

## 妊産婦を孤立させないで！

### 家庭用エコーを使った妊産婦の不安解消、うつ予防に関するアンケート調査

一般財団法人日本女性財団（本社：東京都千代田区大手町、代表理事：対馬ルリ子、以下 日本女性財団）は、妊産婦健康支援の一環として、国内の妊婦および出産後1年以内の妊産婦を対象とした「家庭用超音波エコー使用による妊産婦（夫婦/パートナー）の心理・態度変容に関する調査」を株式会社 Border（東京都港区、以下 ボーダー）と共同で実施しました。

フェムテックの一つである家庭用エコーを使用し胎児の様子を見ることが、妊産婦およびそのパートナーへどのような影響があるかについて調べた本調査では、家庭用エコーの使用経験者において不安軽減（97.5%）パートナーの理解/サポート向上（91.1%）など、非使用者と比較して効果を感じた人が多かったので報告します。

日本女性財団は、すべての女性が健康で生きやすく、活躍できる社会を目指して活動、「女性たちに、生き抜く力を。」を合言葉に、女性の身体的・精神的・社会的ウェルビーイング課題を解決するため、医師と企業、有志が協力して調査研究、健康啓発、政策提言を行っています。

#### — 記 —

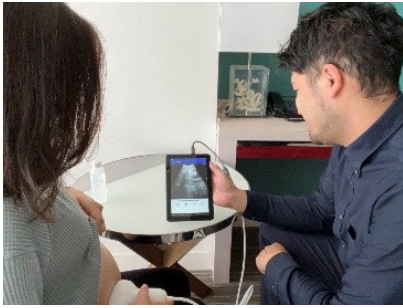
#### 【調査内容】

日本女性財団とボーダーは妊産婦健康支援の一環として、国内の妊婦および出産後1年以内の妊産婦602名を対象に「家庭用超音波エコー使用による妊産婦（夫婦/パートナー）の心理・態度変容に関する調査」を実施しました。（調査期間：2023/4/22-4/30）

従来、産婦人科医が妊婦健診で医学的な診断のために用いる超音波断層装置（通称エコー）が、現在では技術的な進歩により家庭でパーソナルユースできるギアとして普及しつつあります。妊婦向けの家庭用エコーサービスは、株式会社レキオパワー（沖縄県）が開発し、ボーダーが世界に先駆けて提供を開始したものです。

エコーは人体への害がなく何度でも繰り返し胎児の状態をリアルタイムに見ることができる装置です。現在では、妊婦さんや家族が、家庭で安全にかつ安心してお腹の中の赤ちゃんを見ることができるツールとしても活用されるようになりました。

今回の調査では、カップルや家族が、自宅でパートナーと一緒にエコーを使用し赤ちゃんの様子を見ることが、妊産婦およびそのパートナーへどのような影響があるかについて調べ、家庭用エコーの使用経験者において不安軽減（97.5%）パートナーの理解/サポート向上（91.1%）など、非使用者と比較してかなり良い効果を感じていることがわかりました。



【エコーを共に使用する夫婦】



【家族時間にエコーを使用】



【スマホやPCにつないで簡単に見られる】

【調査結果の概要】

7割の女性が妊娠に不安を感じているが、家庭用エコー使用した女性は9割以上が不安減

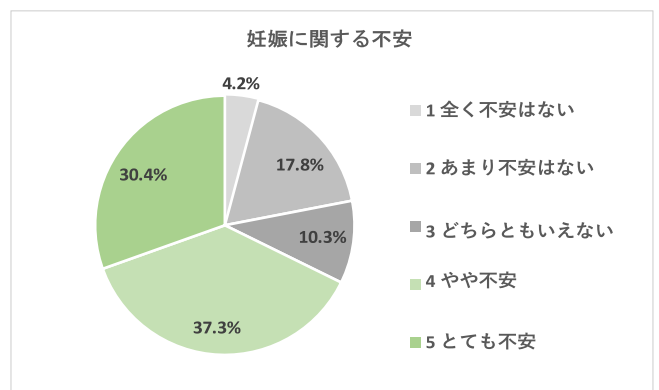
今回の調査は、2023年4月にインターネット上において602名の妊産婦を対象に行いました。

その結果、67.6%の妊産婦が、妊娠に関して「やや不安」「とても不安」に感じたと回答しました。「胎動を感じられないとき」に不安を感じたと答えた女性は69.2%でした。しかし家庭用エコー使用した女性では、それにより「妊娠中の不安が少なくなった、解消した」という回答が97.5%にのぼり、家庭用エコー使用が、妊娠時の不安軽減に役立つことが示唆されました。

妊婦健診は、通常妊娠22週までは4週間に一度しか行われません。一方20週ごろまでは胎動は感じないものなので、家庭で次の健診を待つ間に胎児の状態を案じる不安は、大きなストレスになっている可能性があります。また、まだお腹が目立たない大きさなので、パートナーや社会の配慮やサポートが得られにくいことがあります。今回、家庭用エコーを使用した女性は、それによって安心し不安が和らいだ、パートナーの理解やサポートを受けやすくなったと答えています。

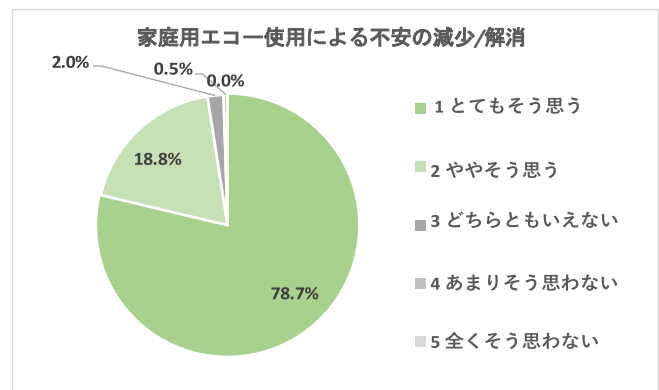
妊娠に関して、あなたはどの程度不安を感じていますか（感じましたか）？（SA）

	全体	回答数	%
1	全く不安はない	25	4.2
2	あまり不安はない	107	17.8
3	どちらともいえない	62	10.3
4	やや不安	224	37.2
5	とても不安	183	30.4



家庭用エコーを使用したことで、不安が少なくなったり、解消したと思いますか？（SA）

	回答数	%	
全体	202	100.0	
1	とてもそう思う	159	78.7
2	ややそう思う	38	18.8
3	どちらともいえない	4	2.0
4	あまりそう思わない	1	0.5
5	全くそう思わない	0	0.0



家庭用エコーの使用により、76.7%が「パートナーの妊娠に対する理解度やサポートが向上した」と回答

今回の調査では、家庭用エコー使用により 76.7%が「パートナーの妊娠に対する理解度やサポートが向上した」と回答しました。

「妊娠以降、パートナー（配偶者）はあなたの心身をどの程度気遣っている（気遣っていた）と思いますか？」という問いに対し、家庭用エコー使用者の 91.1%が「とても気遣っていた」「少し気遣っていた」と回答したのに対し、エコー非使用者では 76.3%でした。

調査では、カップルがエコーを通じて胎児を見ることで「産前から家族の時間を過ごすことができた」「夫の妊娠についての理解が深まった」という感想が多く寄せられました。家庭用エコーを使って赤ちゃんを迎える気持ちを育てる時間は、パートナーシップを促進し、妊娠への理解を深め、男性の育児参加を促す効果を期待できます。

#### 産前産後うつの予防になることを期待します

4人に1人が産後うつを発症しているという調査結果（※）があります。その原因は妊娠・出産に対する不安、また周囲のサポート不足による孤立と考えられています。今回の調査では、家庭用エコー使用により 85.1%が「パートナーとのコミュニケーションが増えた」と回答し「周囲の人たちとのコミュニケーションが増えた」との回答も 61.9%となりました。

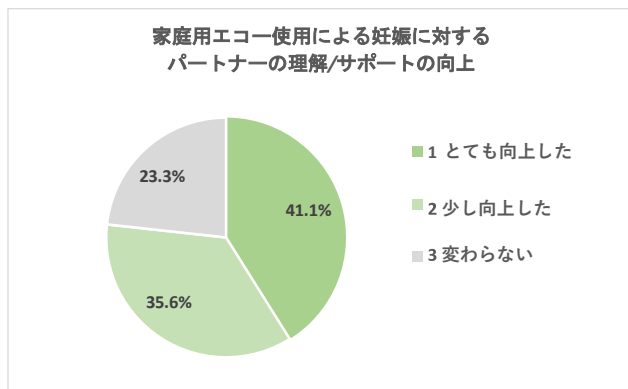
エコーで赤ちゃんを見るのがパートナーや周囲とのコミュニケーションを増やすきっかけとなり、特に男性にとっては父親としての自覚が芽生える可能性が期待できます。

産前産後はうつ病を発症しやすい時期です。家庭用エコーなどフェムテックの発展によって、女性やカップルのコミュニケーションが増え、産前産後のうつ予防・解消につながることを期待します。

（※）松島みどり(2020年9月)「The COVID-19 Pandemic and Mental Well-Being of Pregnant Women in Japan: Need for Economic and Social Policy Interventions」<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32907687/>(2023年6月10日)

家庭用エコーを使用したことで、パートナーの妊娠に対する理解度やサポートが向上したと感じますか？（SA）

	回答数	%
全体	202	100.0
1 とても向上した	83	41.1
2 少し向上した	72	35.6
3 変わらない	47	23.3



#### 家庭用エコーは、世界に先駆けた産前産後フェムテックサービス

妊産婦に対する胎児エコー診断は、わが国が最も世界に誇る医療サービスの一つであり、母子保健、妊産婦健診事業とともに発展して来ました。産後ケアも、産後1年間の産後健診、メンタルヘルスサポート、骨盤底リハビリ（尿もれや腰痛、恥骨痛改善）とともにこれから必要とされる分野です。

家庭用エコーは、今後、助産師や理学療法士が産後の骨盤底指導にも使える可能性があり、今後の普及が期待されます。また、妊娠中や産後の不安軽減、家族コミュニケーションの促進が、企業の、妊産婦や妊産婦を抱える従業員に対する福利厚生の一環としても、利用できると思います。

【調査内容詳細】

- ・調査主体（共同リリース）：  
一般財団法人日本女性財団 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル SPACES大手町 1,2階  
株式会社Border 東京都港区白金3-7-18-503
- ・調査件名：「家庭用超音波エコー使用による妊産婦（夫婦/パートナー）の心理・態度変容に関する調査」
- ・家庭用エコー経験者使用製品：レキオパワー社製 US-304ポータブル超音波エコー「ポケمام」  
<https://pockemam.com>

調査実施：株式会社クロス・マーケティング

調査対象：現在妊娠中～出産後1年以内の妊産婦

調査対象数（定量調査）：日本国内：602人（家庭用エコーユーザー202人、非ユーザー400人）

調査期間：4月22日～4月30日実施

調査手法：①インターネットによる定性調査②個別インタビューによる定性調査

「エコー使用による妊産婦向けの心理態度変容調査4月22日～4月30日実施」

以上

【本リリースに関するお問い合わせ先】

●家庭用エコー使用経験者への取材、関連する写真素材をご希望の場合  
妊産婦フェムテック広報事務局（株式会社ボーダー内）  
東京都港区白金3-7-18-503  
広報担当：高多/舟津 事務局担当電話：080-9097-7070  
Mail：[pokemam@borders.co.jp](mailto:pokemam@borders.co.jp)

▶ エコーで撮影した胎児の動画



●日本女性財団および本調査（医師への取材）に関するお問い合わせ  
担当：日本女性財団 広報担当 内田容子／高城友起子  
<https://japan-women-foundation.org/>  
[info@japan-women-foundation.org](mailto:info@japan-women-foundation.org)

●日本女性財団の連携する医師（フェムシップドクター）・支援団体などに関するお問い合わせ  
担当：日本女性財団事務局  
[info@japan-women-foundation.org](mailto:info@japan-women-foundation.org)  
[TEL:03-5211-8522](tel:03-5211-8522)（平日9:00-17:00）  
<https://japan-women-foundation.org>



女性たちに、生き抜く力を。

日本女性財団