

2020年9月24日

## 【コロナ禍における子育てに関するパパママ意識調査】 コロナ禍で「家族との時間が増えた」一方で 約7割のママが「孤独を感じている」ことが判明！

家族、周囲と協力し合って取り組む“Co育て※”を推奨するグリコによる  
全国オンライン「Co育てプログラム」開始で孤独な“孤”育てから協力しあう“Co”育てへ

江崎グリコ株式会社は、新型コロナウイルスの影響で在宅時間が増えたいま、現在妊娠中または0～2歳の子どものいるパパママ(20代～40代)600名を対象に、「コロナ禍における出産と子育てに関するアンケート」を実施いたしました。

調査では、コロナ禍で「外世界との接触機会が減ったことで、孤独を感じていること」、「家族時間が増えても、夫婦間で子育てに対する意識差があると孤独感が高まること」などの課題が浮き彫りになりました。主な調査結果は、以下の通りです。また、これらの調査結果を踏まえ、江崎グリコではコロナ禍の家族をサポートする、自治体向けオンライン子育て支援サービス「Co育てプログラム」の提供を開始します。

※Co育て: Communication(和気あいあいと)・Cooperation(上手に協力しながら)・Coparenting(一緒に子どもを育てる)の3つの“Co”を取った造語。

### <主な調査結果サマリー>

- 7割以上のパパママが、新型コロナウイルスは子育てに影響があったと回答。そのうち、**約6割の方が「家族で一緒に過ごせる時間が増えた」と回答している一方で、コロナ禍の子育てにおいて孤独感や心細さを感じているママは約7割にも。**  
また、孤独感、心細さを感じる主な理由としては『地域のコミュニティに参加できない』『ほかの子育て中のお母さんと交流できない』など、**外の世界との接触機会が減ったことが主な原因となっているようです。**
- 子育てをする上で重要だと考えること1位は、**パパママ共に『夫婦で協力して子育てに当たること』。しかし、男女で20%以上回答数に差があり、家族で一緒に過ごせる時間が増えていても、いまだに夫婦で協力して子育てすることに男女間で意識差があることが伺えます。**
- 子育てにおけるママの悩みは1位『一人でリラックスする時間が取れない』、2位『感情のコントロールができない』、3位として『パートナーの子育てに対する知識・理解が十分ではない』ことが挙げられました。
- パパ・ママがそれぞれどこから子育てに関する情報を得ているかを聞いたところ、ママはWEBサイトやSNSに次いで、「友人・知人」や「ママ友」と回答。一方パパは、7割以上が情報収集源を「パートナー」と回答し、**夫婦間で子育てに関する情報や知識が“ママ頼り”になってしまっていることが明らかに。**

#### <調査概要>

調査名: コロナ禍における子育てに関する意識調査

調査方法: インターネット調査

調査対象者: 現在妊娠中もしくは0～2歳の子どものいる男女(20～40代)

調査地域: 47都道府県

調査期間: 2020/09/6～2020/09/07

調査機関: 江崎グリコ株式会社

サンプル数: 600

※本資料に含まれる調査結果をご掲載頂く際は、必ず『江崎グリコ株式会社調べ』と明記下さい。

## コロナ禍で家族の時間が増えた一方で“孤”育てが加速化！？

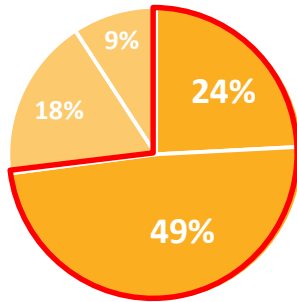
パパとママに新型コロナウイルスによる子育てへの影響について聞いたところ、約7割の方が「とても影響があった」もしくは「やや影響があった」と回答(図1)。約6割の方が「家族で一緒に過ごせる時間が増えた」と回答しています。(図2)。

一方で、新型コロナウイルス感染拡大によって孤独感や心細さを感じているママは、約6.5割に(図3)。理由としては、「地域のコミュニティに参加できない」「ほかの子育て中のお母さんと交流できない」などが挙げられ、「孤」育ての加速化には、外の世界との接触機会が減ったことが主な原因となっているようです。(図4)。

Q あなたのご家庭では、新型コロナウイルスの影響によって子育てに何らかの影響がありましたか？ [SA][N521]

図1

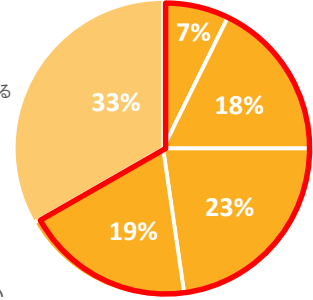
- ・とても影響があった
- ・やや影響があった
- ・あまり影響はなかった
- ・まったく影響はなかった



Q 女性に質問です。あなたは現在、新型コロナウイルス感染拡大によって、孤独感や心細さを感じていますか？ [SA][N300]

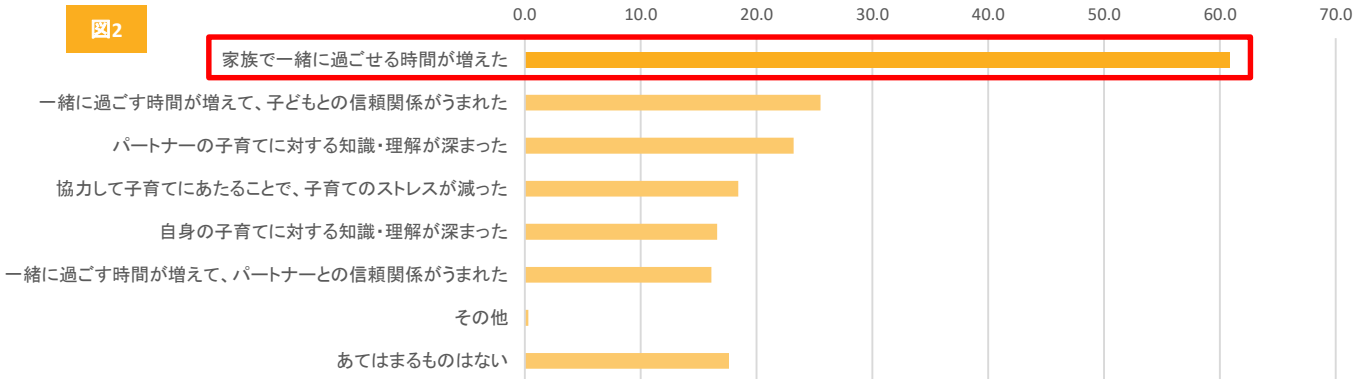
図3

- ・とても強く感じる
- ・強く感じる
- ・感じる
- ・少し感じる
- ・あまり感じない



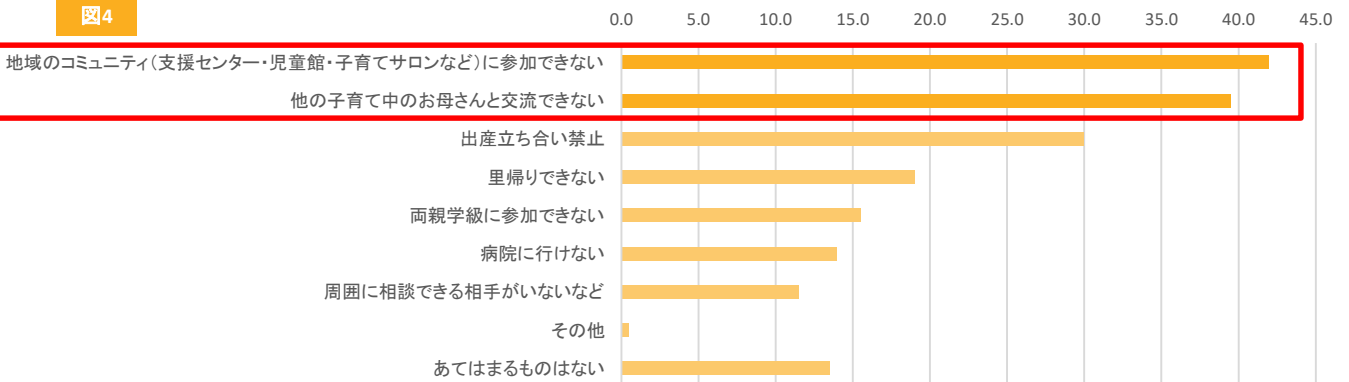
Q 新型コロナウイルスの影響によって子育てに何らかの影響があったという方にお聞きします。ポジティブな影響として、あなたにあてはまるものをすべてお選びください。 [MA][N300]

図2



Q 現在、新型コロナウイルス感染拡大によって孤独感や心細さを感じてる方にお聞きします。あなたが孤独感や心細さを感じる理由は何ですか？ あてはまるものを全てお選びください。 [MA][N200]

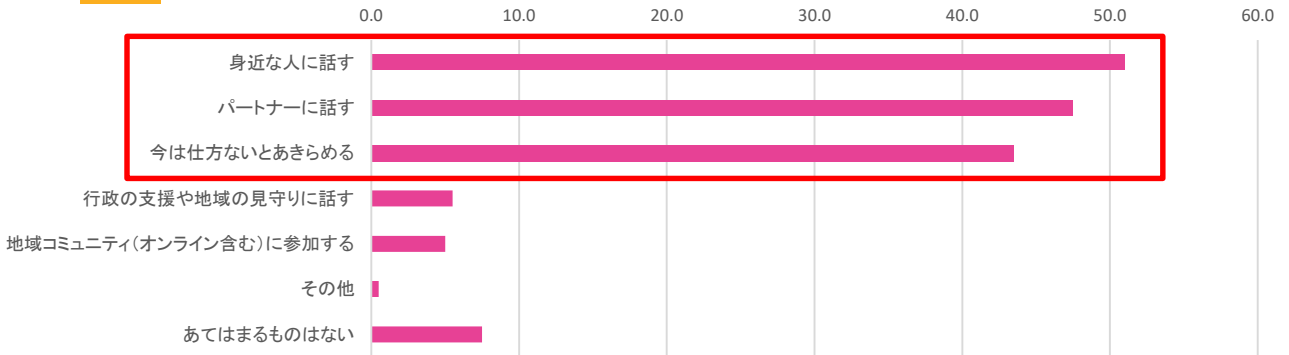
図4



また、孤独感や心細さを感じているママのうち、対処方法について聞いたところ、身近な人やパートナーに話すという回答が多い一方で、コロナ外出自粛下では、4割以上が「今は仕方ないとあきらめる」と回答し、解決策が見いだせず、孤立化している現状が伺えます(図5)。

Q 現在、新型コロナウイルス感染拡大によって孤独感や心細さを感じてる方にお聞きします。あなたは孤独感や心細さを感じるとき、どのように対処していますか？ あてはまるものを全てお選びください。[MA]

図5 女性回答(N200)



### “協力し合って”子育てすることへのパートナー間での意識差が明らかに...

パパママ共に子育てをする上で重要なことは、「夫婦で協力して子育てに当たること」が第1位。しかし、ママの8割が重要だと回答した一方で、パパは6割弱にとどまり、協力して子育てを行うことに対し、パートナーとの間で意識差があることが分かります。(図6)。

**前述のコロナによる外の世界との接触機会の減少のほかにも、家庭内での子育てに関する意識差も“孤”育て加速の要因となっているのかもしれない。**

Q あなたが子育てする上で重要だと思うことはなんですか？ あてはまるものをすべてお選びください。[MA][N600]

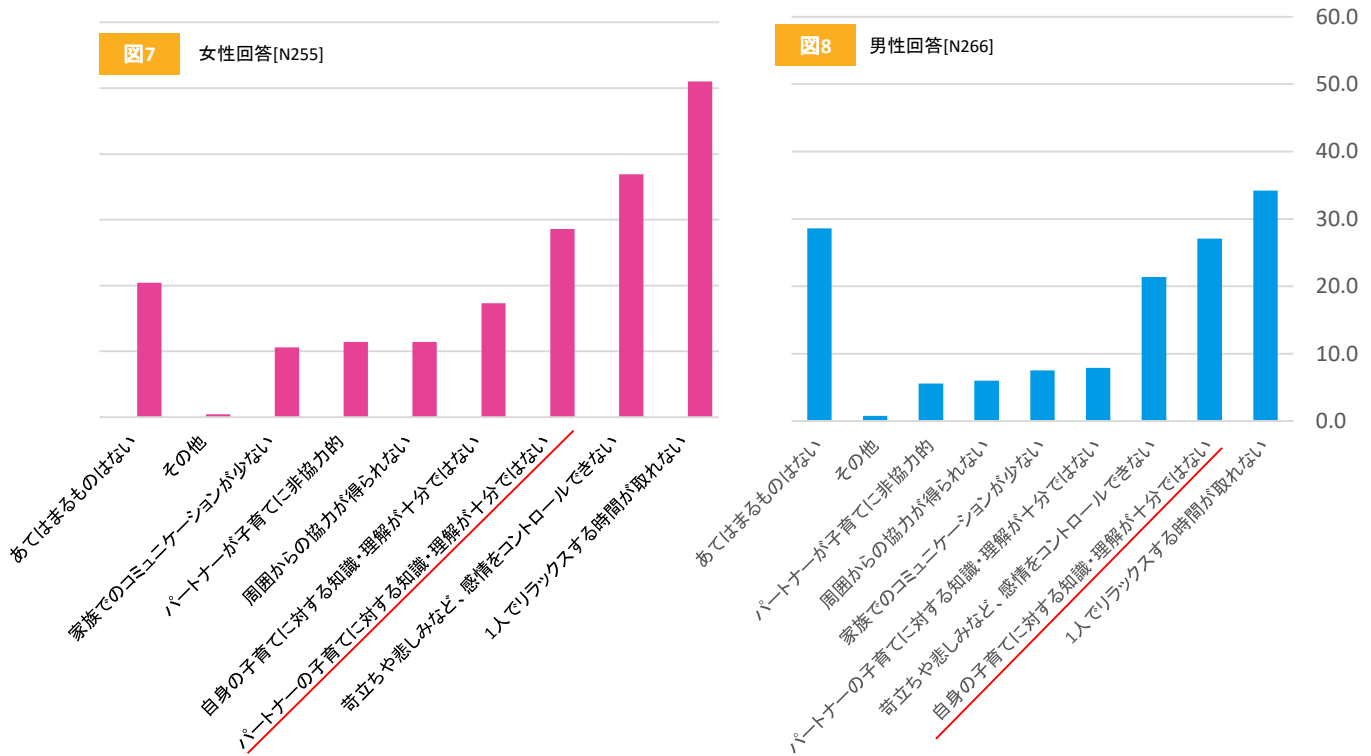
図6



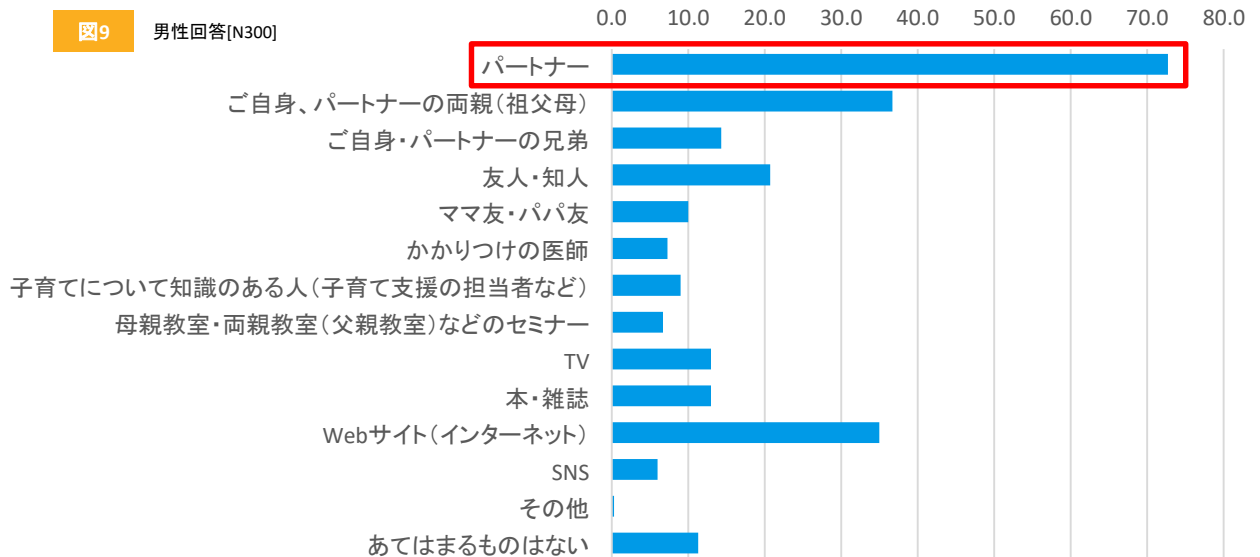
## 子育て情報は“ママ頼り”！パパの知識不足もママのストレスの原因に

ママに子育て時の悩みについて質問したところ、「一人でリラックスする時間が取れない」「感情のコントロール」に次いで、「パートナーの子育てに対する知識・理解が十分でない」が3位に。一方で、パパの悩みは、「一人でリラックスする時間が取れない」について、「自身の子育てに対する知識・理解が十分でない」ことが2位となりました(図7・8)。また、子育てに関するパパの情報源について7割以上が「パートナー」と回答し、パパの子育てへの情報が“ママ頼り”になり、その知識不足がママのストレスとなりなっていることがうかがえます(図9)。

Q あなたの子育てにおける悩みとして、あてはまるものをすべてお選びください。[MA]



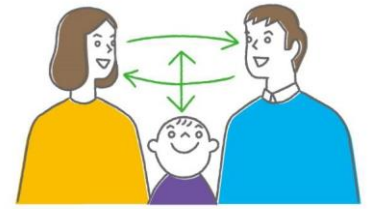
Q あなたは、子どもや子育てに関する情報をどこから集めていますか？あてはまるものをすべてお選びください。[MA][N300]



## “弧”育てを“Co”育てへと変えるオンライン子育て支援サービス「Co育てプログラム」提供を開始

ママの孤独感や不安を減らすため、そしてパパが知識を得る場を作るためにも、出産・育児の正しい知識を学ぶことができる「両親学級」は有効です。しかし、新型コロナウイルスの影響で相次いで中止に。そこで江崎グリコ株式会社は、オンライン子育て支援サービス「Co育てプログラム」の提供を開始しました。

「両親学級」への参加が億劫と感じている夫婦のうち、約3人に1人が家事・子育てに追われているという理由から参加していなかったこと、またママの54.7%、パパの64%が「両親学級」がオンライン開催であれば、より参加しやすいと回答していることから、オンラインで行うことでより多くのパパママに参加いただき、コロナ渦での孤独感や不安を軽減できると考えています。



### ■「『Co育て』とは何か」ではなく「どうしたら『Co育て』できるか」を考え、チーム作りの手助けに

「Co育てプログラム」は、パパママを中心とする家族を対象に生まれる前から一緒に「Co育て」ができるように考えられた、妊娠中期・後期・出産後の合計3クラスで構成される体験型講座です。お互いの意識の違いを確認し理解することで、家族というチーム作りに寄与することを目的に開発。意識の差で生まれるすれ違いが多くなりがちな出産前後の時期に、プログラムを通じて「どうしたらCo育てできるか」を家族で一緒に考えて話し合うことで、子育てへの不安を軽減するとともに、家族で共に取り組む育児「Coparenting」社会の実現を目指します。また、プログラム終了後も、当社のCo育てコミュニケーションアプリ「こぺ」※の提供により、家族間の意識の差で生まれるすれ違いを解消し、継続して「Coparenting」のサポートを行います。

本プログラムでは、下記のように妊娠前から出産後までの3つの段階で起こりうるパートナーとの課題に対する意識づくりを3日間にわたって行います。

#### DAY 1 妊娠中期（妊娠5ヵ月～7ヵ月）

##### Co育てチーム結成！

「どんな子どもになってほしいか」という具体的なイメージをシェアし、親になるという自覚をはぐくみながら、チーム作りをするきっかけを作ります。また、「パートナーと育児情報や意識に差があり、すれ違ってしまうこと」を体感し、Co育てする上で、今後の育児について共有したり話し合う必要性を感じていただく講座です。

#### DAY 2 妊娠後期（妊娠8ヵ月～10ヵ月）

##### 家事育児を考える

「家事・育児の認識に差があり、すれ違ってしまうこと」を夫婦で妊娠期、育児期をイメージしてシミュレーションし、夫婦間で、今後の家事育児シェアについて考えるきっかけをつくります。具体的な家事育児ワークシートを使ってパートナーと話し合いながら、お互いが納得できる方法や考え方をつくっていく講座です。

#### DAY 3 出産後

##### すれ違いをCo育てで解消

赤ちゃんと一緒に暮らす中でパートナーとのすれ違いを感じがちな時期に、Co育ての要素を使って、うまく乗り越える方法をお伝えします。実際の子育ての中で出てくる様々な問題を例にして、子どもとの関係性も伝えながらうまく解決する方法などを行います。

### ■江崎グリコ「Co育てPROJECT」について

江崎グリコは“事業を通じ社会に貢献する”をテーマに、栄養菓子「グリコ」や「ビスコ」、乳児用液体ミルク「アイクレオ赤ちゃんミルク」を世に送り出し、創業以来、子どものココロとカラダの健やかな成長に寄与する事業に取り組んできました。妊娠からの1000日間を子どもの基礎をつくる大切な時期と捉え、その時期の子育ての課題解決を目指す「Co育てPROJECT」を2019年2月にスタート。家族のコミュニケーションや育児協同を促し、良好な関係づくりを促進する取り組みとして展開しています。



※Co育てコミュニケーションアプリ「こぺ」について

「こぺ」は、子育てをするパートナー間において、すれ違いを生む様々な原因を解消するコミュニケーションアプリです。パートナー間専用のメッセージャーや、パートナー間で共有できる育児ログ、妊娠期からのCo育てノウハウなど、子育てに役立つ様々な機能が用意されています。