

## ふたりで子育て、みんなで子育て（妊娠・出産・育児に関する情報）

赤ちゃんが順調に育つためにはお母さんである女性が心身ともに健康であることが大切です。また、特に気がかりがなくても、妊娠中の女性の体にはいろいろな変化が起きているので、周囲の理解と協力が不可欠です。特に「夫・パートナー」は、妻を励ましたり、家事を積極的に行ったり、健診や両親学級にも一緒に参加してみましょう。

また、育児の経験があってもなくても戸惑うことが多いものです。困ったことは、遠慮なく周りの人や地域の医療機関、保健所・市町村保健センターなどにも気軽に相談してみましょう。



参考文献：母子健康手帳 副読本 公益財団法人 母子衛生研究会

### ○不安なときは相談しましょう

#### 福島県内の相談窓口

ふくしまの赤ちゃん電話健康相談（無料）  
0120-80-2051 平日9時30分～16時30分  
（一般社団法人福島県助産師会）

福島県こども救急電話相談  
局番なしの #8000  
毎日午後7時～翌朝8時まで

女性の心身の健康に関する相談  
（女性のミカタ健康サポートコール）



子育て世代包括支援センター  
福島県ホームページ（各市町村の一覧）



### ○産婦人科のお医者さんたちが作った本

女性だけでなく男性にも知ってほしいことがあります。妊娠・出産に関すること以外にも、自分自身を大切に作るヒントが載っています。



日本産婦人科学会 ホームページ



### ○お父さんの育児休業が取得しやすくなりました

育児休業は、出産から原則1歳（保育所に入所できないなどの場合は最長2歳）まで取得できる休業です。会社に制度がなくても、法律で定められた制度のため、要件を満たした場合は育児休業を取得できます。

男性の育児休業取得促進について 令和4年10月1日施行

- 夫婦で取得すると、1歳2か月まで休業できます。
- 夫は妻の産後休業中に産後パパ育休も取得できます。
- 配偶者が専業主婦(夫)でも休業できます。

厚生労働省 ホームページ



## 放射線等に関する情報

### ○教えて！放射線と健康のこと

放射線と健康に関する心配や疑問に分かりやすくお答えするために、福島県医師会と協力して作成したチラシです。



公立大学法人 福島県立医科大学  
放射線医学県民健康管理センター  
ホームページ



### ○暮らしの手引き・暮らしの手引き+(プラス)

生活関連の放射線に関する疑問などを分かりやすくまとめた手引きです。



環境省 ホームページ



### ○放射線による健康影響に関するポータルサイト

放射線による健康影響に関する情報を一元に整理したポータルサイトです。



環境省 ホームページ



### ○みんなで知ろう。考えよう。ALPS処理水のこと

経済産業省が科学的根拠に基づいたALPS処理水の情報をわかりやすくまとめた特設サイトです。



経済産業省 ホームページ



## 福島県のお母さん、お父さんへ ～県民健康調査「妊産婦に関する調査」の結果について～ (平成23～令和3年度)

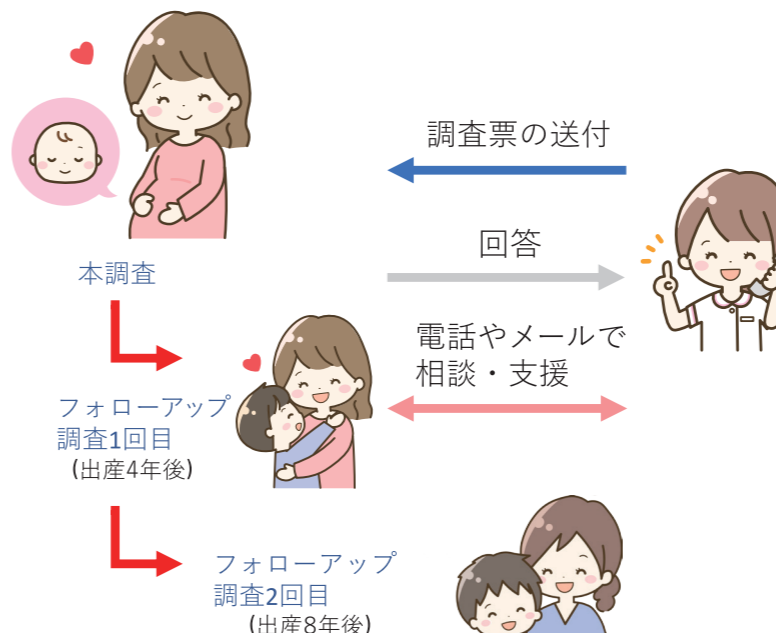
福島県と福島県立医科大学では、東日本大震災及び東京電力福島第一原子力発電所事故以降の福島県の妊産婦の皆さまのこころやからだの健康状態を把握し、不安の軽減や必要なケアを提供することを目的に、県民健康調査「妊産婦に関する調査」を平成23年度より実施してきました。調査開始から12年間で、延べ9万人のお母さんから回答をいただき、1万2千人を超える方々をサポートしました。

今回これまでの調査結果から分かったことをリーフレットにまとめました。福島県内のお母さん、お父さんたちが安心して出産・子育てができるように、このリーフレットが少しでもお役に立てることを願っています。



### 調査の概要

調査は、妊娠届け出の約1年後に実施する「本調査」と、出産4年後と8年後に実施する「フォローアップ調査」から構成されています。



**本調査**  
平成23～令和2年度に福島県で妊娠・出産をした方に実施  
**フォローアップ調査**  
平成23～26年度の本調査に回答いただいた方に平成27～令和4年度まで実施

ご回答いただいた内容から、支援が必要と思われる方には、専任のスタッフからご連絡し、相談・支援を行いました。また専用ダイヤルやメールによる相談も受け付けました。

### 妊娠・出産・育児に関する相談や調査のお問い合わせ

電話やメールを通して不安や悩みに関するご相談を受け付けています。専任の助産師・保健師・看護師・公認心理師などが対応します。また、調査に関する問い合わせも受け付けています。以下の問い合わせ先までご連絡ください。



公立大学法人 福島県立医科大学  
放射線医学県民健康管理センター



妊産婦調査専用ダイヤル  
024-549-5180  
受付時間:9:00～17:00（土日・祝日を除く）



妊産婦調査専用メール  
nimpu@fmu.ac.jp

妊産婦に関する調査について、詳しくはホームページをご覧ください。  
<https://fukushima-mimamori.jp/pregnant-survey/>

福島 妊産婦調査

検索



当センターのX(旧Twitter)アカウント (@FMU\_FHMS) を開設しました。県民健康調査から得られた知見や健康増進につながる情報等を発信してまいります。

[https://twitter.com/FMU\\_FHMS](https://twitter.com/FMU_FHMS)

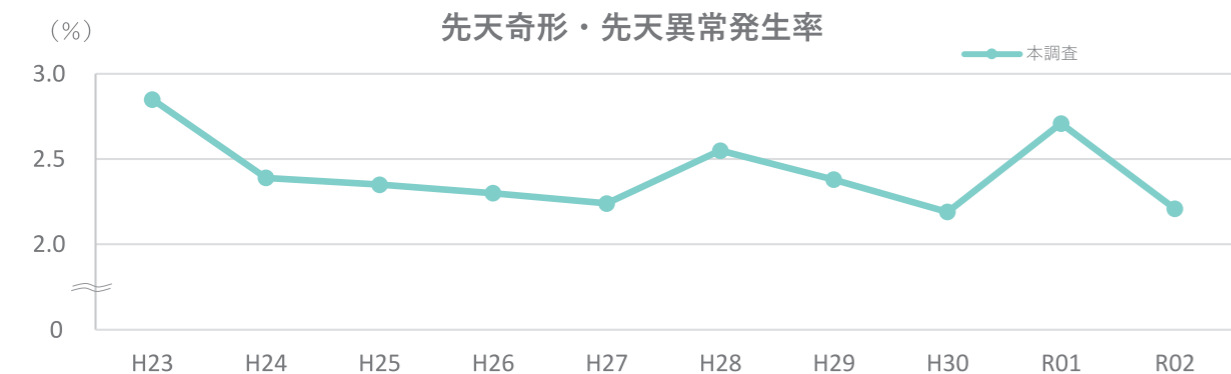
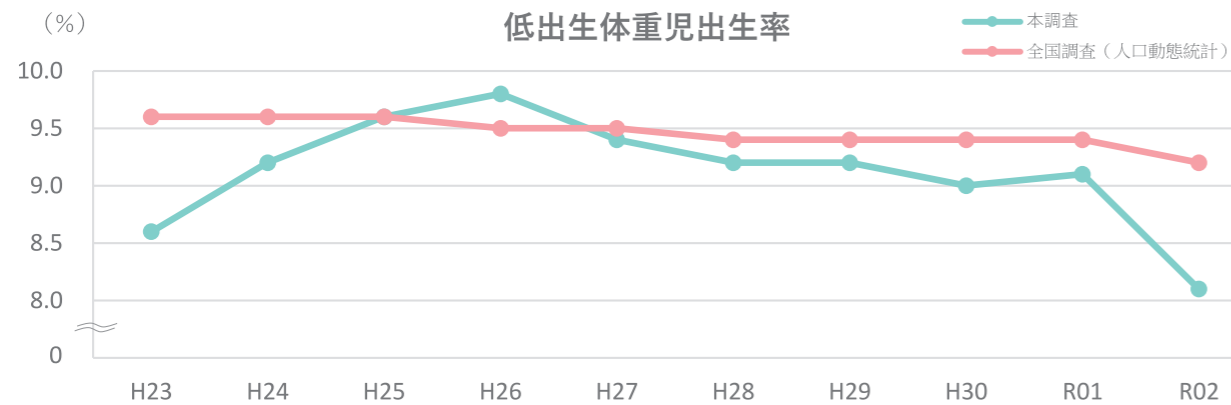
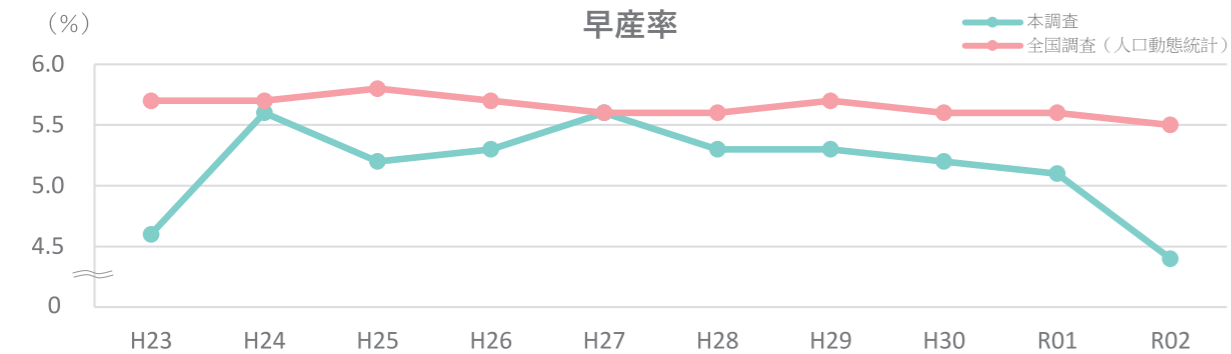


公立大学法人 福島県立医科大学  
放射線医学県民健康管理センター

## これまでの「妊産婦に関する調査」からわかったことをお伝えします

### 妊娠結果について（本調査）

平成23～令和2年度の早産率、低出生体重児出生率、先天奇形・先天異常発生率は、調査方法が異なり単純な比較はできませんが、全国調査や一般的に報告されているデータと変わりありませんでした。令和2年度調査の値は、早産率4.4%、低出生体重児出生率8.1%、先天奇形・先天異常発生率2.21%でした。



※一般的な発生率 3～5%（産婦人科診療ガイドライン産科編2020）

**Search** 原子放射線の影響に関する国連科学委員会（UNSCEAR）による2020年報告書について

福島県原発事故について、国際的な評価として国連の委員会であるUNSCEAR（アンスケア）から、2021年3月に2020年報告書が公表されました。

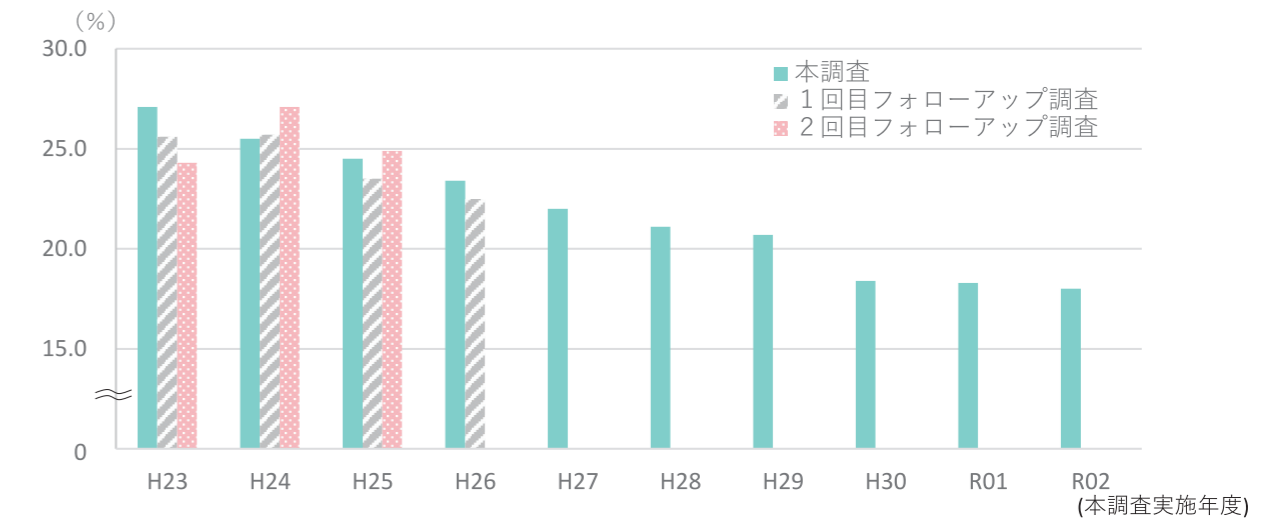
今回の報告書では、福島原発事故による放射線被ばくによる健康影響について、将来的な健康影響や妊婦・胎児への健康影響は見られそうにないとの発表がありました。

報告書の内容をわかりやすく説明した動画もありますので、以下のリンクよりご覧ください。

復興庁 放射線の健康影響に関する情報アップデート  
<https://www.fukko-pr.reconstruction.go.jp/2018/fukushimanoima/health-effects/>

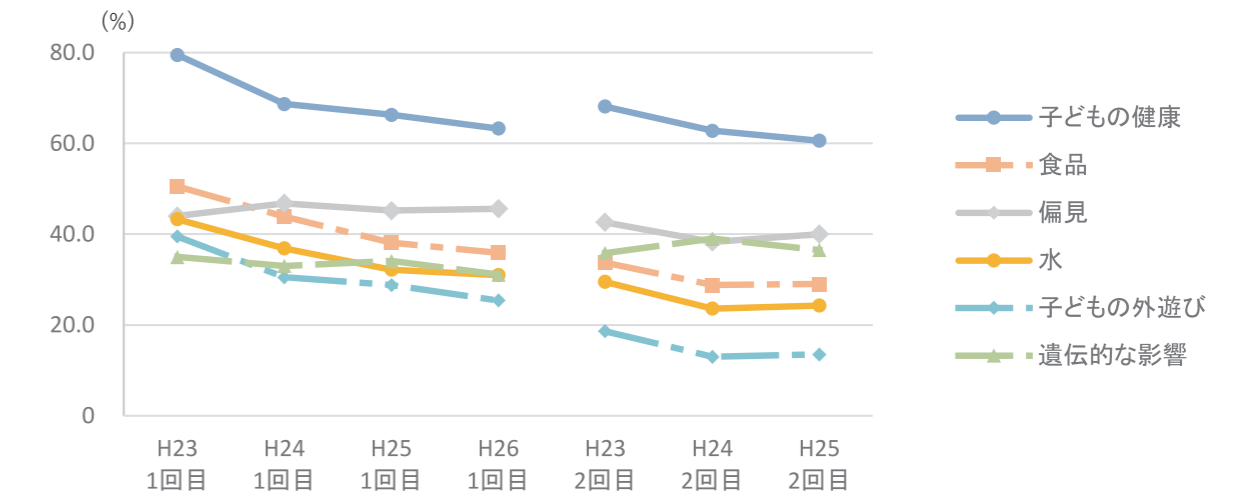
### 母親のメンタルヘルスについて（本調査及びフォローアップ調査）

本調査の結果、うつ傾向ありと判定された母親の割合は年々改善しています。令和2年度本調査の割合（18.0%）をエンジンバラ産後うつ病評価票による評価に換算した割合は10.0%であり、全国の産後うつ病疑いの割合は9.8%（平成29年度）であることから、同程度となっています。



### 放射線の影響について不安なこと（フォローアップ調査）

「偏見」「遺伝的な影響」は横ばい傾向ですが、「子どもの健康」「食品」「水」「子どもの外遊び」に不安を感じる母親は少なくなっています。



### 電話相談の内容について（本調査及びフォローアップ調査）

最近「放射線の影響や心配」に関する相談が少なくなり、「母親の心身の状態」や「子育て関連」に関する相談が多くなっています。

	本調査			フォローアップ調査 (1回目)			フォローアップ調査 (2回目)		
	H23	H24	H25	H23	H24	H25	H23	H24	H25
第1位	放射線の影響や心配	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態	母親の心身の状態
第2位	母親の心身の状態	子育て関連	子育て関連	放射線の影響や心配	子育て関連	子育て関連	子育て関連	子育て関連	子育て関連
第3位	子育て関連	放射線の影響や心配	子どもの心身の健康	子育て関連	子どもの心身の健康	家庭生活	子どもの心身の健康	子どもの心身の健康	子どもの心身の健康

「子育て関連」の具体的な内容は、離乳食、夜泣き、仕事と育児の両立、発達など（平成23・24・25年度調査の内容のみ掲載）