

**産婦が必要とする産後ケア(事業)
に関する調査結果**

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

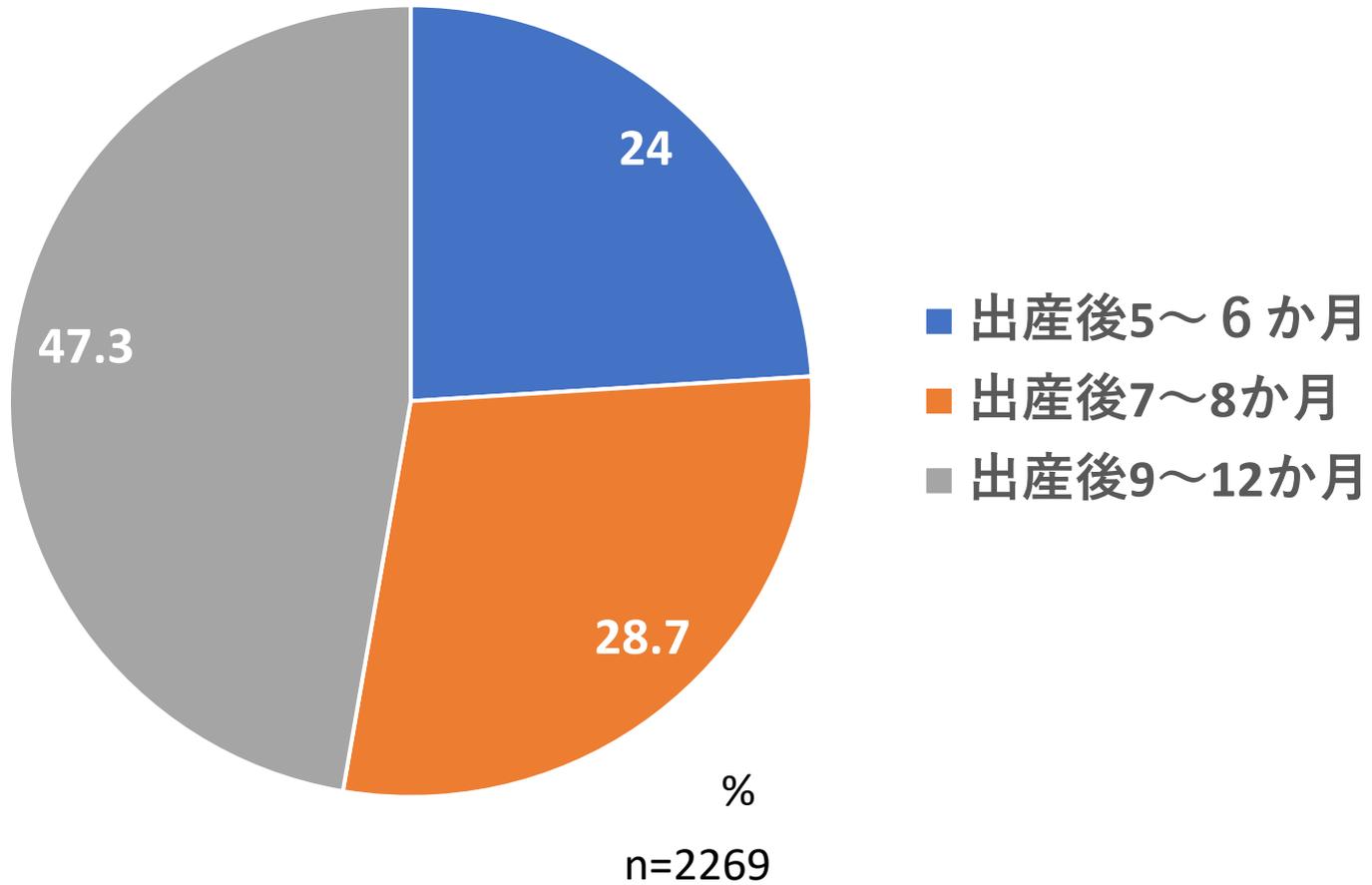
調査時期

2025年8月

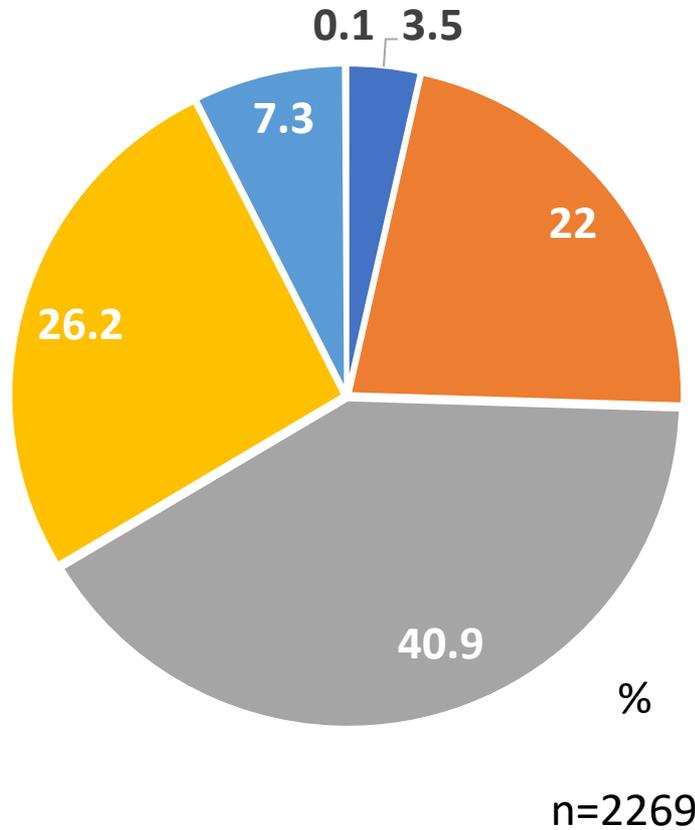
除外基準

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

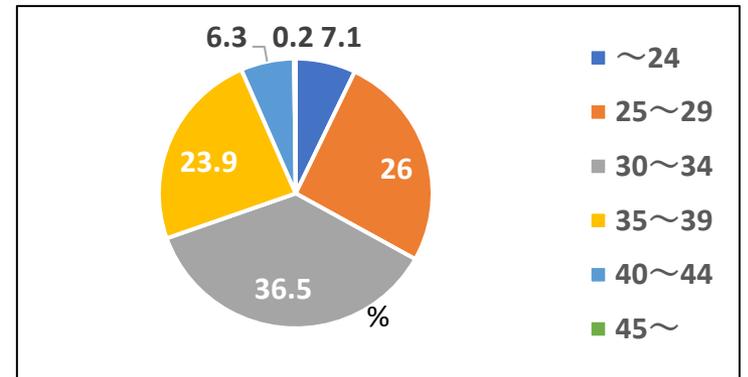


回答者の年齢



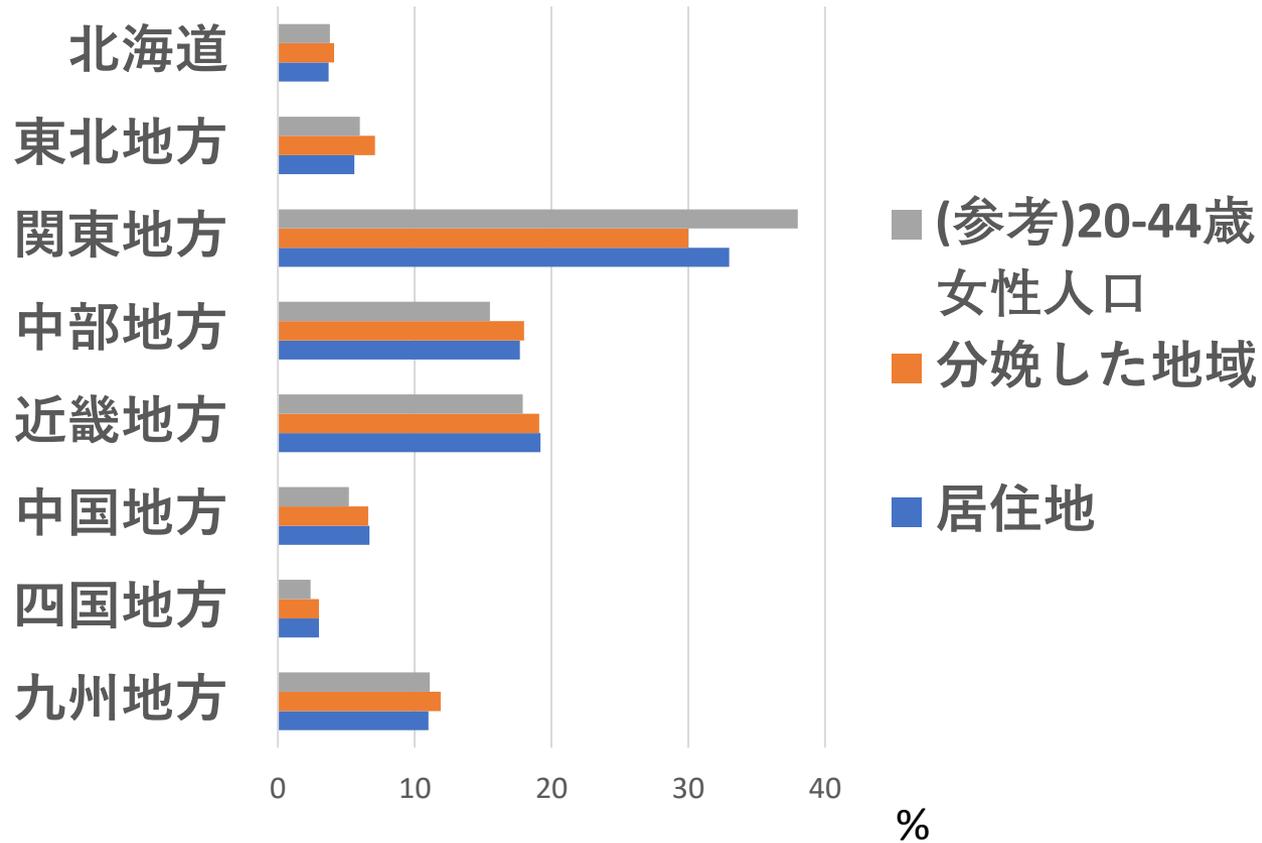
19~45歳（平均33.2歳中央値33歳）

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



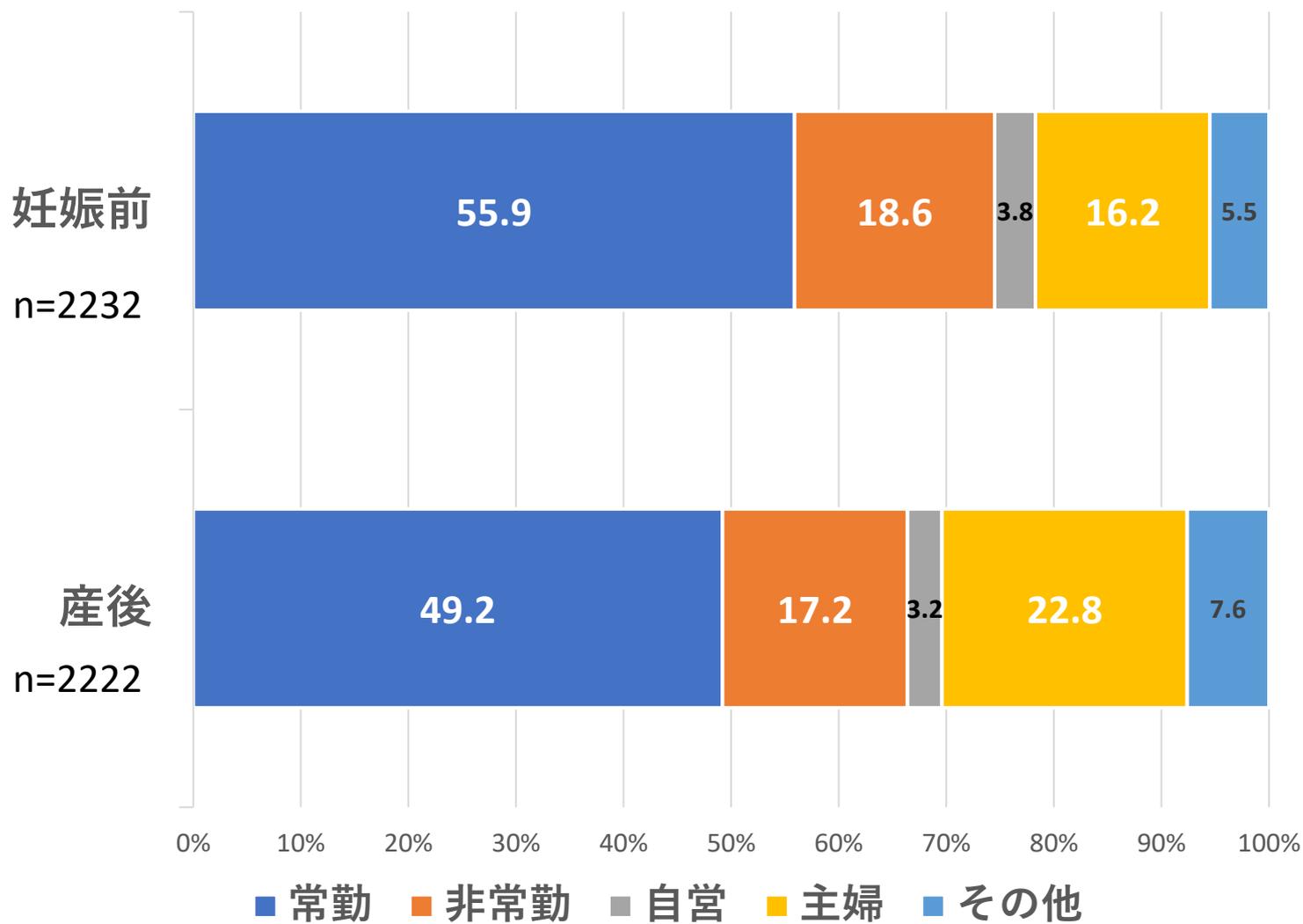
（参考）2023年の年齢別出生数

居住地と分娩した地域

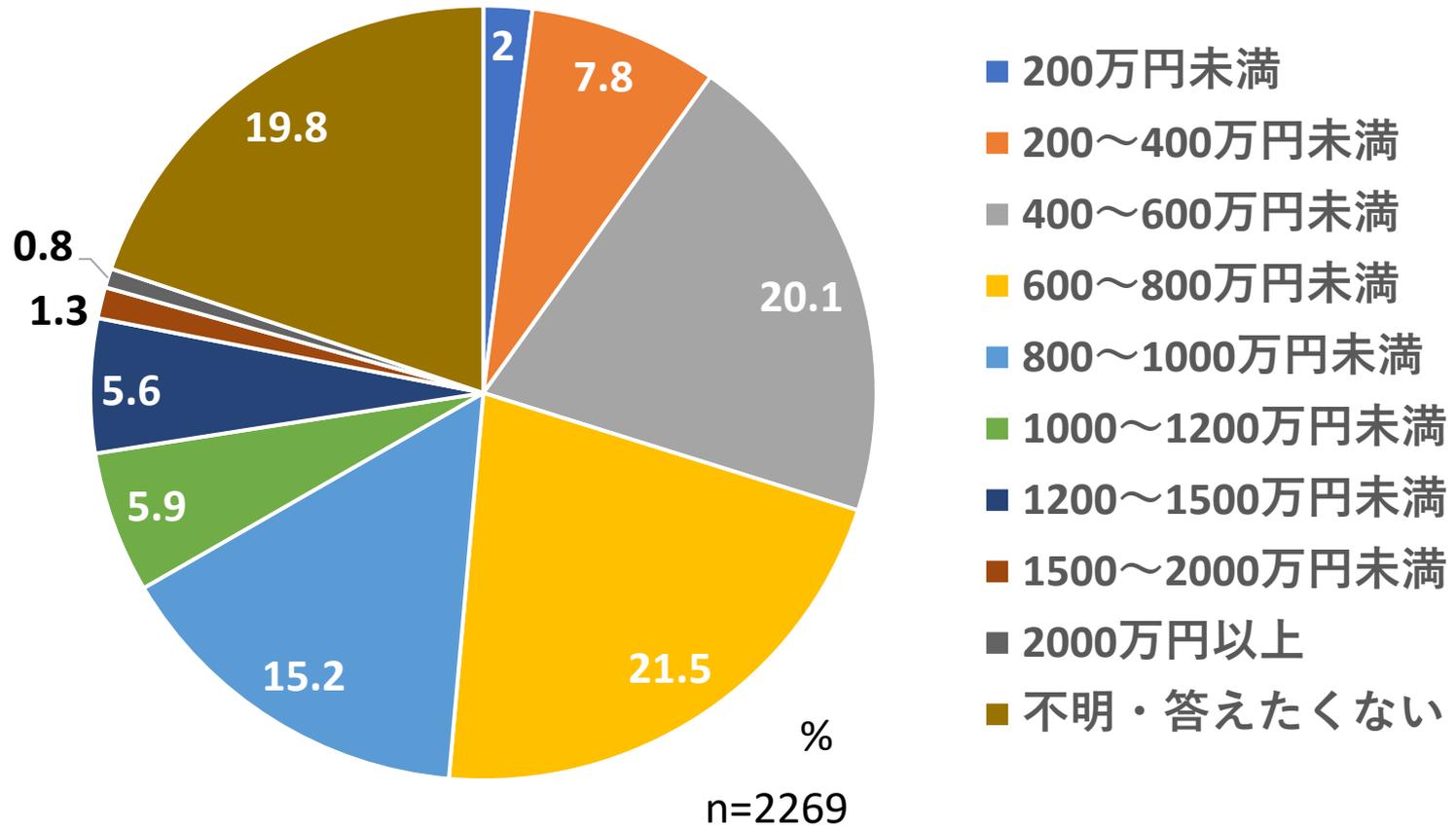


n=2269

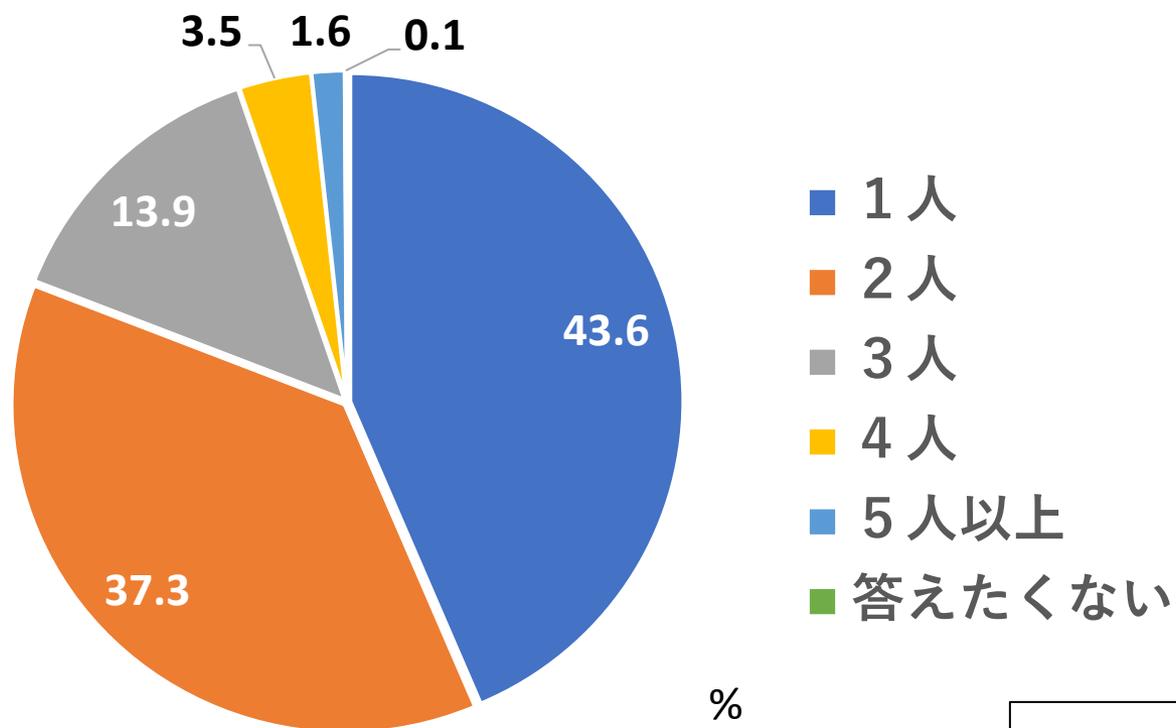
回答者の職業



回答者の世帯年収

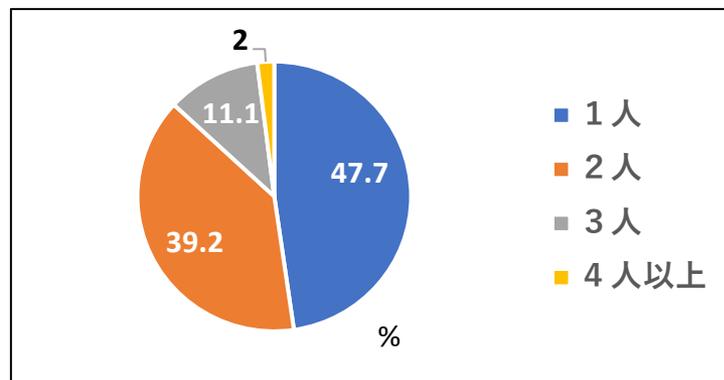


子どもの人数



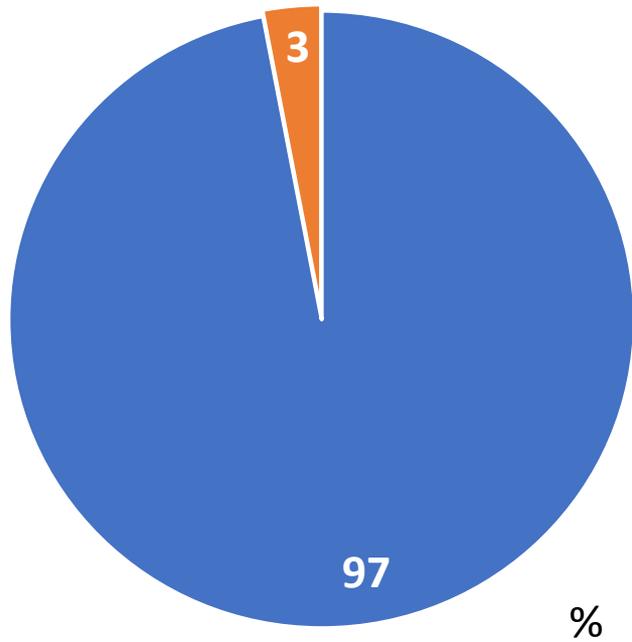
%

n=2269



(参考)国民生活基礎調査2024年より

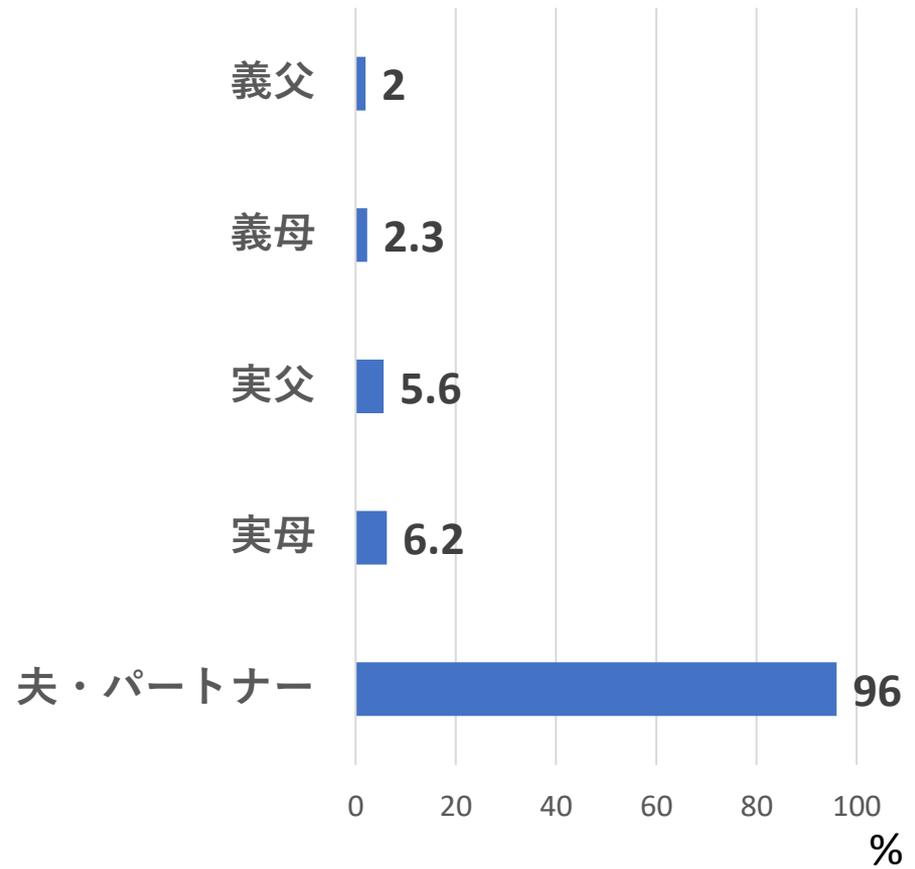
未既婚



■ 既婚 ■ 未婚

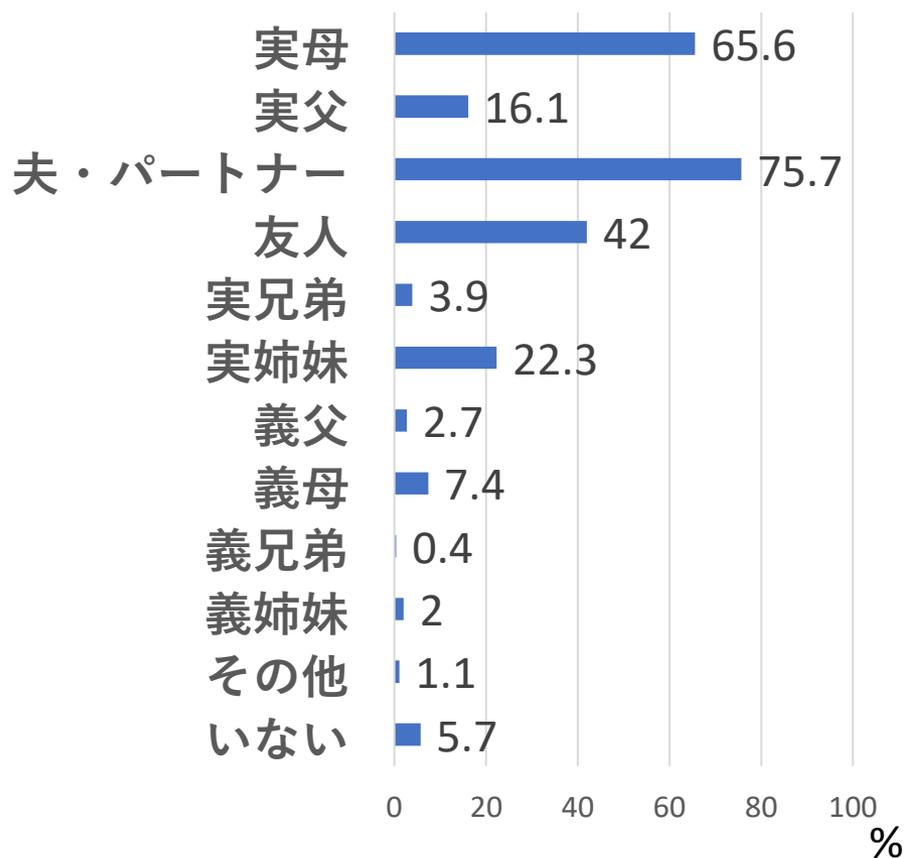
n=2269

同居している家族（複数回答）



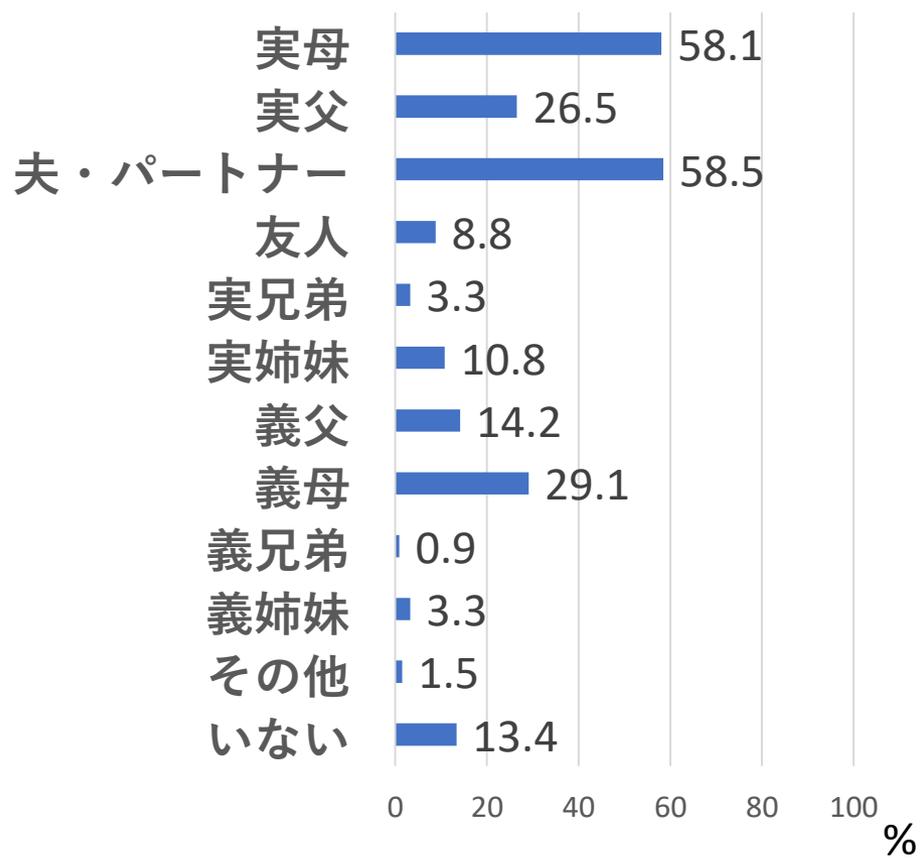
n=2269

何でも相談できる相手はいますか？ (複数回答)



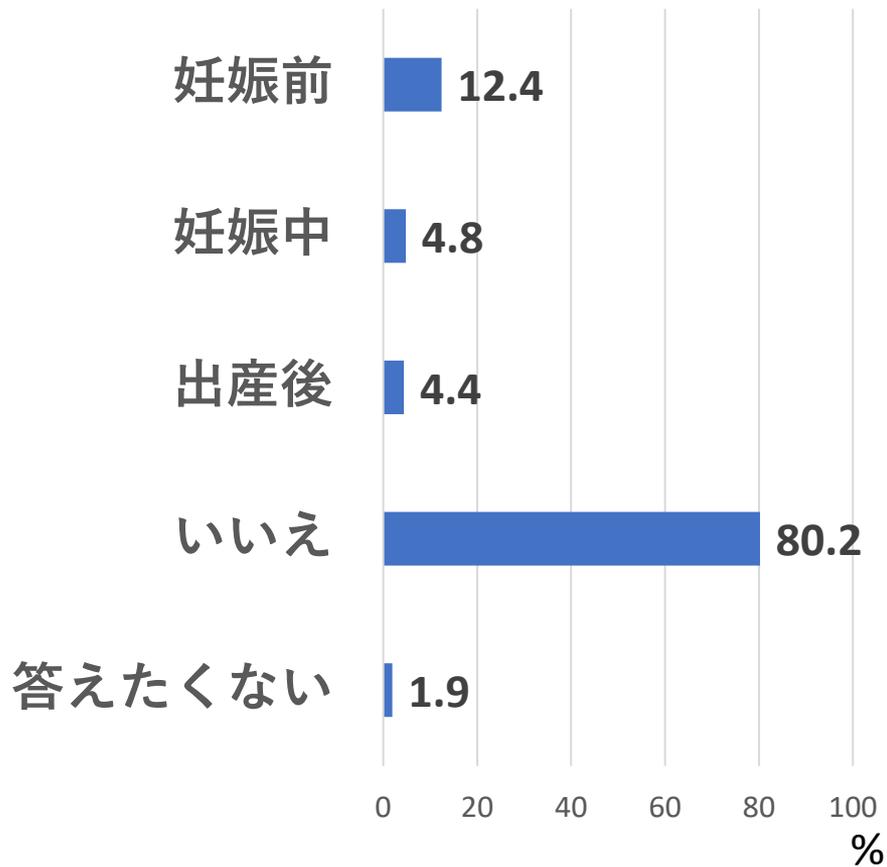
n=2269

こ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)



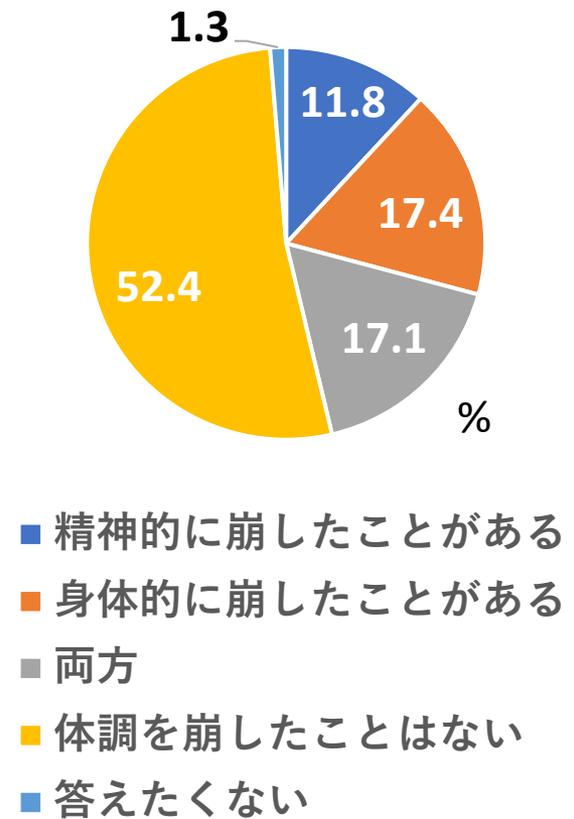
n=2269

精神科・心療内科通院歴 (複数回答)



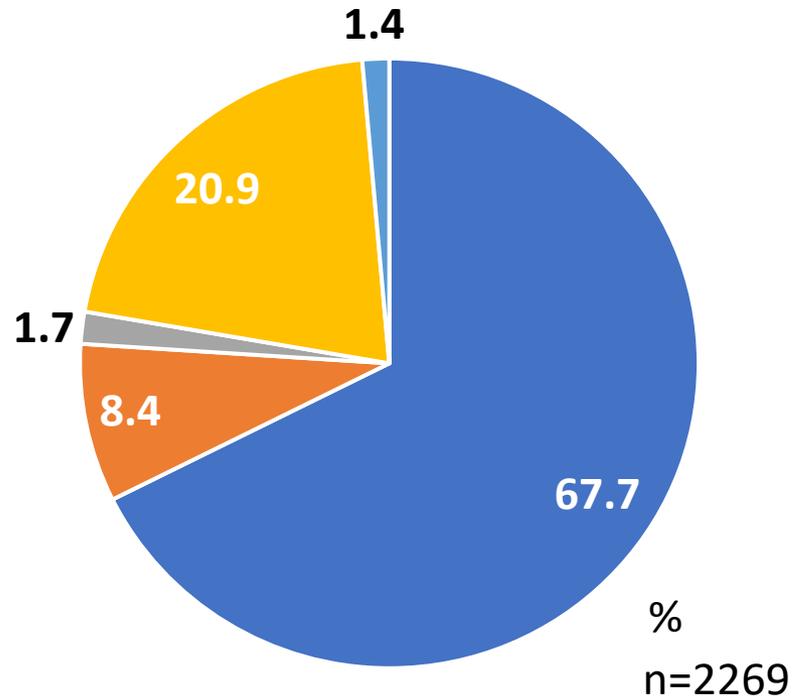
n=2269

過去の出産後の体調



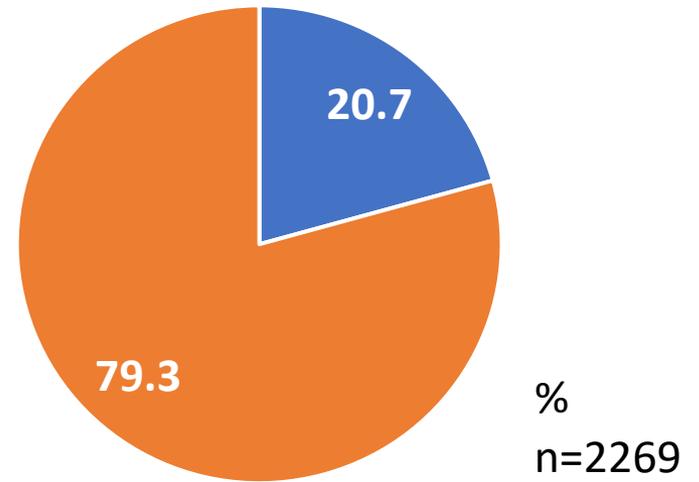
n=1334

分娩方法について



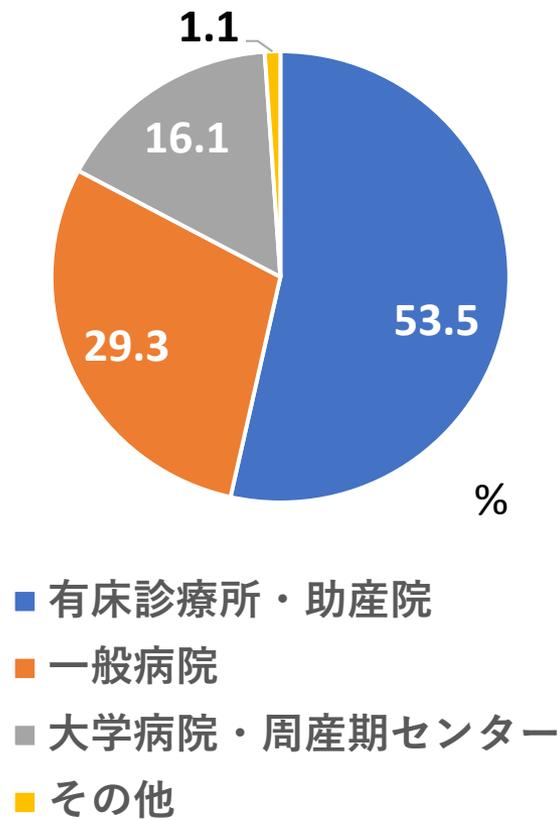
(無痛分娩の有無)

■ はい ■ いいえ



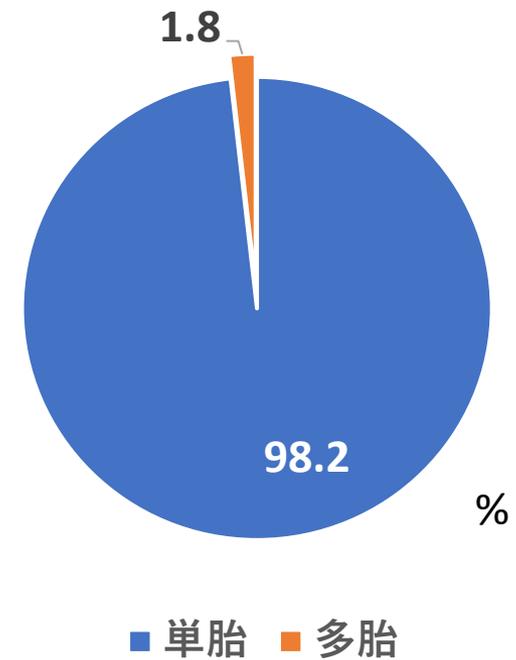
■ 普通分娩 ■ 吸引分娩 ■ 鉗子分娩 ■ 帝王切開 ■ その他

出産した施設について



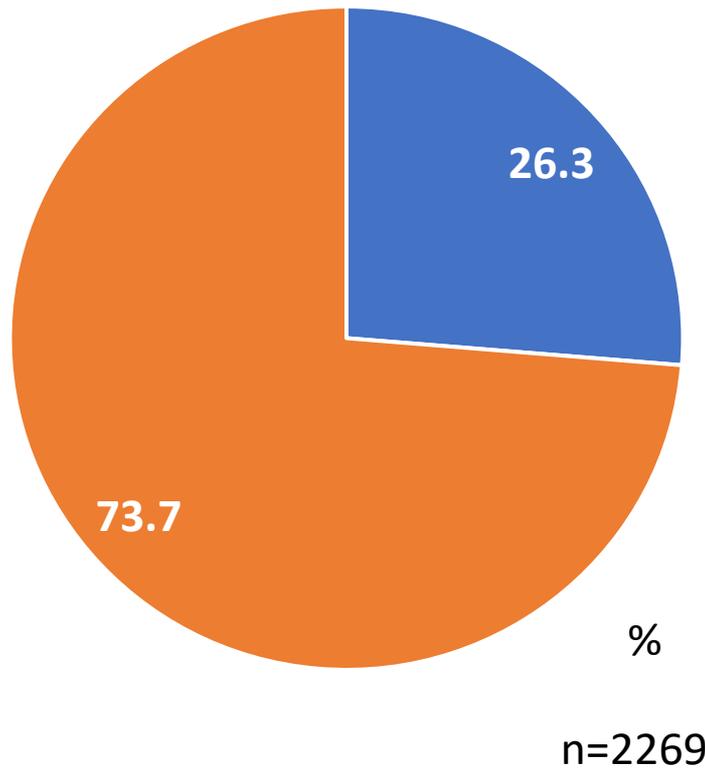
n=2269

単胎・多胎の割合

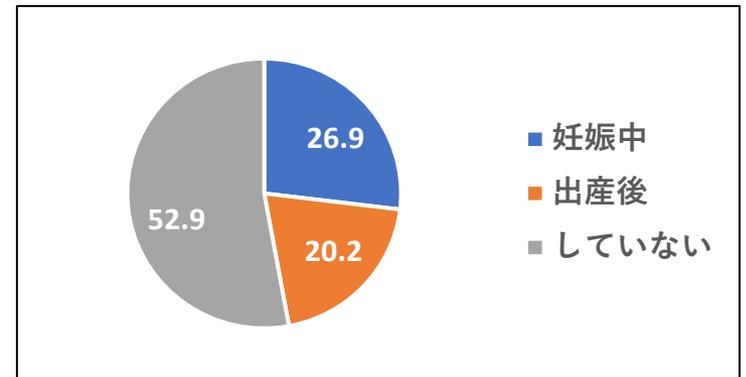


n=2269

里帰り出産について

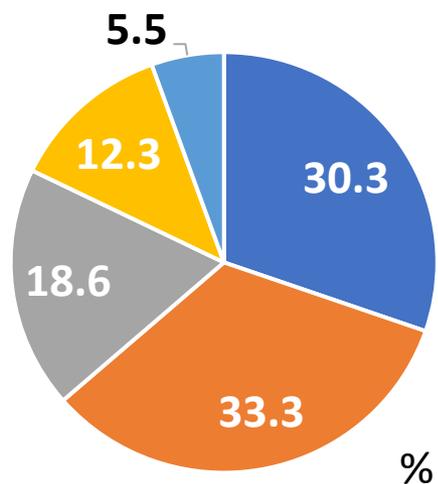


- はい
- いいえ



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

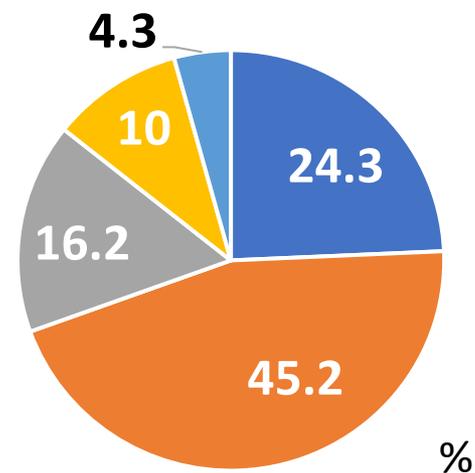
出産について



- 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

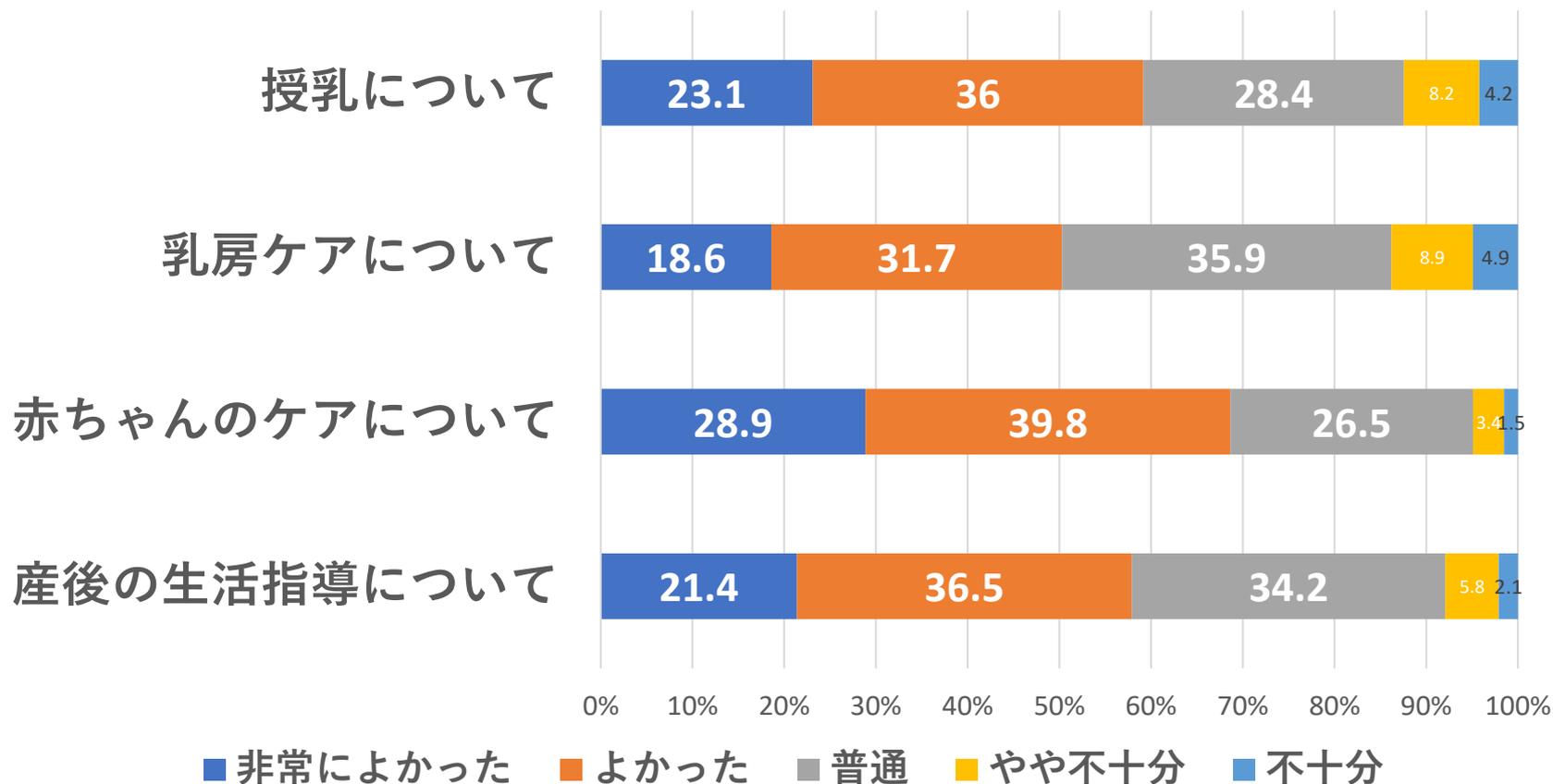
出産した施設での休息



- 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

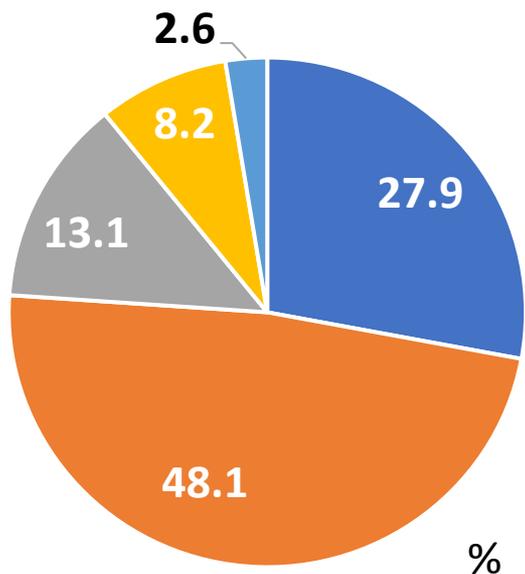
n=2269

出産した施設でのケアに対する満足度



n=2269

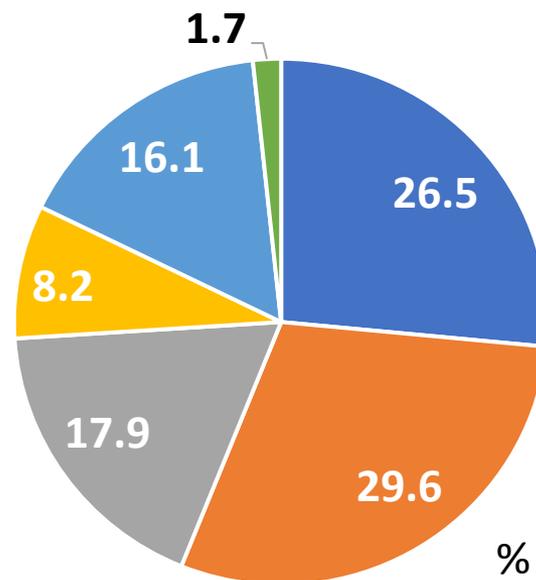
退院後の生活について



- 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

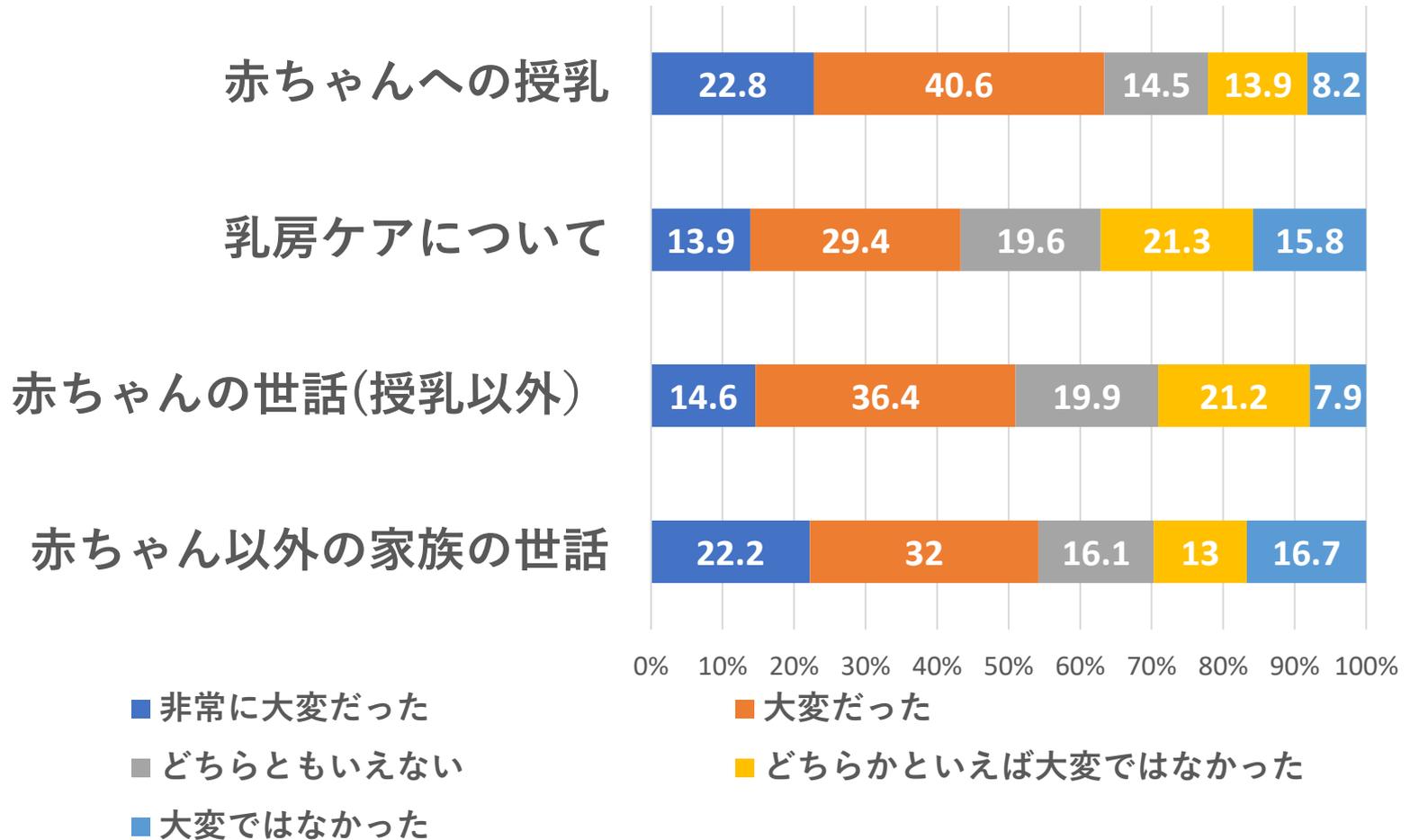
一番大変だった時期



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

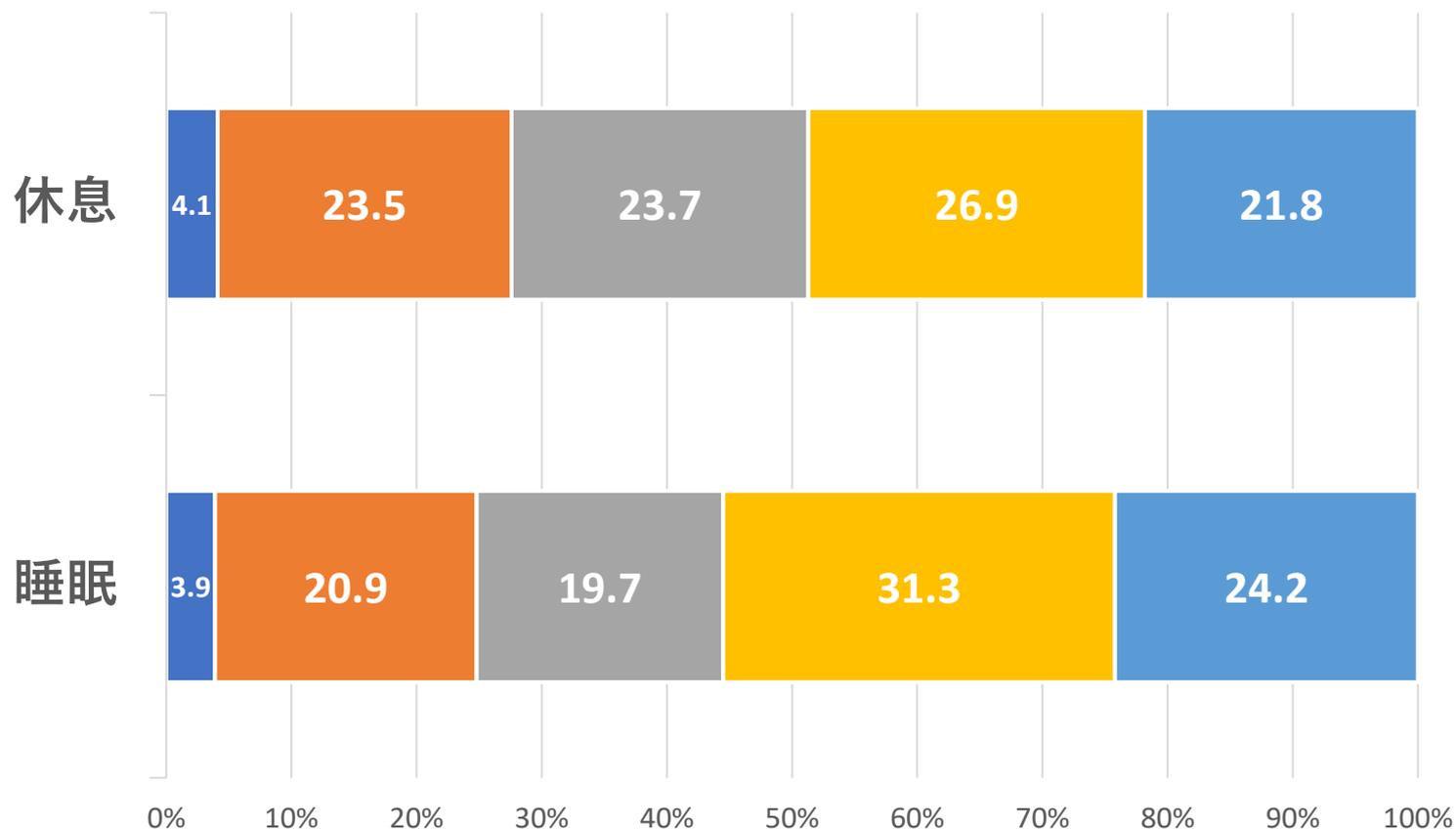
n=1724

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



■ 十分に取りれた

■ 取れた

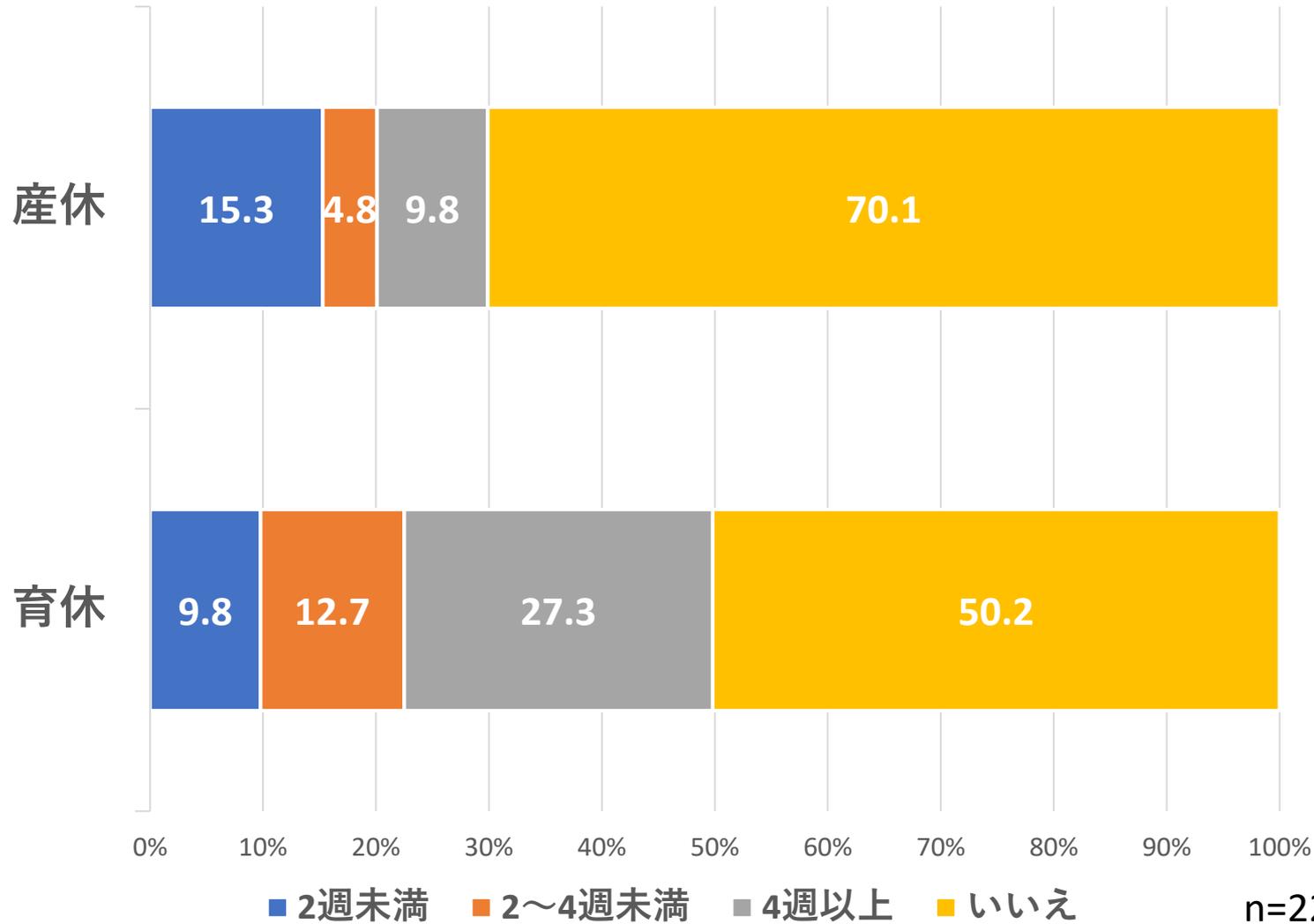
■ とちらともいえない

■ どちらかといえば取れなかった

■ 取れなかった

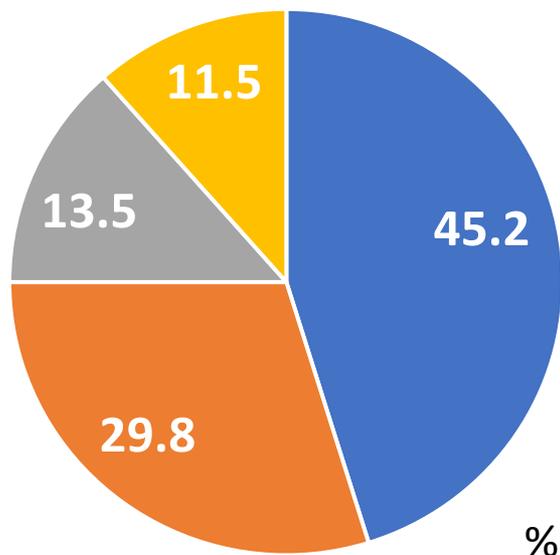
n=2269

夫・パートナーの産休・育休の取得



産後ケアについて

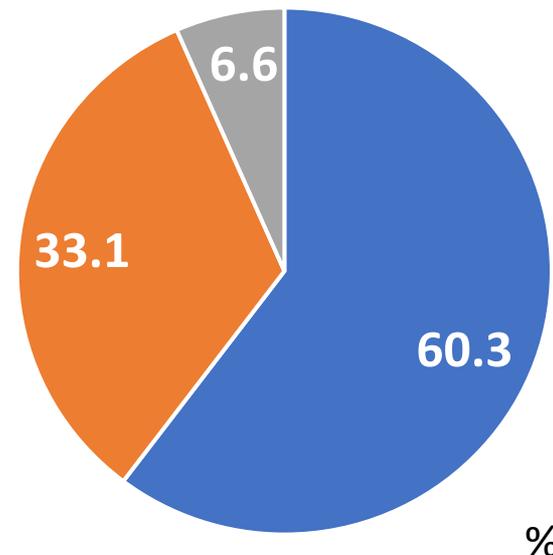
産後ケアについて（いつから） 知っていましたか？



- 妊娠前
- 妊娠中
- 出産後
- 知らなかった

n=2269

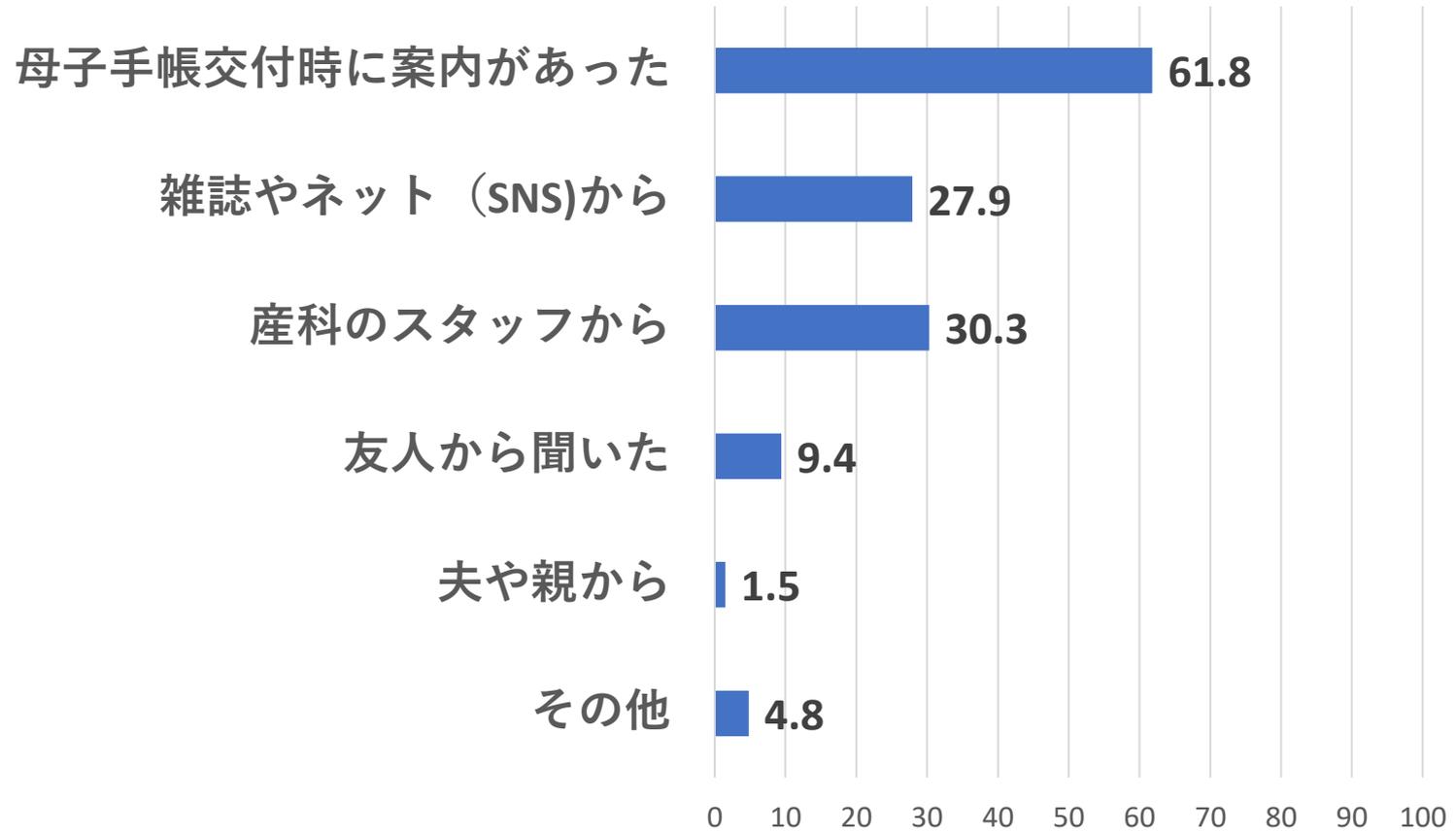
訪問型・日帰り型・宿泊型 があることは知っていましたか？



- 知っていた
- なんとなく知っていた
- 知らなかった

n=2008

産後ケアをどのように知りましたか？

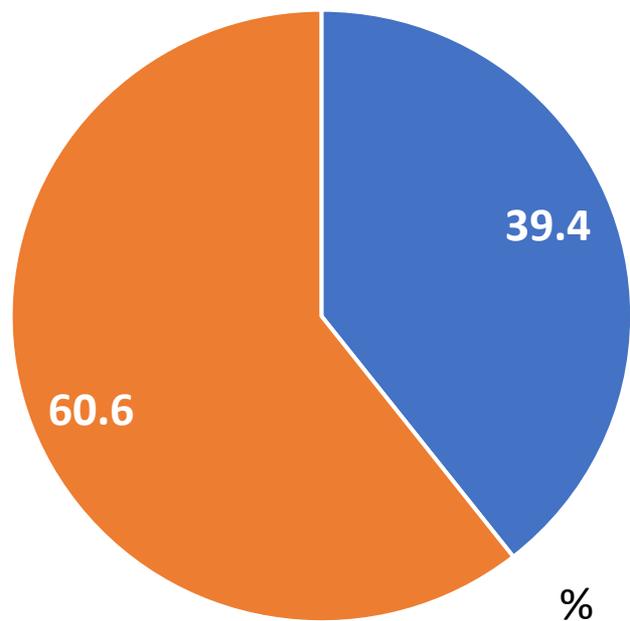


%

n = 2008

産後4か月までの
産後ケアの希望について

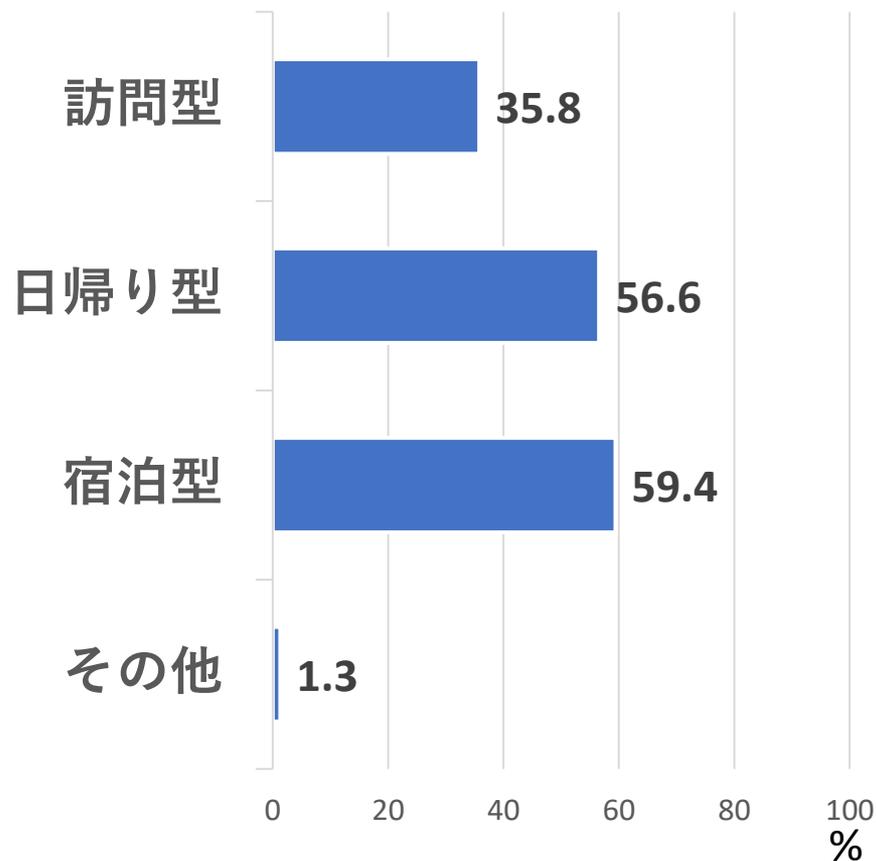
産後ケアの希望はありましたか？



■ はい ■ いいえ

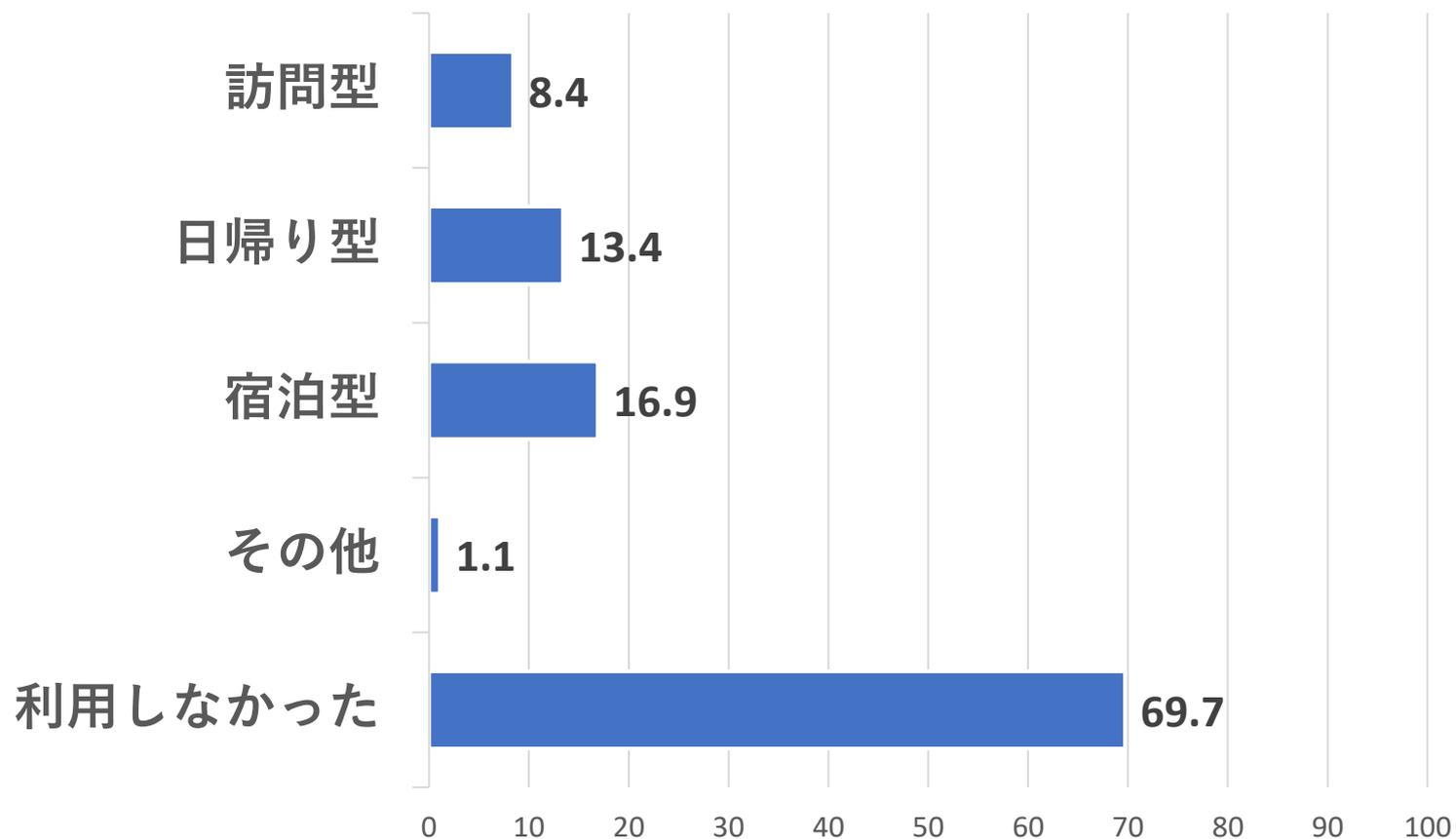
n = 2008

どのような産後ケアを希望しましたか？（複数回答）



n = 791

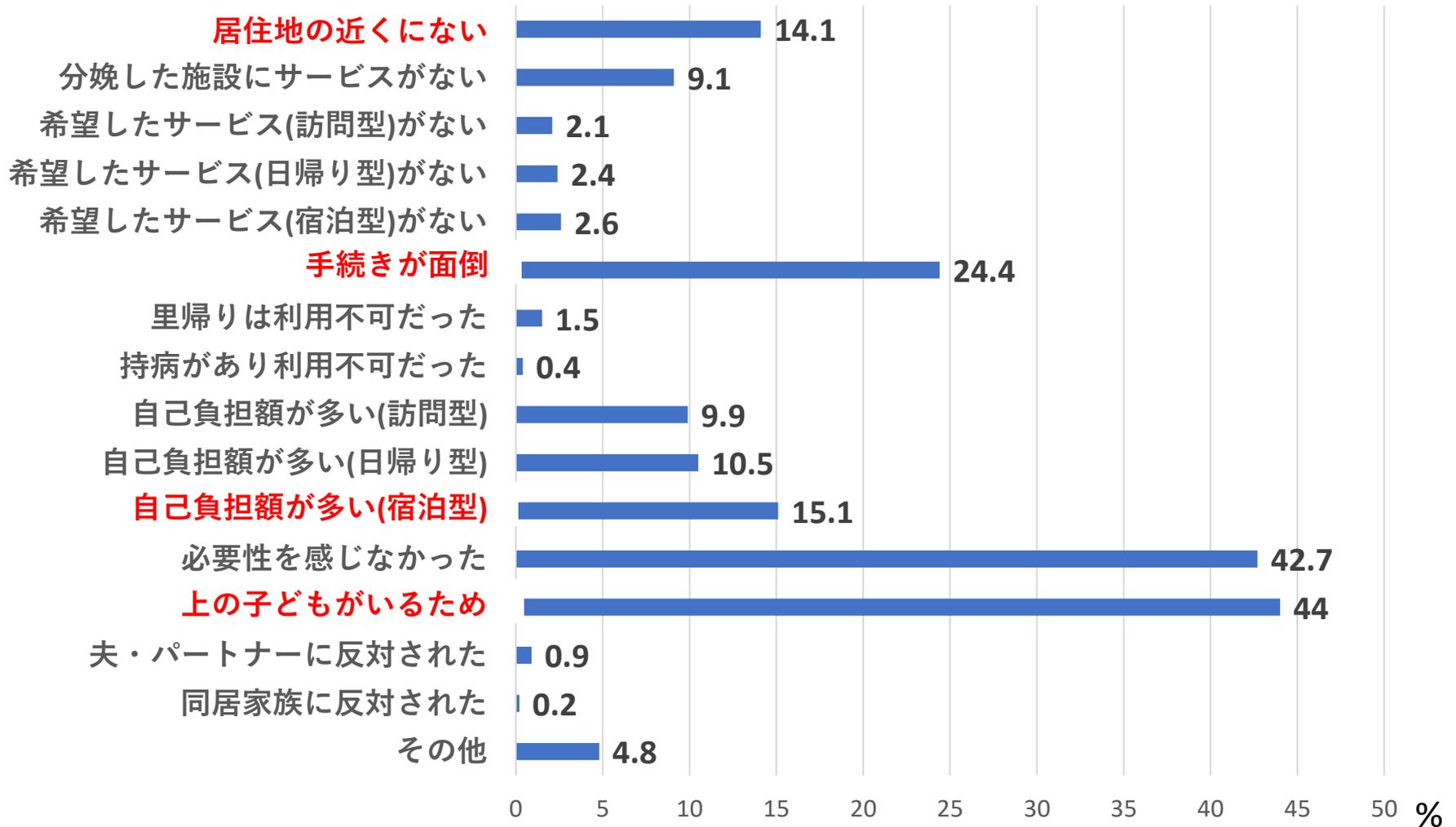
(産後ケアを知らなかった方へ)産後ケアを知っていたら
どのような産後ケアを希望しましたか？ (複数回答)



%

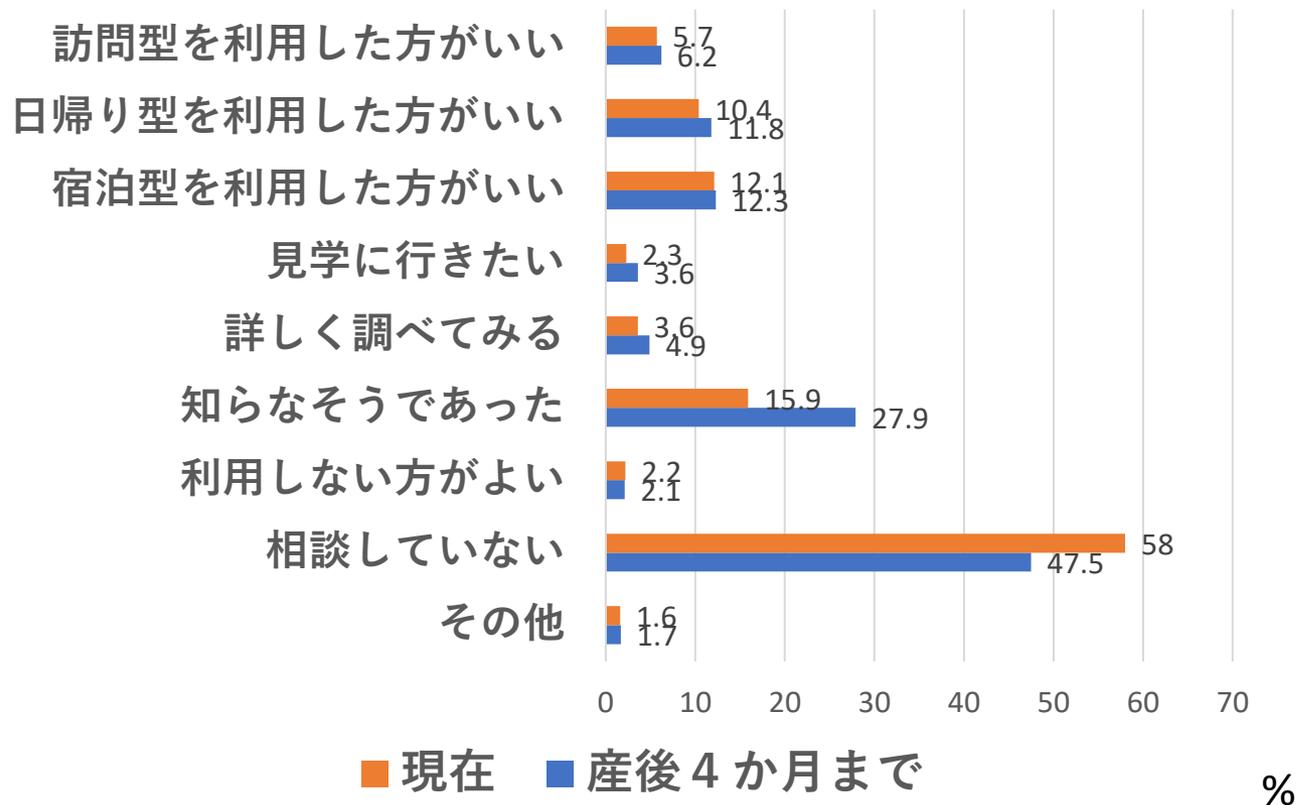
n = 261

産後ケアを希望しなかった理由（複数回答）



n=1217

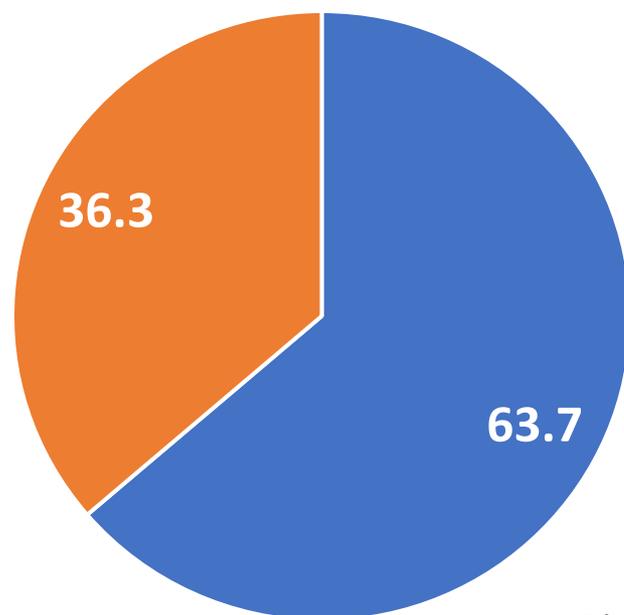
産後ケアについての夫・パートナーの考え（複数回答） （産後4か月までと現在）



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？



■ はい ■ いいえ

n = 791

※調査対象全体で見ると
22.2%が利用していると回答

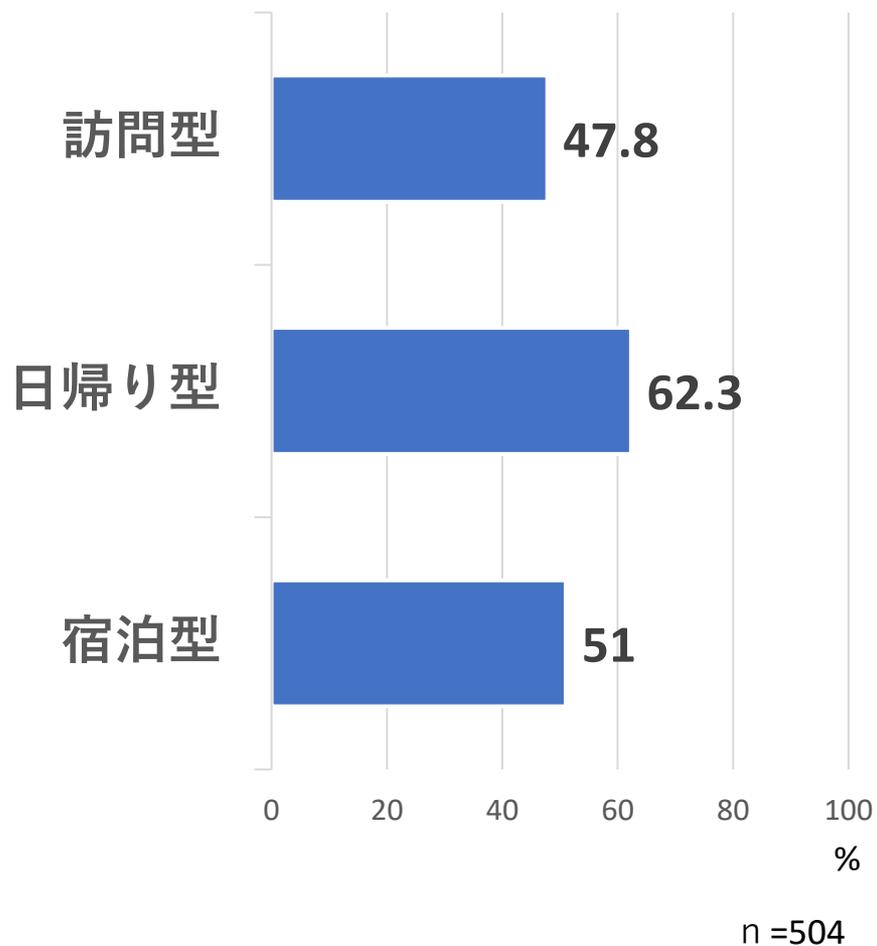
(参考)

令和3年度の利用率6.1%

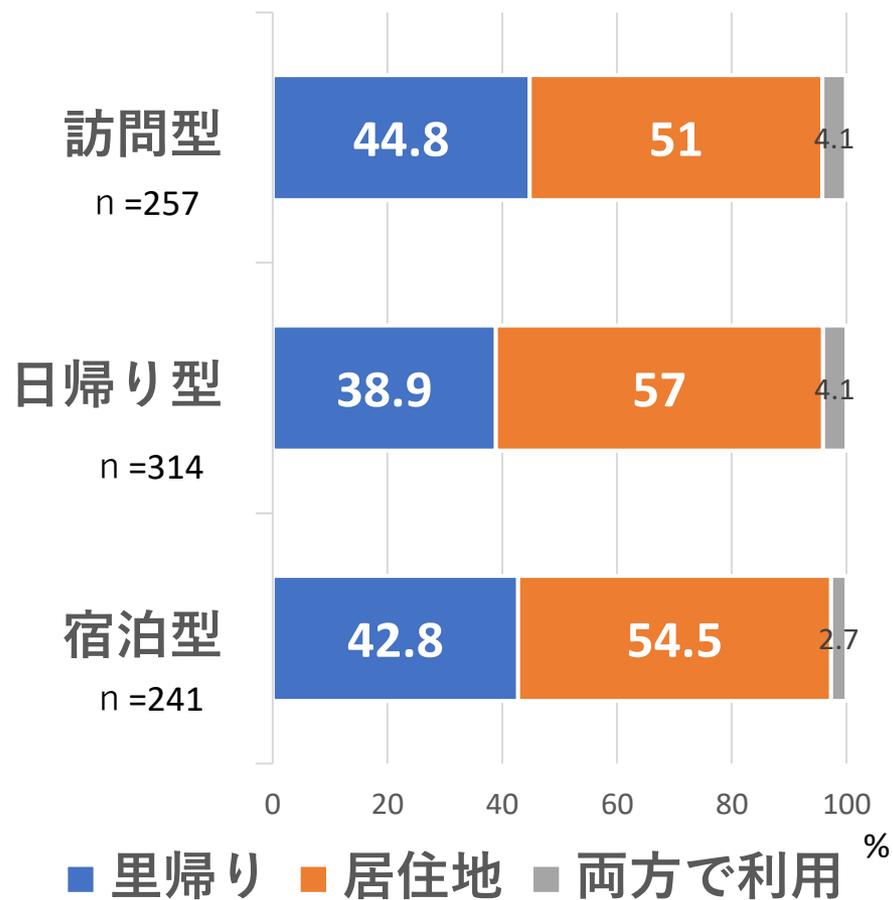
令和4年度10.9%

令和5年度15.8%

利用した産後ケアについて

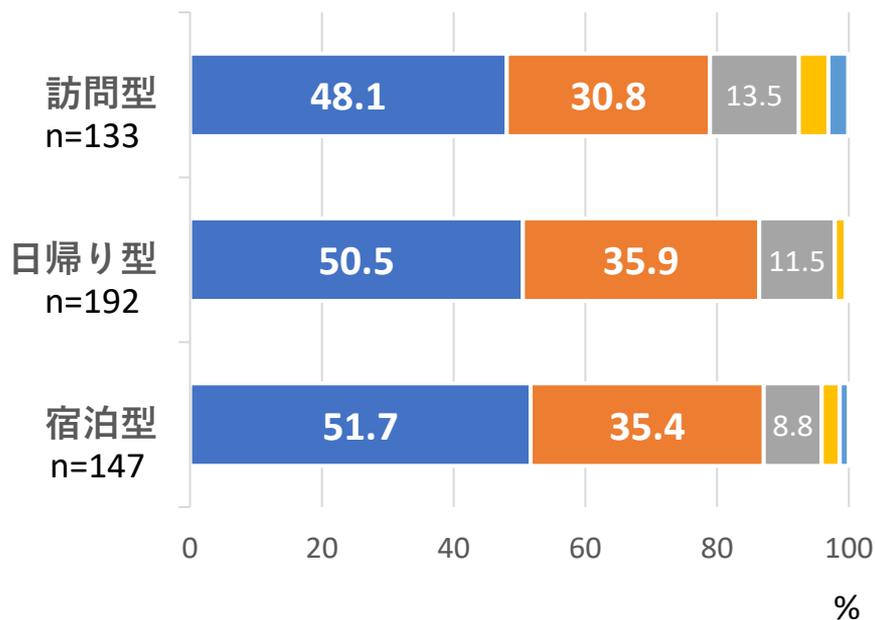


産後ケアの利用場所

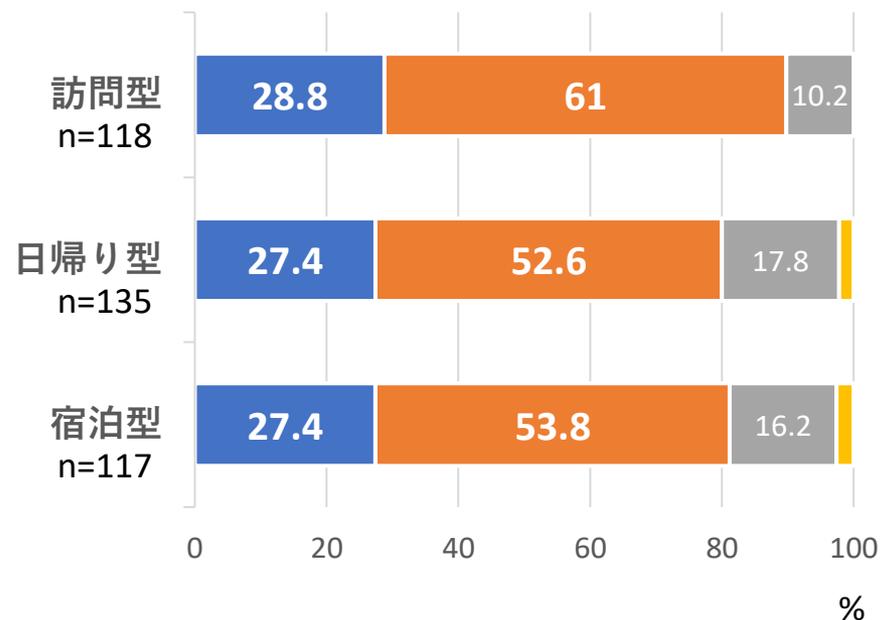


産後ケアの満足度(型別・受けた場所別)

居住地



里帰り

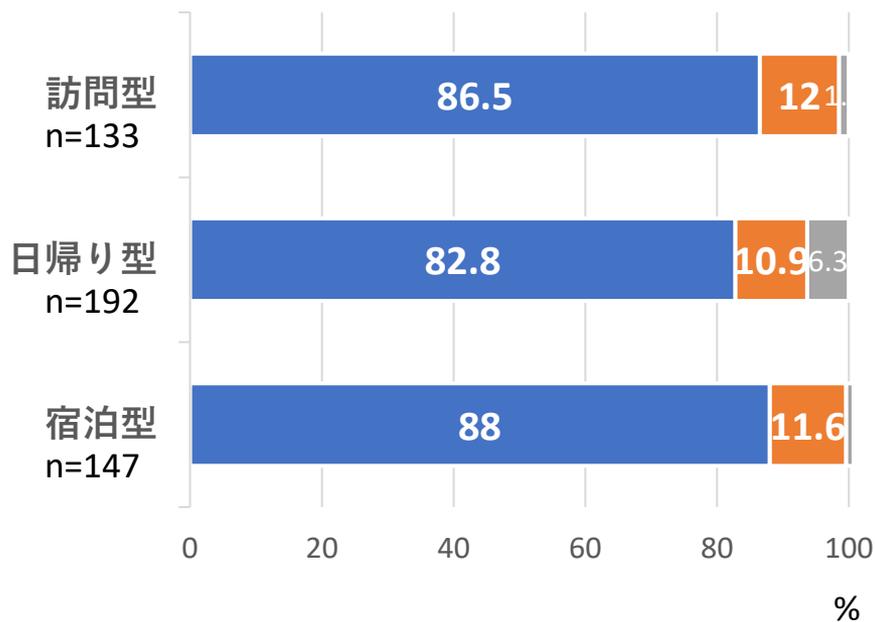


■ 非常によかった
■ 普通
■ よくなかった

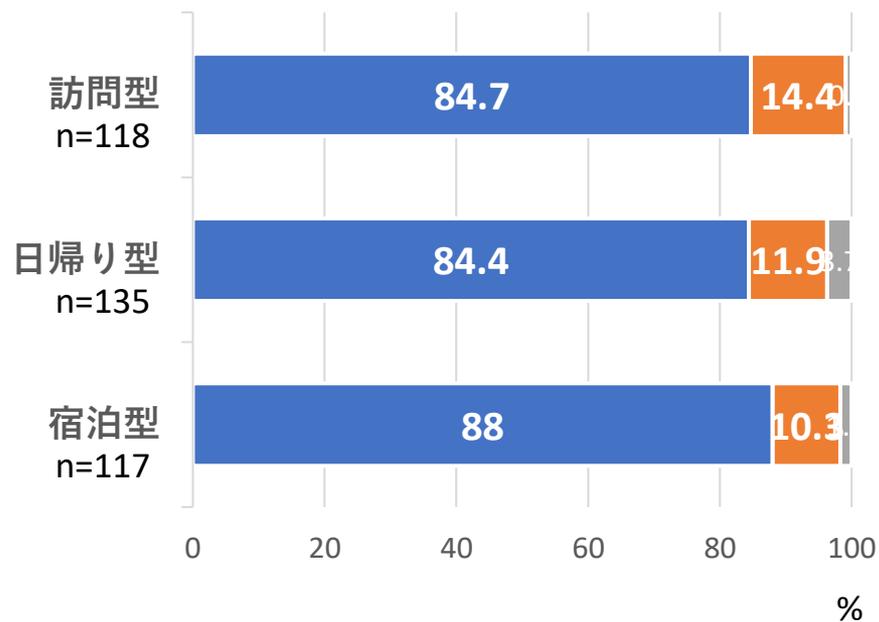
■ よかった
■ あまりよくなかった

産後ケアを希望した施設で受けられましたか？

居住地



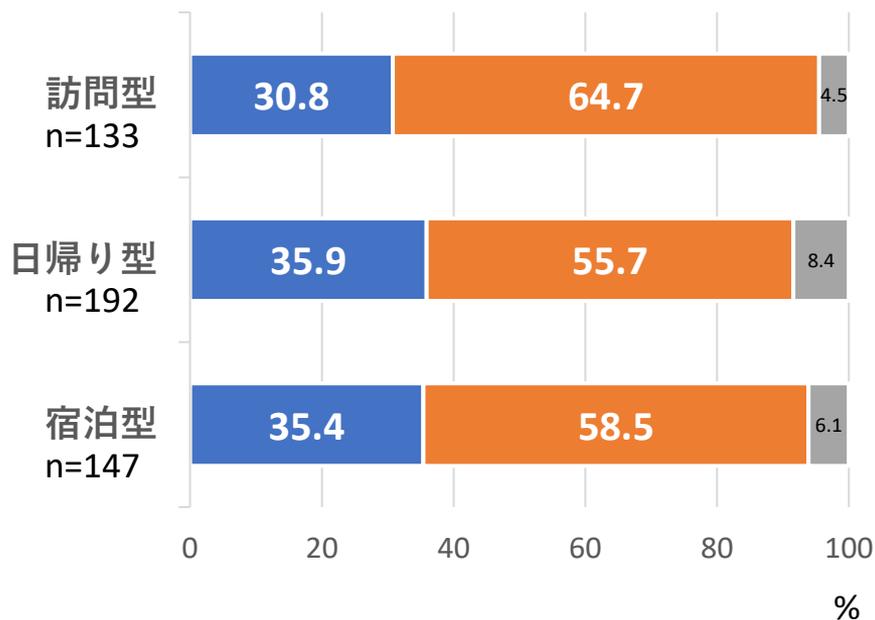
里帰り



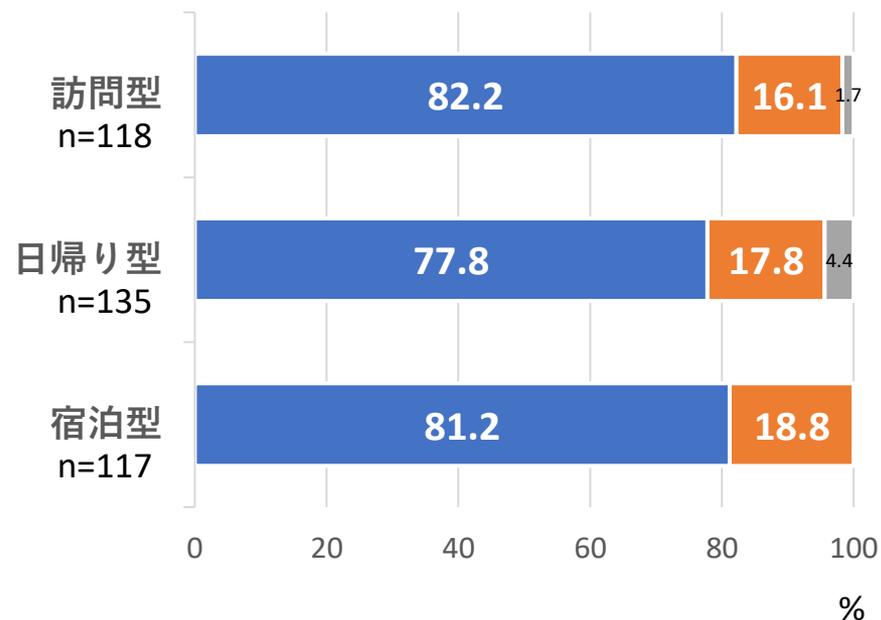
■ 高い ■ いいえ ■ どちらでもない

サービス提供まで待ちましたか？

居住地



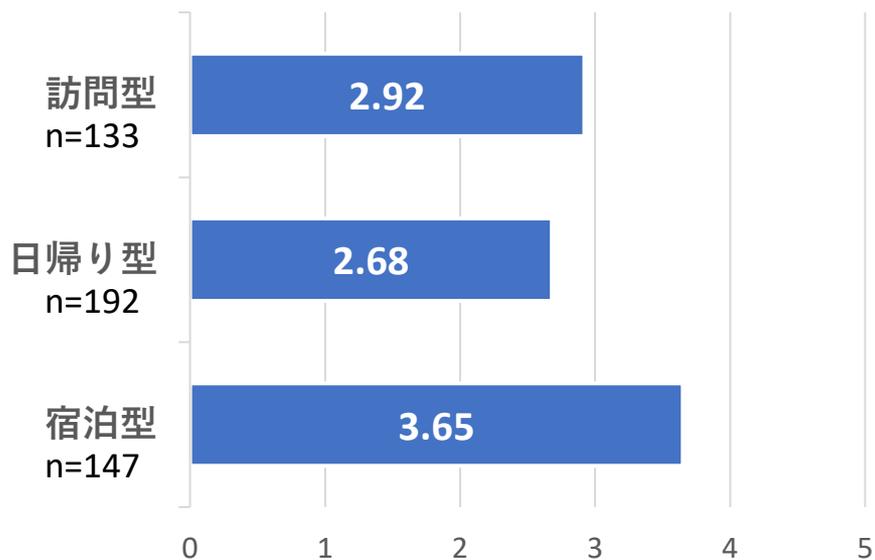
里帰り



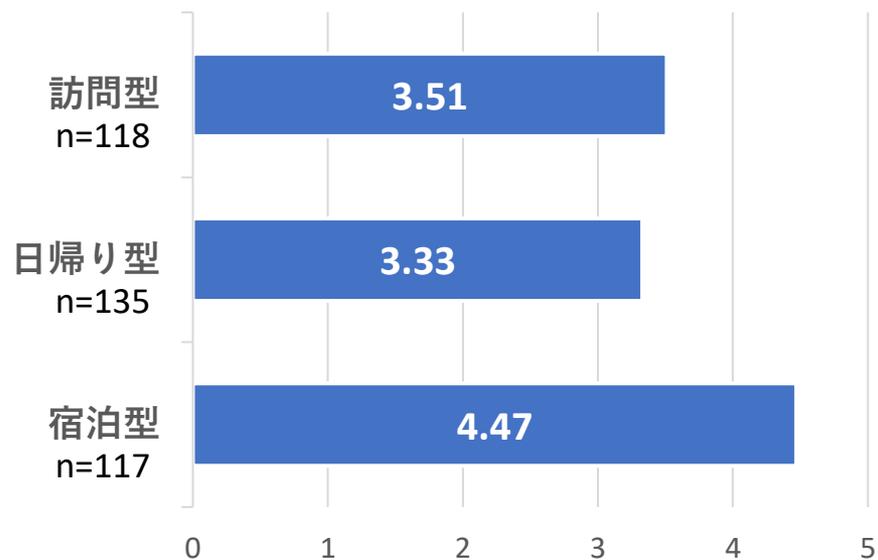
■ はい ■ いいえ ■ どちらでもない

平均利用回数(宿泊型は日数)

居住地

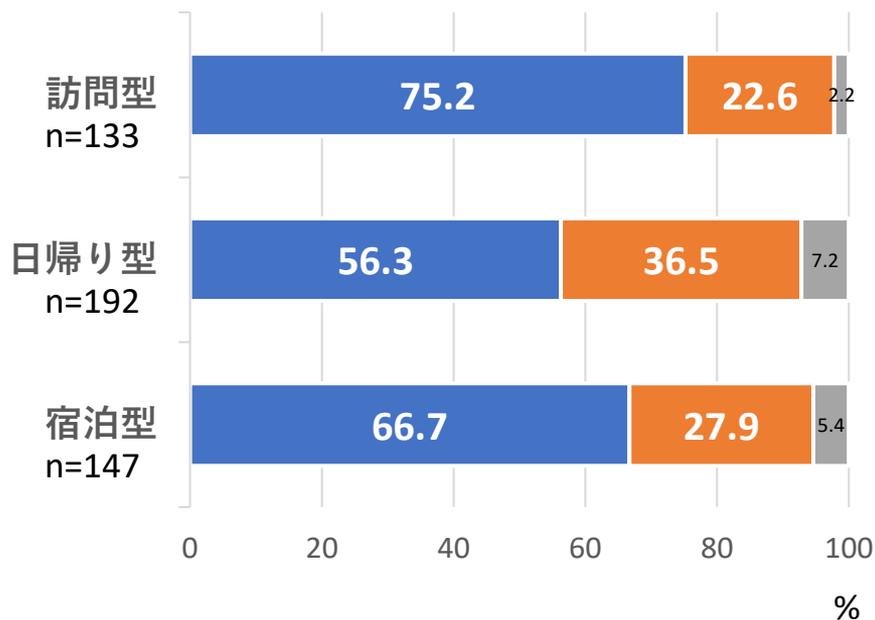


里帰り

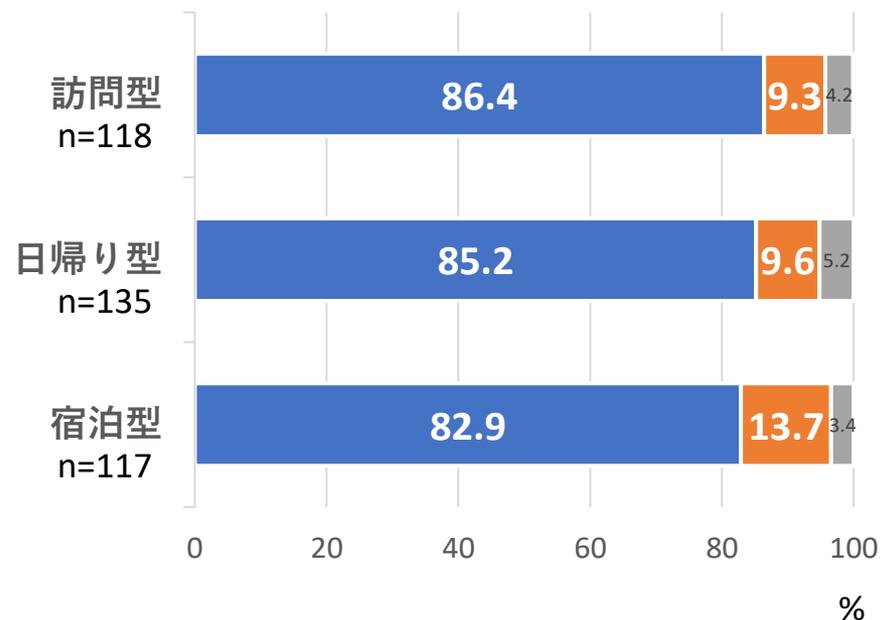


利用回(日)数は十分でしたか？

居住地

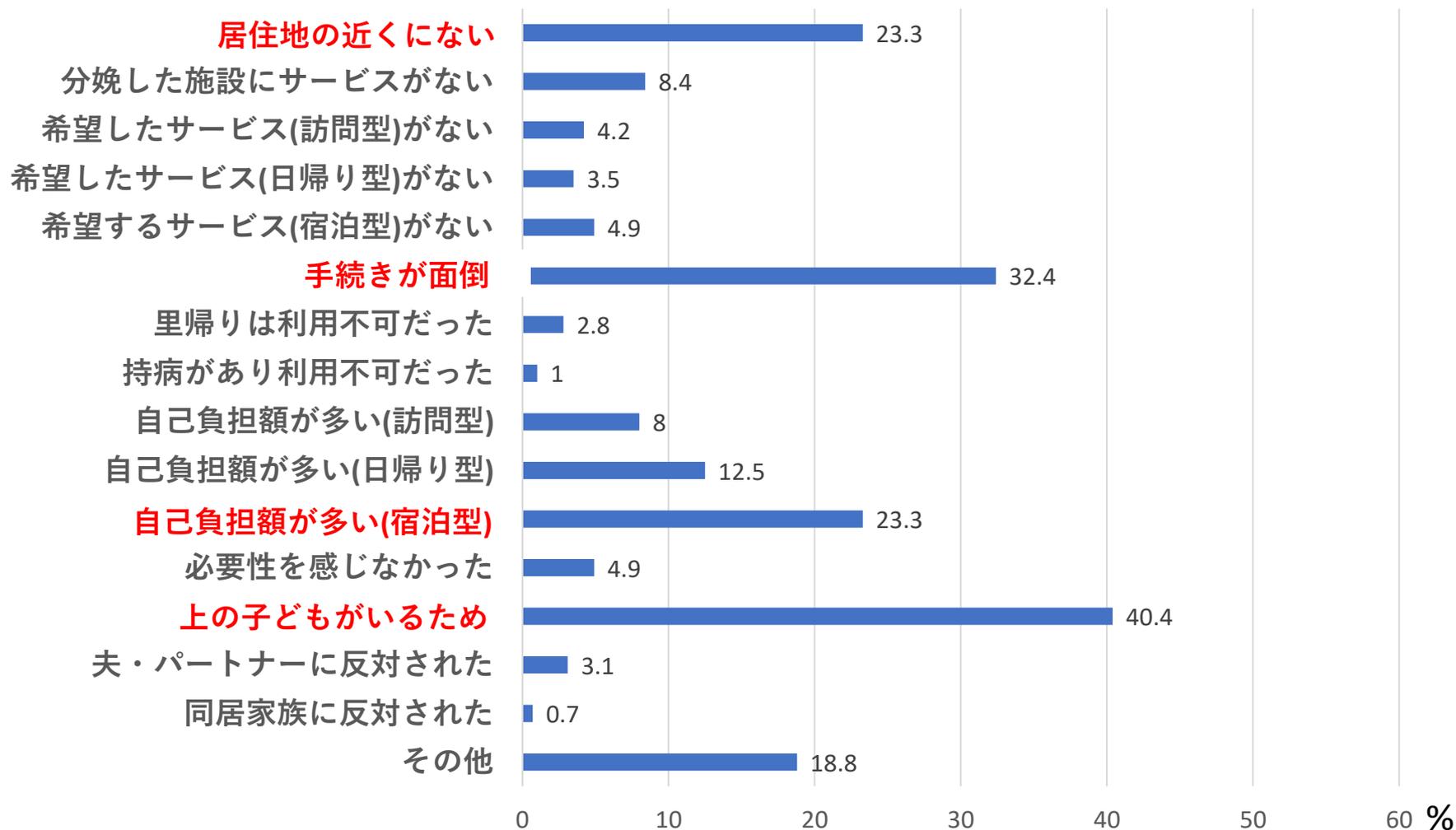


里帰り



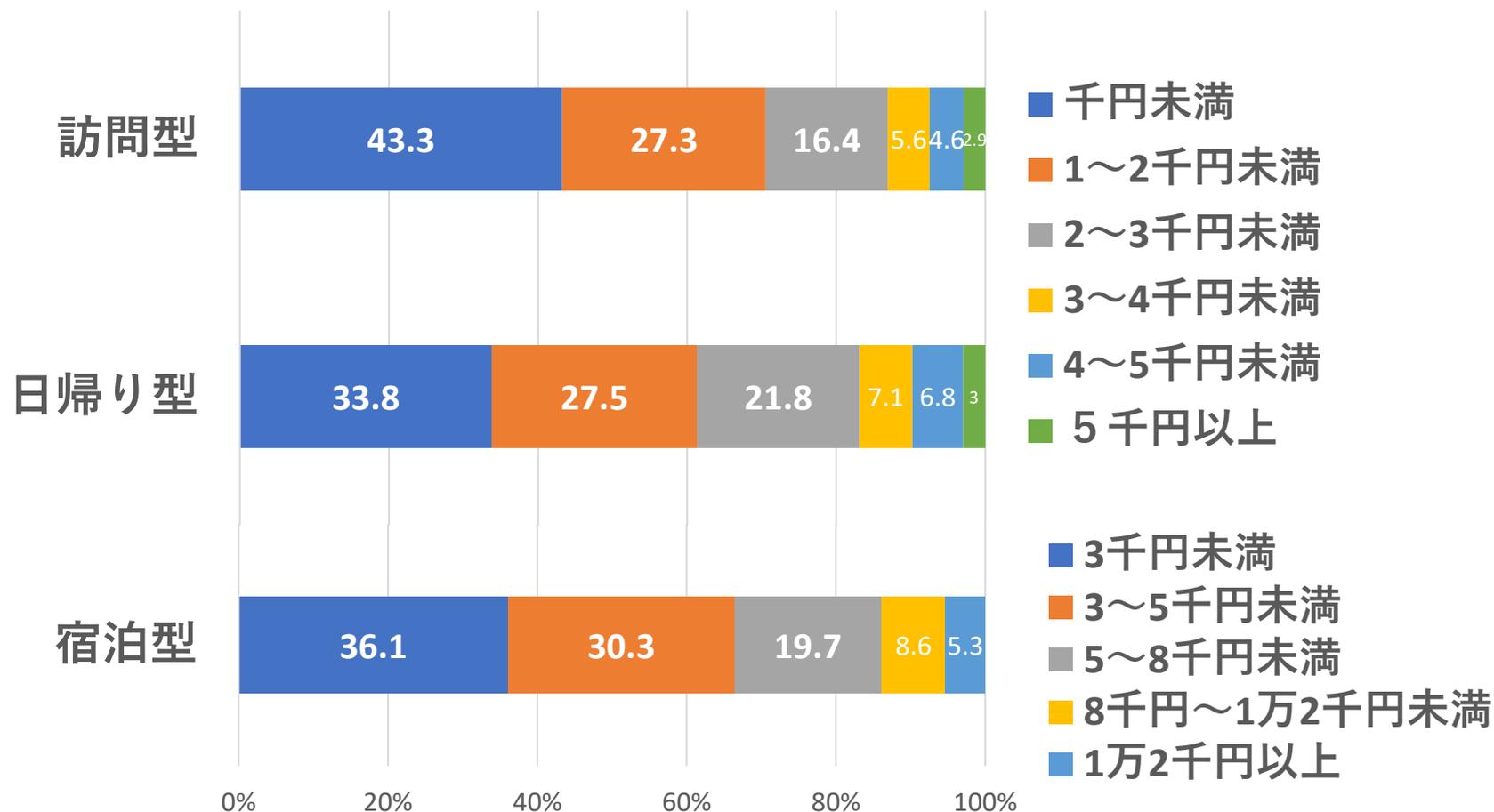
■ はい ■ いいえ ■ どちらでもない

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）



n = 287

利用したいと思う自己負担額

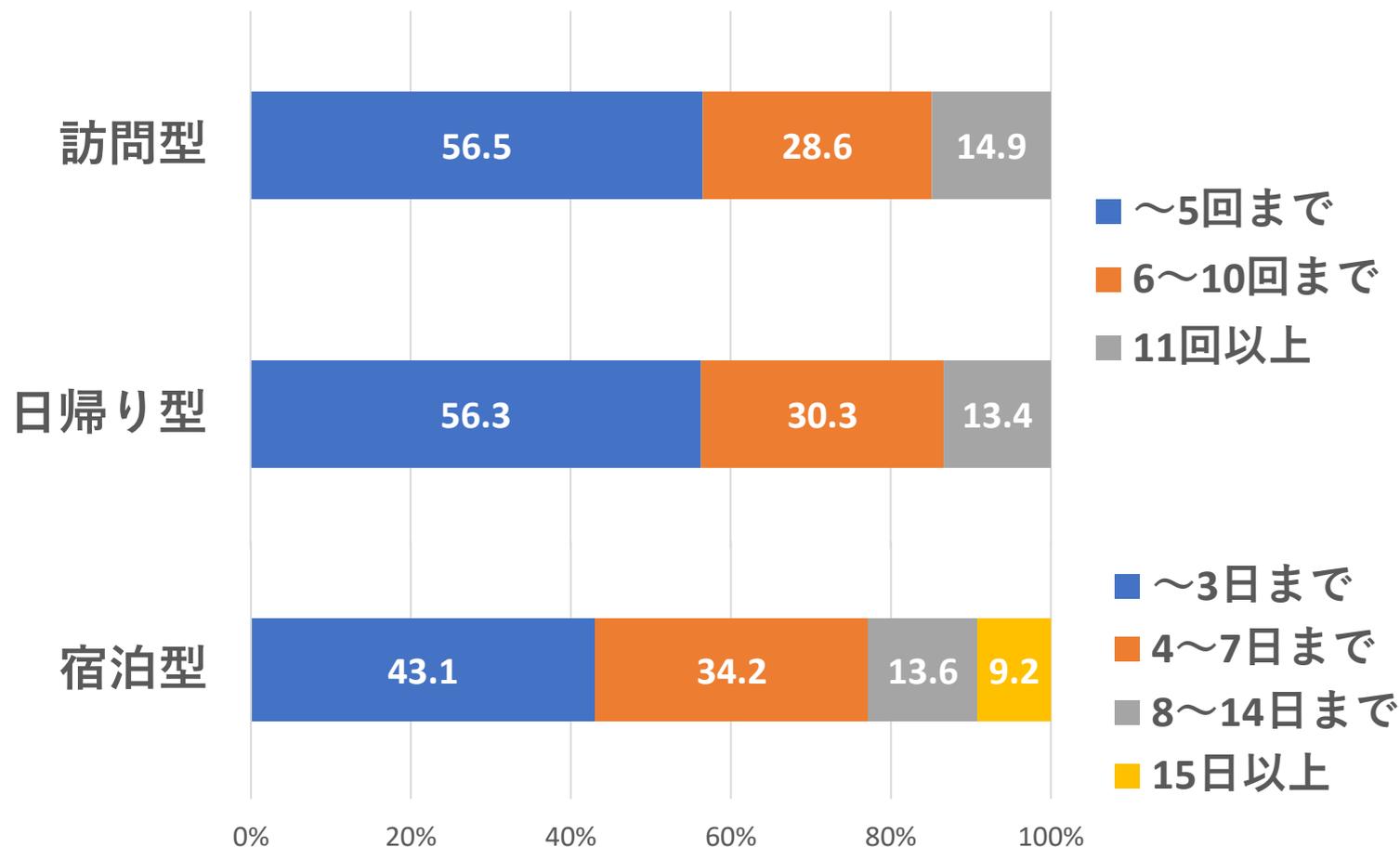


n=2269

(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)

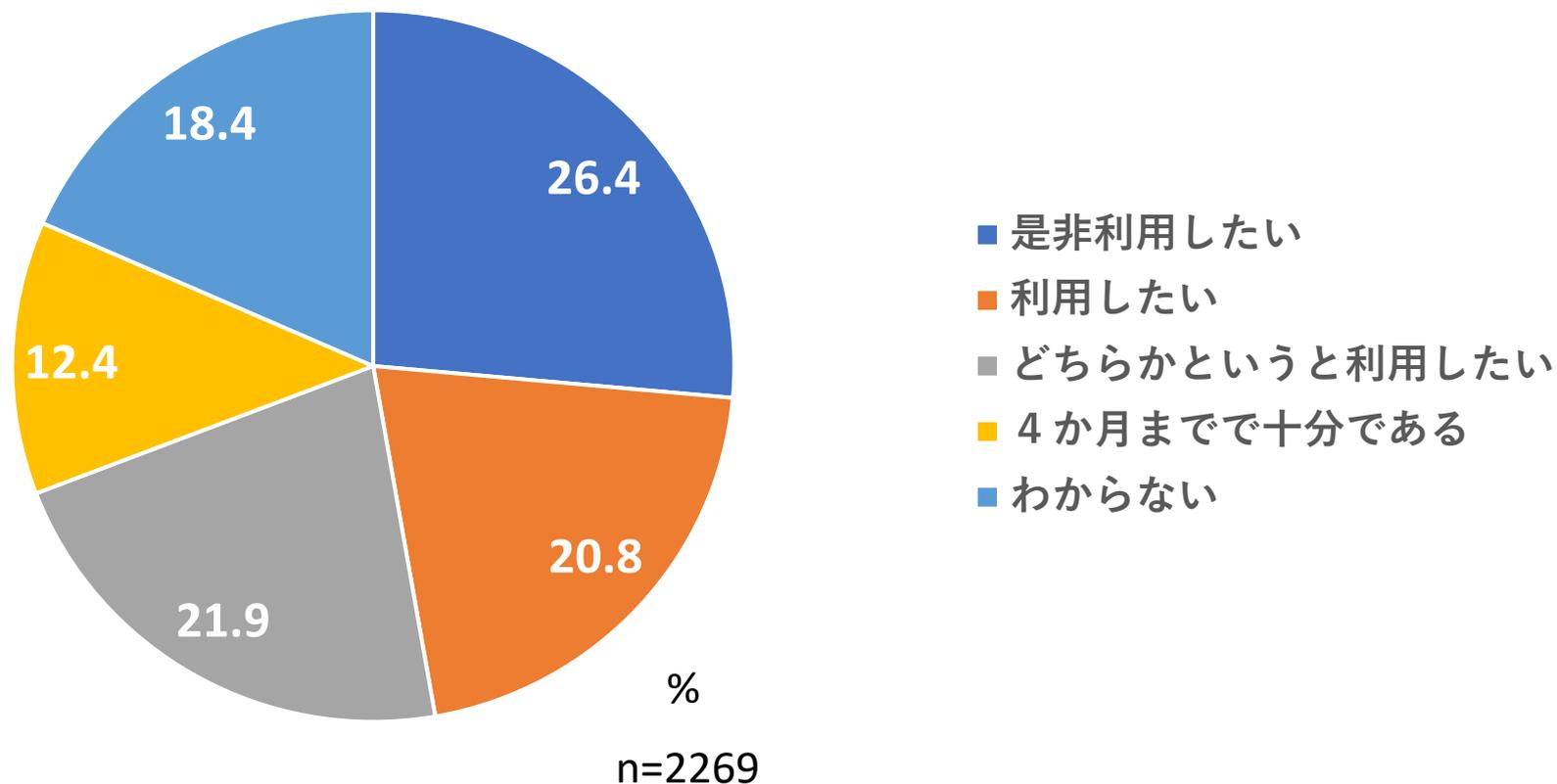


n=2269

(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

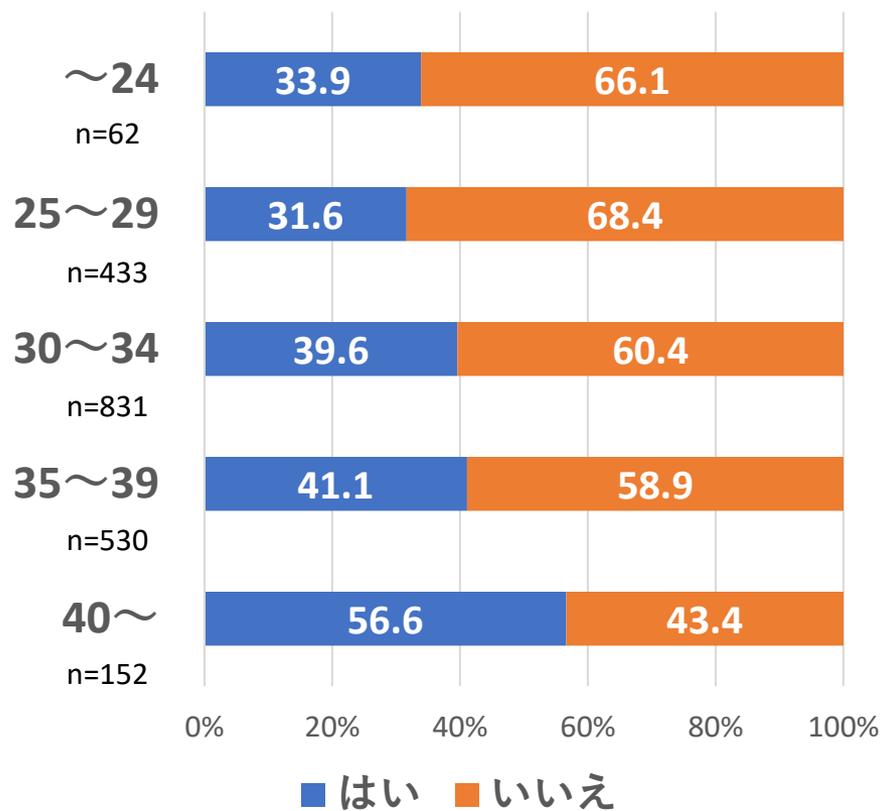
(日本産婦人科医会)

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

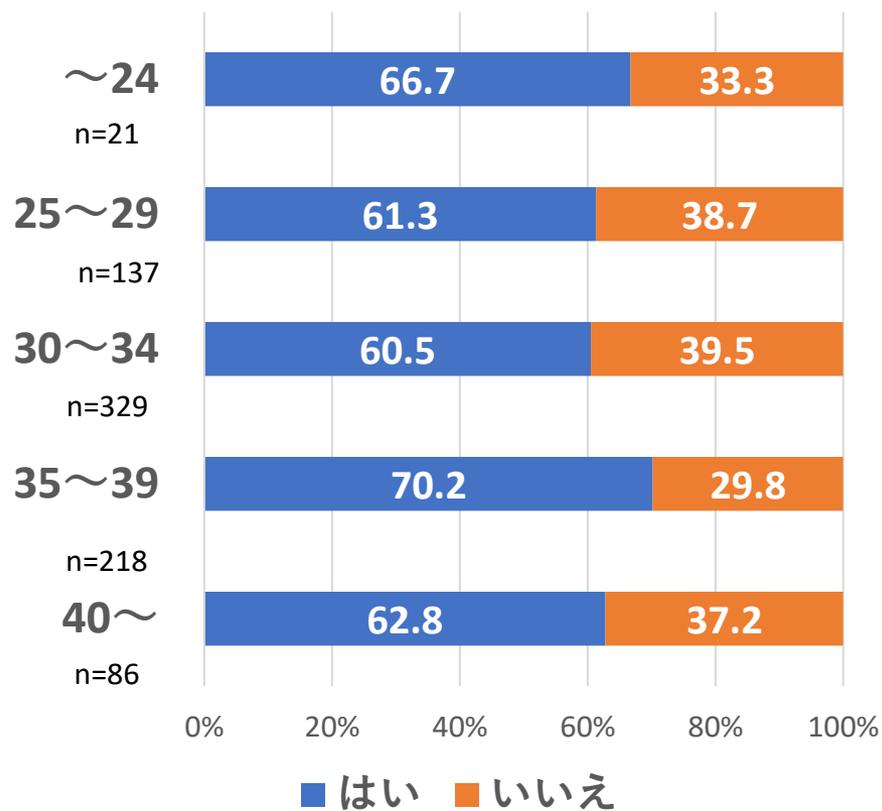
出産時年齢と産後ケアの希望と利用

希望した方



n=2008

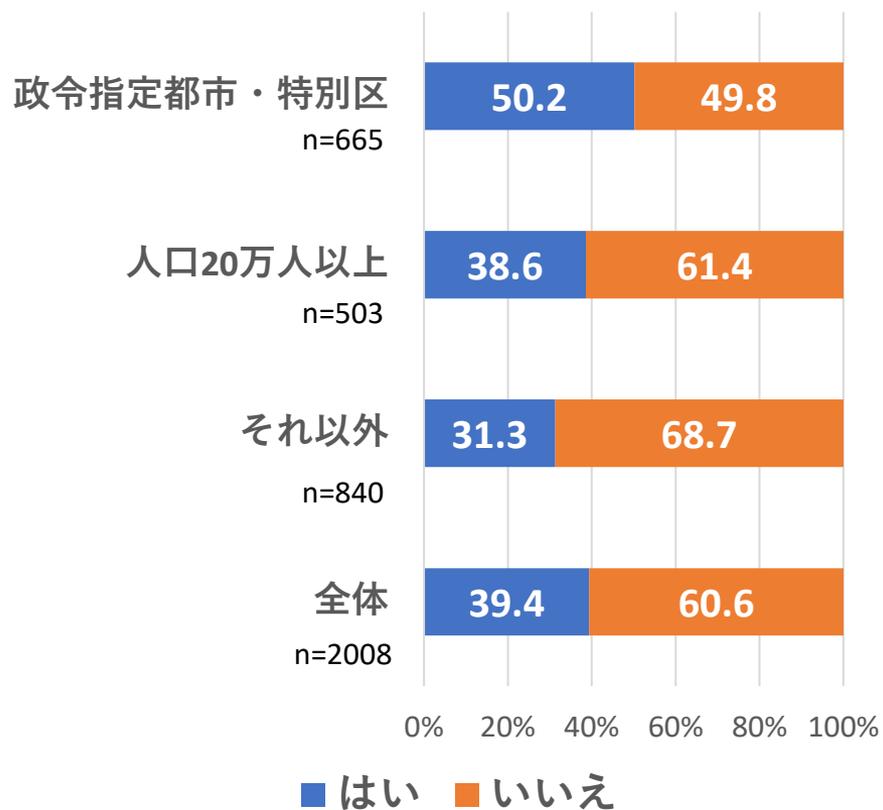
希望して利用した方



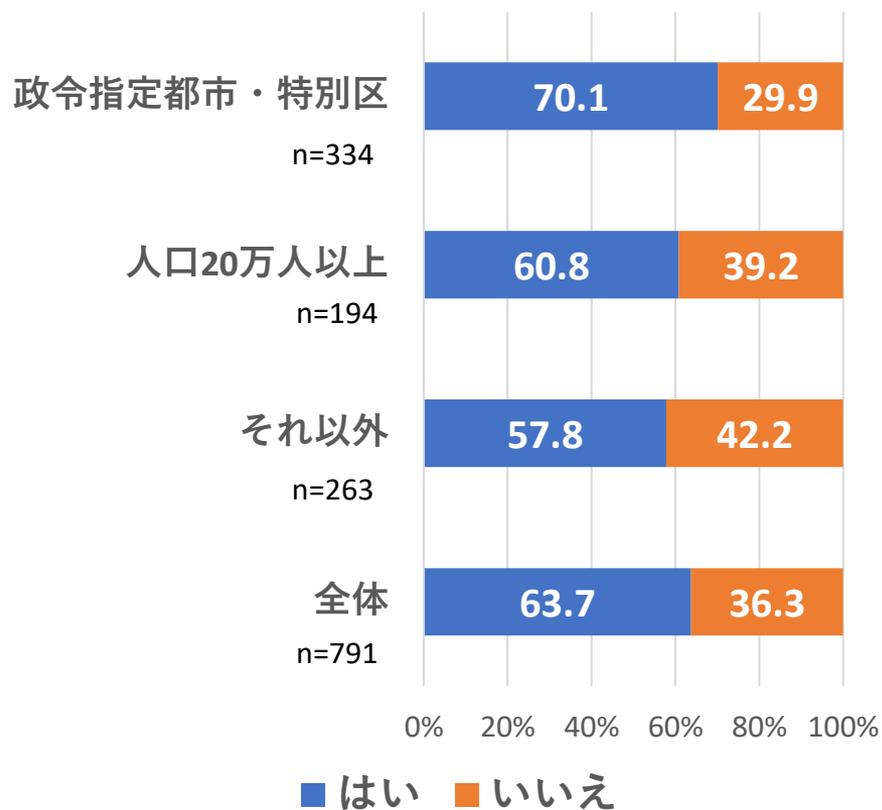
n=791

居住地による産後ケアの希望と利用

希望した方

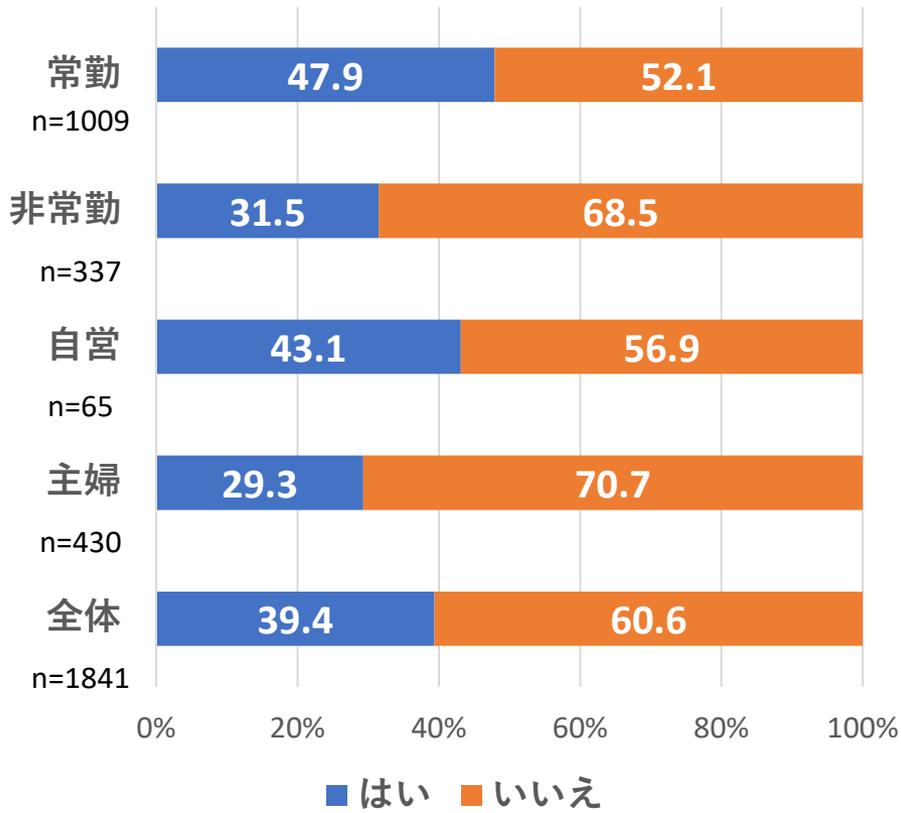


希望して利用した方

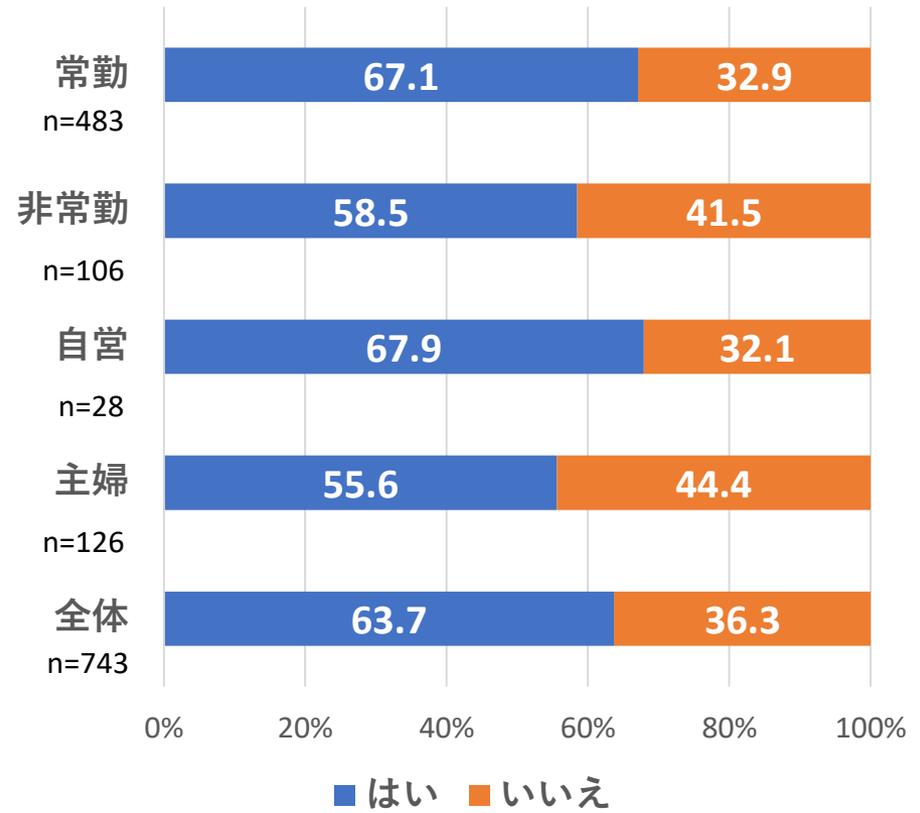


産後の職業と産後ケアの希望と利用

希望した方

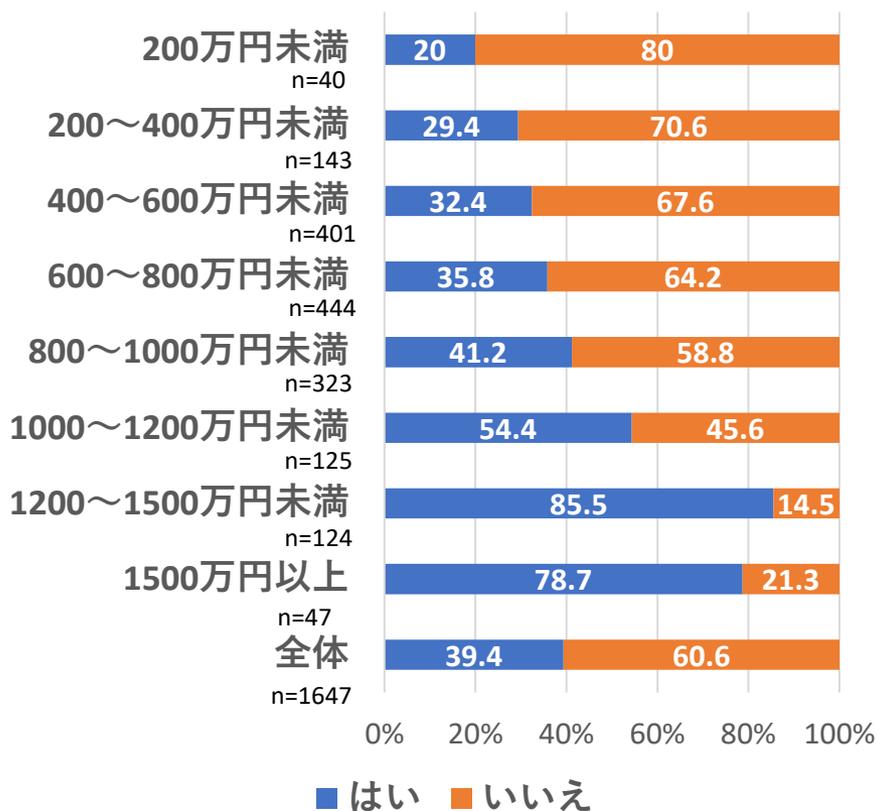


希望して利用した方

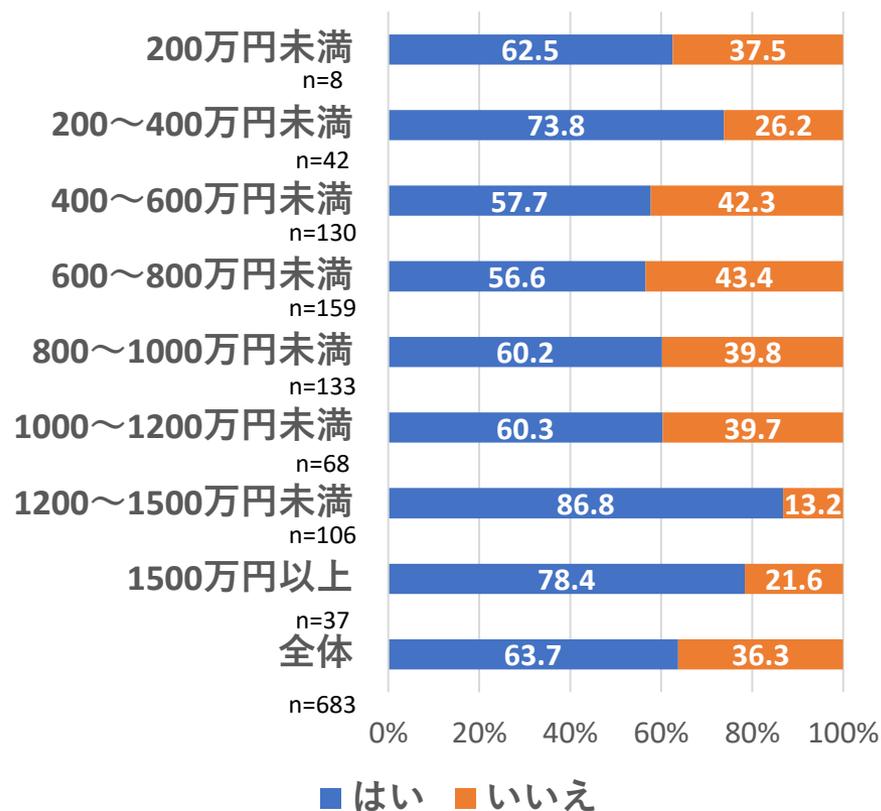


世帯年収と産後ケアの希望と利用

希望した方

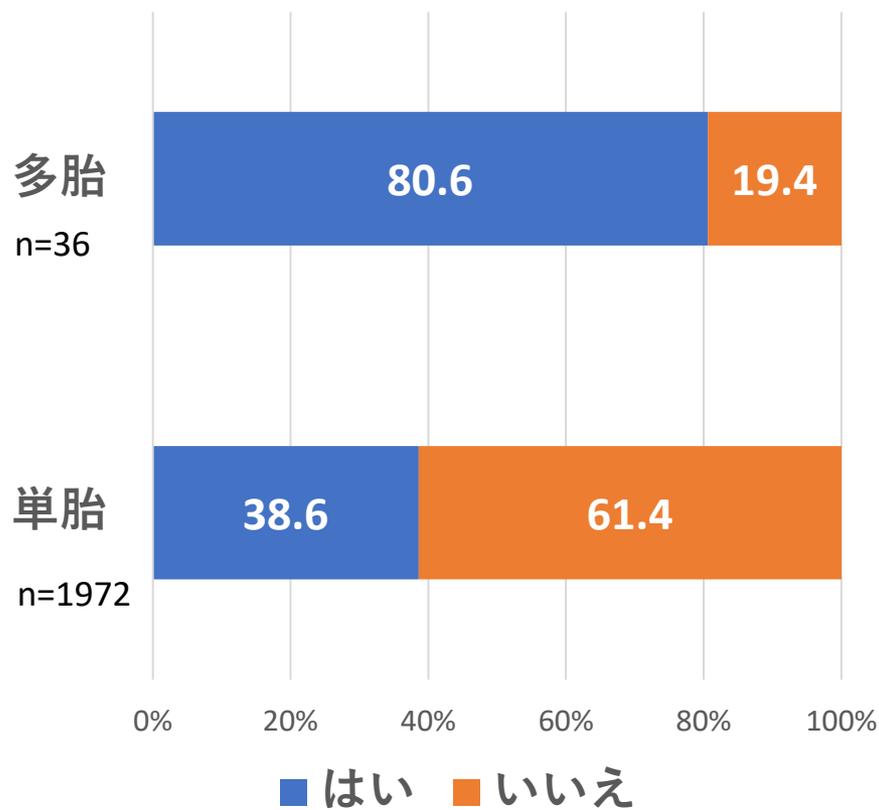


希望して利用した方

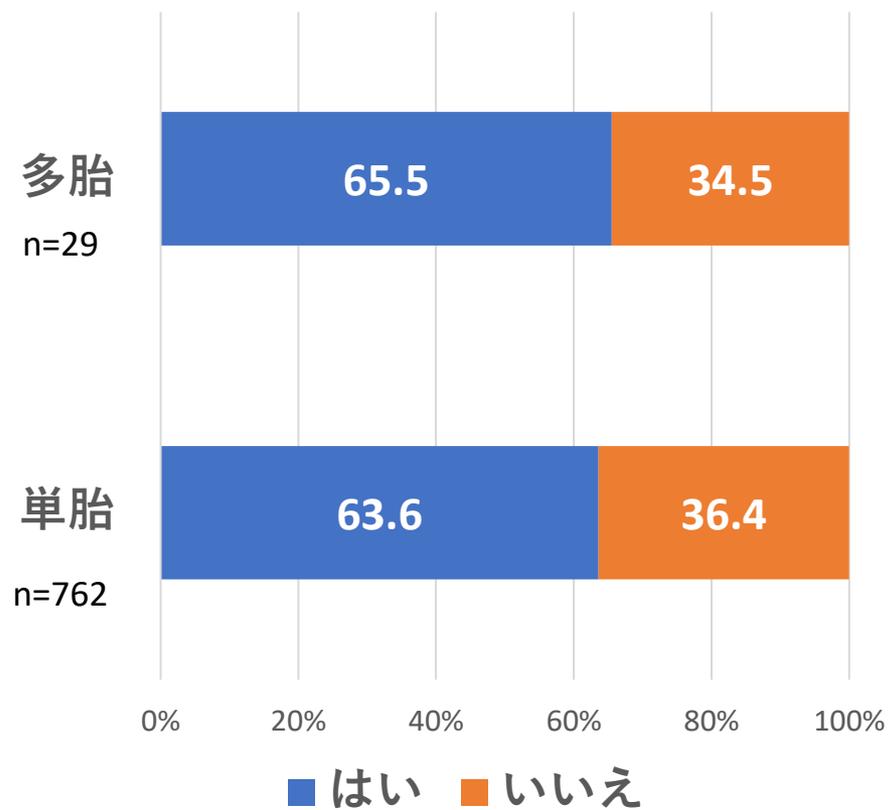


単胎・多胎別の産後ケア希望と利用

希望した方

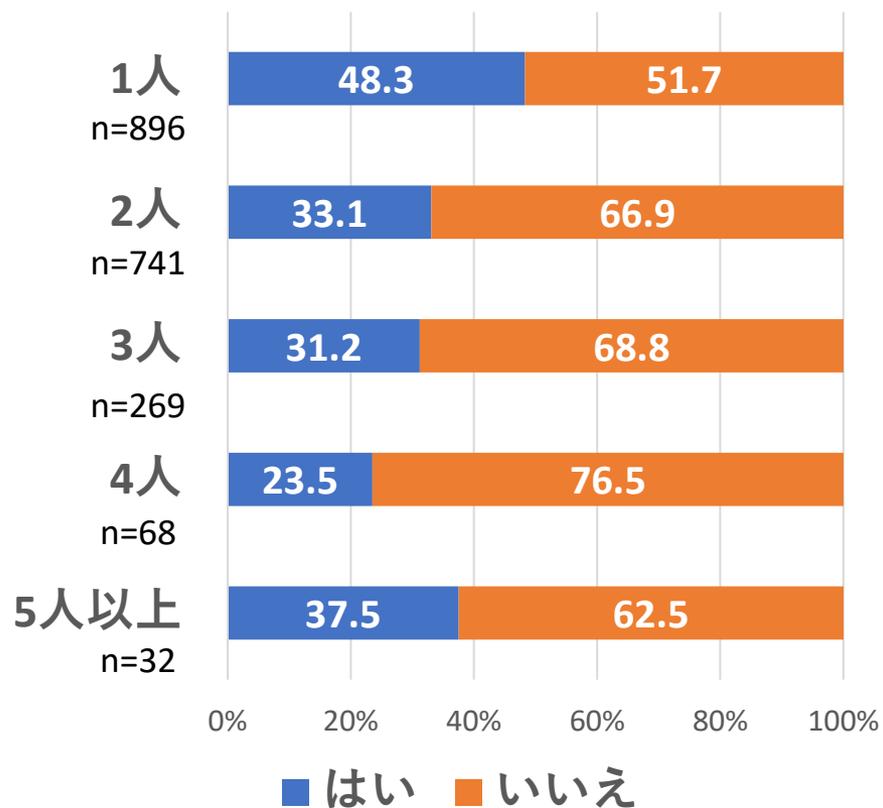


希望して利用した方

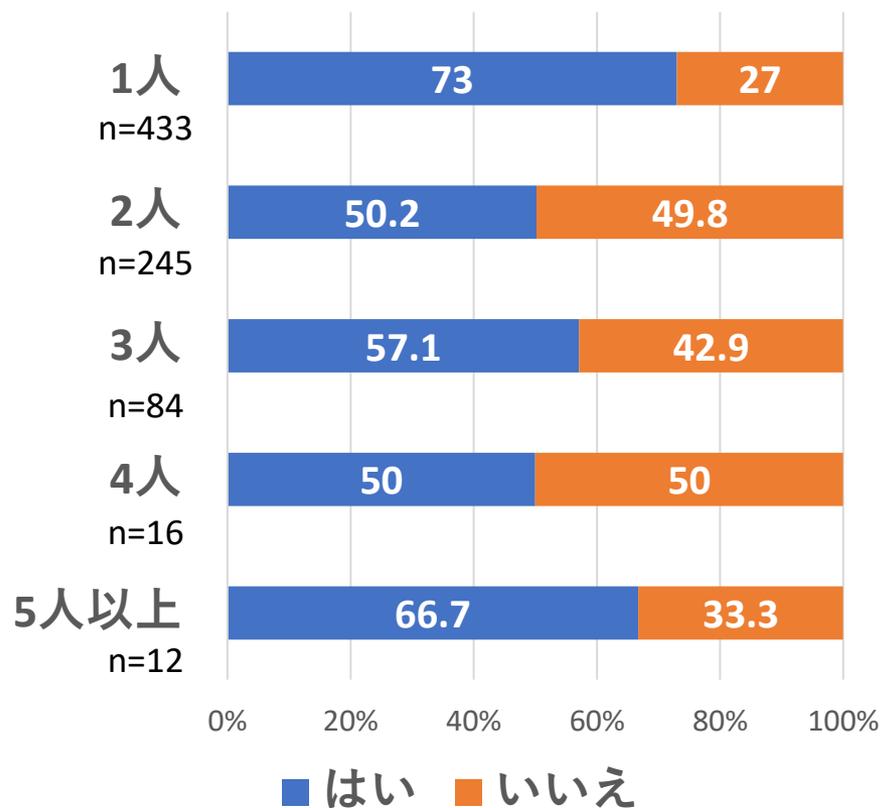


子どもの数と産後ケアの希望と利用

希望した方

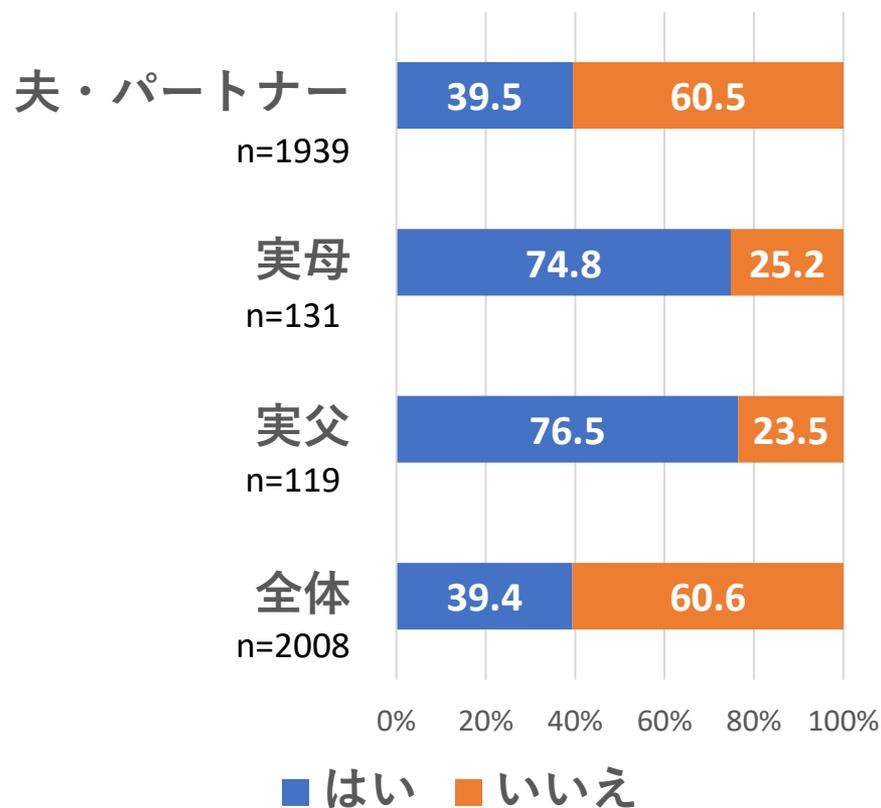


希望して利用した方

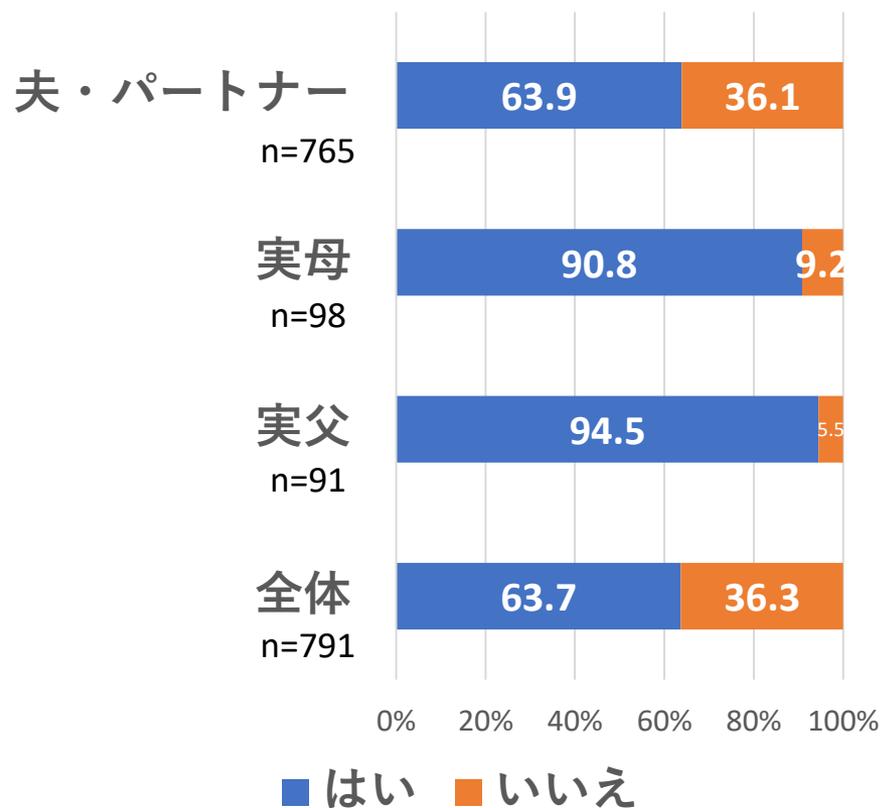


同居家族の有無と産後ケアの希望と利用

希望した方

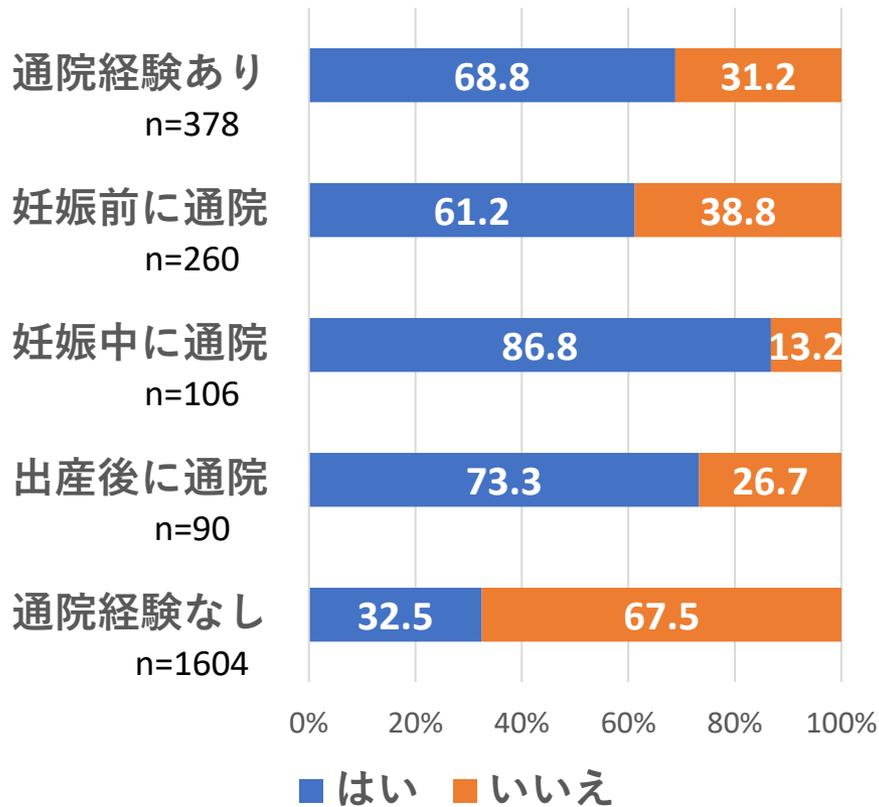


希望して利用した方

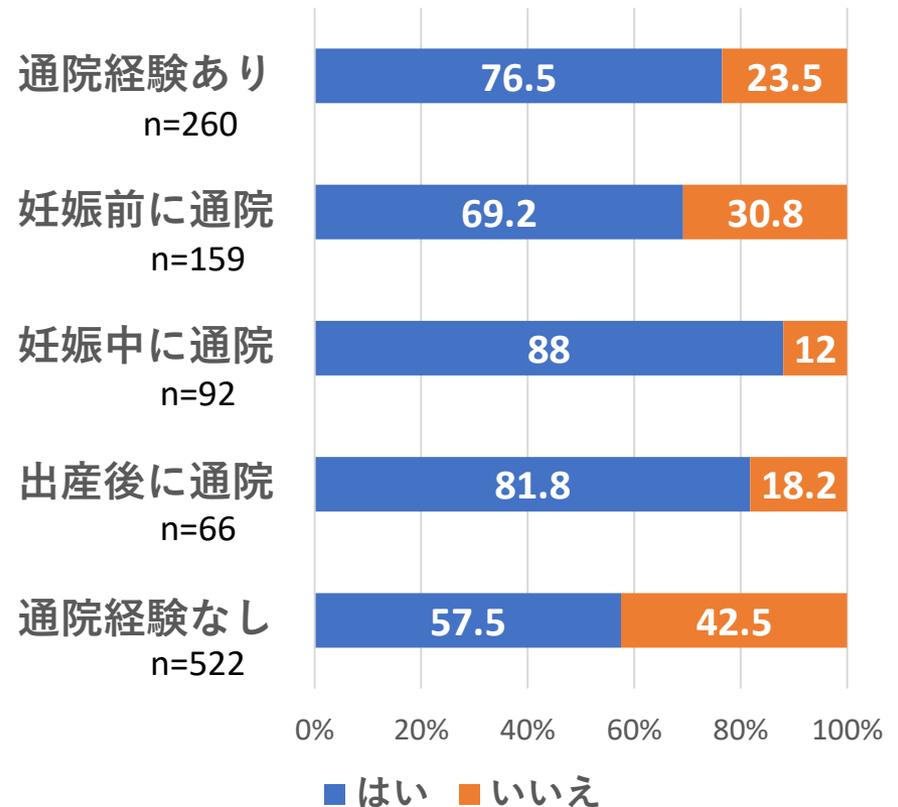


精神科や心療内科の通院歴と産後ケアの希望と利用

希望した方

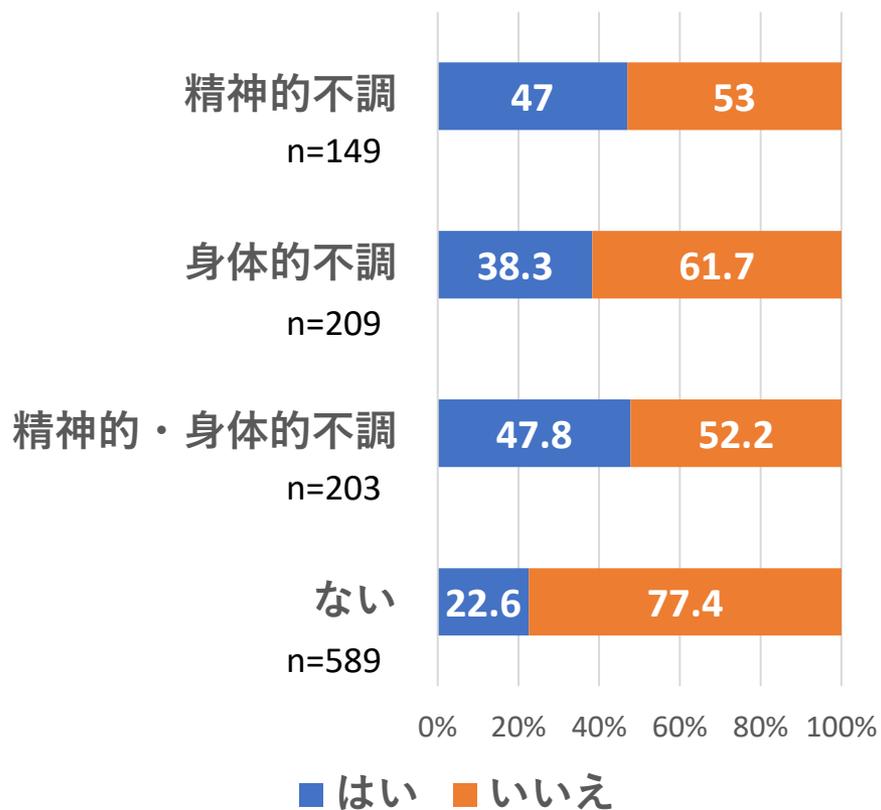


希望して利用した方

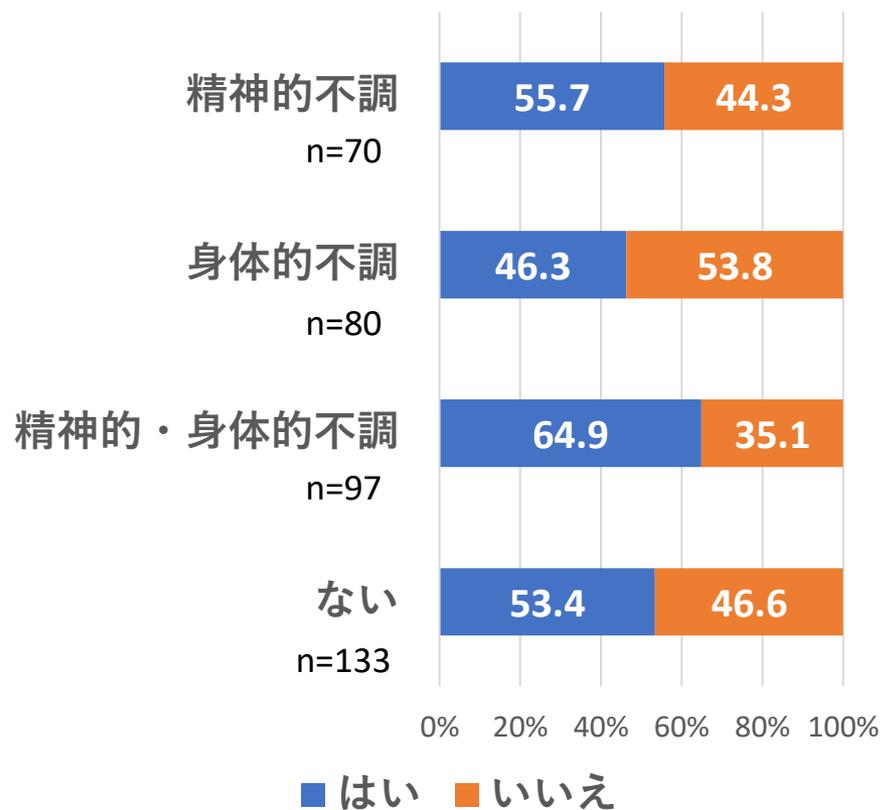


過去の出産後の体調不良と産後ケアの希望と利用

希望した方

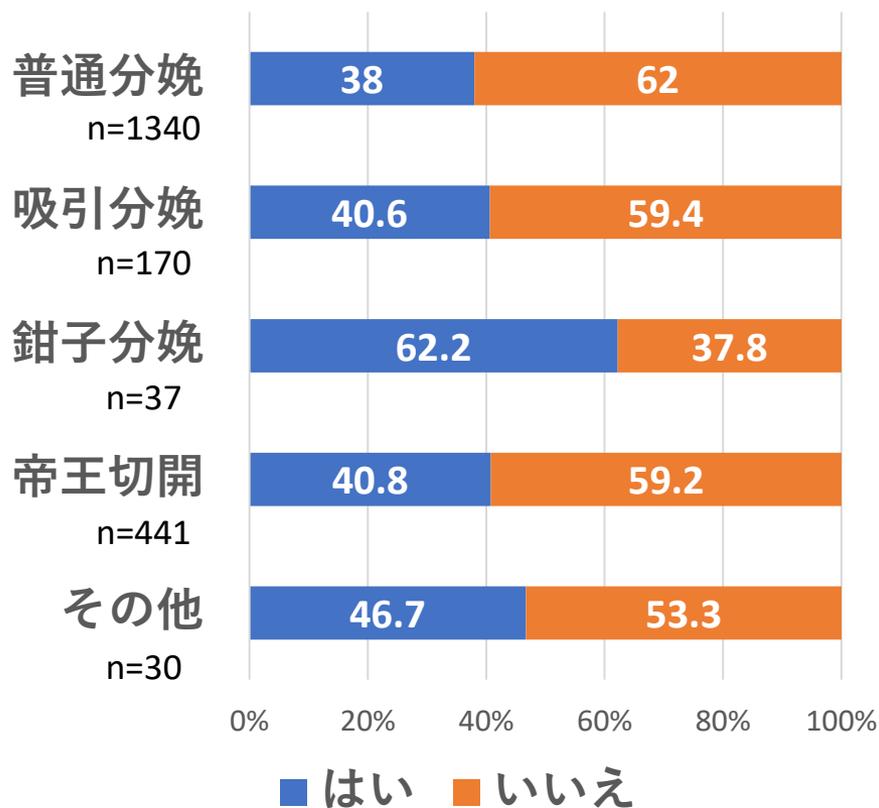


希望して利用した方

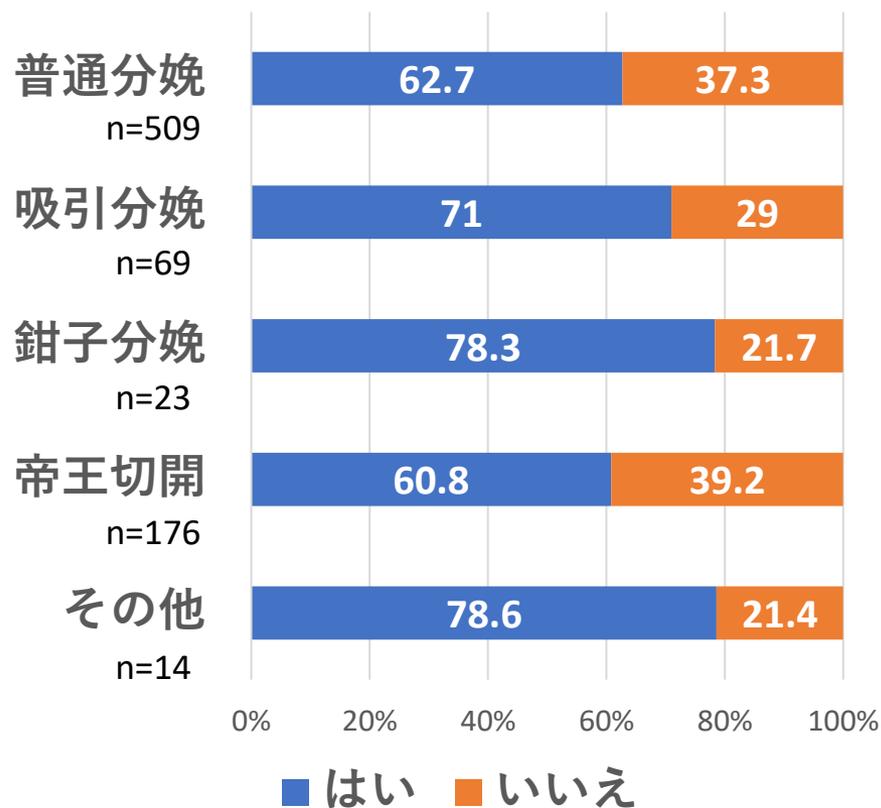


分娩方法と産後ケアの希望と利用

希望した方

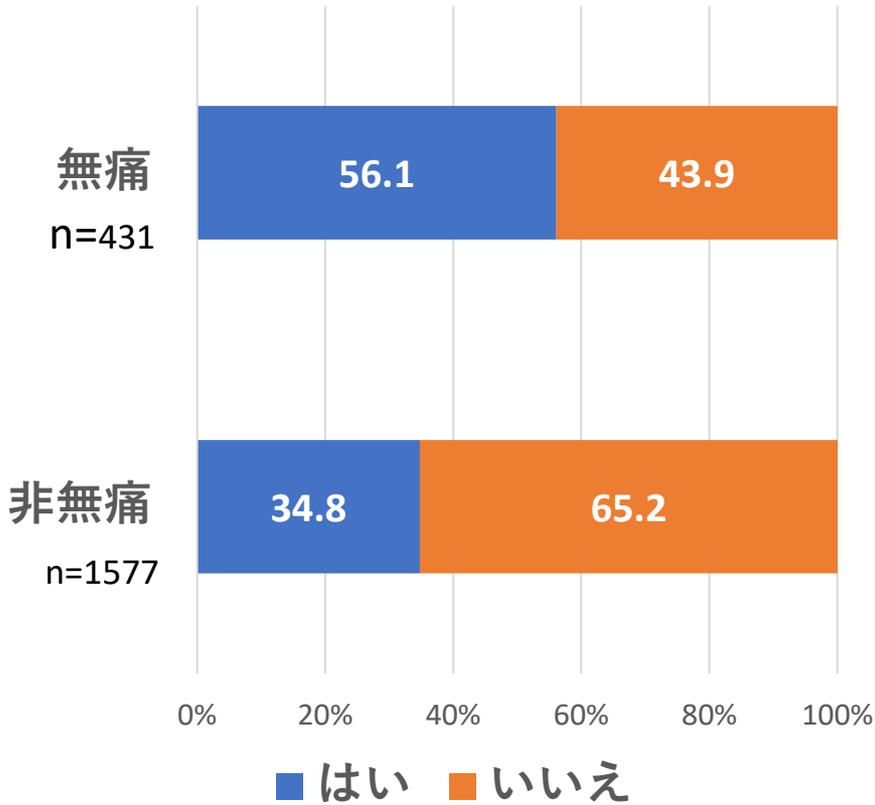


希望して利用した方

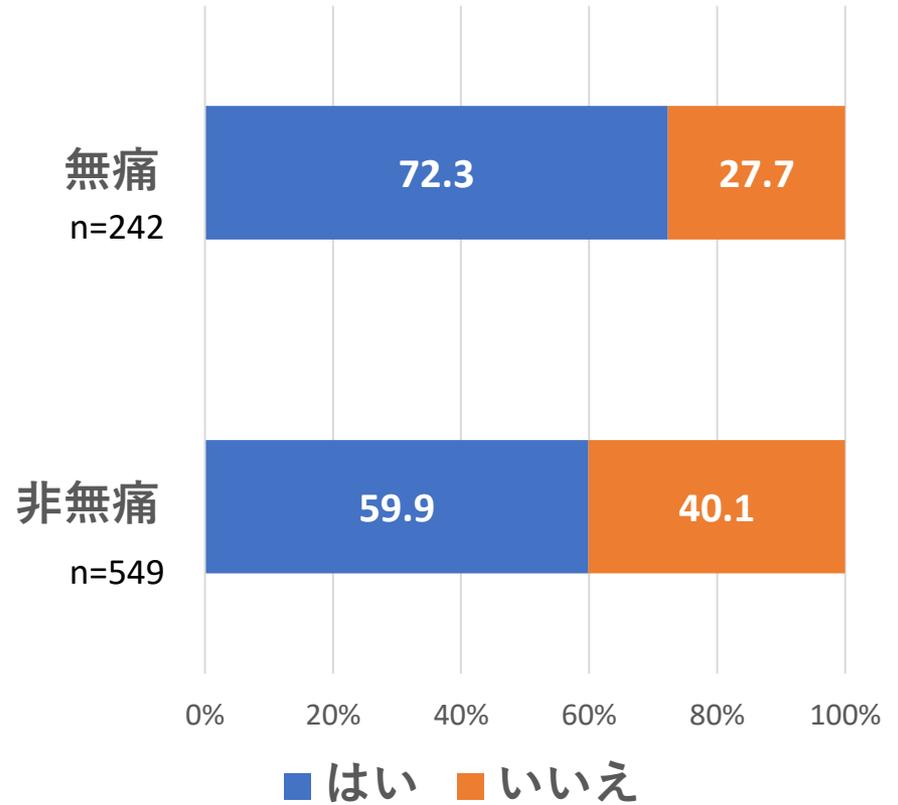


無痛分娩の産後ケア希望と利用

希望した方

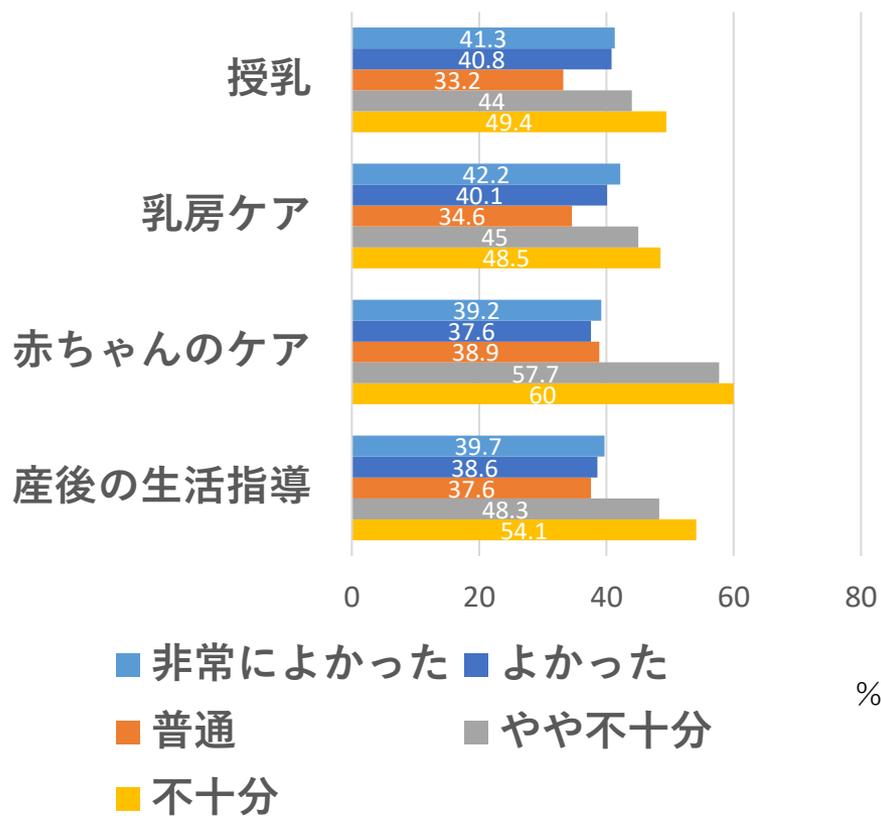


希望して利用した方

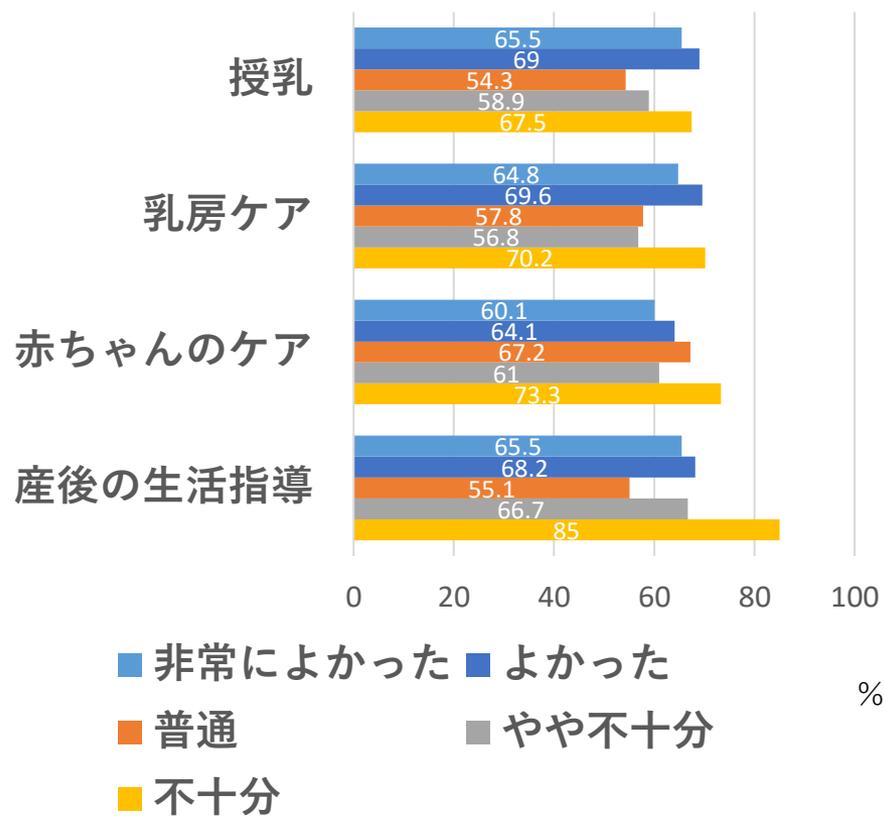


入院中のケアと産後ケアの希望と利用

希望した方

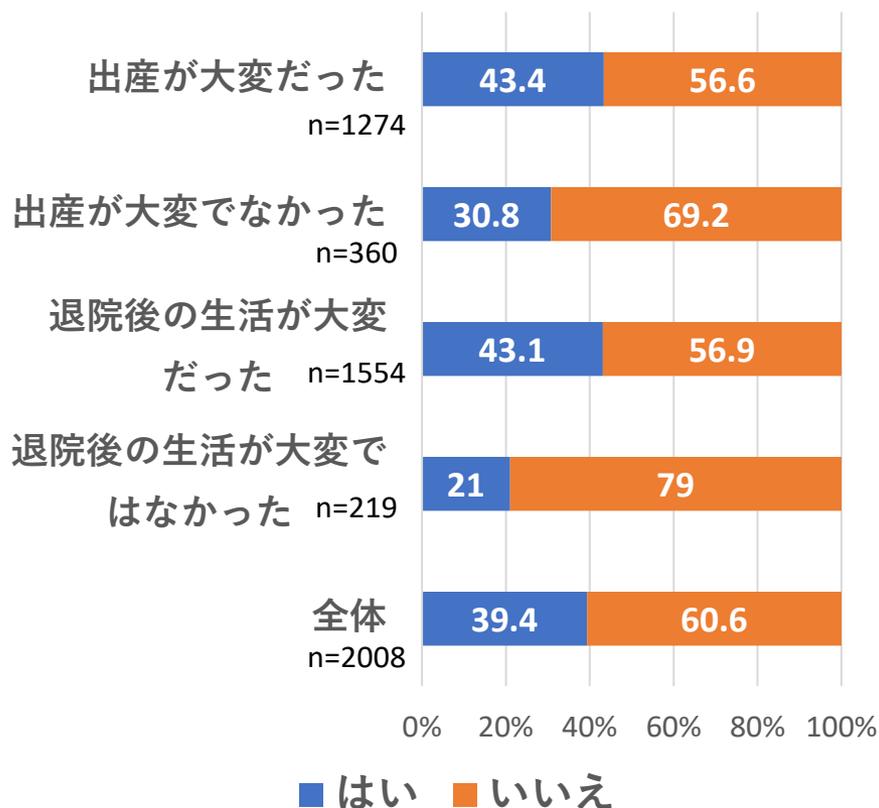


希望して利用した方

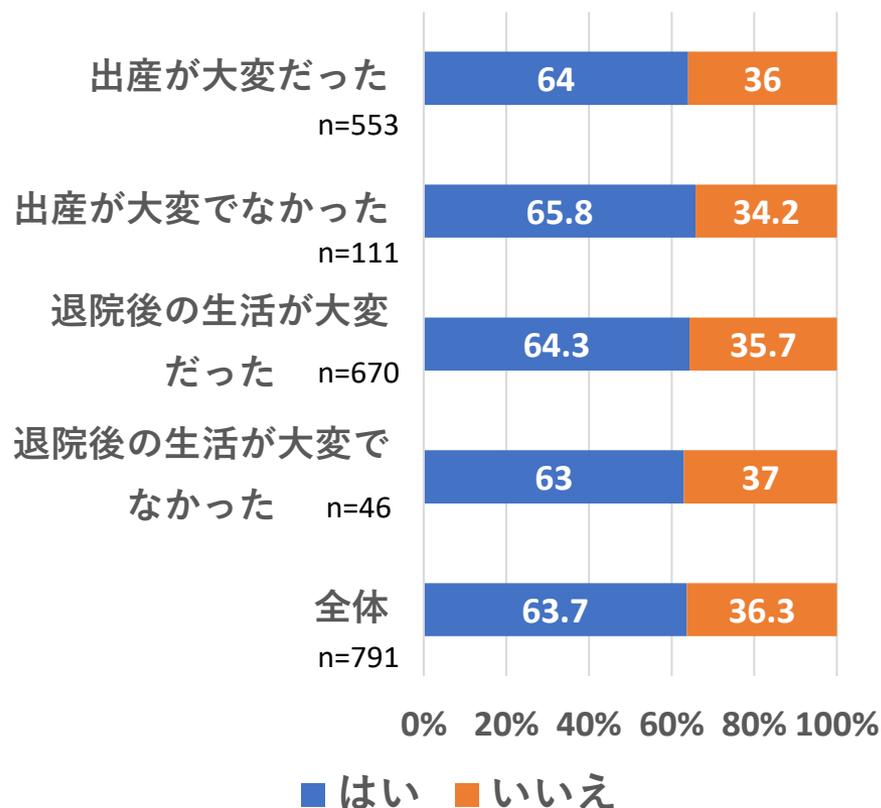


出産・退院後の生活と産後ケアの希望と利用

希望した方



希望して利用した方

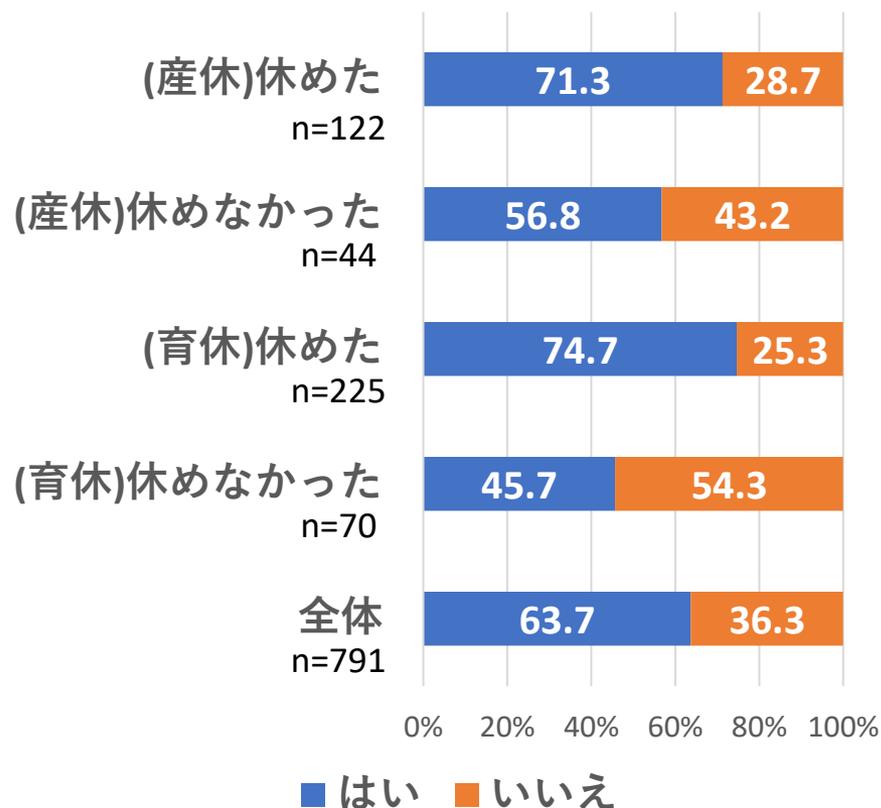
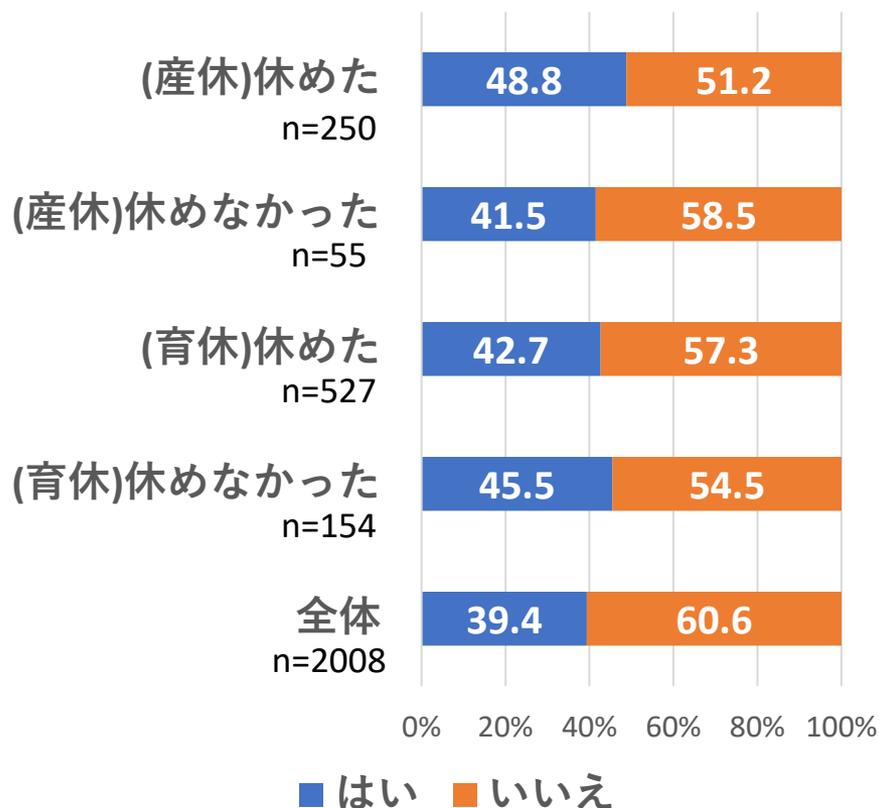


※「非常に大変だった」と「大変だった」、「どちらかといえば大変ではなかった」と「大変ではなかった」を合計

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・居住地の近くでない(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%)・居住地の近くでない(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「知っている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	不変
こどもの数	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 (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。**