

子どもができると母親は長生きを意識する

「長生きする」ってどういうこと？

を考えるひとつのヒントが、**子どものいるお母さんの考え方**。

実は、「若い子どもがいるお母さん」は長生きの意識が高くなっています。

子どもが大きくなると、やや意識が低くなっていく様子が見られます。小さな子どもを育てているお母さんにとっては、子どもと長く一緒にいたいという気持ちが高まるのかもしれない。

子どもに関わらず、「長生きしたい」という気持ちの原動力には、**周囲の人が自分を必要としてくれていると感じられること**があるのではと思えてきます。

データの詳細はP.17を参照ください。

子どもができると母親は長生きを意識する

20代、30代女性では、6歳までの子どもがいる人が最も「長生き」の意識が高い。

健康行動が比較的少ない若い世代の女性でも、小さな子どもがいる人は、いない人に比べて長生きを意識している人が多くなっています。しかし、子どもが大きくなって小学生以上になると、長生きを意識する割合は子どもがいない女性とあまり変わらなくなります。子育てへの意識と責任感が、自分の健康と長生きへの考え方を考えるのかもしれない。

