

## トピック8

次の妊娠を希望される方に対する福島県のサービス(平成24年度調査より)

### 1. 育児や小児医療に関する情報やサービスがほしい。

⇒ 母乳や育児、産後の健康等に関する不安や悩みについては、福島県助産師会「ふくしまの赤ちゃん電話健康相談」をご利用ください。必要な場合には訪問もしています。  
出産後は、保健師等が訪問し、育児に関する情報提供や相談に対応しています。  
また、福島県のホームページ「ふくしま医療情報ネット」でお近くの医療機関の情報を検索できるとともに、夜間の急な発熱などの緊急時の相談は「#8000」をご利用できます。お子さんの医療費については、18歳までは無料(保険適応分のみ)です。

### 2. 保育所・延長保育・病児保育などを拡充してほしい。

⇒ 保育所では、各保育事業を実施し、地域の子育て家庭に対して支援を行っています。

福島県HP 保育所一覧

福島県HP 保育所で実施している各保育事業

### 3. 放射線と健康リスクに関する情報を手に入れたい。

⇒ 「お子さんと保護者のための心と身体のサポートブック」をご活用ください。

福島県HP 児童家庭課 サポートブック

## 妊産婦専用ダイヤルにご相談ください

妊娠・出産・育児に関わることはつらいと感じる時もあります。  
これでいいのか相談したくなかった時、どうしようもなく心がつらくなった時は一人で悩まずに下記のセンター問い合わせ先まで電話またはメールでご相談ください。  
専門のスタッフが、お電話でお話を伺います。



これからも、福島県・福島県立医科大学では、皆様のところとからだの健康を見守ります。

相談・調査に関するお問い合わせ先

福島県立医科大学  
放射線医学県民健康管理センター

妊産婦専用ダイヤル：024-549-5180  
(平日 9:00～17:00)

妊産婦専用メール：ninpu@fmu.ac.jp

詳しい調査結果について

具体的な調査の結果につきましては、以下のホームページで確認ください。

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

## 福島で妊娠された方へ

### ～県民健康調査「妊産婦に関する調査」結果～

#### 妊産婦調査を始めたことにより

- ◆福島県で妊娠された方々と生まれたお子様の健康状態の傾向がわかりました。妊娠・出産に関して、原発事故による影響は見られていません。
- ◆皆様の疑問にお答えするために、専用お問い合わせを開設しました。

#### これまでの調査結果から

## トピック1

福島で妊娠される方が一時減少しましたが、平成25年度から増えています。

平成23年度調査⇒ 対象者数：16,001人

平成24年度調査⇒ 対象者数：14,516人

平成25年度調査⇒ 対象者数：15,218人(平成24年度より702人増)

※対象者とは、母子健康手帳を交付された方のことです。

## トピック2

回答者の半数以上の方が、次の妊娠を考えています。

	平成23年度	平成24年度	平成25年度
次の妊娠・出産の予定あり	調査なし	52.9%	52.8%

## トピック3

早産・低出生体重児・先天奇形の発生率は、平成23～25年度調査の結果では政府統計や一般的に報告されているデータとほとんど差はありません。

早産率	23～25年度調査	4.75 ～ 5.74%	(2012年全国調査 5.7%)
低出生体重児率	23～25年度調査	8.9 ～ 9.9%	(2012年全国調査 9.6%)
先天奇形発生率	23～25年度調査	2.35 ～ 2.85%	(一般的な発生率 3～5%)

※今回の数値は分母を有効回答としているため、平成23年度報告書とは、数値が異なります。

## トピック4

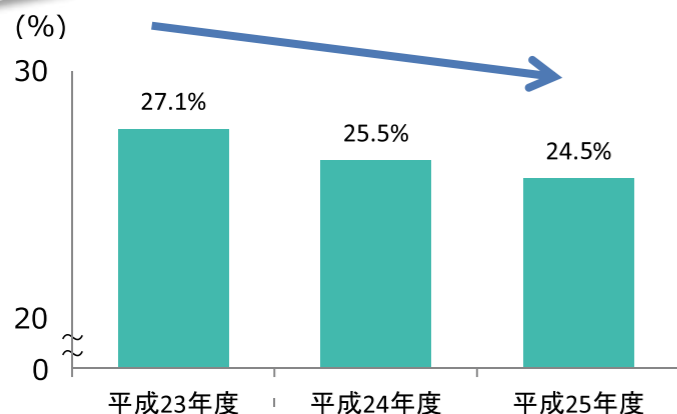
母乳で育てている方が増えてきています。  
(離乳食を始めるまでの間の栄養方法について)

	母乳のみ	ミルクと母乳の混合	ミルクのみ
平成 23 年度	30.5%	62.5%	7.0%
平成 24 年度	35.4%	54.9%	9.8%
平成 25 年度	36.7%	54.6%	8.7%

※今回の数値は分母を有効回答としているため、平成 23・24・25 年度報告書とは、数値が異なります。また、四捨五入しているため、内訳の合計が 100%にならない場合があります。

## トピック5

妊産婦さんのうつ傾向は、減ってきています。



※上記の数値は「気分が沈みがち」「物事に興味がわからない」の両方またはいずれかにあてはまると回答した方の割合です。

## これまでの電話支援状況

この調査では、ご回答いただいた方のうち、記載内容から支援が必要と判断された方をサポートするため専任の助産師等による電話・メール支援を行っています。

平成 23 年度調査 電話支援対象者数 1,401 人 (回答者の 15.0%)  
 平成 24 年度調査 電話支援対象者数 1,104 人 (回答者の 15.4%)  
 平成 25 年度調査 電話支援対象者数 1,101 人 (回答者の 15.2%)

## トピック6

お電話での相談内容は年度とともに変わってきています。

平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度
放射線の心配や影響に関すること 29.2%	母親の心や身体への健康に関すること 33.4%	母親の心や身体への健康に関すること 42.5%
母親の心や身体への健康に関すること 20.2%	子育て関連(離乳食、夜泣き、便秘、予防接種など)のこと 26.7%	子育て関連(離乳食、夜泣き、便秘、予防接種など)のこと 38.7%
子育て関連(離乳食、夜泣き、便秘、予防接種など)のこと 14.0%	放射線の心配や影響に関すること 23.7%	子どもの心や身体への健康に関すること 20.3%

※今回の数値は分母を有効回答としているため、平成 23 年度報告書とは、数値が異なります。複数回答、主な内容のみをあげたため、割合の合計は 100%になりません。

## トピック7

具体的には、以下のようなご相談がありました。



Q:上の子のやきもちに困り、毎日イライラしてしまいます。

A:やきもちは、上のお子さんの心が成長している証拠ですが、対応が難しいこともあります。下の子がお昼寝した時は、上の子とじっくり遊ぶなど、上のお子さんとの関わりを大切にしてみましょう。

Q:妊娠中に増えた体重が産後元に戻りません。

A:産後の体重はゆっくり戻ります。自分の身長に合った標準体重を計算し、無理なダイエットは控え、適度に運動をしましょう。毎日体重計に乗るのも効果的です。

Q:母乳が出ているのか心配です。

A:母乳が出ている感覚は分かりにくいものです。1~2週間ごとに赤ちゃんの体重を測って1日あたり20~30g程度増えていけば問題ありません。お母さんが水分をとり、よく眠ることを心掛けること、また、赤ちゃんにおっぱいをあげる回数を増やすことが母乳の出をよくすることにつながります。

Q:予防接種はどのようなスケジュールですか？

A:予防接種は生後2か月から受けられます。スケジュール表はかかりつけの病院や保健センターでもらえますし、相談もできます。同時接種もしながら、できるだけ早く接種することがお子さんの病気を防ぐことにつながります。

Q:離乳食はいつから始めたらいいの？

A:離乳食は基本的に5~6か月ごろからとされていますが、個人差があります。大人の食事にお子さんが興味を示すようになってから始めましょう。

Q:母乳に放射性物質がふくまれていないか心配。検査はできないのかしら。

A:福島県内で行っている母乳の放射性物質濃度検査では、母乳から放射性物質が検出された方はこれまでいらっしゃいません。今も検査は続けて行っておりますので、検査については福島県助産師会にお問い合わせ下さい。☎0120-80-2051(平日9:30~16:30)

Q:どうして、平成24年4月2日以降に生まれた赤ちゃんの甲状腺検査はしなくてもいいの？

A:放射性ヨウ素が大量に体内に入ると、小児甲状腺がんになる可能性が増します。福島県では震災後早い時期から放射性ヨウ素は空気や水、食べ物からは検出されていないため、震災から1年以上たってから生まれたお子さんには、事故に伴う放射性ヨウ素による甲状腺がんの発生は考えられません。そのため、甲状腺検査の必要はないと考えます。

Q:水道水が心配で、ミルクを作る時、ミネラルウォーターを使っています。

A:平成23年5月以降、福島県内の水道水から放射性物質は検出されていませんが、ミネラルウォーター(軟水、赤ちゃん用)をお使いになっても構いません。その場合、硬水はマグネシウムやカルシウムが多く消化が悪いため調乳に適しません。軟水を使いましょう。