

青年期女性に対する出産に向けてのプログラムに関する準ランダム化比較試験
～出産に向けての身体づくりの必要性や出産の選択肢に関する意識・認識への効果～

Effectiveness of a childbirth preparation program aiming to raise awareness about the need to prepare physically and to clarify perceptions regarding the options available for childbirth among young women: a quasi-randomized control study

田村 希未 乾 つぶら 上田 佳世 五十嵐 稔子
奈良県立医科大学大学院看護学研究科

Nozomi Tamura Tubura Inui Kayo Ueda Toshiko Igarashi
Faculty of Nursing School of Medicine , Nara Medical University

【目的】青年期女性に対して、出産に向けての身体づくりの必要性や出産場所、出産方法の選択肢に関するプログラムを行い、出産に対する意識や認識への効果を明らかにする。【方法】18～24歳の女子学生を対象に、準ランダム化比較試験(層別ランダム化)を行った。介入群はパンフレット配布と講義、演習の前後、対照群はパンフレット配布の前後にアンケート調査を行った。評価指標としてVAS(visual analogue scale)を用いた。【結果】出産方法への関心の項目で、介入群が対照群に比べて得点が増加し、有意差が見られた($f=4.282, p=0.048$)。健康に関する項目では、全項目で両群に得点の上昇が見られた。【考察】講義や体験を通して、出産に対する意識や認識に変化が見られたことから、講義や演習が出産への関心を高めるために効果的であると考えられる。しかし、講義や体験を行うことは、現実的に困難な場合もある。今回、パンフレット配布によっても、意識や認識の変化に効果が見られたため、パンフレット配布も有効な支援と考える。

キーワード: 青年期女性、出産、準ランダム化比較試験

OBJECTIVES: The aim of the present study was to assess the effectiveness of a childbirth preparation program aiming to raise awareness about the need to prepare physically and to clarify perceptions regarding the options available for childbirth, such as the type and place, among young women.

METHODS: The participants in the present quasi-randomized control study (stratified randomization) were female university students aged between 18–24 years. All women in the intervention group were given information leaflets. Questionnaire surveys were administered before and after a lecture and practical training. The women in the control group were asked to complete a questionnaire survey before and after being given the information leaflets. A visual analog scale (VAS) was used for the assessments.

RESULTS: The VAS scores for items regarding interest in child delivery methods were significantly increased in the intervention compared with the control group ($f=4.282, p=0.048$). In addition, the VAS scores for all questionnaire items related to health increased in both groups.

DISCUSSION: Changes were observed in the participants' awareness and perception of childbirth after the lecture and practical experience. These results suggest that childbirth preparation program implemented in the present study was effective for increasing interest towards childbirth. However, in reality, offering lectures and practical training may be difficult at times. Therefore, distributing information leaflets may be useful for improving awareness and perceptions about childbirth.

Keywords: Adolescent women, childbirth, quasi-randomized controlled trial

I. 緒言

現在、出産場所や出産方法は多様化している。しかし、日本では出産の施設化が進み、病院・診療所での出産が約 99%、約 1%が助産院、自宅での出産となっている(厚生労働省,2017)。また、出産場所選択理由として出産方法の希望などで選択する人がいる一方で、出産に対する希望を持たずに選択する人も多くいる(平出ら,2015)。

出産場所の情報源は、「その施設で出産した人の話を聞いた」「スタッフの話を聞いた」などが多くなっており(小林ら,2008)、出産場所のほとんどが病院や診療所となっているため、出産場所などに関して得る情報にも偏りが生じると考える。また、出産方法に関心が低いことで、様々な出産方法があることや、出産方法についてのメリット、デメリットを知らずに選択している可能性がある。しかし、出産満足度には、出産方法や施設のサービス内容などが影響していることから(島田ら,2007; 島田ら,2012)、満足度の高い出産を行うために、出産場所や出産方法についての知識を持ち、主体的に出産方法を選択することが重要である。

一方で、若者の多くが妊娠や出産を希望しているにも関わらず、出産に対して現実味が乏しいことが明らかにされている(谷津ら,2016)。性教育として「男女の体のつくり」「性感染症」などの内容は多くの学生が大学生までに受けているが(亀崎ら,2012)、具体的に出産を考えるような内容が行われていないために、出産に対して現実味が乏しい女性が多いと考えられる。

また、20 歳代女性のやせの者の割合は 20.7%と高く(厚生労働省健康局健康課,n.d.)、多くの学生が自身の体型について適切な認識ができていないことも明らかになっている(安友ら,2015)。体重減少により体脂肪率が減少することで、卵巣機能にも影響を及ぼすため、適切な体型のコントロールの必要性について妊娠前に教育する必要がある(「健やか親子21」推進検討会,2006)。20 歳代では、不規則な生活習慣を送っている者の割合も高いことが

明らかになっているが(厚生労働省健康局健康課,n.d.)、生活習慣の乱れによって、脳の視床下部の機能が低下し、妊娠や出産に関係するホルモンが適切に分泌されなくなる可能性があるため、生活習慣が妊娠や出産に及ぼす影響についても教育する必要がある(高澤,2013)。

そこで、青年期女性に対して、主体的な出産に向けた身体づくりの必要性や様々な出産方法、出産場所の選択肢についての情報を提供することが出産について考える機会となり、将来出産する際に主体的で満足度の高い出産方法の選択を行う一助になると考える。

II. 目的

青年期女性に対して、出産に向けての身体づくりの必要性や出産場所、出産方法の選択肢に関するプログラムを行い、出産に対する意識や認識への効果を明らかにする。

III. 用語の定義

青年期女性:厚生労働省の健康日本 21 において、青年期を 15 歳~24 歳で、身体的には生殖機能は完成し、子供から大人へ移行する時期とされているが、今回は高等学校を卒業した者とし、18 歳から 24 歳とした。

IV. 方法

1. 対象と研究方法

1) 研究デザイン

準ランダム化比較試験(層別ランダム化)で、研究対象者をくじ引きにより 2 グループに割り付けた。学校ごとに層別ランダム化を行うことで両群の偏りを防いだ。

2) 研究対象

18 歳以上、24 歳以下の母性看護学を受講しておらず、妊娠・出産経験のない看護系大学 1 年生と一般女子大学生

3) 介入方法

(1) 介入の流れ

同意を得た対象者をくじ引きで 2 群に割り付け、介入群は、パンフレット配布と出産に関す

る講義、演習を行った前後、対照群は、パンフレット配布の前後にアンケート調査を実施し、アンケートは封筒に入れて回収を行った。介入による効果を明らかにするため、介入群と対照群の前後のアンケート実施時間をそろえた。対照群は、パンフレット配布後 10 分間、研究者の目の前でパンフレットを読んでもらった。全員がパンフレットを読んだことを確認した後、残りの 50 分間は自由時間とした。

(2)介入内容：プログラム内容

①講義内容

出産場所・出産方法を選ぶことができることについて、なぜ、選択することが良いのかについて、出産場所・出産方法のバリエーション、妊娠・出産に向けた身体づくり、卵子と精子の状態から考えられる妊娠・出産の適齢期

②演習内容

妊婦体験ジャケットの着用、分娩台、フリースタイル分娩の体験、参加者同士の体験の共有

4)研究期間

2018年3月～2018年12月末

2.調査内容

1)調査項目

対象者の背景(年齢、所属、学年)、出産場所、出産方法についての知識、出産についての情報源、立ち会い出産の経験、出産希望年齢、出産場所を選ぶ上で大切と考えるもの、体型について

2)評価指標

(1)VAS (visual analogue scale)

100mm の長さの横直線の左末端に「あてはまらない」、右末端に「あてはまる」と表記し、各質問項目の内容に対して、直線上のあてはまる位置に縦線を記入する方法で回答する。

(2)VAS の項目

健康への関心、食事に対する意識、運動に対する意識、現在の健康状態が子どもへ影響することへの認識、睡眠に対する意識、出産の希望、出産場所への関心、出産方法への関心、出産へのイメージ、出産に対して現実的に考えているか

3.分析方法

VAS の前後の得点の差を従属変数、グループを固定因子、介入前の VAS の得点を共変量として、共分散分析を行った。統計ソフト SPSS Ver.23 for windows(IBM)を使用し、両側有意水準を 5%とした。

4.倫理的配慮

奈良県立医科大学医の倫理委員会の承認を得た(承認番号:1786)。

1)研究対象者への倫理的配慮

(1)依頼した大学において、授業の前後で研究の趣旨等を述べた説明文書を配布し、説明を行った。協力する、協力しないと書いた同意文書も全員に配布し、どちらかを選択し、記入したものを封筒に入れて回収を行った。

(2)実施日に再度、参加の自由意志や匿名性等の倫理的配慮について説明文書を配布して説明を行い、同意文書に署名を得た。

(3)大学病院医療情報ネットワーク研究センター臨床試験登録システム(UMIN-CTR)に登録を行い、研究の実施を行った

(登録番号:R000035421)。

V.結果

1.対象者の属性

1)年齢、大学

対象者の年齢は表 1 の通りであり、介入群、対照群に有意差は見られなかった。学部は医学部看護学科、文学部、生活環境学部、教育学部、理学部などであった。

2)体型の認識 (表 2、表 3)

BMI(kg/m²)の平均値は介入群 20.4、対照群 20.6 で、介入群、対照群に有意差は見られなかった。

BMI の基準をもとに、BMI18.5 未満のやせと BMI18.5～25 未満の標準に分類し、体型の認識について調査した結果が表 3 の通りである。また、今回の対象者の中に、BMI25 以上の肥満体型の者はいなかった。

表1 年齢

	介入群(n=15)	対照群(n=15)	P 値
	平均値, SD	平均値, SD	
年齢(歳)	18.9, 1.2	18.8, 1.0	0.857

Mann-Whitney の U 検定

表2 体型

	介入群(n=15)	対照群(n=15)	P 値
	平均値, SD	平均値, SD	
BMI	20.4, 1.6	20.6, 1.9	0.917

Mann-Whitney の U 検定

表3 体型の認識

	介入群 (n=15)	対照群 (n=15)
BMI18.5 未満(人)		
太っている	0	0
少し太っている	2	0
標準	0	0
少しやせている	0	1
やせている	0	0
BMI18.5~25(人)		
太っている	2	2
少し太っている	6	4
標準	2	7
少しやせている	3	1
やせている	0	0

3) 出産場所についての知識 (図1)

知っている出産場所(複数回答)は、介入群、対照群ともに病院が最も多く、全ての項目で介入群、対照群に有意差は見られなかった。

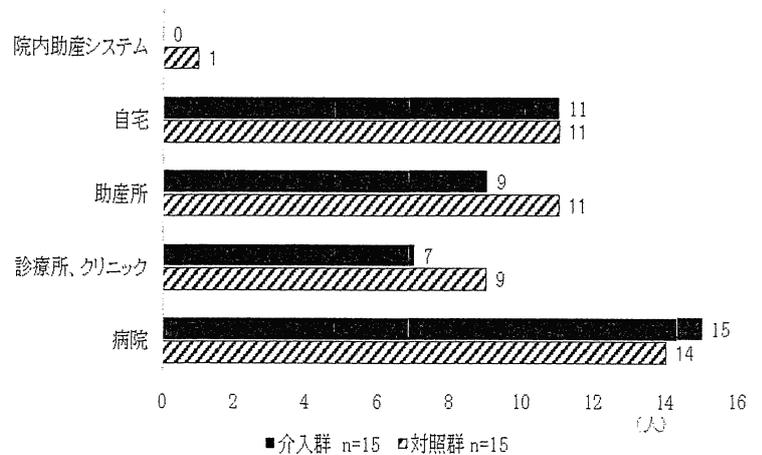


図1 知っている出産場所

4) 出産方法についての知識 (図2)

知っている出産方法(複数回答)は、介入群、対照群ともに分娩台での分娩、帝王切開が最も多く、全ての項目で介入群、対照群に有意差は見られなかった。

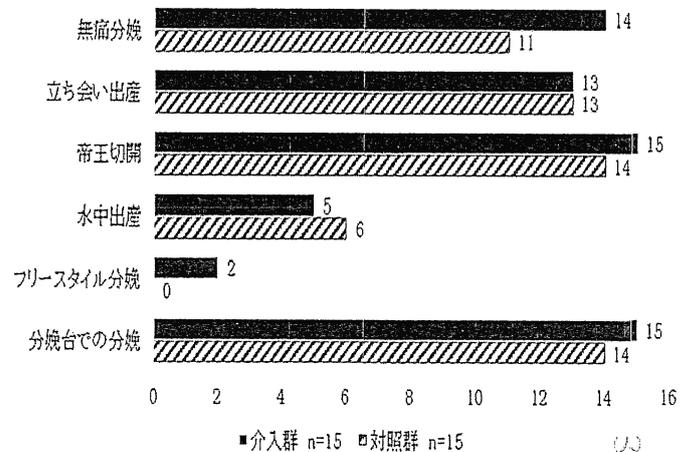


図2 知っている出産方法

2. 出産への希望の変化

1) 理想の出産年齢 (表 4、表 5)

理想の出産年齢は、介入群は、介入前 26.9 歳、介入後 26.9 歳であった。対照群は、パンフ

レット配布前 26.6 歳、パンフレット配布後 25.9 歳であった。介入群の介入の前後、対照群のパンフレット配布前後に有意差は見られなかった。

表4 理想の出産年齢(介入群)

	介入前(n=14)	介入後(n=15)	P 値
	平均値 , SD	平均値 , SD	
理想の出産年齢	26.9 , 1.5	26.9 , 1.4	0.574

Mann-Whitney の U 検定

表 5 理想の出産年齢(対照群)

	パンフレット 配布前(n=15)	パンフレット 配布後(n=15)	P 値
	平均値 , SD	平均値 , SD	
理想の出産年齢	26.6 , 1.5	25.9 , 2.6	0.276

Mann-Whitney の U 検定

2) 出産場所を選ぶ際に大切なもの (図 3)

出産場所を選ぶ際に大切なもの(複数回答)は、介入群の介入前では、緊急事態に対応できる、自宅から近い、費用の順に多く、介入後では、緊急事態に対応できる、立ち会い出産ができる、自由な姿勢でお産ができるの順に多かった。対照群のパンフレット配布前では、緊急事態に対応できる、評判、自宅から近い、設備の順に多く、パンフレット配布後では、緊急事態に対応できる、評判、自由な姿勢でお産ができるの順に多かった。

3) 出産場所を選ぶ際に最も大切なもの(図 4)

出産場所を選ぶ際に最も大切なものは、介入群の介入前では、緊急事態に対応できるが最も多かったが、介入後では、自由な姿勢でお産ができるが最も多くなった。

対照群では、パンフレット配布前、配布後ともに、緊急事態に対応できるが最も多かった。

3. VAS の得点の変化

介入群と対照群の VAS の得点の差を比較したものを表 6 に示した。「出産方法について関心を持っている」の項目において介入群が対照群に比べて得点の上昇が見られ、有意差があった($F=4.282, p=0.048$)。

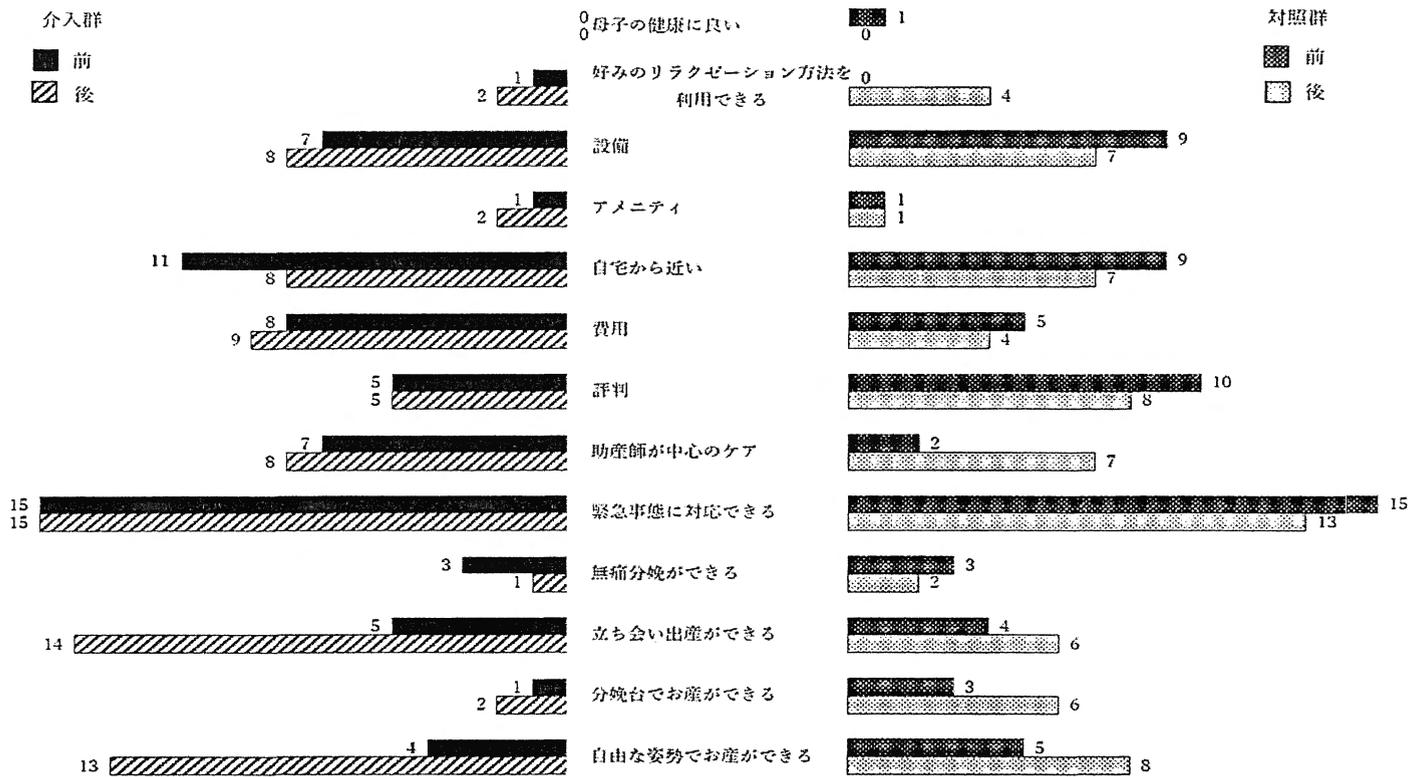


図3 出産場所を選ぶ際に大切なもの(複数回答)

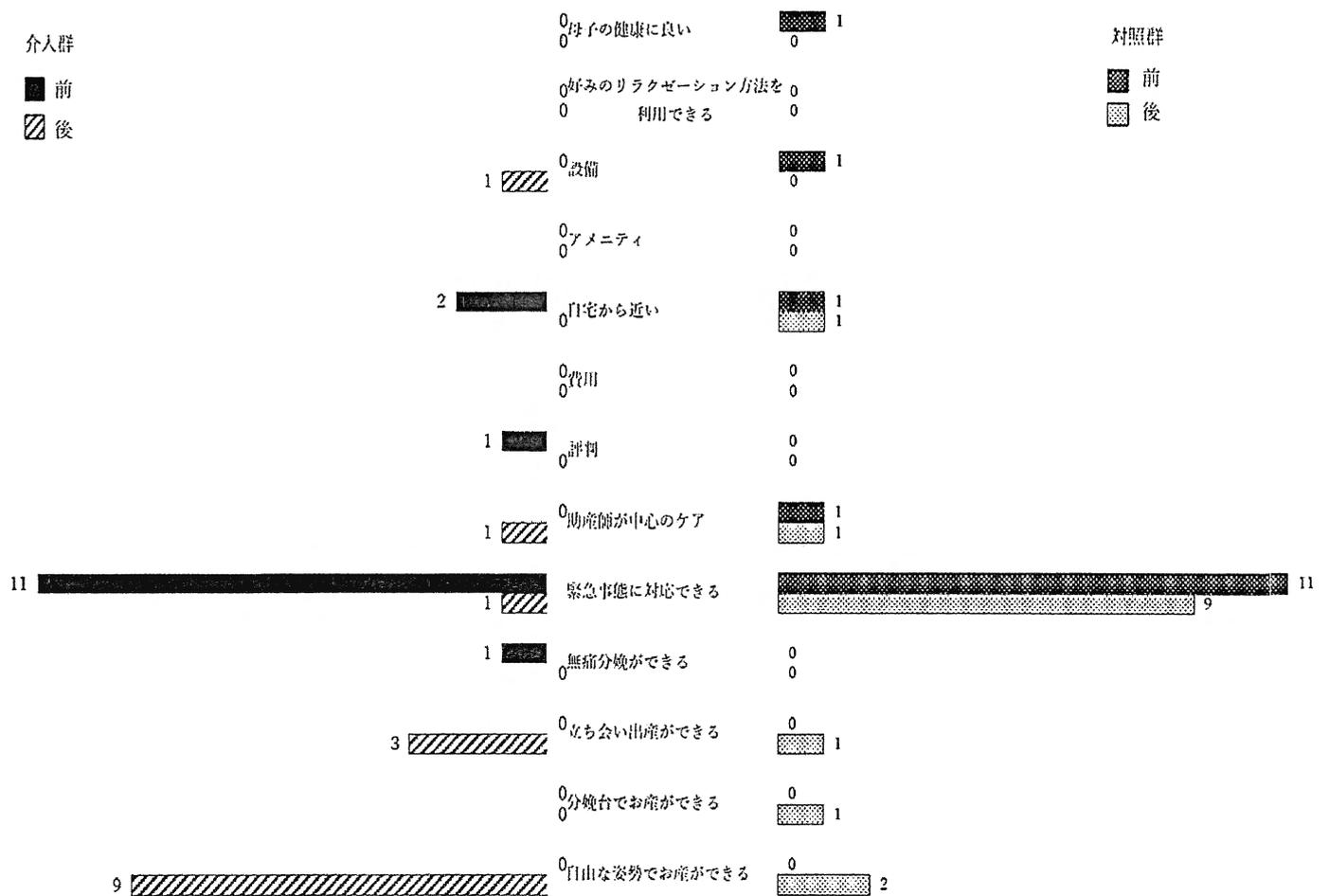


図4 出産場所を選ぶ際に最も大切なもの(単一回答)

表6 介入群と対照群のVASの得点の差の比較

	介入群		対照群		P 値
	介入前	介入後	パンフレット配布前	パンフレット配布後	
	平均値, SD	平均値, SD	平均値, SD	平均値, SD	
自分の健康状態に常に関心を持っている	69.9, 14.2	79.9, 17.1	76.3, 14.4	84.6, 12.3	0.957
バランスの良い食事を行おうと思う	66.0, 20.5	88.5, 11.7	84.0, 12.5	88.7, 9.4	0.076
運動を行おうと思う	84.2, 23.3	91.5, 9.2	75.4, 24.8	86.6, 13.3	0.541
今の健康状態が将来の子どもに影響すると思う	80.5, 20.6	88.7, 12.3	63.1, 33.5	86.3, 12.4	0.662
十分に睡眠をとり、規則正しい生活をしようと思う	74.6, 17.1	88.6, 10.8	82.7, 14.9	90.3, 10.3	0.732
将来出産したいと考えている	81.5, 24.8	86.4, 17.8	89.9, 16.7	88.7, 16.3	0.103
出産場所について関心を持っている	48.8, 25.2	88.3, 14.6	45.7, 28.3	75.9, 20.9	0.072
出産方法について関心を持っている	63.2, 33.7	87.8, 14.0	59.5, 24.7	76.1, 18.6	0.048*
自分の出産についてイメージを持っている	34.9, 27.5	64.9, 20.3	36.9, 24.9	53.6, 24.3	0.093
自分の出産について現実的に考えている	44.8, 26.5	73.0, 17.6	33.1, 27.2	57.9, 21.4	0.112

共分散分析 *P<.05

VI. 考察

1. 出産場所、出産方法についての情報提供

VASによる出産方法の関心についての項目で、介入群に得点の上昇が見られ、対照群と比べて上昇の程度に有意差がみられた。また、出産場所を選ぶために大切なものとしては、介入前は「緊急事態に対応できる」が最も多かったが、介入後は「立ち会い出産ができる」「自由な姿勢でお産ができる」を選択する者が増加するなど、プログラムを実施することにより出産に対する意識の変化が見られた。健康教育で対象者の行動変容を促すためには、教育面からの支援を行い、行動変容への動機づけや、行動変容に必要な知識・技術の習得を促していくことが必要であるとされていることから(中村,2017)、本研究で、出産に関する講義、演習を通して知識・技術の提供を行うことが、出産方法の関心を高めるために効果的であったと考える。

香川県助産師会でも、女子大学生を対象に

「プレ大人たちへのメッセージ～大学生助産師と出会う～種まきプロジェクト」として、女性の体のしくみや、出産場所、出産方法のバリエーションなどの講義が行われていることが報告されていることから(岡本ら,2017)、妊娠前から出産を現実的に考えられるような支援は重要であると考えられる。しかし、出産に関するプログラムの実践報告はされているが、その効果を測定した先行研究は見当たらず、出産に対する知識や技術を習得する機会も少ないと考えられる。

本研究で、出産や健康に関するプログラムを行うことで、出産に対する意識や認識に変化が見られたことから、今後も継続して、青年期女性が、出産や健康についての知識を得る機会を設けることが、出産方法の関心を高めるため支援として重要であると考えられる。

また、先行研究において、「お産のやり方が気に入った」という人は出産満足度が高くなるなど、出産方法が出産満足度に影響している

ことが明らかになっており(島田ら,2012)、出産方法に関心が高まることにより、将来出産する際に主体的に出産方法を選択し、自分らしく満足のできる出産を行えるようになることと考える。そして、豊かな出産体験をすることにより、母親役割を肯定的に捉えられたり、育児に対する不安や困難感が軽減することも明らかになっており(竹原ら,2009)、産後の育児不安を軽減し、スムーズな育児を行うためにも、出産方法に関心を持ち、主体的に出産方法を選択し、自分らしい豊かな出産体験が行えるよう支援を行うことが重要である。

一方で、プログラムを行うためには、費用や時間、実施場所などを考慮することが必要となり、全ての青年期女性に対して講義や体験を実施することは困難であると考えられる。本研究では、対照群にも出産や健康に関するパンフレットを配布したところ、VASの「将来出産したいと考えている」という項目以外で得点の上昇が見られた。よって、パンフレット配布のみでも、出産や健康についての意識や認識への変化に影響を及ぼすと考えられ、青年期女性への情報提供の1つとしてパンフレットを配布することも有効な支援であると考えられる。

また、出産場所を選ぶために大切なものとして、「緊急事態に対応できる」は、介入群、対照群ともに最も多かった。現在、約99%が病院・診療所での出産となっているが(厚生労働省 人口動態・保健社会統計室,2016)、安全性を第一に考えて、緊急時に速やかに対応が可能な病院や診療所が出産場所として選択されていると考えられる。知っている出産場所においては、院内助産システムはほとんどの学生が知らないことが明らかになった。日本看護協会では、2008年より「院内助産システムの推進3カ年計画」を策定するなど、妊産婦にとって安心・安全で満足度の高い出産環境を実現するために院内助産システムが推進されており、院内助産のある病院数は、2011年は110件であったが、2014年には127件になるなど増加しているが(厚生労働省医政局看護課看護企画係,n.d.)、未だ認知度は低いと考えら

れる。出産年齢の上昇などによりハイリスク分娩が増加している現状の中で、より安全な出産環境が求められると考えられるが、安全性を求める中でも妊産婦の主体性を尊重し、産科医と助産師の協働のもとで安心・安全で快適なケアを受けられる院内助産システムについて情報提供を行うことは、出産満足度を高める支援の1つとして重要であると考えられる。

2. 将来の妊娠・出産に向けた健康管理への支援

本研究において、食事摂取状況について調査した結果、適切な食事摂取が行えていない者が存在していた。平成28年の国民健康・栄養調査においても、20歳代での朝食の欠食率が23.1%と他の年齢に比べ最も多くなっていることが明らかになっているなど、若者の不適切な食生活については注目すべき課題であると考えられる。また、体型の認識を適切に行えていない者も存在していた。鈴木ら(2008)の研究より、女子大学生において、現在の体重より低い体重を理想とするなど、やせ願望があることが明らかにされており、やせ願望により適切な体型の認識が行えていなかったり、適切な食事摂取を行えず、青年期女性のやせの者の割合は高くなっていると考えられる。女子大学生がやせ願望を抱く要因として、テレビのモデルやタレントを見て、「おしゃれのために痩せている方が良い」と考える者が多いことが明らかになっており(森ら,2012)、メディアの影響などから体型についての認識が適切に行えず、やせ願望を抱いていると考えられるため、メディアに影響されず、自身の体型について適切な認識ができるよう支援する必要がある。

やせや不適切な食事摂取は低出生体重児の出産、卵巣機能の低下など妊娠・出産に影響を及ぼす(「健やか親子21」推進検討会,2006)。また、母親の食育の関心が低いと、適切に食事摂取を行っている子どもの割合が少なくなることも明らかになっており(竹下ら,2016)、食事摂取は次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるため、自身の体型を適

切に認識し、妊娠前からバランスのよい食事摂取ができるような支援が必要である。

今回の対象者は、VASの健康に関する質問項目における平均点は高く、運動習慣のあるものが半数以上と健康に関する意識が高い集団であったと考えられる。しかし、「自分の出産について現実的に考えている」という項目では、介入前 44.8 点、パンフレット配布前 33.1 点と低いことから、規則正しい生活習慣をしたいという思いや、次世代への影響は考えているが、妊娠や出産を身近で現実的なものとして捉えて、生活習慣を送ることはできていない可能性があると考えられる。谷津ら(2016)の研究においても、多くの女性が出産に対して現実味が乏しく、その理由の1つとして、「優先順位の低い時期不相応なもの」と考えている者が存在することが明らかになっている。女性の高校、大学の新卒者の就職率や女性全体の就業者数が増加していることから(厚生労働省 雇用均等・児童家庭局,n.d.)、妊娠や出産よりも仕事などに対する優先順位が高くなり、妊娠や出産に対して現実的なものとして捉えることができていると考える。さらには、妊よう性の低下が 20 歳代後半より加齢とともに徐々に始まり、35歳以降の卵巣予備能の低下に伴い急激に低下することを認知していない者が多く(久保,2011)、一般学生の妊娠適齢期の認知度は低いことも明らかになっていることから(岡崎ら,2015)、いつでも妊娠や出産をできると考えており、今すぐに現実的に考えなければならぬという認識が低くなっていることも考えられる。しかし、妊娠、出産には適した年齢があり、現在の生活習慣が次世代の健康にも影響を及ぼすため、妊娠や出産を身近なものとして捉え、現実的に考えられるよう支援を行うことが重要と考える。

また、本研究では、VAS の健康に関する質問項目に対して、介入群と対照群に有意差は見られなかったが、介入群、対照群ともに得点の上昇が見られた。パンフレットや講義内容の中で、生活習慣が妊娠や出産に及ぼす影響について具体的に示したことで、自身の生活

習慣を見直す機会となり、意識の変化が見られたと考えられる。したがって、パンフレットなどを用いて、具体的に今の生活習慣が妊娠や出産、次世代への健康にどのような影響を及ぼすのかを示すことが、生活習慣の改善を行うための支援として重要であると考ええる。

3. 研究の限界と今後の課題

本研究において、妊娠・出産を具体的に考えるようなプログラムを行うことで、出産に関する意識、認識の変化に効果があるという貴重な結果が得られたと考えられる。しかし、今回の対象者は、元々出産や自身の健康に対して興味があり、参加意欲のある学生の集団であり、意識が高い者が多かったと考えられる。また、実施場所が遠方であったため、身近な場所で実施することによってより多くの学生に参加していただくことが期待できると考える。

今回は VAS の出産方法への関心以外の項目では有意差は見られなかったため、今後の課題として、妊娠や出産を見据えた健康管理の重要性を具体的に考えたり、より具体的な出産イメージをもてるようなプログラムの内容を検討していくことが重要であると考ええる。

VII. 結論

1. 具体的に講義により出産方法の情報提供を行い、分娩台やフリースタイル分娩など出産方法の体験をすることで、出産方法の関心は高まることが明らかになった。
2. パンフレットでも出産場所や出産方法のバリエーション、生活習慣が妊娠・出産に及ぼす影響について示すことで、出産や健康への意識、認識に影響を及ぼすことが明らかになった。
3. 出産場所を選ぶために、「緊急事態に対応できる」ということを多くの学生が大切にしており、出産場所として院内助産システムはほとんどの学生が知らないことが明らかになった。

謝辞

本研究に際し、研究の趣旨をご理解いただ

き、御協力くださいました皆様に心より御礼申し上げます。ならびに本研究に際し、ご指導を賜りました飯田順三教授、石澤美保子教授、女性健康・助産学専攻の先生方に心から感謝いたします。なお、本研究は、奈良県立医科大学大学院看護学研究科に2018年度提出した修士論文の一部を加筆修正したものである。

引用・参考文献

平出美栄子.宮崎文字.松崎政代.(2015).助産所出生数の減少解明に向けた出産施設選択に関する調査研究 -マーケティングの概念を視座として-.日本助産学会誌,29(1),87-97.

亀崎明子.田中満由美.村上裕紀.(2012).大学1年生が今までに受けた性教育の内容と性の知識・意識・行動の実態および性教育の課題.山口県母性衛生学会誌,28,6-12.

小林正子.渡邊典子.(2008).初経産婦別の出産場所別にみた産む人の意識、行動と選択基準.新潟青陵大学紀要,8,9-20.

公益社団法人 日本看護協会.(n.d.).地域包括ケアにおける看護提供体制の構築 院内助産システムについて.

<https://www.nurse.or.jp/nursing/josan/oyakudachi/kanren/2011/innaijosan.html>(検索日2018-10-15)

厚生労働省医政局看護課 看護企画係.(n.d.).院内助産・助産師外来について 院内助産・助産師外来の推進の背景と目的.https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10800000-Iseikyoku/josan_suishin.pdf(検索日2018-10-15)

厚生労働省 人口動態・保健社会統計室.(2016).出生数,出生の場所・出生時の立会者・都道府県・市部一郡部(21大都市再掲)別.<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00450011&tstat=000001028897&cycle=7&year=20150&month=0&tclass1=000001053058&tclass2=000001053061&tclass3=000001053073&tclass4>

=000001053075(検索日2018年6月21日)厚生労働省 人口動態・保健社会統計室.(2017).平成29年(2017)人口動態統計の年間推計.

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suikai17/dl/2017gaiyou.pdf>(検索日2018年8月6日)

厚生労働省 雇用均等・児童家庭局.(n.d.).平成28年版 働く女性の実情.

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/josei-jitsujo/dl/16a.pdf>(検索日2018年11月30日)

久保春海.(2011).【不妊診療のすべて】ART(生殖補助医療)ARTをめぐる最近のトピックス.産婦人科治療,102,481-488.

森由紀.山本存.倉賀野妙子.(2012).女子大生のおしゃれ意識がもたらす瘦身願望と健康状況 -食行動・運動習慣との関連において-.日本家政学会誌,63(6),309-318.

中村幸代.(2017).健康教育とは.助産学講座5 助産診断・技術学I.(pp167).医学書院.

岡本登美子.櫻井裕子.池田利江他.(2017).助産所部会だより プレ大人たちへのメッセージ~大学生助産師と出会う~種まきプロジェクト実践報告.助産師,71(2),126-127.

岡崎愉加.吉田杏子.三島克織.原田さゆり.(2015).女子大学生の妊娠適齢期に関する知識と意識 看護学生と一般学生の比較.日本性科学会雑誌,33(1),37-46.

島田三恵子.縣俊彦.新田紀枝他.(2007).利用者が望む快適な妊娠出産育児ケアの調査研究-「女性にとって満足なお産」の指標に関する研究-.厚生労働科学研究費補助金(子ども家庭総合研究事業)分担研究報告書第二部.118-125.

島田三恵子.杉本充弘.藤井知行他.(2012).母親が望む安全で満足な妊娠出産に関する全国調査-科学的根拠に基づく快適で安全な妊娠出産のためのガイドラインの改訂-.平成23年度厚生労働科学研究(政策科学総合研究事業)分担報告書.

「健やか親子21」推進検討会(食を通じた妊産

- 婦の健康支援方策研究会).(2006).妊産婦のための食生活指針 —「健やか親子21」推進検討会報告書一.
<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/02/h0201-3a.html>(検索日 2018年6月21日)
- 鈴木恵美,牧川優.(2008).女子学生の体型認識とやせ願望の現状.園田学園女子大学論文集,42,55-61.
- 高澤和永.(2013).内分泌器官の構造と機能.系統看護学講座 専門分野Ⅱ 成人看護学 6.(pp20).医学書院.
- 竹原健二,野口真貴子,嶋根卓也他.(2009).豊かな出産体験がその後の女性の育児に及ぼす心理的な影響.日本公衆衛生雑誌,56(5),312-321.
- 竹下登紀子,小嶋汐美,木村雅美他.(2016).幼児の食・生活習慣・健康についての横断調査～母親の食育への関心の有無による検討～.日本栄養士会雑誌,59(8),24-32.
- 谷津裕子,芥川有理,佐々木美喜,他.(2016).20代女性の出産イメージの特徴.日本助産学会誌,30(1),57-67.
- 安友裕子,山中麻希,立花詠子他.(2015).女子大学生のボディイメージと栄養摂取状況の検討.名古屋学芸大学健康・栄養研究所年報,(7),15-24.