

5人に1人が帝王切開、見過ごされる男性の産後うつ… 時代とともに変わった「産前産後」を10の重要課題から考える 産後リカバリープロジェクト 第1回シンポジウム 10月10日開催

一般社団法人日本リカバリー協会（事務局：神奈川県厚木市、代表理事：片野秀樹、以下 当協会）は、未病産業研究会 休養分科会を母体として参画・協賛企業とともに2022年11月に立ち上げた「産後リカバリープロジェクト」主催の『産後リカバリープロジェクト 第1回シンポジウム』を、プロジェクト参画企業であるタカラベルモント株式会社の東京本社（東京都港区）にて、2023年10月10日（火）「産後リカバリーの日」に開催することをお知らせします。

「産後リカバリープロジェクト」は、「産後」を一つのターニングポイントとして正しいヘルスケア知識を広げ、日本人の生涯にわたる健康やQOL、子どもの健全な成長をもっと社会で応援していくために立ち上げました。当プロジェクトは、一般社団法人日本疲労学会、神奈川県未病産業研究会、神戸リサーチコンプレックス協議会が後援となり、専門的な視点からのアドバイスを得ながら、今まであまり進んでいなかった産後の女性、及び夫婦へのリカバリーの意識を高める活動を行っています。



「産後リカバリープロジェクト」公式サイト：<https://www.recovery.or.jp/sungo>

■667人アンケートと10万人調査から分析した「産後リカバリー白書」を もとにした「産前産後10の重要課題2023」を発表

産後リカバリープロジェクトが実施した667人への産前産後調査から、妊娠中と子育て中を除いた女性の出産・産後に対する印象は「大変」83.8%に対し「幸せ」は51.4%という回答になりました。この結果から「大変そうだから」と、子どもを持つことを躊躇している人もいるかもしれないということがわかります。

また、働く女性の増加や、家族形態の多様化など、数十年前とは社会が大きく変わり、産前産後に関しても、帝王切開で出産する人が5人に1人というデータ^(※1)や、男性の産後うつが増えていると言われるなど、大きく変化していることもあります。

今回開催する『産後リカバリープロジェクト 第1回シンポジウム』では今、本当に必要なサポートとは何かを参加者と考えていきます。

(※1) *厚生労働省：令和2(2020)年医療施設（静態・動態）調査（確定数）・病院報告の概況

私たち産後リカバリープロジェクトは、この出産・産後に対する印象に少しでも変化をもたらしたいと考え、同調査結果及び、専門家の意見などに基づき、産前産後の課題を「産前産後10の重要課題2023」としてまとめ、今回開催するシンポジウムで発表するとともに、今後課題解決を考えてまいります。

SUN
GO!

産後リカバリープロジェクト

【10月10日産後リカバリーの日】

「産後リカバリープロジェクト」では、出産直後から心身ともに多忙になる「産後のお母さん」が自分の心と体をいたわることができ、支える家族や周囲の人、社会がお母さん自身の疲労にも目を向けるきっかけの日となることを願い、10月10日を「産後リカバリーの日」と制定しました。日付は妊娠期間をいう言葉「十月十日（とつきとおか）」に由来し、「妊娠から出産までと同じくらいの産後期間、心と体のリカバリーも大切にしてほしい」との思いを込めています。

「産後リカバリープロジェクト 第1回シンポジウム」開催概要

- 開催日時： 2023年10月10日（火）15:30～17:30（開場15:00）
開催場所： 東京都港区赤坂7-1-19 タカラベルmont株式会社
参加者： 産前産後に関連する有識者、参画企業等
応募方法： 専用フォームにてお申込み（事前登録制）
【専用フォーム】<https://form.run/@venex-j-UhkeQe9u09klfFnJfcGP>
応募締め切り： 2023年10月6日（金）18:00
参加費： 無料
プログラム：
・開催挨拶
神奈川県 政策局いのち・未来戦略本部室 未病産業担当部長 牧野様
・「産後リカバリープロジェクト」が目指すこと
・「産前産後10の重要課題2023」発表
・講演：千葉工業大学 野村由実氏
・パネルディスカッション…テーマ「10の重要課題（予定）」
・閉会挨拶、名刺交換

※応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

※プログラム内容は、一部変更になる場合がございます。

※取材をご希望の報道関係の方は、以下広報事務局までお問合せください。

一般社団法人日本リカバリー協会 広報事務局

担当： 柴山（携帯：070-1389-0172）E-mail：pr@netamoto.co.jp

【10月10日 産後リカバリーの日協賛企業】

株式会社ベネクス／タカラベルmont株式会社／株式会社大広（大広フェムテック・フェムケアラボ）／一般社団法人日本リカバリー協会／プレミアアンチエイジング株式会社／株式会社ポーラ／ガーミンジャパン株式会社／株式会社ビ・メイク／日本トイザらス株式会社（順不同）



美しい人生を、かなえよう。



mamaniere



【調査概要】

調査名：「産前産後に関するアンケート 2023」

期間：2023年8月21日～9月20日／調査対象：全国の20～69歳の667人／男性130人、女性537人（一般（妊活中含む）105人、妊娠中（マタニティー期）26人、出産後（子ども年齢：0か月～2歳未満）164人、出産後（子ども年齢：2年以上）195人）／調査方法：インターネット調査／調査項目：27問

調査名：「ココロの体力測定 2023」（「産後リハビリ白書」）

期間：2023年4月18日～5月23日／SCR調査対象：全国の20～79歳の10万人（男女各5万人）／調査方法：インターネット調査／調査項目：10問

※疲労度合項目：厚生労働省「ストレスチェック」B項目を基に独自加工して、点数化

※集計データ：県・年齢を実際の人口でウェイト修正を行い活用

抽出対象：全国の20-49歳／女性：30,462人（マタニティー期：2,025人、生後0-3か月：409人、生後4-6か月：668人、生後7-12か月：831人、その他未就学児あり：7,110人）／男性：20,594人（マタニティー期：501人、生後0-3か月：166人、生後4-6か月：237人、生後7-12か月：252人、その他未就学児あり：2,935人）

【産後リハビリプロジェクト 参画企業】※2023年9月20日現在

株式会社ベネクス／タカラベルモント株式会社／株式会社大広（大広フェムテック・フェムケアラボ）／一般社団法人日本リハビリ協会／SOMP Oひまわり生命保険株式会社／プレミアアンチエイジング株式会社／東洋紡株式会社／株式会社ポーラ／ガミンジャパン株式会社／株式会社ピ・メーク／日本トイザラス株式会社（入会順）

（後援）一般社団法人日本疲労学会／神奈川県末病産業研究会／神戸リサーチコンプレックス協議会

【一般社団法人日本リハビリ協会 概要】

リハビリ（休養）リテラシーの向上で、一億総主人公化社会に

「とても疲れてしまったので明日会社（学校）を休ませて頂けませんか？」

こんな相談を受けた場合、あなたはどのように応えますか。

あなたの応えそのまま、日本社会の休養に対する考え方だと私たちは思っています。

国民の2人に1人が疲労を抱えて生活を送っている現代において、休むことの大切さを伝え、その重要性についての啓発・教育などの実践に取り組むことで、社会の休養リテラシーの向上により人と休養の関係性を変え、さらに科学に裏付けられたソリューションの提案を行う休養市場を創造し、ヒトが元気に意欲的に生活できる社会（各個人が主人公のような社会）を一般社団法人日本リハビリ協会では目指しています。

所在地：神奈川県厚木市中町4-4-13 浅岡ビル4階

会長：渡辺恭良

（理化学研究所生命機能科学研究センター チームリーダー、大阪市立大学大学院医学研究科 名誉教授）

副会長：水野敬

（理化学研究所生命機能科学研究センター ユニットリーダー、大阪市立大学健康科学イノベーションセンター センター副所長）

顧問：大谷泰夫（神奈川県立保健福祉大学 理事長、元内閣官房参与）

杉田正明（日本体育大学体育学部 教授、日本陸連 科学委員会委員長）

松木秀明（東海大学 名誉教授、健康評価施設査定機構 理事）

代表理事：片野秀樹 博士（医学）（日本未病総合研究所講師、Genki Vital Academy 顧問）

提携：ゲンキ・バイタルアカデミー（スイス）

URL：<https://www.recovery.or.jp/>

公式情報サイト「Recobal（リカバル）」URL：<https://recover-bar.jp/>

<報道関係者お問い合わせ先>

一般社団法人日本リハビリ協会 広報事務局

担当：柴山 TEL：070-1389-0172

メール：pr@netamoto.co.jp