



令和5年度、令和6年度 豊島区の男性の育児環境に関する調査結果
【概要版】

令和7（2025）年12月
豊島区

調査概要 -調査設計-

	令和5年度	令和6年度
調査対象者	令和4年1月1日～令和6年1月1日生まれの子と同居し養育している豊島区在住の男性（令和6年1月10日現在）	令和6年1月1日～令和7年1月1日生まれの子と同居し養育している豊島区在住の男性（令和7年1月10日現在）
調査エリア	東京都豊島区	
サンプル数	住民基本台帳より該当者を抽出し、多胎児や2年以内（令和6年度は1年内）に複数回出生している世帯の重複などを除いた世帯	
対象数	3,256世帯	1,635世帯
有効回答数（率）	1,575件（47.8%） うち、1歳未満の子をもつ男性からの回答735件（無回答含む）	731件（44.7%）
送付手段	郵送による各世帯への調査票の配布	
回答手段	Web回答（アンケートシステムQuestantを利用）、紙面回答を併用	Web回答（アンケートシステムQuestantを利用） ※一部希望者のみ紙面回答による
回答期間	令和6年2月1日～令和6年3月31日	令和7年1月29日～令和7年2月21日
調査実施期間	一般社団法人 Daddy Support協会	

妊娠・出産が及ぼす男性の精神的負担

子育てをする男性の約8割が精神的な負担を感じたことがあると回答しています。子どもが生まれた前後を比較すると、産まれた後の方が睡眠時間が短くなっていますが、時間が短くなるほど精神的負担が大きくなる傾向が見えます。また、妊娠・出産を通じてパートナーとの関係性・関係の変化があったことを、精神的負担と関係があるとの回答も6割に昇っています。

【妊娠・出産が及ぼす精神的影響】3.1. 子どもが生まれた後、精神的な負担を感じたことがあるか

		負担あり・計 (%)					負担あり・計 (%)
		まったくない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも	
R5年度	n=735	23.3	31.7	29.5	10.2	5.3	76.7
R6年度	n=731	19.0	35.7	29.0	10.1	6.2	81.0

【妊娠・出産が及ぼす精神的影響】3.2.1.1. 負担感の要因分析【睡眠時間別】

		負担あり・計 (%)					負担あり・計 (%)
		まったくない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも	
全体	n=731	19.0	35.7	29.0	10.1	6.2	81.0
生まれた後の睡眠時間別	5時間未満	14.4	32.4	32.7	12.3	8.1	85.6
	5~6時間未満	18.9	40.2	28.0	8.7	4.3	81.1
	6~7時間未満	22.5	39.9	24.6	7.2	5.8	77.5
	7~8時間未満	34.0	18.0	28.0	14.0	6.0	66.0
	8時間以上	40.0	60.0				60.0
	睡眠時間の変化別 (生まれる前と後)	増加した	22.2	33.3	38.9	5.6	
変化なし		30.8	36.1	20.7	7.2	5.3	69.2
減少した		14.1	35.6	32.1	11.7	6.5	85.9

※n=30未満は参考値のため灰色。

【妊娠・出産が及ぼす精神的影響】3.2. 精神的負担と関係があると感じる変化・行動

		関係あり・計 (%)				関係あり・計 (%)
		まったく関係ない	少し関係がある	関係がある	大きく関係がある	
生活リズムの変化	n=592	13.3	30.9	29.7	26.0	86.7
育児と仕事の両立	592	17.2	28.9	26.5	27.4	82.8
赤ちゃんのお世話	592	19.3	39.5	26.4	14.9	80.7
家計の支出変化	590	33.2	26.3	22.7	17.8	66.8
パートナーとの関係性・関係性の変化	592	34.5	26.5	21.8	17.2	65.5
(赤ちゃんのお世話以外の)家事の変化	592	40.2	34.1	17.2	8.4	59.8
周囲や社会との関係性の変化	591	51.9	28.3	13.4	6.4	48.1
パートナー以外の親族との関係性の変化	591	62.8	20.3	10.5	6.4	37.2

※「関係あり・計」の値を基準に降順並び替え

育児おける親族の支援

育児において、親族の支援を受けた人は全体の7割を超えています。里帰り出産や長期自宅滞在等、半数が支援を受けていますが、支援を受けている人はやや減少傾向になっています。

【子育ての支援の状況】5.1. 親族の支援

		受けた・計		受けなかった・計		n=	
		頻繁に受けた	時々受けた	あまり受けなかった	まったく受けなかった	受けた・計	受けなかった・計
R5年度	735	34.1	42.7	12.9	10.2	76.9	23.1
R6年度	731	33.5	41.0	14.8	10.7	74.6	25.4

【子育ての支援の状況】5.2. 里帰り出産・親族の長期自宅滞在

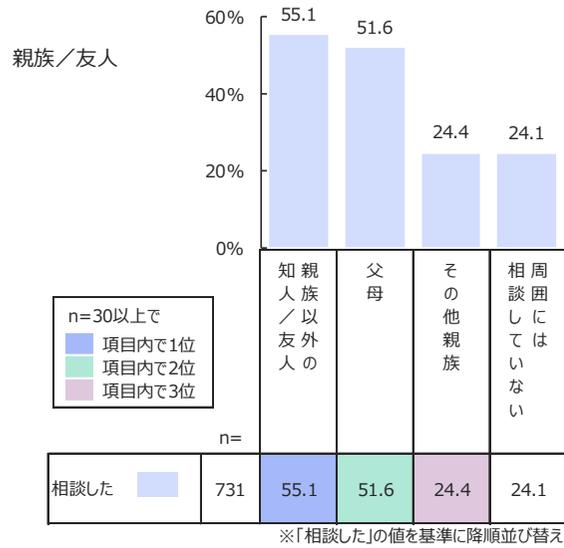
		あり・計				n=	
		配偶者等のみが里帰りして出産した	あなたと配偶者等と一緒に里帰り出産した	長時間親族が自宅に滞在し、家事育児をした	里帰りや親族滞在はなかった	無回答	あり・計
R5年度	735	22.0	8.3	26.0	43.5		56.3
R6年度	731	19.6	11.2	22.0	47.2		52.8

※1.0%未満はデータ非表示

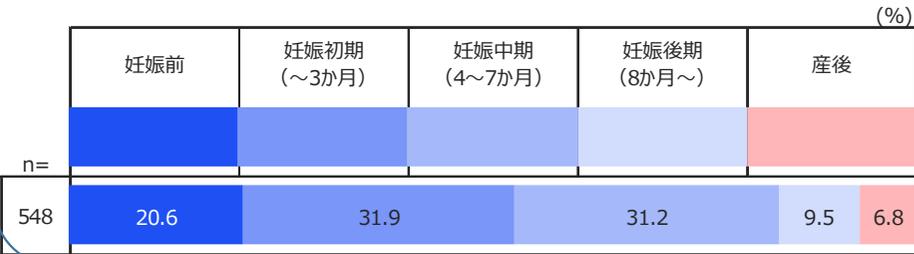
相談先について

妊娠・出産・育児の相談先として、親族/友人には7割以上の方が相談しています。一方、親族/友人以外には5割弱にとどまっています。親族/友人には、認識から、それ以外には産後からの相談が多くなっています。

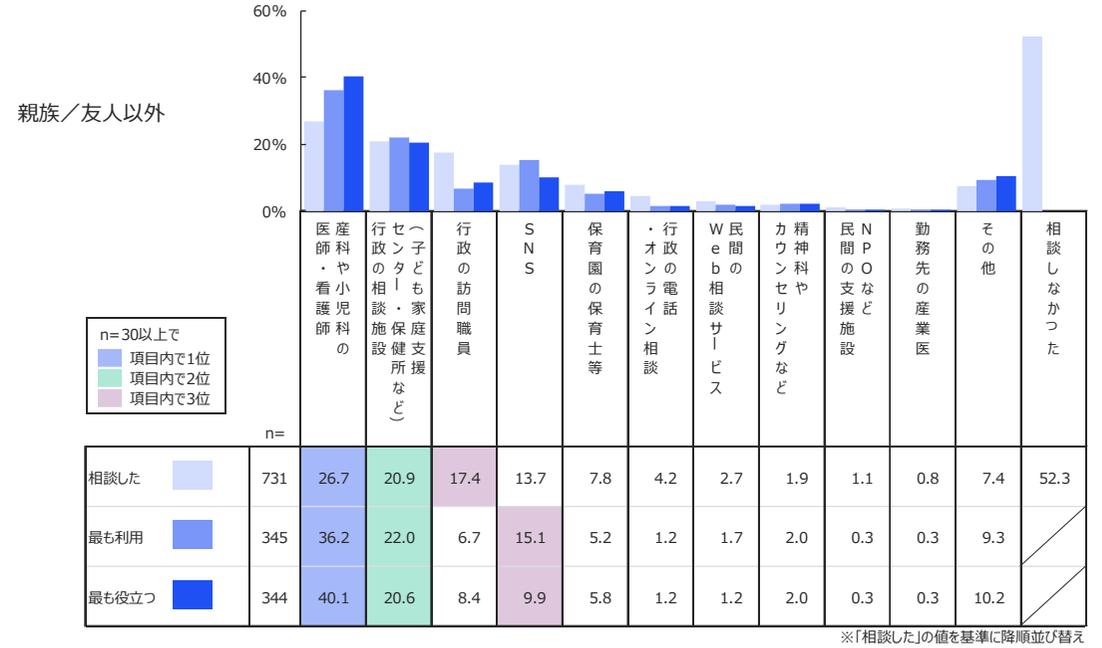
【子育て相談の状況】4.1. 妊娠・出産・育児の相談先



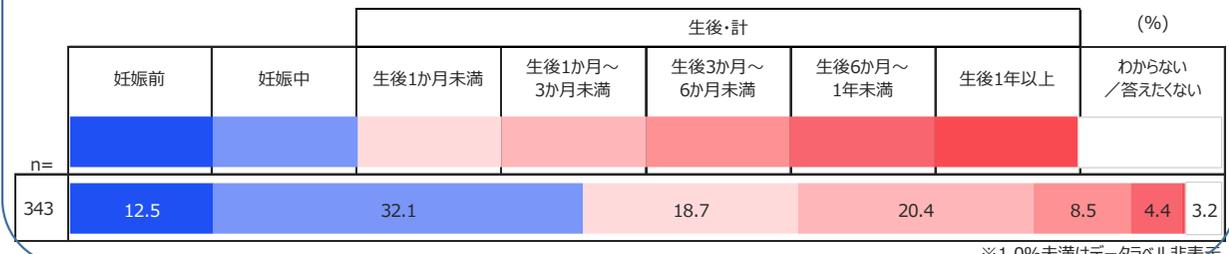
【子育て相談の状況】4.2. 初めて相談した時期



【子育て相談の状況】4.1. 妊娠・出産・育児の相談先



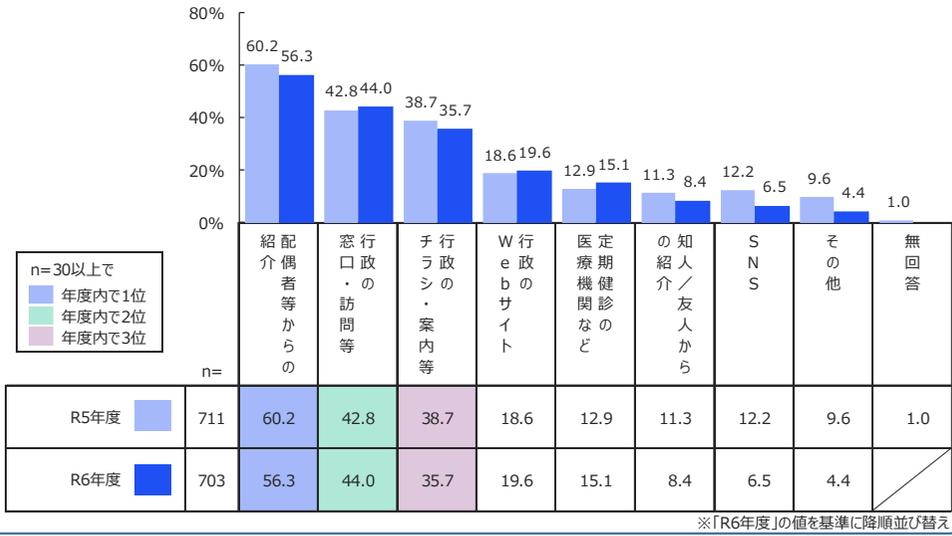
【子育て相談の状況】4.2. 初めて相談した時期



行政サービスの利用状況

行政サービスを認知したきっかけは、配偶者からの紹介が最も多くなっています。一方、行政の窓口・訪問、行政のチラシ・案内等は4割にとどまっています。

【子育ての支援の状況】5.4.1. 豊島区の行政サービスを認知したきっかけ



【子育ての支援の状況】5.4. 妊娠・出産・子育てに関わる豊島区の行政サービスの認知・利用状況

令和6年度	n=	認知・計 (%)		
		知らない	知っている	利用した
区民ひろば	731	22.6	36.4	41.0
* 妊娠時の配布資料	731	27.4	41.2	31.5
子ども家庭支援センター	731	30.2	45.6	24.2
* ベビーシッター利用支援事業	731	31.2	50.8	18.1
* パパママ準備教室	731	39.0	30.1	30.9
キッズパーク	731	43.9	35.3	20.8
* 子育て情報ハンドブック	731	46.5	35.7	17.8
ファミリーサポート	731	51.2	37.1	11.8
* ウエルカム赤ちゃん	731	57.9	25.6	16.6
パパママ☆すぽっと	731	58.0	22.4	19.6
子育てインフォメーション	731	64.2	31.7	4.1
* 出産・子育て応援アプリ もっと見る知る by母子モ	731	64.6	22.6	12.9
* パパの応援講座	731	73.6	22.6	3.8
* 父子手帳リーフレット	731	75.6	18.9	5.5

※「認知・計」の値を基準に降順並び替え

令和5年度

令和5年度	n=	認知・計 (%)			
		知らない	知っている	利用した	無回答
* 公園	735	5.4	46.8	47.6	
区民ひろば	735	20.0	44.5	35.4	
子ども家庭支援センター	735	28.0	51.6	20.3	
キッズパーク	735	39.2	40.0	20.5	
* 親子・赤ちゃん向けイベント	735	43.8	43.4	12.7	
ファミリーサポート	735	51.6	41.2	6.9	
子育てインフォメーション	735	64.6	30.2	4.8	
パパママ☆すぽっと	735	65.6	21.2	12.9	
* 男性向け家事・育児イベント	735	68.6	26.7	4.5	

※「認知・計」の値を基準に降順並び替え※1.0%未満はデータレール非表示