎児の父親は約9%、単胎児の父親は約6%であった。悩みやストレスがあると回答した父親のうち、悩みやストレスの原因が「育児」と回答した多胎児の父親は約14%、単胎児の父親は約9%、悩みの原因として「自由にできる時間がない」と回答した多胎児の父親は約11%、単胎児の父親は約8%であった。

⑪ 父親の育児への関わりの長期的な影響

母親の学歴などの交絡要因を調整した結果、父親の「育児への関わりが少ない群」を比較して、より多い群では、子どもが16歳時点での心理的なウェルビーイングの低下のリスクが、最大約10%低かった。

D. 考察

① 乳児がいる世帯における父親および夫婦のメンタルヘルスの状況

分析の結果、13か月未満の子どもがいる父親、母親のいずれかまたは両者のメンタルヘルスが

良好でない世帯が一定数いることが明らかになった。本分析の結果、母親だけでなく、父親の健康状態にも注意を払う必要が示唆された。父親と母親の両者の健康状態が同時に悪化した場合、幼い子どもの養育に悪影響を及ぼすことが予想される。そうした状況を防ぐためにも父親と母親の両者に介入を行う必要があると考えられる。

② シングルファーザーのメンタルヘルスの状況

シングルファーザーの群において、メンタルヘルスの不調の割合が高いことが確認された。日本国内においては、シングルファーザーを対象とした大規模な調査はあまり実施されておらず、貴重な知見が示された。

③ 父親の育児参加の影響についての知見のまとめ

父親の育児参加の影響に関する文献レビューの結果、次の2点の傾向が見られた。まず、第1点目として、母親が父親の積極的な育児参加を認知している場合、母親の育児負担感が低く、幸福度が高い傾向が見られた。子どもの健康や発達（怪我や肥満の予防など）および第2子や第3子の出生においても良い影響を及ぼしている可能性が示唆された。しかし、第2点目として、父親が自分自身で評価した育児参加の度合いは、母親の負担感などとは直接に関連しない可能性が示唆された。この可能性については、他の文献でも言及されている。

④ 父親の生活時間

通勤時間を含む仕事時間が長い父親は、家事・育児に費やす時間が短い傾向が明らかになった。今回の分析で、改めて働き方改革やリモートワークの推進による仕事に費やす時間の短縮の必要性が示唆された。しかし、目標を個人の努力のみで達成することは難しいため、社会や企業など組織的な取り組みが必要であると考えられる。

⑤ 介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態

全国の世帯を対象にした代表性のあるデータ

を用いて、介助が必要な子どもがいる世帯の父親の健康状態を分析した結果、介助が必要のない子どもの世帯の父親と比較して健康状態が悪い可能性が明らかになった。本分析で、因果関係を明らかにすることはできなかったが、父親への公的支援の必要性が示唆された。

⑥ 父親の育児参加の状況

第1回から第6回の調査を通して、平日に2時間以上子どもと一緒に過ごす父親の割合が減少する一方、休日に10時間以上子どもと一緒に過ごしている父親の割合は常に50%を超えることが示めされた。そのほか、子どもとの接し方や父親の喫煙状況、食習慣などについても、代表性の高い政府統計データから父親の実態を把握するための貴重な情報を得ることができた。

⑦ 乳幼児がいる世帯の父親の社会経済状況と健康状態

父親の平均年齢は、35～36歳で、一般的には健康状態が良いと思われる年齢であるが、そのなかでも一定数、健康状態が良くない父親がいることが明らかになった。

⑧ 父親の育児への関わりと母親のしつけとの関連

分析結果から、母親が子どものお尻をたたく行為には、家事・育児の役割が母親に偏ることへのストレスや時間的な余裕のなさ等が一部影響していると考えられる。子どものお尻をたたく行為は体罰に含まれ、子どもの心や脳の発達に長期的な影響を及ぼすことが分かっている。子どもにとってより安全な成育環境を提供するために、父親の家事・育児への関与を促進する必要性が示唆された。

⑨ 父親の育休取得の影響

父親が育児休業を取得した世帯では、育児休業を取得しなかった世帯と比較して、児が1歳半から5歳半までの期間に子育てをしていてよかったと感じることや、子育てをしていて負担に感じたことに差がなかった。単に父親の育児休業の取得推進だけではなく、希望する人が育児休業を取

得しやすい環境の整備や、育児休業を取得することをきっかけに育児や家事への理解を深めていくことも検討を重ねていく必要がある。

⑩ 多胎児世帯の父親の状況

分析結果より、多胎児の養育には単胎児よりも多くの人手が必要となるため、父親は仕事以外の時間を育児・家事に費やすことで、父親自身の健康を保つことが困難な状況に置かれていると考えられる。0歳の多胎児の父親は、単胎児の父親と比較すると心身の負担が大きい可能性が高い。多胎児の母親と同様に多胎児の父親にも支援が必要であることが示唆された。今後は多胎児の父親の心の健康状態、睡眠状況や就業状況など、より詳細に分析して必要な支援の検討を行う必要がある。

⑪ 父親の育児への関わりとの長期的な影響

本分析の結果、乳児期に父親が育児に多く関わることが、長期的に子どもの成長に良い影響を及ぼす可能性が示唆された。

E. 結論

これまで、日本国内では父親に関する情報は殆どなかったが、この研究班としての活動を通じて、過去三年間で、上記及びそれ以外の合計18の分析を実施し、7編（英文5・和文2）の論文を学術誌に掲載することができた。今後、父親支援が社会実装されていく際に、これらの知見が支援の根拠となることが期待される。

謝辞 なし

F. 研究発表

1. 論文発表

- 1) Takehara K, Suto M, Kato T. Parental psychological distress in the postnatal period in Japan: A population-based analysis of a national cross-sectional survey. Scientific reports. 2020 Aug 13;10(1):13770. (査読あり)
- 2) 大塚美耶子、越智真奈美、可知悠子、加藤承彦、新村美知、竹原健二. 末子が未就学児の子どもを持つ父親の労働日における生活時

間. 厚生の指標=Journal of health and welfare statistics. 2021 Dec;68(15):24-30. (査読あり)

- 3) Kachi Y, Ochi M, Kato T, Otsuka M, Takehara K. Factors related to parenting stress among fathers of preschool children in Japan. Pediatrics international. 2022 Jan;64(1):e15132. (査読あり)
- 4) 加藤承彦、越智真奈美、可知悠子、須藤茉衣子、大塚美耶子、竹原健二. 父親の育児参加が母親、子ども、父親自身に与える影響に関する文献レビュー. 日本公衆衛生雑誌. 2022 May 15;69(5):321-37. (査読あり)
- 5) Dhungel B, Kato T, Kachi Y, Ochi M, Gilmour S, Takehara K. Prevalence and Associated Factors of Psychological Distress Among Single Fathers in Japan. Journal of epidemiology. 2021;JE20210273. (査読あり)
- 6) Dhungel B, Kato T, Ochi M, Gilmour S, Kachi Y, Takehara K. Association of child's disability status with father's health outcomes in Japan. SSM-Population Health. 2021 Dec 1;16:100951. (査読あり)
- 7) Kato T, Kachi Y, Ochi M, Nagayoshi M, Dhungel B, Kondo T, Takehara K. The long-term association between paternal involvement in infant care and children's psychological well-being at age 16 years: An analysis of the Japanese Longitudinal Survey of Newborns in the 21st Century 2001 cohort. Journal of Affective Disorders. 2023 Mar 1;324:114-20. (査読あり)

2. 学会発表

- 1) 大塚美耶子、竹原健二、加藤承彦、越智真奈美、可知悠子. 末子が未就学児の子どもを持つ父親の生活時間. 第80回日本公衆衛生学会総会 (東京). 2021.
- 2) 可知悠子、加藤承彦、越智真奈美、永吉真子、竹原健二. 父親の育児頻度と幼児の長時間のテレビ視聴との関連 21世紀出生児縦断調査より. 第80回日本公衆衛生学会総会 (東京). 2021.
- 3) 越智真奈美、加藤承彦、可知悠子、竹原健二. 父親の育児参加を阻害・促進する要因の探

索 二十一世紀出生児縦断調査より. 第31回日本疫学会学術総会 (佐賀 (オンライン)). 2021.

- 4) 永吉真子、加藤承彦、可知悠子、越智真奈美、近藤天之、市瀬雄一、竹原健二. 父親の家事・育児頻度と母親が子のお尻をたたく行動との関連: 21世紀出生児縦断調査. 第81回日本公衆衛生学会 (山梨). 2022.
- 5) 加藤承彦. 父親支援の現状と今後の社会実装に向けて 日本の父親の健康状態および育児への関わりに関する一連の分析. 第81回日本公衆衛生学会総会 (山梨). 2022.
- 6) 近藤天之、加藤承彦、竹原健二、可知悠子、永吉真子、越智真奈美、近藤天之、市瀬雄一. 父親が育児に参加しないこととその後の離婚との関連 -21世紀出生児縦断調査を用いた分析-. 第33回日本疫学会総会 (浜松). 2023.

G. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得 なし
2. 実用新案登録 なし
3. その他 なし

