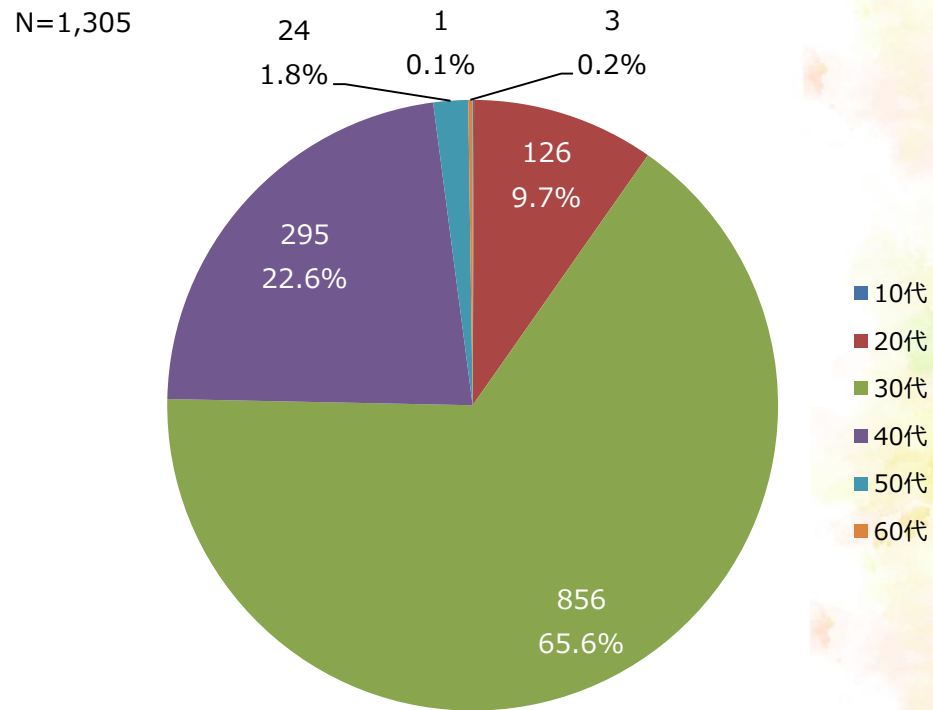


# 産前産後の母親支援について： 緊急アンケート

ー産後うつゼロの社会を目指してー

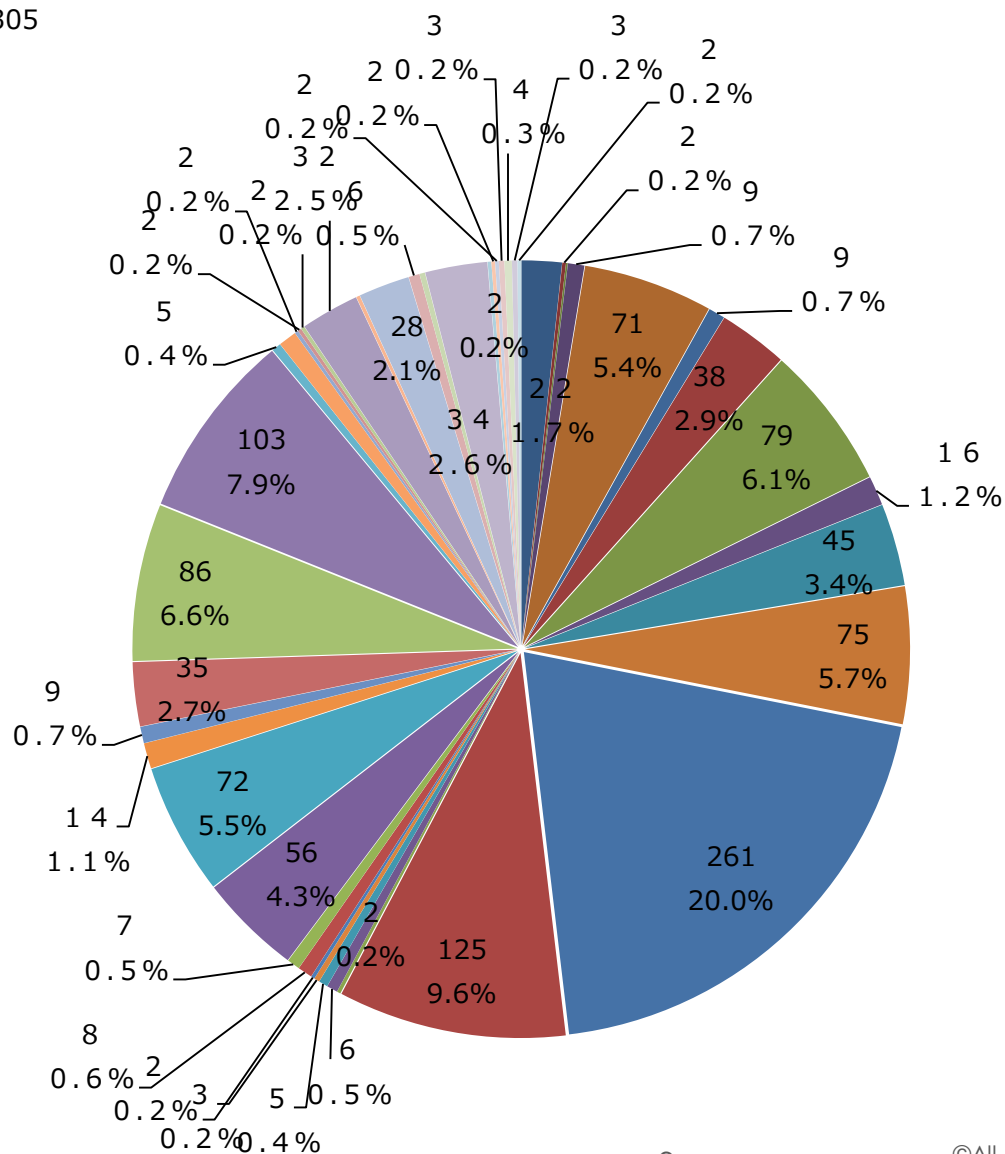


# 1-1：年齢をお答え下さい。



# 1-2：お住いをお答え下さい。

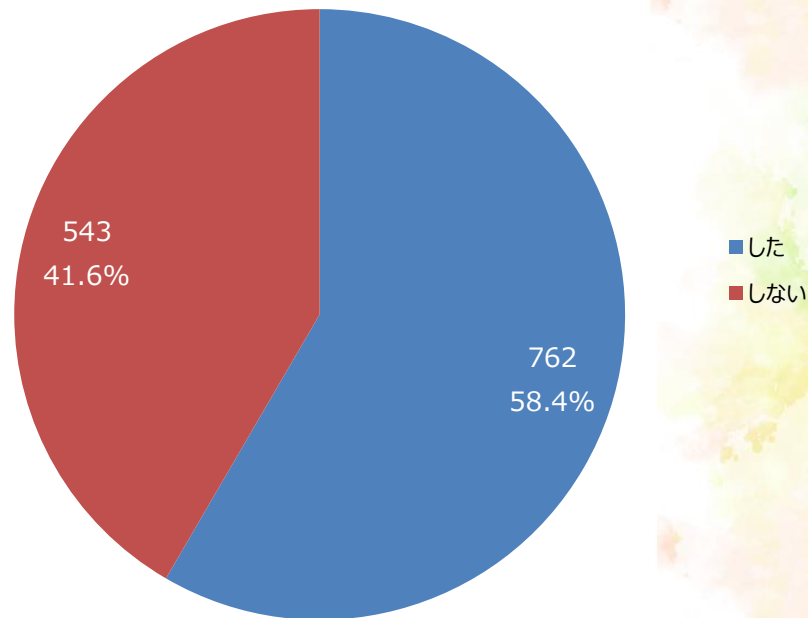
N=1,305



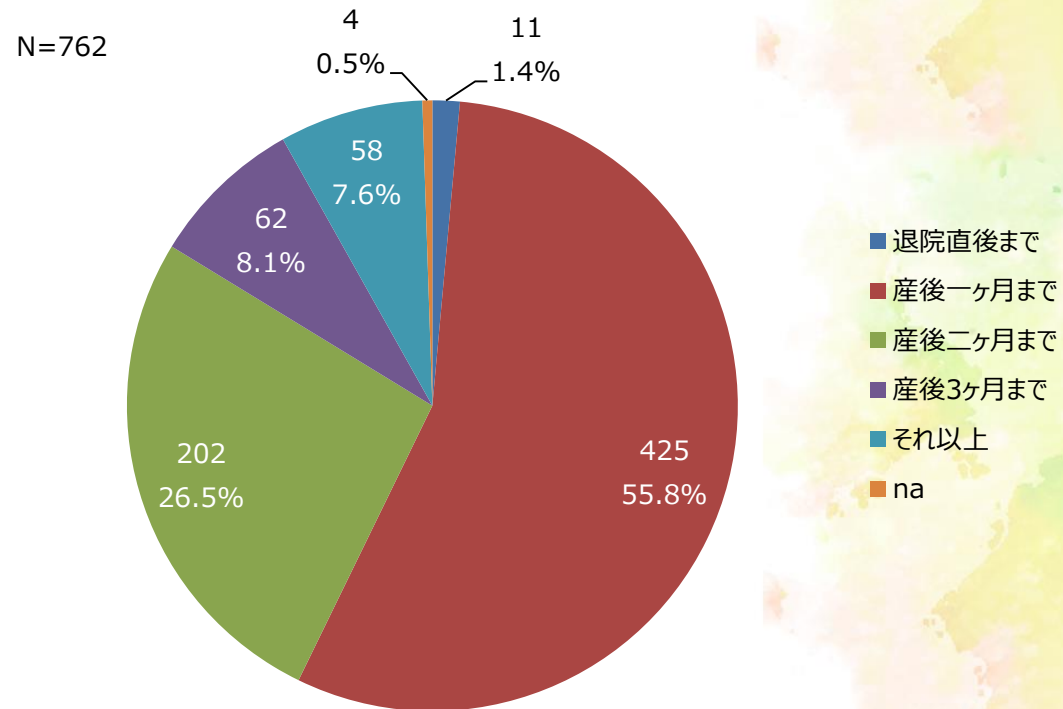
- 北海道
- 青森県
- 岩手県
- 宮城県
- 秋田県
- 山形県
- 福島県
- 茨城県
- 栃木県
- 群馬県
- 千葉県
- 東京都
- 神奈川県
- 新潟県
- 富山県
- 石川県
- 福井県
- 山梨県
- 長野県
- 岐阜県
- 静岡県
- 愛知県
- 三重県
- 滋賀県
- 京都府
- 大阪府
- 兵庫県
- 奈良県
- 和歌山県
- 鳥取県
- 島根県
- 岡山県
- 広島県
- 山口県
- 徳島県
- 香川県
- 愛媛県
- 高知県
- 福岡県
- 佐賀県
- 長崎県
- 熊本県
- 大分県
- 宮崎県
- 鹿児島県
- 沖縄県

# 1-3 : 里帰り出産をされましたか？ (一人目のお子さんに関してお答え下さい)

N=1,305

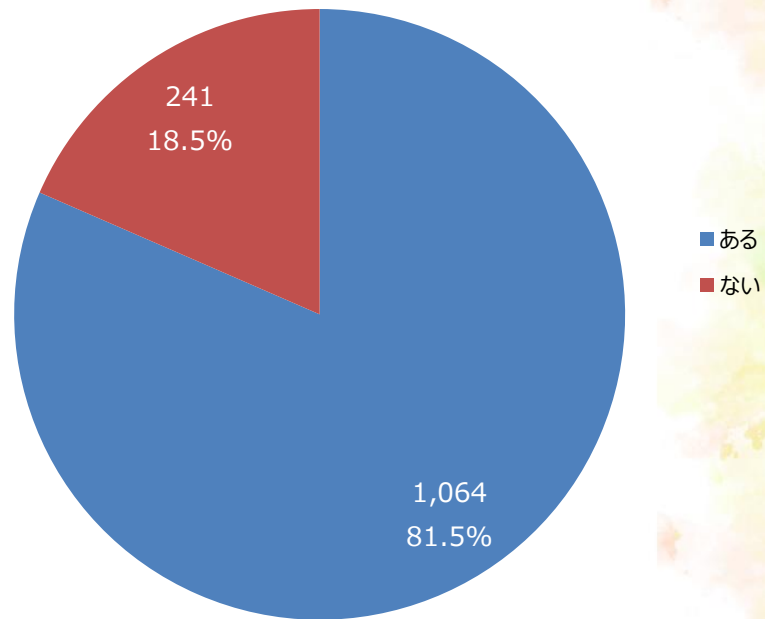


# 1-3-1：里帰り出産をした方は、いつまで実家にいましたか？

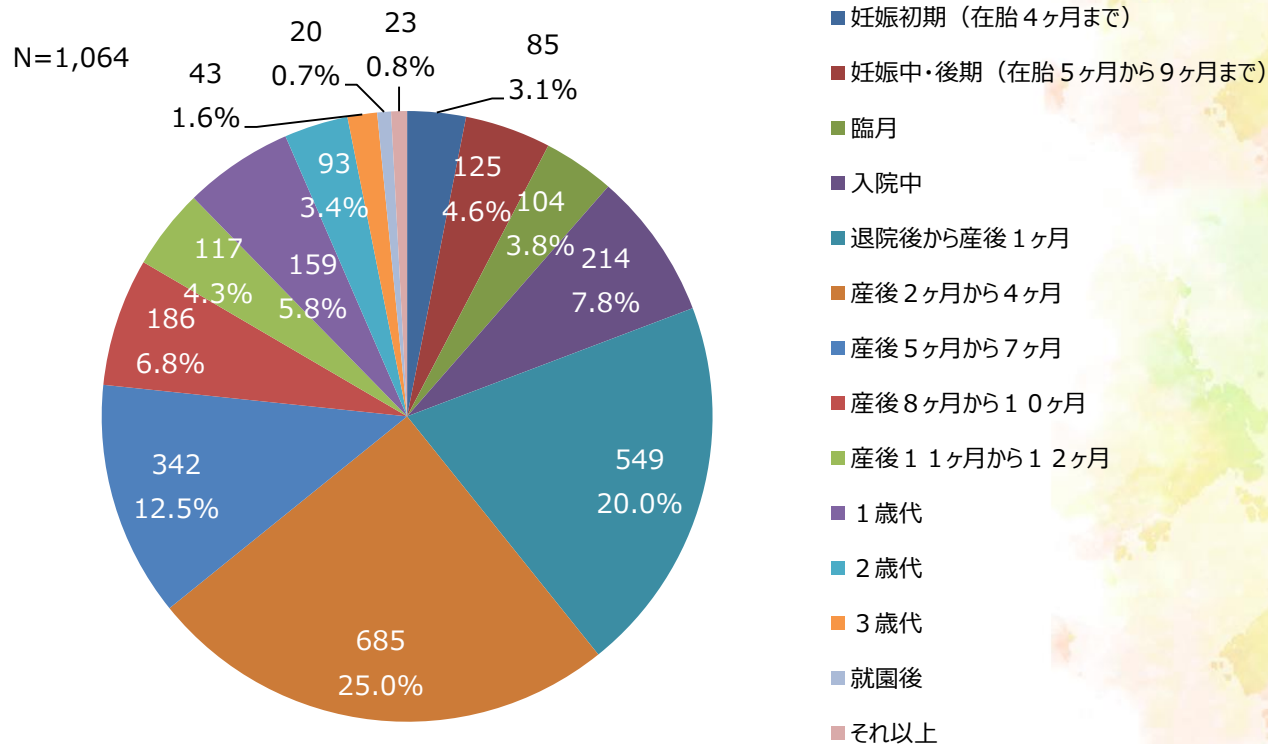


## 2-1：産前・産後、孤独感を感じたことがありますか？

N=1,305

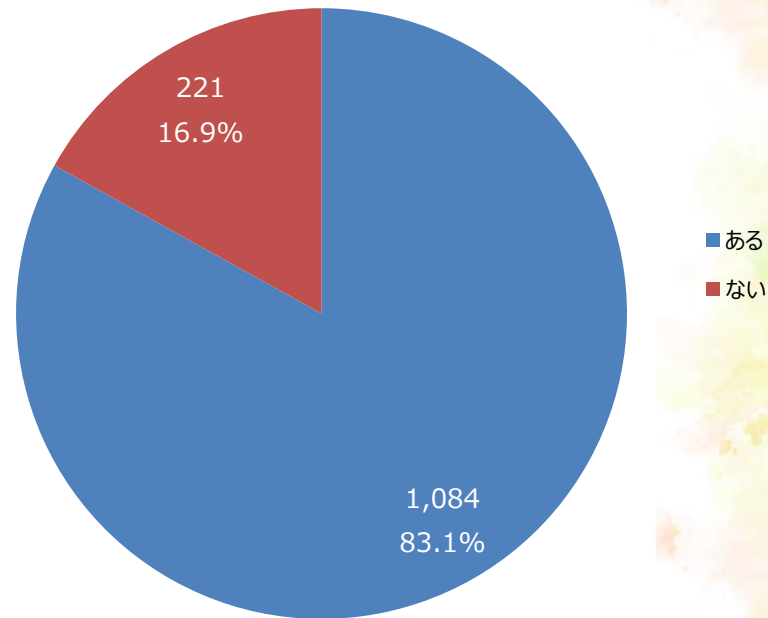


## 2-2：2-1であると答えた方は、いつですか？感じた時期を3つまで、お選び下さい。



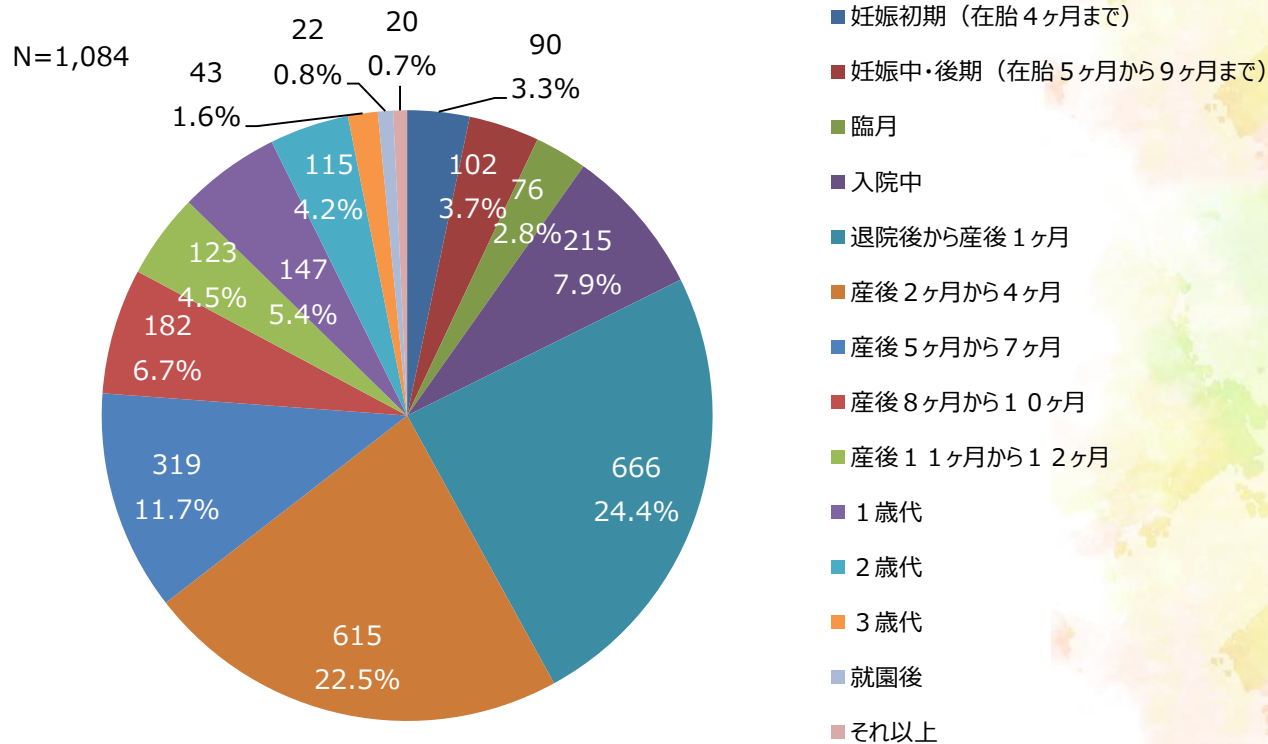
## 2-3：産後、自分が今までと違う・何かおかしい、と感じる（感じた）ことはありましたか？（振り返ったら、おかしかったということも含む）

N=1,305



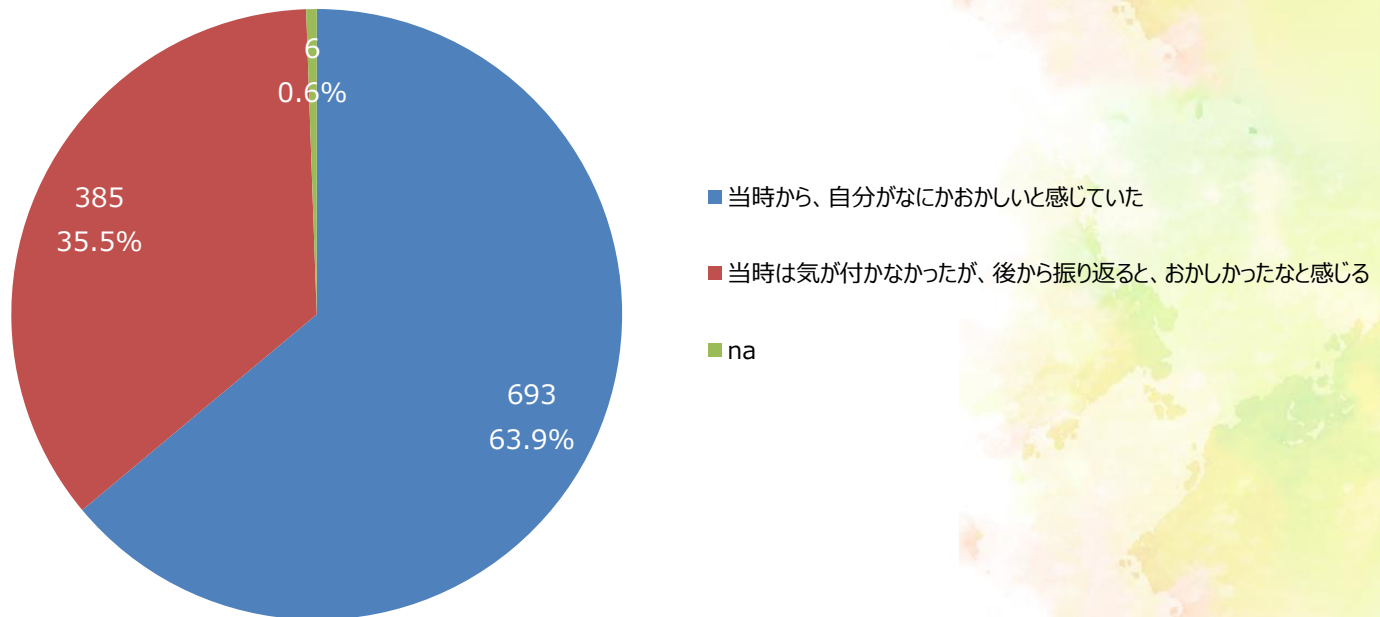


## 2-3-1：産後、おかしかったと感じたことがある方は、いつですか？3つまでお選び下さい。

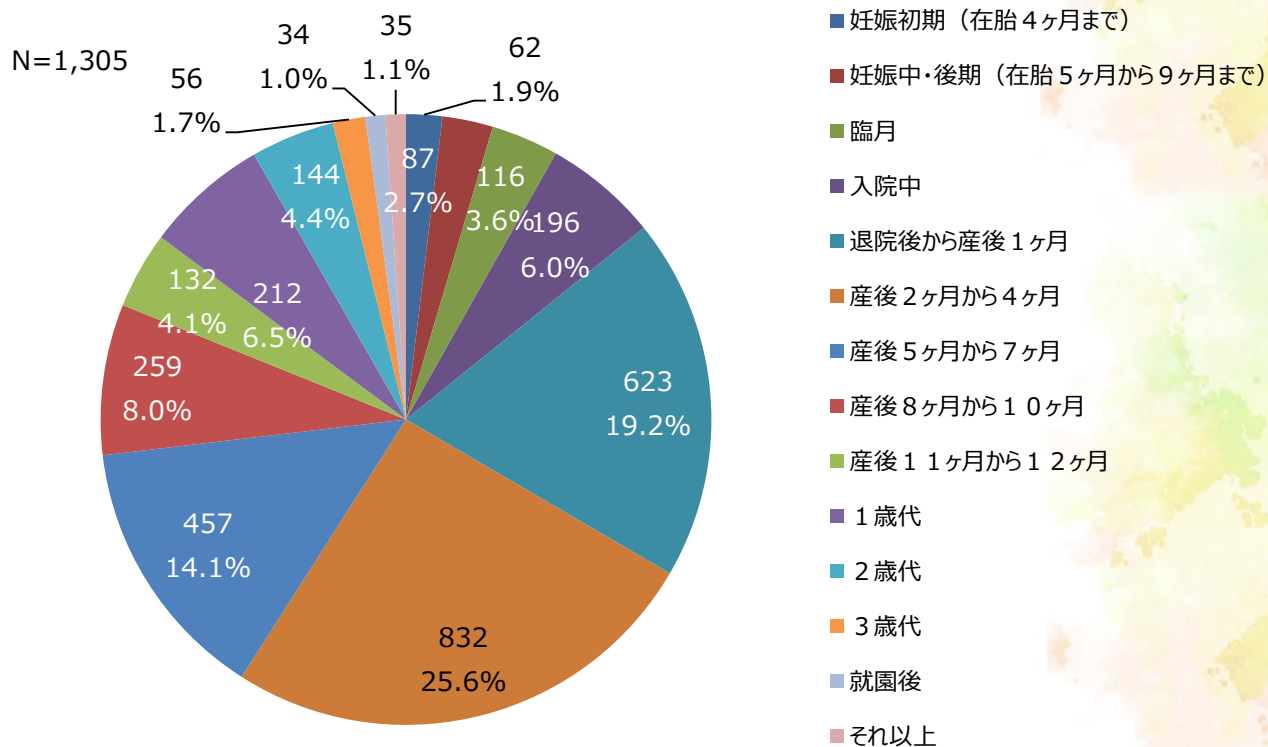


## 2-3-2：産後自分がおかしかったと、その当時、感じていましたか？

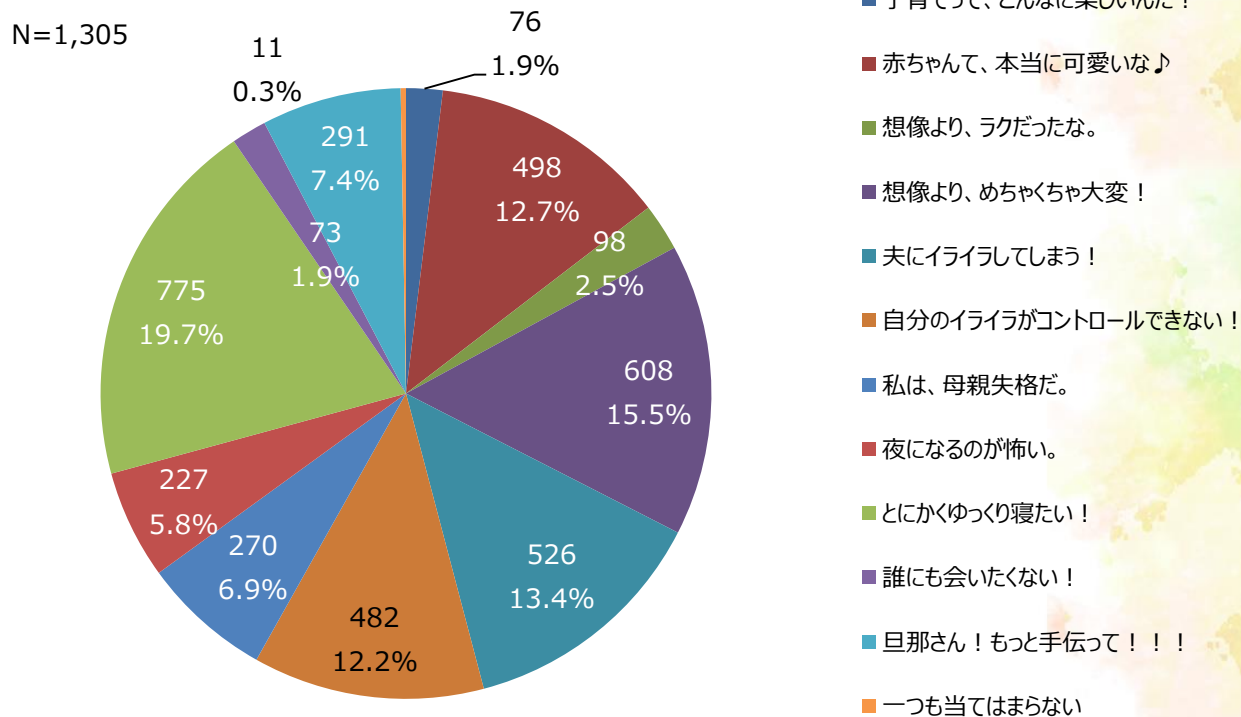
N=1,084



## 2-4：子育て中、一番、誰かと話したい！と感じたのはいつですか？3つまでお選び下さい。



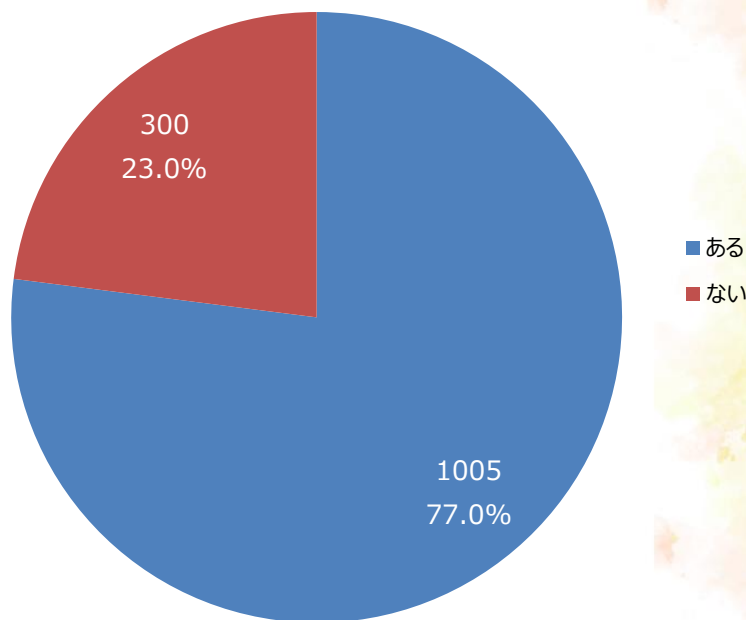
## 2-5：産後2ヶ月までの気持ちで、当てはまるものを3つまでお選び下さい



- 子育てって、こんなに楽しいんだ！
- 赤ちゃんて、本当に可愛いな♪
- 想像より、ラクだったな。
- 想像より、めちゃくちゃ大変！
- 夫にイライラしてしまう！
- 自分のイライラがコントロールできない！
- 私は、母親失格だ。
- 夜になるのが怖い。
- とにかくゆっくり寝たい！
- 誰にも会いたくない！
- 旦那さん！もっと手伝って！！！！
- 一つも当てはまらない

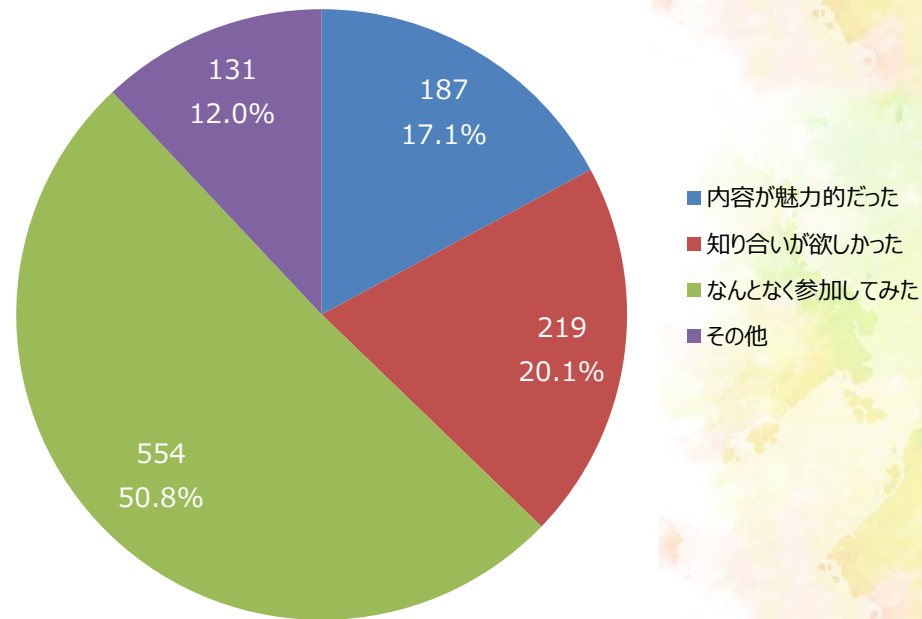
### 3-1：マタニティセミナーや、母親学級（母親のみで参加する講座）を利用したことがありますか？

N=1,305



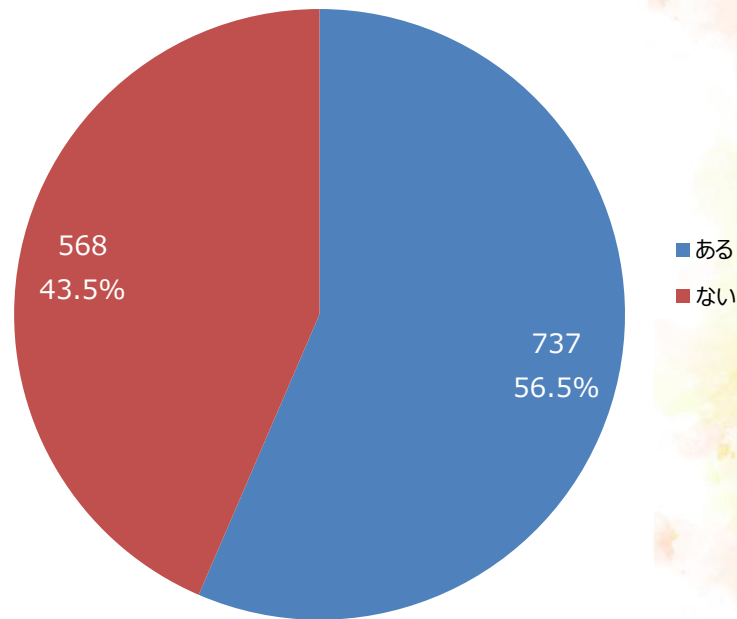
### 3-1-1：利用したことがある方は、その理由を教えてください。

N=1,005



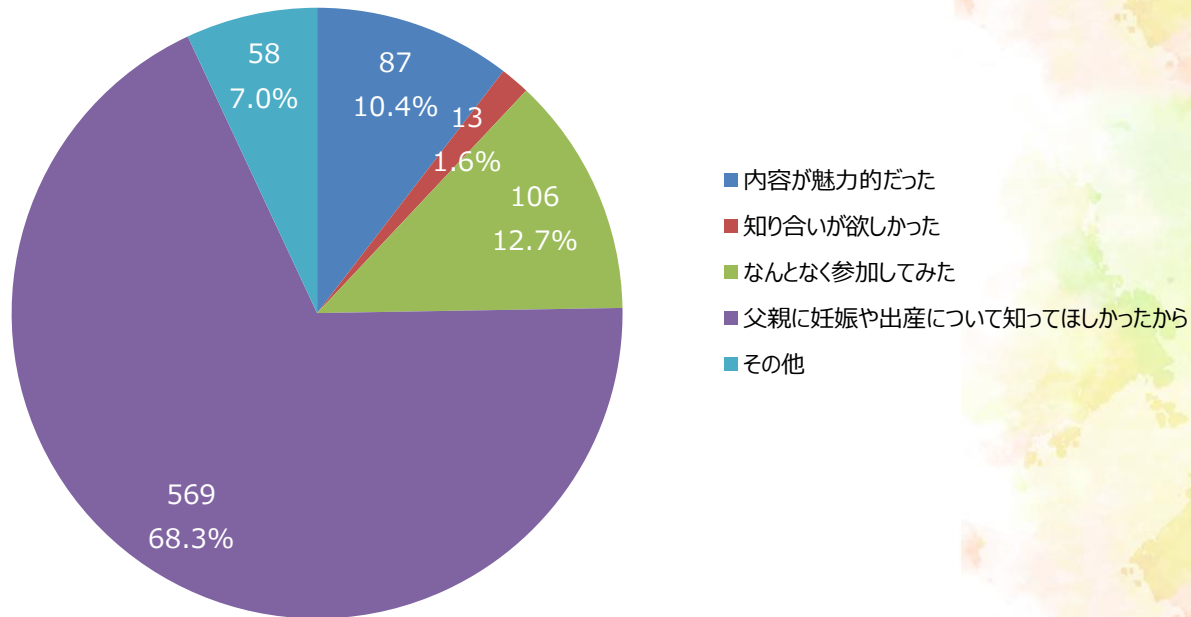
### 3-2：両親学級（父親母親、二人で参加する講座）を利用したことがありますか？

N=1,305



### 3-2-1：利用したことがある方は、その理由を教えてください。

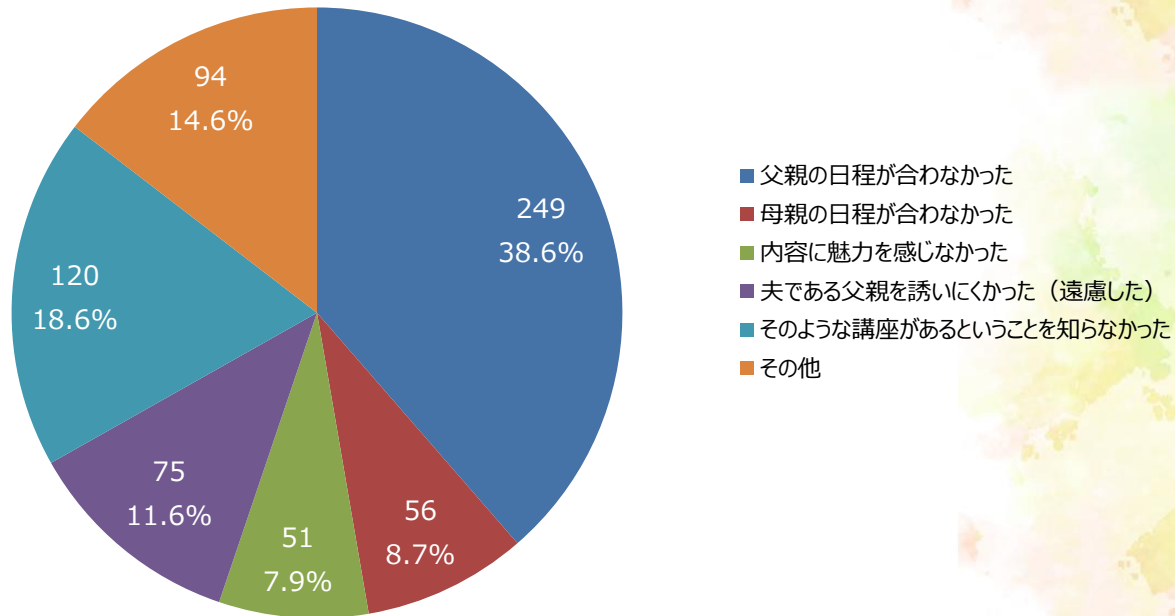
N=737





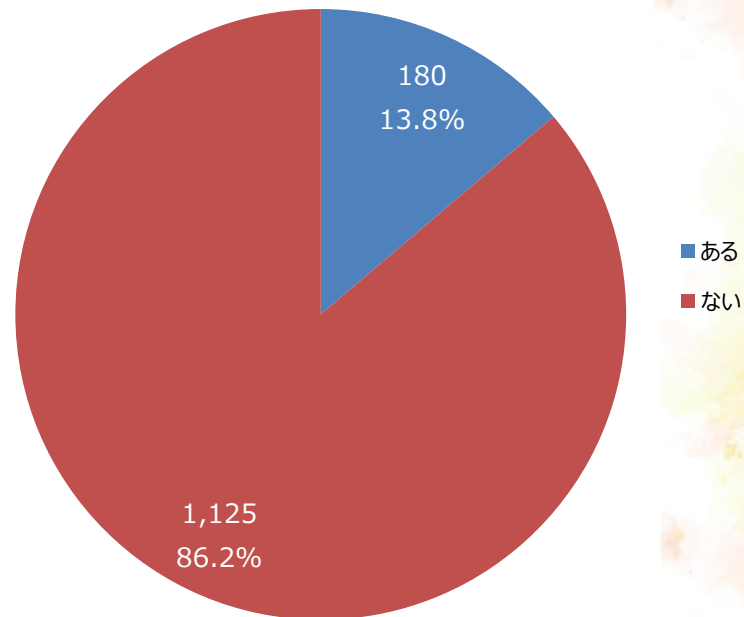
### 3-2-2：利用したことがない方は、その理由を教えてください。

N=568



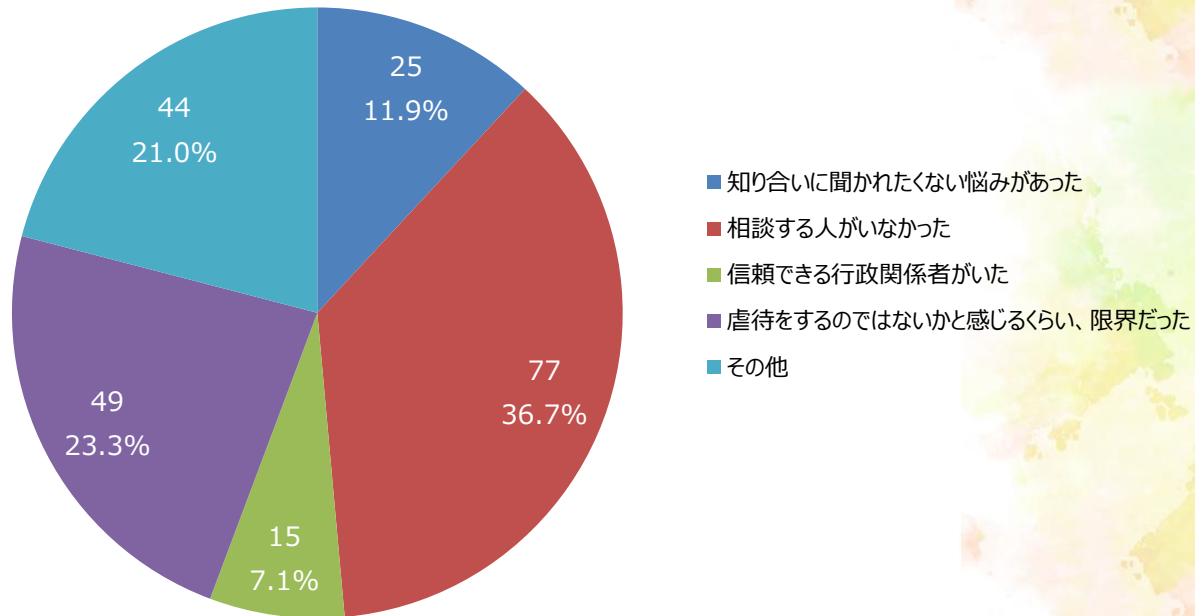
### 3-3：電話相談を利用したことがありますか？（小児救急を含まない。子育て相談のみ）

N=1,305



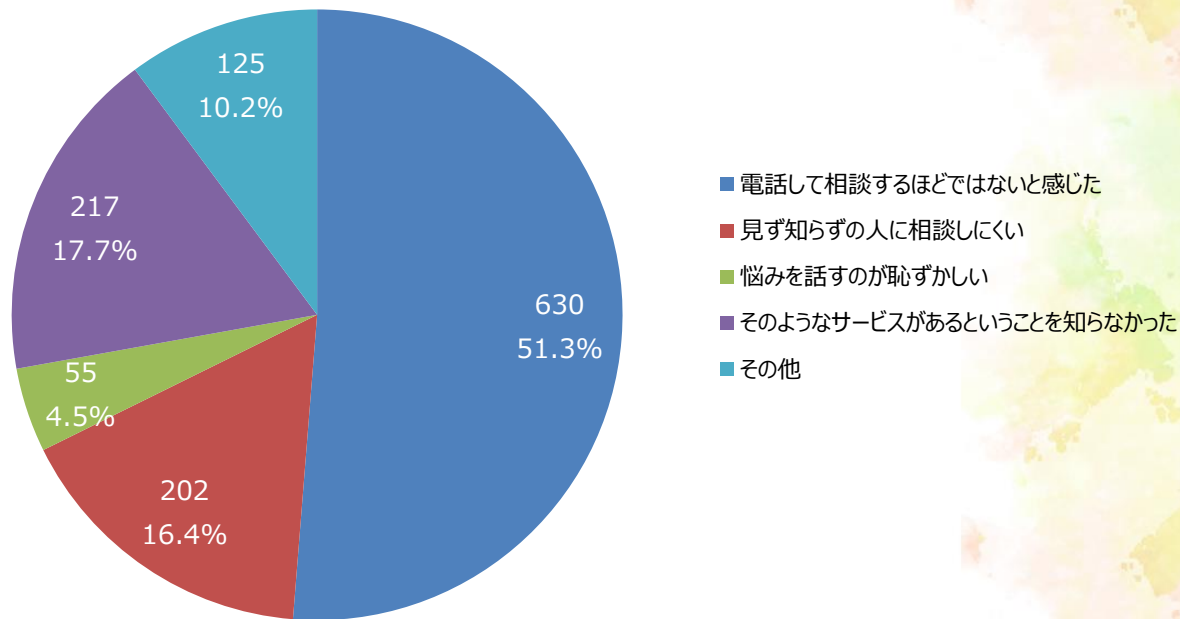
### 3-3-1：利用したことがある方は、その理由を教えてください。

N=180



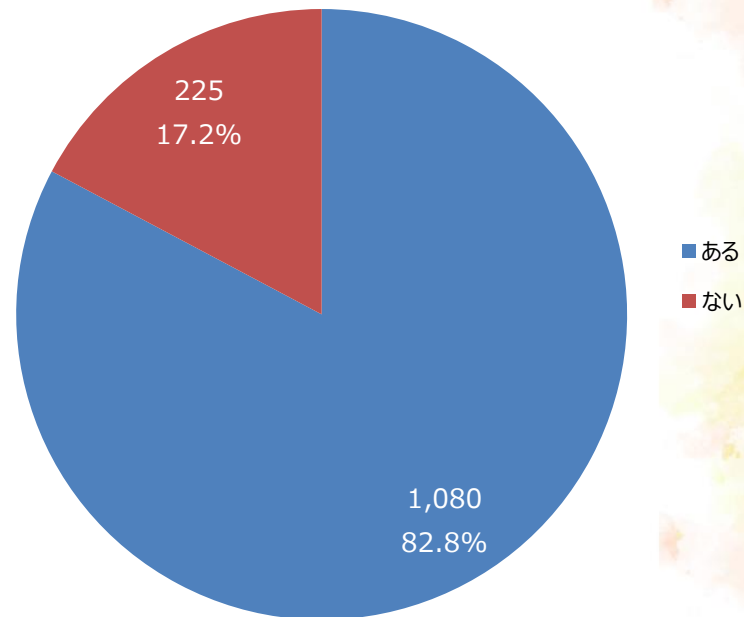
### 3-3-2：利用したことがない方は、その理由を教えてください。

N=1,125



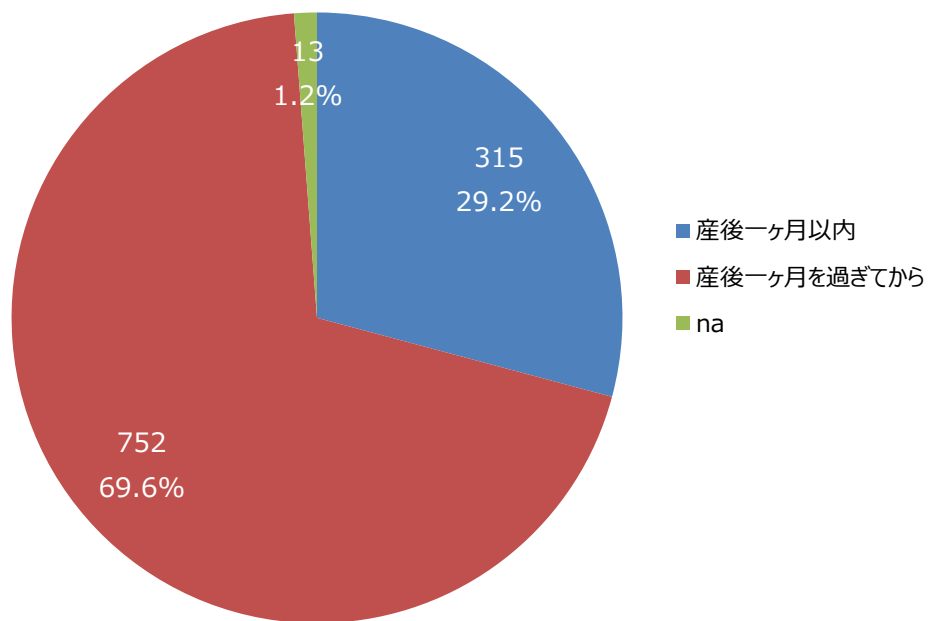
### 3-4：こんにちは赤ちゃん事業（産後1・2ヶ月の戸別訪問）を利用したことがありますか？

N=1,305



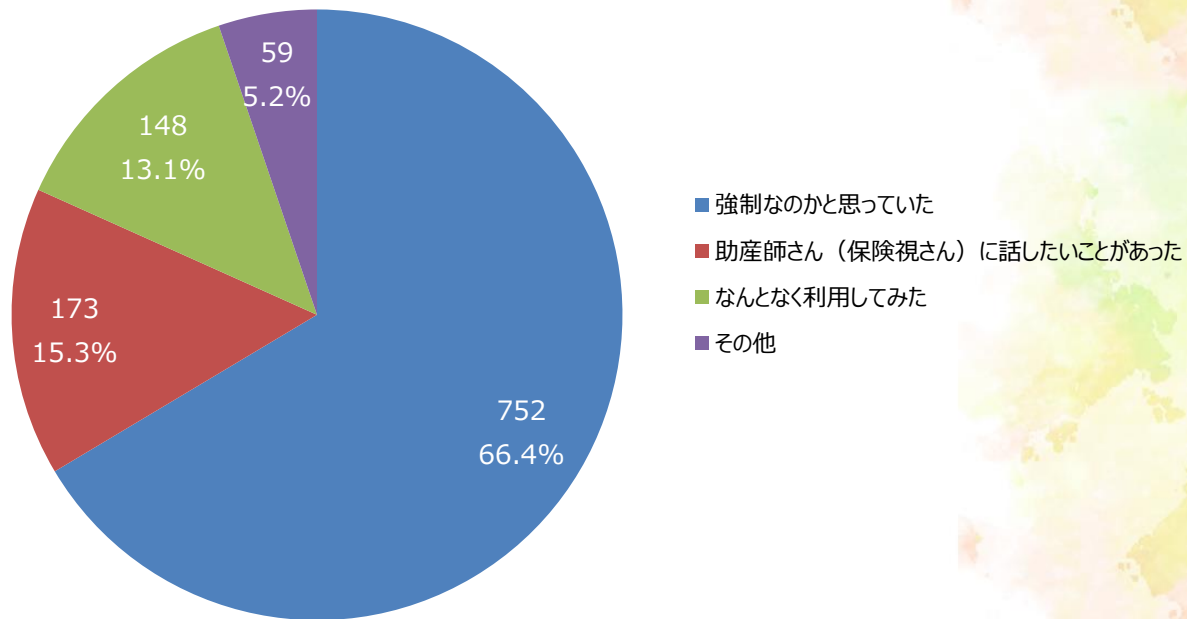
### 3-4-1：利用したことがある方は、その時期を教えてください。

N=1,080



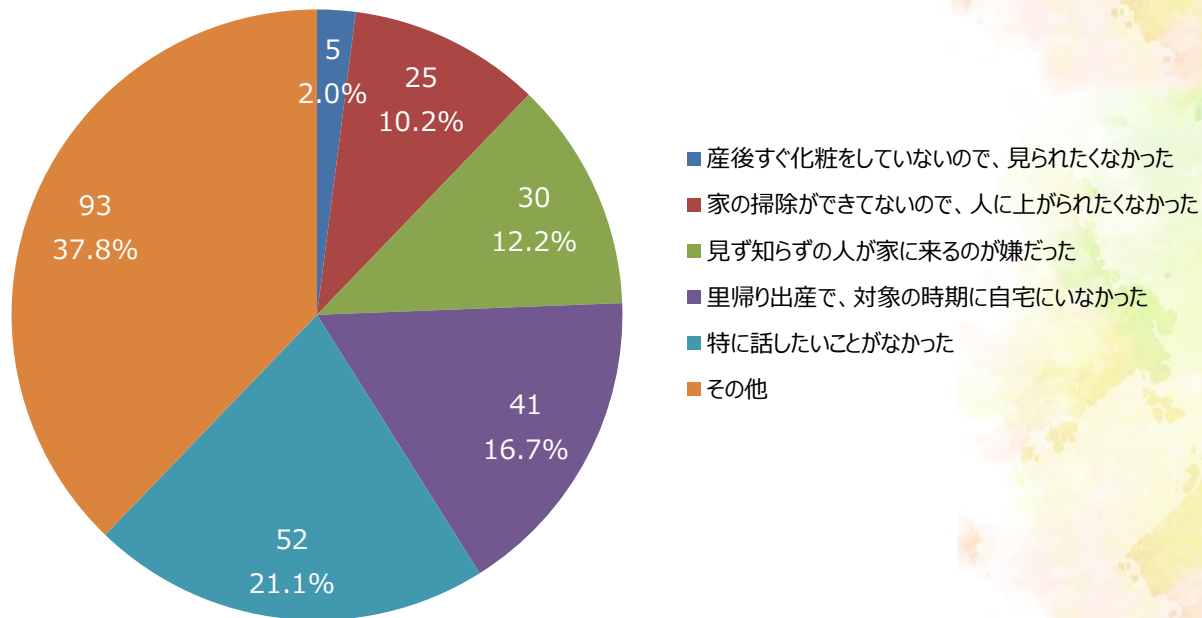
### 3-4-2：利用したことがある方は、その理由を教えてください。

N=1,080



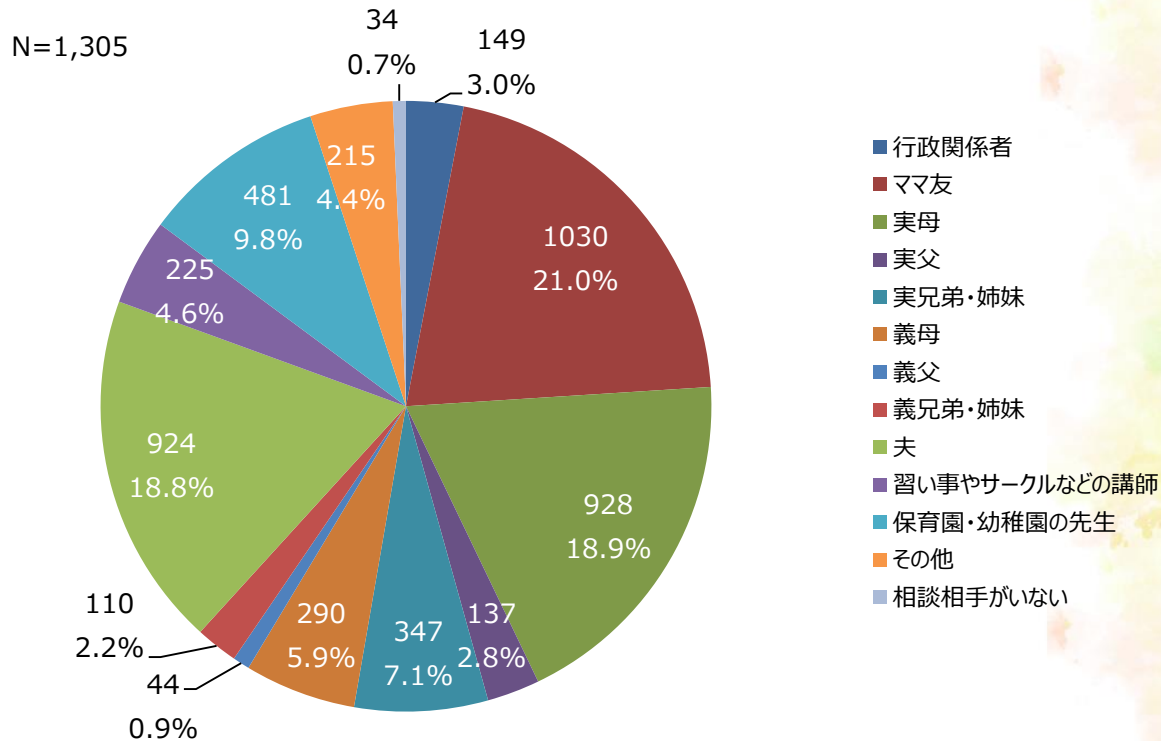
### 3-4-3：利用したことがない方は、その理由を教えてください。

N=225

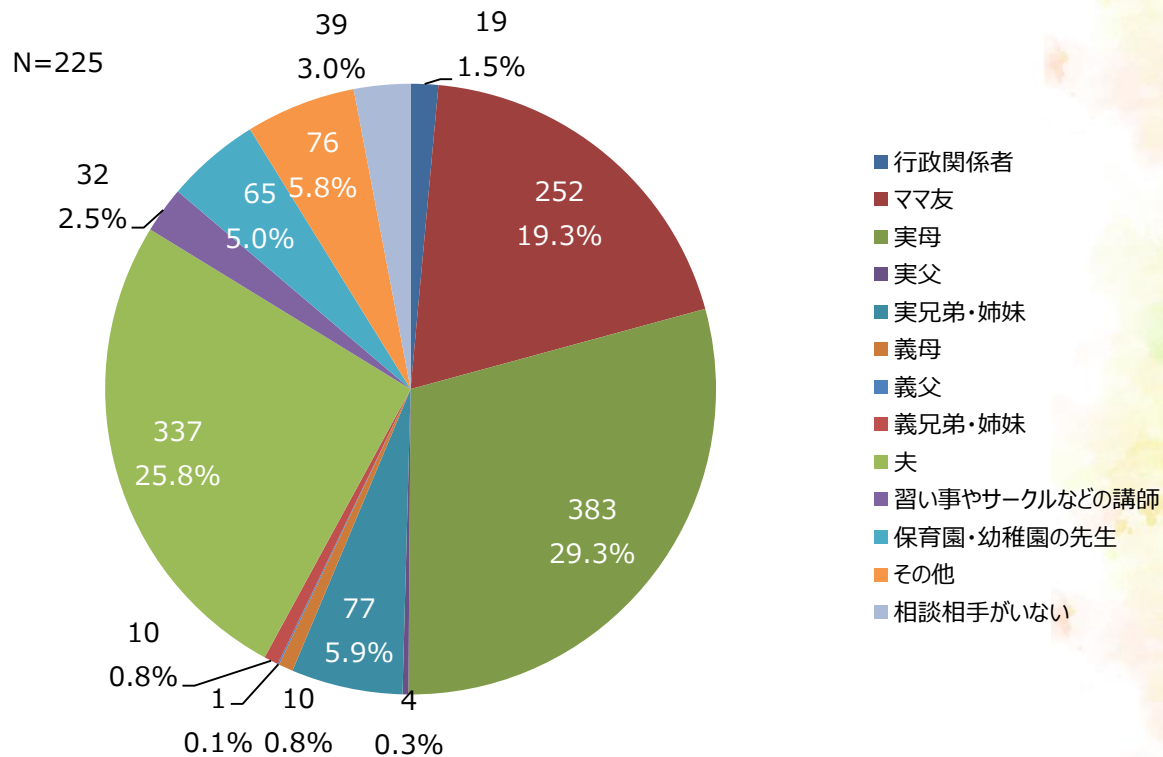




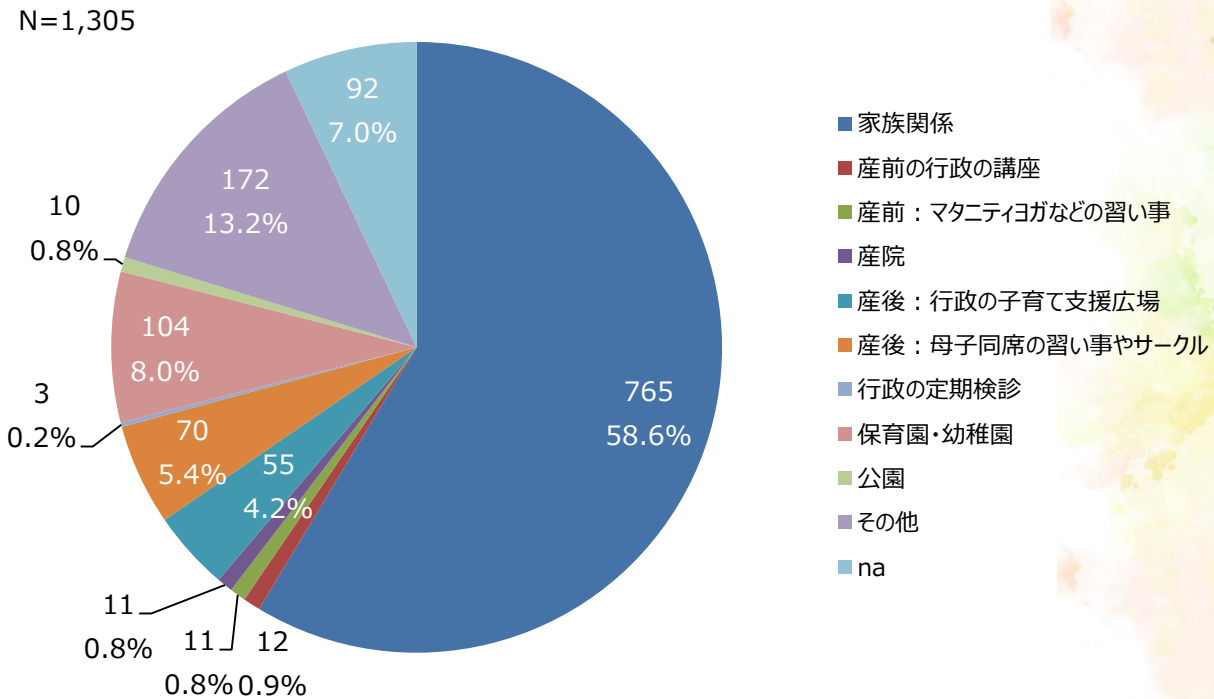
## 4-1：子育てについて相談する人がいますか？いる人は、 全てを選んで下さい。



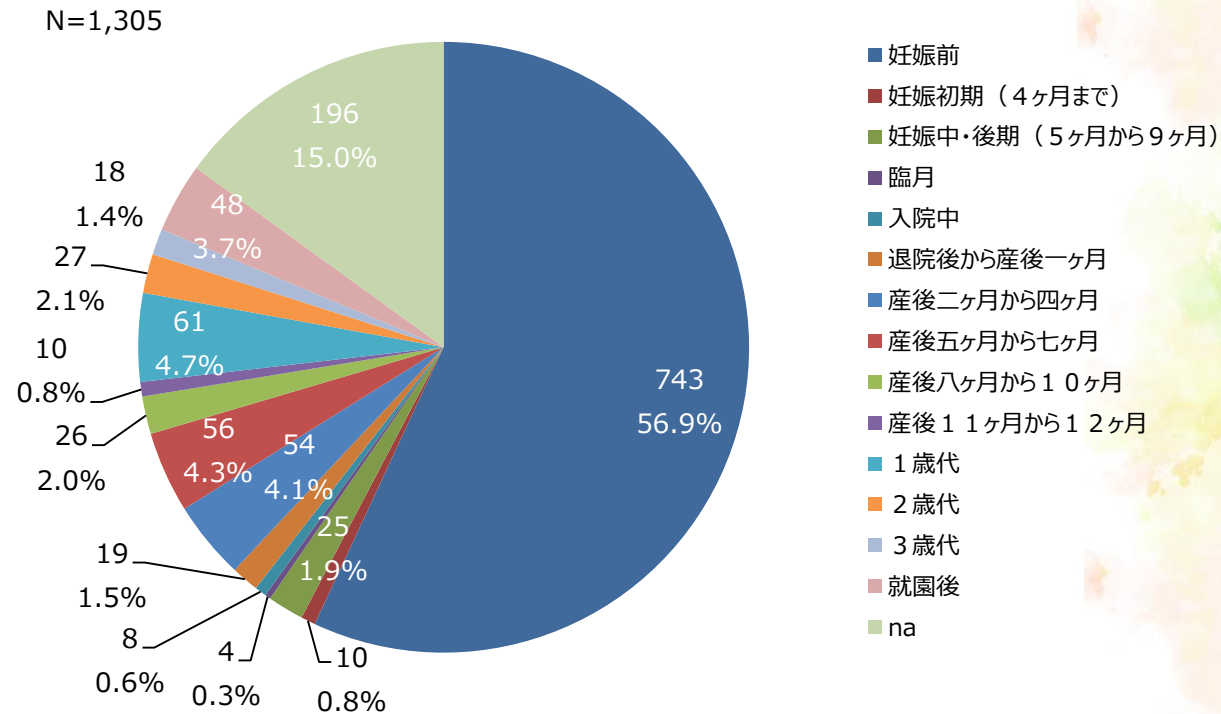
## 4-1-1：上記で選んだ相談相手の中で一番信頼できる人を選んで下さい。



## 4-1-2：一番信頼できる相談相手と出会ったのはどこですか？

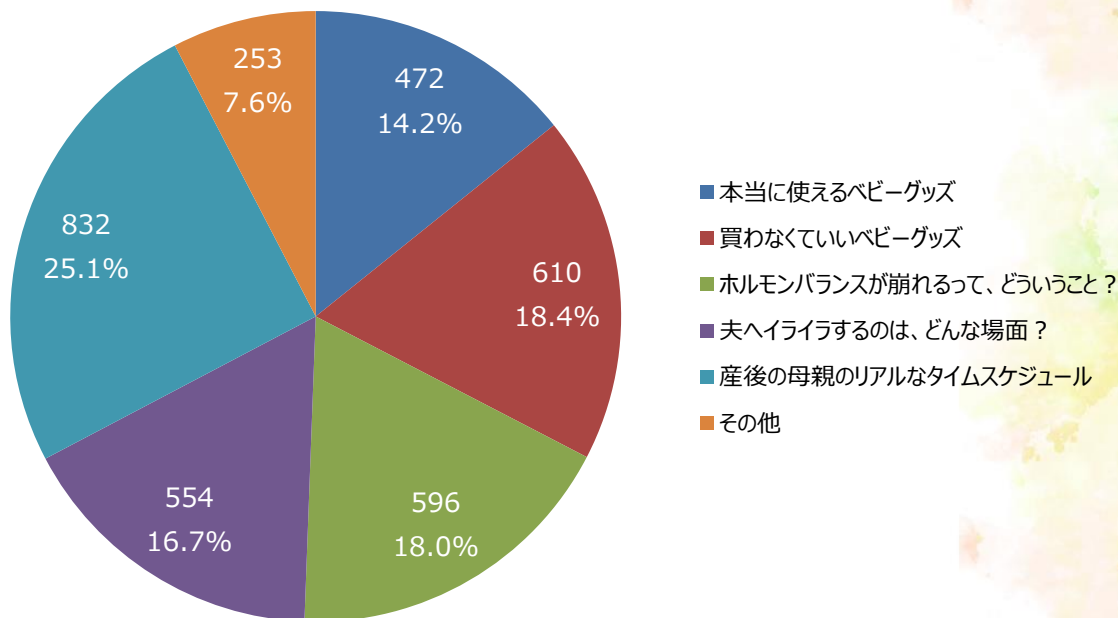


## 4-1-3：一番信頼できる相談相手と出会ったのは、いつごろですか。



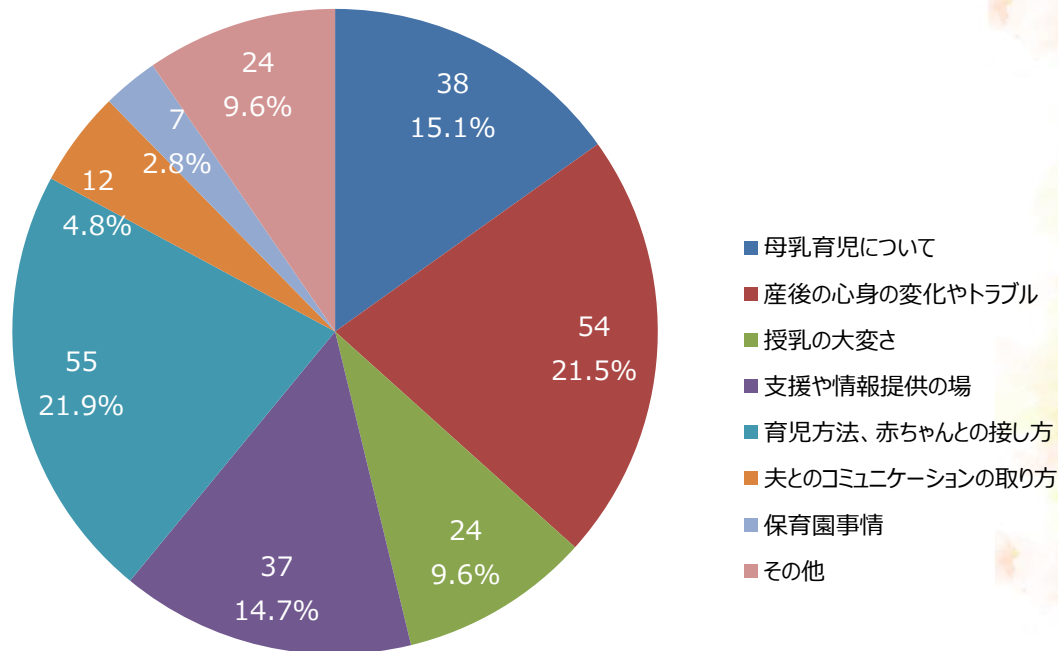
## 5-1：妊娠中に知っておきたかったと感じることを、すべてお選び下さい。

N=1,305



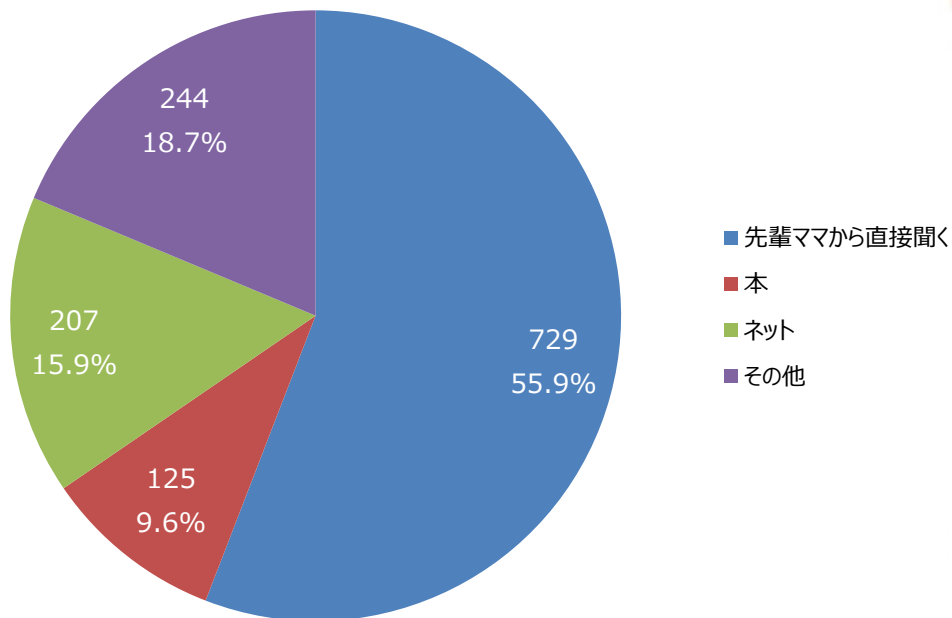
## 5-2 : 5-1 でその他を選んだ方は、妊娠中に知っておきたかったことを、具体的にお書き下さい。

N=253



## 5-3：上記の内容を、どのような形で知りたかったですか？一番当てはまるものをお選び下さい。

N=1,305



## 5-2 : 5-1 でその他を選んだ方は、妊娠中に知っておきたかったことを、具体的にお書き下さい。

### 自由記述一覧

- 【夜泣き対策】として、産後2ヶ月後くらいから起こして授乳したり、むやみに抱っこしなくて良かったということ。(入眠儀式を簡単なものにして習慣化する必要性)。【予防接種】をする意味を夫婦で産前に学び、自分達なりの予防接種への考えを深めておきたかった。子が1歳過ぎで【虐待防止プログラム】を受けたが、既に怒鳴ってしまってたことあり、産前にイライラのコントロール方や、子どもの発達段階などポジティブディシプリンの考え方などを学んだり、資料が欲しかった。【家の近所のママ友を作ると便利なこと】ママ友が遠いと、子を車に乗せて出かけにくい時に会いにくくなる。【睡眠の大切さ】子を託児預けてでも、定期的に睡眠や休息を取る事が大切だったと体を壊して感じた。
- ・ベビーグッズをどこでどうやって入手するかという情報。店で購入以外にも。
- ・世の父親の頑張っている子育て情報。こんなにやっている人いるんだよと夫に見せつけたい。
- 1. どうすれば母乳の出をよくすることができたのか。産院がムリして母乳を与えない方針だったため、そもそもミルクは必ず飲ませるものなのかと思って退院後も混合で育児していたら、出産直後から出ている母乳の出が良くなってきて、完母に移行するのにとても苦労した。ネットで調べて、母乳の本も読みあさって、頻回授乳(一日20回以上)でなんとか完母になったけれど、そんな情報は産前にもっと詳しく聞いておきたかった。出産した翌日から母乳が出てパジャマを汚してしまったのも衝撃だった。吸わなくても出るなんて、考えもしなかった。そんなこと、どこに書いてあったのか、今でも謎。
- 2. 夜寝かせるとき、赤ちゃんは抱っこせずに寝かしつけたほうがよいということも知らなかった。抱っこで寝かせるのが当たり前になると、ベッドに寝かせるときに起きてしまうことになって、それを添い寝で寝かしつけられるようにするのも苦労した。
- また、夜は真っ暗だと赤ちゃんは怖がるのかと思ひ豆電球で寝ていたが、真っ暗にした方が良かったということも夜泣き(泣かなくても、夜中に起きて寝ない状態)に苦しんだ末に保育士の先生に相談して真っ暗にした方がいいことを教わった。1年以上続いた辛い夜が豆電球を消していくらかラクになったなんて、本当に後から思えばあんな豆電球一つのせいで。。。と思ってしまう。
- 1人目の時は出産がゴールのような気がしていた。生後半年はお母さんからの免疫をもらっているから赤ちゃんは病気にならないようなことを聞いていたがすぐ高熱のため入院。家族もフルタイム勤務だったので病院では私の食事など自分で調達しなくてはならず、産後の兆しよくないなが無理をしまいそれがきっかけで体調を崩してしまった。
- K2シロップなどの不要性。
- 予防接種の乳児への負担具合。
- 必ず母体は不調になると思っていた方がいいくらいの気持ちのもちよう。
- あかちゃんの成長の仕方や病気などについて。
- いい加減でいいということ。母子手帳の副読本、育児書、インターネットなどの内容を「～しなければならない」と捉えてしまって、あるべき姿と現実の差が苦しかった。例えば、ミルクは3時間あげないと飲ませてはいけないと聞いていたので、「泣いてる、でもまだあと30分経たないとミルクはあげられない。出ないおっぱいを啜えて。でも泣いてる、ごめんね、あと5分...」というように本の通りでないと、すぐに命にかかわるのか!と言うくらいに神経質になっていた。
- でも2人目を育てていて思うのは、消化の問題なんだから10分くらい早くたっていいだろう、とか、泣くことも運動になるだろう、とか。
- そんな風に命の危険が無いことに関しては、いい意味で「いい加減」が子育てにはちょうどいい。All Right Reserved (株)乳幼児子育てサポート協会 ●



- オットの関わりかた
- おっぱい、ミルクをどのくらい、どのタイミングであげるのか
- おっぱいが出過ぎる人もいること等、おっぱいのイレギュラーなこと
- おっぱいがとても張ったり、落ち着くまでは母乳育児が大変なこと。
- おっぱいトラブルの具体例、産後の身体の負担が及ぼす後々の影響
- おっぱいのケア方法。ケアの必要性。赤ちゃんが飲みやすい乳首かどうか。など、母乳育児をスムーズに始められるための準備。
- お産した病院以外で、子どものこと自分の悩みを夜中も相談できる、救急相談のような電話でアドバイスがもらえるところ
- お風呂とか、母乳のこととか、結構適当にやっても大丈夫なんだよ、ってこと。
- カイザーの場合の次の出産への影響や、自身の体の変化。
- ここまで寝れないとは思ってなかったの、とにかく寝れないということ(個人差はあるが、寝れないという覚悟は必要かなど)。寝れない理由も知りたかった(授乳で起きるや、寝ぐずりするなど)
- このアンケートを作った人は、出産経験がある人ですか？緊急と書いてあったので、お手伝いになればと思いました、分かってなさすぎて、驚きました。自治体の状況の違いもあると思いますし、安易に集計して発表せず、地域の状況・環境を鑑みて発表してください。
- その他は、上記以外のことでもっといろいろありました。小児科医に3ヶ月までになりうる病気とその対応の講習があるのもいいと思います。書籍を渡されますが、見ずらいですし、妊婦や授乳中は眠いことが多いので書籍をそんなに読めませんでしたので。
- シングルで産んだ後のメンタル面
- すいつかない子供にどうやって授乳できるようにするか、どこへいけばいいか。妊娠高血圧や妊娠糖尿病になった母体と胎児への将来への影響、将来の罹患が高いこと。
- ずっと働いてきて、赤ちゃんとの接触も出産までほぼなく、そもそも赤ちゃんに寝かしつけが必要なことさえ知らなかったです...恥ずかしながら。もっと赤ちゃんとの生活や産前とのギャップについて知っておきたかった。
- ぜんぶ1人でできないってことを知っておけばよかった。
- つわり
- トイトレ 幼稚園保育園などの制度
- どこに行けばどんな情報が得られるのか？
- バラ色の妊娠中と違って、産後はすべての他人にかみつきたくなるような気持ちになりやすいこと。それが間違っていないこと。そのうえでの、そういったときの対処。
- ホルモンが崩れるとどんな症状とか生々しいリアルな話が知りたかった。また、夜泣きのひどさなど
- 病院での話などキレイごとに聞こえて。
- マニュアルを信じる必要がない事。
- 一生懸命にやらなくてもいい事。
- こうしなくちゃいけないはない事。
- 障害があるかもしれない事。
- ママの身体の変化のこと。
- ママ友の大切さ
- よく調べて子育てをはじめたので、とくにないからです。
- リアルな赤ちゃんの生態
- 育児で困った時の相談場所
- 育児ノイローゼの対処法

- ・ 育児雑誌はやはり広告である。
- ・ 赤ちゃんは時々全く寝ない夜がある。(一時的にでも)夫と寝室を別にした方が気楽。
- ・ おっばいは絞る必要はない。
- ・ おっばいは私の体調が良いと甘く、悪いと苦い。
- ・ 疲れたら、家事はやらずに寝て良い。元気になったらまとめてやればよい。
- ・ 夫は全く役に立たない、と思っていた方がイライラしないで済む。
- ・ 静かに過ごしたい日は電話もインターホンも電源オフ。
- ・ 育児書の成長過程は、あくまでも目安だよってこと。
- ・ 何もかも分からなかったのを知っていてもどうせ役には立たなかった
- ・ 会陰切開 母乳育児
- ・ 学資保険について、ねんね期の子供を連れて気軽に出掛けられる場所、生協でないネットスーパーの利用方法
- ・ 完璧にできなくてもいい、周りに頼って自分の体と心を休めることも必要
- ・ 義実家など孫ができてから変わる人への対応
- ・ 喫煙者で香水をつける義理母の滞在を断る勇気があればよかった。産後のデリケートな身体に義理母が振り撒く大量の化学物質に身体は耐えきれず、ひどい体調不良になり、化学物質過敏症を発症させ、その後長い間(今も)苦しみ、生活にも育児にも影響が出たので。あの時、義理母がうちに来なければ、、、断っていればこんなことにならなかったのに、、、と後悔しています。産後にデリケートになる女性は多いらしいので、もっと対処法を知っていれば良かった。また、周りの人への教育も必要と思います。
- ・ 急いで買う必要のないベビーグッズ
- ・ 泣きのピーク。
- ・ 牛乳や予防接種を推奨しない先生
- ・ 形だけの行政の介入は、いらない。妊娠前から助産院にいてよかった。行きつけの助産院が安価で使えると嬉しい。
- ・ 激しいつわりのときはどうすればよいか
- ・ 口唇口蓋裂の知識。
- ・ 行政以外産後ケアさーび
- ・ 骨盤ケア
- ・ 最初の授乳は乳首がめちゃくちゃ痛い。腫れる。あと母乳が出ない。
- ・ 細切れ睡眠が予想ほどは辛くなかったこと
- ・ 産後、こんなに頻回に赤ちゃんが泣くこと
- ・ とりあえず泣くと常におっばいをあげていた。なんで泣いているのか分からなかった
- ・ 産後すぐって隠された部分だから知らないことだらけでめちゃくちゃ不安だった
- ・ 赤ちゃんに話しかけること
- ・ 赤ちゃんって何でも知っていること
- ・ もっとはやくから助産院を知りたかった
- ・ 産むところ=病院
- ・ としか頭になかった
- ・ 産後、授乳中のほうがおっばいトラブルなどで食べ物に制限が出ること。
- ・ 産後、大変なことはどんなことか。

- 産後、誰にも頼れず、たった1人での子育てが後々、どんな影響があるか（悪い意味で）
- 私自身が知らなかった為、現在、産後うつから鬱病になり毎日毎日、自殺を考えながら誰も助けてくれる人がいない中で子育て中なので。
- 産後うつの予防法
- 産後うつや産後の母体が交通事故後のようにボロボロであること
- 産後クライシスについて。母親のメンタル変化の対処について
- 産後クライシスについて知っておきたかった。
- 産後サポートがたくさんある事
- 産後と育児はトラブルばかりであること
- 産後に甲状腺機能低下症になる可能性があること
- 産後に本当に動けないということ
- 産後に利用できるサービス
- 産後の悪露のこと。
- 産後の具体的な赤ちゃんとの過ごし方
- 産後の骨盤ケアへの仕方
- 産後の子宮収縮の痛み。産んだ後も痛いとは思わなかった。
- 産後の子供の熱や怪我などの対処方法 相談方法
- 産後の自分の身体と心の変化、産後、気持ちを楽に過ごせるために産前にできること。
- 赤ちゃんのよくある症状。
- 産後の自分の体の変化について。産後の赤ちゃんについてのケアはあちこちにあっても、お母さんの体についてのケアはあまりない気がする。
- 産後の授乳おっぱいを搾り出す事
- あんなにも痛くて辛い事は忘れません！
- 産後の女性の精神面を夫に理解させる方法
- 産後の情報。
- 遊び場、話す場。
- 産後の寝不足より、子供が1～2歳で言葉が通じない方が大変
- 産後の心身の変化について、具体的なこと。
- 産後の身体のダメージは大きく、養生が重要なこと。母乳につまづくことがあるということ。
- 産後の身体の変化
- 産後の身体の変化、心の変化、信頼できる小児科との繋がり
- 産後の辛さ
- 産後の絶望的な精神状態。虐待(子どもへの暴行)をしてしまったときの相談先。
- 産後の体の傷み
- 産後の大変さ
- 産後の尿漏れ
- 産後の母親の心身の状況

- 産後の母親の身心がどうなるのか
- 産後は思ったように予定が運ばない、出かけられない
- 産後骨盤をしめること
- 産後鬱になりやすい時期、理由
- 産褥期に母体をケアすることの大切さと、そのために具体的に必要なこと、できること、受けられるサービス。（私自身、産褥期を心身ともにゆったり過ごせなかったことで、後々支障が出たと感じるため）
- 産褥期の過ごし方、サポート体制の作り方、同時期に出産したママ友と出会える場所
- 産褥期の正しい過ごし方(とにかく横になる)
- 産褥期の養生の重要性、産後の夫とのコミュニケーションの取り方
- 子どもが夜眠らないとき、疲れたとき、誰に相談していいかわからなかった
- 子育てでやらなくてもいいこと、無理に考えなくてもいいこと
- 子育てにもおわりは来る。そして、今の一秒を大切にしないと後悔することを、育児中の自分に伝えたい
- 子育てに正解はない。周りにもっと甘えてもいい、ということ。
- 子育ての大変さ
- 子育ての大変さ、孤独さ、異常さ。
- 細かい事を一つ一つ知りたかった
- (泣く子について、寝れないこと、洋服、病気、夜泣き、食事、虐待)
- 初めての育児で母親の精神的にも異常になる中、更に泣く子。
- あやしながら服の事など携帯で検索。
- いろんなことを先輩ママに聞きたいけどそのママ達も忘れていたり仕事復帰をして中々いい答えが見つからないなど本当に孤独だった。
- 子育ての不安
- 子育ては本やネットどおりではない個体差自分を責めない
- 子育て情報全般
- 子育て中のママの気持ち
- 子供とのコミュニケーション
- 子連れで遊びに行ける場所（子育て支援センター等）
- 子連れで利用できる場所や習い事
- 支援施設以外の交流の場
- 自分の睡眠時間がほとんどなくなる事。子供を産んだ後、一人の時間がまったく無くなるのに、自分以外の誰にも頼れないという孤独感が付きまとう事。妊娠中（子供が生まれる前に）やっておけばよかった事が多く、やっておけばよかった～という後悔が多かった。
- 自分の体・気持ちの変化、子育て支援の内容、
- 実母がいない(亡くなっている)場合、どうやって産後を乗り越えたか。事前に産後ドゥーラを頼んでましたが、相性があわなくて大変でした。産後すぐ心療内科のお世話になり、子供の世話が出来なくなり、保育園の緊急措置を申し込むまで追い込まれましたが、落ち着いたので保育士さんにベビーシッターに来てもらい乗り切りました。主人がたまたま保育関係者の知り合いが多かったので、助かったがそうでなければどうなっていたか分からない。
- 実母に頼れプレッシャー。実母から虐待されていたので「ご実家に頼れないの？」と聞かれる度にフラッシュバックが起きる。

- ・ 義母から虐待されていた人間にまともな子育てはできないなどモラハラを受けている。現在夫の仕事もあり引っ越しをしたばかりだが、地元を離れたことで嫌がらせが酷く、過呼吸やパニックになる。夫が守ってくれているが、勤務中に突撃されたら私だけで子供達を守るか、拉致されないか心配。
- ・ 授乳がこんなに大変
- ・ 授乳が慣れるまで乳頭が切れたりして辛いこと
- ・ 授乳トラブルについて
- ・ 授乳についてもっと具体的に知っておきたかった。夜泣きの対応も。
- ・ 授乳のやり方や大変さ
- ・ 赤ちゃんは上手におっぱいが飲めて、母親の自分も上手にあげれるものだと思っていたが、そんなことは全くないということ。
- ・ お互い下手っぴ同士で、ものすごく大変だった。
- ・ また、授乳を切り上げるタイミングがわからず、毎回1時間以上かかっていて、終わったと思ったら次の授乳という感じで、休む間も無く辛かった。
- ・ 授乳の大変さ
- ・ 授乳の大変さ、具體的なこと(最初は痛いとか、授乳間隔、張る、乳腺炎など)。産後ぼろぼろの体と頭ですぐ始まることだが、こんなに大変だと思わなかった。
- ・ 授乳の頻度と睡眠の上手なとり方 腱鞘炎にならない抱っこの仕方
- ・ 授乳パターンやリアルな生活の様子
- ・ 授乳時の痛み
- ・ 出産したら母乳がすぐ出るわけではないということ
- ・ 出産して、子供を怒鳴ってしまった人の気持ち。それをどう立て直したか。
- ・ 出産で母体はボロボロになること。また産後1か月はしっかり養生が必要で、その後は少しずつ産後ケアが必要だということ。
- ・ 出産による骨盤底筋のダメージや、出産前からのトレーニングについて
- ・ 出産後、わが子がかわいくもあるけど、自分が一人ぼっちになってしまってさみしく感じることもあるということ。決して、夫は私をひとりぼっちにしたつもりはないと思うけど、夜、かえってくるのが本当に待ち遠しかったー！（大人同士の会話をしたい。あばばば～(^\_^)v だけじゃない...と言う意味です)
- ・ 出産後のトラブルやその対処方法。例えば乳腺炎の初期対応や1人でお風呂の入れ方やおくるみ法、ちょっとした頭痛や風邪気味の時に使える薬など。
- ・ 出産子育てはいいことばかりじゃないこと。完璧にできなくて当たり前だということ。子育ての手の抜き方。
- ・ 出産直後の母乳の与え方。よく知らず、初乳をあげたのが産まれて2時間後くらいになってしまった。出産時、助産師さんもバタバタしていて「赤ちゃんの体温が少し下がっているので温めてあげて」とだけ言われて渡され、一緒に寝ているだけだった。いつおっぱいをあげ始めるのか分からず、2時間後くらいに巡回で来た時に「もうおっぱいあげました？」と当然のように聞かれ、あげなきゃいけないんだ！とその時初めて知りました。ひとこと言ってくれたらよかったのと思います。
- ・ 助産院でも出産できるということ。
- ・ 障害児の出生率は50%あるということ
- ・ 新生児に何が起きるのか、どんな事が起きやすいのか（乳児湿疹とか知らなかった）
- ・ 身体の変化、骨盤底ケアをしっかりとしたかった。夫が長女を可愛がれないことも知っておきたかった。そういう家族心理全般を。
- ・ 辛いときに頼ってもいい薬があるということ。影響が不明という不安で我慢してしまった。
- ・ 辛くておかしくなりそうな時の相談先
- ・ 睡眠時間が皆無になる事。
- ・ 無性にイライラする事。
- ・ 夫の育て方。

- 正しい抱っこ、授乳の仕方。
- 子供の発達段階。その必要性。
- 正しい抱っこの方法(知らなくて反り癖がついた)
- 生まれる前後での生活パターンのギャップ。生活の全てが変わると思ってもいいくらいだった。
- 精神バランスの取り方。?赤ちゃんとのお出かけの仕方。?外出先で落ち着かない子供のあやし方・対処法
- 昔の育児と今の育児の違い
- 赤ちゃんがオッパイを飲むこと、寝ることが上手くできない、練習が必要なこと。
- 赤ちゃんが泣いてたら、大体は、なかせておけばいいということ。
- 赤ちゃんが泣くことや寝かしつけること、家事をこなすことなど、分かっていることでも上手くいかなくても良いと気持ちを楽しませてくれること。出産後の入院中に聞く母乳についての話は助産師、看護師の考え方が様々で迷うし、実際に親身には教えてもらえないので専門的にかつ具体的に教えてもらいたかった。
- 赤ちゃんが集まる場所
- 赤ちゃんが寝ない子どももいるということ。リズムがそれぞれで違う。
- 赤ちゃんどう関わったらいいのか
- 赤ちゃんとの関わり方、手遊びうたやベビーマッサージ
- 赤ちゃんとの接し方。どうしたら子どもが可愛いと思えるようになるのか
- 赤ちゃんとはどう育っていくものかという簡単な発達過程
- 赤ちゃんにとって良い体勢など
- 赤ちゃんのリアルな生態 (寝ない、泣き止まない、おっぱい上手に飲んでくれない子もいる、など笑)
- 産前にそんな知識がなかったので、自分だけがうまく育児できていないのかと絶望的な気持ちだった
- 赤ちゃんの実態 (夜泣きやなかなか泣き止まないこと、後追いなどとてもよく泣くということ。また、細切れの睡眠や寝かしつけなどに時間がかかることもあるということ)
- 赤ちゃんのイタズラのように見える行動は身体を発達させるために必要な動きであるということ。
- 赤ちゃんの成長について
- 赤ちゃんの抱っこの仕方、赤ちゃんのお肌の知識、病気になった時の対処の仕方
- 赤ちゃんはあやしても泣きやまないことがあるということ。
- 産後の家事支援等の機関。
- 赤ちゃんは自分とは別人格
- 思い通りにならなくて当たり前
- 予定通りにならなくて当たり前
- そう思えばスムーズに事が進むと良かったと思える
- よく言うことを聞かないからという理由で危害を加えるのを聞くと、あなたは親の言う通りにしてきたのか?と問いたくなる
- 出来なくてもいいんだ、ゆっくりでもいいんだとゆとりを持っていいんだと
- 最初は何も出来ない赤ちゃんだけ、親の手が必要な時期は一生じゃない、だけどその今が大変だということを理解してくれるパートナーや身近な人がいたら悲しい事件は少なくなるんじゃないか、どうにも苦しくなったとき恥ずかしながら逃げられる場所があることを知ってほしい長くてすいません
- 赤ちゃんを寝せる方法

- 赤ちゃんを本当に抱いてみたり関わってみたり、ママになった人の話を聞きたかった。
- 赤ちゃん連れで行けるお店や、赤ちゃん連れで参加出来るイベントの情報
- 先輩ママの虐待しそうになったけど踏みとどまった話（時々虐待しそうになって自分自身が怖くなり自己嫌悪によく陥ったため）
- 専業ママは孤独を感じやすい事。意外と実親が頼りにならない事。
- 双子だったので双子の育児の仕方
- 早産の確率がわりと高く他人事ではないこと
- 存在する支援
- 体調の変化や産んだ後のおっぱいをあげるときにどうなるかなど。
- 退職後の手続きや、社会復帰に向けてのこと、貰えるお金のこと
- 大変な時は、「助けて欲しい」て、言ってもいいんだ、ということ
- 男性心理について
- 夫を知ることでより夫婦関係が良くなると思う 夫婦関係が良いと子育てもより楽に楽しくできると思う
- 地域の、信頼できる子育てサークル。 育児相談を謳った誘われて入った団体は、新興宗教団体で勧誘がしつこいのと、我が子の顔と名前、家の場所を知られているのが怖かった。
- 地域の子育て情報（校区内で）保育園や一時預かりのこと、自分は母乳がととも出にくく苦勞し、妊娠中の子育てイメージとのギャップに精神的にととも落ち込んだ。「母乳のすすめ」や「おっぱい育児」という言葉を目にする今でも胸が痛い。母乳が出にくかった人の本を読み、ミルクでもいい、大事なのは赤ちゃんとくっついて幸せにいること、という文を見て涙が出た。こどもが泣き止まない、夜泣きなど赤ちゃんに関する情報はたくさんあるけど、母親のお悩みケア情報（母乳が出ない、美容院に行けない、早く働かなくてはいけない）を妊婦健診していた病院で早く知りたかった。
- 帝王切開だったので、骨盤底筋を鍛えるマタニティヨガやストレッチ
- 乳腺炎にかかり苦勞したのでその予防方法
- 乳腺炎や子供の熱性痙攣などトラブルについての知識に乏しく、出産についてはなしなどは重点的に聞いていたが知らないことで困ったことがたくさんあった。産後も継続的に（乳児健診などの際に）講座などがあると良かった。
- 乳幼児がいると具体的にどんな制約が発生するか(入れなくなる施設、交通機関が使えるかどうか、など)
- 妊娠出産関連の情報のうち、何が俗説で何が真実なのか。科学的根拠のある話が知りたかった。助産師や区のセミナーでも俗説が真実のように語られていた。
- 妊娠中、産後の健康面、ホルモンバランスなどのこと
- 妊娠中に子育ての本を沢山読みました。沢山の情報がありすぎるからダメだと思う。
- 悩んだ時の相談先複数
- 破水→未熟児で出産したので、そうしたイレギュラーも想定させるような内容を知りたかった
- 疲れた時、イライラした時、逃げたい時の対処法。
- 必要なことは知っていたと思う
- 夫の理解のなさのタイショホウ
- 夫へのイライラとそのコントロール方法
- 夫を教育する方法（実は、後で大人の発達障害であると気づいたんですが。
- 結局、DVで離婚しました。正解でした。保育園に通っていたので、なんとかかりました。全く気持ちの読めない人で、子供ができてからは、それが問題に。それまでは、私がうまく合わせていたのでしょう。ただ、これは教育してどう、というものでもないということが、その後、私が勉強して理解しました。）
- 分娩そのものよりも、その後待ち受けている授乳や子育ての大変さへの覚悟。

- 保育園で育児体験ができることを、産後に知ったので、生む前に知れば体験したかった。
- そのような、育児サポートは、自分から探していかないとわからないので、母子手帳をもらうときなどに教えてほしいと思いました。
- 保育園に関する情報
- 保育園見学で聞いておくべきこと
- 保育園事情
- 母乳が足りてるのか分からないし、ミルクの作り方、どのタイミングでどれくらい飲ませたらいいのか、服などどのようなタイプが使いやすいか、抱っこ紐の正しい使い方、
- 母乳について（すぐに出るわけでは無いという事、吸わせ方が大事で、いかに直に吸わせる時間を増やすかご鍵という事）
- 母乳についての科学的で具体的な知識
- 母乳のこと
- 母乳のマッサージ、
- 母乳の出かた
- 母乳は産んだらすぐに出ると思っていた。母乳マッサージの痛さに驚き
- 母乳は誰でも十分に出るものではないこと。
- 母乳をしっかり出すことができる食べ物、うまくいかない時に対応してくれる施設などの情報。そして誰もが母乳は出産すれば出ると思っていたのに出ない人もいて、その場合は無理する必要はないということ。そういうことをもっと強くしっかりと産院等で伝えてもらっておきたかった。
- 母乳育児、寝れないこと、ホルモンの影響
- 母乳育児にするための方法
- 母乳育児について
- 母乳育児について(出産すれば当たり前前に母乳が出ると思っていたが、実際は子供が吸わないと出ない。自分は形が悪く、吸ってくれなかったために母乳が出ず、完全ミルクになってしまった。出産前にマッサージなどケアをしておけば良かったと後悔。)
- 母乳育児に関して（すぐ出なくても当たり前。いかに直にあげる機会を多く作るかぎ大事という事）
- 母乳育児の大変さ、新生児の詳細な特徴。
- 母乳育児の本当のところ。母乳育児に積極的という病院で産んだが、実はそうでもなかった。
- 母乳育児を軌道にのせ方
- 母乳育児希望だったので、どうしたら赤ちゃんのリズムが合うのか、食べちゃいけないものってあるのか、などの情報。
- 母乳育児方法、トラブル時の対応
- 本当にツライのは陣痛・分娩ではなく産後であること、ベビーグッズの中でも特に抱っこ紐について
- 無暗に気分が落ち込むこともあること、その原因。
- 無理に友達を作ってあげなくちゃとか、必ず一日一回は散歩に出なければという義務感は不要で出たいときに出るで構わない。お友達を作ってあげることもよいが、母といるだけで、母とくっついているだけで赤ちゃんは幸せということ。二人、三人と生むごとに散歩の義務感がなくなり自分のリズムで過ごせて楽になりました。
- 無料の育児サービス一覧
- 夜授乳したあと、中々寝なくて、ずっと泣いている。結局ゲップが1回だけじゃダメとわかりましたが、当時はなんで?ゲップさせたのに!とイライラしたので…夜寝てくれなくて泣いた時の主な対処法を知りたかった。
- 遊びに行く場所(どこに行っても赤ちゃんがいない)



- 予防接種、ステロイド、フッ素などの害
- 予防接種や検診のスケジュール・や必須以外の検診申告方法、戸別訪問があること、産後の体ホルモンの変化、育児フォローの場所（保育園やスーパーなどでの体重測定など）
- 離乳食について
- 哺乳瓶の乳首のサイズが違いや、授乳後の乳首のケア