

産後ケアに関するアンケート調査結果

調査名:産後ケアに関するアンケート

実施者:株式会社赤ちゃん本舗

有効回答数:1,108名

調査対象者:アカチャンホンポ会員

調査実施期間:2025年12月5日(金)~12月11日(木)

調査概要



実施時期: 2025年12月5日(金)~12月11日(木)

対象: 0-2歳のお子さまがいる女性

質問項目: 左記参照

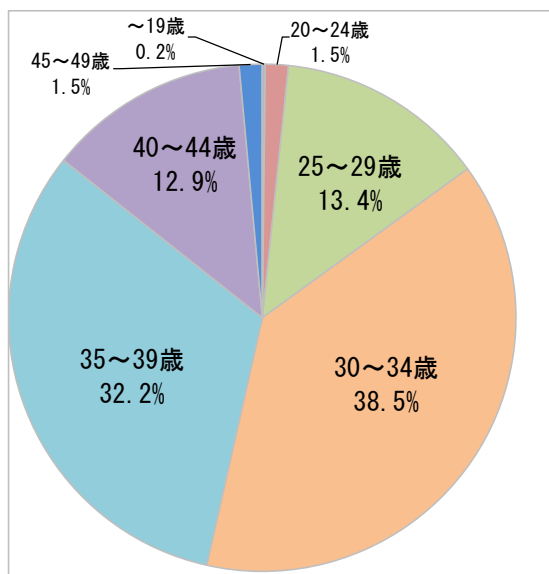


Q1	あなたの年齢
Q2	あなたの性別 (単一回答)
Q3	お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。(単一回答)
Q4	現在、妊娠していますか? (単一回答)
Q5	現在、妊娠している方にお伺いします。初産の方ですか? 経産婦ですか? (単一回答)
Q6	現在の妊娠週数を教えてください。※5~42週の間で記入をお願いします。
Q7	現在妊娠中のお子さまは多胎児(2人以上)ですか? (単一回答)
Q8	現在妊娠していない方にお伺いします。お子さまの生年月を教えてください。2人以上いらっしゃる場合は一番下のお子さまについてお選びください。
Q9	未子のお子さまは、多胎児(2人以上)に該当しますか? (単一回答)
Q10	育児等についてサポートしてくれる人はいますか? ※現在妊娠中で初産の方は、産後の想定としてお答えください。(単一回答)
Q11	「産後ケア事業」をご存知ですか? (単一回答)
Q12	産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。妊娠前から「産後ケア事業」をご存知でしたか? (単一回答)
Q13	産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどのような方法で知りましたか? (複数回答)
Q14	現在、特に辛いと感じている身体症状に関してお答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q15	現在、感じている心理的な症状に関してお答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q16	現在、感じている困り事に関してお答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q17	産後1年を振り返った時に、一番支援してほしい時期はいつですか? (単一回答)
Q18	産後1年を振り返った時に、特に辛いと感じていた身体症状に関してお答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q19	{Q18}について、最も辛かった時期をお答えください。(各項目、単一回答)
Q20	産後1年を振り返った時に、特に感じていた心理的な症状に関してお答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q21	{Q20}について、最も辛かった時期をお答えください。(各項目、単一回答)
Q22	産後1年を振り返った時に、特に感じていた困り事に関して、お答えください。(最大3つまで、複数回答)
Q23	{Q22}について、最も困った時期をお答えください。(各項目、単一回答)
Q24	「産後ケア事業」をご存知ですか? (単一回答)
Q25	産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどの時期に知りましたか? (複数回答)
Q26	産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどのような方法で知りましたか? (複数回答)
Q27	産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業を利用したいと思ったことはありますか? (単一回答)
Q28	産後ケア事業を利用したいと思ったことがある方にお伺いします。産後ケア事業を実際に利用しましたか? (単一回答)
Q29	産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業の利用目的は何でしたか? (複数回答)
Q30	産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。 ※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)
Q31	産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。どのサービス類型で受けましたか? (複数回答)
Q32	産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業で実施してもらったケアの内容を教えてください。(複数回答)
Q33	産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。(各項目、単一回答)
Q34	産後ケア事業を知っていたが利用希望はなかった方にお伺いします。産後ケア事業の利用を希望しなかった理由について教えてください。(複数回答)
Q35	産後ケア事業を知っていたが利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。産後ケア事業を利用していない(できなかった)理由について教えてください。(複数回答)
Q36	産後ケア事業をご存知でない方にお伺いします。もし産後ケア事業を知っていたら利用したと思いますか? ※現在、利用対象に含まれる場合は、今からでも利用したいと思いますか? (単一回答)
Q37	もし産後ケア事業を知っていたら「利用した(したい)と思う」と回答した方にお伺いします。どのサービス類型を利用した(したい)と思いますか? (複数回答)
Q38	もし産後ケア事業を知っていたら「利用した(したい)と思う」と回答した方にお伺いします。どのようなケアを受けたいと思いますか? (複数回答)
Q39	産後1年(産後1年未満の方は今まで)を振り返り、改めて産後ケア事業を利用したい時期を教えてください。(最大3つまで、複数回答)
Q40	{Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。(任意回答)
Q41	その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。(任意回答)
Q42	その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか? (任意回答)
Q43	お住まいの市町村の妊娠や子育て等に関する相談窓口等をご存じですか? (こども家庭センター、保健センター 等) (単一回答)
Q44	居住地(都道府県・市区町村)

全体への調査①：年齢、居住地

※回答者数 全1,108件に対し、産後2年以内(2023年12月以降出産)の女性、お子様が1人以上いらっしゃる方(1,026件)に限定してデータ抽出をしています。

◆回答者の年齢(n=1,026)



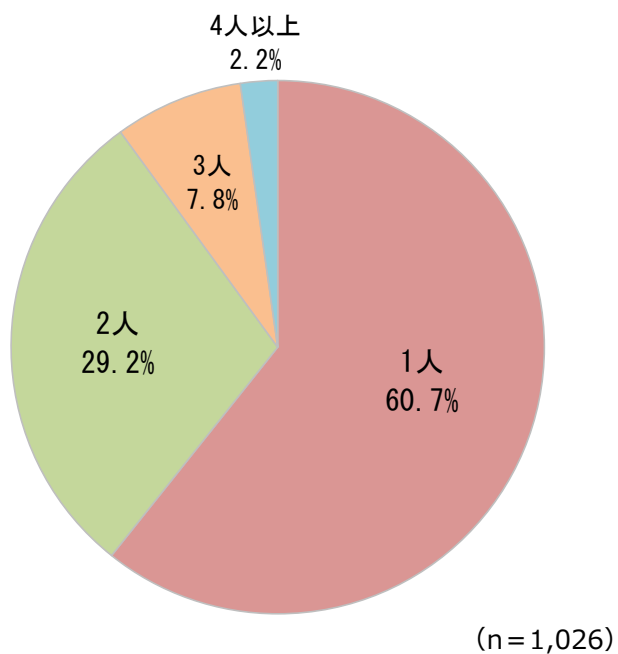
	回答数	%
1 ~19歳	2	0.2
2 20~24歳	15	1.5
3 25~29歳	137	13.4
4 30~34歳	395	38.5
5 35~39歳	330	32.2
6 40~44歳	132	12.9
7 45~49歳	15	1.5
8 50歳~	0	0.0
全体	1,026	

◆お住まいの都道府県

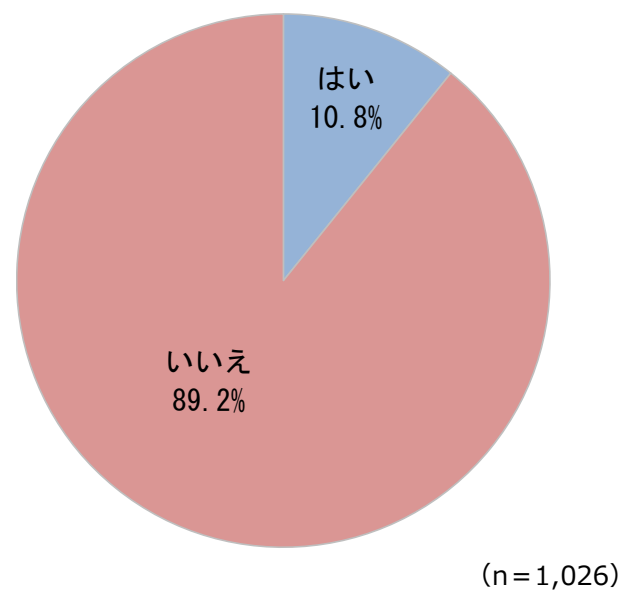
	回答数	%	地域別	回答数	%
1北海道	24	2.3	北海道・東北	75	7.3%
2青森県	5	0.5			
3岩手県	2	0.2			
4宮城県	28	2.7			
5秋田県	1	0.1			
6山形県	1	0.1			
7福島県	14	1.4			
8茨城県	20	1.9	関東	441	43.0%
9栃木県	7	0.7			
10群馬県	12	1.2			
11埼玉県	75	7.3			
12千葉県	60	5.8			
13東京都	165	16.1			
14神奈川県	102	9.9			
15新潟県	23	2.2	甲信越	67	6.5%
16富山県	10	1.0			
17石川県	7	0.7			
18福井県	7	0.7			
19山梨県	7	0.7			
20長野県	13	1.3			
21岐阜県	9	0.9			
22静岡県	22	2.1	中部	91	8.9%
23愛知県	57	5.6			
24三重県	3	0.3			
25滋賀県	22	2.1			
26京都府	19	1.9	関西	179	17.4%
27大阪府	80	7.8			
28兵庫県	39	3.8			
29奈良県	11	1.1			
30和歌山県	8	0.8			
31鳥取県	1	0.1			
32島根県	2	0.2			
33岡山県	13	1.3	中国・四国	74	7.2%
34広島県	33	3.2			
35山口県	8	0.8			
36徳島県	2	0.2			
37香川県	6	0.6			
38愛媛県	8	0.8			
39高知県	1	0.1			
40福岡県	42	4.1	九州・沖縄	99	9.6%
41佐賀県	8	0.8			
42長崎県	4	0.4			
43熊本県	12	1.2			
44大分県	7	0.7			
45宮崎県	8	0.8			
46鹿児島県	7	0.7			
47沖縄県	11	1.1			
全体	(1026)				

全体への調査②:こどもの人数と妊娠の有無

[Q3]お子さまの人数
(単一回答)
※現在妊娠中のお子さまも1人とします。



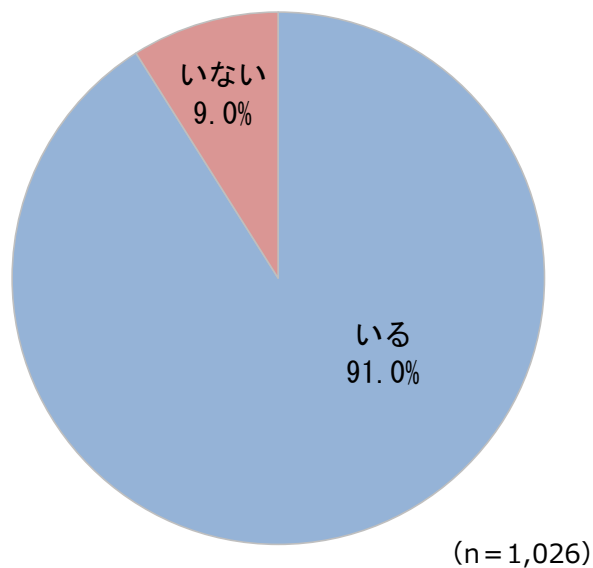
[Q4]現在、妊娠していますか？
(単一回答)



全体への調査③：育児サポートの有無、行政のサポートの認知度

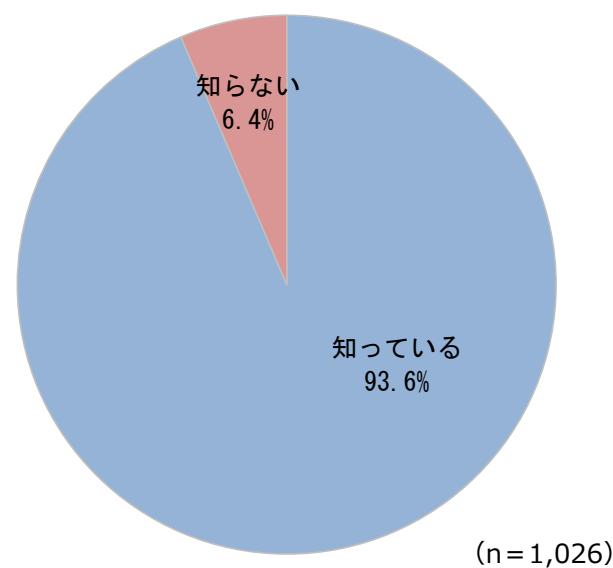
[Q10]育児等についてサポートしてくれる人はいますか？
(単一回答)

※現在妊娠中で初産の方は、産後の想定としてお答えください。



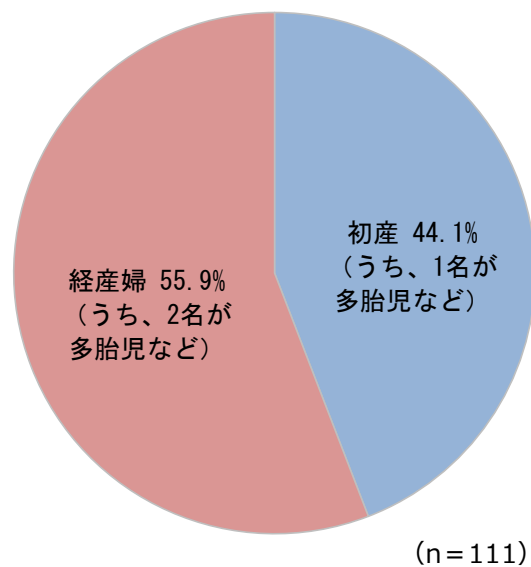
[Q43]お住まいの市町村の妊娠や子育て等に関する相談窓口等をご存じですか？ (こども家庭センター、保健センター 等)

(単一回答)

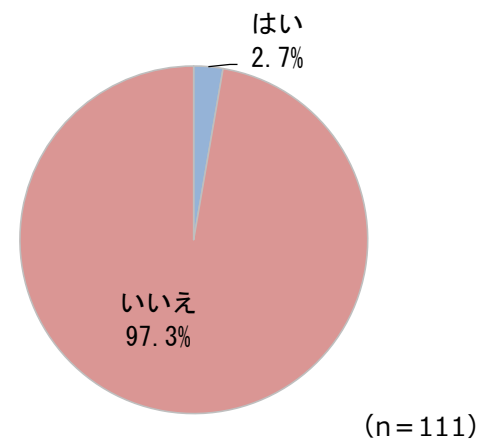


妊娠中の方への調査①：出産経験の有無、多胎児の有無

[Q5]現在、妊娠している方にお伺いします。
初産の方ですか？経産婦ですか？
(単一回答)

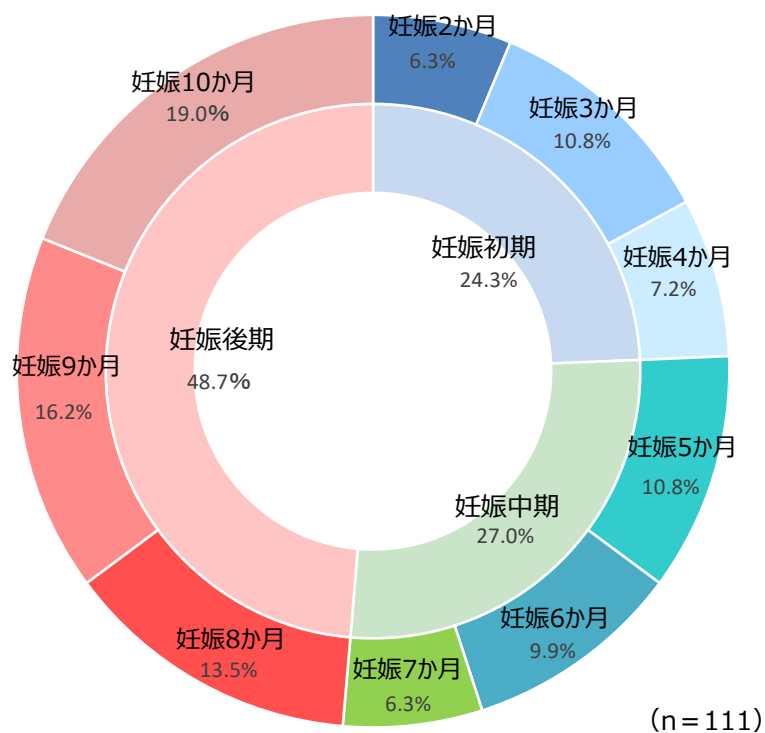


[Q7]現在妊娠中のお子さまは多胎児（2人以上）
ですか？（単一回答）



妊娠中の方への調査②：妊娠週数

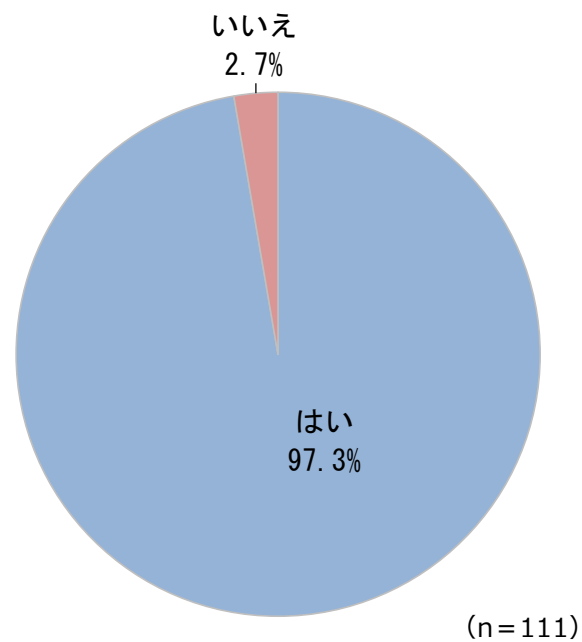
[Q6]現在の妊娠週数を教えてください。
※5～42週の間で記入をお願いします。



妊娠週数	回答者数	妊娠月齢	回答者数	%	妊娠区分	回答者数	%
妊娠5週	1						
妊娠6週	3	妊娠2か月	7	6.3%	妊娠初期	27	24.3%
妊娠7週	3						
妊娠8週	4	妊娠3か月	12	10.8%			
妊娠9週	2						
妊娠10週	2						
妊娠11週	4						
妊娠12週	1						
妊娠13週	2	妊娠4か月	8	7.2%	妊娠中期	30	27.0%
妊娠14週	1						
妊娠15週	4						
妊娠16週	4	妊娠5か月	12	10.8%			
妊娠17週	2						
妊娠18週	1						
妊娠19週	5						
妊娠20週	3						
妊娠21週	2	妊娠6か月	11	9.9%	妊娠後期	54	48.6%
妊娠22週	3						
妊娠23週	3						
妊娠24週	5	妊娠7か月	7	6.3%			
妊娠25週	0						
妊娠26週	1						
妊娠27週	1						
妊娠28週	2						
妊娠29週	4	妊娠8か月	15	13.5%	妊娠10か月～	21	18.9%
妊娠30週	6						
妊娠31週	3						
妊娠32週	4	妊娠9か月	18	16.2%			
妊娠33週	6						
妊娠34週	4						
妊娠35週	4						
妊娠36週	13						
妊娠37週	5						
妊娠38週	2						
妊娠39週	1						
妊娠40週～	0						
総計	111						

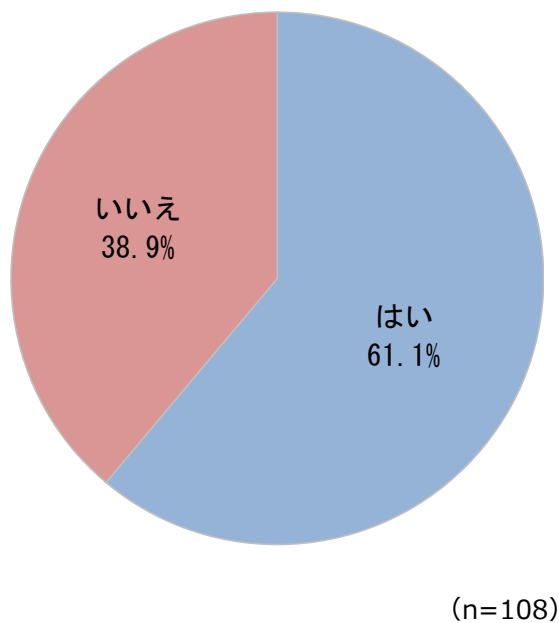
妊娠中の方への調査③：産後ケアの認知度

[Q11]「産後ケア事業」をご存知ですか？
(単一回答)

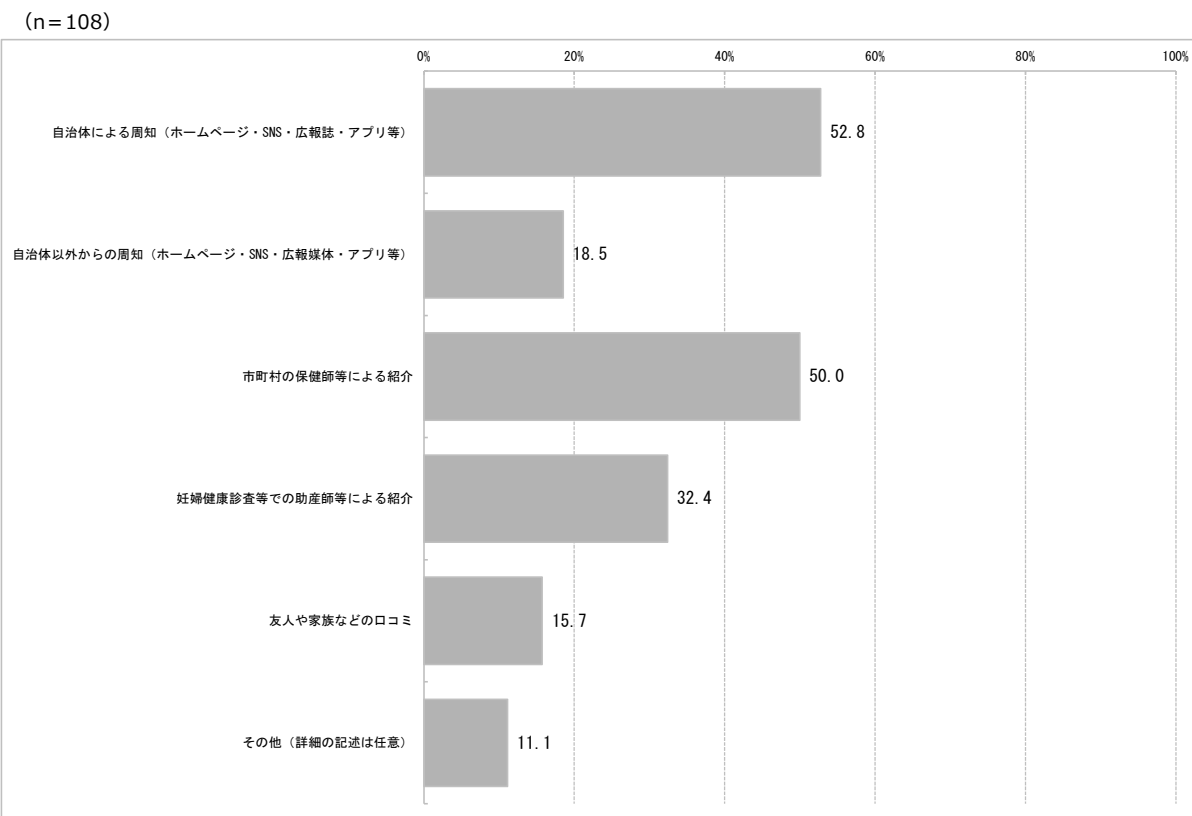


妊娠中の方への調査④：産後ケアの認知時期・経路

[Q12]産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。
妊娠前から「産後ケア事業」をご存知でしたか？（単一回答）



[Q13]産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。
産後ケア事業をどのような方法で知りましたか？（複数回答）



妊娠中の方への調査④：産後ケアの認知時期・経路

Q13_6 FA 産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどのような方法で知りましたか？
(複数回答)

インフルエンサーのインスタ

SNS

YouTuberの動画

産院内のポスター

助産師として就労している

SNSの投稿

1人目の産後に助産師訪問があったから

赤ちゃん系の検索サイト見てたら載っていた

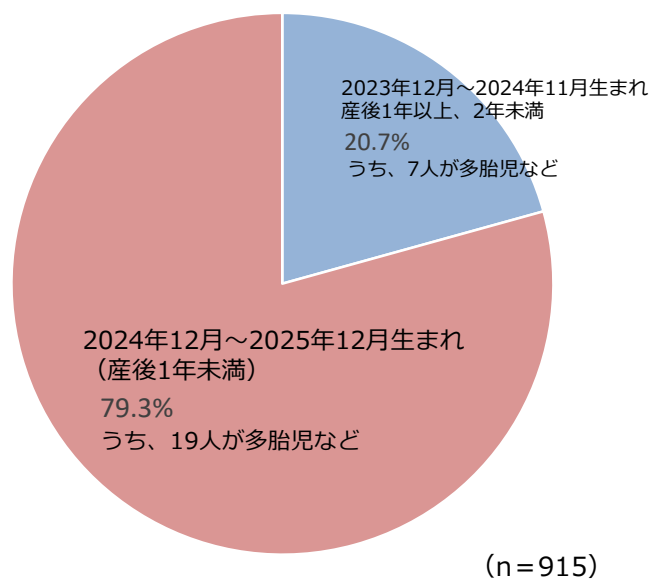
テレビ

X (旧ツイッター)

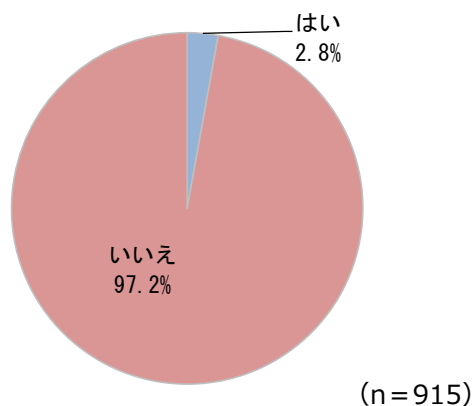
マタニティベビー向けイベント

産後の方への調査①:産後の経過年数、多胎児の有無

[Q8]現在妊娠していない方にお伺いします。
 お子さまの生年月を教えてください。
 2人以上いらっしゃる場合は一番下のお子さまについてお選びください。
 (単一回答)



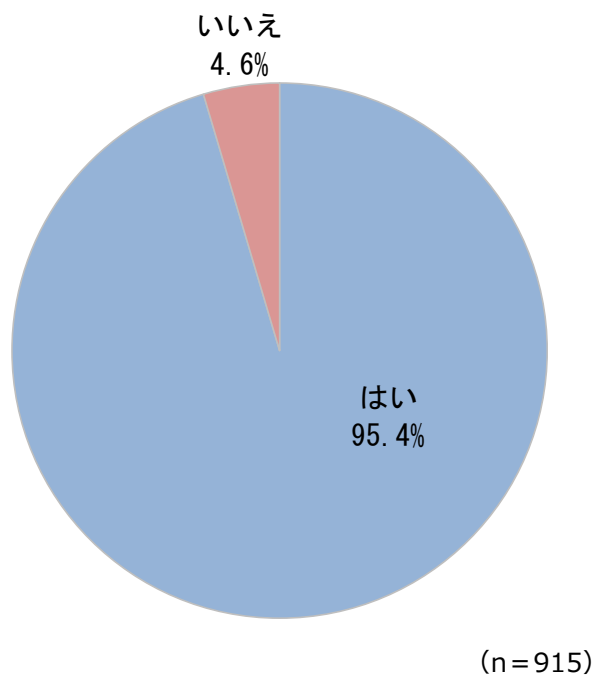
[Q9]末子のお子さまは、多胎児（2人以上）に該当しますか？ (単一回答)



単一回答	n	%	分類	n	%
1 2023年12月	13	1.4	産後1年以上 2年未満	189	20.7%
2 2024年1月	8	0.9			
3 2024年2月	9	1.0			
4 2024年3月	10	1.1			
5 2024年4月	15	1.6			
6 2024年5月	15	1.6			
7 2024年6月	15	1.6			
8 2024年7月	21	2.3			
9 2024年8月	17	1.9			
10 2024年9月	29	3.2			
11 2024年10月	21	2.3			
12 2024年11月	16	1.7			
13 2024年12月	46	5.0	産後1年未満	726	79.3%
14 2025年1月	42	4.6			
15 2025年2月	29	3.2			
16 2025年3月	45	4.9			
17 2025年4月	44	4.8			
18 2025年5月	63	6.9			
19 2025年6月	65	7.1			
20 2025年7月	78	8.5			
21 2025年8月	76	8.3			
22 2025年9月	80	8.7			
23 2025年10月	69	7.5			
24 2025年11月	82	9.0			
25 2025年12月	7	0.8			
全体	915				

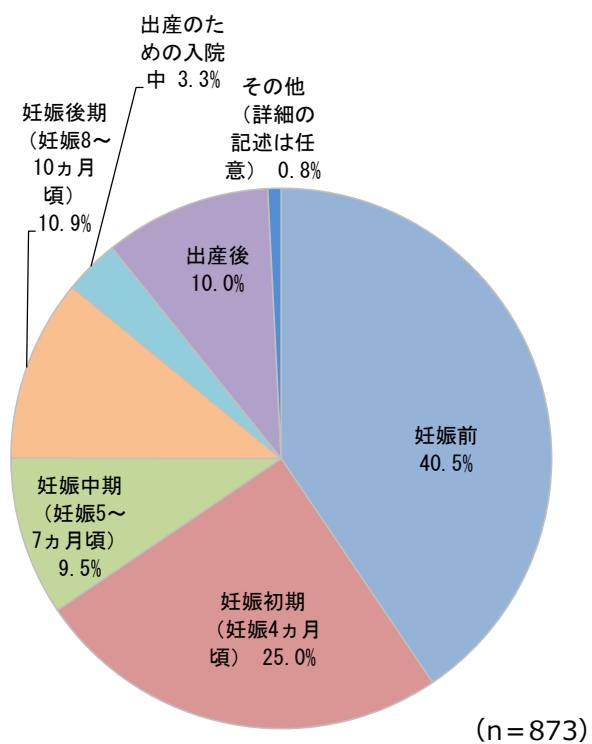
産後の方への調査②：産後ケアの認知度

[Q24]「産後ケア事業」をご存知ですか？
(単一回答)

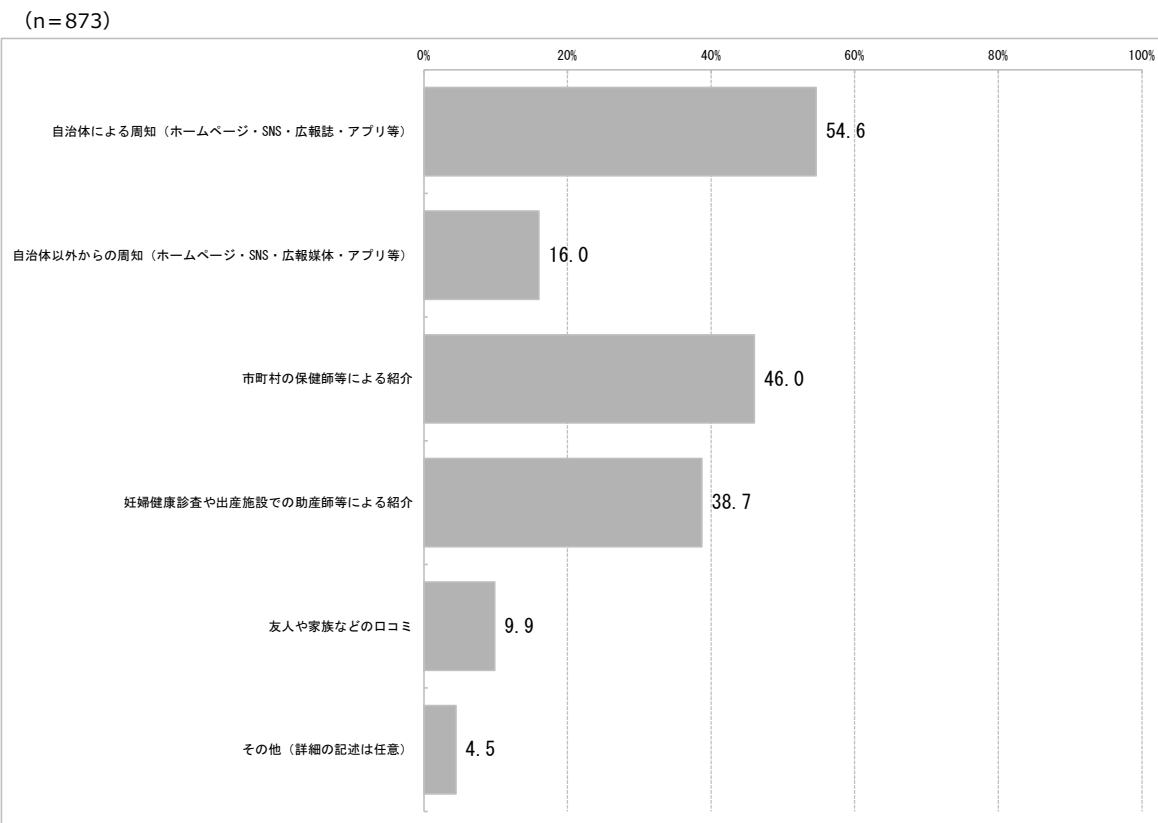


産後の方への調査③：産後ケアの認知時期・経路

[Q25]産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。
産後ケア事業をどの時期に知りましたか？
(複数回答)



[Q26]産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどのような方法で知りましたか。
(複数回答)



産後の方への調査③：産後ケアの認知時期・経路



Q25_7 FA 産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどの時期に知りましたか？
(複数回答)

前回の出産後

前回（1人目）の産後

職業柄

第1子出産時 母子手帳をもらった時

2人目の妊娠時

中間子を出産後

産後の方への調査③：産後ケアの認知時期・経路

Q26_6 FA 産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどのような方法で知りましたか。
(複数回答)

第一子の時他の市はやっていたが自分の市にはなかった。

母子手帳受領時

SNS

名前だけで内容は知らない

ネット記事

産院のホームページ

自身で情報収集

YouTube

育児雑誌

自治体主催のイベントで他のママから聞いた

新生児訪問の時

助産院の助産師より

母子の病院が離れ、入院中に助産師からの指導が受けられなかったため、子が退院後に母子同じ病院に産後ケアで泊まって指導を受けたのがはじまりだった。

TV

保健師の資格あり

自分で検索して

自身で市役所に行った際に聞いた

病院に置いてあったチラシ

母子手帳交付の際のチラシ

SNS、テレビ

助産院からの紹介

新聞

利用した人たちのSNSへの投稿

役場での広告

ネットから

産院の助産師さんからの紹介

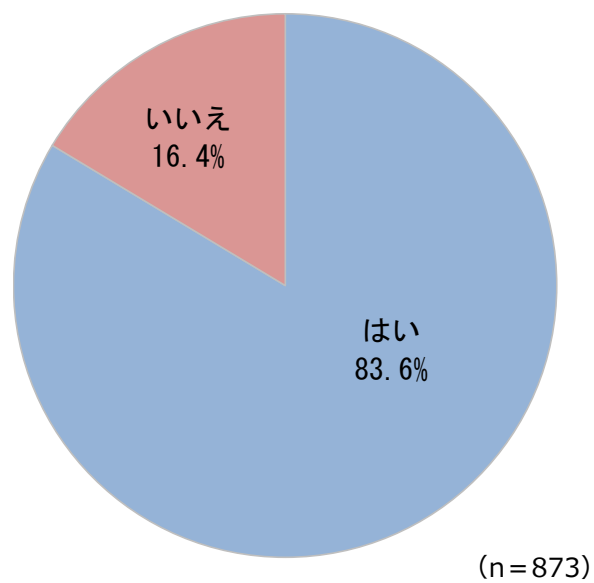
テレビで特集されていた

テレビ番組

産院のホームページ

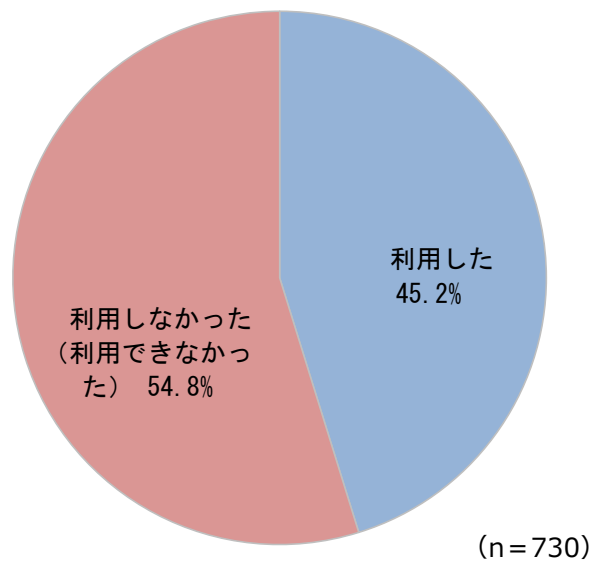
産後の方への調査④：産後ケアの利用ニーズ

[Q27]産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。
産後ケア事業を利用したいと思ったことはありますか？
(単一回答)

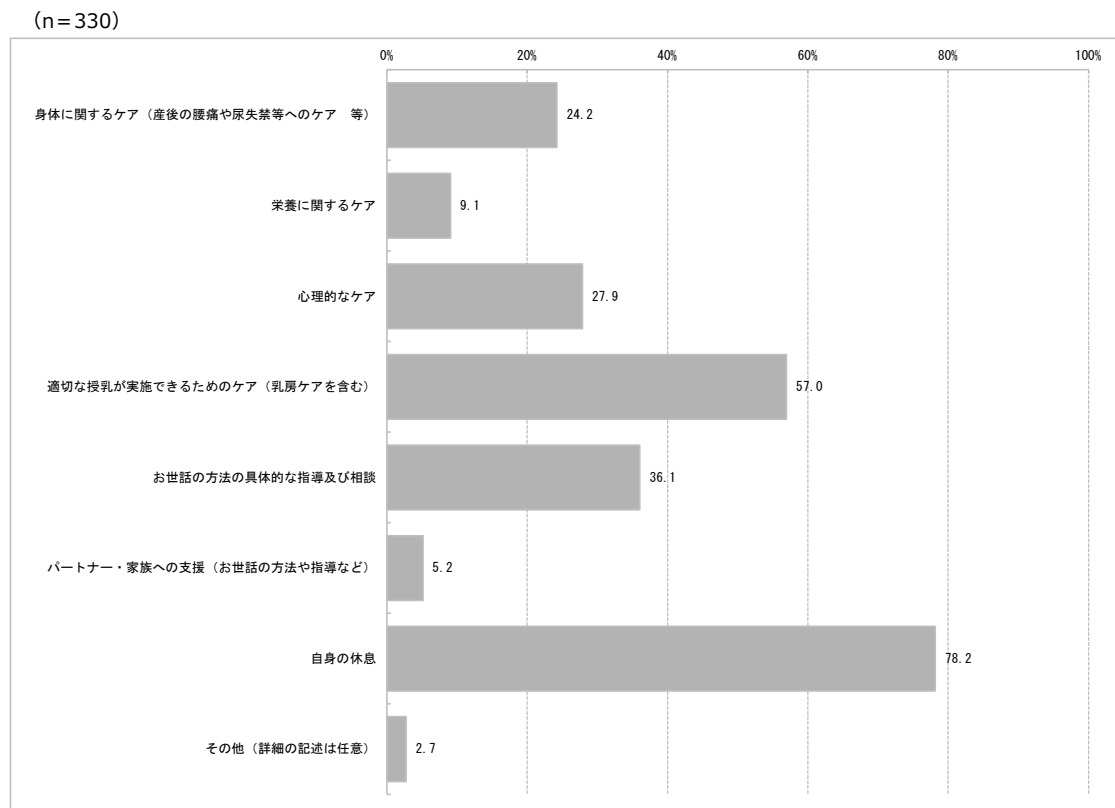


産後の方への調査⑤：産後ケアの利用経験、目的

[Q28]産後ケア事業を利用したいと思ったことがある方にお伺いします。産後ケア事業を実際に利用しましたか？（単一回答）



[Q29]産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業の利用目的は何でしたか？（複数回答）



産後の方への調査⑤:産後ケアの利用経験、目的

Q29_8 FA 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業の利用目的は何でしたか？
(複数回答)

家族の休息（世話が必要な母子から離れる）

子どもの発達

帰省の受け入れ準備と日程調整のため

オンラインでのベビーマッサージ

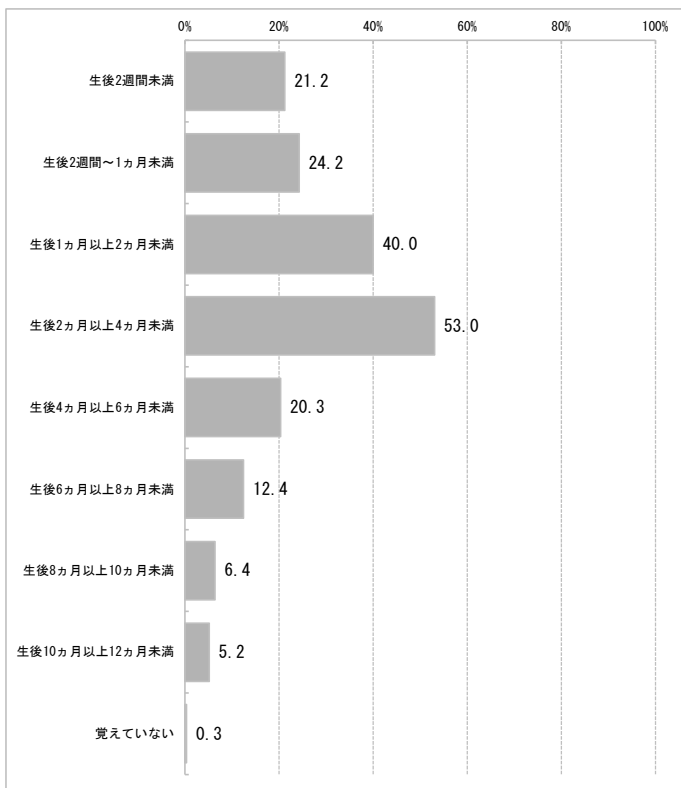
夫の出張中、初めての育児で不安だったワンオペを回避するため。

ワンマンの日のこどものお風呂介助

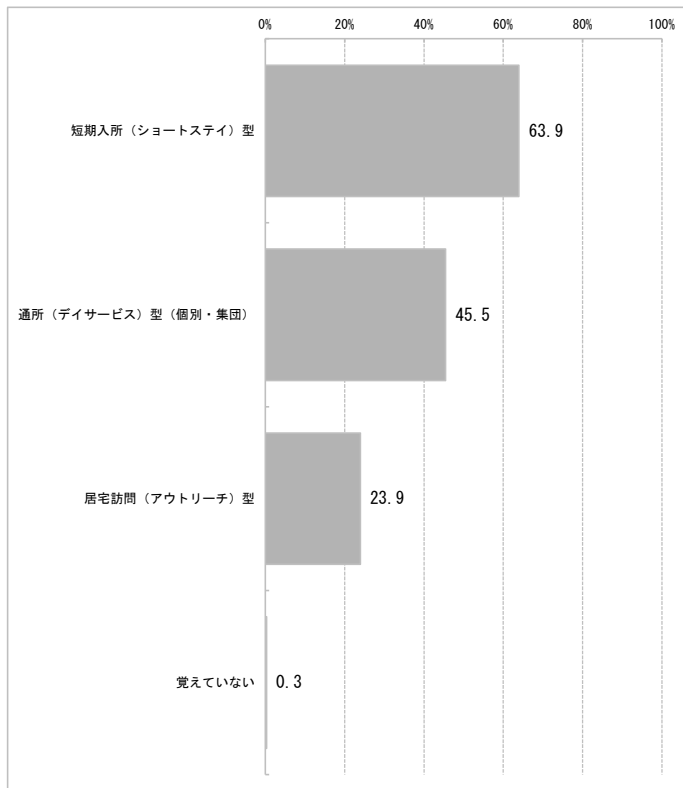
自分は必要ないと思っていたが、利用するように訪問時に言われたため。

産後の方への調査⑥：産後ケアの利用時期、サービス類型、ケア内容

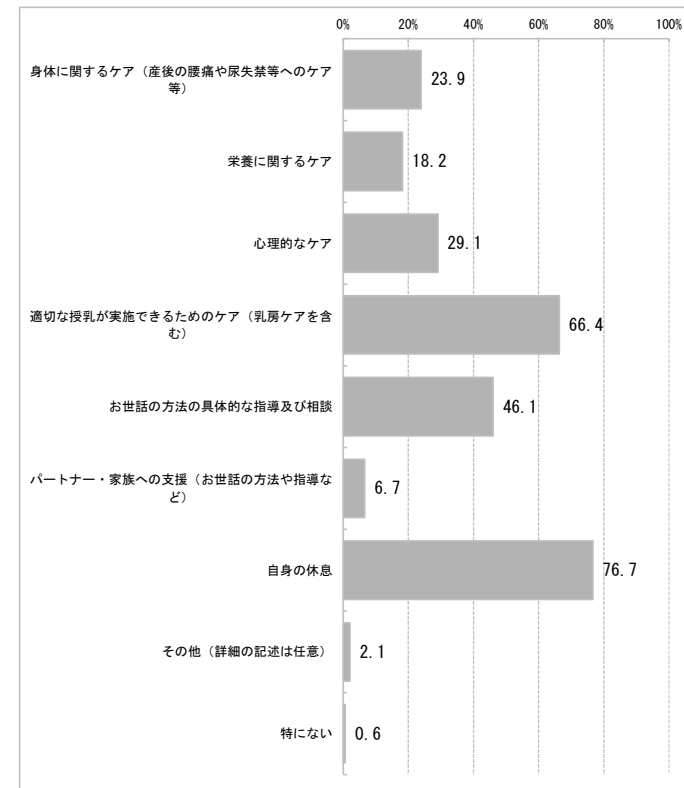
[Q30]産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回
以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。
(複数回答)
(n=330)



[Q31]産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
どのサービス類型で受けましたか？
(複数回答)
(n=330)



[Q32]産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業で実施してもらったケアの内容を教えてください。
(複数回答)
(n=330)



産後の方への調査⑥：産後ケアの利用時期、サービス類型、ケア内容

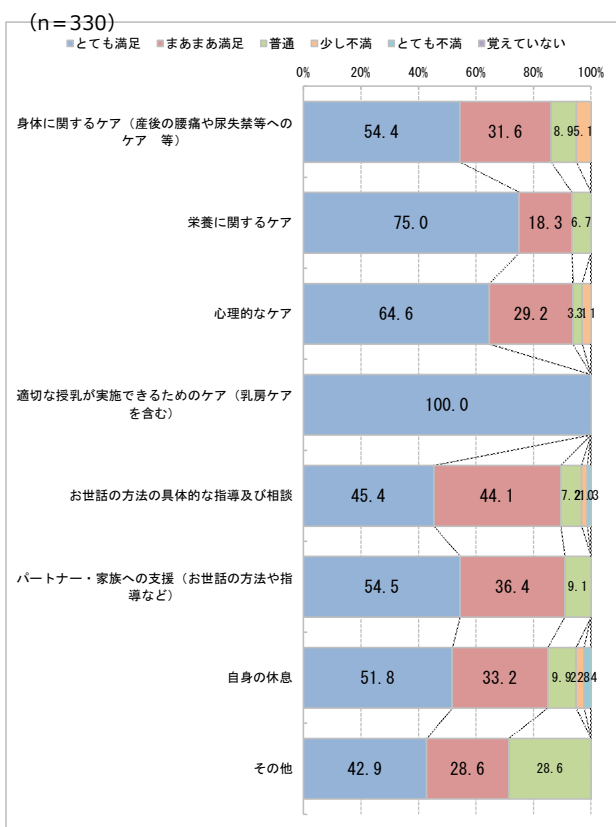


Q32_8 FA 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業で実施してもらったケアの内容を教えてください。
(複数回答)

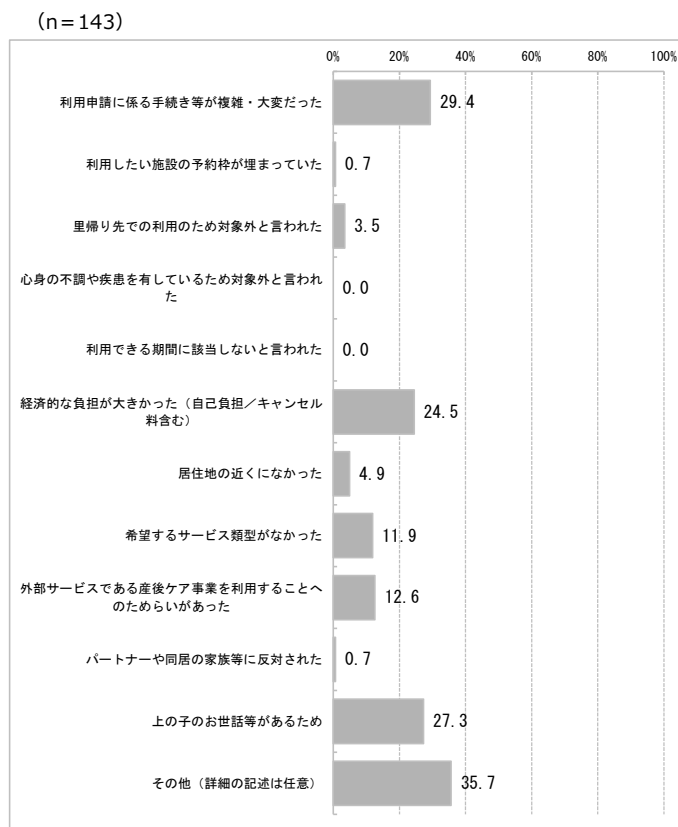
上の子の託児
こどものお風呂
子どもの離乳食の様子を見てもらった
赤ちゃんの発育フォロー

産後の方への調査⑦：産後ケアの利用満足度、利用しなかった理由

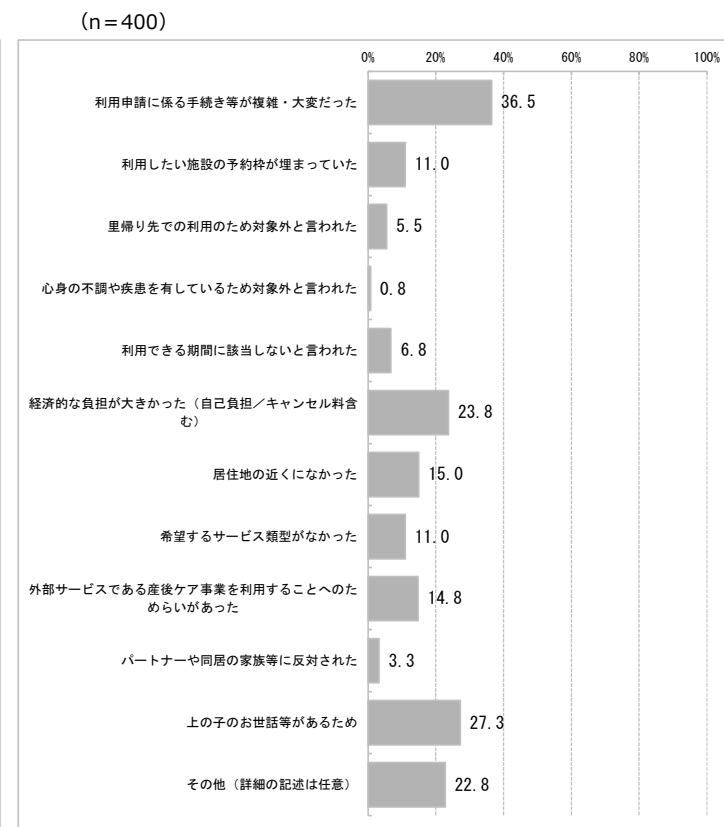
[Q33]産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。（各項目、単一回答）



[Q34]産後ケア事業を知っていたが利用希望はなかった方にお伺いします。産後ケア事業の利用を希望しなかった理由について教えてください。（複数回答）



[Q35]産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。産後ケア事業を利用していない（できなかった）理由について教えてください。（複数回答）



産後の方への調査⑦:産後ケアの利用満足度、利用しなかった理由

Q34_12 FA 産後ケア事業を知っていたが利用希望はなかった方にお伺いします。産後ケア事業の利用を希望しなかった理由について教えてください。
(複数回答)

里帰り出産のため、病院で宿泊または滞在するサービスは利用できなかったため(その病院で出産していないと申し込めない)
 知ってはいたが、夫が育休をとりサポート体制がしっかりあったため外部の産後ケアを使う必要がなかった
 パートナーや実母が家事や育児のサポートをしてくれるので、使う必要がなかった。
 旦那がやってくれるので利用の必要がなかった
 口コミやネットの体験談を見ていると、休息を取れるかと思ったら赤ちゃんを見てくれる訳ではなかったから全然休めなかった、というのを見た。宿泊や預かりの準備をしたり、帰ってきたら片付けたり、思ったのと違う場合があるなら、いいやと思ってしまった
 両親等、面倒をみてくれる人がいたから
 必要性を感じなかった
 家で過ごしたかった、夫と長く離れるのが辛いから
 必要ではなかったため
 特に必要性を感じなかった
 自宅にいたい!
 家族の支援を受けました
 出産後は実家に世話になり、特に必要ではなかったから。
 詳しく調べる元気がなかった
 色々調べるのが面倒くさかった
 高い
 ホテル宿泊などのサービスはいいなと思っていたが、元値が高いため、どうせ手出しがあるなら別にいいかな、くらいの温度感だった。
 祖父母が近くに居住しており協力があったため
 周りで行かない人が多いから
 産院での日々が一番辛かったため、それと同じなのではないかと思ったため
 感染症が不安なため
 特に希望はなかった
 希望してもすぐにサービスを使えなかった、使いたいタイミングでサービスが受けられなかった
 特に必要と感じなかったから
 特に利用したいと思わなかった
 夫が育休をとったこともあり特に必要を感じなかった
 必要性を感じなかった
 家族の協力でやっていけると思ったから
 特に必要と感じていないため
 利用の詳細が分からないから、使うことに抵抗があった。
 頼れる人がいた為利用しようと思わなかった
 荷物の準備片付けの方が大変
 自分の子供を預けるのが不安

産後の方への調査⑦：産後ケアの利用満足度、利用しなかった理由



Q35_12 FA 産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない（できなかった）理由について教えてください。
（複数回答）

予約をするのが面倒くさい。やる気が起きなかった。
退院してすぐではなくもう少しあとで利用しようと考えているため
情報収集・夫や母等関係者調整・予約問い合わせ&申し込み、当日までの出発準備などの労力を考えたらそこに割くエネルギーがなかった
状況に応じて利用しようと考えているため、今後利用する可能性もあります
利用したいと思いつつ時間が経った
行こうと思っても行くのが大変（準備や自分で運転しないといけなど）
抽選でしか利用できなく、当選しなかった
産後保健師訪問で、夫がいるため利用できないと言われたため。
やり方が分からない
家族のサポートがあったためなんとかなった
これから利用しようとしており、調べ中。
まだ検討中
手続き等する色々な余裕がない
まだ産まれたばかりで予約などしていないため
利用内容がわかりにくい
里帰りしているため不要であるが、戻ったら利用したいため。
利用できるか分からなかった
産後ケアの利用期間が、年度末までとなっていたため生後半年までしか申請が降りなかったため
利用できる期間内で、子どもと2人で過ごすことへの抵抗感がなくならなかった。一緒に狭い空間に居続けることが難しく感じた。
産後ケアを受けようと思ったが出産した病院ではやっておらず、他の産院に行こうとしたが産後ケアが専門ではなくあくまでも出産する用の病院であり歓迎されていないように感じ連絡をとって
不快に感じ受けられずじまい。他のところをさがすも赤ちゃんが大きくなるにつれ行きづらくなる。
必要なさそうだった
子供が想像よりも可愛くて夫も含めずっと一緒に居たくなった。
移動するための準備が大変そうだとおもった
利用前のため
退院日より、産院で延泊プランを利用したため
夫も育休をとったので利用しにくいと思ったから
重篤な状況や環境ではないので、対象外と言われた
これから利用する予定
これから利用する予定

産後の方への調査⑦：産後ケアの利用満足度、利用しなかった理由

Q35_12 FA 産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない（できなかった）理由について教えてください。
（複数回答）

夫が育休を取っていたため、必要性を感じなかったから
調べたり予約したりする気持ちと時間の余裕がなかった
里帰りをしていたので必要がないと思ったが、興味があった
希望している施設では、生後1ヶ月までしか基本的には予約できないと言われた
利用する必要性がなかったから
早産
夫が育休中だったから
電話が面倒
出かけること自体がとても困難なことに思えたから
利用したかったのが長子のときだったから。産後ケア事業は第3子のときに知った。
飼い犬がいるが連れて行けず家を空けられない。
子が哺乳瓶拒否のため
複雑そうだったのでやめた
産後事業ケア先へのアクセス手段がない
利用できる理由に該当しなかった
元々利用を希望していたが、夫のサポートが丁寧なため出産後不要と感じている。
実家を頼れないわけではないので利用できる資格が無いと思った
これから利用したい
利用したいと思える施設が遠い、準備を考えると負担が増す
産後ケアを使うほどまだ困っていない
タイミングがなかったため。
里がえりしていたため
これから利用予定
実母の助けがあった為
持病があるため総合病院の産後ケアしか利用できず、そうなるクリニックの産後ケアよりサービスが薄いし、結局他人と接するのは気を遣ってしまって気疲れするほうが大きかったので
産前に予約していましたがキャンセルしました。
利用できる条件に当てはまらなかった
利用したい月齢が対象外だった
利用するまでに至らなかったから
協力してくれる家族がいるので、利用は控えるべきと考えた
頼れる人がいない等困っている方が対象とされていて、両親が近くに住んでいる私は受けられないと思ったため

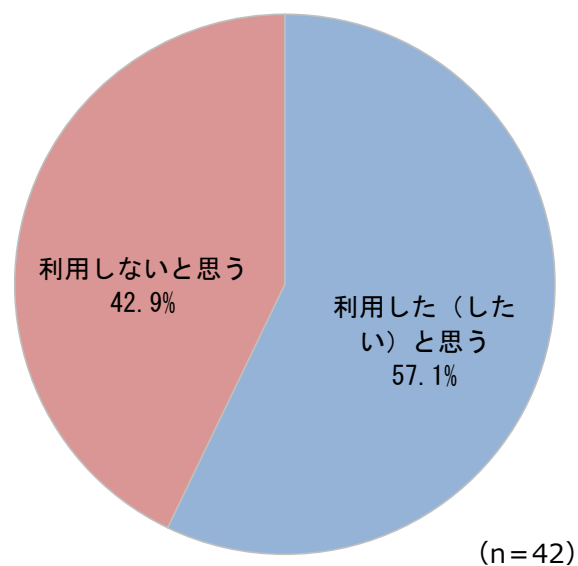
産後の方への調査⑦：産後ケアの利用満足度、利用しなかった理由

Q35_12 FA 産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない（できなかった）理由について教えてください。
（複数回答）

何をするのか分からなかった
利用する程困らなかつた
経済的に余裕がない人、周りに頼れる人がいる場合は対象外で、普通の人は利用できない
たった数日だったり、結局は自分でお世話するので助産師に気を遣って逆に休まらなかつたため。
どの施設が自分に合っているのかわからなかつた
出かける準備が苦手のためなかな利用するまでに勇気が足りなかつた
電話予約の為、希望日に空いているかわからなかつた電話をかけるのをためらつた
自分の悩みで利用していいのかわからなかつたから
宿泊準備が面倒、4ヶ月までだつた
産後の尿失禁と出血、痔が酷くて動けなかつた
利用したいと思つたが、どんな感じなのかいメージがわかなつたため。
実家で事足りたから
行くタイミングがわからない
申請したが、利用したい時に間に合はず使用できなかつた
しんどい時期に、利用する手続きをする気力がなかつた

産後の方への調査⑧：産後ケアの利用可能性

[Q36]産後ケア事業をご存知でない方にお伺いします。
もし産後ケア事業を知っていたら利用したと思いますか？
※現在、利用対象に含まれる場合は、今からでも利用したいと思いますか？
(単一回答)



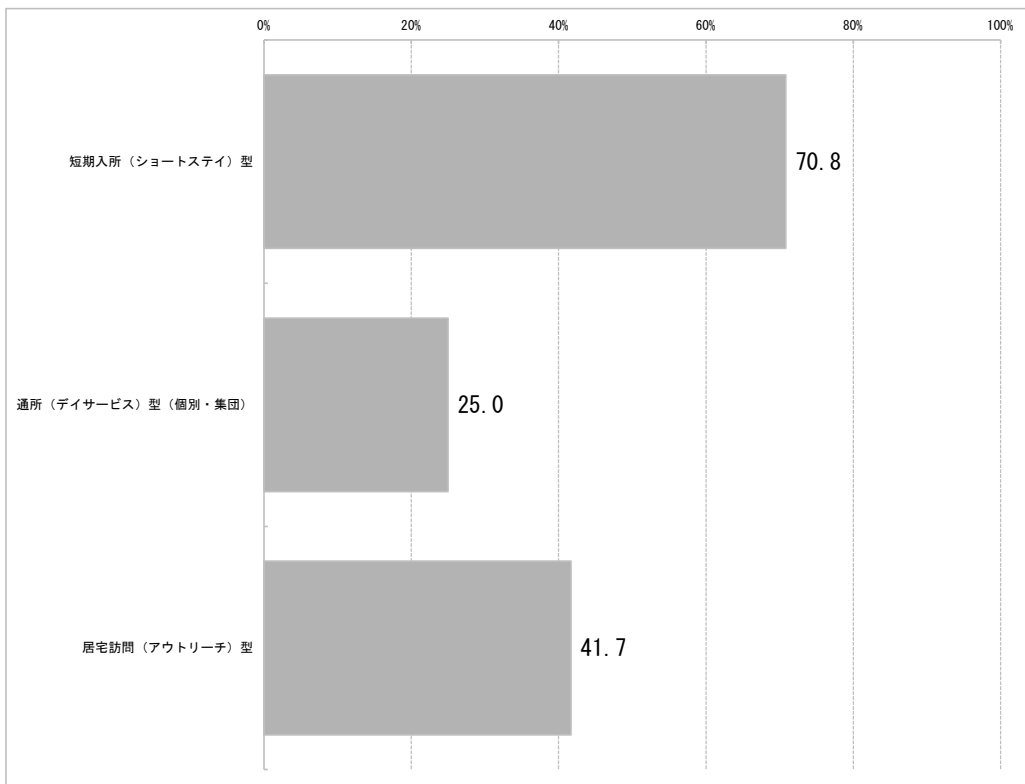
産後の方への調査⑨：産後ケアの利用可能性(サービス類型、ケア内容)



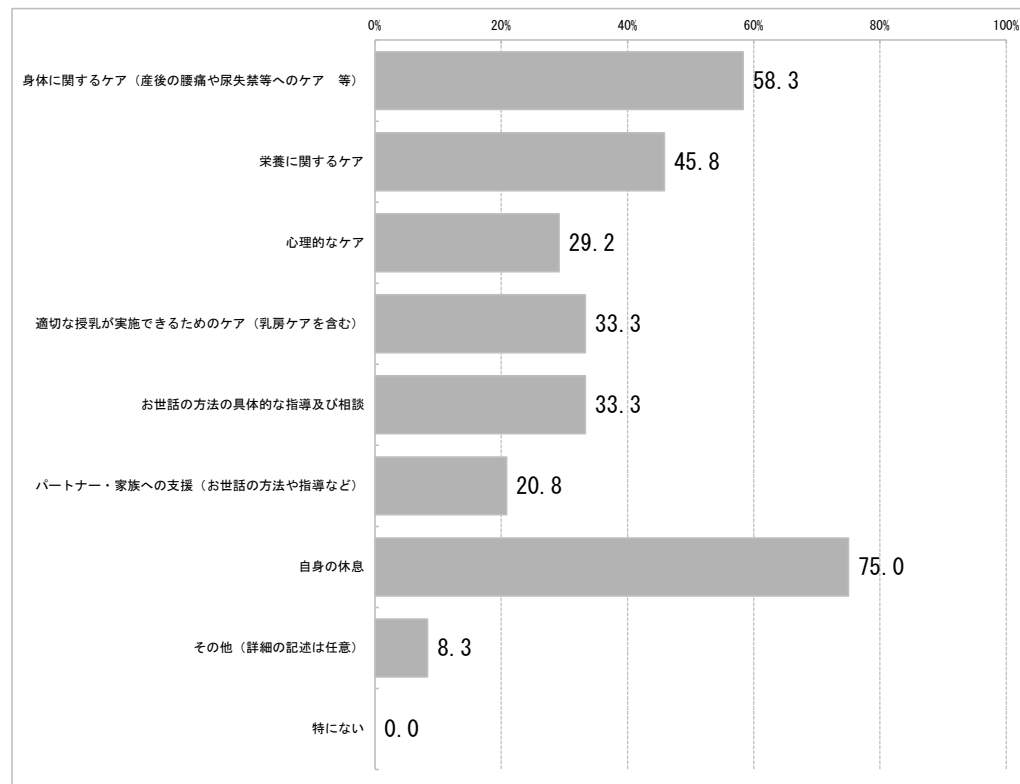
[Q37]もし産後ケア事業を知っていたら「利用した(したい)」と思うと回答した方にお伺いします。どのサービス類型を利用した(したい)と思いますか？(複数回答)

[Q38]もし産後ケア事業を知っていたら「利用した(したい)」と思うと回答した方にお伺いします。どのようなケアを受けたいと思いますか？(複数回答)

(n=24)



(n=24)



産後の方への調査⑨：産後ケアの利用可能性(サービス類型、ケア内容)



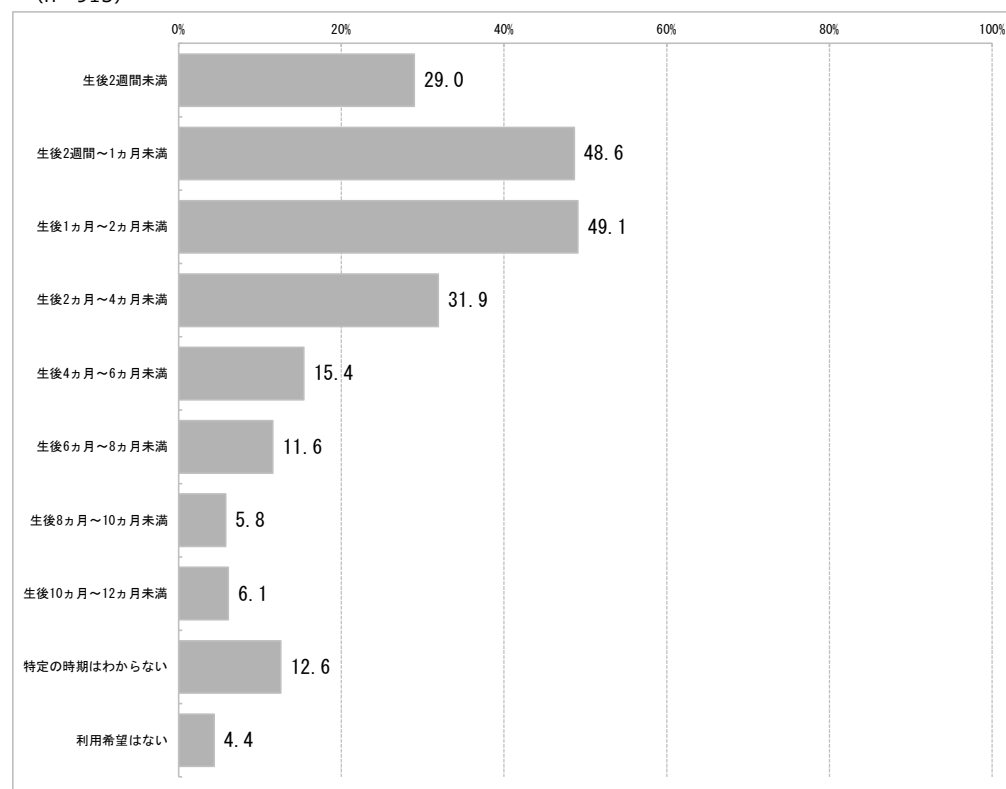
Q38_8 FA もし産後ケア事業を知っていたら「利用した(したい)と思う」と回答した方にお伺いします。
どのようなケアを受けたいと思いますか？
(複数回答)

上の子とのかかわりや、上の子と下の子が一緒にいるときのかかわり方

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性

[Q39]産後1年（産後1年未満の方は今まで）を振り返り、改めて産後ケア事業を利用したい時期を教えてください。（最大3つまで、複数回答）

(n=915)



産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 1

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

生後4ヶ月頃は、周囲からは育児や環境の変化にも慣れただろうと思われて目が離れがちだが、実際は蓄積した疲労が回復しきれず辛かった。生後12ヶ月は歩き始めるなど行動範囲が広がって目が離せない時期なのに、周囲からは出産後1年経つんだからもう大丈夫だろうと思われがち。サポートがだんだん薄くなってきている。実際はまだ疲労が抜けないのに。

産後1ヶ月までは自身の身体のケアと子供のケア方法の確認 生後4ヶ月頃からは赤ちゃんの生活リズムが変わってきて母親のメンタルが落ちてくる時期なので選択した

産後1ヶ月くらいは美家に居るので、育児に集中できるが、自宅戻った後は、家事など自分がやらなければならないことが増えて大変だった。それに睡眠不足も続くので辛い。

心身の負担が大きかったから

離乳食開始のタイミングと離乳食初期から中期、後期へと移行していくタイミングだから

身体がつらく、赤ちゃんもあまり寝てくれない時期

身体的に一番つらい時期であったため

授乳が大変

育児に関する不安や体の負担を産後すぐからケアしたいため

一番体が辛いから

1番眠れていない時期だったため。

昼夜逆転になっており、心身ともに疲労が溜まっていたため

睡眠時間の確保、授乳のアドバイスが欲しかった

まだ体に痛みがあって本調子でなかったり、母乳の悩みが一番あった時期のため。

授乳や発育に関して相談したい。

パパの育児が終わりひとり（ワンオペ）の時間が増えた

産後の疲れを感じたから休みたかった。

産後ハイも落ち着き、どっと疲れが出てくるため

産後の入院期間が短いと思う。母乳が出るか出ないで退院だと自分だけでは不安。1ヶ月未満は夜間寝れないので休みにいきたい。

退院したばかりで何もわからない、自宅での育児をやってみてその方法であっているのかの相談がしたい、疑問点がたくさんでくるのでその相談をしたい

まだまだ余裕がなかった時だったから

しっかり寝る時間がない

帝王切開の傷口が痛むから

とにかく眠りたかった時期のため。プロのもとで（病院で）安心して眠りたかったから。助かった。

振り返りと、その時に応じた赤ちゃんとの触れ合い方の相談や同じママの話し相手が欲しい

出産してすぐは不安が多いから

まだ自身の体力が回復していないのにも関わらず、新生児にこまめな授乳が必要なため、授乳以外に何もなくて良いように他者の力を借りることが重要な時期だから

自身の身体回復やホルモンバランスによるメンタル不調と頻回授乳が重なる時期に、余裕が欲しい。

今現在睡眠退行なのか夜寝てくれないことも増えてきたため。あと動き回るようになり疲労感の蓄積が酷くきつい時が増えた

帝王切開になると思うから

寝不足

離乳食の相談

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 2

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

とにかく休息がほしい。子から一時的に離れたい
自身の眠ること、食べることもままならず、赤ちゃんが未熟で、一人で兄弟と赤ちゃんを1日お世話し続けるのはしんどいので
育児に少しはなれてきているが、疲れがどっとくる。心の余裕がなくなるのでこの時期に利用したい。
自分が体調やメンタルに不調がきていたから
身体的な疲れが出てくる頃だから。
授乳間隔が短く、まだ昼夜の生活リズムが整っていない時期でママの睡眠確保が難しく、その先の育児や復職に向けて体を回復させる時期でもあるため、少しでもママの休息が必要。
産後すぐの方が色々なことが軌道に乗らず大変だった。
まだ夜に起きることもあって疲労がけっこうピークだったから
睡眠不足の解消 知識不足からの不安を家族ではない誰かに相談したい
疲れとか睡眠不足になってる為
①そのまま退院するのが不安なのでお世話の個別指導を受けたい ②③新たな悩みや疲れが出てくる頃なので相談と休息がしたい
疲れが出やすかった
家族の手伝いがなくなってもまだまだ疲れが取れづらい時期であること、また仕事に復帰前に身体のケアとリフレッシュをしたいことから。
母乳が出ない気がして行ってみた
3ヶ月くらいまでは必死な毎日で、育児の疲れが溜まってきた時期がこの頃だった。また、育児疲れの蓄積や、新たな不安や悩みが出てくる為、本当なら月に一度か二ヶ月に一度くらいのペースで利用したいと思っているから。
産後すぐはまだ体が思うように動けないため。生後10カ月以降は、動くようになってきたりお昼寝時間も減ってきて自分が休む時間の確保ができないため。人それぞれ大変な時期は違うと思うので、いつでも利用できるようにしてほしい。
産後の体を休めたいため。自分の睡眠もままならないため。
寝不足が続くため
多胎で退院後、ワンオペになりました。体を休めたいが子どものお世話もあり、ぐっすり寝たかったのでこの時期にしました。
気持ちに余裕がなく、保健師さんに相談したら教えてくれて(妊娠初期にも教えて貰っていたのですが余裕がなく忘れていた)利用しました。
主人の育休が終わりワンオペとなり、休息のため。自身の仕事復帰に向け、母乳育児の相談をしたい。自身の仕事復帰後の休息のため。
慣れない育児に睡眠不足で余裕がないため
自分の身体もまだ辛く、夜中も起きないといけないから睡眠もとれない状況で、少しでも他の人の手を借りたいから。
生後2週間未満の母がボロボロの中、赤ちゃんもあまり落ち着かない状況のため栄養豊富なホッとできるご飯を食べて休みつつ育児のペースをつかみたかったから。生後2~4ヶ月は育児ができていくけど、上の子達の対応などの日々の生活の疲れが出てきていると実感しているから。
自身の休息、まとまった睡眠時間がほしかった
助産師さんの指導で授乳を起動に載せたいから。
頻回授乳で休みが取れない。休息に必要。なんでも不安になるからこの時期こそ誰かに助けて欲しい。
母乳が出ない、授乳に時間がかかったので、早めに乳房マッサージ、授乳の相談も含めて利用すれば良かったと思っている。
一番寝不足の時期で気分が沈みやすい
心身の負担が蓄積していた頃であるため。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 3

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

つかれが溜まってきた。赤ちゃんに体力が着いてきたのに、自分の体力が回復しておらず、大変だった。
 心身ともにキツイ時期だったから。
 自身の身体的ダメージ、赤ちゃんの生活リズム等で一番負担が大きい時期のため
 最初にゆっくり体を休めることで回復が早くなった気がするから 後半は少し疲れが出る頃にも気軽に使えると良い。
 寝られない時期と授乳に問題があった期間が重なった。個性がはじめて遊び方が分からない
 生後6ヶ月頃になると、赤ちゃんの意思表示が分かるようになり、育児が少し楽になる為。
 授乳間隔が短いので自身の休息時間がとれないため
 家族の助け（育休や里帰り）が終了するタイミングだから
 育児に慣れていない、体力も戻っていない時期だから
 眠いのに夜間の授乳で寝られないから
 現在で利用したいと思っている これから先、どの時期に利用したいかは分からない。
 まとまった睡眠時間がとりづらい
 早期で一度は子どもの状態や自身の状態について相談したい。その後は状況に合わせての活用時期は変わる
 産後1週間ほどで退院し配偶者が育休を取っていたが、家事育児の負担は出産前と変わらなかったため、体力的に負担が大きかったから。
 頻回授乳による寝不足、産後の疲れ、慣れない育児、両親が遠方のため支援が難しい 環境で、産後鬱気味だったため
 1ヶ月までは体がボロボロで乳腺炎などもなりやすい、4-6ヶ月は疲れが出やすい。
 体調が整わないのに普通の生活をしなければならない
 寝る時間が短くなったり長くなったりして、お母さんの身体の負担があるから
 育児に慣れてきて、一番疲れがたまるころ。
 授乳も軌道にのらないし、夜眠れないから
 生後まもなくの時期と、少し成長してたくさん動くようになってきた時期&夫の育休が終わる時期だから
 初めてでわからないことだらけで不安で、睡眠など身体も慣れないことだらけでサポートして欲しかったから
 行政の支援の時期が過ぎた頃から赤ちゃんが動き出したり寝なくなったりしてしんどかったため
 自宅で育児が始まり、身体の負担も大きく、育児に対して不安が大きい時期だったため
 自身が回復しきっていない為
 生後1ヶ月経つとママの疲れが出てくるので、休息のために利用したい。生後6ヶ月過ぎると人見知りが始まるので預けられなくなる。
 2週間~1ヶ月の時、ひどく体調を崩した実体験（発熱、マタニティブルー、乳腺炎）。夜間対応などもあり慢性的に調子が悪かった。
 育児の不安からのストレスが酷いため
 この時期が一番寝れなく精神的にも辛かった。子供が可愛いと思えず夜が来るのが怖かった
 どうしたらいいのか初めての育児で不安だったこと。子供に母乳を突然拒否されたことがあったため。
 病院で疲れが取れないのと産後家に帰っても栄養面が気になるから
 右も左も分からない時期、家族の支援が少し減る時期だから
 ちょうど退院して自宅に帰り寝不足も続く中で疲れている時期だから

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 4

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

頻回授乳で疲弊していたから。

産後の体がボロボロの時に、夫の育児もなく全てワンオペだったためとにかく体を休めたかった

夜中のお世話等疲れが溜まったタイミングで受けたかった

産後すぐはアドレナリンが出ていたせいか頑張れたが、産後4ヶ月あたりから急激に疲れが出る。また、生後8～10ヶ月は離乳食も手探りの時期で心身ともに疲労が溜まる回りのサポートが一番必要なので

生後1ヶ月～は新生児期間がおわり夜中の授乳などで疲れが出てくるころだから。生後4ヶ月～は離乳食が始まったり、少し起きている時間がながくなったりで寝てるだけでなくしっかりむきあわなくてはいけない時間が長くなり疲れが出る。

寝返りやはいはいで動き出し、目が離せなくなるため家事ができない

育児にも慣れてきて、自分の休みも欲しくなるタイミングだから。

子供から離れることができなかったから。1人の時間がほしい。育児の相談もしたい。

自分がまだ疲れてるから

当初は毎日精一杯で大変でもこれがずっと続くから頑張らなきゃと思って過ごしていたが、実際にはそのころが特に大変だったと思うため。

退院直後で身体の調子も戻っていない中で育児が始まり、最もサポートが必要な時期だと思うから。まだ母乳の授乳が軌道に乗っていない人もおり、それに関する悩みや乳房のトラブルが多い時期だから。

始めは心配も多いし疲れてるから

8～10ヶ月で3回食になったりよく動くようになったりでかなりつらかったから。

生後すぐは定期的に健診があったり夫の育児の取得、実家へ里帰りなど大変ながらもなんとかあった。その後自宅へ戻り1人で赤ちゃんのお世話が始まってからが最も心細く、夜間対応もあり眠く辛かった為。

子の成長や自分自身の体の変化が今のままで良いのか不安になることがあった。予防接種が始まるタイミングだったので子の体調面の不安があった。

夜通し全然ねらず、子どもはどんどん動き回るようになり休める時間はどんどん減って日中の疲労度が増した。通勤族で夫しか頼れる人が身近にいないが夫も激務でほぼ家にいない。

体が辛い

寝不足が続くの授乳してるのに栄養のあるものも3食取るのが難しい

生まれてから産後ケアを予約したくても上記期間で予約が取れなかった(1番心身共にしんどかったときに使えなかった)

出産時の疲れが取れていないため 慣れない育児で不安になることが多いため

里帰りを終え自宅に帰ってきたものの、まだミルクの間隔が3時間だったため眠かった 理由もないギャン泣きが2ヶ月くらいまでがピークでワンオペが1番しんどい時期だった

産後1ヶ月は里帰りしていたので困らなかったが、自宅に帰ってきた後にワンオペの生活が始まりその際に利用したいと思ったから。

睡眠不足の日々が続き精神的にも疲弊していたため。4～6ヶ月頃は生活は安定してくるが産後の疲れが出やすいと感じた。

新生児期は母乳の飲んでも量をしりたい、夜眠れないので少しでも眠りたい 6ヶ月からは離乳食や発達の相談をしたい

産後の疲れと初めての育児で身体も心もいっぱいだったため、特に生後2週未満、1ヶ月未満の間にケアを受けたかった。

後追いが強くトイレに行く、家事をするなどの時間が取りにくい

授乳を軌道に乗らせたいから

育児に慣れてきた頃に利用してみたい

1番身体が疲れる時期で、生後4ヶ月未満までしか利用できないところが多いから

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 5

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

だいたい産後ケアが4ヶ月まで、ないしは6ヶ月まででその後は母の休息に使えるサービスがなくなってしまった。子どもの動きも増えてきて体力的に辛くなる時期なので、この時期にも産後ケアがほしい

身体的、心理的な負担が大きい

産後すぐはプロに側にいてもらえたほうが安心できそうなの。生後半年以降は子供が自由に動くので自分の休憩時間が取りにくく、リフレッシュできない為母乳マッサージなどのケアが1番必要な時期なので。身体も一番辛い時期。

現在生後一ヶ月で、先のことはどうなるか想像ついていない。

睡眠不足だったり、体が辛い。毎日泣いてる日々が続く変化が欲しい

産後の三週目が大変で受けたいと思った。

退院した2日後に夫がコロナになって3週間しか取れなかった育休の最初の10日がめちゃくちゃ辛かったから

頻回授乳で睡眠時間の確保が難しい時期だから。

睡眠不足や子育ての不安感が一番強い時期だから

慣れるまで産後ケアを受けたかったなと思ったから

一番睡眠がとれない期間だから

不慣れな時期のため、相談したり一緒に見てくれる専門的な知識がある大人がいる状態で過ごせると精神的に楽

寝不足だったから

活発に動くようになり、目が離せなくなって以前より休める時間が減った為

1-2: 夫の育休明けで赤ちゃんを一人で世話しないといけなくなるから 6-8: 夜泣きが始まり眠れなくなるから

くびがすわってある程度安心

発育などのタイミング(寝返り、ハイハイ、歩くなど)に合わせて育児環境の見直しなど、親が子に適応するのに少ししんどいと感じたため

寝不足で心身共に疲れているから

間欠的な入眠で疲労がたまっていた

だいたい子育てに疲れてくるのがそのくらいだと思うので。現在、子が6ヶ月になってからは泣き方が激しくなったり夜泣きをして夫婦共々寝不足です。

疲労がピーク

夜泣きで眠れず、ワンオペ育児の疲れが溜まってきた頃だったから。

昼夜問わず頻回授乳でまとまった休息が取りづらいため、産後ケアでしっかり休みたい

なかなか休息をとれないことと、授乳の悩みがあるため

育児において、産後すぐでもあり最も大変な時期なので。

生活リズムがまだ整わない時期だから

産後すぐは夫が休みを取れて人手が増えたので負担が少なかったが、2週間後から日中ワンオペとなり、1ヶ月半ばには精神的にも体力的にも限界を感じたため。2ヶ月頃が疲労のピークだった。離乳食開始後も子どもが食べなくてイライラすることが増え、日中の行動範囲も増えて疲れを感じるが多かったので、その時期にサポートが欲しかったです。

お世話の仕方や授乳、離乳食の進め方のアドバイスが欲しい 身体を休めたい

最初は睡眠不足で辛いから。5ヶ月から離乳食が始まってまたリズムが狂って大変になるから。痙攣起こしたり自我が始めて大変になる時期だから。

身体にダメージがある中で一番気を張っていた時期であったため。

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 6

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

出産の体のダメージが残っている時期のため。母乳が思ったように出ず、不安なため。

どうしたら良いのか分からないから

一ヶ月未満は家に帰って気がついた育児の疑問を解消するため 3か月ごろから、たまっていた疲労が体調に表れるので、休みが必要

生後1ヶ月からは実家から自宅に戻ったタイミングで、生後6ヶ月からは夜泣きが始まった時期だったため休息のために。12ヶ月未満は1歳の誕生日までの利用だったため最後にと利用しました。

精神的にも体力的にも一番辛かったから。

産後すぐはとにかく眠りたいのにアドレナリンが出ていて、無用に家事をしてしまうことも多かった。そのため、その後続く夜間授乳による睡眠不足が蓄積され深刻に。落ち着いてからも、家事代行サービスなど使える時に使うべき！

1番自身の体調が優れず辛いと思ったので。

人見知り、場所見知りと夜泣きが始まったため。

寝不足でつかれがたまってくるから

この時期がとて大変だったので、もっと利用できたらよかったと思う。

夜眠れない、体が1番ボロボロだから。

子の世話に慣れておらず負担感が強いことに加えて、発熱等の身体の不調が出やすかったから。

寝ない時間

この時期から、赤ちゃんは寝返りしたりし始めたりする時期で黄昏泣きもあったりして、1番身体的、精神的に疲労が溜まる時期だから

退院後、育児(特に授乳)についてささいなことを相談したり寄り添ってくれる専門的な方が身近に欲しかった。パートナーや母親では役不足で、自分でSNSでとにかく調べるしかなかったが、SNSで調べなければならぬこと自体おかしいなあと感じた。育児が軌道に乗るまでの伴走的なサポートがほしい。

最初が大変なので

産後の入院期間が短いと感じたため。初産だったため何をすればいいか分からなかった。

生後2ヶ月体では実家で過ごせるが、ずっと実家で過ごすわけではないので、自分の家に帰ってきてから利用したい

4人子どもがいて、養生しようと思っていたが、退院して家に帰ると全く休むことができなかった。朝から晩まで動きっぱなしで睡眠不足がしんどかった。また夫含め家族も退院したら元気だと思いき、生後2週間ほどでお出かけなどを強いられてしまった。退院後すぐに産後ケアで体を休めたかった。

出産後すぐに休息をとりたい

いろいろ教えてもらえる&体がボロボロで休息を取りたい

里帰り出産からしばらく経ったタイミングだから。

ミルクの頻度、泣く回数の増加、まとまった睡眠時間が取れない

とにかく睡眠不足で疲労が蓄積していて、育児に余裕がないため

完母を目指していたので、この時期に通いたかった

退院してそのままよりは、ある程度自分の中での世話の流れを作って家庭の事を整理してからと考えるとこの時期。また1ヶ月経たないで連れ出すのが何となく怖い

赤ちゃんのリズムが整うまでの負担が大きい、自身の身体のダメージや寝不足などによる精神的な疲れが出てくる頃だから

心身ともに辛く感じていて、とにかく子どもたちと離れる時間がほしい、家事や買い物の心配もなく、ゆっくりお風呂に入って一人でぐっすり眠りたい、と渴望していた記憶がある。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 7

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

1人目の時は、里帰り出産だったが父と折り合いが悪く、2人目は自宅で過ごすため母が1ヶ月泊まってくれた。しかし、母と夫に挟まれてしまい、母にも3週間で帰宅を促したが、心配だということで結局、1ヶ月いた頃、夫から母を早く帰すか、一緒に里帰りしろと迫られ、母にも上手く伝えられず、喧嘩したような形で帰ってしまった。身内以外の人にサポートしてもらえた方が、気が楽なのだとおもったが、サポートがほしいと連絡できる気力がない時期のため、電話やメールで連絡してもらえたら、コンタクトしやすいとおもった時期があった。なんとか、やり過ごすため、サポートを受けようとまでは動けなかった。

睡眠不足に悩んでいた・現在進行形で悩んでいる時期のため

退院後で慣れない赤ちゃんのお世話で疲弊する時期だと思うから。

初産の場合、慣れるまでは何をしたら良いのか、次は何をしないといけないのかわからなかったため、産後ケアで都度相談出来ると安心感が違う。

子どもの人見知りや場所見知りが始まると預けてもギャン泣きでゆっくり休めないためそれより前に預けたい

不眠の中、頑張って育児してきて1カ月健診が終わった頃、疲れが蓄積していたと思う

睡眠時間が確保できず体調管理が難しいため

寝れないから寝たい

子育てが落ち着いてきて自分のケアもしたくなる時期だから

疲れが溜まってくる時期だから。

家での生活がどうしていくか、決まってきたくらいから預けてゆっくりしたいと思うため。6.7ヶ月は後追いで大変なため

出産の疲れやダメージを癒すため 疲れがたまる頃だから

まだ育児に慣れず疲れてるから

寝ぐずりが酷く辛かったため

発達に伴い、育児についての疑問が変わっていくから

里帰りから帰り主人が仕事復帰し最も大変な時期だったから

一番身体が疲れている時期で、悩みなども多いのはこの頃だったと思うため。

夜間授乳で疲れているので、休息が欲しい 混合で育てていたため、発育について確認したかった 離乳食が始まってからの成長とミルク量について相談したかった

しっかり身体を休めたいため

自宅に手伝いに来てくれていた実母が産後1ヶ月で帰宅し、手が足りなくなる時期だったから。

育児がうまくいかず精神的にきつかったから

自分の身体を休ませたかったから

まだ何も分からなくて精神的、体力的にも一番しんどい時期だから

新生児期が1番大変だから。

夜、寝返りが始まり寝ない事が多く旦那も仕事が始まっていたので負担がすごく辛かった

動き出す頃なので

体の疲れが強いから。赤ちゃんに専念したい。

身体が回復してないのに、赤ちゃんのお世話をしないといけないのが辛かった

睡眠が充分にとれない 授乳や生活リズムがこれでいいのかわからないため、アドバイスを受けてたい

新生児期は身体もボロボロで眠れてないから

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 8

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

睡眠不足になりやすい、初産だと育児について分からないことが多いのですぐに助産師さんに相談出来る環境なので安心出来る
 自分自身のリフレッシュのため
 宿泊できる産後ケアを受ける場合、生後1カ月未満の子を連れて行くのは難しいから。
 寝不足がたまってきた 一人の時間が欲しい
 在宅での育児に慣れつつある時期で、緊張がほぐれる分、疲れを感じやすかったから。また、1歳に近づくと動きが活発になり、常に気が抜けなくて一日中追いかけて回して、身も心も結構疲れたから。
 子供の睡眠時間が徐々に減っていき、大変さが増す時期だから。
 生後2週間～は退院後両親共に慣れず疲れが出始める時期 生後4ヶ月～は離乳食スタートの相談や発達に関する相談を行いたい
 出産の疲れがまだあるから自分の休息のために利用したい
 眠たい
 自分もまだ回復期で辛いから 産の3ヶ月と言われるように大変な時期だから
 こどもの睡眠と授乳のリズムが整う前だから
 お世話の疲れ、睡眠不足がたまってきたから
 頻回授乳で睡眠不足になるため。
 育児にも慣れてきて息抜きに1人時間が欲しいと思ったから
 完母だったので、乳腺炎などケアが必要だったり、対応方法を教えてもらいたいから。
 卒乳後のおっぱいの終わらせ方を教えてほしい
 夜に眠れないから
 自分の身体が一番辛い時期だったから。
 睡眠不足とお世話で分からない事が多かったから。
 睡眠確保したい
 2～4ヶ月は、まだちゃんと寝られないのに、家族の助けが減る時期 6～8ヶ月は、離乳食が始まって生活のリズムが変わったり、睡眠退行が起こったりするうえに、体重が重くなって抱っこが大変になるから
 疲れのピークだった
 低月齢の頃は行政や産院、小児科のサポートが多いが月齢を重ねていくとサポートが少なくなるため
 小刻みに起きて授乳で眠れないから
 不安が多い時期だから
 赤ちゃんの成長や発達に応じて定期的に利用したいから。できれば、卒乳時期にも利用したかった。
 夫が職場復帰した、離乳食の相談もしたいため
 産後の疲れをとるため
 新生児期のあたりが一番大変だから。
 夜間授乳が頻繁にあり夜の睡眠がとれないため
 退院してまだ身体がボロボロの状態での育児はきついで、産後ケアに移ってゆっくり身体を休めたいから。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 9

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

寝たい、1人で横になりたい。眠気だけでなく、頻回授乳で肩こりも腰痛も辛かった。
眠れない

身体に負担 ほぼワンオペのため

育児について分からないことも多く、体も回復していないためサポートを受けたい

退院後始めての育児で正解が分からずとにかく不安だったから

精神面で不安定な時期なので、相談したり休息できたりしたのは、非常に良かったため。

睡眠不足、赤ちゃんが少しずつ動き出す頃だから関わり方など教えてほしい、離乳食開始に向けて教えてほしい

新生児相手は不安なことが多いから。

心身ともに疲れていて 子どもことばかりで自分のことが疎かになり 寝不足、食事も疎かになる ネットの情報が溢れていて気が休まらない

産後すぐは気持ちがハイになっていてやっていけたが数ヶ月経つと悩むことの方が大きくなったから

乳腺炎に何度もなった時期だから。1ヶ月健診以降、なかなか相談できる機会がなく、また赤ちゃんの月齢が小さいうちは外出も難しい時期で、引きこもりがち、内向きになりがちだから。

一番しんどいときと、慣れてきてから疲れが出る時

母乳で育てたかったので、指導や練習を受けたかった その他自分の休息が欲しかった

新生児の体重のことや授乳に関する事を専門職の方に相談したいから 母乳を軌道に乗せるためには早い段階での授乳指導が大切だと感じたため

産後1ヶ月は外に出れず結構メンタルが弱るため、外出可能になればすぐにでもケアして欲しいから。

育児には慣れてきたものの、夜泣きやなかなか寝ないといったことが増え、睡眠時間がやや減って疲れやすかったため

睡眠のリズムに慣れていないため、夜間が大変だった。また、自身の食事を用意するのが大変だったため。

産後の回復もしていない中、頻回授乳に加え上の子の夜泣き対応などで細切れ睡眠が続き、イライラしてしまった。穏やかな気持ちで出生子や上の子と接するためにも産後すぐのケアが必要。

退院して、バタバタして、一回落ち着いて疲労を感じたため

宿泊でもいいので親が休めるケア

なれない育児でボロボロになるから

生後2w~1mに利用すれば良かった理由は退院後すぐに乳房トラブルが頻発し解決方法が分からなかった事や、分泌量を決定づけるのに重要な期間なのでその時期にサポートがあればもっと分泌量が増えたかもしれないし、痛みに苦しまずに済んだかもしれないから。 m6-m8は夜泣きが増えてきて体力的にキツイので休息を取りたいのと、離乳食が始まり母乳の分泌量が減ってきてしまい離乳食/母乳/ミルク量のバランスをどう決めたら良いのか分からないので専門的なアドバイスを受けたため。

疲れが溜まる時期

夜間対応

生後2週間は授乳と子の体重が増えているか心配だった。生後8~10ヶ月頃は離乳食始まり、離乳が進んで行くタイミングで適切かどうか心配だった。

帝王切開でまだ傷が痛かったのと体をもう少し休めたい時期 上の子が赤ちゃん返りしたり、2人一緒に寝かしつけなど出来ずあまり休めなかった時期。いつでも自分がキツイ時に利用できたらなあと思いました。

身体が疲れてきていると感じていたため

産後間もなく身体の回復がまだできていないことや、頻回授乳で寝不足な為

産褥期でとにかくしんどく、ゆっくりしたいため

定期的に利用したいのと、卒乳時にも利用したいから

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 10

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

産後すぐは緊張感などで気を張っていたと思うが、まともに睡眠や食事もとれず、また里帰りできなかつたり、夫が育児にあまり協力的ではなかったことや、他府県に嫁いでいるため知り合いもおらず、周辺の地理にも詳しくないことから、徐々に疲労や孤独感が蓄積されていた頃だったから。

体が痛い、辛い、寝不足でやり方もまだ慣れず自信がなく不安だったから

退院後、1、2週間して睡眠不足が続いてきた時が1番しんどかった。母乳も出が悪く、このままで大丈夫なのかな？と不安になった時がこの時期でした。

慣れない授乳がきつかった

一番体がしんどく育児のことわからないので

寝ないので

産後1ヶ月は実家に戻って両親のサポートが受けれていたが、その後家に帰ったときに1人での子育てが不安だったため

夜泣きで疲労してるし、赤ちゃんの体重も増えて身体の負担もあるため

赤ちゃんが起きている時間が長くなり、また、母がいないと泣く、という時期になり、離れられず休息が取りづらいため

少しでもいいから長く寝たい

授乳間隔が定まらない。夕方の泣き方が酷いため一日のスケジュールをどのように過ごすべきか専門家に相談したい。睡眠不足が溜まり、1日でも良いのでしっかり寝たい。

妊娠中に異常があり里帰り出産できず産後に帰省する事になったが、2週間後健診までは帰省できなかったため、その間に利用したかった。授乳に関して悩むことが多々あったので軌道に乗るまでは利用したいと思った。

産後1ヶ月は里帰りしておりその後自宅に戻ったら一気に上の子たちと家事育児がはじまったから。

体がポロポロな上に新生児のお世話はキツイ

心身共に疲れが出てくる時期だから

2週くらいから何も理由がなくても泣くことが多くなり、ストレスがたまる時期があったため。

頻回授乳と寝かしつけで寝る時間が少なくなってしまうから。

子どもの授乳と睡眠の間隔がまだ短く、休息を取るのが困難な時期だから

生まれてすぐは乳腺炎で身体的に辛く、黄昏泣きがひどかったときに精神的に一番辛かったから

とにかく体を休めたい睡眠を取らないと体も心も余裕が無くなる。正常な判断が鈍る、些細なことで落ち込む。

眠れなくて、体の疲れが取れなかったから

離乳食の量が増えてトラブルが増える頃や1歳前の断乳のケアのため

ある程度慣れてきたけど少し休みたい時がある

産院では助産師さんのサポートとかもあったが、退院後は自分たちだけになるから

初めてで何をしたらいいかわからないし、急に生活リズムも狂い寝不足になるから。

授乳等まだまだ不慣れな点があるため。

子供のお世話に関してとまどったり不安な時期だから

寝不足やけど、他のママとも話したいと思える時期だったから

少し1人の時間が欲しくなる時期だと思ったから。

睡眠不足で疲労がピーク、頭も回らない状況だったため

貧血や会陰の傷が開きなどがあり、体調が悪い中での育児がしんどかった。

まだ自身も親として慣れていなくて不安が大きいから。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 11

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

産後ゆっくりしたかったから

産後1ヶ月では短すぎる それ以降の気になったことも聞けるし休息も取りたい
子どもが動き回るようになって自身のことや家のこともできずストレスが溜まる一方なので

産後ハイが終わったタイミングで疲れが来るから。夜中が盛んになるから。

産まれたてで1番手がかかり、自分の身体も大変だと感じたから。

2ヶ月頃までは妊娠中や産院でもお世話の仕方等聞くことができたり、家族等周囲のサポートを受けやすいが、それ以降はサポートも減り、少しずつ慣れてきてからのの方が悩みや疲労感が出てきやすかったように思います。また産後ケアはどこも2ヶ月未満が多く、その期間以降も拡充して対象にしてもらえたらいいのになと思っていました。

子の性格によるから

退院直後は、助産師等専門家によるサポートがなくなるうえ、自分の家という新しい環境での生活が始まる。身体的にしんどいなか、環境変化のストレスや育児の負担、授乳などで休息が十分にとれないことが辛い時期だった。このタイミングで産後ケアを利用し、少しでも休息できれば、今後赤ちゃんと過ごすときに落ち着いて対応できると思う。また生後2-4ヶ月未満は、ある程度退院後の育児に慣れてきて、1ヶ月健診で問題なければ自分時間ももてるようになるタイミング。この時に産後ケアを利用できれば、育児の手技を再確認できるだけでなく、自分時間や夫婦時間の確保ができてリフレッシュできるし、家族で初めての旅行感覚で思い出になると思うから。

なにもわからないから疲れるから

4ヶ月までは宿泊可能な施設が多いが6ヶ月以降は通いしかなかく、利用したくてもできない。

休息が欲しかった。

子どもは可愛いが、息抜きも必要。

上の子がいると大変な時期

三週目～1ヶ月半くらいによく泣き、こちら疲労が溜まってうまくあやせずにしんどかった

とにかく睡眠不足だったので身体を休めたかった

あまり外出もできず気分転換もできないし、授乳間隔も短く休めないから

子どもも生後1ヶ月が経って、他の人にお世話してもらおうのも安心な時期だから

退院後の疲れが溜まったところに利用したいと思ったから

眠れない、産後直後で体がしんどい、わからないことや不安や心配事が多すぎるのに、退院したらいきなり放り出された感じがして怖かった

卒乳への相談、授乳回数減数による乳房トラブル

寝不足で体もボロボロなので、赤ちゃんを預かってもらって少しでも休める時間が欲しいので

ショートステイができるのが生後4か月以内で慌てて産後ケアを受けたのもう少し猶予があるとよい

少し落ち着いてきて外出ができるようになり、育児中で時間に余裕があるから

眠れない日が続いて疲れが出てくる時期だから

一番何もわからず不安で、肉体的にも辛かったから

睡眠不足や慣れない育児等、疲労がピークに達する頃だから

まとまって眠れる時間が特に短い期間と感じているため。

出産直後は体の疲労回復をさせたいため 生後1ヶ月～は蓄積した睡眠不足の解消 生後8ヶ月～は増える夜泣き、たまる疲労、リフレッシュのため

最初に疲れる時期だから。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 12

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

色んなところが1番不安定な時期であること
 まだ体が回復できていないから
 一番慣れない育児と睡眠不足で疲労が溜まる時期だから
 初めてのこともで分からないことが多すぎるから。体力的にしんどいから。
 頻回授乳で睡眠確保が難しい中で産褥期でもあるから。
 産後しばらくするとドッと疲れが出る。ハイハイなどして動き出したり離乳食が始まると自分の時間がなくなる。
 メンタルへの影響が出やすい産後2週間をゆっくり無理なく過ごしたいと思ったから
 まだ自分自身の体が回復していないので頼りたかった。
 母乳が出にくかった。乳首に血豆ができた。
 赤ちゃんが産まれて間もない日数なので。退院したからも不安。
 出産のダメージや睡眠不足が1番つらい時期だから
 1ヶ月間、育児や自分の体の調子を見たらうえで相談したりしたい。実際に経験した方が色々見えてくるものもあると思います。
 疲れや睡眠不足のピーク、発育等に関する不安事が次々と出てくるため
 寝る時間が本当に取れず、大変な時期だから
 産後すぐの心身のため 慣れてきた頃の心身のため
 疲れが出る時期だから
 とにかく夜泣きの寝不足が辛く、特に夜断乳したあとは預ければ夜しっかり寝られるのではないかと思ったからです。夫は朝から仕事で頼むのは忍びないし…とっていました。
 生まれたとき、寝返り等で動き出したとき、ハイハイやつかまり立ちで動ける範囲が広がったとき。という成長段階の変化があり、嬉しい反面悩みごとや心配ごとが増え、休憩したいと感じることが増えた記憶がある。日々成長することもに合わせ生活習慣や家具の配置を変えねばならないのは想像していたより疲労を感じてしまうことだった。
 乳房ケアを受けた方が母乳育児が軌道に乗りやすいと感じるから
 育児のペースがまだ掴めず、頻回授乳で寝不足が続き、休養が取りたいと思う時期だから。
 母体の回復を優先したい。
 赤ちゃんが寝ても息をしているか、吐き戻さないかなど不安で眠れないから。とにかく寝かせてほしい。
 退院後はすぐ2週間健診があるので、不安な事があっても頑張れた。それが過ぎたら不安だらけで心身共に疲れが溜まったので利用したかった。
 産後間もなくが特に心身の不調や睡眠の乱れがあったため
 まんまる抱っここの仕方や、寝かせ方での頭の形の変形など、教えていただきたいから。
 自分の食事や睡眠時間が十分に取れなかったため
 自分の身体の回復が出来てないままの上の子のお世話に家事にと体力が追いつかないため
 退院してから自宅での育児が正しいのかを相談するいい時期なのが2週間～1ヶ月未満で、その時期に利用してとてもよかった。生後2～4ヶ月は泣きへの対応や育児に疲れてくる頃で、利用してよかった。
 夫と2人で育休をとっていたが体がボロボロで休息をしたり、睡眠不足、疲労の蓄積により体調が悪く病院にかかりたいと思っても新生児がいるので家から離れられず大変だったため
 毎日疲れ切っているのに、周囲からの協力が得られにくくなる時期だから。この時期は、産後の体はまだ回復していない上に、産後の睡眠不足が蓄積してきて非常に辛い。さらに、赤ちゃんが成長してきて授乳、発達、SIDSなど育児に対する様々な不安が具体的に見えてくる時期でもある。不安なことがあると無限にスマホで調べてしまう。また、挨拶や行事など対外的にやらなければならないことが出てくる。とにかく、様々なストレスが複合的に発生する時期である。しかし、一般的には床上げが過ぎればとてあえず大丈夫、床上げ後は1人でやるもの、という風潮があるため、家族や周囲からの協力が減りがちになる時期である。それによってとても孤独感を感じた。総合的に、産後すぐよりもつらかった。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 13

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

入院を延長してもう少し休みたいため。また、退院後精神的に1番きつかった時期のため。
 ミルクの他に離乳食が始まり、赤ちゃんも動くようになって大変だったから。
 里帰りから戻り、本格的にワンオペが始まった時期だったから
 赤ちゃんの夜泣きが続き、産後の身体が回復していない時期に十分な休息が取れなかった為。
 初産で何もかもが分からず、サポートが欲しかったから。
 頻回授乳や夜泣きが始まり、なかなか寝られないタイミングが多かったため
 この発達段階にあわせて授乳指導を受けたい。外出する機会が少なく社会とのつながりがない時期のため。
 授乳について正解が分からない
 自分の受診や1人目の検査等に重なるから
 今の対象の時期だと短い、産後ケア知っても利用するまでハードルが高い。育児が落ち着いてきて動き回って大変な時期にしっかり休息したいと思ったので。
 授乳に対する不安を解消するため
 体がボロボロで家事や上の子の世話がままならない
 産後健診が終わり外出許可が出る産後1ヶ月が経ってから。（疲れが溜まっている）生後半年以降～外出がしやすくなってきた頃。（離乳食が始まると受け入れてくれない施設が多いので改善してほしい。母親の食事にプラスして、手作り離乳食も提供してほしい）
 旦那の育児休業が終わり、夜間授乳などで疲れが溜まってくるため
 不眠、1人になりたいがなれない状況だったため。
 生後1ヶ月までは家族に気を遣わず自分の身体の回復を優先させたい。生後1ヶ月を過ぎるとマタニティブルーがつからいので息抜きがしたかった。6ヶ月になると離乳食も始まって忙しくなり、休める時間がほしい。
 育児の疲れがたまってきた時期だったので
 出産直後の体調不良に対応してもらったり、授乳、ミルクの相談をしたいから。
 どんどん疲れが累積してくる時期だから
 まだまだ育児になれておらず、また夜間授乳が頻回な時なので、睡眠時間が足りないため。
 活発に動くようになることで今まで以上に目が離せなくなること、離乳食を食べなくなったこと等から疲れが溜まり、イライラすることが多くなったため。
 一番睡眠がとれずに睡眠不足だったため。
 母乳量測定、育児相談、妊婦から母親になった直後の変化の相談
 母乳育児の仕方や赤ちゃんとの関わり方を教えてもらいたいから。離乳食が始まる時期に合わせた関わり方を知りたいから。ハイハイやつかまり立ちをしだしたときの関わり方を知りたいから。
 生まれてすぐはわからないことも多いし、外に出ることもできないから、できるだけ早い時期がいいと思う。
 退院してすぐがルーティンも整っていないで助けてほしいと思うことがあったから
 特に眠る時間が少なく、慣れない子どものケアに心理的にも身体的にも辛かったから。
 出産の疲れと慣れない育児での精神面や身体面の疲労、パートナーの疲労など全てが重なったため。
 授乳の相談は早いほうが改善しやすいため
 生後1ヶ月までは里帰り家族のフォローがありましたが、自宅に帰って日中は一人で子どものお世話をしたりしていた時に辛かったため。
 分娩によるダメージや疲れが一番大きい時期であるため。

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 14

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

特に1人目の時は育児について分からないことをすぐに聞ける方がいいと思うから。親がフォローしてくれるとしても現代の育児とは違う点も多いと思うから。産褥期が明けて自分が動きやすいため。ちょうど疲れがたまってくるため。また、夜間の預かりが産後4カ月未満のサービスの所が多いが、4カ月以降も利用したいため。育休明け直前に体を休めたいため。

産後、1ヶ月間里帰りをしていたので、自宅に戻ってきたタイミングだから。6ヶ月頃は育児に慣れてきたと思うと同時に疲労を感じるため。睡眠時間をとりたい

不安なことが多い。出かけられないので情報を調べて不安になる

頻回授乳で夜に全然眠れないのが辛かったため

体調も悪く、振り替えるとメンタルも不安定だったので。

寝不足と授乳がうまくいってるから指導も兼ねてお願いした

産後身体が辛く、衣食住の世話をしてもらえると回復と授乳に専念でき非常にありがたい。また、産院の退院後、自身の身体や育児について不安や疑問が出てきたころに助産師に相談できるため。申し込む余裕が出来る時期だから。それまでは生活するのに必死で産後ケアに申し込む気がなかった。

出産後のホルモンバランスの乱れでメンタル的にしんどかったので、一人の時間や夫との時間が欲しかった。

なれてきた頃に一度休息したい

里帰り中、家事は母親がしてくれたが赤ちゃんの世話は私のみであったため、新生児期は自分の睡眠が取れずかなり辛かったから。

早期に利用した方が振り返ってみると自分の身体を労われそう。ただ、後期の利用も気分転換になり良かった。

赤ちゃんのお世話に慣れてきて疲れが出てきたり、不安な点が出てくる頃だと思うから

産後で疲れている為自分の体の回復に時間を使いたいから。

上の子との両立が難しい

産後の身体が一番辛い時期でかつ授乳で睡眠も取れず、産後で一番辛い時期のため

寝不足が続いたから

双子だったのでとにかく大変だった。宿泊型を利用したけど1週間じゃとてもじゃないけど足りないし、授乳と寝るだけの新生児と違って2ヶ月以降は利用できないというのもその頃からが本当に大変なのにと何度も思った。

夫の育休が、生後2か月から3か月の1ヶ月だった。まだまだその頃は体が万全ではなかったため。生後4か月からは寝返りが始まり、目が離せなくなった。

とにかく寝たい、疲れがたまっていたので利用を考えた

産後の育児で一番難しく予備知識もなく、なるべく早い段階で詳しい情報が必要なのが母乳育児で（あとで完ミを選択するにしても）、産院を退院するまでの短期間では十分な知識は得られないから。

育児にも慣れてきたが、夫の育休も終わり仕事で疲れた夫に育児を任せることも中々できず自分の疲労感がピークになるから

生後すぐは自分の体がボロボロだから。1-2ヶ月ならば助産師さんがみてくれるから。前に大きくなった時に行ったら、もう寝返りもできてしまうしコットから出てしまうのとママがいないと泣いてしまうので休息目的に預けても助産師さんから泣いてるよ〜と戻されてしまうからこの小さい時期がいい。10-12ヶ月は疲れが見えてくる時期だから。親側の体力がもたない。

- ・生後2週間~2ヶ月時期は授乳の悩みが多いため
- ・生後6ヶ月~8ヶ月は疲れがでてくる時期のため

身体がとにかくしんどいため

子どもが少し大きくなってきた頃に疲れ出すから

寝不足と慣れない育児の疲れが出てくるため

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 15

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

身体を休めたいと思ったから 出産直後ではなく長い目で見た時に産後の身体は休めたほうが良いと聞いたから、休めるだけ休みたい。

乳腺トラブルが多い

自分の体力も回復していないなか、授乳で細切れ睡眠だったのが本当に辛かったから。

生後6ヶ月から、ほぼ毎日夜に起きて寝なくなった。昼間もお昼寝をしてくれないので、睡眠時間がとれず、疲弊していた。産後ケアを利用して、睡眠時間を確保しようと思ったか、調べてみると産後ケアでショートステイできる月齢が3ヶ月までのところしかなく、ただただ耐える日々だった。助産師さんにも相談に行ったが、そういう時期もあると回答され、途方にくれた。実際に見てもらって、寝かしつけの方法など教えてほしい。

動きが活発になり育児家事の両立が大変だった為

赤ちゃんが寝ず、睡眠を取れない時期だから

まだまだ体を休める必要があるため 1ヶ月健診まで時間が空くため

疲れが溜まってくる時期だから

出産直後は自身の体調が万全でなく、子どもとの授乳も軌道に乗ってないから。産後半年くらいに疲れが出て休みたいくなるから。

少し慣れてきた頃で自身の身体も疲れてくるし、子どもも成長して体重も増えてきて抱っこがしんどくなってくるから

やっと落ち着いて自分のことも少し考える余裕が出てきたから。少しでいいので自分の時間も欲しくなる。

生まれたばかりで何をどうしたらいいかわからないことが多かったのと、心身ともに特に疲れていた時期だったため。また、2~3ヶ月に関してはいろいろな赤ちゃんの成長が見れたので聞きたいことが増えていったため。

初期はお世話になれていない、心身ともに疲弊していた。不安なことが多く専門家に相談したい。生後2~4ヶ月は夫の育休が終わる期間のため1人での世話に疲れそうだから 生後6~8か月の発達状況を相談したいから

身体的にも精神的にも不安定なため、少しでも身体を休める時間を作りたい

生後2週間は赤ちゃんの体重のチェックや乳房ケア それ以降はその時の悩みの相談などしたい

生後2週間未満：産後直後の体の状態から必要と感じました（帝王切開で傷口が痛くて起き上がれなかったため、電動リクライニング式のベッドが必要だった） 生後2~4ヶ月：産後の疲れが蓄積して辛い時期だったから。 生後10ヶ月～：子どもがハイハイ等動き出して親の気が休まらず、心身ともに大変だったため。

疲れきっていて、子育てに自信がなくなっていた

夫の育休が1ヶ月間だったため。

育児のやり方がわからない時期なので教わりたい

生後1ヵ月までがお世話が一番大変だったと感じ、自身も心理的に不安定だったため。生後1ヵ月を過ぎてから産後ケアを受けたが、もっと早く受けておけばよかったと感じる。

産後1ヶ月は、身体をしっかり休める時期だから。また、しんどくなった時に自由に使えるとよい

身体的に精神的に不安定な時期だったから

少しずつ慣れてきて、疲れが出てきた頃。

まだ夜まとまって寝られないから。

出産直後より、少し経ってからのほうが疲労が激しく、利用したいと感じた。

退院直後、夫の育休終わり直後、歩き始めの目の離せない時期にそれぞれサポートがほしいから

寝たくても寝れない時期で、心身ともに疲れているから

まだ歩けない、動けない時期より、動き始めた時期の方が目が離せなくて大変だったため。

自治体、区立保育園が一時預かりを提供しているが、3ヶ月や6ヶ月以降でないとい預かりができず。ヘルパーやベビーシッターは抵抗感が少しあるため。

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 16

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

旦那の育児も終わってしまい、泣いてる子どもと朝から晩まで一緒にいるのがしんどかった
 自分の場合はこれくらいの時期が一番大変だったので 2ヶ月くらいは家族からの協力(パートナーの育児休業など)が得られやすいのかなという気がしたので
 家での生活で夜泣きなどがあり、睡眠があまりとれなかったから。
 慣れない育児でしんどかったのと、睡眠不足がつらかった。
 里帰り出産から帰宅した後に、家事と育児の負担が一気に増え、体力と気力が消耗したから。
 睡眠不足が重なり、疲労感が強い時期のため
 自分自身も満身創痍で、赤ちゃんのリズムもわからなかったから。
 それぞれの発達段階において相談内容が変わるし、夜間授乳などで一番睡眠不足の時期だから。
 産後1, 2ヶ月は自身の体もまだ本調子ではない上に睡眠も取れないため。半年以降は、子どもが徐々に動けるようになり体力もついてくる中で、自身の休息を取りたいと考えようになったため。
 出産直後で会陰切開の痛みなどがある状況で、赤ちゃん返りをする上の子のケアをしながら、下の子の世話をするのはとても大変だった。夜泣きもあり、ほとんど眠れない日が続いた。
 身体を休めたい 睡眠をとりたい
 初めての育児でわからないことが多く、胸も痛いしずっと泣き続けるので精神的に参ってしまった。その時期に色々なことを教えてもらいながら、育児できれば少しは安心できたと思う
 自身の睡眠不足や育児の方法について悩む事が1番多かった。
 赤ちゃんの生活リズムが出来ていなくて眠れない日が多かった
 眠りたい。体を休めたい。
 1番寝れない時期だから。
 少しずつ悩みが変わっていくから
 出産後は里帰りして1ヶ月後には自宅に帰って来てたので
 赤ちゃんがよく泣くため、マンションで音を気にしながらワンオペは気が滅入る
 夜寝れないから
 わからないことが多い、眠れないと辛い
 心身を回復させるために、赤ちゃんのこと以外考えなくなかった 家族がお弁当など買ってきてくれていたが、母乳育児だったためそんな食事でもいいのか不安になってしまっていた
 産後すぐは体を休めたいのと、少し育児に慣れてきてから疲れを癒したいため
 産まれたばかりのホヤホヤの命を守らなければいけない不安、産後で母の心身もボロボロ、寝てても授乳の度に起こされるハードさ
 育児の疲れが出てくる頃だと思っから
 1番寝不足なため
 夫の育児が明けて、1人で育児をしなければいけないから。子供が成長して寝る時間も減って、目を離せる時間がなく、後追いも始まるため、自分の時間を持つのはもちろん、料理をすることすら難しい、でも離乳食は作らないといけない…とやるのがたくさんある中、1人でやることに限界と、疲れのピークが来る
 出産直後は身体も回復していない為、6ヶ月になると疲れが溜まって来る為、10ヶ月は仕事復帰の前に。
 子供のあやし方も分からず、育児中の夫とともに睡眠不足の状態が続く家庭内がかなりぎくしゃくしていたため
 眠さや疲れのピーク なぜ泣いてるのか、なぜ寝ないのかなど、分からない事だらけで誰かに教えて欲しかった 泣き声を聞くのが苦痛になってた時期 分からない事だらけで上手く育児に向き合えず涙が止まらなかった
 出産直後が1番体も疲れているので休めた方がいい
 産後1ヶ月、授乳の仕方がわからない期間。一年ほど経ち、心身に疲れが溜まって来るから

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 17

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

寝不足だから

頻回授乳の時期は睡眠不足になるので、助産師さんにミルクをお願いして睡眠を取りたいから

産後すぐ~4ヶ月くらいまでが、特に体の不調とメンタルのアンバランスさを感じた時期だった

産後一ヶ月は体の節々が痛くてしんどかったから。四ヶ月から六ヶ月は離乳食に関する事でわかんないところをその場で解決しながら安心して進めたいと思ったから。

初めての出産だったこともあり、退院後何もかもどうしたらいいかわからず不安だった。睡眠不足も重なり精神的にも身体的にもともしんどかった。

身体的にまだ回復しておらず、しんどい時期であったが、夫は仕事でおらず、上の子のお世話もあり家で休めなかったから。

活動時間が増え、起きてる時間が長くなり、行動範囲が増え、手先が器用になり、後追いが激しくなり、ワンオペ母親は食事どころかトイレも行けず尿失禁するレベルだったため。トイレと一緒に行くのもしんどい時がある。泣き声は扁桃体に直接響くのでかわいそうな気持ちになって、頭では発達段階であると理解できてても、心でかわいそうだと思って置いていかなくなる。結果トイレを我慢していた。お昼寝をしないタイプで、ずっとくっついてる赤ちゃんだとメモ帳に文字も書けなかったので書類の準備もできなかった。そこに離乳食の準備と後片付けで1日中キッチンで暮らす生活だったため。

寝れないから

1~2か月:生後特に睡眠時間が取りづらい時期に休息を取りたい。 4~6か月:離乳食が始まる時期にアドバイスが欲しい。 10~12か月:3回食になり、子の動きも活発になるので、家事育児による身体的負担が一気に大きくなり、体を休める時間が欲しい。

頻回授乳期で睡眠不足のため。また、体が産後直後でつらいため。

赤ちゃんの黄昏泣きも出てくる時期のため

頻回な授乳や夜中があつて十分に眠れなくて疲労が溜まっていたため

成長に伴いこれくらいの時期に悩むことが多かった為

眠気との戦いでメンタルもボロボロだったから

母乳が安定してきた3ヶ月ごろに宿泊を利用したい

産後の体調が戻らない時期で一人目の時は特にきつかった。

自身の休息が取りづらいタイミングだと思うから

生後2週間だとわからないことが増えてきたり睡眠不足になっていたから 生後4ヶ月~は泣いている時間が多かったのでどうしたらいいかわからず困ってしまったので産後ケアの人と会話もしたかったし助けて欲しかった

生後一ヶ月までは2週間健診と一ヶ月健診があるため、それ以降の支援をしてほしいと思ったから。

大変な時期だと思うから

母乳育児にはスタートダッシュが必要だと知らなかったため、出産直後にサポートを得たかった

慣れない育児開始や離乳食開始など、初めてのことが重なる時期で疲れやすいため。

まだ身体が回復していなかったり、腱鞘炎になったりしたため

夫の育児も終わって、ワンオペが続き疲れが溜まってくるから

母乳ケアをしていたいたため、産後すぐから落ち着くまでの間に利用できるのがありがたいのですが、その後、どうしても疲れがたまってきてしまうため、もっと6ヶ月以降から1歳までの間も利用できるとう嬉しいです。

特に産後三ヶ月間が私自身凄くしんどかった。(体も心も)なので、マッサージや話を聞いてくれて一緒にお世話してくれる相手が欲しかったから。

頻回授乳が大変な時期だから

頻回授乳で眠れないから

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 18

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

生後すぐ～1ヶ月未満 母乳の分泌や授乳について機動に乗る前に退院するため、不安が多い時期だから。 生後4ヶ月～6ヶ月 首座りや腰座りが見られたり、離乳食が始まる頃なので相談できると良い。また、疲れが出てくる頃だから。

夜中の授乳があり、身体的・精神的疲労が蓄積しているため
ずっと授乳やお世話をしている、ほぼ睡眠がとれない日々が続くから。

だんだんと疲れが出てくる頃なので。

自分の住んでいる市区町村では、生後4ヶ月まで対象。産褥期は明けても疲労回復はあまりしていないため。

1番体の変化を感じたから

初産婦の場合は初めての育児で分からないことが多く、不安が一番強い時期であるため。意味もわからず泣いていることが多い月齢で、支援者がいないと精神的にきつと感じた時期であったため。3時間おきの授乳や慣れない育児で寝不足、育児に対する不安など産後ケアを利用することで解消されると思います。

夜寝れないため

最初の方は授乳の悩みだったたり自身の休息目的で。だんだん動けるようになってくると目が離せなくなるため、自身の休息の目的で利用したいと思った。

赤ちゃんのお世話に慣れてなくて、ママが眠れない時期だから

帝王切開の傷が痛くまともに動けないのに頻回授乳などで起きなければいけないので休めない。産後3ヶ月で職場復帰をしなければいけなかったのでもっと体力を戻したかった

産後自宅に戻り、2週間健診まで分からないこと、赤ちゃんの状態で不安になることが多く、アドバイスを受けたいと思った為。また、1ヶ月健診後は専門の方に診てもらえる機会が減り、不安を感じる時が度々あると予想されるため。

初期は母乳指導をしっかり受けたい(産院では助産師さんが忙しくあまり質問できない雰囲気だった)

生後2週間未満→ママの回復優先 1ヶ月～2ヶ月→パパの育休明けで疲れがたまりやすそう 時期不明→夜泣きなどで親の休息が取れないもしくは自分の両親以外に頼りたくなった時

疲れが出てくる時期、里帰りから帰る時期、離乳食が始まる時期だから

産後すぐは育児技術獲得と休息のため。半年以降は離乳食の相談ができた方がいいなと思ったので。

ワンオペ育児に少し慣れてきたところで、緊張の糸が切れ疲れを感じやすくなったから。

産後で疲れて退院して寝れる時間もなくて、ずっと子供と向き合っていて子供は可愛いのにしんどくて、疲れが取れなかった

退院後、体が回復したり自宅での生活に慣れるために時間がかかるから

自身の身体の回復ができていない。睡眠不足のため。

昼夜逆転で、ぐずぐずする時間が増えてくるので、産後の疲労がとれないまま育児をすることがとても大変だったから。お互いの両親も遠方で、里帰りもしなかったので夫と2人で子育てしていましたが、細切れ睡眠かつ子どもがほとんど寝なかったのでも生後1ヶ月半までは精神的にも体力的にもかなりしんどい時期だったので、産後ケアがあってとても助かりました。

里帰り出産あと、ほぼワンオペで2歳と0歳を見なければならなくて、めまいなど体調不良が多かった時期だったので。

産後まだ体調が整っていなかったことと睡眠不足だったため。

退院後そのまますぐ利用したかった、産後3ヶ月が大変だった、腰痛が悪化した

黄昏泣きがひどく、毎日3時間ぐらい続けて泣いているのをひとりで対応していて精神的にすごくつらかったから

産後もし頼れる人がいなかったら、自分と子どもだけでは生活していけないと思った為

育児のペースが掴めてきてかつ疲れが出てくる時期なので

生後半年までが辛かったから。

なかなか赤ちゃんがまとまって寝ない時の睡眠不足を補うため

授乳の仕方などを早く身につけておきたかったから

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 19

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

休息しないと体力が持たない。赤ちゃんにイライラしてしまうから。
 初産かつ母子同室が退院日含め2日しかできなかったため、帰宅後のお世話に不安があった。産後の尿失禁と出血、痔が酷かった為。
 疲労が溜まってきている時期だった。
 夜泣きがひどくなる時期で、サポートが必要になるから。
 夫が1ヶ月の育休を終えて、1人で子どもを2人みるのがつらくて、ストレスで蕁麻疹が出た。ちょっと無理すると悪露が悪化して、心身ともにしんどかった。
 自分自身がしんどいと感じたから
 1ヶ月未満→慣れない育児で疲弊かつ寝不足なので、休息する時間、不安を表出する必要がある。2-4→育児に少しずつ慣れ始めるが、赤ちゃんに個性が出始めるため、他の子と違うと不安が出てくるから。6-8→夜泣きが始まるから
 産後すぐの為気になることが多いから
 里帰りから帰ってくるタイミングだったから
 産後直後に赤ちゃんがGCUに入院したので、赤ちゃんのお世話に関する指導をきちんと受けられなかったため、1日だけ退院してから病院に産後ケアという形で直帰しました。あと、疲れが溜まって寝られてない時期に夜間子供を預かってもらいながら自分は寝る、っていうのが本当に助かったからです。
 0~2ヶ月までは、産婦人科の助産師が相談に乗ってくれたが、その後は「小児科に相談して」と言われて、まずどの小児科に行ったら良いのか分からなかった。産後ケアは寝返り前の4ヶ月未満までと決められており、予約が取れない。子の体力がついて6ヶ月頃に夜泣きが始まり、誰に頼ったら良いのか分からず離乳食についても手探りで誰か助けて!!!と一番しんどかったのが6ヶ月頃であつたため。
 最も体が辛かった、産後ケアに希望するサービスが明確だった(お世話を教えてほしい、預かってもらって寝たいなど。自身が利用したときは既にある程度体が回復しお世話もなんとなくできるようになっていた)
 乳腺炎になってしまったため
 メンタル的・体力的に大変な時期なので、利用したいと思いました。
 産後まもなくで体がボロボロでかつ気持ちも落ち着かなかつたため
 頻回授乳や夜間も細切れ睡眠で一番心身ともに疲れる時期であるから
 1番ならないから
 寝不足などの身体的疲労の溜まりやすく、離乳食の準備片付けに追われる、ハイハイが始まり目が離せなくなるなどで辛い時期だから
 睡眠を取りたい
 赤ちゃんの寝る時間が少し安定するため迷惑にならないかもと思うから
 帝王切開の傷が痛むから
 生後すぐは忙しく予約したりするのも大変なので、少し落ち着いて疲れがでた頃に利用したい。
 旦那の育休が4週で終わり、日中の1人で育児に不安があったから。また1ヶ月以内は生活に慣れることで精一杯ででかけることは考えられなかったから。
 生後1ヶ月までは自身の体の回復期間にしたい。上の子も下の子も生後5-6ヶ月がずっと不機嫌で子ども母もいっぱいだったので誰かの手助けがほしかったから。
 初めての子育てで分からないことが多いのに聞いたり相談したりできる人がいなかった。体調不良でも預けられる人がいなくて辛かった。
 実家のサポートがなく、疲れが溜まってつらい
 新生児期は自身の身体のケアと子どもの育児について相談したいため。生後2~4ヶ月は子どもの発育、発達に関する相談、自身のケアをしたいため。生後6~8ヶ月は離乳食や子どもの発育、発達に関する相談をしたいため。
 1ヶ月健診の後のサポートが産院でないため

産後の方への調査⑩：産後ケアの利用可能性 20

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

退院して自宅でお世話するライフスタイルが少し慣れてきた段階に一気に疲労がくる時期だったから。

身体よりも子が優先的になり、寝不足がひどかった

1ヶ月以内は体が、3ヶ月頃は気持ちがしんどく、利用したかった

産前からの睡眠不足、産後も夜泣き対応と昼間は家事育児で全く休めなかった。全身の回復が遅くなって夫婦仲も悪くなり…産後鬱になった

保健師訪問など市からのサポートがなくなって心細くなる時期だから 自分のアドレナリンが切れて気持ちがしんどくなる時期だから

育児の悩みや身体の疲れが溜まってきたりする時期だから

授乳の回数が多いし、夜間も対応に追われて休めない。また、赤ちゃんの生活リズムができていなくてまだ夜に寝てくれないから、寝たくても寝られない。

退院後から家族で子どもの世話をしていたけど、みんな自分が経験したときの知識しかなく、私の悩みの解決にはならなかった。そんな時、もっと気軽に相談できる事業も繋がっていたと思った

産後で体が辛い中、頻回授乳で寝不足になり心理的負担が大きいため

寝不足が続く、自分のことにまで手が回らない、身体的精神的に辛い時期

とても疲れていたから

出産の疲れがまだ残っているから、赤ちゃんを安全に安心出来るところや人に預けて寝たい

産後1ヶ月は里帰りしていたことや産後ハイの状態でも多少寝不足でも元気だったが、その疲れが体に現れる2~3ヶ月が一番きつかったため

自分の体調が悪かった パートナーが頼りにならない 親の支援がない

産後で体がむくみ歩くこともままならず、赤ちゃんのお世話が難しかったため。

乳房のトラブルがよく起きていたから。

生後2週間~2カ月未満は自分のからだも回復してない中で分からないことも多い新生児へのお世話も始まるから。そして、どの時期でも睡眠不足や疲労感を感じるため産後ケアは必要。

自分の身体を治すことに専念したいから

産んですぐは身体中が筋肉痛や疲労で赤ちゃんのお世話の気力が湧かない。しっかり食べて休んで体が動けるようになってから育児に専念する方が産後うつになりづらいと思うから。

ママ自身の身体がボロボロのため

まず産後直後は回復に当てたい。その上で子どもの活動期間が増える4カ月以降八カ月未満の親の寝不足や疲労の回復、離乳食や発達の相談で利用したい

とにかく身体がしんどいから 少し動けるようになったら、しっかり休息したい

育児に慣れてきた頃に、連続して眠りたい、心の方余裕を取り戻したい

夫がいないため、母の手を借りながらほぼワンオペで面倒をみている。産後2週間健診があったが、母乳が上手くあげられず飲んでくれず大変だった。1ヶ月を過ぎたあたりで、目眩で起き上がれない日が数日あった。3ヶ月を過ぎて、体重が重くなる一方、日中の過ごし方ややるべきお世話の方法など分からないことだらけだった。地域の保健師にちょっと間違った情報や古い情報を教えられて実行してしまい、産後ケアを使った病院の助産師さんに最新の情報でのお世話の方法を教わった。利用できる日数が5日ではなくもっとあれば、本当はもっと利用したい。

産後すぐに授乳方法や乳房ケアで見てもらった方が母乳の出に影響。離乳食開始時期、卒乳。

2週間から1ヶ月は、身体も回復しきっておらず休息が必要。1ヶ月健診のあとは、フォローしてくれる場所がなくなり不安が強くなるため。3ヶ月頃まで母乳育児が軌道に乗るのにかかるのでフォローしてもらえると安心。

育て方のサポート 授乳のサポート

産後入院から延長してケアを受けて分からないことを解決することができた 1才になる前までの利用と知ってどんなものか上の子の時に利用したため

赤ちゃんがよく泣く時期のため、精神的に辛かったから。

心身が回復しきれておらず、人の助けを必要とする場面が多いからです。

生後2週間~1カ月未満は、授乳や赤ちゃんの体のことで不安が出やすい時期で、生後1カ月~2カ月未満は夫の育休が終わって疲れてくる頃だから

産後の方への調査⑩:産後ケアの利用可能性 21

Q40S1FA {Q39}の時期を選んだ理由を教えてください。

不安や心配だらけの時期だったから。離乳食に変わる時期や縦抱っこになったり、入院時に聞いてたことと変わるから。

・寝不足により精神的にきつかったため。・まだ育児に慣れておらず、育児中のパートナーと衝突することがよくあり、それが負担で物理的に距離を置きたかったため。

環境や身体の変化が大きいのに加えて、まだ体調が回復していない中で育児をしなければいけない状態であるから

泣いている時間が多く、休む時間もない

頻回授乳で睡眠不足になっていたため。また、メンタルリブがあり疲労が蓄積していたため。

生後2週間未満は産院で教わったとはいえまだ赤ちゃんの世話が苦手だったので、早めに訪問ケアで指導を受けたのが良かった。また、まだ体が痛むのに産後ハイなのか無理して世話や家事をしてしまったので「無理するな」と言ってくれたり、同居の家族に「妻に無理させるな」と言ってくれたのが良かった。また、1ヶ月ほどすると疲労が溜まりメンタルがおかしくなってくるので、宿泊型で夜間赤ちゃんを預かってもらい休息し、体調を整え家でまた頑張ることができた。次回もこの感じで産後ケアを受けたいと思っている。

産後のアドレナリンが切れて疲れが溜まりに溜まって寝不足でイライラを感じやすいと感じた為。また、夫は仕事で帰りが遅く日中も夜もワンオペが基本の我が家では、離乳食を開始して軌道に乗るまでは上の子達の食事のサポートや排泄ケアなどと並行する必要がある、やりこなせるか不安を感じている為、気兼ねしないサポートがあったら助かるのかなあと感じている。

産後の方への調査⑪：産後ケアへの意見・要望 1

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

市町村の産後ケアは産婦全員使えるくらい、ベットの確保と周知をお願いしたい
 難しいかも知れませんが、回数や金額とか気にせず、誰でも行きやすくなると良い
 産後ケアホテルなどの助成券や、県内にも産後ホテルが欲しいと思った。
 もっと気軽に受けられるようになりたい、産院から案内があったり退院するときに、予約できる制度があるとよい
 ショートステイは受け入れてくれる月齢が短い（2ヶ月まで）ところが多く、使用する前に対象外になってしまったので、半年くらいまで使えれば良いなと思います。
 利用できたらしたいけど、そんなわけにはいかない
 生後2ヶ月まで受け入れてくれない施設が多い。もう少し期間を伸ばしてくれるとありがたい。利用できるだけ充分だとは思いますが
 予約を取りやすくして欲しい。出産直後にしか予約が取れないなら、その説明をして欲しかった。
 パートナーや親族を頼れないお母さん達にとってはとても大切な事業だと思いますので、これからも充実させていただけたらと思います。
 自治体の補助券を使っても高い費用がかかる
 なかなか予約が取りづらい、行く場所によって内容が違う。
 自分の住んでいる自治体では産後2ヶ月までしか利用できない所が多く、もっと先になれば別の不安が出たり疲れが出たりするだろうから生後半年くらいまでは利用できればいいのと思います。
 値段が高い
 利用しやすくしてほしい
 産後だけでなく、産前に準備した方がいいことや部屋の準備なども教えてくれる（訪問でも講座形式でも）ものがあればいい。
 これは本当によい仕組み。大切にしてほしい。
 全然予約が取れません。今回行けた所もキャンセル待ちをしていました。
 男性助産師がとSNSで話題になっていますが、妊産婦、赤ちゃんの対応は女性のみにしてほしいです 男性スタッフがやるならベテランの女性助産師さんや保育士さんを交えての父親学級をしてほしい
 です
 もっと広がってほしい
 中華圏では出産後1ヶ月は産褥ナニーさんが家に宿泊するか、自身が産褥施設に宿泊するなどして、ナニーさんが新生児と母親の面倒をみてくれることが一般的です。食事も専用の産褥食（薬膳料理）を用意していただき家事もお任せできます。母親は授乳以外何もしない（させない）という考えが根付いています。私はシンガポールで出産して1ヶ月間産褥施設に入所しましたが、十分に休めたおかげで体力の回復が早かったように思います。日本では産後しばらく経ってからのスポット利用が多いようですが、産後直後こそ母体を休めるべきなので、中華圏のような産後ケアの利用方法がもっと広がってほしいです。
 最も大変な時に妊産婦本人が申し込み等の予約・調整は難しいので、最もパートナーやサポートする関係者側の担当役割として周知・浸透してほしい。妊産婦は提案を受けて、意見を言って、当日行くだけくらいの完全受身で居られると良い。
 利用出来る期間が短いことも多くなかなか利用に至るまでのハードルが高いように感じる
 民間やホテルが運営しているものも 金額が高くサービス内容は手厚いと思うが 中々申し込みできない方も多いと思うので 他のアジア圏のようにもっとニーズが広まり もう少しリーズナブルになると良いと思う 自自治体では補助がでるので産院と提携しており 私自身も利用する予定です
 出産前に予約が必要なものもあり、出産後の生活が分からないことだらけの中で先に動かなくてはいけないのは難しく感じました。
 過去死亡事件も起きていることから、国をはじめとする行政が、設置基準を定めるべきだと思います。
 一番利用したいときが一番利用しづらい(車でケア施設に行かなければいけないが、産後1ヶ月は運転が不安)
 もう少し安く、値段を一気にせず利用できると助かります
 居住自治体では産後4か月未満が対象となっているところ、もう少し長いと利用しやすいと思います。理由は、産後の里帰りや夫の育休中は人手が足りているためそうではない期間（人により異なる）をカバーしてほしいこと、里帰っていると手続きできず気づくと期間が終了していたためです。上の子どもと一緒に利用できるとなお助かります。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 2

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

産後ケアに行ったら助産師による指導や相談などができず、ワークショップという名のマルチ勧誘を受けた。最悪であった。市や産婦人科で産後ケア施設についてもっと案内をしてもらおうなど、広めてほしい。必要だと思った時に自分で調べるのは大変利用前の役所への申請をもっと簡単にできるようになってほしい。

地域によって、産後ケア事業のレベルに差がありすぎます。過去に住んでいた財政能力の低い地域では、1回だけ助産師訪問こそありましたが、その他の産後ケア事業は枠が少ないので実際は利用できない場合がほとんどと言われて諦めました。別の財政能力が高い地域では、対応日数も長く、市が独自のケア事業まで行っていました。財政が強い地域のプラスアルファはそのまま結構ですが、財政能力が低い地域でも何かしらのケアが受けられるように最低ラインのレベルを作ってほしいです。

上の子も見てもらえると利用のハードルが下がる。

自治体によって利用しにくい制度であったりするので、だれでも簡単に気軽に、様々な形で利用できるようにしてほしい。

自治体によって金額がバラバラで自分のところは正直、高かったです。もう少し安ければ申請したかったし、家族も納得してくれたと思います

田舎はまだ規模も小さく使いたくても使えない

夫と同じバランスで育児をしているため、一緒に入所したい

近所の助産師の連絡先だけ渡されても、その人がどういったサービスを提供しているのかなど電話して確認しなければならないというのがあり使いにくい滞在型、宿泊型についてはとくに不都合は無さそうです

区によると思うのですが補助の回数が少なかったのもう少し多ければ使用しやすい。自費だと結構な金額のため都内の場合出産で結構な金額足が出てまた数万円単位となると使いたくてもつかえないといえことがある。

病院での産後ケアが4ヶ月未満までであり、病院自体も混んで利用できずに終わってしまった

市の助成で利用できる期間が長くなると嬉しい人気の施設は予約が取りにくく、最も辛い時期に利用ができなかった。

産後ケアは料金が高すぎる。

宿泊型で産後ゆっくりしたかったのですが1泊で数万円したので諦めました。また、1番長く滞在できる産後ケアを行っていた病院の助産師に子どもの向き癖、骨盤矯正の教室（1回10,000円弱、その方の知り合いがやっている。）に行った方が良いと何度も言われ不信感しかなくその病院の産後ケアに行けなくなりました。（毎回担当が勧めてくる同じ助産師。）その後、他の産後ケアは予約が取りにくく滞在時間が短いので利用できておりません。地元では産院が少なく、高齢出産、多胎の為NICUが完備された隣の市で出産しました。産後ケアは市を跨いで好きな所で受けられるようにして欲しいです。

出産より5ヶ月以内での利用しかできなく、もっと長く利用したいです。

母子の産後ケアのみではなく、父子の産後ケア(育児指導、父母の休息など)もあるといいと思います。特に産後すぐは母体のダメージが大きく自宅から産後ケア施設に行くのが大変、慣れた自宅で休息を取りたいと思って産後ケアは母子利用のため母親が行かなくてはいけない。また、母親も手探りの育児の中、育児方法を父親に伝授しないといけないのは心身ともに負担になると感じた。主人も育児方法を学びたいと思って実技を直接指導される機会がないと言っていた。

産院の宿泊型の予約が取れないので枠を増やして欲しい

もっと気軽に、条件なく希望のサービスが利用できるようにして欲しい。全ての条件が揃っていないと利用できないとか、複雑すぎます。

ママと赤ちゃんメインだけど家族との旅行にも使えるようなところがあるとありがたい。

とにかくお金を気にせず休める制度がほしい

自治体は産後半年まで産後ケアが受けられるよう設定しているが、実際は病院独自のルールで産後2ヶ月までしか受けられなかった。

市内の施設が、周囲の市町村の妊産婦も受け入れをしていて混雑状態。そして、宿泊対応しているところは少ないので、実母他界&難病持ちの私には頼るところが限られるので どうにかしてほしい。

自治体によって回数が違うのが不公平かと

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 3

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

1月に出産予定です。サポートしてくれる人はいますが、限定的なので特に産後直後に不安を感じております。(里帰りなし、主人夜勤1年間確定)助産師さんのアドバイスで、産院でそのまま産後ケアを案内され予定しておりましたが、後に、申し込みは出産後であること、確実では無いことを最近伝えられました。(居住自治体のクーポン対象になったのでそちらを利用予定)産院にクーポン使用ではなく本来の金額を支払うなら、病院との契約になるので、産後確実に産後ケアを利用できると言われ、仕組みとして仕方ないのは理解できるものの、産後体調も、万全では無い中不確定な状態であることに強く不安を感じます。なるべく産前に準備をして、臨みたいのにこんなにも使いにくい制度でケアと言えるのか、、、。

産後すぐに赤ちゃんの着替えやオムツ、ミルクなど全て準備するのは大変なので、宿泊型、デイケア型は赤ちゃんの用意を施設で準備してくれるサービスがあるなら有料でも利用すると思うリフレッシュで出かけたりしたい。

こういうサービスがありますよ、と説明されたけどイメージがあまりわからなかった。体験した事ないので仕方ないかな。

他の自治体に住んでいる友人は同じような条件でも利用ができていたので、住んでいる自治体は利用をさせない方に持っていきようなやる気のなさを感じた。2人目の母子手帳発行の時には、夫がいるからって利用できないわけではないと思いますよと言われたので、産後保健師訪問の時に利用要件について確認すると、上の子もいるから利用しませんよね、と利用しない前提で話をされた。ショートステイは満足度が高かったが、予約がすぐにいっぱいになってしまい、2回目を利用しようとしたら「生後3カ月まで」で期限が切れてしまった。申込可能期間を延ばすなど、希望者がケアを受けられるよう体制を整えてほしい。

自治体などからの援助があるとより使いやすいと思う。私は産院が運営する産後ケア施設だったので退院してそのままうつることができてとても良かった。他の産院でも実施してくれると良いと思う。

簡単に頼っていいとあるが後ろめたさがある

地域によって料金が違うとは思いますが、もう少し安く利用ができるようになると良い。

2ヶ月以上先の予約しかとれなかったのも、もっと予約枠を増やしてほしい

手続きしたものの、タイミングが合わず使えなかった。即日は無理だとしても、1週間以内に利用できるとありがたい。

多胎児の場合は日数を倍に増やす等何かしら手厚くしてほしい

産後ケアの事が、母子手帳や市町村からの案内が来ると利用しやすいさがある。

地域によっては公費負担での利用回数が少ないと思う

産後ケアホテルなどをもう少し利用しやすい価格帯で設定してほしい。

自治体によって利用できる施設の幅に違いがあり、また、どこも予約が困難なため、なかなか利用ができなかった。また、第一子のため、どれくらいであれば、どこまで移動できるのかの見通しが立たず、一番しんどい時期にはなかなか利用ができなかった。少し子供の睡眠がまとまり出してやっと予約ができ、施設まで行くことができた

上の子がいると休めないで、せめて6ヶ月くらいまでは休息場所として利用させて欲しいかなとは思いました。

だれでも気軽に受けられるようになりたい

費用が高いのと予約が取れないと聞いたので、もし利用したくなくても、費用面の不安や利用したい時に利用できない可能性があると思うと、現在は産後ケアを頼らない方向で考えている。

産後ケアはとても大切なことだと思うが、里帰り先で利用できたり、費用の面でももう少し安くしてもらえないと利用ができない。働いていないのに、そんなところでお金を使えない。自分が頑張ればって思ってしまう。金銭面で利用できる人できない人の格差がでる。

すぐに利用したくても空きがないと意味がないので、産後ケア施設の数が増えてすぐに予約が取れるといいなと思います。

産後ケアに行きたいが体がまだまともに回復してなくてそもそも行こうと思えなかった 行けると思った頃には産後4ヶ月で、ケアの助成があるのが4か月までだったので急いで予約しようとしたら2日分しか空いてなかった 助成される分をもっと使いたかったのに施設も限られていて、いつから予約しなきゃ取れないいけないのかも知らない状態だったので、産後一年くらいは産後ケアの助成対象にしてほしい

利用方法など、妊娠中に詳しく説明してくれると嬉しい。

実際に使えるか使えないかは置いておいて、「本当にしんどい人のためのもの」という周知の仕方がとても嫌です。身近に頼れる人がいるかと言われればいましたが、両親含めまだ現役で仕事をしていたため気軽には頼れませんでした。突き放されたら嫌だなと思い、利用するアクションすら起こせませんでした。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 4

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

もう少し出産前にされると良かったため。
 もう少しわかりやすく、気軽に利用できる印象をつけてほしい
 もっとたくさんのケア施設があると良いなと思う。近くにあっても予約いっぱいではなかなか使えない。
 今は自治体によりお金がかかったりすると思いますが、完全に無料で利用できるとう嬉しいなと思いました。でも第一子の時は産後ケア事業があつてとても助かりました！
 家の近くにも欲しい！
 私が通った産後ケアのショートステイは1歳の誕生日まで預かってくれるが、パンフレットを見る限り首が座るまで（生後3～4ヶ月ごろ）が多い。1歳まで預かってくれるところだとありがたい。また、双子だと預りを断られる場合もある。施設側も大変だとは思いますが、多胎ママも疲労困憊なので頼りたい。
 だいたいこの時期になると泊まりの産後ケアが使えない
 具体的な内容を示して欲しい。有償無償でサービスは何が受けれるか、サービス内容についてケアに入る前に詳しい打ち合わせがあったほうがいい。
 料金が安い。自治体や主催団体によって料金が異なる
 手続きの方法などもっと簡単にして欲しい 利用するまで期間がかかりすぎ 精神的に落ち込んだりは急にくるから
 産院にもよるだろうが、少し人手不足を感じた。
 手続きするのを簡易的にしてほしい ケアをいつ使いたくなるかわからないので、ケアを使いたくなったら、すぐ使えるようにしてほしい
 私はそんなことなかったが、希望する時期に予約が取れないという話を頻りに聞くので、支援が増えればいいなと思う。
 もっと気軽に利用していいんだよという周知があれば利用しやすいと思う。
 事前に市町村に連絡が必要など手続きが事前に必要で結局利用していかない。使いたい時に、気軽に利用出来る段取りであってほしい。
 生後4ヶ月までしか対象でない施設が多すぎる。個人的にはその月齢以降が大変だった。また、予約で埋まって利用できない時がちらほら。
 産後ケアの市の助成を受けられる場所(とくに宿泊)が少ないこと、予約が取りにくいこと、保健所とのやり取りがアナログすぎるのが気になった
 市町村単位ではなく、国の事業としてお願いしたいです、 里帰り先でも使用したいです。
 私が産後ケアで利用していた病院に限られてしまいますが 産後ケアで受けてもらえる月齢が3ヶ月までだった。もう少し長い期間見てもらえると嬉しい。予約が取りにくかった。休みたい、と思った時に予約を取っても取れるのが2週間後とかだったから、気持ちのピークと合致しなかった 受付時間が決まっていたため産後ケアに行く日は朝が早かった 預かってくれる人数が多く助かるが、その反面産後ケア中の子供の様子がわからず不安があった
 収入が減っている中で一泊1万数千円かかったり、産後2ヶ月までの利用など期間が限られており、あつてないようなものだなと感じた。もう少し対象の産後期間が伸びると嬉しい。しかし、里帰りできずに産後いきなりワンオペのお母さんはさらに辛いはずなのでその層を逆には今の制度が適当だとも感じる。なので文句も要望も言えないなと思っている。
 必要になった時にすぐ活用しやすいようにしてほしい。申し込んだ翌日に使えたらありがたい
 よくSNSで見るような民間の施設はサービスは充実しているのだろうが高く、都市部に集中しており地方からだと気軽に利用できない。自治体でもやっているが手続き等がめんどくさく、また希望する施設に入れるかもわからない。すぐ利用したくても1ヶ月後など待つ期間もあつたり、仕組みも複雑で難しかった。助産院などでやっているところもあつたりしたが予約枠が少なくてなかなか利用することができなかった。気軽に利用できるような仕組みや施設等が増えると良いな…と感じた。
 双子は思ったより大変な育児なので 無料で使える(補助)をもっと増やして欲しい
 私は産後助産師さんから教えていただいて初めて産後ケアという取組を知りました。心身ともに疲労困憊だった新生児期にサービスを受けたかったのですが、予約がどこも取れず、1ヶ月後ようやく予約が取れました。母子手帳交付の際やベビー用品を取り扱う店舗で地域産後ケアについてのお知らせ等があれば良いと思います。産後ケアを受けるだけでも悲しい事件を防げるかもしれせん。
 安心して利用できる受け皿が増えるとうよい
 価格帯が上がるのは質の良いサービス提供のために理解できるが、産後必要になったタイミングで気軽に使う事が難しそうなのは改善していただきたいなと感じた。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 5

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

同じような月齢の子が集まれる場 気軽に助産師さんや保育士さんに会える場があると良い
 各助産院で何を行なっているかわかりやすく確認できるHPなどがあると嬉しい。 価格ももう少しリーズナブルだと嬉しい。
 助産師さんによってアドバイスが全然違ったりして、余計に悩んでしまうことも多い。実際に利用した方の率直な意見が聞けて、自分に合った助産師さんを利用できるようになるといいと思う。
 産後辛いのにいろいろ手続きが大変
 居住自治体は自己負担金が高く、備品費の負担もあり金銭面の負担が大きい。 提携の病院の数も少ない
 私が住む地域においては、自治体と連携して産院が対応している産後ケアは日帰りで短時間のものしかなく、行ってただ疲れて帰ることになりそうでした。 一方で民間の産後ケアは何泊かできて赤ちゃんを預けて休む時間も作っていただけのようでしたが、料金が高額で利用できませんでした。 自治体が提供できる産後ケアも泊まったり赤ちゃんを少しの時間でも預けられたらいいと思っています。
 母親だけでなく父親も育休を取得して子育てに参加している場合の性別関係なく利用できる宿泊型産後ケア施設が増えると嬉しい。
 里帰り先でも安価で利用できる産後ケアにしてほしい
 自治体にある産後ケア全てに連絡したが全く予約が取れなかった。 出産前に予約しておかないと利用できないのが現実で産後に利用したいと思っても使えずあっても意味ないと思った。 直前でも予約できる枠を確保してほしい。 助産師さんのこだわりが強いと、子供を夜間に預かってくれないと聞き、睡眠確保のために利用したい人にとっては意味がないと思う。
 限界を感じた時子ども2人を預けて2人から離れられる時間がほしかった。
 実際利用できる施設はかなり少なく、予約の取り方も難しい。 利用するにはハードルが高いと感じる。 また、料金も高めなのでよっぽどでなければ使わないと思う。 もう少し身近な存在になってくれれば嬉しい。
 生後4カ月以上、かつショートステイ型の産後ケアが充実するとうれしいです
 値段が高すぎて全く“ケア”ではない
 手続きや仕組み等難しいとは思いますが、年度を跨いでも1年間は利用できるとうれいと感じました。
 産後ケアに対応している施設をもっと増やしてほしい。 尚且つ、助成されて3千円程度なら気軽に利用出来ると思う
 産後ケアがあっても実際には使いたいと思った時にすぐ予約をとって行くという事は出来ません。 人不足や少子化で仕方ないことは分かるのですが、かなり不便です。
 産後ケア宿泊型の場合、夫が仕事に行ってる間上の子の一時預かりして欲しい
 出産後に産後ケア事業の提案をして欲しい 場所や料金や施設の説明があるといいと思う
 予約が取りにくいのでとれるようにしてほしい
 家族の理解がなく利用できなかったと知人から聞いた。 本人ではなく家族へアプローチして必要性を周知したほうがよい。
 気軽には利用しにくい。ただ、LINEやメールなどで気軽に相談できるものがあると嬉しいです。
 3ヶ月ごろまでがピークそうには思いつつ、月齢関係なくサポートしてくれるような事業があると大変助かります。
 もっと誰にでもわかりやすいところにページ開けるようにしてほしい
 助産師さんによる授乳の指導や乳房ケアもとても重要だと思うが、それと同じくらい理学療法士によるママの身体のケアも必要だと思います。産後は子どものことばかりで、自分の不調は放ったらかしのお母さんが多いと思いますし、どこに相談していいかわからないという方も多いと思います。
 1回無料券とか欲しい！
 訪問型しかなかった。産後は動けないから来てくれて助かったが、生後2ヶ月以降ぐらいから、自分の休息のために宿泊型も利用したくなった。もっと選べる選択肢があるとよい。
 各施設によって内容は違いますが手ぶらですと楽かなと思いました。(オムツやお尻拭き着替え等荷物の量が多いので)
 使うまでの手続きが面倒だったり（個人的にはweb完結できず電話しないといけないのが面倒）使い方がサービスにより違うことが本当に面倒です。我が区では家事代行サービスとベビーシッター助成がありますが、それぞれ別々に申し込み、利用の仕方も別々。一括登録→Webで申し込み、というように助成するなら使いやすくしてほしい。あと、産後ケアホテル助成もそもそも予約取れない、

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 6

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

上の子は満額かかるとか…とにかく使いたい時に使えない！
 地方だと宿泊型の産後ケア施設がないので、もっと事業が拡大してほしい。
 月齢指定なく預けられるようになれば助かる
 出産して退院からそのまま行ける、できれば産後1ヶ月まで居られる産後ケアが欲しい。
 値段が高いと利用したくても利用出来ない人が多いと思います
 産後ケアサービスは本当にありがたく、その一方で予約が非常に取りづらく、もっと気軽に利用したいのにできない(物理的にも、心理的にも)です。必要な時に利用できる仕組みに改善してほしいです。
 近くの日帰りケアが9:00~14:00なので、18:00までなど、時間がのびるとうれしい。
 無料で利用できるようにしたい。気軽に利用したい。
 私は産後ケアがあって、心身ともにとっても救われました。利用するしないは本人が選択すれば良いと思うので、妊娠出産で悲しいことが起こらないよう選択ができるような環境整備をして欲しいです。
 産院の産後ケアを利用したが、夜間預かりがなかったためその点だけが残念だった。今生後3ヶ月の子どもを育てているが、夜中の授乳でずっと睡眠不足なため、一度朝まで寝るのが夢です。
 出生届を出すタイミングで全ての女性が利用できるような簡易手続きを希望します。
 体力の限界が急にきて親や夫に頼る場面が多々あった。何か月後の予約ではなく、3日後の予約がとれるようになるとすごく嬉しい。
 宿泊できるようにしてほしい
 とにかく予約が取れない、必要な時に受けられない、市が推進しているので期待したが受け皿があまりに少ない、しかも生後4ヶ月までなど制限があるにも関わらず。
 赤子の世話も大変ですが、上の子の世話、家事や買い物も負担が大きく、休みたくても休めない原因になっています。また、外出するための準備も細々と必要になり億劫です。さらに、特に退院後から産後1ヶ月の間は頻回に乳腺炎になりかけて、乳房ケアにも時間と労力を奪われました。家事サービス1名、保育サービス1名同時に自宅に来てくれ、母親はその間眠り、起きたら乳房ケアを受けられる、家事は食事作りや掃除機がけだけでなく自宅の片付けも頼める、そんなサービスが理想です。
 上にも書いたが、産後にメールやラインで繋がっててもらえたらと心からおもった。ただ話を聞いてくれる場があれば、まだ冷静に向き合えたが、缶詰めの場所では離婚や絶縁まで考えてしまい、産後のメンタルはボロボロだった。妊産婦の高齢化や、共働きの推奨をするのであれば、家族のサポートよりも地域や専門家のサポートが充実しないと、産後うつや熟年離婚が増えると思った。私は熟年離婚を目標にし始めているため、子供にも申し訳なさを持ちながら育児し始め、苦しくなっている。1人目が1歳、私のはたらき始めた頃に夫が3日間、音信不通になったことや、モラハラしてくるので、信頼が失せてしまった。産後のケアは家族単位でしてもらいたい。育児休業を両親に与えるのも大事だが、中身の質に対してもっと議論してもらいたい。うちは、夫の職場から育児休業は禁止といわれたため、時短で対応しているが、それも普通の就労時間より長いので、時短の意味もなく、疲労による夫からのストレスを当てられてしんどくなってきた時期である。
 申請や準備物等が簡単になれば良いなと思います
 もっと施設が増えて欲しいと思う。
 1ヶ月前とかに予約しないと予約がとれず、家族がいない日に利用したり疲れが溜まった時に利用したりなどの柔軟な使い方ができなかったため、もっと予約が取りやすくなってほしい。
 予約システムの簡略化
 産んだ産婦人科で退院を延長できたり、ケア施設をもう少し増やしてほしい。
 産後ケアホテル、産後ヘルパー、産後シッター等を気軽に使えるように制度やサービスを整えて欲しい
 回数も対象月齢も拡大してほしい
 わかりやすく、必要な時にスムーズに申し込めるような仕組みにほしい
 毎月産後ケアを受けられるようにしてほしい
 宿泊の産後ケアが妊娠前からでもいっぱい予約できなかった。残念。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 7

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

もう少し対象月齢の期間をのばしてほしい

短時間利用が基本の施設が多いけれど、しっかり休むには一日単位での宿泊が基本となってほしい。

申請方法を事前におきかたかった 妊娠したらとりあえず必ず登録にして、使いたいと思ったらすぐに申込が出来るようにしての方がスムーズに出来たのにと感じた 出産した施設で利用したかった。

多胎児を出産した人は無料で利用できるようにしてほしい。単胎の人より利用回数を増やしているが、1時間 ¥600掛かるため、結局自分で頑張ろう、我慢しようという考えになり利用しないで終わる。利用しなかったその分のお金は子どものミルクや服代等の必要経費に回したい。

予約の手続きが簡単だと嬉しいです！

どういものか分かりやすいように、妊娠中などに説明などあったら。

産後一年程度使えると嬉しい。産後ケア事業所が少なく行きたくても行けない。

寝返りが始まって受けられるようにしてほしい

産後ケアを使いたいのはワンオペの人が多くはすなのに、上の子の受け入れがだめなところが多く使えない

当該市の産後ケアは母子同室が原則で、双子の場合ひとりでは対応できないので利用をあきらめた。

助成ありで利用出来る期間を長くしてほしい

産後ケア施設に宿泊するために必要な準備が多く、また宿泊中も授乳指導が主で休息はほとんどできなかったため、せめて宿泊中は一定の睡眠時間が取れるようにしてほしいです。

施設によって、同じ内容のケアでもかなりの差があった。行ってみたいとわからない、という感じだったので、一気に比較できるサイトとかがあればいいなと思った。

気軽に使えるような料金体系にほしい。

父親と乳児のみの宿泊が可能な施設があるとありがたい 母親が完全ひとりで1日リフレッシュ、父親は育児のプロからの直接指導を受けられる

子供の預かり

半強制ぐらいでないと、なかなか利用する勇気がない

デイケア利用はデイケアで得られる程度の休息のために出向く労力のほうが大きいから、休息メインで預かってもらうより助産師、保育士などの専門家や利用者同士での交流メインだと嬉しい

手続きが簡単になってほしい 予約枠が増えてほしい

私の住む自治体は7回までの利用券が渡されたが、生後半年満たないうちに、もう使いきってしまう。せめて、月一回利用できるよう12回あると、頼れる実家も義実家もない私のような人にはかなり助かります。

もう少し利用できる回数が増えるとありがたい。また、一歳以降のフォロー体制も整えてほしい。

使いたいけど、行けない。一人目出産したときは、知らなかった。2人目のときは、上の子も連れて行くのは無理だった。

回数が増えたら嬉しい

宿泊型は使うハードルが高い。訪問とか短時間がたくさんあるといいなと思う。

人気がありすぎてなかなか予約が取れず、利用期間を過ぎてしまうことがある。

生後4ヶ月未満までしか対象じゃない施設が多いのももう少し期間を伸ばしてほしい

産後ケアホテルが全都道府県に一個ずつあればいいと思った

第一子の時はフルで利用できましたが、第二子以降だと上の子が居るので利用が難しくなりました。アウトリーチや年齢によっては上の子も一緒に利用したいです。利用できる施設が限られており、予約が取れなかったり自宅からは不便な所にあたりして利用したくてもできないことが心の負担にもなりました。育児に関して不安なことは多いですが、とにかく心身の休息だけでも十分にできれば、またがんばれる気がします。

産院では生後四ヶ月までと言われてたけど、1年は受け入れ可能だと気持ち的にありがたい。

産後の方への調査⑪：産後ケアへの意見・要望 8

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

手続きなどが大変なのでもっと気軽に出来たらいいなと思う。
 上の子のお世話があり何もサービスを受けられなかった。1番しんどい夜間に頼れなかった。
 利用したいと思った時、気づいたら市で使える期間が過ぎてた
 利用するのが難しい 問い合わせでも予約できない
 もっと施設を増やしてほしい 1回で済むものでもないから気軽に利用できる料金が助かる 利用できる期間が短い
 多胎児だとその分金額も高くなるので、利用することに少しためらいがあった。単胎児より金額が高くなるのは仕方ないと思うが、1.5倍くらいで済むとありがたい。
 産後ケア事業を利用するための理由が厳しく、気軽に利用できない
 総合病院で出産し、クリニックでの産後ケアを希望したが断られた。もっと、産後ケアを希望した場所で気軽に受けられるところがあるといいなと感じた。
 上の子も一緒に泊まれるようにしてほしい。せっかく事業があっても使えなければ意味がないし、いらぬ。
 専門家にアドバイスがほしいときもあるが ただ話しをして気持ちを他人（家族以外）に吐き出したかった。こんなことを言ったら責められるのではないかなど気にしてしまいしんどい時があった。気軽に話せる相手が欲しかった。
 初回の利用が心理的なハードルが高い気がします。
 住んでいる自治体では宿泊型の産後ケアはかなり少ないので、充実させてほしい
 ゆっくりお風呂に入ったりご飯を食べたりする時間がとても貴重だと思ったので、夜だけ、昼だけなど選んでショートステイできるところがあればいいと思いました
 出産施設の場合、分娩が立て込んでいると予約できないので何か改善してほしい
 利用できる施設が少なく、利用したい施設で出産してないとかダメや空きがない等で当初宿泊で7日間利用したかったが2日しかできなかった。もっと利用できる施設を増やしてほしい
 自身産後ケアフル活用し大変助かりました。その時の体験は自分が沢山の方に支えて頂いた温かい思い出として残り、今後出産育児される全ての方に利用を強く勧めたいです。可能ならm4以降も1歳頃までは継続的に産後ケアが受けられるようになって欲しいです。更に2人目の産後すぐはパパも精神、体力的にかなりキツそうだったので男性の利用についても検討頂きたいです。
 住んでいた市がそんなにないため活用できない。都心は充実していそう。
 里帰り先でも産後ケアを利用できるようにしてほしい、あと1歳ぐらいまで利用できるようにしてほしい。
 2人以上いる場合利用できる施設が少ないのもっと増えると有難いと思います あれば料金高くてもいいです
 上の子がいても参加しやすいとありがたい
 こういう事業があるのは助かるし、有り難い。
 何のために必要かわからない。
 1~2回分でもいいので無料券とかがあれば、行って見て、気に入れば継続利用に繋がると思う
 私の地域では行政を通じて産後ケアの申し込みであったが、利用が叶うまで時間がかかるため本当に助けてほしいときに間に合わないと思い、意味がないと感じてしまったので、スピーディーに産後ケアを受けれるようになってほしい。
 手続きをもう少し簡単にしてほしい、オンラインで解決したい。里帰り中だったので、使用出来る場所が近くになく、機会を逃した。自治体関係なく使えたら尚いい。
 特になし
 事前に登録していないと利用できないのでハードルが高い。実際に利用できる人はすごく少ないのでは。
 産後すぐには外に出られないので買い物サービスなどが無料でできたら嬉しい。
 上の子も預かってほしい
 上の子も一緒に泊まれる施設が増えてほしい

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 9

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

自治体の産後ケアは産院が多いが、やはり出産の対応がメインのため、産後ケアとして受け入れてくれる施設が少ない(出産した産院しか受け入れない、低い月齢の子しか対応できない)民間企業?の産後ケアホテルも検討したが、サービスが充実している分価格が高い。芸能人や有名人はたくさん利用しているイメージだが、一般人には中々利用しづらい価格帯
帝王切開で産後とてもしんどい中での育児は大変だったので、宿泊型の産後ケアを増やして欲しかった。
ご飯だけでも用意して貰えるなど、お財布に優しい格安で利用できる施設や、サービスが沢山できると良いなあと思った。
もっと身近な存在であってほしい
こどもを預ける際のイメージがわからないので、実際の施設や設備の画像や動画等の説明がほしい
産後ケア宿泊はとて良かったが予約が大変だった。受け入れ先がもっと増えると良い。
予約が取れない
自治体によって助成額や利用できる回数や期間に差がある。4回までしか利用できなかったり、4カ月までしか利用できなかったり。授乳トラブルは多いから回数制限なしにしてほしい。
期間が短い、預けても同じ施設内にいないとならないので気が休まるわけではない
利用できる日数を増やして欲しい。
アウトリーチで家事手伝いなどがお願いできるなど多様な形で広がってほしい。
最後6か月以降使用できる施設がぐっと減る。施設の選択肢がもっと増えると嬉しい
気軽に子どもを見てもらってランチとかができるような感じもいいんじゃないかと。外食すら大変になるため。
手続きから、完了までに時間がかかる。金額をおさえない。
身体の不調など理由がないと利用がしにくく、リラックス目当てでは利用してはいけない雰囲気があるので、改善してほしいです。
産後ケアを利用して思ったのが、家にいるのと変わらないと言う印象でした。病院や施設から出れないし子どもは預かってもらえるけどタイミングや様子によっては同室だし、全然自身の休養にはならず、どちらかといえば子どもを連れて家を空けることによってパートナーの休息にしかかかっていないのではと感じてしまいました。
周知とともに施設の枠の増加(予約が取りにくい)
もっと分かりやすく施設や料金などまとめてほしい
産後ケアホテルなど行きたいが上の子もいるので現実的に無理、家も狭く汚れているのでサービスで呼ぶのも億劫
宿泊可能な施設を増やしてほしい(月齢のみなおしも含めて)
ただ、赤ちゃんを預けて休みたい、寝たいだけの利用をしたい。産後2ヶ月以上や出産した産院以外でも利用枠を増やして欲しい。
もう少し予約を取りやすくしてほしい
今は自治体支援の病院施設での6泊までと、民間のものは1泊6万円程度のもの2種類かと思います。1ヶ月程度利用したいので、4万円程度になると嬉しいです。
里帰りでもサービスを受けたかった
非課税世帯も利用料が安くなれば嬉しい。
間口を広くして欲しい 送迎サービスを充実させて欲しい どんなことをしているかもっと簡単に知れるようにしてほしい
私の住んでる自治体では産後ケア事業の助成が生後六ヶ月未満までしか使えないので、出来れば一歳になるまで助成を延長してほしい。
もっと誰でも使いやすい、わかりやすい(予約の仕方など)仕組みにしてほしい 料金が安ければもっと使いやすいと思う
産婦人科側ももっとアピールすべきだしママ向けのサービス(マッサージ等のリラクゼーション系)を充実させてほしい。
その場所に行くまでが疲れてしまう
情報発信や手続き等がもっと身近なものになり、気軽に利用できるようにしてほしい
飼犬がいるため、犬も同伴できる産後ケアホテルが増えてくれると助かる。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 10

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

上の子がいたら利用できないのが残念。上の子を見てくれる人がいるなら、むしろ産後ケアに行けなくてもいい。上の子下の子2人を見るのが大変なので、産後ケアで下の子のケアを手伝ってもらって少しでも寝たかった。

ケアを受けられる時期がもう少し長いと良かった。

金銭的な問題がなければ1番良い

施設での具体的な1日の流れを公開して欲しい

もう少しわかりやすくしてほしい

産後ケア事業がもっと増えて、誰もが利用出来るようになったらいいなと思います。産婦人科ではなく企業が実施している産後ケア事業に関しては、もう少し安い金額で利用したいです。

もっとケアしてくれる施設が増えればいいと思う。病院も安心だが、ちょっとオシャレな施設(部屋)だと落ち着くし特別感が出ていい

上の子も一緒に過ごせるような施設がほしい。また、学校などもあるので考慮できるようなシステムを整備して欲しい。

市内の産後ケア施設が条件付きで市外に利用するので遠くて大変でした。

里帰り先の自治体でも補助を受けられるようにしてほしい 退院後母乳トラブルでマッサージを受けたが、住民票がない里帰り先で受けたため補助がなく費用がかなりかかってしまったため また、生後何ヶ月まで等期間が短いところが多いので、1年までは受けられるようにしてほしい アウトリーチ以外の予約をとるのがむずかしいので、とりやすくしてほしい

もっと身近に感じるようにすれば利用しやすいです。私の周りでは認知度が低いいため行くのは難しいです。特に自分の親世代の認知が必要かと思います。自分の時はなかったや義理の親の目などあるのです。

ケア事業を受けようとする(助成をしてもらうために)まず市役所に行かなければならないという点があり、それがまず億劫になってしまう。もう少し簡単に受けられればと思ってしまう。また助成無しで受けるとなるとそれなりのお金が必要になってくるためなかなか難しい…

身近にほしいし、昼間の一時預かりとかでもいいので、産院と繋がっててくれたりして、こういうのあるので～と入院中に面談があるとかあると助かるのにな～と思いました

母乳育児で、歯が生えてくると思い切り噛みつかれることも何度かありつらかった。そういった乳頭ケアつきのサービスを探したが、やはり値段が高く、地域からの補助金が出たとしても1万円～。そのお金でこどもにながでできるだろうと考えるとためらってしまった。その分、生活保護者と住民税非課税世帯は完全無料と言う文面がさらに心にささってしまった。変なことに腹が立ちやすくなっていたので、逆に絶対に使ってやるもんかという方向に行ってしまった。いま思うと、妊娠出産産後の生活は皆同じなのに、なぜ非課税はサービス利用し放題、私は数万円のために泣いてるのか、産後のホルモンバランスのおかしな時期にこんなことで悩ませてくれるなよと思う。

事業ケアを利用したい日は、家の人がない日だが、家の人がない日だと送迎のアテがなく、結局事業ケア先までいけないので、送迎サービスがあるとありがたいと感じた。

住んでいる地域によって手続きや申請方法、金額、利用理由等が違うため、少数派の意見ではあると思うがある程度統一してほしい。

もっと気軽に(1日からとか、手続きが簡単とか)利用できるよくなればいいのにとと思う。

とにかく簡単に利用しやすくしてほしい。周りの理解も無いので利用することが普通になってくれたらと思う。

田舎だとどうしても選択肢が少ないので、もっと充実させて欲しい。

もっと気軽に利用できるようになったらいいなと思います。

もっと回数を増やしてほしい

市町村の補助が出て、産後ケアサービスの元の料金が高く、出産の費用も払ったばかりであったため利用するハードルが高かった

登録や申し込みを楽にしてほしい。

利用施設や利用形態の希望を柔軟に変えられるとありがたい。例えば、元々宿泊型で希望を出していたものの、子どもがあまり手がかからず、夫のサポートもあるため、訪問型の方がニーズに合っていると感じているが、柔軟な変更ができないのが難点

費用や空きによっては利用しにくい

家事・育児全般家族のサポートがあっても専門家でなければ授乳等のアドバイスはもらえない。家族のサポートがあっても、必要と感じる産婦は受けられるようにして欲しい。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 11

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

利用期間が長いと有り難いと思います。

5日前に事前予約しないと利用できないので、急なトラブルに対応してもらえるようにしてもらいたい

上の子がいると、産後ケアホテルなどは利用しにくい。

里帰り出産した病院や自治体から産後ケアの情報がほしい。ネット予約で完結できるなど、手続きを簡単にしてほしい。生後4ヶ月までの利用制限がある施設が多く、それ以降の受け入れもできるようにならないとケアと言えない。

上の子(小学生含む)を預けることができたり、一緒に泊まれる施設が全くない。必要性を強く感じます。

自治体・病院からの情報提供などはまったくない。自己で情報収集するしかない。産前も体調不良などで精一杯のため、産後ケアと言葉だけが一人歩きしてる印象。また収入に余裕のある家庭しか宿泊やデイサービスなどを受けられる印象しかない。

申請から利用までに時間がかかること、自分が使ってもいいのかと心理的なハードルが高い。

上の子がいても使いやすい制度にして欲しい 使える期間が短いので、使いたいと思った時に使えるようなものにして欲しい

小さい助産院みたいなものより、もっと気楽なホテルの産後ケアが自治体の助成であれば使いたかった。

行政の支援で受けられる産後ケアの回数を増やして欲しい

母子同室のところが多いが、休息できないためわざわざタクシーで5000円ほど掛けて母子別室、預かって寝させてくれる施設まで行っていた。産後ケアは母子別室を原則としてほしい。

宿泊型は生後4ヶ月までが多く、もう少しあとまで利用できたらいいなと思った。

宿泊型・訪問型など、それぞれ利用手続きをしないといけないのが大変なので一度の手続きでどれも使えるようにしてほしい。

利用できる回数が少ない。直近は予約がいっぱいで、予約が取れるのが困っている時期よりも先になってしまう。

別料金で送迎有りへ。タクシーだとチャイルドシートがないため。車がない人には大変助かります。

市町村からの補助が出ているが宿泊になると金額が上がリ、頻繁には使いにくい。(日帰りを頻回の方が金額が抑えられるが移動の回数が増えるし、食事の事も考えなくてはいけない) 都会のようにオプションはなく、最低限

産後ケアを受けに行く際の持ち物の準備が大変そうなので受ける気になれなかった。ほぼ手ぶらで行けるプランもあったが、金額が高い割に時間が短かったのでやめた。

ショートステイで2泊3日のところはほとんどない。予約ですぐに埋まってしまって、受けることが難しいこと。

住んでいる地域によって受けられる事業が違うことがおかしい。

とにかく夜眠りたかったので、日中だけわたくし夜間含めて預かってもらえたらいいなとおもいました。

宿泊できる施設が少ない。また利用できる月齢が限られている。利用時間が短い。いつも混んでいて予約が3ヶ月先になったりするため、利用したいときに利用できない。

もっとご飯をお腹いっぱい食べたい

すぐに利用したいのに空きがある日でないが無理であること

宿泊型は上の子がまだ小さいと、使いたくても使えない実態があると思うので、上の子も同伴で宿泊できる施設が増えるといいなと思う。

利用金額が安いこと。自治体からの金銭的支援があるとうれしい。

気軽に使えるようにしたい。退院の翌日から4日ほど来てもらい、その後も産後ドゥーラや市の支援、助産院など色々駆使した。

上の子が居すぎたら利用するだけで物によっては異常な額が飛ぶ、使い勝手が悪い(ショートステイであっても上の子の送迎等がありお金に対して利用できる時間が少なくなる為)

産後ケアサービスの増加や、補助の拡大

自己負担がゼロではないので使うのに躊躇する。

6ヶ月以降はベビーベッドなどの施設の用意でお預かりできないところが多い

実施施設がどこも非常に込み合っていたため、対象施設や受入人数が増えるような施策をお願いしたい。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 12

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

出産後退院せずにそのまま産後ケアが受けれると嬉しい。
 手続きをもっと簡素化して欲しい。産院でそのまま手続きできるとか、「出産前にできるだけ手続きしておいてください」といった声かけがあると、出産後のバタバタしてる状況で考えなくて済む。
 産後ケアの宿泊タイプはもっと長期間にしてほしい
 近場に欲しかった。私は家から距離が遠く一番ケアが欲しかった出産直後～2ヶ月頃に自分で運転して行く自信がなかった。
 利用できる施設がまだまだ限られているように感じるので、もっと拡大してほしい。
 費用がやはり高額なことが多いので保険適用なり何か助成があれば利用しやすいです。また、移動も大変な時期のため、送迎サービスがあれば助かります。

民間の産後ケア施設があまりにも高すぎるし、自治体によって利用できる施設のグレードが違うのも不公平。保育施設に併設してる産後ケア施設があればいいのになと思う。
 医療的ケア児のため初回予約時に施設へ相談し、他のママとの時間をズラして予約枠もSOSとして予約外で対応させていただきました。少しママさんともお話ししましたが、やはり発達や障害、医療ケアがあるためあまり子どもについての話は乗れず。他のママさんたちが帰った後でゆっくり看護師さんや助産師さんと相談ができて本当に助かりました。とても良い施設でしたので、産後ケア7回全て同じ施設で利用させていただき、終わってからも予防接種や受診でもお世話になっています。2人目妊娠中なので、産後はまた同じ施設で、今度は通常枠でママさんたちとの交流を楽しみたいと思います。
 私は運良く居住自治体の産後ケアクーポンを使い切ることが出来ましたが、自分を含め切羽詰まった状態で申し込む場合が多く、抽選に落ちると結構凹みます。いつでもいいから予約を取りたいという場合はいいのですが、家族の都合など日程を合わせて使いたい場合はなかなか叶いづらい受け入れ数かなと思います。それでも産院を退院した後に助産師さん達が常時いる施設に宿泊しながら困りごとを相談出来、栄養バランスの整った食事をいただけただけのはとても有り難かったです。
 事前準備、申請なく利用できる施設が欲しい 数時間昼寝ができるだけでも十分なので預けたら引き取りに来るまでは自室に来ないで欲しい。休息目的で来てるから子ども戻されると休息できない。スタッフが足りないから手のかかる子は大変だと戻されると思うから職員配置の基準を国が上げるべき。
 病院での産後ケアを利用した際、母子同室の大部屋しかなく夜中のお世話や泣き声であまり眠れなかった。致し方ないことだと思うが、産後ケアの患者で部屋を固まるなど可能な限り対策してほしい
 2歳の上の子の時に市の産後ケアはどことも混んでいて予約が取れず、必要時に申し込みできませんでした。また市の保健師さんから産後の訪問時に案内はされましたが、申し込みまでのハードルが高く感じました。友人に『夫の出張に合わせて使っているよ、申し込んでいいんだよ！』と背中を押してもらいやっと申し込みました。どんな時に使うのか等、知りたかったなと思います。
 最初に産後ケアに申し込もうと思ったが、あまり情報がなく、躊躇していた。実際に利用して、もっと早く利用すれば良かったと後悔したので、もっと情報を出してほしい。どんな様子なのかかわれば、気軽に申し込みやすい。
 保健所への連絡をしなくても利用できるようにしてほしい。知られたくない
 誰でも利用出来るようになったが、ケアを受け入れる施設が少なく利用したいときに受けられない。SNSで行ったことを発信することを目的のような投稿もあり、本来困難を抱えた人に届かないなら意味がないと思う。利用して、本当に救われた経験者としては今後も続いて欲しいと思っている。
 自分の自治体は4か月までしか利用できなかったが、正直3ヶ月くらいまではドタバタで情報収集の余裕もなかったため時期をもっと選べたら嬉しい。
 とてもありがたい事業だったので、もっと他の方も利用しやすくなるように今よりもう少し予約が取れやすくなると嬉しいです。
 希望日に予約が取れないことがある。利用期間が短い、回数が少ないと感じる
 なかなか予約が取れないと聞くので、もっと沢山の人が使えるようにしてほしい
 有料では、なく無料でサービスを受けられるようにしてほしい
 産後1年以上経った今が心理的にも身体的にも一番大変で、ケアが欲しい。今から預け先を探そうにも、すでに身動きが取れない。
 マッサージやエステなど、息抜きになるような内容をたくさんやってほしい
 いつも本当に助かってます。これからもいろんなことを助けてほしいと思っています

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 13

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

市役所の広報に載ってはいましたがあまり周知がされていなく利用条件もよっぽど困ってる方しか利用で来なさそうで料金の詳細もないため申し込む気にはなりませんでした。自治体によっては利用できる施設が限られており、適時に利用できないまたは助成の上限回数まで利用できないため、産後ケアに対応する施設が増えると良いと思う。申請、面談など、実際に利用するまでに色々手順をふまないといけないため、もう少し手軽に利用できるとなお良い。利用期間が6ヶ月までが多いので1年までに延ばせると良い。また、地域によって金額が異なるから国で統一してくれると里帰りの時に利用しやすい申請方法やわかりやすくしてほしい。

赤ちゃんを預かってくれるのは嬉しいが、離れると気になってしまう。

現状持病があると状態が安定していたとしてもクリニックでは断られてしまい総合病院でしか受け入れられないが、たいい総合病院はサービス面が最低限なことがほとんどなため、持病があっても利用できてサービスが充実している施設がもっと増えてほしい。(産後ケアは通常の入院よりも医療的管理が少なくすむことがほとんどだと思うし)帝王切開予定なので、母体の回復を1番の目的にしたいが、夜間は母子同室だったり合わないところもあり、利用するか迷ってしまう

里帰り先でも産後ケアを利用できるようにしてほしい。里帰りしたものの、片親で仕事もしているため全く頼れなかった。そういう家庭はこれからもっと増えると思います。もう限界だからこの日に使いたい!となっても使えないため使うことがなかった。緊急時に頼れるものという認識ができない。産後ケアに予約を入れられるのは、余裕がある時だけだと思う。自治体によるばらつきがあり、4泊5日では足りなく感じた。育児に対する不安感もあり、また核家族で両家共に遠方、家族も介護しておりサポートがみこめない。できれば6泊7日ほど全国一律であるといいなと感じました。

生後半年までくらいは預けられたいできるようにしてほしい。最近1カ月程度育休を取ってくれる男性も多いため、生後1カ月以降の支援もほしい

産後ケア事業が無料かもっと安い額で利用できようにして欲しい もっと多くの施設でこういう事業を行ってほしい

自治体から案内された利用期間と実際の対象産院での利用可能期間が異なっていて、全く利用できなかった。何とかしてほしい。

もっと簡単に受けられるようにしてほしい。

それぞれの発達段階において相談内容が変わる(完母だったのでおっぱいのケアの仕方や離乳食など)ので、1歳になるまで産後ケアに対する自治体の補助の拡充をしてほしい。

はじめての出産の場合は特に不安が大きく、パートナーも分からないことだらけだと思う。退院して突き放された感が大きかったため、この期間に使える施設がリーズナブルに提供されればありがたいと思う。民間の産後ケア施設は高額のため手が出ないがあれくらいの支援があれば育児に少し自信がもてるかもしれないと思った

産後1番しんどかったのが産後で 体調が良くないなか睡眠不足が続いた事だったが自治体が提供する産後ケアでは母子同室のため十分な休息が得られない。休息のために子供を数時間でも預かってくれると助かる

体験談が聞けたり、料金が安かったり敷居が低いと使いやすい。パートナーもお世話について知ってもらえるように夫婦で参加できるものがあると良いなと思った。

ない

手続きが簡単にできるようになってほしい。上の子も一緒に利用できたら嬉しい。

民間の産後ケアホテルのようなサービスが受けられたらいいのと思う。

自治体によって補助日数に差がありすぎる

お金が掛からないといいなー

自治体によるとありますが、私の住んでいるところは補助金で安く利用するためには事前に電話で予約・面接が毎回必要、利用までに早くとも2週間ほどはかかると言われ、面倒でまだ利用したことがありません。もう少し手続きが早くできたり、ネットで予約など出来たらいいのにな……と思います。

市のホームページに掲載されている文面が分かりにくい

持ち物や移動の負担が少なく、気軽に利用できたら嬉しい。(施設でレンタルできたり送迎タクシーやバスがあるといい)

私の住んでる自治体には産後ケアに家事支援が無い。でも、産後1番困っていたのは家事に手が回らず、その罪悪感・ガッカリ感に苛まれること。産後ケアに家事支援が欲しいです。

もう少し簡単に利用できるようになれば嬉しいです

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 14

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

宿泊できる施設が少ない。ショートもこどもが3カ月までで使えなくなってしまう場所もある。事前予約がいっぱいになっていて、夫が緊急入院した時に、今助けてほしい…と思っても使えなかった申請するには心身の不調が必要だが、産後ケアの名前通り、産後なら誰でも可能にしたい
何をするのか分からないので、何があれば利用していいのかが分からなかった。利用回数上限が少ない。利用したい時期が申し込めない月齢になってた施設が多い。個室利用料などの記載がよく分からない。

今すぐ休みたいのに予約が取れなくて1ヶ月先になるのが残念

産後半年経つと受けられる支援が減るが、この頃から動き出す赤ちゃんのお世話で心身共に辛くなってくるので、ケアを受けたい

使えばよかったと思った お金に余裕なかったので使えなかった

実家に頼れる人でも産後ケアを利用させてほしい。金額は違ってでもいい。そもそも対象外にしないでほしい。

地方の産後ケア施設も増えていくと嬉しい。場所が選びたかった。(そこに勤める助産師さんが上の子の時苦手で、知っている方だった) あと、単純に金銭的負担でためらう気持ちがある(自分自身が産前産後働かず、今後収入が増える時期まであと数年ある。長い間専業主婦状態で家計がきつくて家族に利用を言い出せない)

居住自治体の利用までのスパンが長すぎたのが気になった。自治体のが休息目的で使えないなら使えるホテルなどでの助成金とかの充実をもっとやっていただきたい。

自分で調べて決めて申し込んで…などをする余裕すらないので、保健師さんなどから提案→申し込みなどまで全て積極的にサポート頂けると受けたい制度を実際に利用できたんじゃないかと思えます。毎日の事に手一杯で、サポートを受けたいとは思いつつも調べたり申し込むことにすら時間を割けずに時間が経ってしまいました。

住んでる地域のみでの受け入れでなく、選べるといいなと思う。住んでる地域だと1つしか産院がないため

上の子が居るので一緒に泊まれるといい

地域を跨いだ、里帰り出産でも産後ケアの助成があったらいい

産後ケアは初期ばかりですが、産後うつ発症率や自殺率を見れば、半年以降～特に10ヶ月頃が一つの山でしょうか？(何かのデータのうろ覚えです) その頃のケアを作って欲しい。初期は夫や親族がお祭り騒ぎフィーバーで張り切っていて援助があります。ところが4ヶ月～半年を過ぎると、体調や身体も全回復したと勘違いをされ、もうお助けキャンペーンはいいでしょばかりにワンオペ母親は突然孤独になります。寝れずに疲れているので朝早く起きて子供と公園(笑)や、支援センターなんかに行く気力や体力はありませんし、そういう家から出てこない母親と子供こそ支援が必要だと思いました。支援センターに通う母親は自己中心的で他者配慮が苦手な方が多いので、そうではない気を遣えるタイプの母親は足が遠のきます。まず自治体に一つくらいしかないの、距離的にも駅から遠くてしんどい体を引きずって重たくなった子供を抱っこやベビーカーに乗せてわざわざ行こうとは思いませんでした。産後ケアもいいのですが、本当に大切なのはその前、産まれる前に妊婦含めて配偶者や、可能なら古の育児方法を振りかざすタイプの祖母に正しい産後の知識を授けることだと思います。産後1年経っても会陰の傷が時折鎮痛剤が必要なほどに痛むとか、くしゃみをしたら尿失禁するとか、産後3、4ヶ月も痔が治らないとか、ましてや妊娠から授乳中は一時的に視力が落ちたり乱視が出たりするなんてことはどの情報本などにもありませんでした。

誰でも気軽に利用できるようにしてほしい

認知はされていてもまだ施設数が少なく受け入れ人数に限りがあるので誰でも使いたい時に使えるように国や自治体には施設に補助金を出すなどして経営に補助してほしい。

宿泊型の施設が増えるとうれしい。

上の子がまだ小さいので、有料であっても上の子と一緒に利用できる産後ケアがあれば利用したかったです。

0円にしてほしい

市より産後ケアのパンフレットをいただいたがこの施設でどのようなケアを受けられるのかがわかりにくかった。(一晩中預かってくれるかなど) 自分で産院のホームページで探してみたが細かい産後ケア内容が記載されておらず結局どこでケアを受けたいのか分からず時が経ってしまい産後ケアを受けられない時期になってしまった

行ける回数・実施場所(自分が住んでいる町は実施場所が少なく予約も取りづらい)増やして欲しい 金額ももう少し安い方がいい

・宿泊を2ヶ月ごろまでに使い切ってしまったため、日数をふやしてほしい。半額になったのは良いと思う(半額になる前に利用し切ってしまったが)・予約がどこも取りづらいので施設や枠を増やして欲しい

いろんな病院でやつまてるけど、どんな感じで見てもらえるのか、どんなふうな入院になるのかがイメージできなかった

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 15

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

生後1~2ヶ月くらいが特に使いたいが、1歳くらいまで使えると(宿泊や日帰り)ありがたいなと思った。

事業数が少なく利用したい時に利用できない。自治体によって助成費用が違いすぎる。

今後もさらに広まればいいなと思った。気軽に使用できるような支援づくりが必要と思った。

実施施設が増えてほしい(数が少ないため予約が取りにくい。)

大変助かりました。是非いろんな方に利用していただきたいとおもいます。が、助成金の使えないものは、かなりお値段が高いため(仕方ないこととはわかっていますが)、なかなかゆっくり使えないのが現状でした。また、上の子がいると泊まりではなかなか利用できなかったり、上の子も一緒にいける施設であっても、ご飯が提供されなかったり、アレルギー対応がなかったりで(食物アレルギーがあります)、思うように使えません。上の子がいると、大変さが3倍4倍となるため、そこでこそ使えるシステムがあると嬉しく、心強いです。

旦那に反対され利用できなかったのが男性に受け入れてもらいやすい事業やサービスになってくれると嬉しい。負担金なし、上の子同伴可、自宅まで送迎あり(距離など制限はあるけど)

今2人目なので上の子も泊まれる産後ケアホテルならいいけど生まれた子のみだと使う気にはなれない。家事をしてくれるなどなら利用したいがお金がかかるので少し悩む。

自治体の助成をもっと増やしてほしい!

多くの自治体は、産後1年ほどで産後ケア事業の補助が終わるが、2年ほどまで延長した方が良い。卒乳、断乳の多くは1歳以降2歳前後になるので、その時に相談しやすい環境づくりが必要。子どもが成長するごとに悩みは増えるため、適切な相談先をハードル低く利用できた方が良い。

もう少し簡単に申し込めたり、利用にあたっての月齢制限がなくなれば良いと思う。

何処にどんな産後ケア事業があるかわからないので、それがわかるようなサイト、LINEがあると助かります。

アクセスしやすくしてほしい

経産婦の場合上の子がいるので、上の子と併せて使えると良いなと思いました。

とても素晴らしい事業だと思いますので、今後も継続して実施していただきたいです。

生後5ヶ月から産後ケアが利用できなくなってしまう為、1歳くらいまでは産後ケアが利用できると嬉しい。

里帰りをしなかったため、産後まもなく宿泊型の産後ケアにはかなり助けられました。ですが、出産から時間が経つと月齢によっては受け付けてくれない施設も多く、受け付けてくれる施設は予約の取り合いで、なかなか利用したい時に利用できないので現実でした。今後も利用しやすい施設が増えると良いなと思います。

安価で夜赤ちゃんを預かってもらいたい

市町村によって利用負担が違うので、私の利用したところは、6回目以降の負担額が増えるのと、子どもが4ヶ月以上になると子どもをみてもらえる施設がかなり少なくなるので、利用しづらかった。

利用したいところが人気で予約が取りづらかった。

手続きが大変、区役所に行かなければいけないとか、つわりで動けない・切迫産産でいけないとかもあるのでオンラインで手続きできないのか?

自宅に戻ってから2週間健診まで特に不安なこと、わからないことが多く、訪問ケアを頼みたいと思いました。しかし、問い合わせから数日以内のすぐの予約が取れるのかもわからず電話するのをためらい、機会を逃してしまいました。この時期にスムーズに予約ができていれば精神的にも身体的にもすごく助かったのに、と思います。わたしが里帰りなどせずに自宅で育休中の主人と2人で赤ちゃんのお世話をスタートしたからだと思いますが、思っていた数十倍大変でした。可能であれば、出産後病院で先に予約の受付をできるようにする。もしくは早めの予約を促す告知をもらえていればよかったかな、と思います。また、ぜひネットで空き状況だけでもわかるようにしてもらえると電話がかけやすくなり、たすかります。

乳房ケアについて注力してほしい

産後ケアがあるのは嬉しいがもう少し気軽に使えるものもあると嬉しい。知ってはいるけど利用しようと思うのと、実際利用するまでに差がある。

もっとSNSで内容などを知りたい

実際利用してよかったのもっと制限が緩和されるといいなと思います(利用期限や負担額など)

どんな内容なのか、どんなサポートなのかもっと発信してほしい。補助券とかあると使うハードルが下がりそうですと思った。

住んでいる自治体には補助制度がなく近くにもないので使うことが出来ない。遠方だし料金が高い。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 16

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

産後眠れないことや泣き止まない子どもとずっと家にいることは想像以上にしんどいです。産後ケアでゆっくり休めると、余裕ができて子どもにも優しく落ち着いて接することができるので、利用できる回数をもっと増やしたり、月齢が大きくなってからも利用できるようなケアを充実させてもらえると助かります。

両方の実家が遠い人にもフォーカスをあてて頂きたい。里帰り出産後、一人で全てをしなければならないので、産後一年まで利用できる、料理をつくってくれたり(一番かもです。)、掃除や洗濯してくれたりするヘルパーさん利用補助があったら体調不良も少しはなかったのかなぁと思いました。

産後退院せずそのまま利用したかった、産後余裕がないし移動も大変だし利用しづらい、市役所が遠いので行くのが大変

利用できる期間が短いのですあまり有効活用できなかった

予約がなかなか取れない施設が多い

ショートステイが4か月までしか受け付けてないところばかりなので、おおきくなると自分でなんとかするしかない。人気のところは妊娠前から予約しとかなないと受け付けてもらえない。利用期間が短いから役所に2回行ったのがめんどくさかった。

たかい

もう少し、イメージがつきやすい紹介の仕方をしてほしい。

上の子の預かり先がないため、上の子と一緒に利用できると助かります。

子供を完全に預けて1人時間ができるといい。数時間の外出可能にしてほしい(産後1ヶ月以上の人は)

宿泊型で利用したものの、持って行く荷物が多くて赤ちゃんも抱っこで連れて行くのは辛かったのである程度のものは施設で借りたかった。あと、市町村によりけりだとは思いますが、対象施設が少なくて予約が取れなかった電車

予約枠の拡大

回数制限なくしてほしい

ビジホみたいに気軽に行けるなら考えたが、安くない金額なのに自分と子の荷物の準備と、帰宅後のこと考えたら面倒

夜間は預かりして欲しい(人員配置の都合で断られたが市町村のルールで一度決めた施設を変更できない)

田舎には産後ケア施設はあっても遠いため気軽に利用出来ない

回数を決めて無料で活用できたらなと思う

利用期間をのばしてほしい。対象者を拡大してほしい(他院出産でも大丈夫など)。料金を安くしてほしい。

初めての育児で、自分の子育ての方法が合っているか不安に思うことや、授乳のトラブルを相談でき、とても助けられました。

予約など取りやすくしてほしい。

産んですぐより暮らし始めてから一年はサポートがほしい

子どもが可愛いことは大前提であるものの、日常的に子どもをワンオペで育児しているお母さんは自分の時間がないため、子どもを一時預かりしてもらえる制度であれば嬉しいです。

上の子も一緒に利用できるとありがたいです。

退院後、産後ケアが受けられるのが申請方式ではなく、必須になれば利用しやすい。

必要な時にすぐに予約が取れる産後ケアが欲しい。最低でも1週間後

利用できるハードルが下がればいいなと思います。

都内だけでなく全国一律で補助をしてほしい。核家族化で産後ケアが使えないと子育てが出来ません。自費ではとても行けないので助成してほしい

産後ケアの回数をもっと増やして欲しい。30回くらい欲しい。赤ちゃんのお世話はとても大変で寝不足になるから、休める回数は多い方がいい。

私が利用した際の担当の方と合わず(児に対するケアが雑)、児がおしりかぶれをおこしてしまいケアに行った時だけではなくその後も不調になってしまい行かなければ良かったと思いました。休みたいためにしているのにスタッフの方がしっかりしていないせいでより疲れ、その後の生活も乱れました。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 17

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

とにかく手続きが面倒で、しかも預けたい今その瞬間には預けられないというのがネックで利用していません。もしかすると第2子のタイミングでは計画的に利用するかもしれません。もっと行政からの補助を増やしてほしい(補助日数の増加など)

SNSや口コミで、『体を休めるために行ったのに授乳指導や育児指導ばかりで全く休めなかった』『お世話のやり方を厳しい言葉で指導され続けた』『食事の時間も預かり制度がなく冷めた食事を急いで食べた』『お産対応が忙しい病院に併設していて満足にケアしてもらえなかった』など良くない意見を目にする事が多い。赤ちゃんを安心して預けて少しでも寝たいお母さんが多いと思うので、十分休息できる場所にしてほしい。そもそも授乳や育児指導がメインである施設なのか、休息のための施設なのかをわかりやすく明記・説明しておいてもらえたら選ぶ時に安心。シングルで出産、育児をしています。妊娠中やむを得ず正社員として働いていた会社を退職し現在無職、子供の父親からは養育費を貰っていません。1人で育児をしながら出生に携わる手続きや保育園探し就職活動をしながらの毎日です。産後ケアを利用して1日でもゆっくりにできる日を作りたいと思ってもなんせ経済的に余裕がなく、産後ケアまでお金が回りません。お金が無いのに出産した私が自業自得なのだとは十分に自覚しておりますが、きっと私以外にもお金が理由で使わない方、シングルで手一杯の方がいらっしゃると思います。もう少しほんの少しだけ手軽になればいいなと思います。

ただでさえ子供のことでお金がかかるため、値段が高くて躊躇する

気軽に赤ちゃんを預かってくれる、睡眠をとらせて欲しい。よくわからないが母子同室を基本お願いされるから寝れないし産後ケアの意味がない。

上の兄弟(未満児)を連れての宿泊ができると良いなと思う。上の子の預け先がなく、結局利用できない懸念がある。

病院だけでなくホテルが増えてほしい

休息をしたいのに、産後ケア施設が産院のため(スタッフに今日は出産が立て込んで大変とか言われた)、預けるのを拒むスタッフがいたし、何か聞いても態度も冷たい方(知りませんと言われた)が何名かいた。出産のほうが大変なのはわかるが、こちらもお金を払っているのと同じ扱いをしてほしかった。それに特化した施設のほうが望ましい。

必要な時にできるだけすぐに受けたい。

誰もが使いたいと思った時にすぐに利用できるようになって欲しい。そして、それぞれが希望する休み方が叶うようになって欲しい。

手続きがめんどくさい!!あと、病院で産後ケアはあんまりしたくない!!

出産して退院後、その足ですぐに産後ケア施設に行きしっかり母体を休める社会的な仕組みを作ってほしい。(費用面や申請のしやすさなど)

夜間預かりあり、基本夜間預かり、夜間預かりなしは明記してほしい

結局は、うまくやりくりできる人にとっては使えないもの。

場所が遠く、区内に一つしかないのも、もっとたくさん作ってほしい。休めると思いきや合宿みたいにならずとお世話しなきゃいけないところもあるらしく、怖いと思っている。

5日は少なすぎる。自分の休息がありがたかったし、病院の助産師さんなので、信頼して子どものことを預けられるし、指導してもらえて精神的にも安定しました。もっと利用できるようになって欲しい。

産後ケア事業は、母子手帳をもらった時に、区役所の担当者からその存在は聞いていましたが、正直初めての妊娠のときに、産後ケア事業の中身や自分にとって必要なイメージつかない。居住自治体では三回まで補助があって安く使えるけど、事前の手続きが面倒。初めての妊娠のときはみんな両親学級に参加するのと同じくらい、みんな産後ケア事業は当然利用するように勧めてもいいくらいだと思う。産後ママの体調をちゃんとわかって気遣ってくれる専門家は助産師さんだということも、桶谷式に出会うまで知らなかった。助産師さんは出産の時に手伝ってくれるだけの人かと思っていたので。産後のママと助産師さんを結ぶ役割は大きい。母乳だけじゃなくて、産後のお世話の悩みや疑問は尽きないので、気軽に雑談できる環境や結びつきは重要。居住自治体の3回までというのは少なすぎるし、確か産後4ヶ月までとか期間も限られていたけど、母乳の悩みは卒乳まで続きます。母乳の出は赤ちゃんの体重に直結するし初めてのことで知らないことが多いのに責任重大、デリケートな問題だし個人差で悩みも違うので1人で不安を抱えやすい。私は、1人目の産後3ヶ月をすぎずから初めて利用して、2人目の時は産後退院後すぐから利用した。初乳から、白いお乳が安定して出るようになるまで複数回受診した。きどうにのってからも、離乳食が始まったり離乳食が進んできたり、母乳栄養これでいいのか、そして卒乳に至るまで、母乳の悩みは尽きない。最近産後うつ回避のためか、産院や区役所の赤ちゃんの栄養相談などでも、母乳をがんばりたいのにすぐミルクを勧めてきて、希望に逆行していると感じる。母乳の出るメカニズムなどを、そういう母乳外来の助産師さんなどはそんなにわかっていないと、感じた。私は、桶谷式に通ってました。産後すぐから卒乳に至るまで、最初は二週間に一度くらい、軌道にのってからは1ヶ月に一度。つまりなど乳房トラブルがあったり、赤ちゃん入院して搾乳を届けていても母乳量下がったり、私の体調で薬を飲まなきゃいけない間、母乳量下がらないようなケアの方法を、その都度泣きつくように通って、教えてもらったり。こういうケアを受けに行っていなかったら、すぐに母乳は挫折して辞めてしまって、母乳をあげるのかえがたい、かけがえのない幸福を知ることがなかったと思う。

産後の方への調査⑪:産後ケアへの意見・要望 18

Q41S1FA その他、産後ケア事業に関するご意見・ご要望があればご記入ください。

ベビーシッターサポート券が羨ましい 居住自治体では保健師の知識が浅い 相談してもわかってない

回数を増やしてほしい 産後1ヶ月までが身体的にキツイため

母子同室はいいのですが休息目的の場合は、同室だと休めないと感じました。同室か別室か選びたいです。

使うのに敷居が高いのと、宿泊型だと高くして利用しづらい。我慢すれば良いかと思ってしまう。

肩こり等のケアをして欲しかった 訪問されたくないの、自分が通うスタイルをしてほしい

疲れているから予約を取りたいのに、まず役所や保健センターに電話をすること自体がハードルが高かった。全てネットで完結するように設備を整えてほしい。

子供を預けるだけでなく、家事のみ対応してくれる事業もあることをあとから知った。知らない方も多いかもしれないと思った。

利用する際、提携している病院や助産院の特徴をもっと知りたいと感じた。リラクゼーションやエステ、マッサージなど自身のリフレッシュを促すプランとセットになってるといいなあと感じました。

子供を預かってほしい時に預かってくれる宿泊施設

地域でデイケアをしている施設は複数あるが、宿泊型をしている施設が少ないため、選択肢がない。

第一子出産しました。産後ケアの訪問型、宿泊型どちらも利用し両親が遠方の我が家には大変助かりました。特に訪問型は育休中の夫にも沐浴や抱っここの方法など指導をもらい、夫を育児に巻き込む良いスタートダッシュが切れました。一方で、市の制度なので事前に面談を受け、許可が降りてからでないと産後ケアを利用できないのは面倒だった。出産後に産後ケアを知ってたら使いたい時に間に合わなかったと思う。また、実際宿泊型を利用したら事前に市から聞いていた値段よりも高い請求だった(個室にしたためか?倍以上だった)。あと、疲れが溜まり突然「もう無理!」と今夜にでも泊まれる産後ケア施設がないものかと探したが(市の制度で産婦人科の産後ケア宿泊を出産のちょうど1ヶ月後に予約していたがそれまで持たなかった。)産後ケアホテルは一泊4、5万するので手が出ず我慢が辛かった。早めの予約が必要なのはわかるが、いつ頃しんどくなるかなんて予想できなかったため、気軽に使えるようになったらいいです。

心身共に疲れのピークが押し寄せた時に、結局は金銭的余裕がないとショートステイなどのサポートや整骨院にも通いづらくて腰痛や肩こりにも悩まされたままになるので、産後半年くらいの間に月2、3回くらいでもいいのでサポートが選べる券みたいので誰でもサポートが受けられたらいいのになあと思う。そしたら心身ともに多少辛くても、1人じゃない気がするし、経済的負担で自分の体が後回しにならずにケアしてあげれる。外に出るから大人の人と話せるので孤独感が軽減しそう。

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 1

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

パパ教室 ママが休めるようにパパと赤ちゃんを預かってお世話の仕方を教え込んで1人でお世話できるようにしてほしい

月齢が近いママ同士の交流や子供を預けてマッサージとかがあると嬉しい

骨盤ケアや肩こりマッサージ等の利用券、母乳外来の利用券、健康的な食事が簡単にとれるミールセット支給

美容院や病院など、自分が外出したいときに気軽に少し預かっていただけるサービスがあると嬉しい。

ゆっくり休めるサービス。父親の教育の義務化。

一時保育の対象外の生後すぐ～4ヶ月ぐらいの赤ちゃんを2～3時間ぐらい預かっていただき、その間に仮眠を取ったり、カフェなどでのんびり食事をしたりできるようなサービスがあると、リフレッシュになって良いと思います。

宿泊型、滞在型

食事の配送。

他者と連絡取るのも億劫。ネットサービスで話できる感じがいい

信頼できる身体ケアができる人の産後トレーニングなどの講座

寒くなってきて、感染症も増えてきたので、在宅でリモート参加出来る赤ちゃんとの触れ合い方講座。

予約しやすいこと。埋まったり数少ないと悩みも変わるだろうし、行く気失せる。

身体を休めるのは第1優先に同じ月齢、近い月齢の親子が交流できると嬉しいです

保健師さんの定期的な訪問

パートナーに言いたいことを代理でうまく伝えてくれる

マッサージ

赤ちゃんに健診があるように、母も産後1年頃に健康診断を受けられると良いなと思いました。まだ働いていない人も多いと思うので。また、乳がん検診や子宮がん検診など、産後どのくらいの時期に受けるとよいかという目安を教えてください。

骨盤矯正や整体

ちゃんとした産後ケア施設を紹介するべき。

助産師訪問、パパへの指導、産前産後の預かり保育、上の子を遊ばせてくれるサービス、児童館や公園など地域の遊び場を充実させてほしい

整体割引、骨盤周りのケア、現状産後1ヶ月までのマル福の拡大(産後のトラブルに必要な薬代も対象に)

上の子も使えるデイケア(2人育児の方が大変なのに上の子も見てくれる産後ケアが少なすぎる)

骨盤矯正

宿泊型ではなくても、夜間に利用できる子育て支援施設があると、急な時に駆け込めたり、ひとりじゃない！と思えたりしそう。とくに月齢の低い時期は、日中は寝てても夜間夜泣き等一人で対応することが多いので。

家事代行サービスが今もあると思うが簡単に利用できたらありがたい(たとえば助産師訪問のきや郵便で申し込めたらいいなど)

赤ちゃん訪問など、母に寄り添うものもいいが、男性に対しての支援やパパ学級みたいな知る機会を増やして欲しい。両親で参加するものが多く、母親任せになってしまう。母親ありきになってしまうので、父親だけでも、育児できるような支援をして欲しい。妻は身近な人間であるため、伝わらない。第三者からの意見は素直に捉えられる人もいると思うので、そういうのもいいと思う。

家族全員で宿泊できる産後ケア施設

家族全体をサポートする形が何かあれば嬉しいです

産後ケアの回数を増やす おっぱいトラブルがやはり多かったり授乳に関しての悩み等が多いので助産師さんに気軽に相談、ケアを依頼できるもの

病院以外の産後ケアが高すぎて利用できない もう少し気軽に行けるところがあるといいのと思う

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 2

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

不安や悩みに寄り添ってくれるようなもの。幾らかでも育児ストレス解消に繋がるようなもの。

腰痛、肩こりなどのマッサージ等の回数券などあれば利用したい

多胎のワンオペで自分の時間が取れません。頼れる親もおらず、掃除や家事、食事など後回しになってます。また、今回は免許の更新があり免許センターの方が色々配慮して下さりなんとか更新できました。食事の宅配サービスや掃除家事をしてくれる家事代行、赤ちゃんを1時的に預かっていただける保育所等があればぜひ利用したいです。

尿失禁の相談や体重を減らすなどの相談もできるところが欲しい。

24時間電話やLINEなどで相談や話を聞いてくれるサービスがあればいいと思います。(夜間授乳のときに不安や疑問がでてきたりするため)

宿泊型を増やしてほしい

一時預かりを、保健センターでしてほしい

上の子との関係性を改善するためのプラン

土日祝の対応はしていないところが多い。『何かあれば〜』とは言うものの、それでは相談出来ない人も居ると思う。行政側でも様々検討してほしい。

産後のキャリアについての考え方、夫の育児参画のあり方について(こう動いたら妻は喜ぶ、とか)

上記にあるように、安心して(金額的にも、期間としても)利用しやすい内容になって欲しい。クーポンや助成はありがたいが、それが区と該当者のやり取りになるため、確実な約束はできないと産院で言われてしまうと不安でしか無いです。それでいて、正規の金額は高いので、ただでさえ手出しが多い妊娠期なのに、とても利用ができません。

産後ケア、新生児訪問などあるので十分だと思うが、気軽に電話や、LINEできる相談室があれば利用する

産前の母親学級みたいに子供同伴で親子学級みたいなのがあれば行ってみたい

産後ドゥーラ利用の補助。全く親族からの手伝いを望めなかったため、2ヶ月週2回ほど食事作りの依頼をしたら、かなりの金額になったので。私や夫、上の子においしく栄養のある食事を用意してもらったのでとても助かったし、母乳の出が良くなり、外部の人と育児を含めお話をする機会もできたので、心身ともにケアの一助になり利用には満足をしていた。

同じ月齢の親との交流

同じ月齢の子の勉強会がこまめ(3ヶ月毎とか)にあると嬉しい

肩こりや腰痛、乳房のマッサージ。

通院等の理由がなく、一時預かりが利用できるようにしてほしい(自身の休息時間の確保)

出産後の身体を整えたいから整体など受けてみたい

体の整え方、ヨガなどの子どもがいてもできる軽い運動の教室

母親の精神状態などに関わらずに利用できる産前産後ヘルパー制度。現在は多胎児や持病などがある方限定が対象だったと思うので。

とにかく寝不足がしんどかったのですが、ベビーシッターにせよ、産後ケアにせよ、手続が大変に感じ、利用までのハードルが高かった。とにかく今晚が辛い、今日が辛い、みたいな時の助けが欲しかったので、産後すぐに突発でも助けてもらえるサービスが欲しいです

1人目は先が見えなくて本当に大変でした。プッシュ型の支援があったら助かると思います。2人目は先は見えるけど、兄弟育児は初めて。兄弟を持つ親の集いや同行支援が欲しかったです。

一歳未満でも子供を預かってくれて、母親をマッサージなどで癒してほしい。ちょっと子供のことで悩んだりすると、産後鬱とか思われるのが嫌で、ほんとの気持ちが伝えられない。なので教科書どおりの受け答えしかできなくなってしまふ。

なかなか予約が取れなかったので、希望すれば絶対に使えるチケット等もらえるとうれしい

産後はしんどくて書類を読む時間もあまり取れないので、各種支援を全員使えるようにして、費用負担はあっても良いので少なくとも一度は自動的に使うように決めてほしい。

低月齢赤ちゃんの一時預かり

ヨガなど体のメンテナンス

自治体からのクーポンでテイクアウトの配達支援

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 3

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

産後の体型戻し
 産後の体のケア（骨盤矯正など）
 とにかく子供を預かってもらえるところや、預かってもらってる間に同じ施設でマッサージや整骨を受けられたらとても良い
 家事代行や緊急時に子どもを見てもらえるサービスなどあれば使いたいと思いました。
 家族で泊まる産後ケアが欲しい
 産後ケア事業だけでもかなり助かったが、欲を言えば数時間外出がしたい。
 何も持たずに予約も当日に出来る宿泊産後ケア、このくらいの時期にと前もって予約して荷物を用意して行くのは不可能だと思った諦めた助けて欲しかった
 子供の一時預かり。数時間でもいいので。
 誰でも安価に受けられるサービス
 なんでも相談電話みたいなサービスが欲しい チャットとかなら 音をたてずに出来るから尚良し
 産後の骨盤ケア(託児所つき)があればいいなと思う。
 病院の受診や美容院、買い出しなど、少しでもいいから、預かってくれるサービス
 生後4ヶ月以降も産後ケアのような休める場が欲しい。
 夜中のミルクがしんどく、孤独だった 同じ思いをしているママたちが集まれる場所があったら利用したかった とにかく夜がしんどかった 宿泊の産後ケアも検討したが高すぎて利用できなかった 夜
 間対応してくれる産後ケアの補助が増えれば利用したい 2人目や3人目の時には上の子も見てくれる施設があれば検討したい
 気軽に通える助産師相談室など。病院は1～2週間先の予約しか取れないところが多く駆け込みできない。
 家事代行チケット、食料品の詰合せが貰える
 母が少しでも1人になれるような時間を作れるよう、赤ちゃんを預けて30分だけでもマッサージをしてもらえたり、誰かが作ってくれた暖かい手作りご飯をゆっくり食べられたり。何かほっと一息つ
 けて、ゆっくりできるサービスを利用できる券みたいなのがあると良いなー。
 自治体ごとに集まったり なにか制作をしたりしたい
 産後3ヶ月まではタクシーを無料、または定額で利用できるサービスがあるといいと思います。もちろん範囲は限定で。産後数ヶ月は寝不足で車の運転も大変ですし、ちょっと買い物に行くのも一苦
 労です。産後は1ヶ月健診もあります。予防接種も始まります。病院に行く機会も増えます。車を運転してくれる人が居ればいいですが、皆が皆そうではないと思います。
 産後孤独感を感じたり不安感に襲われる事があった為気軽に相談できるような助産師さんからの連絡があると嬉しい。こちらからわざわざ相談するには気が引けるような内容も、定期的に連絡しても
 らえたらと感じる事もあった。
 美容室、マッサージなど子供を預けながらできる場所が欲しい
 整体、骨盤ケア、ヨガ、美容室、エステ、まつ毛ケア、温泉、外食。
 マッサージ
 全身マッサージ、凝り取り
 そもそも数が足りてない。産後に疲れた時に産後ケアを利用しようと思ってても利用できるのが数ヶ月先と言われるので意味ない。
 経産婦より初産婦へのケアの方が篤かったなど、2人目を出産して思った。実感としては2人目の方が辛いと思うことが多く、産後鬱になっていたの、差がなく利用できたらいいのと思う
 どう時期生まれのママ会
 常に、まとまって邪魔されずに眠りたいと感じていました。そのため、対象の施設が増えるといいなと思います。
 骨盤矯正
 退院後乳腺炎になると病院行くのも大変なので、自宅に来てくれる助産師さんなどが居たら嬉しい。

産後の方への調査⑫:自治体サービス要望 4

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

電話したら悩みを聞いてくれる

産後健診券（5回くらい）産後の母の体調や子どもの事を無料診察 1ヶ月、4ヶ月、9か月とは別に

無料で利用出来る、助産師さんによる自宅でのベビーシッター・雑談サービス

帝王切開での出産後3ヶ月経ってもまだ足のむくみが引かないので、マッサージのサービスがあったら利用したい。

自治体が主導で産後ケア事業をしてほしい。もっと沢山の人が気軽に使える様に産後ケア事業者を増やしてほしい。

無料とは言わないけど低所得でも受けれるサービスがあれば嬉しい、骨盤矯正を1年間受けられるとかも欲しい

自身の休息

地方には産後ケア等があまりないので、充実してほしい

退院して1ヶ月健診までの間にすぐに相談にのってくれる窓口

まとまった睡眠時間を作れるような支援があると嬉しいです。

美容室に赤ちゃんと同行して欲しい

骨盤ベルトの正しい付け方や産後の運動の仕方などを教えてくれるサービス

産後の骨盤矯正や、肩凝りなどへのアプローチができるところ。赤ちゃんを見守ってくれながら、自身が休める、話せるサービス。

ベビーシッターなどのサポート（完母だと一時保育も預けにくい）

完母でやって、乳腺炎になったとき、近所の産婦人科や、自治体の窓口相談したが、出産した産院に相談してくれと言われた。熱があったら診れないとか。本当に冷たくてがっかりした。出産した産院は、家から遠くて行けないし。高熱で、子供も見ながら途方に暮れた。助けて欲しい時、母親の身体についてのサポートが少ない気がする。

カウンセリング

妊娠の健診は、在胎週数の違いで金額が大きく違うので、予定日超過の妊娠健診のお金を助けてくれる制度がほしい。育休推奨されているが、育休中の経済面の支援をされていない（前年度分の住民税を取られる、育休補助金は給料の数%など）のに自分や子ども優先して育休なんて満足に取れるわけがないと思っている。少子化を何とかしたいなら、育休中の住民税を払うタイミングを働くまで待つ制度や、育休中の家庭の経済的支援を、どの家庭にもしてほしい。

産後6ヶ月で産後うつになり市の保健師さんの訪問を利用しました。市の訪問があることを知らずもう少し知られていれば悩む人も少ないのかなと思いました。

家に来て、話を聞いたり少しの間赤ちゃんを抱っこしたりしてほしい。腰痛や肩凝り、腱鞘炎など育児が原因の不調には、家で施術してもらえたら助かる。

1か月ごとに、乳児健診や同い年の子で集まって遊びながら交流ができる場があると、今困っている事や悩みなどをスタッフの人や他のママたちに話しやすい。

託児サービス

上の子と一緒に宿泊したい。下の子を預かってもらっている間に、普段頑張らせてしまっている上の子との時間を作りたい。

子ども親の交流 月齢に応じた遊び方

マッサージ、食事管理

睡眠時間の確保のサポートや夜泣き中に利用できる場所

産前は保健センターでの面談などが設定されていて相談する場があったが、産後は自分で連絡しないと相談する場がなかった。希望する人には産後も面談や訪問などがあったら使ってみてほしい。

家庭訪問を産後1ヶ月だけでなく離乳食期（6ヶ月以降？）でも強制的にやってもらいたい。

自宅保育の上の子を荷物なしでも預かってくれる支援が欲しい。市の一時保育は保育園の中に入るので、入園と同等の荷物が必要になり、準備するのが勿体無い。一時保育のためのお昼寝布団などはレンタルがあるといいと思う。

夫に赤ちゃんのお世話のやり方を教えてほしい。

産後のダイエットイベントなどしてほしい

産後の方への調査⑫:自治体サービス要望 5

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

電話相談や訪問ケア

一時預かり

自身の自治体ではなかったのですが、隣市では調理代行サービスの利用補助があると聞いて、それは是非利用したいと思いました。育児で料理どころではないのがありますが母乳を与えるのに栄養のある食事、量を食えないと出ない。更に我が家のパパは栄養に対する意識が高くないのもあり彼に任せるとカップラーメンやハンバーガーなど塩分過多に、、、調理代行は助かります。

施設に泊まれて 授乳以外は預かってもらえる(母乳) ミルクだったら基本預かってもらい、希望時間聞かれるなど。

保育園とは別に、赤ちゃんを数時間でも預けられる所があったらいいなと思った。寝たり、急な歯医者、病院などの時が困った。

金銭的な支援

母乳マッサージ母乳指導があればいいと思った

母乳に関する相談ができる場所、実際にケアもしてくれる場所や人が身近に気軽に相談できる場所が欲しい。医療機関もあるが、まだ生後まもない子連れて(預けて)外出するのは難しい。自分も身体が痛くて動くのも辛かったので自宅へ来てもらえたら嬉しいです。

思い当たらない

夫と子供を泊まらせて自分はゆっくり自宅で休みたい。

骨盤矯正やスパなど、リフレッシュできるサービスがあったら利用したい。

整体つき

赤ちゃん一時あずかり

体をケアしてくれるサービスや、家事代行サービスがあればいいと思った。

骨盤矯正

必需品(おむつ等)の無料券や割引券の配布

夫の指導、夫向けの育児セミナー

24時間対応施設や、突然預けたいと感じた時の対応

産後うつなどの精神的なダメージがある人へのケアが少ないのももっと気軽に利用できるサービスを増やしてほしい

公認心理士などによるオンラインカウンセリングができると嬉しい

家に派遣してもらえる整体、マッサージ

居住自治体自体が子供の遊び場が少ない。子供を預けられるような施設や年齢によってエリア分けされて小学生とも一緒に遊びに行けるような所があってほしい。ドラッグストアとかアリーナとかいらん。場所によっては広い公園もあるが市内はありきたりすぎるし遊具も少ない。結局そこに集まるので土日などは特に密集して遊ばせにくい。

子供を預けられるマッサージ施設や美容室、歯医者 産後とにかく体が痛くマッサージや骨盤矯正に行きたかったが平日はワンオペのため行けず、休日は溜まった家事を片付けたりで行けなかった。

また産後3ヶ月から抜け毛がひどく、美容室に行きたかったがなかなか行けなかった

おじいさん・おばあさん対象の今と昔の子育ての違いについて説明会

産後身体の不調を訴えにくいので、話を聞いてくれたりそばにいてくれるだけでいいので、訪問サービスがあるとありがたいです。

子どもを預かって母親の時間確保ができるケアがあれば良いのになと思いました。自身が産後うつの状態なのでどうしても子供と距離を取りたいタイミングがあるのですが(気持的に)一時預かりはすぐに利用できるものでもなく、空きがあるわけでもなく利用できなかったため、産後ケアとしてそういった支援があっても良いのではと感じます。1歳以降の支援や相談する場所がぱったりなくなるのは辛いです。

一時預かり(助成金があると尚良い)

同時期に出産したママと話したり交流ができたりするような場

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 6

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

産婦人科を退院後の泊まれるホテルを増やしてほしい

整体など産後ケアの一環として自治体で補助が出てほしい。

自治体による助産師さんの産後訪問がとてもありがたかった。産後すぐの身体では、施設に出向いたりがとても負担。また初めてで慣れない中、出かける準備をする労力も大きなストレスだった。そんななか、自治体から助産師さんがきてくれたことでほしい情報が得られて、相談ができて、また人と話せたことで気分転換にもなった。自分から地域の助産師さんに発信するのがなかなか勇気がいるなか、新たな関係性をつくる橋渡しにもなってくれた。しいていうなら、地域の助産師さんリストはもらえるが自分から助けてほしい・手伝ってほしいと発信しなければならず、産後すぐはその体力が惜しいと思ってなかなかおっくうだったため、退院前から地域の助産師さんとのつながりができる制度があればいいと思った。例えば、母乳相談や育児相談を強制的に予約して、継続的に受けられるようにするとか。

ママ友づくりのマッチングができるアプリやサイト

一時期Xで話題になったマンガ夜泣きカフェのような場所。居住自治体では1箇所あると聞きます。

産後ケアの予約が取りやすくなると思います。

とにかくホルモンバランスの変化で、情緒不安定になる 私の場合は緊急で帝王切開で出産になったため、特に気持ちの落ち込みやイライラなどがあった。産後は自分の気持ちを整理する時間も取れないため、子供を少し見てもらいながら産後の女性のカウンセリングなどあれば利用したい

自治体の母乳相談や助産師訪問に回数制限があり、逆に利用しづらく思ってしまうので、有料でもいいから回数制限を増やすか撤廃して欲しい

卒乳への相談、体型を戻すための整体やジムの割引

夫に実情を伝えてくれる第三者が欲しい

実家が遠く、夫も育休が取れないこともあり、大人と話す時間が乏しい。区役所などの施設に行くにも遠いため、サークルに参加もしづらい。もっと近隣で参加できるコミュニティがほしい。

骨盤矯正がそれにあたるかわかりませんが、体の回復にかかわるサービスがあれば使いたい。産後ドゥーラの費用助成をしてほしい。

パートナーへの育児指導。

美容的サービスを受けるときに、赤ちゃんを預かってくれること

産後ヘルパーを使える時間の拡大 帝王切開の場合は特に動けないので大変

一時預かり

整体が安く利用出来るようになったらいいなと思います。骨盤矯正や肩凝り改善など、悩みは尽きないです。

託児してランチやお茶ができるサービス。役所の食堂とかでもいい。預けて出かけるのは罪悪感があるが、「あそこに行けば預けられてゆっくり食事できる」というのが利用しやすい。

食事や上の子の送迎

産後2年くらいは料金を少し安くしてほしい。生後4カ月以降が我が家は大変で心が辛くお金も高いので躊躇ってしまいました。

里帰り先でも住民票があるところと同じサービスを受けられるようにしてくれたらもっと利用しやすくなると思う

育児119のような緊急かけつけサービスや 産後ドゥーラなどの利用に自治体から助成金が出て欲しい

夫や親などにももっと産後のケアの認知をしてほしいです。何か資料やパンフレットなど家族にわかるようなものがあると自分から言えないママとか助かるかと思えます。

整体などのマッサージに使えるサービス

乳腺炎がとにかく辛かったので、産院ではなく、相談できるところがほしかったです。支援センターの助産師相談等も行きましたが、公的に乳腺炎ケアがしてもらえる相談口みたいなのがあると嬉しいです。民間のところは宗教とかあったら嫌で行きづらいので…

上記。平等にしてほしい。全員に同じ下駄をはかせるのが平等なのか、身長の高い人に高い下駄をはかせるのが平等なのか知らないが、税金で賄われる世帯しか使えないようなサービスは将来性が低く、お金持ちが使う高級路線か、補助金ありきの古めかしいものか、生き残れるのが二択になるだろう。後者は補助金とともになくなり、結果産後サービスは出始めた頃と同様に高級金持ちサービスとなる。

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 7

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

母乳指導があるのはわかっているが、怒られているように感じてしまうので、その辺りを配慮したサービスがあるといいなと思った。

骨盤矯正

骨盤ケア 赤ちゃんと一緒に休める場所

深夜に開いており赤ちゃんの夜泣きに困ったらいける施設

子どもを安心して預け、自分の自由な時間を持ちたい。

赤ちゃんの健診だけではなく、母親の産後の心身チェックやお話等して頂けたらいいと思います

育児についての不安が夜に出てくるが多かったので、夜間帯も電話等で相談できる窓口があるとうれしいと思った

全体の割引券（補助券）

骨盤を整えるストレッチや方法など教えてくれるといいと思った。

家事支援、育児支援。ファミサポ制度。

骨盤ケア

骨盤矯正など体のケアに使えるお金の支給。

産後1年くらいは個人差はあるが体調も体力も回復しないので、せめて産後1年間は上の子が保育園に入れるようにしてほしい。自治体によって差がありすぎる。

産後エステ・マッサージの助成

とにかく、上の子の遊び相手に手がかかります。産後ヘルプサービスで上の子を公園で遊ばせてくれるなど自由度が高いサービスがほしいです。他には、例えば近くの児童館で土日にイベントを開催して、ヘルパーさんが送迎してくれる等、土日に上の子が楽しめるサービスがあればいいと思います。

1ヶ月健診 や 2週間健診 への送迎サービス

そもそも情報がなさすぎる。また地域性もあると思うし収入によるサービスの格差も感じる。親子学級などの案内も特にない。自分の体調不良や子供のことで気が付いたらすでに臨月だし何も頼る先などの情報がない。妊娠中にメールや文書などで各家庭に案内や情報、チェックリストなどの妊娠期からのサポートがほしい。

産後整体や自分の通院に使えるバス、タクシーといった交通機関を充実させてほしい。

事前の面談や登録作業なしで簡単に一時預かりができるといい

1歳を過ぎても宿泊できるような施設があればいいのに、と思います。1歳を過ぎるとフルタイムで働いているのに夫の出張などでワンオペ続きだと休息がなく体力的にも精神的にもしんどいです。

経産婦も参加できる、同じ月齢の親の集まり

産後整体、食事の作り置きや配達、ただその場に集まれるだけの場（助産師や保育士同席で）

訪問や地域コミュニティでのイベント。

産後ケアは大事。自分も助けられたので、たくさんの人に利用してもらえるよう、様々な事業を取り入れ、回数をさらに増やせばいいと思う。申請しなければ利用できない今の制度もおかしい。無くしてほしい。

ママが1人で外出できるようなサービス。

十分サービスはあるので、それをもっと周知してほしい

すぐに駆けつけてくれるひとや施設サービスが普及してほしいしそっちを利用したい。

育児や離乳食についていつでも相談出来る場所がほしい

家事代行やベビーシッターなどをもっと気軽に依頼できるような制度や、同制度の実施している市町村が増えたりして欲しいです。また、美容院や気分転換のために一時預かりをしてくれる制度などがあれば大変ありがたいです。

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 8

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

助産師さんへの相談、子どもの一時預かり、マッサージ等のケア

夜間のみ預かってくれるサービス

整体。産後ケアと共通ではなく母乳外来専用の助成。

出産後の精神的ダメージが身体的ダメージよりも辛かったので、旦那や周りの人へのケアの仕方や対応の仕方をしっかり伝える方法を考えて欲しい。両親学級で伝えるとか。

産後の助産師訪問の回数を増やしてくれたら使いたい。

産後のメンタルケアや訪問支援

上の子を預けられる施設 保育園にも幼稚園にも行ってなくて、上の子が楽しく過ごして遊んで帰って来てくれるような場所、人

アプリ等で助産師さんもしくは小児科医にすぐ繋がれるものがあればありがたいです。写真や動画で実際の状況を見てもらえる等。助産師さん等が家に話を聞きに来てくれる、もいいですがマッ

サージを家で受けられる、もあればありがたいと思います。

多胎妊娠へのケアがもっとしっかりして欲しい。自治体の保健師には出来ることが限られてるので話を聞くしかできないとか、しんどいと言ってるならまだ大丈夫とか言われて頼る気がなくなった。

マッサージやリラクゼーション

あんまり待ち時間なく、気軽に助産師さんに相談できる場があればいいなと思います。

まだ育児をした事ないのでわかりませんが、ぐっすり眠れない、ゆっくりお風呂に入らない、休めない等をよく聞くので、少しでもそれらをさせてもらえれば嬉しいです。

産後の心身のためには「とにかく夫へのストレスを減らすのが一番効果的なのでは？」と思うほど辛いので、産前の両親学級ならぬ“産後の夫学級”、なんなら“家庭訪問（夫へのレクチャー重視）”的なものがあれば助かる気がします。夫に育児をやる気があっても、ホルモンの影響で妻のメンタルが不安定だと知っていても、いざ赤ちゃんのお世話で助産師さんに習った通りにして欲しいと言うと“俺なりに工夫してるんだ”と逆ギレ、あやし方や家事の要望を言う“小言”扱われ……理由や根拠も一緒に伝えていても、悲しいかな身内（特に妻）の言葉は届きにくいです。そのこと自体がとてもよくないのですが、プロから直接ダメ出しをして欲しいと思う瞬間が数えきれないほどありました。あまりの絶望感やドン引きするような態度に離婚の文字が過ぎたことも。産後ケアでも助産師さんや心理士さんに相談しましたが、令和の助産師さんにも「旦那は長男」の言葉をいただきました。個人じゃ太刀打ち出来ないくらい根深過ぎる……。こちらは0歳児を無事生かそうと睡眠も心身も削っている最中に、何十年も生きてる大人に気を使う意味が分からない……。このギャップが縮まればかなりの女性が救われると思います。

抜け毛がひどいのでその対策に平日でも散髪に行けるようなサービスがあったらありがたい

夜間の緊急避難場所。夜子どもが寝ない時にふらっと行ける母子専用のカフェ等。そこには医師、助産師、保育士、看護師、社会福祉士、栄養士等の専門職がいて、授乳する関係で母子のみ入場可能な場所。もちろん夜間の預かりや等のサービスもやってるのが前提。予約も必要なく、飛び込みで行ける場所で国や地方自治体が長期で助成金を出してくれると存続可能なのではないかと。こういう駆け込み寺みたいな所があると虐待を予防できるんじゃないかなと思う。

リラクゼーション、美容

冷凍食品配達サービス

体調不良やワンオペ時、気軽に1時間程助産師さんや保育士さんが訪問し沐浴や育児相談を受けられるようなサービス

産後は、こどもの体調面が心配で、産後うつになってしまった。病院だと短時間しか話せないで、気軽にじっくり頻りに相談できる場所がほしかった。どこに相談していいのかわからなかった。保健センターもこんなことで相談していいのかと思ひ相談できなかった。産後は手一杯なので、行政の方からもアクションがほしい。産後のアンケートで、今の気持ちを答えるものがあったが、そういうものではなく、何に困ってるかを聞いてほしかった。

家事の代行、

継続的な支援を受けられる場所

こちらが希望しなくても自宅に来てくれて相談できる制度(産後1、2ヶ月は子どもを連れての外出が難しいし、自分から相談するのは抵抗があったりするから)

少しの間、赤ちゃんを見てもらって、ゆっくり自分の時間がとれたり、ケアができるようなサービス。

地域で赤ちゃんとのふれあいイベント(ベビーマッサージ等)を頻りに行なっていただけたらぜひ伺いたいです。

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 9

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

子育て支援をサポート

居住自治体は一時預かりが利用できるのが1歳以上だったため、0歳の赤ちゃんを預かってもらえる機会が欲しかったです。（病院に行ったり、心身のリフレッシュ等）

不調がある人を診てくれる、託児付きのサービスが欲しい。何科にかかれればいいか分からないので、そこだけでも振り分けて欲しい。

赤ちゃん連れでもお母さんがご飯を温かいうちに食べられるように赤ちゃんをみてる食堂みたいなものがあるといいなと思います。

育児の不安だらけなので、疑問点を相談できるところがあると良い。（助産師など）

骨盤矯正、肩こり治療、お父さん同士のコミュニティを強化してほしい

マッサージ

夜来られるベビーシッターのサービスか、小さいうちでも預けられるサービスがほしい。たいてい昼間よりも暗くなってからぐずり出して大変になることが多いため。

無料のアロママッサージや整体

緊急でも預かってくれる、当日でも預かってくれる、上の子を迎えに行ってくれるなどのサービスが欲しい。上の子、下の子どちらかが急病になったときや、自分が体調不良のときに頼る先が欲しい。現状全く存在しないため、高熱でふらふらの状態で保育園送迎をせねばならず辛い。

一時預かりの低月齢のもの

日中預けて寝たり、自由にできるサービスがほしい。日中も夜もミルクとかで長く寝れないので、数時間でいいから預かってくれると気持ちも楽になる

希望者だけでもよいので、3ヶ月毎だとか定期的に助産師や保健師と気軽に面談できるようにしてほしい。

骨盤矯正などのメンテナンスに対する助成。

母乳外来の補助

産後ケアホテルのようなものがあればいいと思う。

子供を安心して預けられるサービス

支援センター内にカフェがあるなど、託児しつつ休息がとれる場所。家事代行サービス補助金など心身ケアサービスが受けられるための経済的な援助がない

民間の産後ケアホテルのようなサービス。

家庭に訪問してくれるシッターやヘルパーなどを1回無料でお試しできる

父親に対する妊婦や産婦の大変さを教える

産後の母体や育児について、男性医師が伝える父親向けの講座

温泉にゆっくり入りたい。入浴中、有資格者が子供を見てくれて（あわよくば子供の沐浴も済ませてほしい）、その間子供の心配をすることなくゆっくりお風呂に入れる機会があると良いな。産後6ヶ月過ぎましたが、まだ1回しか湯船に浸かれていません。

ヘルパーさん、家事の手伝い

出張マッサージ

コロナ禍に、色々な集まりが中止になって今もその名残が残っているところがある（産院もそうだった）。出産前、出産後にもっと他の家族と関われる場所や機会が欲しかった。特に産前産後すぐは家族以外関われなくて孤独だった

家事代行サービス

メールやチャットなどで手軽に相談したい。家に来たりはめんどう。人に会いたくない。お父さんにも連絡して欲しい。お母さんに大丈夫ですか？って聞かれても、大丈夫としか言いようがない。

マッサージや整体利用

骨盤マッサージ

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 10

Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

低費用でヨガやストレッチが出来る

産後、身体の痛みがすごく、不調続きだったので、鍼灸やマッサージの助成が受けられると嬉しいです。

産後、整体など体のメンテナンスを利用できる補助券

産後ヨガや骨盤矯正など赤ちゃんを連れて参加出来る、自身の身体と向き合ったりリフレッシュ出来る集いの場があれば利用したいです。

一時間でもいいから赤ちゃんを預かってもらいぐっすり寝て、栄養のある食事をとりたい

出産前に旦那の意識を変えるために家事や育児についてレクチャーする機会を強制的に作って欲しいというか、叱って欲しい。いまだに独身気分で使えない

背中腰痛、下半身の筋力の低下が産後の悩みです。ただ、エクササイズなどの動画はたくさんあるもののどれがいいのか、産後すぐの身体でどこまでしていいのかわからず悩みました。自治体おすめの産後時期別のエクササイズ方法などの動画を配信してもらえると安心して行うことができますと思います。ご検討よろしくお願い致します。

骨盤矯正や産後の身体ケア、栄養面でのサポート

休息のためだけなら、一時保育、乳児院に力を入れてほしい。休息だけならなら産後ケアに行かなくても大丈夫そうと感じた

骨盤矯正、マッサージ

特になし

複雑な手続きとかなしで預かりをお願いしやすい ネットやLINEでやりやすい

料理の作り置きをしてくれる。整体やマッサージなど身体のケア。気分転換にもなると思う。

出張のマッサージや骨盤矯正など、子どもを預けなくても自分のケアができるようなサービスがあればいいなと思いました。

産後ケアが生後4ヶ月までとか、多胎の方のみが多いので、ぜひ両方の実家が遠い人向けに産後1年まで利用できたら嬉しい。また、母乳外来補助も産後1年まであったら嬉しい。(離乳食が始まり、徐々に離乳食になるときがいちばん母乳に関するケアが必要な時期だと、2人の娘を母乳で育てていてとても感じた)

睡眠不足のサポート、親が体調不良の時のサポート、タクシーチケット

宿泊型サービスを全ての自治体に作って欲しい、通所、訪問サービスの利用回数を増やして欲しい。

しんどいと思った時にすぐ少しの時間でも預けられる機関があって欲しい。

託児

宿泊型の産後ケアで、もう少し長期的なものがあればいいと思う。(産後2ヶ月以内の宿泊型のケアが多かったため)

子を一時預かりしてもらい、骨盤矯正を受けたい。心身ともにリフレッシュできると思う。

どうしても、ワンオペ育児に追われてるママさんがいると思うので、自宅訪問で家事代行してくれるサービスを使ってみたい。でも、予約を取るステップが結構手間だから、なかなか使うのに踏み切れない

寝不足が続くので産後ケア以外にも、ゆっくり身体を休めるサービスがもっと充実していたら嬉しいです。

整体を自宅で受けられるサービス

よなきごや

子連れでゆっくりご飯を食べられる所が欲しい

もっと気軽に利用できるようにして欲しい

マッサージや骨盤矯正などが無料で受けられるサービスがあれば使いたいです。

マッサージや整体の無料サービス。

シッターサービス 一時預かり

家事応援

産後の方への調査⑫：自治体サービス要望 11

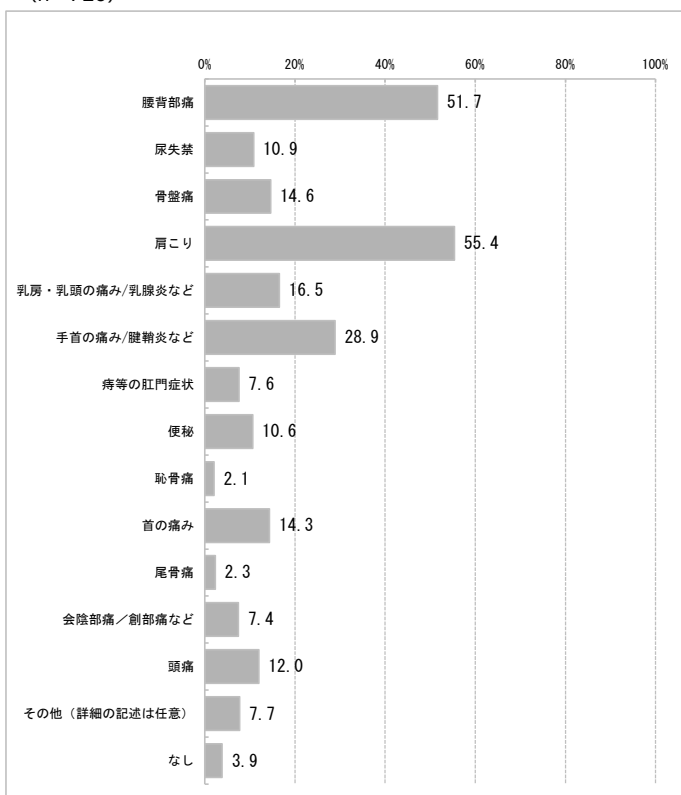
Q42S1FA その他、産後の女性の心身に関わるケアについて、どのような自治体サービスがあれば使いたいと思いますか？

マッサージなどの体力回復 児をみていただいている間にしっかり寝たい
 骨盤ケアや姿勢改善など、お母さんの調子を整える機会がすごく欲しいです
 母親の体を診てもらうのは1ヶ月健診が最後ですが、もう少し先もフォローしてもらえると助かります。後々からやってくる身体の不調もあるので...
 手軽に利用できるシッター制度や利用時の補助金、休息メインの産後ケアホテル、一時預かり、家事代行の代金補助など
 該当する方はとても少ないと思いますが、私は妊娠中も産後も居場所探しが本当に大変でした。大変なわがままなことは承知ですが、お金が無い、身寄りがないなどの妊産婦に居場所提供をするようなサービスがあればと思います。産後の女性は居場所があってもなくてもきつと心細いと思います。どうやってどこで育てようと悩んでる人に居場所があればいいなと思います。
 とにかく睡眠をとらせて欲しい。あと栄養のある食事。
 骨盤マッサージやリンパマッサージ
 産後ケアに特化した施設を利用したかった
 妊婦教室の父親バージョン。産後の体の変化や育児全般について教えてもらいたい。
 整体やヨガ
 接骨院に通う費用などを負担して欲しい
 訪問整体（子供をみてくれる人がいるとなお良い）
 宿泊型で夜間預かりありのケアハウスほしい。後はもっと気楽な支援センターとは違う相談所兼カフェみたいなものがあったら利用したい
 ・助産師さんに相談したり、助言してもらえ場所が近くにない。 ・家事や育児の代行支援 ・LINEやSNS、メール等での情報発信（地域の子育て支援情報や、月齢に合わせた内容） ・時間帯関係なくLINE等で相談できるサービス（日中や特定の時間に相談する事が難しい）
 地域の産後のママたちのランチご招待(その間、赤ちゃんは同じ空間で見てもらえる)、産後のママは、自分のごはんなんてそっちのけになってしまったりするので。自分では、栄養バランスの整った冷凍宅配弁当を頼んでいるので、そういうのを援助してもらえたりするのもたすかります。
 マッサージやヘッドスパなどの出張サービス。家事代行や産後ドゥーラなど、自宅に来てもらってサポートしてもらえるサービス。
 ベビーシッターサポート券
 予約などが不要なく、使いたい時にすぐ気軽に使えたり、夜間でも利用できるサービス。
 夜中に預かってほしいと思うことしかありませんでした。夜間のみ預けられる場所が欲しいです。
 肩こりのマッサージやアロマ
 第2子以降は毎日上の子の保育園の送り迎えがあるため、保育士さんやお友だちのお母さんと話す機会があるけれど、初産は本当に孤独を感じやすいなと感じました。私は、赤ちゃんと二人でお買い物する自信がなかったため、散歩以外出歩かなかったのが原因かもしれませんが・・・。初産の場合、赤ちゃん訪問を1ヶ月以降も必ず実施するようにした方がいいと思います。(確か1ヶ月以降も訪問するか選択できたと思うのですが、聞かれた時良くても状況とメンタルは日々変わるので・・・。)
 エステ、マッサージなどのリラクゼーションサービス
 美味しく温かいご飯の宅配。家政婦の派遣
 ヘアサロンやエステサロンなどと提携して施術中に預かってくれるサービス。家族に預けて長時間のリラクゼーションを受けることに抵抗があるため、サロンに連れて行き、預けることが出来ると罪悪感が薄れる。
 今ある制度がもっと柔軟に使えるようになるとよいです。
 回数券的な感じで骨盤ケアや尿漏れケアみたいなやヨガみたいに身体をリラックスしたり回復に誰でもサポートが受けれると嬉しい。その際、上の子のお預かりまたは同行許可もあると尚助かります。

産後1年未満の方への調査①: 身体症状、心理的症状、困りごと

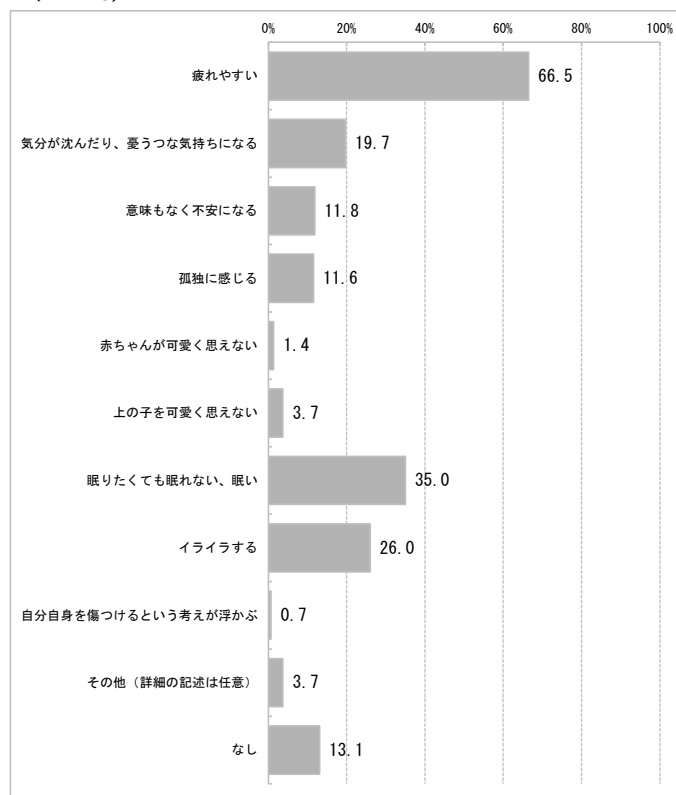
[Q14]現在、特に辛いと感じている身体症状についてお答えください。(最大3つまで、複数回答)

(n=726)



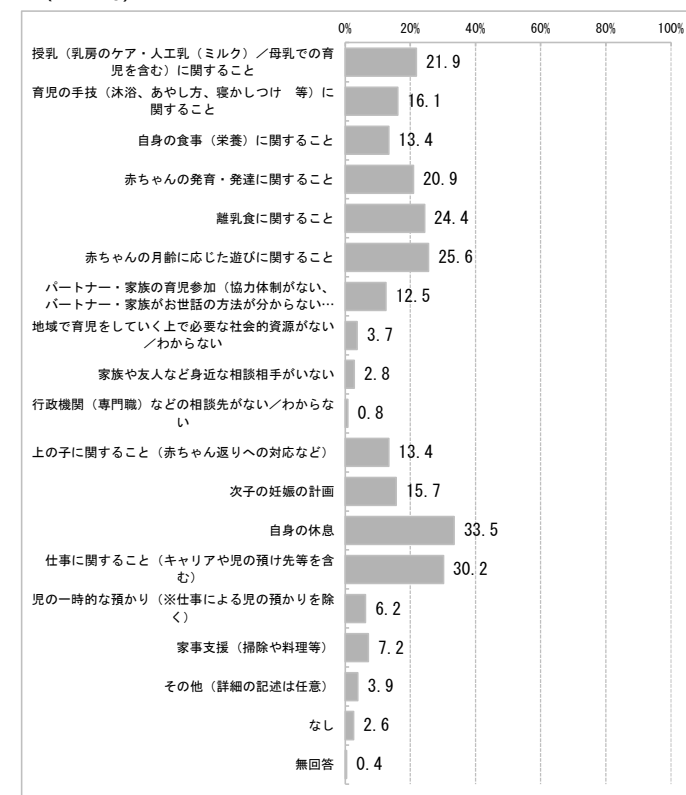
[Q15]現在、感じている心理的症状についてお答えください。(最大3つまで、複数回答)

(n=726)



[Q16]現在、感じている困り事についてお答えください。(最大3つまで、複数回答)

(n=726)



産後1年未満の方への調査①: 身体症状、心理的症状、困りごと

Q14_14 FA 現在、特に辛いと感じている身体症状に関してお答えください。

上腕の筋肉痛
膝の痛み
疲れやすい
帝王切開痕のツリ、痛み
帝王切開の傷跡がたまに痛む
帝王切開後の創部ではなく、その周りの筋肉や筋など
胆石症
寝不足
帝王切開の傷
蕁麻疹
後陣痛
帝王切開の後遺症による癒着
視力低下
帝王切開の傷
妊娠糖尿病から境界型になった
帝王切開傷痕のかゆみ
排便時の腹痛
膝
膝の痛み
膝痛
抜け毛、妊娠中に治療ができず、進行したむし歯の治療に伴う痛み。
関節痛
目の奥の痛み
手のこわばり
膝、腰
手指痛
肌の乾燥
産後うつ
寝不足
手足の痺れ、光視症
ひざの痛み

寝不足
腰
寝ても疲れがとれない
ホルモン低下による冷えや倦怠感などの症状
自分の入浴を毎日できず清潔を保てないこと
痔
手指の荒れ・ヒビ割れ
肌の痒み（腹部あたり）
下腹部痛
睡眠不足
帝王切開の傷
足首、ひざ
産後リウマチ発症。出産後退院してから救急車で運ばれる。
足の指が巻爪になって痛い（体重が増えたので）
足首手首の痛み
骨盤の開き

産後1年未満の方への調査①: 身体症状、心理的症状、困りごと



Q15_10 FA 現在、感じている心理的な症状に関してお答えください。

記憶力が低下した
昔あった嫌なことを何度も思い出してしまう
貯金の目減り
空腹ではないのに食べようとする
たまに猛烈な怠惰感に襲われ、なにもしたくなくなり動けなくなる
義実家に関わると、旦那を含め義実家を敵に感じる。それに対する孤独感と罪悪感
将来への不安を感じる
痛み
旦那にいらつく
1人の時間が欲しい
涙もろい
忘れっぽくなった
1人になりたいことが、一瞬あった
気力が出ない
自分の時間が取れずちょっと息抜きしたい
母親との育児が原因による不仲
ちょっとしたミスをしただけでめちゃくちゃ落ち込む
夫が憎らしい
生理痛が酷い
現在6ヶ月で、5ヶ月半ばぐらいまでは気持ちに余裕がなくて気分の浮き沈みもイライラも多くツラかった
夫自身や夫の育児・家事に対する認識のギャップにイライラする
涙が止まらない
夫を大切にできない
経済的な理由の焦り、就職活動への不安

産後1年未満の方への調査①: 身体症状、心理的症状、困りごと



Q16_17 FA 現在、感じている困り事に関してお答えください。

金銭面

義母の育児過干渉

保育園にはいれるかどうか

多胎の悩みが特殊

上の子の食事

金銭面

持病

金銭面のやりくり

経済的に余裕がない

経済的なことです。育休開始後180日を超えると手当でも減ります。育休は一年取れるはずなのに、手当が一年を待たずに減額されるのはなぜなのだろうかとふと疑問に感じました。

子ども3人の入浴を1人でしないといけないこと。

親族との関わり

不妊治療に専念するために退職したのでこれからの就労について

間取り。ほかと別れた寝室がないので、特に寝かしつけなどの生活リズムを作るのが難しい

保育園に預けられるかどうか

育休中の支給が遅れ入ってこない

お金が無いが、子供がいるのでバイトしたり日雇いで稼ぐことは出来ない

お互いの両親・親戚が遠方で頼れない

生理不順

赤ちゃんの病気と今後の成長

腱鞘炎で長時間の抱っこが出来ない

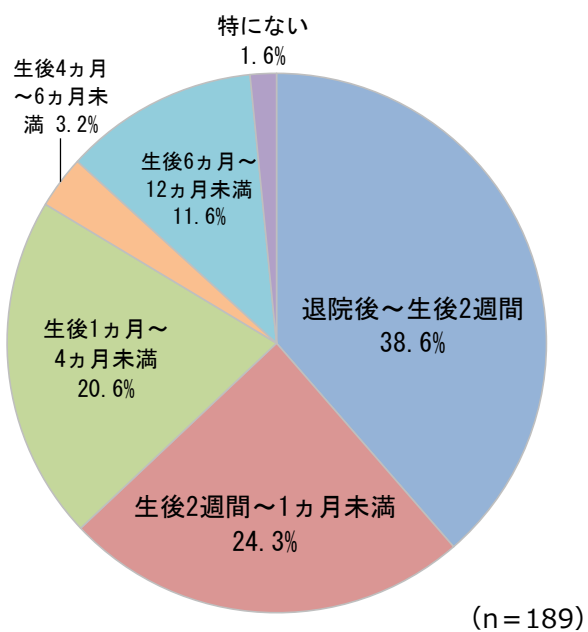
経済的なこと

自身の睡眠時間の確保

パートナー、自分自身の価値の捉え方に肯定感が低くなる。ないがしろになりがち

産後1年以上2年未満の方への調査①: サポートを最も必要とした時期

[Q17]産後1年を振り返った時に、一番支援してほしいとした時期はいつですか？
(単一回答)



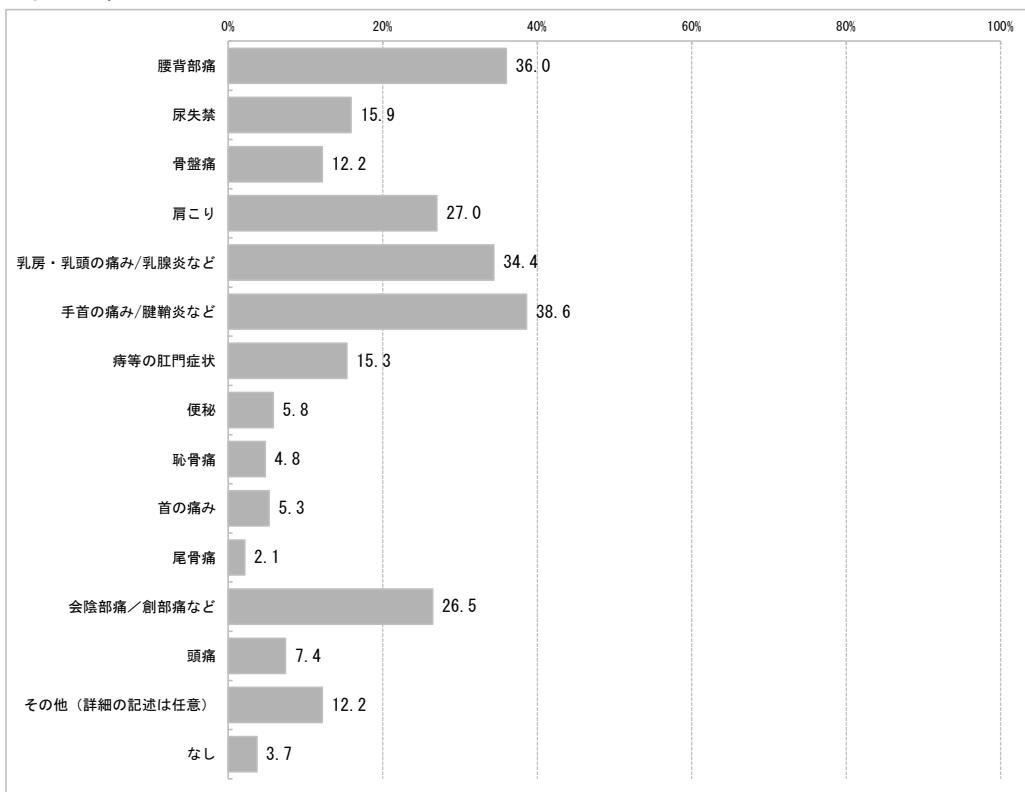
産後1年以上2年未満の方への調査②：身体症状



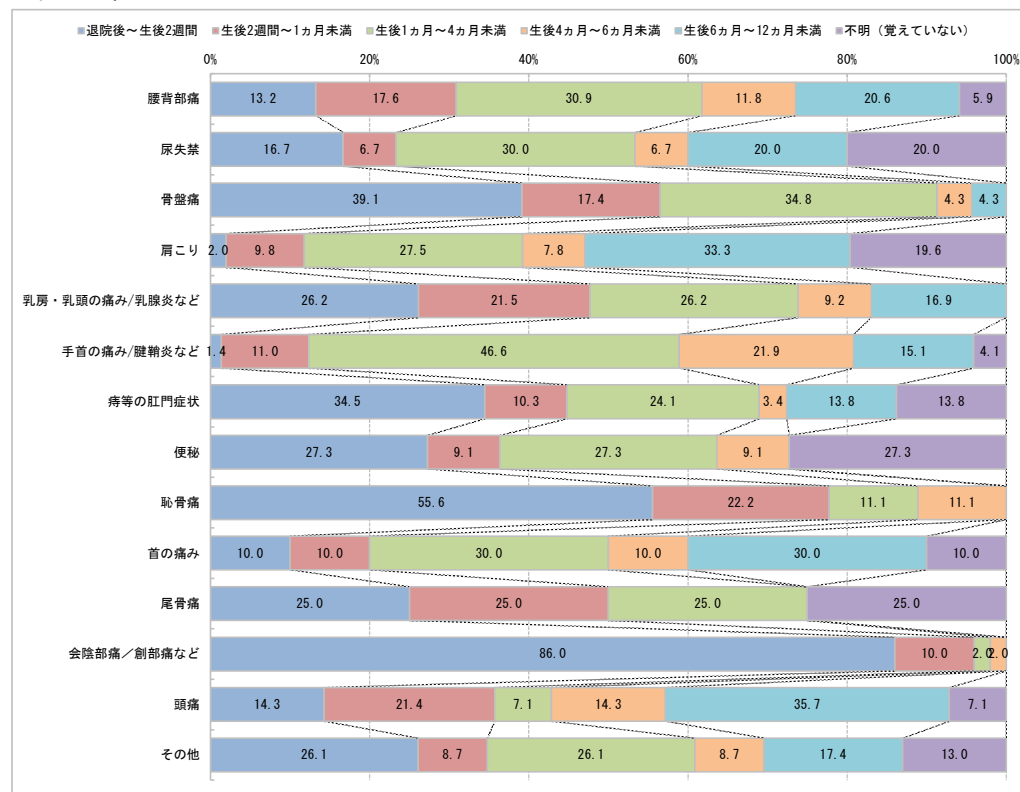
[Q18]産後1年を振り返った時に、特に辛いと感じていた身体症状に関してお答えください。
(最大3つまで、複数回答)

[Q19]{Q18}について、最も辛かった時期をお答えください。(各項目、単一回答)

(n=189)



(n=189)



産後1年以上2年未満の方への調査②: 身体症状



Q18_14 FA 産後1年を振り返った時に、特に辛いと感じていた身体症状についてお答えください。

帝王切開の傷の痛み

免疫が低下しているのか、良く風邪をひく

貧血

膝の痛み

悪露

産後すぐ貧血になり、気持ち悪い、吐き気がある時期が2週間ほど続いたこと

よく疲れる感じ

帝王切開による傷の痛み

ばね指

帝王切開後の傷、むくみ

帝王切開の傷の痛み

寝不足

帝王切開手術跡

ひざのいたみ

膝痛

足のむくみで激痛だった

蕁麻疹

ご紹介

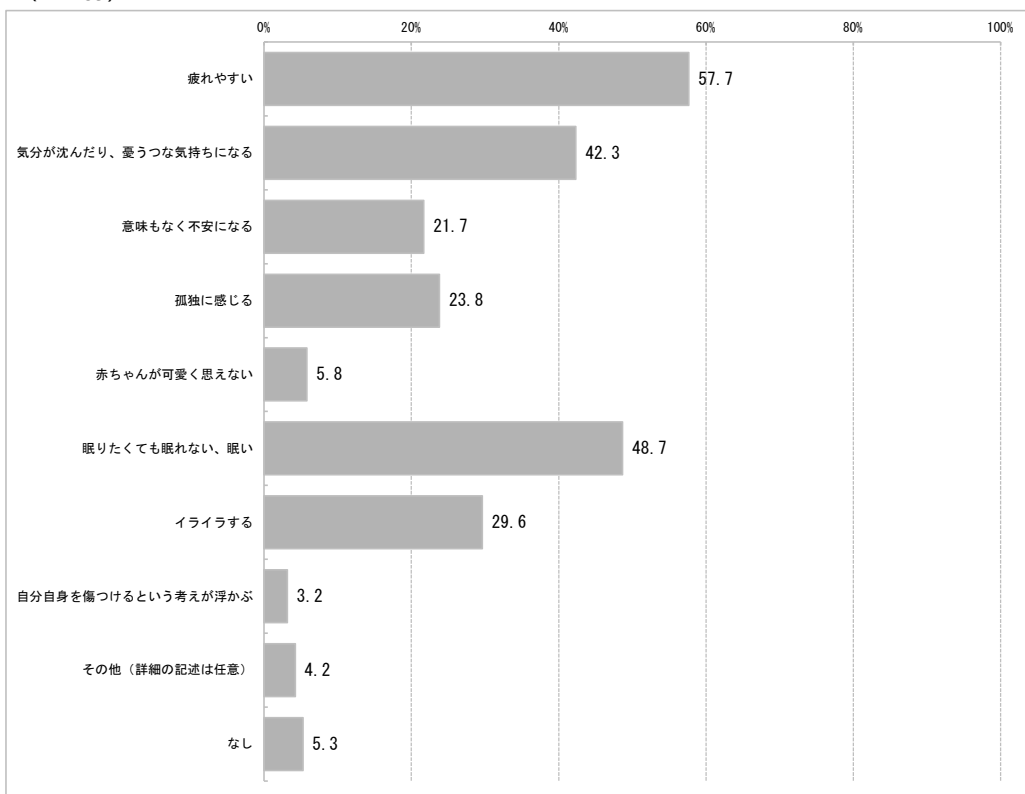
腰痛

帝王切開の縫合部分の痒み

産後1年以上2年未満の方への調査③:心理的症状

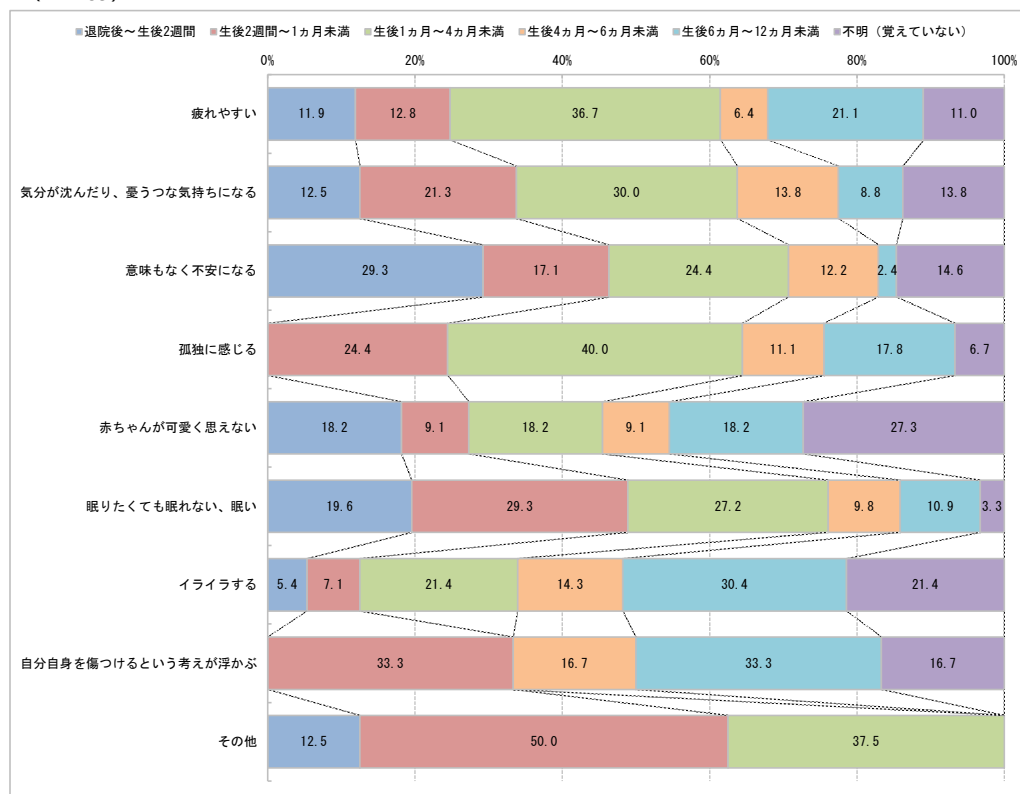
[Q20]産後1年を振り返った時に、特に感じていた心理的な症状に関してお答えください。
(最大3つまで、複数回答)

(n=189)



[Q21]{Q20}について、最も辛かった時期をお答えください。(各項目、単一回答)

(n=189)



産後1年以上2年未満の方への調査③:心理的症状



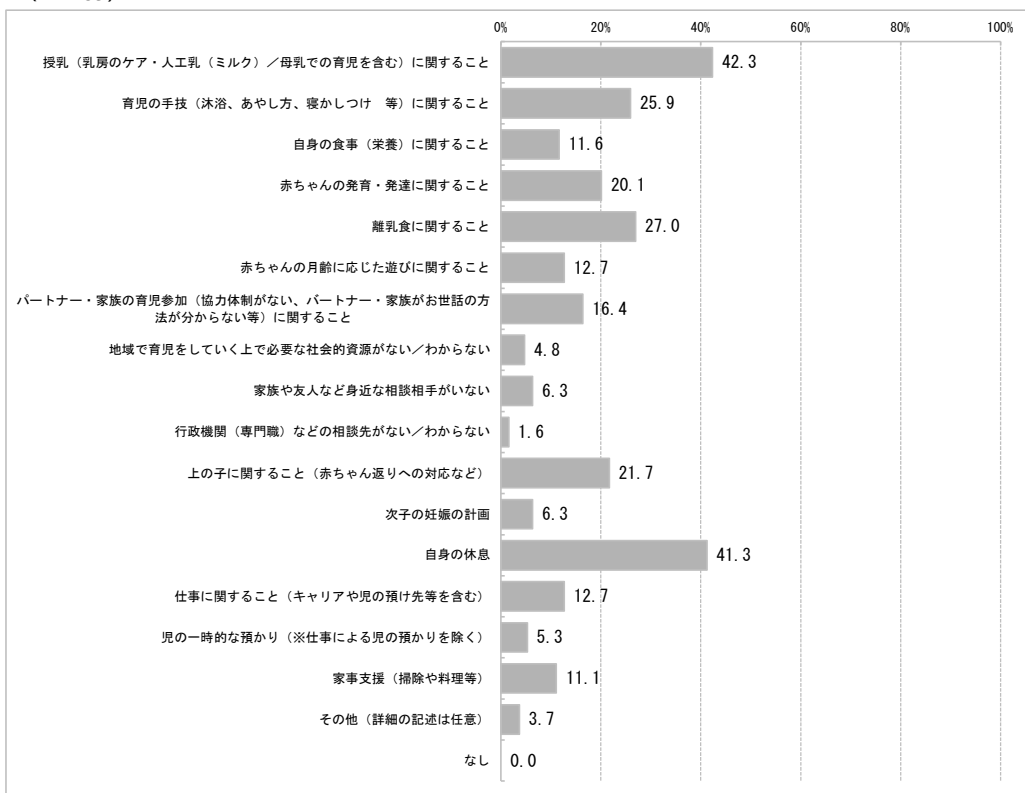
Q20_9 FA 産後1年を振り返った時に、特に感じていた心理的な症状に関してお答えください。

旦那に対しての失望
上の子に対するいら立ち
上の子がいて休めない、赤ちゃん返りがつらい
産前よりも気分の抑揚が激しくなる
味覚がおかしく、美味しく食べられないこと
泣きたくなる
どうしていいかわからない

産後1年以上2年未満の方への調査④：困りごと

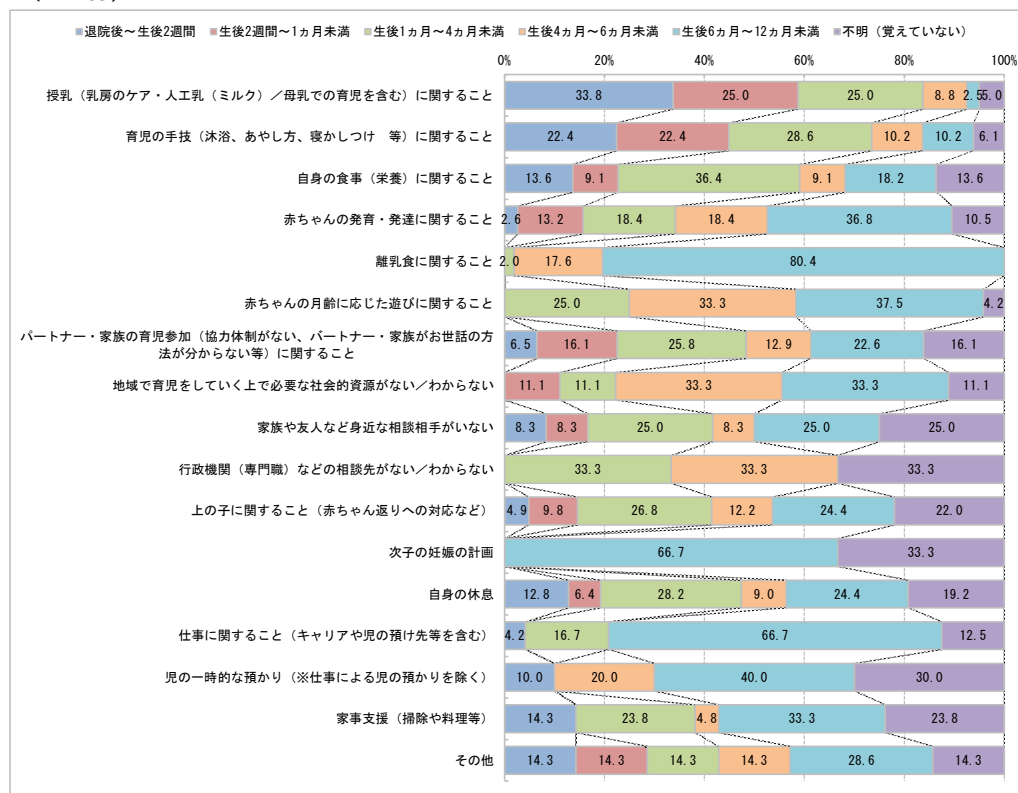
[Q22]産後1年を振り返った時に、特に感じていた困り事に関して、お答えください。
(最大3つまで、複数回答)

(n=189)



[Q23]{Q22}について、最も困った時期をお答えください。（各項目、単一回答）

(n=189)



産後1年以上2年未満の方への調査④：困りごと



Q22_17 FA 産後1年を振り返った時に、特に感じていた困り事に関して、お答えください。

病院に通院することが増え、子供の一時的な預かりに悩むことが多かった

義母の執着

人手がたりない

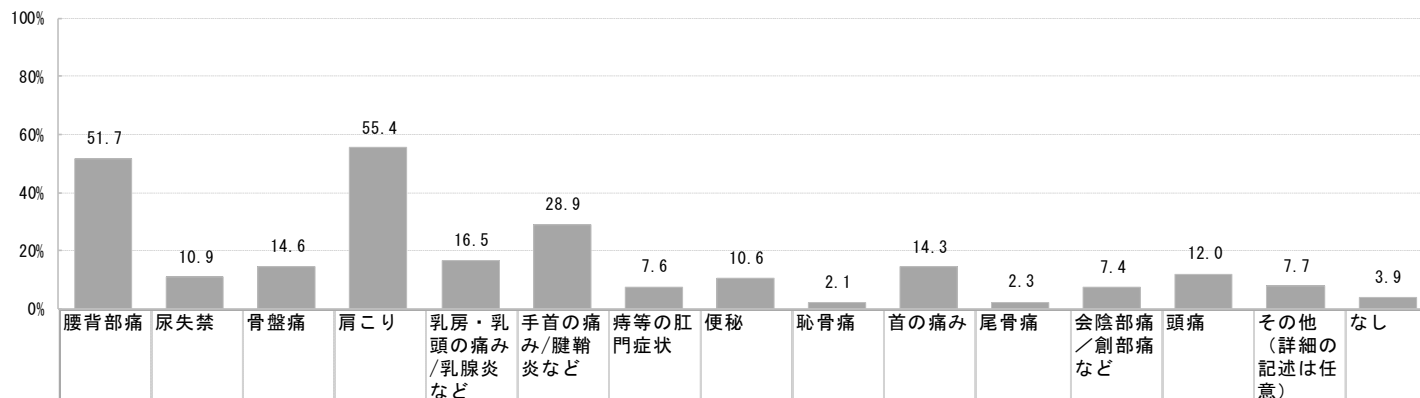
自分の心臓の手術が必要になったこと

赤ちゃんの病気

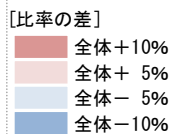
夫が家族で最初に感染症にかかり、自分が体力・精神的にしんどい時期にワンオペ育児となり、その後自分や子どもに感染したことがしんどかったです

クロス集計: お子様月齢別辛いと感じる身体症状に関して

現在、特に辛いと感じている身体症状に関してお答えください。
(最大3つまで、複数回答)



n = 30 以上

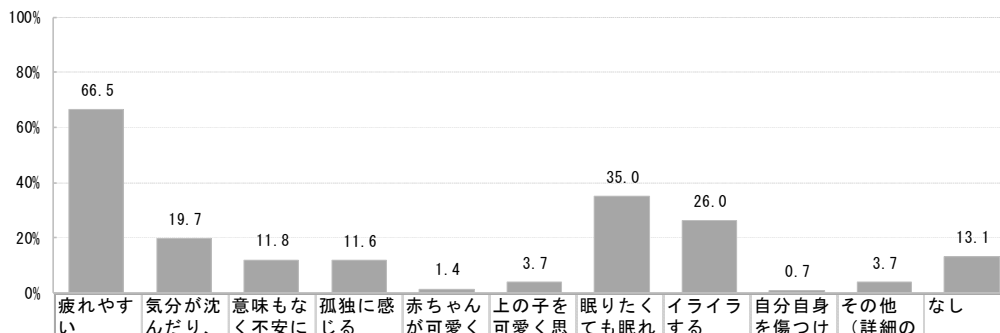
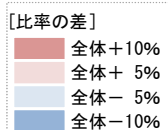


		全体	腰背部痛	尿失禁	骨盤痛	肩こり	乳房・乳頭の痛み/乳腺炎など	手首の痛み/腱鞘炎など	痔等の肛門症状	便秘	恥骨痛	首の痛み	尾骨痛	会陰部痛/創部痛など	頭痛	その他(詳細の記述は任意)	なし
全体	(726)	51.7	10.9	14.6	55.4	16.5	28.9	7.6	10.6	2.1	14.3	2.3	7.4	12.0	7.7	3.9	
Q8 現在妊娠していない方にお伺いします。お子さまの生年月を教えてください。2人以上いらっしゃる場合は一番下のお子さまについてお選びください。	2024年12月(生後12か月)	(46)	63.0	15.2	15.2	63.0	8.7	17.4	8.7	8.7	0.0	10.9	0.0	2.2	17.4	4.3	4.3
	2025年1月(生後11か月)	(42)	52.4	11.9	7.1	47.6	16.7	31.0	7.1	2.4	0.0	14.3	2.4	7.1	16.7	7.1	2.4
	2025年2月(生後10か月)	(29)	55.2	17.2	20.7	34.5	34.5	13.8	0.0	6.9	3.4	6.9	3.4	6.9	6.9	10.3	10.3
	2025年3月(生後9か月)	(45)	46.7	13.3	17.8	66.7	15.6	28.9	0.0	2.2	4.4	11.1	2.2	6.7	6.7	4.4	2.2
	2025年4月(生後8か月)	(44)	56.8	11.4	11.4	59.1	11.4	29.5	4.5	9.1	2.3	20.5	0.0	2.3	18.2	4.5	2.3
	2025年5月(生後7か月)	(63)	58.7	6.3	9.5	60.3	9.5	34.9	1.6	14.3	0.0	17.5	0.0	3.2	11.1	4.8	7.9
	2025年6月(生後6か月)	(65)	41.5	6.2	13.8	47.7	13.8	32.3	10.8	7.7	1.5	15.4	0.0	1.5	20.0	15.4	7.7
	2025年7月(生後5か月)	(78)	44.9	14.1	10.3	53.8	10.3	41.0	9.0	11.5	2.6	23.1	5.1	5.1	5.1	9.0	2.6
	2025年8月(生後4か月)	(76)	56.6	3.9	11.8	61.8	10.5	28.9	6.6	11.8	0.0	19.7	1.3	2.6	10.5	9.2	3.9
	2025年9月(生後3か月)	(80)	52.5	17.5	21.3	52.5	13.8	28.8	12.5	13.8	0.0	11.3	3.8	6.3	8.8	12.5	2.5
	2025年10月(生後2か月)	(69)	58.0	10.1	13.0	62.3	24.6	30.4	8.7	17.4	2.9	11.6	2.9	5.8	14.5	2.9	1.4
	2025年11月(生後1か月)	(82)	42.7	7.3	22.0	50.0	34.1	22.0	11.0	12.2	7.3	7.3	4.9	26.8	9.8	6.1	2.4
2025年12月(生後0か月)	(7)	42.9	28.6	14.3	42.9	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	57.1	28.6	0.0	0.0

クロス集計: お子様月齢別辛いと感じる心理的な症状に関して

現在、感じている心理的な症状についてお答えください。
(最大3つまで、複数回答)

n = 30 以上



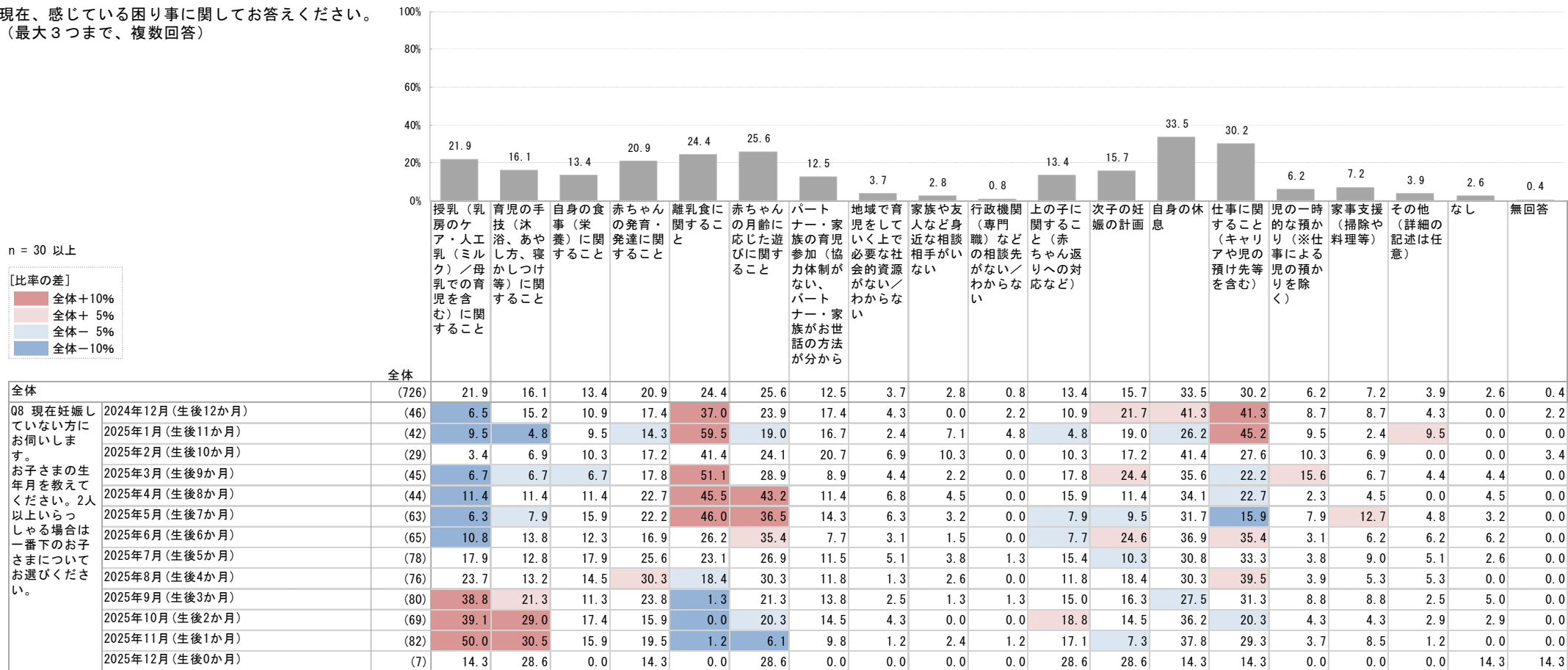
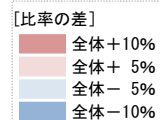
		全体	疲れやすい	気分が沈んだり、憂うつな気持ちになる	意味もなく不安になる	孤独に感じる	赤ちゃんが可愛く思えない	上の子を可愛く思えない	眠りたくても眠れない、眠い	イライラする	自分自身を傷つけるという考えが浮かぶ	その他 (詳細の記述は任意)	なし
全体		(726)	66.5	19.7	11.8	11.6	1.4	3.7	35.0	26.0	0.7	3.7	13.1
Q8 現在妊娠していない方にお伺いします。お子さまの生年月を教えてください。2人以上いらっしゃる場合は一番下のお子さまについてお選びください。	2024年12月(生後12か月)	(46)	73.9	15.2	6.5	10.9	4.3	8.7	19.6	43.5	0.0	2.2	6.5
	2025年1月(生後11か月)	(42)	76.2	21.4	16.7	14.3	0.0	2.4	16.7	23.8	0.0	2.4	19.0
	2025年2月(生後10か月)	(29)	75.9	24.1	13.8	24.1	6.9	0.0	27.6	24.1	3.4	3.4	10.3
	2025年3月(生後9か月)	(45)	55.6	17.8	6.7	6.7	4.4	0.0	42.2	24.4	2.2	2.2	22.2
	2025年4月(生後8か月)	(44)	65.9	11.4	2.3	6.8	2.3	6.8	29.5	36.4	0.0	4.5	15.9
	2025年5月(生後7か月)	(63)	71.4	17.5	6.3	15.9	0.0	4.8	33.3	27.0	1.6	3.2	11.1
	2025年6月(生後6か月)	(65)	67.7	21.5	7.7	10.8	1.5	3.1	41.5	27.7	0.0	3.1	12.3
	2025年7月(生後5か月)	(78)	66.7	23.1	15.4	14.1	0.0	3.8	33.3	26.9	1.3	3.8	9.0
	2025年8月(生後4か月)	(76)	61.8	19.7	17.1	10.5	1.3	3.9	31.6	14.5	0.0	1.3	17.1
	2025年9月(生後3か月)	(80)	61.3	25.0	18.8	13.8	0.0	3.8	41.3	26.3	0.0	6.3	11.3
	2025年10月(生後2か月)	(69)	76.8	20.3	7.2	8.7	0.0	2.9	39.1	23.2	1.4	5.8	11.6
	2025年11月(生後1か月)	(82)	57.3	18.3	17.1	8.5	1.2	3.7	46.3	23.2	0.0	4.9	12.2
2025年12月(生後0か月)	(7)	57.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	28.6	28.6	0.0	0.0	28.6	

クロス集計: お子様月齢別 困りごとに関して



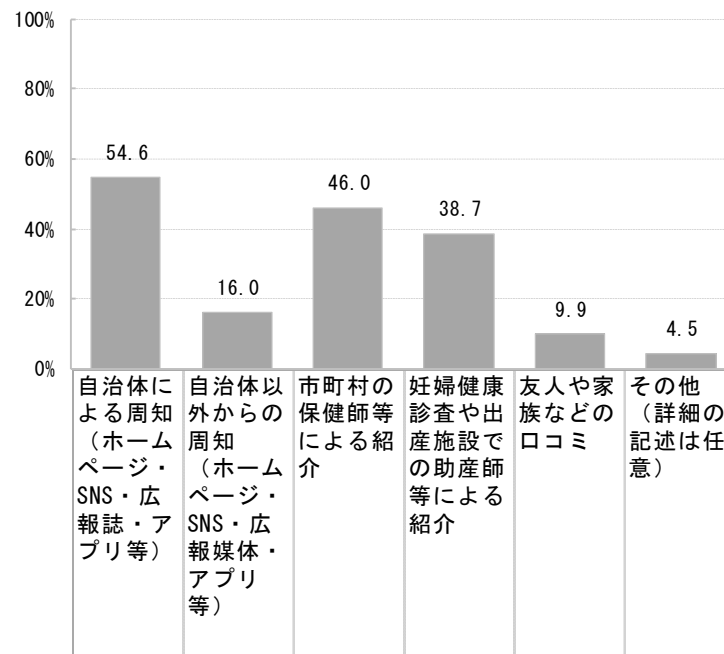
現在、感じている困り事についてお答えください。
(最大3つまで、複数回答)

n = 30 以上

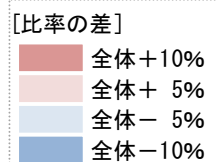


クロス集計:産後ケアの認知時期別 経路

産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。
産後ケア事業をどのような方法で知りましたか。
(複数回答)



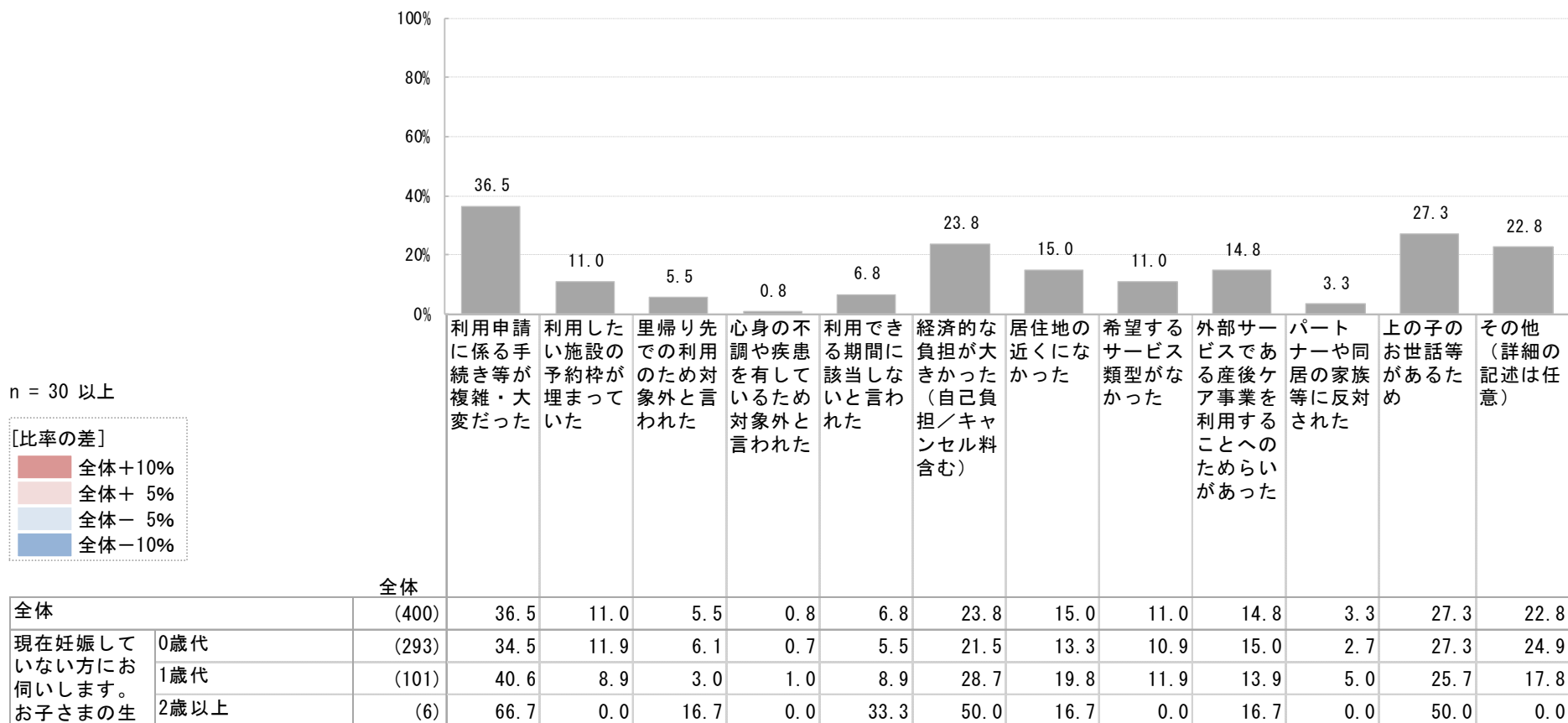
n = 30 以上



		全体	自治体による周知 (ホームページ・SNS・広報紙・アプリ等)	自治体以外からの周知 (ホームページ・SNS・広報媒体・アプリ等)	市町村の保健師等による紹介	妊婦健康診査や出産施設での助産師等による紹介	友人や家族などの口コミ	その他 (詳細の記述は任意)
全体		(873)	54.6	16.0	46.0	38.7	9.9	4.5
Q25 産後ケア事業をご存知の方にお伺いします。産後ケア事業をどの時期に知りましたか？ (複数回答)	妊娠前	(354)	62.1	22.3	37.9	37.9	14.4	5.6
	妊娠初期 (妊娠4ヵ月頃)	(218)	58.3	12.4	60.1	35.8	4.6	1.8
	妊娠中期 (妊娠5~7ヵ月頃)	(83)	56.6	14.5	56.6	36.1	4.8	2.4
	妊娠後期 (妊娠8~10ヵ月頃)	(95)	49.5	12.6	38.9	44.2	8.4	4.2
	出産のための入院中	(29)	17.2	3.4	31.0	96.6	6.9	0.0
	出産後	(87)	33.3	8.0	48.3	28.7	11.5	8.0
	その他 (詳細の記述は任意)	(7)	28.6	28.6	28.6	14.3	14.3	28.6

クロス集計:お子さま年齢別 利用しなかった理由

産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない（できなかった）理由について教えてください。
（複数回答）

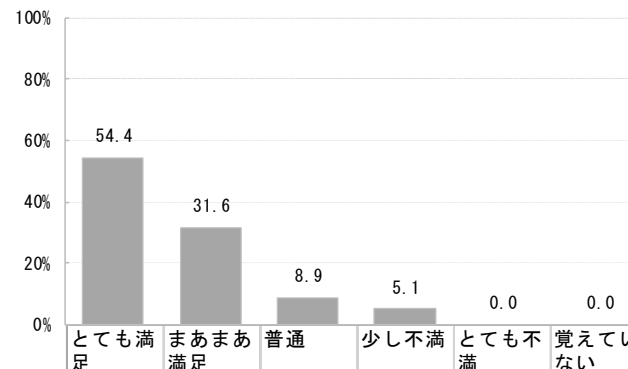
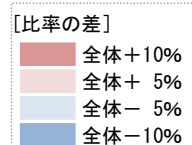


クロス集計:利用時期 満足度(身体に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

身体に関するケア (産後の腰痛や尿失禁等へのケア 等)

n = 30 以上



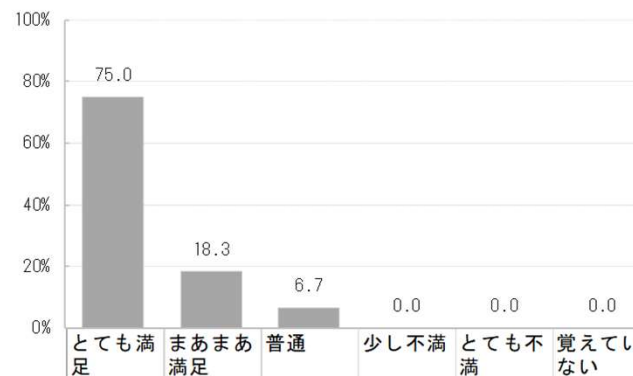
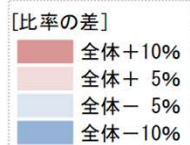
		全体	54.4	31.6	8.9	5.1	0.0	0.0
全体		(79)	54.4	31.6	8.9	5.1	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(22)	54.5	22.7	13.6	9.1	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(22)	50.0	22.7	13.6	13.6	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(28)	50.0	32.1	10.7	7.1	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(40)	50.0	40.0	7.5	2.5	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(19)	52.6	36.8	5.3	5.3	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(13)	46.2	38.5	7.7	7.7	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(10)	30.0	60.0	10.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(7)	42.9	57.1	0.0	0.0	0.0	0.0
覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:利用時期 満足度(栄養に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

栄養に関するケア

n = 30 以上



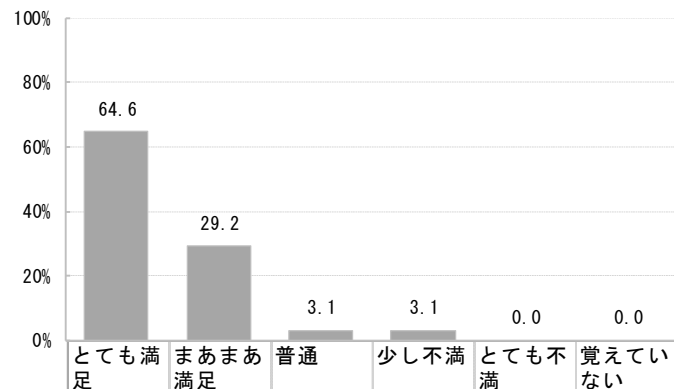
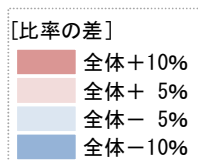
全体		(60)	75.0	18.3	6.7	0.0	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。 ※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(18)	72.2	16.7	11.1	0.0	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(16)	81.3	18.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(22)	68.2	31.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(32)	68.8	21.9	9.4	0.0	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(12)	66.7	25.0	8.3	0.0	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(6)	83.3	16.7	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(4)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(2)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:利用時期 満足度(心理的なケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

心理的なケア

n = 30 以上



全体		(96)	64.6	29.2	3.1	3.1	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(25)	64.0	24.0	8.0	4.0	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(25)	76.0	12.0	8.0	4.0	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(45)	68.9	28.9	2.2	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(54)	68.5	25.9	3.7	1.9	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(26)	46.2	38.5	7.7	7.7	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(18)	38.9	50.0	5.6	5.6	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(13)	30.8	53.8	7.7	7.7	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(7)	28.6	57.1	0.0	14.3	0.0	0.0
	覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

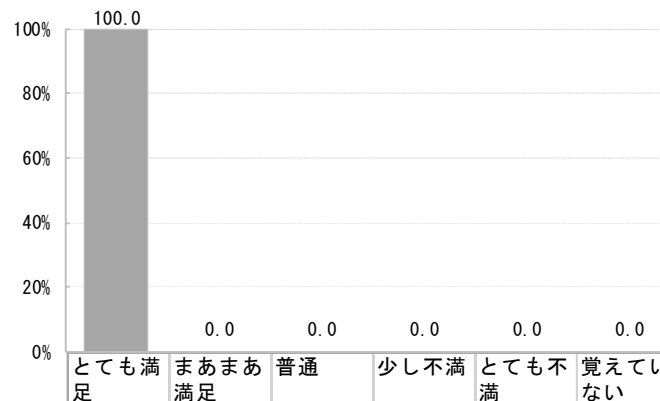
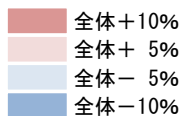
クロス集計:利用時期 満足度(授乳に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

適切な授乳が実施できるためのケア (乳房ケアを含む)

n = 30 以上

[比率の差]



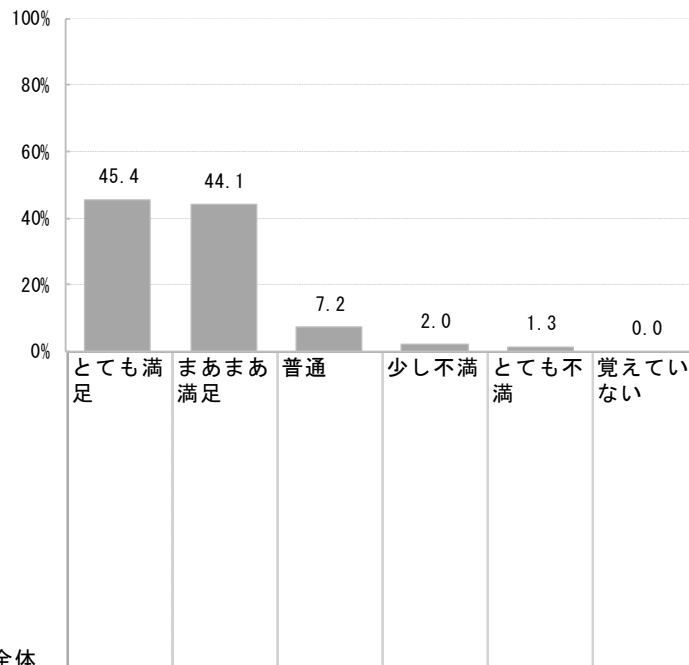
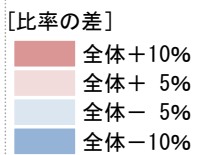
		全体						
全体		(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:利用時期 満足度(お世話に関する指導)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

お世話の方法の具体的な指導及び相談

n = 30 以上



		全体	45.4	44.1	7.2	2.0	1.3	0.0
全体	(152)	45.4	44.1	7.2	2.0	1.3	0.0	
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(37)	45.9	35.1	10.8	5.4	2.7	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(44)	56.8	38.6	2.3	2.3	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(64)	48.4	48.4	3.1	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(86)	48.8	44.2	5.8	0.0	1.2	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(34)	38.2	47.1	11.8	2.9	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(21)	52.4	47.6	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(16)	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(9)	44.4	55.6	0.0	0.0	0.0	0.0
覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

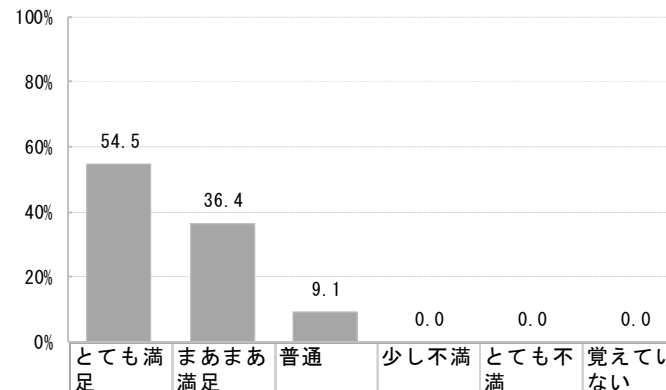
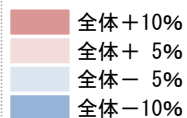
クロス集計:利用時期 満足度(パートナー・家族への支援)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

パートナー・家族への支援 (お世話の方法や指導など)

n = 30 以上

[比率の差]



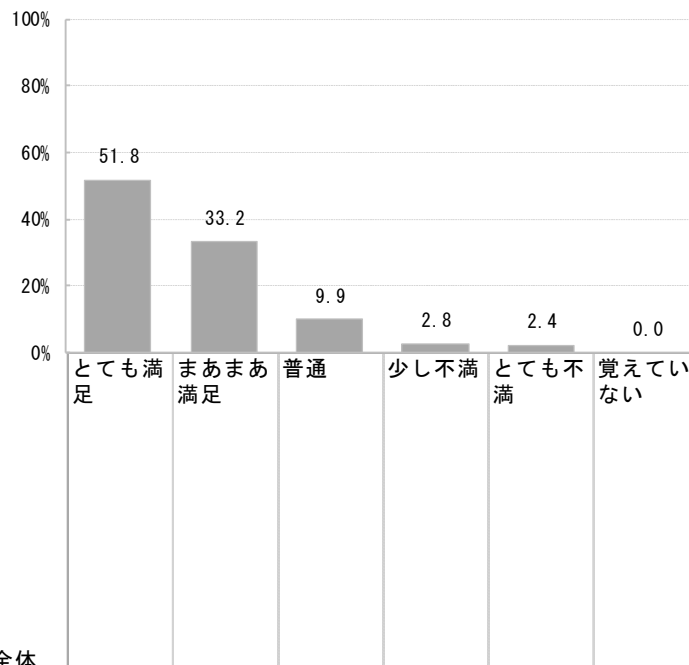
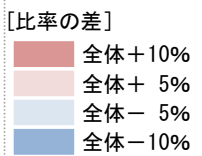
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(22)	54.5	36.4	9.1	0.0	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。 ※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。 (複数回答)	生後2週間未満	(11)	63.6	36.4	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(10)	60.0	40.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(9)	55.6	33.3	11.1	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(9)	55.6	22.2	22.2	0.0	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(4)	25.0	25.0	50.0	0.0	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(4)	50.0	25.0	25.0	0.0	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(2)	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0
生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
覚えていない		(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:利用時期 満足度(自身の休息)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

自身の休息

n = 30 以上



		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(253)	51.8	33.2	9.9	2.8	2.4	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。 ※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。 (複数回答)	生後2週間未満	(57)	52.6	28.1	12.3	5.3	1.8	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(61)	47.5	37.7	13.1	0.0	1.6	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(103)	48.5	36.9	12.6	1.0	1.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(142)	54.2	35.2	6.3	2.1	2.1	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(47)	55.3	36.2	6.4	0.0	2.1	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(31)	61.3	25.8	6.5	3.2	3.2	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(14)	78.6	21.4	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(10)	80.0	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0
覚えていない	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:利用時期 満足度(その他)

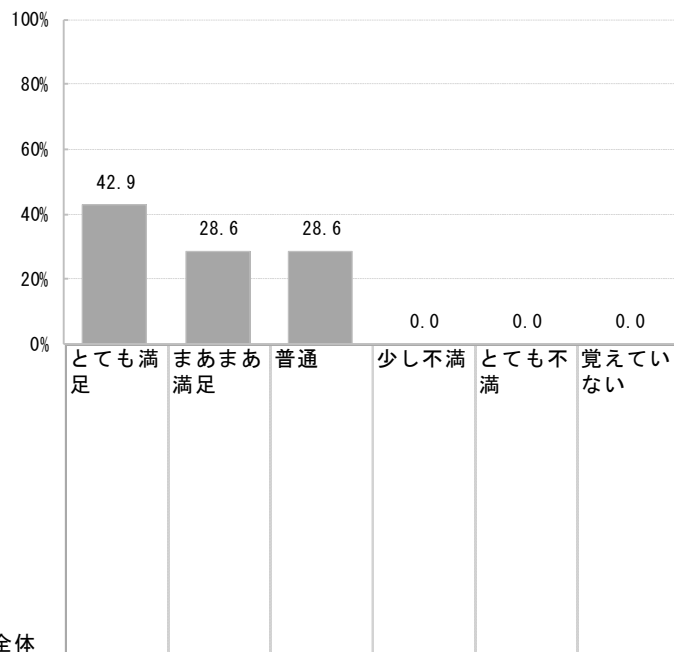
産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

その他

n = 30 以上

[比率の差]

全体+10%
全体+5%
全体-5%
全体-10%

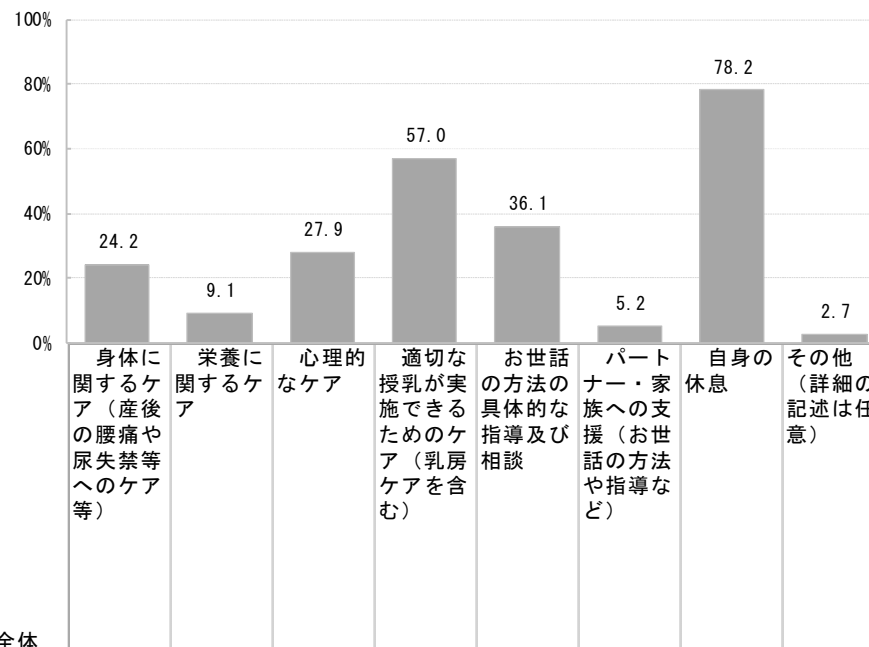
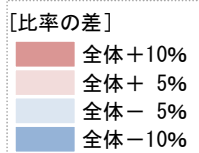


全体		(7)	42.9	28.6	28.6	0.0	0.0	0.0
Q30 産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。産後ケア事業を受けた時期を教えてください。※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。(複数回答)	生後2週間未満	(3)	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0
	生後2週間~1ヵ月未満	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後1ヵ月以上2ヵ月未満	(2)	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後2ヵ月以上4ヵ月未満	(3)	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後4ヵ月以上6ヵ月未満	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後6ヵ月以上8ヵ月未満	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後8ヵ月以上10ヵ月未満	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	生後10ヵ月以上12ヵ月未満	(1)	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
	覚えていない	(1)	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:自身の年齢別 利用目的

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業の利用目的は何でしたか？
(複数回答)

n = 30 以上

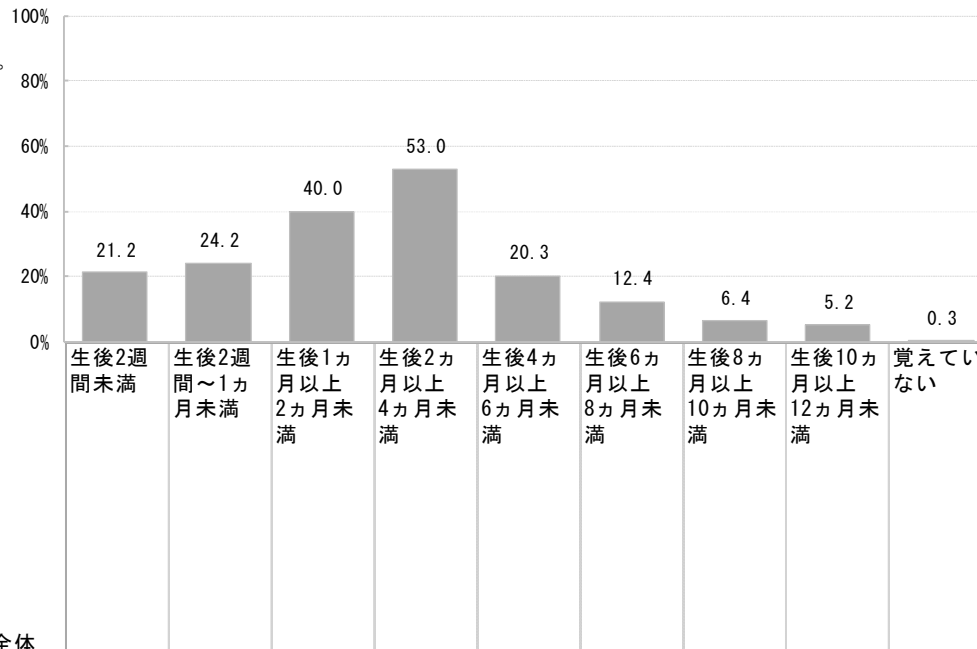
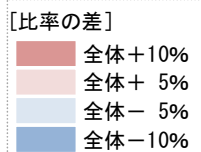


		全体	24.2	9.1	27.9	57.0	36.1	5.2	78.2	2.7
全体		(330)	24.2	9.1	27.9	57.0	36.1	5.2	78.2	2.7
Q1 あなたの年齢	~19歳	(1)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
	20~24歳	(2)	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	100.0	0.0
	25~29歳	(34)	29.4	8.8	29.4	52.9	41.2	5.9	73.5	2.9
	30~34歳	(119)	19.3	7.6	23.5	57.1	39.5	5.0	79.8	2.5
	35~39歳	(118)	26.3	11.0	32.2	52.5	32.2	5.1	78.0	0.0
	40~44歳	(50)	26.0	10.0	30.0	70.0	34.0	4.0	74.0	10.0
	45~49歳	(6)	50.0	0.0	16.7	66.7	50.0	16.7	100.0	0.0
	50~54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
55歳~	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:自身の年齢別 利用時期

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業を受けた時期を教えてください。
※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。
(複数回答)

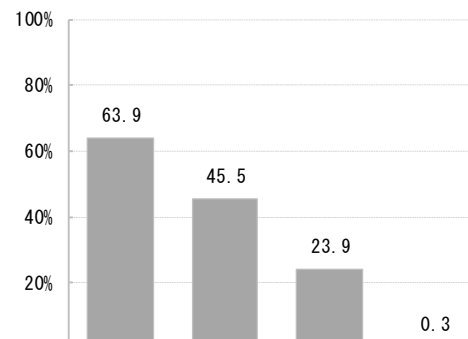
n = 30 以上



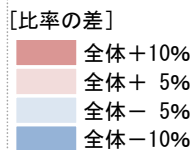
		全体	生後2週間未満	生後2週間~1か月未満	生後1か月以上2か月未満	生後2か月以上4か月未満	生後4か月以上6か月未満	生後6か月以上8か月未満	生後8か月以上10か月未満	生後10か月以上12か月未満	覚えていない
全体		(330)	21.2	24.2	40.0	53.0	20.3	12.4	6.4	5.2	0.3
Q1 あなたの年齢	~19歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20~24歳	(2)	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25~29歳	(34)	23.5	23.5	29.4	47.1	14.7	5.9	2.9	0.0	0.0
	30~34歳	(119)	16.8	21.8	51.3	55.5	20.2	11.8	5.9	6.7	0.0
	35~39歳	(118)	22.9	29.7	31.4	52.5	16.9	12.7	6.8	4.2	0.0
	40~44歳	(50)	22.0	18.0	40.0	50.0	30.0	16.0	10.0	8.0	2.0
	45~49歳	(6)	50.0	33.3	33.3	100.0	50.0	33.3	0.0	0.0	0.0
	50~54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
55歳~	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:自身の年齢別 サービス類型

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
どのサービス類型で受けましたか？
(複数回答)



n = 30 以上

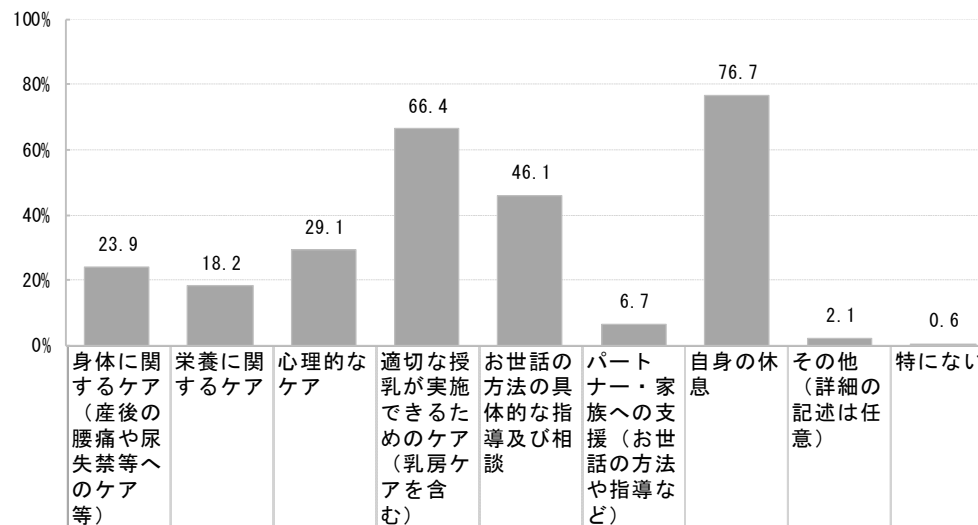
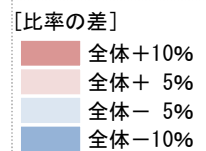


		全体	63.9	45.5	23.9	0.3
全体		(330)	63.9	45.5	23.9	0.3
Q1 あなたの年齢	～19歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(2)	100.0	50.0	0.0	0.0
	25～29歳	(34)	70.6	38.2	17.6	0.0
	30～34歳	(119)	62.2	44.5	27.7	0.0
	35～39歳	(118)	63.6	44.1	22.9	0.0
	40～44歳	(50)	58.0	54.0	22.0	2.0
	45～49歳	(6)	100.0	66.7	33.3	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:自身の年齢別 実施してもらったケア

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業で実施してもらったケアの内容を教えてください。
(複数回答)

n = 30 以上



		全体	23.9	18.2	29.1	66.4	46.1	6.7	76.7	2.1	0.6
全体		(330)	23.9	18.2	29.1	66.4	46.1	6.7	76.7	2.1	0.6
Q1 あなたの年齢	～19歳	(1)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
	20～24歳	(2)	0.0	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0
	25～29歳	(34)	17.6	14.7	26.5	61.8	41.2	8.8	73.5	0.0	2.9
	30～34歳	(119)	24.4	17.6	28.6	67.2	49.6	5.9	76.5	0.8	0.0
	35～39歳	(118)	22.9	19.5	25.4	61.9	46.6	6.8	80.5	0.8	0.0
	40～44歳	(50)	30.0	16.0	42.0	82.0	42.0	6.0	68.0	10.0	2.0
	45～49歳	(6)	33.3	33.3	33.3	50.0	50.0	16.7	100.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

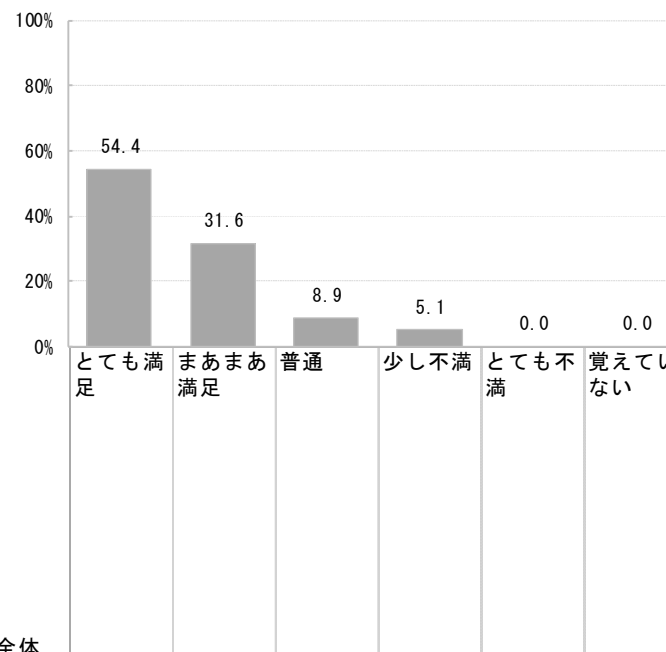
クロス集計:自身の年齢別 満足度(身体に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

身体に関するケア (産後の腰痛や尿失禁等へのケア 等)

n = 30 以上

[比率の差]



		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(79)	54.4	31.6	8.9	5.1	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(6)	50.0	16.7	16.7	16.7	0.0	0.0
	30～34歳	(29)	69.0	17.2	6.9	6.9	0.0	0.0
	35～39歳	(27)	48.1	33.3	14.8	3.7	0.0	0.0
	40～44歳	(15)	46.7	53.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(2)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

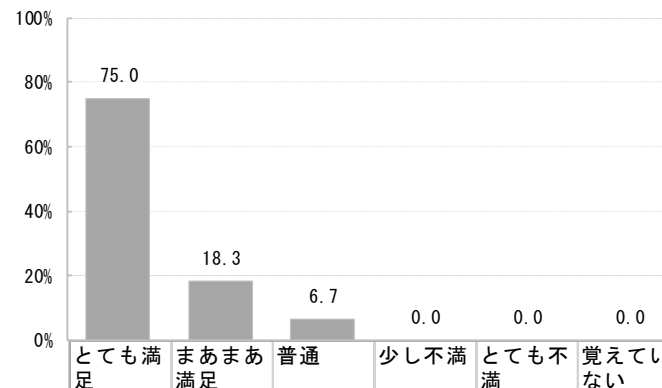
クロス集計:自身の年齢別 満足度(栄養に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

栄養に関するケア

n = 30 以上

[比率の差]



		全体	75.0	18.3	6.7	0.0	0.0	0.0
全体		(60)	75.0	18.3	6.7	0.0	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(1)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(5)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	30～34歳	(21)	85.7	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	35～39歳	(23)	78.3	8.7	13.0	0.0	0.0	0.0
	40～44歳	(8)	37.5	50.0	12.5	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(2)	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

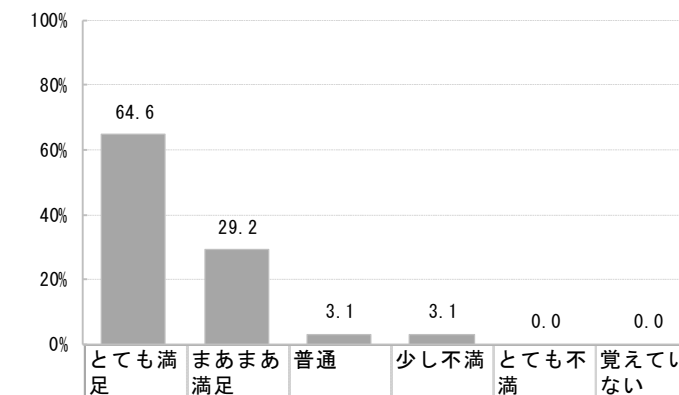
クロス集計:自身の年齢別 満足度(心理的なケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

心理的なケア

n = 30 以上

[比率の差]



		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(96)	64.6	29.2	3.1	3.1	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(9)	66.7	0.0	11.1	22.2	0.0	0.0
	30～34歳	(34)	58.8	41.2	0.0	0.0	0.0	0.0
	35～39歳	(30)	70.0	23.3	3.3	3.3	0.0	0.0
	40～44歳	(21)	61.9	33.3	4.8	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(2)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

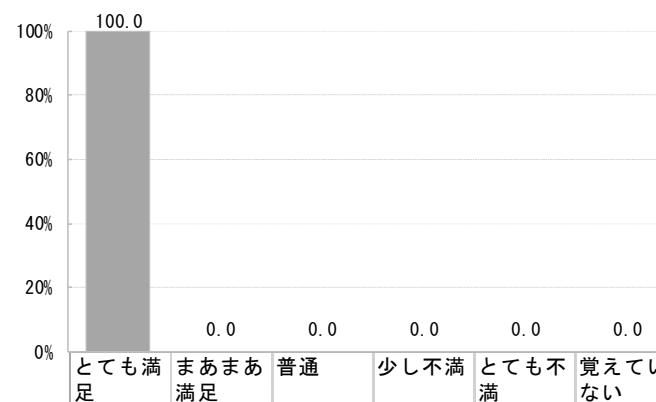
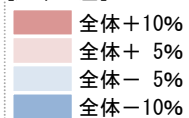
クロス集計:自身の年齢別 満足度(授乳に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

適切な授乳が実施できるためのケア (乳房ケアを含む)

n = 30 以上

[比率の差]



		全体						
全体		(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	30～34歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	35～39歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	40～44歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

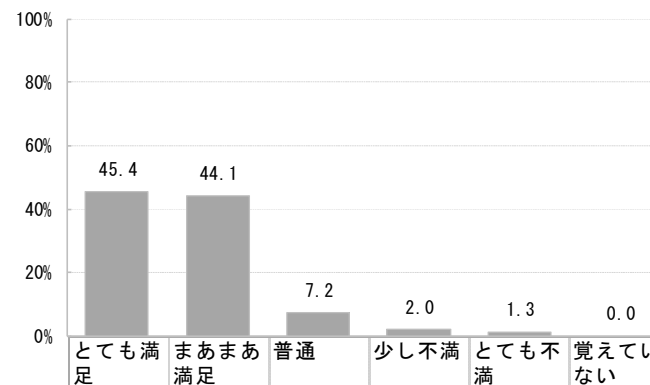
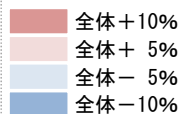
クロス集計:自身の年齢別 満足度(お世話に関する指導)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

お世話の方法の具体的な指導及び相談

n = 30 以上

[比率の差]



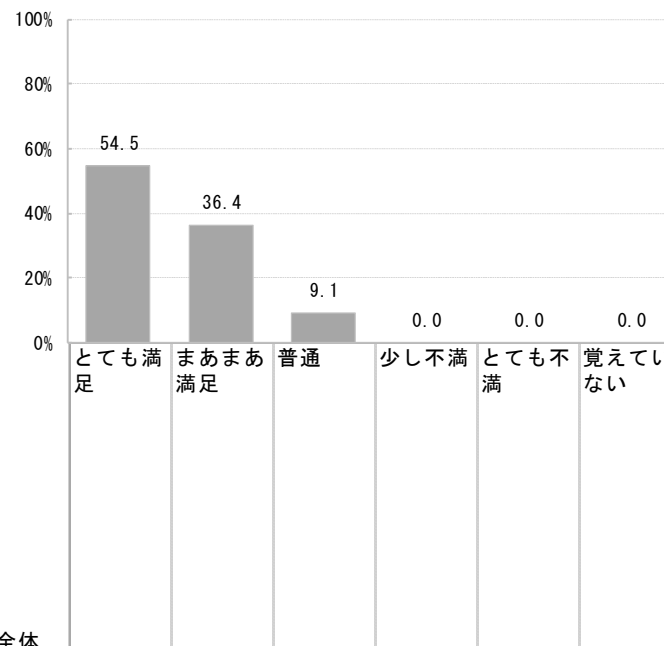
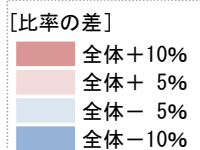
		全体	45.4	44.1	7.2	2.0	1.3	0.0
全体		(152)						
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(14)	35.7	42.9	14.3	7.1	0.0	0.0
	30～34歳	(59)	45.8	44.1	5.1	3.4	1.7	0.0
	35～39歳	(55)	43.6	45.5	9.1	0.0	1.8	0.0
	40～44歳	(21)	57.1	38.1	4.8	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(3)	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

クロス集計:自身の年齢別 満足度(パートナー・家族への支援)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

パートナー・家族への支援 (お世話の方法や指導など)

n = 30 以上



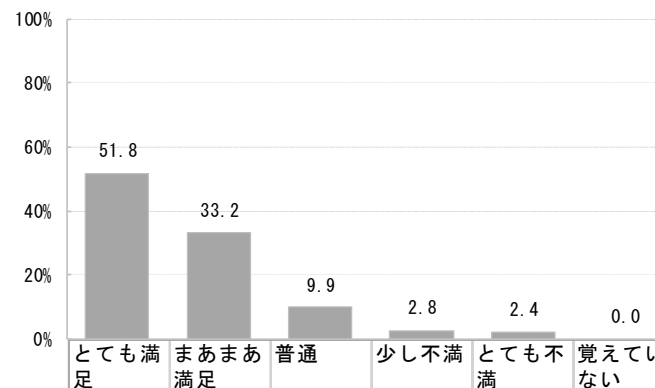
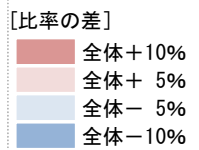
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(22)	54.5	36.4	9.1	0.0	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(3)	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	30～34歳	(7)	71.4	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0
	35～39歳	(8)	50.0	37.5	12.5	0.0	0.0	0.0
	40～44歳	(3)	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(1)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:自身の年齢別 満足度(自身の休息)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

自身の休息

n = 30 以上



		全体	51.8	33.2	9.9	2.8	2.4	0.0
全体		(253)	51.8	33.2	9.9	2.8	2.4	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(25)	44.0	28.0	16.0	4.0	8.0	0.0
	30～34歳	(91)	51.6	27.5	17.6	1.1	2.2	0.0
	35～39歳	(95)	52.6	36.8	4.2	4.2	2.1	0.0
	40～44歳	(34)	50.0	44.1	2.9	2.9	0.0	0.0
	45～49歳	(6)	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

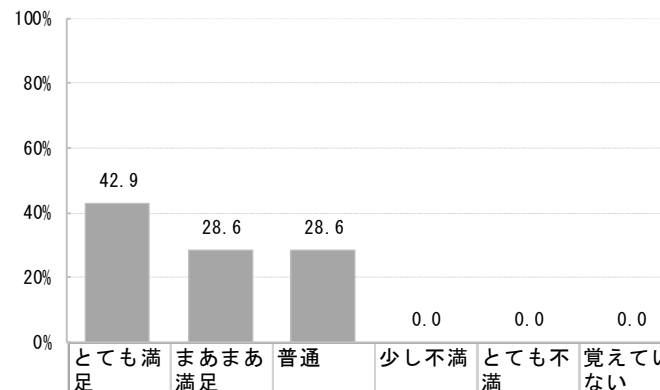
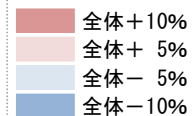
クロス集計:自身の年齢別 満足度(その他)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
(各項目、単一回答)

その他

n = 30 以上

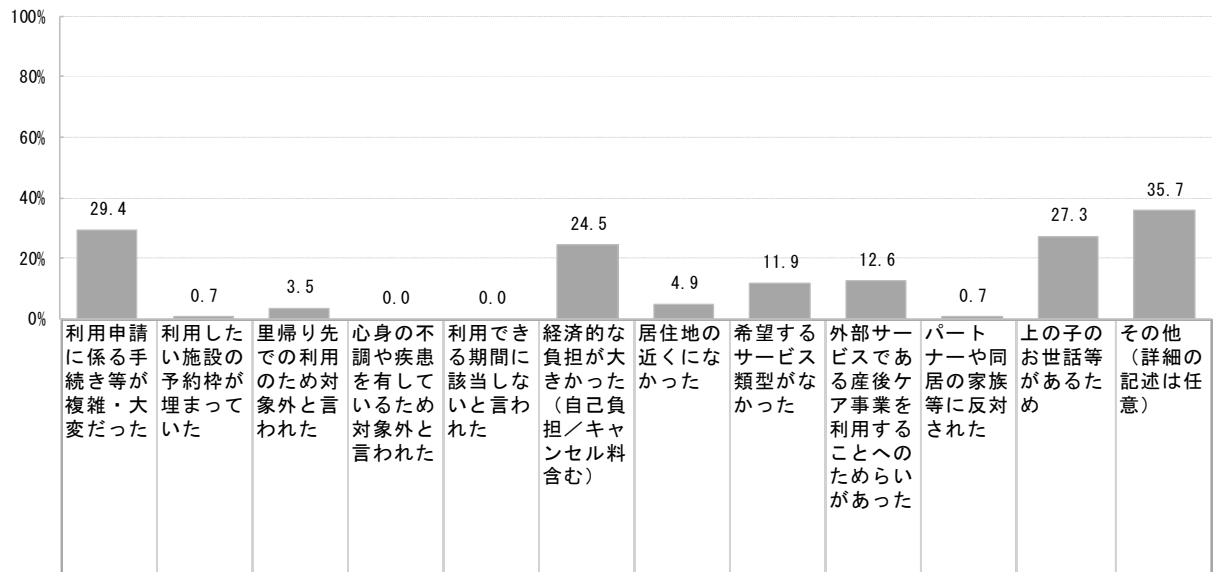
[比率の差]



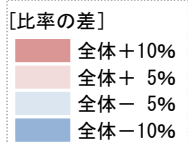
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(7)	42.9	28.6	28.6	0.0	0.0	0.0
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	30～34歳	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	35～39歳	(1)	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
	40～44歳	(5)	40.0	40.0	20.0	0.0	0.0	0.0
	45～49歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:自身の年齢別 利用を希望しなかった理由

産後ケア事業を知っていたが利用希望はなかった方にお伺いします。
産後ケア事業の利用を希望しなかった理由について教えてください。
(複数回答)



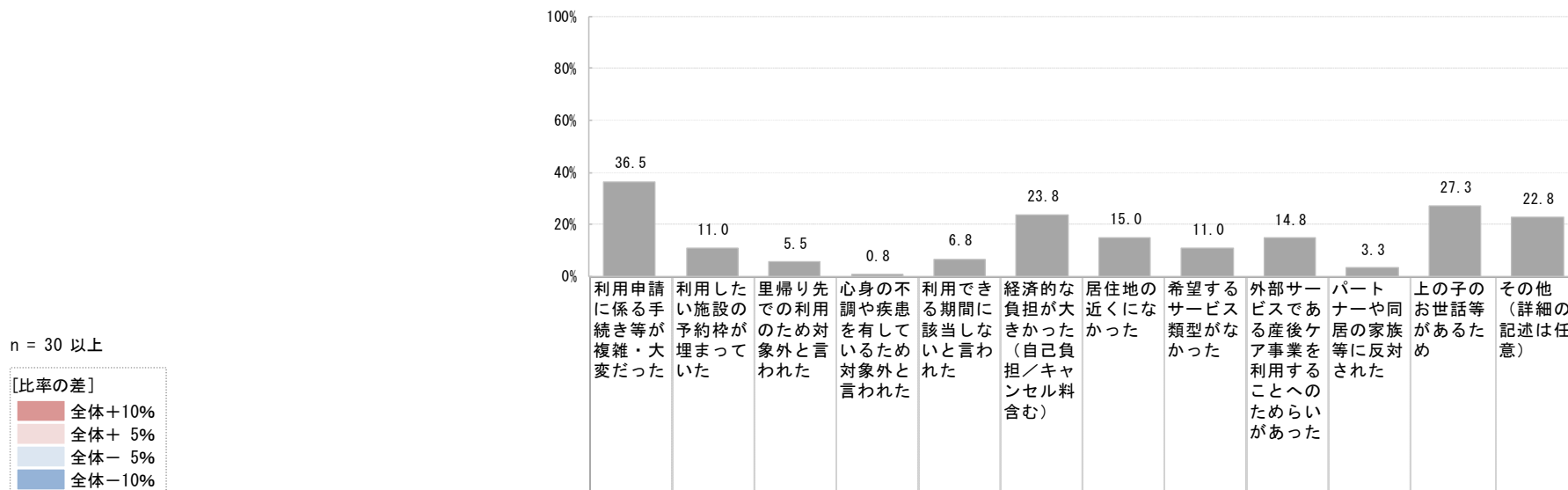
n = 30 以上



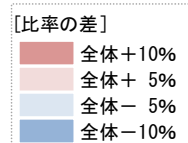
		全体												
全体		(143)	29.4	0.7	3.5	0.0	0.0	24.5	4.9	11.9	12.6	0.7	27.3	35.7
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(4)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	25.0	0.0	0.0	50.0
	25～29歳	(24)	20.8	4.2	4.2	0.0	0.0	29.2	8.3	20.8	0.0	0.0	33.3	37.5
	30～34歳	(55)	40.0	0.0	7.3	0.0	0.0	20.0	1.8	7.3	10.9	1.8	23.6	38.2
	35～39歳	(40)	27.5	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	7.5	12.5	17.5	0.0	30.0	35.0
	40～44歳	(17)	17.6	0.0	0.0	0.0	0.0	35.3	5.9	17.6	23.5	0.0	35.3	23.5
	45～49歳	(3)	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:自身の年齢別 利用しなかった(できなかった)理由

産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない(できなかった)理由について教えてください。
(複数回答)



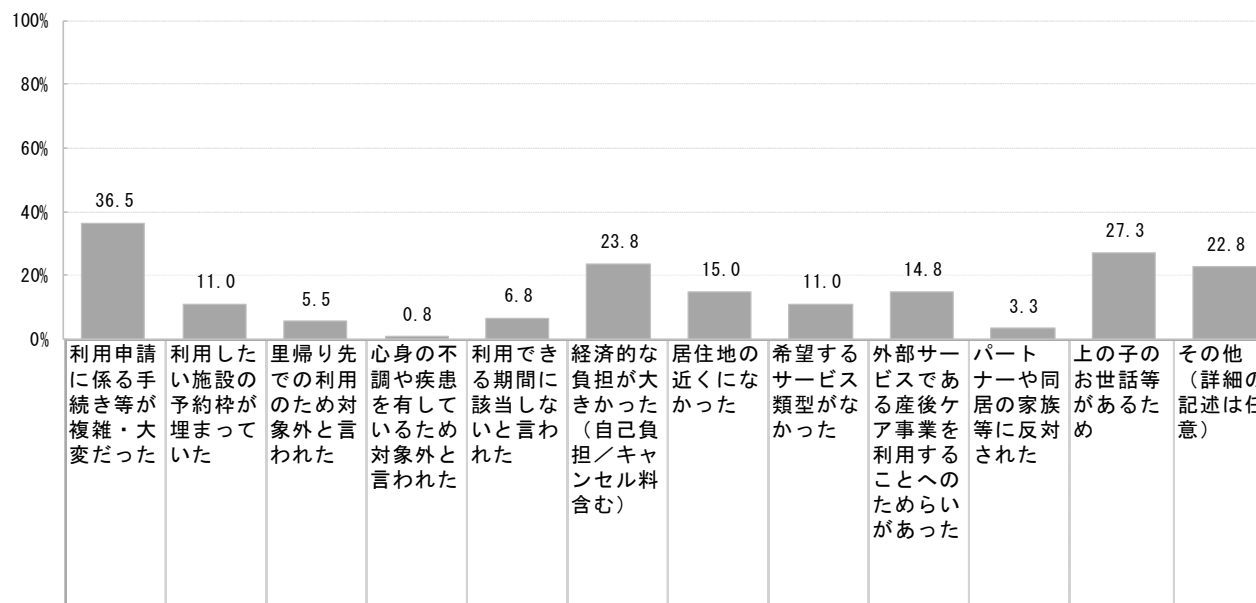
n = 30 以上



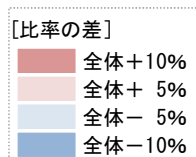
		全体	36.5	11.0	5.5	0.8	6.8	23.8	15.0	11.0	14.8	3.3	27.3	22.8
全体		(400)												
Q1 あなたの年齢	～19歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	20～24歳	(5)	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	80.0	20.0	40.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	25～29歳	(57)	38.6	10.5	7.0	1.8	5.3	29.8	15.8	7.0	12.3	1.8	12.3	21.1
	30～34歳	(157)	31.8	10.8	5.1	0.6	7.0	18.5	16.6	13.4	15.9	0.6	24.8	26.1
	35～39歳	(126)	44.4	10.3	4.8	0.0	5.6	25.4	15.1	9.5	9.5	6.3	35.7	22.2
	40～44歳	(50)	34.0	16.0	8.0	0.0	12.0	24.0	10.0	10.0	28.0	6.0	32.0	20.0
	45～49歳	(5)	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	20.0	0.0	0.0	20.0	0.0	40.0	0.0
	50～54歳	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	55歳～	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの年齢別 利用しなかった(できなかった)理由

産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない(できなかった)理由について教えてください。
(複数回答)



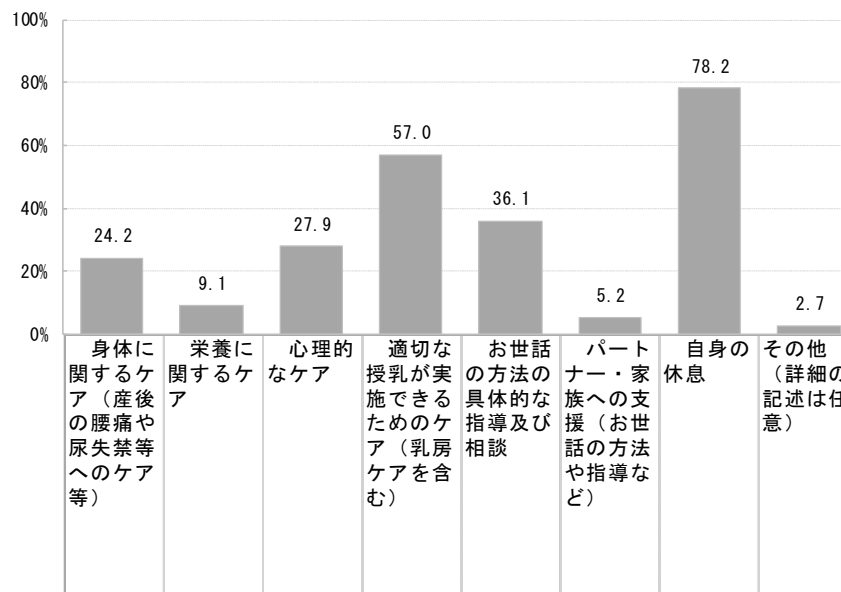
n = 30 以上



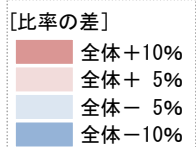
		全体	36.5	11.0	5.5	0.8	6.8	23.8	15.0	11.0	14.8	3.3	27.3	22.8
全体		(400)												
現在妊娠していない方にお伺いします。 お子さまの生年 月を教えてください	0歳代	(293)	34.5	11.9	6.1	0.7	5.5	21.5	13.3	10.9	15.0	2.7	27.3	24.9
	1歳代	(101)	40.6	8.9	3.0	1.0	8.9	28.7	19.8	11.9	13.9	5.0	25.7	17.8
	2歳以上	(6)	66.7	0.0	16.7	0.0	33.3	50.0	16.7	0.0	16.7	0.0	50.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 利用目的

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業の利用目的は何でしたか？
(複数回答)



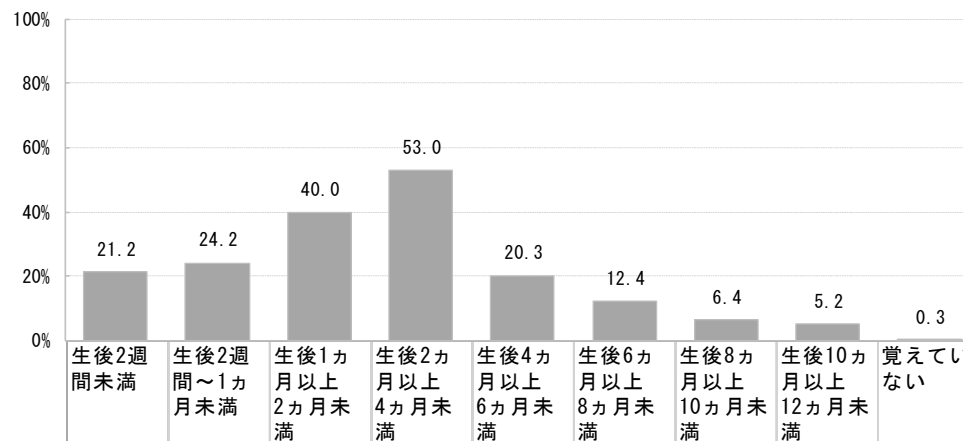
n = 30 以上



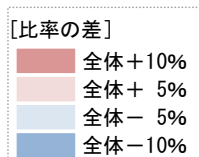
		全体	24.2	9.1	27.9	57.0	36.1	5.2	78.2	2.7
全体		(330)								
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(230)	22.2	7.0	26.5	56.5	43.0	6.5	78.3	3.5
	2人	(76)	28.9	9.2	28.9	57.9	22.4	2.6	78.9	0.0
	3人	(17)	29.4	23.5	47.1	58.8	11.8	0.0	70.6	0.0
	4人以上	(7)	28.6	42.9	14.3	57.1	14.3	0.0	85.7	14.3

クロス集計:お子さまの人数別 利用時期

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 産後ケア事業を受けた時期を教えてください。
 ※産後ケア事業を2回以上利用した場合は当てはまるものを全て選択してください。
 (複数回答)



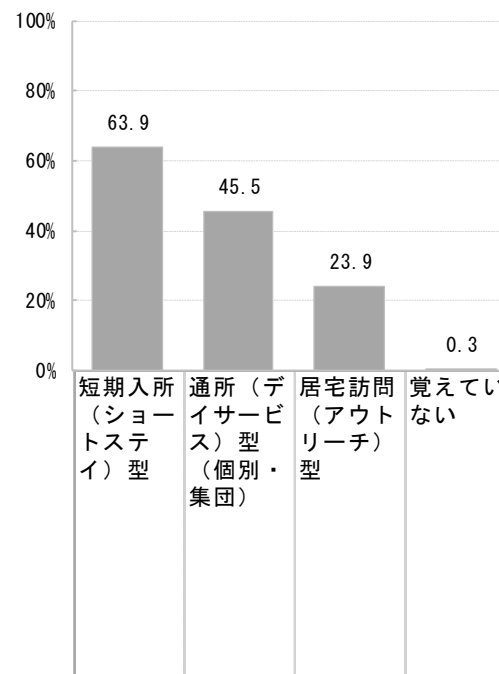
n = 30 以上



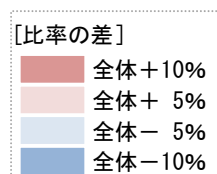
		全体	生後2週間未満	生後2週間~1か月未満	生後1か月以上2か月未満	生後2か月以上4か月未満	生後4か月以上6か月未満	生後6か月以上8か月未満	生後8か月以上10か月未満	生後10か月以上12か月未満	覚えていない
全体		(330)	21.2	24.2	40.0	53.0	20.3	12.4	6.4	5.2	0.3
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(230)	19.6	23.9	41.7	51.7	20.9	10.4	6.1	2.2	0.4
	2人	(76)	21.1	25.0	38.2	57.9	21.1	13.2	5.3	10.5	0.0
	3人	(17)	29.4	29.4	29.4	47.1	11.8	29.4	17.6	17.6	0.0
	4人以上	(7)	57.1	14.3	28.6	57.1	14.3	28.6	0.0	14.3	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 サービス類型

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
どのサービス類型で受けましたか？
(複数回答)



n = 30 以上



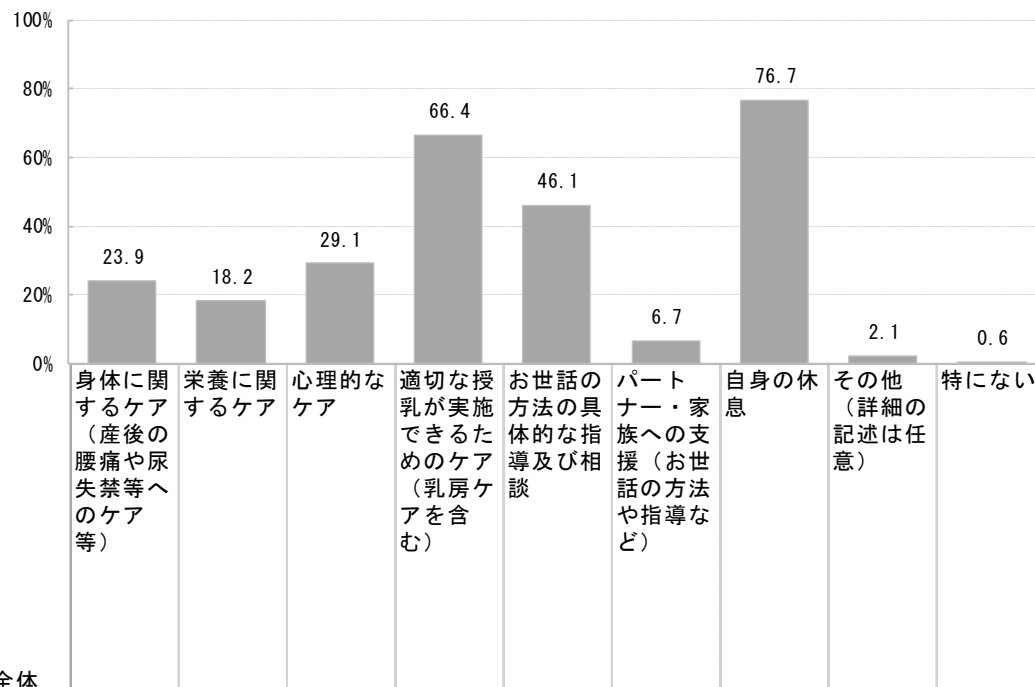
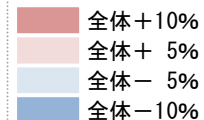
		全体	短期入所 (ショートステイ) 型	通所 (デイサービス) 型 (個別・集団)	居宅訪問 (アウトリーチ) 型	覚えていない
全体		(330)	63.9	45.5	23.9	0.3
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(230)	69.6	40.4	22.6	0.4
	2人	(76)	51.3	57.9	27.6	0.0
	3人	(17)	52.9	47.1	23.5	0.0
	4人以上	(7)	42.9	71.4	28.6	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 実施してもらったケア

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
産後ケア事業で実施してもらったケアの内容を教えてください。
(複数回答)

n = 30 以上

[比率の差]



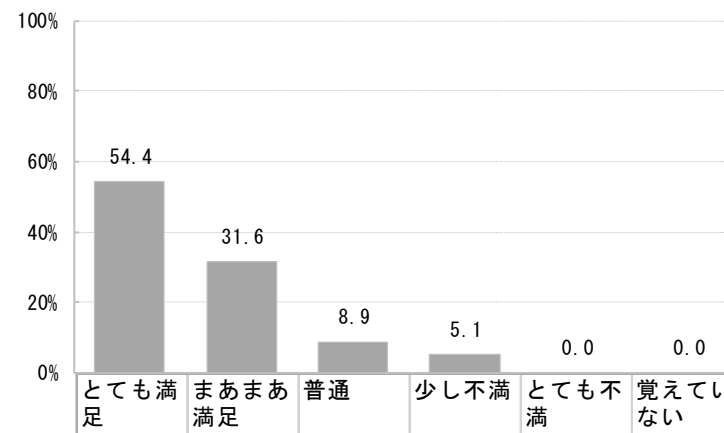
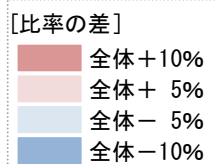
		全体	23.9	18.2	29.1	66.4	46.1	6.7	76.7	2.1	0.6
全体		(330)									
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(230)	23.0	17.8	28.7	65.7	52.2	7.8	77.0	0.9	0.4
	2人	(76)	23.7	18.4	28.9	67.1	32.9	5.3	76.3	3.9	1.3
	3人	(17)	35.3	11.8	41.2	70.6	29.4	0.0	70.6	5.9	0.0
	4人以上	(7)	28.6	42.9	14.3	71.4	28.6	0.0	85.7	14.3	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(身体に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

身体に関するケア (産後の腰痛や尿失禁等へのケア 等)

n = 30 以上



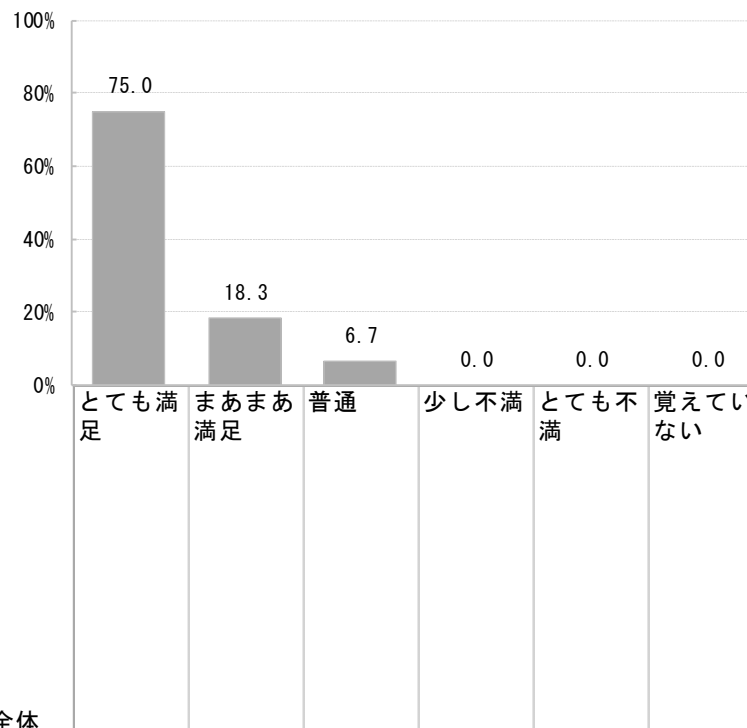
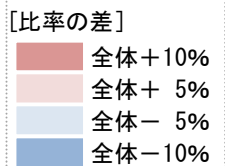
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(79)	54.4	31.6	8.9	5.1	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(53)	52.8	30.2	9.4	7.5	0.0	0.0
	2人	(18)	61.1	27.8	11.1	0.0	0.0	0.0
	3人	(6)	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(2)	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(栄養に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

栄養に関するケア

n = 30 以上



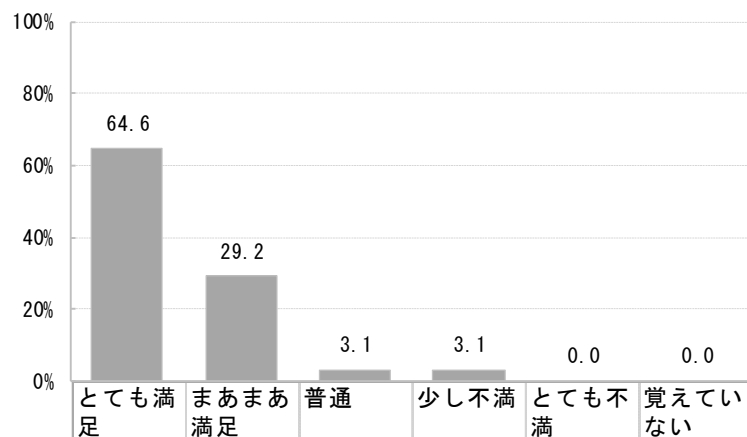
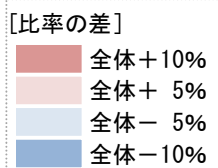
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(60)	75.0	18.3	6.7	0.0	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(41)	80.5	14.6	4.9	0.0	0.0	0.0
	2人	(14)	64.3	21.4	14.3	0.0	0.0	0.0
	3人	(2)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(3)	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(心理的なケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

心理的なケア

n = 30 以上



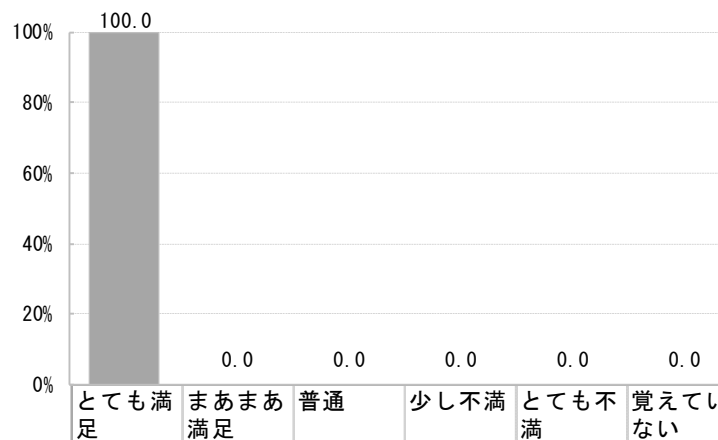
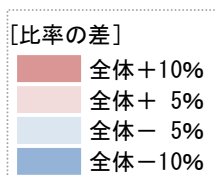
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(96)	64.6	29.2	3.1	3.1	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(66)	68.2	27.3	1.5	3.0	0.0	0.0
	2人	(22)	54.5	36.4	4.5	4.5	0.0	0.0
	3人	(7)	57.1	28.6	14.3	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(授乳に関するケア)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

適切な授乳が実施できるためのケア (乳房ケアを含む)

n = 30 以上



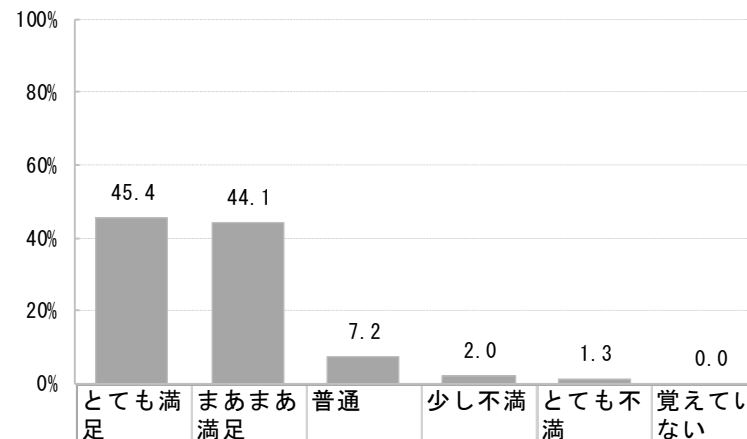
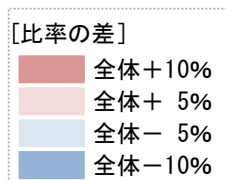
		全体						
全体		(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として します。(単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(1)	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	3人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(お世話に関する指導)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

お世話の方法の具体的な指導及び相談

n = 30 以上



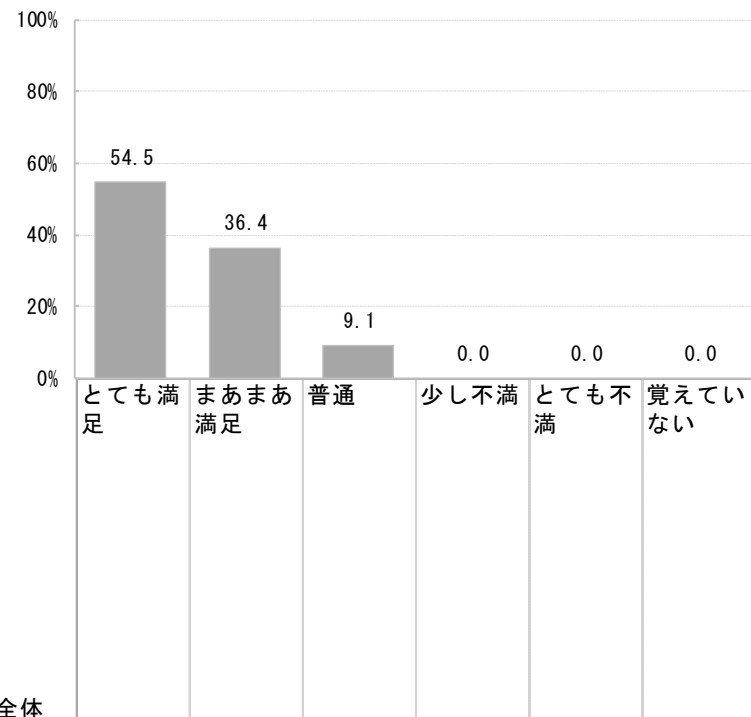
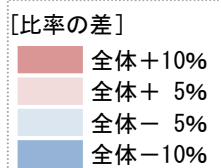
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(152)	45.4	44.1	7.2	2.0	1.3	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人としてします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(120)	46.7	43.3	5.8	2.5	1.7	0.0
	2人	(25)	44.0	40.0	16.0	0.0	0.0	0.0
	3人	(5)	40.0	60.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(2)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(パートナー・家族への支援)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

パートナー・家族への支援 (お世話の方法や指導など)

n = 30 以上



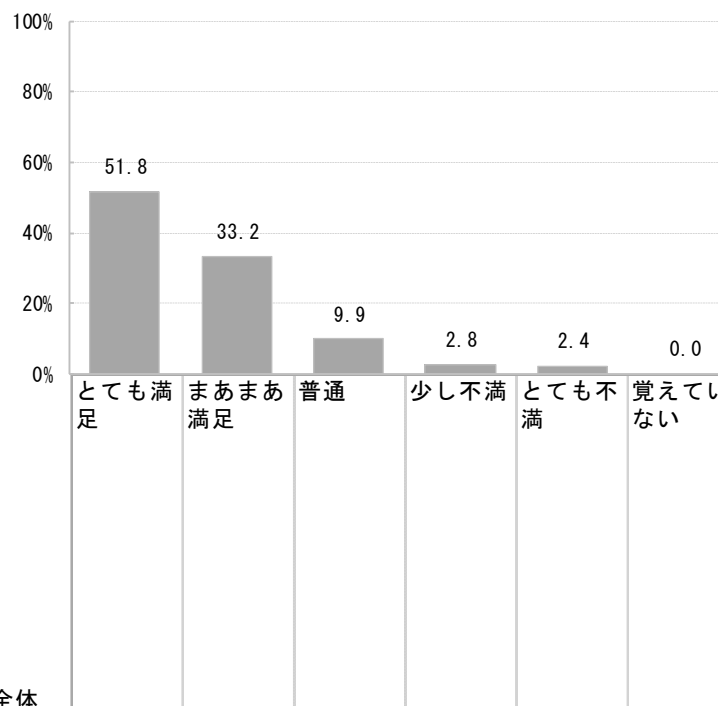
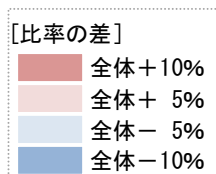
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(22)	54.5	36.4	9.1	0.0	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(18)	55.6	38.9	5.6	0.0	0.0	0.0
	2人	(4)	50.0	25.0	25.0	0.0	0.0	0.0
	3人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(自身の休息)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

自身の休息

n = 30 以上



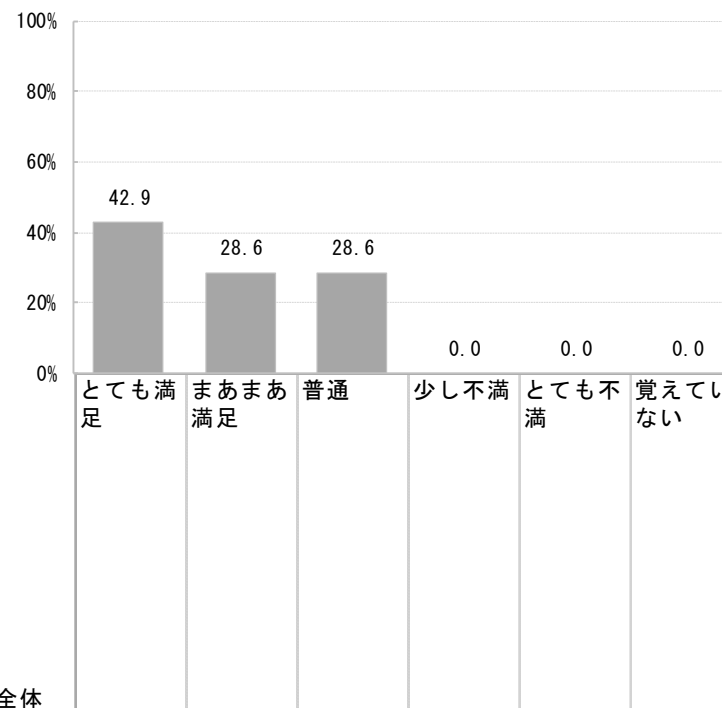
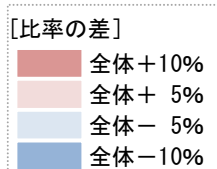
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(253)	51.8	33.2	9.9	2.8	2.4	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として1人(単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(177)	49.2	33.3	11.9	2.3	3.4	0.0
	2人	(58)	51.7	37.9	6.9	3.4	0.0	0.0
	3人	(12)	83.3	16.7	0.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(6)	66.7	16.7	0.0	16.7	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 満足度(その他)

産後ケア事業を利用したことがある方にお伺いします。
 受けたケアの内容それぞれについて、満足度を教えてください。
 (各項目、単一回答)

その他

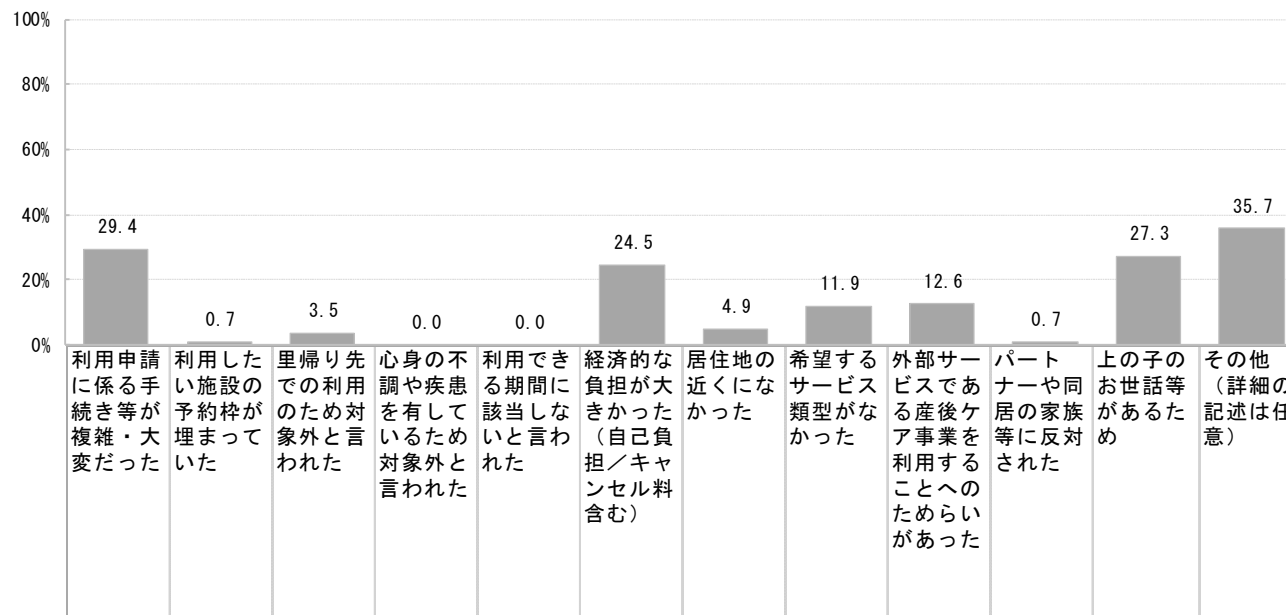
n = 30 以上



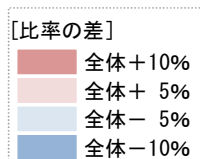
		全体	とても満足	まあまあ満足	普通	少し不満	とても不満	覚えていない
全体		(7)	42.9	28.6	28.6	0.0	0.0	0.0
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人とします。 (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(2)	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0
	2人	(3)	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	3人	(1)	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
	4人以上	(1)	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0

クロス集計:お子さまの人数別 利用を希望しなかった理由

産後ケア事業を知っていたが利用希望はなかった方にお伺いします。
産後ケア事業の利用を希望しなかった理由について教えてください。
(複数回答)



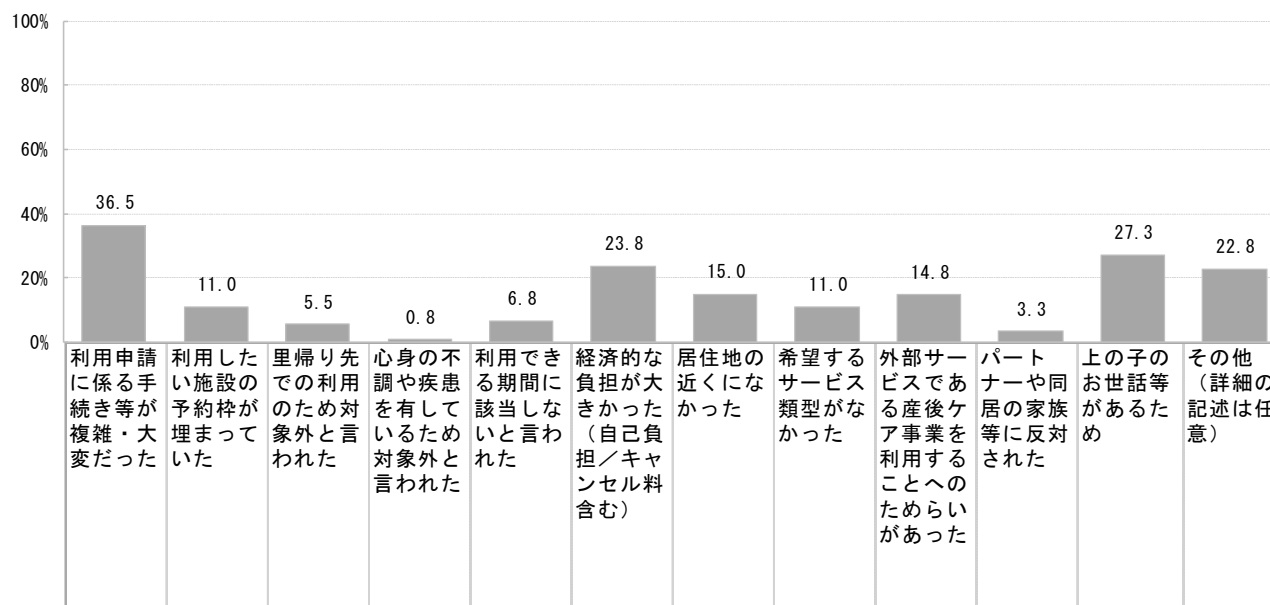
n = 30 以上



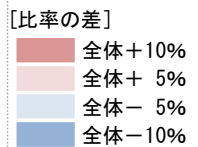
		全体	利用申請に係る手続き等が複雑・大変だった	利用したい施設の予約枠が埋まっていた	里帰り先での利用のため対象外と言われた	心身の不調や疾患を有しているため対象外と言われた	利用できない期間に該当しないと言われた	経済的な負担が大きかった(自己負担/キャンセル料含む)	居住地の近くになかった	希望するサービスタイプがなかった	外部サービスである産後ケア事業を利用することへのためらいがあった	パートナーや同居の家族等に反対された	上の子のお世話等があるため	その他(詳細の記述は任意)
全体		(143)	29.4	0.7	3.5	0.0	0.0	24.5	4.9	11.9	12.6	0.7	27.3	35.7
Q3 お子さまの人数 ※現在妊娠中のお子さまも1人として (単一回答)	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	1人	(89)	31.5	0.0	5.6	0.0	0.0	19.1	5.6	15.7	11.2	0.0	0.0	47.2
	2人	(40)	22.5	2.5	0.0	0.0	0.0	30.0	5.0	5.0	10.0	2.5	75.0	15.0
	3人	(12)	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	41.7	0.0	8.3	33.3	0.0	58.3	16.7
	4人以上	(2)	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	50.0

クロス集計:お子さまの人数別 利用しなかった(できなかった)理由

産後ケア事業を知っていて、利用希望はあったが利用しなかった方にお伺いします。
産後ケア事業を利用していない(できなかった)理由について教えてください。
(複数回答)



n = 30 以上



		全体	利用申請に係る手続き等が複雑・大変だった	利用したい施設の予約枠が埋まっていた	里帰り先での利用のため対象外と言われた	心身の不調や疾患を有しているため対象外と言われた	利用できない期間に該当しないと言われた	経済的な負担が大きかった(自己負担/キャンセル料含む)	居住地の近くになかった	希望するサービスタイプがなかった	外部サービスである産後ケア事業を利用することへのためらいがあった	パートや同居の家族等に反対された	上の子のお世話等があるため	その他(詳細の記述は任意)
全体	(400)	36.5	11.0	5.5	0.8	6.8	23.8	15.0	11.0	14.8	3.3	27.3	22.8	
Q3 お子さまの人数	0人	(0)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
※現在妊娠中のお子さまも1人として	1人	(231)	33.3	13.0	7.4	0.4	9.1	22.1	16.5	11.7	14.7	3.0	0.4	28.6
	2人	(121)	42.1	9.1	4.1	1.7	4.1	24.0	14.0	8.3	15.7	4.1	61.2	18.2
	3人	(41)	39.0	7.3	0.0	0.0	2.4	36.6	9.8	17.1	14.6	2.4	73.2	4.9
(単一回答)	4人以上	(7)	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0	0.0	57.1	14.3