

日本産婦人科医会第203回記者懇談会(R8.1.14)

## 産婦が必要とする産後ケア(事業) に関する調査結果

日本産婦人科医会幹事  
荒木記念東京リバーサイド病院産婦人科  
星 真一

## 対象

産後5か月～1年までの女性2269人

## 方法

産後4か月以内の自分の状態、周囲の環境および希望した産後ケアと実際の利用状況についてネットリサーチ会社であるマクロミル（株）に依頼し、アプリを利用したアンケート調査を行った

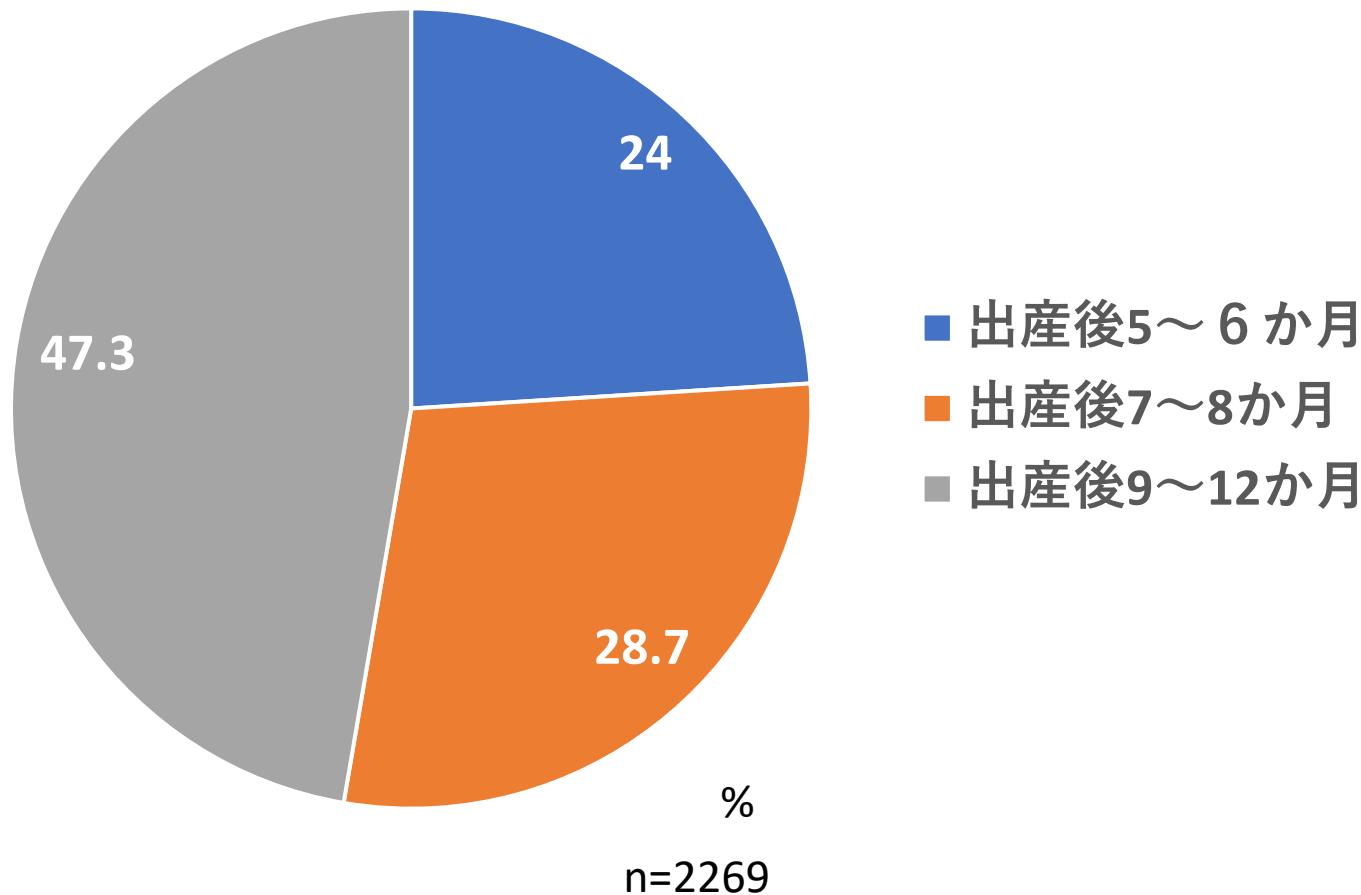
## 調査時期

2025年8月

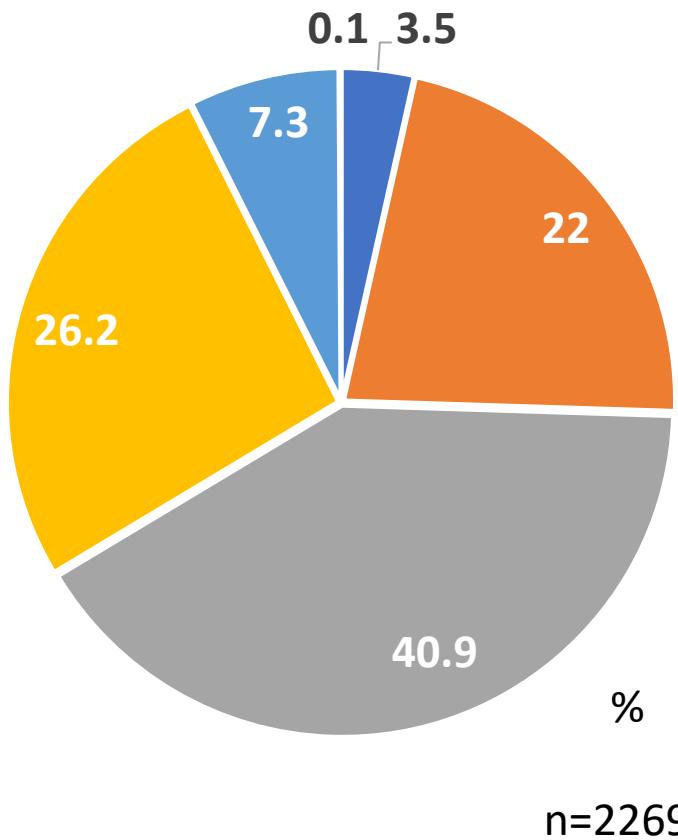
## 除外基準

マクロミル（株）の規定により回答スピードの早い上位3%は削除した  
無回答については、必要と思われる項目についてのみ記載とした

## 回答時期

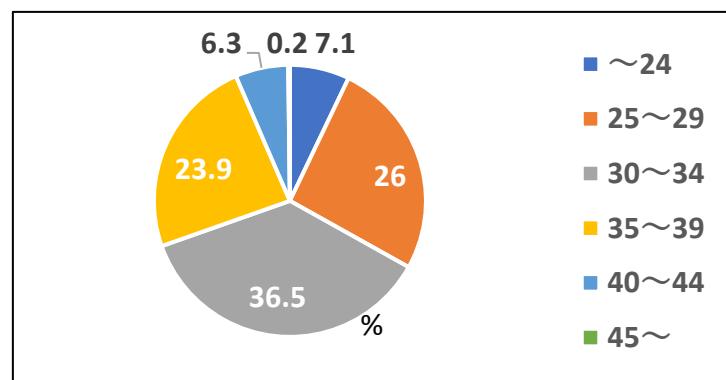


# 回答者の年齢



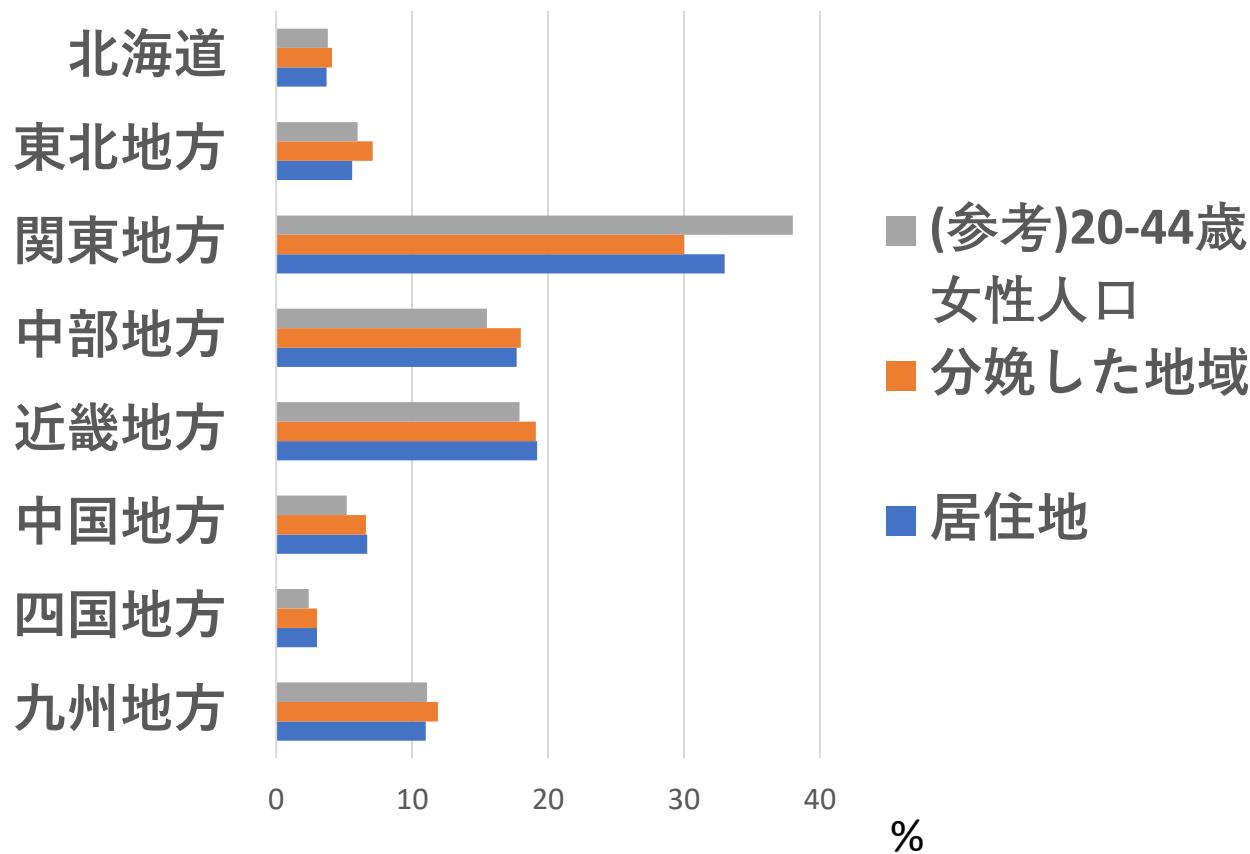
19~45歳 (平均33.2歳中央値33歳)

- ~24
- 25~29
- 30~34
- 35~39
- 40~44
- 45~



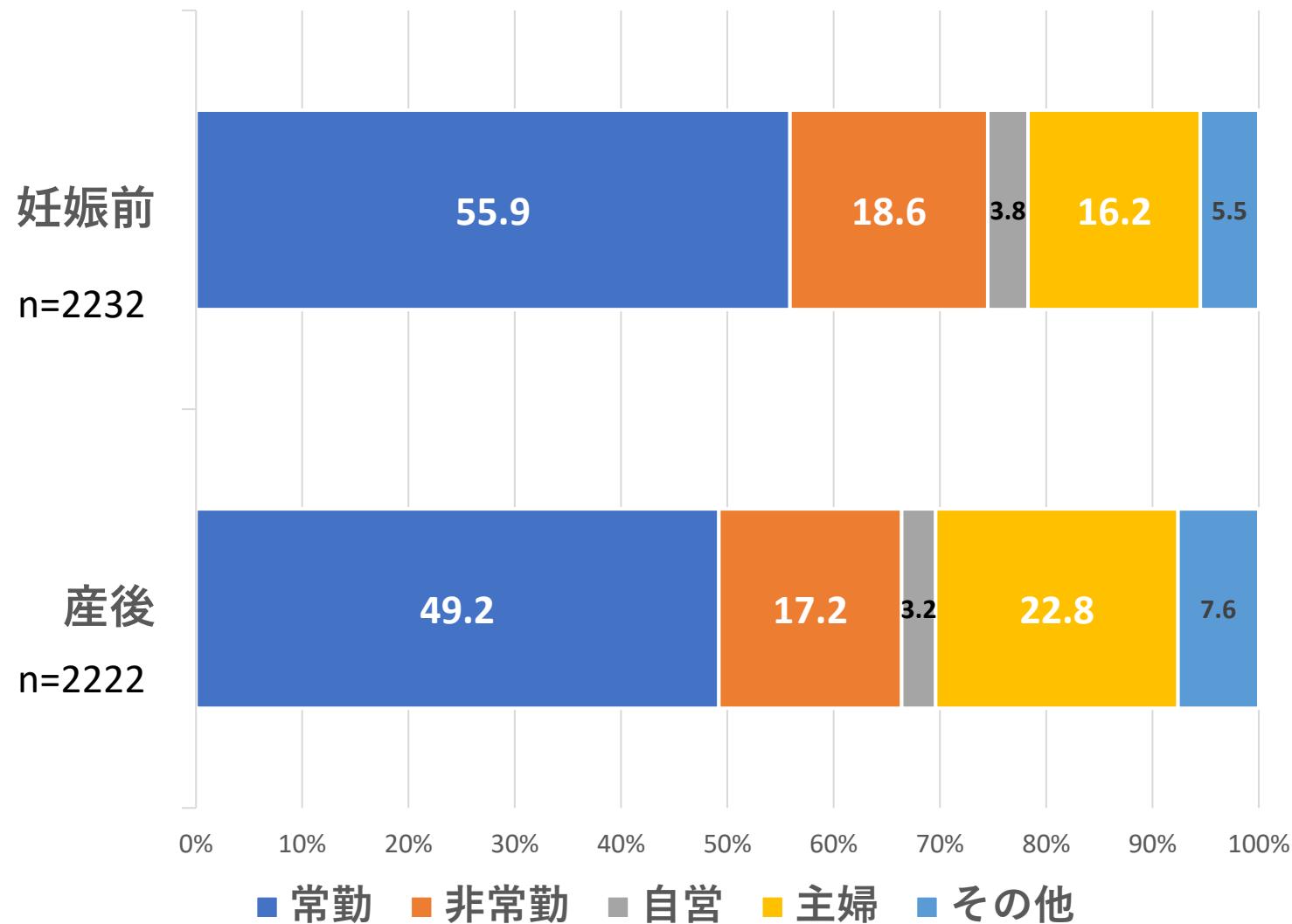
(参考) 2023年の年齢別出生数

# 居住地と分娩した地域

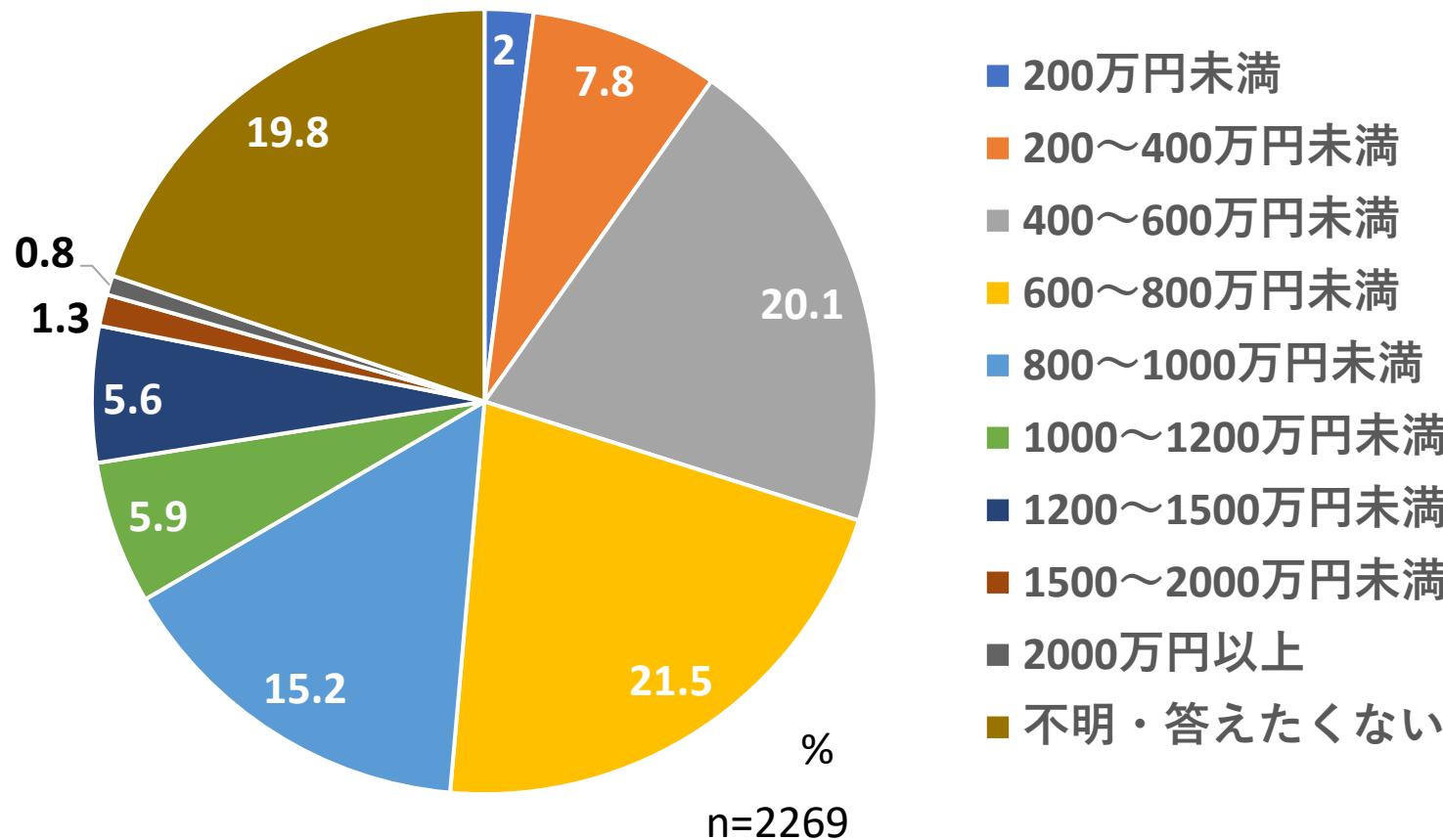


n=2269

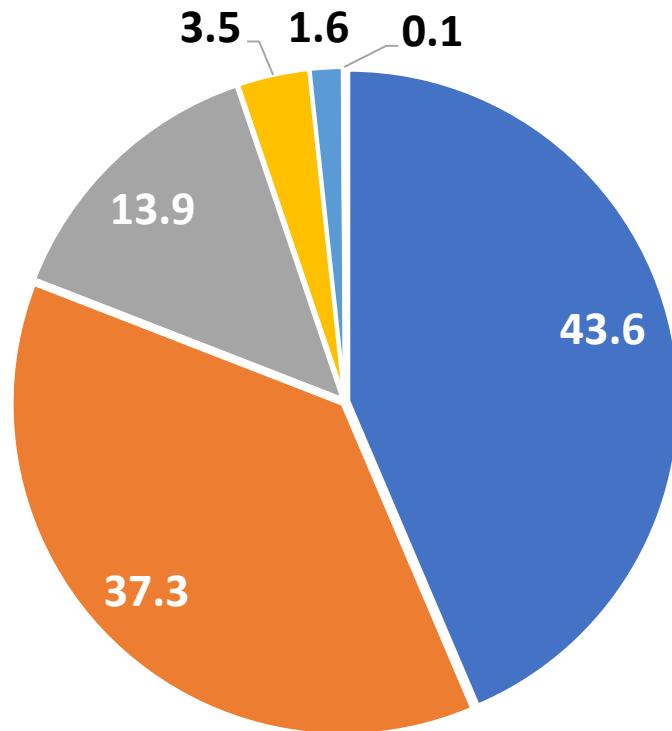
# 回答者の職業



# 回答者の世帯年収



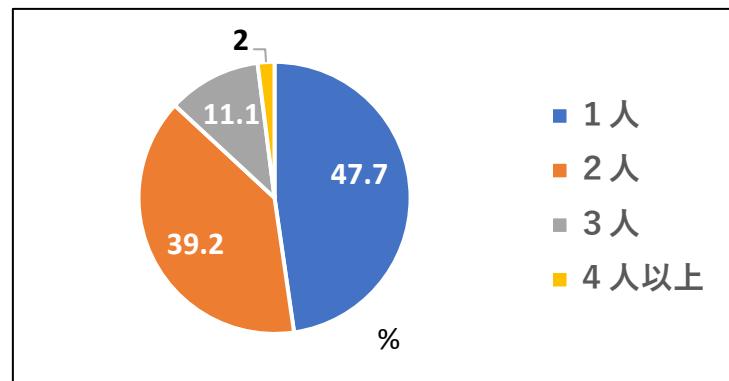
# 子どもの人数



- 1人
- 2人
- 3人
- 4人
- 5人以上
- 答えたくない

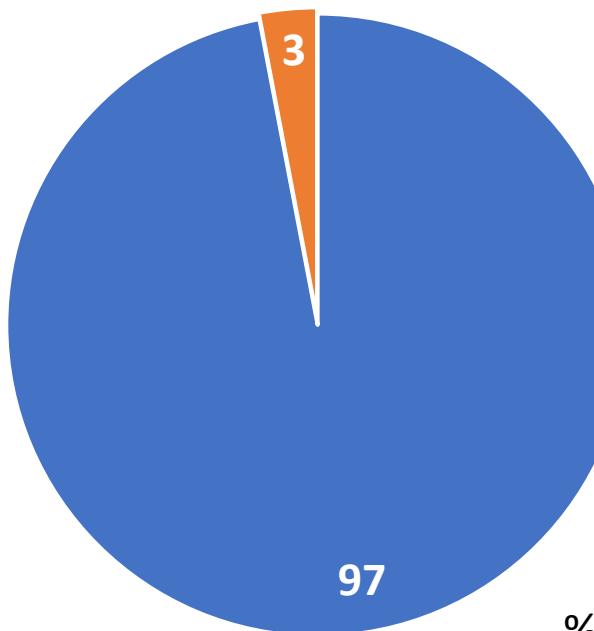
%

n=2269



(参考)国民生活基礎調査2024年より

## 未既婚

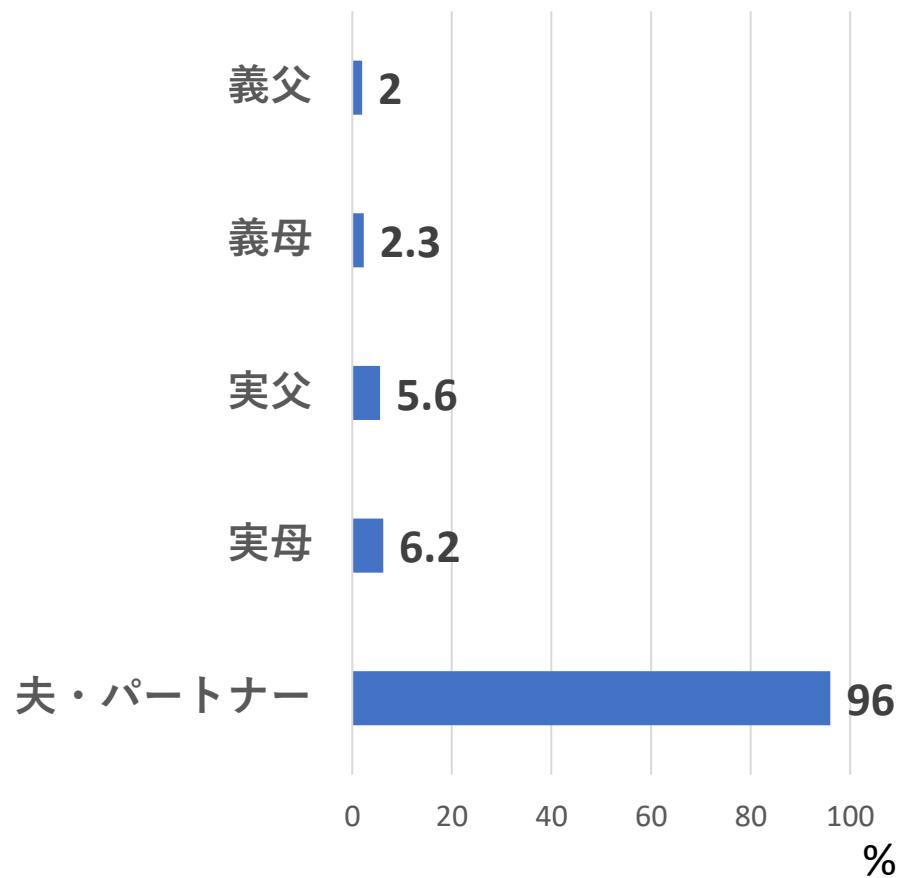


%

■ 既婚 ■ 未婚

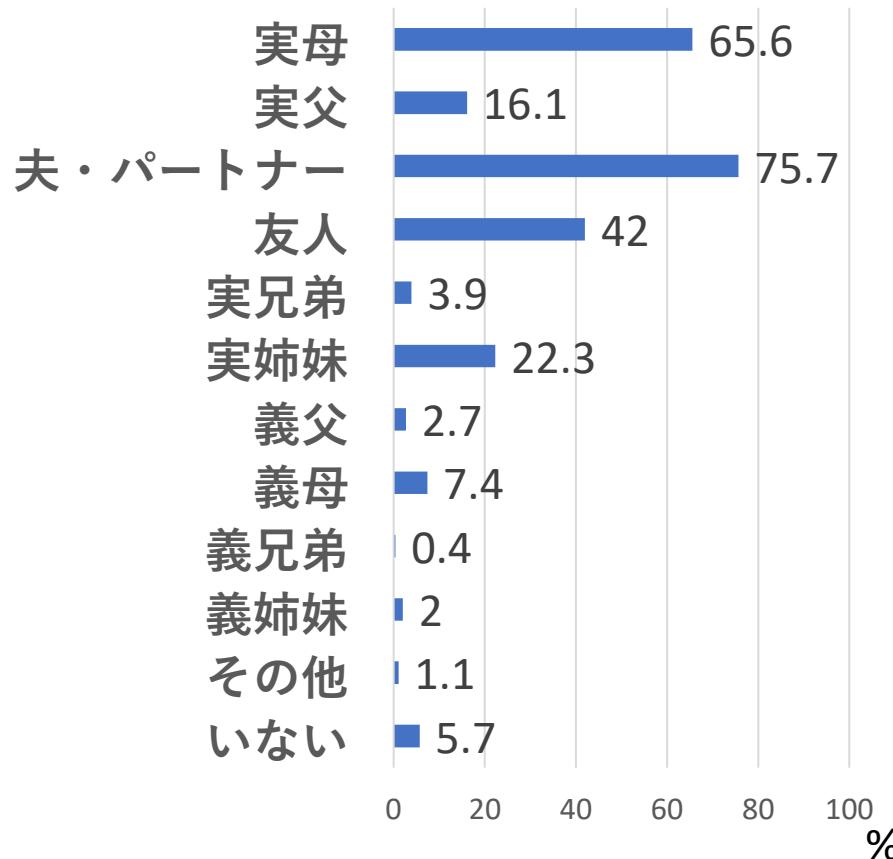
n=2269

## 同居している家族（複数回答）



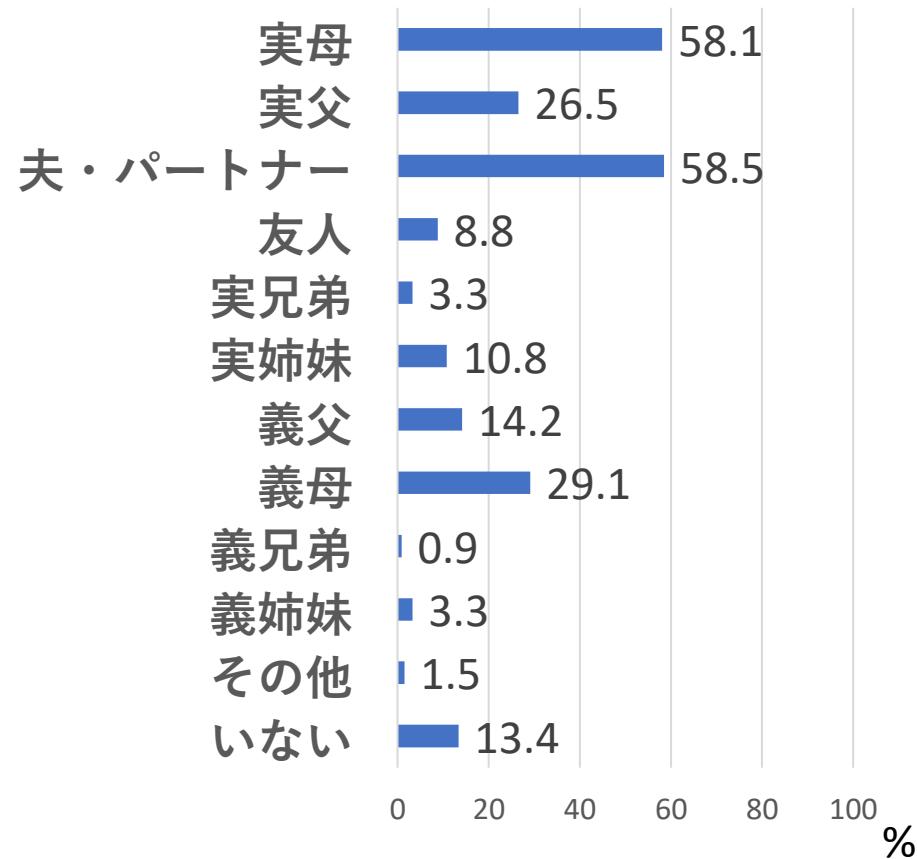
n=2269

## 何でも相談できる相手はいますか？ (複数回答)



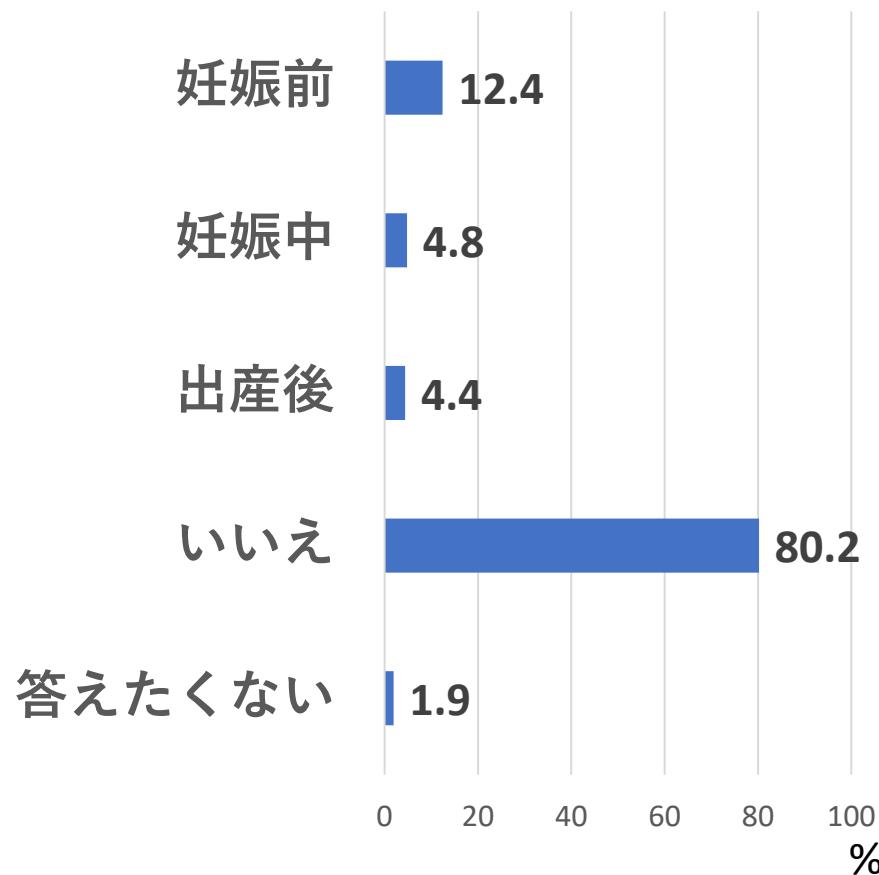
n=2269

## 子どもを預けることのできる方は 近くにいますか？ (複数回答)

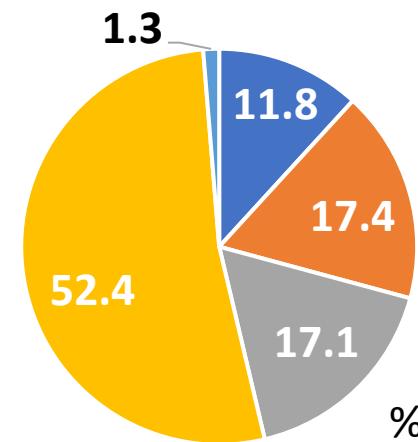


n=2269

## 精神科・心療内科通院歴 (複数回答)



## 過去の出産後の体調

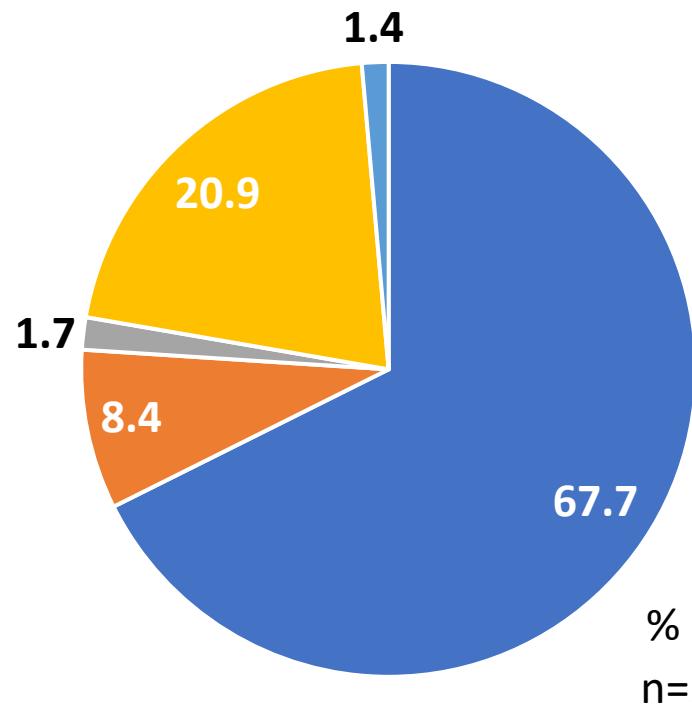


- 精神的に崩したことがある
- 身体的に崩したことがある
- 両方
- 体調を崩したことはない
- 答えたくない

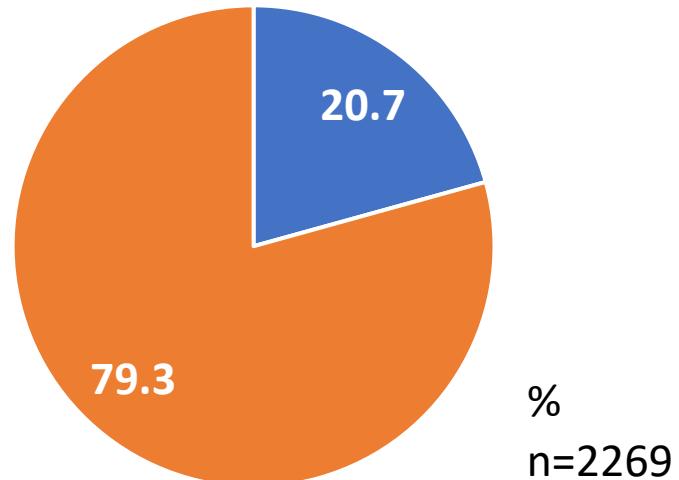
n = 1334

# 分娩方法について

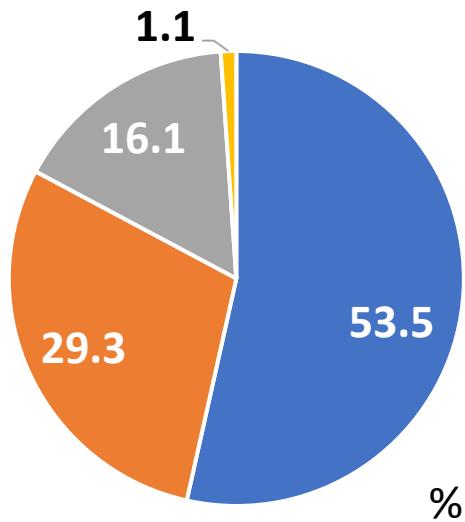
(無痛分娩の有無)



■ はい ■ いいえ



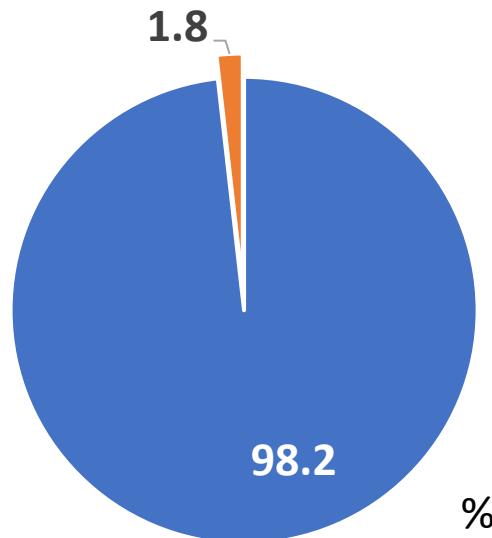
## 出産した施設について



- 有床診療所・助産院
- 一般病院
- 大学病院・周産期センター
- その他

n=2269

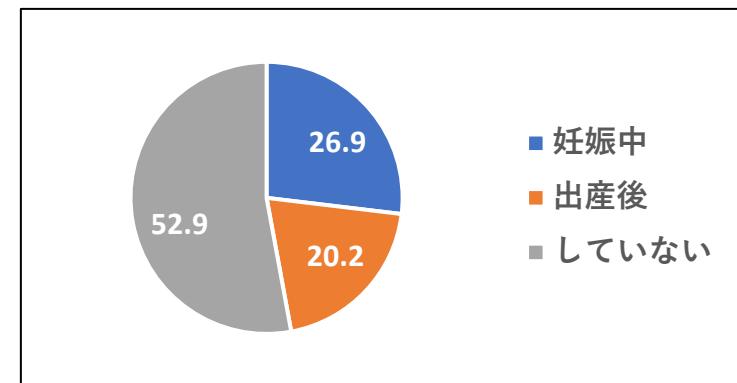
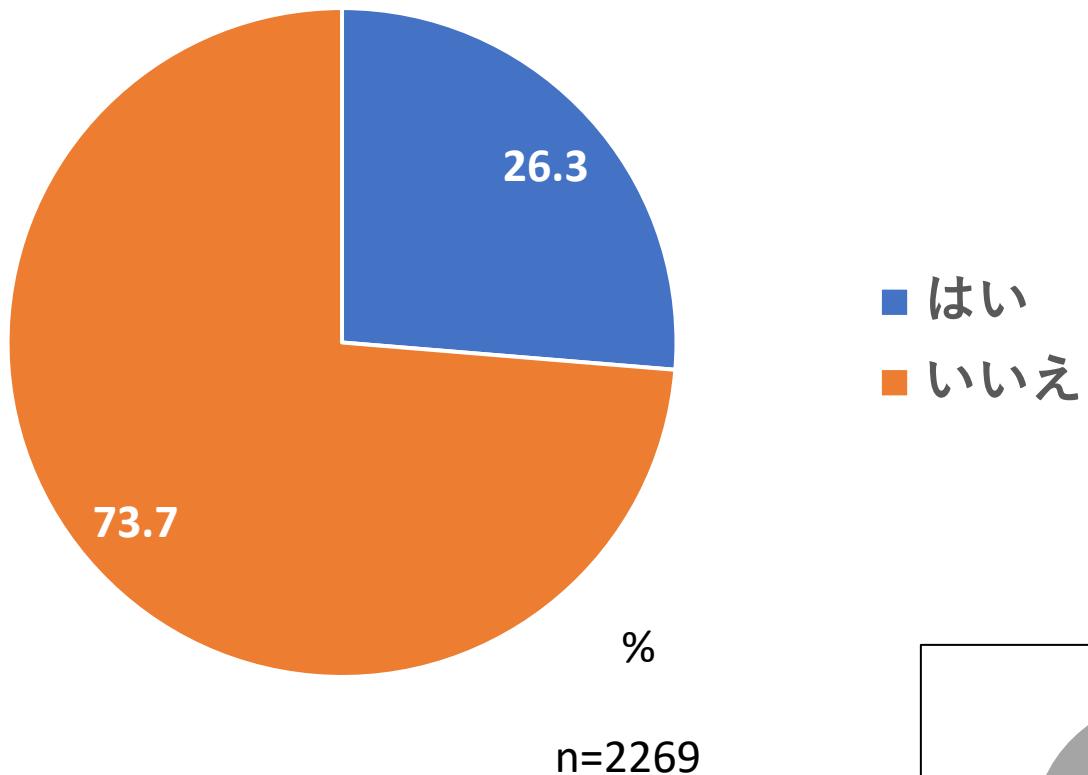
## 単胎・多胎の割合



- 単胎
- 多胎

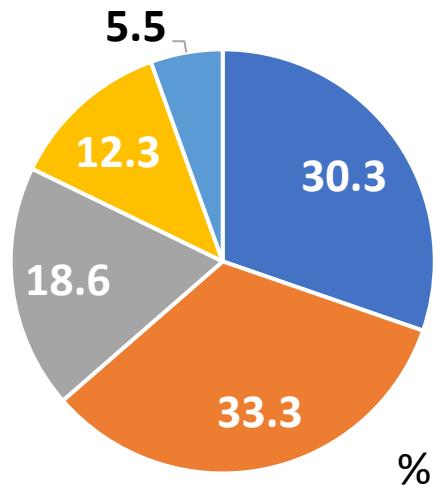
n=2269

# 里帰り出産について



令和5年度子ども・子育て支援推進調査研究事業  
里帰り出産等の実態に関する調査研究事業報告書より

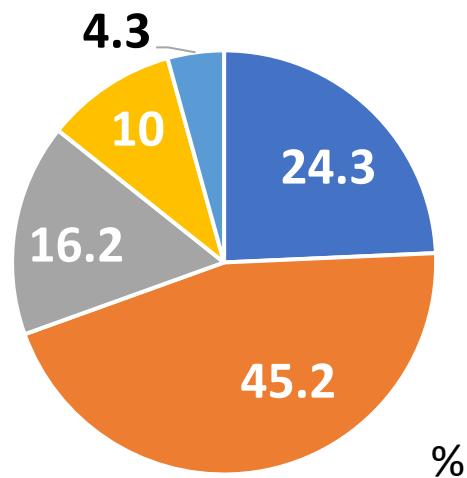
## 出産について



- 非常に大変だった
- 大変だった
- 思っていた通りだった
- どちらかといえば大変ではなかった
- 大変ではなかった

n=2269

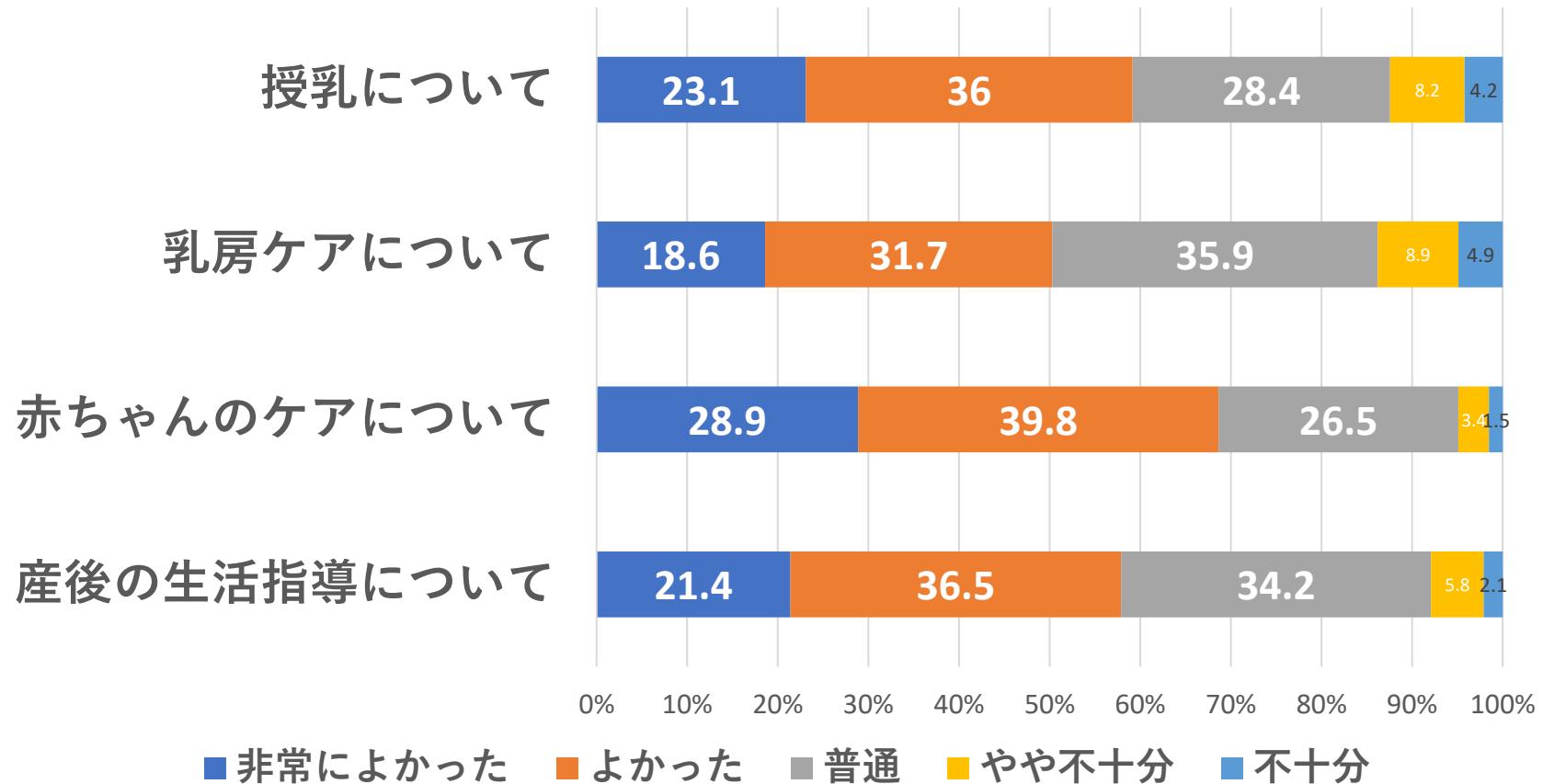
## 出産した施設での休息



- 非常に休息がとれた
- 休息がとれた
- どちらともいえない
- どちらかといえば休息をとれなかった
- 休息をとれなかった

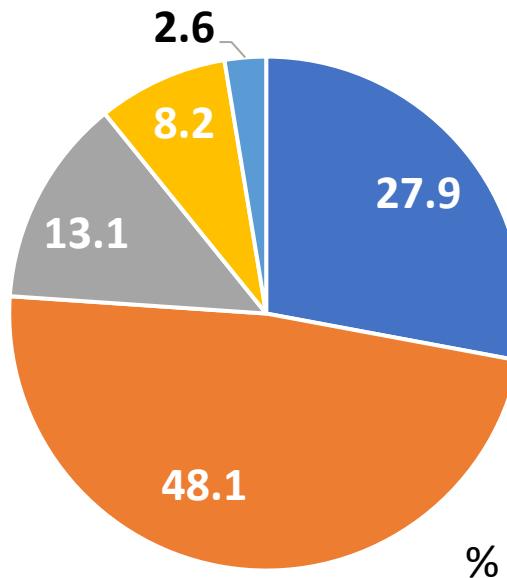
n=2269

# 出産した施設でのケアに対する満足度



n=2269

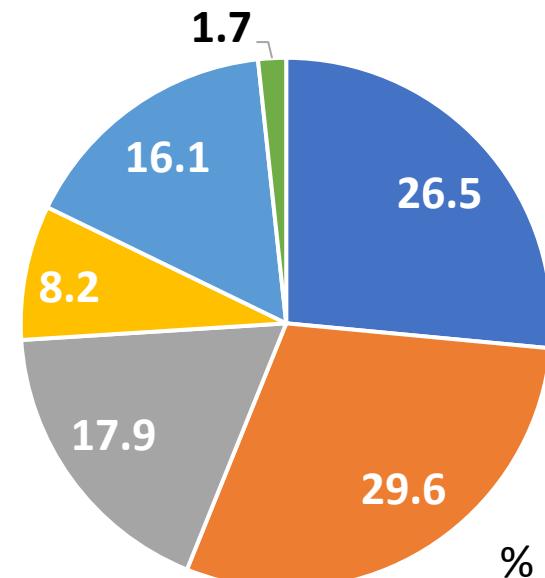
## 退院後の生活について



- 非常に大変だった
- 大変だった
- どちらともいえない
- どちらかといえば大変ではなかった
- 大変ではなかった

n=2269

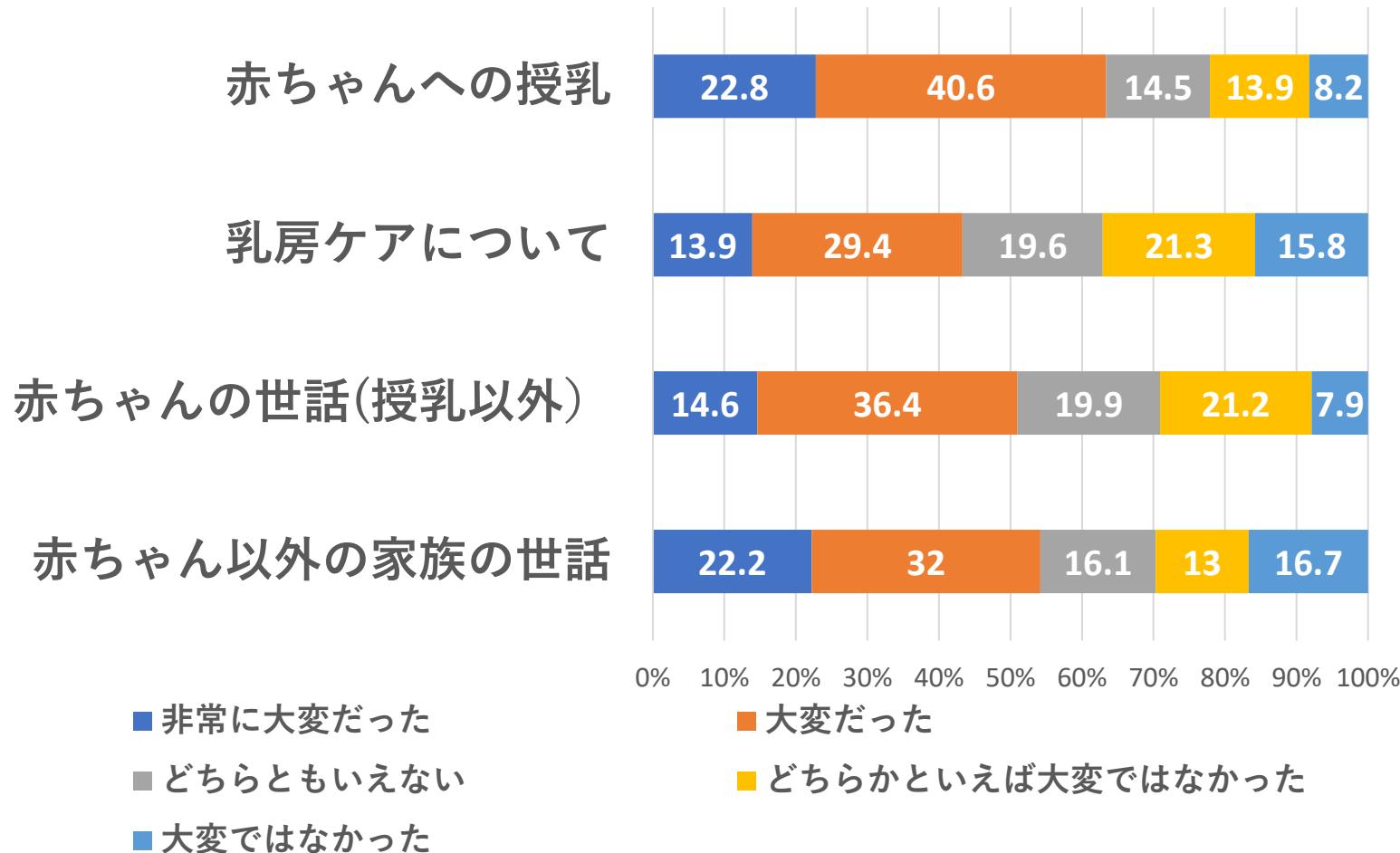
## 一番大変だった時期



- 退院後～2週間未満
- 1か月～2か月未満
- 2か月～4か月
- 常時
- わからない

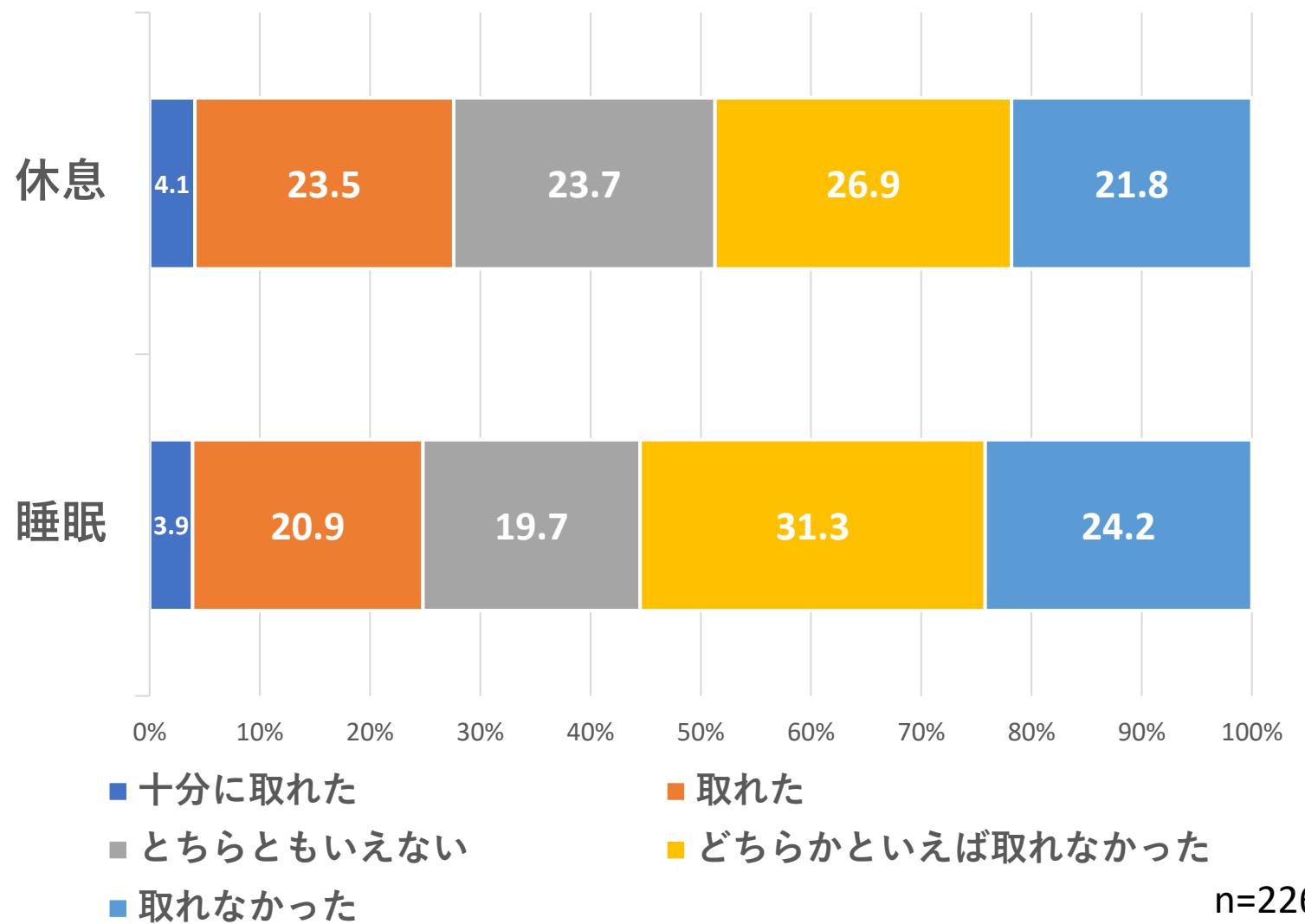
n=1724

# 退院後の生活について(個別)

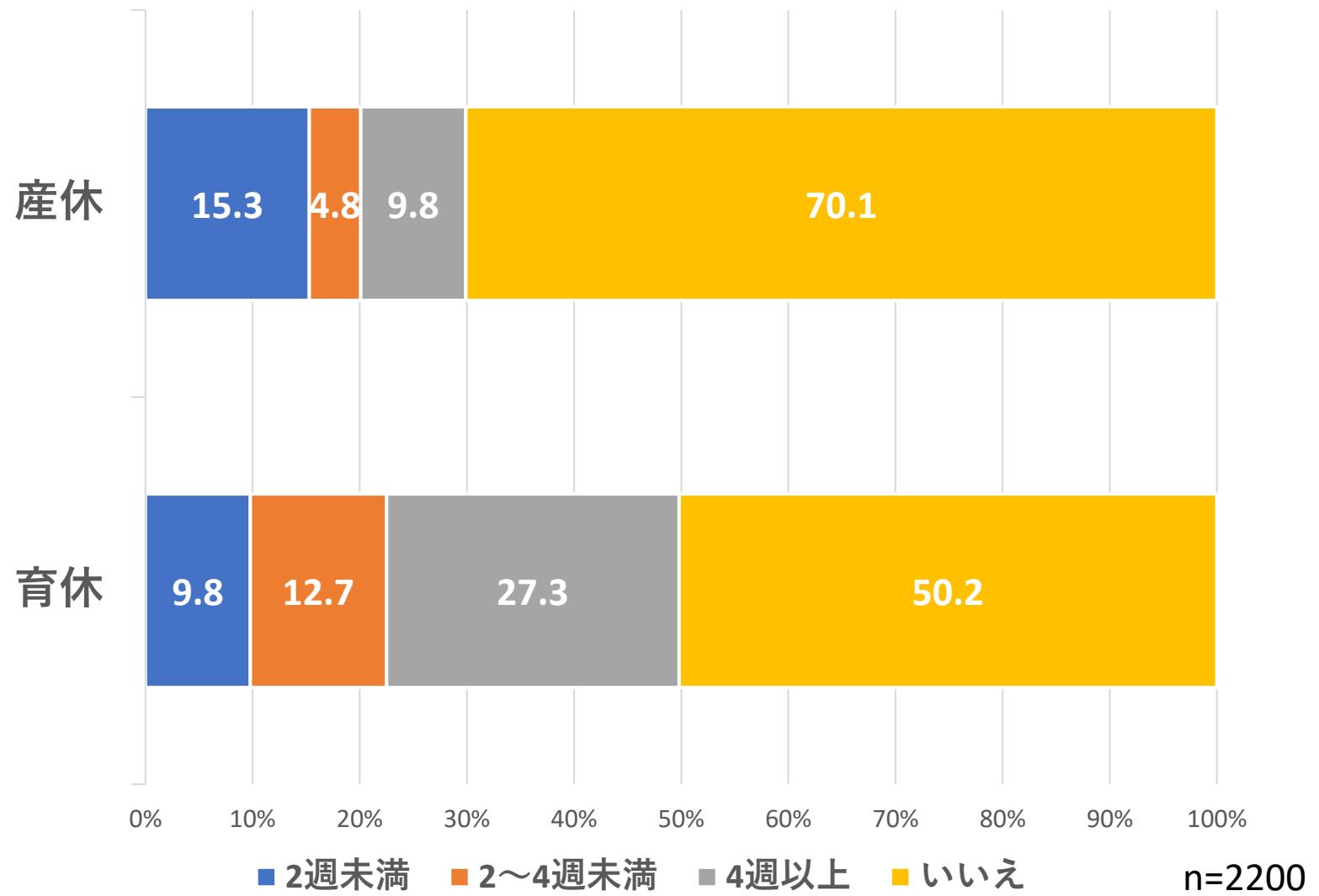


n=2269

# 退院後の睡眠・休息について

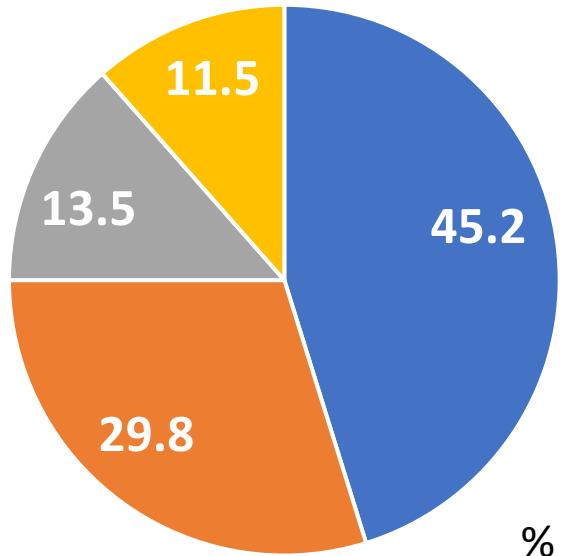


# 夫・パートナーの産休・育休の取得



# 産後ケアについて

## 産後ケアについて（いつから） 知っていましたか？

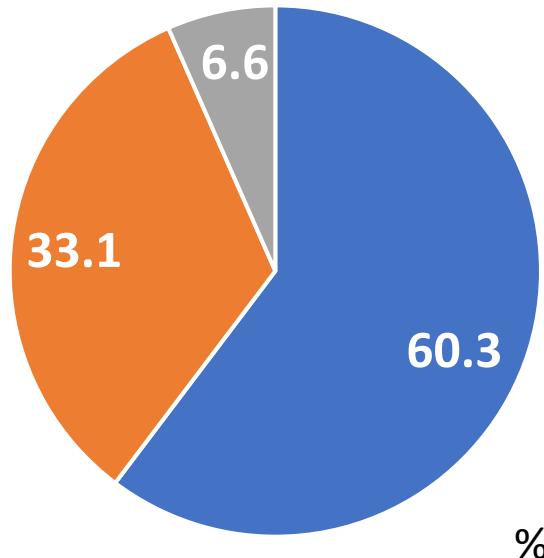


- 妊娠前
- 出産後

- 妊娠中
- 知らなかった

n=2269

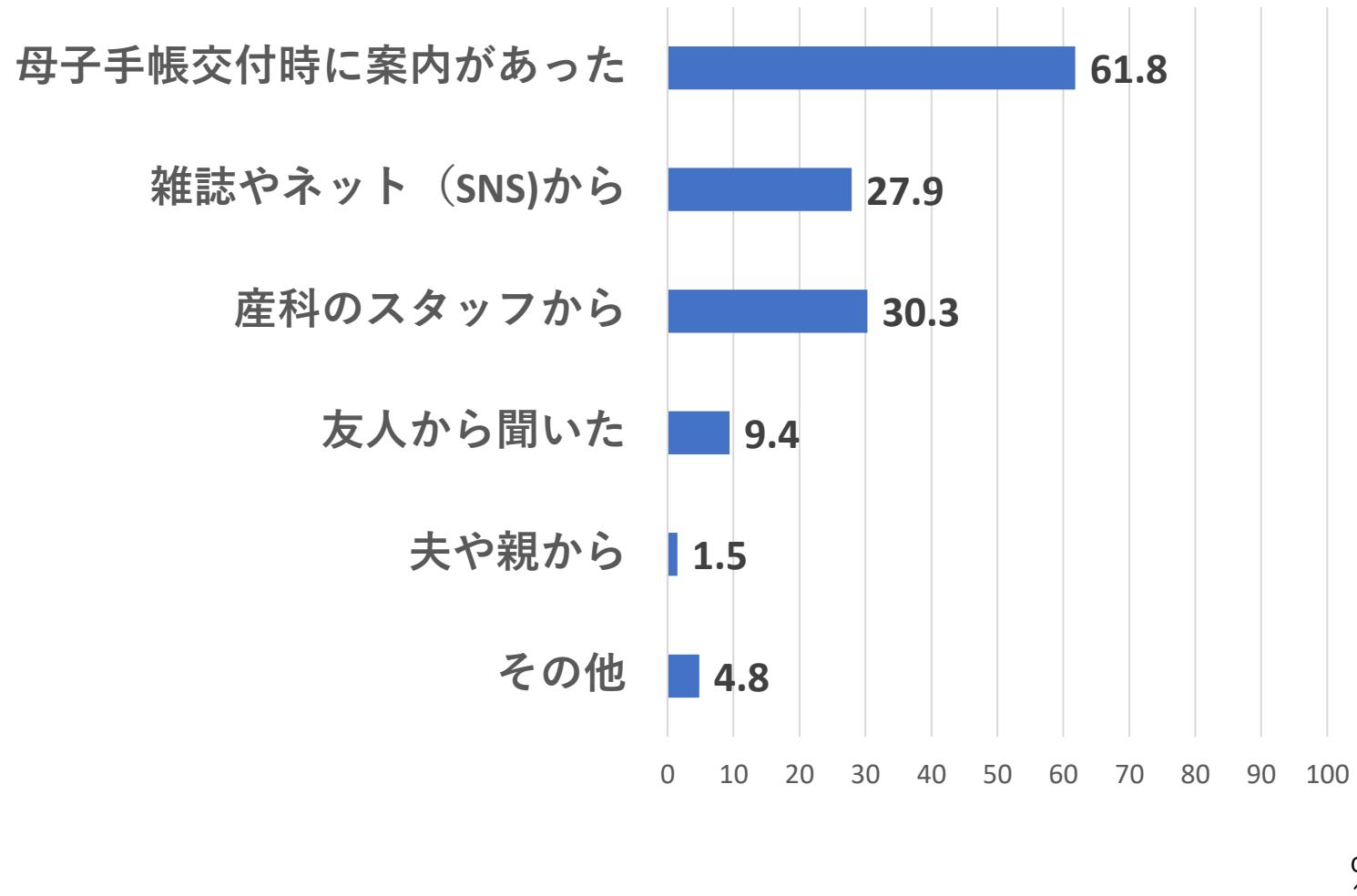
## 訪問型・日帰り型・宿泊型 があることは知っていましたか？



- 知っていた
- 何となく知っていた
- 知らなかった

n = 2008

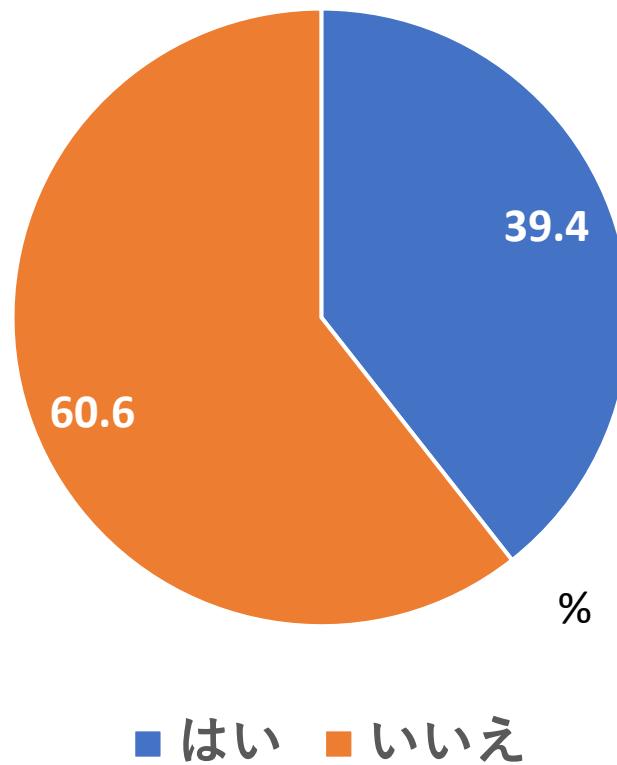
# 産後ケアをどのように知りましたか？



n =2008

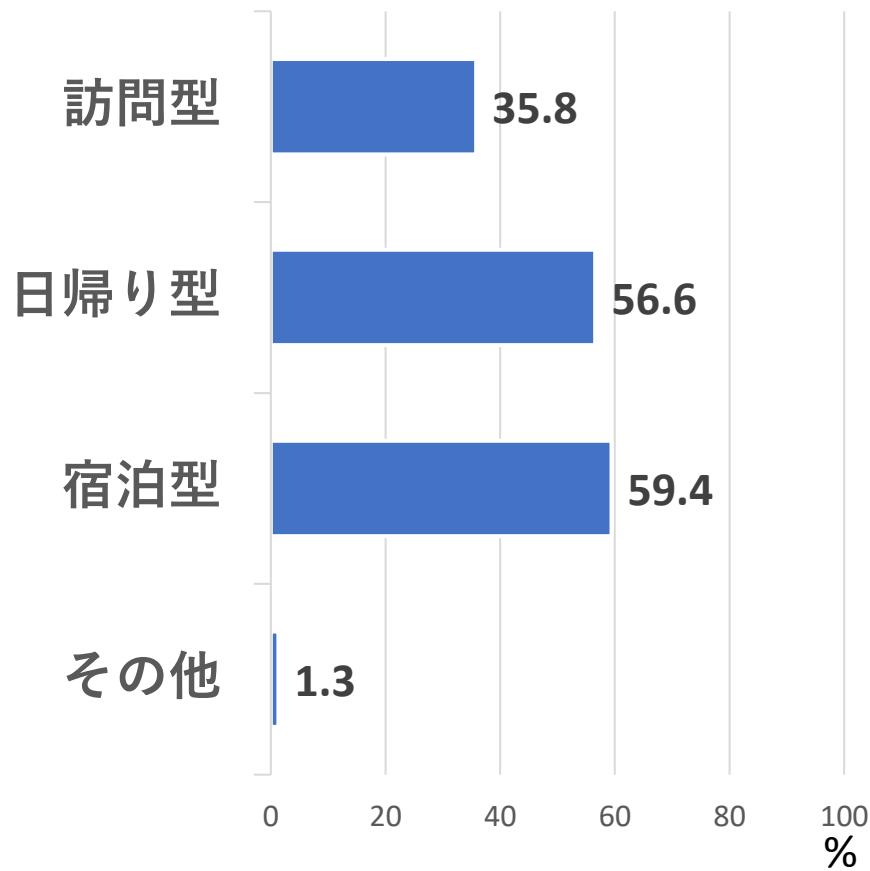
# 産後4か月までの 産後ケアの希望について

産後ケアの希望はありましたか？



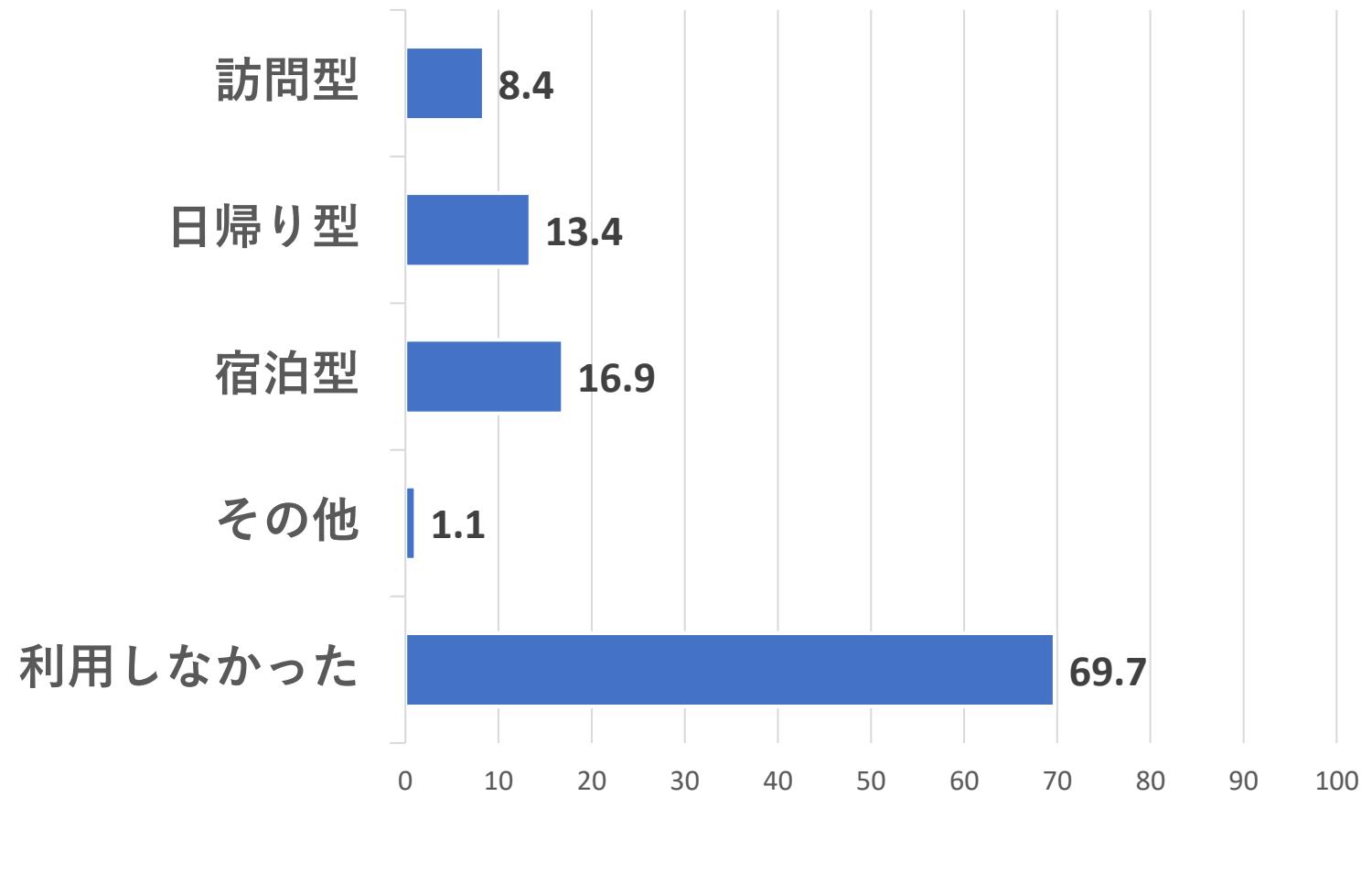
n = 2008

どのような産後ケアを希望しましたか？（複数回答）



n = 791

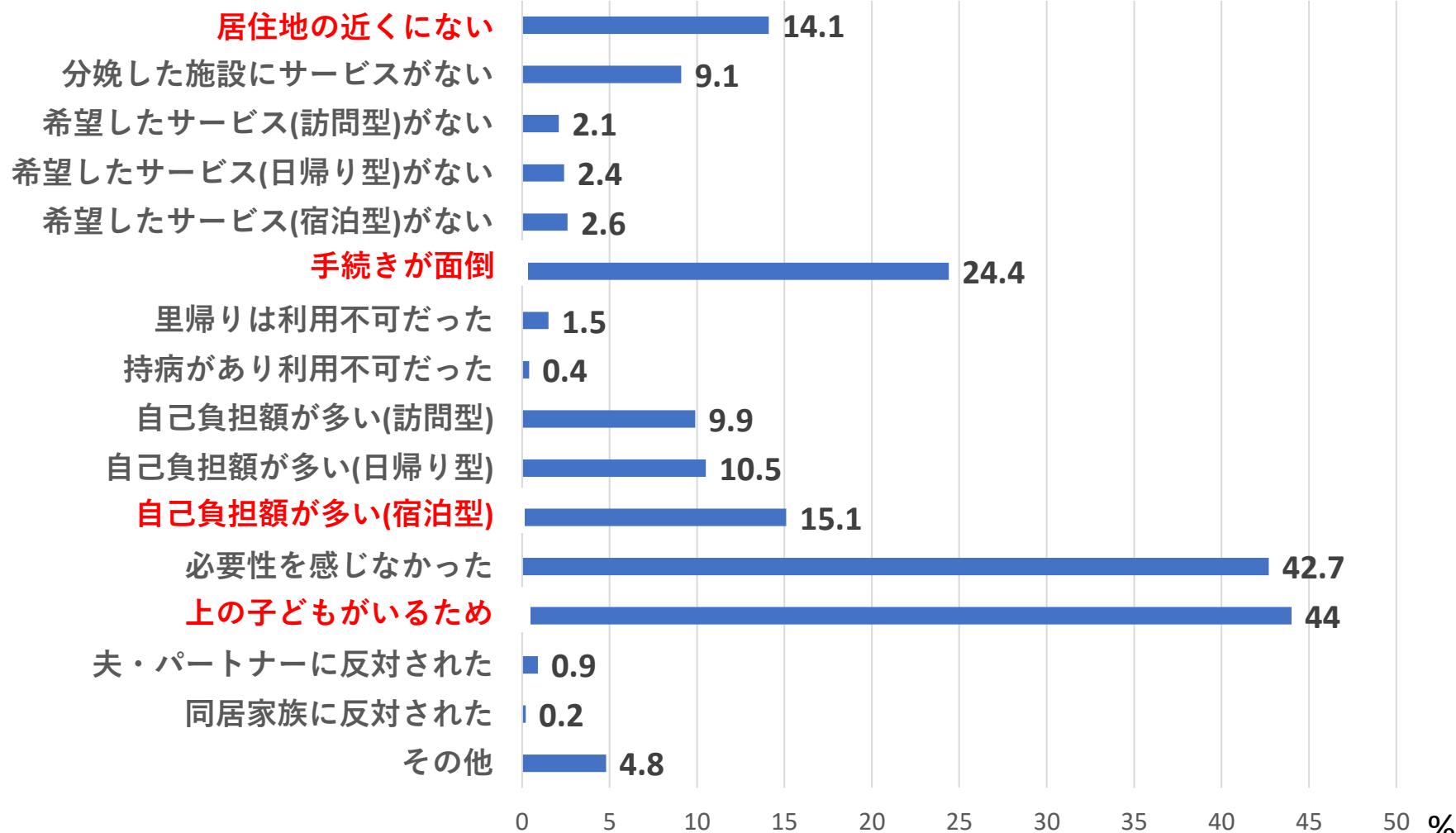
(産後ケアを知らなかった方へ)産後ケアを知っていたら  
どのような産後ケアを希望しましたか？（複数回答）



%

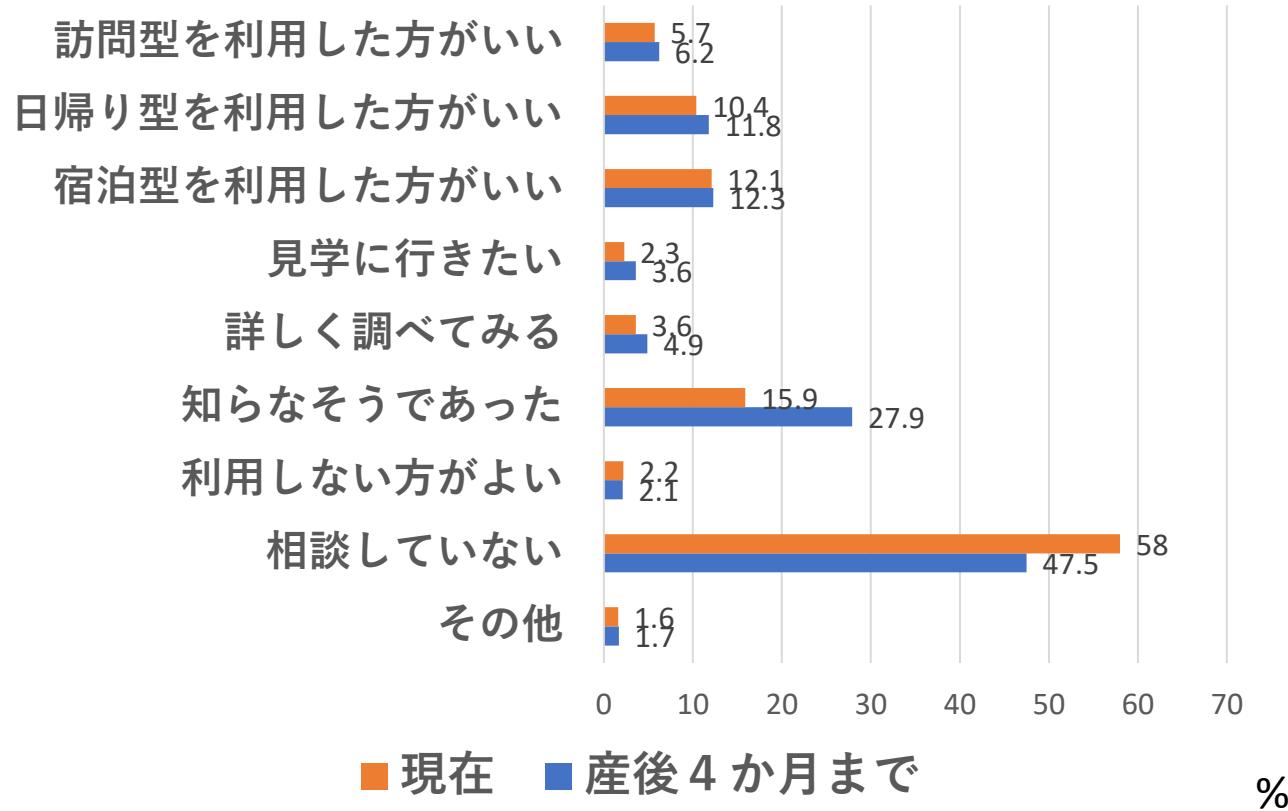
n = 261

# 産後ケアを希望しなかった理由（複数回答）



n=1217

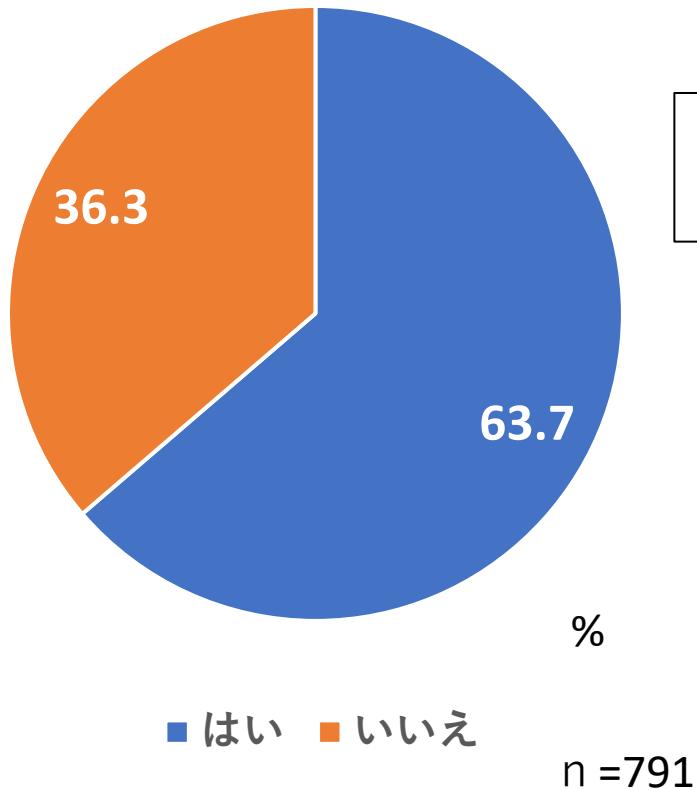
# 産後ケアについての夫・パートナーの考え方（複数回答） (産後4か月までと現在)



現在n=1955、産後4か月n=1958

# 産後4か月までの 産後ケアの利用について

# (希望した方へ)産後ケアを利用しましたか？

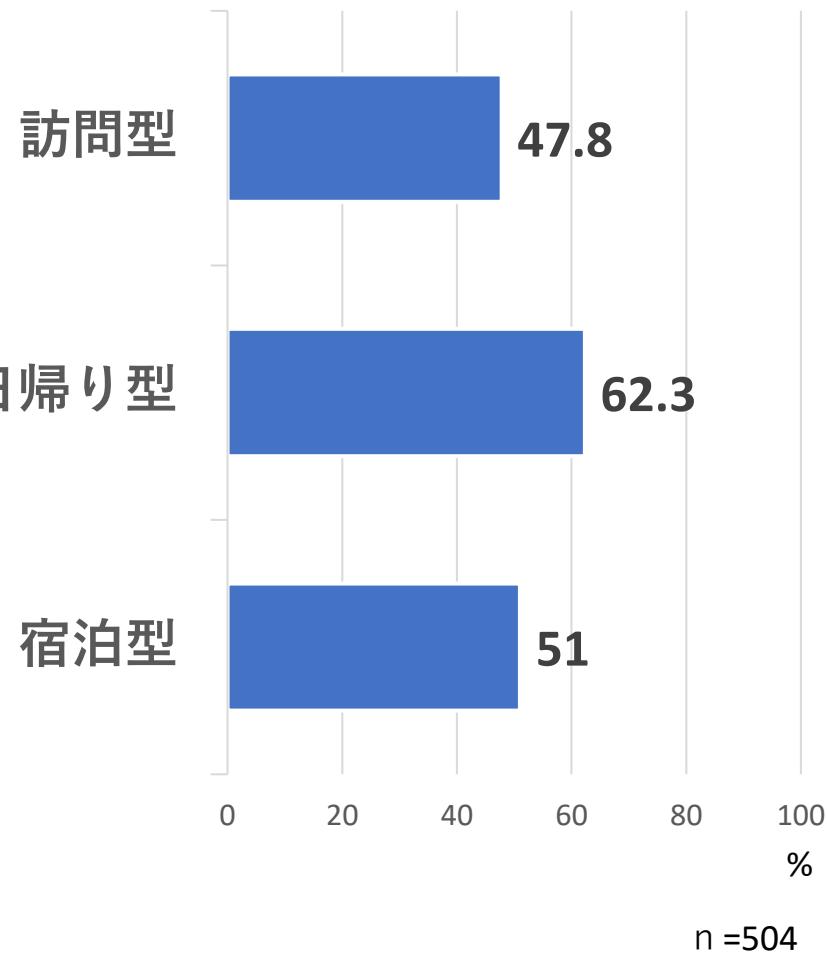


%

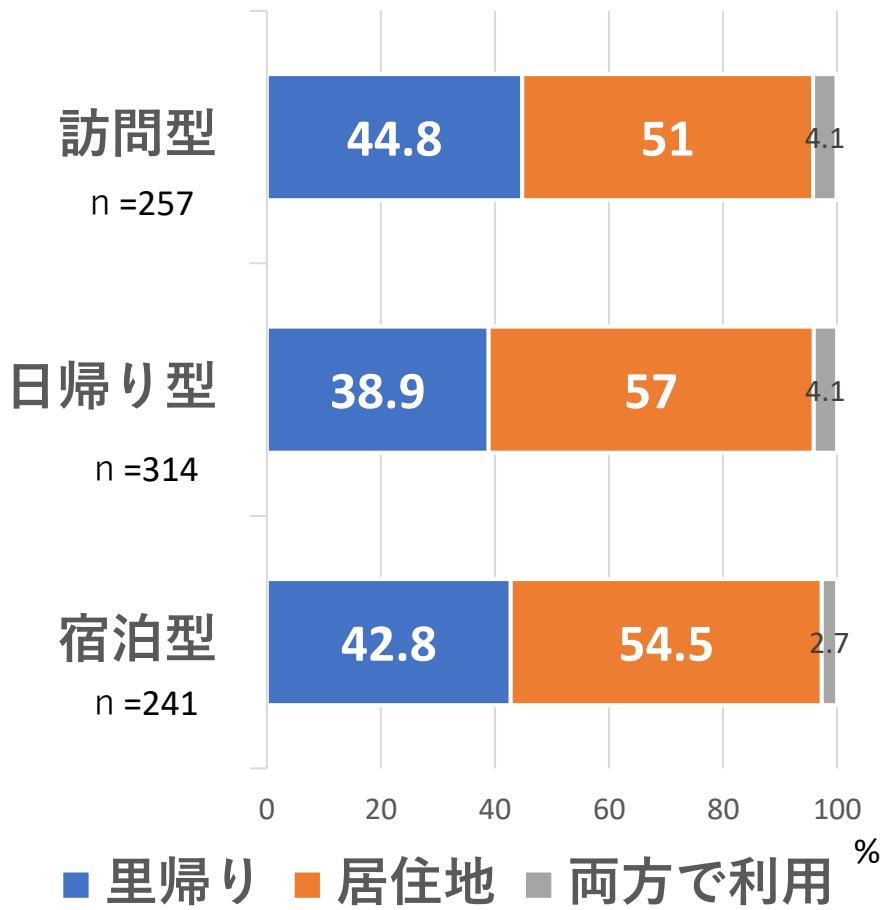
n = 791

■ はい ■ いいえ

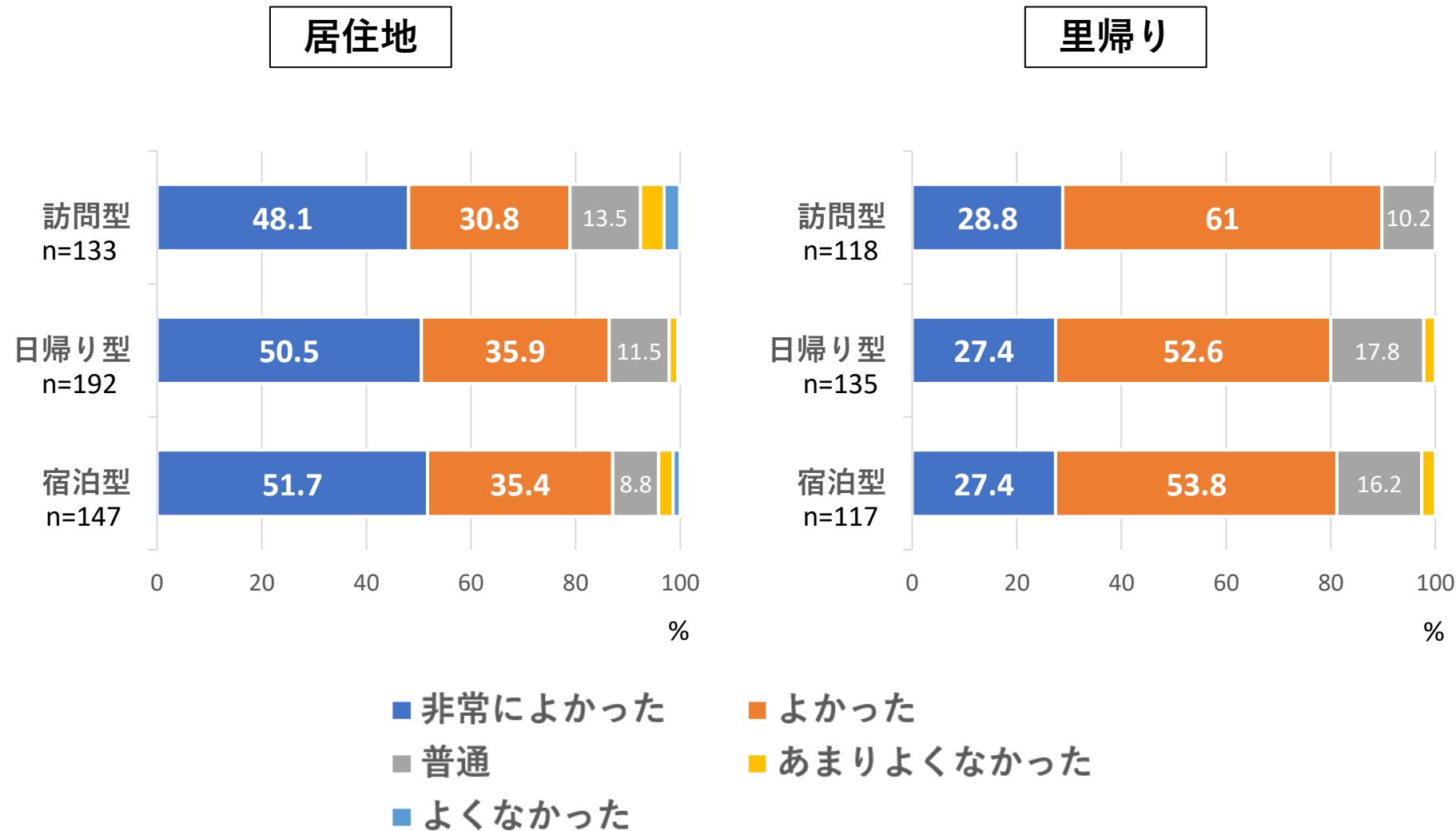
## 利用した産後ケアについて



## 産後ケアの利用場所

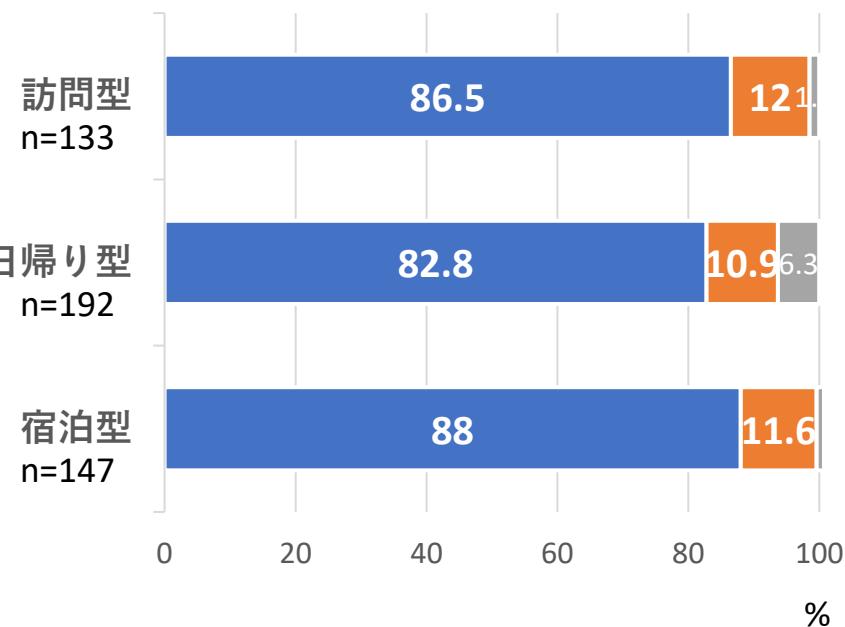


# 産後ケアの満足度(型別・受けた場所別)

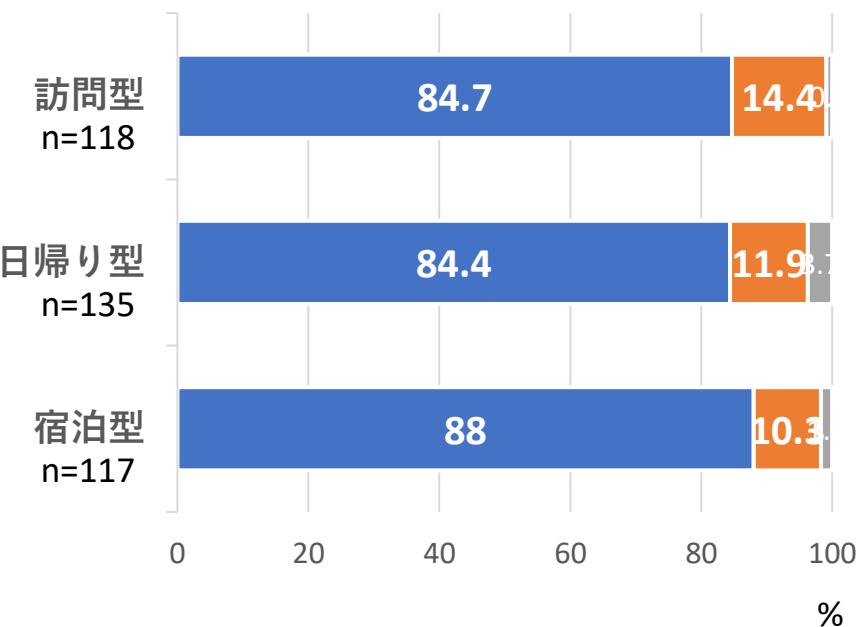


# 産後ケアを希望した施設で受けられましたか？

## 居住地

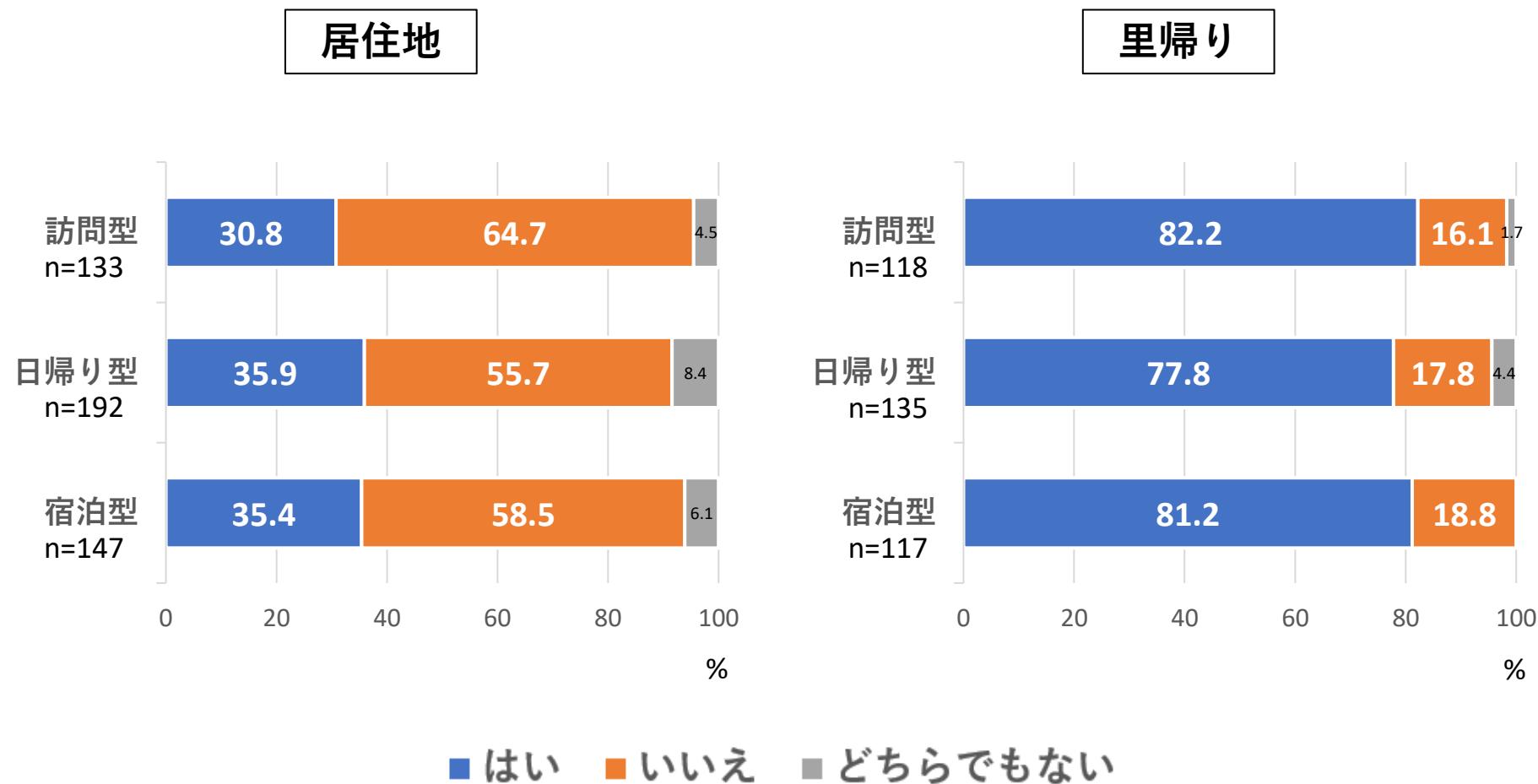


## 里帰り



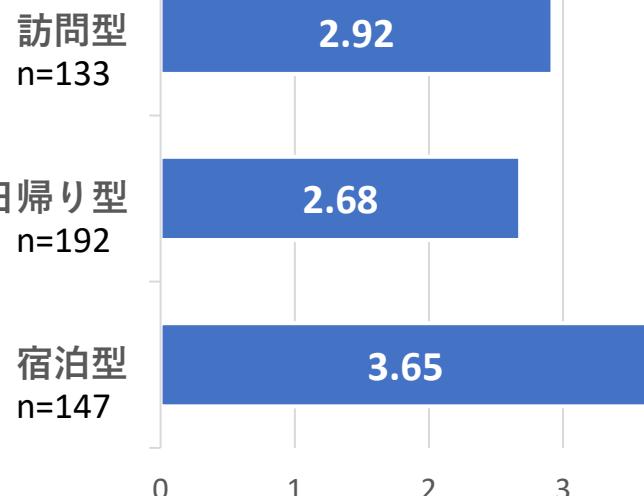
■ はい ■ いいえ ■ どちらでもない

# サービス提供まで待ちましたか？

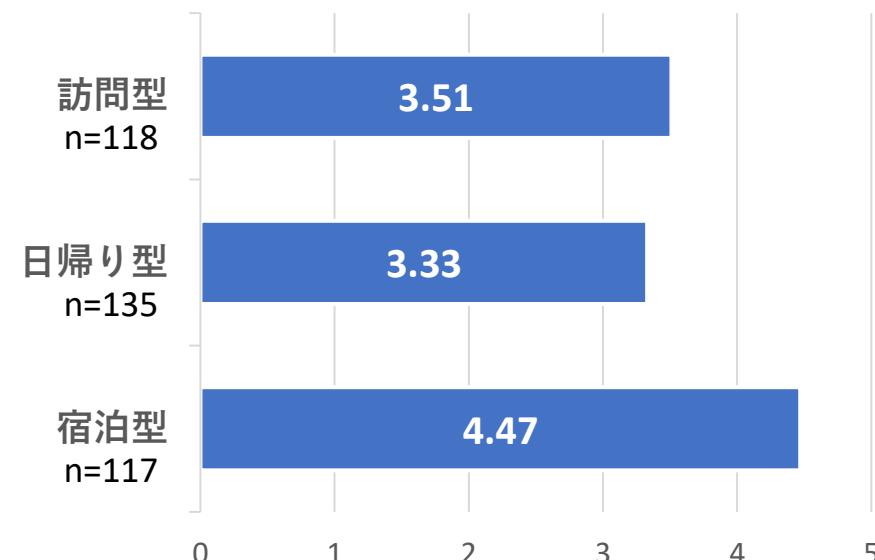


# 平均利用回数(宿泊型は日数)

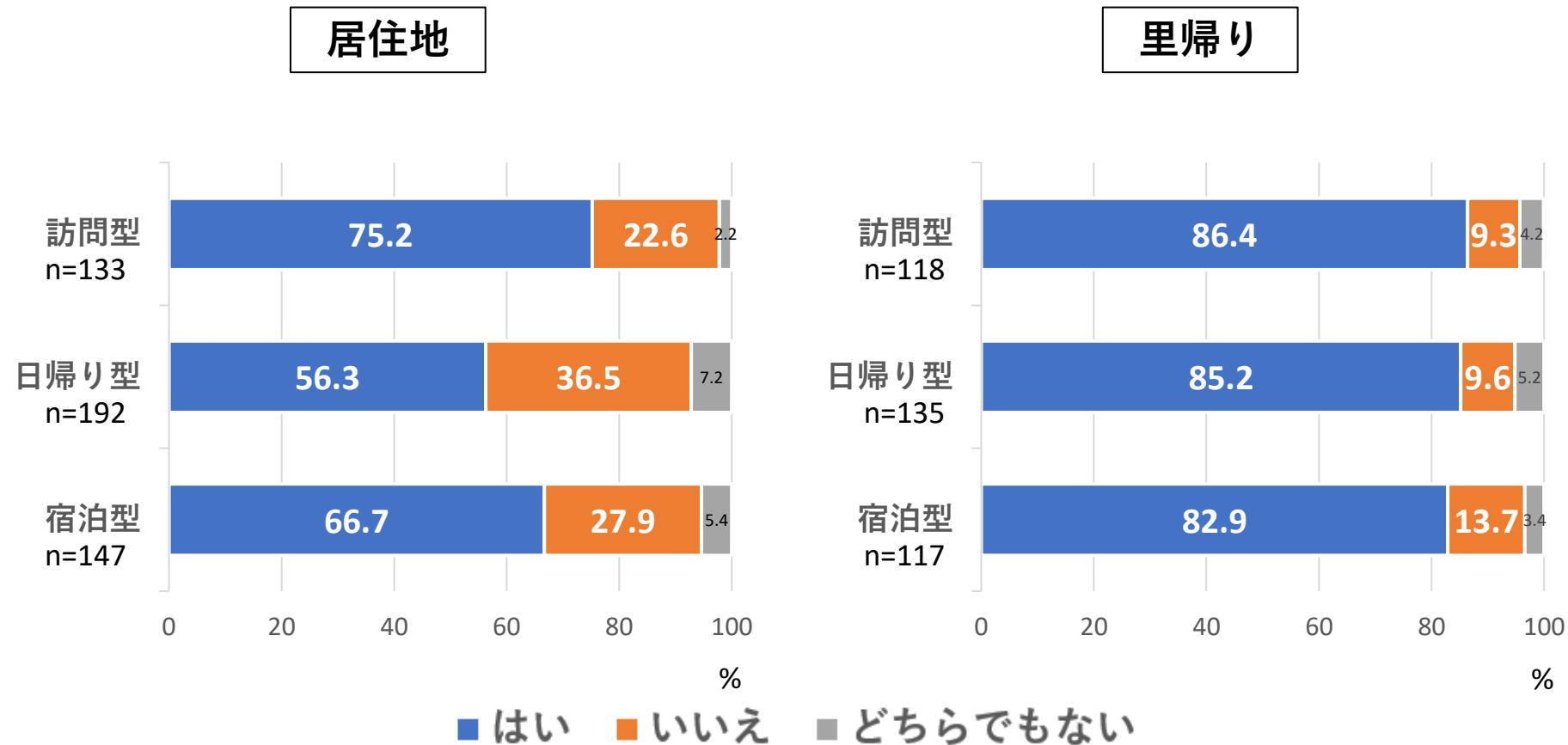
居住地



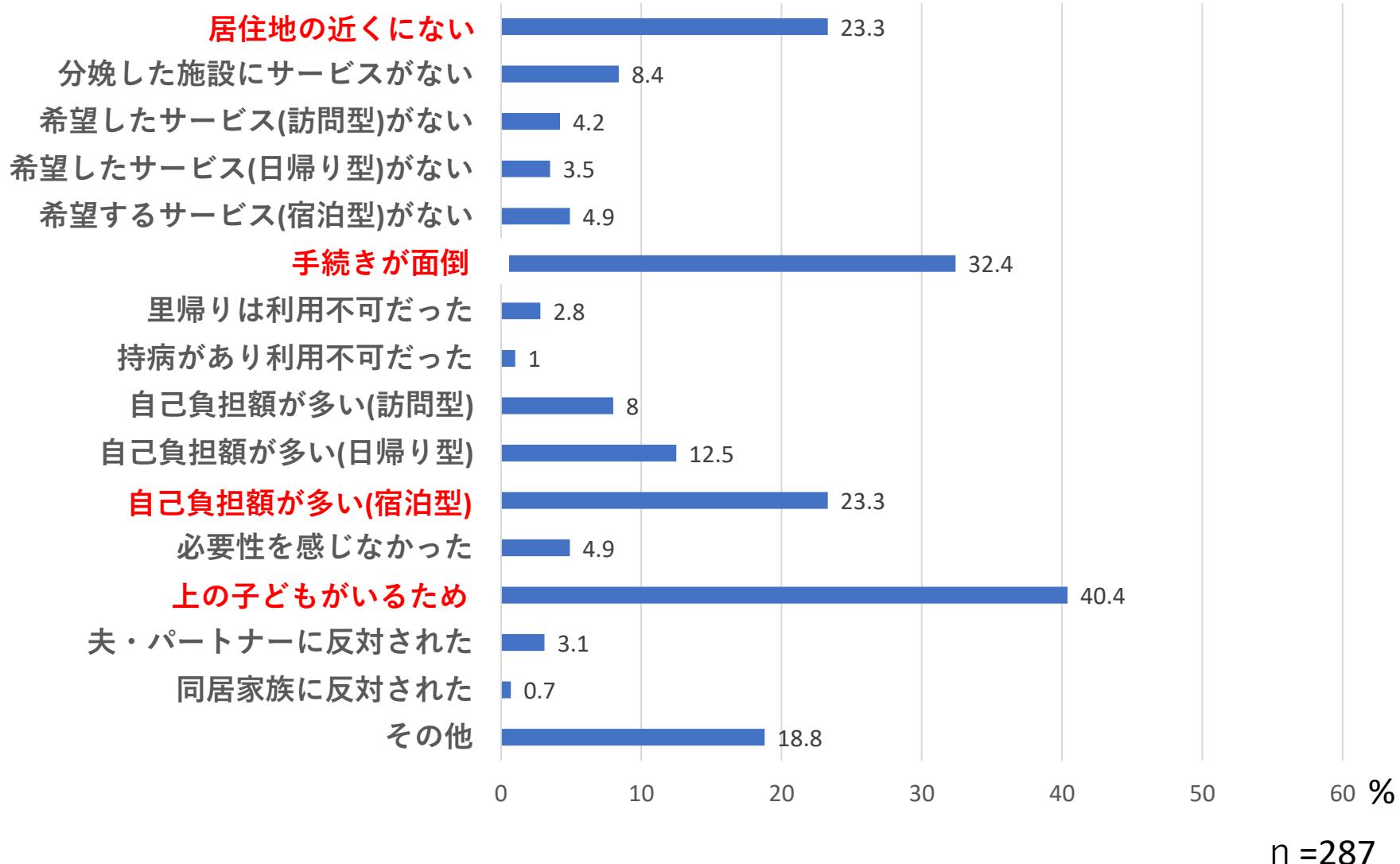
里帰り



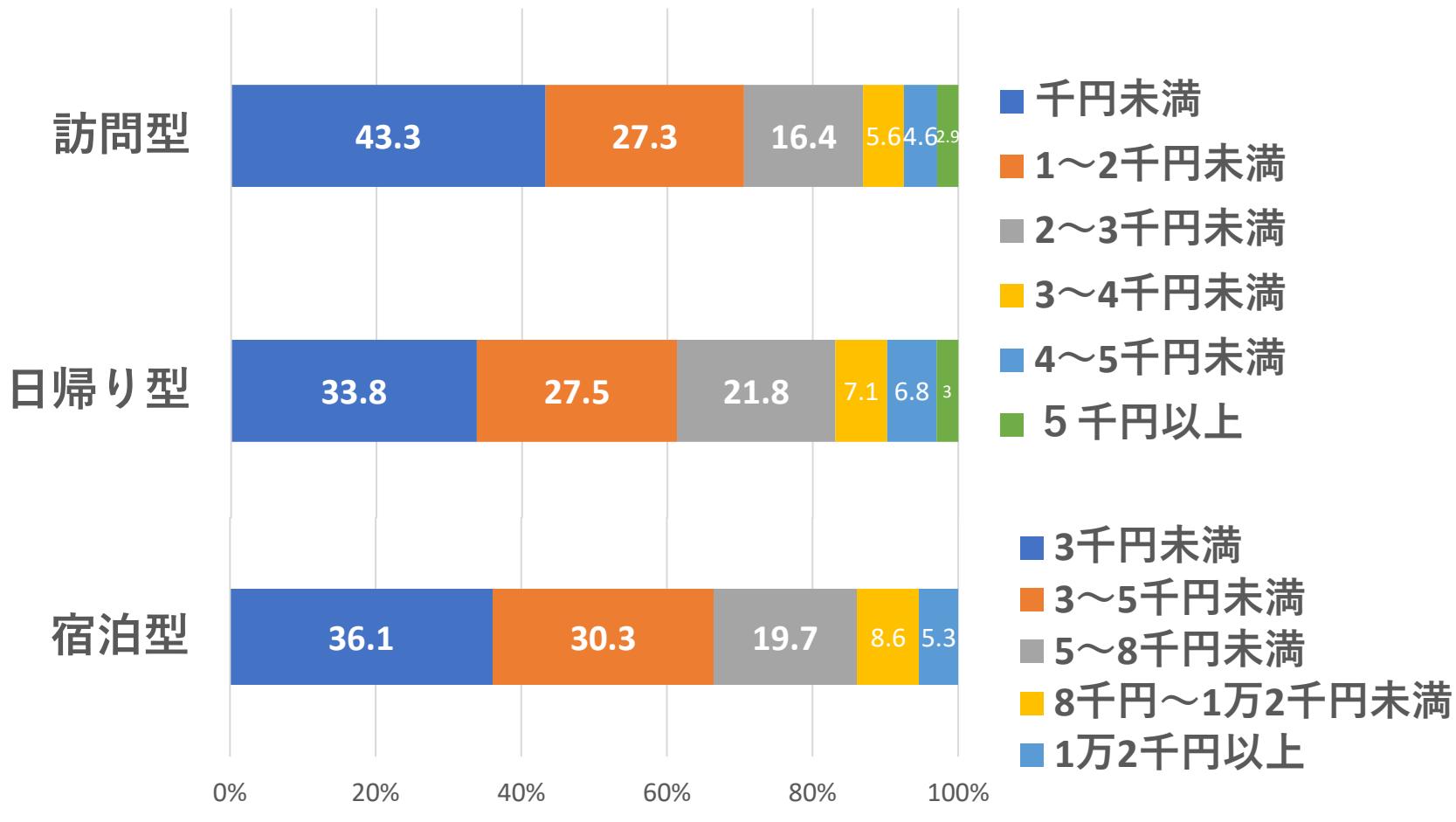
# 利用回(日)数は十分でしたか？



## 産後ケアを希望したが 産後ケアを利用しなかった理由（複数回答）



# 利用したいと思う自己負担額



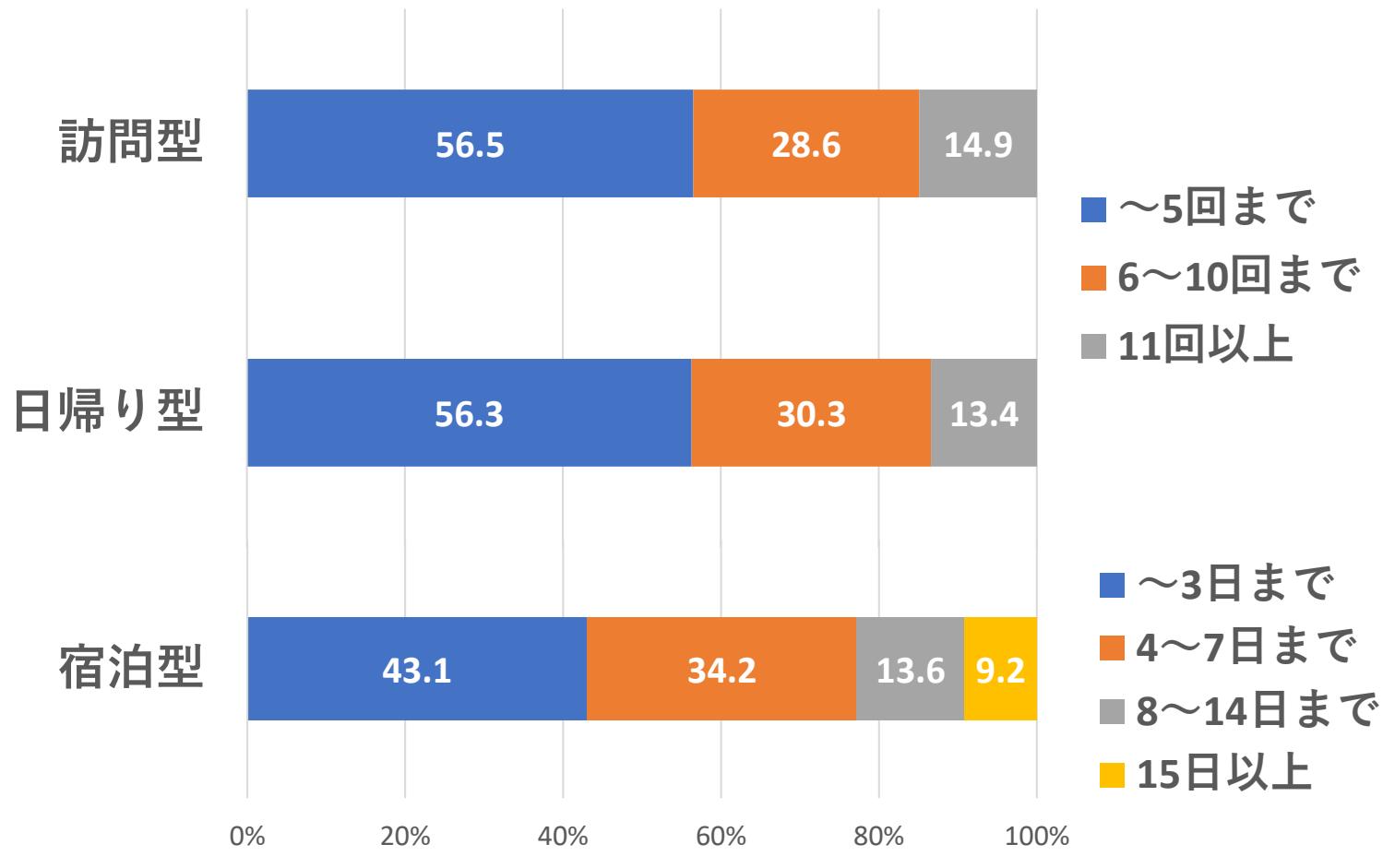
(参考)

産後ケア事業の利用者の実態に関する調査研究事業報告書(令和2年9月厚労省)

訪問型自己負担額平均 1151円 日帰り型(病院等)自己負担額平均 2232円

宿泊型(病院等)自己負担額平均6885円

# 利用したい上限回数(宿泊型は日数)



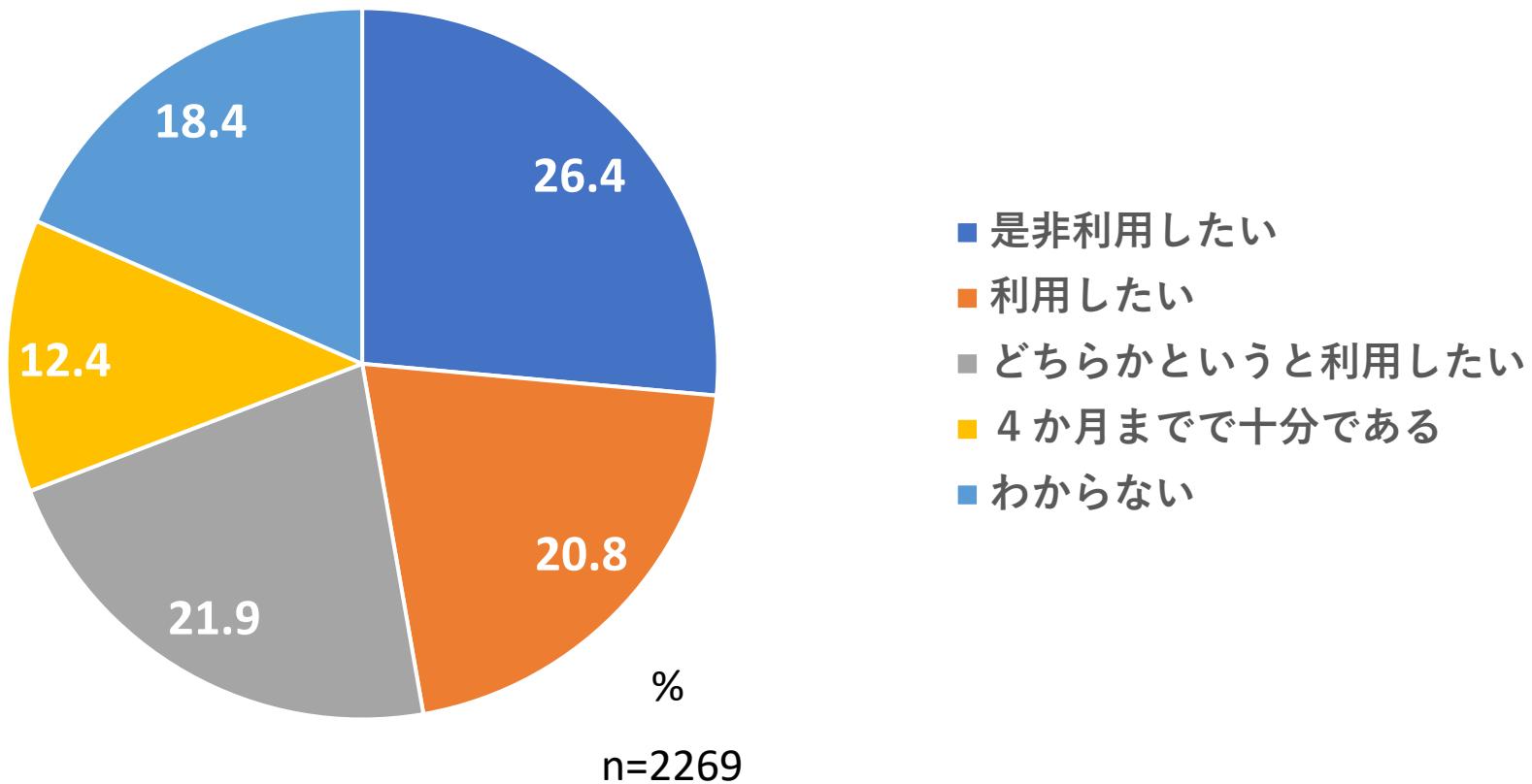
(参考)

産後ケア事業の利用者の実態に関する調査研究事業報告書(令和2年9月厚労省)

訪問型利用回数上限平均4.57回(中央値4回)日帰り型利用日数上限平均6.09日(中央値7日)

宿泊型利用日数上限平均6.76日(中央値7日)

# 産後 5 か月以降の宿泊型産後ケアの利用希望



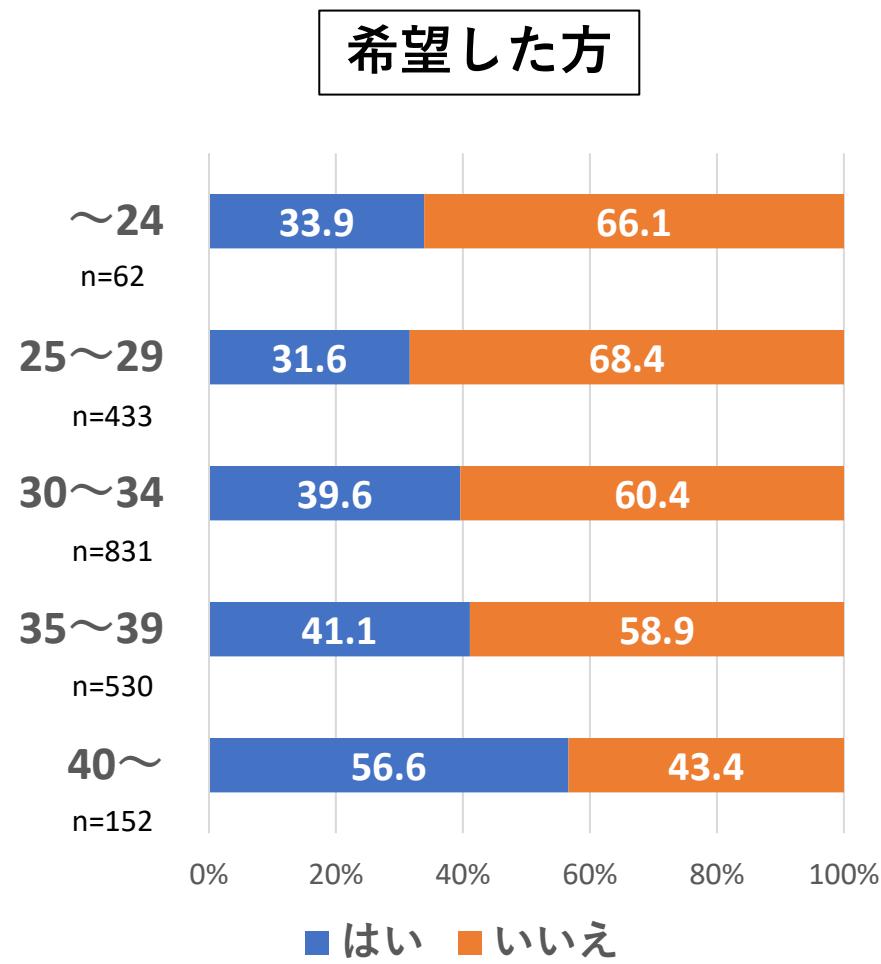
(参考)

令和6年度妊産婦メンタルヘルスケア推進に関するアンケート調査  
(日本産婦人科医会)

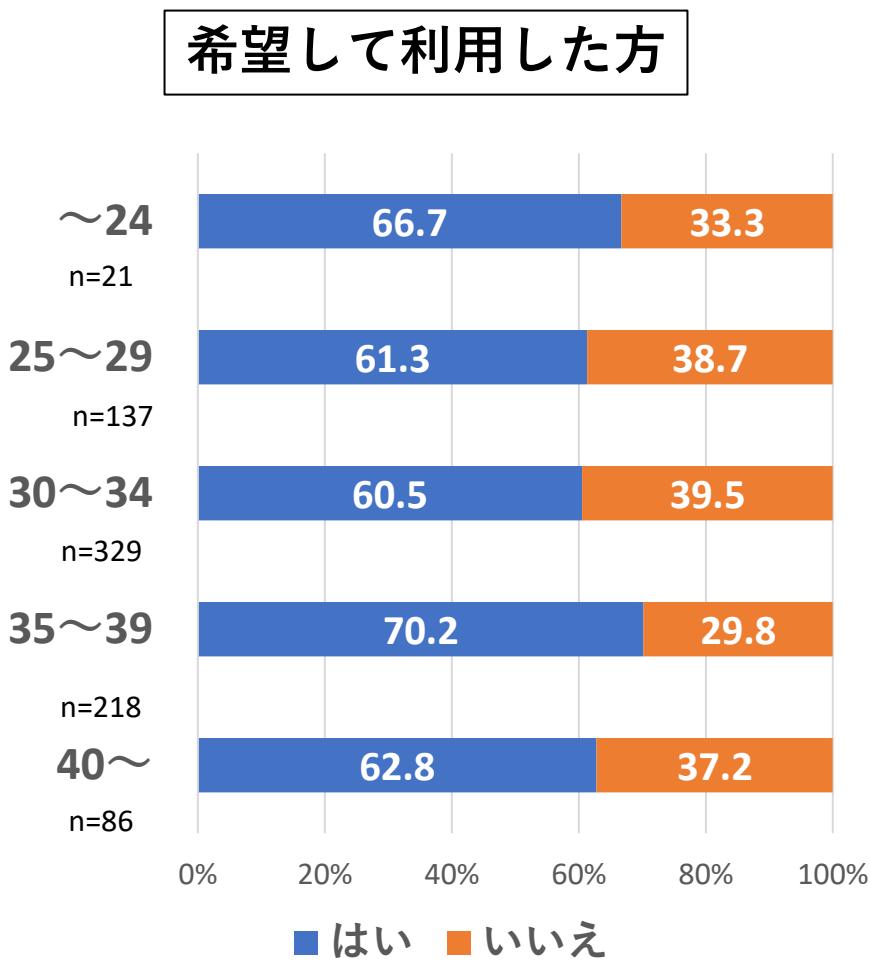
宿泊型産後ケアの対象期間4か月までとしている産科医療施設が75.5%

# 産後4か月までの産後ケアの 希望と利用に関与した背景因子

# 出産時年齢と産後ケアの希望と利用

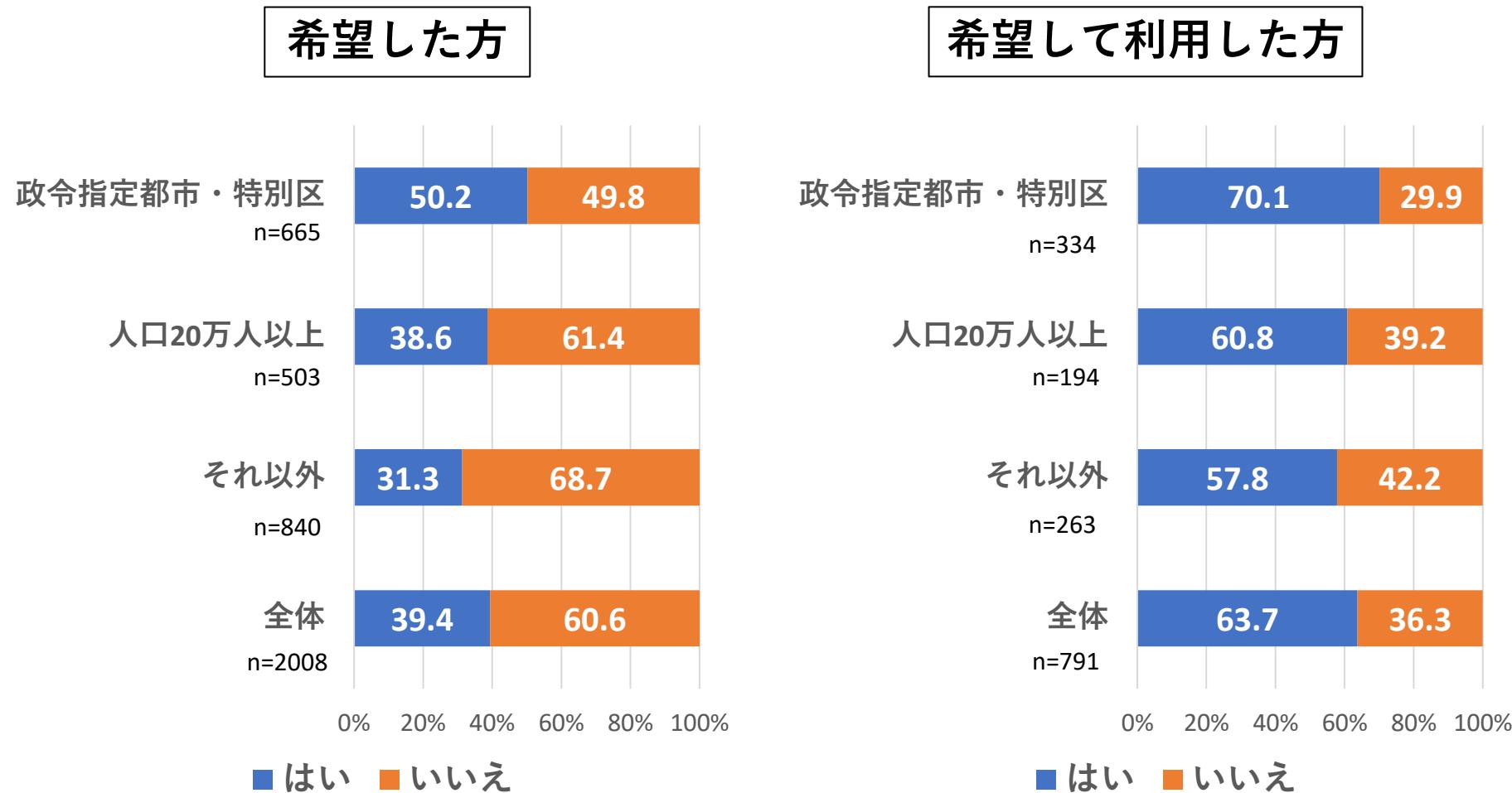


n=2008



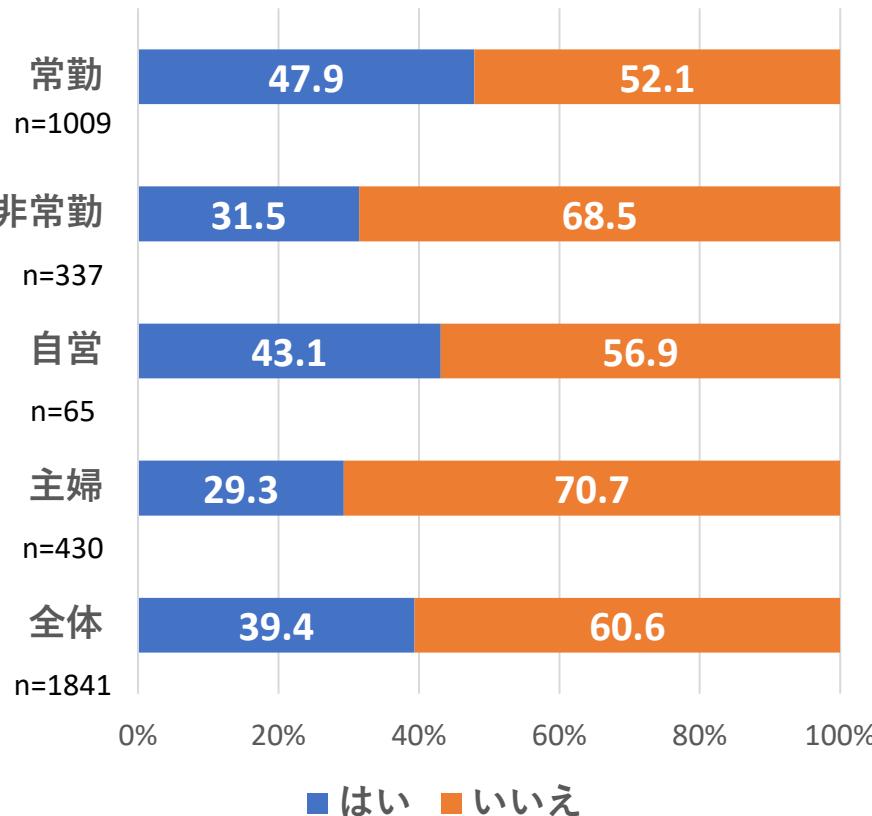
n=791

# 居住地による産後ケアの希望と利用

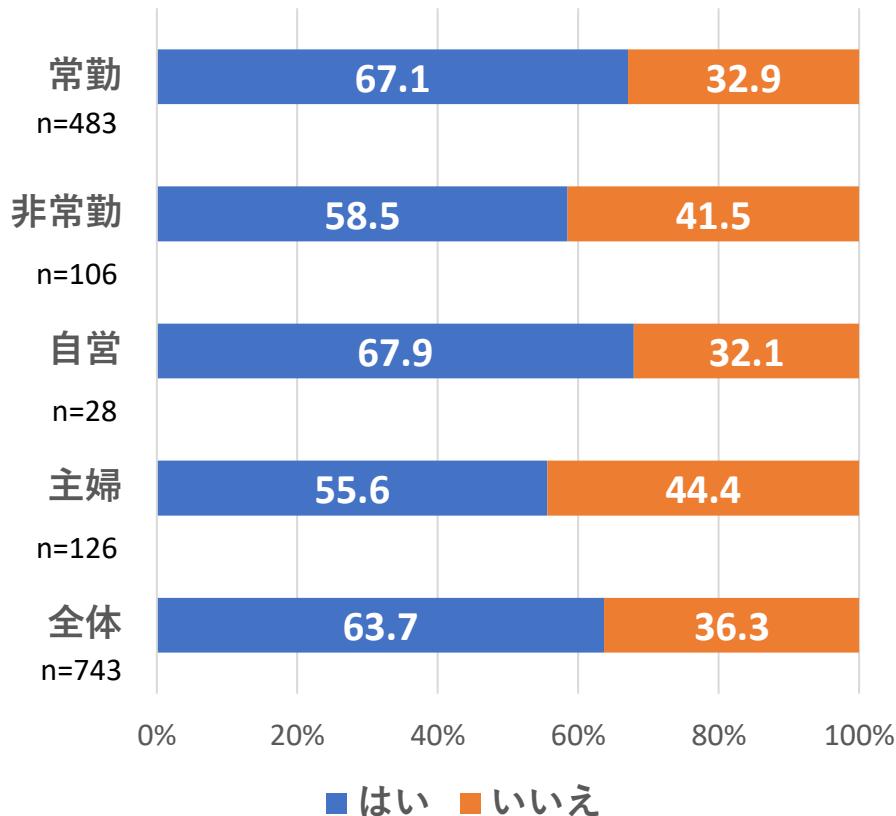


# 産後の職業と産後ケアの希望と利用

希望した方

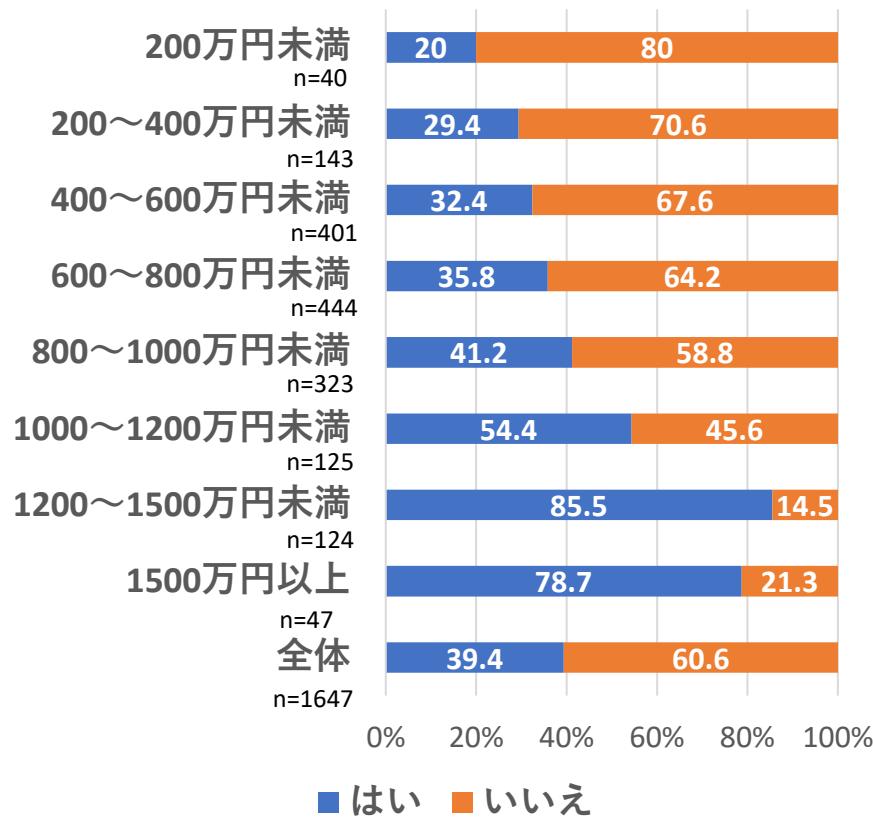


希望して利用した方

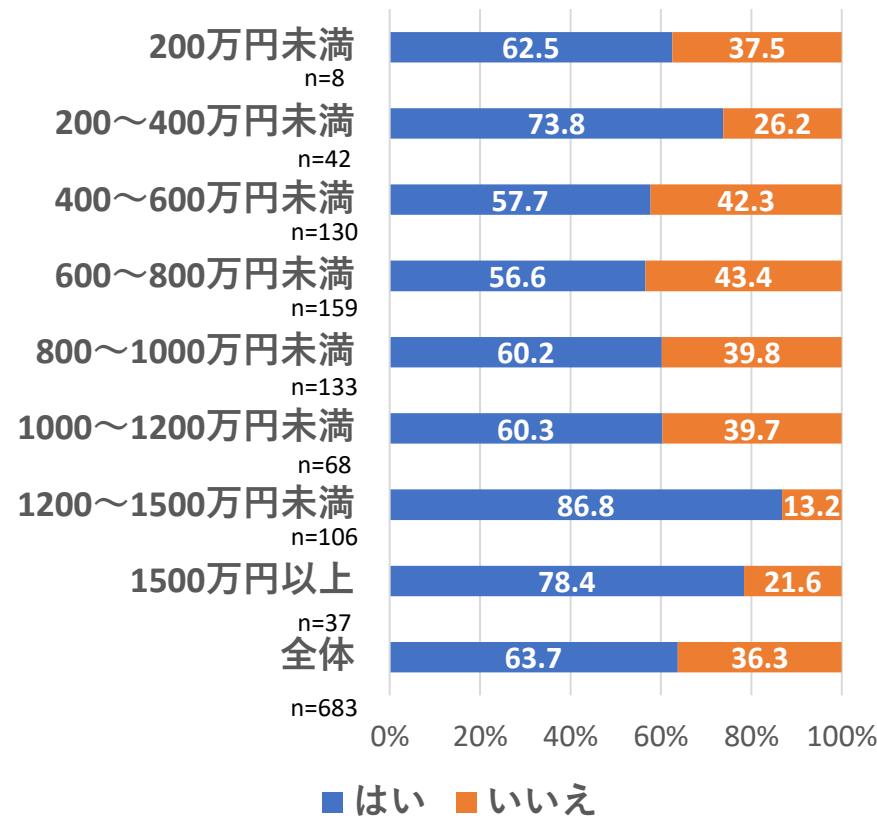


# 世帯年収と産後ケアの希望と利用

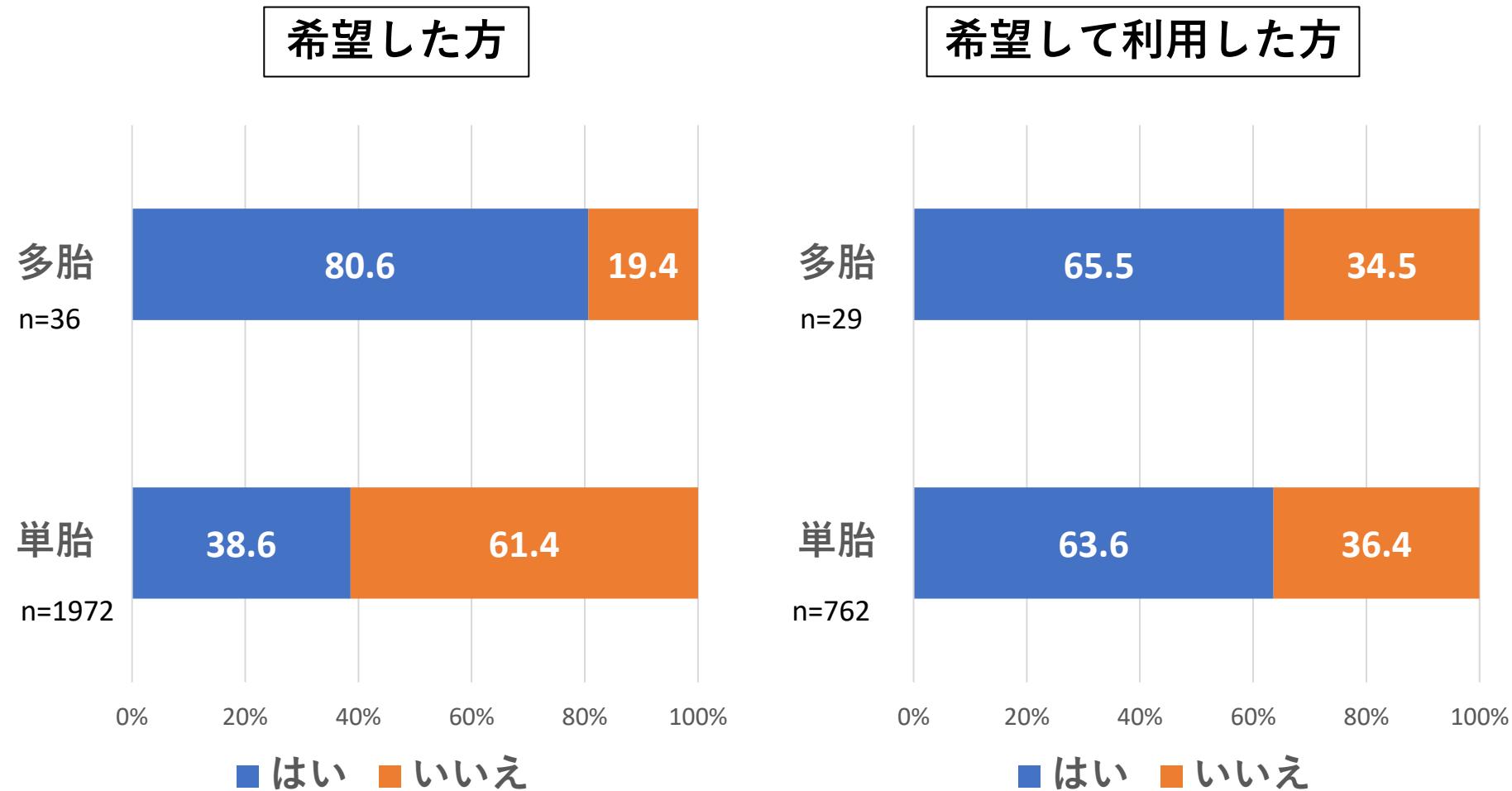
## 希望した方



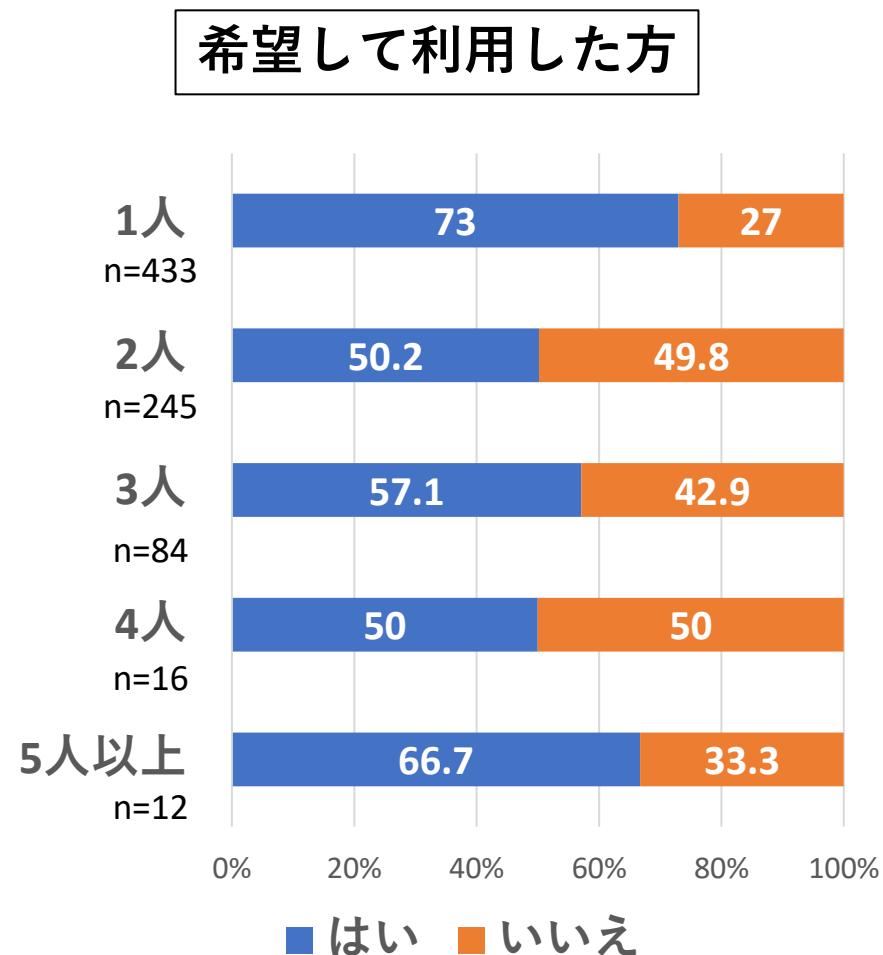
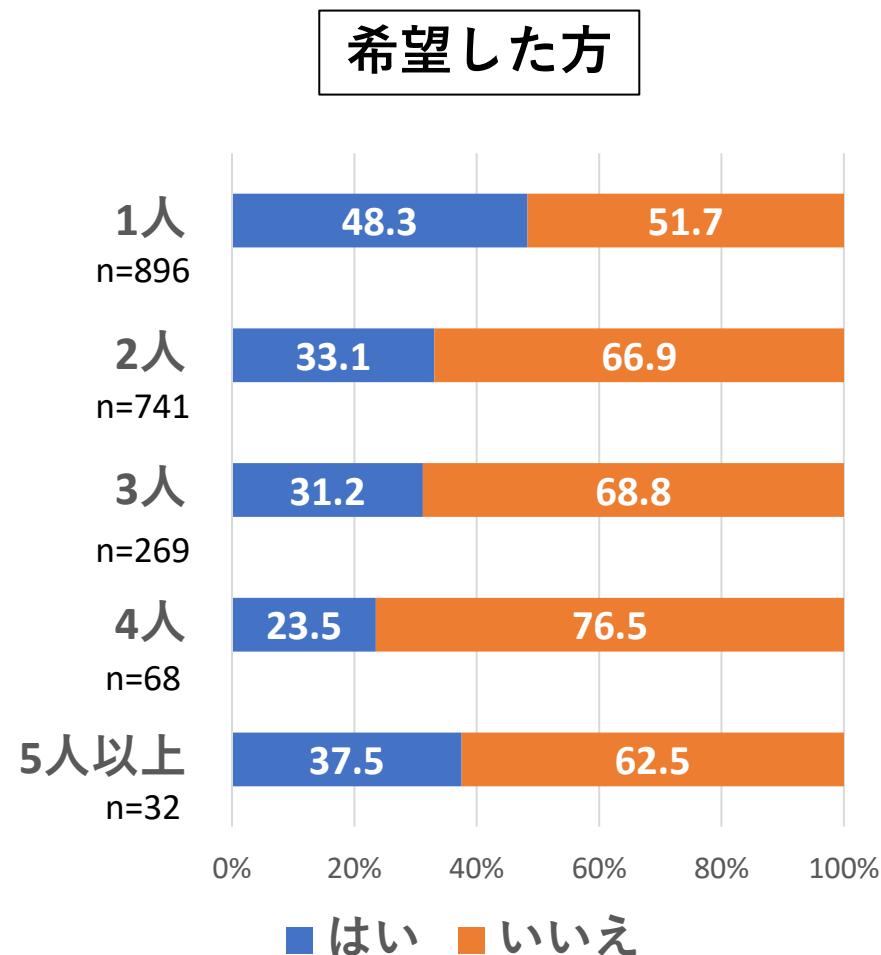
## 希望して利用した方



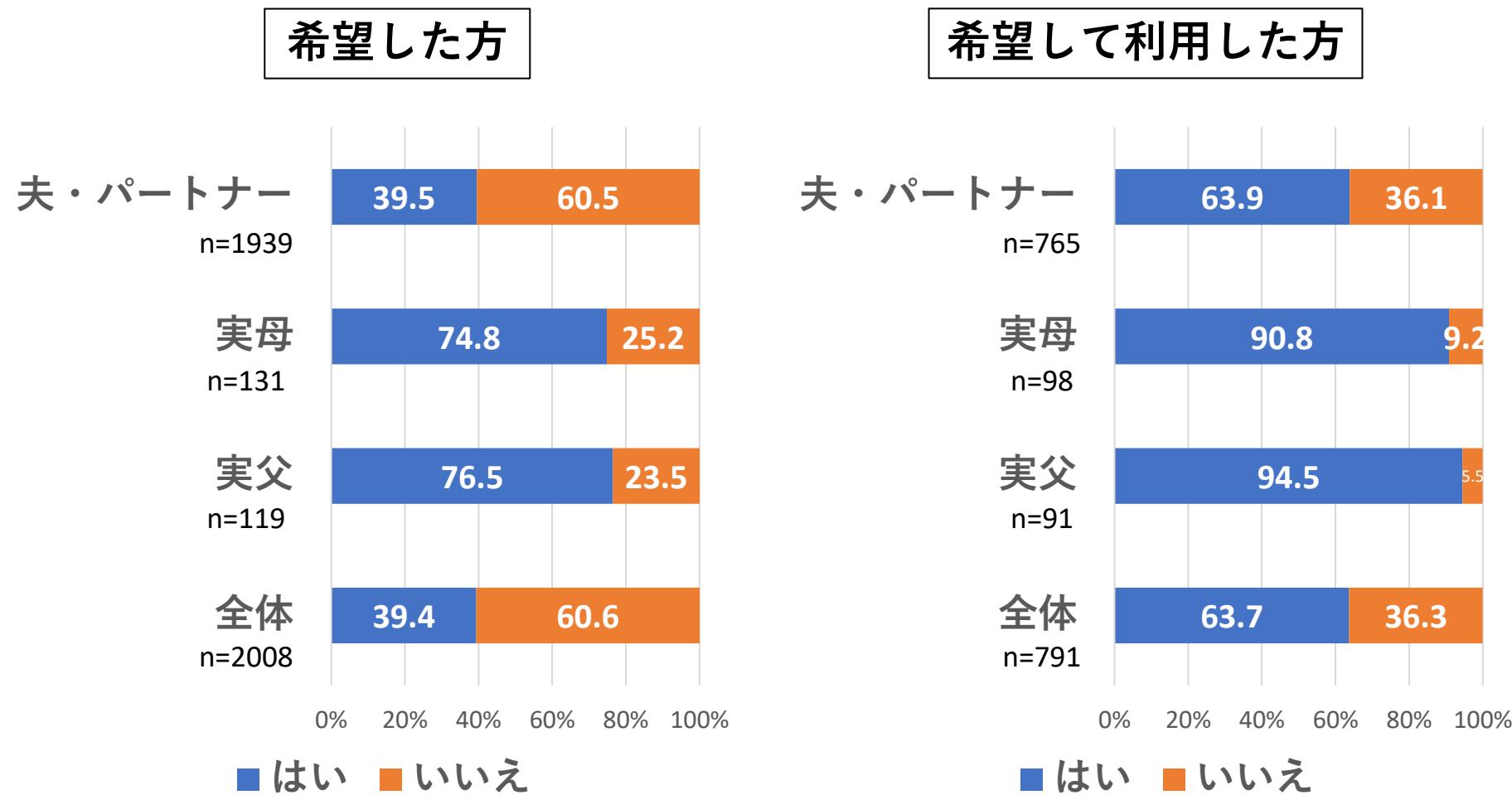
# 単胎・多胎別の産後ケア希望と利用



# 子どもの数と産後ケアの希望と利用

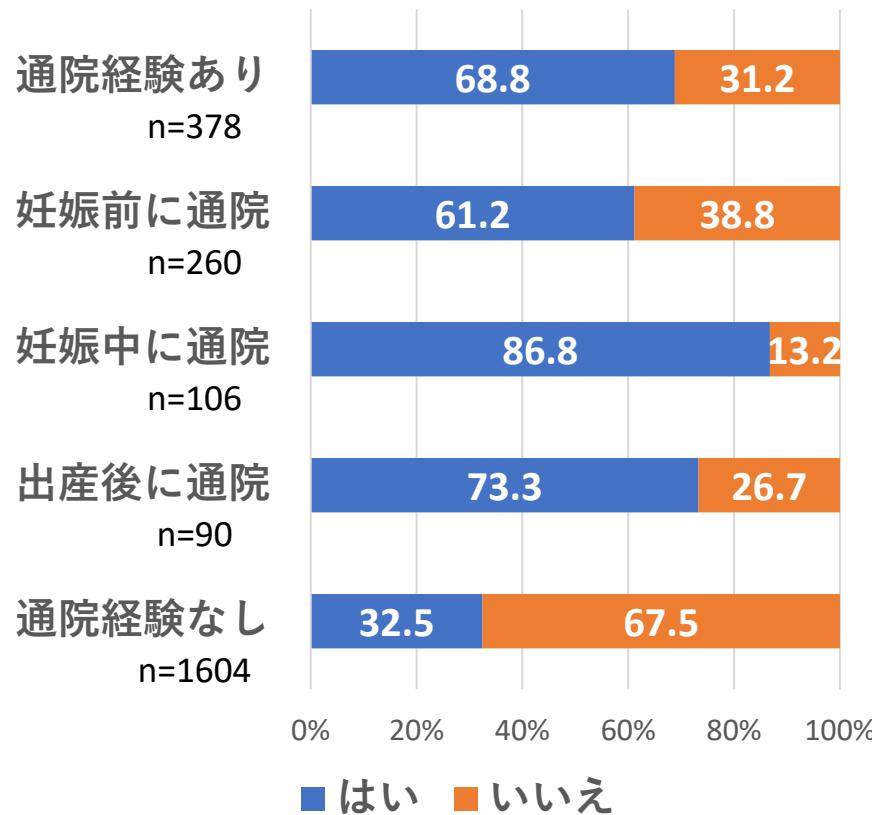


# 同居家族の有無と産後ケアの希望と利用

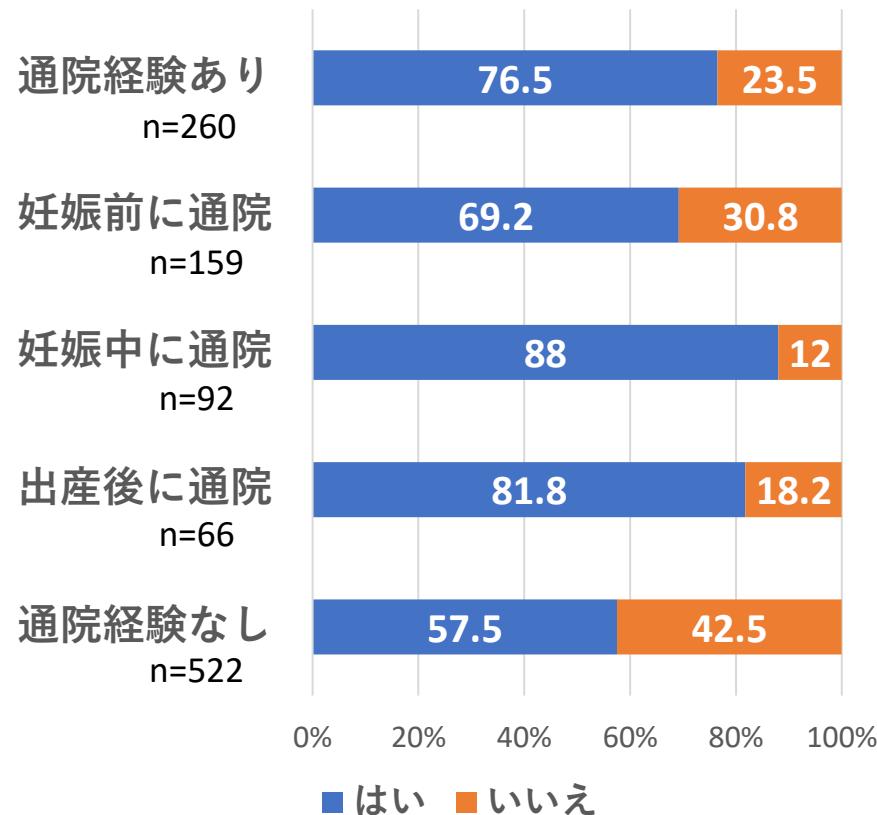


# 精神科や心療内科の通院歴と産後ケアの希望と利用

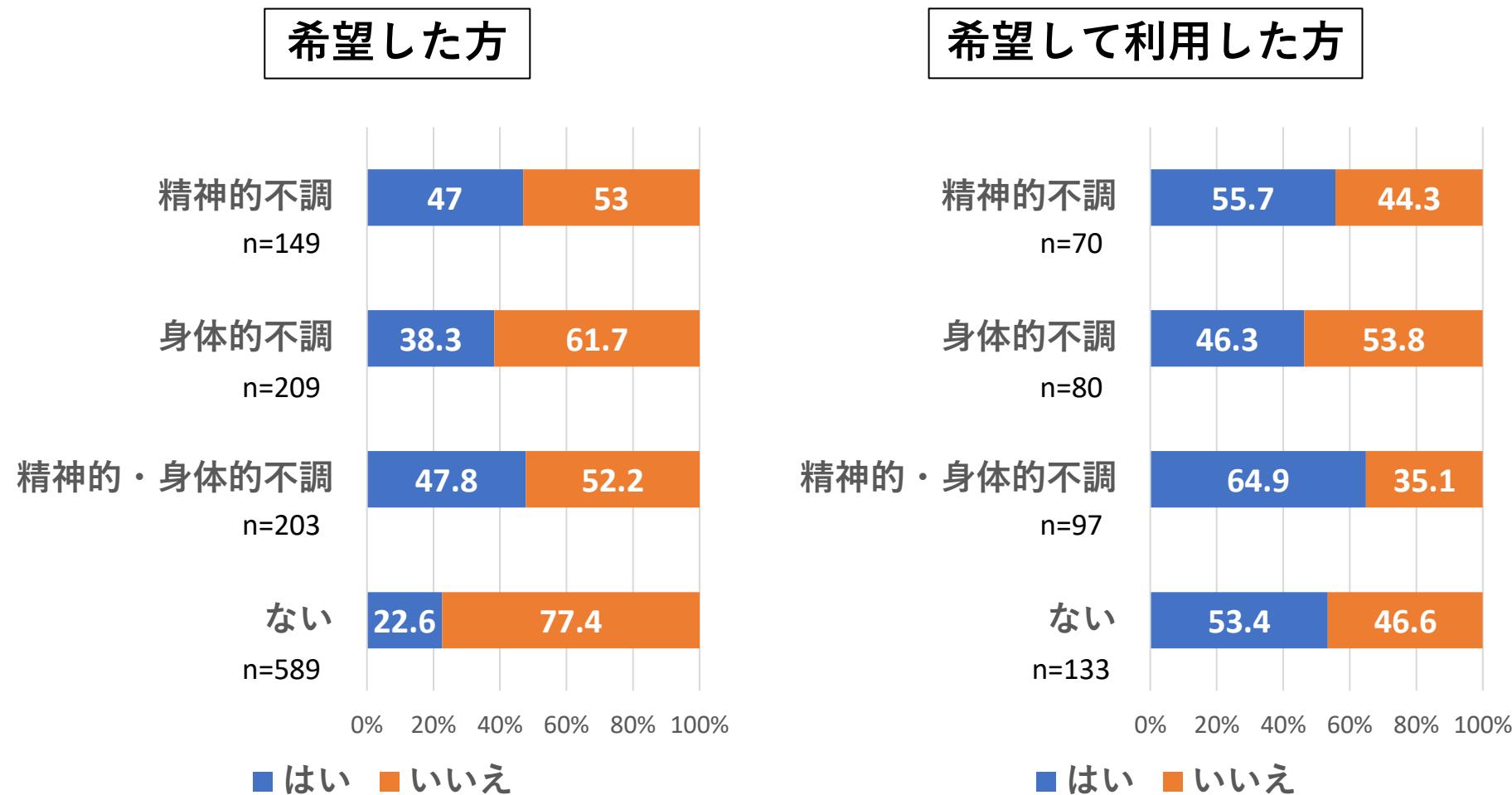
希望した方



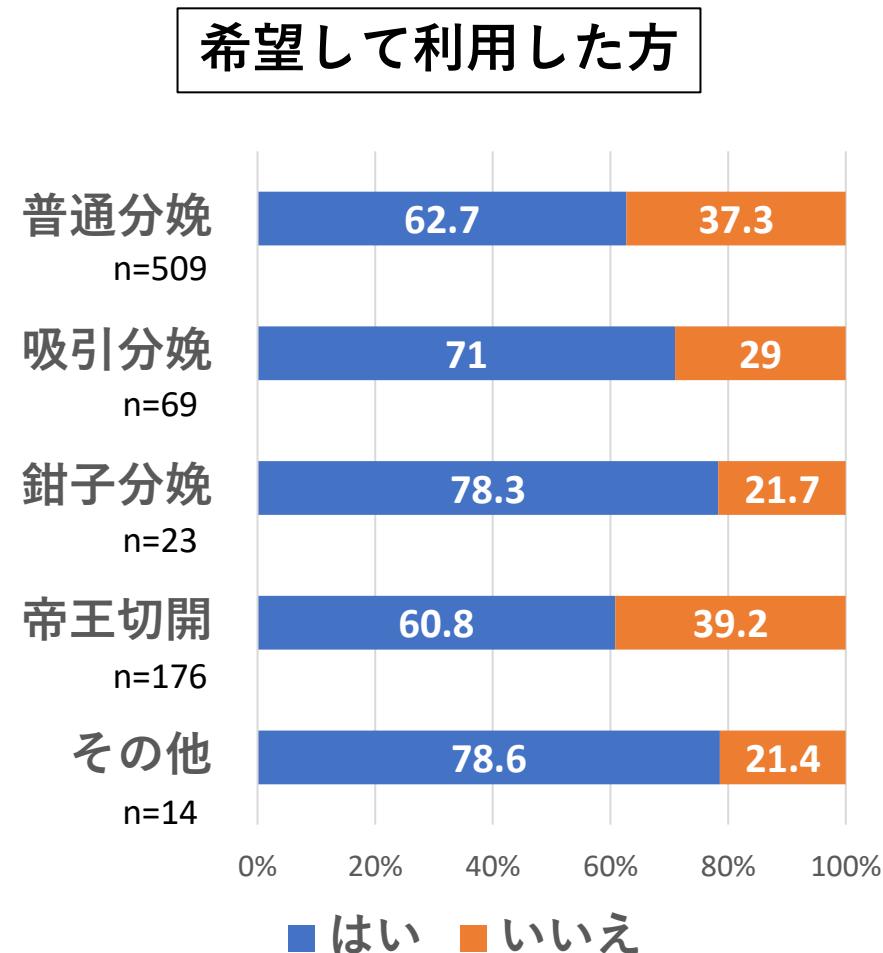
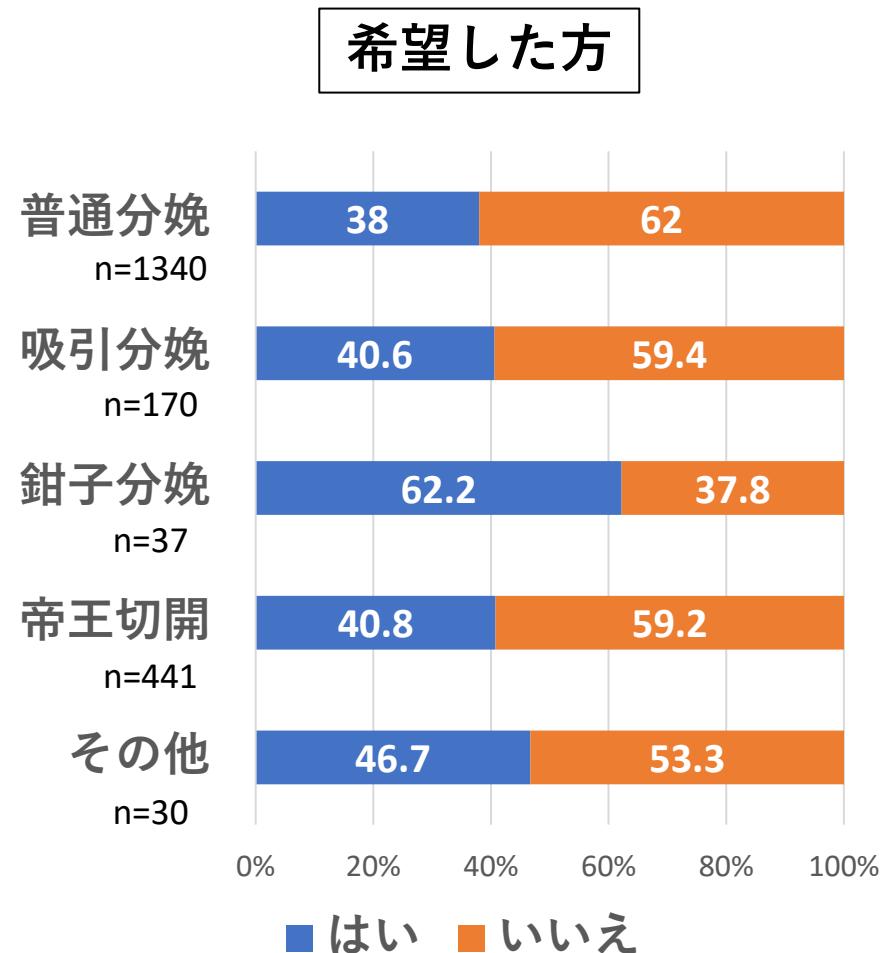
希望して利用した方



# 過去の出産後の体調不良と産後ケアの希望と利用



# 分娩方法と産後ケアの希望と利用



# 無痛分娩の産後ケア希望と利用

希望した方

無痛  
n=431

56.1 43.9

非無痛  
n=1577

34.8 65.2

0% 20% 40% 60% 80% 100%

■ はい ■ いいえ

希望して利用した方

無痛  
n=242

72.3 27.7

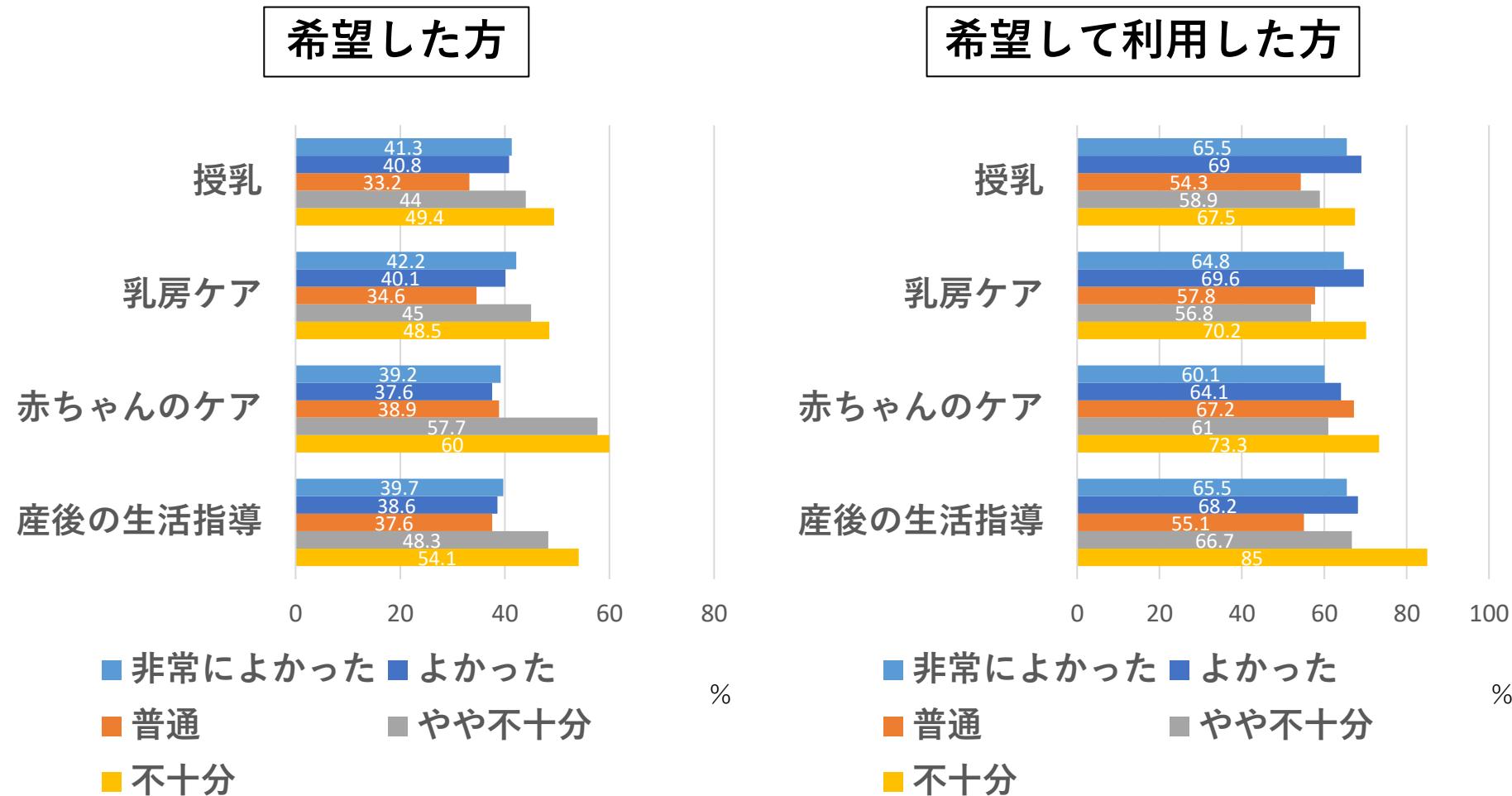
非無痛  
n=549

59.9 40.1

0% 20% 40% 60% 80% 100%

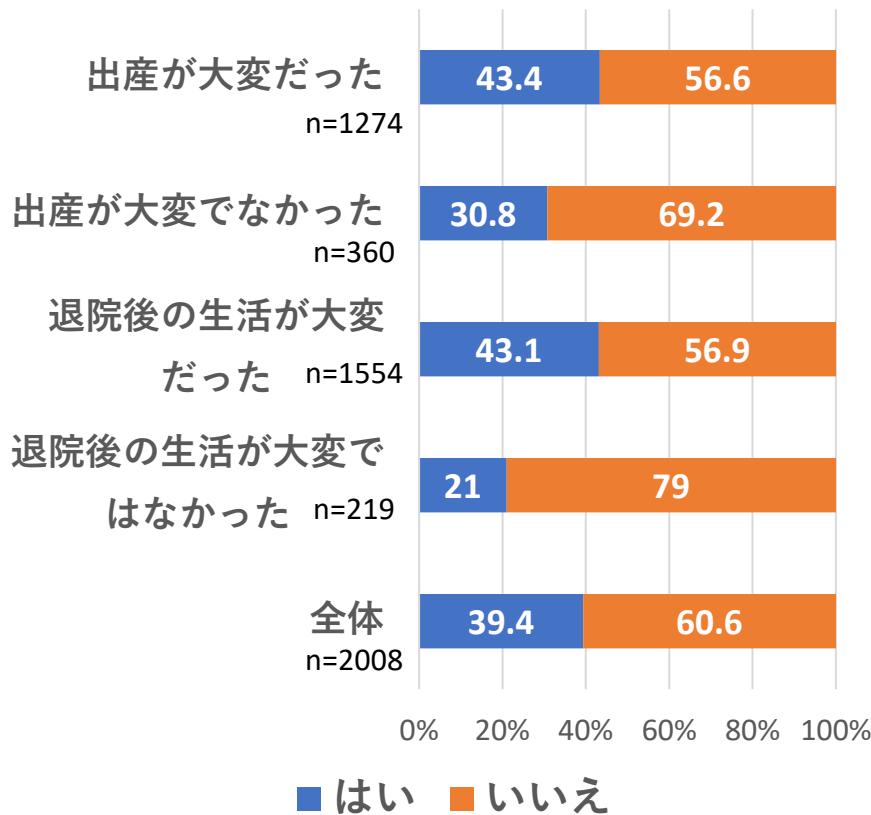
■ はい ■ いいえ

# 入院中のケアと産後ケアの希望と利用

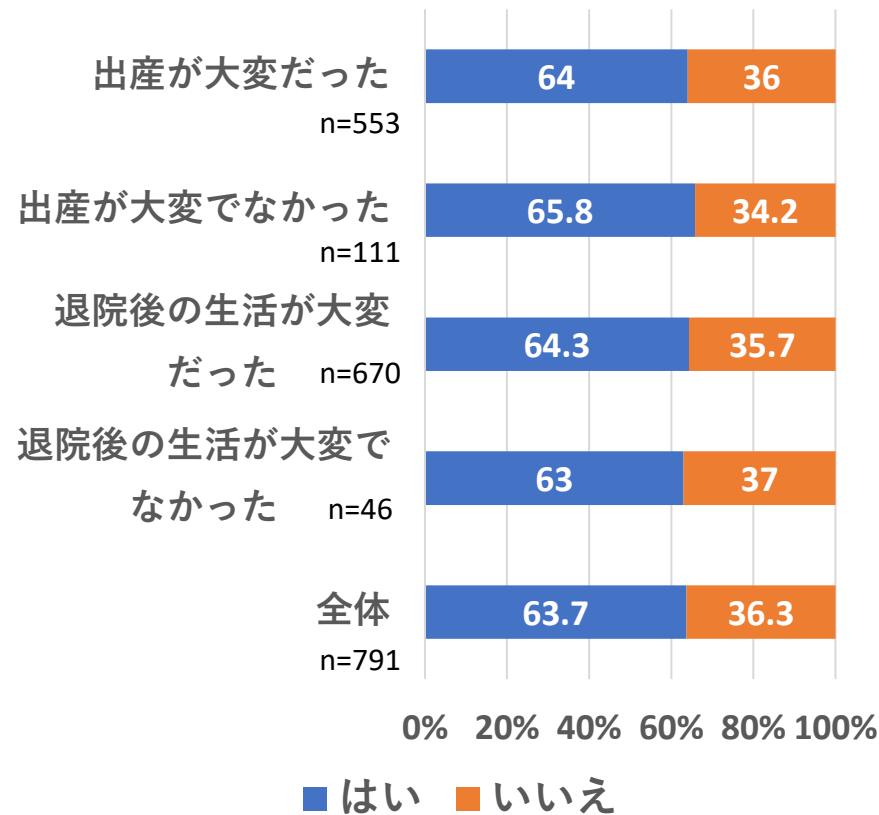


# 出産・退院後の生活と産後ケアの希望と利用

## 希望した方



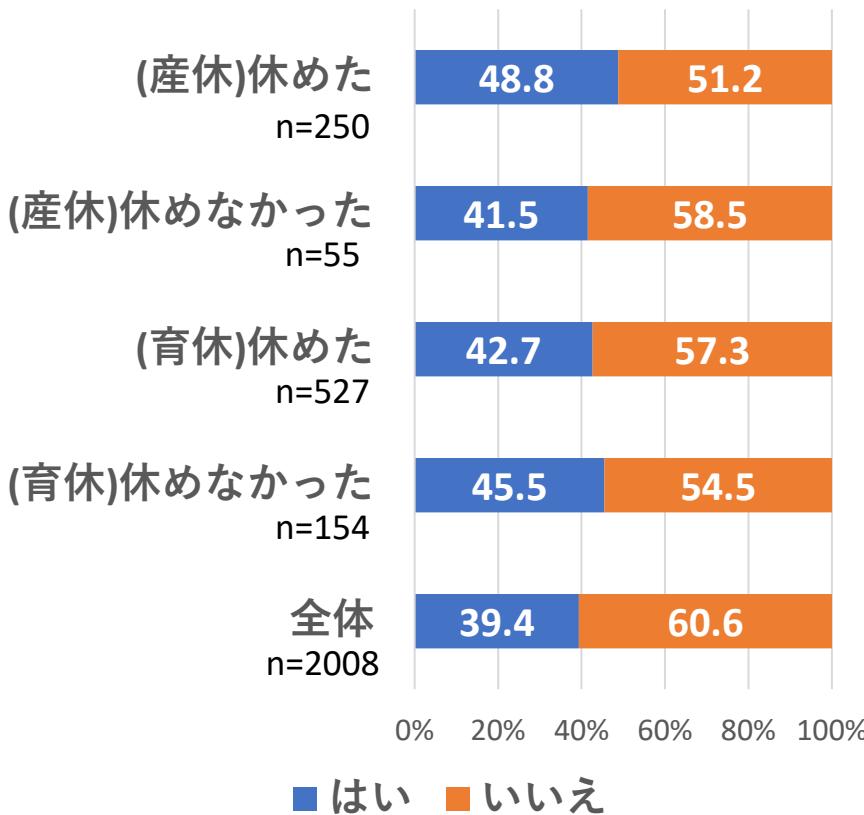
## 希望して利用した方



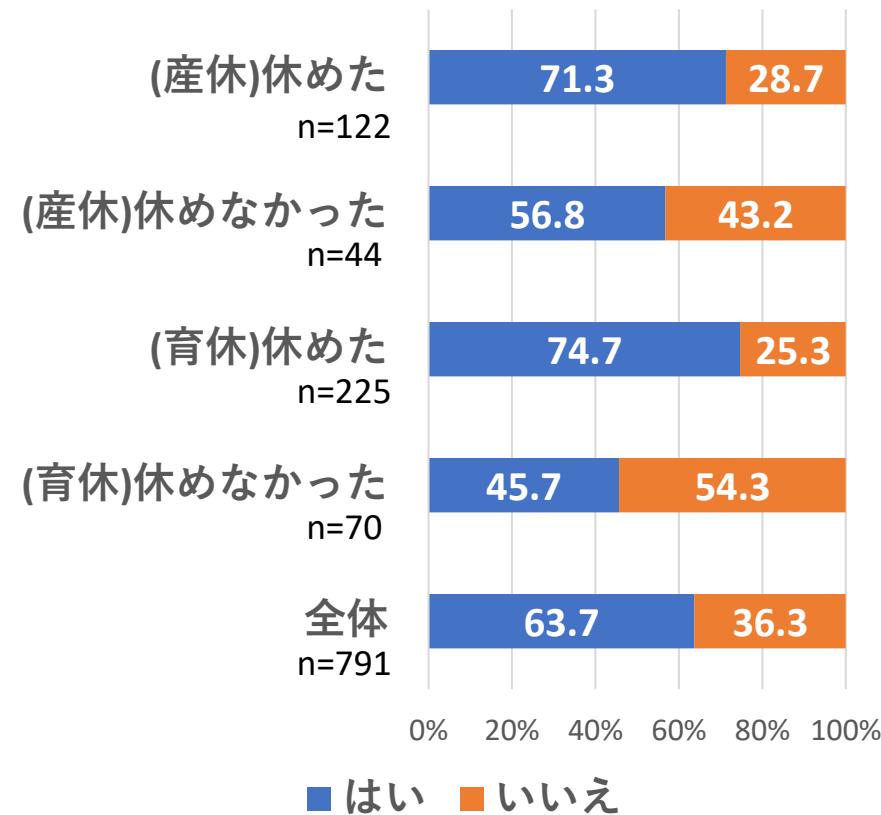
※「非常に大変だった」と「大変だった」、「どちらかといえば大変ではなかった」と「大変ではなかった」を合計

# 夫・パートナーが産休・育休中の休息と 産後ケアの希望と利用

希望した方



希望して利用した方



※「非常に休めた」と「休めた」、「どちらかといえば休めなかった」と「休めなかった」を合計

まとめ

## まとめ(1) 対象の背景から

- 産後5か月～1年以内の褥婦を対象に産後ケアの希望と実際の利用について、全国規模の調査を行った。（年齢19歳～45歳(平均33.2歳)、n=2269）
- 7割は産後も仕事をしていた。
- 妊娠前に12.4%が精神科・心療内科の通院歴があった。
- 経産婦では46.3%が過去の出産後に体調を崩したと回答していた。
- 無痛分娩が20.7%に、里帰り出産は26.3%で行われていた。
- 出産が「非常に大変」+「大変だった」の回答は63.6%であった。
- 出産した施設でのケア（授乳、乳房ケア、赤ちゃんのケア、産後の生活指導）半数は「よかった」と回答していた。
- 出産した施設での休息は65.9%が「とれた」と回答していた。
- 退院後の生活が「非常に大変」+「大変だった」の回答が76%であった。
- 一番大変だった時期について「1か月未満」+「常時」の回答は72.2%。
- 退院後の生活（赤ちゃんへの授乳、授乳以外の世話、赤ちゃん以外の家族の世話）については半数以上が「大変だった」と回答した。
- 退院後の休息・睡眠については、休息がとれた（27.6%）、睡眠がとれた（24.8%）の回答は少なかった。
- 夫・パートナーの産休取得は約3割、育休は約5割で取得していた

## まとめ(2) 産後ケアについて

- 産後ケアの認知度は88.5%であったが、妊娠前から知っていたのは45.2%で、61.8%が母子手帳交付時に知ったと回答していた。
- 産後ケアを知っていた方のうち、利用を希望した方は39.4%であった
- 利用を希望して実際に利用した方は63.7%(全体の22.2%)であった。過去の調査と比較して、産後ケアの利用者は増加していると思われた。
- 産後ケアを受けた方の約8割はよかったですと回答した。また8割以上は希望した施設で受けられていたが、里帰り分娩ではサービス提供まで待ったという回答が約8割と多かった。
- 希望したが利用しなかった理由として、上の子どもがいた(40.4%)、手続きが面倒(32.4%)、自己負担額(宿泊型)が多い・居住地の近くにない(23.3%)という順であった。
- 希望しなかった理由として、必要性を感じなかった(42.7%)以外では、上の子どもがいた(44%)、手続きが面倒(24.4%)、自己負担額(宿泊型)が多い(15.1%)・居住地の近くにない(14.1%)の順に多かった。
- 約半数は産後ケアについて夫・パートナーに相談していなかった。

## まとめ(3) 産後ケアについて

- 産後ケアは宿泊型の希望が59.4%と最も多かったが、実際の利用をみると日帰り型が62.3%が最多であった。
- 産後ケアは里帰り先での利用が約4割みられた。
- 産後ケアの利用満足度は高いが、「非常によかった」の回答は居住地の方が里帰りより多かった。里帰りでは利用するまでの待ち時間があるが、利用期間が長かった。
- 産後ケアを知らなかった人(11.5%)の69.7%は「知っていても利用しなかった」と回答した。
- 利用したいと思う金額については、訪問型は70.6%が2000円/回未満、日帰り型は61.3%が2000円未満/回と回答し、実際の自己負担額と相違なかったが、宿泊型は66.4%は5000円未満/日と回答し実際の自己負担額(平均6885円)と差がみられた。
- 利用したい上限回(日)数は、訪問型は56.5%、日帰り型は56.3%が5回まで、宿泊型は77.3%が7日までと回答していた。
- 産後5か月以降の宿泊型産後ケアは69.1%が希望していた。

## まとめ(4) 産後ケアについての背景因子

|                           | 産後ケアの希望         | 希望者のうち利用した者          |
|---------------------------|-----------------|----------------------|
| 出産時年齢                     | 高いほど多い          | 変わらない                |
| 居住地                       | 政令指定都市・特別区で多い   | 政令指定都市・特別区で多め        |
| 職業                        | 常勤・自営で多い        | 常勤・自営で多い             |
| 世帯年収                      | 1000万円以上で多い     | 1200万円以上で多い          |
| 多胎                        | 希望多い            | 不变                   |
| 子どもの数                     | ひとり（上の子がいない）に多い | ひとりだと多い              |
| 実父母との同居                   | 希望者多い           | 利用者多い                |
| 精神科・心療内科履歴                | 通院歴がある者に多い      | 履歴がある者に多い            |
| 過去の産後体調不良                 | ある人に多い          | ある人に多め               |
| 分娩方法                      | 鉗子分娩で多い         | 鉗子・吸引で多め             |
| 無痛分娩                      | 無痛分娩の人に多い       | 無痛の人に多め              |
| 出産が大変だった                  | 希望者多い           | 多い                   |
| 退院後の生活が大変                 | 希望者多い           | 大変でない人の利用が多い         |
| 入院中のケア                    | 不十分の人に多い傾向      | 生活指導が不十分の人に多い        |
| 夫・パートナーがいて<br>(産休・育休)休めた人 | 産休で休めた人に多い傾向    | 夫の育児休暇で休めた人の方が利用している |

## さいごに

- ①76%の褥婦が「退院後の生活は大変だった」と回答し、半数以上は産後1か月未満が一番大変だったと回答していた。
- ②産後ケアを希望したのはこれを知っていた産婦の約4割であったが、「上の子どもがいた」「手続きが面倒」「自己負担額が多い（宿泊型）」「居住地の近くにない」という理由で産後ケアを希望または利用しなかった産婦も多い。今後、産後ケアをユニバーサルサービスにしていくためには、これらの問題に対する取組が必要である。
- ③産後ケアを希望した産婦は、高齢、都市部に居住、有職者（常勤）、世帯年収が高い、多胎、初産、実父母と同居、精神科・心療内科通院歴あり、出産後体調不良の既往、鉗子分娩、無痛分娩、入院中のケアが不十分、出産が大変だった、退院後の生活が大変だった、などの背景要因が多くみられていた。
- ④実際に産後ケアを利用した産婦は、都市部に居住、有職者（常勤）、初産、実父母と同居、精神科・心療内科通院歴あり、出産後体調不良の既往、鉗子分娩、無痛分娩、夫・パートナーの産休・育休中は休息がとれた、などの背景要因がみられていた。