

「子どもがいる人生でよかったと思う瞬間」に関する意識調査実施
子は宝！ 苦悩や不安を抱えるも約98%が子どもがいる人生は幸せ
一方で、約4割のママが育児疲れを経験、原因は自分の時間が確保できない

妊娠・出産・子育て分野のサービス提供をおこなう、株式会社ベビーカレンダー（旧社名：株式会社クックパッドベビー、本社：東京都渋谷区、代表取締役：安田啓司、以下「ベビーカレンダー」）は、0歳児から大学生の子どもを持つ男女952名を対象に、「子どもがいる人生でよかったと思う瞬間」に関する意識調査を実施致しました。（調査期間：2018年7月28日～7月30日）調査・分析の主なポイントは以下の通りです。

＜調査結果のサマリー＞

1. 子どもはかわいいけれど……約4割が子どもや子育てが嫌になった経験あり！
2. 子育ての悲痛な叫び！子どもや子育てが嫌になる理由、第1位は「自分の時間が確保できない！」
3. 子育ては自分との戦いの日々！？7人に1人が子育てに向いていないと感じる瞬間あり！
4. 対処法が分からなくてイライラ……。ママを困らせる『泣き止まない』『イヤイヤ期』
5. それでもやはり“子は宝”！約98%のママが子どもがいる人生を幸せと回答！
6. 子どもがいてよかったと感じる理由、第1位は「子育てが楽しくても幸せが上回るから」

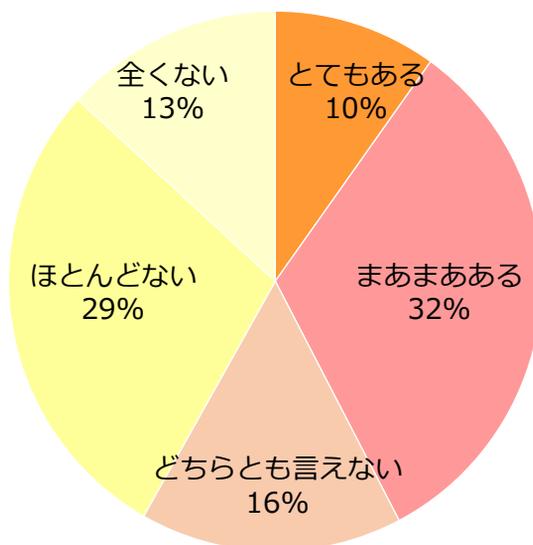
＜調査概要＞

調査対象：株式会社ベビーカレンダーが企画・運営している「ファーストプレゼント」「おぎゃー写真館」のサービスを利用された方
 調査期間：2018年7月28日(土)～7月30日(月)
 調査件数：952件

1. 子どもはかわいいけれど……約4割が子育てが嫌になった経験あり！

「子どもや子育てが嫌になったことはありますか？」という問いに対し、94名が「とてもある」、308名が「まあまあある」と回答し、**全体の約42%が子どもや子育てが嫌になった経験がある**ことが明らかになりました。

【子どもや子育てが嫌になったことはありますか？】

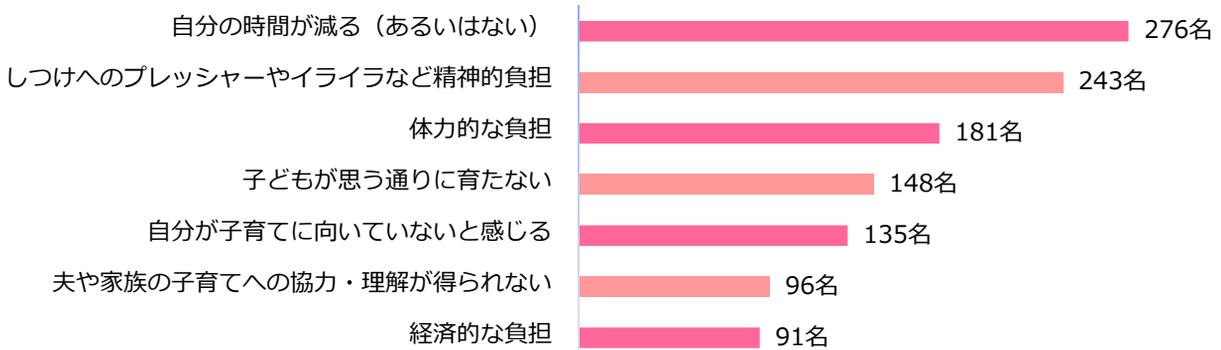


2.子育ての悲痛な叫び！子どもや子育てが嫌になる理由、第1位は「自分の時間が確保できない！」

子どもや子育てが嫌になったことがある方に対し、どんなときにそう思うのか質問したところ、「自分の時間が減る（あるいはない）」(276名)、「しつけなどへのプレッシャーやイライラなど精神的負担」(243名)、「体力的な負担」(181名)などの理由が上位となりました。子どものペースに合わせてしまい自分の時間が確保できない、休めない、がんばりすぎてしまうことなどが原因で感じるという“育児疲れ”を経験している方も多いようです。

現在、社会問題にもなっている“ワンオペ育児”に悩んでいるという声も聞かれました。

【「子どもや子育てが嫌になったことはありますか？」の質問に対し、「とてもある」「まあまあある」と答えた方へその理由やどんなときにそう思うのか下記からお選びください。（複数回答可）



<子どもや子育てが嫌になったときの具体的なエピソード>

- ・仕事が終わってグッタリしながらも晩ごはんをつくり、後片付け、子どものお風呂、寝る前に遊ぶ、子どもが寝たあとかもしくは翌日早く起きて洗濯……。自分の時間は仕事の休憩中しかない。(35歳～39歳 女性)
- ・寝不足のときや、子育てについて夫婦間の連携が取れてないときにイライラした。(30歳～34歳 女性)
- ・お金と時間が浪費していく現状に不安を感じることがある。(25歳～29歳 女性)
- ・夫や義理の親と子育ての仕方で意見が合わなかったりすると、孤独感を覚えてこれからの子育て自体が嫌になるときがある。(30歳～34歳 女性)
- ・睡眠時間を取れないことが体力的にとてもつらかった。睡眠不足からイライラしたり、不安定になりやすく、悪循環になる。(30歳～34歳 女性)

3.子育ては自分との戦いの日々！？7人に1人が子育てに向いていないと感じる瞬間あり！

また、子どもや子育てが嫌になったことがある方のうち、約14%が「自分が子育てに向いていないと感じる」と回答し、思い通りにいかない子育ての理想と現実のギャップに自信を失くしてしまう瞬間があることが分かりました。

<自分が子育てに向いていないと感じた具体的なエピソード>

- ・子どもにイライラしてしまったときは、怒ったあとに落ち込む。専業主婦なので、働いている人を見ると劣等感を感じ、子育てが嫌だというよりは自分は駄目なんだと思うことがしばしばある。(35歳～39歳 女性)
- ・子どもの反抗期と分かっているのに、話を聞かなかったり、返事もしないときや公共の場でも自由過ぎる子どもを見て、自分のしつけのできなさから子育てに向いていないと思うときがある。(40歳～44歳 女性)
- ・長男が甘えたいのを我慢しているのに気付いたときに、「子どもを幸せにできていないな」「私、子育てに向いていないな」と思った。(30歳～34歳 女性)
- ・子育てに不安になり、これでいいのかな？こんなママでいいのかな？と思うことがあった。(25歳～29歳 女性)

4.対処法が分からなくてイライラ……。ママを困らせる『泣き止まない』『イヤイヤ期』

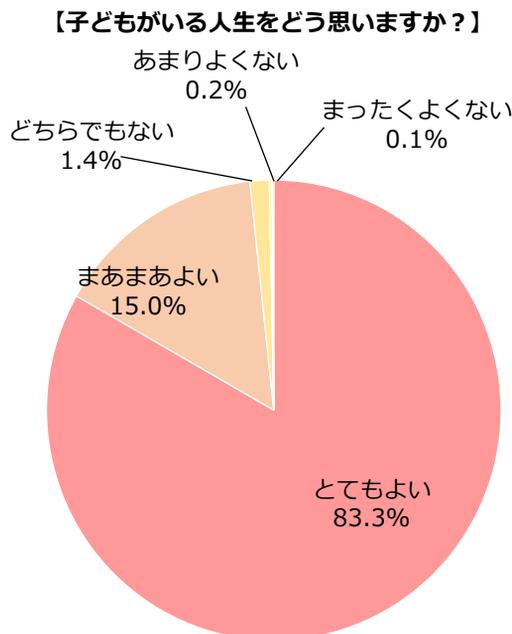
子どもや子育てが嫌になったことがある方へ、その理由を尋ねたところ、「何をしてても泣き止まないとき」や「イヤイヤ期」に関するものが多く聞かれました。一般的に1歳半～2歳児に多いと言われる子どものぐずりやイヤイヤ期の理由や対処法が分からず、自身のストレスやイライラへつながら原因となってしまうことが多いようです。

<ぐずりやイヤイヤ期に関する具体的なエピソード>

- ・かわいいけど、泣き声がひどいときは本当に身も心も疲れてしまう。イライラしている自分の器の小ささにイライラする。(25歳～29歳 女性)
- ・反抗期に入ると手がつけられず何をするにも時間がかかり、本当に困った。(30歳～34歳 女性)
- ・何をしてても泣き止まないときや、寝てくれないときは精神的にきつくなり、毎晩泣いていた。(20歳～24歳 女性)
- ・イヤイヤ期でなかなかスムーズに買い物が終わらなかつたり行けなかつたりしたとき、どのようなしつけをしていいか定まらず、夫の協力を得られなかった。(20歳～24歳 女性)
- ・生後2カ月くらいのときにあまりにも寝れず、大泣きしている娘を抱っこしてお乳もうまく飲めず、また泣かれの繰り返しで本当につらくてどうにかなりそうだった。(20歳未満 女性)

5.それでもやはり“子は宝”！約98%のママが子どもがいる人生を幸せと回答！

「子どもがいる人生をどう思いますか？」という質問に対しては全体の約98%にのぼる934名が「とてもよい」または「まあまあよい」と回答。大多数が、**子どもがいる人生を幸せ**と感じていることが分かりました。

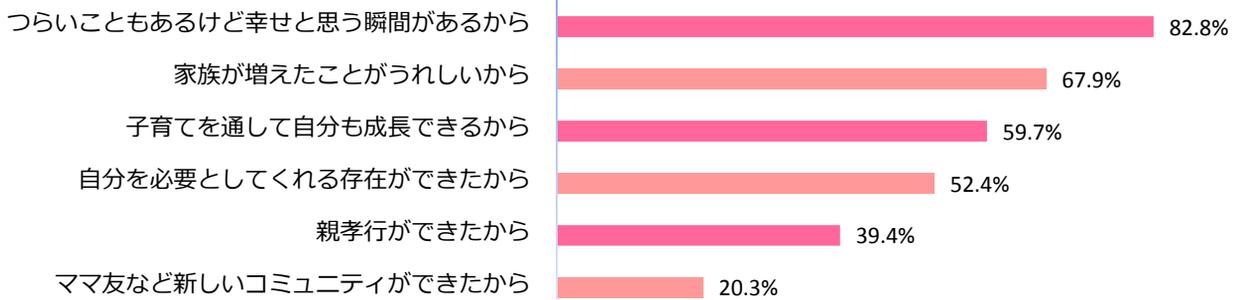


6.子どもがいてよかったと感じる理由、第1位は「子育てがつらくても幸せが上回るから」

子どもがいる人生をよいと答えた方へ、その理由を尋ねたところ、「つらいこともあるけど幸せと思う瞬間があるから」との回答が約82%と最も多く、次いで「家族が増えてうれしいから」「子育てを通して自分も成長できるから」と続きました。つらい瞬間があるからこそ、子どもの笑顔がなおさら愛おしく感じるという意見も多く、親にとって子どもは唯一無二の幸福感を与えてくれる存在のようです。

また、子育てを通じて精神的な面で自身の成長を感じたり、コミュニティが広がるなど、**子どもが人生を変えてくれた**と感じる方も多いようです。

【「子どもがいる人生をどう思いますか？」の問いに対し、「とてもよい」「まあまあよい」と答えた方へ】
 子どもがいる人生でよかったと思う理由はなんですか？（複数回答可）



<子どもがいる人生でよかったと思った具体的なエピソード>

- ・育児は想像していたよりも大変で、自分のことや何よりも優先しなければならないが、子どもが笑いかけてくれたときや成長していく姿を見たときは、何ともいえない幸福感がある。(20歳～24歳 女性)
- ・毎日大変だけど笑いが絶えない。子どもがいなければ、ここまで怒ったり笑ったりしなかったと思う。(35歳～39歳 女性)
- ・子どもが笑いかけてくれることで、自分も生まれてきてよかった、この子の母親でよかったと思える。純粹に自分を必要としてくれる存在が愛おしくてたまらない。(35歳～39歳 女性)
- ・自分の命に代えても守りたいものなんて、そう出会えるものではない。自分の中に新しい価値観が生まれた。(40歳～44歳 女性)
- ・夫と2人で子どもの話をしているとき、家族ができた幸せを感じる。(40歳～44歳 女性)
- ・命の大切さを学べた妊娠、出産だった。夫との会話や笑顔も増え、子どもがいなかったらこんな幸せはなかったと思う。(25歳～29歳 女性)
- ・子どもを産んだことで親孝行ができたと感じている。両親が私の子どもを見てとてもうれしそうにしているし、笑顔が増えた。(25歳～29歳 女性)
- ・子どもが必要としてくれ、甘えてくれるときやかわいい子どもの行動や言動を家族で笑い合っているときにもものすごく幸せを感じる。(25歳～29歳 女性)

<ベビーカレンダーとは>

『ベビーカレンダー』は、月間150万人以上が利用している、医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報サイトです。妊娠してから赤ちゃんが1歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせて、毎日必要な情報をお届けします。

<公式SNSからも最新情報更新中！>

Facebook <https://www.facebook.com/babycalendar/>
 Twitter https://twitter.com/baby_calendar
 Instagram <https://www.instagram.com/babycalendar/>

<会社概要>

- 社名：株式会社ベビーカレンダー (<https://corp.baby-calendar.jp>)
- 本社所在地：〒151-0053 東京都渋谷区代々木1-38-2 ミヤタビルディング10F
- 代表者：代表取締役 安田啓司
- 設立年月日：1991年4月
- 主要事業：産婦人科向け事業、メディア事業