



産後うつによる 虐待予防のための実態調査

with コロナ時代に深刻化している産後うつ。

様々な行動が制限される中で、子育て当事者の孤立を防ぎ産後うつを未然に防ぐために
今できることは？

2021 年 9 月

(一社)乳幼児子育てサポート協会

● はじめに.....	1
1. 基礎情報（回答者について）	2
2. 0歳代の子育て環境（複数のお子さんがある場合、最後のお子さんが1歳になるまでの期間）	7
3. 産後の気持ちについて.....	9
4. お子さんを怒鳴ったり叩いたりしたことがある方.....	22
5. 虐待するかもしれないと感じたことがある方.....	24
6. 子育てに関する相談相手.....	27
7. 自治体や産婦人科の産前の教室について.....	31
8. 乳児家庭全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）について.....	41
9. 自治体の電話相談について.....	51
10. 子育て支援ひろばについて.....	54
11. こんな子育て支援があったらいいな！	58
● まとめ.....	74

● はじめに

2020年から現在まで続く新型コロナウイルスの感染拡大により、妊婦及び産後の親子の孤立が深まり、産後うつの深刻化が大きな社会問題となっています。

子育てひろばの閉鎖や、産前の両親学級などの中止、産後すぐの訪問事業も中止される自治体もあるなど、行動制限の影響は非常に大きく、今までと同じ形の子育て支援だけでは親子の孤立や産後うつを防ぐことは難しいと考え、当事者の声を聞くために実態調査を行いました。

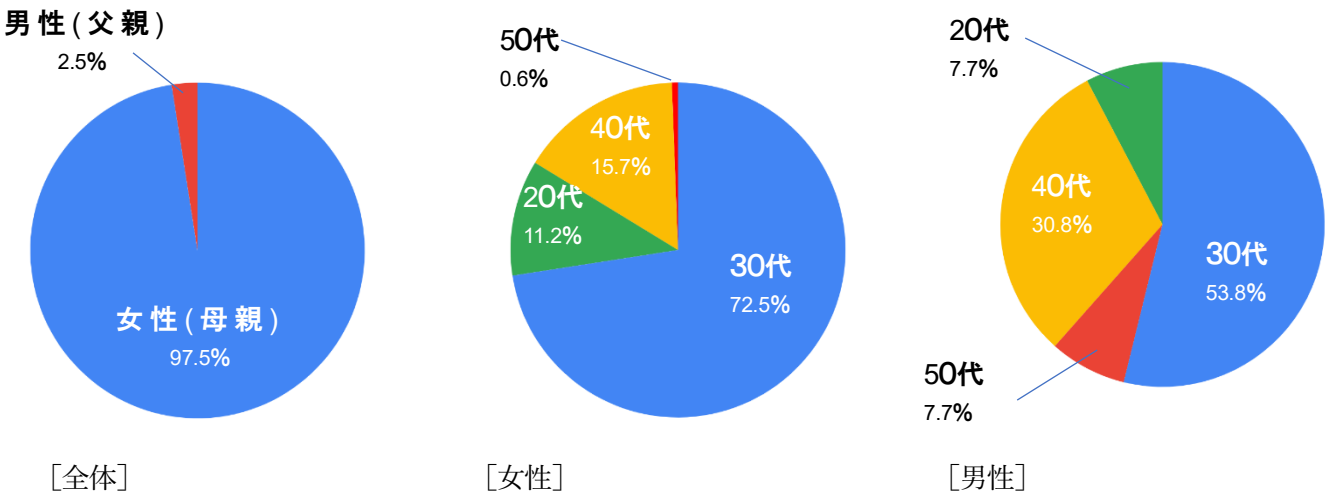
今回の調査は産後うつやうつと診断されたことのない母親が約91%、多胎児ではない回答者が約99%、婚姻関係も成立している中で、いわゆるハイリスクではない「普通」の両親が実態調査に協力をしてくださっていることを念頭に、データを見ていただきたいと思います。(設問2参照)

[産後うつによる虐待予防のための実態調査]

- ・調査期間 2021年6月25日～7月15日
- ・調査対象 未就学児をお持ちの男女
- ・調査方法 インターネットによる告知と回答
- ・回答数 523名(女性510名、男性13名)

1. 基礎情報（回答者について）

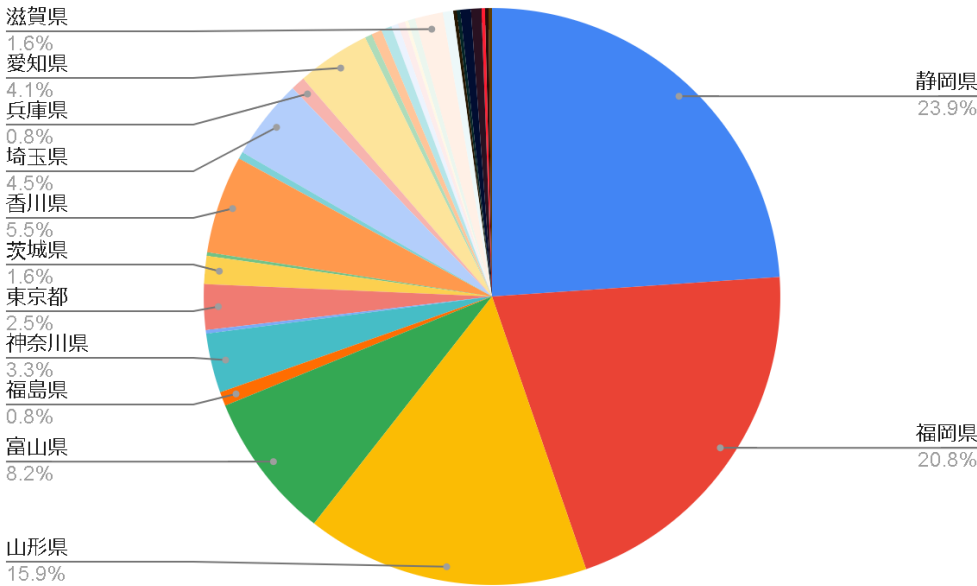
【男女比・年代】（設問 1－1、1－2）



1－3：0歳代の子育てをされていた時のお住まいを教えてください。

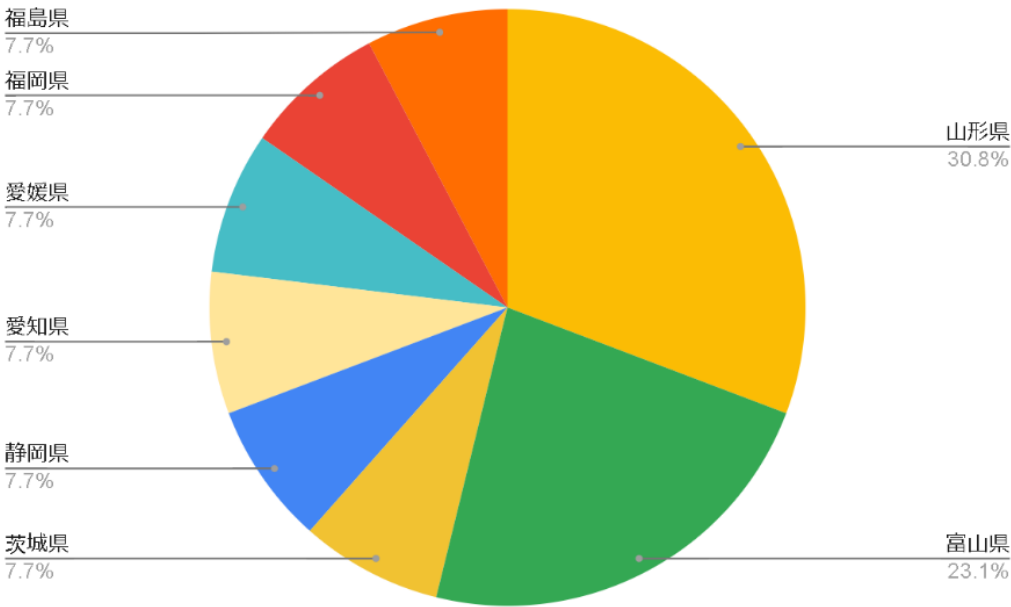
（お子さんにより居住地が異なった場合には、直近のお子さんについてお答えください）

[女性] 530 名



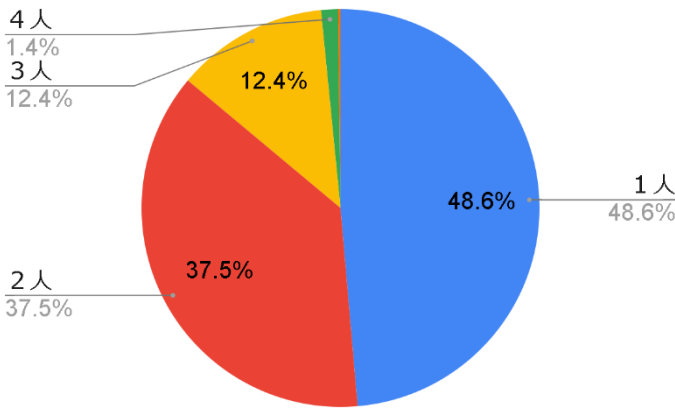
都道府県名	%	都道府県名	%	都道府県名	%	都道府県名	%	都道府県名	%	都道府県名	%
青森県	0.6%	栃木県	0.4%	新潟県	0.6%	静岡県	23.9%	岡山県	0.4%	沖縄県	0.2%
岩手県	0.2%	群馬県	0.2%	富山県	8.2%	愛知県	4.1%	山口県	0.2%		
宮城県	0.2%	埼玉県	4.5%	石川県	0.6%	滋賀県	1.6%	徳島県	0.4%		
山形県	15.9%	千葉県	0.6%	福井県	0.2%	京都府	0.4%	香川県	5.5%		
福島県	0.8%	東京都	2.5%	山梨県	0.6%	大阪府	0.2%	愛媛県	0.4%		
茨城県	1.6%	神奈川県	3.3%	岐阜県	0.2%	兵庫県	0.8%	福岡県	20.8%		

[男性] 13 名

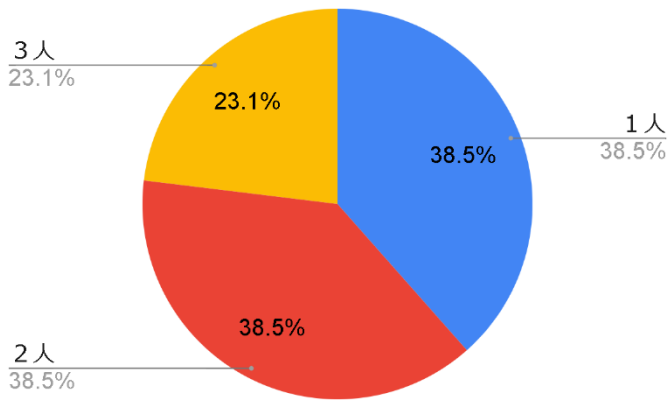


1 - 5 : お子さんの人数を教えてください。

[女性]

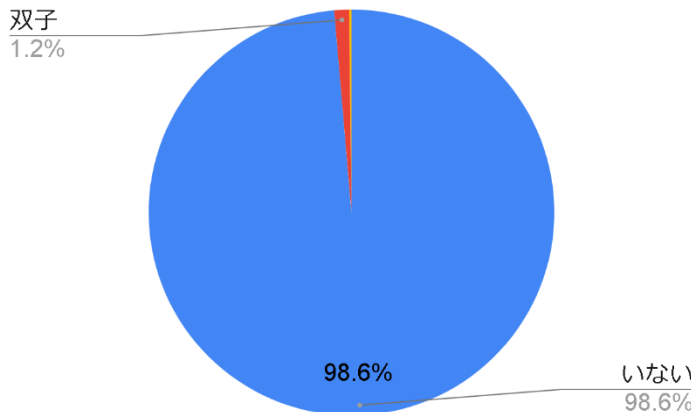


[男性]

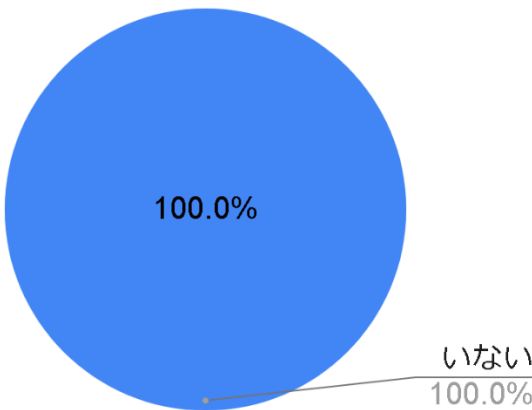


1 - 6 : 多胎児さんはおられますか？

[女性]

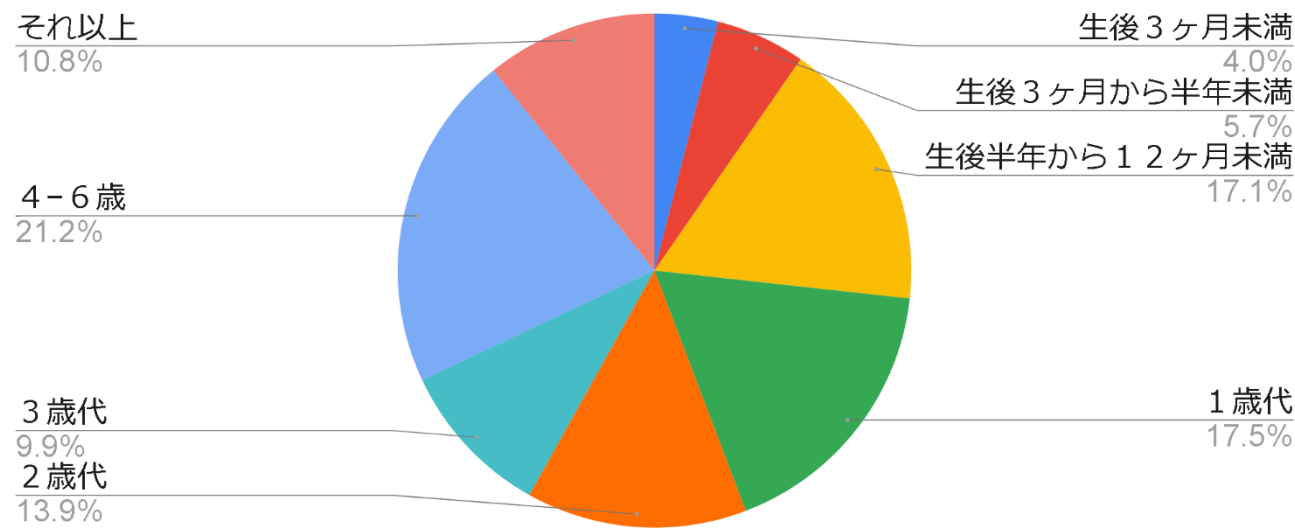


[男性]

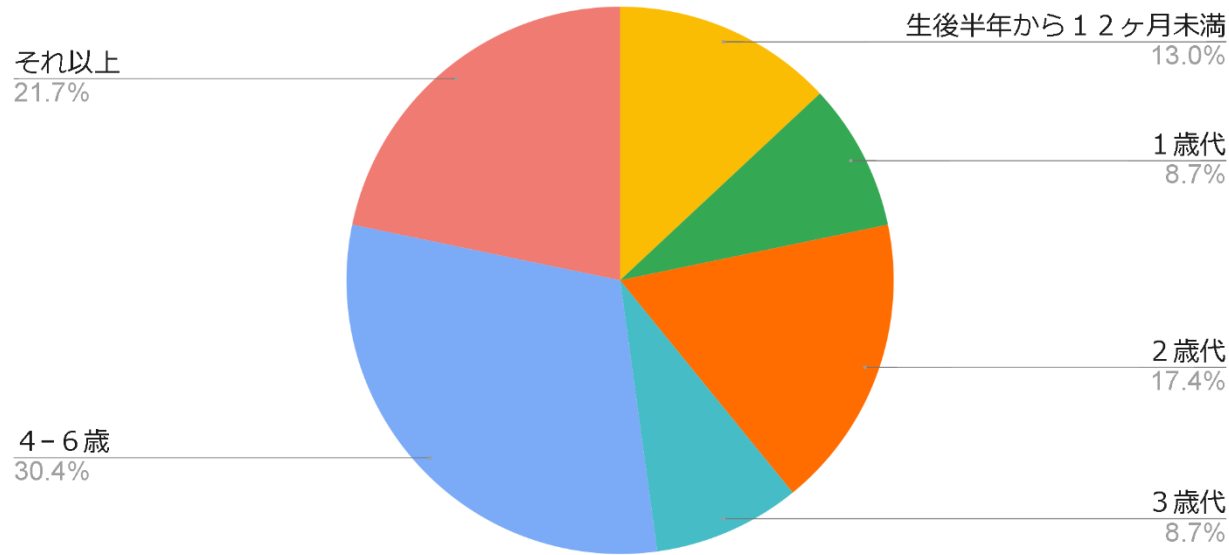


1－7：お子さんの年齢を全て教えて下さい。

[女性]



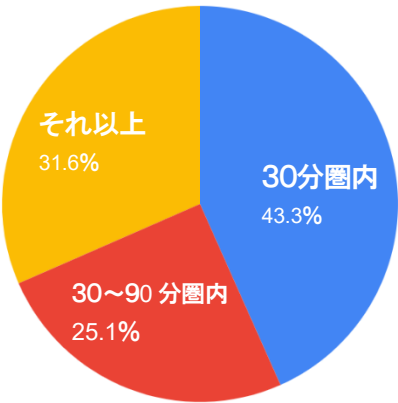
[男性]



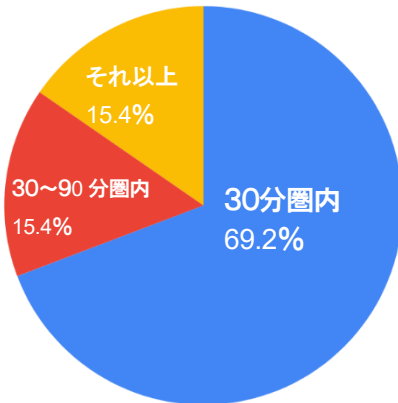
1－8：回答者様のご実家との距離を教えてください。

(お子さん連れて移動する時の移動手段でお答えください)

[女性]



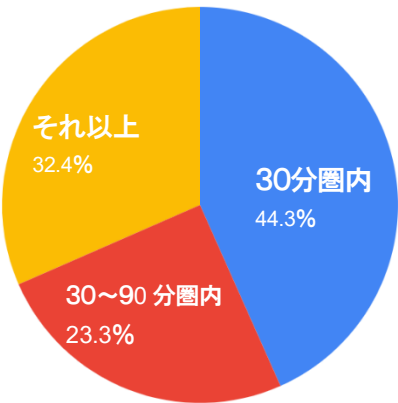
[男性]



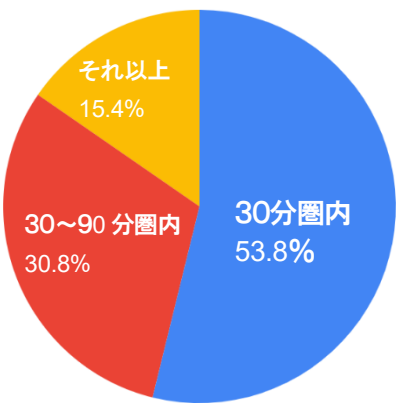
1－9：回答者様の義理のご実家との距離を教えてください。

(お子さん連れて移動する時の移動手段でお答えください)

[女性]



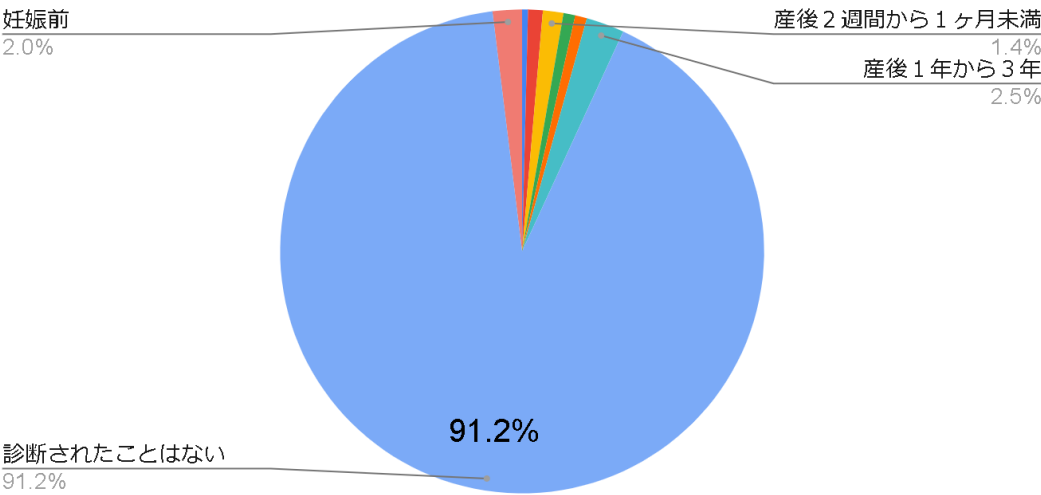
[男性]



1－10：回答者様、もしくはパートナーの方が産後うつ、もしくはうつ病と診断されたことはありますか。

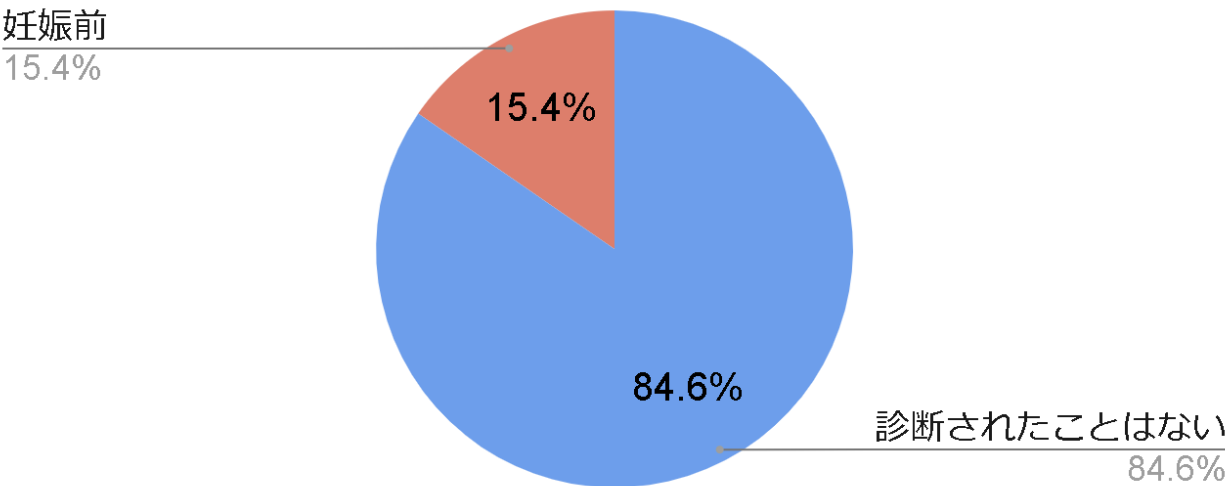
最初に診断された時期を一つお選びください。

[女性]



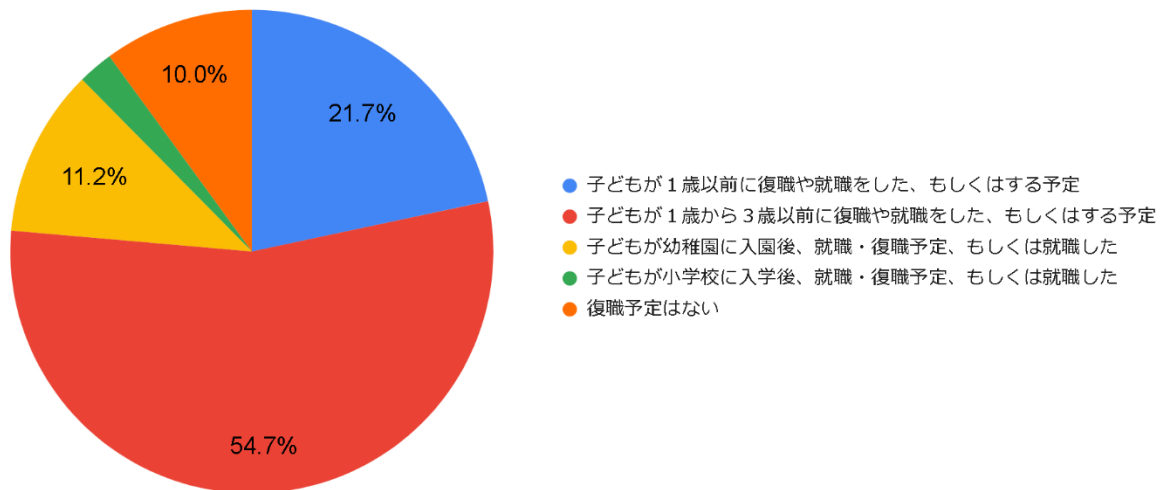
妊娠中	0.4%
産後2週間未満	1.0%
産後2週間から1ヶ月未満	1.4%
産後2ヶ月から4ヶ月未満	0.8%
産後4ヶ月から12ヶ月未満	0.8%
産後1年から3年	2.5%
診断されたことはない	91.2%
妊娠前	2.0%

[男性]

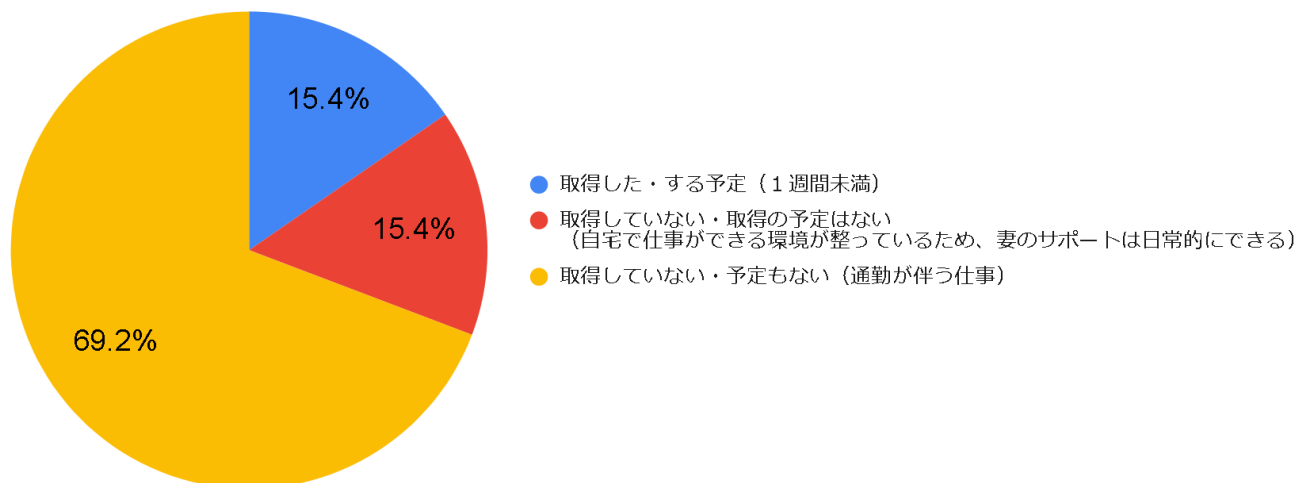


1-11:

【女性の方のみ】復職について教えてください。(直近のお子さんの場合に関してお答えください)

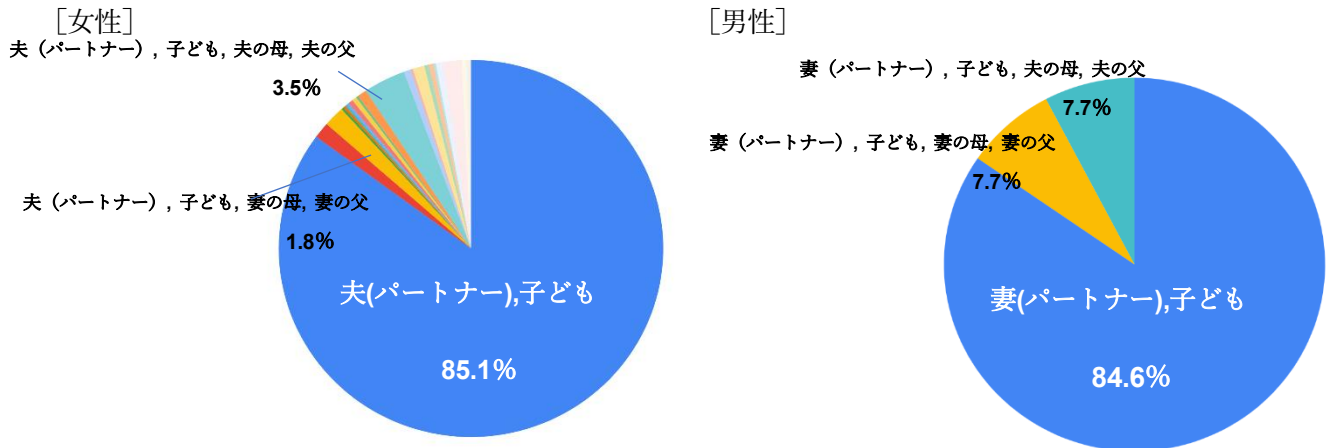


【男性の方のみ】育休の取得について教えてください。(直近のお子さんの場合に関してお答えください)



2. 0歳代の子育て環境(複数のお子さんがいる場合、最後のお子さんが1歳になるまでの期間)

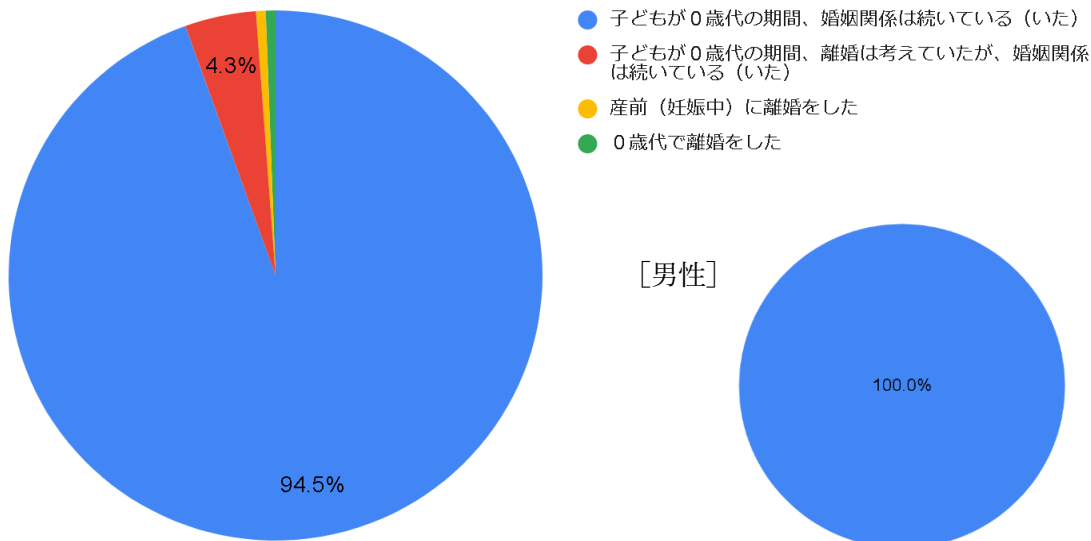
2-1:一緒に暮らしている(いた)方を全てお選びください。



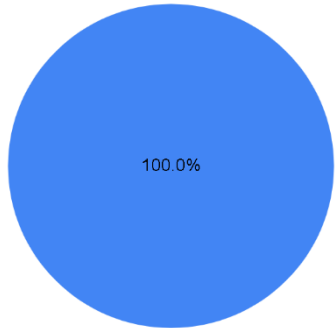
一緒に暮らしていた方	女性	男性
夫もしくは妻(パートナー), 子ども	85.1%	84.6%
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母	1.4%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, 妻の父	1.8%	7.7%
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, 妻の父, 妻の兄弟姉妹	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, 妻の父, 妻の兄弟姉妹, 夫の母, 夫の父, 夫の兄弟姉妹, その他	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, 妻の父, その他	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, 妻の兄弟姉妹	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の母, その他	0.4%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の父	0.4%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 妻の父, 妻の兄弟姉妹	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母	0.8%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母, 夫の父	3.5%	7.7%
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母, 夫の父, 夫の兄弟姉妹	0.6%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母, 夫の父, 夫の兄弟姉妹, その他	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母, 夫の父, その他	1.0%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の母, その他	0.4%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の父	0.4%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, 夫の兄弟姉妹	0.2%	-
夫もしくは妻(パートナー), 子ども, その他	0.6%	-
子ども	1.6%	-
子ども, 妻の母, 妻の父	0.4%	-
子ども, 妻の母, 妻の父, 妻の兄弟姉妹	0.2%	-
子ども, 夫の母, 夫の父, その他	0.2%	-

2－2：婚姻関係について教えてください。

[女性]

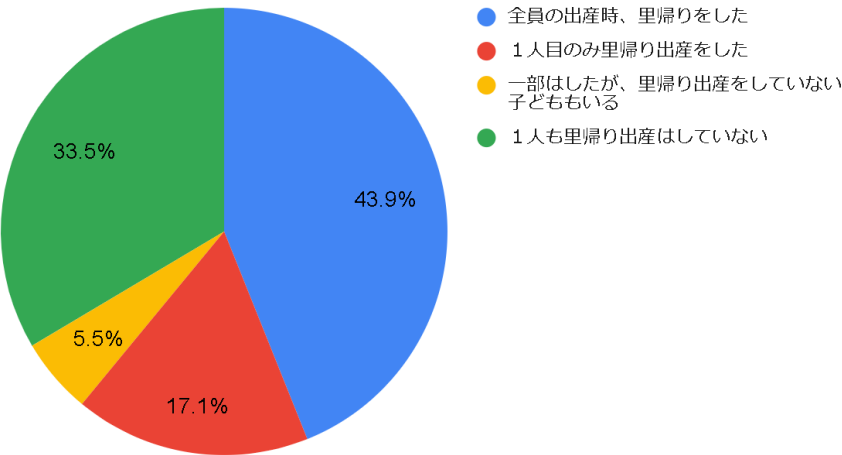


[男性]

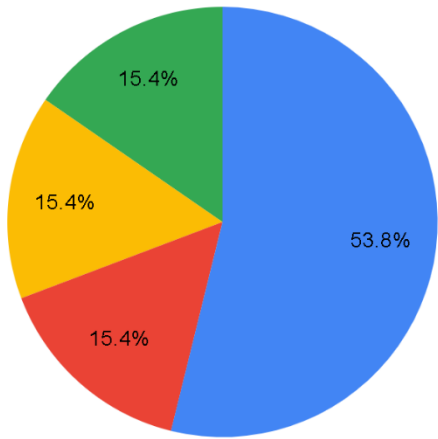


2－3：里帰り出産はしましたか。

[女性]

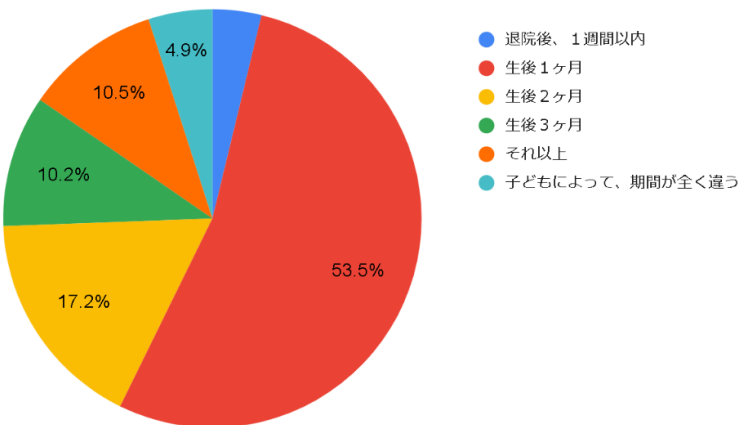


[男性]

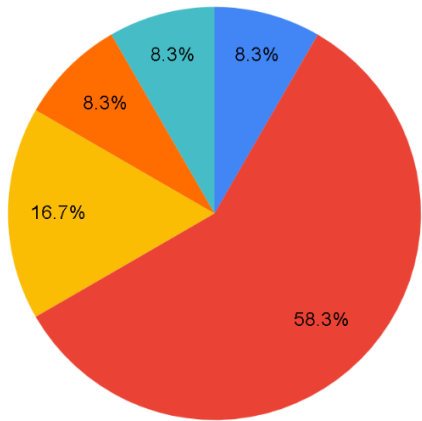


2－4：里帰り出産の期間を教えてください。お子さんが複数の場合は平均の期間をお答えください。

[女性]



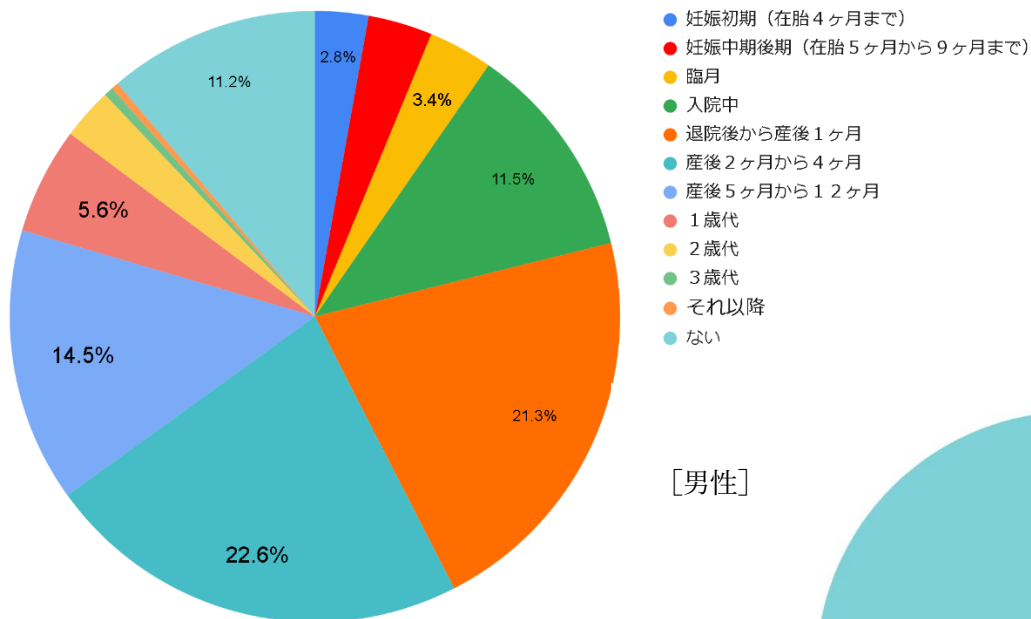
[男性]



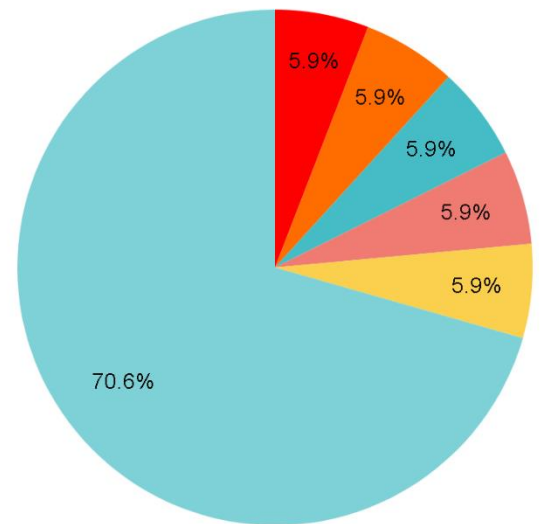
3. 産後の気持ちについて

3-1：孤独感を感じたことはありますか。特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

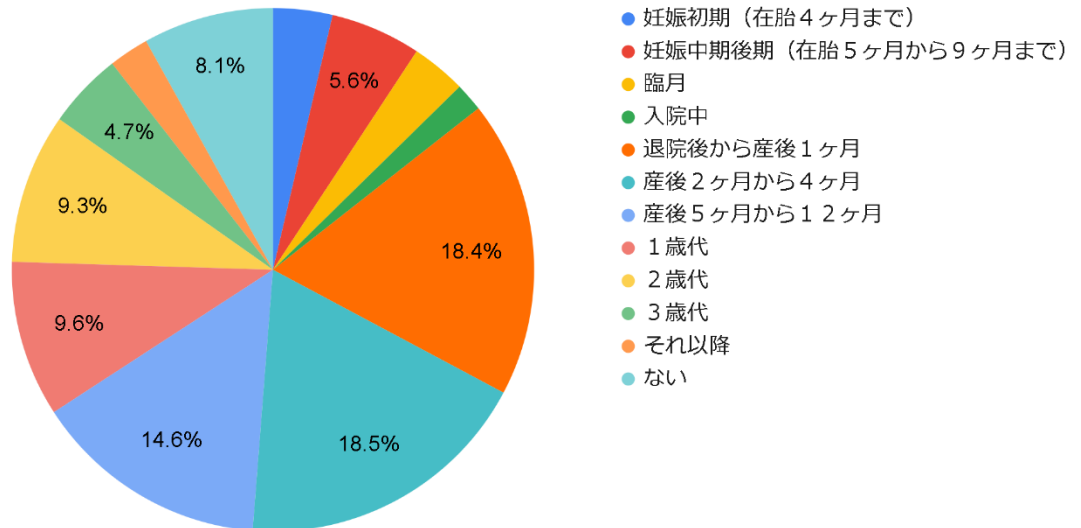


孤独感を感じた時期	女性	男性
妊娠初期(在胎4ヶ月まで)	2.8%	—
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	3.4%	5.9%
臨月	3.4%	—
入院中	11.5%	—
退院後から産後1ヶ月	21.3%	5.9%
産後2ヶ月から4ヶ月	22.6%	5.9%
産後5ヶ月から12ヶ月	14.5%	—
1歳代	5.6%	5.9%
2歳代	2.7%	5.9%
3歳代	0.5%	—
それ以降	0.4%	—
ない	11.2%	70.6%

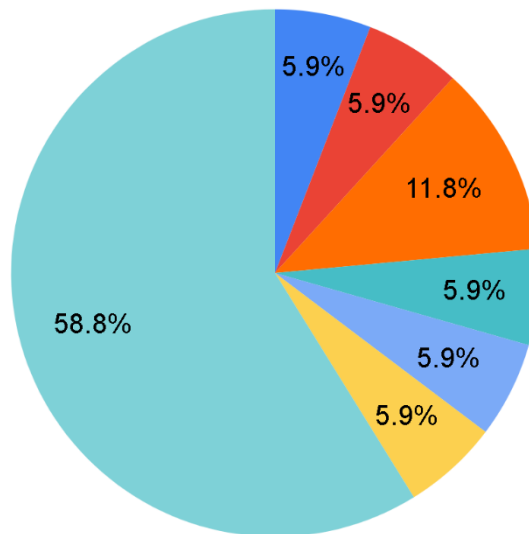
3-2: 自分でコントロールできないイライラ感を感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

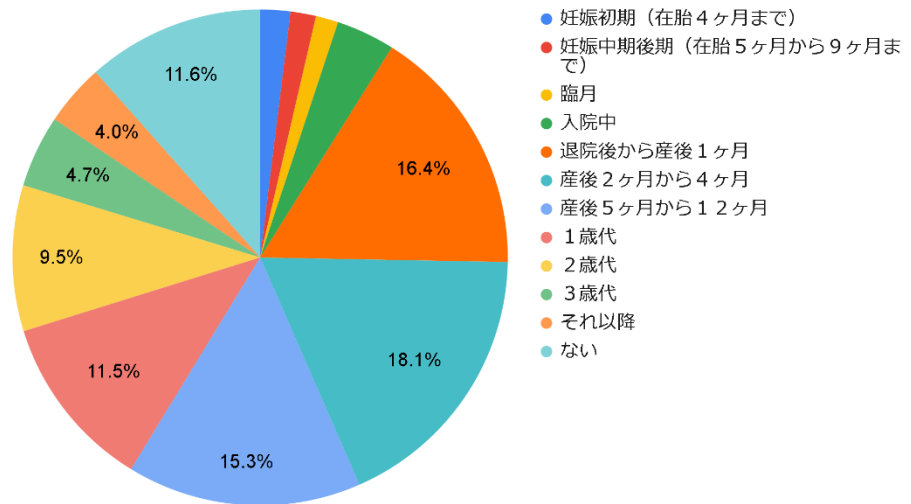


イライラを感じた時期	女性	男性
妊娠初期（在胎4ヶ月まで）	3.7%	5.9%
妊娠中期後期（在胎5ヶ月から9ヶ月まで）	5.6%	5.9%
臨月	3.4%	
入院中	1.7%	
退院後から産後1ヶ月	18.4%	11.8%
産後2ヶ月から4ヶ月	18.5%	5.9%
産後5ヶ月から12ヶ月	14.6%	5.9%
1歳代	9.6%	
2歳代	9.3%	5.9%
3歳代	4.7%	
それ以降	2.5%	
ない	8.1%	58.8%

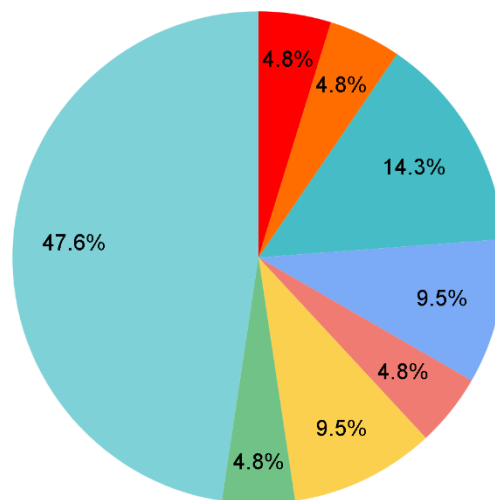
3-3: 親として失格なのではないかなどの、落ち込み感を感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

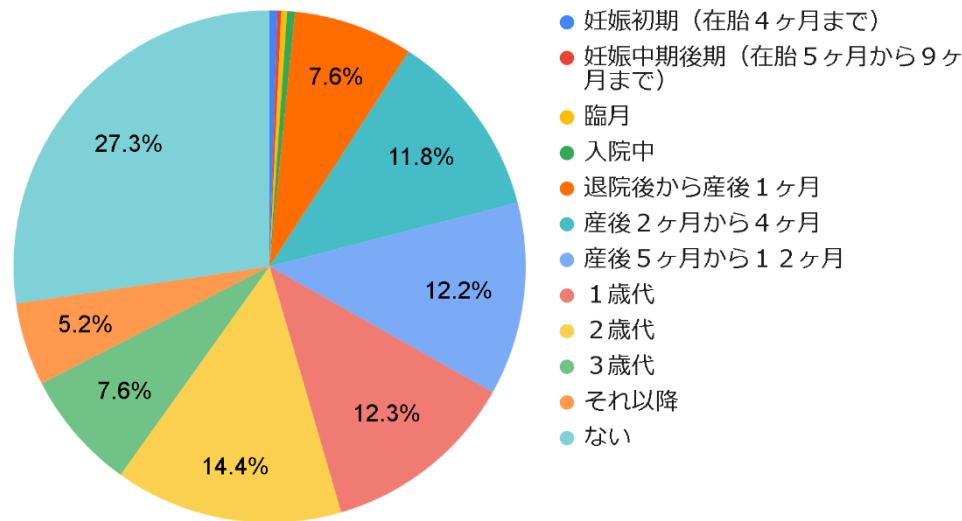


落ち込みを感じた時期	女性	男性
妊娠初期(在胎4ヶ月まで)	2.0%	
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	1.7%	4.8%
臨月	1.5%	
入院中	3.8%	
退院後から産後1ヶ月	16.4%	4.8%
産後2ヶ月から4ヶ月	18.1%	14.3%
産後5ヶ月から12ヶ月	15.3%	9.5%
1歳代	11.5%	4.8%
2歳代	9.5%	9.5%
3歳代	4.7%	4.8%
それ以降	4.0%	
ない	11.6%	47.6%

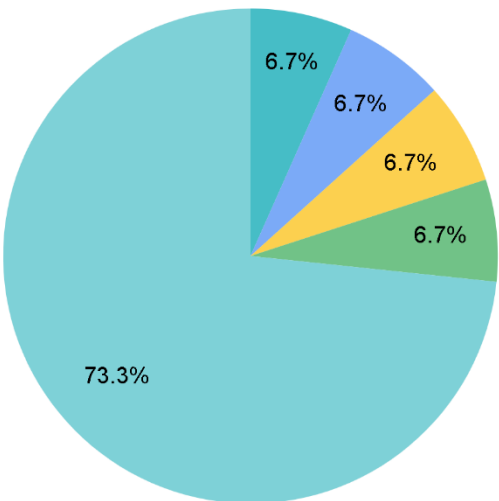
3－4：自分が子どもを虐待するのではないか？と感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

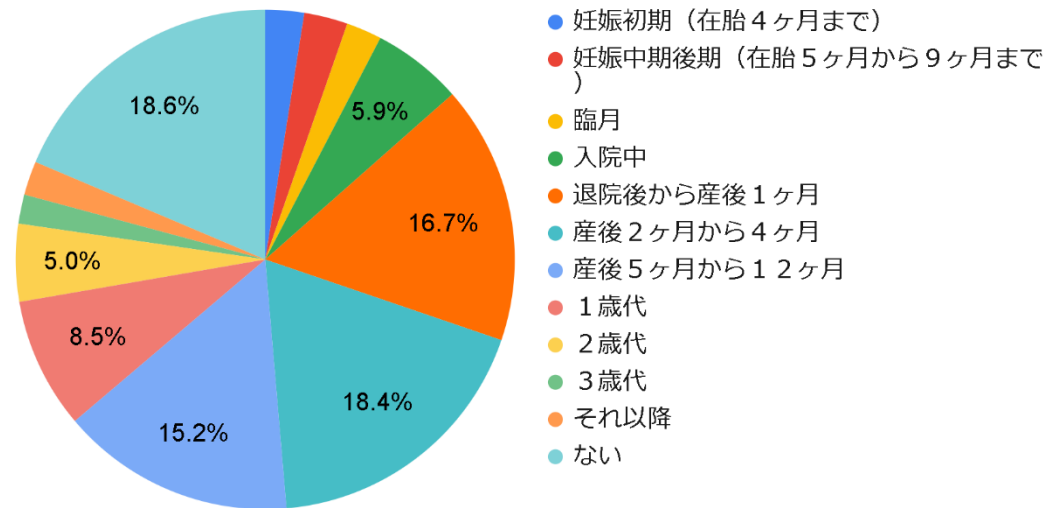


虐待するのではないか？と感じた時期	女性	男性
妊娠初期(在胎4ヶ月まで)	0.5%	
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	0.2%	
臨月	0.4%	
入院中	0.5%	
退院後から産後1ヶ月	7.6%	
産後2ヶ月から4ヶ月	11.8%	6.7%
産後5ヶ月から12ヶ月	12.2%	6.7%
1歳代	12.3%	
2歳代	14.4%	6.7%
3歳代	7.6%	6.7%
それ以降	5.2%	
ない	27.3%	73.3%

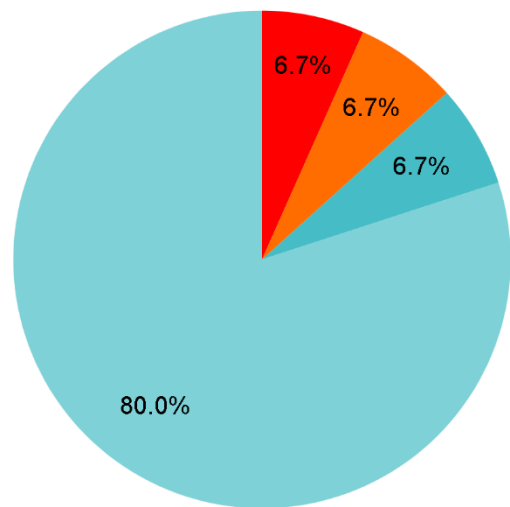
3－5：話したい！相談したい！けど誰に何を話したらいいかわからないと感じたことはありますか？

特に感じた時期を3つまでお選びください。

〔女性〕



〔男性〕

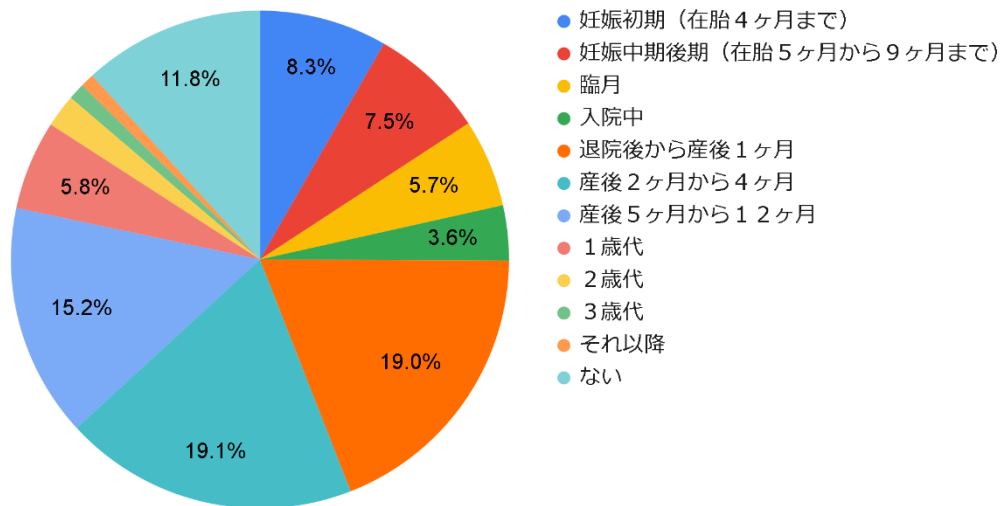


誰に何を話したらいいかわからないと感じた時期	女性	男性
妊娠初期（在胎4ヶ月まで）	2.5%	
妊娠中期後期（在胎5ヶ月から9ヶ月まで）	2.8%	6.7%
臨月	2.3%	
入院中	5.9%	
退院後から産後1ヶ月	16.7%	6.7%
産後2ヶ月から4ヶ月	18.4%	6.7%
産後5ヶ月から12ヶ月	15.2%	
1歳代	8.5%	
2歳代	5.0%	
3歳代	1.9%	
それ以降	2.2%	
ない	18.6%	80.0%

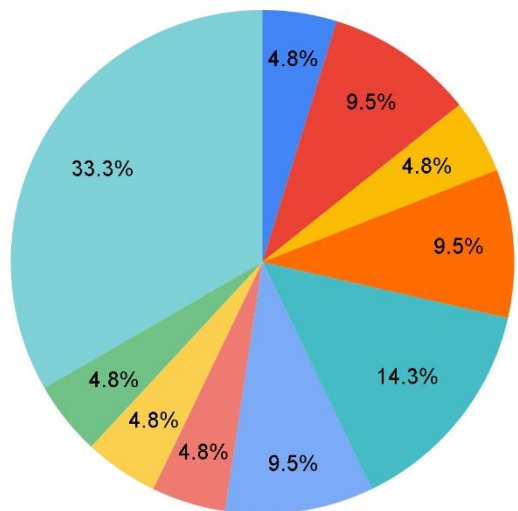
3－6：ネットや雑誌、アプリなどの情報を見て、混乱したり迷ったことはありますか？

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

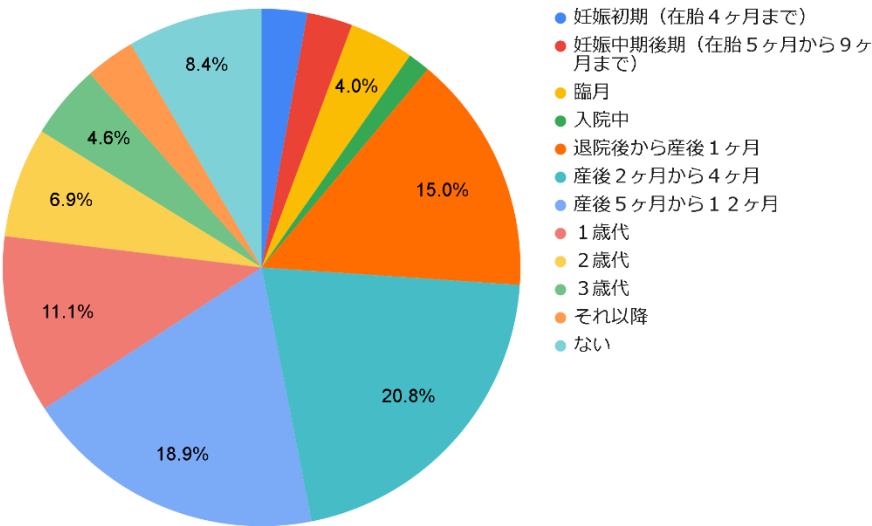


情報により混乱した時期	女性	男性
妊娠初期 (在胎4ヶ月まで)	8.3%	4.8%
妊娠中期後期 (在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	7.5%	9.5%
臨月	5.7%	4.8%
入院中	3.6%	
退院後から産後1ヶ月	19.0%	9.5%
産後2ヶ月から4ヶ月	19.1%	14.3%
産後5ヶ月から12ヶ月	15.2%	9.5%
1歳代	5.8%	4.8%
2歳代	2.1%	4.8%
3歳代	1.1%	
それ以降	0.9%	4.8%
ない	11.8%	33.3%

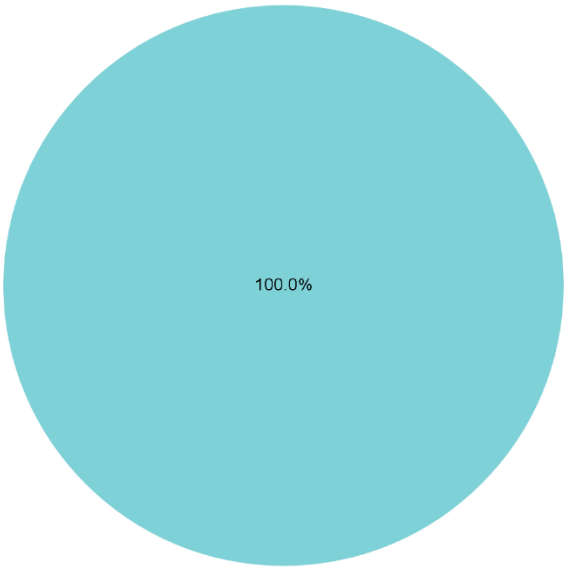
3-7: パートナーに対して「もっと子育てに協力してほしい!」と感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

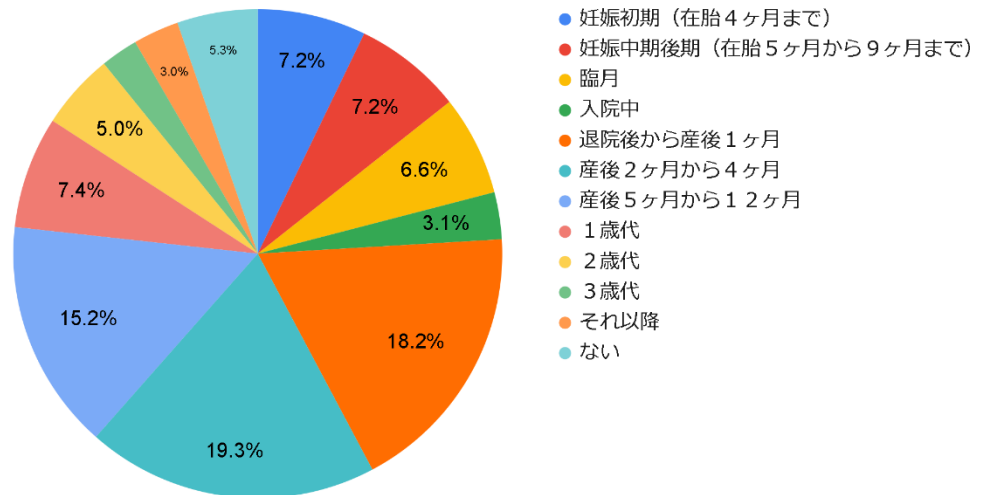


パートナーに協力してほしいと感じた時期	女性	男性
妊娠初期(在胎4ヶ月まで)	2.8%	
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	2.8%	
臨月	4.0%	
入院中	1.4%	
退院後から産後1ヶ月	15.0%	
産後2ヶ月から4ヶ月	20.8%	
産後5ヶ月から12ヶ月	18.9%	
1歳代	11.1%	
2歳代	6.9%	
3歳代	4.6%	
それ以降	3.1%	
ない	8.4%	100.0%

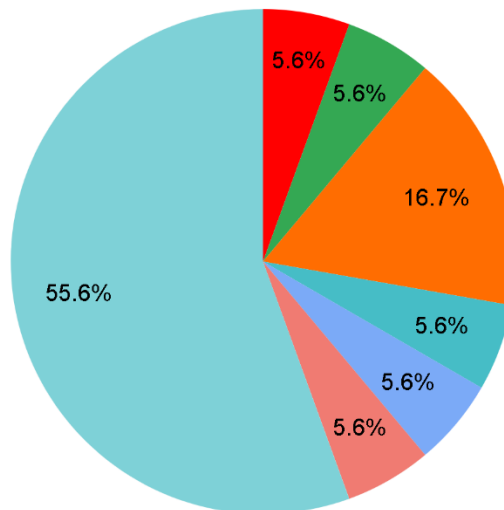
3-8: パートナーに対して「もっと気持ちを理解してほしい!」と感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

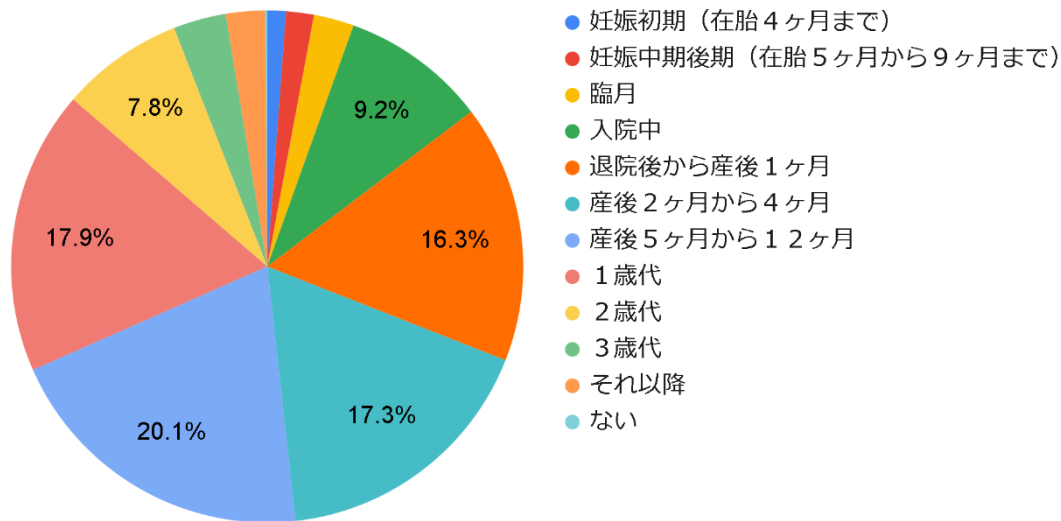


気持ちを理解してほしいと感じた時期	女性	男性
妊娠初期(在胎4ヶ月まで)	7.2%	
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	7.2%	5.6%
臨月	6.6%	
入院中	3.1%	5.6%
退院後から産後1ヶ月	18.2%	16.7%
産後2ヶ月から4ヶ月	19.3%	5.6%
産後5ヶ月から12ヶ月	15.2%	5.6%
1歳代	7.4%	5.6%
2歳代	5.0%	
3歳代	2.5%	
それ以降	3.0%	
ない	5.3%	55.6%

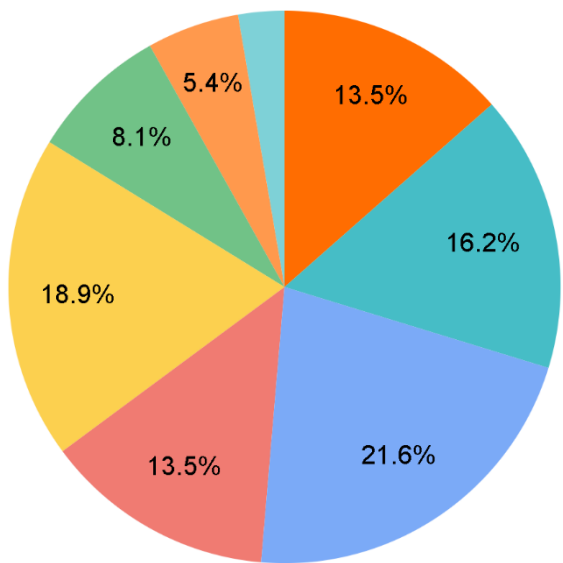
3－9：子どもってかわいいなあと感じたことはありますか。

特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



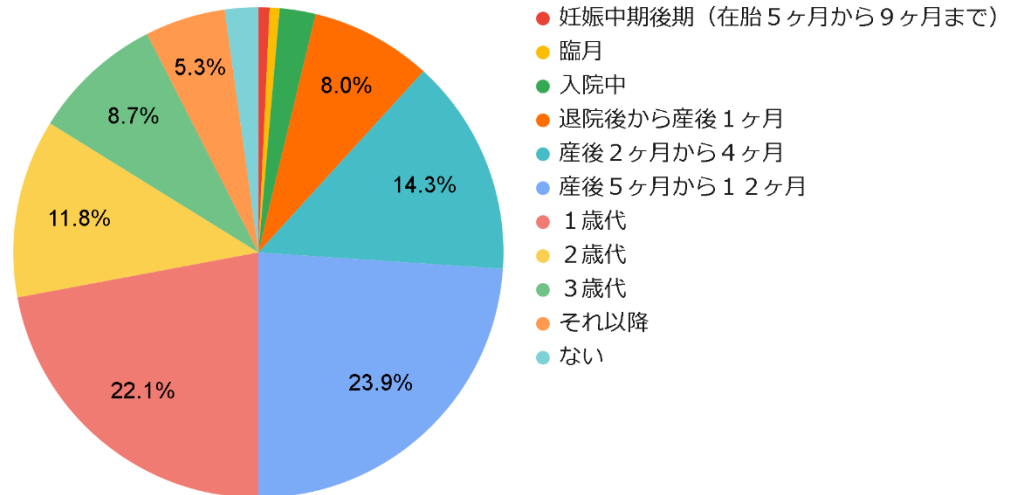
[男性]



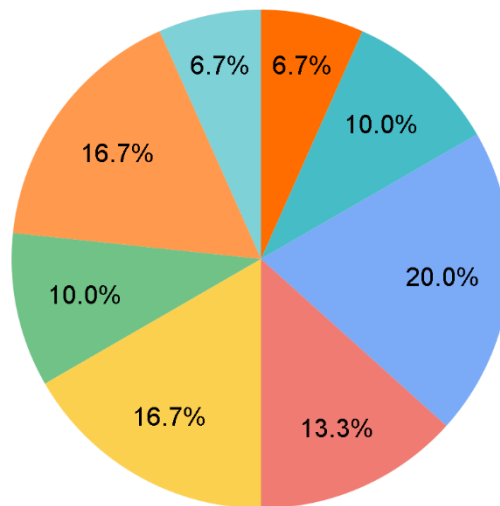
子どもをかわいいと感じた時期	女性	男性
妊娠初期（在胎4ヶ月まで）	1.2%	
妊娠中期後期（在胎5ヶ月から9ヶ月まで）	1.8%	
臨月	2.5%	
入院中	9.2%	
退院後から産後1ヶ月	16.3%	13.5%
産後2ヶ月から4ヶ月	17.3%	16.2%
産後5ヶ月から12ヶ月	20.1%	21.6%
1歳代	17.9%	13.5%
2歳代	7.8%	18.9%
3歳代	3.3%	8.1%
それ以降	2.5%	5.4%
ない	0.1%	2.7%

3-10：子育てって楽しいなあと感じたことはありますか。特に感じた時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

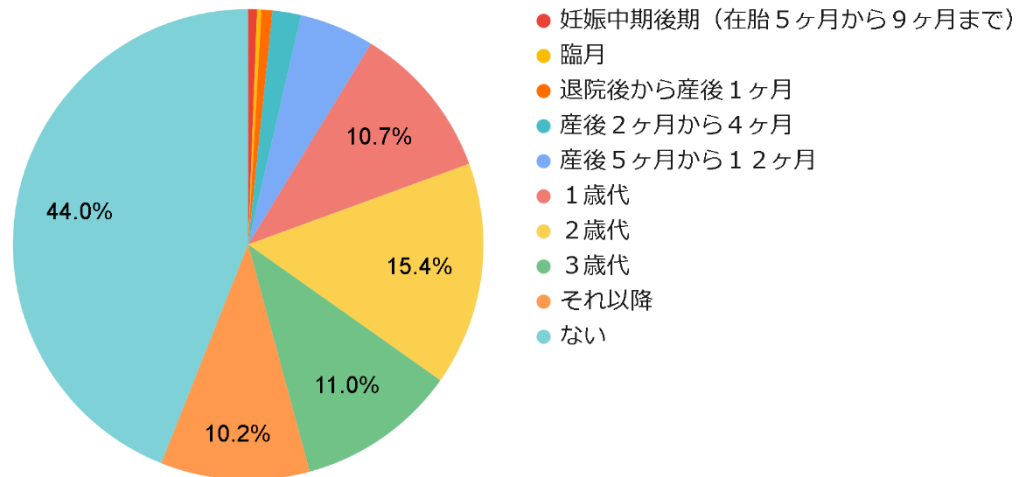


子育てが楽しいと感じた時期	女性	男性
妊娠中期後期（在胎5ヶ月から9ヶ月まで）	0.7%	
臨月	0.7%	
入院中	2.4%	
退院後から産後1ヶ月	8.0%	6.7%
産後2ヶ月から4ヶ月	14.3%	10.0%
産後5ヶ月から12ヶ月	23.9%	20.0%
1歳代	22.1%	13.3%
2歳代	11.8%	16.7%
3歳代	8.7%	10.0%
それ以降	5.3%	16.7%
ない	2.2%	6.7%

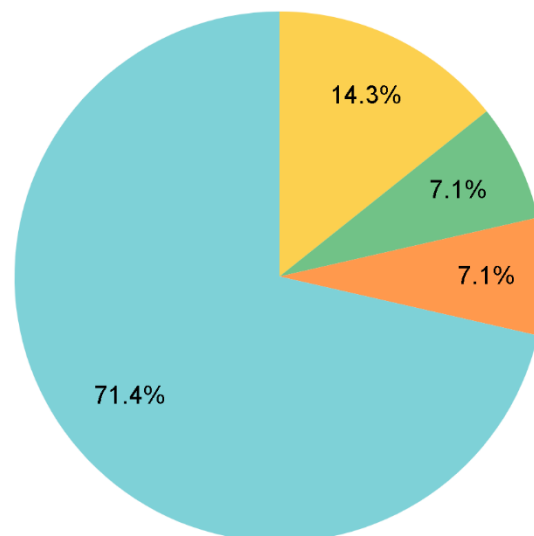
3-11：子どもを叩いたりつねったりしたことはありますか。

特に激しかった時期を3つまでお選びください。

[女性]



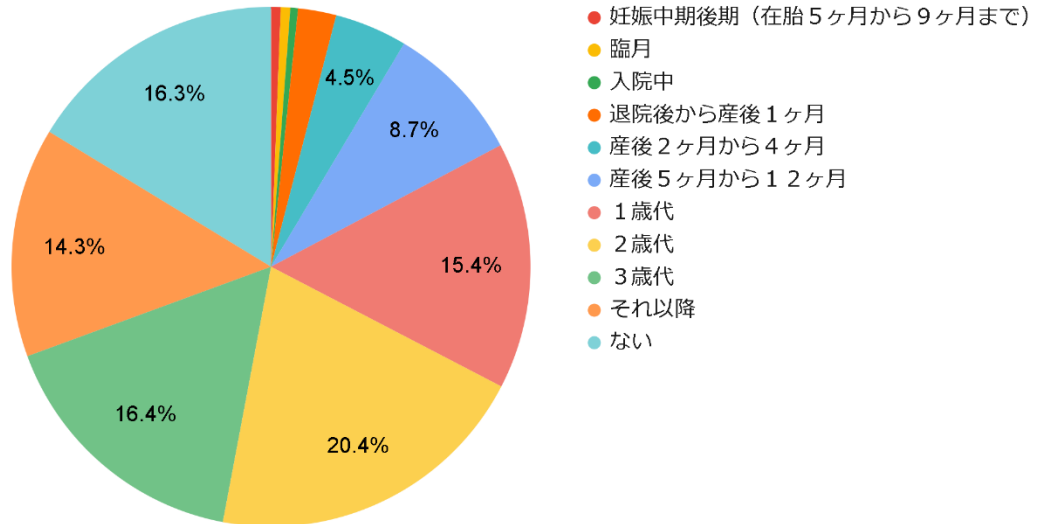
[男性]



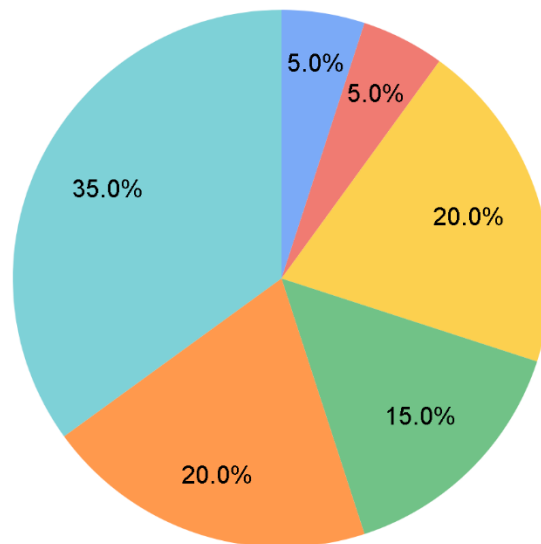
子どもをたたいたことがある時期	女性	男性
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	0.6%	
臨月	0.3%	
退院後から産後1ヶ月	0.8%	
産後2ヶ月から4ヶ月	2.0%	
産後5ヶ月から12ヶ月	5.1%	
1歳代	10.7%	
2歳代	15.4%	14.3%
3歳代	11.0%	7.1%
それ以降	10.2%	7.1%
ない	44.0%	71.4%

3-12: 子どもに怒鳴ったことはありますか。特に激しかった時期を3つまでお選びください。

[女性]



[男性]

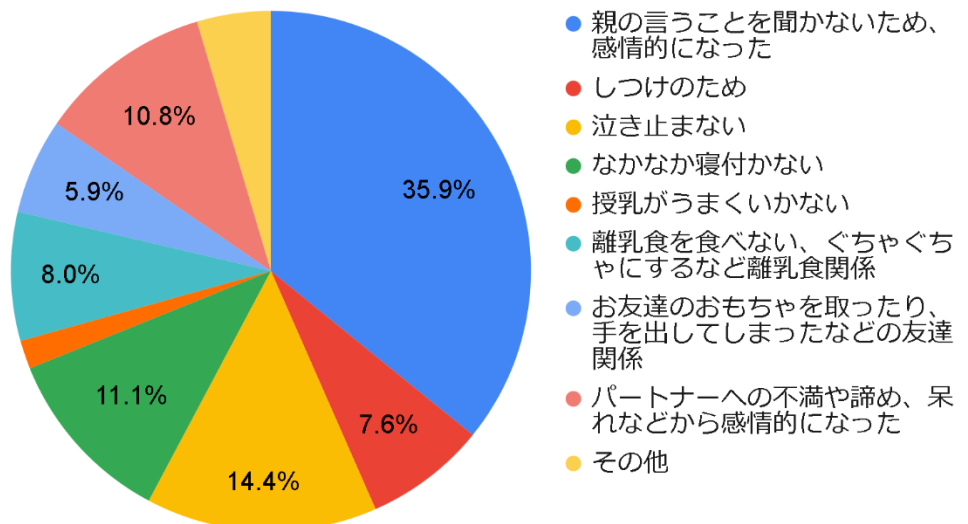


子どもを怒鳴ったことがある時期	女性	男性
妊娠中期後期(在胎5ヶ月から9ヶ月まで)	0.1%	
臨月	0.6%	
入院中	0.5%	
退院後から産後1ヶ月	2.4%	
産後2ヶ月から4ヶ月	4.5%	
産後5ヶ月から12ヶ月	8.7%	5.0%
1歳代	15.4%	5.0%
2歳代	20.5%	20.0%
3歳代	16.5%	15.0%
それ以降	14.4%	20.0%
ない	16.4%	35.0%

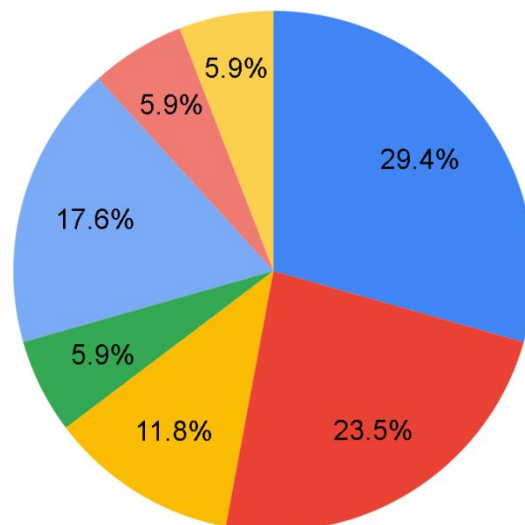
4. お子さんを叩いたり怒鳴ったりしたことがある方

4-1：叩いたり怒鳴ったりした理由を、当てはまるもの全てをお選びください。

[女性]



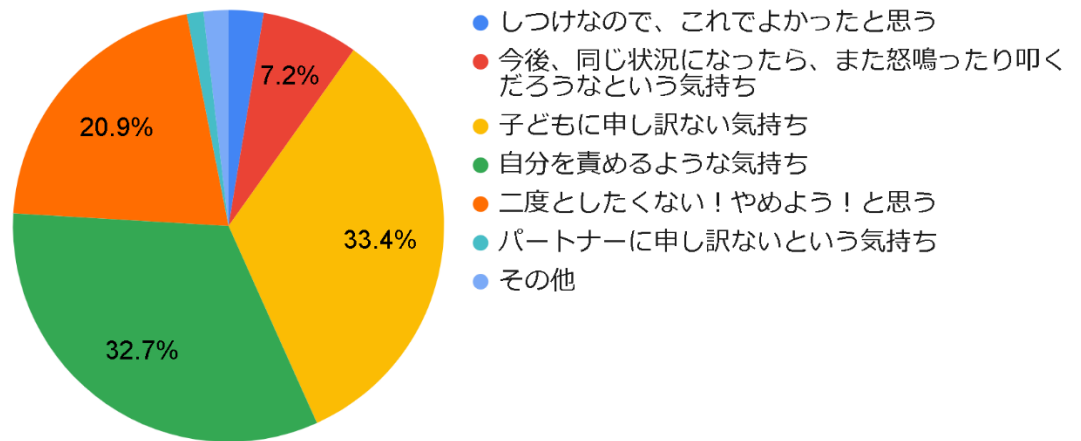
[男性]



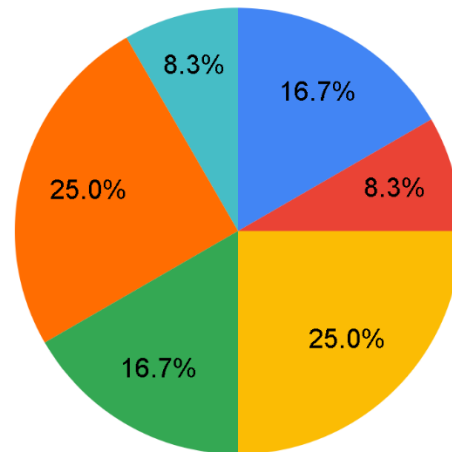
叩いたり怒鳴ったりした理由	女性	男性
親の言うことを聞かないため、感情的になった	35.9%	29.4%
しつけのため	7.6%	23.5%
泣き止まない	14.4%	11.8%
なかなか寝付かない	11.1%	5.9%
授乳がうまくいかない	1.8%	
離乳食を食べない、ぐちゃぐちゃにするなど離乳食関係	8.0%	
お友達のおもちゃを取ったり、手を出してしまったなどの友達関係	5.9%	17.6%
パートナーへの不満や諦め、呆れなどから感情的になった	10.8%	5.9%
その他	4.6%	5.9%

4－2：叩いたり怒鳴ったりしたあとの気持ちで、当てはまるもの全てをお選びください。

[女性]



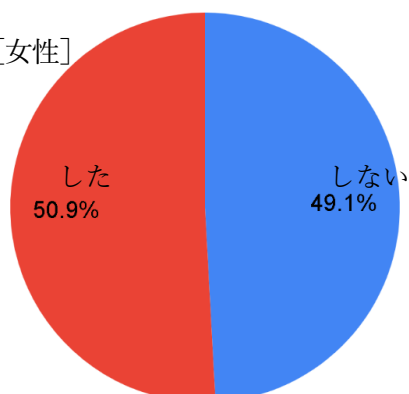
[男性]



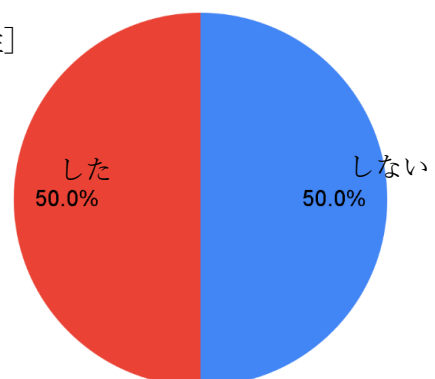
叩いたり怒鳴ったりした後の気持ちについて	女性	男性
しつけなので、これでよかったと思う	2.6%	16.7%
今後、同じ状況になったら、また怒鳴ったり叩くだらうなという気持ち	7.2%	8.3%
子どもに申し訳ない気持ち	33.4%	25.0%
自分を責めるような気持ち	32.7%	16.7%
二度としたくない！やめよう！と思う	20.9%	25.0%
パートナーに申し訳ないという気持ち	1.2%	8.3%
その他	1.9%	

4－3：叩いたり怒鳴ったりした後、誰かに相談しましたか。

[女性]



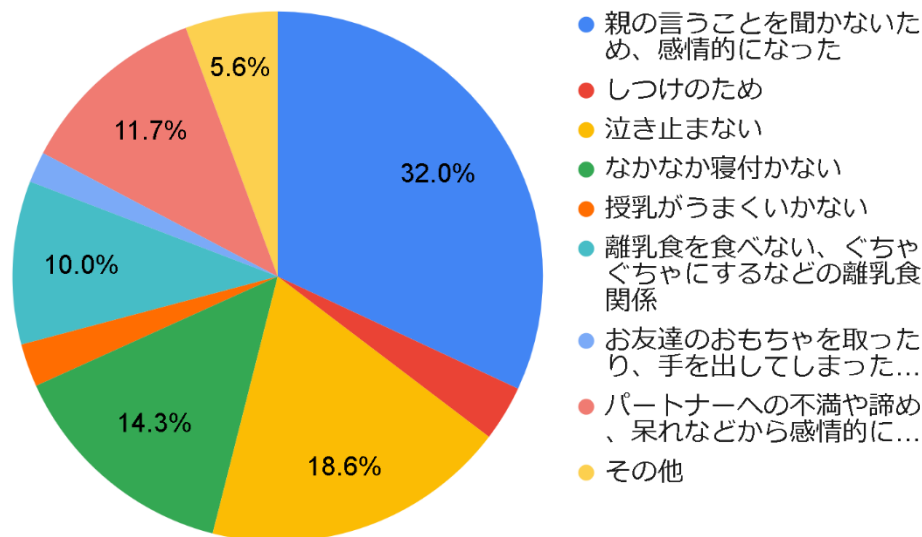
[男性]



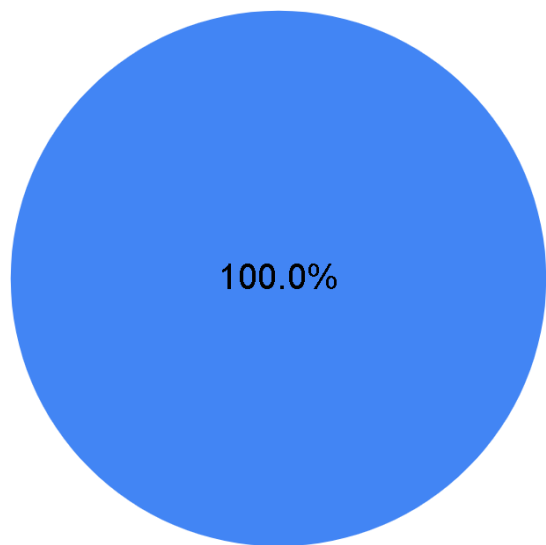
5. 虐待するかもしれないと感じたことがある方

5－1：虐待をするかもしれないと感じた理由を、当てはまるもの全てをお選びください。

[女性]



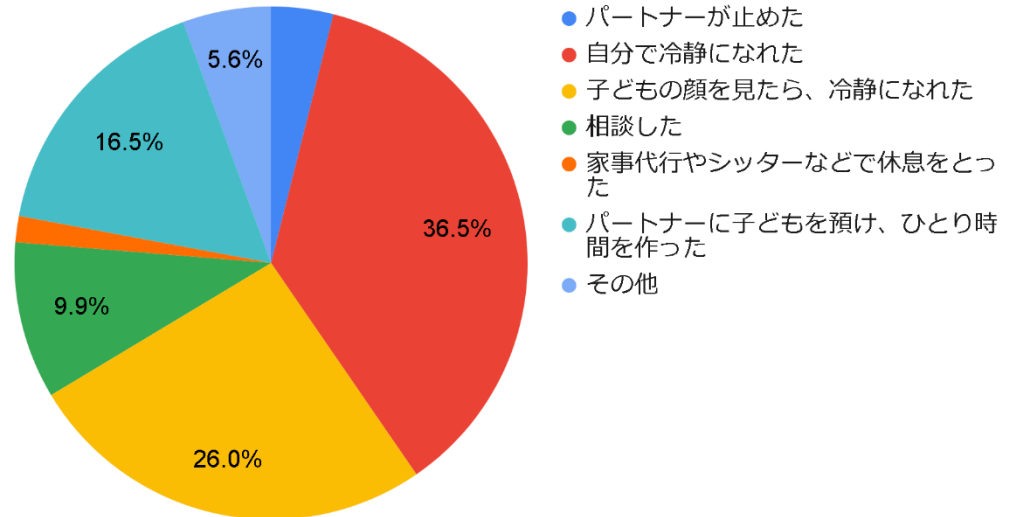
[男性]



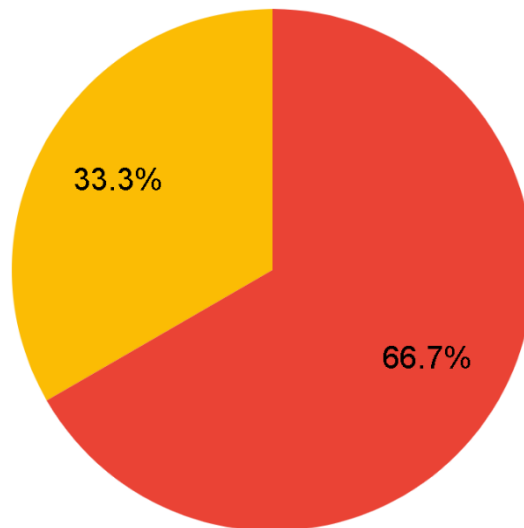
虐待するかもしれないと感じた理由	女性	男性
親の言うことを聞かないため、感情的になった	32.0%	100.0%
しつけのため	3.4%	
泣き止まない	18.6%	
なかなか寝付かない	14.3%	
授乳がうまくいかない	2.6%	
離乳食を食べない、ぐちゃぐちゃにするなどの離乳食関係	10.0%	
お友達のおもちゃを取ったり、手を出してしまったなどの友達関係	1.9%	
パートナーへの不満や諦め、呆れなどから感情的になった	11.7%	
その他	5.6%	

5-2：虐待に至らず、踏みとどまれた理由を、当てはまるもの全てをお選びください。

[女性]



[男性]

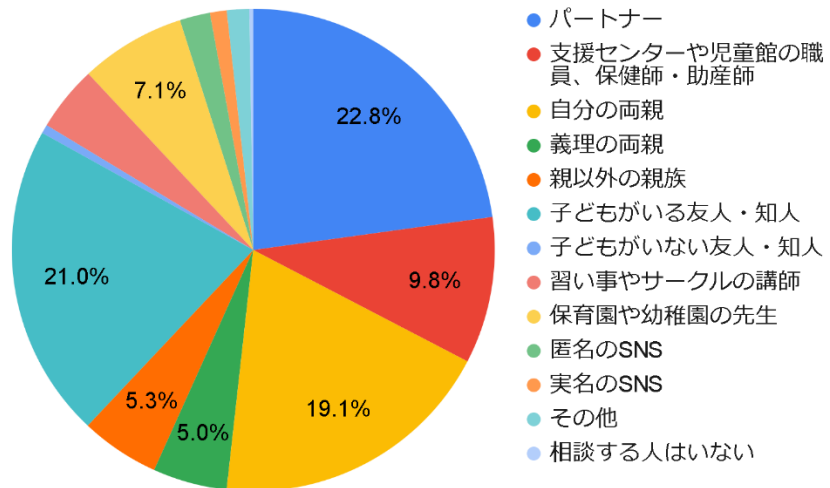


虐待を踏みとどまれた理由	女性	男性
パートナーが止めた	3.9%	
自分で冷静になれた	36.5%	66.7%
子どもの顔を見たら、冷静になれた	26.0%	33.3%
相談した	9.9%	
家事代行やシッターなどで休息をとった	1.6%	
パートナーに子どもを預け、ひとり時間を作った	16.5%	
その他	5.6%	

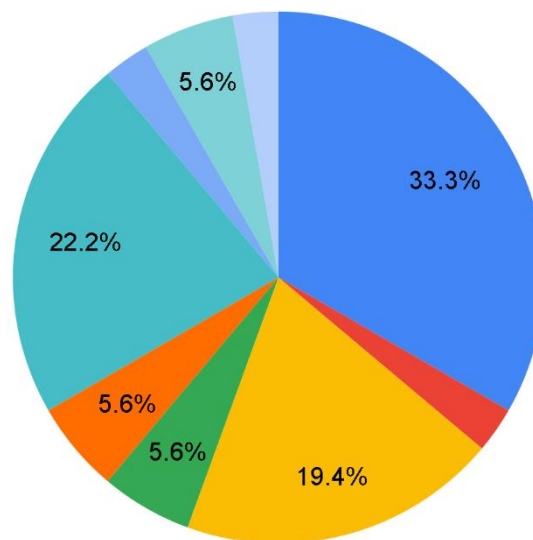
6. 子育てに関する相談相手

6-1：子育てに困ったときに相談する人は誰ですか。当てはまる人5名までをお選びください。

[女性]



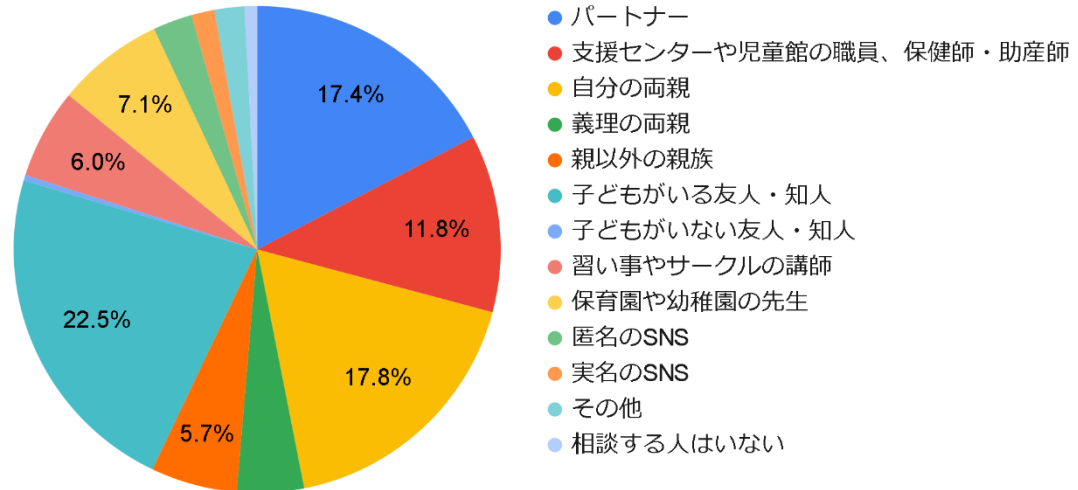
[男性]



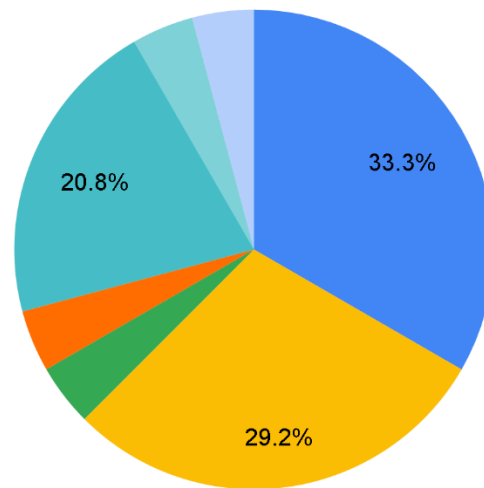
子育ての相談相手	女性	男性
パートナー	22.8%	33.3%
支援センターや児童館の職員、保健師・助産師	9.8%	2.8%
自分の両親	19.1%	19.4%
義理の両親	5.0%	5.6%
親以外の親族	5.3%	5.6%
子どもがいる友人・知人	21.0%	22.2%
子どもがいない友人・知人	0.6%	2.8%
習い事やサークルの講師	4.4%	
保育園や幼稚園の先生	7.1%	
匿名の SNS	2.0%	
実名の SNS	1.1%	
その他	1.5%	5.6%
相談する人はいない	0.3%	2.8%

6-2：的確な解決策を示してくれたのは誰ですか。当てはまる人5名までをお選びください。

[女性]



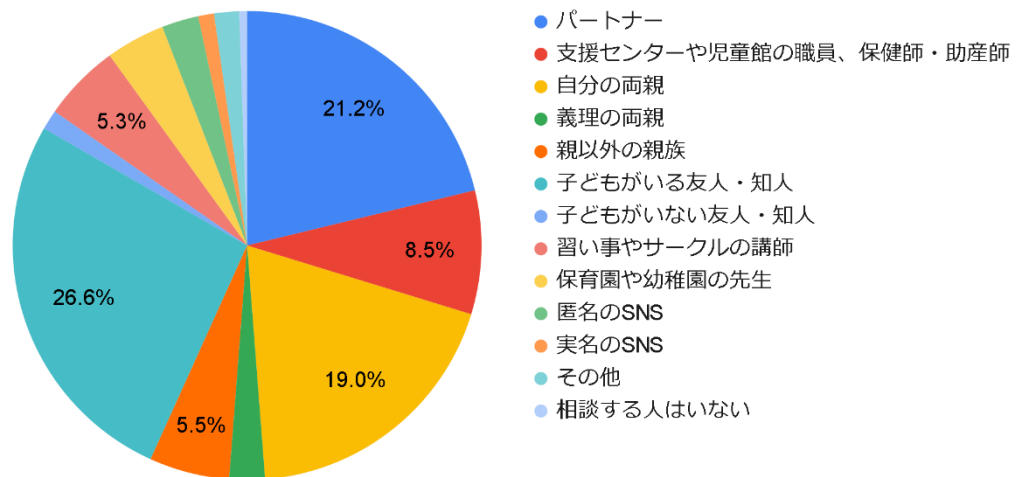
[男性]



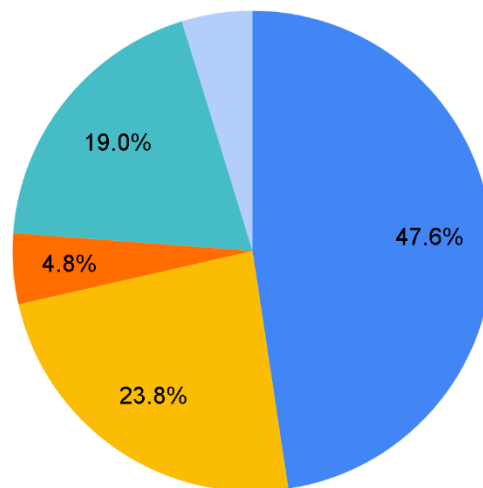
的確な解決策をくれた人	女性	男性
パートナー	17.4%	33.3%
支援センターや児童館の職員、保健師・助産師	11.8%	
自分の両親	17.8%	29.2%
義理の両親	4.4%	4.2%
親以外の親族	5.7%	4.2%
子どもがいる友人・知人	22.5%	20.8%
子どもがいない友人・知人	0.4%	
習い事やサークルの講師	6.0%	
保育園や幼稚園の先生	7.1%	
匿名の SNS	2.6%	
実名の SNS	1.5%	
その他	2.0%	4.2%
相談する人はいない	0.8%	4.2%

6-3：一番気持ちを理解してくれたのは誰ですか。当てはまる人5名までをお選びください。

[女性]



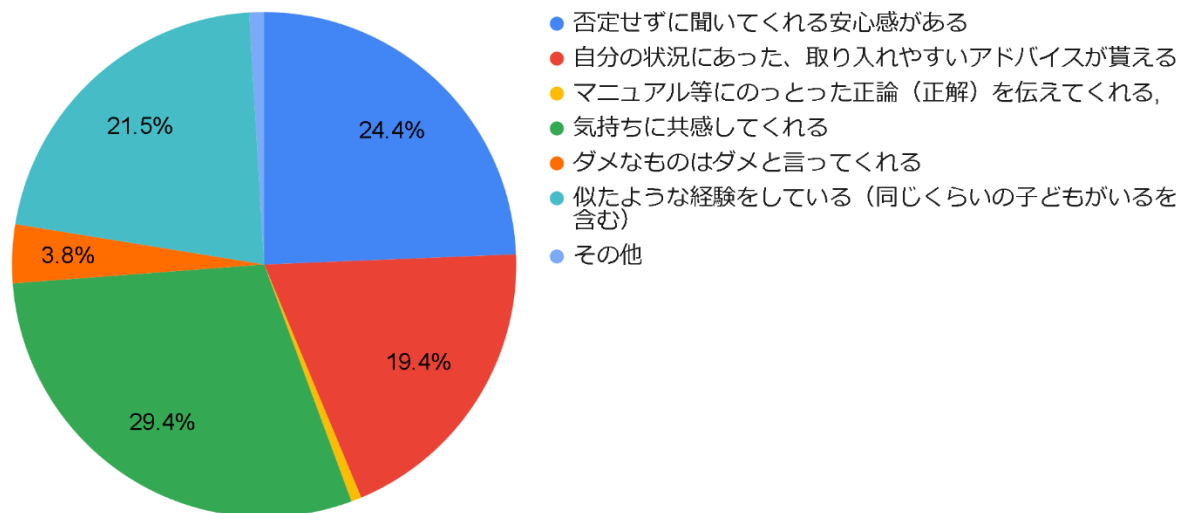
[男性]



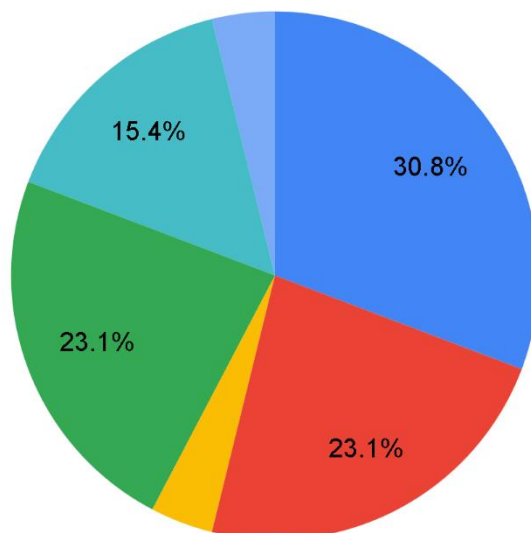
気持ちを理解してくれた人	女性	男性
パートナー	21.21%	47.6%
支援センターや児童館の職員、保健師・助産師	8.52%	
自分の両親	19.04%	23.8%
義理の両親	2.45%	
親以外の親族	5.53%	4.8%
子どもがいる友人・知人	26.56%	19.0%
子どもがいない友人・知人	1.36%	
習い事やサークルの講師	5.35%	
保育園や幼稚園の先生	4.08%	
匿名の SNS	2.54%	
実名の SNS	1.09%	
その他	1.72%	
相談する人はいない	0.54%	4.8%

6-3：子育ての話や相談をしやすい理由を3つお選び下さい。

[女性]



[男性]

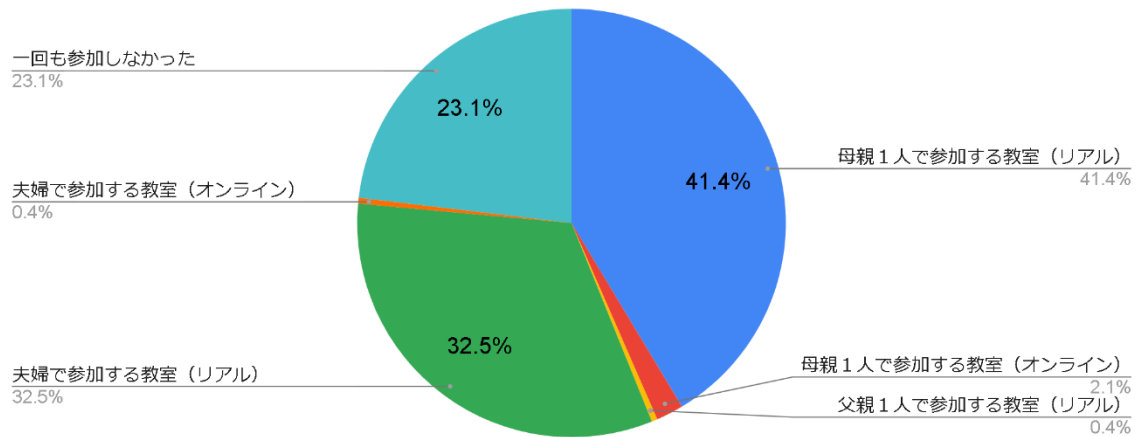


相談しやすい理由	女性	男性
否定せずに聞いてくれる安心感がある	24.4%	30.8%
自分の状況にあった、取り入れやすいアドバイスが貰える	19.4%	23.1%
マニュアル等にととった正論（正解）を伝えてくれる、	0.7%	3.8%
気持ちに共感してくれる	29.4%	23.1%
ダメなものはダメと言ってくれる	3.8%	
似たような経験をしている（同じくらいの子どもがいるを含む）	21.5%	15.4%
その他	1.0%	3.8%

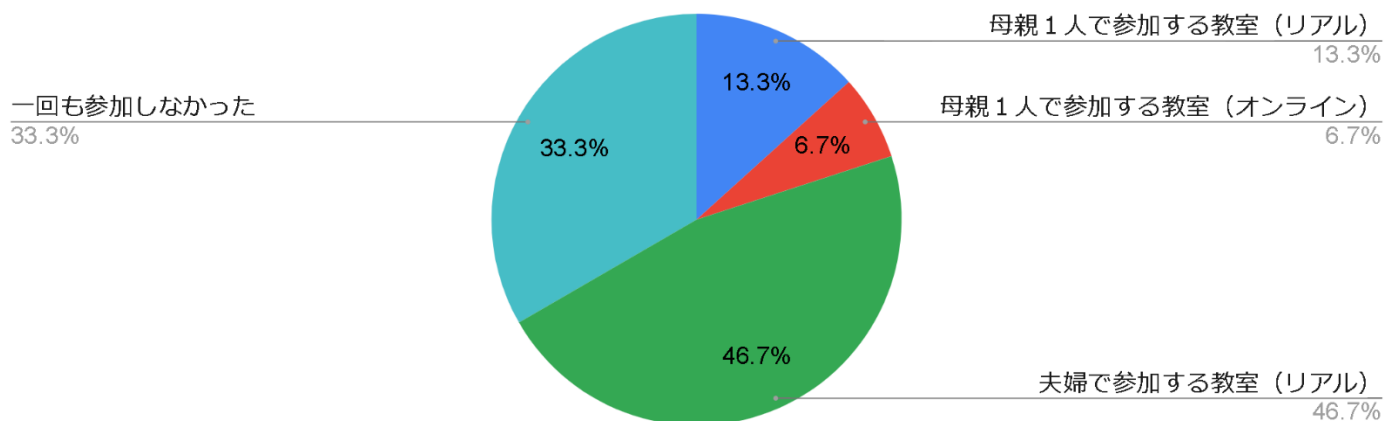
7. 自治体や産婦人科の産前の教室について

7-1：自治体や産婦人科で開催されている教室に参加しましたか。参加したもの全てをお選び下さい。

[女性]



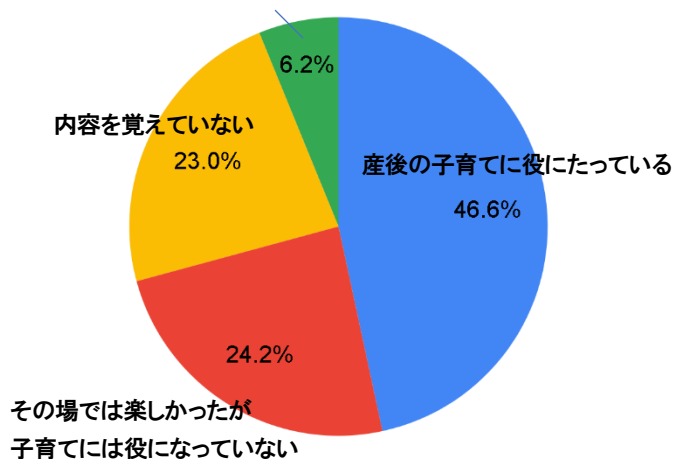
[男性]



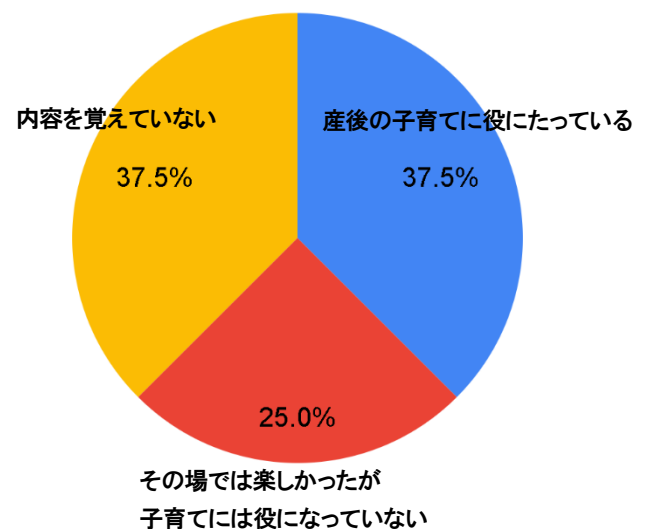
7-2：参加しての満足度をお聞かせください。（一番近いものをお選びください）

[女性]

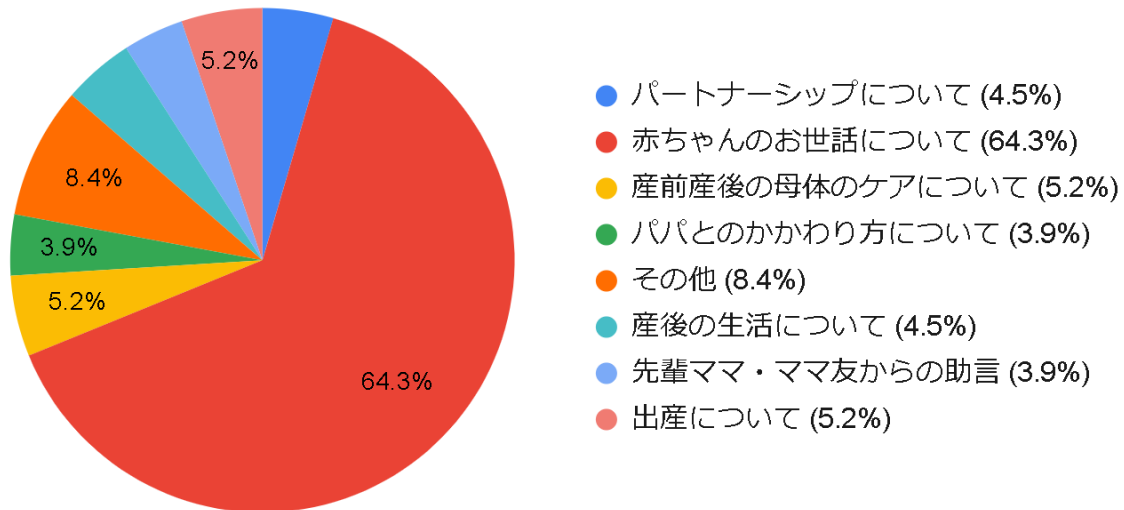
次に同じ教室があっても行かない



[男性]



7-3：参加して子育てに役立っている内容を、具体的にお聞かせください。



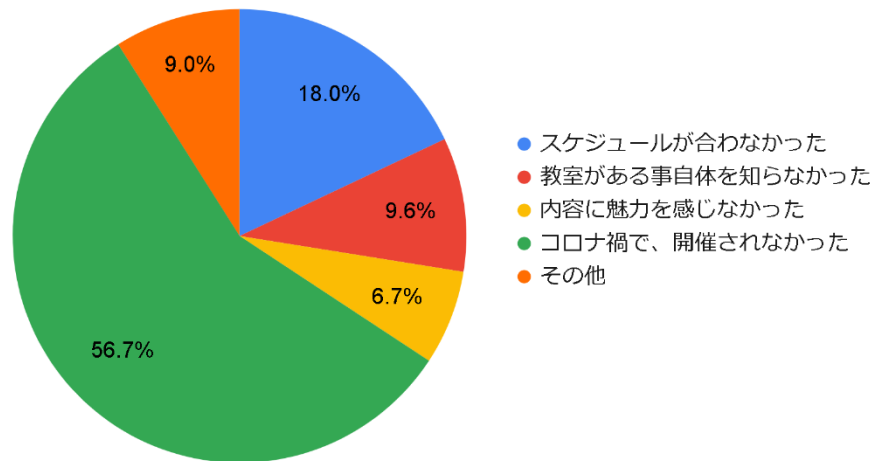
出産について
出産について
お産の流れが分かって、覚悟ができた
呼吸法とか
病院の産前教室では病院で必要なこと、出産の準備が聞けたりして役立つ回もあった。
パパママ学級は陣痛がきてから病院へ行く流れなど、お産のイメージができました。
母親学級では出産までのことを不安がいっぱいだったので質問しながら説明を受けることができ、心が落ちついた
産婦人科でお産のリアルな体験を映像で見せてくれ、心構えができた
初めての子育てだったので役に立った
産後の生活について
夫が沐浴体験をして自信につながった
ベビーマッサージやわらべうた
出産後の生活について
パパママ教室で産後のイメージが出来た。
妊娠中はパパママ学級に、産後は離乳食教室に参加しました。集まりに参加するという事が、自覚が出て良かったと思っています。
親としての心構えなどすべてに役に立ちました。(2名)
産前産後の母体のケアについて
心の準備ができた
3人目のとき、初めて参加できて、(それまでは仕事で行けませんでした)産前産後の自分の状態について、初めて自覚しました。
産後のメンタルについて
産後のホルモンバランスによる変化
経験してない、見えない不安を軽減できたこと
普段の生活、姿勢

産前にオンラインで産んでからの自分の体や心の変化を詳しく教えてもらっていたので、産後心身の変化に自分自身で納得しながら乗りきることができた。もし、それらを知らなかったら、上手くコントロール出来ない自分を必要以上に責めていただろうと思う。産前はただただ無事に産むことだけを考えていたので、産後のことをしっかり教えてもらえることはすごく役に立つと思う。
マタニティヨガ、
赤ちゃんのお世話について(総回答数 89 名)
沐浴指導(53 名)
離乳食教室(24 名)
オムツ交換(8 名)
遊び方やベビーマッサージ(8 名)
授乳について(7 名)
抱っこの仕方(6 名)
新生児のお世話(5 名)
子どもとの接し方・コミュニケーション(2 名)
寝かしつけ (2 名)
1 人目の時、何も分からず... 赤ちゃんの発達過程などを知る事が出来たのは良かったです。
2 ヶ月が泣きのピークの話
歯育て、栄養
はじめて子育てなので親としての心構えなどすべに役に立ちました。
ベビーマッサージやプレチャイルド教室で子どもと一緒に歌って遊べる手遊び歌です。今でも寝かしつけの時や遊びの中に取り入れてて、とても機嫌が良くなります。 また、イヤイヤ期の子どもへの声がけを参考にできました。今とても役立ってます。
産婦人科の助産師さんに抱っこ紐やベビーカーなどの使い方や普段の生活、姿勢そういうものまで事細かに教えてもらえて、とても印象に残っている。
赤ちゃんの泣きに理由がないこともある
赤ちゃんの特性や気をつけること(泣くこと、脱臼、揺さぶられ症候群)
赤ちゃん時の育て方
赤ちゃんのお世話など忘れていたことを学びなおせた
赤ちゃんの肌着の選び方
服の着せ方など、主人と共有することができた。
パパとのかかわり方について
旦那と参加したことで、育児の大変さを理解してくれた
妻の立場で考えるきっかけを得られた
父親が妊婦のお腹の重さを体験した
父親の扱い方
妊婦体験
夫への沐浴指導
パートナーシップについて
子育てではないが、夫がお腹が重くなる体験は妻側の気持ちを理解するのに役だったと思う。

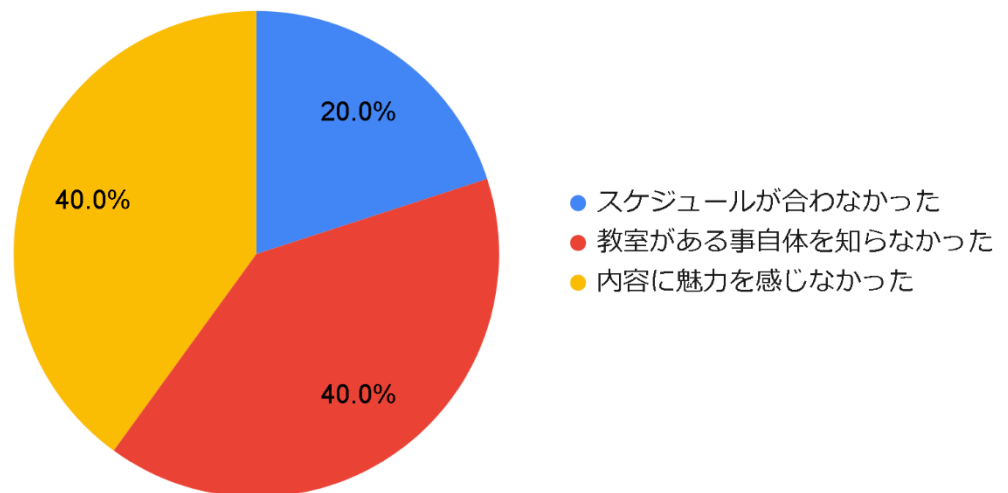
妊娠期の大変さを夫にも理解してもらえた
夫婦で家事を分担する。
パパの妊婦体験で妊娠後期の辛さを知ってもらえた事。
夫婦二人が主体的に子育てできている
これからの人生設計について(2人目等)
父親が学んだことを実感してくれた。
先輩ママ・ママ友からの助言
同じぐらいの月齢のお母さんたちと交流が持てたことは今でも連絡取り合って育児の励みになるから。
ママたちお話し会
先輩ママさんのお話は実体験に基づいていてよかった。がんばりすぎないとか、泣く時は泣くから諦めも肝心とか、離乳食もベビーフード使いまくれとか言われてました。
他のママも似た悩みがあると知れたり、息抜きできた。
ママ友ができた
コロナ禍でどこにも遊びに行けず、お友達もつくりにくい中、イベントに参加してそこで色々なお話をしたり月齢が似ているママや保健師さんたちと子育てについて相談できるので助かっている
その他
乳幼児子育てサポート協会のオンライン相談会
同じ状況の妊婦と話せて気分転換できた。
上の子の接し方で悩んでましたが今はそれが役立ってます
ベビマ参加して先生とお話して相談している
イライラしてもいい。でも1日のどこかで子どもに謝る。
相談機関をしれたこと。知り合いが増えたこと
子どもに実践できたため
初めてのことでただだったので、参考になった
こんなのやったね〜と、知識ゼロのところよりも発展させやすい自分になれたから
イヤイヤ期の講座
パパママ教室がコロナで行けず、離乳食教室には2人で行ったが特に得るものは何も無かった。
鏡のように、親が笑顔だと子どもも笑顔になる、というような話を聞いてできるだけ笑顔でいるよう気をつけている
親、子ともに刺激になる

7-4：一度も参加しなかった方、理由をお聞かせください。

[女性]

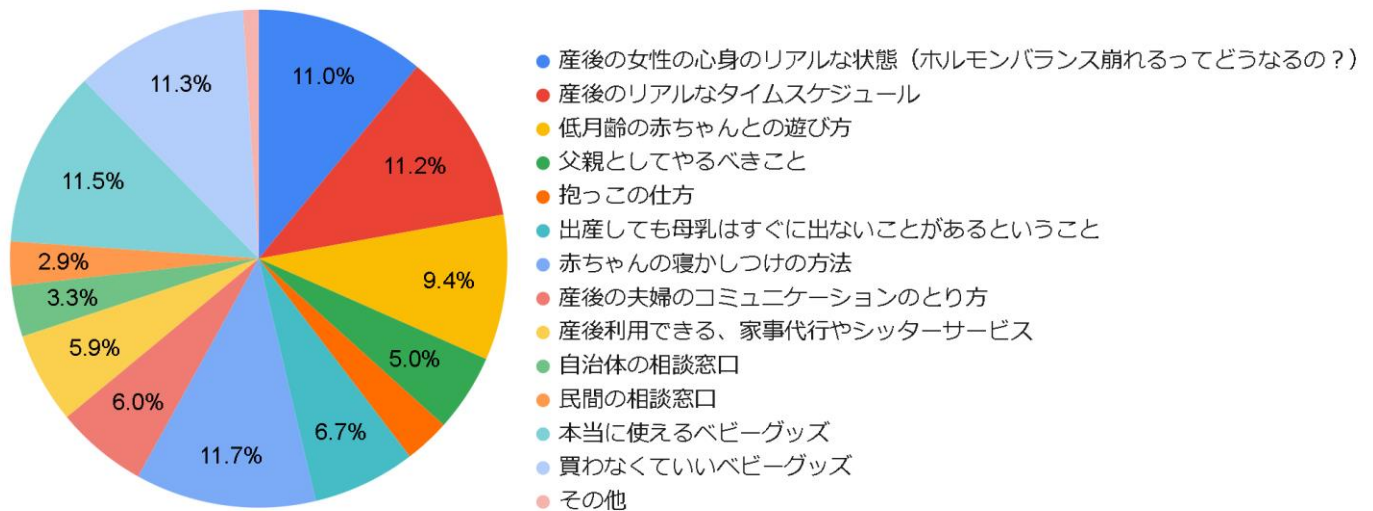


[男性]

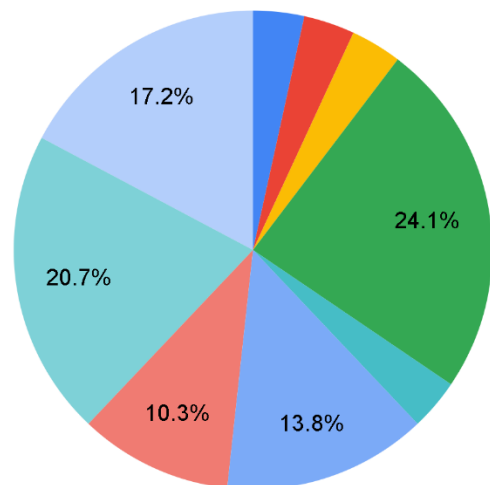


7-5：産後になって、産前に知っておきたかった！！と感じることを全てお選びください。

[女性]



[男性]

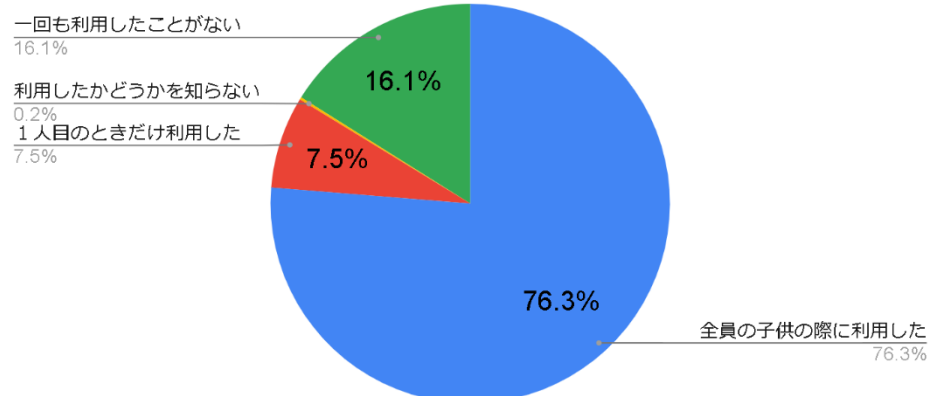


産前に知っておきたかった事	女性	男性
産後の女性の心身のリアルな状態(ホルモンバランス崩れるってどうなるの？)	11.0%	3.4%
産後のリアルなタイムスケジュール	11.2%	3.4%
低月齢の赤ちゃんとの遊び方	9.4%	3.4%
父親としてやるべきこと	5.0%	24.1%
抱っこの仕方	3.0%	
出産しても母乳はすぐに出ないことがあるということ	6.7%	3.4%
赤ちゃんの寝かしつけの方法	11.7%	13.8%
産後の夫婦のコミュニケーションのとり方	6.0%	10.3%
産後利用できる、家事代行やシッターサービス	5.9%	
自治体の相談窓口	3.3%	
民間の相談窓口	2.9%	
本当に使えるベビーグッズ	11.5%	20.7%
買わなくていいベビーグッズ	11.3%	17.2%
その他	1.0%	

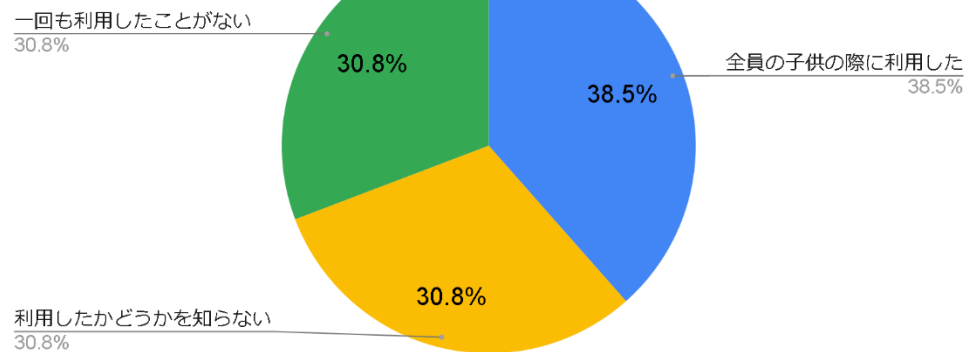
8. 乳児家庭全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）について

8-1：乳児家庭全戸訪問事業（こんにちは赤ちゃん事業）を利用しましたか。

[女性]

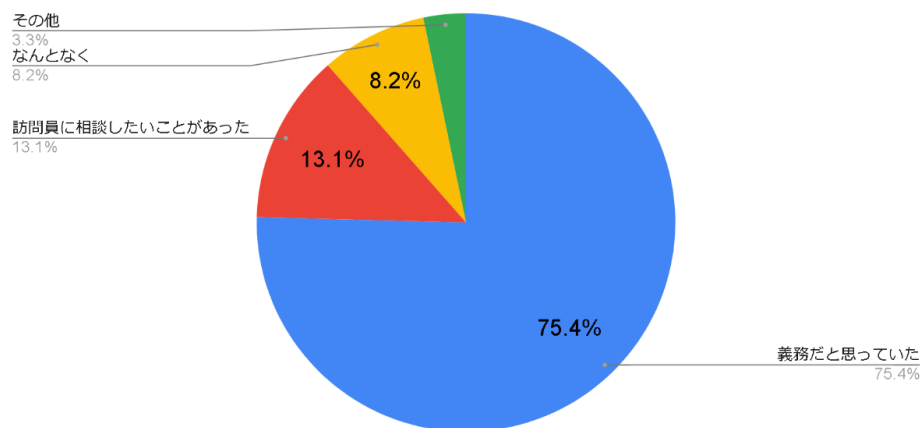


[男性]

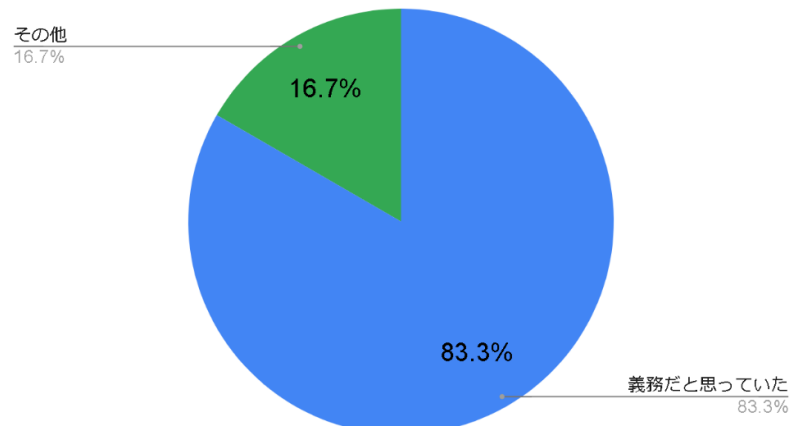


8-2：利用した方は、利用した理由を教えてください。

[女性]

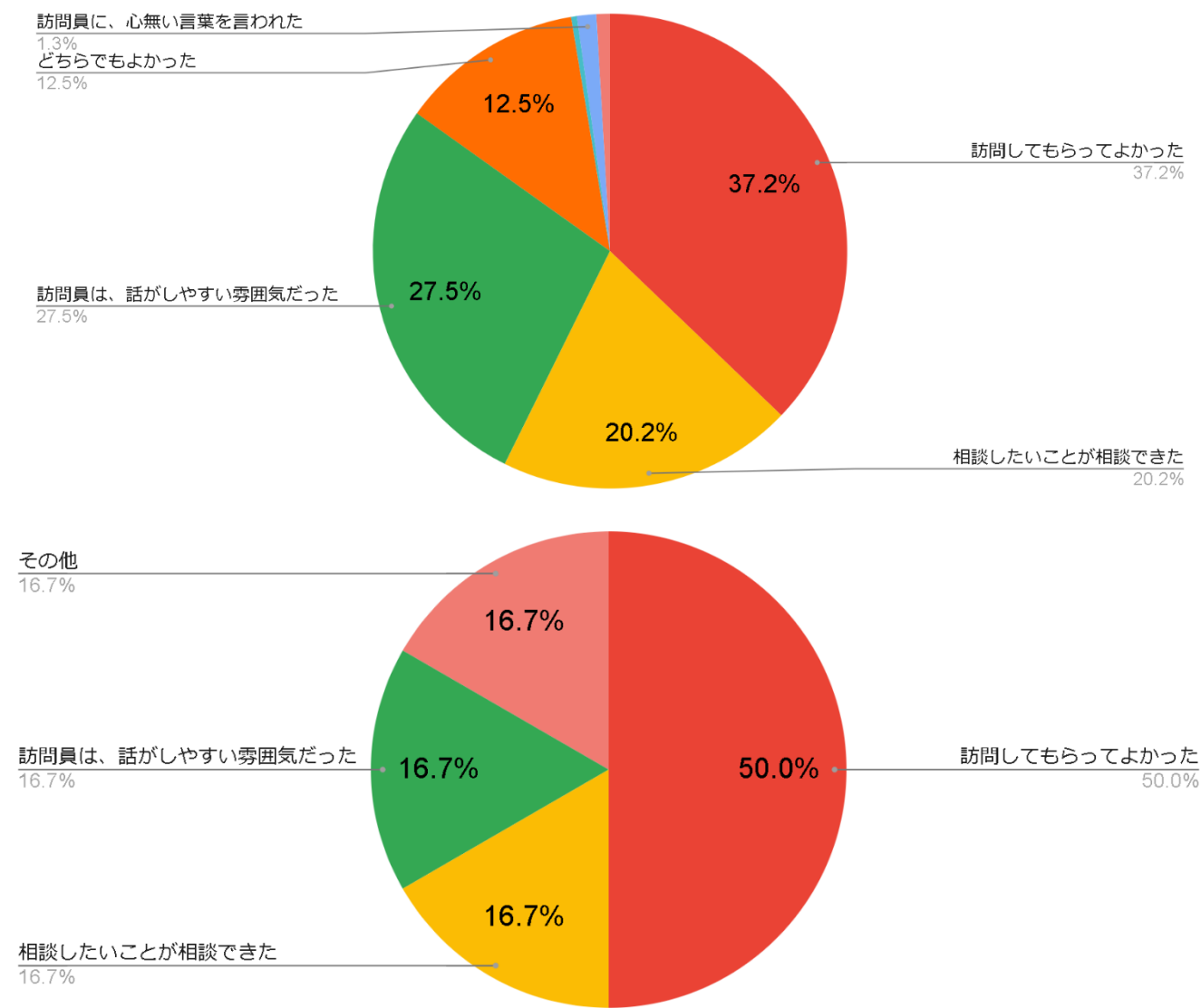


[男性]



8－3：利用した方は、感じたことを全てお選びください。

[女性]



[男性] 8－4：利用して、印象に残っていることがあれば教えてください。

プラス
どんな話も聞いてくれた
子どもの体重増加が心配だったけど、体重をはかって大丈夫といってもらえて安心した。
体重測ったこと
1人目の時はその時悩んでいたことが相談できてとても良かったです。
常に笑顔で私の話を聞いて共感してくれた。
ひっかき防止でつけていた手袋はしてあげないほうが、手を自由に動かせるよ。とアドバイスを頂いたこと。
肌トラブルに真剣に答えてもらった
じっくり時間を気にせず話を聞いてもらったことに嬉しかった
小児科について聞けたこと。予防接種の予約の仕方をきけたこと

話を聞いてくれて気持ちが楽になった。 他県からきたので、家族以外に知り合いがおらず 家族以外の人と話すのが新鮮だった。
体重やその場で質問できて、市内でやってるママ活もしれたから今のママ友たちにも会えたからよかった。
子どもが元気に育っていると言ってもらえるだけで安心した
おかげで子供たちが生きている
体重を測ってもらえた
親身になって話を聞いてくれたので、自然と涙が出てしまった
2ヶ月になる前くらいに家に来てくれた保健師さんがすごくいい方だった。私が赤ちゃんを綺麗にしていること、元気に育っていること全てを褒めてくれた。その方が初めて私のことを母親として褒めてくれた人だった。よくお風呂に毎日入れて綺麗にしてよー、こんなに元気で反応あってもう花丸満点！と笑顔でたくさん褒めてくれて安心して認めてもらえた気がしてうれしくて涙が出た。この人になら相談してもいいなと思ったし、比べなくていいんだ、毎日赤ちゃんが元気ならそれで十分なんだと思えた。
家族も同席している場で、里帰り期間を更に1ヶ月長く取りやすいようにアドバイスしてくれた。(この地域の方は2ヶ月居る方が多いですよ)他の家族に積極的に抱っこしてもらうように言ってもらって気が楽になった。
自信持って今のままで子育てしてねと言われてほっとして涙が出た
おすすめの小児科など教えてくれた
子どもの股関節が硬いことを見つけてくれ、受診の際に医師に相談したところ整形外科を紹介してもらえた。
授乳やミルクのことを相談出来たのでよかった。支援センターなどで、こんな事やってますよ。とか、教えてくれたので利用してみたいとおもいました。
妊娠中にひっかかっていたことがとれ、心が楽になった
とにかく話を聞いてもらえて、アドバイスも頂き、安心した
保健センターの活動について知ることができた
家族以外の人と話す機会が持てたこと、家に人が来ることで、気持ちが明るくなった。
母乳が出ない事を凄く悩んでいた時期に、母乳を出そうとする話しではなくミルクの飲ませ方や量、これからの事も含めて教えて下さったのが母乳から解放されて心が落ち着いた
いろんな話ができた。保健師さんと知り合いになった。地域のことが知れた。
体重を測ってもらえたので、発育状況(母乳の出)が確認できてよかった。
子どもの笑顔を引き出してくれた 今まで見たことない程笑っていた
一人目のとき、「子育てってどうですか？」と聞いて下さって、そのときはうまく答えられなかったのですが、思っていたより、思うようにならないことばかりなんだなあと、受け入れ始めるきっかけになったように思います。
今の母乳のあげ方で良いのか、体重の増え方が大丈夫か、など聞くことが出来た
2人目の時に上の子への対応に悩み、そして里帰りもしなかったのですごく人と話をしたくて話を聞いてもらえることが嬉しかった
すごく泣いていたけど、良いのよ〜と笑顔で色々してくれて、泣いてても良いのかと安心した。
心配してくれた。褒めてくれた。義両親の対応にアドバイスをくれた。
プロの方と話ができるだけで安心できた。もっとゆっくりしていいんですよと言われて、安心した。
話しをしてスッキリした。
完璧を求めなくていい、いいとこどりをしていったらいいと言われて心が軽くなった。
産後、身内としか話す機会がなく、他の誰かと話せたこと。
家族以外の人と話せたことが嬉しかった

保健師さんが我が家のことを覚えてくれて、その後の検診でも声をかけてもらうことが続き安心感があつた。
夫以外の人と話す機会がなかったので、赤ちゃんを直接みてもらえて話ができ安心した
本当に部屋が汚かったので、部屋が汚くてすみません、と言ったらみなさんこんな感じですよと言われて安心した事
お母さんはがんばり屋さんに見えるから、一人で抱え込まなくてもいいのよと言って頂いて、気持ちが楽になった。
赤ちゃんを叩きつけたらいいって言う方もいますよと言われ、自分だけじゃないと思った。
予防接種のことを詳しく教えてもらえてよかった
話しやすかった
母乳の相談に乗ってもらった
共感してくれた
話しやすく、親身になって話を聞いてくれた。
初めての出産・育児でわからない事だらけでした。実母にも相談できない状況だった為、話を聞いていただくだけで、気持ちが楽になりました。
がんばっていることを認めてもらえたこと
赤ちゃん元気に育っていますよ。と声をかけていただけたことが安心感に繋がりました。
家族以外の人と話せた安心感
産後家で一人が多い中、話し相手になってくれて気分が楽になった
気持ちに共感してくれた。
赤ちゃんが元気であればどんどん外に出ていいよと言われて心が軽くなりました。
手作りのハンカチをプレゼントしてもらいました。始めて合う方なのに、心遣いが嬉しかったです。
1人目の時に相談したことを2人目の時に、その後1人目の様子はどうか？と気にかけてくれたこと
他人になかなか会う機会がない時期だから話せて嬉しかった
子供の心配ごとに対してアドバイスもらえた。
このおうちに生まれて幸せだね。と言って貰って自信のない子育てだったので気持ちが楽になった。嬉しかった。
専門の人に聞いてもらえて安心した
大人との会話に飢えていたのでたくさん話せてスッキリした
話ができ安心した
2人目出産時、母乳の出に悩んでいるときに、大丈夫と言ってもらえた
日中は赤ちゃんとも2人会話が一方通行なので、子育てに関するおしゃべりがとても楽しかった。
頑張ってるって認めてもらえた 哺乳瓶の消毒はしなくてもよい
話しやすく、親身になって話を聞いてくれた。
近くにある、子どもを遊ばせることができる施設や環境、同年代が集まる場所を教えてもらえたことがなによりもありがたかった！
里帰りから帰ってきて不安でいっぱいだったので親世代の訪問員さんが話を聞いてくれホッとして涙かでした。
身長と体重をみて母乳のアドバイスをくれるのがよかった。
1人目の子の時に子育て相談に行ってみてはと提案してもらった。とにかく外に出かけてみてと教えてもらい救われた
一人じゃないと思えた
低体重児だったので、全てにおいて心配でした。訪問に来てくださって、授乳のタイミングや飲ませ方などアドバイスをもらってすごくホッとなりました。

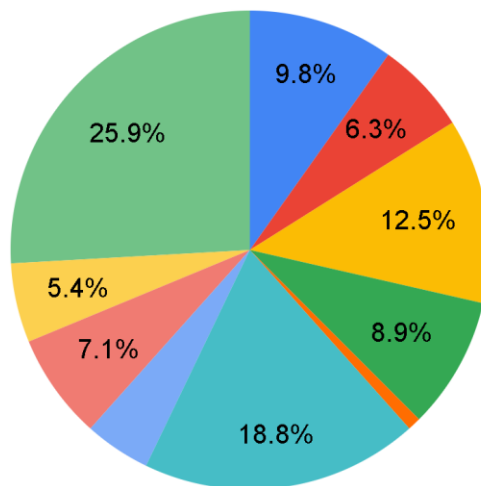
引越してきて知り合いがいなかった為、公民館での子供のサークルなど教えて頂いて助かりました。
新生児期に訪問してもらってから、今もずっと健診等で会うと気にかけてくれる
雰囲気話が話しやすく、話を聞いてくれた。
ビギナーズママ教室という会を紹介、予約してくれたおかげで、今でも仲良くしている友達ができて感謝しています。
順調に育ってますよと言われた
その当時気になっていた事など聞けて良かった
コロナの影響もあり、ほぼ外にでていなかったのも、優しくお話をしてくれて心が楽になりました。
優しい人だった
とにかく優しく、当時悩んでいたことを相談して真摯に向き合っていただきました。それだけで心が軽くなって涙しました。
担当の看護師の方は、些細な事でも相談に乗ってくれて、アドバイスをくれた
いい距離感で質問、回答してくれたのが嬉しかった。
訪問はあって良かったが年齢や経験的に自分と近い方が良かった。リアルタイムで子育てされている方とか。2人目の時に1回目の保健師訪問、2回目は保健センター？へ行き様子を伝える市のスケジュールだったが、一回目はまだ子どもが入院中、2回目は先天性心疾患がありまだ外へ連れ出すのが不安と答えたところ、予定を合わせてくれたり、訪問に変えてくれたりしていただいたこと。
話を聞いてもらえて嬉しかった。自分の中で大変だった事を共感してもらえた。
里帰りから戻り不安だったので、話を聞いて貰えるだけで安心した
授乳の仕方や体重の増え方を知れたし、子育て支援のサービスを色々教えてもらえた。話を色々聞いてもらえて楽になった。
その時感じていたイライラする気持ちを聞いてもらえた。自分が産後うつになりかけだと言うことを認識させてもらえた。
女性二人で来てくれたので、安心してなんでも話せた。
細かいことを教えてくれた
できない授乳の仕方を教えられた
初めての子育ての相談に乗って貰えたこと
子供のいる保健師さんで、家族以外に子育てについて話す機会がなかったので話を聞いてもらえてスッキリした気分になった
赤ちゃんの体重がしっかり増えていることを褒めてもらえて嬉しかった
身近なところに通いやすい支援センターや、赤ちゃんといける場所や相談できそうなところが知れて安心した。
訪問の時に実母がいたので、後で相談員から電話がかかってきて、実母に遠慮して相談出来なかったことはないか聞いてくれた
体重がちゃんと増えているのか、母乳のことなどを相談したく、どうすれば良いか解決したので良かった。
育児のプロが来てほっとした こまりごとをきけた
気になっていた事が解決できて、相談して良かった
女性二人で訪問していただいたので安心感があった
利用できる制度を推してくれた
気持ちに共感してもらえた。
授乳の仕方を丁寧に具体的に教えてくれた
マイナス
相談したのに個人差という言葉で片付けられた

泣いている子どもを抱っこしようとしたら「泣けば肺が強くなる、泣かせておいて良い」と言われたこと。泣き続けるなか、話をするのはつらかった
用意した茶菓子はしっかり食べたのに内容の薄い話をされ、子の体重の増えが少なさを注意されて嫌な気持ちになった
2人目だから大丈夫ですね。
おもちゃを買う余裕がなく、色のない家と言われショックだった。
基本的には訪問してもらえてよかったが、訪問中に授乳したらやり方を強い口調で注意された。そのやり方は他の助産師に教えてもらってやっていたやり方だったので、いらっとした。
相談相手にならなかった。
母乳が足りていないと感じていたが、ミルク拒否。辛かったが、そこを理解されず、実際に体重が増えてない状況もスルーされたので、保健師さんによっては対応が違ったのではないかと感じた。
2人目だから心配ごとはないですね
産後の家に訪問されるのはあまり気が進まない。それなりに片付けなければならない、気を遣う。
子どもの発作が起きていても知らん顔。なんのためにきたのか不明。二度と利用しない。
虐待してないかチェックしに来てるんだろうな、と思った。ファーストブックは嬉しかった。
その他
妻の里帰り出産中に訪問していただいたため詳しいところが分かりません。
母乳育児についての、アドバイス。おっぱいは学習して、いらなくなってくると量が減ったり、柔軟になってくるよ、と言われた。
夫が父親らしくなるのは10ヶ月かかると思った方がいい
テキパキしていて、相談もなかったのであっさり終わった
三人子どもがいて、訪問員はそれぞれ違う方でしたが、かなり当たり外れがあったように思います。(例えばですが、3人目の時に1人目のようなアドバイスはいらないです。)
未熟児だったので、退院後の利用にしてもらったが、感じられないくらい立派に育ってますよと言ってもらえた。ただ、未熟児で生んですぐに電話が来たとき、赤ちゃん病院ですよ？訪問どうしますか？と言われたとき、そんなことよりもいきることに精一杯になってる子供の事はないがしろにされているような気持ちになった。
特別に必要なこととは感じなかった。
おしりふきをもらったことぐらい
自分に合わせた情報を提供してくれたこと。しかし、訪問前にコロナなので行かずに電話でも良いか確認があった。強く要望してきていただいた。コロナだからこそ孤立感を感じやすく辛いので、訪問は必要なのではないか。
1回の訪問のみなので、産後数回は継続的に同じ方が訪問してもらえらるともっと相談しやすい雰囲気を感じれるのではないかと思います。その後訪問が終了したあとも保健センターなどへ自分から行って相談しようと行動にうつせるように感じます。
辛かった時期なのであまり覚えていない。
すごく泣くね、大変でしょ？辛くなったらすぐ相談するんだよと言われた。泣いてしんどいと感じてるのは私が弱いだけじゃなくて、やっぱりこの子は虐待を心配されるほどよく泣くんだと思った。
今更、母乳が出るようにならないと言われた。うつぶせの仕方を教えてくれたこと。
体重について
お客さんを迎え入れる気持ちの余裕がなかった。話している間にミルクになったりギャン泣きしたらどうしようと緊張した。
否定的なことはいわれなかった。
授乳の仕方
小児科の紹介、体重測定

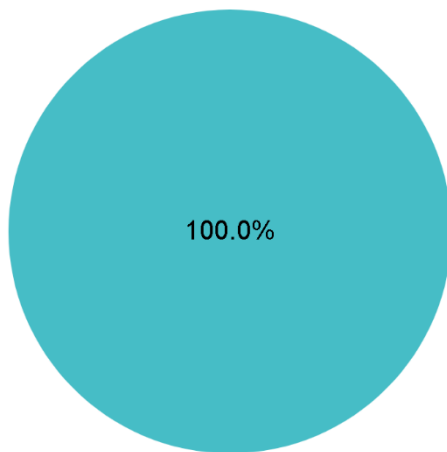
1 人目の訪問員さんはベテランで良いアドバイスをもらえたが 2 人目の訪問員さんは、ありきたりな言葉しか言ってくれず逆に疲れました
成長段階についてや、健康管理など。
服を着させすぎ！と言われたこと。育児本とかで得た情報通りの枚数を着させていたのに...育児本信じちゃダメだ！と思った(笑)
皮膚科へ早めに行くことをすすめてもらえて良かった。ただ、テキパキして早口な方だったからか、やや高圧的に感じた。
里帰り中、母親との折り合いが悪い中の訪問で、言いたいことが母親も近くにいたため言えなかった。
子育てをしている方だったので、リアルな話が聞けた
優しそう以外、特に印象がないです
しっかりと消毒してくれた。
1 人目の時はとにかくなんにもかもはじめててわからないことだらけなので誰かと話す機会がある！ことと、とにかくなんとなく感じていることを聞けてひとまず安心した、という印象。 2 人目の時は「上にお子さんがいるなら慣れていますよね～」と切り返され、違和感を感じた。1 人目とは性格も違うから睡眠や授乳がそのままのやり方ではないし、子供が 2 人いる状況は初めてだったので、その状況での気持ちを汲んでもらいたかった。
利用してよかった点は、他人と話せたから。 でも内容は覚えていません。
良かったと感じたのは二人目。一人目の時は、厳しい保健師さんで指摘されたことにすごく落ち込んだので、二人目の時、助産師さんの訪問を希望した
産後鬱が酷かった為何回か親身に連絡いただいた時は何かあったら相談して良いんだなと言う気持ちになったが、引越しの為市町村が代わり引越した居住地の保健師は親身でなく、また、人見知りなのでまた信頼関係を築くのが面倒だった。前任者の方が良い方だったので引越し先の保健師さんは連絡すると言って何も来ないし適当感で更に信じたく無い気持ちになった。広報誌に産後鬱病母親への訪問きちんとしていると書かれていたが嘘だと思った。
赤ちゃんのおしめの替え方

8-5: 1人目のみの利用、もしくは全く利用しなかった方は、理由を全てお選びください。

[女性]



- 産後すぐで疲れていて、他人に会いたくなかった
- 家の掃除ができていないので、人に来てほしくなかった
- 見ず知らずの人が家に来るのは嫌だった
- 里帰り出産で対象の時期に自宅に母子がいなかった
- 上の子どものときに嫌な思いをした
- 訪問事業があることを知らなかった
- 居住地に、訪問事業がない
- 新型コロナの影響で、訪問を断った
- 新型コロナの影響で、訪問事業が中止になった
- その他

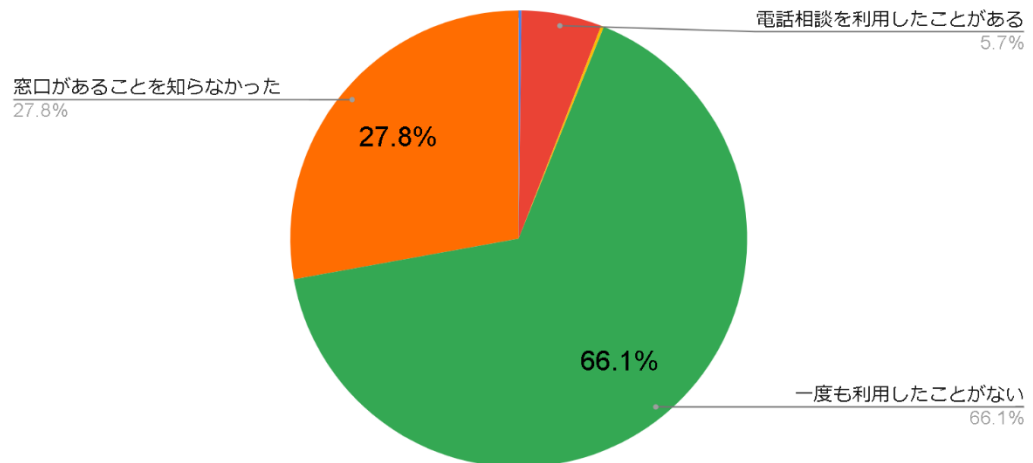


利用しなかった理由	女性	男性
産後すぐで疲れていて、他人に会いたくなかった	9.8%	
家の掃除ができていないので、人に来てほしくなかった	6.3%	
見ず知らずの人が家に来るのは嫌だった	12.5%	
里帰り出産で対象の時期に自宅に母子がいなかった	8.9%	
上の子どものときに嫌な思いをした	0.9%	
訪問事業があることを知らなかった	18.8%	100.0%
居住地に、訪問事業がない	4.5%	
新型コロナの影響で、訪問を断った	7.1%	

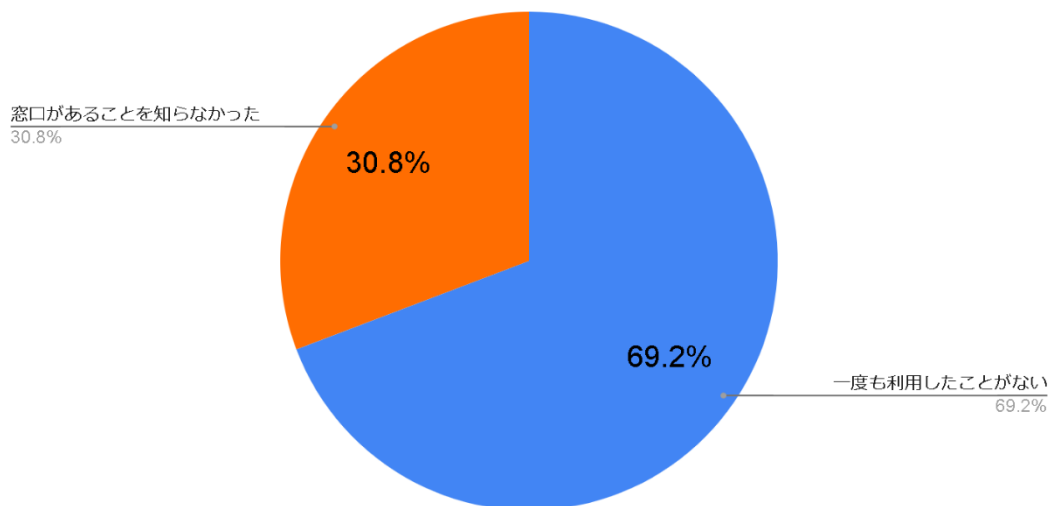
9. 自治体の電話相談について

9-1：自治体の電話での相談を利用したことがありますか（小児救急は除く）

[女性]

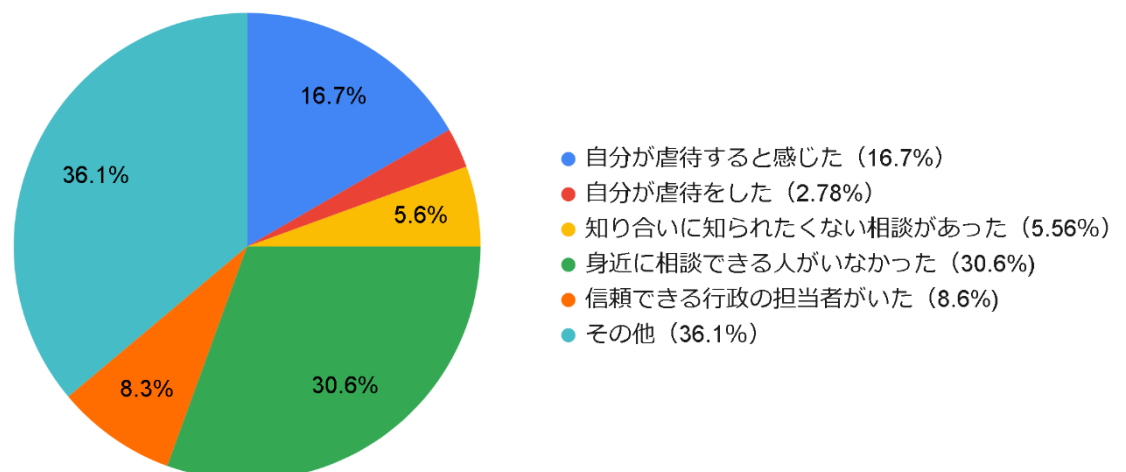


[男性]



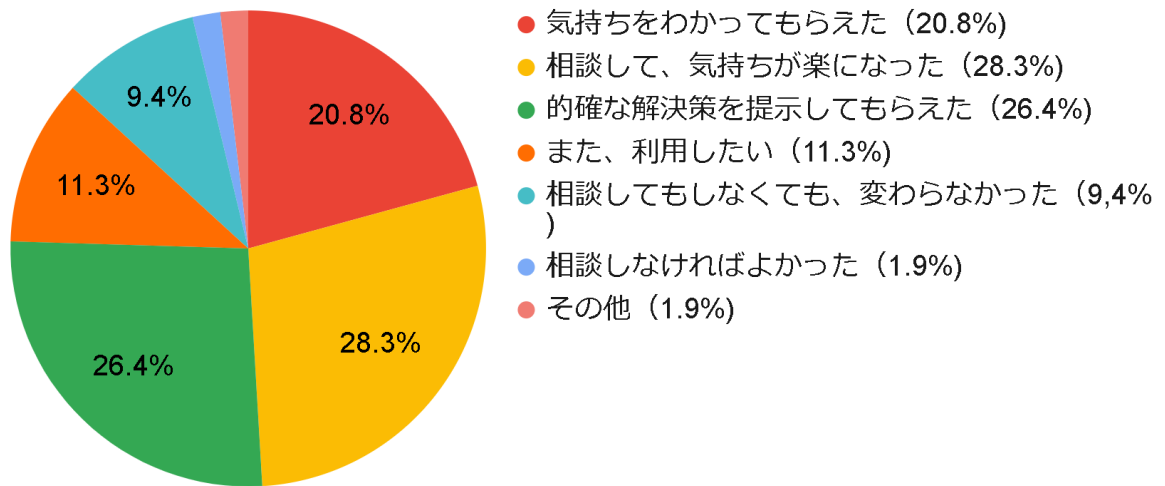
9-2：利用した方は、利用した理由で当てはまるものを全てお選びください。

[女性]



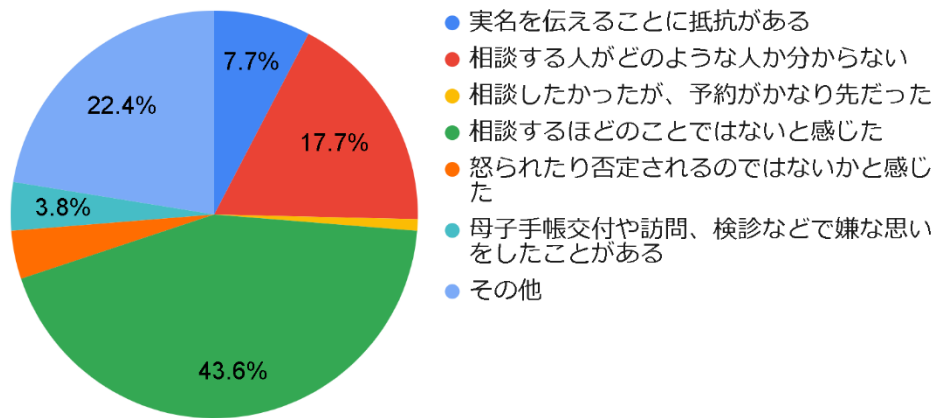
9-3: 利用しての感想を全てお選びください。

[女性]

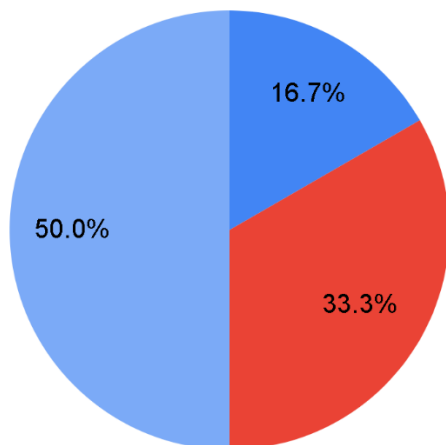


9-4: 利用したことがない方は、その理由を全てお選びください。

[女性]



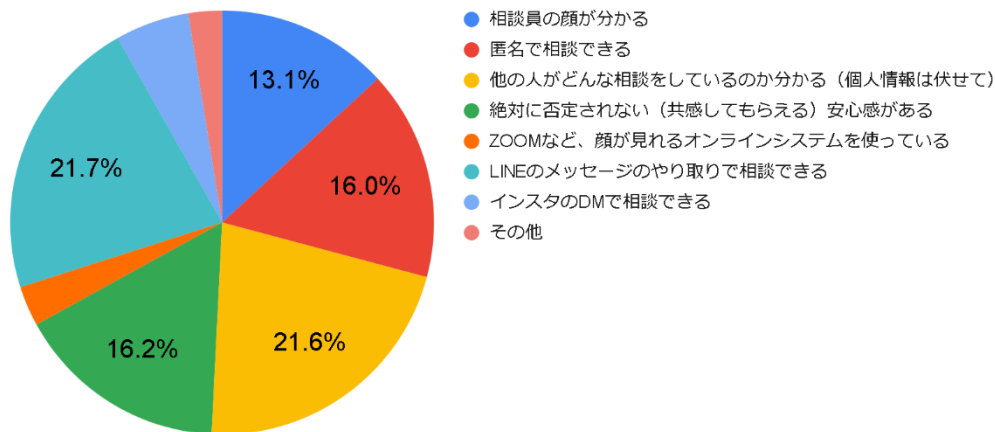
[男性]



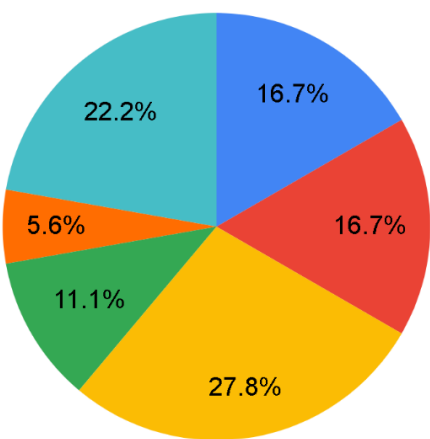
相談を利用しない理由	女性	男性
実名を伝えることに抵抗がある	7.7%	
相談する人がどのような人か分からない	17.7%	16.7%
相談したかったが、予約がかなり先だった	0.9%	
相談するほどのことではないと感じた	43.6%	33.3%
怒られたり否定されるのではないかと感じた	3.8%	
母子手帳交付や訪問、検診などで嫌な思いをしたことがある	3.8%	
その他	22.4%	50.0%

9-5: 自治体の相談事業がどのような状態であれば利用してみたいと感じますか？上位3つをお答え下さい。

[女性]



[男性]

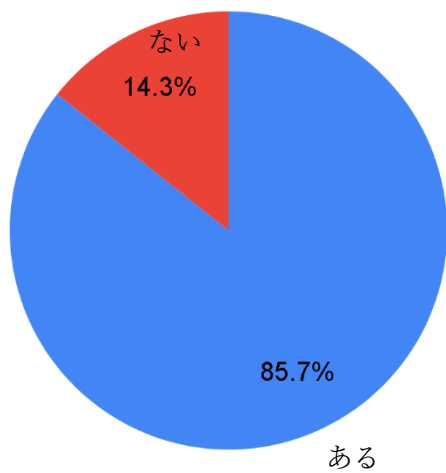


利用してみたいと思う環境	女性	男性
相談員の顔が分かる	13.1%	16.7%
匿名で相談できる	16.0%	16.7%
他の人がどんな相談をしているのか分かる (個人情報は伏せて)	21.6%	27.8%
絶対に否定されない (共感してもらえる) 安心感がある	16.2%	11.1%
ZOOM など、顔が見れるオンラインシステムを使っている	3.1%	5.6%
LINE のメッセージのやり取りで相談できる	21.7%	22.2%
インスタの DM で相談できる	5.6%	
その他	2.6%	

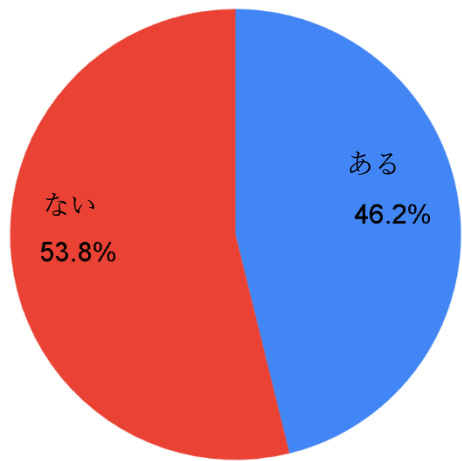
10. 子育て支援ひろばについて

10-1：子育て支援ひろば（親子広場など）に、行ったことがありますか。

[女性]

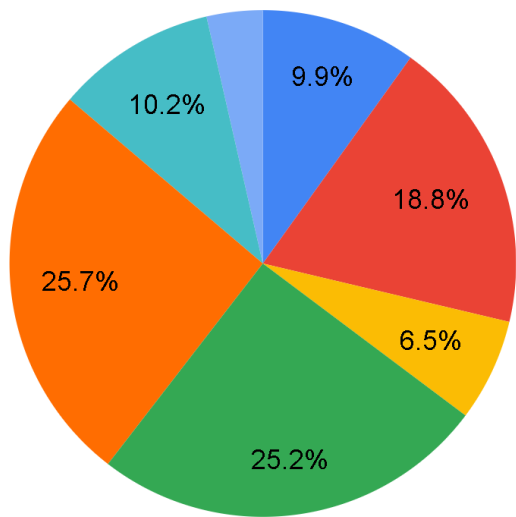


[男性]



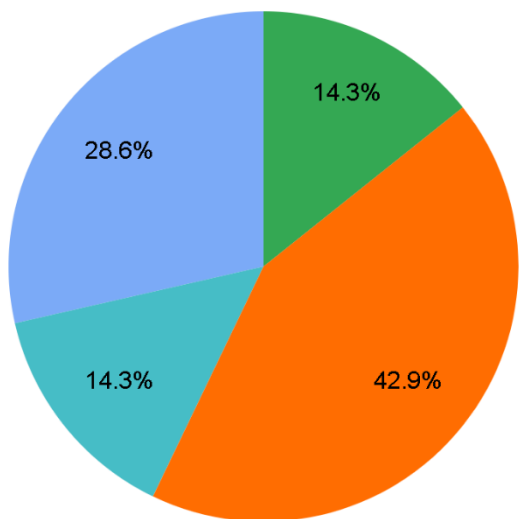
10-2：利用した方は、行く前のお気持ちを全てお選びください。

[女性]



- ただただ、楽しみ！
- ママ友ができるといいな
- スタッフさんに相談したいことがある
- どんな場所で、どんな人がいるのか不安
- その場に馴染めるのか心配
- 赤ちゃんが泣いたらどうしようと思う
- その他

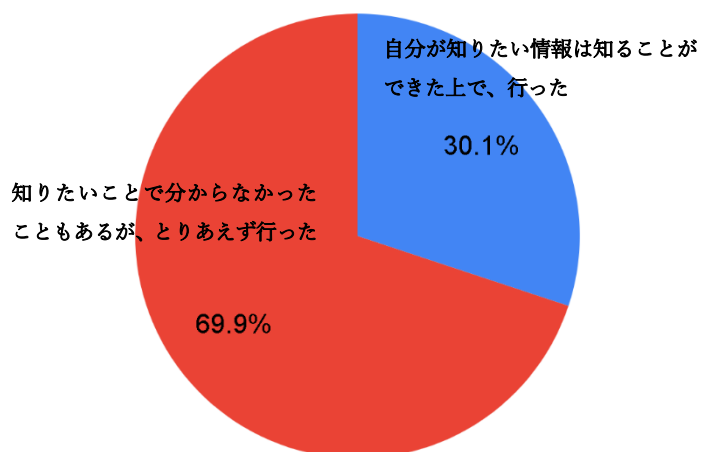
[男性]



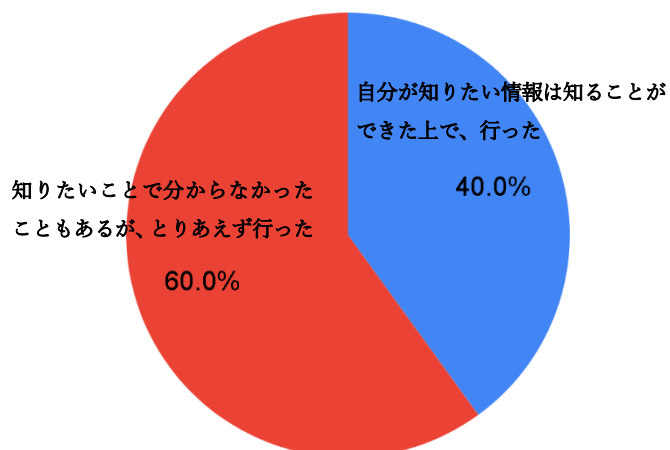
行く前の気持ち	女性	男性
ただただ、楽しみ！	9.9%	
ママ友ができるといいな	18.8%	
スタッフさんに相談したいことがある	6.5%	
どんな場所で、どんな人がいるのか不安	25.2%	14.3%
その場に馴染めるのか心配	25.7%	42.9%
赤ちゃんが泣いたらどうしようと思う	10.2%	14.3%
その他	3.6%	28.6%

10-3：利用する前、あなたにとって必要な情報はすべて自治体の情報から得ることができていましたか？

[女性]

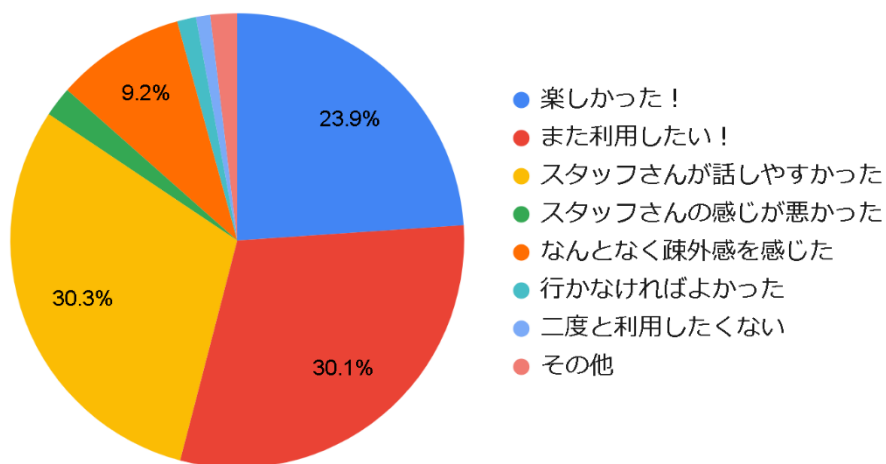


[男性]

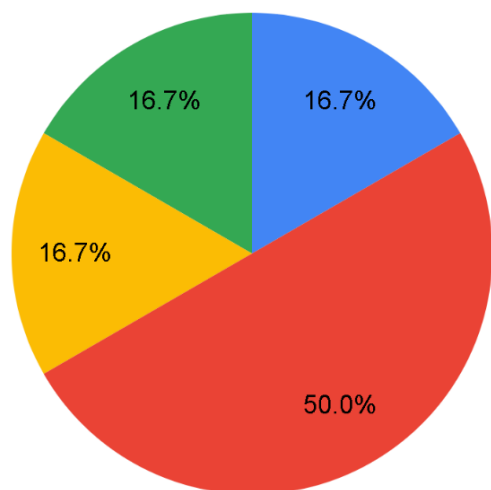


10-4：利用しての感想を全てお選びください。

[女性]



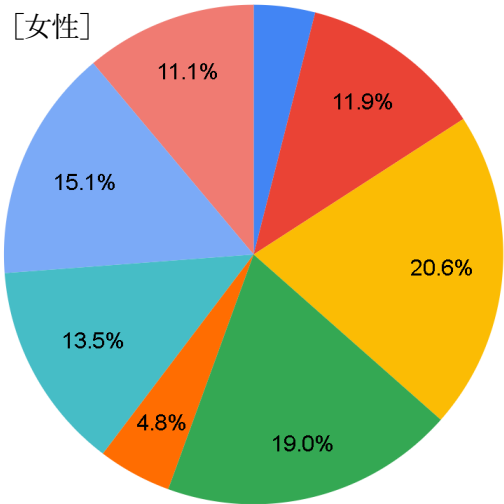
[男性]



ひろばを利用した感想	女性	男性
楽しかった！	23.9%	16.7%
また利用したい！	30.1%	50.0%
スタッフさんが話しやすかった	30.3%	16.7%
スタッフさんの感じが悪かった	2.1%	16.7%
なんとなく疎外感を感じた	9.2%	
行かなければよかった	1.3%	
二度と利用したくない	1.0%	
その他	1.9%	

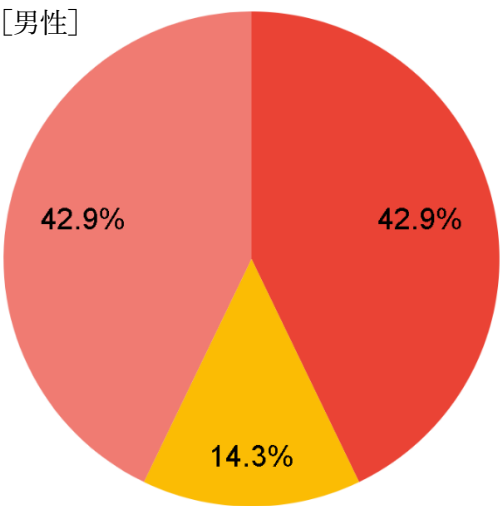
10-5：利用したことがない方は、理由を教えてください。

[女性]



- 子連れで行ける範囲に、そのような施設がない
- どこにあるのか、全く知らない
- その場に馴染めるのか、不安
- 新型コロナ含め、赤ちゃんが病気になるのが心配
- 予約制により、常に満席で利用できない
- 時間が空いたときなどふらっと立ち寄りたいが、予約制のため利用しにくい
- 新型コロナの影響で閉鎖されている
- その他

[男性]

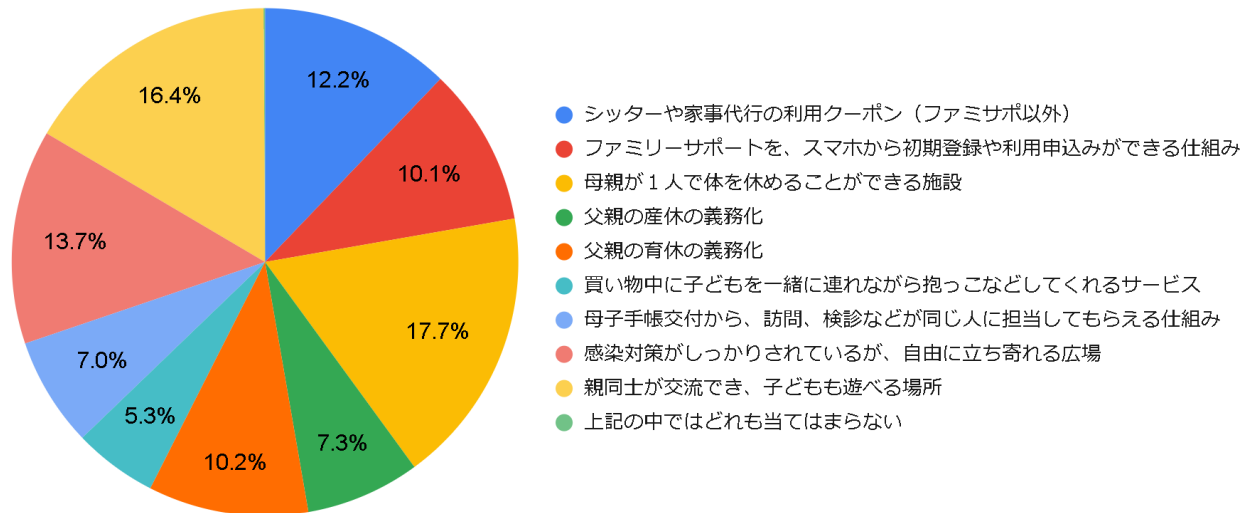


利用したことがない理由	女性	男性
子連れで行ける範囲に、そのような施設がない	4.0%	
どこにあるのか、全く知らない	11.9%	42.9%
その場に馴染めるのか、不安	20.6%	14.3%
新型コロナ含め、赤ちゃんが病気になるのが心配	19.0%	
予約制により、常に満席で利用できない	4.8%	
時間が空いたときなどふらっと立ち寄りたいが、予約制のため利用しにくい	13.5%	
新型コロナの影響で閉鎖されている	15.1%	
その他	11.1%	42.9%

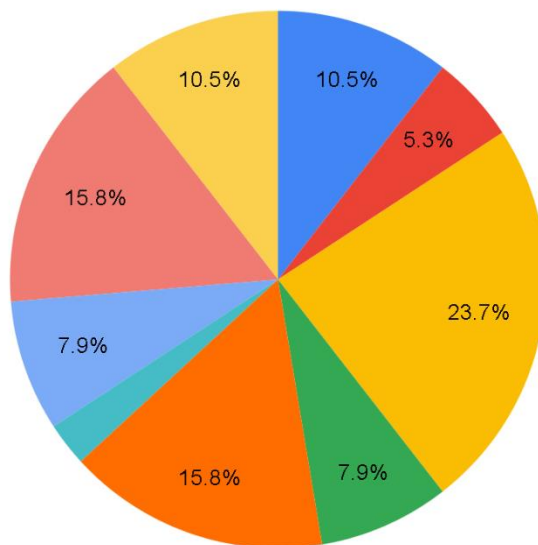
1 1. こんな子育て支援があったらいいな！

1 1 - 1 : 下記の中で、あなたが必要だと思う子育て支援策全てをお選びください。

[女性]

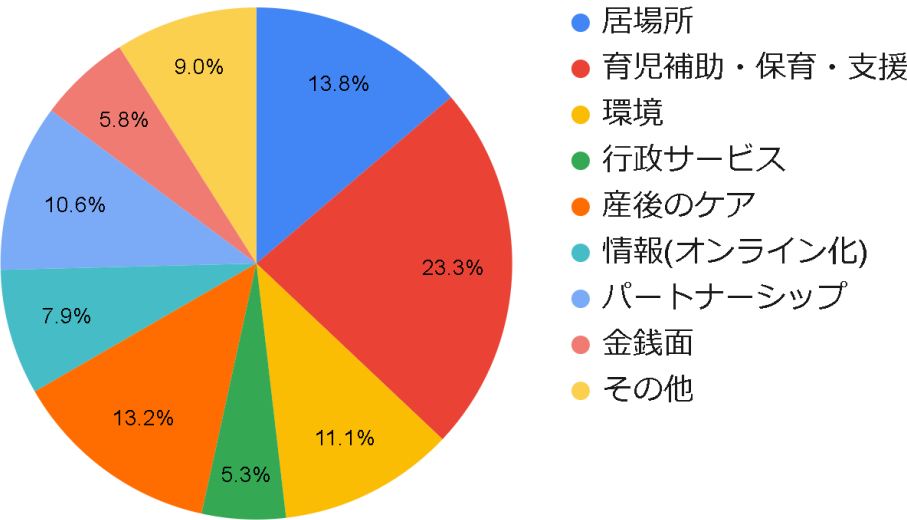


[男性]



必要だと思う子育て支援策	女性	男性
シッターや家事代行の利用クーポン（ファミサポ以外）	12.2%	10.5%
ファミリーサポートを、スマホから初期登録や利用申込みができる仕組み	10.1%	5.3%
母親が1人で体を休めることができる施設	17.7%	23.7%
父親の産休の義務化	7.3%	7.9%
父親の育休の義務化	10.2%	15.8%
買い物中に子どもと一緒に連れながら抱っこなどしてくれるサービス	5.3%	2.6%
母子手帳交付から、訪問、検診などが同じ人に担当してもらえる仕組み	7.0%	7.9%
感染対策がしっかりされているが、自由に立ち寄れる広場	13.7%	15.8%
親同士が交流でき、子どもも遊べる場所	16.4%	10.5%
上記の中ではどれも当てはまらない	0.1%	

11-2：こんな支援策が必要だ！と感じることを自由にご記入下さい。



育児補助・保育・支援
頑張っている民間の子育てサークルや団体に支援をしてほしい。
支援策ではないですが、横浜市だとファミリーサポートで上の子の保育園等送迎は保護者が同伴しなければなりませんが、東京都などでは送迎を行ってくれるそうです。そうしたあそこはできて、こちらはできないなどのサービスのでこぼこは極力緩やかだといいいなと思います。
また2人目以降の育児支援をもっと増やして欲しいと思います。1人目は生みたいと思うし、親はなんとか頑張ります。ただ1人目に感じた苦労(ワンオペ育児、金銭面の補助が薄い、父親の会社の理解が薄いなど)が強く、また1人目と支援が変わらないとなると2人目は欲しいけど作れないなと感じる人も多いのではないのでしょうか？
空きがあり一時預かりしやすい保育園、高すぎない託児施設
気軽に預けることができる場所。一時保育含めどこもいっぱい利用できない。
ママが気軽に子どもと離れられる時間 罪悪感を感じなくてリフレッシュできる時間 気軽に一時保育など利用できる環境 用事がなくてもただ一人になりたいくても預けられる それを認めてくれる社会
通院や買い物、ちょっとした用事の時、未就学児を見してくれる制度。
産後のママのサポート(特に実家が頼れないご家庭)
体調不良の子供を無料で預かってくれるサービス
一時保育してくれる場所
子供が体調を崩した時に、安心して仕事を休める環境や、職場の理解
親が仕事を続けられるための支援、
母親が休める施設があるが、産後4ヶ月までしか利用できない。我が家の場合、子供がつかまり立ちできるようになった7ヶ月ごろ～1歳過ぎまでが特に身体がしんどかったのも、もっと長い期間利用できるようにしてほしい。
子育ては余裕がないと幸せだと感じれないと思います。母親、父親の余裕が出来るような家事代行、産後の調子が悪い時に横になっていても子供を見てくれて話し相手になってくれるようなサービスがあればいいですね。
夕飯の支度など、忙しい時間帯だけ家に子守に来てくれる無料サービス。予約などをしなくても、ちょっと買い物を行くときにさっと子どもを預けていかれる人や場所(近所のおばちゃん家的存在)。←出産前から預け先や頼める場所を決めたり準備する必要があると思う。生まれてから気兼ねなく子どもを預ける場所を探したり、申込み手続きをするのは気力も体力もついていけない人も多いと思うので。

一時預かりや、託児を利用したくても、心配だったり、知らなかったりするので、後押ししてくれるような支援や、情報の提供。
未就園児の預かりサービス
私が現状困っている事です、リフレッシュ目的の一時保育を気軽に頼みやすくなれば良いと思う。 私の地域では月初めに応募と決まっています、リフレッシュ目的だと1~3日しか利用できないので、本当に余裕が無くなった時にお願いしにくい。明日が辛いと思っても預ける人も頼れる人も居ません。
子ども食堂のような、低価格でバランスの整った食事を提供してくれる場所があったらいいと思う。
2人目以降里帰り出産ができなかった時に、上の子の食事などのお世話や、掃除、洗濯などの家事を手伝ってもらえるサービス
実母、義母が亡くなっていて自分の健診、通院のたびに夫に仕事を休んでもらっている、気楽に一時保育やお手伝いをしてもらえるような支援があったらいいなと思います。
保育園に時短でも入りやすい支援策
未就園児の子育てをしていると本当に自分の時間がありません。気軽に利用できる一時保育などがほしいです。また保育園の待機児童問題や育休退園など改善してほしいです。一人でゆっくりできる時間がほしいといつも思います。
無料もしくは安い料金で、託児付きのカフェや映画館、コワーキングスペースなどがあると嬉しい。
安心して任せることができ、前日や当日に連絡しても利用できるシッターサービス。
子どもを安心して預けられる、一緒にみてもらえる場所。特に何かして欲しいわけではなく、誰かが一緒にいてくれて、子どもの様子をみながら世間話できるような場や人がいたらいいなと思います。いし、話も半分しか入ってきません。
専業主婦でも気軽に子供を預けられるところがあるといいなと思う。
無償または低価格で利用できる家事代行サービス
生後すぐからの一時保育
仕事をしているので、子どもが病気からの回復期に気軽に利用できる病児保育のような施設がもっと増えると良いなあと切実に思います。
シッター、家事代行、ファミサポなど制度があるのは知っていたけど、実際の利用者さんの声などがほとんど見えなくなると利用しづらい...そのあたりを見える化してほしい。
ベビーシッターがもっと一般的になってほしい。 子供のイベントが少なくて残念。 保育園でおこる事故をみると、保育士さん1人に対して規定されてる赤ちゃんや幼児の数が多いのではないかと思います。
即座に子供を預けられる施設
無償または低価格で利用できる家事代行サービス
預り保育などではなく一対一で子どもをみてもらえて、安心して預けられる場所・人を確保した上での一人時間。
美容室とか、外食とか、ひとりの時間を持つためにその間気軽に預けられるサービスがあると嬉しい
祖父母が孫を育てるさいの支援。休暇、買い物の手伝いなど。
浜松市では産後50時間まではまずヘルパーを利用できるので利用しましたが、100時間くらいあるといいな。50時間だとすぐ終わってしまいました。
産後、母親が気軽に休める場を提供して欲しい。田舎は数が少ない。都市部まで出向かないと必要なサービスが受けられない。 土日ワンオペのお母さんの為に何かサポートして貰えるサービスがあると嬉しい。
周りに知り合いがいない親たちへのサポート
ベビーグッズを安く借りれるようにしてほしい
産休中の上の子の短時間保育。首座り前の赤ちゃんを連れての送り迎えは辛い...
子供を預かってくれる場所の増設

産後ドゥーラ
転勤族などで親が近くにいない人にも頼れる人を近くにすると気付かせる支援
自分が高齢出産だったので、予想外の体の不調に子育てどころではないのに、日々は過ぎていくし、家事は最低限食事の用意をしないと子どもが飢えてしまう。育児相談の前に、自分が不調の時に自分の病院に行けないことが辛かったです。夫は出張が多く、頼れない。祖父祖母は4人いても車で1時間から1時間半の距離。私が高齢ということは、祖父祖母も高齢でなかなか子どもを気軽に預けられなかったです。ファミサポ等もあるようでしたが、その登録さえおっくうなぐらい、不調でした。
支援策として、 妊娠期に出産後の各種手続き(サポート事業とかも含めて)を子どもの名前なしでできること
産後のケア
産後のママが、今すぐ休みたいと思ったときに休める施設や人員があると良い。 一時保育もファミサポも事前予約や手続きが必要で、緊急のときには使えない。
産前産後の母親へのケア
産後の母親をしっかりと休ませてくれる施設。(韓国などはひと月ほど休める専門の施設があるとか) 気軽に子供を預けられる施設。
◆11の問いを見て、母親一人で体を休められる施設があったらいいなと思いました。その施設まで一緒に行き、子供を見てもらってる間に体のメンテナンスや休息を取りたい。夫に預けるのは心配、というか無理。
お母さんの休息
コロナ禍でなかなか外出もままならない世の中...産後のお母さんたちに寄り添って話を聞いてくれる人が必要。絶対に否定しないで聞いてくれる人がいい!!
赤ちゃんの基本的な生態を教えてほしい。産院によって、ミルクなり、母乳なり、産後の指導に差がある。どうにかしてあげてほしい
出産で入院中の臨床心理士との面談が退院直前だったので、かなり遅いと感じた。面会もできず孤独な入院生活だからこそ、産後2〜3日目くらい早い段階で行ってほしかった。
母親のリフレッシュできる時間
赤ちゃんとお母さんが、一日中(寝るのも)集える場所が欲しい。昼間は夫がおらず1人で子育ては孤独で、夜は夫が仕事の為一人で母乳やミルクをあげてオムツを替えてを繰り返すのが辛かった。同じ境遇のお母さん達と話しながらかも出来れば、夜間の赤ちゃんとの時間も辛くなくなると思う。
子育てで孤独感を感じないためのサポート
産む前に、産後の自分がどうなるか、もっと勉強しておけばと思ったことが多かったのも、もっと知る機会があればよかったです。
生まれる前に産後のホルモン状態について知る機会があったり、産後の方誰でも気軽に立ち寄れる場所やオンラインが必要かと感じます。私はたくさんのサポートがあって恵まれてましたが、逆に親の偏った見方でまいてしまうこともあることを知りました。いろんな方と話す機会、場所があればまた違うのかと感じます。
産後、気持ちが疲弊してしまっているお母さんに気付く、発見するアプローチ方法。 本当に産後うつなのか、他に原因はないのか体の隅々までチェックする機関。
韓国のように産後退院後に母子で過ごせる施設
母親を寝かせてくれる
離乳食や料理を担ってくれる日があれば、母は少しは休めるから、派遣できるシステムがあったら頼みたいです
産後1ヶ月間、体を休めなきゃならないから外には出にくいけれども、その間の子どもとの2人っきりの時間がとてもしんどい時期がある。友達も、気を遣ってくれて遊びにはきにくい…。でも、身体は動かさなくても、この時期に人とのコミュニケーションが取れると心が軽くなるなあと感じました。なので、新生児預かってくれて、1時間でも1人の時間が確保できる環境がとれると、嬉しい!

産後お母さんの身体のケアをしてくれるところが欲しいです。私は切迫で4ヶ月安静後出産すぐに育児が始まり、身体がガチガチで心も滅入りました。
産後の母のメンタルケア 産後 1～3 ヶ月又は 4 ヶ月までの母子ケアとコミュニティー 子育てに引きこもりなりがちな方への定期的なサポート。
今住んでいる場所では子どものケアが主体のサービスが多く、母親同士ケアできる場所がほとんどないと感じます。
産後うつは特別なことではなく誰にでもなる可能性があることを周知してもらいたい。妊娠中はそういう情報がなく産後不安定になったときに知る。まずは 1 ヶ月検診のときに子供だけでなく母親自身のことを相談できたらいい。
いつでも開いている心の避難所
親が一人になれる時間の確保 産後の母親の心と体のケア 骨盤、母乳ケアをもっと子連れで利用しやすくする
私は、産後の悩みが少ない方だったとは思いますが、それでも、体調不良や寝不足は辛く、たまに子どもを預けてゆっくり寝たい、休みたいと思うことはありました。
一人でゆっくり休める環境は必須だと思います。
パートナーシップ
父親が会社を時短勤務にしたりできるようになってほしい。時差出勤もなくなってほしい。今、時差出勤で帰りが遅くなる日があり、お風呂など、1 人での育児に困っている。
父親の教育！！！！世のママたちの意見を全男たちに知らしめて欲しいです。これに限ります。
両親学級に参加したい意欲は主人にもあったが、仕事の都合がつかず参加できなかったため可能なら義務にして欲しい（会社は積極的に参加できるように支援すべき。主人と同じ会社に勤めており、2 度の産休育休を取っていますが社長からは「男は仕事だけしていれば良い、家のことは女に任せて」「母親は子どもの風邪がうつっても仕方ないけれど旦那にはうつすな」と言われて来ました。これは母親に全て押し付けて孤独に追い込む言葉だと思っています。産休育休を取得した方は何人かいますが会社に残っているのは私と産休しか取れなかった先輩だけです。この古い考え方を無くすほうにもっと世の中が動いて欲しいです）
父親に子育ての大変さを知らせる講座等(強制参加)
父親への、母親(妊娠中や子育て)の大変さを体験させることを義務化
男性も育児休暇を義務化してほしい！（会社の理解が全くないので。）
父親が休みやすい職場の環境
父親への子育て＆家事教育がもっと必要。
子育てと家事は奥さんのお手伝いではなく、自分の仕事であるという自覚を持たせるように義務教育でもっと教えるべき。
その上で父親の育休義務化をして欲しい。
そうでないと、夫の世話が増えるだけで奥さんは更に追い詰められる。
第二子のとき、夫に育休をとれないかお願いしたら、育休をとってる人がほとんどいないから厳しいと言われた。義務化になれば男性も取得しやすいと思います！
産前産後に父親向けの教室の義務化
父親が産後の妻のサポートの仕方を学べる機会が少ない。 初めての子育てだと両親とも新生児の扱いが分からなかった。大きい産院だったので、全然丁寧に教えてくれず、産まれたばかりの赤ちゃんを看護師さんが部屋に連れてきて、何も言わずに置いていったのでどう扱えばよい分からなくて困った。
父親の育児参加を促してほしい
夫の産後休、育休取得義務

産後の夫婦の育児による感覚の違いを教えてくれる教室、父親はどうサポートすればいいのか教えてくれる教室、寝かしつけとか、月齢ごと寝かしつけ、生活リズム、離乳食の進め方、夜泣きの対応の仕方を教えて欲しかった
男性の育休産休は、必要だとは思いますが、だからと言って、女性が休めるとは限らないから、産休育休の意味を広く、理解できる仕組み！
父親の産休育休が必要だと感じます。なので、父親の給与補償はしっかり行ってもらいたい。マタハラなどのない社会にしてもらいたい。
父親の産休・育休の義務化。父親の産休・育休を利用して収入が安定する制度。父親が家事・育児のスキルアップを図るセミナー。子供は母親じゃないと泣き止んだりしない時が多く、子供から離れられず家事が進まなくてストレスがどんどん溜まっていくので父親が家事を全てするのが当たり前にならなければ母親の負担が多すぎて辛すぎるので、それを解消する支援や社会の仕組みが進まないと自分で命を絶つ人が出続けてしまう。母親は体も精神も限界で全てを投げ出してしまいたくなる事が何度もあるので今よりももっともっと多くの支援や社会のあり方の変化が必要だと子育てをして強く感じるし、少子化対策と打ち出している政策もあるが全然足りていないし、昔と変わりがなくて驚く事が多すぎて、今までの政治家や自治体は何をしていたのかと怒りが沸く。
父親も参加しやすい場所や、地域に子ども連れでもウェルカムな飲食店(座敷があったり、オムツ換えがあたり、、)、安い価格での骨盤矯正や体型戻しができるところ
父親学級がなく、妊娠中の辛さや産後の大変が主人はあまりよく分かっていない感じでした。 基本的には協力的なので、周りからはいいパパと言われますが、もっと体調面の気遣いをしてもらいたかったです。 里帰り後に睡眠不足なのを伝えてもあまりピンときてないようだったし、オムツ替えや抱っこなど赤ちゃんのお世話はしてくれただけ家事は料理や買い物は私がしていました。 料理してる途中でオッパイあげて、また料理したりしていて、だったらパパがご飯作ってよと思いました。
今年、下の子が卒園してしまったので、今回のアンケートが参考になるか...ですが。 我が家は近所に実母がいるんですが里帰りはしなかったんです。 そして、私のパートナーが休みを取れという話になり、上は1ヶ月、下は2週間休みを取り、一緒に世話をしてもらいました。 パートナーの性格もあるのかもしれないのですが、そこで子供の世話がどれだけ手がかかるか実感してもらえたのは、後になってとてもよかったと感じています。 とにかく子供は2人がいて初めて生まれるのだから、2人が共感していかないと孤独感が生まれてしまうと思っています。 そのためにも、忙しいを言い訳にせず、男性は育休を取るべきだと思っています。
行政サービス
両親共に県外に住んでいて、病院に通院するにも夫が休みの時などしか行けないので通院も出来ず、自分の事は後回しになりがち...ファミリーサポートも事前登録していないと使えないので、今！って時に頼れず不便。
支援ではないが、行政のホームページが見にくく、欲しい情報が得られない。内容が古かったり、自分から探さないと知らずに過ぎてしまうことばかり。初めての子育てで、そんなに自分からどんどん動かなければならないということも知らなかった。役所だけでなく、小児科などでも行政の取り組みが知れるようにしてほしいし、もっとLINEやSNSなどを充実させてほしい。
孤立せず気軽に相談できるようなサービス(特に離乳食の進め方など、ワンオペ育児になってしまうので)自治体により異なるようですが、統一して7ヵ月健診もあると安心できる気がします。
2人目以降はなかなかゆっくり里帰りもできなかったし、自宅に戻ってきても生まれたばかりの赤ちゃんを連れて買い物にも行けないし、とても不便だった。 自治体のによっては、産後家に来て手伝ってくれるサービスがなかったりするので、良いサービスに統一してほしい。
渋谷区のように物の支援。オムツの支援。親子で泊まって休める施設

相談窓口の一元化してもらえると連絡しやすい(その後専門家に取次いでくれる形がいい)
育休や産休、保育園関係の手続きがオンラインでできるといいなと思います。小さい子どもを連れて役所に行くのは大変です。大事な手続きなのに子どもがぐずり出すと聞きたいことも聞けな
定期訪問
区役所の情報がとにかく調べにくい。まずはそこから整備してもらえたら皆もっと気軽に参加できるのでは。
役所的な 9 時から 17 時までのサービスではなく、夜間や週末に利用できる補助サービスが欲しかった
情報(オンライン化)
ふと不安になった時に、すぐに予約が取れなかったり、赤ちゃんを連れて行政に出向くのが大変な事が多々あるので...もっと身近な LINE や SNS でも相談出来ると嬉しい。 コロナで色々な場所が使用出来なくなっているの、その対策もして欲しい。
妊婦の時に、産後のリアルな体験(大変だった事や辛かったこと等)をもっと知っておきたかったな。と...1 人目出産後に感じた。赤ちゃん可愛い～楽しい～毎日ハッピーみたいな記事などに目が行きやすく、産後にギャップを感じた。みんなは楽しんで子育てしているのに、何で私の子はこんなに泣くの？と辛かった。(1 人目の出産時)
聞き上手な人に対面で話を聞いてもらえる(予約はオンライン、抽選などで決める)、もしくは LINE など簡単に相談に乗ってもらえる
子どもをよりよく知るためには沢山の専門家の知識が必要である(発達・かかわり方・オムツはずし・食事・環境など)。それぞれの専門家を独自に調べて、講演会や著書を探すのはとても大変だった。子どものことなら、ここに行けば全ての専門についての情報が一度に自由に見られる！という場所があればよいと思う。
LINE で気軽に相談できるサービス
いつでも気軽に専門家に相談できる場所
多胎だったので赤ちゃんの頃はなかなか一人では連れて出かけられず、殆ど家にいました。 多胎児を出産した母親に対する、お出かけのアドバイスや情報などを教えてくれる支援があれば良いと感じました。
産後の知識がない。お産のことは勉強するがその後のイメージが全くついていない。特に 1 人目の母親は鬱になっても仕方ないと思うくらい孤独。産後ケアに力を入れて欲しい。2 人目以降は選択制で。私は支援は 2 人目はいらなかったの
で。
新生児期は、なんでも心配なことはすぐ LINE など質問できるようなしくみ！
子育てしていると時間もなし余裕もないし...となることが多く、実際に窓口や指定の場所に出向くというのはわたしにとってはとても手間で苦労があるものでした。 (1 人目の時もそうでしたが、2 人以上いると尚更に) スマホで必要な情報を得るだけでなく、書類などのやりとりすら大変に思ってしまうのでサービスの利用や申し込みはスマホからできると楽だなと感じます。もちろんデジタルが苦手な方や持っていない方に向けての紙ベースでのサービスも欠かせませんが。
生活面全般で相談を受け付けて、必要に応じてその先の相談先を振り分けてくれる総合相談窓口があれば良い。
低月齢時の訪問サポートおよび、オンラインでのアドバイスがあれば嬉しいかなと思いました。サポートを受ける際に施設へ出向く必要があるのは低月齢の赤子を連れてだとハードルが高いです。(妻の意見の代弁です。)
いつでも、どんなことでも、気軽に相談できる場所。相談じゃなくても話を聞いてくれる場所。
親が気軽に相談したりできる場所
色々なサービスがあるのはわかるのですが、見つけるまでが大変なので一箇所に情報がまとめてあって、HP など見やすいものがほしい。
環境
子連れでも買い物しやすい環境。
全駅近郊に授乳室等の設備。なぜか磯子区と港南区は一時保育施設がないから受け入れ態勢を整えてほしい。

ベビーカーが利用しやすい工夫、おむつ替えがどこでもできる工夫
特に乳児期は子供も話さないし、孤独感が強い。大人と何気ない会話ができる場が必要と感じた。また、1人目の乳児期は分からないだけで、LINEなどを利用して自宅からでも気軽に些細なことを相談できる体制があると良いと思う。
日曜日でも少しの時間でも子どもを預かってもらえる施設の増設。男子トイレにももっとベビーベッド設置。駅等のエレベーター場所をわかりやすくして欲しい。
コロナ禍では、オンラインや匿名などで気軽に相談できる場所があると最後の砦のような存在となると思いました。もうワクチンにより対面での活動も増えるとは思いますが...
月1でもいいので電話がほしい。低月齢のときは家に籠りきりで社会との疎外感を感じるため。
複合遊具がある充実した公園が出来て欲しいです。
気軽に話せる場所。電話ではなく、LINEやメールで相談や気軽に世間話をできればいいなと思います。相談窓口とかになるとこんなつまらないことで連絡していいのか...となってしまうので。
飲食店にもっと座敷席やキッズスペースがあると嬉しいです。
浜松市も授乳場所やトイレが綺麗な公園や施設が欲しい。少な過ぎです
駐車場が完備されている公園。 北区の設備が少ない
支援ではないかもしれないが、小さい子供が遊べるような公園(広場)が欲しい。 外に出るだけで気持ちが楽になるし、他のお母さん達と話したり情報交換したりできることが本当にストレス発散になる。 ちょっと立ち話ができるだけでもいいのですが、そういう場所が本当に少ない。
家事代行を利用したときに、赤ちゃんが寝たところで自分も休めるわけではなく、かえって疲れてしまった。自分が安心して休むことができる環境が、実家が頼れない状況でもほしいと感じた。
低月齢でも安心して行ける場所。ねんね期だとしても何もなさそうだし、大きい子がいると行きにくいと思い、あまり出掛けなかった。不安が1番ある時期で孤独を感じました。
どんな情報もネットで得ることができる時代になってきて、公共の場で誰かに教えてもらうことで、初めて耳にすることというのはとても少ないと感じる。そうすると、たまに会う支援センタースタッフさんや保険師さんの役割というのは、子育ての知識を与えることではないと思う。子育ての大変さに共感して、「大変だね、でも大丈夫。いつでも助けるよ。」という安心感を与えることや、公的援助が必要な方にそれを結びつけることだと思う。 また、地域の役割が希薄になっている中で、同じ時期に妊娠・出産・子育てする方との交流がもっとあっても良いと思う。母どうしがわかりあい、助け合える環境になるように、公的機関が関わっても良いと思う。
ママが1人にならない支援策
仕事を一旦辞めても、いつでも仕事に復帰できる支援
月齢年齢ごとの遊び場と気軽に通える支援場所 1人家庭親が多いと思うのでそれに役立つ会催し
転勤族などで親が近くにいない人にも頼れる人を近くにいと気付かせる支援
家事代行やベビシッターサービスがもっと安く手軽に利用できたらいいと思う。 助産師会さんの本部は真面目な人が多くて、相談すると逆に息が詰まるような感じもする。もっと適当に大丈夫と言ってくれる相談相手が必要だと思う。 頑張りすぎて疲れているから、もっと適当にやれば良いと言われても、具体的にどう適当にしたらいいのかがわからなくて困っている。 支援センターにたまに行って良かったのだが、子供が風邪をひくと行きにくいし、行くのが億劫になってきてしまう。 ベビーマッサージ教室などは高くてあまり頻繁には行けなかった。
金銭面
子育てによって仕事ができる時間は限られているのに仕事量はかわらず、お給料は下がる 子育て補助金などで資金的援助がほしい
出産予定家庭へ食洗機、全自動洗濯機、自動掃除機の支給があつたら、だいぶ楽になると思う。もしくは資金補助。人でしかできないこと、人以外ができることをわけてやっていけるとよいのではないかな。

経済面の支援がもっとあったらいいのになと思います。特に、たくさんの子を育てている家庭はもっと優遇されるような制度があったらいいのになと思います。
あと、長く育休を取ったので無給になり、貯金を切り崩していたこともすごくストレスでした。家事代行サービスや一時保育などお金がかかるので、利用を躊躇いました。休みたいけど休めない、頼りたいけど頼れないを解決する方法があるといいなと思います。
チャイルドシートの貸出 オムツやミルクを配ってくれる自治体もあると聞いたので、子育てにかかる費用を一部負担してもらえると助かる
経済的に支援があれば子育てをしたいと思える。経済的に余裕があれば虐待につながる気持ちも押さえられる。乳児期の保育料とか高すぎる。 経済的に困窮やそこまでいなくても不安な気持ちは虐待につながるの明白は事実だと思う。(裕福な家庭にも虐待はあるけど。)
お金として支援がもっとあると助かります
全てはお金！パートでお金が貰えない人が多いのに、出費だけが増えてく。ミルクやおむつすら買えない人も多い。お金の余裕があれば、心に余裕も出来るのではないかな。辛いのはひとり親世帯だけでないことを知ってほしい。差別化ばかりされて生きにくい世の中になっています。
離乳食教室やベビマなどイベントがもう少し大人数でできたら、孤育てしているママも悩みを共感できるママ、気が合うママに出会えると思います。
妊娠中の定期検診や医療費の保険適応や無償化。
親が忙しい時に食事を低価格で提供してくれる場所があれば良い
居場所
0歳の赤ちゃんだけが集まれるイベント。
ママや赤ちゃんの交流の場として住んでいる地域の同じ歳の子(0歳)を集めたイベント等の開催。(任意参加)もしくは近隣のイベントや施設の情報共有
コロナだろうが、支援センターは開けてほしい！子どもとお母さんが孤立しないようにしてほしい！
孤独を感じなくて済むもの(大人同士の交流)、負担感が軽減できるもの、父親育ての機会になるもの(身内より他人に教えてもらった方がすんなり入る)
土日やっている支援ひろばをもっと作ってほしいです。仕事をしていると平日利用できずに寂しく思います。母子家庭が利用できるサービスもほしいです。 現状、収入が一定あるからと何の支援もなく経済的にキツイです
コロナ禍で、自由に行けていた 支援センターに予約が必要になり 定員がもうけられた。行きにくくなってしまった。自由に行けるようにしてほしい。
もっとママたちが安心して交流が持てる場所を作るべき！
支援センター閉鎖酷過ぎる、お年寄りばかり優しく子育て世帯には厳しい。このままだと日本は終わる
コロナで顔見知りの人がおらず、定期的に気にかけてくれる方がいるとほっとできるなと思います。
人付き合いが苦手なママさんも気兼ねなく子供を連れて遊びに行ける無料の施設。 仲良しのママ同志多数で固まる仕組みにならない空間作り。
今は難しいと思いますが、パパママ赤ちゃんで参加できるイベントや交流会がもっとあると嬉しいです。
少人数でしゃべりたい。 支援ひろばの独特な常連さんとスタッフの方とのやりとりがすごく苦手で行けません。 とにかく、社会からの疎外感が半端ないので安心できる場所作りをして欲しいです。
コロナ禍で出歩くのも難しい今...気軽に話せる相手が妊娠中からいてくれたら。と思います。
人と話せる場所がほしい

コロナ禍でも安心して通えるサポート空間
支援センター等に行ってもうまく他のママたちとしゃべることができなかった日は落ち込む。そういう空間がないけど誰でも楽しめる場所が必要。
コロナ禍の遊び場(児童館が閉まると、夏場・冬場・雨の日は死活問題です。)
こんな状況だからこそ、母親が女性として楽しめる場所が欲しい。(少しお菓子を食べながら、ママたちとお喋り)子ども同士が交流できる場所。(子どもが大人とは沢山関わっているが、同年代の子との関わりがあまり取れていないため)
コロナで人と会うことも減ってるのでもっとママが楽しめたり、発散できる場所がほしい。
気軽に子どもを連れて遊べる場所に支援員さんがいるような施設
子供を遊ばせながらママ友とゆっくりお茶がしたい。結局いつも子どもが騒いでしまいゆっくり話せない。
保育園以外で(就労していなくても)ゼロ歳時から短時間でも子供を預けて母親が休憩出来る施設
親同士の交流の場、寄り添って長い目でサポートしてくれる体制
高齢ママの集まりがあったら行ってみたいなあ
気軽に利用ができて、色んな人がちょっと外に出てみようかな、行ってみようかなと思うような企画をやっている親子広場など
同じ月齢くらいの人達が集まれる機会を増やす 頼るのが苦手、人見知り、相談相手がいない人でも孤独にならないようにするため外に出る機会を増やせるから
その他
産後うつを経験し、現在も服用中です。産前に産後うつの事をもっと知りたかったです。少しは聞いてましたが10人に1人になる産後うつに自分になると思ってませんでした。少しでも産後うつが無くなる世の中になればいいと願っています。
性教育や子育てのリアルを学生たちに学んでもらうこと。子供ができた夫婦ですら知らないことが多いのだから、子供がいない人は子育てのリアルなんて想像できないはず。それでは 心ないことを言う人がいるなど子育てしづらい社会になるのも当然だと思う。 妊娠中&子育て中世代への発信は極めて重要だが、それ以外の世代への発信も意味のあるものになると考える。
男性を含めた周産期うつの啓蒙でしょうか。行本さんの活動応援しています。
コロナ禍の今、自治体の検診はほぼなく、小児科の病院で執り行われています。 それならば小児科が負担だとは思いますが、もう少し産後のお母さんたちのフォローができる体勢を取って欲しいです。ただ予防接種をして体重を測っておわり。小児科は半ば流れ作業のようなところであると自分が仕事をしているのでわかります。 でも予防接種で外に行くことくらいしかコロナ禍での外出や専門職との関わりはないくらい閉ざされているのです。 そのときに、小児科の看護師や医師はどのくらいお母さんに寄り添った言葉をかけているのでしょうか？産後1ヶ月と言わず、ずっとです。7ヶ月8ヶ月近くまでほぼ毎月小児科にいきますが、有用な情報やホッとしたりしたこと、他のお母さんとの関わりも皆無です。それはコロナ感染の恐れがあるので仕方がないとは思いますが、行政、自治体、小児科病院、産婦人科が一環となって何か対策をすべきだと思います。 まずは看護師達の意識づけから始めて欲しいです。こんなにも孤独な中で妊娠期、産褥期、育児をしていることを一体どのくらいの人がわかっているのでしょうか。特に初産婦に対してはもっともっと気にかけるべきだと思います。(兄弟児が保育園幼稚園にいていればそこで相談できる相手もいるから)
具体的な案としてあげればたくさんありますが、まずは窓口が少なすぎる。これに限ります。 産婦人科との付き合いは1ヶ月で終わり、検診はない。1~2ヶ月の間保健師が家に来てくれるがその人がもし寄り添ってくれるような人でなかったら？ コロナ禍で子供プラザも閉まり、検診も無しになり、行政はそれによって代替策を何か用意したのでしょうか？ 家で子供と毎日育児をしながら過ごしている私たち母親にはその情報を拾う時間も術もありません。 SNSが普及している今、主な情報収集はSNSに移行しているのではないのでしょうか。その中で行政自治体のサービスに出会うことはまずないです。 病院側が面会を遮断する→ではそれによってどのようなことが考えられるのか、私は産後1週間誰とも会えず部屋に閉

じこもっていました。そのときに関わった助産師さん誰 1 人そのことに対しての言葉かけなどはなくとても忙しそうでした。それは私が産んだ病院だけかもしれませんが、私は毎日病室で泣いていたし孤独を強く感じました。診断はされていませんが、すでにその頃から産後うつになりかけていたのかなとも思います。コロナ禍で病院、保健所、役所、医療従事者や行政の方々も全てが大変なのも分かっています。それでもこのような状況が続くのであれば何か対策を考えるべきだと思います。 このようなアンケートを作ってくださいありがとうございます。
ファミサポ、利用したくても利用開始の手続きのハードルが高くてなかなか踏み切れない。デジタル化してほしい。上の子の 2 歳半の歯科健診がコロナ対策で時間区切りの予約制でスマホから予約できたから、子育て支援のデジタル化や手続きの簡素化はやればできると思う。乳幼児を連れて行政施設に行くことの負担は結構大きい。
同居の姑にすごく気を遣いすぎて疲れたので、そっちの相談窓口がほしかったです。
産前も体がつらいのに、産後も体がつらいのが継続するのをもっと教えてほしかった。学校教育で妊娠出産がどれほど奇跡的なことで大変なこと、尊いことか学べたら良いのと感じた。男性の役割が叫ばれているものの、母親しかできないことが沢山ある。それも広く知れ渡ると良いと思う。
産前にパパママ教室に参加しようとして(第一子だったのでとても不安で)私が切迫流産のため入院してしまったので、パパだけの参加をお願いしたら断られてしまったことがあったので、パパだけでも参加できる教室があるといい。
いかに周りに上手に甘えながら育児がこなせるか、そんな経験談を公開していくといいなと思う。
コロナ禍で難しいでしょうが、ベビーベッド、チャイルドシート、子供乗せ自転車、自転車用ヘルメット、普段着、冬コート、スキー良い品、ライフジャケットなど、一時期しか使わない子供服レンタル。
産前は仕事でなかなか時間が取れず、無事産むことだけを考えてきた。いざ産んでみたら子育てで知らないことだらけで、里帰りもしなかったので産後のボロボロの体調の中子育てがとてもたいへんだった。産前からもっときめ細やかな子育てのリアルな現実や役立つ情報など発信すべきだと思う。コロナ感染への不安があったので、自治体や民間の産後サービスにも抵抗があったが、産後ケアやシッターサービスなど、より手厚く、より相談しやすい環境作りが必要と思う。(産前に登録し、施設の見学やスタッフさんとの対話などをしておくことで、心理的距離を縮めておくことができればいいなと思う)とにかく、いざ産んでから子育てが辛い中色々調べたり相談するのは本当に大変なので、(そんな暇があったら寝たいから)産前のうちに、具体的に産後の生活に備えること、また、支援先への心理的、身体的な距離感を埋めておくことが必要と思う。外国では妊娠中から産後まで、個人個人の専属の助産師さんが付くと聞いたことがあるので、そのような取り組みが日本でもあればいいなと思います。
家庭の事情で両親の支援が受けられず、夫は仕事で、ほぼ自分一人で家事、育児をしなければならず、相談する人もおらず とても精神的に辛い時期が続いている。声をあげないと保健師の方も動いてくれない。ひとり親には補助があったり、目に見えた手助けをしてもらえる。夫婦揃っていても両親がいても困っている人はいるので、サービスや支援が受けれるようにしてほしい
男性の育休義務化については反対です。育休を取ることで母親のメリットが大きいならいいですが、家事の出来ない父親がただ家にいるなら母親の負担が大きくなるからです。義務化ではなく家庭家庭に合わせて選べる制度になればいいなと思います。
育休を 1 年ではなく 3 年以内で自由に期間を決められるようにしてほしい。自分は 1 年は短いと感じたし、早く職場復帰したい人もいるので人それぞれ選べると精神的にも良いと思う。私は子供と離れたくなさすぎて精神不安定になっている。給付金は 1 年以降は減額でもいいので。
支援策ではないけど、去年出産して思ったことを書きます。コロナ禍で立会い出産ができなかった。2 人目でこれが最後と思っていたので残念でならない。中には最初で最後の人にもいるのに、立会い出産くらいどこの病院でもして欲しかった。人にもよるが、立会い出産は今後のパパの子育てに対する考え方に影響すると思う。命がけで出産していることを男の人にもわかってほしいから。また産後の入院中も家族に誰にも会えず、他のママとの交流もできず、たぶんそのせいで望んで産んだ我が子を可愛いと思えない時期があった。1 人目は幸せいっぱいではなかったのに、今回はいくら家族とテレビ通話などしても分かち合

えなかった。

with コロナでこれからも病院は感染予防対策に追われると思うが、人生に数回しかない大事な出来事だけは、これまでのようにできたらと思った。

妊娠出産には期限があり高齢出産できても、その後に育児があることを若い女性に知ってほしいです。特に中学生、高校生ぐらいからの性教育の充実をお願いします。

産前休暇が 34 週からは、もう少し早くならないのかなと思います。お腹も大きく、通勤や日常生活も精一杯なのに、仕事は本当に大変でした。

● まとめ

まず母親の孤立感を含めた精神的に不安定な状況が、非常に深刻であることが明確になりました。精神的に不安定な中で、誰に何を話したらいいのか分からない・何とかしようとネットなどで調べるも混乱してしまうという悪循環にはまってしまったこともはっきりしました。

更に、パートナーに相談するものの、気持ちを理解してくれたり的確な解決策を示してくれるのは子どもがいる友人知人という結果でした。

この結果から、母親が社会と繋がれる機会を積極的に作ることが肝要であると考えます。

また、自治体の子育て相談の利用率は5.7%と非常に低くなっていますが、利用した方の満足度は高くなっています。

相談する相手に求めることは、否定されない安心感と気持ちへの共感で約55%

相談事業で他の人がどんなことを相談しているのか分かれば利用してみたい母親が約22%

プッシュ型で事業のお知らせが来る訪問事業の利用率は約84%（新型コロナによる中止も含む）

というデータから、相談事業の利用率を上げるヒントが得られるのではないのでしょうか。

虐待や少子化に繋がる大きな社会問題である産後うつを予防するために、親の孤立を防ぐ施策は必須です。その為にどのような仕組みが必要なのか？今ある仕組みをどう活かせば子育て当事者に支援を届けられるのか、それぞれの立場で考えるきっかけになれば幸いです。