

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と
子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）
（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後 2 か月時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのちに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、複数回に渡る調査データを結合するために、右上に研究 ID の記入欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、大変恐縮ですが、研究事務局までお問い合わせいただけますようお願い申し上げます。産後でお疲れの時期かと思いますが、今回の調査は 47 問で 10-15 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。

I. あなたの現在の様子について教えてください

Q1. 今回の育児について利用したサポートや専門家はありますか？利用したものをすべてに○をつけて下さい。

- | | | |
|----------------|------------|--------------|
| 1. 家事のヘルパー・家政婦 | 2. ベビーシッター | 3. ファミリーサポート |
| 4. 母乳ケア（助産院など） | 5. 産後ケア施設 | 6. 保育園 |
| 7. 保健師 | 8. 心理相談員 | 9. 乳児院 |
| 10. 地域の育児サークル | 11. ママ友達 | 12. その他 |

Q2. 家族としてのまとまりを感じますか？

- | | |
|-------------|-----------|
| 1. かなりよく感じる | 2. よく感じる |
| 3. まあまあ感じる | 4. 全く感じない |

Q3. 産後1か月から産後2か月目の間に、精神的な問題で病院を受診しましたか？

1. 受診しなかった（→Q4へお進みください）
2. 受診した（→Q3-1へお進みください）

→Q3-1. 「2. 受診した」と答えた方にうかがいます。

以前同じことや同じ病名で受診したことがありますか？

1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない（→Q3-2へお進みください）
2. はい、以前と同じことで受診した（→Q4へお進みください）

→Q3-2. 「1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない」と答えた方にうかがいます。

今回の病名はどのような病名ですか？あてはまるもの全てに○をつけてください。

1. うつ病
2. 躁うつ病
3. 統合失調症
4. 広汎性発達障害（自閉症、アスペルガー障害、自閉症スペクトラム障害を含む）
5. 注意欠陥／多動性障害
6. 不安障害（不安神経症、パニック障害、広場恐怖、外傷後ストレス障害（PTSD）、社会恐怖、強迫性障害（強迫神経症）、解離性障害）
7. アルコール依存症、薬物依存症
8. 摂食障害
9. 境界性人格障害
10. その他
11. わからない

Q4. 現在、下記の問題がありますか？ 当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. おっぱいのしこりや痛み
2. 乳首の痛み
3. 乳腺炎
4. 母乳の出がわるい
5. 腰痛
6. 肩こり・背部痛
7. 腕・手首の痛み
8. 分娩時の傷の痛み（会陰縫合部または帝王切開時の傷の痛み）
9. 痔または脱肛
10. 尿漏れ
11. 特に問題はない

II. 今までの人生全般で、次のようなことはどのくらいの頻度であったか、もっともよく表す欄に○を付けてください。

No.	質問	全くない	めったにない	時々	頻繁	非常に頻繁
1	物事を行うにあたって、難所は乗り越えたのに、最後のまとめや、仕上げをするのが困難だったこと	1	2	3	4	5
2	計画性を要する仕事を行う際に、作業を順序立てるのが困難だったこと	1	2	3	4	5
3	約束やしななければならない用事を忘れたこと	1	2	3	4	5
4	じっくり考えなければならない作業がある際に、その作業に取り掛かるのを避けたり、遅らせたりしたこと	1	2	3	4	5
5	長時間座っていなければならない時に、手足を揺すったり、もじもじしたこと	1	2	3	4	5
6	何かに駆り立てられるように活動的だったり、何かしなければならぬという衝動に駆られたこと	1	2	3	4	5

Ⅲ. 最近のあなたの気分をお尋ねします。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことにもっとも近い答えに○をつけてください。

Q1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q2. 物事を楽しみにして待った。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配になったりした。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. いいえ、そうではなかった | 2. ほとんどそうではなかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、めったになかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q6. することがたくさんあって大変だった。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. いいえ、普段通りに対処した | 2. いいえ、たいていうまく対処した |
| 3. はい、いつものようにはうまく対処できなかった | 4. はい、たいてい対処できなかった |

Q7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、いつもそうだった |

Q8. 悲しくなったり、惨めになったりした。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. ほんの時々あった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q10. 自分の体を傷つけるという考えが浮かんできた。

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 全くなかった | 2. めったになかった |
| 3. 時々そうだった | 4. はい、かなりしばしばそうだった |

Ⅳ. 今までの人生全般において、次のことはどのくらいあてはまりますか。もっとも近いものに○を付けてください。

No.	質問	あてはまらない	あまりあてはまらない	少しあてはまる	あてはまる
1	たとえ何かよくないことが私の身に起ころうとしても、怖くなったり神経質になったりすることはほとんどない	1	2	3	4
2	私は、欲しいものを手に入れるためには格別に努力する	1	2	3	4
3	何かがうまくいっているときは、それを続けることがとても楽しいと思う	1	2	3	4
4	面白そうだと思えば、私はいつも何か新しいものを試したいと考えている	1	2	3	4
5	私は、欲しいものを手に入れたとき、興奮し、活気づけられる	1	2	3	4
6	非難されたり怒られたりすると、私はかなり傷つく	1	2	3	4
7	欲しいものがあると、私はたいていそれを手に入れるために全力を挙げる	1	2	3	4
8	楽しいかもしれないから、というだけの理由で何かをすることがよくある	1	2	3	4
9	欲しいものを手に入れるチャンスを見つけると、すぐに動き出す	1	2	3	4
10	誰かが私のことを怒っていると考えたり、知ったりすると、私はかなり心配になったり動揺したりする	1	2	3	4
11	何か好きなことをするチャンスを見つけると、私はすぐに興奮する	1	2	3	4
12	私はしばしば時のはずみで行動する	1	2	3	4
13	何かよくないことが起ころうとしていると考え、私はたいていよくよ悩む	1	2	3	4
14	よいことが私の身に起こると、そのことは、私に強い影響を与える	1	2	3	4
15	何か重要なことをあまりうまくできなかったと考えると不安になる	1	2	3	4
16	私は、興奮や新しい刺激を切望している	1	2	3	4
17	私は、何かを追い求めているときには徹底的にやる	1	2	3	4
18	私は、友達と比べると不安の種はとて最少ない	1	2	3	4
19	競争に勝ったら、私は興奮するだろう	1	2	3	4
20	私は、間違いを犯すことを心配している	1	2	3	4

V. 以下の5つの項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに○をつけてください。

No.	最近2週間、私は・・・	いつも	ほとんどいつも	半分以上の期間を	半分以下の期間を	ほんのたまに	まったくない
1	明るく、楽しい気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
2	落ち着いた、リラックスした気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
3	意欲的で、活動的に過ごした。	1	2	3	4	5	6
4	ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた。	1	2	3	4	5	6
5	日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった。	1	2	3	4	5	6

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

研究 ID :

妊産婦のメンタルヘルスの状態と 子どもの愛着形成に関するコホート研究（世田谷）

（研究代表者：国立成育医療研究センター病院周産期センター 久保隆彦）

産後3か月時 質問票

本調査への回答にご協力くださりありがとうございます。以下の質問に該当するものに○をするか、数字を記入する形で、順番にご回答くださいますようお願いいたします。中には重複するような質問もありますが、すべてご回答ください。最後までご回答いただいたのちに、回答し忘れた質問がないかどうか、ご確認いただけますと幸いです。なお、これまでのデータと結合するために、右上に研究 ID の記入欄を設けております。もし、右上の研究 ID が空欄の場合は、大変恐縮ですが、研究事務局までお問い合わせいただけますよう、お願いいたします。家事に、育児に、と大忙しの時期かと思いますが、今回が最後の調査となります。最後にどうしてもうかがいたい項目が増えてしまい、今回の調査は 81 問とこれまでの調査よりも、やや項目数が多くなっております。15-20 分程度で終わりますので、どうぞご回答くださいますようお願いいたします。

I. あなたの赤ちゃんについてどのように感じていますか？ 下にあげているそれぞれについて、今のあなたの気持ちに一番近いと感じられる番号に○をつけてください。

No.	質問	ほとんどいつも強くそう感じる	たまに強くそう感じる	たまに少しそう感じる	全然そう感じない
1	赤ちゃんをいとおしいと感じる。	0	1	2	3
2	赤ちゃんのためにしないといけない事があるのに、おろおろしてどうしていいかわからないことがある。	0	1	2	3
3	赤ちゃんのことが腹立たしく嫌になる。	0	1	2	3
4	赤ちゃんに対して何も特別な気持ちがわかない。	0	1	2	3
5	赤ちゃんに対して怒りがこみ上げる。	0	1	2	3
6	赤ちゃんの世話を楽しみながらしている。	0	1	2	3
7	こんな子でなかったらなあと思う。	0	1	2	3
8	赤ちゃんを守ってあげたいと感じる。	0	1	2	3
9	この子がいなかったらなあと思う。	0	1	2	3
10	赤ちゃんをととても身近に感じる。	0	1	2	3

II. あなたの気持ちや育児の状況について下記の質問にお答えください。どちらかよりあてはまる方に○をつけてください

1. 困った時に相談する人についてお尋ねします。

① 夫またはパートナーには何でも打ち明けることができますか？

1. はい 2. いいえ

② 実母または義母には何でも打ち明けることができますか？

1. はい 2. いいえ

③ 夫またはパートナー、実母、義母の他にも相談できる人がいますか？

1. はい 2. いいえ

2. 生活が苦しかったり、経済的な不安がありますか？

1. はい 2. いいえ

3. 子育てをしていくうえで、今のお住まいや環境に満足していますか？

1. はい 2. いいえ

4. 赤ちゃんが、なぜ、むずがったり、泣いたりしているのかわからないことがありますか？

1. はい 2. いいえ

5. 赤ちゃんを叩きたくることがありますか？

1. はい 2. いいえ

Ⅲ. あなたの気持ちや育児の状況について下記の質問にお答えください。どちらかよりあてはまる方に○をつけてください

Q1. 現在、お仕事をお持ちですか？（産休・育児休業中を含む）

1. はい（→Q1-1へお進みください） 2. いいえ（→Q2へお進みください）

→Q1-1. 「1. はい」とお答えした方にうかがいます。現在、お仕事はどのようになさっていますか？

1. 産後休暇または育児休業中 2. すでに就労している

→Q1-2. 現在の就業形態において、もっとも近いものはどれですか？

1. 正規雇用（常勤職） 2. パート・アルバイト
3. 派遣社員 4. フリーランス・その他

→Q1-3. 一週間の就業時間（残業や副業などの時間も含む）はおよそどのくらいですか？
（産後休暇中または育児休業中の方はQ2へお進みください）

1. 15時間未満 2. 15～29時間 3. 30～34時間 4. 35～39時間
5. 40～48時間 6. 49～59時間 7. 60時間以上 8. 決まっていない

Q2. 夫またはパートナーは、あなたを精神的に支えてくれますか？

1. よく支えてくれる 2. 支えてくれる
3. 支えてくれない 4. まったく支えてくれない

Q3. 夫またはパートナーは、家事・育児を手伝ってくれますか？

1. よく手伝ってくれる 2. 手伝ってくれる
3. 手伝ってくれない 4. まったく手伝ってくれない

Q4. 実母または義母は、あなたを精神的に支えてくれますか？

1. よく支えてくれる 2. 支えてくれる
3. 支えてくれない 4. まったく支えてくれない

Q5. 実母または義母は、家事・育児を手伝ってくれますか？

1. よく手伝ってくれる 2. 手伝ってくれる
3. 手伝ってくれない 4. まったく手伝ってくれない

Q6. 現在、下記の問題がありますか？ 当てはまるものすべてに○をつけて下さい。

1. おっぱいのしこりや痛み
2. 乳首の痛み
3. 乳腺炎
4. 母乳の出がわるい
5. 腰痛
6. 肩こり・背部痛
7. 腕・手首の痛み
8. 分娩時の傷の痛み（会陰縫合部または帝王切開時の傷の痛み）
9. 痔または脱肛
10. 尿漏れ
11. 特に問題はない

Q7. あなたは、現在、精神的な問題以外で継続的に病院にかかっていますか？（風邪など一過性のものを除く）

1. かかっていない
2. かかっている

Q8. 今回の産後2か月以降3か月目の間に精神的な問題で病院を受診しましたか？

1. 受診しなかった（→Ⅳへお進みください）
2. 受診した（→Q8-1へお進みください）

→Q8-1. 「2. 受診した」とお答えした方にうかがいます。

以前に同じことや同じ病名で受診したことがありますか？

1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない（→Q8-2へお進みください）
2. はい、以前と同じことで受診した（→Ⅳへお進みください）

→Q8-2. 「1. いいえ、以前に同じことで受診したことはない」とお答えした方にうかがいます。

今回の病名はどのような病名ですか？ 当てはまるものすべてに○をつけてください。

1. うつ病
2. 躁うつ病
3. 統合失調症
4. 広汎性発達障害（自閉症、アスペルガー障害、自閉症スペクトラム障害を含む）
5. 注意欠陥／多動性障害
6. 不安障害（不安神経症、パニック障害、広場恐怖、外傷後ストレス障害（PTSD）、社会恐怖、強迫性障害（強迫神経症）、解離性障害）
7. アルコール依存症、薬物依存症
8. 摂食障害
9. 境界性人格障害
10. その他
11. わからない

IV. お子様に対する、あなたの気持ちをうかがいます。

各質問項目について、1～5のうち、あなたの気持ちに最も近い数字に○をつけてください。

No.	質問	全く違う	違う	どちらとも言えない	そのとおり	全くそのとおり
1	私は親であることを楽しんでいる。	1	2	3	4	5
2	子どもの世話について問題が生じたとき、助けやアドバイスを求める人がたくさんいる。	1	2	3	4	5
3	私の子どもは、元気すぎて私が疲れる。	1	2	3	4	5
4	私の子どもは、他の子どもと比べて集中力がない。	1	2	3	4	5
5	私の子どもは、わたしが喜ぶことはほとんどしない。	1	2	3	4	5
6	私の子どもは、とても不機嫌で泣きやすいと思う。	1	2	3	4	5
7	私の子どもは、ほかの子どものように笑わない。	1	2	3	4	5
8	子どもがすることで、私がとても気になることがいくつかある。	1	2	3	4	5
9	私の子どもは、小さなことに腹を立てやすい。	1	2	3	4	5
10	私の子どもは、ほかの子どもよりも手がかかるようだ。	1	2	3	4	5
11	私の子どもは、いつも私につきまとって離れない。	1	2	3	4	5
12	私は物事をうまく扱えないと感じることが多い。	1	2	3	4	5
13	私は子どもを産んでから、やりたいことがほとんどできていないと感じる。	1	2	3	4	5
14	いつも、子どもが悪いことをすると、私のあやまちだと感じてしまう。	1	2	3	4	5
15	子どもを産んでから、私の夫は期待したほど援助やサポートをしてくれない。	1	2	3	4	5
16	子どもを産んだことにより、夫との問題が思ったより多く生じている。	1	2	3	4	5
17	私は孤独で、友達がいないと感じている。	1	2	3	4	5
18	この6か月間、私はいつもより病気がちで痛みを感じるが多かった。	1	2	3	4	5
19	私は以前のように物事を楽しめない。	1	2	3	4	5

V. 最近のあなたの気分をお尋ねします。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことにもっとも近い答えに○をつけてください。

Q1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q2. 物事を楽しみにして待った。

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. いつもと同様にできた | 2. あまりできなかった |
| 3. 明らかにできなかった | 4. 全くできなかった |

Q3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配になったりした。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. いいえ、そうではなかった | 2. ほとんどそうではなかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、めったになかった |
| 3. はい、時々あった | 4. はい、しょっちゅうあった |

Q6. することがたくさんあって大変だった。

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. いいえ、普段通りに対処した | 2. いいえ、たいていうまく対処した |
| 3. はい、いつものようにはうまく対処できなかった | 4. はい、たいてい対処できなかった |

Q7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、時々そうだった | 4. はい、いつもそうだった |

Q8. 悲しくなったり、惨めになったりした。

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. いいえ、あまり度々ではなかった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 1. いいえ、全くそうではなかった | 2. ほんの時々あった |
| 3. はい、かなりしばしばそうだった | 4. はい、たいていそうだった |

Q10. 自分の体を傷つけるという考えが浮かんできた。

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 全くなかった | 2. めったになかった |
| 3. 時々そうだった | 4. はい、かなりしばしばそうだった |

Ⅵ. あなたはお子さんに対して次のようなことをすることがありますか。1から17の項目それぞれについてお答えください。

No.	質問	全くない	ときどきある	しばしばある
1	泣いても放っておくことがある。	1	2	3
2	食事を与えないことがある。	1	2	3
3	風呂に入れたり下着を替えたりしないことがある。	1	2	3
4	大声でしかることがある。	1	2	3
5	お尻をたたくことがある。	1	2	3
6	手をたたくことがある。	1	2	3
7	頭をたたくことがある。	1	2	3
8	顔をたたくことがある。	1	2	3
9	つねることがある。	1	2	3
10	物を使ってたたくことがある。	1	2	3
11	物を投げつけることがある。	1	2	3
12	髪を切ることがある（整髪ではなく）。	1	2	3
13	押入れなどに入れることがある。	1	2	3
14	家の外（ベランダ）に出すことがある。	1	2	3
15	子どもを家に置いたまま出かけることがある。	1	2	3
16	裸のままにしておくことがある。	1	2	3
17	自動車の中に子どもだけでおくことがある。	1	2	3

VII. 以下の5つの項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに○をつけてください。

No.	最近2週間、私は・・	いつも	ほとんどいつも	半分以上の期間を	半分以下の期間を	ほんのたまに	まったくない
1	明るく、楽しい気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
2	落ち着いた、リラックスした気分で過ごした。	1	2	3	4	5	6
3	意欲的で、活動的に過ごした。	1	2	3	4	5	6
4	ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた。	1	2	3	4	5	6
5	日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった。	1	2	3	4	5	6

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

Ⅱ. 総合分担研究報告

妊産婦のメンタルヘルスのための診療体制構築と適切な政策に関する研究

研究分担者 森 臨太郎（国立成育医療研究センター研究所政策科学研究部 部長）

研究要旨

本分担班では、関連する三つの研究班（当該研究班＝久保班、「わが国の男性における産後のうつの有病割合と、その予防要因の解明に関する縦断研究」＝竹原班、「うつ病の妊産婦に対する医療・保健・福祉の連携・協働による支援体制（周産期 G-P ネット）構築の推進に関する研究」＝立花班）の結果をレビューし、本研究班全体で取り組んだ、世田谷区を舞台に行った妊産婦のメンタルヘルスに関する縦断研究の成果をまとめ、日本の実情にあった適切な政策を検討した。本研究班の成果と、我が国の妊産婦のメンタルヘルス支援の現状の政策をかんがみて、以下の結論にあるような制度の構築が有効かもしれない。1）産褥期健診の構築：産褥二週間と六週間の時点での分娩施設を舞台とした産褥期・新生児健診制度を構築し、産褥婦の身体的精神的課題の健診を行う。2）特定妊婦制度の運用の開発と推進：本研究班のデータでスコアリングシステムを開発し、特定妊婦の運用に資するよう、自治体と連携をとる。3）分娩施設と行政の連携：妊娠出産を通して、社会的またメンタルヘルス上のハイリスクと考えられる場合、自治体と情報が共有できるように、個人情報共有の問題を解決できるような制度を構築する。4）地域協議会：自治体（保健所）と地域医師会、地域の分娩施設、地域の精神科医、地域の小児科医が一堂に会し、情報交換をしつつ、地域により患者の受け渡しが容易にする協議会を自治体ごとに行う。5）母児同時入院施設：メンタルヘルスや社会的なハイリスクの産褥婦が入院加療できる施設を高次医療圏ごとに設定し、母児同時入院できるような配慮を検討する。

研究協力者：

竹原健二（国立成育医療研究センター研究所）
立花良之（国立成育医療研究センターこころの診療部）

A. 研究目的

平成25年度研究

本研究では、世田谷区内のすべての分娩施設に協力を得て、各施設にて分娩予約をした妊婦の追跡調査を行っている（久保班）。一方で、当該研究班の分担研究者である竹原は、別の研究班（「わが国の男性における産後のうつの有病割合と、その予防要因の解明に関する縦断研究」＝竹原班）にお

いて、西尾市において、行政をベースにして、同様の追跡調査を行っており、西尾市の調査では、妊産婦だけではなく、そのパートナーのメンタルヘルスを含めて追跡調査を行っている。また、当該研究班の同じく研究分担者である立花は別の研究班（「うつ病の妊産婦に対する医療・保健・福祉の連携・協働による支援体制（周産期 G-P ネット）構築の推進に関する研究」＝立花班）において、世田谷区を含めて、世田谷区内の妊産婦のメンタルヘルスに関連したステークホルダーに、「世田谷区妊産婦のメンタルヘルスに関する協議会」と題して定期的に集まってもらい、区内の妊産婦の

メンタルヘルスの支援のあり方について関係者間で話し合いを行い、診療体制を構築する試みを行っている。本分担研究班では、これら久保班、竹原班、立花班の成果をレビューしたうえで、我が国における妊産婦のメンタルヘルスの支援体制を構築するためにどのような施策がとりうるかを検討した。

平成26年度研究

本研究班においては、各分担研究班、特に竹原班、立花班で得られた研究成果を中心に考察し、日本における妊産婦のメンタルヘルスを支援するための適切な政策について検討することを目的とした。

B. 研究方法

各研究班の成果をレビューし、検討を加えた。さらに、当該研究班の竹原分担班および立花分担班で得られた成果を基に、日本の周産期医療制度の現状を勘案し、理論的に最も適切な政策についての検討を行った。

(倫理面への配慮)

本研究は理論的研究であり、公開されている情報のみを利用したため、特別な倫理的配慮は必要ないものと判断した。

C. 研究結果

平成25年度研究

久保班における成果として、世田谷区における成果として、妊娠20週で1,721人、産後1か月の時点で1,382人(76.8%)の回答から、産前・産後のメンタルヘルス不調者の割合では、初産婦と経産婦でその傾向が大きく異なり、初産婦では産後2週に24.7%まで増加するのに対し、経産婦では妊娠20週時とほぼ同じ8%前後で横ばいに推移することが示された。妊娠期や産後数日時のEPDSのスコアでは、産後2週時の

EPDSの判定を十分には予測できないことが示され、いかに産後のメンタルヘルス不調者を早期発見していくか、ということが今後の解析を進めるうえでの課題であることが明らかになった。一方で、産後のメンタルヘルス不調の一員に、産婦の休養・睡眠が大きく影響していることが示唆され、予防介入のプログラムを検討する上で、有用な根拠となりえる可能性が認められた。また、分娩2週後の抑うつ状態を予測する妊娠中期20週頃の因子として、「夫以外に手伝ってくれる人が身近にいない」、「家族としてのまとまりを感じられない」、「初産婦、精神科通院中である」、「妊娠中期20週頃の時点で抑うつ状態である」が重要であることが示唆された。分娩2週後の抑うつ状態を予測する産後直後(4,5日後)の因子としては、「母乳栄養でない」、「尿漏れがある」、「妊娠前に精神科通院歴がある」、「生後4,5日後に抑うつ状態がある」が重要であることが示唆された。

一方、竹原班においては、妊産婦とそのパートナーを対象に妊娠期から産後3か月まで実施される追跡調査が行われた。2012年12月から愛知県西尾市で母子健康手帳の交付申請に来た妊婦とそのパートナー全例に本研究への参加協力を依頼し、同意が得られた夫婦に対し、妊娠20週前後に質問への回答を依頼した。回答方法は自記式質問票かWEBアンケートのいずれかを選んでもらい、回収をした。2013年10月末の時点で、260組のカップルと6人の妊婦から回答を得ており、データの収集は継続されている。本研究では回収されたデータのうち、妊婦のパートナーを分析対象とした。妊婦とパートナーにはそれぞれ、EPDS(エジンバラ産後うつ病自己評価票)とWHO-5精神的健康状態表を用いて、メンタルヘルスの評価をおこない、先行研究で適当とされるカットオフ値により、対象者を大別した。260人の妊婦のパートナーは、平均年

年齢が 31.7 歳、正規雇用されている者が 237 人 (92.2%)、パートや派遣社員、自営業などを含めると全員が何らかの仕事をもっていた。精神的な問題による受診歴がある者は 13 人 (5.0%)、現在、通院中の者は 3 人 (1.2%) であった。妻との関係が良好と回答した者は 253 人 (97.3%)、妻とのスキンシップに満たされている者は 212 人 (81.5%) であった。精神的な状態としては、EPDS (エジンバラ産後うつ病自己評価票) で 8 点以上であった者が 24 人 (9.3%)、WHO-5 精神的健康状態表の得点が、精神的健康状態が低いとみなされる 12 点以下だった者は 61 人 (23.6%) であった。EPDS が 8 点以上、WHO-5 が 12 点以下のいずれか 1 つでも該当する者は 72 人 (28.2%)、両方とも該当する者は 12 名 (4.7%) であった。妊婦において、EPDS が 9 点以上であった者は 28 人 (10.6%)、WHO-5 が 12 点以下だった者は 45 人 (16.9%) であった。妊婦のパートナーにおいて EPDS が 8 点以上であった者は 24 人 (9.3%)、WHO-5 が 12 点以下だった者は 61 人 (23.6%) であった。これら 2 つの指標を用いて、カップルのメンタルヘルスの関連を検討したところ、妊婦が EPDS で 9 点以上を示した場合、17.9% でパートナーも EPDS でリスクありとなっていた。一方、妊婦が WHO-5 で 12 点以下を示した場合、パートナーも 12 点以下だったケースは 40.9% であった。カップルのどちらかもしくは双方が EPDS もしくは WHO-5 でリスクありと判定されたケースは 40.7% に上った。また、カップルの双方が EPDS もしくは WHO-5 でリスクありと判定されたケースは 9.2% であった。

立花班においては、年四回ほど開かれた協議会で、世田谷区内のすべての分娩医療施設から代表者、世田谷区および保健所、区内で開業している精神科医が出席し、第四回には世田谷区医師会の協力を得て小児科医や児童相談所関係者も出席して、区内

における支援体制について検討した。睡眠が大きく影響している可能性という久保班の成果や、それに基づくスクリーニング方法、妊産婦のメンタルヘルスのリスクアセスメント、さらに保健所と分娩医療施設がそれぞれに行う、産褥健診や、こんにちは赤ちゃん事業と連携を取る手法、特定妊婦制度の効果的な利用法など、多岐にわたる地域における支援策に関して、ワーキンググループを設けて、話し合いを行った。また、協議会により育児困難のハイリスクの母親を支援するネットワークを構築し要保護児童対策地域協議会の機能強化に結び付けるための試みを行っている。さらにメンタルヘルス不調の母親のサポートのための多職種連携マニュアルを作成した。

平成 26 年度研究

まず、それぞれの解析結果を以下にまとめた。

【竹原班解析 1】妊娠期から産後における、EPDS 陽性者の割合の推移を検討した。その結果、初産婦では、EPDS 陽性者の割合が妊娠 20 週の 9.6% から産後 2 週時には 25.0% にまで増加し、その後産後 3 か月時の 6.1% まで減少した。一方、経産婦では、5.8-8.8% でほぼ横ばいに推移した。

【竹原班解析 2】妊娠期から産後 3 か月にかけて EPDS の因子得点の推移を検証した。その結果、EPDS の 10 項目から分類された 5 因子のうち、Anxiety 因子得点は初産婦および経産婦、妊娠期から産後 3 か月までの 6 時点のいずれにおいても、EPDS の合計得点にもっとも大きな影響を及ぼしていることが示された。また、初産婦と経産婦で、因子得点の推移のパターンが異なることも示された。

【竹原班解析 3】妊娠期から産後において、EPDS に対する分娩歴や妊娠前の精神科既往の有無、妊娠期の EPDS と産後の EPDS との関連について二変量解析および多変量

解析によって検討した。その結果、EPDS 陽性になるオッズ比は、初産婦が産後数日から産後1か月にかけて有意に高かった。また、妊娠前に精神科既往のある者は、妊娠20週、産後数日、2か月、3か月の4時点で有意に高かった。妊娠期のEPDSで陽性と判定された者は、産後数日から3か月の5時点でいずれも高いオッズ比が示された。

【立花班解析1】産前の虐待傾向・虐待のリスク因子について、産後3か月に実施した児童虐待について質問票（徳永ら2000）を従属変数に、妊娠20週時の心理社会的因子を説明変数にして、ロジスティック回帰分析を行い、妊娠20週における、産後3か月の乳児虐待傾向・乳児虐待の予測因子について検討した。その結果、虐待傾向の危険因子：深夜の就労、泣いている赤ちゃんをあやした経験の乏しさ、望まない妊娠、自閉症傾向、衝動コントロールの弱さ、虐待傾向の保護因子：妊娠時に定職で就労している、不妊治療歴、妊娠を機に仕事を離職・休職、虐待の危険因子：妊娠時に無職・または不規則な就労、パートナーからのサポートの乏しさ、赤ちゃんをあやした経験の乏しさ、喫煙、AD/HD傾向、という結果が出た。乳児虐待のリスク因子となる、妊娠中に気を付けるべき心理社会的脆弱性が明らかとなり、今後そのような因子について、周産期ケアや保健指導などで注意して妊婦をフォローアップしていく必要性が示唆された。

【立花班解析2】産後の虐待傾向・虐待のリスク因子について、産後3か月に実施した児童虐待について質問票（徳永ら2000）を従属変数に、妊娠20週時の心理社会的因子を説明変数にして、ロジスティック回帰分析を行い、産後数日～産後1か月における、産後3か月の乳児虐待傾向・乳児虐待の予測因子について検討した。その結果、

虐待傾向の危険因子：会陰部の痛み、赤ちゃんがなぜ泣いているのかわからない、尿漏れ、虐待の危険因子：パートナーからの精神的な支え、赤ちゃんがなぜむずがっているのかわからない、腕・手首の痛み（2週）、腰痛（2週）、腰痛（1か月）、腕・手首の痛み（1か月）、AD/HD傾向、という結果であった。産後の体の問題に対するケア（周産期ケアや保健指導）の重要性が示唆された。また、上記のような虐待のリスクに関連する心理社会的脆弱性をもつ妊婦を同定し、支援していく必要性が示唆された。

以上の結果から、我が国における妊産婦のメンタルヘルスは、我が国の女性と子どもの健康にとって大きな課題であることがわかる。我が国において妊産婦のメンタルヘルスに関しては、直接的に支援できる政策として、社会的にハイリスクと考えられる妊産婦に対して、保健所などが支援に入る「特定妊婦」という政策や、初めて乳幼児を持つ家庭に保健師が訪問し、家庭のニーズを見極める政策がある。また、乳幼児医療費助成など、乳幼児の医療的課題に関して各自治体を中心に医療費補助の制度がある。ただし、特定妊婦の制度は、多くの自治体で申請されておらず、制度が存在しているにもかかわらず、有効な利用のされ方がされていない。この一つの理由に、妊産婦の社会的ハイリスクを客観的に算出する方法が欠けていることが挙げられる。さらに、特定妊婦ではこういったハイリスク妊産婦を最初に見る産科医療との連携は不十分であり、具体的な道筋が作られていないとともに、社会的ハイリスクとは言えないものの、少しの支援で母児関係が正常化し、よい関係が築けるような場合への支援が難しい形になっている。また、乳幼児全戸訪問事業では、実際に訪問されているのは4か月を超える時期となっており、ま

た焦点は乳幼児に当てられており、自治体による工夫はされているものの、妊産婦のメンタルヘルスを中心とする課題を直接的に解決する方策とはなっていない。

こういった現状を踏まえると、竹原班の成果にもあるように、産褥期、特に出産後二週間前後のタイミングで妊産婦のメンタルヘルスに関するスクリーニングが存在していることが望ましい。行政機関においては、出産後二週間を把握することは難しく、我が国の母子保健制度を考えると、この産褥期健診は、産科医療機関で行うことが望ましいと考えられる。我が国の新生児健診は生後一か月であり、母児の健診を効率よく行うには、先進諸外国のように、母児の社会健診を生後二週間の時点で行い、その後生後1か月半の時期とするほうが適切かもしれない。一方で、初産婦と経産婦でEPDSの経時変化が異なり、また、かなり経時変化に個別のパターンが存在していることから、出産後2週間とともに、生後6週間（一か月半）の時点でも、産褥婦のメンタルヘルスに関するスクリーニングを行うことも一考である。その後、ハイリスクと考えられる産褥婦に関しては、乳幼児全戸訪問事業へとつなげられるように、分娩施設と保健所との連携が必要である。一方、妊産婦のメンタルヘルスの問題は、妊娠中を通して発見されることも多く、特定妊婦の特定のための客観的なスコアリングシステムを開発する必要があり、こういった場合は、全国一律に特定妊婦としての制度を活用するよう、働きかけが必要である。

メンタルヘルスのハイリスクと考えられる妊産婦において、保健所の対応能力は限られており、本研究班で世田谷区と試みたように、自治体（保健所）と地域医師会、地域の分娩施設、地域の精神科医、地域の小児科医が一堂に会し、情報交換をしつつ、地域により患者の受け渡しを容易にする協

議会のような存在が有効であるとも考えられる。

また、こういったメンタルヘルスのハイリスクである母児が、時に入院加療を必要とする場合があり、出産間もない時期に、母のメンタルヘルス支援のために、母児が同時の入院でき、乳児のケアも施設の支援を受けながら、母も病状に応じて対応できるような「母児入院施設」が必要である。さらに、予防策としては、母児の愛着形成を促進するような、積極的で簡易な教育プログラムも構築する必要がある。

我が国の妊産婦の自殺は、妊産婦死亡の統計から漏れている可能性があり、妊産婦のメンタルヘルスが、立花班の成果にあるように児の成長発達に大きく影響する可能性があることから、喫緊の課題として対応する必要があり、本研究班として、具体的な政策として示されるところまでできた。

D. 考察

これら関連する三つの研究班の結果から、初年度の成果として、

1) 当該研究のように、関連した研究班の結果を統合し、また協議会など地域の代表が集まって、研究結果を持ち寄るとともに、施策について検討する手法

(Community Participatory Approach)により、研究成果が地域に活かされ、地域の参加意識により悉皆率が飛躍的に高まることで研究の質も高まるという相乗効果が得られた。

2) 出生後二週は妊産婦のメンタルヘルスにとって大変重要な時期であり、この時期の産褥健診を制度化する必要が示唆された。特に初妊婦は支援が少なかったり、経験値が少ないことが考えられ、特別な配慮が必要であることが考えられた。

3) 世田谷区においては、睡眠に関連したスクリーニングによって、リスクの高い妊産婦が発見できる可能性が示唆され、