

2025年7月24日

50周年の育児に関する電話相談窓口「エンゼル110番」が親子の日(7/27)を前に調査
育児の悩みは先ず7割が「ネット検索」するも、解決は3割
相談窓口の平均通話時間、最新統計で過去最長19分超えとなった背景を探る

森永乳業は、親子の日(毎年7月の第4日曜日。2025年は7月27日)を前に、妊娠・育児期の親(妊娠中・未就学児を持つ男女)255名を対象に「育児の悩みに関する意識・実態調査」を実施しました。森永乳業は、1975年に開設した無料電話相談窓口「エンゼル110番」を通じて半世紀にわたり子育て家庭を支援し、2025年に開設50周年を迎えました。開設以来、相談件数や相談内容をまとめており、2009年からは「年間統計」として公表しています。そのような中、最新2024年版では1通話あたりの平均相談時間が19分超えと過去最長を記録。こうした長時間化の背景を探り、現代の育児相談に求められる役割を明確にするため本調査を実施しました。その結果、複雑化する育児の悩みを専門的な人に聞いてもらいたいというニーズの高まりなどを確認できました。

◆調査結果トピックス◆

1. 複雑化する子育ての悩み

親世代より複雑と感じる66.7%。核家族化・情報過多・仕事両立など、多要因で悩みが重層化。

2. 半数が孤立感を感じている

「孤立を感じる」「やや感じる」計48.6%、約2人に1人が孤立感。

3. 悩み解決の初動はネット系

情報収集の最初的手段は「検索」や「SNS」等のネット系で73.0%。人への相談は後回しになりがち。

4. 最初の情報収集で悩みは解決しない

“最初の情報収集手段”で十分解決できない70.4%。

5. 悩み解決の鍵は対人相談

最も役立った育児の悩み解決は対人の情報で45.9%。最初的手段だったネットの33.3%を上回る。

6. 親しい人に感じる育児相談のハードル

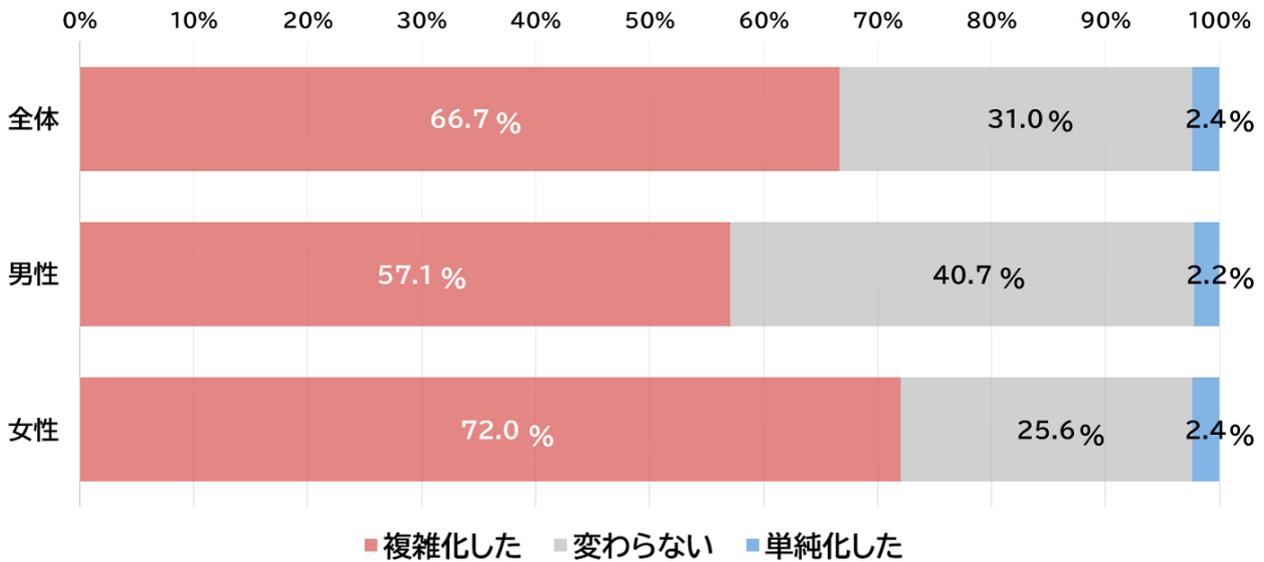
子育てに悩みを感じたときに親しい人に相談しにくい53.3%。

◆調査結果詳細◆

1. 複雑化する子育ての悩み

「子育て(妊娠中含む)の悩みは、ご自身の親の時代と比べて、複雑になっていると感じますか」という質問に対し、回答者の66.7%が「複雑化した」と答えました。核家族化によって自身の親に気軽に相談できないこと、インターネットに情報が溢れて正解がわからないといった問題や、仕事との両立、子育て方針の多様化、さらには理想の自分を追い求めるなど、「エンゼル110番」へも現代社会を反映するような複雑な悩み相談が増加傾向にあります。今回の調査でそれが定量的にも明らかになりました。

Q1. 子育ての悩みは、親世代と比べて複雑になっていると感じる？

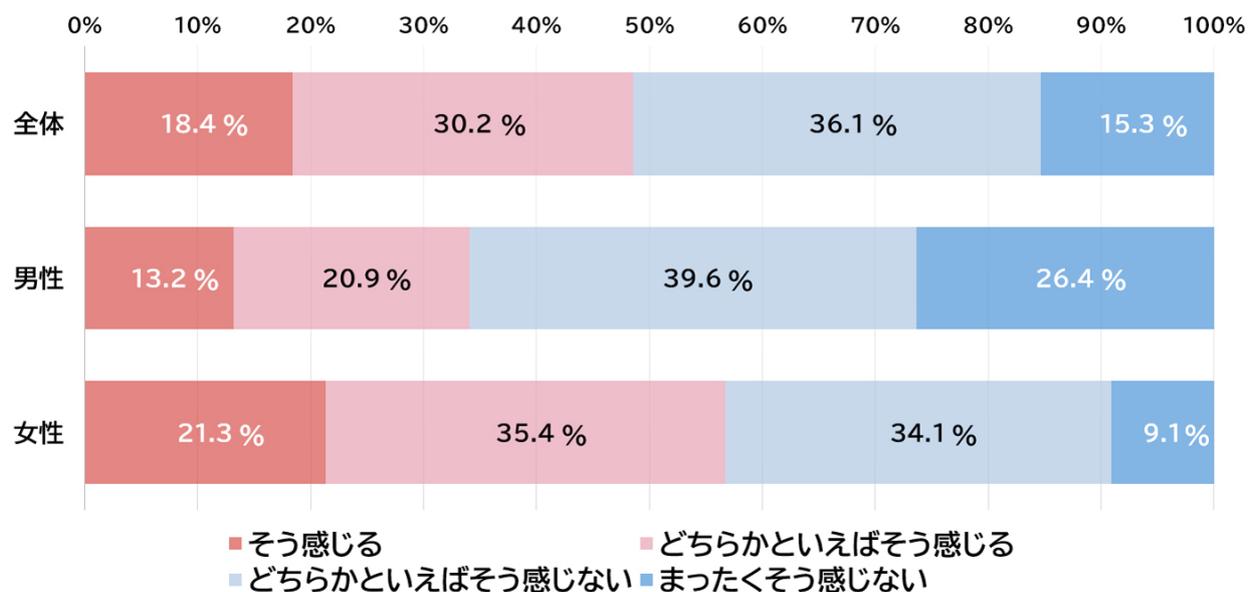


<回答者数:255名(内訳:男性91名、女性164名)／単一回答>

2. 半数が孤立感を感じている

「子育て(妊娠中含む)しているときに、周囲から孤立していると感じますか」という質問に対して、「そう感じる」と回答した方が18.4%、「どちらかといえばそう感じる」と回答した方が30.2%で、合計48.6%でした。妊娠・育児期の親の約半数が孤立を感じているという結果であり、問題は深刻と言えそうです。

Q2. 子育て中、孤立を感じることは？

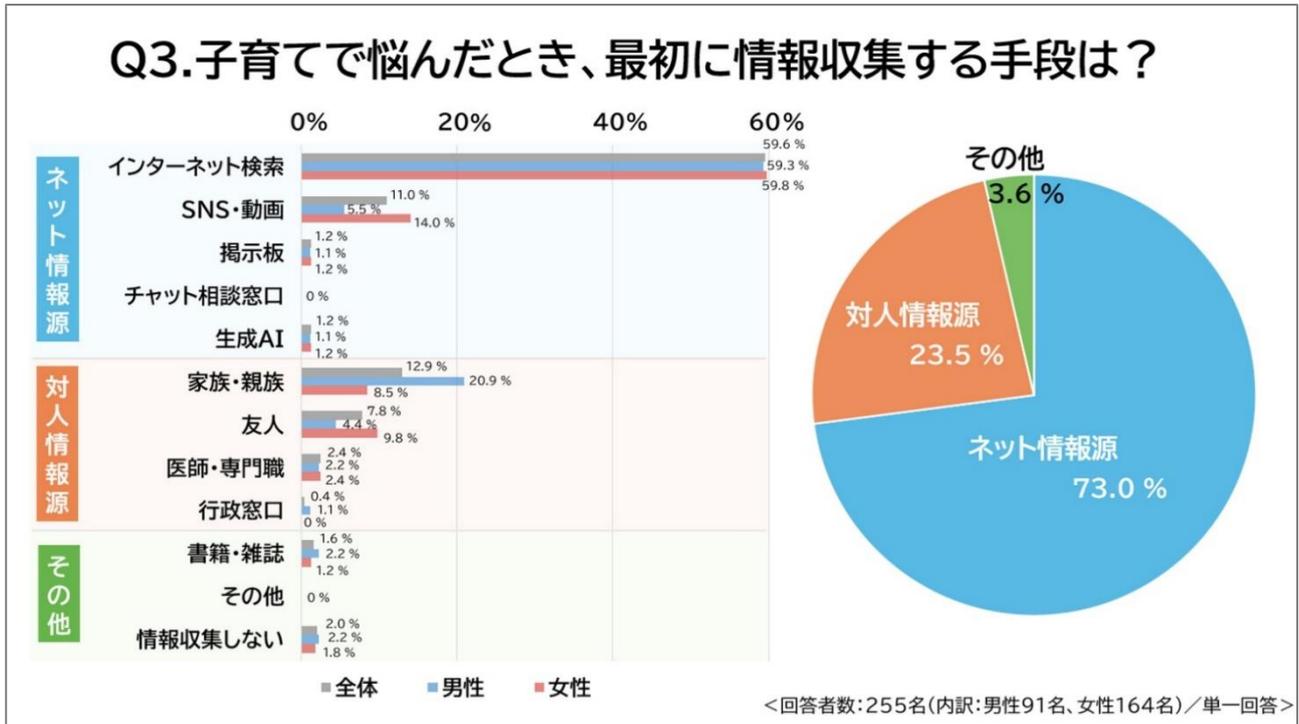


<回答者数:255名(内訳:男性91名、女性164名)／単一回答>

3. 悩み解決の初動はネット系

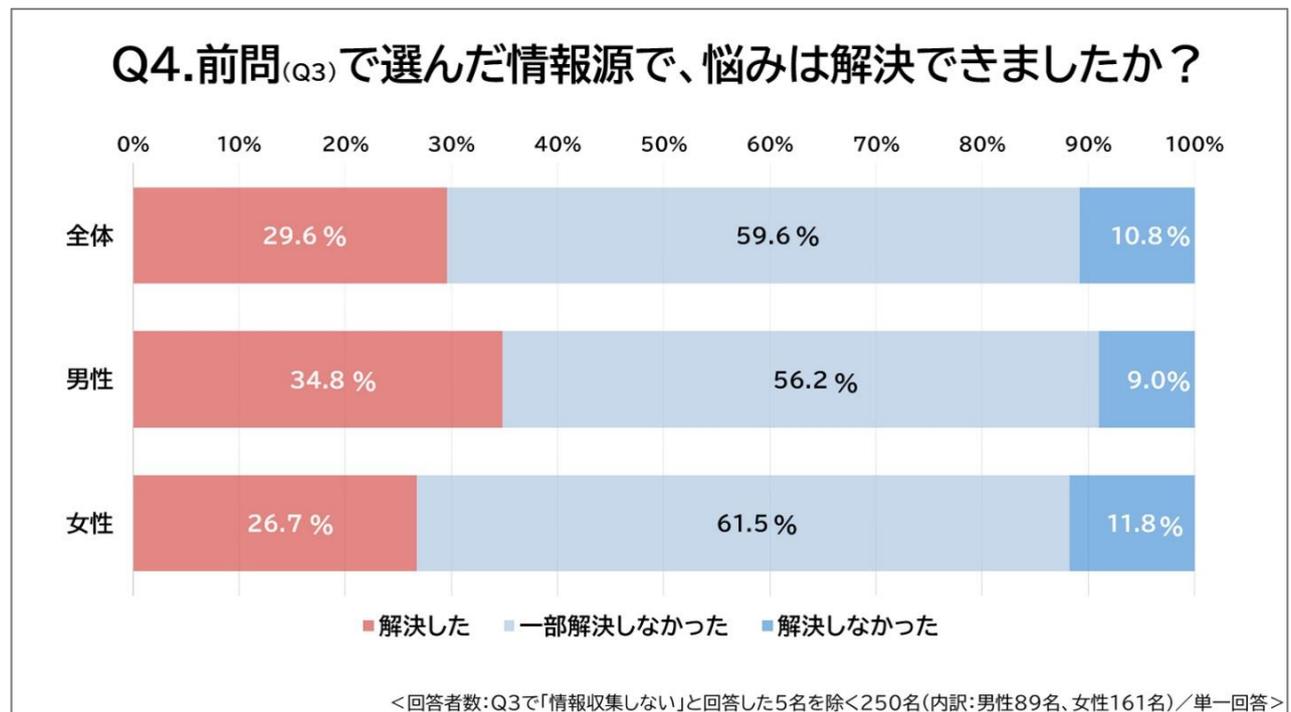
「子育て(妊娠中を含む)で悩んだとき、最初に情報収集する手段は何か」を尋ねたところ、最も多かった回答は「インターネット検索」で59.6%、次いで「家族・親族」が12.9%、3番目が「SNS」で11.0%という結果になりました。分析を分かりやすくするため、回答を『ネット情報源』(インターネット検索、SNS(YouTubeなどの動画情報を含む)、掲示板、チャット相談窓口、生成AI)、『対人情報源』(家族・親族、友人、医師・専門職、行政窓口)、『その他』(書籍・雑誌、その他、情報収集しない)の3カテゴリーに再編成して集計したところ、**最初の一手として『ネット情報源』を選んだ人が73.0%と圧倒的多数**を占め、『対人情報源』は23.5%にとどまりました。

この結果から、妊娠・育児期の親の情報収集はまず「ネットで調べる」が主流であり、人に相談するステップは後回しになりがち傾向が浮き彫りになりました。



4. 最初の情報収集で悩みは解決しない

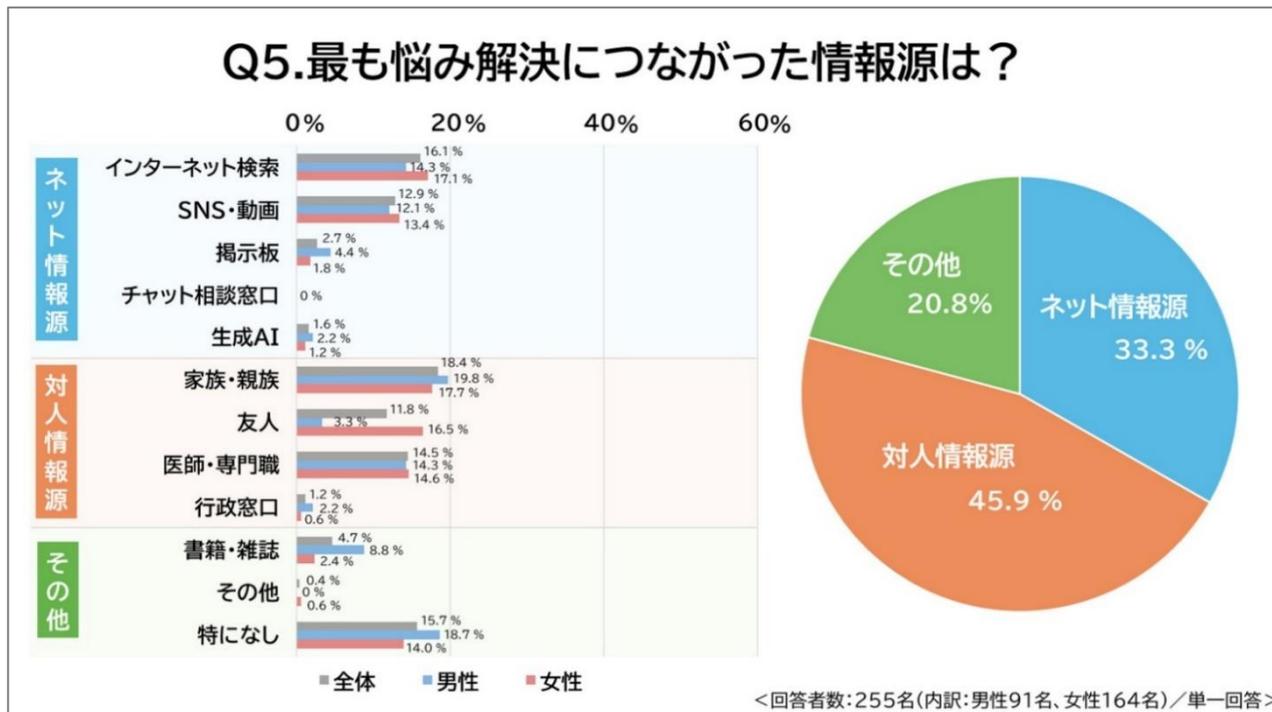
「前問で選択した“最初の情報収集手段”で悩みは解決できたか」を尋ねたところ、59.6%が「一部解決しなかった」、10.8%が「解決しなかった」と回答し、合わせて**70.4%が十分に解決できていない実態**が明らかになりました。多くの子育て世代の悩み解決手段は、インターネット検索やSNSなど“手軽なネット情報”に頼りつつも、それだけでは答えにたどり着けていない状況が推察できます。



5. 悩み解決の鍵は対人相談

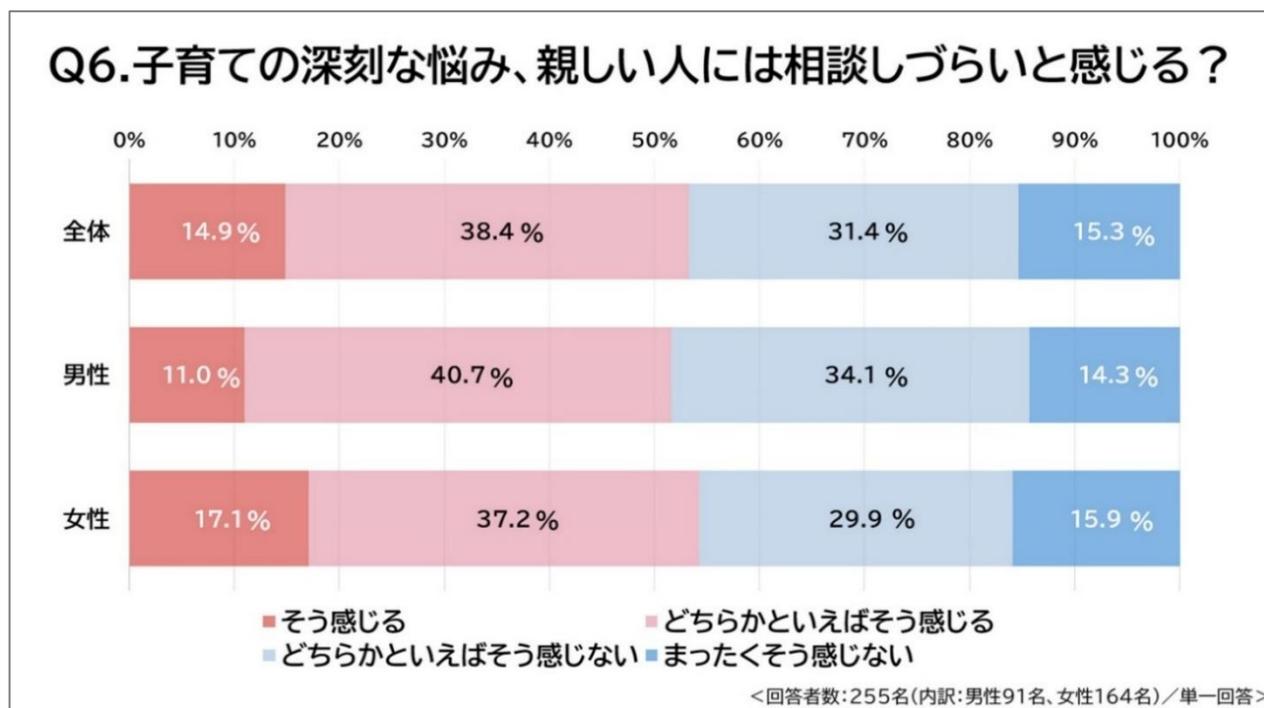
実際、「最も悩み解決につながった情報収集手段は何か」という質問に対して、最も多かった回答は「家族・親族」で18.4%、次いで「インターネット検索」16.1%、3番目が「医師・専門職」14.5%という結果でした。Q3と同様、分析をわかりやすくするため、回答を『ネット情報源』、『対人情報源』、『その他』の3カテゴリーに再編成して集計すると、『対人情報源』が45.9%で最多となり、『ネット情報源』は33.3%にとどまりました。

先に示した“最初の情報収集手段”では『ネット情報源』が全体の73.0%を占めるなど圧倒的多数でしたが、**悩みを最も解決できた手段では『対人情報源』が逆転して回答割合トップ**になっています。この差から、妊娠・育児期の親にとって、ネットは手軽に広く情報を得る最初的手段として活用される一方で、悩みの解決には「家族・親族」や「友人」といった身近な人だけでなく、「医師・専門職」など専門的な立場からの助言がより有効であることがうかがえます。



6. 親しい人に感じる育児相談のハードル

しかし、親しい人に相談できるかといえば必ずしもそうではなさそうです。「子育てにおいて深刻な悩みが発生したとき、親しい人に相談しにくいと感じたことはあるか」という質問に対し、「そう感じる」と回答した方が14.9%、「どちらかといえばそう感じる」と回答した方が38.4%で、**合計53.3%の方が相談へのハードルを感じている**ようです。



エンゼル 110 番 担当者コメント (コーポレートコミュニケーション部 SC グループ)

今回の「育児の悩みに関する意識・実態調査」で、妊娠・育児期の親の約 7 割が“悩みは複雑化した”と感じ、半数が孤立感を抱えている一方、最終的な解決には“人への相談”が有効であることが明らかとなりました。

「エンゼル 110 番」は 1975 年 5 月の開設から 50 年、有資格者や研修でトレーニングを積んだ相談員による“声のサポート”で延べ 100 万件*以上のお悩みに寄り添ってきました。最新の 2024 年統計では 1 通話あたりの平均相談時間が過去最長の 19 分を超えています。育児不安や夫婦間の考え方の違い、周囲との関係づくりといった“悩みの核”は半世紀前と大きくは変わりませんが、インターネットや SNS で理想的な育児像があふれる今、「自分だけがうまくできていないのでは」と感じやすくなったことで、相談者の心の整理により多くの時間を要していると考えられます。

だからこそ私たちは、長い対話を通じて不安を整理し、丁寧に“気持ち”に寄り添う姿勢をこれまで以上に徹底してまいります。電話 1 本でつながる“拠り所”として、育児に関わるすべての皆さまにとってのサポート・ネットワークの一つであり続けたいと考えています。

※:1975 年～2024 年累計実績

参考:森永乳業「エンゼル 110 番」とは

エンゼル 110 番は、森永乳業株式会社の委託を受けて株式会社森永乳業ビジネスサービスが運営する、妊娠中から小学校入学前までのお子さまに関わる皆さまを対象とした無料の育児相談窓口です。

電話番号:0800-5555-110(フリーダイヤル) ※フリーダイヤルをご利用できない方は 03-6630-3003

受付時間:月曜日～金曜日 10:00～14:00(土日祝日・年末年始を除く)

サイト URL:<https://www.angel110.jp/>

■調査概要

| | |
|-------|---|
| 調査名 | 「育児の悩みに関する意識・実態調査」 |
| 調査対象 | オリコン・モニターリサーチ会員 男女 10～50 代 |
| サンプル数 | 妊娠・育児期の親(妊娠中・未就学児を持つ男女) 255 名 ※男性 91 名、女性 164 名 / 10-20 代、30 代、40 代、50 代 |
| 調査期間 | 2025 年 6 月 3 日(火)～6 月 11 日(水) |
| 調査手法 | インターネット調査 |
| 調査機関 | オリコン・モニターリサーチ |

お問い合わせ先

<お客さまからのお問い合わせ先>

森永乳業株式会社

お客さま相談室

フリーダイヤル 0120-303-633

<森永乳業ウェブサイト>

<https://www.morinagamilk.co.jp>

<森永乳業 妊娠・育児情報サイトはぐくみ>

<https://ssl.hagukumi.ne.jp/>

<育児に関する無料電話相談窓口エンゼル 110 番>

<https://www.angel110.jp/>

フリーダイヤル 0800-5555-110

[時間]月～金 10:00～14:00(土日祝日・年末年始除)

以上