

東京都の産前講座に関する調査

～対象者夫婦（カップル）からみた産前講座の現状～

目次

[1.はじめに](#)

[2.用語の定義](#)

[3.調査](#)

[4.まとめ](#)

[5.おわりに](#)

1.はじめに

「産後うつ」「乳児虐待」「出産後早期の離婚」マドレボニータはこれらを産後の三大危機と呼び、産後うつは母親の危機、乳児虐待は赤ちゃんの危機、出産後早期の離婚は夫婦の危機と位置付けています。

産後うつは産後女性の11人に1人が発症（厚生労働省 平成25年度）、産前産後の妻がいる男性の約1割がうつ状態にあるとの調査結果（2019/7/5 読売新聞掲載）もあります。

虐待で死亡した子供は0歳が約5割（厚生労働省 平成29年度）。母子世帯になった時の末子の年齢は「0-2歳」が最も多く38.4%（厚生労働省 平成28年度）となっています。

産後の三大危機を予防するには、「出産前」に「出産後にどんなことが起こり」「妊娠中にどんな備えが必要なのか」を夫婦ともに知り、備えることが大変重要であり、子供を迎える夫婦には必須のことと言えます。

一方で、医療機関（産院・助産院）、自治体などによる「妊娠や出産について学ぶ」講座（ここでは産前講座と呼びます）では、三大危機を予防するような内容が一部しか含まれていない現状があります。

本調査では、このような現状を定量的に把握するために、「対象夫婦（カップル）が受講した産前講座の実施プログラムの内容や参加・不参加理由、産前講座に求めている内容」に焦点をあてアンケート調査を行いました。（対象夫婦（カップル）については後述）

2.用語の定義

産前講座：母親学級、父親学級、両親学級など妊娠している夫婦を対象に開催される出産・育児に関する教室・講座・セミナーのこと。

3.調査

(1) 調査の目的

本調査の目的は、東京都内の産前講座が対象の夫婦（カップル）に対して行っている支援の概要、受講した対象夫婦（カップル）が支援をどう捉えているかを把握することにあります。調査結果から、夫婦で出産後の生活に備えることを促し、産後の三大危機を予防し、家族で健やかに子育てをスタートできるための支援として、どのような内容が適切なのかを検討します。

(2) 調査概要

調査概要は以下の通り。

【調査対象】

東京都内の市区町村に住む男女 300 名（男性 127 名、女性 173 名）

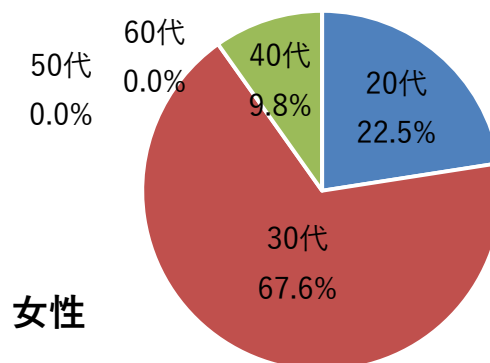
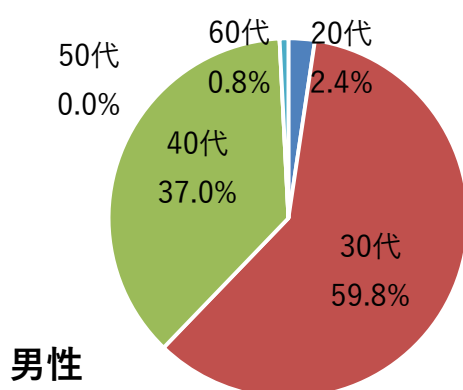
本人もしくはパートナーが妊娠中～出産後 1 年以内

【調査時期】 2019 年 1 月 24 日～28 日

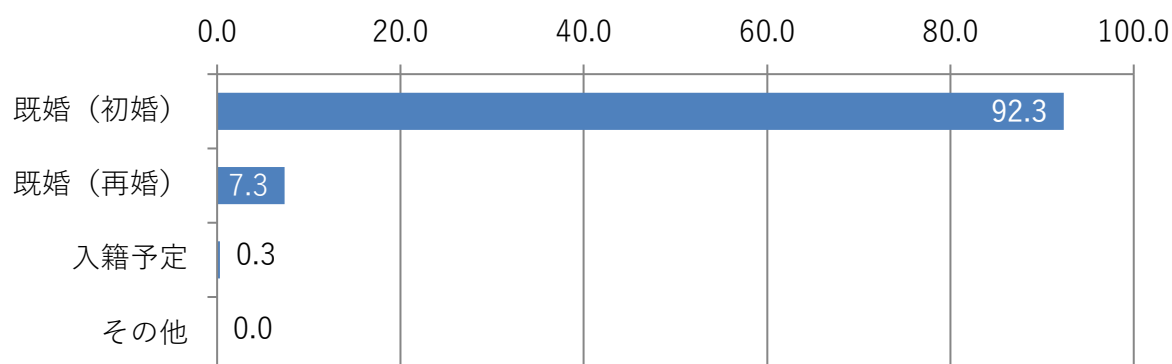
【調査方法】 楽天リサーチによるインターネットアンケート

【対象者属性】

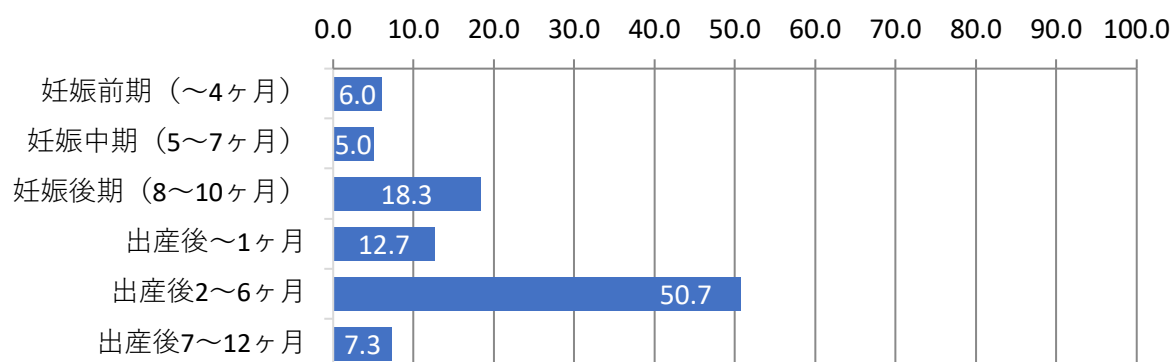
（以下、属性の数字は全て%）



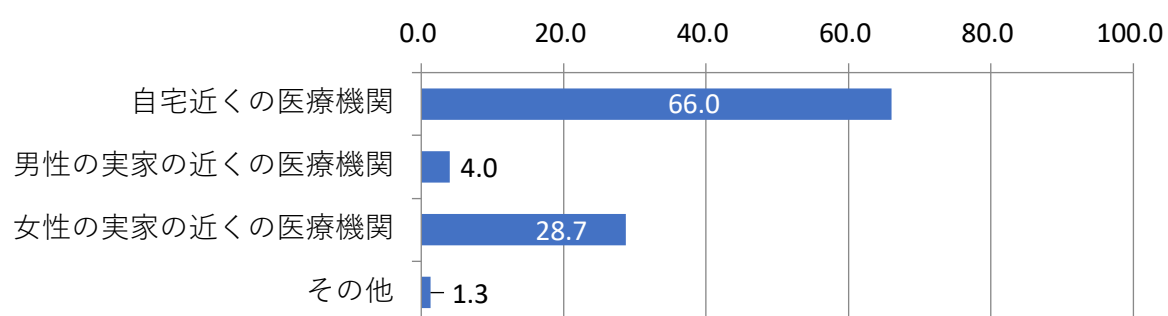
婚姻形態



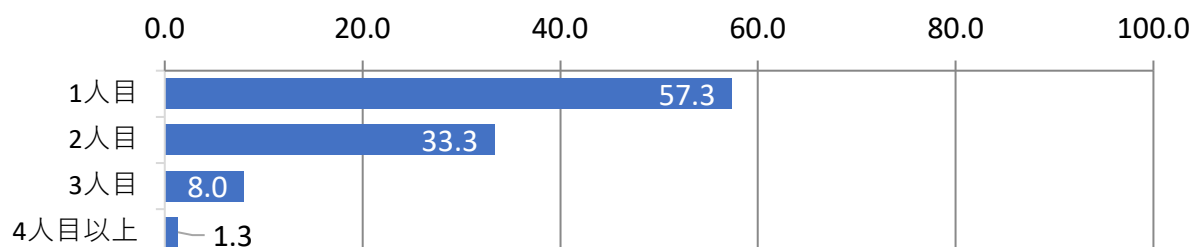
該当期



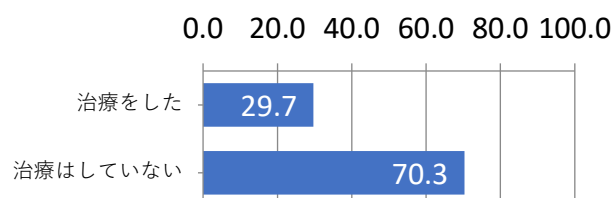
出産地または出産予定地



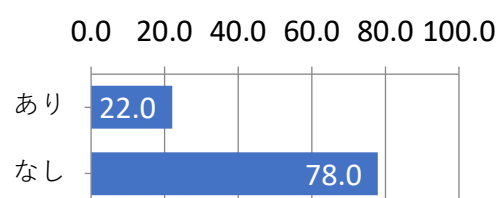
何人目のお子さんか



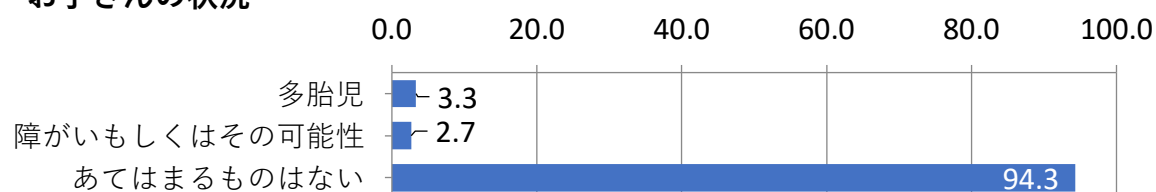
不妊治療



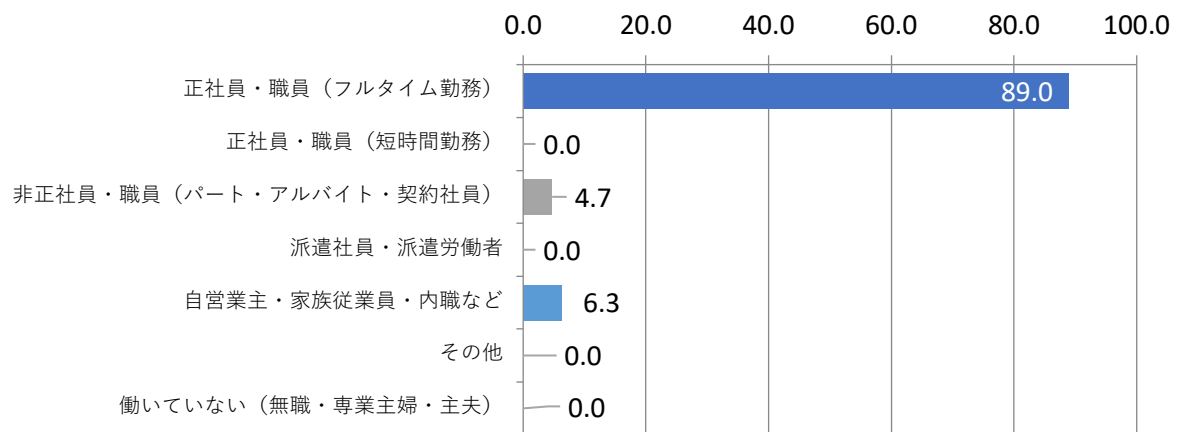
帝王切開歴



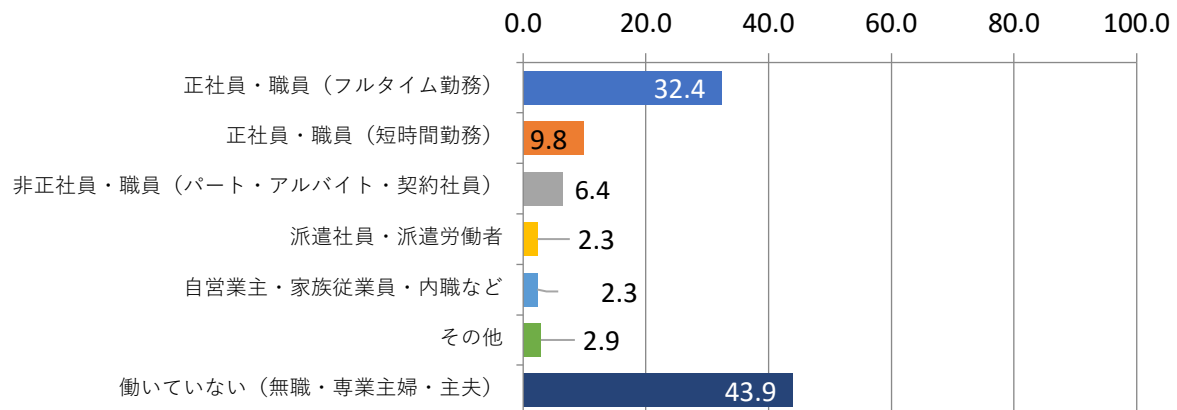
お子さんの状況



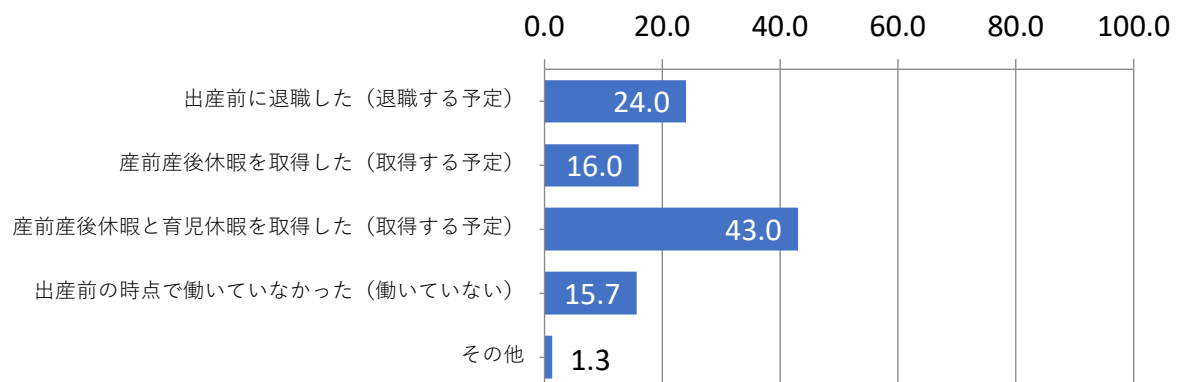
就業形態（男性）



就業形態（女性）



出産する女性の休暇所得状況

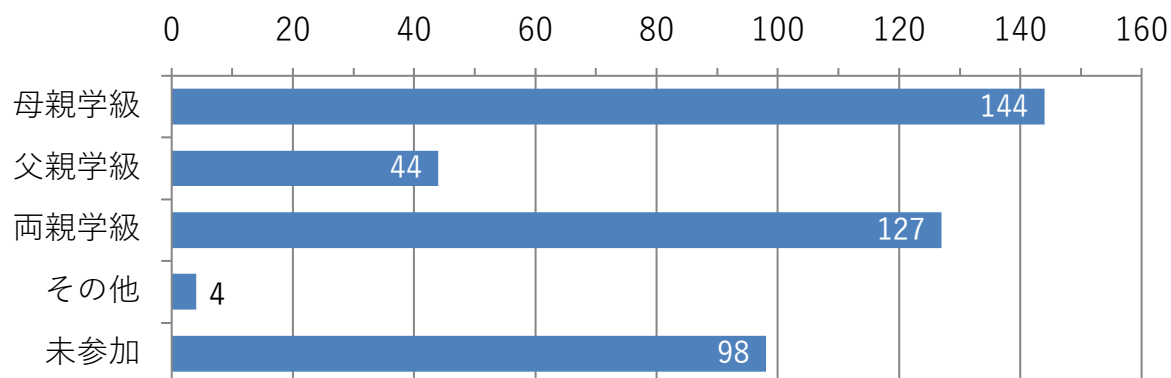


(3) 調査結果

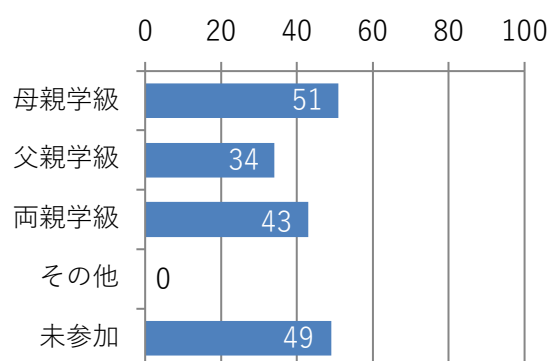
Q1.今回の妊娠・出産で参加した産前の講座はありますか。(いくつでも)

(複数回答可)

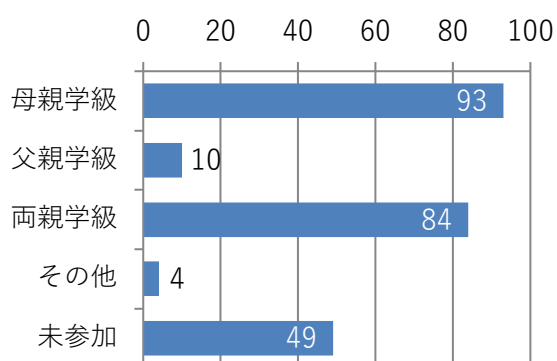
産前講座の参加状況(全体 n=300)



産前講座の参加状況(男性 n=127)



産前講座の参加状況(女性 n=173)



【解説】

産前講座への未参加は回答者の 32.6%にあたる。

妊娠中の回答者は全体の 29.3%であり、後述の産前講座不参加理由のうち、これから参加しようと思っていると答えた方が一定数いる。

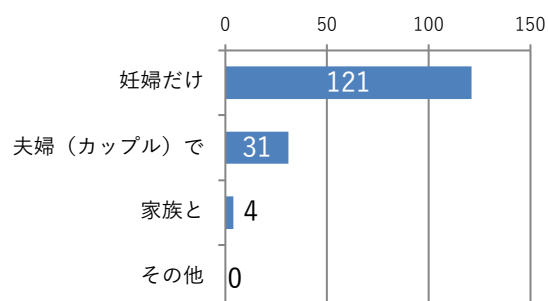
参加した産前講座のうち、最も多いのが母親学級、次いで両親学級。男女共に同じ傾向にあった。

Q2.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座は誰と参加しましたか。

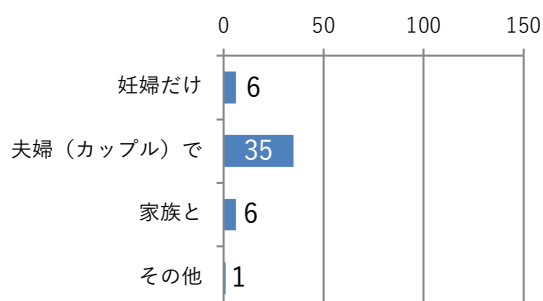
(n=202、複数回答可)

各学級別

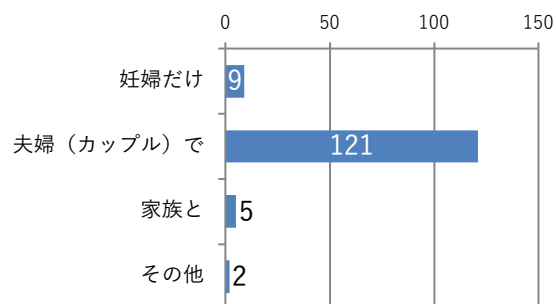
母親学級の参加者 (n=144)



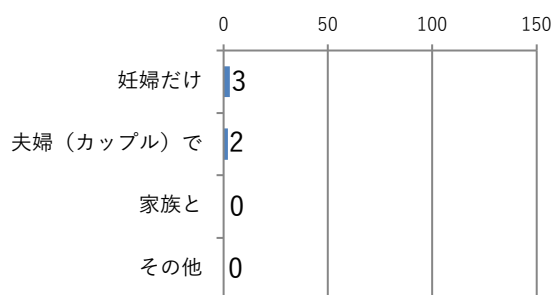
父親学級の参加者 (n=44)



両親学級の参加者 (n=127)



その他の産前講座の参加者 (n=4)



【解説】

母親学級は妊婦だけの参加が121人（84.0%）であるが、父親学級は夫婦（カップル）での参加が35人（79.5%）と多数派、妊婦だけの参加、家族との参加、父親だけの参加は少数派だった。

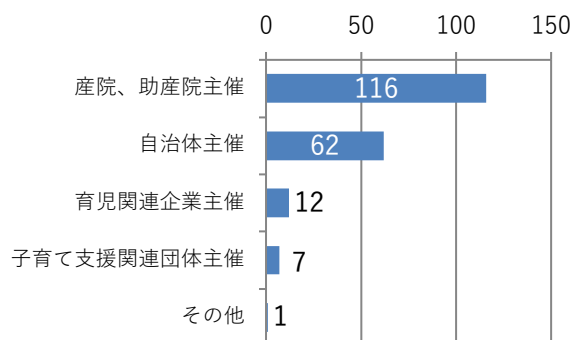
両親学級は夫婦（カップル）での参加が121人（95.3%）、妊婦だけの参加が9人（7.1%）。両親学級は特に対象としている夫婦（カップル）が狙い通り参加している。

Q3.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座の主催はどこでしたか。

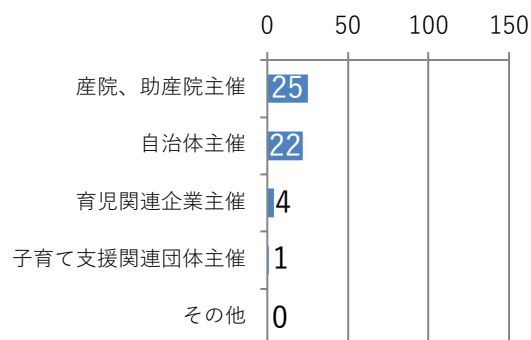
(n=202、複数回答可)

各学級別

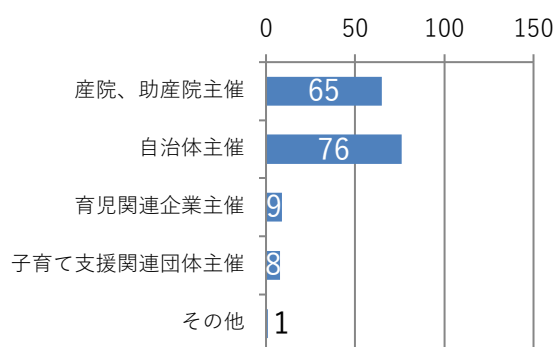
母親学級の主催 (n=144)



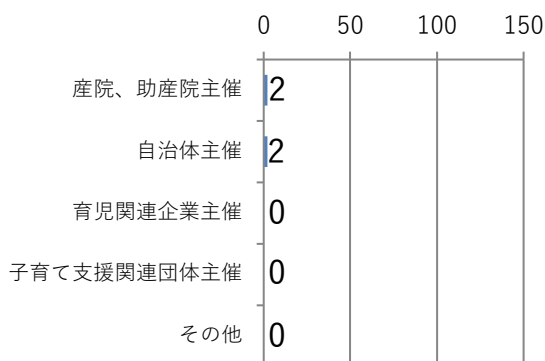
父親学級の主催 (n=44)



両親学級の主催 (n=127)



その他の産前講座の主催 (n=4)



▼参考

東京都内の自治体の産前講座開催状況（各自治体のウェブサイト掲載情報にて調査）

母親学級と両親学級の両方を開催している	23
両親学級のみ開催している	20
母親学級と父親学級を開催している	1

【解説】

母親学級は産院、助産院主催の講座への参加が多い。両親学級は自治体主催の講座への参加が若干多い。

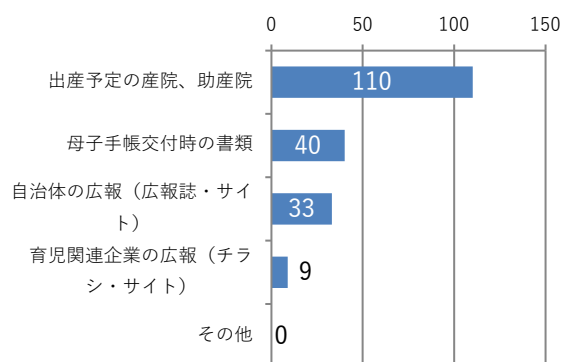
▼参考として挙げた「東京都内の自治体の産前講座開催状況」にあるように東京都内の自治体が開催する産前講座の多くが両親学級であることの影響があると推察される。

Q4.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座はどこで知りましたか。

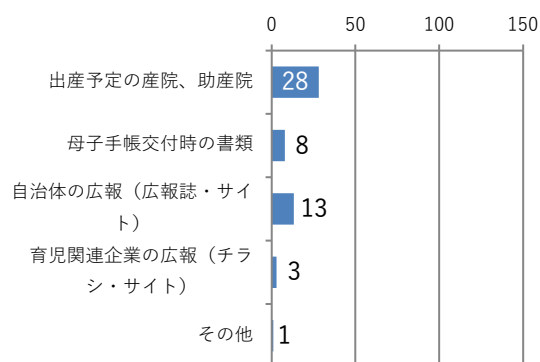
(n=202、複数回答可)

学級別

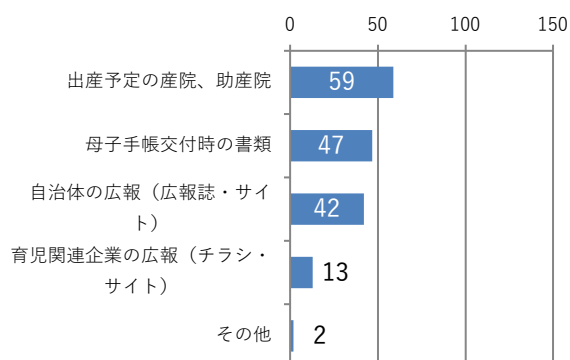
母親学級の認知経路 (n=144)



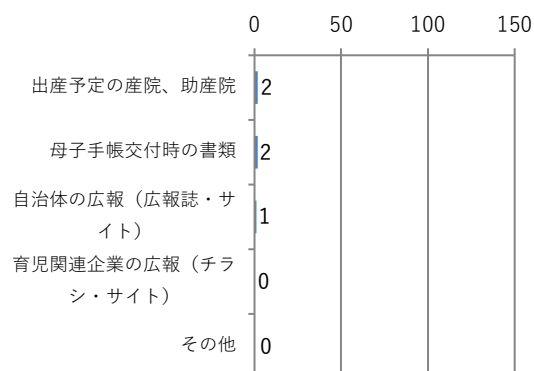
父親学級の認知経路 (n=44)



両親学級の認知経路 (n=127)



その他の産前講座の認知経路 (n=4)



【解説】

「出産予定の産院、助産院」「母子手帳交付時の書類」が産前講座を知る2大認知経路である。これらは対象者が受動的に知るケースと推測される。

次いで多い「自治体の広報」で知るケースは対象者が能動的に情報を探していると推測される。

学級別×主催者別

母親学級	n	出産予定の産院、助産院	母子手帳交付時の書類	自治体の広報（広報誌・サイト）	育児関連企業の広報（チラシ・サイト）	その他
全体	144 100.0	110 76.4	40 27.8	33 22.9	9 6.3	0 0.0
産院、助産院主催	116 100.0	107 92.2	25 21.6	21 18.1	6 5.2	0 0.0
自治体主催	62 100.0	33 53.2	35 56.5	29 46.8	8 12.9	0 0.0
育児関連企業主催	12 100.0	9 75.0	5 41.7	10 83.3	5 41.7	0 0.0
子育て支援関連団体主催	7 100.0	6 85.7	3 42.9	3 42.9	3 42.9	0 0.0
その他	1 100.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

■は全体+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

灰色はベースがn=29 以下のため参考値

両親学級	n	出産予定の産院、助産院	母子手帳交付時の書類	自治体の広報（広報誌・サイト）	育児関連企業の広報（チラシ・サイト）	その他
	127 100.0	59 46.5	47 37.0	42 33.1	13 10.2	2 1.6
産院、助産院主催	65 100.0	54 83.1	19 29.2	12 18.5	1 1.5	1 1.5
自治体主催	76 100.0	24 31.6	41 53.9	34 44.7	7 9.2	1 1.3
育児関連企業主催	9 100.0	3 33.3	4 44.4	4 44.4	5 55.6	0 0.0
子育て支援関連団体主催	8 100.0	2 25.0	4 50.0	3 37.5	3 37.5	1 12.5
その他	1 100.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0

■は全体+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下

灰色はベースがn=29 以下のため参考値

【解説】

母親学級、両親学級共に「産院、助産院主催」の認知経路は、「主催者提供の情報」が中心である。

「自治体主催」の認知経路も「主催者提供の情報」からが中心であるが、一部出産予定の産院、助産院から情報を得るケースもある。

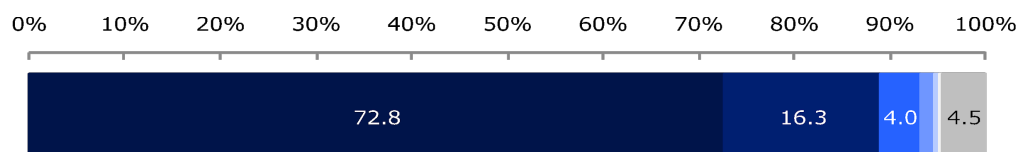
育児関連企業の広報やその他から情報を得るケースは少なく、参加者が産前講座の開催情報を得るのは「産院、助産院」もしくは「自治体」にほぼ限られていると言える。

Q5.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座に参加する主な理由は何でしたか。（順位をお選びください）

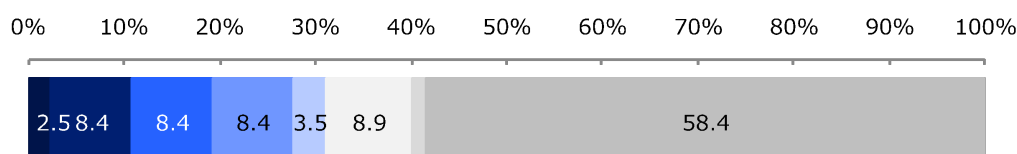
※1位は必ずいずれかの項目をお選びいただき、2位以下はあてはまる項目がある方のみ、順位をお選びください。

■1位 ■2位 ■3位 ■4位 ■5位 ■6位 ■7位 ■未回答

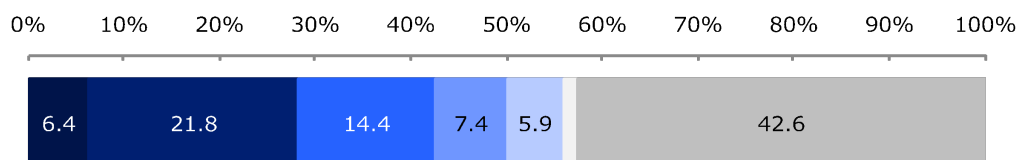
1.出産や赤ちゃんの知識や心構えを身につけておきたい



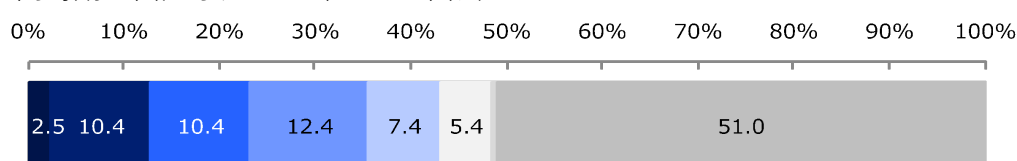
2.知人に勧められて



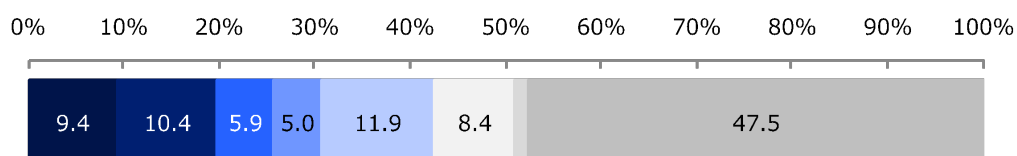
3.医師、助産師、保健師に勧められて



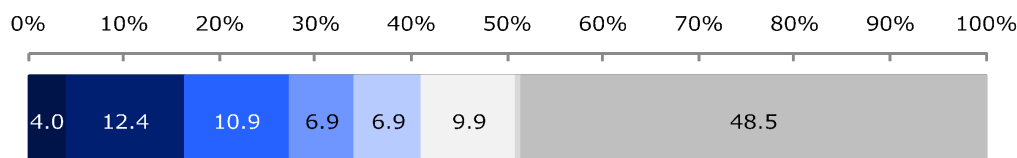
4.同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい



5.立ち会い出産をするために必須だった



6.心配事や相談したいことがあった



7.その他



その他

- 妊娠出産子育てについて知りたい
- 初めてで不安だったから
- 実習を受けたかった
- 興味があった
- 院内の見学をしたかった
- 商品券がもらえた
- 無料だったので
- 父親になる自覚を持って欲しかった
- 病気
- 義務だった
- 産院では必須参加だった
- 参加必須だったため
- 医療機関で参加必須だった
- 特になし（6名）
- 無し（12名）

【解説】

参加理由の1位に多く選ばれた選択肢は「1.出産や赤ちゃんの知識や心構えを身につけておきたい」、次いで「5.立ち会い出産をするために必須だった」。

2位に選択が多かったのは「3.医師、助産師、保健師に勧められて」。産前講座の参加理由は能動的・受動的な理由の両方あると考えられる。

選んだ順位が1位から7位全てを合わせて見ると、下記の順で選択した割合が高かった。

- 1.出産や赤ちゃんの知識や心構えを身につけておきたい
- 3.医師、助産師、保健師に勧められて
- 5.立ち会い出産をするために必須だった
- 6.心配事や相談したいことがあった
- 4.同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい

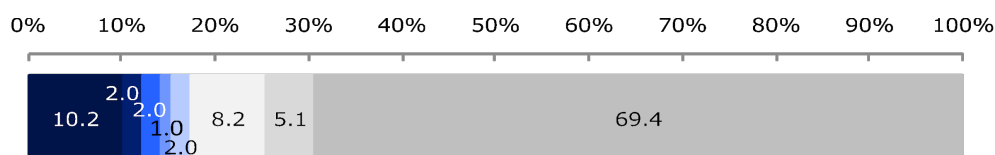
このことから、「6.心配事や相談したいことがあった」「4.同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい」といった専門家や子育て仲間への接点を求めた内容も参加理由に含まれていることがわかる。

Q6.産前講座に参加されなかった方にお伺いします。産前講座のいずれにも参加しなかった主な理由は何ですか。（順位をお選びください）

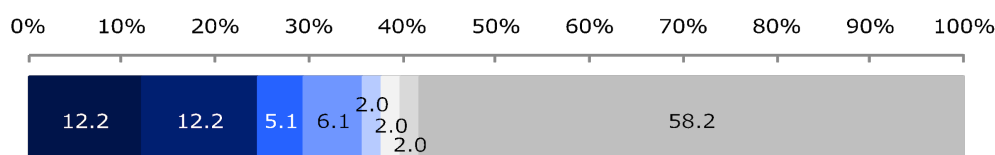
※1位は必ずいずれかの項目をお選びいただき、2位以下はあてはまる項目がある方のみ、順位をお選びください。

■1位 ■2位 ■3位 ■4位 ■5位 ■6位 ■7位 ■未回答

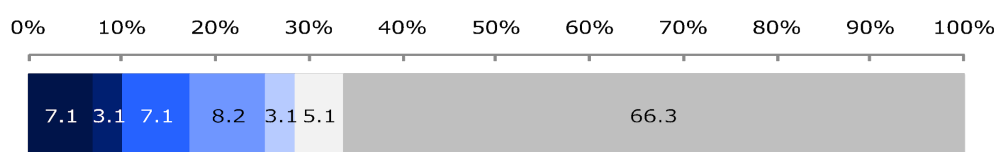
1.これから参加する予定



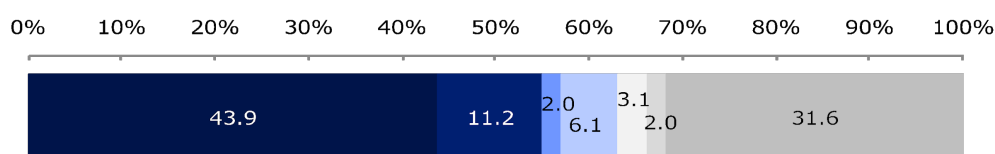
2.仕事を休めなかった



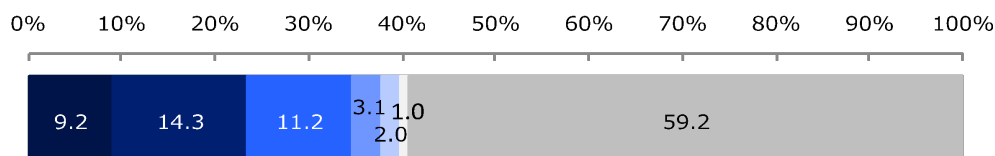
3.自分の体調が良くなかった



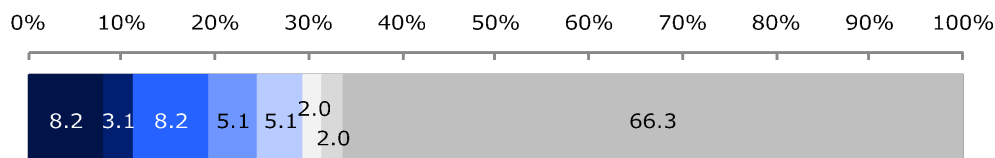
4.前回の出産で受講したことがある



5.本やインターネットなどで同じ情報が得られるから



6.通える場所での開催がなかった



7.その他



7.その他

- 第2子は対象外
- 上の子がいる
- 出産が3回目なので
- 予約が満員で入れられなかった
- 予約が取れない
- 魅力的なものがなかった
- 必要ないと思った
- 面倒だった
- 面倒
- めんどくさい
- 行きたくなかったから
- 行きたいと思わない
- なんとなく
- 特になし（3名）
- なし（3名）
- しない

【解説】

「参加しなかった理由」の1位にもっとも多く選ばれた選択肢は「4.前回の出産で受講したことがある」だった。東京都内の約半数の自治体の両親学級、母親学級が「初産のみ」の対象制限をつけていることから、「参加者」も「主催者側」も「前回の出産で知っているから必要ない」という位置付けにしていることが伺える。

次いで多く選ばれたのは「2.仕事を休めなかった」。「産前講座」が「平日開催」メインであることの影響が考えられる。

その次に多く選ばれたのは「1.これから参加する予定」。「1.これから参加する予定」を選択した方のうち60%が出産後だった。自治体の両親学級には「産前に参加しなければならない」といった「参加時期の制限」がない開催もあることから、一定数のカップルに「出産後でも参加する意思」があると推測される。
(参考：東京都の自治体主催の両親学級のうち半数弱が対象の制限がない)

続いて多かったのは「5.本やインターネットなどで同じ情報を得られるから」。産前講座の内容の構成や伝え方の工夫が望まれていると考えられる。

「6.通える場所での開催がなかった」「3.自分の体調が良くなかった」という理由も一定数選択されていることから、こういった個別の状況が複合的にあって参加しないケースも想定される。

「7.その他」に記載されていた「面倒」「行きたくない」「なんとなく」「特になし」といった理由が、一定数の回答者から1位に選択されていることも見逃せない。その背景をさらに深掘りする必要があると考えられる。

子供の人数が1人かつ参加しなかった理由を回答した人（1人目の出産の場合）

		1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位
1.これから参加する予定	18 100.0	8 44.4	2 11.1	1 5.6	1 5.6	1 5.6	3 16.7	2 11.1
2.仕事を休めなかった	24 100.0	9 37.5	5 20.8	3 12.5	6 25.0	0 0.0	0 0.0	1 4.2
3.自分の体調が良くなかった	16 100.0	2 12.5	2 12.5	3 18.8	4 25.0	2 12.5	3 18.8	0 0.0
4.前回の出産で受講したことがある	15 100.0	5 33.3	1 6.7	0 0.0	0 0.0	5 33.3	2 13.3	2 13.3
5.本やインターネットなどで同じ情報が得られるから	19 100.0	5 26.3	9 47.4	3 15.8	1 5.3	0 0.0	1 5.3	0 0.0
6.通える場所での開催がなかった	15 100.0	4 26.7	2 13.3	5 33.3	1 6.7	2 13.3	1 6.7	0 0.0
7.その他	9 100.0	3 33.3	1 11.1	0 0.0	1 11.1	2 22.2	1 11.1	1 11.1

【解説】

1人目の出産の場合、参加理由の1位に多く選択されたのは「2.仕事を休めなかった」。次に多かったのは「1.これから参加する予定」。

1-7位に回答した人を合わせると「5.本やインターネットなどで同じ情報が得られるから」も多かった。

産前講座は「平日」に開催されることが多い。1人目の出産の場合は出産直前に仕事をしているケースは多く、平日に休みを取ることが難しいのと、合わせて、「そこでしか得られない情報ではない」と判断し、不参加を選択していることが推測される。

Q7.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座で教わったこと、やったことは何ですか。（いくつでも）

	全体	n=202	100.0%
1	妊娠中の栄養・食事・体重管理	145	71.8
2	妊娠中の喫煙と飲酒による胎児の発育への影響	90	44.6
3	妊娠中の検診や検査の内容	93	46.0
4	入院準備品や入院スケジュール	130	64.4
5	お産の進み方	125	61.9
6	新生児のお世話方法	147	72.8
7	母乳の利点・お手入れ方法	88	43.6
8	赤ちゃんのための行政サービスの紹介（訪問、相談、検診、予防接種など）	81	40.1
9	赤ちゃん和家人のかかりつけ医の必要性	41	20.3
10	乳幼児突然死症候群	38	18.8
11	揺さぶられっ子症候群	42	20.8
12	赤ちゃんの安全（事故や誤飲の防止など）	51	25.2
13	パートナー（配偶者）との協力体制の構築	116	57.4
14	退院後の赤ちゃんとの生活の準備	111	55.0
15	退院後の休養の必要性について	68	33.7
16	妊娠中から産後にかけて不安になったりイライラしたり、気分が落ち込むことがあること	72	35.6
17	質問や相談	96	47.5
18	同時期に出産予定の妊婦同士の交流	81	40.1
19	同時期に子どもを迎える家族同士の交流	30	14.9
20	その他	3	1.5
21	特になし	3	1.5

赤字は 50%超

【解説】

教わったこと、やったことのうち 50%を上回ったのが下記の 6 つである。

- 1.妊娠中の栄養・食事・体重管理
- 4.入院準備品や入院スケジュール
- 5.お産の進み方
- 6.新生児のお世話方法
- 13.パートナー（配偶者）との協力体制の構築
- 14.退院後の赤ちゃんとの生活準備

妊娠、出産、赤ちゃんのお世話をメインに構成されつつも、パートナーとの協力体制の必要性にも時間を当てていることが伺える。

Q8.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座で教わったこと、やったことの中で、役に立ったこと、不安が解消したことは何ですか。（いくつでも）

	全体	n=199	100.0%
1	妊娠中の栄養・食事・体重管理	98	49.2
2	妊娠中の喫煙と飲酒による胎児の発育への影響	33	16.6
3	妊娠中の検診や検査の内容	49	24.6
4	入院準備品や入院スケジュール	96	48.2
5	お産の進み方	93	46.7
6	新生児のお世話方法	108	54.3
7	母乳の利点・お手入れ方法	48	24.1
8	赤ちゃんのための行政サービスの紹介（訪問、相談、検診、予防接種など）	45	22.6
9	赤ちゃん和家人のかかりつけ医の必要性	19	9.5
10	乳幼児突然死症候群	22	11.1
11	揺さぶられっ子症候群	27	13.6
12	赤ちゃんの安全（事故や誤飲の防止など）	26	13.1
13	パートナー（配偶者）との協力体制の構築	70	35.2
14	退院後の赤ちゃんとの生活の準備	59	29.6
15	退院後の休養の必要性について	33	16.6
16	妊娠中から産後にかけて不安になったりイライラしたり、気分が落ち込むことがあること	39	19.6
17	質問や相談	38	19.1
18	同時期に出産予定の妊婦同士の交流	30	15.1
19	同時期に子どもを迎える家族同士の交流	12	6.0
20	その他	2	1.0
21	特になし	5	2.5

赤字は50%超、茶色が30%超

【解説】

50%を超えて役に立ったもしくは不安が解消したと回答があったのが下記の1つである。

6.新生児のお世話方法

次いで、30%を超えたのが下記の4つである。

1.妊娠中の栄養・食事・体重管理

4.入院準備品や入院スケジュール

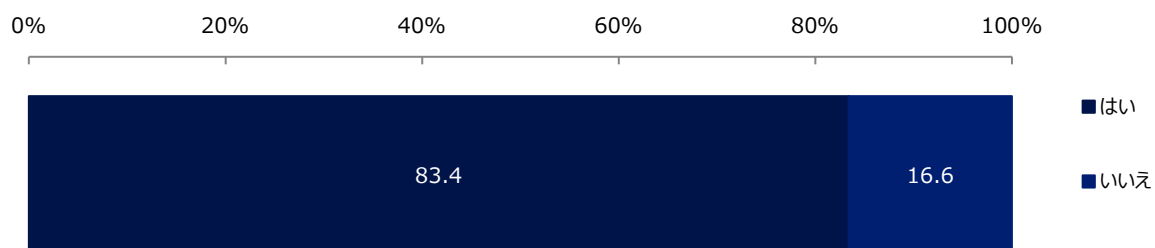
5.お産の進み方

13.パートナー（配偶者）との協力体制の構築

前出の主な参加理由として一定数選択されていた「同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい」「心配事や相談したいことがあった」の項目の数字を比較すると、「18.同時期に出産予定の妊婦同士の交流」や「17.質問や相談」の役に立ったもしくは不安が解消したという回答は少ない。つまり参加理由で挙げられていたニーズが実際には叶えられていないことは注目すべき点だと考えられる。

Q9.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座で教わったことについて、なぜやるのか「理由」や「目的」を教わりましたか。

全体



男女別

		n	はい	いいえ
全体		199	166	33
		100.0	83.4	16.6
性別	男性	76	68	8
		100.0	89.5	10.5
女性	女性	123	98	25
		100.0	79.7	20.3

■は全体+10ポイント以上、■は+5ポイント以上、■は-10ポイント以下、■は-5ポイント以下
灰色はベースがn=29以下のため参考値

【解説】

理由や目的は83.4%が教わったと答えている。

ただし、男女で分けてみると女性は79.7%、男性は89.5%が理由や目的を教わったと答えていて、男性の方が理由や目的を教わったと答えた割合が高い。

前出の「Q1.今回の妊娠・出産で参加した産前の講座はありますか（いくつでも）」の男性の参加状況は、どの学級の受講も同じくらいの数だったので、男性が受講した学級の偏りの影響はないものと推察される。

Q10.産前講座に参加された出産後の方にお伺いします。産前講座で教わったことについて、「教えられたこと」と「現実」の間に違いはありましたか。違いのあった内容の選択肢を最大3つまでお選びいただき、どんな差異があったか回答欄に記入してください。
(3つまで)

	全体	n=141	100.0%
1	妊娠中の栄養・食事・体重管理	10	7.1
2	妊娠中の喫煙と飲酒による胎児の発育への影響	0	0.0
3	妊娠中の検診や検査の内容	1	0.7
4	入院準備品や入院スケジュール	3	2.1
5	お産の進み方	19	13.5
6	新生児のお世話方法	7	5.0
7	母乳の利点・お手入れ方法	4	2.8
8	赤ちゃんのための行政サービスの紹介（訪問、相談、検診、予防接種など）	1	0.7
9	赤ちゃん和家人のかかりつけ医の必要性	1	0.7
10	乳幼児突然死症候群	0	0.0
11	揺さぶられっ子症候群	1	0.7
12	赤ちゃんの安全（事故や誤飲の防止など）	0	0.0
13	パートナー（配偶者）との協力体制の構築	0	0.0
14	退院後の赤ちゃんとの生活の準備	3	2.1
15	退院後の休養の必要性について	1	0.7
16	妊娠中から産後にかけて不安になったりイライラしたり、気分が落ち込むことがあること	1	0.7
17	質問や相談	0	0.0
18	同時期に出産予定の妊婦同士の交流	1	0.7
19	同時期に子どもを迎える家族同士の交流	0	0.0
20	その他	6	4.3
21	特になし	100	70.9

▼どんな差異があったか

1.妊娠中の栄養・食事・体重管理

- 気にしすぎなくてよい
- 甘いものを控えた方が良いのはわかるが、いろいろやストレスから食べてしまった。
- 貧血になった。
- 自由に身体が動かせず、料理があまり作れなかった
- 出産日まで続いた悪阻で全く食べられず栄養管理どころではなかった
- 管理が必要
- とにかくたくさん食べないといけないと思っていたが、少量でもバランスよく食べることが大切だと知った。
- 細かい
- 悪阻が酷く自炊が難しいため食生活を正すのが苦労した

4.入院準備品や入院スケジュール

- 持ってきて欲しいと言われた物がほとんど使われなかったり、準備品に載っていなかったものが必要になったりした。
- 必要なものは教えてくれず、不必要なものを準備させられた
- 1人目と病院が異なったため、必要なものの違い

5.お産の進み方

- いきなり破水からのスタートだったので教科書通りにはいかなかった
- お産の進み方は全く知らなかったので、徐々に陣痛がくることも知らなかったし全てが新鮮だった。
- お産は全ての人がそれぞれ違うこと
- スピード出産だったので参考にならなかった。
- 実際は進みが太分早かった
- 早かったのでは参考にならなかった
- 早期出産となったため
- 早産だった
- 帝王切開になった
- 逆子の為帝王切開になった
- 緊急帝王切開なったため
- 緊急帝王切開になったので、十分な準備ができていなかった
- 自然に陣痛がくるパターンしか知らなかったので、予定日超過で計画分娩に切り替えた時に聞いていた順番ではなかった
- 人それぞれ
- 陣痛がきてからの流れ
- 陣痛から出産まで意外に時間がかかる事
- 陣痛の間隔や初産婦の分娩所要時間
- 陣痛の始まり方と進み方が全く予想外だった
- 息を長く吸えば楽になると言われたけど全くそんなことなかった。

6.新生児のお世話方法

- 非常に気にすべき
- 沐浴剤で十分と教わったが、実際は泡で洗わないと湿疹ができる。
- 助産師さんによる
- 沐浴時、顔はガーゼでさっと拭く程度と言われたが乳児湿疹になり酷くなってしまった。助産師訪問や小児科で、その教えは古いと言われ、今は石鹸でしっかり洗うことが大事だと言われた。洗うようにしたら湿疹が発生しなくなった。昔の知識がそのままアップデートされてないと感じた。
- 難しい
- 意外と適当でも大丈夫なこと

7.母乳の利点・お手入れ方法

- 母乳が一番よいわけでもない
- 想像以上に栄養価が高いことを知った
- マッサージの仕方が思ってたのと違った。
- もう少し母乳の出が良くなる方法など事前に知りたかった

8.赤ちゃんのための行政サービスの紹介（訪問、相談、検診、予防接種など）

- 0歳の間に予防接種を打つ回数

11.揺さぶられっ子症候群

- 症候群があることすら知らなかった

14.退院後の赤ちゃんとの生活の準備

- 実際のほうが時間がかかり大変でした。
- 赤ちゃんによって必要なものとそうでないものがあって買ったことを後悔した。
- 思っていたより使わないものがあった

15.退院後の休養の必要性について

- 主人があまり手伝ってくれない、休ませてくれなくて十分に体を休めることができなかった

16.妊娠中から産後にかけて不安になったりイライラしたり、気分が落ち込むことがあること

- 特に不安やイライラはなかった

18.同時期に出産予定の妊婦同士の交流

- 母親学級、両親学級で友人ができるとよく聞いたが、実際は期待するほど友人は出来なかった。

20.その他

- 体験談
- 父親が主体で育児をやる家庭のフォロー
- 助産師・保健師の母乳育児に関する知識が古くて、あてにならなかったなので、自分でWHOのガイドラインを英語で読んだ。
- 障害児でしたので、健常児との違いがあった。
- 出産準備品

【解説】

70.9%が「違いは特にない」と答えている。

「差異があった項目」として多く選択された内容をまとめると下記の通り。

1.妊娠中の栄養・食事・体重管理

主に栄養と食事に関する差異。

5.お産の進み方

破水、陣痛、早産、逆子、帝王切開などの個人の差。

6.新生児のお世話方法

沐浴とお世話全般について、新旧の考え方の違い。

注目すべきなのは、「20.その他」に記述されていた内容である。「障害児でしたので、健常児との違いがあった。」とあり、アンケート回答者のうち、2.7%のお子さんに障がいもしくはその可能性があることを踏まえて、障がい児向けの産前講座の実施や実施している団体の周知が必要とされていると考えられる。

Q11.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座で教わっていないことで、教えて欲しかったことは何ですか。（いくつでも）

	全体		男性		女性	
	202	%	78	%	124	%
1.授乳の過酷さ（もっと簡単に母乳が出て、簡単に吸ってくれると思っていた）	95	47.0	31	39.7	64	51.6
2.赤ちゃんの排泄回数の多さとその世話の大変さ（オムツ替えに追われるとは想像していなかった）	61	30.2	29	37.2	32	25.8
3.赤ちゃんの睡眠リズム（寝かしつけの大変さ、夜中に何度も起きる）	78	38.6	27	34.6	51	41.1
4.抱っこ紐、ベビーカー、チャイルドシートなどに拒否を示す時もあること	45	22.3	15	19.2	30	24.2
5.いつ頃どのくらいの大きさになるのか（身長と体重の目安）	60	29.7	20	25.6	40	32.3
6.いつ頃どんなものを食べるのか（離乳食の進め方の目安）	52	25.7	18	23.1	34	27.4
7.いつ頃どんなことができるようになるのか（成長の目安）	49	24.3	16	20.5	33	26.6
8.出産後の女性のホルモンの急激な変化、体の不調や違和感	56	27.7	17	21.8	39	31.5
9.出産後の女性の精神状態の不安定さ（不安感／イライラ／無力感）	54	26.7	16	20.5	38	30.6
10.出産後に起こる可能性がある症状や状況（産後うつ、乳児虐待、出産後まもない離婚）	54	26.7	17	21.8	37	29.8
11.出産でダメージを受けた身体を回復させるために家事などは一切せずに、布団で横になって休むための人手や環境の準備	48	23.8	15	19.2	33	26.6
12.出産後の女性のための行政サービスの紹介（訪問、検診、相談など）	32	15.8	7	9.0	25	20.2
13.大変さを母親が一人で抱え込む可能性が高いということとその社会的背景	56	27.7	19	24.4	37	29.8
14.父親になるための具体的な準備について（出産時の関わり、出産直後からの育児への関わり）	65	32.2	21	26.9	44	35.5
15.夫婦（カップル）の関係性悪化のリスク（様々な局面で意見が食い違うことがある、二人だけの時間や会話の時間が減るなど）	55	27.2	22	28.2	33	26.6
16.出産後、赤ちゃん以外の大人と話す機会がほとんどなくなること	49	24.3	13	16.7	36	29.0
17.その他：	2	1.0	2	2.6	0	0.0
18.特に該当しない	20	9.9	9	11.5	11	8.9

茶色は 30%以上、赤は 50%以上

【解説】

「教えて欲しかった」という回答が 30%を超えたのは下記の 4 項目。

- 1.授乳の過酷さ（もっと簡単に母乳が出て、簡単に吸ってくれると思っていた）
- 2.赤ちゃんの排泄回数の多さとその世話の大変さ（オムツ替えに追われるとは想像していなかった）
- 3.赤ちゃんの睡眠リズム（寝かしつけの大変さ、夜中に何度も起きる）
- 14.父親になるための具体的な準備について（出産時の関わり、出産直後からの育児への関わり）

加えて、女性は下記の 3 項目の回答が 30%を超えた。

- 5.いつ頃どのくらいの大きさになるのか（乳児の身長と体重の目安）
- 8.出産後の女性のホルモンの急激な変化、体の不調や違和感
- 9.出産後の女性の精神状態の不安定さ（不安感／イライラ／無力感）

大きく分けて「赤ちゃんのお世話の現実」「父親になるための具体的な準備」「赤ちゃんの身長と体重の目安」「出産後の女性の心身の変化」の内容が求められていると考えられる。

Q12.産前講座に参加された方にお伺いします。産前講座でやる必要はないと思ったことは何ですか。最大3つまでお選びいただき、その理由も教えてください。（3つまで）

	全体	n=199	100.0%
1	妊娠中の栄養・食事・体重管理	5	2.5
2	妊娠中の喫煙と飲酒による胎児の発育への影響	8	4.0
3	妊娠中の検診や検査の内容	0	0.0
4	入院準備品や入院スケジュール	4	2.0
5	お産の進み方	0	0.0
6	新生児のお世話方法	1	0.5
7	母乳の利点・お手入れ方法	0	0.0
8	赤ちゃんのための行政サービスの紹介（訪問、相談、検診、予防接種など）	0	0.0
9	赤ちゃん和家人のかかりつけ医の必要性	0	0.0
10	乳幼児突然死症候群	2	1.0
11	揺さぶられっ子症候群	0	0.0
12	赤ちゃんの安全（事故や誤飲の防止など）	0	0.0
13	パートナー（配偶者）との協力体制の構築	3	1.5
14	退院後の赤ちゃんとの生活の準備	1	0.5
15	退院後の休養の必要性について	1	0.5
16	妊娠中から産後にかけて不安になったりイライラしたり、気分が落ち込むことがあること	0	0.0
17	質問や相談	0	0.0
18	同時期に出産予定の妊婦同士の交流	0	0.0
19	同時期に子どもを迎える家族同士の交流	1	0.5
20	その他	4	2.0
21	特になし	175	87.9

理由

1.妊娠中の栄養・食事・体重管理

- 初めてのことで不安だった
- 二人目だったから
- とくになし
- 食べなくなったため。
- 実際難しい

4.入院準備品や入院スケジュール

- 既知
- 言い切れない
- 難しい
- 医療機関によって異なるので

2.妊娠中の喫煙と飲酒による胎児の発育への影響

- 大体知っているつもり
- 気になった
- アルコールを飲んでよいか
- なし
- 喫煙と飲酒が胎児に良くないことは世間的にも広まってきているから。
- 大体の知識はあるので
- とくに
- 既知である

6.新生児のお世話方法

- 気にしすぎがよくない。衛星面など。

10.乳幼児突然死症候群

- 言い切れない
- とくに

13.パートナー（配偶者）との協力体制の構築

- 産後すぐ主人が長期出張で家を空けていた
- 言い切れない
- 既知である

14.退院後の赤ちゃんとの生活の準備

- 不安だった

15.退院後の休養の必要性について

- 初めて聞いた

19.同時期に子どもを迎える家族同士の交流

- 交流を望まない人もいるから。

20.その他

- とくにない
- 心構えや道徳的な映像や内容。参加者には不要
- 父親になる人にお腹の出てる重い服を着せる企画。意外と楽とか言われてあまり良い気持ちがしなかった
- 講義者の子ども自慢

【解説】

やる必要はないと思ったことは「特にない」との回答が 87.9%だった。どの項目もやる必要ないとの回答は 10%を超えなかった。

不要の理由は、既知の内容もしくは個人差が中心ではあるが、「20.その他」の項目に記述された3つの内容は示唆に富んでおり、産前講座を企画運営する上で考慮の余地があると考えられる。

4.まとめ

産前講座の認知経路と参加理由

主に産院、助産院と自治体が提供する情報で産前講座の開催を知り、「出産や赤ちゃんの知識や心構えを身につけておきたい」という理由で参加している。「医師、助産師、保健師に勧められて」「立ち会い出産をするために必須だった」といった外部からの働きかけや「心配事や相談したいことがあった」「同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい」といった専門家や子育て仲間への接点を求めた理由も含まれており、参加の動機になっていると考えられる。

産前講座の不参加理由

「前回の出産で受講したことがある」という理由が一番多かったが、一人目の出産の場合は「仕事を休めなかった」という理由が一番多かった。これらに加えて、「本やインターネットなどで同じ情報が得られるから」という内容も不参加理由に含まれている。

参加者から見た産前講座の現状

産前講座の内容は妊娠、出産、赤ちゃんのお世話が中心で、夫婦（カップル）で協力する必要性にも時間を割いている。教わる理由や目的は8-9割に伝わっている。役立った、不安が解消したと半数が実感できている。ただし、参加理由の「同時期に出産予定の妊婦さんと出会いたい」「心配事や相談したいことがあった」の項目の選択数とを比較すると、「同時期に出産予定の妊婦同士の交流」や「質問や相談」の役に立ったもしくは不安が解消したという回答は少ない。つまり参加理由で挙げられていたニーズが実際には叶えられていないことは注目すべき点だと考えられる。

参加者から産前講座への要望

7割の参加者が産前講座で教わったことと現実の違いは「ない」と感じている。産前講座で教わっていないことで教えて欲しかったことは下記の4つである。

- 授乳の過酷さや排泄の回数の多さとそのお世話の大変さ、赤ちゃんの寝かしつけの大変さや夜中に頻繁に起きることといった「**赤ちゃんのお世話の現実**」
- 父親の出産時の関わり、出産直後からの育児への関わりといった「**父親になるための具体的な準備について**」
- 出産後の女性のホルモンの急激な変化、体の不調や違和感、精神状態の不安定さといった「**出産後の女性の心身の変化**」
- 赤ちゃんはいつ頃どのくらいの大きさになるのか「**赤ちゃんの身長と体重の目安**」

5.おわりに

今回の調査結果で、現状の産前講座で伝えている項目と受益者である父母が受け取っているものを比較・考察してわかったことは、以下の三点である。

一点目は、現状の産前講座の内容に加えて、赤ちゃんの育ちの目安、お世話についてのより具体的な実態と、出産後の女性の心身の変化とケアの方法を加味すること。二点目は、母親・父親のどちらかだけでなく、夫婦（カップル）が共に親になっていくための具体的な準備を促す機会を提供する必要があること。三点目は、産前講座が専門家や子育て仲間との接点をもつ機会であることから、相談しやすく、仲間とつながりやすくなる仕掛けを入れられると、よりニーズに沿った良いものになること。

以上の調査結果を元に、マドレボニータでは、産後の三大危機を予防し、健やかな子育てのスタートを家族で実現できるためのサポートとして、夫婦で出産後の生活に備えることができるような産前講座の最適な内容や実施方法を検討していく。

本件に関するお問い合わせ先

認定 NPO 法人マドレボニータ これからの両親学級プロジェクト担当

問い合わせフォーム：<https://www.madrebunita.com/contact-4>

公式サイト：<https://www.madrebunita.com/>