

育児と仕事の両立による看護職の葛藤に関する 文献検討

中澤恵美¹⁾ 武井勇介²⁾

要 旨

【目的】文献検討より子育て世代にある看護職が育児と仕事の両立において直面する葛藤の内容を整理する。

【方法】医学中央雑誌 Web 版、PubMed、CINAHL を用い、和文献は「看護職」「育児」「葛藤」、英文献は「nursing staff」「child rearing」「conflict」を検索語とし、目的に合致した 22 編の文献を分析対象とした。

【結果・考察】子育て世代にある看護職は、【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】【理想自己と現実自己との不一致】という相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤があり、背景には【職場・社会的制度における両立支援の課題】という葛藤を生じさせる構造的要因が存在し、【両立葛藤の心理的影響】である葛藤によって生じる心理的影響があった。子育て世代にある看護職は自身の葛藤を個人の努力により調整しようとし、家庭へ影響を受けやすい状況にあり、職場風土の醸成の必要性が示唆された。

キーワード：育児 葛藤 看護職 文献検討

I. はじめに

我が国では少子高齢化が進行しており、労働力人口や生産年齢人口の減少が今後も続くことが予測されている。その中で女性の労働参加は拡大しており、女性の年齢階級別労働力率をみると、結婚、出産期にあたる年代に一旦低下し、育児が落ち着いた時期に再び上昇する M 字カーブは、近年台形に近づきつつある（厚生労働省，2023-a）。これらは、生涯未婚率が男女ともに上昇していることや、結婚後の世帯についても共働き世帯と男性雇用者と無業の妻からなる世帯（以下、専業主婦世帯）においても変化があることが影響している。1997 年には共働き世帯が専業主婦世帯の数を上回り、2020 年には専業主婦世帯は共働き世帯の半数以下となっており（厚生労働省，2021）、結婚や出産における就業中断は縮小し、出産後も就業を継続する女性は増加している。

女性の就業の拡大の背景には、「夫は外で働き、妻は家庭をまもるべきである」という従来からの性別による役割分業の意識の変化があげられる（福田、

2021；内閣府男女共同参画局，2010）。また、男女雇用機会均等法や職場におけるセクシュアルハラスメント及び妊娠・出産・育児休業等に関するハラスメント防止対策の強化（厚生労働省，2024-a）、さらに、育児・介護休業法（厚生労働省，2024-b；厚生労働省，2025）などの法制度の整備や推進があげられる。育児休業制度や短時間勤務制度の整備など、厚生労働省を中心とする両立支援政策の拡充や保育サービスの拡大があり、テレワークの導入やフレックスタイム制、産休・育休取得の促進など企業や雇用主側の意識変化や多様な働き方の実現など働き方改革の進展も影響している。これらの社会の変化に伴い、共働き世帯が一般化し、出産したら退職するという考え方は弱まり、出産後の女性の就労継続を後押しし、女性の長期的なキャリア形成を重視する価値観が広がり、女性の高学歴化やキャリア志向も高まっている。

このような社会情勢の中で看護職は特にキャリア形成や子育てをしながらの就労継続の支援を検討すべき職種である。少子高齢化の進行に伴う医療需要

の増大の中、看護職員の離職率は正規雇用で約 11% 前後と一定水準にあり、慢性的な人材不足や離職防止の必要性が報告されている（公益社団法人日本看護協会, 2025）。看護職は、男性就労者が増加傾向ではあるが、90% を女性が占め（厚生労働省, 2023-b）、現在も女性が多い職種である。そのため、女性の就労継続の動向が看護職の人材確保に強く影響を受けると考えられる。一般の就労女性の先行研究では、子育てをしながら働くことは、家事、育児、就労に対する心理的、身体的な負担がかかるため、仕事と家庭の葛藤が生じやすい（佐々木, 2023；石井ら, 2020；星野ら, 2013）ことが報告されている。これらに加え子育て世代にある看護職は、交代勤務や夜勤を含む 24 時間体制の業務を担っており（厚生労働省, 2011）、勤務時間の不規則性やその時々患者や対象者の状況に応じて業務内容が変化することから、突発的な時間外対応が避けられないということがある。このような看護職の職業による特徴から、保育所や学童保育等の開所時間や家族の生活リズムとの調整が困難となり、子育て世代にある看護職は仕事と育児の両立に葛藤や困難を生じやすいことが推測される。加えて、看護職は生命に関わる責任の重さや高度な専門性が求められるため、就労に伴う身体的、精神的負担も大きい（厚生労働省, 2011）が、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立における葛藤の具体的な内容については十分に整理されていない。

II. 研究目的

本研究の目的は、文献検討により、子育て世代にある看護職が育児と仕事の両立において直面する葛藤の内容を整理し、その特徴を明らかにすることである。

III. 研究方法

1. 文献の抽出と選定

文献検索には、国内の動向を把握するために医学中央雑誌 Web 版（以下、医中誌）を用いた。また、国外の知見を踏まえて検討し、国内の状況の特徴を示すためにも PubMed および CINAHL を用いて、2025 年 4 月に文献検索を行った。検索キーワードは、医中誌では「看護職」、「育児」、「葛藤」を設定した。PubMed、CINAHL では、「nursing staff」、「child rearing」、「conflict」を設定した。なお、子育て世代にある看護職が育児と仕事の両立において直面す

る葛藤について網羅的に把握するため、文献の種類は原著論文に限定せず、出版年による制限も設けなかった。検索の結果、医中誌では 71 編、PubMed では 4 編、CINAHL では 5 編の、合計 80 編の文献が抽出された。

抽出された 80 編の文献は 2 名の研究者によりスクリーニングを実施した。1 次スクリーニングでは、タイトルと抄録を精読し、選定基準を満たす論文を抽出し、重複文献や日本語と英語以外の表記の文献は除外した。医中誌 22 編、PubMed 3 編、CINAHL 3 編の 29 編の文献が抽出された。次に、1 次スクリーニングで抽出された 29 編の全文を確認する 2 次スクリーニングを行った。文献の選定基準は、①子育て世代にある看護職が仕事や家庭について感じている思い②子育て世代にある看護職が育児と仕事の両立において直面した葛藤や困難と事柄に関する内容を含み、本研究の目的に合致するものとした。また葛藤に関連する内容を網羅的に把握するため③子育て世代にある看護職が就労を継続するうえで支えとなっている事柄④子育て世代にある看護職が就労を続けるうえで妨げとなっている事柄も選定基準とした。これら①～④いずれかに関する内容を含み、本研究の目的に合致するものを分析対象文献とした。その結果、医中誌 16 編、PubMed 3 編、CINAHL 3 編の合計 22 編の文献を分析対象とした（図 1）。

2. 分析方法

分析対象の 22 編の文献を研究者 2 名それぞれで精読し、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する思いや葛藤、ならびにそれに関連する事柄についての記述を抽出した。抽出した記述については、研究者 2 名がそれぞれ独立して意味内容に基づく一次分類を行った。その際、「葛藤そのものを表す記述」と「葛藤を生じさせる背景・状況や両立に関する認識・経験を示す記述」を区別しつつ、両者を切り離さずに葛藤との関係に着目して分類した。その後、内容の共通性および相違点を検討しながら、統合、再分類を行い、意味内容の抽象度を高めるためにカテゴリ化を行った。信頼性および妥当性の確保のため、分類およびカテゴリ化は研究者 2 名で独立して実施し、意見の相違が生じた場合は、原データに立ち返りながら繰り返し協議を行い、合意に至るまで検討を重ねた。また、分析過程において先行研究との比較検討を行うことで、解釈の妥当性の確保に努めた。

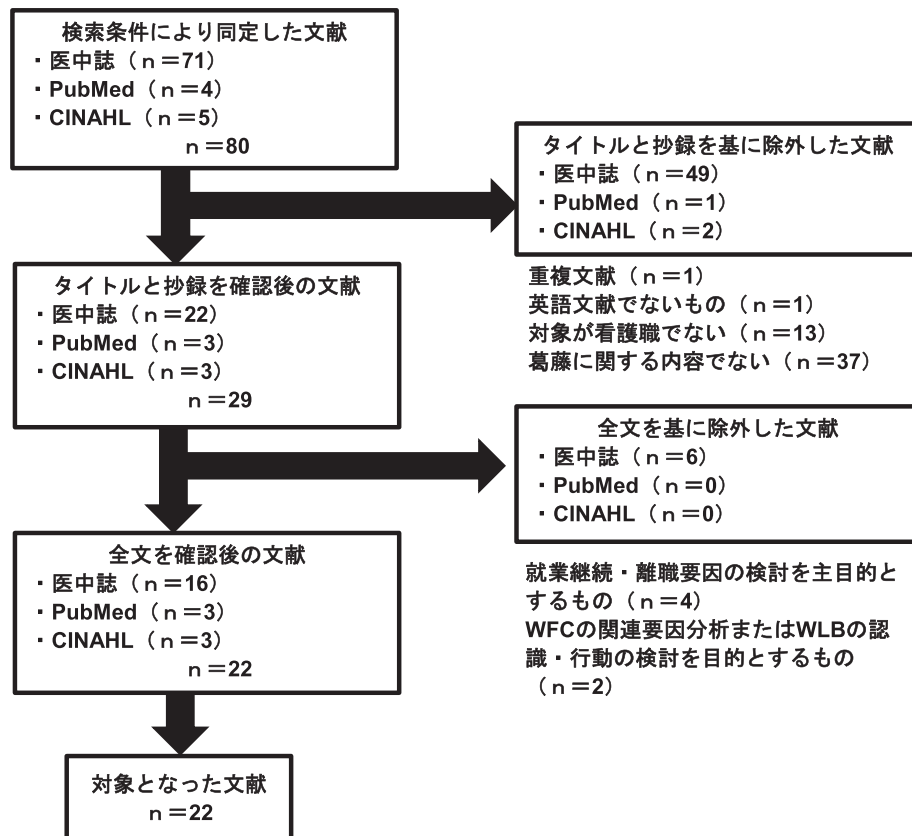


図1：文献選定のフローチャート

3. 倫理的配慮

本研究は文献検討であり、倫理的配慮を要する対象は含まれない。公表されている文献のみを使用し、文献の著作権を遵守し、文献の記述内容の正確性を損なわないように整理した。

IV. 結果

1. 文献の概要

分析対象となった22編の文献の概要と抽出した子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する思いや葛藤と事柄についての記述を表1に示した。研究対象者の性別はすべて女性であった。また、対象文献の看護職は、病院勤務の看護師のみならず、助産師や行政機関に勤務する保健師を対象とした研究も含まれていた。22編のうち1編に看護師を母親にもつ子どもが対象となっているものがあった(No.20)。研究方法では、ワーク・ファミリー・コンフリクト（以下WFC）という概念を使用し、WFCS日本語版尺度を用いた質問用紙による調査が8編(No.1, 3, 9, 12, 14, 17, 18, 22)あり、独自の質問用紙を使用した文献もあった。その他には半構造的面接によるインタビュー調査もあった。発行年

次については、22編中12編(No.1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12)が過去5年以内(2020～2025年)の文献であり、2010年代(2013年～2019年)が5編(No.13, 14, 15, 16, 17)、2000年代(2002年～2008年)が5編(No.18, 19, 20, 21, 22)であった。

2. 子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤の構造

子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する思いや葛藤、ならびにそれに関連する事柄についての記述を分類し整理した結果、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤は、3つの側面に分類された。以下に抽出されたカテゴリを【 】で示す。

3つの側面には、1) 相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤、2) 葛藤を生じさせる構造的要因、3) 葛藤に伴う心理的影響があり、これらは【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】、【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】、【理想自己と現実自己との不一致】、【職場・社会的制度における両立支援の課題】、【両立葛藤の心理的影響】の5つのカテゴリから生成された(表2)。また、葛藤を生じさせる

表 1 : 22 文献の概要

番号	著者・出版年	タイトル	目的	対象者	方法	概要	育児と仕事の両立に関する思いや課題と事例
No.1	南里 実貴 中野 理佳 (2025)	保育園幼稚園児を育てる子育て中の女性看護職のワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.2	P. Ong, X. Cong, Y. Yeo and S. Storey (2024)	Experiences of nurses managing parenthood and career: a systematic review and meta-synthesis	育児と仕事の両立に関する研究 育児と仕事の両立に関する研究 育児と仕事の両立に関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.3	鈴木 康典 (2024)	看護職におけるワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.4	若杉 聖実、大島 聖実 美 (2024)	育児休業取得後の看護職員のワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.5	石川 優子、二村 良子 大平 聖子、永宮 佳子 (2023)	育児休業中の看護職員のワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.6	M. Matsuo, Y. Takayama, C. Kinouchi and E. Suzuki(2023)	The Mediating Role of Sense of Coherence and Striving for Work-Life Balance on Intention to Leave From Nurses Burnout	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.7	H. J. Yoo and J. Shim (2022)	Child-rearing experiences of female nurses working three shifts in South Korea: A qualitative study	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.8	J. Young-Eun and S. Mr-Hae(2022)	Do parenting stress, work-family conflict and resilience affect retention intention in Korean nurses returning to work after parental leave?: a cross-sectional study	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.9	宇井 秋子 (2021)	未就学児育児中の看護職員のワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究
No.10	横谷 麻由子 (2021)	子育てしながらの育児に関する研究 育児に関する研究 育児に関する研究	育児に関する研究 育児に関する研究 育児に関する研究	大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士 大学病院に勤務する小児科看護士	インタビュー アンケート調査 アンケート調査	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究	ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究 ワーク・ライフ・バランスに関する研究

[illegible]

表2：子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤の構造（内容・要因・心理的影響）

側面	カテゴリ	各文献に記載されていた具体的内容	文献番号
相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤	【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】	・育児や家庭との両立が困難 ・WFC (Work-Family Conflict) による心理的負担 ・家族と過ごす時間の確保の困難 ・子どもの急病など突発的な欠勤への不安	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22
	【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】	・子どもと十分に関われない申し訳なさ ・仕事に身を置くことへの葛藤 ・子どもの参観日や行事への参加と仕事との重なり ・親が果たすべき育児が十分にできないという認識から母親としての責任意識に関する葛藤	5, 7, 9, 11, 12, 17, 20, 21
	【理想自己と現実自己との不一致】	・母親像と看護師像の矛盾 ・任せられた仕事に十分に対応しきれない ・看護職の役割を十分に対応できていない ・家庭と仕事を両立したいが現実には十分に両立できていないという思い	4, 7, 17
葛藤を生じさせる構造的要因	【職場・社会的制度における両立支援の課題】	・給与の低さと委員会や研修など業務量の多さ ・職場の理解不足や配慮のない上司の存在 ・時短制度や夜勤免除の取得が困難 ・柔軟な勤務体制などの制度的支援の欠如 ・育児支援制度や地域活動、社会資源の活用の不十分さ	1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 18, 19
葛藤によって生じる心理的影響	【両立葛藤の心理的影響】	・自身の休息やケアの後回し ・心理社会的疲労の蓄積 ・役割間葛藤が長期間続くことによる精神的、身体的負担の増大 ・長時間の仕事、育児負担による健康悪化 ・モチベーションの低下（年齢・体力・疲労による）	2, 3, 4, 7, 8, 15

構造的要因とは、個人の内的要因ではなく、職場、家庭などの環境や社会制度により、役割遂行の両立や選択に制約や負荷を生じさせ、葛藤を引き起こす原因や環境といった背景的要因である。

1) 相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤

子育て世代にある看護職は、相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤を抱えていた。子育て世代にある看護職の相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤には、【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】、【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】、【理想自己と現実自己との不一致】の3つの葛藤があった。

①仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ

【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】について述べている文献は、15編（No.1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22）であった。子育て世代にある看護職は、仕事・家事・育児の両立の困難を強く感じ、仕事と家庭生活のバランスの難しさを実感し、悪戦苦闘していた。長時間勤務やシフト勤務による時間不足、家事・育児負担の集中、家族との時間の欠如など、複数の役割を同時に担うことによる調整困難があり、【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】があった。ワーク・ライフ・バランスがとれないことは、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立の葛藤となっていた（No.1, 2, 3, 4, 6, 8, 9,

12, 14, 20, 21）。

Soomi et al. (2017) の調査では、対象となった看護職の42%が「仕事思考型」であり、仕事に費やす時間が相対的に長く、子どもと過ごす時間が短い特徴があり、仕事および育児の両方において「時間が不足している」と感じていた。働く母親にとって仕事時間は「義務的で柔軟性が低い」ものである一方、子どもとの時間は「調整が可能な柔軟なもの」と考えられているため、仕事の要求が高まると、義務的で削れない仕事時間を守るため、「子どもと過ごす時間」を削ることで状況を調整しようとしていた。この「仕事の都合で本来大切にしたい育児時間が浸食される」という構造が、物理的な時間不足だけでなく、「育児に十分な時間を割けていない」という心理的な充足感を著しく低下させ、「やりたいのに、仕事のせいでできない」という状態が、強い仕事から家庭への葛藤を生み出す要因となっていた（No.15）。仕事から家庭への葛藤が高い母親では、家庭生活に割ける時間が少なくなり、育児時間の不足感につながるということが報告されている。また、仕事と家庭の両立における葛藤が、育児時間に影響を及ぼすことが示されていた（No.7, 15）。

Ha (2016) は、子育てをどのように捉えているか主観的価値観を分析し、3つのタイプが抽出され、子育ては大変な仕事と捉える、子育てと仕事が対立

するという捉え方は両立困難や離職リスクに最も関係していた (No. 16)。古金ら (2013) は、仕事による家庭での時間不足が葛藤を高めると報告し、常に時間に追われ仕事に費やした疲労が心身共に蓄積していることを示唆していた (No. 17)。

②母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感

【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】について述べている文献は、8編 (No. 5, 7, 9, 11, 12, 17, 20, 21) であった。子育て世代にある看護職は、子どもに対して、子どもと十分に関われないことへの申し訳なさや育児に十分な時間を割けないことによる罪悪感を抱えていた (No. 5, 7, 11, 20, 21)。子どもと離れ、子どもを保育園に預け働くことが母子共につらいという気持ちを抱いていた。また、毎日大きくなる子どもの成長をずっとそばでみることが出来なくなることや、子どもが起きている時間の大部分を保育園に預けていることに抵抗やストレスを感じ、仕事に身をおくことへの葛藤を抱えていた。さらに、夜勤により子どもの様子が把握できないことやさみしい思いをさせてしまっているという子どもへの罪悪感や、自分が働くことで、愛情不足になるのではないかと悩み、親としての不安を感じ、自分の仕事のために子どもが犠牲になっていないか、自分が仕事をすることで家族に迷惑をかけているのではないかという思いを持っていた (No. 5, 11, 12)。

下岡ら (2006) は、調査対象のほとんどの母親は自分の仕事に誇りを持っていると同時にほとんどの母親が離職を考えたことがあると報告していた。母親が子どものことを考え離職を思う反面、子どもは母親に対して看護師を続けていてほしいと思っていることを報告していた (No. 20)。

③理想自己と現実自己との不一致

【理想自己と現実自己との不一致】について述べている文献は、3編 (No. 4, 7, 17) であった。子育て世代にある看護職は、任せられた仕事に十分に対応しきれないことへのジレンマがあり、看護職として求められる専門性や責任に対して、自己が思い描く看護職としての役割を十分に対応できていないと感じていた (No. 4, 17)。また、子育てを優先する必要性や母親としての役割を果たしたいという思いと、看護職としての責務の間で板挟みとなり、家庭と仕事を両立したいが現実には十分に両立できていないという思いがあった (No. 7, 17)。自分が思い描く理想の看護職と現実の自分や、自分が思い描く理想の母親と現実の自分との間に矛盾を感じ、葛藤

があった。

2) 葛藤を生じさせる構造的要因

葛藤を生じさせる構造的要因には、【職場・社会的制度における両立支援の課題】があった。【職場・社会的制度における両立支援の課題】について述べている文献は、11編 (No. 1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 18, 19) であった。子育て世代にある看護職は、委員会や研修などの業務量の多さと求められる役割に対して見合わない給料の低さを感じ、求められる役割を遂行することへの困難や葛藤を抱えていた。また、柔軟な勤務体制への制度的支援の欠如を報告しているもの (No. 2, 3, 7, 8, 9, 11, 13, 18, 19) が多く、職場の人員不足や時短制度、夜勤免除などの制度が職場内に存在していても取得することが困難であると感じ、希望する働き方の調整ができないことは、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立の葛藤となっていた。また、保育園に入園できないことやファミリーサポート、学童保育などの利用のしにくさなど地域、社会資源の活用の不十分さも報告されていた (No. 1, 10, 11)。

看護職という職業の特徴から、業務を時間内に終わらせることは難しく、職場内での労働負荷の軽減に対する配慮の無さが報告されている (No. 8, 9, 13)。また、職場の同僚からの理解不足や、残業が断りにくい職場風土や、自分が時短勤務制度を取得すること、残業を断ることで同僚にかける負担を考え、葛藤することも報告されている (No. 11, 13, 18, 19)。また、仕事と子育てに配慮のない上司の考え方や対応、ならびにそのような上司の存在は、仕事と育児の両立を困難にする要因として示され (No. 10, 19)、子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立の葛藤と関連していた。

3) 葛藤によって生じる心理的影響

葛藤によって生じる心理的影響には、【両立葛藤の心理的影響】があった。【両立葛藤の心理的影響】について述べている文献は、6編 (No. 2, 3, 4, 7, 8, 15) であった。子育て世代にある看護職は、自身の休息やケアを後回しにすることが多く (No. 2, 7)、年齢や体力の低下から疲労を感じることで仕事へのモチベーションの低下につながり、看護師として日常的な業務である医師とのコミュニケーションや連携、患者への日々の対応という日常的な業務でさえも、職場での看護師が不足する中では心理的負担と

なっていた (No. 2, 3, 7, 8, 15)。若杉ら (2024) は、育児休業取得後の中堅前期保健師は、任せられた仕事一つ一つに向き合い、どの能力が不足しているのかを自覚し、学びたい気持ちや意欲はあるが、仕事に費やす時間の制約もあり、任せられた仕事に十分対応しきれずジレンマを抱えながら仕事に向かっている状況を明らかにしていた (No. 4)。

V. 考察

1. 子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する研究の動向

本研究の分析対象とした 22 編の文献では、研究対象者は全て女性であった。看護職における育児と仕事の両立に関する研究は、女性看護職を中心にされていることが明らかとなり、男性看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤の実態について十分に検討されていない可能性がある。また、対象となった看護職の勤務先は病院に限らず、助産師や行政機関に勤務する保健師を対象とした研究も含まれていた。さらに、看護師を母親にもつ子供を対象とした文献もみられ、育児と仕事の両立に関する課題が、病院勤務の看護師のみならず、看護職全体に共通する課題であることが示唆された。

さらに、発行年次は過去 5 年以内の文献が半数以上を占めている一方、2000 年代からの文献もあり、継続的に研究が行われていたことが明らかとなった。近年の文献が多い背景として、働き方改革 (厚生労働省, 2019) や女性活躍推進など (厚生労働省, 2015) の社会的動向により、子育て世代にある女性のワーク・ライフ・バランスが重要な政策課題として着目されてきたことが影響していると考えられる。また、看護師の人員不足や離職率の高さ (公益社団法人日本看護協会, 2025) が問題視される中で、子育て世代の看護職のキャリア継続支援が課題となり、両立に関する研究の重要性が高まった可能性も示唆された。

2. 子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤の構造

子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤は、仕事・家事・育児といった役割間の葛藤を中核としており、その背景には職場環境や社会制度に起因する構造的要因が存在していた。さらに、これらの葛藤は心理的負担として表出しており、3 つの側面は相互に関連していることが示唆された。

すなわち、構造的要因が役割間葛藤を生じさせ、その葛藤が心理的影響へとつながるとともに、心理的負担の増大が役割遂行の困難さを高め、結果として葛藤を強化するという循環的な関係性が認められた。

1) 相反する役割・価値の板挟みとしての葛藤

子育て世代にある看護職が抱える葛藤は、仕事・家事・育児という複数の役割を同時に担うことによって生じる相反する役割・価値の板挟みとして特徴づけられた。抽出された【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】、【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】、【理想自己と現実自己との不一致】の 3 つのカテゴリから子育て世代にある看護職は、複数の役割を担い、それぞれの役割間での調整を必要とし、その過程でいくつもの葛藤を抱えていた。

【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】では、仕事・家事・育児の両立の困難を強く感じ、日常的に仕事と家庭生活のバランスの難しさを実感し、悪戦苦闘していた。長時間勤務やシフト勤務による時間不足、家事・育児の負担の集中、家族との時間の欠如など、ワーク・ライフ・バランスを十分にとることができていない状況が示された。ワーク・ライフ・バランスについては、2007 年に仕事と生活の調和 (ワーク・ライフ・バランス) 憲章 (厚生労働省, 2007)、及び、仕事と生活の調和推進のための行動指針が策定されている (内閣府男女共同参画局, 2010) が、依然として、子育て世代にある看護職は、仕事・家事・育児のバランスを保ちながら就労することに葛藤を抱え、困難な状況に置かれていた。Soomi et al. (2017) が示すように、仕事に多くの時間を費やす「仕事思考型」の看護職は、仕事と育児の双方で時間的余裕のなさを認識し、葛藤に直面した際には、子どもと過ごす時間を削ることで調整しようとする傾向がみられた。これは、個人の努力で調整しようとする結果、子どもと過ごす時間の減少や、家事・育児に十分に時間を割けなくなることで、母親としての役割を十分に果たせないという罪悪感の増大など、家庭生活の維持に支障が生じやすい状況にあると考えられた。しかし、子どもと過ごす時間を多くは割けない中でも、子どもと向き合い、笑顔で話をする、子どもの話を聞く、一緒に遊ぶなど、限られた育児の時間の中で子どもと関わる際の質を高めることで、母親としての役割を十分に果たせていないという葛藤は軽減するのではないかと考えられた。

【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】では、子育て世代にある看護職は、母親としての役割を遂行できないことへの葛藤を抱え、子どもへの罪悪感を抱えていることが示された。子どもと十分に関われないことへの申し訳なさや、育児に十分な時間を割けないことによる罪悪感が多く報告されていた。これは、「良い母親であるべき」という母性規範を母親自身が内面化していることが影響していると考えられる。夜勤や不規則勤務により子どもの日常生活や体調変化を把握しにくい状況は、母親としての役割を十分に果たせていないという思いを強め、仕事を続けることが子どもを犠牲にすることに繋がるのではないかという不安を生じさせていた。専門職としての責任を果たし、母親としての役割を遂行したいという思いと、十分に母親としての役割を遂行できていないことへの葛藤と罪悪感を母親が持っていた。その一方で、子どもは母親に看護師を続けてほしいと願っているという報告は、母親自身の母親役割を遂行できていないことへの葛藤と罪悪感という母親自身の認識と子ども・家族の認識との間には相違が存在する可能性が示唆された。

【理想自己と現実自己との不一致】では、看護職としての理想像と現実の自分、母親としての理想像と現実の自分の間に生じるギャップが葛藤を生じさせていた。看護職は専門職として高い責任感と倫理観を求められるため、「理想の看護師像」を意識しやすく、母親としても「子どもに十分関わるべき」という価値観を抱きやすいと考えられる。両者がともに「ケアを提供する役割」であることから、どちらの役割においても「失敗してはならない」「十分に果たすべき」という価値観が強く働き、両立が困難な状況では葛藤が大きくなることが推測された。また、子育て世代にある看護職は、夜勤制限や時短勤務などにより仕事に費やせる時間が制限され、研修参加やスキル向上の機会が減少しやすい。若杉ら(2024)が示すように、子育て世代にある看護職が、任せられた仕事一つ一つに向き合い、自身に不足している能力を自覚し、学びたいという意欲を有している一方で、時間的制約から、任された業務に十分対応できないことによるジレンマを抱えやすい。この状況は、理想自己と現実自己の不一致をさらに強め、葛藤を増大させる要因となる。

以上より、子育て世代にある看護職が抱える葛藤は、複数の役割間における価値の衝突と調整の困難さに起因し、長時間勤務や不規則な勤務携帯による

時間的制約、母親役割に伴う罪悪感、および理想自己と現実自己の不一致が相互に関連して生じる複雑な構造であると考えられた。

2) 葛藤を生じさせる構造的要因

子育て世代にある看護職が抱える葛藤には、個人の努力や価値観だけでは解決できない、職場や社会制度に起因する構造的要因が大きく影響していた。【職場・社会的制度における両立支援の課題】は、制度の不十分さだけでなく、制度が存在していても利用しにくいという制度運用上の問題や職場文化の問題が複合的に存在していた。看護職は委員会活動や研修などの業務量の多さに加え、求められる役割に対して給与が見合わないと感じるなど、業務負担と待遇の不均衡を抱えていた。また、短時間勤務制度や夜勤免除などの制度が整備されていても、人員不足や職場の多忙さから制度を利用しにくい状況が多く報告されていた。さらに、西村ら(2014)や梶ら(2019)は、制度が整備されていても周囲への配慮から制度を十分に活用できない状況を指摘しており、看護職がチームで業務を遂行する特性上、同僚への負担を懸念して、制度利用に心理的葛藤を抱えやすいことが示されている。

さらに、保育園の入園困難やファミリーサポート・学童保育の利用しにくさなど、地域の社会資源の不足も両立困難を助長していた。不規則勤務に対応できる保育サービスが限られていることは、家庭内の負担を増大させる要因となっていた。また、職場文化や、理解のない上司の存在や管理職の理解不足も両立を困難にする要因として示されており、制度が形式的に存在するだけでは十分な支援とはならないことが明らかとなった。

3) 葛藤によって生じる心理的影響

子育て世代にある看護職が抱える葛藤は、身体的負担だけでなく、心理的側面にも深刻な影響を及ぼしていた。【両立葛藤の心理的影響】では、看護職が慢性的な心身の疲労、自己効力感の低下、仕事へのモチベーションの低下など、多様な心理的負担が示されていた。子育て世代にある看護職は、子どもの年齢に関わらず、仕事を行いながら家事や育児の中心的役割を担い、多重の役割を果たしていることが明らかとなった。これらの役割に伴う責任は非常に大きく、自身の休息やセルフケアを後回しにしやすい、睡眠不足や疲労の蓄積が生じやすい。疲労の

蓄積は、医師とのコミュニケーションや患者対応といった日常的な業務でさえ心理的負担として感じられるようになり、仕事への意欲低下につながっていた。

また、子育て世代にある看護職は、仕事に費やせる時間が制限されることで、専門職としての成長を実感しにくい状況に置かれていた。若杉ら (2024) の子育て世代にある看護職が、時間的制約から、任された業務に十分対応できないことによるジレンマを抱えていることを報告している。こうした状況は、前述した理想の専門職像と現実の自己像の不一致を拡大させ、自己効力感の低下や無力感を強める要因となる。さらに、家庭を犠牲にして仕事に取り組むことでストレスが増大し、仕事をする意義を見失う可能性があることを指摘している。

なお、子育て世代にある看護職が葛藤を抱えやすい要因として、子どもの年齢や家族内の支援状況、仕事に対する価値観などが影響すると考えられるものの、これらの詳細については十分に明らかにされていない。また、母親の罪悪感に対して子ども自身がどのように感じているのか、看護職が望む具体的な支援内容についても検討が不十分であった。これらの点は、文献検討を通して明らかとなった今後の研究課題であり、子育て世代にある看護職の両立支援について検討を深めていく必要がある。

VI. 結語

子育て世代にある看護職の育児と仕事の両立に関する葛藤は、【仕事・家事・育児の均衡を保つ難しさ】、【母親役割に伴う葛藤と子どもへの罪悪感】、【理想自己と現実自己との不一致】、【職場・社会的制度における両立支援の課題】、【両立葛藤の心理的影響】の5カテゴリから構成された。これらの結果から、看護職の両立葛藤は、役割間の価値の衝突に加え、葛藤を生じさせる要因と葛藤によって生じる心理的影響が相互に関連する構造を有していることが明らかとなった。

VI. 本研究の限界と今後の課題

本研究は文献検討であり、対象文献数が限られていること、また研究対象が女性看護職に偏っていることから、結果の一般化には限界がある。さらに、本研究では既存文献に基づく整理を行ったため、個々の看護職の経験や文脈に基づく葛藤の具体的プロセスやその個別性については十分に明らかにでき

ていない。

また、葛藤の形成に関連する要因として、子どもの年齢や家族からの支援状況、個人の価値観の影響、さらに母親の罪悪感に対する家族の認識や、看護職自身が求める支援内容についても十分に検討できていない。これらについては今後の課題である。

利益相反：本研究に関連して開示すべき利益相反はありません。

【文献】

- 福田素生 (2021)：系統看護学講座 専門基礎分野 社会保障・社会福祉 健康支援と社会保障制度③ (第22版), 37-39, 医学書院
- 藤本哲史, 小谷幸, 鈴木理恵 (2008)：日本の看護需給と働き甲斐 現状と課題の社会経済分析 看護職のワーク・ファミリー・コンフリクト 勤務体制と子育て支援が仕事と子育ての両立に与える影響, 社会保険旬報, 2346, 26-34
- 古金祥子, 蓬沢久子, 戸田生子 (2013)：中期キャリア看護師の仕事家庭間役割葛藤と看護への思い, 日本看護学会論文集 看護管理, 43, 411-414
- Ha, E.-H. (2016)：Attitudes toward child rearing in female clinical nurses working in three shifts. *Nursing & Health Sciences*, 18 (4), 416-424. doi: 10.1111/nhs.12284
- 本間千代子, 中川禮子 (2002)：看護職における家庭と仕事の両立葛藤 看護職と働く一般女性の比較, 日本赤十字武蔵野短期大学紀要, 15, 31-37
- 星野藍子, 鈴木國文, 諏訪真美 (2013)：就労女性における家事労働上のストレス要因特徴 家事労働版 NIOSH ストレス調査票の作成とそれを用いた調査, 作業療法, 32 (4), 335-344
- 広橋紀子, 永渕美樹, 内田順子 (2018)：育児休業後に復職した看護師のワーク・ファミリー・コンフリクト (WFC) の特徴と経時的変化, 日本看護学会論文集 看護管理, 48, 241-244
- 石井美里, 荒木田美香子 (2020)：小学1・2年生の子どもをもつ就労女性の子どもの気持ちと生活状況, 母性衛生, 61 (2), 280-288
- 石川優子, 二村良子, 大平肇子 (2023)：育児休業中の体験が復職後の助産師のキャリアに与える意義, 母性衛生, 63 (4), 718-727
- Jung, Y.-E., & Sung, M.-H. (2022)：Do parenting stress, work-family conflict and resilience affect

- retention intention in Korean nurses returning to work after parental leave? : A cross-sectional study, Korean Journal of Women Health Nursing, 28 (1), 18-26, doi : 10.4069/kjwhn.2022.01.07
- 公益社団法人日本看護協会 (2025) : 2024 年病院看護実態調査 https://www.nurse.or.jp/home/assets/20250331_nll.pdf, (検索日 : 2026 年 2 月 24 日)
- 梶麻衣子, 高橋智恵子, 木村好枝 (2019) : A 病院における短時間勤務制度利用に関する女性看護師の葛藤の現状, 日本看護学会論文集 看護管理, 49, 179-182
- 梶谷麻由子 (2021) : 子育てしながらキャリア継続している看護職の困難を支えた体験, 日本医学看護学教育学会誌, 30 (2), 18-28
- 近藤恵子, 野本ひさ (2011) : 仕事と家庭を両立させる看護師の仕事家庭間役割葛藤と職務意識及び離職意識に関する研究, 日本看護学会論文集 看護管理, 41, 99-102
- 厚生労働省 (2007) : ワーク・ライフ・バランス憲章 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/sigoto-seikatu/pdf/chapter.pdf>, (検索日 : 2026 年 2 月 26 日)
- 厚生労働省 (2011) : 看護職員就業状況等実態調査結果 <https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000017cjh-att/2r98520000017cnt.pdf>, (検索日 : 2026 年 2 月 24 日)
- 厚生労働省 (2015) : 女性の職業生活における活躍の推進に関する法律, <https://laws.e-gov.go.jp/law/427AC0000000064>, (検索日 : 2025 年 12 月 26 日)
- 厚生労働省 (2019) : 働き方改革 <https://www.mhlw.go.jp/content/000474499.pdf>, (検索日 : 2026 年 2 月 26 日)
- 厚生労働省 (2021) : 図表 1-1-3 共働き等世帯数の年次推移, <https://www.mhlw.go.jp/stf/wp/hakusyo/kousei/20/backdata/1-1-3.html>, (検索日 : 2025 年 12 月 25 日)
- 厚生労働省 (2023-a) : 女性の職業生活における活躍状況等に関する資料 (令和 5 年度版) <https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/josei-jitsujo/dl/23-01.pdf>, (検索日 : 2025 年 12 月 25 日)
- 厚生労働省 (2023-b) : 看護師等 (看護職員) の確保を巡る状況, <https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/001118192.pdf>, (検索日 : 2025 年 12 月 25 日)
- 厚生労働省 (2024-a) : 雇用における男女の均等な機会と待遇の確保のために, https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/danjokintou/index.html, (検索日 : 2025 年 12 月 25 日)
- 厚生労働省 (2024-b) : 育児・介護休業法について, <https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html>, (検索日 : 2025 年 12 月 26 日)
- 厚生労働省 (2025) : 育児・介護休業法 育児・介護休業等に関する規則の規定例, <https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/000685056.pdf>, (検索日 : 2025 年 12 月 26 日)
- Matsuo, M., Takayama, Y., & Kinouchi, C. (2023) : The mediating role of sense of coherence and striving for work-life balance on intention to leave from nurses' burnout, Inquiry Vol. 60, pp. 469580221146839, doi:10.1177/00469580221146839
- 南里美貴, 中野理佳 (2025) : 保育園幼稚園生を育てる大学病院の女性看護職におけるワークファミリーコンフリクト, 佐賀母性衛生学会雑誌, 26 (1), 4-7
- 水町育代, 井出百合子, 遠藤みゆき (2008) : 未就学児を持つ看護師の仕事と家庭の両立葛藤 ワーク・ファミリー・コンフリクト尺度を用いた実態調査, 長崎県看護学会誌, 5 (1), 65-67
- 内閣府男女共同参画局 (2010) : 仕事と生活の調和推進のための行動指針 https://www.cao.go.jp/wlb/government/20barrier_html/20html/indicator.html, (検索日 : 2026 年 2 月 26 日)
- 中田久美恵, 富田幸江 (2020) : 中学生の子どもを持つ女性看護師の仕事と家庭の葛藤 (Work-family Conflict) とその関連要因, 看護教育研究学会誌, 12 (2), 25-36
- 西村淳子, 太田正勝 (2014) : 子どもを養育している看護師の育児支援制度と施設整備に対する認識と利用状況 A 県における調査, 日本看護研究学会雑誌, 37 (5), 73-82
- 西村淳子, 野原一徳 (2020) : 学童児を育てる母親看護師が仕事と両立する際に感じた困難と支援, 日本ヒューマンヘルスケア学会誌, 5 (2), 109-118
- 野村幸子, 脇田満里子, 妹尾美紀 (2003) : 看護職

- として働く母親の育児における困難と対処, 人間と科学 広島県立保健福祉大学誌, 3 (1), 71-82
- Ong, P., Cong, X., & Yeo, Y. (2024). : Experiences of nurses managing parenthood and career : A systematic review and meta-synthesis, *International Nursing Review*, 71 (3), 610-625, doi : 10.1111/inr.12885
- 佐々木那津 (2023) : 【働く女性の悩みとメンタルヘルス】子育てをしながら働く女性のストレスとメンタルヘルス, 産業精神保健 31 (1), 21-24, doi : 10.57339/jjomh.31.1_21
- 下岡あずさ, 木下学美, 野村知枝 (2006) : 看護師として働く母親と看護師を母親に持つ子どもの意識調査, 香川労災病院雑誌, 12, 47-50
- Soomi, L., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2017) : Finding time over time : Longitudinal links between employed mothers' work-family conflict and time profiles., *Journal of Family Psychology*, 31 (5), 604-615.
- 鈴木康宏 (2024) : 病院で働く看護師のワーク・ファミリー・コンフリクトと自由記述内容のテキストマイニングを用いた分析 仕事を続ける妨げとなるもの／支えとなるもの, 看護師を続けている理由, 日本健康医学会雑誌, 33 (2), 248-256, doi : 10.20685/kenkouigaku.33.2_248
- 宇井秋子 (2021) : 未就学児育児中の看護師の「仕事と家庭の両立」に関する研究, 医療の広場, 61 (3), 16-21
- 若杉里実, 大島亜友美 (2024) : 育児休業取得後の中堅前期保健師の仕事と家庭生活の両立への思い 市町村保健師に焦点をあてて, 日本公衆衛生看護学会誌, 13 (1), 31-38, doi : 10.15078/jjphn.13.1_31
- Yoo, H. J., & Shim, J. (2022) : Child-rearing experiences of female nurses working three shifts in South Korea : A qualitative study, *International Nursing Review*, 69 (3), 318-329, doi : 10.1111/inr.12757

A Literature Review on Conflicts of Nursing Professionals to Balance Child Rearing and Work

Emi NAKAZAWA, Yusuke TAKEI

key words: child rearing, conflict, nursing staff, literature review