

# 令和元年度 調査研究報告書【概要版】

## 自尊心とレジリエンスの向上に着目した 育児期女性に対する支援体制構築に 向けての基礎研究



令和2年3月 特別区長会調査研究機構



# 研究目的

育児期女性の育児状況、自尊感情、レジリエンス等について  
実態を把握することを目的とする。

・ 育児中の家庭に対しては既に様々な施策が行われているが、  
育児期にある女性は自尊感情が低い傾向にあり、そのことが  
社会復帰への障害となっていることが分かっている。

・ 諸外国では、育児期女性のメンタルヘルス状況を把握し、彼  
女たちに対して必要な支援を政策に反映させている例もあり、  
わが国でも育児期女性の心理的側面への理解と支援の整備が必  
要である。



# 今回のキーワード

**性役割**：性別と社会的なあり方を結びつけた考え方  
（例：男は泣かない、女は愛嬌）より具体的に性別役割分業（例：男は仕事、女は家事育児）の形をとることも多い。

**レジリエンス**：困難な状況にもかかわらず、しなやかに適応して生き延びる力

**自尊感情**：自分の個性やあり方を尊重する気持ち  
自分は、あるがままで価値のある人間だと自覚し、社会のなかで意義があると感じること



# 調査概要方法

アンケート調査 及び グループインタビューによる

板橋区・北区在住の、第1子が0歳から5歳である女性 3,000人（人口按分によって、板橋区1,840人、北区1,160人）板橋区、北区の住民基本台帳から単純無作為抽出 自記式調査票を郵送にて配布、郵送にて回収

	配布数	有効回収数	有効回収率
全体	3,000	1,459	48.6%
板橋区	1,840	815	44.3%
北区	1,160	644	55.5%

高い回収率  
=  
高い関心を  
表す



# 結果①：2年目以降の支援が必要

- 「育休中」の人が一番ポジティブ  
(高レジリエンス、高自尊感情)
- 産後すぐ（休職中）よりも、  
2～3年後の方がネガティブになる  
(低レジリエンス、低自尊感情)

提言：

行政サポートも、産後1年間は手厚いが、その後がない。

未就学の幼児を育てる母親への支援をさらに充実させる必要がある。



## 結果②：社会へつなげる支援が必要

- ・ 妊娠出産にあたり、「仕事を辞めざるを得なかった」お母さんが一番ネガティブ

→ 自尊感情を持つのに、  
母親役割だけでは不十分である。

提言：

育児以外で社会から必要とされている感覚を支援することが大切。

行政・地域などが、**母親役割に固定されない社会参画の方法**を提供していく必要がある



## 結果③：母親役割からの解放が必要

- 社会から求められている性役割（お母さんはこうあるべき）を強く感じてしまう人ほど、ネガティブになる。

提言：

時代に即した性役割のイメージ形成や啓発事業を行政でも促進していく必要がある



# 板橋区・北区の例

## ★女性を社会につなげる支援

### 【子育てママの未来計画】

(板橋区・北区・東京家政大学の  
3者共催事業)

子育て中の女性が、自分自身の生活や希望を見つめ直し、参加者相互で自己肯定感を高め合って、今後のキャリアをイメージできるよう構成された託児付き連続講座。

### 〈参加者の声〉

- ・子どもと離れて集中して学ぶことができた。
- ・久しぶりに社会とつながった気がした。
- ・自分自身を見つめなおすことができよかったです。
- ・自分に優しくしていいことを知った。

2019年度 東京家政大学・板橋区・北区  
女性の活躍推進に向けた三者共催事業

託児付き  
4ヶ月以上の  
未就学児

受講料  
無料

## 子育てママの 未来計画

子どもや家族と同じくらい、「自分」を大切にしていますか？  
出産育児という大きな変化を機会として、自分の「これまで」や「これから」をイメージして、ポータルフォロワー化するワークショップです。  
私たちそれぞれが輝く未来を、一緒に考えてみませんか？

### レジリエンス編

忙しい毎日の中でも自分らしくいるために

2日間連続講座

7/6 (土) 7/13 (土)

10:45~12:15

忙しく育児や家事に追われる毎日、ちょっとつかれてしまい、一休みして自分のことを見つめなおしたい方へ、こころの元気「レジリエンス」を取り戻す方法を学び、自分の時間を取り戻してみませんか？

定員：30名  
託児定員：16名(先着順)

### 家政学入門編

子どものいる毎日を充実したものにするために

2日間連続講座

7/20 (土) 7/27 (土)

10:45~12:15

家政学の考え方を学び、自分の生活を見直し、自分の持っている「資源」を整理していきます。忙しさにのまねず、自分と家族にとって大切なことを見つけ、いきいきと生活を回す方法を考えたい方へ。

定員：30名  
託児定員：16名(先着順)

詳しく受講することもできますが、「レジリエンス編」を受講してからも「家政学入門編」を受講することも可能です。  
両編同時受講も申し込みの順序は順次となります。  
2018年度開講「子育てママの未来計画」と同時開催です。  
不明な点は必ず申し込みまでお問い合わせください。

※日程未定  
レジリエンス編：2019年9月6日(土)、9月20日(金)  
家政学入門編：2019年9月28日(土)、10月12日(土)  
両編同時開催については後日ご案内いたします。





# 豊島区の例

## ★女性を社会につなげる支援

【待機児童を解消し、女性の職業生活における活躍を推進】

民間保育所の積極的誘致などに重点的に取り組み、平成29年・30年は待機児童がゼロとなった。

○女性の声をダイレクトに施策に反映

【としまF1会議】

“消滅可能性都市”との指摘を受け、対応策の一つとして「女性にやさしいまちづくり」を掲げて女性を中心としたメンバーの「F1会議」を立ち上げ、調査・研究を重ねて区長に提案、次年度予算に反映し、11事業を具体化した。





# 文京区の例

## ★母親役割からの解放

### 【区長のリーダーシップと情報発信】

行政のトップがジェンダー平等・女性活躍に関して、積極的にメッセージを発信することで、女性を母親役割だけの存在から解放

○経済状況の厳しい子育て世帯へのゆるやかな見守り

### 【子ども宅食プロジェクト】～見えない貧困を見えないまま支援する～

児童扶養手当、就学援助受給世帯等に対し、企業等から寄附された食品等を定期的に自宅に届ける。



配送等を通じ、各家庭とつながることで、生活の困りごとに気付き、必要な支援につないでいくこと、地域や社会からの孤立を防ぐことを目的としている。



# 千代田区の例

★「母親役割」だけでは不十分

→「子育て支援」の部署と「男女平等参画」の部署等、  
庁内の連携が不可欠

## ○庁内連携の好事例

【DVや虐待等家庭内の暴力に対して、  
庁内で関係部署が連携して防止啓発】

- 児童・家庭支援センター（児童虐待防止）、
- 国際平和・男女平等人権課（女性への暴力防止）、
- 障害者福祉課（障害者虐待防止）、
- 在宅支援課（高齢者虐待防止）

すべての暴力と虐待をなくすために  
11月1日～12月10日は千代田区の虐待防止強化期間です！

このような行為は、虐待や暴力になります ❌ NO!

- ①身体的虐待・暴力 殴る、ける、タバコの火を押し付ける、無理やり食事を入る、しばりつける、閉じ込める など
- ②性的虐待・暴力 性的行為を強要する、性器や性交を見せる、ポルノグラフィーの被害体にする、無理やりわいせつな映像を見せる など
- ③心理的虐待・暴力 大声でどなる、ののしる、言葉によっておどす、何を言っても無視する、仲間に入れない、相手が大切にしているものを壊す など
- ④ネグレクト 適切な衣食住の世話をせず放置する、病気になるのに医者におせない、家に閉じ込める など
- ⑤経済的虐待・暴力 日常生活に必要なお金を渡さない、年金や賞金を渡さない など

<p><b>子どもへの虐待防止</b> (児童・家庭支援センター)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>千代田っこホットライン 03-3256-8150(24時間 365日)</li> <li>児童相談所 全国共通ダイヤル 189(24時間 365日)</li> </ul>	<p><b>高齢者への虐待防止</b> (在宅支援課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>かがやきプラザ相談センター 03-3265-1165(24時間 365日)</li> <li>在宅支援課相談係(虐待防止相談専用電話) 03-6265-6484</li> <li>高齢者あんしんセンター麹町 03-3265-6141</li> <li>高齢者あんしんセンター神田 03-5297-2255</li> </ul>
<p><b>障害者への虐待防止</b> (障害者福祉課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>千代田区障害者虐待防止センター 03-5226-7373</li> <li>千代田区障害者よろず相談MOFCA 03-6269-9755</li> </ul>	<p><b>配偶者・恋人への暴力防止</b> (国際平和・男女平等人権課)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>千代田区男女共同参画センターMIW相談室(予約専用電話) 03-5211-4316</li> <li>生活支援課(DVで緊急対応が必要な場合) 03-5211-4126</li> </ul>

虐待？暴力？と思ったら、まずはご連絡ください  
緊急の場合は警察へ

**オレンジ・パープルリボンが目印です！**  
職員も虐待・暴力防止の啓発リボンを着用しています。  
お困りごとがあれば、お声掛けください。



# まとめ

- 現代の、育児期女性の心理的状況とその特徴が明らかになった
- 東京都特別区が先進的な取り組みをすることで、全国に先駆けて先例を示せる。
- 以降も、継続的な調査が必要である。
- 令和2年度は同じグループの「父親」に焦点をあて、育児と性別役割についての状況を調査する。



# 研究体制

リーダー 並木 有希 (東京家政大学女性未来研究所  
副所長)

研究員 平野 順子 (東京家政大学短期大学部保育科  
准教授)

平野 真理 (東京家政大学人文学部心理カウ  
ンセリング学科講師)

提案区：板橋区

参加区：北区、千代田区、文京区、豊島区