

2009年11月

## 森永乳業の育児ニュース『エンゼル 110 番レポート第 59 号』発行 「ママ友とのおつきあい、どうしていますか？」

———100人のお母さんに聞きました———

森永乳業株式会社(港区芝 5-33-1、社長:古川紘一)は、時代とともに変わりつつある母親像の理解に役立つことを願い、1993年4月から「エンゼル 110 番レポート」を発行しております。この「エンゼル 110 番レポート」は、育児相談窓口「エンゼル 110 番\*」への相談内容から、毎回育児に関する傾向についてまとめています。

\* 「エンゼル 110 番」は、「子育て奮闘中のお母さんたちのために何かお役に立てることは…」と考え、1975年5月に開設した無料の育児相談窓口です。

「公園デビュー」という言葉がマスコミに登場したのが今から十数年前。最近ではベビーカート族と呼ばれる、ベビーカーを押しながらおしゃべりに街中を闊歩するママたちの姿も目立ちます。今どきのママたちにとって、子育てを通して友達になった『ママ友』とはどのような存在なのでしょう。また、どのようにおつきあいをしているのか、本音を聞いてみました。

### 調査内容

設問1: 現在おつきあいしているママ友はいますか？

設問2: ママ友がいてよかったこと、助かるのはどのようなことですか？

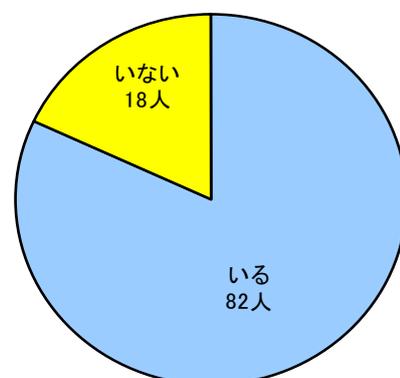
設問3: あなたにとってママ友は必要ですか？

設問4: ママ友との理想のつきあい方について、どのように考えますか？

### ママ友がいる人は8割以上

「現在おつきあいしているママ友はいますか？」と聞いたところ、100人中82人が「いる」と答えています。(図1) 赤ちゃんが6か月未満のママでも7割以上の方が「いる」と答えていて、産院や母親学級など妊娠中からの出会いが友達づくりに一役かっているようです。「まだ赤ちゃんが小さいのであまり会えないが、メールなどで連絡をとりあっている」など、携帯電話やパソコンがママたちをつなぐツールとして活躍していることもわかりました。

図1 現在おつきあいしているママ友はいますか？(N=100)

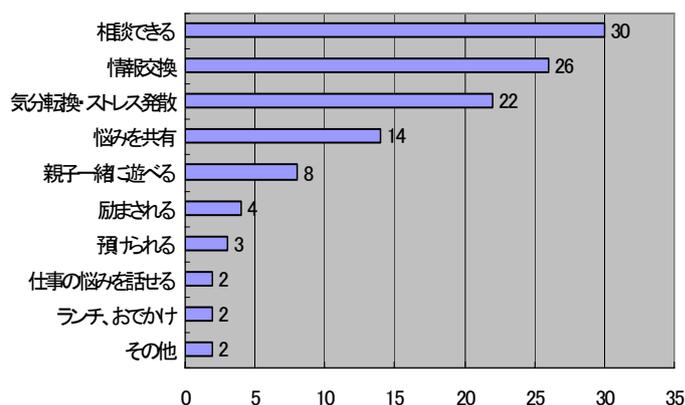


また「いない」と答えた 18 人の中にも、「学生時代からの友達と子どもの話をするにはある」「挨拶して少し話すくらいの間柄の人はいる」という声もあり、それなりにつきあいはあるようです。

続いてママ友が「いる」と答えた 82 人に「ママ友とのつきあいでよかったと思うこと、助かるのはどのようなことですか？」と聞いてみました。(図2)「育児のことを相談できる」をあげた人が最も多く 30 人で、続いて「情報交換できる」26 人、「おしゃべりすることで気分転換、ストレス発散」をあげた人が 22 人でした。「生まれた月が同じ。成長の過程が一緒に相談し合える」「おしゃべりをしてストレス発散！育児でうまくいかないことなどざっくばらんに話せる」などの声があがりました。

図2 ママ友がいてよかったこと、助かること(N=100)

複数回答



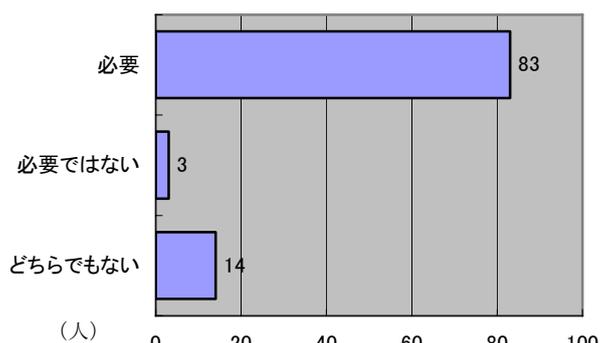
さらに、「ママ友のおつきあいで困ったり、悩んだりすることはありますか？」と聞いたところ、「特にない」と答えたママが 44 人でした。子どもの月齢が小さいうちはつきあいも浅く、トラブルも少ないのかもしれません。困ったこととしては「ペースの合わせ方」をあげた人が 8 人ともっとも多くなりました。「一緒にお昼ご飯を食べようと誘われても子どもの昼寝時間が違うので困る」、「寝かしつけている時にメールや電話がくる」など。続いて「どこまで本音を話していいか悩む」3 人、「相手の子をどのように注意したらいいか迷う」3 人、「子どもを比較して不安になる」2人、「習い事など育児観のギャップ」2人、「自分の子が相手の子に乱暴した時気まずくなる」など子どもの年齢があがるにつれて悩みも広がるようです。

### やっぱりママ友は必要

次に「あなたにとってママ友は必要ですか？」との質問に対しては 83 人が必要と答えています。

理由をきいてみると「相談できる」が最も多く 20 人、「気持ちを共有できる」15 人、「ストレス解消、気分転換」9 人と続き、「子どもが生まれる前に思っていた子育てと現実とはまったく違う世界だった。ママ友はとても助けになる」「夫に言えないことでも話し合える」など、ママ友は子育ての同志

図3 あなたにとってママ友は必要ですか？(N=100)



でもあるようです。「必要ではない」と答えた3人からは「自分自身にとっては昔からの友達のほうがわかり合える」「今は子どもとの生活だけで精いっぱい」「保育園に子どもが通い始め、私も仕事を始めるので」という理由があがりました。子育てや仕事で精いっぱい、人間関係のことまで背負いたくない、という気持ちが伝わってきました。

「どちらともいえない」と答えた14人からは「情報は相談機関やホームページなどでもらえる」「積極的に探そうとは思わないが自然にできたら嬉しい」「心が許せるようなつきあいならよいが、挨拶や世間話程度なら必要ない」など、友達に何を求めるか、微妙な心理がはたらいっていることがうかがえます。

### ほどよい距離で上手におつきあい

最後に「ママ友との理想のつきあい方について、どのように考えますか？」と尋ねました。印象的だったのは「ほどよい距離、つかずはなれず」という言葉を使う人が33人と目立ったことです。「あまり深すぎるつきあいはしたくない。公園で遊ぶのはよいが、預け合うのはちょっと…。トラブルになるのもいやだし」「子どもを通してのつきあいなので、ある程度距離をおいて」など、「ほどよい距離」が上手につきあうためのキーワードのようです。学生時代の1対1の関係とは違い、子どもという今まではちがう存在が加わっての友達づきあいはいってみれば初心者。お互いの距離をはかりながらトラブルにならないように慎重になっているようすがうかがえます。「つかず離れず、幼稚園は別で、子どもの性別も違うと比べ合わずつきあいが楽」という声も聞かれました。

半面、「本音で話せる人、気兼ねなく、何でも話せるのが理想」と答えた人は16人。「親子で(赤ちゃん連れで)一緒に遊びたい」「家族ぐるみでおつきあいたい」という人も5人いました。

昔に比べ、出産年齢が上がっている今どきのママたちは社会経験も豊富。ママ友とも一線を引いてスマートにつきあいたいという姿勢が伝わってきました。しかし、孤独に陥りやすい子育て、「身近に何でも話せる友達がほしい」といった素直な声もあり、子育ての喜びや悩みを分かち合える存在は必要だと実感しているママが多いのは間違いないようです。10年前に比べ子育て関連グッズや支援の環境は、ずいぶん充実してきたよう思いますが、子育てはそれだけではのりきれないのが実情。「自分だけがしんどいんじゃないと実感できる」「一人ではまいてしまう」など、ちょっと心が揺れる時にうけとめてくれるママ友の存在は大きいのでしょう。

「どちらか片方が偏って寄りかからない、対等な関係を心がければお互い助け合いができると思います。そして子どもの成長や親同士の状況など話すことで、心が豊かになれると思います。子どもが成人したとしても一生ママ友でいたい」という声に代表されるように、子どもを介してママ同士が育ち合える関係こそ最高のママ友といえるのではないのでしょうか。

[Hot Voice] \*アンケートにお答えいただいたお一人お一人の声を集めました

〈子育てで世界を広げたい〉

・子どもの成長に合わせて親も成長するために、時には同じ子どものいる人とつながって世界を広げられるといいと思う。(30代、9ヵ月)

〈深く親しくつきあいたい〉

・子どもを通じての友人でも、もっとあけっぴろげに話せて、深く親しくつきあえたらと思う。でも学生時代の友人と違い子どもがからむと現実はずかしい。(30代、2歳10ヵ月)

〈脱〇〇君のママ!〉

・今は「〇〇君のお母さん」だけど、ある程度仲好くなれたら「〇〇君のお母さん」ではなく、自分たちの話もできるような関係になりたい。(30代、2ヵ月)

〈自慢はタブー〉

・お互い自慢し合わないのが鉄則。困っていること、例えば「寝ぐずりがひどくて」と話すと相手も共感してくれて、つきあいもスムーズに。(20代、6ヵ月)

### 調査の概要

- 対象 : 「エンゼル110番」に電話をいただいた子育て中のママ100人
- 調査方法 : 電話による聞き取り調査
- 調査期間 : 平成21年8月1日～9月3日
- 対象者の属性 : 「母親の年齢」20代…31人、30代…61人、40代…8人  
「母親の職業」有職…28人、無職…72人  
「子どもの年齢」6ヵ月未満…25人、1歳未満…34人、2歳未満…16人、  
3歳未満…9人、4歳未満…3名、4歳以上13名  
「子どもの性別」男の子…51人、女の子…48人、男女の双子…1組  
「居住地」首都圏…62人、首都圏以外…36人、不明2名