

子育て中のお母さんとそばにいる方へ

産後のお母さんのからだは、元の状態に戻るには1年ほどかかります。特に産後2か月間は、ホルモンが大きく変化し、赤ちゃんとの生活のペースがつかめずイライラしたり落ち込んだりします。お母さんの心が不安定な時期に、つい頑張りすぎて疲れをためてしまうこともあります。

産後のお母さんにとって、周りのサポートは大変心強いものです。言葉をかけたり、聞き役になり寄り添ったりすることも、お母さんの心を安定させることにつながります。

ご相談・支援について

調査の回答内容から、支援が必要と思われる方には専任の助産師・保健師等からご連絡いたします。また、電話やメールを通して不安や悩みに関するご相談も受け付けています。下記お問い合わせ先までご連絡ください。



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
(平日9:00~17:00)
妊産婦調査専用メール：nimpu@fmu.ac.jp



子育て等に関する福島のサービス（令和2年度）

ふくしまの赤ちゃん電話健康相談（一般社団法人福島助産師会）

福島県助産師会では、育児に関する無料相談や、母乳の放射性物質の検査、子育てサロン、家庭訪問、母乳育児支援（母乳トラブル等）、宿泊ケア・日帰りケアも行っています。ご利用ください

0120-80-2051（平日9:30~16:30）

福島県子ども救急電話相談（子どもの夜間の急な発熱など）

- ・短縮ダイヤル（固定電話プッシュ回線・携帯電話） #8000
- ・一般ダイヤル回線 024-521-3790

福島県内の屋内遊び場について（福島県 子ども・青少年政策課）

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21055a/okunai-ichiran.html>

県内子育て支援（ママカフェ）（ふくしま子ども支援センター）

<https://ccscd.beans-fukushima.or.jp/info-cat/pref-parent/>

おじいちゃん・おばあちゃんのための育児サポートガイド（いくつかの市町村で作成しています）
<例> 孫育て手帳（福島市）

<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/kodomokatei-boshi/kosodate/kosodate/shien/documents/magosodate.pdf>

女性のミカタ 健康サポートコール（福島県 子育て支援課）

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/uploaded/attachment/119556.pdf>

詳しくは医大のホームページへ



福島で妊娠・出産された方へ

～ 県民健康調査「妊産婦に関する調査」結果 ～

福島県と福島県立医科大学では「妊産婦に関する調査」を行っています。調査の概要やこれまでの調査結果から分かったことなどをご紹介します。いただいた回答は、福島県の子育てサービスの充実に役立てていきます。これまで、調査にご協力いただきました皆さまありがとうございます。

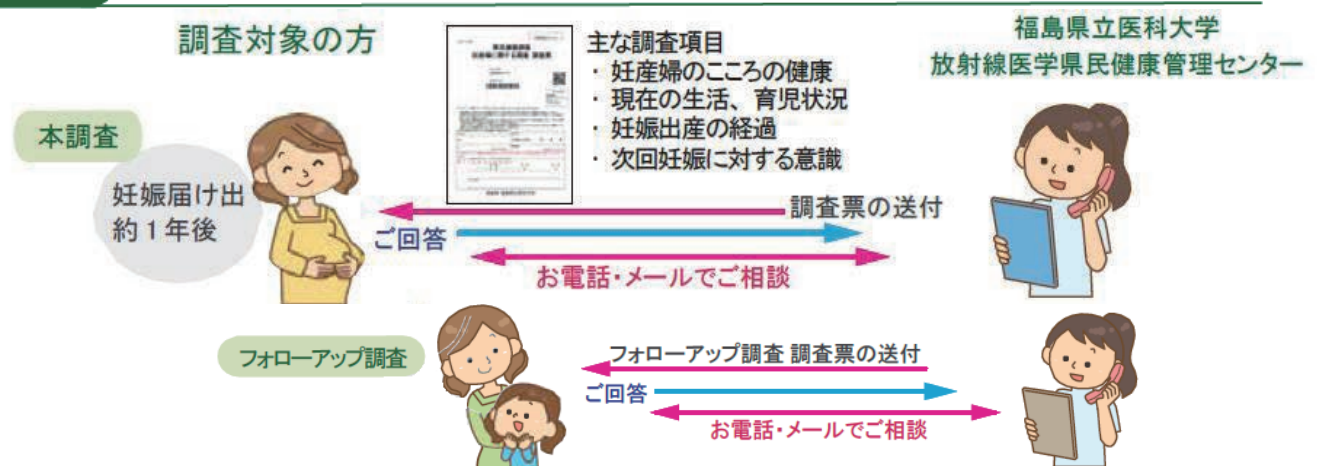
調査の目的

妊産婦の皆さまの
こころと身体の
健康状態を把握します

回答いただいた方
の中でケアが必要な方
をサポートします

今後の福島県内の
産科・周産期医療の
充実に活かします

調査の概要



令和2年度(2020年度)調査対象者

- 本調査
 - ① 令和元年8月1日から令和2年7月31日に福島県内の市町村から母子健康手帳を交付された方
 - ② 上記期間に福島県外で母子健康手帳を交付された方で、福島県内で里帰り出産された方
- フォローアップ調査（2回目）
平成24年度（2012年度）調査に回答いただいた方

調査対象者数と回答数

本調査	調査年度	対象者	回答数 (回答率)	
	2011年度	16,001人	9,316人 (58.2%)	
	2012年度	14,516人	7,181人 (49.5%)	
	2013年度	15,218人	7,260人 (47.7%)	
	2014年度	15,125人	7,132人 (47.2%)	
	2015年度	14,572人	7,031人 (48.3%)	フォローアップ調査(出産4年後) 対象者 回答数 (回答率)
	2016年度	14,154人	7,326人 (51.8%)	
	2017年度	13,552人	6,449人 (47.6%)	5,602人 2,021人 (36.1%)
	2018年度	12,838人	6,649人 (51.8%)	5,734人 2,706人 (47.2%)
	2019年度※	11,896人	5,614人 (47.2%)	5,856人 2,719人 (46.4%)
				フォローアップ調査(出産8年後)※ 対象者 回答数 (回答率)
				6,643人 2,346人 (35.3%)

※令和2年6月30日現在

震災時に妊娠・出産された方へ2回目のフォローアップ調査を実施

フォローアップ調査(出産8年後)※
対象者 回答数 (回答率)
6,643人 2,346人 (35.3%)



※令和2年6月30日現在のデータです。

回答して下さった方の半分以上が、これからも妊娠・出産を希望しています。

- 「次回の妊娠・出産をお考えですか？」に、「はい」と答えた方

全国調査		本調査							
2010年	2015年	2012年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度※
51.0%	50.0%	52.9%	52.8%	57.1%	53.3%	54.6%	52.4%	52.2%	51.5%

全国調査 2010年：「平成22年第14回出生動向基本調査」結婚10年未満で子どもを予定している割合（既に子どもがいる場合）
 全国調査 2015年：「平成27年第15回出生動向基本調査」結婚10年未満で子どもを予定している割合（既に子どもがいる場合）

「はい」の方で希望が多かったサービス

- 1位 保育の充実 (2019年度※)
- 2位 産休・育休等の充実
- 3位 育児、小児医療に関する情報やサービス

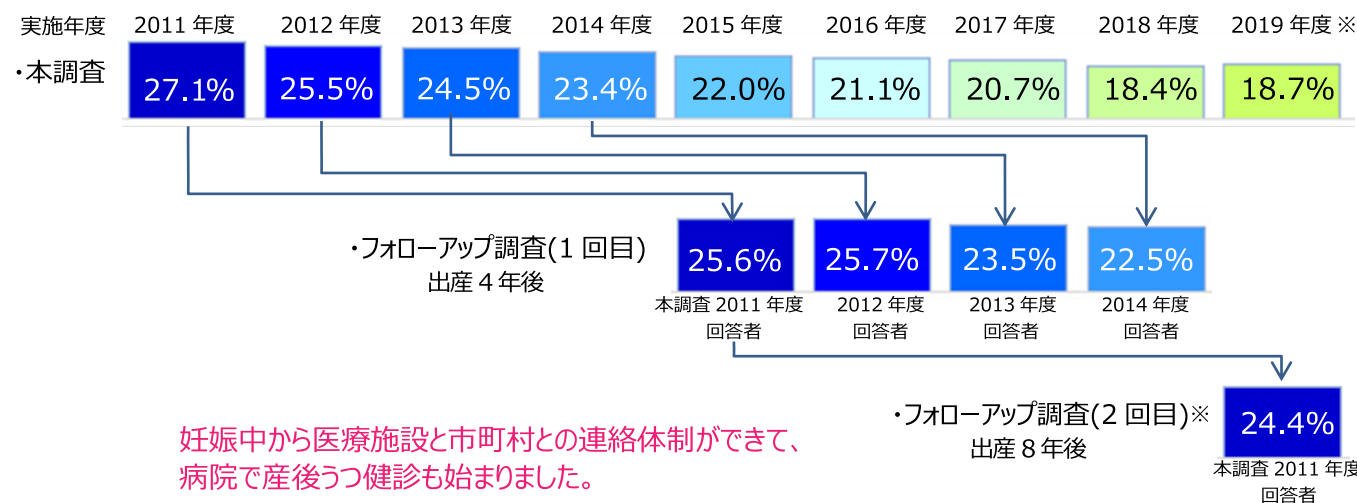


早産率、低出生体重児率、先天奇形率は、全国調査の値や一般的な水準と変わりませんでした。

	早産率 (%)※※		低出生体重児率 (%)※※		先天奇形・先天異常発生率 (%)	
	本調査	全国調査	本調査	全国調査	本調査	一般的な水準
2011年度	4.6	5.7	8.6	9.6	2.85	3~5 (2020産科診療ガイドラインより)
2012年度	5.6	5.7	9.2	9.6	2.39	
2013年度	5.2	5.8	9.6	9.6	2.35	
2014年度	5.3	5.7	9.8	9.5	2.30	
2015年度	5.6	5.6	9.4	9.5	2.24	
2016年度	5.3	5.6	9.2	9.4	2.55	
2017年度	5.3	5.7	9.2	9.4	2.38	
2018年度	5.2	5.6	9.0	9.4	2.19	
2019年度※	5.1	-	9.0	-	2.74	

※※死産であった方を除いて再集計したため、報告書の値と異なります。
 早産：妊娠22週から37週未満で生まれた赤ちゃん、低出生体重児：2500gよりも小さく生まれた赤ちゃん
 全国調査：人口動態統計における年単位の割合

うつ傾向は減ってきています。



妊娠中から医療施設と市町村との連絡体制ができて、病院で産後うつ健診も始まりました。

最近では、母親のこころや身体の健康に関する相談が多くなっています。

- 主な電話相談内容

	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)
	2011年度	2012年度	2013年度	2014~2017年度	2018~2019年度※	2015年度 (2011年度回答者)	2016年度 (2012年度回答者)	2017~2018年度 (2013~2014年度回答者)	2019年度※ (2011年度回答者)
1位	放射線の心配や影響	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康	母親のこころや身体の健康
2位	母親のこころや身体の健康	子育て関連	子育て関連	子育て関連	子育て関連	放射線の心配や影響	子育て関連	子育て関連	子育て関連
3位	子育て関連	放射線の心配や影響	子どものこころや身体の健康	家庭生活に関すること	子どものこころや身体の健康	子育て関連	子どものこころや身体の健康	家庭生活に関すること	子どものこころや身体の健康

「子育て関連」の具体的な内容は、離乳食、夜泣き、便秘、予防接種など

Q&A

Q 離乳食の進め方や注意点を教えてください。

A 離乳食は、5~6か月頃から始めて、1歳半頃までに赤ちゃんの消化吸収に合わせて、自分で食べる力を育てていきます。アレルギーの少ないおかゆ(米)から始めて、だんだん食品の種類を増やしていきましょう。新しい食品は一さじずつ与え、うんちの色やかたさ、発疹が出ないかなど様子を見ましょう。はちみつは乳児ボツリヌス症を予防するため、満1歳まで使いません。

Q 子どもの肌が乾燥したり荒れたりします。お手入れの方法を教えてください。

A 赤ちゃんの皮膚は大人と違い、バリア機能が弱くて乾燥しやすいためよくトラブルを起こします。清潔と保湿を心がけましょう。清潔にするためには、石鹸の泡をたっぷりつけた手で丁寧に洗い、しっかりとすすぐことが大切です。石鹸で洗った後は、急な乾燥を防ぐため保湿剤を全身に素早く塗ります。洗う時やタオルでふく時、保湿剤を塗る時は、肌をこすらないようにすることが基本です。

Q 子どもの外遊びや食べ物への放射線の影響が心配です。

A 現在の放射線量は、心配するレベルではありません。また、県内産食品は放射線量を測定して安全が確認された後に流通しています。水道水も定期的に検査があり、現在食品や水道水からは検出されていません。測定結果は、市町村や県（ふくしま復興ステーション）、環境省のHPで公表しています。放射線の影響に関しては、各市町村もしくは妊産婦調査専用ダイヤル（024-549-5180）にご相談ください。

Q 平成24年4月2日以降に生まれた子どもは甲状腺検査をしないのですか？

A 甲状腺がんの発生に関わるのは放射性ヨウ素です。放射性ヨウ素は事故後1か月で水、食べ物、空気の中からほとんどなくなり、その後検出されていません。このため、事故後に妊娠されたお子さんでは検査は不要です。

[県民健康調査 甲状腺検査](#) [Q検索](#)

Q 新型コロナウイルス感染症が心配です。乳幼児健診や予防接種を遅らせたほうが良いですか？

A 乳幼児健診や予防接種を極端に遅らせることによって、予防できる他の重要な病気の危険性にさらされることは避ける必要があります。地域の流行状況により柔軟に対応しているところもあります。保健所や保健センターに確認してください。乳幼児健診や予防接種を受ける際、子どもや付き添いの保護者は発熱や咳などの症状がないことを確認し、付き添いの方は手洗いを行ってマスクを着用してください。また、可能な限り、きょうだいや祖父母などの同伴を避けてください。日本小児科学会予防接種・感染症対策委員会 新型コロナウイルス感染症に関するQ&A 一部抜粋 (2020年8月1日現在)

Q 上の子のやきもちで、毎日イライラしてしまいます。どうすればよいのでしょうか？

A 上のお子さんの心が成長する過程でやきもちをやくことがあります。接し方がむずかしいこともあります。赤ちゃんとの子がどちらも愛されている安心感を育むことが大切です。「あなたも大切な子なのよ」ということが伝わるよう、下の子がお昼寝した時は上の子とじっくり遊ぶなど、意識的に上のお子さんとの関わりの時間がとれるよう工夫してみましょう。また、時には「一時預かり」、「ファミリー・サポート・センター」、「子育て世代包括支援センター」などを利用し、周りの人たちの力を借りることも大切です。

調査について

福島 妊産婦調査

Q検索

<https://fukushima-mimamori.jp/pregnant-survey/>

