

子育て中のお母さんとそばにいる方へ

体調はお変わりないですか？令和元年度に実施した2回目のフォローアップ調査では、更年期や子どもの発達、家族関係の悩みなどからくる心身不調など、「母親のこころや身体の健康」についての相談が多く寄せられました。子育て期の母親は自分自身のことがおろそかになりがちですが、そんな時期だからこそ休養と健康管理が大切です。ご自身のためにも、家族のためにも、健康診断を受けることやかかりつけ医を持つことをお勧めします。

参考：月刊母子保健、2017年12月号

調査に関する相談・支援のお問い合わせ

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保健師・臨床心理士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。

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 (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）

◎ 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
(月～金 9:00～17:00 ※祝祭日を除く)



◎ 精神的な悩みや心の健康に関する相談

こころの電話（福島県精神保健福祉センター）
電話 024-535-5560 (月～金 9:00～16:00)

◎ 子どものための24時間電話相談

ふくしま24時間子どもSOS
電話 0120-916-024

◎ 障がい等に関する教育相談

特別支援教育センター
電話 024-951-5598 (月～金 9:00～17:00)

◎ 発達に関する相談

福島県発達障がい者支援センター
電話 024-951-0352 (月～金 8:30～17:00)

◎ 妊娠・出産・育児に関する相談

子育て世代包括支援センター



◎ いじめ問題や不登校、体罰などの教育相談

ダイヤルSOS（福島県教育センター）
電話 0120-453-141 (月～金 10:00～17:00)

◎ ひきこもり・不登校・いじめ・進路・ニート・発達・非行などの相談

福島県青少年総合相談センター
福島県ひきこもり支援センター
電話 024-546-0006 (火～土 9:30～17:30)
メール soudan-fukushima@gaea.ocn.ne.jp

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

〒960-1295 福島市光が丘1番地
電話 024-549-5130 (平日 9:00～17:00)
メール kenkan@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



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」フォローアップ調査結果～
(2015～2019年度)

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。

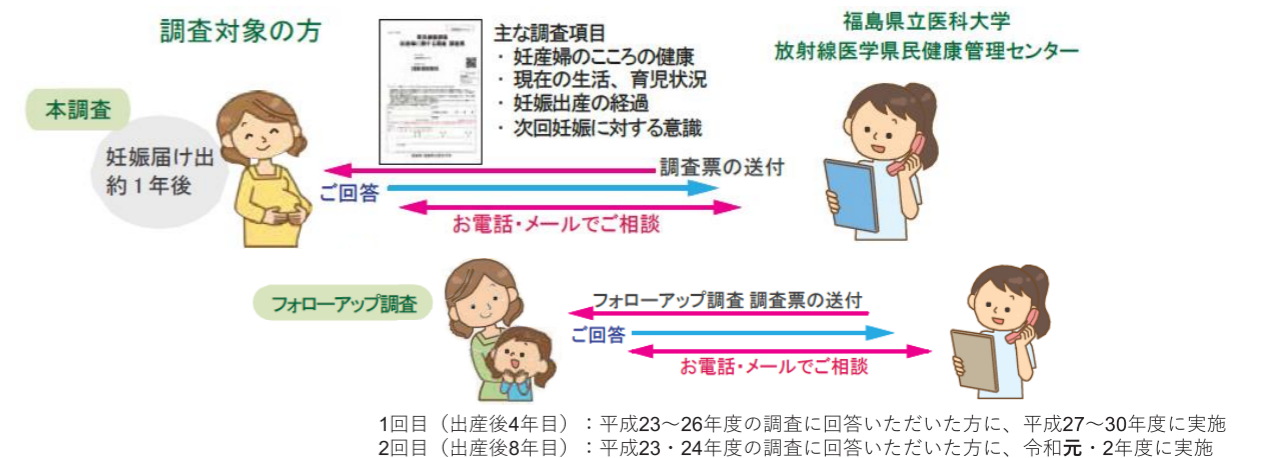
調査の目的

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
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

- 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
- 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（令和2年6月30日現在）

本調査				フォローアップ調査 1回目 (出産後4年目)			フォローアップ調査 2回目 (出産後8年目)		
調査年度	対象者(人)	回答数(人)	回答率(%)	対象者(人)	回答数(人)	回答率(%)	対象者(人)	回答数(人)	回答率(%)
2011	16,001	9,316	58.2						
2012	14,516	7,181	49.5						
2013	15,218	7,260	47.7						
2014	15,125	7,132	47.2						
2015	14,572	7,031	48.3	7,252	2,554	35.2			
2016	14,154	7,326	51.8	5,602	2,021	36.1			
2017	13,552	6,449	47.6	5,734	2,706	47.2			
2018	12,838	6,649	51.8	5,856	2,719	46.4			
2019	11,896	5,614	47.2				6,643	2,346	35.3

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

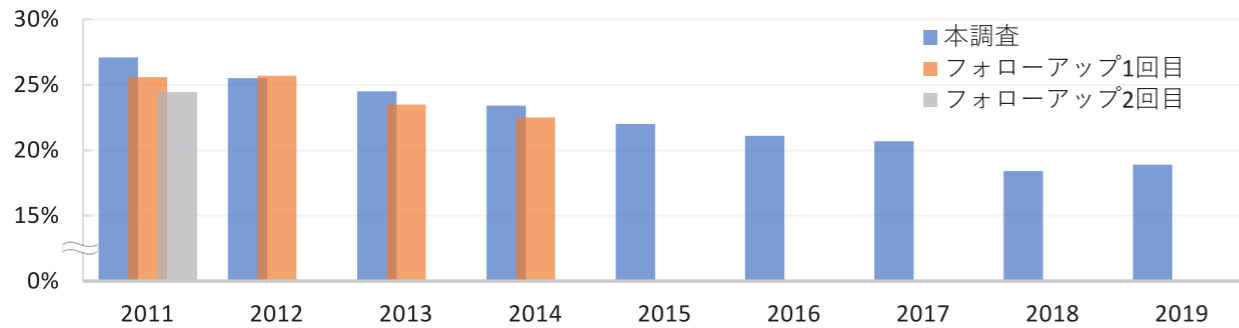
これまでのフォローアップ調査結果からわかったことをお伝えします

※ 調査結果は、令和2年6月30日現在のものです。

うつ傾向の推移

フォローアップ調査1回目の結果、2011年度と2012年度の減少幅はあまりありませんが、年ごとにうつ傾向が改善しています。

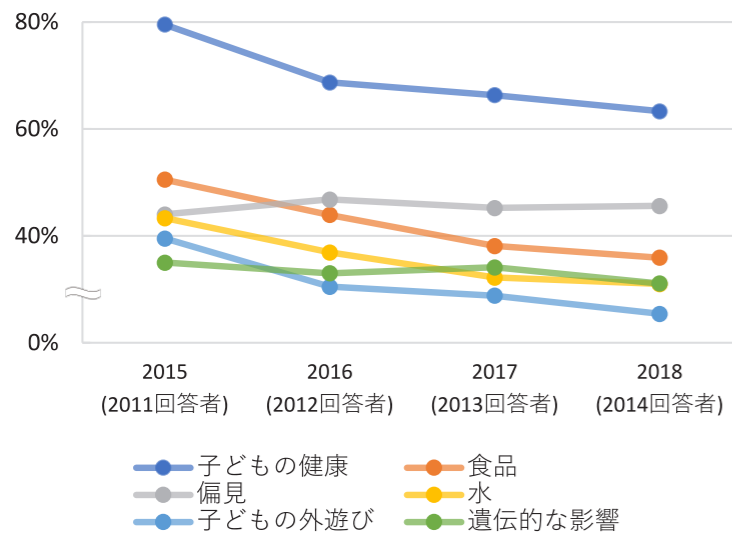
2011年度回答者は、2回目のフォローアップ調査において、さらにうつ傾向が改善しています。



放射線の影響について心配なこと

フォローアップ調査1回目の年次推移

「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」などに不安を感じる母親は少なくなっています。



2011年度フォローアップ調査1回目と2回目の比較

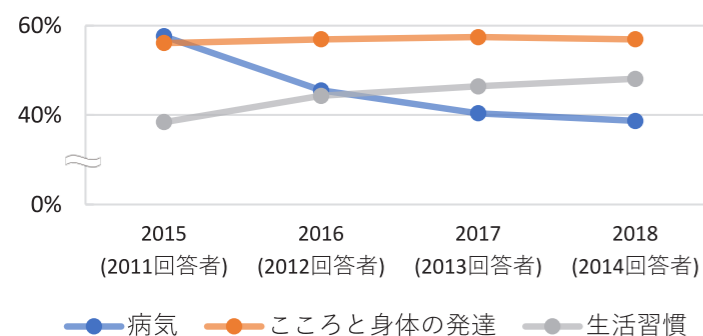
2011年度フォローアップ調査2回目では、「偏見」「遺伝的な影響」の割合が2位と3位を占めました。

	2011年度 フォローアップ 1回目	2011年度 フォローアップ 2回目
1位	子どもの健康 79.5%	子どもの健康 68.2%
2位	食品 50.5%	偏見 42.6%
3位	偏見 44.0%	遺伝的な影響 35.7%

お子様のことで心配なこと

フォローアップ調査1回目の年次推移

「こころと身体の発達」を心配する母親は、年ごとの増減はあまりありません。「生活習慣」は増える傾向にありますが、「病気」は年を追って減っています。



2011年度フォローアップ調査1回目と2回目の比較

2011年度フォローアップ調査2回目の方はフォローアップ調査1回目と比べて「生活習慣」の割合が増え、「病気」の割合が減りました。

	2011年度 フォローアップ 1回目	2011年度 フォローアップ 2回目
1位	病気 57.6%	こころと身体の発達 57.5%
2位	こころと身体の発達 56.1%	生活習慣 47.0%
3位	生活習慣 38.4%	病気 38.7%

主な電話相談の内容

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。

	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	2012	2013	2014~2017	2018~2019	2015 (2011回答者)	2016 (2012回答者)	2017~2018 (2013~2014回答者)	2019 (2011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

第37回「県民健康調査」検討委員会資料

Q & A

自分でなかなか歯磨きができません。永久歯の虫歯が心配です。

福島県の小学生のむし歯被患率は53.5%と近年は減少する傾向にありますが、全国と比較し8.5%上回っています。小学校低学年の時期は乳歯から永久歯への生え変わる時期で、奥に生える永久歯は12~13歳ごろに生えそろういます。フッ素入り歯磨き粉を使用し、奥歯の磨き残しが多くなりやすいため、時々には就寝前の仕上げ磨きをしたり、歯の様子を気にかけてあげましょう。また、おやつや食後に歯を磨くのが難しい場合は、口をすすいだり、水やお茶を飲む習慣を身につけたいものです。

参考：令和元年度学校保健統計(福島県)、母子健康手帳

おねしょを治すには、どうすればいいですか？

「5歳以降に1か月に1回以上の夜尿が3か月以上続くこと」を夜尿症と言い、小学校入学時におよそ10人に1人いると言われています。寝る前の水分を控えめに、寝る前におしっこさせる、遅寝を避ける、眠っている時は起こさない、温かくして眠ることがよいとされ、成長とともに自然に治ると言われています。悩んでいる場合には、泌尿器科や小児科で治療が可能ですので、相談をお勧めします。

参考：日本夜尿症学会「夜尿症診療ガイドライン2016」

学校から帰ると、イライラして親や物に当たることがあります。注意すべきでしょうか？

家で親に当たる子どもは、学校では周囲に気を遣い、かなりがんばっているのでしょう。子どもの気持ちを受けとめ、親の気持ちを繰り返し伝えながら、子どもの自立にむけ根気よく付き合っていくことが大事です。場合によっては、子どものイライラを受け入れる「程度」を決める、距離をとることも必要です。「罰則」を子どもの理解なしに親が決めたり、長時間のお説教をするよりは、子どもと一緒にルールづくりに取り組み、うまくいった時には褒めてあげましょう。子どもの対応に悩んだ時には、一人で頑張らず、裏面の相談先一覧の連絡先等を活用しましょう。

スマホやゲームに熱中しすぎて、乱れがちな生活リズムを整える方法がありますか？

小学校低学年の子どもの7割近くがインターネットを利用し、年齢が上がるほど利用率も高くなっています。その内容は、勉強等での利用よりも動画視聴やゲームの利用が多くなっています。平成30年には、世界保健機関がゲーム依存を疾患に認定しています。インターネットはそれ自体が目的ではなく、現実生活を充実させるためのツールです。子どもがゲーム・ネット以外で楽しいと思えることを増やし、ゲーム・ネット以外にも居場所があると思えることが大事になります。保護者が子どもの使用時間や利用環境を整え、「やり続けたい」ようにすること、ルールの内容を家族全員で相談し、家族全員がルールを守っていくことが大切です。

参考：令和元年度 青少年のインターネット利用環境実態調査(内閣府)、スマホ時代の子育て 幼児・児童編(内閣府他)、とうきょうの地域教育 No.137

「妊産婦に関する調査」の最新の結果は、ホームページに掲載しています。

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

妊産婦調査 結果

検索

