

## 2016年「初めての母の日」を迎える“ママ・パパ 1年生”に調査！

## ほしいもの1位は「自分の時間」… 癒やし・リフレッシュ不足な実態が判明

## 出産後の「時間のなさ」と「体型の変化」にあわせたギフトがカギに

## 夫婦仲に影響？花束はNG？専門家に聞く、「初めての母の日」ギフトのポイント

パナソニック株式会社は、「骨盤おしりリフレ(EW-NA75-VP)」(2015年秋発売)に新色・ブラック(EW-NA75-K)を、2016年5月1日より追加発売します。

シリーズへの新アイテムの追加と、「母の日」のタイミングにあわせて、このたび、「初めての母の日」をテーマとした調査を実施しました。調査からは、多くの「お母さん1年生」である女性が出産後にライフスタイルや体型の変化を感じていることや、癒されたいと感じていることが明らかになると同時に、「お父さん1年生」の男性が日頃の感謝の気持ちを妻に伝えたいと感じていることがわかりました。こうした調査をふまえて、ギフトコンシェルジュの裏地 桂子氏に、「初めての母の日」のギフトのポイントについてお話をうかがいました。

## リリースサマリー

- 「お母さん1年生」の二大変化は時間&体型！少しでいいから休みたい…切実な声も …p1-p2
  - ・母親になってから実感する変化、時間のなさ&体型に集中！ 気になるパーツ1位は「おなか」、2位は「お尻・腰まわり」に
  - ・ほしいもの1位は「自分の時間」… お母さん1年生は慢性的な「癒やし」「リラックス」「リフレッシュ」不足状態!?
- 「お父さん1年生」も妻の変化を実感…初めての母の日に贈りたいのは「癒やし」アイテムに …p2-p3
  - ・「お父さん1年生」の男性たちも妻の変化を敏感に察知！ 約3人に1人が「初めての母の日」ギフトを「贈りたい」と回答
  - ・照れくさい、きっかけがつかめない… 約7割が「伝えられていない思いがある」結果に。妻に伝えたいのは「感謝」の気持ち
- ギフトコンシェルジュ・裏地 桂子氏に聞く、「初めての母の日」ギフト選びのポイントとは？ …p3-p5
  - ・ギフトはコミュニケーションツール… 「初めての母の日」をきっかけに、夫婦間で気持ちを伝える習慣づくりを
  - ・花束はNGの盲点も!? 夫から妻へ贈る「初めての母の日」ギフト選びで成功するための3つのポイント
- 気になる下半身もおうちでケア！「初めての母の日」ギフトに贈る「骨盤おしりリフレ」 …p5

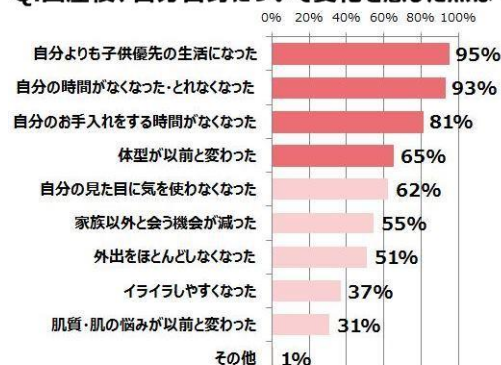
## ■「お母さん1年生」の二大変化は時間&amp;体型！少しでいいから休みたい…切実な声も

## ◇ 母親になってから実感する変化、時間のなさ&amp;体型に集中！ 気になるパーツ1位は「お腹」、2位は「お尻・腰まわり」に

はじめに、2016年に「初めての母の日」を迎える「お母さん1年生」300名に、出産後に感じる変化について調査をおこないました。母親になってから自分自身について変化を感じた点を聞くと、「自分よりも子供優先の生活になった」(95%)、「自分の時間がなくなった・とれなくなった」(93%)といった時間のなさを感じている女性が非常に多く、続いて、「自分のお手入れ(肌、化粧、体型など全般)をする時間がなくなった」(81%)と、自分のケアの時間がなくなった点も上位に並んでいます。また、約7割が「体型が以前と変わった」(65%)と答えており、体型などが変わったことに対してケアができていない様子もうかがえます。[グラフ1]

[グラフ1]

## Q. 出産後、自分自身について変化を感じた点は？

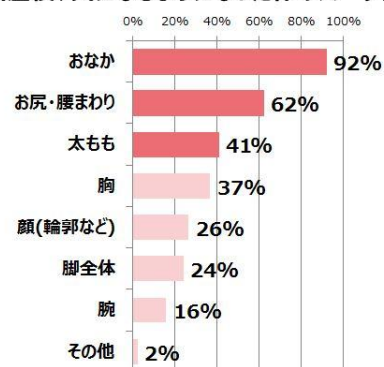


そこで、出産後、気になるようになった体のパーツをたずねると、「おなか」(92%)に続いて、2位は「お尻・腰まわり」(62%)、3位は「太もも」(41%)という結果に。多くの女性が、出産で大きく変化する「おなか」だけではなく、下半身全体が気になるようになったと答えています。[グラフ 2]「好きだったゴルフやジム通いなど、なかなか運動もできず、体型も戻らず不安が募る」(39歳)、「妊娠中に太ってしまいなかなか体型が戻らず、鏡を見るのも嫌になってしまった」(28歳)などの声も集まり、体型が変化したことや、それを思うようにケアできないストレスを抱えている女性は多そうです。

ちなみに、子育てが始まってから「正直不満に思っていること」を聞くと、「(自分の)睡眠・休息時間の長さ」(58%)、「自分の時間の長さ」(36%)、「夫の育児参加・協力」(36%)が上位に挙がり、子供が優先だとは思いつつ、ここでも自分の時間の少なさを不満に感じている様子がうかがえます。

[グラフ 2]

Q. 出産後、気になるようになった体のパーツは？



#### ◇ 今ほしいもの 1位は「自分の時間」… お母さん 1年生は慢性的な「癒やし」「リラックス」「リフレッシュ」不足状態!?

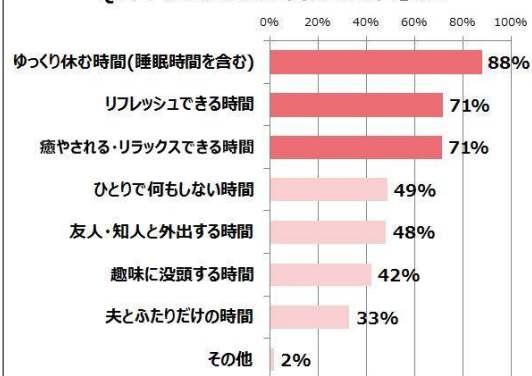
続いて、「初めての母の日」にちなんで、「今ほしいと思うもの」を調べました。何でもほしいものを贈ってもらえたら何がほしいかを質問したところ、圧倒的に多かったのはやはり「自分の時間」(75%)で、「旅行」(60%)や「家事の代行」(41%)など、ゆとり過ごせる“時間”に関連した回答が続いています。また、「リラックスアイテム(マッサージ関連小物、健康家電など)」(40%)といったモノも並び、「お母さん 1年生」の女性が癒やしを求めている気持ちが反映された結果となりました。

そこで、「自分の時間」について、どのような時間がほしいかを聞いたところ、「ゆとり休む時間(睡眠時間を含む)」(88%)が 9割に上り、「リフレッシュできる時間」(71%)、「癒やされる・リラックスできる時間」(71%)など、上位には「癒やし」「リラックス」「リフレッシュ」という要素が並んでいます。[グラフ 3]

実際に、「何もしない時間やマッサージ、旅行などリフレッシュする時間がほしい」(27歳)や、「育児が始まって以来、まとめて寝られたことがないので、思いつき爆睡したい」(31歳)、「忙しい毎日から一瞬だけでも解放されるような何も考えない時間がほしい」(30歳)など、少しだけでもいいから癒やしや休息がほしいという切実な声が数多く集まりました。さらには、「夫が誕生日に食事をプレゼントしてくれたが、出産してから育児で肩こりや腰痛がひどいのでマッサージに行く時間がほしかった」(35歳)と、せつかく夫が時間を作ってくれたにもかかわらず、求めているものと違ったというずれ違いも起きていることがわかりました。

[グラフ 3]

Q. 今、ほしいと思う「自分の時間」は？



### ■ 「お父さん 1年生」も妻の変化を実感…初めての母の日に贈りたいのは「癒やし」アイテムに

#### ◇ 「お父さん 1年生」の男性たちも妻の変化を敏感に察知！ 約 3人に1人が「初めての母の日」ギフトを「贈りたい」と回答

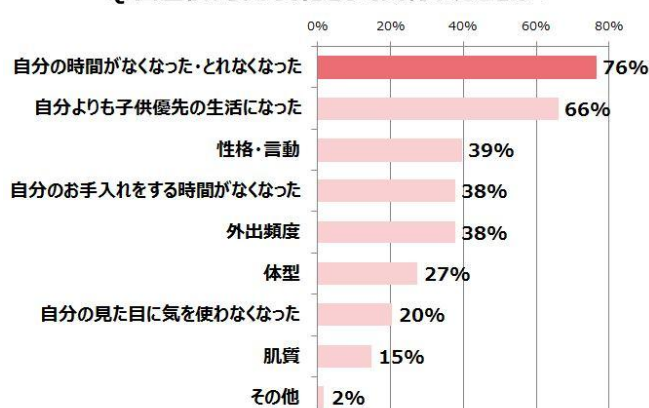
続いて、2016年に妻が「初めての母の日」を迎える「お父さん 1年生」の男性に対しても調査をおこないました。

出産後、妻の変化として気付いたこととしては、「(妻の)自分の時間がなくなった・とれなくなった」(76%)、「(妻が)自分よりも子供優先の生活になった」(66%)、「(妻が)自分のお手入れ(肌、化粧、体型など全般)をする時間がなくなった」(38%)、「(妻の)体型」(27%)などが上位に並び、「お母さん 1年生」と類似した結果に。「お父さん 1年生」の男性のたちも、「お母さん 1年生」の変化は敏感に感じ取っているようです。[グラフ 4]

次に、今年の母の日に妻に「初めての母の日」のギフトを贈る予定があるかどうかを聞くと、約 3人に1人が「ある」(28%)と回答。「なかったが、(調査を通じて気付いて)贈りたいと思った」

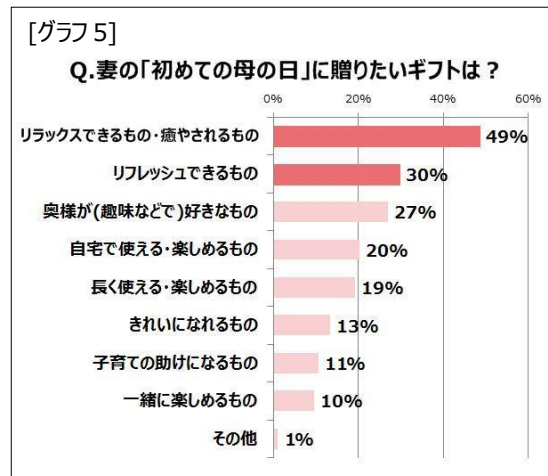
[グラフ 4]

Q. 出産後、妻の変化として気付いたことは？



(34%)という人とあわせると、62%の「お父さん 1 年生」が、「初めての母の日」にギフトを贈りたい気持ちがある結果となりました。

その理由をたずねると、「**日頃の感謝の気持ちを伝えるきっかけとして**」(76%)がもっとも多かったほか、「初めての母の日だから記念として」(35%)や、「自分も親になったから(当事者としての自覚が芽生えたから)」(17%)などの理由も挙がっています。感謝の気持ちを伝えたいという想いに加えて、「初めての母の日」だからこそ贈りたいという考えが反映された結果だと言えるでしょう。**贈りたいギフトとしては、「リラックスできるもの・癒やされるもの」(49%)が半数を占め、「リフレッシュできるもの」(30%)など、上位には「お母さん 1 年生」の女性たちが求めている要素が並び、お父さんたちはしっかりお母さんのニーズを捉えている様子**がうかがえます。[グラフ 5]



#### ◇ 照れくさい、きっかけがつかめない… 約 7 割が「伝えられていない想いがある」結果に。妻に伝えたいのは「感謝」の気持ち

最後に、「初めての母の日」に際して、お父さんたちがお母さんたちに伝えたい「想い」についても調査を実施しました。「**普段、伝えたいと思っているのに、伝えられていない想いはありますか？**」と聞いたところ、65%と約 7 割が「**ある**」と答えています。もっとも多かった理由は「**つい照れくさくなってしまふ・素直になれないから**」(53%)でしたが、それに続いたのは、「**伝えるきっかけ・タイミングがつかめないから**」(42%)、「**うまく伝える方法がわからないから**」(19%)などでした。出産前とは違う多忙を極める「お母さん 1 年生」の妻たちに、「お父さん 1 年生」の夫たちもなかなか素直な気持ちを伝える機会がないようです。

そんな「伝えられていない想い」として何があるかを調べると、「**(いつも)ありがとう**」(74%)が 1 位と、感謝の気持ちを何より伝えたいという人が多いようです。これに続いたのは、「**子供を産んでくれてありがとう**」(44%)で、「**初めての母の日を迎える「お父さん 1 年生」らしい結果**となりました。[表 1]

ちなみに、ギフトや想いの伝え方など、「初めての母の日」のプランを聞くと、「初めての子育てで毎日睡眠不足なので、せめて母の日は休暇をとり、家のことは全部自分がやるからゆっくり休んでもらおうと思う」(34 歳)や、「子供が産まれて 1 人の時間がとれない妻にリフレッシュする時間をとってもらえるように、マッサージ関連のギフトを検討している」(30 歳)など、「**時間”や”癒やし”のギフトを贈る計画を立てている人**が目立ち、ここでもお母さんたちがほしいと思っているものと重なる結果に。

同時に、「母親として毎日苦勞しているので、初めての母の日には息子と一緒にありがとうと感謝したい」(35 歳)、「『初めての母の日』という日を大事にしたいと思っている」(33 歳)など、伝えたい想いに触れたコメントも多く、「**一生に一度のことだからこそ、「初めての母の日」というシーンに対しての思い入れは、「お父さん 1 年生」の男性も強い様子**がうかがえます。「いつもうまく言えないけれど、ギフトに思いを込めれば伝わるかもしれないと思う」(40 歳)といった声もあり、いつも伝えられない気持ちを素直に伝えるきっかけとして、「初めての母の日」や、「初めての母の日」に際して贈るギフトは一役買いそうです。

#### [調査概要]

- ・調査対象：2016 年に「初めての母の日」を迎える既婚男女 合計 600 名  
(第一子の誕生日が 2015 年 5 月 11 日～2016 年 2 月 29 日までの母親 300 名・父親 300 名)
- ・調査期間：2016 年 3 月 10 日～2016 年 3 月 15 日 ・調査方法：インターネット調査

## ■ ギフトコンシェルジュ・裏地 桂子氏に聞く、「初めての母の日」ギフト選びのポイントとは？

こうした調査結果をふまえて、数多くのメディアでも“想いが伝わる”ギフト選びをアドバイスしている、ギフトコンシェルジュの裏地 桂子氏に、「初めての母の日」ギフトを選ぶポイントや、気をつけたい点などについて、お話をうかがいました。

#### ◇ ギフトはコミュニケーションツール… 「初めての母の日」をきっかけに、夫婦間で気持ちを伝える習慣づくりを

そもそもギフトというのは、単にモノを贈るということではなく、「**気持ちを贈る**」行為。伝えたい気持ちを、ギフトに託して贈るものだと言えます。ギフトというのは贈る側の心に余裕がないと渡せないもので、それはギフトを選ぶときに、贈る相手のことを思う時間が必然的に生まれるからです。だからこそ、内容によって若干の差はあるものの、ギフトを贈られること自体が嫌だという人は少ないでしょう。**相**

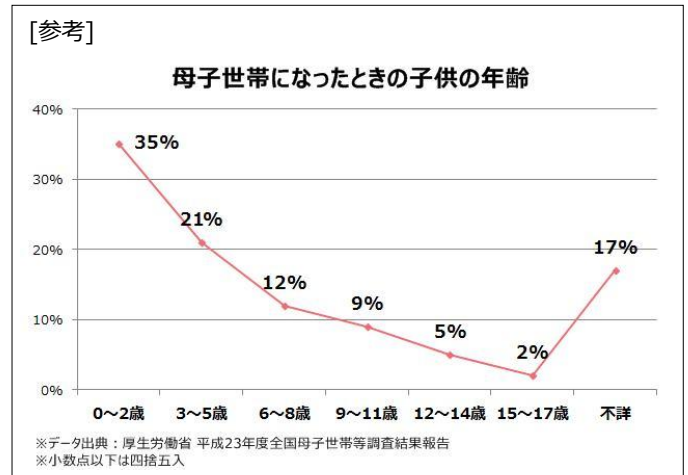


手が自分を想う時間がそのギフトにこもっているからこそ、もらって嬉しいギフトとなるのです。

このように、ギフトはコミュニケーションツールであり、贈る習慣があると、気持ちを伝えるタイミングが増える効果もあります。

昨今、「産後クライシス」などの言葉も話題になっていますが、夫婦の離婚率は子供が0～2歳のタイミングでもっとも高くなるという調査結果も出ています\*。[参考] 原因は様々ですが、夫婦間の気持ちのすれ違いも大きいのではないのでしょうか。夫婦であつたとしても、抱えている想いはきちんと言わなければ伝わりません。子育てが大変そうだとわかっているけれども、なかなか感謝の気持ちを伝えられない「お父さん1年生」は多いと思いますが、同時に、子育てが大変で手伝ってほしいのに、大変だということが伝えられない「お母さん1年生」も多いのではないかと思います。だからこそ、ギフトを渡すときにはギフト自体に頼りすぎず、手紙とまではいかなくても、「初めての母の日だね、いつもありがとう」など、気持ちを言葉にしてみましょう。このように、お互いの気持ちを伝える習慣づくりのひとつとして、まずはお父さんから、「初めての母の日」をきっかけにギフトを通じたコミュニケーションをとってみることで、感謝しあえる習慣が生まれるのではないのでしょうか。

※参照：厚生労働省 平成23年度全国母子世帯等調査結果報告より



#### ◇ 花束はNGの盲点も!? 夫から妻へ贈る「初めての母の日」ギフト選びで成功するための3つのポイント

「初めての母の日」を迎える夫婦は、結婚してからの年数が比較的浅いのではないかと思います。恋人だった頃から考えると、様々なギフトを贈っていると思いますが、夫婦になってからのギフト、さらに言うと、「初めての母の日」ギフトは、これまでの恋人気分のギフトとは異なることをまず念頭に置いておきましょう。「お母さん1年生」の女性たちは、慣れない子育てで大忙しの日々を過ごし、自分のための時間もとれない状況です。そんな状況や夫婦の今後をふまえたギフト選びをするにあたって、3つのポイントがあります。

##### <ポイント1：「継続性」を意識して「無理しない」>

1つ目は、「継続できる、無理しないもの」であること。「初めての母の日」の年はたしかに特別ですが、「母の日」自体は来年以降ももちろん続いていくものです。「最初だけはくれたのにそれ以降は…」や、「最初は張り切ったギフトだったのに今は…」といった事態にならないよう、無理をしすぎずに継続性意識することで、良好な関係性にもつながるのではないのでしょうか。奮発しすぎず、普段の自分とまったく違うような演出で無理をするわけでもなく、あくまで自然体で、でも気持ちを込めてというバランスが大切です。予算をある程度決めて選ぶと、無理しない範囲がおのずと見えてくると思います。

##### <ポイント2：ギフト選びは「専用のもの」と「時間をつくるもの」がカギ>

2つ目は、「専用のもの」であること。「お母さん1年生」の女性たちは、常に子供とセットで、自分の時間がない状態です。時間がないために、出産前は気をつけていた美容ケアなどもおろそかになりがちで、ストレスを抱えている人も多いのでは。また、子供を産むと、子供へのギフトはたくさんいただくことになりませんが、案外、「お母さん自身」へのギフトは少ないものです。自分だけが使える美容グッズや、たっぷり癒やされるようなアイテム、また、家事に育児に忙しいため、「お母さん自身」の時短につながるものもおすすめです。気をつけたいものとして、例えば、お花は女性ならば嬉しいですが、ブーケなどの花束は活けたり手入れをしたりが大変で、今のタイミングだと逆に時間をうばってしまう可能性があります。癒やしギフトではアロマキャンドルなども考えられますが、これも子供がいる家庭では火が危ないので避けておいた方が無難でしょう。さらに、まだ子供も小さい中なので、「自宅で使える」という点は意識したほうが良いですね。

##### <ポイント3：「子供の代理で贈る」前提を忘れずに>

3つ目は、「子供に代わって贈る気持ち」で渡すこと。母の日はあくまで、子供からお母さんに感謝の気持ちを伝えるものですから、「まだ子供が小さいから代わりに」という前提があります。夫にとって妻は「お母さん」ではありません。忙しく気持ちに余裕がない状態だと、「私はあなたのお母さんではない!」とつい言うってしまう奥様もいるかもしれません。「お母さん1年目」を頑張り、無事に過ごせていることへのお祝いや感謝のしるしとして、まだ小さい子供に代わってギフトを贈るといふ気持ちで渡すようにしましょう。

一般的に、ギフトはあとに残らない“消えもの”が間違いないことが多いですが、親しい仲だからこそ、記念に残るものを選びたいもの。

夫婦の形によって異なりますが、まずは「お母さん 1 年生」である自分の妻が、何をほしがっているのか、あらためてじっくり観察してみることから始めてみることも大切です。その上で、「いろいろと不満がたまっていそうだな」と思ったら、「初めての母の日だし、子供の代わりに感謝のギフトを贈りたいんだけど何が良いかな？」と、気負わずリクエストを聞くのもひとつのギフトのコミュニケーションです。サプライズ要素を喜ぶタイプであればちょっとしたサプライズを工夫しても良いかもしれませんが、無理のない範囲で、時間も含めて、お互いの負担にならないことを意識すると良いと思います。そして、手渡すときには直接、簡単でも良いので伝えたい気持ちを口に出して伝えることを忘れず、普段は照れくさくても、ギフトを渡すきっかけがあるから言えることもあるのではないのでしょうか。

### 裏地 桂子 (うらじ・けいこ) ギフトコンシェルジュ

ギフトコンシェルジュ、クリエイティブコーディネーターとして、雑誌や企画展などの商品セレクションをはじめ、ショップのプロデュースや商品企画、商品開発などを数多く手がける。数社の企業の顧問としても活動。食通、きもの好き、京都好きとしても知られ、講演会やトークショー、執筆活動にも尽力。

著書に、『わたし好みの happy デザインギフト 100 選』(小学館)、  
『わたし好みの口福のギフト 100 味選』(扶桑社)、『贈る心得。ご縁結びのスイーツ』(講談社)、  
『ごきげん力 8 つの育て方 — 運も縁も思うがまま』(ワニプラス) など多数。

・オフィシャルサイト <http://uraji-keiko.com/>

・裏地桂子のハッピーブログ「お福分け」 <http://blog.glam.jp/uraji/>



## ■ 気になる下半身もおうちでケア！「初めての母の日」ギフトに贈る「骨盤おしりリフレ」



2015 年 10 月 21 日に発売した「骨盤おしりリフレ(EW-NA75)」は、「手軽に日常使いができる」、「重だるい下半身<sup>※</sup>がすっきりする」など好評を得て、発売後 2 カ月で 5 万台(計画比 2.5 倍)以上を販売しました。骨盤まわりからおしり、太ももまでもみほぐすることができる本製品は、働く女性や子育てに忙しいママを主なターゲットに企画・開発され、12 個のエアバッグが力強く筋肉をもみほぐします。

新しく登場する「ブラック」は、高級感がある色目で男性でも手に取りやすく、夫婦や家族で一緒にご利用いただくこともできます。落ち着いたブラック色は、自宅のリビングや寝室だけでなく、座った姿勢が長時間続く職場での休憩時間など、幅広い場所で気軽にお使いいただける色合いです。

産後で子育てに日々忙しく、癒やされたい気持ちを抱いている「お母さん 1 年生」の女性たちにぴったりなアイテムで、好きな場所でリラックスしながら下半身<sup>※</sup>のコリや疲れを手軽にケアする“ながら”マッサージを提案します。

※ 下半身とは、骨盤周り、おしり、太ももをさします。

### ▼「骨盤おしりリフレ」詳細はこちら

[http://panasonic.jp/massage\\_parts/products/ew-na75.html](http://panasonic.jp/massage_parts/products/ew-na75.html)

■ このリリースに関するお問い合わせや取材、資料をご希望の方は下記までご連絡ください ■

トレンドーズ株式会社 担当：福田

TEL : 03-5774-8871 / FAX : 03-5774-8872 / mail : [press@trenders.co.jp](mailto:press@trenders.co.jp)