

## 引用文献

- 秋本美加. (2019). 産後 1 か月までの母親の疲労感と産後ケアニーズの特徴. 母性衛生, 59(4), 861-868.
- 荒木奈緒, 安藤由美子, 梅本智子, 五十嵐雪枝. (2016). 出産病院で実施される産後 1~3 か月の母親を対象とした子育て支援活動の効果. 母性衛生, 57(1), 183-190.
- Ashrafinia, F., Mirmohammadali, M., Rajabi, H., Kazemnejad, A., Haghighi, K. S., & Amelvalizadeh, M. (2015). Effect of Pilates exercises on postpartum maternal fatigue. Singapore medical journal, 56(3), 169.
- Daley, A. J., MacArthur, C., Winter, H. (2007). The role of exercise in treating postpartum depression: a review of the literature. Journal of midwifery & women's health, 52(1), 56-62.
- 府中市役所. (2022). ママとねんねの赤ちゃんの会 (産後ケア事業デイサービス集団型) [ウェブサイト]. <https://www.city.fuchu.tokyo.jp/kosodate/shussan/boshinokenko/jigyo/mama-nenne.html> (検索日: 2023 年 1 月 02 日)
- 福澤雪子, 山川裕子. (2006). 産後 1 か月間の母親の対児愛着と精神状態. 川崎医療福祉学会誌, 16(1), 81-89.
- グレッグ美鈴, 麻原きよみ, 横山美江. (2016). よくわかる質的研究の進め方・まとめ方第 2 版看護研究のエキスパートをめざして (pp.33-34). 医歯薬出版.
- 原田春美, 小西美智子. (2018). 両親を対象とした子育て支援プログラム立案と実践方法の検討. ヒューマンケア研究学会誌, 9(2), 33-43.
- 服部律子, 中嶋律子. (2000). 産褥早期から産後 13 か月の母親の疲労に関する研究 (第 2 報): マタニティブルーと産後の抑うつ症状. 小児保健研究, 59(6), 669-673.
- 本間恵美子, 遠藤恵子. (2020). 学童期の上の子と生後 3~4 か月の子どもがいる母親の育児体験. 日本母性看護学会誌, 21(1), 1-9.
- 石原留美, 安井敏之. (2017). ホルモン動態の回復過程における女性の健康状態. 香川県立保健医療大学雑誌, 8, 5-9.
- 礪山あけみ. (2018). 産後 1 か月の母親の心身の自覚に関連する要因の検討. 上智大学総合人間科学部看護学科紀要= Journal of Department of Nursing, Faculty of Human Sciences, Sophia University, (4), 13-21.
- 神谷摂子. (2021). 出産施設退院後から出産後 1 年までの子育て中の母親の気持ちと基本属性との関連--不安感, 負担感, 孤独感に着目して. 愛知県立大学看護学部紀要, 27, 55-64.

- 勝井洋,松永栄江,相馬綾子,川合旬美,高林美咲,岡部敏幸. (2014).産後女性を対象とした4年間の公益事業の取り組み.静岡県理学療法士会学術誌:静岡理学療法ジャーナル,29,22-26.
- Kawanishi, Y., Saijo, Y., Yoshioka, E., Nakagi, Y., Yoshida, T., Miyamoto, T., ... & Kishi, R. (2016). The Association between Prenatal Yoga and the Administration of Ritodrine Hydrochloride during Pregnancy: An Adjunct Study of the Japan Environment and Children's Study. *Plos one*, 11(6), e0158155.
- 小西清美,長嶺恵理子,大浦早智,大城早苗.(2018).A 市における産後ケア促進のための現状と課題:産後ケアサービスのニーズ調査から.沖縄の小児保健, 45,36-43.
- 越塚優佳. (2019) . 無痛分娩を選択し、出産した女性の体験: 出産に対する価値観に焦点をあてて[未発表の修士論文].聖路加国際大学看護学研究科.
- 厚生労働省. (2022). 厚生労働省大臣官房統計情報部編. 人口動態統計[ウェブサイト]. <https://www.e-stat.go.jp/dbview?sid=0003411600> (検索日:2023年1月02日)
- 前原邦江, 大月恵理子, 林ひろみ, 井出成美, 佐藤奈保, 小澤治美, 森恵美. (2007). 乳児をもつ家族への育児支援プログラムの開発-出産後 1~3 か月の母子を対象とした家族支援プログラムの評価. 千葉看護学会会誌, 13(2), 10-18.
- 丸山和美, 大山建司, 鈴木孝太, 山縣然太郎. (2015). 妊娠による体型の変化が身体満足度に及ぼす影響. 母性衛生, 55(4), 651-658.
- 森脇愛絵, 松崎政代, 中井佳奈, 住友陽菜. (2020). 産後の母親の疲労感に対する運動プログラムの効果に関するシステマティックレビュー. 運動疫学研究, 22(2), 73-82.
- 村井みどり, 楠見由里子, 伊東元. (2005). 妊婦および褥婦における腰痛の実態調査. 茨城県立医療大学紀要, 10, 47-53.
- 中島千英子, 永井由美子. (2020). 母親の育児情報源としての SNS 利用に関する調査. 大阪教育大学紀要. 人文社会科学・自然科学, 68, 41-49.
- 南里妃名子, 中山正教, 成清ヨシエ. (2011). 若年者の瘦身願望度が栄養素等摂取量と食事バランスに及ぼす影響. 永原学園西九州大学短期大学部紀要, 41, 19-24.
- 小笠原百恵, 永峰啓子, 尾筋淑子, 神谷映里, 曾我部美恵子, 宮本政子. (2021). 妊娠中および乳幼児を育てる母親が行う「ヨガ」に関する文献検討. 関西看護医療大学紀要, 13(1), 18-32.
- 大浦早智, 小西清美, 長嶺絵里子. (2020). 子育て中の母親の育児困難感と背景要因: 地域交流の有無による比較. 母性衛生, 61(1), 28-40.

- 澤田明菜, 鏡(関塚)真美, 太田良子, 毎田佳子. (2020). 産後 1 か月から 4 か月までの母親がもつ育児ストレスと対処行動. 日本看護科学会誌, 40, 270-278.
- 関島香代子. (2012). 子育て期早期にある女性の身体的健康. 母性衛生, 53(2), 375-382.
- 島田葉子. (2019). 育児ストレスや育児不安, 育児困難を抱える母親への育児支援の実際とその効果についての文献検討. 看護学研究紀要, 7(1), 69-81.
- 鈴木信子, 千島聡美, 中本彩希子. (2018). 子育て支援を目的としたグループワークの検討. 敬心・研究ジャーナル, 2(2), 41-48.
- 竹田省 (監), 福井トシ子 (編). (2016). 臨床助産テキスト第3巻 産褥(pp.10).メデイカ出版.
- 武田江里子. (2009). 18 か月児を持つ母親の「怒り—敵意」に関する要因および対児感情への影響—妊娠末期から産後 18 か月までの日本版 POMS による追跡調査から—. 日本助産学会誌, 23(2), 196-207.
- 竹原健二, 野口真貴子, 嶋根卓也, & 三砂ちづる. (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.
- The American College of Obstetricians and Gynecologists. (2020). Physical Activity and Exercise During Pregnancy and the Postpartum Period.[ウェブサイト].<https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/committee-opinion/articles/2020/04/physical-activity-and-exercise-during-pregnancy-and-the-postpartum-period> (検索日:2022年6月25日)
- 寅嶋静香, 遠藤紀美恵, 澤田優美. (2018). 産後 2~9 か月にある女性の身体的健康問題に対する健康運動プログラム介入の影響 (第 2 報):高齢出産群と他年齢出産群との比較から. 母性衛生, 59(2), 449-459.
- 藤内修二, 我部山キヨ子(編). (2016). 母子保健の現状と動向 地域母子保健・国際母子保健 (pp.28-31). 東京医学書院.
- 土川紗穂, 山本弘江. (2022). 産後の母親が訴える「眠れない」という体験: 初産婦の思いに焦点をあてて. 母性衛生, 62(4), 619-626.
- 上田真寿美, 足達淑子, 田中みのり, 小竹久美子, 久保田俊郎. (2014). 産後の身体活動と精神的健康度の関連: 初産婦と経産婦の比較. 母性衛生, 55(2), 350-359.
- 山田綾, 門間陽樹, 龍田希, 仲井邦彦, 有馬隆博, 八重樫伸生, 永富良一. (2021). 日本人女性における妊娠・出産・育児に伴う身体活動量の経時変化とその要因: エコチル調査宮城

ユニットセンターによる追加調査. 運動疫学研究, 2020.

柳瀬千恵子, 山田安希子, & 高橋由紀. (2021). 分娩を取り扱う助産所助産師がとらえる産後ケアと助産所の存在役割. 日本助産学会誌, 35(1), 88-98.