

1 あなたのことをお伺いします。

問1 お住まいの区はどちらですか。(1つに○)

- | | | | | | |
|---------|--------|--------|-----------|---------|---------|
| 1. 青葉区 | 2. 旭区 | 3. 泉区 | 4. 磯子区 | 5. 神奈川区 | 6. 金沢区 |
| 7. 港南区 | 8. 港北区 | 9. 栄区 | 10. 瀬谷区 | 11. 都筑区 | 12. 鶴見区 |
| 13. 戸塚区 | 14. 中区 | 15. 西区 | 16. 保土ケ谷区 | 17. 緑区 | 18. 南区 |

問2 あなたは今のお住まいにいつ頃から住んでいらっしゃいますか。(1つに○)

- | |
|--|
| 1. 1年未満 [令和2年以降 (2020年以降)] |
| 2. 4～2年前 [平成29～平成31年及び令和元年 (2017～2019年)] |
| 3. 5～9年前 [平成24～28年 (2012～2016年)] |
| 4. 10～14年前 [平成19～23年 (2007～2011年)] |
| 5. 15～24年前 [平成9～18年 (1997～2006年)] |
| 6. 25～34年前 [昭和62～平成8年 (1987～1996年)] |
| 7. 35～44年前 [昭和52～61年 (1977～1986年)] |
| 8. 45年以上前 [昭和51年以前 (1976年以前)] |

問3 あなたが現住所の直前に住んでいたところはどちらですか。(1つに○)

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| 1. 生まれてからずっと現住所にすんでいる | 5. 川崎市を除く県内の他市町村 |
| 2. 横浜市の現住所と同じ区内 | 6. 東京都区部(23区) |
| 3. 横浜市内の別の区 | 7. 東京都区部を除く東京都内(市町村・島しょ) |
| 4. 川崎市 | 8. そのほかの道府県・国外 |

問4 今回、4か月健診をご案内・受診したお子さんを含めたお子さんの人数をお伺いします。

お子さんの人数 人

問5 アンケートにお答えいただく方はどなたですか。お子さんからみた関係です。(1つに○)

- | | | |
|-------|-------|------------|
| 1. 父親 | 2. 母親 | 3. その他 () |
|-------|-------|------------|

問6 あなたの配偶関係をお伺いします。(1つに○)

- | | | | |
|-----------------|-------|-------|-------|
| 1. 配偶者・パートナーがいる | 2. 未婚 | 3. 死別 | 4. 離別 |
|-----------------|-------|-------|-------|

問7 あなたの年齢(令和4年4月1日現在の年齢)をお伺いします。

歳

問8 出産前までの世帯の年収（税込）をお伺いします。（1つに○）

- | | | |
|--------------|----------------|--------------|
| 1. ~200万円 | 4. 400~500万円 | 7. 1,000万円以上 |
| 2. 200~300万円 | 5. 500~700万円 | |
| 3. 300~400万円 | 6. 700~1,000万円 | |

問9 あなたの家族構成についてお伺いします。（1つに○）

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 父母と子の世帯 | 4. 3世代同居（祖父、祖母と同居） |
| 2. 母と子の世帯 | 5. その他 |
| 3. 父と子の世帯 | |

2 就労状況についてお伺いします。

問10 あなたの現在の就労状況（自営業及びその家族従事者、休業取得中も含め）をお伺いします。
（1つに○）

- | |
|----------------------|
| 1. 正社員・常勤職員 |
| 2. 自営業（家屋従事者も含む） |
| 3. 契約社員・派遣社員 |
| 4. パート・アルバイト |
| 5. 専業主婦・専業主夫 |
| 6. その他（ ） |

問10-1 問10で「1~4及び6」に○をつけた方にお伺いします。
休業制度（産休・育休・介護）の利用状況についてお答えください。

- | |
|-------------------------|
| 1. 産前・産後休暇を利用した（利用中も含む） |
| 2. 育児休業を利用した |
| 3. 育児休業を利用している |
| 4. 今後、育児休業を利用予定 |
| 5. 介護休業を利用した |
| 6. 介護休業を利用している |
| 7. 今後、介護休業を利用予定 |
| 8. 利用していない |

問10-2 問10で「1~4及び6」に○をつけた方にお伺いします。
リモートワークの導入状況についてお答えください。

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. すでに導入している | 3. 導入の予定はない |
| 2. 導入予定 | 4. わからない |

問10-3 問10-2で「1」に○をつけた方に伺います。週の頻度をお答えください。

リモートワークの頻度 週 <input type="text"/> 日導入

問11 問6で「1. 配偶者・パートナーがいる」に○をつけた方にお伺いします。

あなたの配偶者・パートナーの現在の就労状況（自営業及びその家族従事者、休業取得中も含め）をお答えください。（1つに○）

1. 正社員・常勤職員
2. 自営業（家屋従事者も含む）
3. 契約社員・派遣社員
4. パート・アルバイト
5. 専業主婦・専業主夫
6. その他（ ）

問11-1 問11で「1～4及び6」を選択した方にお伺いします。

休業制度（産休・育休・介護）の利用状況についてお答えください。

1. 産前・産後休暇を利用した（利用中も含む）
2. 育児休業を利用した
3. 育児休業を利用している
4. 今後、育児休業を利用予定
5. 介護休業を利用した
6. 介護休業を利用している
7. 今後、介護休業を利用予定
8. 利用していない

問11-2 問11で「1～4及び6」を選択した方にお伺いします。

リモートワークの導入状況についてお答えください。

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. すでに導入している | 3. 導入の予定はない |
| 2. 導入予定 | 4. わからない |

問11-3 問11-2で「1.すでに導入している」を選択した方に伺います。週の頻度をお答えください。

リモートワークの頻度 週 日導入

問5で2. 母親と回答があった方のみご回答ください。
（父親、その他と回答した方は問21にお進みください。）

3 妊婦健診等についてお伺いします。

問12 妊娠がわかった時の居住地をお答えください。（1つに○）

- | | |
|--------|----------|
| 1. 横浜市 | 2. 横浜市以外 |
|--------|----------|

問 13 妊娠を確認するために受診をされた医療機関の住所をお答えください。(1つに○)

- | | |
|-----------------|---------------------|
| 1. 横浜市内 | 3. 横浜市外(東京都内) |
| 2. 横浜市以外(神奈川県内) | 4. 市外(神奈川県及び東京都を除く) |

問 14 妊娠確定までの受診回数をお答えください。(1つに○)

- | | |
|-------|---------|
| 1. 1回 | 4. 4回 |
| 2. 2回 | 5. 5回以上 |
| 3. 3回 | |

問 15 母子健康手帳をもらった後から出産までの妊婦健診の回数をお答えください。(1つに○)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 10回以下 | 4. 15~16回 |
| 2. 11~12回 | 5. 17回以上 |
| 3. 13~14回 | 6. わからない |

問 16 出産された医療機関(助産所を含む)の住所をお答えください。(1つに○)

- | | |
|-----------------|---------------------|
| 1. 横浜市内 | 4. 市外(神奈川県及び東京都を除く) |
| 2. 横浜市以外(神奈川県内) | 5. わからない |
| 3. 横浜市外(東京都内) | |

ここからはすべての方がご回答ください

4 妊娠・出産・子育てに関する学びや情報についてお伺いします。

問 17 妊娠中に出産・子育てを学ぶ機会として「母親教室」「両親教室」等があります。

あなたは利用しましたか(1つに○)

- | | |
|-------|--------------|
| 1. はい | 2. いいえ →問24へ |
|-------|--------------|

問 17-1 問 17 で「1. はい」と答えた方のみお答えください。

「母親教室」「両親教室」等はどこで利用しましたか(あてはまるものすべて)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 病院 | 4. 地域子育て支援拠点 |
| 2. 助産所 | 5. その他() |
| 3. 区役所または市役所 | |

問 17-2 問 17 で「1. はい」と答えた方のみお答えください。

「母親教室」「両親教室」等をどのような方法で利用しましたか(あてはまるものすべて)

- | | |
|-----------------|-----------|
| 1. 施設に来訪し、対面で参加 | 3. その他() |
| 2. オンラインでの参加 | |

問17-3 問17で「1. はい」と答えた方のみお答えください。

「母親教室」「両親教室」等の利用した曜日及び時間帯をお答えください。(あてはまるものすべて)

【曜日】

1. 平日	3. 日曜日(休日を含む)
2. 土曜日	

【時間帯】

1. 午前中	3. 夕方・夜間(17時以降)
2. 午後	

問18 利用した教室の講義や実習内容をお答えください。(あてはまるものすべて)

1. 食事、栄養バランスなど食生活
2. 口腔ケア、歯磨きの指導
3. 乳房のケア
4. 妊婦体操やヨガなどの運動
5. 出産に関すること(出産までの流れ、立ち合い分娩、呼吸法など)
6. 出産時まで準備する物品
7. 病院・助産所の施設見学
8. 赤ちゃんのお世話(抱っこの仕方、おむつの替え方、授乳の方法やタイミングなど)
9. 赤ちゃんとの生活(出産後の生活について)
10. 沐浴の仕方・人形を使用した沐浴実習
11. 産後のメンタルヘルス(マタニティーブルーズ、産後うつなどの話、予防策など)
12. 産前産後の制度・サービス(ヘルパーなど公的な支援)
13. 子育てに関する相談先
14. 地域の子育て情報
15. 夫婦間でのコミュニケーション(出産後の家族の役割の変化など)
16. 赤ちゃんの事故予防、揺さぶられ症候群について
17. 妊婦体験
18. 先輩ママ・パパからの体験談
19. その他()

問19 利用して良かった・参考になったと思うものをお答えください。(3つまで)

1. 食事、栄養バランスなど食生活
2. 口腔ケア、歯磨きの指導
3. 乳房のケア
4. 妊婦体操やヨガなどの運動
5. 出産に関すること(出産までの流れ、立ち合い分娩、呼吸法など)
6. 出産時まで準備する物品
7. 病院・助産所の施設見学
8. 赤ちゃんのお世話(抱っこの仕方、おむつの替え方、授乳の方法やタイミングなど)
9. 赤ちゃんとの生活(出産後の生活について)
10. 沐浴の仕方・人形を使用した沐浴実習
11. 産後のメンタルヘルス(マタニティーブルーズ、産後うつなどの話、予防策など)
12. 産前産後の制度・サービス(ヘルパーなど公的な支援)
13. 子育てに関する相談先
14. 地域の子育て情報
15. 夫婦間でのコミュニケーション(出産後の家族の役割の変化など)

- 16. 赤ちゃんの事故予防、揺さぶられ症候群について
- 17. 妊婦体験
- 18. 先輩ママ・パパからの体験談
- 19. その他（ ）
- 20. 特になし

問 20 妊娠・出産・子育てに関する情報の入手方法をお答えください。(あてはまるものすべて)

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| 1. 友人・知り合い等からの口コミ | 11. 雑誌 |
| 2. LINE | 12. 行政（市役所及び区役所）のホームページ |
| 3. Instagram | 13. 区役所からの案内、チラシ、掲示板 |
| 4. Facebook | 14. こんにちは赤ちゃん訪問 |
| 5. Twitter | 15. 地域子育て支援拠点（チラシ、職員からの案内） |
| 6. YouTube | 16. 地域の子育てサロン |
| 7. TikTok | 17. つどいの広場 |
| 8. アプリ（妊娠・出産・子育てに関する） | 18. 自治会・町内会の掲示板・回覧 |
| 9. ネット検索 | 19. 地域ケアプラザ |
| 10. 医療機関にあった情報誌・ちらし | 20. その他（ ） |
| | 21. 特になし |

問 21 現時点で、知りたいと思うものをお答えください。(あてはまるものすべて)

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1. 親自身の健康 | 5. 一時的な子どもの預け先 |
| 2. 育児（成長・発達を含む） | 6. 保育園、幼稚園等の施設 |
| 3. 相談できる窓口 | 7. その他（ ） |
| 4. 地域の子育て情報 | 8. 特になし |

5 里帰り及び家事・育児のサポートについてお伺いします。

問 22 出産のため、母親の里帰りの有無をお答えください。(1つに○)

- | | |
|-------|----------|
| 1. した | 2. していない |
|-------|----------|

問 22-1 問 22 で「1. した」と答えた方のみお答えください。

里帰り先から母子が、出産後に現在の住所地に戻ったのはいつ頃ですか。(1つに○)

- | | |
|----------|----------|
| 1. 1か月以内 | 4. 3か月以降 |
| 2. 1～2か月 | 5. わからない |
| 3. 2～3か月 | |

問 22-2 問 23 で「2. していない」と答えた方のみお答えください。

産後に親族からのサポートはありましたか。(1つに○)

- | |
|------------------------------|
| 1. (子どもの) 祖父母等の親族が必要な時のみサポート |
|------------------------------|

- 2. (子どもの) 祖父母等の親族が一定期間サポート
- 3. 父親と母のみで親族からのサポートはなかった
- 4. その他(具体的に:)
- 5. わからない

問 23 今、配偶者・パートナー以外に家事・育児に協力してくれる人はいますか。(1つに○)

- 1. いる
- 2. いない

問 23-1 問 23 で「1. いる」と答えた方のみお答えください。

あなたから見てどのような方ですか (あてはまるものすべて)

- 1. 実父母
- 2. 義父母
- 3. きょうだい
- 4. 友人
- 5. 子ども
- 6. 近所の人
- 7. ベビーシッターやヘルパー
- 8. 子育てサポートシステム会員
- 9. その他()

6 出産後の生活の変化についてお伺いします。

問 24 出産前に持っていた赤ちゃんのイメージと現実の赤ちゃんには違いがありましたか(1つに○)

- 1. 違いがあった
- 2. 違いはなかった

問 24-1 問 24 で「1」と答えた方のみお答えください。

出産後、実際の赤ちゃんのイメージはいかがでしたか。(2つまで)

- 1. 思ったよりかわいい
- 2. 予想より手がかからない
- 3. もっとかわいいと思っていた
- 4. 予想より手がかかる
- 5. その他()

問 25 お子さんとの生活がはじめてから、あなたは次にあげる生活^{※1}の変化はありましたか。

それぞれの項目ごとにお答えください。(1つに○)

※1 あなた自身の「平日」での生活や過ごし方のこと。

問 25-1 「起床時間」について

- 1. 早くなった
- 2. 変わらない
- 3. 遅くなった

問 25-2 「就寝時間」について

- 1. 早くなった
- 2. 変わらない
- 3. 遅くなった

問 25-3 「睡眠時間」について

- 1. 増えた
- 2. 変わらない
- 3. 減った

問 25-4 「食事の回数」について

- | | | |
|--------|----------|--------|
| 1. 増えた | 2. 変わらない | 3. 減った |
|--------|----------|--------|

問 25-5 「1回の食事にかかる時間」について

- | | | |
|--------|----------|--------|
| 1. 増えた | 2. 変わらない | 3. 減った |
|--------|----------|--------|

問 25-6 「入浴時間」について

- | | | |
|--------|----------|--------|
| 1. 増えた | 2. 変わらない | 3. 減った |
|--------|----------|--------|

問 25-7 「趣味など自分のために過ごせる時間」について

- | | | |
|--------|----------|--------|
| 1. 増えた | 2. 変わらない | 3. 減った |
|--------|----------|--------|

問 25-8 「夫婦での会話の時間（子育て以外の話題も含む）」について

- | | | |
|--------|----------|--------|
| 1. 増えた | 2. 変わらない | 3. 減った |
|--------|----------|--------|

問 25-9 お子さんとの生活により「会社への出勤時間」の変化はありましたか

- | | | | |
|----------|----------|----------|-------------|
| 1. 早くなった | 2. 変わらない | 3. 遅くなった | 4. 仕事はしていない |
|----------|----------|----------|-------------|

問 25-10 お子さんとの生活により「会社からの帰宅時間」の変化はありましたか

- | | | | |
|----------|----------|----------|-------------|
| 1. 早くなった | 2. 変わらない | 3. 遅くなった | 4. 仕事はしていない |
|----------|----------|----------|-------------|

7 出産後の心身の変化についてお伺いします。

問 26 マタニティーブルーズ^{※2}は、産後の女性の10人に3人が経験すると言われています。

あなたは知っていましたか。(1つに○)

※2 出産に伴う急激なホルモンバランスの変化が主な原因とされる一時的な気分の変動のこと。理由もなく涙が出たり、不安になったりといった症状が、出産後3日目頃～2週間くらい間に起き、自然に治まる。

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 知っていた | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

問 27 あなた又は配偶者・パートナーに、出産後にマタニティーブルーズと思われる状況がありましたか。

(1つに○)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1. あったと思う | 3. どちらかというとなかった |
| 2. どちらかというがあったと思う | 4. なかった |

問 28 赤ちゃん以外の家族に対してイライラすることがありましたか、お答えください。(1つに○)

- | | |
|--------|---------|
| 1. あった | 2. なかった |
|--------|---------|

問 28-1 問 28 で「1. があった」と答えた方のみお答えください。

イライラした頻度（日数）をお答えください。（1つに〇）

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 毎日 | 3. 週に1日 |
| 2. 週に数日程度 | 4. 月に1日程度 |

問 29 産後の身体の状態を「フルマラソンを走ったほどの消耗」と例えられることがあります。あなたはこの例えについてどう思いますか。（1つに〇）

- | |
|----------------------|
| 1. そのとおりだと思う |
| 2. どちらかというとそのとおりだと思う |
| 3. どちらかという違うと思う |
| 4. 違うと思う |

8 体調の変化についてお伺いします。

問 30 あなたの現在の健康状態についてお伺いします。（1つに〇）

- | | |
|---------|------------|
| 1. よい | 4. あまりよくない |
| 2. まあよい | 5. よくない |
| 3. 普通 | |

問 31 あなたは、この1か月間の間にどれくらいの頻度で以下のことがありましたか。

それぞれの項目ごとにお答えください。（1つに〇）

問 31-1 神経過敏に感じましたか

- | | |
|---------|---------|
| 1. 全くない | 4. たいてい |
| 2. 少しだけ | 5. いつも |
| 3. ときどき | |

問 31-2 絶望的だと感じましたか

- | | |
|---------|---------|
| 1. 全くない | 4. たいてい |
| 2. 少しだけ | 5. いつも |
| 3. ときどき | |

問 31-3 そわそわ、落ち着かなく感じましたか

- | | |
|---------|---------|
| 1. 全くない | 4. たいてい |
| 2. 少しだけ | 5. いつも |
| 3. ときどき | |

問 31-4 気分が沈み込んで何が起ころうとも、気が晴れないように感じましたか

- | | |
|---------|---------|
| 1. 全くない | 4. たいてい |
| 2. 少しだけ | 5. いつも |
| 3. ときどき | |

問 31-5 何をするのも骨折りだと感じましたか

1. 全くない	4. たいてい
2. 少しだけ	5. いつも
3. ときどき	

問 31-6 自分は価値のない人間だと感じましたか

1. 全くない	4. たいてい
2. 少しだけ	5. いつも
3. ときどき	

問 32 次の事柄を、日頃どれくらい感じていますか。それぞれの項目ごとにお答えください。(1つに○)

問 32-1 自分には人との付き合いがないと感じることがありますか

1. 決してない	3. ときどきある
2. ほとんどない	4. 常にある

問 32-2 自分は取り残されていると感じることがありますか

1. 決してない	3. ときどきある
2. ほとんどない	4. 常にある

問 32-3 自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか

1. 決してない	3. ときどきある
2. ほとんどない	4. 常にある

9 さいごに、これからママ、パパになる方へのメッセージをお願いします。

※注 こちらに記入された内容は、市の広報等に活用させていただく場合がありますので、ご了承ください。

問 33 産後、配偶者・パートナーの対応で「助かった」「うれしかった」「良かった」と感じたこと（エピソード）をお書きください。(200文字まで)

--

問 34 伝えたい相手を選択し、妊娠中からの事前準備や知っておくと良いと思うことをお書きください。
(200 文字まで)

【伝えたい相手】(1つに○)

- | | |
|------------|---------------|
| 1. ママ (母親) | 3. ママとパパ (両親) |
| 2. パパ (父親) | |