

第 1 章

はじめての妊娠・出産と親準備

持田 聖子



第 1 章

第 2 章

第 3 章

第 4 章

第 5 章

第 6 章

資料編

第 1 節

妊娠の経緯 ～年齢別の分析を中心に～

妊娠の経緯について妊娠時年齢別にみると、年齢が上がるにつれて、不妊治療が増え、35歳以上になると3人に1人が不妊治療によって妊娠している。第1子を持つ時期は、20代後半から30代前半が適切なタイミングだと考えており、子どもの数は2～3人を希望する割合が多い。

第1子妊娠年齢の高齢化

第2回調査（2011年）では、妊娠期妻の第1子妊娠時年齢は17歳から46歳で、平均年齢は30.4歳である。第1回調査（2006年）の平均年齢は29.4歳なので、妊娠時年齢の平均値は5年間で1歳上昇した。

妊娠時年齢を、4区分に分けて経年でみると、「25～29歳」と「30～34歳」が各5.5ポイント、5.3ポイント減少し、「35歳以上」が11.3ポイント増えて、20.4%になっている（図1-1-1）。

男性についても、妊娠期夫で経年比較すると、「30～34歳」が約10ポイント減少した分、「35歳以上」が増加し、32.6%となっている。男女ともに、第1子の妊娠時年齢が高齢化し、35歳以上での妊娠の割合がとくに増加している。

本節では、妊娠の経緯や理由について、妊娠時の年齢を4区分（24歳以下／25～29歳／30～34歳／35歳以上）に分け、年齢による特徴をみていく。

妊娠の経緯

おなかの赤ちゃんの妊娠の経緯を、「自然

にまかせていた」、「計画的に妊娠した」、「子どもができなかったので、夫婦であるいはどちらかが不妊治療を受けた」、「望んではいなかったが、子どもができてしまった」の4項目でたずねた。妊娠期妻全体では、「自然にまかせていた」が55.1%でもっとも多く、各理由の割合は経年でほとんど変化がなかった（図1-1-2）。

2011年について、妊娠時年齢別にみると、不妊治療による妊娠は年齢層が上がると増加し、「35歳以上」では29.7%と、約3人に1人である。一方、「望んではいなかったが、子どもができてしまった」のは、「24歳以下」のみが12.2%と1割を超えている。

不妊治療を受けた平均期間は（表1-1-1）、妊娠期妻全体では19.9か月であるが、治療期間も年齢が高くなると長くなり、「35歳以上」では29か月（2年5か月）となっている。第1子がなかなかできず、不妊治療を受けるのは、精神的にも経済的にも負担が大きい。不妊治療の割合が増え、特別なものではなくなくなっていくなかで、公的な助成や、信頼できる相談サービスのより一層の充実が望まれるだろう。

図1-1-1 妊娠時の年齢（経年比較）^① 妊娠期妻 ^② 妊娠期夫

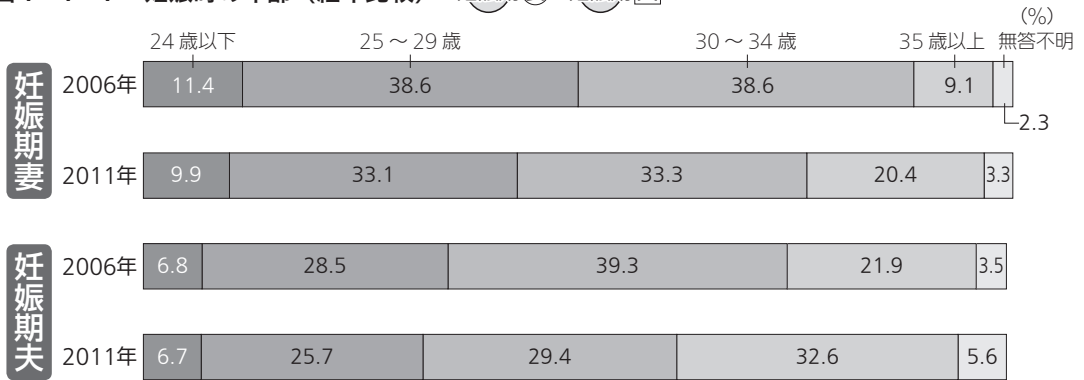
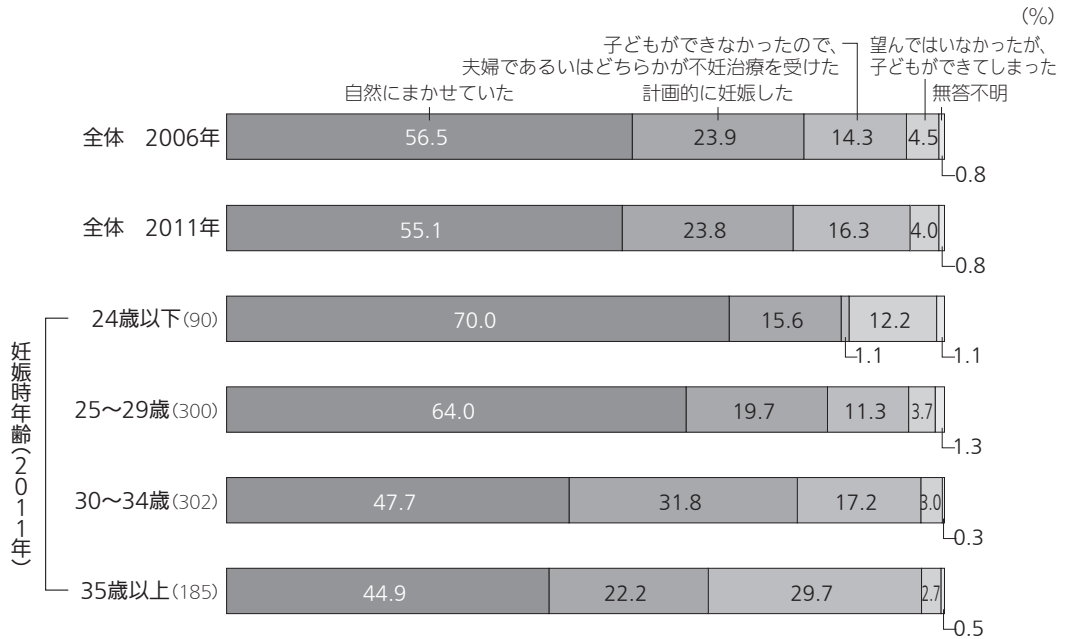


図1-1-2 妊娠の経緯（経年比較 全体・妊娠時年齢別）^① 妊娠期妻



注) () 内はサンプル数。

表1-1-1 不妊治療の平均期間（2011年 全体・妊娠時年齢別）^① 妊娠期妻

	(か月)
全体 (142)	19.9
29歳以下 (35)	9.7
30~34歳 (52)	17.0
35歳以上 (55)	29.0

注1) 「子どもができなかったので、夫婦であるいはどちらかが不妊治療を受けた」と回答した人のみ回答。

注2) 無答不明の人を除いて算出した。

注3) () 内はサンプル数。

出産を決めた理由

本調査では、おなかの赤ちゃんの出産を決めた理由について、17項目から複数回答形式でたずねている。そのなかから、年齢が決定要因の2項目「年齢的にリミットを感じていたため」、「年齢的によいタイミングと感じたため」について詳しくみていく。

「年齢的にリミットを感じていたため」は、妊娠期妻全体では31.4%で、2006年の26.4%から5.0ポイント増加している。2011年について、各年齢層に占める回答割合をみると、「24歳以下」は1.1%、「25～29歳」5.7%、「30～34歳」で3割を超え33.4%、「35歳以上」では80.5%と高い割合を示している（図1-1-3）。さらに1歳刻みで細かく年齢別にみると、33歳から34歳にかけて大きく増加し、34歳で6割を超える（図1-1-4）。現在、35歳以上での初産は高齢出産と定義されているが、35歳を目前とするあたりから、妊娠の年齢的なリミットを意識し始めることがうかがわれる。一方、男性は、「35歳以上」でも39.0%で、女性に比べて年齢的なリミットを感じている割合が少ない。

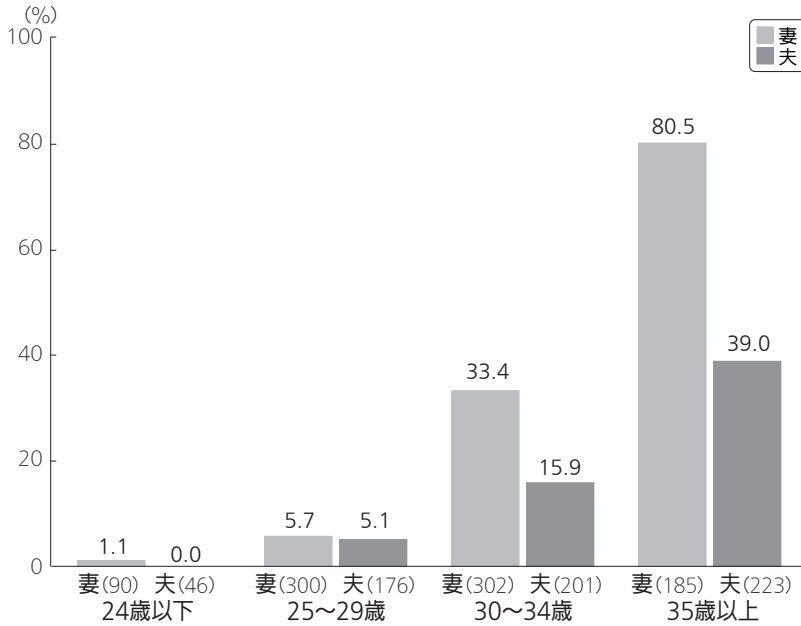
つぎに、年齢的によいタイミングとはいつだと感じているのだろうか。妊娠時年齢別に、「年齢的によいタイミングと感じたため」を

選んだ割合をみた。妊娠期妻では、「25～29歳」が69.3%と最も多く、ついで「30～34歳」55.3%である（図1-1-5）。よいタイミングには、生物的な要因と、社会的な要因が考えられるが、第1子を持つ時期については、20代後半から30代前半を適切なタイミングと感じているようである。男性も同様の傾向だが、「35歳以上」をよいタイミングと考える人も3割おり、女性に比べて年齢の幅が広がっている。

何人の子どもを持ちたいか

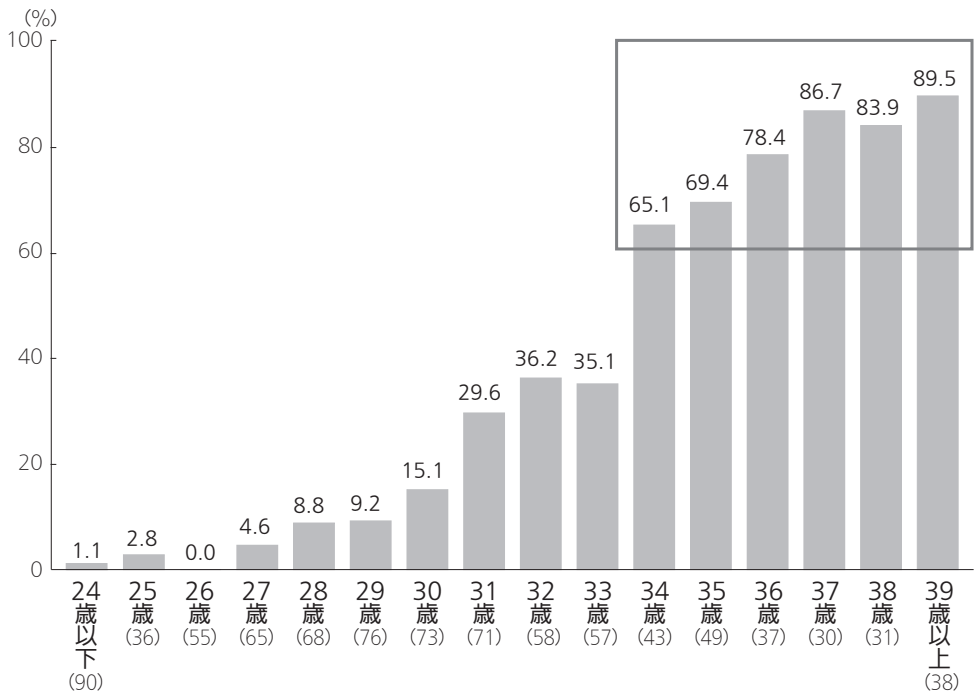
理想の子どもの数をたずねたところ、妊娠期妻では、どの年齢層でも、「2人」が最も多い（図1-1-7）。ついで、「3人」を希望する割合が多い。年齢別にみても、34歳以下は、35歳以上よりも「3人」を希望する割合が多い。逆に、35歳以上は、「2人」を希望する割合が多くなっている。ここにも、今後の家族計画に際して、生物学的に妊娠できる期間がどれだけ残されているかの影響があらわれている。しかし、どの年齢層でも、ひとりっこ（1人）が理想という割合は1割以下と少ない。年齢にかかわらず、2人以上の子どもを持つことを理想と考えていることがわかる。

図1-1-3 年齢的にリミットを感じていたため（2011年 妊娠時年齢別）妊娠期(妻) 妊娠期(夫)



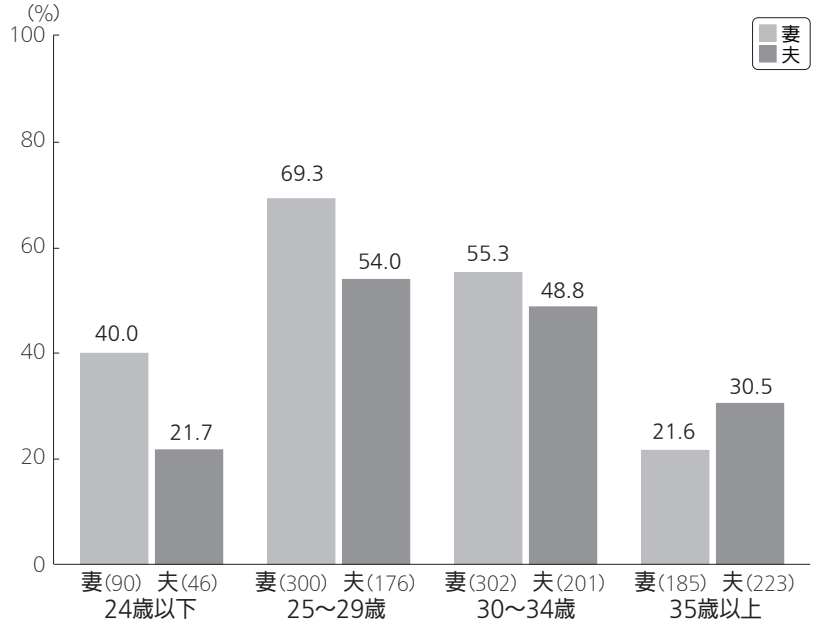
注1) 出産を決めた理由17項目（複数回答）のうち、「年齢的にリミットを感じていたため」について、各年齢層ごとの回答割合。
注2) ()内はサンプル数。

図1-1-4 年齢的にリミットを感じていたため（2011年 妊娠時年齢別）妊娠期(妻)



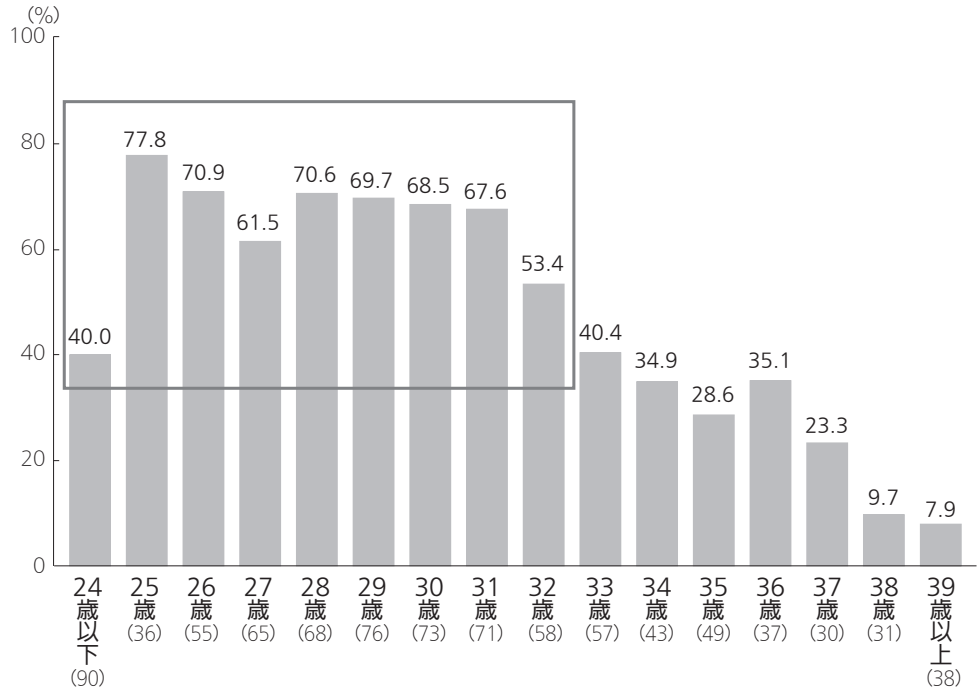
注1) 出産を決めた理由17項目（複数回答）のうち、「年齢的にリミットを感じていたため」について、各年齢層ごとの回答割合。
注2) ()内はサンプル数。

図1-1-5 年齢的によいタイミングと感じたため（2011年 妊娠時年齢別）妊娠期妻 妊娠期夫



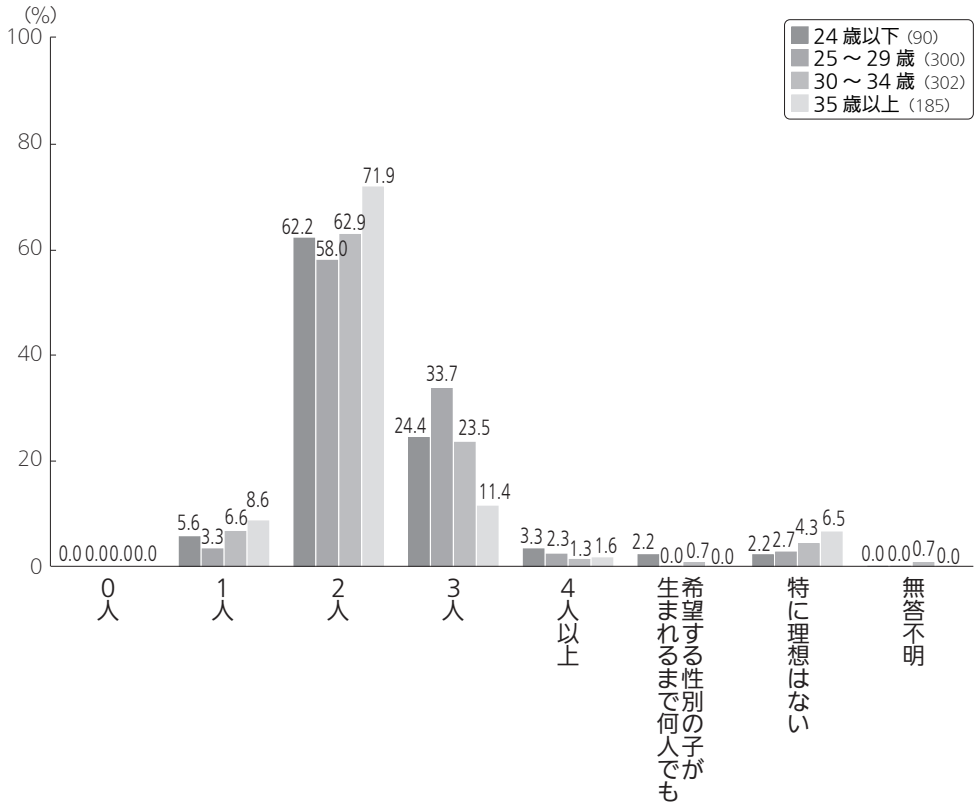
注1) 出産を決めた理由17項目（複数回答）のうち、「年齢的によいタイミングと感じたため」について、各年齢層ごとの回答割合。
 注2) ()内はサンプル数。

図1-1-6 年齢的によいタイミングと感じたため（2011年 妊娠時年齢別）妊娠期妻



注1) 出産を決めた理由17項目（複数回答）のうち、「年齢的によいタイミングと感じたため」について、各年齢層ごとの回答割合。
 注2) ()内はサンプル数。

図1-1-7 理想の子ども数（2011年 妊娠時年齢別）妊娠期妻



注) ()内はサンプル数。

親になるための準備

妊娠中の行動として、喫煙と飲酒はその割合が減少した。母親学級への参加は、親になる準備のための行動として定着した。妊娠・出産についての情報源は、携帯電話やパソコンなどの電子媒体を通じて得るものが増えている。

妊娠中の行動

本節では、妊娠中の行動や親準備の状況について、経年および年齢別の特徴をみていく。

図1-2-1は、妊娠中の行動について経年比較をしたものである。「体重過多や妊娠中毒症の予防などのために食生活に気を配っている」と「妊婦向けの運動（マタニティスイミングなど）をしている」という、健康面・身体面にかかわる行動は、経年で変化はみられない。

「育児書を読むなど、子育て情報を集めている」、「妊婦向けのCDを聴いたり、アロマセラピーをするなど、リラックスを心がけている」、「胎教をしている」など、出産準備や心のリラックスなどの項目は、すべて頻度が減少し「ほとんどない」、「まったくない」の割合が増加した。後述するが、この5年間で妊娠・出産に関する情報収集の方法が大きく変わり、インターネットなどの電子媒体を通して情報を集める傾向が多くなった。子育て情報の収集については、「育児書」と限定した聞きかたをしたことで、回答割合も経年で減ったのではないかと考えられる。

喫煙と飲酒が激減

妊娠期妻について、「お酒を飲むことがある」かを聞いたところ、2006年は「まったくない」の割合が84.2%だったのが、2011年は91.2%と7.0ポイント上昇した（図1-2-2）。理由は本調査からはわからないが、洋酒やビール等の酒造組合では、2006年以降、妊娠中や授乳期の飲酒に対する注意表示を広告や容器で実施し、啓発に努めているので、その効果が出たことも考えられる。

喫煙については、2006年も2011年も、95%以上が「まったくない」と回答し、胎児の健康に悪影響をおよぼす喫煙は、ほぼ行われていないことがわかる。図1-2-3は、夫の喫煙状況だが、2011年では、配偶者と一緒のときにたばこを吸うことが「まったくない」夫は75.3%で、2006年の66.6%から8.7ポイント増えた。厚生労働省の「国民健康・栄養調査」でも、30代男性の喫煙率は、2006年の53.3%から2011年は43.9%と減少が報告されているが、男性の喫煙率自体も減るとともに、副流煙の妊婦への悪影響も認知されてきたのだろう。

図1-2-1 妊娠中の生活（経年比較）妊娠期妻

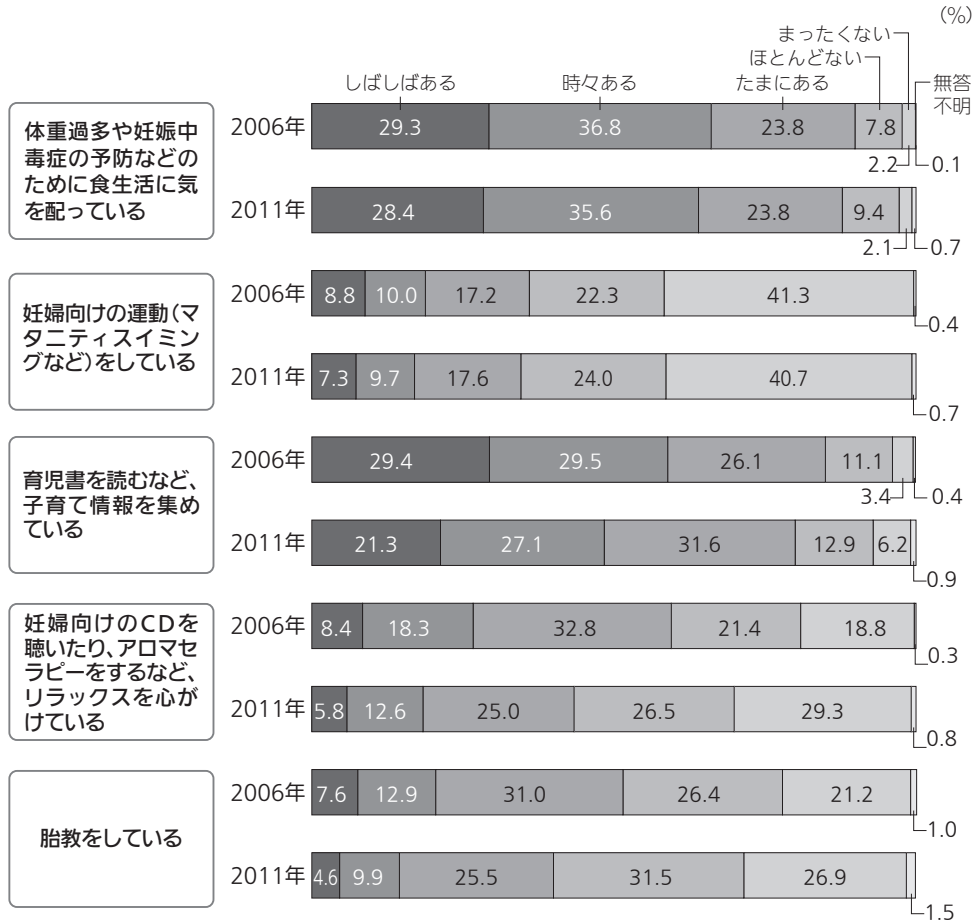
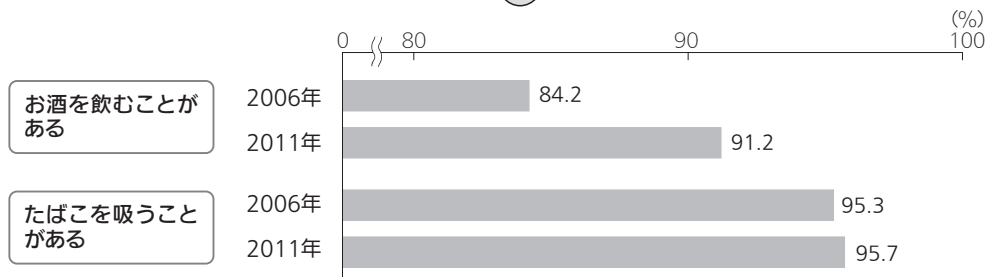
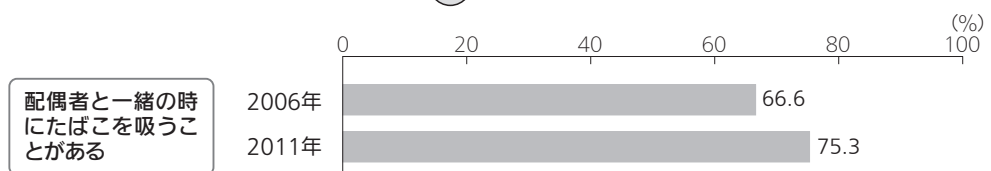


図1-2-2 妊娠中の喫煙や飲酒（経年比較）妊娠期妻



注) 「まったくない」の%。

図1-2-3 妊娠中の喫煙（経年比較）妊娠期夫



注) 「まったくない」の%。

親準備のためのプログラム

少子化社会のなかで、自分の子どもを持つ前に、赤ちゃんに身近に接したり、世話をしたりする機会があったかどうかを聞いた結果が、表1-2-1である。妊娠期妻は57.2%、妊娠期夫は42.3%が機会があったと回答している。約半数は、赤ちゃんとふれあう経験がないまま、親になることになる。妊娠・出産・産後の生活・新生児の育児などについて学ぶ場として、行政や産院などでは「母親学級」を開催している。母親学級への参加を育児期妻に聞いてみたところ、85.6%が参加したと答え、2006年とほぼ同じ割合であった(図1-2-4)。母親学級への参加は、親になる準備のための行動として定着したといえるだろう。配偶者とともに参加する「両親学級」も、2006年、2011年ともに、育児期夫の半数以上が参加したと回答している。

年齢によって異なる妊娠・出産の情報収集源

図1-2-5は、妊娠・出産の情報を得るために利用したことがあるものについて複数回答で聞いた結果である。妊娠期妻については、2006年、2011年ともに第1位は「雑誌」(2011年92.8%、2006年94.4%)であった。ついで、「インターネット」で、2006年79.7%から2011年86.4%と6.7ポイント増加した。2011年で激増したといえるのが、

「携帯サイト・配信サービス」で2006年は17.9%だったのが2011年は50.6%と32.7ポイント増加した。一方、経年で大きく減ったのが「メーカーカタログ・通信販売カタログ」(2006年69.0% > 2011年53.4%)と「新聞」(2006年25.5% > 2011年12.2%)で、いずれも印刷物である。ここ数年、スマートフォンやタブレット型の情報端末が登場し、電子媒体を通じた情報提供、双方向の情報交換が普及してきている。その変化が妊娠・出産についての情報収集にも影響をおよぼしていると考えられる。

表1-2-2は、図1-2-5で選択した項目から、現在よく利用している情報源を3項目まで答えてもらったものである。年齢層別に詳しくみると、「雑誌」と「携帯サイト・配信サービス」は「24歳以下」の層がもっとも利用率が高く、年齢が上がるるとともに低下していく。とくに、「携帯サイト・配信サービス」は、「24歳以下」は69.7%が利用しているのに対し、「35歳以上」は21.4%と少ない。若い世代のほうが、携帯電話・スマートフォンを使った情報収集方法に親和性が高いようである。一方、電子媒体でも、「インターネット」は「35歳以上」がもっとも利用率が高く、76.7%である(「24歳以下」は54.5%)。また、「書籍・雑誌別冊(ムック)」や「メーカーカタログ・通信販売カタログ」など、妊娠・出産関連の情報に特化した媒体の利用率は、年齢が高い層のほうが高い傾向にあった。

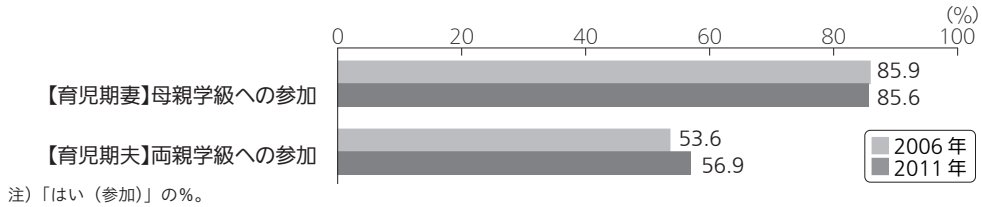
表1-2-1 赤ちゃんとのふれあい経験(経年比較)

	2006年	2011年 (%)
妊娠期妻	57.7	57.2
妊娠期夫	48.7	> 42.3
育児期妻	50.9	51.1
育児期夫	43.5	45.1

注1) 「はい」の%。

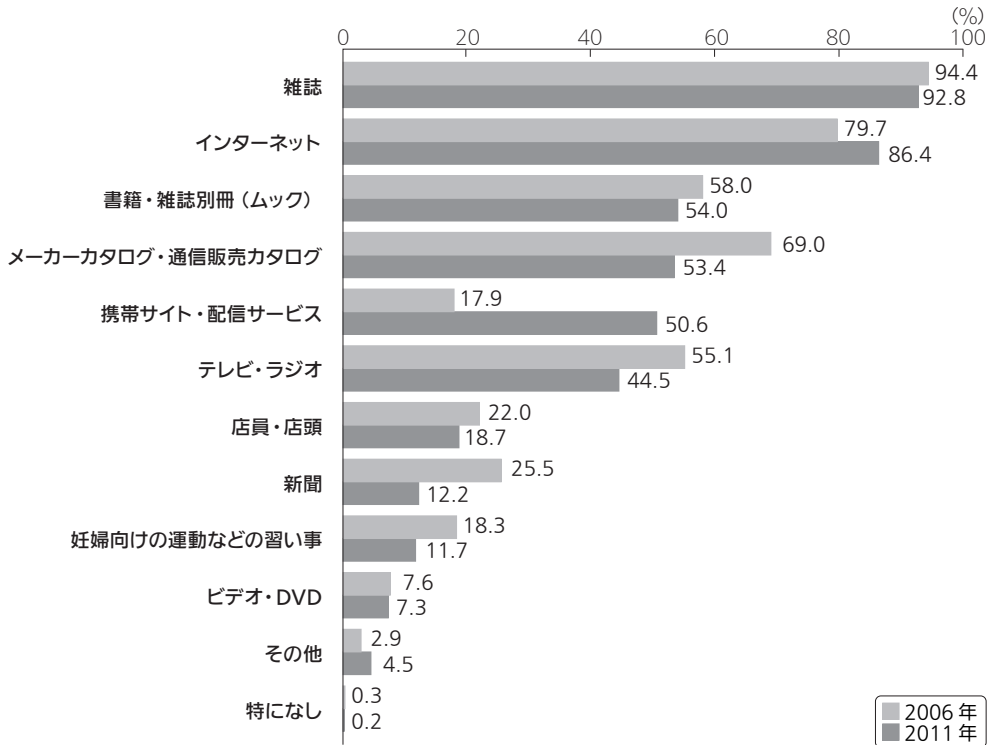
注2) <>は5ポイント以上差があるもの。

図1-2-4 母親学級、両親学級への参加（経年比較）



注) 「はい(参加)」の%。

図1-2-5 妊娠・出産の情報を得るために利用したことがあるもの（経年比較）



注) 複数回答。

表1-2-2 現在、よく利用している情報源（2011年 年齢別）



(%)

	全体 (907)	24歳以下 (66)	25~29歳 (280)	30~34歳 (321)	35歳以上 (210)
雑誌	73.8	81.8	79.3	71.7	67.1
インターネット	70.2	54.5	70.0	71.3	76.7
携帯サイト・配信サービス	34.4	69.7	40.7	30.8	21.4
書籍・雑誌別冊(ムック)	32.6	27.3	27.5	34.0	40.0
メーカーカタログ・通信販売カタログ	22.6	10.6	20.0	25.5	25.7
テレビ・ラジオ	9.2	10.6	9.6	11.2	4.8
妊婦向けの運動などの習い事	4.9	0.0	3.6	7.2	4.8
店員・店頭	3.7	6.1	2.1	3.1	6.2
新聞	2.4	1.5	2.5	2.2	3.3
ビデオ・DVD	0.4	0.0	0.7	0.0	1.0
その他	3.1	3.0	2.1	1.6	6.7

注1) 「利用したことがある」と選択した項目中、3項目まで選択。

注2) () 内はサンプル数。

第3節

出産体験

里帰り出産は、20代で多く、年齢が上がると減少する傾向がみられる。分娩の様式は、大多数が自然分娩だが、35歳以上では帝王切開の比率が高まり、緊急帝王切開で出産した人は、出産時の体験をふり返ったときの評価がきわめて低い。この出産時の体験は、後の育児観にも影響をおよぼしている。

里帰り出産

この節では、出産についてのさまざまな実態と、出産時の体験が育児にどのように影響しているか育児期のデータで考察する。

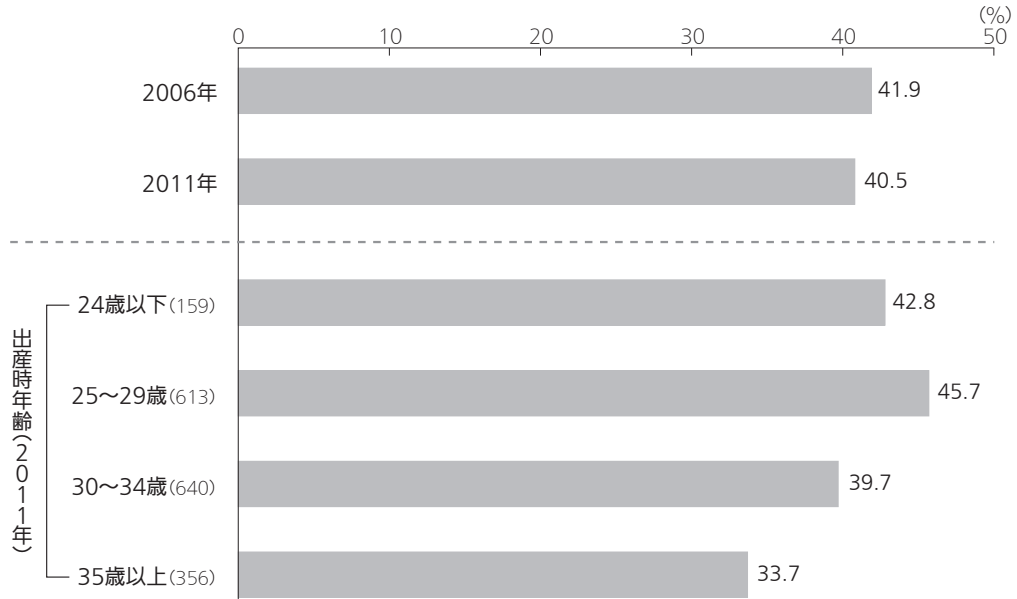
日本では、妻が実家に帰って出産をする習慣があるが、里帰りしての出産はどのくらい行われているのだろうか。図1-3-1をみると、全体では40.5%で、2006年の41.9%とほぼ同じである。育児期妻について、出産時の年齢層別にみると、「24歳以下」、「25～29歳」は4割以上が里帰り出産をしているのに対し、「30～34歳」は4割弱となり、「35歳以上」は33.7%に減る。この結果の背景としては、出産時年齢が高い妻の場合は、その親も高齢化しており、出産や産後をサポートしにくく、里帰りの割合が低くなるのではないかと推測される。今後、出産が高齢

化するなかで、里帰り出産の習慣も減っていくのかどうか、そして、実家の親に代わる産後のサポートをだれが担うのか、注視する必要があるだろう。

出産した施設

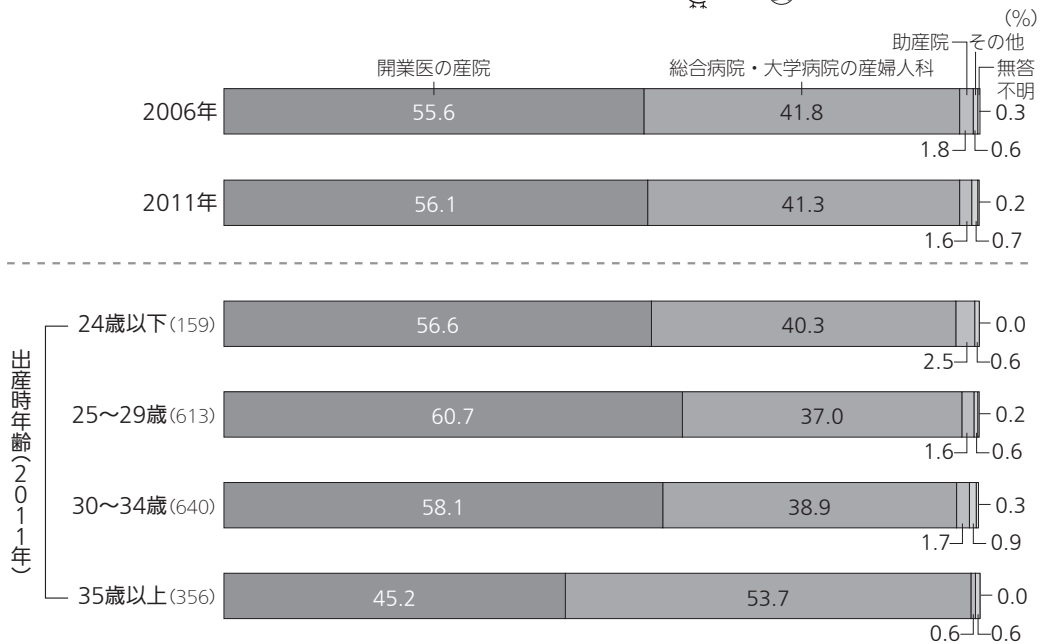
出産した施設について、育児期妻に聞いたものが図1-3-2である。経年でみても傾向は変わらず、「開業医の産院」と「総合病院・大学病院の産婦人科」を合わせると97.4%となる。助産院はわずか1.6%である。出産時年齢層別にみると、34歳までは「開業医の産院」での出産が6割前後でもっとも多いが、「35歳以上」は「総合病院・大学病院の産婦人科」が53.7%でもっとも多くなる。

図1-3-1 里帰り出産（経年比較 全体・出産時年齢別） 



注1) 「はい」の%。
注2) ()内はサンプル数。

図1-3-2 出産した施設（経年比較 全体・出産時年齢別） 



注1) 「その他」は、「自宅」「海外の病院・診療所など」「その他」の合計。
注2) ()内はサンプル数。

分娩の様式

分娩の様式について聞いたところ、全体では78.5%が「自然分娩」であった（図1-3-3）。「予定帝王切開」が7.4%、「緊急帝王切開」は11.3%であった。年齢別にみると、34歳までは「自然分娩」が8割以上であるが、「35歳以上」では「自然分娩」は69.7%となり、帝王切開の比率が予定、緊急ともに増加する。とくに「緊急帝王切開」は17.1%となり、他の年齢層に比べて高い割合になっている。35歳以上の初産は高齢出産と定義されているが、分娩時のリスクも若い年齢層と比べて高くなっていることがわかる。

出産体験

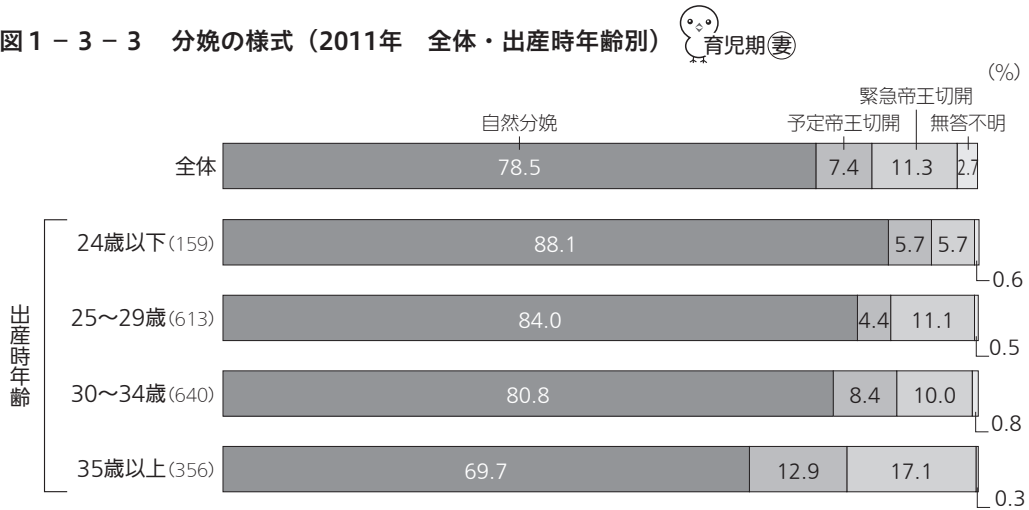
図1-3-4は、育児期妻に出産時の気持ちを振り返って聞いたものである*1)。全体では、「お産全体を通して、リラックスすることができた」という項目と、「お産の間、幸せな気持ちがあった」という出産時の幸福感に関する項目の値が高く（「あてはまる」+「まあ」45.0%、43.6%）、4割強である。一方、「お産を自分でコントロールすることができた」

「お産全体を通して、自分が望んでいたように進んだ」は、出産の間に、自分の身体の持つ力を信じて委ねることができたかどうかを測るための項目であるが、これらは23.0%、36.7%といずれも4割を切っている。出産の進行は、その場になってみないとわからないものであり、出産前に想像していたとおりにとはならなかった人が多いということだろう。同じ出産後の感情でも「お産の後すぐに、また産みたいと思った」は29.5%だった。

この5項目すべてに回答した人を対象に、回答を得点化し、合計15点以上を「高得点群」、合計11～14点を「中得点群」、10点以下を「低得点群」に分けた。図1-3-5は、その全体での分布と、出産の様式との関係を見たものである。全体では、高得点群は17.7%、中得点群35.5%、低得点群46.8%で、出産体験得点が低い人が約半数になる。分娩の様式別にみると、「自然分娩」と、あらかじめ帝王切開手術を行うことを知っている「予定帝王切開」は全体の傾向と大きく変わらないが、予想しなかった手術によって出産した「緊急帝王切開」の場合は、低得点群が約8割にも達している。

*1) 本項目は、菅原ますみ、三砂ちづらが「出産時の体験をはかる指標（出産体験尺度）」として設定したものを一部使用している。

図1-3-3 分娩の様式（2011年 全体・出産時年齢別）



注) () 内はサンプル数。

図1-3-4 出産体験（2011年）

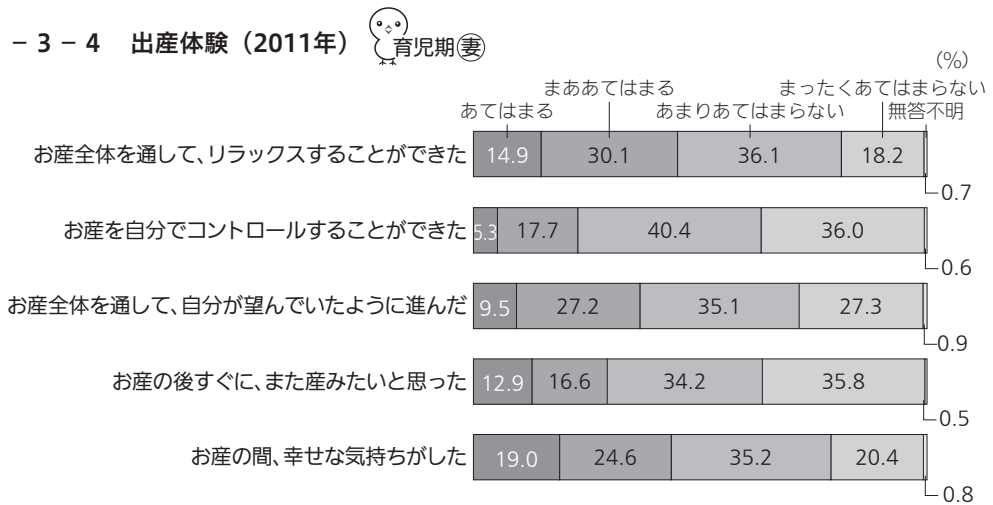
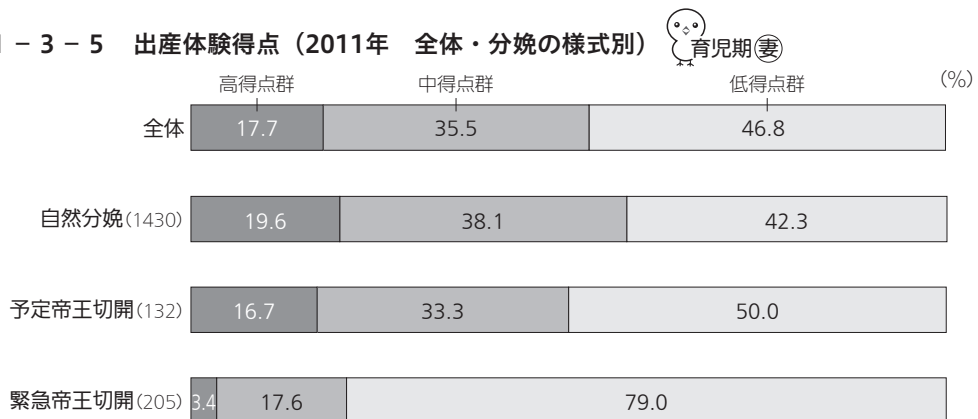


図1-3-5 出産体験得点（2011年 全体・分娩の様式別）



注1) 出産体験についての5項目の回答を得点化し、高得点群 (15点以上)、中得点群 (11～14点)、低得点群 (10点以下) の3群に分けて分析。1項目でも無答不明の人は除く。

注2) () 内はサンプル数。

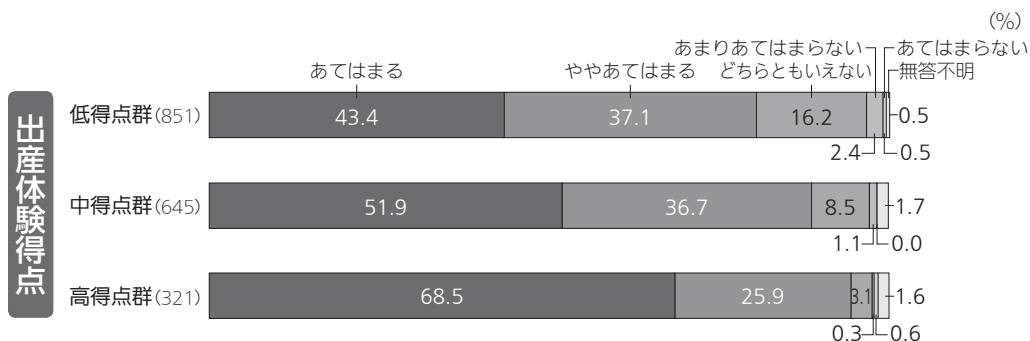
出産体験は育児に影響を及ぼす

長くても3日間程度で終わる出産であるが、その体験は、その後の母親の育児観に影響をおよぼすのだろうか。図1-3-6と図1-3-7は、出産体験得点の3群と育児観との関係を見たものである。グループによって育児観に有意な差があったのが、「子どもを育てることに充実感を味わっている」と「子育てが楽しいと心から思う」という子育て充実感を測る項目である。「子どもを育てることに充実感を味わっている」は、高得点群は

68.5%が「あてはまる」と回答しているが、低得点群は43.4%で25.1ポイントの差が生じている。「子育てが楽しいと心から思う」も同様の傾向で、高得点群56.7%に対し、低得点群は26.9%と29.8ポイントの差が生じている。

この結果から、緊急帝王切開を受けた人や自然分娩でも長く続く陣痛に苦しんだ人など、過酷な出産を体験した母親については、産後、および育児生活において、母親の精神的なケアなどのサポートが必要であるといえる。

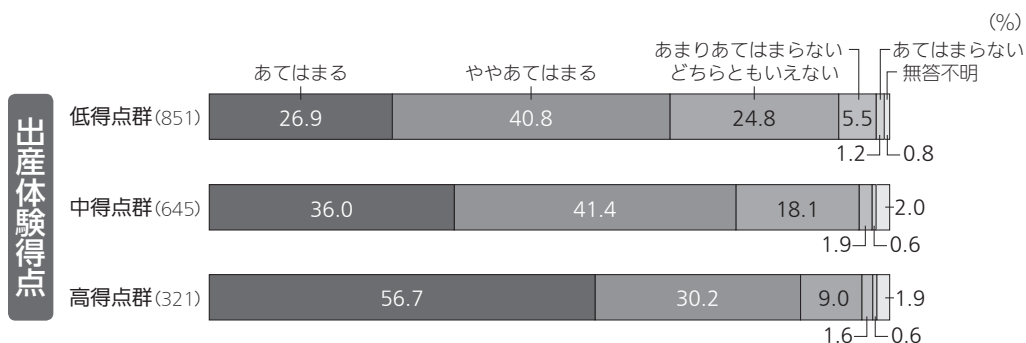
図1-3-6 子どもを育てることに充実感を味わっている（2011年 出産体験得点別）



注1) 出産体験についての5項目の回答を得点化し、高得点群(15点以上)、中得点群(11~14点)、低得点群(10点以下)の3群に分けて分析。1項目でも無答不明の人は除く。

注2) ()内はサンプル数。

図1-3-7 子育てが楽しいと心から思う（2011年 出産体験得点別）



注1) 出産体験についての5項目の回答を得点化し、高得点群(15点以上)、中得点群(11~14点)、低得点群(10点以下)の3群に分けて分析。1項目でも無答不明の人は除く。

注2) ()内はサンプル数。