「ストレス日誌」からみた夫婦のストレス要因

<table>
<thead>
<tr>
<th>項目</th>
<th>内容</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>著者</td>
<td>近健 ふじ子・塚本 尚子・井上 俊哉・安藤 哲也・高尾 龍雄</td>
</tr>
<tr>
<td>雑誌名</td>
<td>東京家政大学研究紀要 □人文社会科学</td>
</tr>
<tr>
<td>巻</td>
<td>☐</td>
</tr>
<tr>
<td>ページ</td>
<td>☐</td>
</tr>
<tr>
<td>発行年</td>
<td>☐</td>
</tr>
<tr>
<td>出版者</td>
<td>東京家政大学</td>
</tr>
<tr>
<td>URL</td>
<td><a href="http://id.nii.ac.jp/1653/00009333/">http://id.nii.ac.jp/1653/00009333/</a></td>
</tr>
</tbody>
</table>
「ストレス日誌」からみた夫婦のストレス要因

近喰 ふじ子*・塚本 尚子**・井上 俊哉***・安藤 哲也****・高尾 龍雄*****
（平成 25 年 12 月 12 日査読受理日）

Stress factors of Married couples observed in Stress Diaries

KONJIKI, Fujiko TSUKAMOTO, Naoko INOUE, Shunya ANDOH, Tetsuya and TAKAO, Tatsuo

(Accepted for publication 12 December 2013)

キーワード：ストレス日誌，夫婦のストレス要因，子どもの健康，心身症，うつ状態
Key words: Stress Diary, Married Couples Stress Factors, Child’s health, Psychosomatic disorders, Depression state

はじめに

夫婦間で子どもが行動問題や症状などに影響を与えることも多く，逆に子どもが問題行動が夫婦関係に影響することも多い，例えば，筆者の実験した症例から述べてみると，不登校の子どもとの父親がうつ病で自宅療養中に関わらず，母親が勤務に行かなければならない状況の中で，父親一人を家に残すことと心配し，子どもが登校できずという考えられる場合，また，慢性薬物麻痙の子どもは，家の親が母親に対していつも口にさかねた怒鳴り声を父親に対して，子どもが父親に怒りを覚える，身体に赤みが増した後に熱感を生じる症状が生じるなど，夫婦関係が子どもに影響を与えるものなどから言える，しかし，一方，筆者はここ数年，夫婦が親密であることが子どもの行動問題や症状に影響を与えるのではないかとしても考えている 1)。何故なら，その状況は家庭での子どもの居場所をなくし，あるいは両親とのコミュニケーションの機会を逃すことなどを生じさせる。それが引き金となり不登校，腹痛や頭痛などの行動問題の症状を引き起こしている可能性がある症例を通じて理解した研究からである 2)。すなわち，夫婦の仲が思わしくなくても，仲が良なくても，子どもには何かの影響を与えることを理解し，寛が，夫婦間の離婚の取り方が問われるところであると想定される。

このような家族機能の変化は新たな家族機能を生み出すための模索の時と思われ，夫婦間も関係調整を重要に捉える，父親，母親の各々のストレス要因を見出すことを試み，検討をおこなった。ここでは夫婦のストレス要因を「ストレス日誌」から抽出した。但し，記載のない箇所を集計から除いたため，対象人数が全て同じとならなかったことを記載しておく。

対象と方法

対象者は東京都，埼玉県，千葉県，神奈川県，群馬県，岩手県，青森県，兵庫県，山口県などに住む，未婚者の7名（男性2名，女性5名）を含めた125名（男性49名，女性76名）とした。年齢は30～39歳が41名（32.8%），40～49歳が28名（22.4%），50～59歳が26名（20.8%）で全体の76%を占めていた。男女別では男性は30～39歳，40～49歳が共に15名（30.6%），50～59歳が10名（20.4%），女性は30～39歳が26名（34.2%），40～49歳が11名（14.5%），50～59歳が18名（23.6%）であった。男性の平均年齢は45.58±10.86歳，女性の平均年齢は46.11±13.62歳であった。職業では男性は会社員が最も多く，32名（68.1%）と半数以上を占め，女性は専業主婦が22名（22.4%），パートタイム勤務者は15名（22.1%），会社員が10名（14.7%）などで半数以上を占めていた。また，子ども数では2名が58名（48.3%）で最多も多く，次いで3名が14名（11.7%）で，子どもがいない夫婦も11名（9.2%）みられていた。

方法はA4用紙に，①日にち ②その日の日常の様々な出来事 ③それに対して感じたこと ④それに対しどうしたのか などの4項目の表を作り，表現には性別，年齢，職業，結婚形態，子ども数などを記載させるフレイスシートを作成し，2週間分をセットとして配布した。それを「ストレス日誌」と命名し，各自に配布した。なお，回収率は100%であった。そこで，回収された各「ストレス日誌」に記載された日々の文章を読み，そこから出来事内容と応対数を抽出し，分析をおこなった。これら出来事内容と応対数の分析は大学教員2名でおこない，その場でパッ
コン入力を大学院生1名におこなわせた。

結果
1. フェイスシートから
A. 対象者の平均年齢と年齢分布
男性は49人で平均年齢が45.8±10.86歳で、女性は76人で平均年齢が46.11±13.62歳であった。また、年齢分布では男性は30～39歳、40～49歳が各々、同頻度で約30%を占め、女性は30～39歳が最も多く約35%、次いで50～59歳で約25%であった（表1）。

<table>
<thead>
<tr>
<th>年齢</th>
<th>総計 (N=125)</th>
<th>男性 (N=49)</th>
<th>女性 (N=76)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>19歳以下</td>
<td>8 (6.4)</td>
<td>1 (2.1)</td>
<td>7 (9.2)</td>
</tr>
<tr>
<td>20 − 29歳</td>
<td>41 (32.8)</td>
<td>13 (26.5)</td>
<td>28 (36.8)</td>
</tr>
<tr>
<td>30 − 39歳</td>
<td>26 (20.8)</td>
<td>13 (26.5)</td>
<td>13 (17.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>40 − 49歳</td>
<td>28 (22.4)</td>
<td>10 (20.4)</td>
<td>18 (23.7)</td>
</tr>
<tr>
<td>50 − 59歳</td>
<td>18 (14.4)</td>
<td>4 (8.2)</td>
<td>14 (18.4)</td>
</tr>
<tr>
<td>60歳以上</td>
<td>4 (3.2)</td>
<td>0</td>
<td>4 (5.3)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

男性の平均年齢は45.58±10.86歳、女性の平均年齢は46.11±13.62歳

B. 対象者の職業
男性は会社員が最も多く32人（68.1%）、女性は専門職の方が22人（32.4%）、次いでパート勤務者が15人（22.1%）、会社員が10人（14.7%）であった（表2）。

<table>
<thead>
<tr>
<th>職業</th>
<th>総計 (N=125)</th>
<th>男性 (N=49)</th>
<th>女性 (N=76)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>会社員</td>
<td>42 (33.6)</td>
<td>22 (44.9)</td>
<td>20 (26.6)</td>
</tr>
<tr>
<td>学生</td>
<td>10 (7.9)</td>
<td>0</td>
<td>10 (13.3)</td>
</tr>
<tr>
<td>研究員</td>
<td>21 (16.8)</td>
<td>2 (4.0)</td>
<td>19 (25.0)</td>
</tr>
<tr>
<td>事務職</td>
<td>27 (21.6)</td>
<td>0</td>
<td>27 (35.5)</td>
</tr>
<tr>
<td>営業職</td>
<td>42 (33.6)</td>
<td>12 (24.5)</td>
<td>30 (39.5)</td>
</tr>
<tr>
<td>パートタイム労働者</td>
<td>15 (11.9)</td>
<td>0</td>
<td>15 (19.7)</td>
</tr>
<tr>
<td>派遣労働者</td>
<td>21 (16.8)</td>
<td>0</td>
<td>21 (27.6)</td>
</tr>
<tr>
<td>その他</td>
<td>27 (21.6)</td>
<td>12 (24.5)</td>
<td>15 (19.7)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

C. 子ども数
子どもの人数は2人が最も多く58人（48.3%）と半数を占め、次いで1人が34人（28.3%）、3人が14人（11.7%）であった（表3）。

<table>
<thead>
<tr>
<th>子ども人数</th>
<th>人数 (N=120)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>0人</td>
<td>11名 (9.2)</td>
</tr>
<tr>
<td>1人</td>
<td>34名 (28.3)</td>
</tr>
<tr>
<td>2人</td>
<td>58名 (48.3)</td>
</tr>
<tr>
<td>3人</td>
<td>14名 (11.7)</td>
</tr>
<tr>
<td>4人</td>
<td>3名 (2.5)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

平均子ども人数は1.70±0.88

2. 「ストレス日誌」から
D. 記入日数
記入日数の平均では男性が13.45±2.2日、女性が12.97±2.95日で、ストレスを感じた日は男性が10.73±3.54日、女性が10.82±3.36日であった。

E. 出来事
ストレスを感じている出来事は一人平均7.49個であり、男女別では男性が平均6.38個、女性が平均8.44個であった。

F. 出来事とその内容
ストレスを感じている出来事は一人平均7.49個であり、男女別では男性が平均6.38個、女性が平均8.44個であった。

ストレス内容をみると、職場の仕事に関することが370個（22.2%）で最も多く、次いで家庭の対人関係が298個（17.9%）、育児が222個（13.3%）、社会生活環境が202個（12.1%）、身体に関するものが165個（9.4%）であった。男女別では男性は職場の仕事に関することが328個（32.3%）で最も多く、次いで社会生活環境が177個（15.2%）、育児が83個（10.8%）、家庭の対人関係が75個（9.8%）の順であり、女性は家庭の対人関係が232個（24.8%）で最も多く、次いで育児が139個（15.4%）、職場の仕事に関することが122個（13.6%）、身体に関することが127個（9.7%）、社会生活環境が85個（9.4%）の順であった（表4）。年代別からみると、20～30

<table>
<thead>
<tr>
<th>事業内容</th>
<th>総計 (N=125)</th>
<th>男性 (N=49)</th>
<th>女性 (N=76)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>会社員</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>学生</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>研究員</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>事務職</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>事務職</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
<tr>
<td>その他</td>
<td>327 (13.3)</td>
<td>82 (16.6)</td>
<td>245 (32.1)</td>
</tr>
</tbody>
</table>

C.子ども数
子どもの人数は2人が最も多く58人（48.3%）と半数を占め、次いで1人が34人（28.3%）、3人が14人（11.7%）であった（表3）。
代では家庭の対人関係と育児は女性、職場の仕事に関する
ことは男性がこの年代に抱えているストレス要因と考えられた
（表5）。40〜50代では職場の仕事に関することが最
も多く、次いで家庭の対人関係、社会生活環境が順であり、
職場の仕事に関することは男性、女性は家庭の対人関係が
この年代に抱えているストレス要因と考えられた（表6）。

60〜70代では家庭の対人関係が最も多く、次いで社会生
活環境、職場の仕事に関する順であり、男性は職場の仕事
に関すること、女性は家庭の対人関係がこの年代に抱えて
いるストレス要因と考えられた（表7）。そこで、女性

<table>
<thead>
<tr>
<th>表6. 40〜50代の夫婦の出来事内容</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>出来事内容</td>
</tr>
<tr>
<td>---------</td>
</tr>
<tr>
<td>1. 育児に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 家事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>3. 家庭の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>4. 家庭環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>5. 社会生活の仕事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>6. 社会生活環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>7. 社会生活の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>8. 職場の仕事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>9. 職場の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>10. 職場の社会生活環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>11. 職場の社会生活環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>12. 自分自身に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>13. 身体に関する事</td>
</tr>
</tbody>
</table>

D. 反応内容とその内容

「ストレス日誌」から反応を分析すると、一次反応、二
次反応を読み取ることができる。しかし、今回、一次反応、
二次反応に分けることはせず、両者を合わせて反応として
扱った。反応内容はイライラが322個（17.2%）で最も多く、
次いで怒りが162個（8.6%）、面白が118個（6.3%）、不満
が117個（6.2%）、不安が95個（5.1%）の順であった。男性
別では男性はイライラが143個（20.2%）、怒りが79個
（11.6%）、面白が41個（5.8%）、不満と不安がそれぞれ36
個（5.1%）の順であり、女性はイライラが179個（15.4%）、
怒りと面白がそれぞれ83個（7.1%）、不満が77個（6.7%）、
不安が57個（5.1%）であった（表8）。

<table>
<thead>
<tr>
<th>表7. 60〜70代の夫婦の出来事内容</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>出来事内容</td>
</tr>
<tr>
<td>---------</td>
</tr>
<tr>
<td>1. 育児に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 家事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>3. 家庭の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>4. 家庭環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>5. 社会生活の仕事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>6. 社会生活環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>7. 社会生活の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>8. 職場の仕事に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>9. 職場の対人関係に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>10. 職場の社会生活環境に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>11. 身体に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>12. 自分自身に関する事</td>
</tr>
<tr>
<td>13. 身体に関する事</td>
</tr>
</tbody>
</table>

の出来事は職業別（専業主婦、常勤者、パートタイム勤務者）
からみると、三者共に家庭の対人関係に関する事が共
通のストレスと捉えられた。すなわち、専業主婦88件
（34.5%）が最も多く、次いで常勤者41件（20.7%）、パート
タイム勤務者39件（20.5%）であり、専業主婦とパートタイム
勤務者は育児に関する事がそれぞれ40件（15.7%）、28
件（20.0%）であった。また、常勤者は職場の仕事に関する
事が38件（19.2%）、職場の対人関係に関する事が26
件（13.1%）で、三者共が自分の置かれている環境や立場を
反映していた（表8）。

ところで、女性の反応は職業別（専業主婦、会社員、パー
タイム勤務者）でみたところ、両者にイライラが最も
多く、次いで専業主婦と会社員は不満、パートタイム勤務者
は怒りであった。さらに、専業主婦は面倒、会社員は疲
労、パートタイム勤務者はうつ状態であった。三者共にそ
れぞれが現状を反映していると推察された（表9）。

<table>
<thead>
<tr>
<th>表8. 専業主婦、常勤者、ならびにパートタイム勤務者から見た出来事内容</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>出来事</td>
</tr>
<tr>
<td>---------</td>
</tr>
<tr>
<td>1. イライラ</td>
</tr>
<tr>
<td>2. 不満</td>
</tr>
<tr>
<td>3. うつ状態</td>
</tr>
</tbody>
</table>

考案

今回、私たちは夫婦のストレス要因を見出す方法を日々
生活している日常から検討する事を試みた。そのため、ス
ストレスがあったと思った日の出来事を記載してもらう事を
考え、「ストレス日誌」を実施した。ところが、日報はス
ストレスとは思い通りにならない状態の時に認知すると述べ
ている3）。そこで、結婚をしている夫婦のストレス要因を
明らかにし、家庭の存在を検討する資料とした。

(1) 男女性の就労とストレス

戦後、女性の社会進出は目覚ましい発展を遂げてきた。しかし、妊娠・出産により中断されることも多く、女性の年齢層別就業率をみると「20～24歳」が底となるM字カーブを描いていたが、平成22年には「35～39歳」が底となるM字カーブへと移行した。少なくともどこかの年齢層が底辺となるわけであり、女性の就業には必ず仕事と育児の両立が問われることは否定できない。さらに、女性が就業の中断しない、退職を決める時は育児、介護や夫の転勤などの時が多いと推測される。女性の一生涯を考えると、外すことができない人生の変換点と考えられる。その意味でも、育児と介護の両時期にはストレスが増大することが理解できる。そこで、子ども育てによるストレスを乳幼児期と学童期以降に分けて検討した論文では、前者では７か月児を育てている母親の約半数は心地がすすめて迷惑する。②子ども育児の睡眠時間は10時30分と短く、③育児は楽しいものではないと感じる。④、子どもが学童期になったからといって育児によるストレスが減ることは少なく、子育て者なら母親と職業的な相談を示唆している。⑤、育児のストレスは少子化、核家族化が進む社会との接触の不十分さが生んでいるとする考えもあるが、筆者は女性が育児をどう接するかが少なく、母親が育児としての生き方に必要な知識や経験を身に付けてこそ、自らを育児としての育児ストレスがあるのではないかと考えている。また、最近、育児の就労や育児に関する仕事の選択に関する考察もなされており、家庭の存在を検討する資料とした。

ところで、浦山らは母親の不適切な養育行動を１、感情的八当（74%）、２、頭を叩く（55%）、３、傷つける（42%）、４、叩いているそうで怖い（40%）、もしあなって話が上記のようなストレスへの感情を表し、また、そのような行動を起こさせる対象である児童も子ども（58.9%）であり、次いで夫の親（48.8%）や夫（47.3%）であったと報告している。

今回の調査において、母親のストレスの多くは家庭の対人関係であり、浦山らの調査とは異なっていた。しかし、高齢女性（50～60歳代）においても家庭の対人関係（17.3%）が最も多く、次いで趣味（15.0%）、身体に関すること（12.2%）が上位を占めるなど、今や、家庭の対人関係は女性のあらゆる生活におけるストレス要因に考えられる。

一方、男性は従来から働くことを要求されるためストレスは仕事に関することと考えられがちであった。しかし、最近、女性からの社会的期待と要求が増え、男性自身もそれに応じる意思が高まっていることが理解されている。すなわち、男性は仕事に対する役割を要求される一方、家庭に対する役割も要求されるという葛藤への不満があることが考えられ、男女ともに同じ仕事によりストレスが想定される。ここで、高齢男性（50～60歳代）においては仕事に関すること（30.9%）が最も多く、次いで社会生活環境（20.0%）、職場の対人関係（10.4%）が上位を占め、他の原因を除いて育児を含むものである。これは問題を育児に減少していた。育児以上の人間環境ストレスが大きな母性となりつつあることが想定された。

(2)「ストレス日誌」の出来事と反応

ストレスがあったと思った日の出来事を記載してもらうことを考え、「ストレス日誌」をおくことだが、ストレスと感じる出来事は Stunning性共有に平均10日であった。２週間に1回の日記のストレスだと感じてからの生活をおくっていることが分かっている。また、そのストレスの出来事達は男性よりも女性の方が多く、女性はちょっとした事に対して敏感にストレスを感じてしまうのではないかとも思われたが、女性の方が男性よりもストレス事象に遭遇する機会が多くあるのかも知れない。出来事内容をみると、男性は職場の仕事に関する事（32.3%）が最も多く、次いで社会生活環境（15.2%）、そして育児（10.8%）の順であった。男性は家庭の対人関係（24.8%）が最も多く、次いで育児（15.4%）、そして職場の仕事に関する事（13.9%）の順であった。男性でストレスを感じる内容やや異なっているが、男性共に仕事と育児が上位を占めていた。今や、家庭では夫も妻も共に同じストレス状況であると言っても過言ではない。育児は育児を仕事の道としご夫の協力体制になされたが、不満がある家庭の対人関係に表れているのではないかと思われた。今回の対象者は男女性共有に平均40代後半であり、子ども数は平均2人であり、高齢住民が増えていていることも考え育児と仕事に振り回されながら家庭生活を維持しているのではないかと想定された。

そこで、女性のストレスの大半が育児と仕事に振り回されていることを確認し、それを女性の職業別で検討を試みた。すなわち、女性の職業を専業主婦、常勤者、パート勤務者、3ヶ月に分けた。主婦主婦は家庭の対人関係（35.4%）が最も多く、次いで育児（15.7%）、そして社会生活の対人関係（15.3%）であり、全体が家庭の対人関係（20.7%）が最も多く、次いで仕事に関する事（19.2%）、そして職場の対人関係（13.1%）がこれに続いており、パート勤務者においても家庭の対人関係（20.5%）が最も多く、次いで育児（20.0%）、そして社会生活環境（16.3%）であった。女性にとっては勤務形態に関係なく、家庭生活に協力の得られない夫に対する不満の表れであると想定できる家庭の
対人関係が最もストレスであると感じていることが分かった。それは、20〜30代と60〜70代に顕著であった。

従来、就労女性のストレスでは仕事ストレスが育児ストレスの多くの原因との捉え方であったが、今回の筆者らの研究からはそうではないことが分かった。実際、「ストレス日誌」内容を概説すると、＜仕事で憂くなってしまった。ああ、家に帰ったら夫は食事を作って子どもに食べさせてくれているだろうか？＞、＜たまには私も夫と同じに友人と楽しみたい。どうせ早く家に帰っても夫は足を投げ出しTVばかり見て何もしていないんだから＞・＞やく疲れ家に帰っても、流しの中を汚れた食器で一杯になってるだろう・＞、たまには洗っておくくらいのことはして欲しい＞などである。これら全ては夫に対する不満である。この現状はますますストレスを増していくことが想定される。従来、家庭生活は子ども中心が良いと考えてきただが、これからは家庭を維持する各個人が中心となりながらもお互い尊重し、こちらが一つになる時に共有することの大切さを分かることが必要があると考えた。対応においては、ボイラ（17.2％）が最も多く、怒り（8.6％）と面倒（6.3％）がこれに続き、不満（6.2％）と不安（5.1％）の順であった。男性はボイラ（20.2％）、怒り（11.6％）、面倒（5.8％）が上位を占めていたが、女性はボイラ（15.4％）、怒り（7.1％）と面倒（7.1％）であった。男女共に、日々、ボイラし、怒りを内在していると想定された。

今回の内容から、男女共に仕事や育児に追われる日々はストレスを増していると考えてよいか、特に、女性の三者が共に心身症や神経症状態の中に立たされていることが想定され、子どもや夫のためにも家庭人としての健康問題を考えて行なければならない状況が推察された。

本研究は東京家政大学大学院共同研究費によっておこなわれた研究である。また、日本家族心理学会第29回大会（東京）、第15回アジア心身医学学会（モンゴルウランバートル）において発表したものの一部である。

ここで改めて、アンケートならびに、「ストレス日誌」にご協力いただきました皆様方にお礼を申し上げます。

文献
1）近衛 ふじ子，塚本尚子，安藤哲也，他：「夫婦親密度尺度」の開発とその試み，心身医学，第50巻，第12号，P. 1171〜1185，2010
2）塚田桃子，近衛 ふじ子，杉原秀孝，他：肥満児を養育している両親の「夫婦親密度尺度」からの検討，小児保健研究，Vol.71号，No. 4号，P. 552〜559，2012
3）宗像恒次：特集・ストレスの科学と健康，各論4 ストレスのセルフコントロール一自己カウンセリング法一

地域保健，P.58〜66,1999
4）堀田法子，山口孝子：6か月児をもつ母親の精神状態に関する研究（第1報），小児保健研究，Vol.64，P.3〜10，2005
5）猪野塚容子，錦 祐二：母親と子どもの関係性からみる支援のあり方に関する研究～学童期に至るまでの関係性に着目して～，文京学院大学人間学部研究紀要，P.213〜232，2009
6）佐藤達哉，菅原ますみ，戸田 まり，他：育児に関連するストレスとその抑うつ症候群との関連，心理学研究，64，409〜416，1994
7）浦山晶美，金川克子，大木秀一：母親の身近な人間関係におけるストレス度と適切な養育行動の関連性について，石川看護雑誌，Vol.6，P.11〜17，2009
Abstract

A few years ago, we created a questionnaire titled, “Intimacy Scale of Relationships Between Husbands and Wives” to understand new family functions. We had the questionnaire filled out by fathers or mothers whose children were going to obesity clinics regularly, and thereby attempted to clarify the types of relationships existing between husbands and wives who were parenting obese children. We also considered that gaining an understanding of the stresses between husbands and wives (due to or created by physical condition, family environment, job-related stress, hobbies, etc.), which might underlie the above-mentioned types of relationships may be helpful in reconciling relationships between husbands and wives.

Therefore, we randomly selected 132 people (51 men and 81 women) from 10 prefectures and asked them to fill out the questionnaire, and tallied the results. In doing so, we excluded unmarried people, and thus attempted to identify the stressors that affect 125 people (49 men and 76 women). However, as we did not include in the tally the questions that were not answered, not all the questions were answered by the same number of subjects.

According to my survey, the average number of days they felt stress in two-week period was 10 days for both men and women. The number of incidents that made them feel stressed was larger among women than men, indicating women encounter such incidents more than men or are more sensitive about stress. The most frequently given source of stress was work-related ones (22.1%) being followed by family relationship (17.9%) and childcare problems (13.3%). However, there is a difference in what makes them feel stressed by sex. Among men, work-related causes were most frequently mentioned (32.3%) being followed by issues related to social and living environment (15.2%) and childcare (10.8%). On the other hand, the biggest cause among women is the family relationship (24.8%) being followed by childcare problems (15.4%) and work-related causes (13.6%). In the stress reaction, anger and irritation were seen more among men, and botheration and dissatisfaction were observed more among women.

In the job category of women (full-time housewives, full-time workers and part-time workers), family relationship is given most frequently by all of them. In the case of full-time workers, it is followed by the work-related reason and human relations at the workplace. While, in the full-time housewives and part-time workers, childcare was the second most answer being followed by human relations in social living, and social and living environment. Causes of stress vary depending on the environment where they spend most of the time of a day. The most frequently given stress reaction by three types of women was irritation being followed by dissatisfaction among the full-time housewives and full-time workers. On the hand, part-time workers gave irritation as the second reaction. The third reaction mentioned by the full-time workers is tiredness, and part-time workers gave depression, indicating mothers who have a job can develop psychosomatic disorders.

Based on the understanding that married women can potentially develop psychosomatic disorders due to stress, we should study how should be the family relationship and how to relax their stress.