研究ノート

父親への効果的な母乳育児支援の検討：4ヵ月児を子育て中の両親を対象としたアンケート調査より

胡内　沙耶[1)]，板谷　裕美[2)]
[1)] 京都第一赤十字病院
[2)] 滋賀県立大学人間看護学部

要旨　本研究の目的は，育児を経験している父親の母乳育児に関する捉え方，および母親からみた父親の母乳育児に対するかかわり方を明らかにし，両者の視点から見たよりよい母乳育児支援内容について検討することである．自記式質問紙調査の結果，父親は母乳育児が母親の身体面にどのような影響を及ぼすかに関する知識が不足していることが明らかとなった．父親に必要な支援は，母乳育児全般に対する基礎的な知識の提供や産後の母親がどのような心身変化をたどるのかに関する教育的指導であった．父親向けのパンフレット教材等を作成し，妊娠中から配布することで知識やアドバイスの提供を行う必要性が示唆された．
キーワード　父親，母乳育児支援，保健指導

Ⅰ．背　景

平成27年に発表された厚生労働省の乳幼児栄養調査結果によると，妊娠中に母乳で育てたいと思った者の割合は「ぜひ」と「できれば」の回答者を合わせると93.4%に至った．生後1ヵ月時点の栄養方法の実際をみると，母乳のみで育てている者の割合は51.3%であり（厚生労働省，2015年），10年前の同調査42.4%と比較すると母乳育児率は上昇していることがわかる．しかし妊娠中に母乳育児を希望している者の割合と比較すると，約半数は希望どおりの実施，継続に至っていないことも事実である．

母乳育児の継続には身体的，心理・社会的要因などさまざまな影響を受けることが多くの研究で明らかにされており，その中でも家族のサポートは母乳育児の継続に対して重要な役割がある（坂本，2014），（森本，濱嵜，岡崎，2015），（山崎ら，2008）．さらに近年，核家族化が進んでおり，晩産化に伴う祖父母の高齢化も進んでいることから，子育ての身近なサポート者として父親には大きな期待が寄せられている．しかし産後の母親は，父親の家事・育児参加，精神的な支えの不足や不満を認識しているということも明らかにされている（尾筋，松村，2013）．また，産後，母乳育児をしている母親に対して，声のかけ方などで負担になった家族のかかわりがあることも明らかにされている（水谷，岡田，山口，2014）．これらのことより，身近な育児のサポート者である父親が，母乳育児に対する理解を深め，母親に対して効果的なサポートを行うことは大変大きな意味をもつといえる．

母乳育児に対する父親からのより有効なサポートや，父親の積極的な育児参加を導くためには，父親自身が知りたいと思っている母乳育児に関する情報だけでなく，母親が父親に知っておいてほしいと思っている内容も含めて，情報提供する必要性が先行研究から明らかにされている（水谷ら，2014）．妊娠中の夫婦を対象とした子育てに関する調査（佐々木和子，足立，2014）は実施されているが，産後実際に育児を経験した夫婦を対象に，母乳育児支援を主眼とした研究は少ない．さらに，母親が授乳期にある父親に焦点を当てた研究も少ない．母乳育児は母児の愛着形成にも大きく関わることから，母親の母乳育児支援について，父親の立場から父親自身がどのようなサポートを望んでいるのかを明確にすること

Consideration of effective breastfeeding support for fathers：Questionnaire survey for parents raising a 4 months baby

Saya Kouchi[1)]，Yumi Itaya[2)]

[1)] Japanese Red Cross Society Kyoto Daiichi Hospital
[2)] School of Human Nursing，The University of Shiga Prefecture

2019年9月30日受付，2020年1月16日受理
連絡先：胡内　沙耶
京都第一赤十字病院
住　所：京都市東山区本町15-749
e-mail：minnie.ks.tn.dai@gmail.com

は，母乳育児を推進していくうえで大変有用であると思われる．今回，父親に対する母乳育児支援の内容を検討するために，4ヵ月児を子育て中の両親を対象とした調査研究を実施したので報告する．

Ⅱ．目　的

本研究の目的は，4ヵ月児の育児をしている父親の母乳育児に関する捉え方，および母親からみた父親の母乳育児に対するかかわり方の実際を明らかにし，両者の視点から見たより良い母乳育児支援内容について検討することである．

Ⅲ．方法

1．研究デザイン

量的記述的研究デザイン

2．研究対象

A県B市の保健センターに4ヵ月児健康診査(以下4ヵ月児健診）に訪れた児の母親および父親で，日本語を母国語としない外国人母を除く合計215組とした．

3．研究期間

平成30年8月から10月

4．調査内容

研究対象者の基礎的データとして父親および母親の年齢，現在の授乳方法，子どもの数を質問した．

父親に対しては，①妊娠中の授乳（栄養）方法に対するイメージ，②母乳育児をする母親を見て感じること，③母乳育児の利点に関して先行研究（木村，2015)，(小曽根ら，2011）を参考に独自に作成した基本的知識6項目の知識の有無，④母乳育児に関して知りたかったことの有無とその内容（自由記述)，⑤母乳育児に関する父親向け教室への参加の意思を尋ねた．①と②については独自に作成した各5項目への複数選択回答，③は「知っている・知らない」，④は「あり・なし」，⑤は「思う・思わない」の二者択一式で尋ねた．

さらに，母親に対しては，①授乳方法について父親と話し合う機会の有無とその内容（自由記述)，②授乳に対する父親からの協力の有無とその現状（自由記述)，③授乳に対して負担になった父親の言動や行動の有無とその内容（自由記述)，④母乳育児に関する父親向け教室への参加の希望，⑤母乳育児に関して父親に知っておいてほしかったことの有無とその内容(自由記述)を尋ねた．

5. データ収集方法

調査は留め置き法による無記名自記式質問紙法とした．4ヵ月児健診の待合時間に，研究者が健診受診者へ研究の主旨説明を行い，同意を得た上で父親および母親両方の調査用紙を返送用封筒とともに配布した．調査用紙は自宅で両親別々に回答したのち，健診終了後2週間以内を目途に投函してもらうよう依頼した．

6．分析方法

回収したアンケートの基礎的データおよび選択肢回答はExcel2016に入力したのち，単純集計・分析を行った．自由記述の質的データはその内容分析を行った．

7．倫理的配慮

研究協力の任意性，匿名性の守秘，データは学術目的以外には使用しないことを明記した書類を調査用紙とともに同封し，質問紙の返送をもって研究参加への同意を得たものとみなすことを口頭で説明するとともに，文書にも明記した．データは施錠できる環境で保管し，情報の保護に努めた．なお，本研究は，滋賀県立大学研究に関する倫理審査委員会の承認を受けたのち実施した（平成30年7月2日受付，第654号)．

Ⅳ．結　果

質問紙の回収数は87組で，その内2組は母親のみのデータであった．回収率および有効回答率はともに40.5%であった．

1．対象者の背景

対象者の年齢は，父親が20代19名（22.4%)，30代61名（71.8%)，40代5名（.6%)，母親が20代32名(36.8%)，30代52名(59.8%)，40代3名(.4%)であった．子どもの数は1人が37名（42.5%)，2人以上が50名(57.5%）であった．

現在の授乳方法に関しては，母乳のみが47名(54.0%)，母乳とミルクの混合（以下混合栄養とする）が25名(28.7%)，ミルクのみが15名（17.2%）であった．

2．母乳育児に関する父親向け教室への参加希望について

「母乳育児に関する父親向けの教室について参加したいと思うか」という問いに対して，「思う」と答えた父親は22名（25.9%)，「思わない」61名（71.8%)，未回答2名（.2%）であった．

「母乳育児に関する父親向けの教室について参加してほしいと思うか」という問いに対して，「思う」と答えた母親が51名（58.6%)，「思わない」32名（36.8%)，「内容次第」「どっちでもよい」と答えた母親が各1名(.1%)，未回答の母親が1名(.1%)であった．母親への調査では，「教室ではなくパンフレットのような冊子を作ってほしい」という意見がみられた．

3．父親からみた母乳育児に対する捉え方について

1）妊娠中の授乳方法についてのイメージ

「母親が妊娠中，授乳（栄養）方法についてどのよう

なイメージをもっていたか」という問いに対して「母乳で育てるイメージだった」と答えた父親が30名(35.3%)，「できれば母乳育児をするぐらいのイメージだった」38名（44.7%），「ミルクで育てるイメージだった」3名（.4%），「特に考えなかった」14名（16.5%），「その他」1名（.1%），未回答1名（.1%）であった．そして「その他」の意見として「混合でいいなぐらいに考えていた」という記述が1名あった．

父親が抱く授乳（栄養）方法に対するイメージは，「できれば母乳育児をするぐらいのイメージだった」が最も多く，「特に考えなかった」者も2割近くいることが明らかになった．

2）母乳育児をする母親への印象

母親の授乳方法が「母乳のみ」あるいは「混合である」と答えた72名の父親に対し，「母乳育児をする母親への印象」を複数回答で尋ねた結果，「楽しそう」と答えた父親が13名（27.1%），「大変そう」44名（91.6%），「自分にはできないのでうらやましい」15名（31.3%），「何も感じない」3名（.6%），「その他」4名（.8%），未回答2名（.4%）であった（**図1**）．そして「その他」の自由記述には，「食事に気をつけたり，母親にストレスがかかって大変」，「（母乳は）らくちんである」，「助けになることがあればしたい」，「母乳育児が当たり前とか母乳でなければとの縛りをもたないで母子ともにのびのびと育児してほしい」という回答が寄せられた．

授乳をしている母親を見て感じることは，「大変そう」というイメージが最も多く，次いで「うらやましい」，「楽しそう」という結果であった．

3）子どもが生まれてからの母乳育児に対するイメージ

「子どもが生まれた後，母乳育児に関してイメージが変わったか」という問いに対し，「変わった」と答えた父親が20名(23.5%)，「変わらない」65名(76.5%)であった．

どのようにイメージが変わったかについて記述された内容は，プラスイメージへ変わったものとマイナスイメージへ変わったものに分類できた（**表1**）．プラスイメージに変わったという記述内容には，「母と子のコミュニケーションの1つだとわかった」，「授乳のタイミングを赤ちゃんに合わせることを学んだ」，「母乳育児をする上で知識は必要だと感じた」，「混合だと思っていたが母乳でミルクをあげたことがない」，「母乳中心」などが挙がった．そしてマイナスイメージに変わった記述内容には，「母乳が出る人はいいことだとわかった」，「混合は経費や荷物の面で大変」，「ミルクだけで良いのではないか」，「授乳は痛い」，「すぐに子どものお腹が空く」，「思っていたより大変，時間がかかる」が挙がった．

4）母乳に関する知識の認知度

母乳に関する基礎的な知識の確認として，「1. 母乳には免疫が含まれている」，「2. 赤ちゃんにとって消化がよい」，「3. お母さんの体の回復を早める」，「4. 赤ちゃんの情緒を安定させる」，「5. 経済的である」，「6. お母さんの産後のダイエットになる」という6項目の質問について「知っている」「知らない」の2者択一で質問した．その結果を**図2**に示す．最も認知度が高かったのが「母乳には免疫が含まれている」，「経済的である」であり，「知っている」と答えた父親はともに78名（91.7%）であった．最も認知度が低かったのは「お母さんの体の回復を早める」であり，「知っている」と答えた父親は16名（18.8%）であった．2番目に低かったのが「お母さんの産後のダイエットになる」の42名（49.4%）であった．

母乳育児が母親の身体面にどのような影響を及ぼすかということに関して，認知度が低いことが明らかになった．

5）母乳育児に関してもっと知っておきたかったことの有無

「母乳育児に関してもっと知っておきたかったことは

母乳育児をする母親への印象	人数	比率(%)
大変そう	44	61.1
うらやましい	15	20.8
楽しそう	13	18.5
その他	4	5.5
何も感じない	3	4.2
未回答	2	2.8
合計	81	

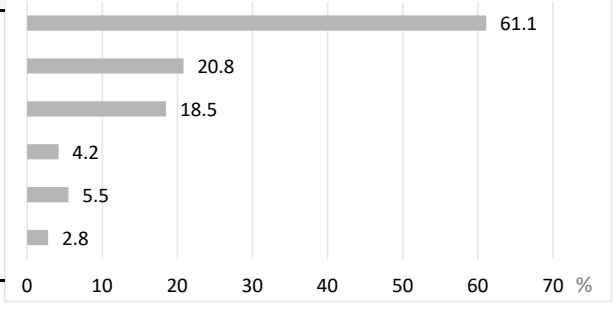

図1　母乳育児をする母親への印象（N=72）複数回答

あるか」という問いに対して，「ある」と答えた父親が9名（10.6%），「ない」74名（87.1%），未回答2名（.2%）であった．「ある」と答えた父親が知りたいと望んだ内容は「母乳についてのメリットや注意点」が2名，「正しい授乳量」が2名，「乳腺炎などのリスク」，「赤ちゃんの病気」，「（母乳の）味」，「授乳時間を守ることや授乳期の食事など」，「質問項目に挙がっていたこと」が各1名であった．

父親が母乳育児に関して知りたいと望んでいる内容として，「母乳育児全般に対するメリットやデメリット」，「正しい知識や授乳の目安」であることが明らかになった．

自由記述の欄には，「授乳期に適している食事」，「母乳の免疫について」，「パパとしてサポートできること」，「近隣の授乳スペースの共有」，「母乳に関する便利グッズの紹介」，「授乳期にやってはいけないこと」，「授乳時間」，「医学的な母乳をあげる目安」，「母乳成分の良し悪し」などについて知りたいという記述もみられた．

表1　父親からみた子どもが生まれてからの母乳育児に対するイメージ（自由記述）

プラスイメージ	子供の反応が全然違う（1）
	授乳のタイミングが大事で赤ちゃんに合わせることを学んだ（1）
	混合だと思っていたが実際は母乳のみになり，ミルクをあげたことがない（1）
	母乳育児が子供とママのコミュニケーションの1つなんだなと改めて気付いた（1）
	母乳が出やすい人，出にくい人もいるので焦らずにゆっくりできたらいいと考えるようになった．（1）
	母乳中心（1）
	1人目がミルクだったので2人目もミルクだと思った．しかし知識を付けた2人目は上手く母乳が出て育てられるので，母乳を出す知識はしっかり身に付けておく必要があると感じた．（1）
マイナスイメージ	母乳が出る人は良いことだとわかった（1）
	混合は経費の面，荷物の面でも大変．又ミルク自体の安全面も考えなくてはならない．（1）
	よく飲むがすぐにお腹がすくんだと思った．（1）
	ミルクでよいと思う．初乳さえあげれば．（1）
	痛そう（1）
	思ってたイメージより大変だということがわかった．（簡単に赤ちゃんが乳首を吸ってくれない，乳腺炎という病気があることなど）（1）
	ミルクだけでもいいんじゃないか…．母体への影響を考えて，乳首などが切れて痛そうだったから．（1）
	授乳に対する母親への負担はとても大きいものだと知りました（1）
	授乳が痛いとは思いもしなかった．無理に母乳で育児をすべきではないと強く感じた．（1）
	意外と時間がかかり大変そう．乳をあげないと張るので痛そう．（1）
	母乳を出すまでがとても大変だった．（1）

（）内は人数

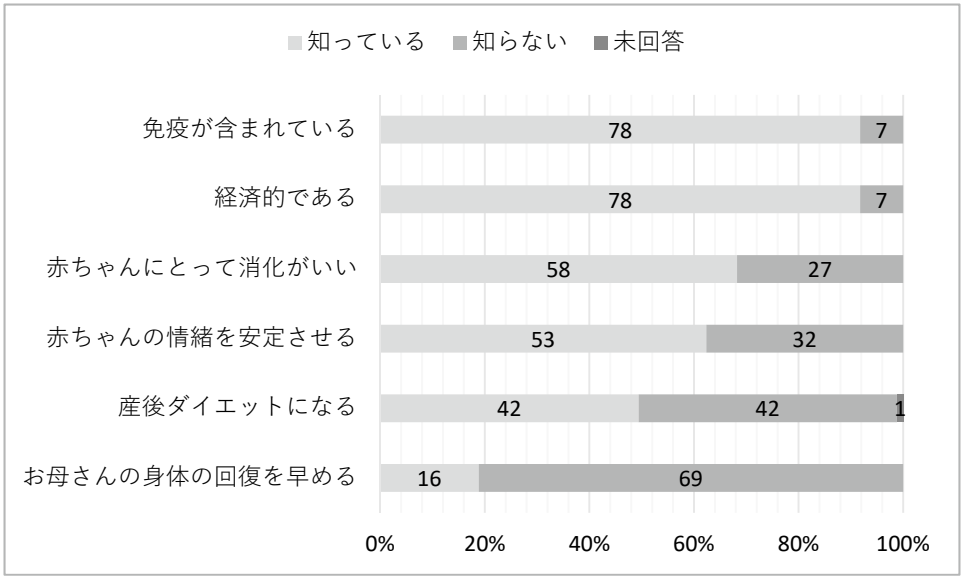

図２　母乳に関する基礎知識６項目の認知度（N=85）

4．母親からみた父親の母乳育児に対するかかわり方の実際について

1）授乳や母乳育児に関する父親からの協力

「子どもが生まれた後，授乳や母乳育児に関して父親からの協力はあるか」という問いに対して，「ある」と答えた母親が 64 名（73.6％），「ない」22 名（25.3％），未回答 1 名（.1％）であった．協力の内容としては，「ミルクを作る，あげてくれる」が 34 名，「上の子の面倒をみてくれる」が 19 名（29.7%），「家事の手伝い」が 10 名（15.6％），「沐浴，おむつ替えなどの育児」が 5 名（7.8％），「授乳しやすい環境づくり」が 4 名(6.3％)，「マッサージ」「言葉がけ」が各 1 名（各 .2%），未回答が 3 名（4.7％）であった．「協力はない」と答えた母親のニーズとしては，「特にない」が 5 名（22.7％），「家事の手伝い」が 2 名（9.0％），「上の子の面倒をみてほしい」，「おむつ替えなどの育児」，「赤ちゃんの気を引くようなことをしないでほしい」，「授乳中に動かなければならないような用事を頼まないでほしい」，「ミルクなどを買ってきてほしい」が各 1 名（各 4.5％），未回答 12 名（54.5％）であった．「特にない」が最も多かったが，これには「母乳育児のため協力のしようがない」という意見も述べられていた．

2）母乳育児に関して父親に知っておいてほしかったと思うこと

「母乳育児に関して，配偶者に知っておいてほしかったと思うことはあるか」という問いに対して，「ある」と答えた母親が 35 名（40.2%），「ない」48 名（55.2%），未回答 4 名（.5%）であった．「ある」と答えた母親が記載した内容は，母親の身体に関すること，授乳に関すること，メンタルに関すること，育児に関することの 4 カテゴリーに分類できた（**表２**）．

3）父親の行動や言動で，授乳に対して負担になったことの有無

「これまでの父親の行動や言動が，授乳に対して負担になったことはあるか」という問いに対して，「ある」と答えた母親が 23 名（26.4%），「ない」64 名（73.6%）であった．負担になったことがあると答えた 23 名の記述内容として，「母乳やミルクに関する発言」が 10 名，「子どもが泣くとすぐにお腹がすいていると言って預けてくる」が 5 名，「自分のことをしてくれない，手伝ってくれない」が 3 名，「授乳場所への配慮のなさ」，「児の体重を気にしすぎる」，「ちょっかいを出された」，「内容は覚えていないがあった」，「夜間に子どもが泣いても気づかない」が各 1 名であった．「母乳やミルクに関する発言」について記載していた 10 名の回答内容は＜母乳の出に関すること＞，＜ミルクの量や足すことへの発言＞の 2 つのカテゴリーに分類できた（**表３**）．

4）授乳方法に関して，妊娠中に父親と話したことの有無

「妊娠中，授乳方法に関して配偶者と話す機会があったか」という問いに対しては，「あった」と答えた母親が 36 名（41.4%），「なかった」51 名（58.6%）であった．話した内容に関しては，「今後の授乳方法について」が 30 名，「授乳期の食事に関して」が 3 名，未回答 3 名であった．今後の授乳方法に関する話の内容は，「母乳育児にこだわらないつもりでいるが，もし産後に完全母乳でないことを気にするようであれば，混合でいいよと言って

ほしいとお願いした」という記述内容もあった．

Ⅴ．考　察

1．対象者の背景

平成 28 年度の人口動態統計では初産の平均年齢が 30.7 歳であり，今回の対象の年齢層に大差はなく，初経産別の割合も約半数ずつであり偏りは少ないと考える．

本研究対象者の 4 ヵ月児健診時点での児への授乳方法は，母乳のみが 47 名(54.0%)，混合栄養が 25 名(28.7%)，ミルクのみが 15 名(17.2%)であった．厚生労働省による，生後 3 ヵ月の児をもつ親への平成 27 年度全国乳幼児栄養調査報告によると，母乳のみの割合が 54.7%，混合栄養が 35.1%，ミルクのみ 10.2% であり，本研究結果と比較すると，母乳のみの割合に差はなく，ミルクのみの栄養方法が少し多いことが分かる．

2．母乳育児に関する父親向け教室への参加希望について

父親向けの教室への参加は，半数以上の母親が希望しているが，父親の参加希望は 20%台と低く，授乳や育児に関する関心が母親に比べて低いことが推察される．教室を開催する際には母親，父親双方が参加しやすい環境設定を考慮する必要がある．母親からの意見には，パンフレットのような冊子を作ってほしいという記述もみられた．都合が合わず教室に参加ができなかったとしても，パンフレットを読むことで父親のみならず母親も知識をつけることが可能であると考える．

3．父親の母乳育児に対する捉え方について

母親の妊娠中に，父親が抱いた授乳（栄養）方法に対するイメージは，「できれば母乳育児をするぐらいのイメージだった」が最も多いことが分かった．今回の調査では，父親の 80.0%が「母乳」もしくは「できれば母乳」と回答していたが，母親と父親では授乳（栄養）方法に関する妊娠中からの考え方に温度差があり，父親が授乳に関してあまり積極的に考えていないという関心の低さも明白となった．母親の方が妊娠中からの母乳育児に対する考えを強くもっていることが分かり，このことが授乳期の夫婦間での母乳育児に対する考え方のずれにも繋がっていく可能性があると考えられた．

表２　母乳育児に関して，父親に知っておいてほしかったこと（自由記述）

母親の身体に関すること	乳腺炎などのリスク（5）
	授乳は疲れること（4）
	痛いこと（4）
授乳に関すること	すぐに母乳が出るわけではないこと（9）
	授乳の頻度（3）
	所要時間（3）
	メリット・デメリット（3）
	夜間授乳の大変さ（2）
	母乳は欲しがるだけ飲んでいいこと（1）
	母乳とミルクの違い（1）
	授乳回数を増やす程出る量も多くなる（1）
	出ている量は自分では分からない（1）
メンタルに関すること	母乳量などに関する発言が負担になること（1）
	母乳にするかミルクにするかはデリケートな問題であること（1）
	産後の母親の心理（1）
	出ない母乳をあげることはストレス（1）
育児に関すること	父親がフォローできること（2）

（）内は人数

現在の授乳（栄養）方法が「母乳のみ」,「混合である」と答えた父親は，授乳中の母親を見て「大変そう」と感じている者が多かった．さらに子どもが生まれた後の母乳育児に対するイメージ変容に関しては，プラスイメージに変わった父親が予想よりも少なかった．

母乳に関する知識では，母親の身体面にどのような影響を及ぼすかに関する知識の認知度が低いことが明らかになった．父親は母親と比較すると，母乳育児に関する教室や指導を受けていないことが要因の1つであると考える．父親の知識や理解の不足から起こる行動や言葉がけで，授乳に関して母親が苦痛を感じていることは，先行研究（水谷ら，2014）からも明らかにされている．本研究結果から，母乳育児に関してもっと知っておきたかったことがあると答えた父親は，10%程度と予想よりも少なかった．知りたいと望む内容は，授乳の基礎となる知識や母乳自体に関する免疫，児への母乳栄養の利点，授乳トラブルなどのリスクといった母乳育児の基本的な事項に関する内容が多かった．加えて，近隣の授乳スペースや便利グッズといった実用性の高い情報を父親が求めていることが分かった．これらのことから，現在臨床で母親を対象に実施されている母乳育児に関する保健指導内容が，母親から父親へ伝えられるといった行動や，父親の母乳育児に対する知識理解には繋がっていないと考えられた．そのため，父親への直接的な指導を行う必要性があると考えられる．父親へは，母乳や母乳育児に関する基礎的知識に加え，授乳に関連したトラブルなどの内容を含んだ指導が必要であると考える．

4．母親が捉える母乳育児の実際について

73.6%の母親が父親からの協力を得られていると感じており，協力内容で最も多かったのは「ミルクを作る，あげてくれる」であった．先行研究によると，ミルク育児の方が父親は育児参加しやすいと考えている母親が多いことが明らかにされている（桝本，梅野，軽部，2011）．本研究参加者も同様に，ミルクをあげてくれることで父親が育児参加をしていると認識している母親が多かったものと推測される．協力のニーズとしては「特にない」が最も多く，次いで「家事の手伝い」が挙がった．佐々木ら（2011）は完全母乳において，父親にサポー

表３　父親の行動や言動で，授乳に対して負担になったこと（自由記述）

母乳の出に関すること	母乳に栄養があるから，ギリギリまであげた方がいいのでは？と言われたが，実際あまりうまく吸わせられず，搾乳してミルクしての繰り返しは休む暇もなくキツかった．(1)
	母乳を飲まなかったり嫌がった時に母乳が出てないと言われたこと．(1)
	子が泣いたらすぐに「お腹空いてるんじゃない？」と言われたこと．母乳がしっかり出ていないからすぐお腹が空くんだと遠回しに言われてるみたいで傷ついた（旦那は何気なく言っているだけ）(1)
	母乳がうまく飲めない為ミルクになったが，母乳はもう無理なのか，出ないのかと何回か聞かれた．(1)
	母乳が出ていないのではないかと言われたとき．母乳をなるべく飲ませたいが，ミルクを与えようとされる時（1）
ミルクの量やミルク補足への発言	母乳のみで育てているが，ミルクも飲ませるようにした方がいいと言われたとき（1）
	ミルクでもいいんじゃないか．母乳じゃないとだめなの？（1）
	ミルクをあげたがる（母乳育児だけで頑張ろうとしていた時に）(1)
	母乳が出ない時にせかす．ミルクの量を減らす等自分の考えで母乳を増やそうとする．(1)
	夜中をミルクにすればという提案．優しさから来ているものだったので断りづらかった．(1)

文末（）内は人数

トを求める考えそのものが母親になく，父親も育児の中で参加する点と考えていない可能性を述べている．今回の調査結果からも同様のことが窺えた．一方で，森脇，古川（2015）は，父親による家事の手伝いがある方が母乳育児を断念したいと思う母親の経験が有意に少ないということを指摘している．さらに母乳育児を継続させるためには，父親からの家事援助や育児サポートという手段的サポートが必要だという考えも示している．本研究の対象となった母親らも，協力のニーズは「特にない」と答えたものが最も多かったが，家事の手伝いなどのサポートを受けることによって，母親の心身の負担は軽減するのではないかと考えられる．

母乳育児に関して，父親に知っておいてほしかったことがあると答えた母親は40.2％と少なかった．しかし知っておいてほしかった内容としては，母親の心身に関することが多くみられた．これは父親に対する調査で母乳育児に関する知識を問うた際に，知識が不足している部分と同様の内容であった．今後，父親に対する指導内容として，授乳時間や量といった母乳育児の基礎的な知識とともに，母乳育児のメリット・デメリットや産後の母親の心身の変化についても指導を行っていく必要があると考えられる．

母親に対する調査の中で，授乳に対して負担になった父親の関わりとして，「母乳やミルクに関する発言」が最も多いことが明らかになった．その要因の1つに，母親と父親の授乳に対する考え方の違いがあると考えられる．母親らの声として，「母乳の出やミルクを足すことに関する発言」に対する負担内容が最も多かったが，水谷ら（2014）も，父親のみならず家族から母乳の出に関する発言や安易にミルクを勧められるかかわりが母親の負担になったと明らかにしている．これらは母乳育児に対する知識不足が影響していることによるかかわりであると考えられる．また，森脇ら（2015）は母乳育児を継続するために必要なサポートとして，サポートの提供者である父親自身が母乳育児に対する考えや思いをもつ必要があると述べている．父親自身が母乳育児に対する考えをもつには，正しい知識をもっておく必要があるといえる．

さらに母親が負担となったかかわりの中に，「泣くとすぐにお腹がすいていると言って預けてくる」という意見があった．児が泣く理由はお腹がすいているからだけでなく，他にもさまざまな理由があるため，父親自身が児の泣いている理由を見つけようとすること，児をあやすなどのかかわりをもつことが，母親の育児負担の軽減に繋がると考えられる．

5．両者の視点からみたより良い母乳育児支援について

母親が望む協力内容で最も多かったことは「特になし」，2番目は家事であった．「特になし」と答えた母親は「母乳のみの為いらない」，「母乳のみのため協力のしようがない」という意見であった．水谷ら（2014）は，母乳育児を行う母親の情緒的側面にプラスに作用した家族のかかわりとして，母乳育児を応援してくれる，頑張りを認めてくれる姿勢や家事，育児を手伝ってくれるといった内容を挙げていた．母乳育児中でも，父親のかかわり方によって，母親の心理的負担が大いに軽減でき，より効果的にサポートできる方法はあると考えられる．先行研究の結果も踏まえると，母乳であってもミルクであっても家事を分担することで育児負担が軽減されると考えられる．また，母親がどのような思いをもって母乳育児を行っているのかを知ることで，授乳中の母親に対するかかわり方，声のかけ方も変わるのではないかと考える．そのためには，母乳育児をする母親が父親から見て「大変そう」ではなく，「楽しそう」だと捉えられるような授乳期のケアを母親に提供していくことも助産師には求められる．

妊娠中に父親と授乳方法について話した母親は36名（41.4%）であり，半数以下であったことが分かった．話し合った内容としては「今後の授乳方法について」が30名（83.3%）と最も多く，妊娠中から夫婦で話し合う機会はあったと考える．しかし実際に授乳が始まると，ミルクを足すかどうかなど，夫婦間に考えのずれが生じていることが明らかになった．母親の授乳方法についての思いや，産後父親にどのようなサポートをしてほしいかということを妊娠中から夫婦間で話し合うことで，お互いの考えのずれは軽減されるのではないかと考える．

母乳育児に関する情報を知りたいと望んでいる父親は少ないが，これらのことを踏まえ，両者の視点からみたより良い母乳育児を支援するためには，妊娠中から母親だけでなく父親に対しても母乳育児に関する情報提供を行う必要があるといえる．情報提供の方法は教室の開催だけでなく，パンフレットなど保存できる教材として配布を行い，教室に参加できなかった夫婦にも情報提供ができるよう働きかけていく必要がある．さらに，母親が父親に知っておいてほしいと望む内容として，母親の身体に関すること，授乳に関すること，メンタルに関すること，育児に関することの4カテゴリーが抽出された．このうちメンタル面に関しては，産後うつに関する先行研究において，産後うつが疑われる群は母乳栄養の割合が有意に低く，相談相手として夫を選択していないということも報告されている（市川，黒田，2008）．今回抽出された4カテゴリーについて，父親向けに必要な情報提供を行うことで，母親にとって負担になるかかわりを少しでも減らすことができ，母乳育児の継続にも有用なのではないかと考える．

6．研究の限界と今後の課題

本研究対象者はA県B市の1ヵ所に限局しているた

め，受けている教室や指導に偏りが出ていることが予測される．そのため一般的な意見とはいい切れない．対象地区や対象者数を増やし，より一般的な意見の収集・分析を行い，より良い母乳育児支援の内容について検討することが今後の課題である．

Ⅵ．結　論

子どもが生まれた後，授乳をしている母親を見て父親が感じることは,「大変そう」というイメージが最も多く，次いで「うらやましい」,「楽しそう」という結果であった．父親向けの母乳育児に関する教室への参加希望がある父親は25.9%，母親は58.6%であり，母親と比べると父親の方が参加希望は明らかに少なかった．母乳育児が母親の身体面にどのような影響を及ぼすかということに関する知識が，父親には乏しく，授乳方法に関して妊娠中に父親と話す機会があった母親は全体の40%と低い傾向にあった．母親が父親に知っておいてほしかったと望む母乳育児に関する内容は，母の身体に関すること，授乳に関すること，メンタルに関すること，育児に関することの4カテゴリーであった．

謝　辞

本研究にあたり，調査にご協力いただいたご夫婦の皆様，ならびに保健師の皆様に心より感謝申し上げます．

文　献

・市川ゆかり，黒田緑（2008）．産後うつ病に関連する要因の分析．母性衛生，49（2），336-346.
・木村涼子(2015)．産後10ヵ月女性の体重復帰と母乳率，食習慣及び美容意識の関連．東北文化学園大学看護学科紀要，4（1），11-18
・厚生労働省（2015）．平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要．https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html(最終閲覧日:2018年11月6日)
・厚生労働省（2016）．平成28年人口動態統計月報年計（概数）の概況．https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai16/dl/gaikyou28.pdf（最終閲覧日2018年11月6日）
・桝本恭子，梅野貴恵，軽部薫（2011）．母乳育児に対する父親の意識とその要因に関する研究－母親との比較から－．母性衛生，51（4），730-736.
・水谷さおり，岡田由香，山口桂子（2014）．初めて母乳育児を行う母親の情緒的側面に作用した家族のかかわり．家族看護学研究，20（1），13-25.
・森本眞寿代, 濱嵜真由美, 岡崎美智子（2015）．産後1ヵ月の母親が母乳育児を継続する信念に影響を与える要因．母性衛生，55（4），759-767.
・森脇智秋, 古川薫(2015)．母乳育児における夫のサポートに関する研究の現状と課題．インターナショナルNursing Care Research．14（1），111-120.
・小曽根秀実，久住武，近藤昊（2011）．直接授乳行動における母親への心理的影響に関する文献検討－母乳育児中の母親に対する精神的ストレスマーカーとして唾液中クロモグラニンAの有効性－．群馬県立県民健康科学大学紀要，6，1-12.
・尾筋淑子, 松村惠子(2013)．母乳育児に関する文献研究．香川母性衛生学会誌，13（1），51-60.
・坂本保子（2014）．母乳哺育を阻害する要因に関する研究－母親の心理的ストレス反応－．八戸学院短期大学研究紀要，38，69-75.
・佐々木和子，足立智昭（2014）．妊婦の夫に対する情緒的援助に関する研究．母性衛生学会誌，55（2），300-308.
・佐々木由理，竹原健二，松本亜紀，吉朝加奈，嶋根卓也，野口真貴子，三砂ちづる（2009）．生後4ヵ月時点における完全母乳哺育実施要因について：妊娠・出産をとおしての母子の長期的経過についての縦断的な検討より．母性衛生，50（2），396-405.
・山崎愛，山鍬遥香，坂下桂寿，垣内三季，山田直子，浅見恵梨子，鎌田次郎（2008）．母乳栄養成功の要因に関する研究．奈良県母性衛生学会雑誌，21，17-18.