

# 夫婦のコペアレンティング 促進のためにできることは？

- ・産前から、夫婦一緒に育児指導しましょう！
- ・夫婦への育児支援に関する勉強会やセミナー等の学習機会に、積極的に参加しましょう！

## 注目すべき研究結果②

夫婦のコペアレンティングに関する産前教育の実践率は、  
「夫婦一緒に育児指導している助産師はしていない助産師に比べ3.58倍、夫婦への育児支援に関する学習経験がある助産師はない助産師に比べ4.29倍高い」という結果でした。

核家族世帯や共働き世帯が増えている中、夫婦がお互いに産後うつ病を予防するためには、協力し合いながら育児をすることが大切です。



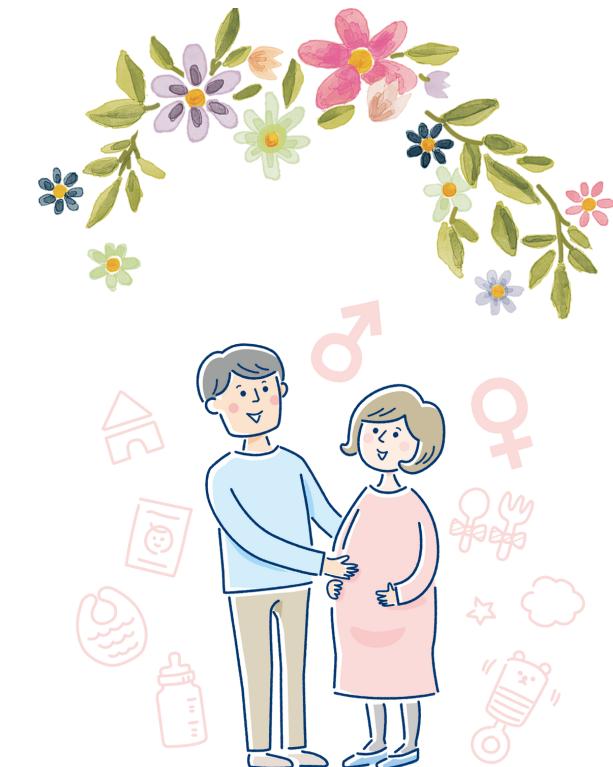
QRコードからデータをダウンロードできます。ご自由にご利用ください。



このリーフレットは、公益財団法人 横浜学術教育振興財団の助成金を受けて作成しました。本リーフレットに関する利益相反事項はありません。

なおリーフレットの内容は、2021年度 横浜市立大学大学院医学研究科看護学専攻 博士前期課程の修士学位論文を基にしています。

(執筆：齊藤千秋)



## 妊娠期からの夫婦の コペアレンティング 促進支援ガイド

助産師による産前教育の実態について、研究結果をもとに解説します！



# コペアレンティング (Coparenting) とは？

コペアレンティングとは、  
「親役割を持つ者同士が、意思の  
疎通や調整を図ることを重視し  
て、協力し合いながら行う育児」  
のことです。



## 妊娠中から夫婦のコペアレンティングを促進すると、 どんな効果があるの？

- ・夫婦の親密度の向上
- ・夫婦双方の育児ストレスや  
産後うつ病の減少
- ・子どもの成長と発達の促進
- ・夫の育児時間の増加

といった良い効果が報告されてい  
ます。

## 注目すべき研究結果①

病院・診療所の勤務助産師122名  
を対象に質問紙調査を実施しま  
した。

その結果、夫婦のコペアレンテ  
ィングに関する産前教育の構成  
要素は、実践度が高い順に以下  
の3つでした。

① 夫婦間コミュニケーション  
に関する情報提供

② 夫婦間の課題の説明

③ 夫婦のペアワークの実践

どれも大切な内容ですが、産前教育  
では他にも妊娠経過のこと、分娩に向け  
た準備など、説明すべき内容がたくさ  
んあります。

そこで「外来や集団指導  
では、夫婦のペアワーク  
を実践する時間がとれな  
い…」と感じている方へ  
のアドバイス！



夫婦が自宅でも継続して話し合  
いができるように、サポートしてい  
きましょう！