



医歯学系 准教授
関島 香代子
SEKIJIMA Kayoko

医歯学系 教授
有森 直子
ARIMORI Naoko

医歯学系 准教授
西方 真弓 NISHIKATA Mayumi
医歯学系 助教
柳生田 紀子 YAGYUUDA Noriko

専門分野

母子保健、ウィメンズヘルス、遺伝看護学、母性看護学、助産学

医療・健康・福祉

母親、父親、みんなが笑顔で子育て！ ～ 周産期・子育て期の健康促進方略とは ～

キーワード

子育て、子育て支援、睡眠、母親、父親、健康促進

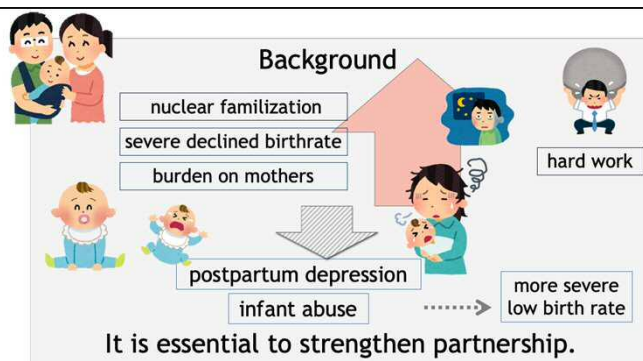
研究の目的、概要、期待される効果

妊娠は、受精卵が生じた時点から分娩に至る進行性の変化です。妊娠した女性は約10か月に渡りダイナミックに心身を変化させ、分娩を担って（子どもが出生）家族を産み出します。その後は短期間のうちに身体を回復させつつ母乳育児など新しい子どもの子育てが始まります。

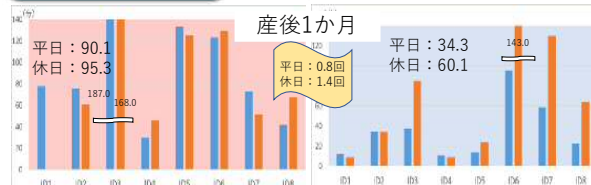
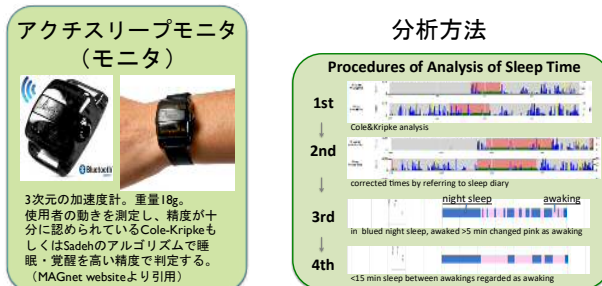
出産後は、昼夜を問わない子どもの世話が加わり、母親のみならず、社会生活との両立を迫られ模索する父親も、夜は眠れず、昼も眠れず、緊張の多い時期です。出産年齢の高年齢は、母体の合併症（持病）のケアが必要な場合や、同時に家族も高年齢ゆえに介護が必要な場合もあります。近年は、新型コロナウイルス感染症対策も追い打ちを掛け、子育てに関わるさまざまな課題が浮き彫りになっています。育児不安／産後うつ病／児童虐待、DVIは、待ったなしの状況です。

よりよい健康状態で相互に協力的であることが望まれますが、実態は果たしてどうでしょうか？

「より健康で、みんなが笑顔で子育て期」の実現に寄与すべく、子育てサポートの方策、妊娠前からの準備・セルフケア方略への示唆を導けるような研究を進めています。



子育て期は、ストレスの多い、健康が脅かされる時期
十分な睡眠が必要だが、昼夜を問わない子どもの世話も必要



果たして、どのくらい睡眠はとれているのか？
「よい睡眠」に向けてどのように睡眠をとればいいのか？

関連する
知的財産
論文 等

An observational longitudinal study among first parents for sleeping (third report) - difference of in/out bed time and subjective health conditions at third trimester, one month and three months after childbirth -. The 9th Congress of Asian Sleep Research Society (ASRS)
出産後女性の月経、ホルモン値の回復の検討 産後3ヵ月までの観察研究. 母性衛生, 593(3), 323, 2018.

アピールポイント

子どもだった頃の楽しかったあんなことこんなことをいまの子どもたちにも！そんな子どもの成長を笑顔で見守る親たちを支えられる社会に！を目指し、微力ながら取り組んでいます。

つながりたい分野（産業界、自治体等）

・母親・父親（予備軍含む）への支援として、子育てのアドバンテージ（負担のみでない）を明確化し共有できる仕組みを考えたいです。
→保育・教育、栄養・農学、経済・経営、法律等の専門者、実践者のみなさん