

<p>統合データ2022年版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p> <p>家庭と仕事の両立でやりたいタスクが終わらずストレスを抱えている。（子どもの母親（2人目以上）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月）</p> <p>長期治療中なので良い時と悪い時がある。（子どもの母親（2人目以上）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月）</p> <p>抑うつ状態(子どもの父親（1人目）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>メンタルヘルスの調子が悪く、心療内科に通っています(子どもの母親（1人目）、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産後脱毛症と産後ボケがひどイ(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>睡眠不足(子どもの父親（1人目）、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>寝不足や慢性的な疲労感(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>女の人にストーカーされ、 子宮内腺症になった。（子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月）</p> <p>いらいらする(子どもの母親（1人目）、40代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>復職後で睡眠不足 倦怠感(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>職場でのストレスと重なり、男性産後うつっぽい感じ(子どもの父親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>「よくない」というよりは「わからない」です。(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>疲れやすい(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>ぎっくり腰になりました。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>子供がイヤイヤ期で一緒にいることが時々苦痛になる(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>眠っても疲れがとれない 腹痛や下痢が多い 肩こりや頭痛(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>怪我をしてから体調があまり優れない感じがする(子どもの父親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>ワンオペのため休めない(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>2人目の切迫早産入院中(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>痩せた 疲れている(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>産後、いつも疲れている・何をしても億劫・気力がないなどの状態がよくなり、仕事を始めることもできず、家で子どもの面倒も見きれなかった。認可保育園からは出されてしまい、認可外保育園に通わせながら、いろいろと調べた結果、重度の鉄不足・タンパク質不足が原因と分かった。今はそれらの栄養を補うことで回復しつつある。(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>パニック障害の治療中です(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>産後から疲れが取れず、常にだるい(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>妊娠中のため(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>家庭不和でメンタルダウンにより睡眠不足(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>昨年、甲状腺の手術を受け、まだ甲状腺ホルモンが安定しません。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>仕事復帰して、仕事家事育児の負担が大きいため(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>持病の貧血のため(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>寝不足、肩・背中の凝り(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>低血圧(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>恥骨結合炎で歩行に難がある(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>帝王切開して4日目のため、傷が痛い。(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>全身が痛い。腰痛、肩こり、腱鞘炎、頭痛…とにかくあちこちに痛みが出ている(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>精神的疲れと頭痛等体調不良もある為(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>育児ノイローゼになっている。(子どもの父親（1人目）、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>常に疲労感がある(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>仕事か育児になり、疲れていても休めない。 行政のサポートは高くてもお金が出せないため使えない(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>寝不足、全身のコリ、貧血など色々不調があるけど誰も家事・育児はかわりがいいから解消もしない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>頭痛、睡眠不足(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>肩、首、背中、腕、腰、膝などが痛くて辛いです 寝不足も解消されることが無い(子どもの母親（1人目）、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>乳腺炎になっているため(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>頭痛や吐き気がする(子どもの母親（1人目）、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>寝てもなかなか疲れがとれず、膀胱炎やものもらいなど疲れのサインが出ているがどうしようもできない。(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>騒音問題で近所トラブルになり、お出掛けが億劫になっているが、出掛けないと迷惑かかるかもしれないとストレスになっている(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>疲れが溜まり休まることがない(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>育児で疲れているが、あまり実家にも預けられないし、今コロナで一時保育がやっていなかったため、リフレッシュする時間が取れない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>産後、頭痛腹痛が治まらない(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>後追いや夜泣き対応で少し疲弊気味(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>仕事に復帰したものの、二人目育児で疲れて体調があまり良くない。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>年齢的なものかもしれないが、産後生理不順で妊娠も出来ないで排卵が止まってしまう(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>子供6人ほぼ毎日ワンオペ育児(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>妊娠中のため(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>常に疲れている(子どもの母親（2人目以上）、20代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>双子の娘たちが4月から保育園に入った途端、風邪、複数回の中耳炎、コロナ、溶連菌感染症、突発性発疹…交互に夜泣きされ、常に看護して疲弊している。自分も副鼻腔炎、胃腸炎になり、2人同時抱っこで関節が全て痛い。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>産後の子宮がん検診の偽陽性 不安障害(子どもの母親（2人目以上）、40代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>まとまって睡眠が取れないので、常に寝不足。 仕事の疲れが取れずに翌週まで持ち越す。 常にだるさを感じる。(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>腹痛の日が多い、体調があまり優れない、腰痛(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>疲労感が抜けない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>育児うつ、pms、pmdd、喘息、腰痛、頭痛が付き。(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>肩こり、腰痛、耳鳴り、軽度難聴、睡眠不足(子どもの母親（1人目）、30代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>年齢を重ね体力が無くなり疲れやすく、いつもイライラしている(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>寝不足(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>仕事と育児の両立がしんどい(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>ストレス性なのか年齢性なのかかわからないが、通常の体調と精神ではない(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>コロナ禍になり子供が体調不良になるたび不安になることがストレスによる体調不良が増えた。肌荒れや突発性難聴。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>慢性疲労 精神的な疲労(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p>
--

<p>統合データ2022年版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p> <p>生活に追われ、休む暇がなく、疲れがとれなくて常にイライラしている。健康診断も出産後行ってないので、病気が見つかるのが怖くて行けない。（子どもの母親（2人目以上）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月）</p> <p>夜何度も目が覚める(子どもの母親（1人目）、30代後半、4歳0か月-4歳11か月）</p> <p>産後に起きた義母とのトラブルや夫のモラハラ、夫の子どもに対する精神的虐待があり、私自身のメンタル不調悪化と膝の痛み(子どもの母親（1人目）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月）</p> <p>2人目の不妊治療中なので、精神的に参る事が多くて、風邪を引きやすくなったから。（子どもの母親（1人目）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月）</p> <p>第二子妊娠中のため(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月）</p> <p>元々の病気持ちで、浮き沈みがあります(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月）</p> <p>つい先日、第二子を流産した。(子どもの母親（1人目）、30代前半、5歳0か月-5歳11か月）</p> <p>難病を患っているので、倦怠感が常にある。今年は保育園でノロウィルスの集団感染が発生し、自身と子供もかかり大変辛かった。(子どもの母親（1人目）、30代後半、5歳0か月-5歳11か月）</p> <p>疲れやすい、睡眠障害など（更年期も関わっているかもしれない）(子どもの母親（1人目）、40代前半、5歳0か月-5歳11か月）</p> <p>寝ても疲れがとれない (年齢もあると思いますが) 風邪をひきやすくなった(子どもの母親（1人目）、40代後半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>慢性的な疲れでしんどい。(子どもの母親（1人目）、40代後半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>産後高血圧になり通院中。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>疲れが溜まっている(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>2人目を出産し、育児あけの数ヶ月で疲労がピークになり、体調が悪化していると実感する。(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>寝付けなくなった。眠りが浅く、すぐ起きてしまう。日中、眠くてダルい。(子どもの母親（1人目）、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>抱っこやしすぎで首が腱鞘炎になった(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産後うつ(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>メンタル不調からくる身体の不調がある。妊娠前よりも悪化してしまった。漢方で落ち着かせている。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産後うつに近い状態なので。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>まだ力を入れてと傷が痛い(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産前産後の一時的な保育園利用ができず2人目を出産し、上の子と下の子の両方を1人で見ているため(子どもの母親（2人目以上）、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>出産後間もなく身体が本調子でないため、また、睡眠時間が不足しているため。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>寝不足、夏バテによる吐き気とダルさ(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産後間もないため(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>夜間授乳に伴う睡眠不足(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>昨年膝を痛めてからコロナ禍と重なり外に出る機会が激減しました。1年が過ぎ筋肉がだいぶ減って孫育てに不安が出てきました。(子どもの祖父母、60代以上、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>子育て疲労と暑さにより発熱(抗原検査キット結果:陰性)(子どもの母親（1人目）、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>病氣入院中(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>病氣のため(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>子供が最近まで発熱して自宅で診ていたので疲れています。(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>慢性的な疲労感、不眠気味、精神面が不安定(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>寝不足、仕事との両立でまだ慣れない(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>腱鞘炎、ヘルニア、ストレートネック、腰痛、脱毛、骨盤の歪みでポロポロです(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>産後ずっと横たなところに痛みが出ていたため(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>睡眠不足。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>身体が重く、動くのがしんどい。昼も夜も寝られず、常に睡眠不足。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>2人目の産後以降免疫が落ちたのか病気がちです(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>肩こり腰痛睡眠障害(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>子供の夜泣きが毎日でかなりの寝不足。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>疲れが取れない(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>第二子妊娠によるつわりのため(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>睡眠や休む時間が取れないまま生活しています(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>職場に復帰したものの、息子がまだ夜中に夜中やミルクで起きるので十分な睡眠が取れない。寝たい。時間を気にせず寝る時間が欲しい。(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>自分の時間がもてないことにストレスが溜まっているように思う。(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>気持ちの落ち込みが激しい。気分の並みがあり子どもにぶつけることがある。(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>睡眠不足、視力低下、頭痛、目眩、体力低下(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>仕事復帰後、毎日の生活に追われ、眠ってもなかなか疲れが取れない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>子どもの些細な動きで何度も目が覚め、まとまってなかなか眠れず日中もずっと眠い(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>産後うつが続いている(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>子供の風邪がうつり、子供より悪化してしまいました。(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>産後の生理再開に伴うPMSや、年齢や体力的な問題から来るその他の不定愁訴が増えたため(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>ワンオペのためしんどい(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>気持ちが落ち込むことがあり、精神科で処方されている漢方を服用中(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>毎日孤独です(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>疲れた(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>二人目の産後、腰痛が続いている(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>肌荒れ(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>子供が保育園で風邪をもらってきたようで移りました。(子どもの父親（1人目）、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>体重が落ちてしまった(子どもの父親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>産後、足に水がたまってしまい、双子育児で医者に行く機会を逃したまま、職場復帰になってしまったため。(その他（家族・友人など詳細をご記入ください）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>切迫早産入院中(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>・3月に腰椎分離すべり症の手術を受けた。子宮筋腫もあり経過観察中。どちらが原因かはわからないが、下腹部や股関節が痛い。また、術後で行動が制限されており思うように動けず悩ましい。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>子供が風邪をなんどもひき、自分もたまにうつってしまうため。 いやいやが始まり振り回され疲れ気味(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>疲れがひどく、生理の時の症状が重くなり辛いと感じる時があります。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>仕事復帰で忙しく心身共に疲弊している(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>産後から、ずっと横になりたいような怠さが続いている。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>寝不足による体力低下 注意力低下 アトピー悪化(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>腰痛と睡眠不足(子どもの父親（1人目）、40代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>仕事の疲れと育児疲れで不調あり(子どもの母親（1人目）、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>つわり(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p>

<p>統合データ2022年版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p> <p>夏バテ。感染拡大で屋内を避けているため暑さの疲労が蓄積してる気がする。午後に使える児童館や子供の遊べる場所が知りたい(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>コロナ渦もあり、自身の心身の状況があまり良くないので、子供のイヤイヤに疲れています(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>共働きですが夫が単身赴任中で、親族も遠方に居住しているため、子供2人（5歳、2歳）をひとりで見守り、体力的にも精神的にも負担が大きいため。(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>つわり(妊娠悪阻)(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>4月から職場復帰しストレスと寝不足が続いている。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>フルタイム勤務で核家族なので土日もフルタイム育児で休みが1日もないので疲れが取れない。リフレッシュもない。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>新型コロナウイルスに感染し、回復した直後で、完調でない。後遺症の不安もある。(子どもの父親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>前立腺がん療養中のため(子どもの祖父、60代以上、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>第二子を身籠りつわりがきついため(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>熱中症になりかけてきて。エアコンの効きがイマイチで子供が夜中に起きる。(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>疲れやすかったり回復に時間がかかる(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>疲れが取れない、眠気、腰痛、歯痛(子どもの母親（1人目）、30代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>疲れがとれない(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>幼稚園に入園したら少しは自分の時間ができるかと思ったが、家庭環境の問題なのか、逆に忙しさが増して疲労がたまっている。(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>マンション住まいだが、子供が騒ぐと近隣の住人から壁を叩かれたり、うるさいと言われたりする。また、テレワークの夫からも会議中うるさいと言われる。個人的には子供が泣いたり大きな声を出すのは仕方ないと思っているが、それを迷惑と思う人たちの間で板挟みになりづらい。ノイローゼ気味だと感じています。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>香害で外に出られない。</p> <p>図書館くらい行きたいが図書館も臭い。書籍消毒の機械で本に香料が付けられ、本も読めない。税金を払っているのに、子どもの絵本も借りられない。(子どもの母親（1人目）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>先週月曜日から喉が痛みだして、1週間後の4日の夜に高熱だして、今は頭痛と吐き気！</p> <p>その間ずっと喉が痛い。</p> <p>さっきは胸の中央が痛くなって少し息苦しくて、変な汗かいた(子どもの母親（1人目）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>家庭でのストレスがかなり高く毎日がストレスフルな状態で睡眠障害もある。ワンオペなので改善のしようもなく、ただただ時間が過ぎるのを待つしかない状態。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>平日は一人で子どもたちの世話をしているので体力的、精神的にも余裕がなく体調も崩しがちであるため。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>常に怠い。睡眠不足。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>疲れが溜まり、常にぐったりしている。(子どもの母親（1人目）、40代前半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>育児にはまだ手がかかるのに、仕事が忙しい。持病もあるけど働かないといけなくて、体がしんどいです(子どもの母親（1人目）、40代前半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>臨月なので身体が辛い(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>3年前から復帰を働いているのですが、ワークライフバランスがうまく取れず、日々満身創痍の状態です。(子どもの母親（1人目）、40代後半、6歳0か月-6歳11か月)</p> <p>帯状疱疹や膀胱炎、天気痛など自律神経の不調などストレスで免疫力が低下している。</p> <p>毎週末何かしら発症していると思う。(子どもの母親（2人目以上）、40代後半、6歳0か月-6歳11か月)</p> <p>痛いところがある。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>貧血 手指の痛み(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>疲れている(子どもの母親（1人目）、40代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>仕事が忙しく、家のこともしなないといけないので、十分な睡眠時間の確保ができない。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>腰痛、寝不足(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>コロナにかかっている(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>圧倒的睡眠不足による疲労、めまい、頭痛等(子どもの母親（2人目以上）、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>仕事のストレスで体重が減っており、精神状態が悪い。(子どもの父親（1人目）、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>疲れやすい、よく眠れない、夏バテ(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>イライラ</p> <p>休めない(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>立ちくらみがする時があります(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>心身共にバツとしない重たい感じです。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>疲れ、産後の体の変化で生理周期に関係して毎月アトピーが出るようになり辛い(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>一人になる時間が夫より少ないことに悶々としします。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>育児、仕事に追われている(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>仕事と子育ての両立が体力的にきつい。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>新型コロナウイルス陽性の為(子どもの父親（1人目）、20代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>つわり中(子どもの母親（1人目）、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>子供の成長面で気がかりなことがあり</p> <p>心配して、不眠だったり、食欲が出なかったりする(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>寝不足(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>疲れやすい(子どもの母親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>子どもが手足口病になり、看病で疲れています。(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>疲れが溜まっている(子どもの母親（1人目）、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>メンタル的に(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>帝王切開後の腹腔内感染の傷痕がまだ痛む(子どもの母親（1人目）、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>外遊びは暑くて1時間が限度だし、室内で暑さを凌いで子供が遊べる施設はコロナでほぼないし、家で子供2人を遊ばせるのには限度がある。コロナ疲れも合わさって、育児疲れ。肩こり、腰痛で寝付けない。寝不足。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>双極性障害があるから(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>体調の変化が日々ある(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>産後うつが治らない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>第三子妊娠中までまだ体調が安定しない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>不眠、だるい(子どもの母親（1人目）、20代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>疲れが取れない、帯状疱疹が出て。(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>入眠困難等(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>コロナ禍で、基礎疾患もちの家族がいるので、なかなか保育園に行かれない。そのため働くこともできず、子供と二人っきりの日が多くて、息詰まる。(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)</p> <p>疲労、頭痛</p> <p>たまに鬱のような症状(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月)</p>

<p>統合データ2022年度版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p>
産後から身体が軽いと思っことがない、だるい。(子どもの母親(1人目)、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)
帯状疱疹が痛い(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、4歳0か月-4歳11か月)
こどもを産んでから偏頭痛持ちになり、気候や気圧によって起こっても日中は頼れる人が身近にいないので自分が動くしかなかく、次第に悪化して吐き気を催した末にダウンしてしまうことが度々あります。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、4歳0か月-4歳11か月)
心療内科にて軽い鬱との診断を受け薬の処方を受けています。(子どもの母親(1人目)、30代後半、5歳0か月-5歳11か月)
めまい、胃痛腹痛下痢などの胃腸症状があるが、コロナのため見てくれる病院が少ない。(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、5歳0か月-5歳11か月)
関節リウマチを患い始めてしまったから(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、5歳0か月-5歳11か月)
風邪気味だが、ゆっくり寝れないのでなかなか治らない(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
坐骨神経痛とヘルニアで上手く歩けない 右手首の手根管症候群による手の痺れと痛み(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
出産後から特にPMSの症状がきつ、そこから来るイライラに…生理前は特に悩まされます。 うっとうしいって思っていますが、ごくたまに朝、身体が起きない時がある為。(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
疲れて慢性的な体調不良がある(子どもの母親(2人目以上)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
寝れるのが少なく心配事も多く疲れが日々残る(子どもの母親(2人目以上)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
風邪症状で1ヶ月ほど不眠気味(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)
2人目のつわり(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)
2人目を妊娠中で絶賛つわり中です。(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)
気管支炎になり呼吸がしづらい(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)
出産時の傷が痛む。切迫早産から出産後の傷の痛みで半年ほどほとんど寝ていた為体力がなかなか戻らず腰も悪くしてしまい妊娠前のように動けない。コロナで外出も自粛しているので体力作りをするのも難しいです。(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)
ストレス、休養が取れず、ぎっくり腰再発しました。(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)
子育てに係る経済的な不安、緊張が続くため、疲労が蓄積し不眠傾向にある。(子どもの母親(1人目)、40代前半、3歳0か月-3歳11か月)
寝不足、疲れ(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
体重が減らない 疲れやすい(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
コロナ禍での妊娠中は外にも出られず運動ができず、足腰など肉体的にも、周囲との繋がりがなくなり精神的にも、弱くなりました。母親学級なども中止になったり、抽選漏れで全く参加できませんでした。本などを見たり読んだりしてなんとか乗り切ってきましたが、周囲との交流も気を使うあまり希薄になり心身共に弱くなったままの育児で心配や不安でいっぱいです。また、高齢出産のため、同世代のママがいないので心配です。(子どもの母親(1人目)、40代後半、0歳6か月-0歳11か月)
子育てに疲れている(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
持病の為。(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)
仕事と育児の両立による負担が大きい(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
両親の体調不良についての心配、子供がいることによって実家を助けられないジレンマ(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
疲労(子どもの父親(1人目)、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)
現在妊娠後期で、お腹の張りや痛み、体調不良が多いため。(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)
自身のPMSに加え、子どもが色々病気をもらい看病し通して、疲れが取れない。(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)
頭痛がひどいです。(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)
育児と仕事の両立でつかれている(子どもの母親(1人目)、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)
産後1ヶ月で復帰したため(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)
ストレスで体調が悪い。(子どもの母親(1人目)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)
多胎育児の壮絶さ(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
腰痛がひどい(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)
寝不足、子供から風を頻繁に貰う、生理前の症状が重くなった(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
体力不足なのか、夕方から疲れが出たり、朝起きると体が重い。(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
頭痛が数ヶ月続いている(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)
仕事との両立で疲労感がある(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)
コロナ禍における不安やストレス(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)
産褥期に加え、痔や腱鞘炎なども併発してしまい疲れが大きい(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
疲労が溜まっている、夫や実母に頼りっぱなし、外に出る元気がない。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
産後の肥立ちが悪く、会陰トラブルが長引いている(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
頭痛や胃もたれなど、産前にはなかった体調不良が続いている。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
情緒不安定(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
関節痛、ものわずれ(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
産後の疲れなのか、だるかったり眩暈がする。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
疲れている(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
慢性的にやや睡眠不足。(子どもの母親(1人目)、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)
まだ子供が夜中起きるので、ゆっくり寝られず、疲れが溜まっています。耳鳴りが止まらないです。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
生理痛がひどくて家事が億劫(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)
肩こり腰痛(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
双子育児なので寝不足と疲労で毎日だるさが抜けない。(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)
子育てとの直接の関係はないですが、コロナの閉塞感と事業の低迷など、気持ちの面で仕事手がつかない日が増えました。(子どもの父親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)
仕事が忙しくて睡眠時間が少なく、運動不足(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)
腰痛(子どもの母親(1人目)、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)
妊娠時からの適応障害の治療中のため(子どもの父親(2人目以上)、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)
めまい、PMS(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
睡眠不足と疲労(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
倦怠感。耳鳴り(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
腱鞘炎や関節の強張り、耳鳴りなどが続いている。(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
子供を抱っこするようになって背中や腰、腕が痛むようになった。睡眠がうまくとれず疲れがとれない。(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
疲れがなかなか解消できない(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)
睡眠不足(子どもの母親(2人目以上)、20代前半、0歳0か月-0歳5か月)
産後1週間も経っていないため。(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
腰が痛い(子どもの父親(1人目)、40代後半、0歳0か月-0歳5か月)
ザワザワする(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)

<p>統合データ2022年度版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p>
<p>腰回りが痛い 下腹部が痛い 足の指先が痛い 常にねむい(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p>
<p>仕事都育児の両立(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月) ワンオペ育児の日が続いて、とても疲れている(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月) パートナーの仕事が忙しく、なかなか家事育児の協力が得られない。(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月) 3人目を妊娠中でつわりがある(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月) 体調不良が数ヶ月続いている。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月) 持病があるため(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月) 娘がよく病気を園でもらい自分もうつる(子どもの父親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月) 蓄積疲労を要因とした発熱や眩暈が発生した(1日で回復済み)(子どもの父親（1人目）、30代後半、2歳0か月-2歳5か月) 妊娠中で様々な不調がある。(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳6か月-2歳11か月) 産後腰痛が出るようになった(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月) 保育園に通い出して子供の風邪がうつった。(子どもの母親（1人目）、20代後半、0歳0か月-0歳5か月) 睡眠時間が取れない時は全く取れないため(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月) 腱鞘炎が続いている(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月) 疲れやすい、眠りが浅くて疲れがとれない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月) 頻繁に体調を崩して単発的な発熱を繰り返している(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月) コロナ、膝痛、腰痛(子どもの父親（2人目以上）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月) 寝不足による不定愁訴(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月) 第二子妊娠中、つわりで体調不良(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月) 4月に保育園入ってから子が毎月風邪で自分にうつっているから(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月) 疲労感がとれない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p>
<p>家の事、子育て、義母の入院先に訪問など一時保育を月に2回ほど利用しているがいついっばいになってしまう(子どもの母親（1人目）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月) 頭痛、めまい、皮膚疾患が耐えない(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月) 子育てがつかずすぎる。大変。頭痛や動悸などが続いている。(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月) 子供から風邪がうつり持病を悪化した。(子どもの母親（1人目）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月) 産後、体調を崩す事が増えました。(子どもの母親（1人目）、30代後半、4歳0か月-4歳11か月) 慢性疲労とイライラ(子どもの母親（1人目）、40代後半、4歳0か月-4歳11か月) 子どもの風邪が移って、父母ともにダウンしてしまいました。(子どもの母親（1人目）、40代後半、5歳0か月-5歳11か月) 録だってくれる人がおらず、産褥期に休めなかったせいで、気管支系の病気になった。(子どもの母親（1人目）、40代前半、6歳以上)</p>
<p>子供が言うことを聞かず、土日含めワンオペでの育児で、子育てに疲れすぎている。パートナーの理解がなく、家にいることが面白くない。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、6歳以上)</p>
<p>寝不足。 腰や足が痛い。 けど、マッサージも病院も行く時間がとれない。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、0歳6か月-0歳11か月) 持病の喘息が悪化中(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月) 産後の疲れと腰痛がとれない。寝不足で食欲が安定しない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳0か月-0歳5か月) 腰痛、肩こり、慢性疲労(子どもの母親（1人目）、40代前半、0歳0か月-0歳5か月) 慢性的な疲れ(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月) 気温の変化で風邪?(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、0歳0か月-0歳5か月) 睡眠不足からくる目眩など(子どもの母親（1人目）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p>
<p>産後うつで療養中。 産後の腰痛が治らない。 免疫が落ちたのか、子どもがもってきた手足口病や風邪がうつってしまい、私がかじらせてしまっただけで体調不良が続くようなことが度々あった。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月) 夜中に3回起きる為、ぐっすり出来ない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、0歳6か月-0歳11か月) しんどい(子どもの父親（2人目以上）、30代前半、0歳6か月-0歳11か月) 仕事と育児の両立で疲弊している(子どもの母親（1人目）、20代後半、1歳0か月-1歳5か月) やや育児に疲れている(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月) 産後うつ（ほぼほぼ回復してきた所）(子どもの母親（1人目）、30代前半、1歳0か月-1歳5か月) 仕事と子育ての両立がうまくいかず、体調を崩すことが多い。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳0か月-1歳5か月) 腱鞘炎と肩の痛みに苦しんでいます。(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳0か月-1歳5か月) 睡眠不足によって体調も精神面も日常生活も連鎖的に悪くなるから(子どもの母親（1人目）、40代後半、1歳0か月-1歳5か月) 1か月以上にわたって、子どもが罹患した感染症に親が感染するケースを繰り返しており、子の看護と保育に手がかかって親自身が療養できず体調が戻らない。(子どもの母親（1人目）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p>
<p>仕事に復帰して7ヶ月が経過しましたが、仕事の感覚がなかなか元に戻らず、苦戦しています。夫も6ヶ月前から、長期出張しており、週末しか戻らず、ワンオペ育児中です。子供にとって頼れるのは自分しかいないので、気を張り続けていることもあり、疲れが取れず、あまり体調は良くありません。(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p>
<p>子宮筋腫(子どもの母親（1人目）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月) 精神的肉体的にしんどい。ワークとライフはバランスが取れていない。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、1歳6か月-1歳11か月) 子どもたちも変わりばんこに風邪を引き、こちらも長引く咳などが残ってしまっている。(子どもの父親（2人目以上）、40代前半、1歳6か月-1歳11か月) 子どもから風邪をもらって、ひどい咳き込み(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳0か月-2歳5か月) イヤイヤ期&ママママ期の真っ只中で、シッターや一時預かりなどの子育て支援も利用できる状況ではなく、毎日疲労困憊です。(子どもの母親（1人目）、40代後半、2歳0か月-2歳5か月) 気持ちが前向きになれない(子どもの母親（2人目以上）、30代前半、2歳0か月-2歳5か月) 慢性的な疲れ、子どもが体調を壊した後に自身の不調(子どもの母親（1人目）、40代前半、2歳6か月-2歳11か月) 素曝差アレルギー(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月) 自分のケアができるほど、時間的、精神的余裕がない。(子どもの母親（2人目以上）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月) 風邪(子どもの父親（1人目）、30代後半、2歳6か月-2歳11か月) 仕事で忙しくそれは張り合いでもあるが、まま張り詰めてもおり疲れが抜けなかったり腰痛肩こりなどがある。(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月) 沈みがち(子どもの母親（1人目）、30代後半、3歳0か月-3歳11か月) 家族との話し合いがうまく行かなかった。(子どもの母親（2人目以上）、40代前半、3歳0か月-3歳11か月) ライフワークバランスが全然良くないから。腰のヘルニアになりかけてる。(子どもの母親（1人目）、30代後半、4歳0か月-4歳11か月) 高齢なので、子供の体力と反比例して弱ってきています(笑)(子どもの母親（1人目）、50代、4歳0か月-4歳11か月)</p>

<p>統合データ2022年度版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p> <p>心身ともに疲れている(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、4歳0か月-4歳11か月)</p> <p>仕事と子育て、家事の両立での疲れ。(子どもの母親(1人目)、40代後半、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>自分が子育てで始めて、妻が医師の仕事に夢中になりほぼ育児放棄。5月に6ミリの肺がんが発見され、現在治療中。先々月に5.2ミリに縮小が認められた。(子どもの父親(1人目)、50代、5歳0か月-5歳11か月)</p> <p>乳腺炎になり、3週間くらい寝込んでます。(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>赤ちゃんを預けられる場所がなくゆっくり休めない(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>胃もたれなどが続いている。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>元々の持病で(子どもの母親(1人目)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>授乳による睡眠不足のため。(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>持病の悪化(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>兄弟の育児にも追われているため(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>夜泣きがまだなくならず寝不足続き。(子どもの母親(1人目)、20代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>産後、コロナワクチン接種後から持病が悪化したため(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>授乳中なのですが、良くしこりができたりする為。平日昼間は一人で子供を見ており、近くに頼れる人もいない為不安がある。(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>不定期なめまい、吐き気、頭痛(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>産後、行きたい所に気軽に行けない 友人に会えない等 人と接する時間が無く ストレスが溜まってのせい(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>産後うつ(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>生理痛が昔より酷くなり動けなくなる事が 増えた(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)</p> <p>双子妊娠中のため(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>妊娠中でのつわりのため体調を崩している(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>共働きで疲れが取れず、体がだるい(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>精神的に落ち着かない。 不眠がひどくなった。一度起きると寝付けなくなった。(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>慢性的な肩こりと頭痛とめまい(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>疲れやすい 寝不足(子どもの母親(1人目)、40代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>10日前に転倒し、左半身強打。また、寝不足な毎日疲れが溜まっている感じ。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>第2子妊娠中、悪阻(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)</p> <p>仕事復帰してから子供から風邪をもらったりする(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>自分を休める時間が無い(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>育児、夫によるモラハラで鬱(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>子供達の風邪をもらったため(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、1歳6か月-1歳11か月)</p> <p>夜泣きが続きしており慢性的な寝不足があります。 夫が育児にあまり参加しないため、ワンオペ状態が続き常に疲労感があります。(子どもの母親(1人目)、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>2人目妊娠中つわりのため。(子どもの母親(1人目)、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>育児と仕事のバランス 体調不良気味 転職先での人間関係(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>育児ストレスによるホルモンバランスの乱れ 婦人科通院中(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>乾燥してるので、咳もむこが増えた。口内炎が出来て、リンパ腺が腫れてて本調子ではありません。(子どもの母親(1人目)、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>吸喘息になりかけた(子どもの母親(1人目)、40代後半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>甲状腺の持病があり、気持ちや体力面などで辛い部分が多い。(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>風邪気味が続いている。子供への風当たりが増してきた(子どもの父親(1人目)、40代前半、2歳0か月-2歳5か月)</p> <p>産後うつ(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>ほぼ毎日のワンオペ育児に尿管結石で疲れと痛みがあるため。(子どもの母親(2人目以上)、20代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>疲れやすい、だるい日が多い(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>倦怠感、職場でのストレス疲れ(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>夏にコロナに感染後、体調が万全といえない状態が続いている(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)</p> <p>体中痛い。 痔 悪露?おりもの?(子どもの母親(1人目)、30代後半、生後0か月-3か月)</p> <p>気持ちの浮き沈みがあって、子どもに長い時間泣かれたり、夫に『自分が面倒みたときは泣かないでできた』と言われると、悲しくて塞ぎ混んだり、家をでてしまう。そんなことをしていると生活リズムも整わないし、疲れてしまう。(子どもの母親(1人目)、40代前半、生後0か月-3か月)</p> <p>産後2ヶ月、お股と骨盤と背中が痛いです。 会陰切開が大きく痔にもなってしまったのでまだまだ治るまで時間がかかりそうです。(子どもの母親(1人目)、40代前半、生後0か月-3か月)</p> <p>メニエール病になった(子どもの母親(2人目以上)、20代後半、生後0か月-3か月)</p> <p>疲労感なのか吐き気や動機がすることがある(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、生後0か月-3か月)</p> <p>寝不足(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、生後0か月-3か月)</p> <p>寝不足。身体がひどく疲れていて回復しない。 朝もゆっくり寝たいが、上の子の保育園の送迎のため起きなくてはならない。かといって、上の子の保育園を休ませて日中赤ちゃんとも両方の面倒を見られる自信はない。 仕方ないとはいえ、体力がキツイ。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、生後0か月-3か月)</p> <p>仕事で上司との関係が良くなく、精神的に参っている(子どもの父親(1人目)、20代後半、生後0か月-3か月)</p> <p>睡眠不足、頭痛(子どもの母親(1人目)、20代後半、生後4か月-7か月)</p> <p>睡眠不足 ストレスが溜まって(子どもの母親(1人目)、30代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>寝不足 関節の痛み(子どもの母親(1人目)、30代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>精神的に不安定(子どもの母親(1人目)、30代後半、生後4か月-7か月)</p> <p>腰、頭が痛い 自分の食事が疎かになり体重が減ってしまった(子どもの母親(1人目)、40代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>子育てや家事等日々時間に追われて精神的肉体的にきつい。(子どもの母親(1人目)、40代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>産後2ヶ月から生理が来て、量は前よりずっと多いです。生理期ではない時でも、下腹部痛に伴う出血がありました。(子どもの母親(1人目)、40代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>風邪が(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>寝不足(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、生後4か月-7か月)</p> <p>産後骨盤のいたみ 抱っこによる腱鞘炎(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)</p> <p>産後の恥骨痛が治っていない。もともと腰痛になりやすい所、ストレスか産後の腰痛が多い。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)</p>
--

<p>統合データ2022年度版:【自由記述】前問（現在のあなた自身の体調はいかがですか？）で「あまりよくない」「よくない」を選択した方は、よろしければ具体的に教えてください。（子育て期）</p>
産後めまいにずっと悩んでる(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
腰痛が酷く仰向けで寝れない(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
眠れない(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
産後鬱と診断された。身体はだるくて赤ちゃんはかわいと思えない。3人目出産にし手初めての感情。辛い。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
仕事疲れ(子どもの父親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
自律神経の乱れで更年期のような症状がある。(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)
夜泣きで寝不足。
産後の腰痛が酷くて腰から背中、首頭痛へと酷くなっている。(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳6か月-0歳11か月)
産後心療内科に通うようになり、通院中です。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
子供が夜何回も起きるため寝不足が続いているので。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
ぎっくり腰、肩を痛めた、疲れて胃が痛くてあまりご飯が食べられない(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
コロナの後遺症で肋を痛めて、子育てが身体的に辛い状況(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
寝不足が続いている。(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
産後、腰痛や頭痛、蕁麻疹など今までなかった症状が多く頻繁に出るようになった(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
悪阻のため。(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)
おそらく第2子妊娠でつわりがしんどい。(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)
託児所経由で子供からコロナを貰ってしまって、今まさに体調不良です。
また職場復帰と子育ての両立が大変だし肉体的精神的に負担が大きくなり疲れています。(子どもの母親(1人目)、40代前半、1歳0か月-1歳5か月)
精神的に不安定なことがある。(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)
妊娠をきっかけにがん一歩手前のものが見つかり手術をしたところなので
夜泣きであまり眠れないので(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
不正出血があるが、病院に行かない。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
寝不足(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
一人目を育てながら第2子を妊娠しているため(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
仕事家事育児、一人で熱することが本当に大変です。毎日疲れ果て、心が痛みそうですが、どこにもSOSを発信できません。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
自分の時間が全くない。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
身体がダルい、めまいが酷い、頭痛がする(子どもの母親(1人目)、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)
専業主婦をしているので、出産してから一度も自分だけの時間がない。コロナ禍なので、預ける事も控えているため、疲労している。私だけではなくこういう人も利用できる施設があると救われます。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)
風邪(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
あまり睡眠が取れていない
子供経由の風邪をもらいやすくなった(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
年齢的なものやストレスでなのか、疲れやすかったり体調が良くなかったりすることが増えた(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)
つわりが終わらない(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
身体の痛み、疲労、寝不足(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
用事で出かけると翌日にめまいや吐き気などの体調不良になる。産後、体力や気力が落ちたように感じる。(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
娘が生後5ヶ月になりましたが、いまだに1.2時間毎に泣いて起きるので、睡眠不足です。そんななか離乳食も始まり、やる事が増えたので益々寝る時間がないです。(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
頭痛(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
抱っこによる疲れでマッサージに行ってから、揉み返しが治らない。(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
産後の具合が悪い割に夫の理解がない(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
東京都くらの給付金、助成金がほしい。東京都に引越そうか迷っている。(子どもの母親(2人目以上)、20代前半、0歳0か月-0歳5か月)
出産してまだ5日の為、体中がまだ痛い(子どもの母親(2人目以上)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
背中と肩が痛い。
寝不足。(子どもの父親(1人目)、30代前半、0歳0か月-0歳5か月)
子どもの風邪がうつってしまうため(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
風邪をひいて思い通りの育児ができない(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
夜泣きで寝不足により怪我が増えた(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
体を休める時間がなかなか無く、常に頭がクラクラしている状態です(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳6か月-0歳11か月)
保育園でもらってくる子供の風邪がうつる事が多い。精神的に疲れている。(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
寝不足(子どもの母親(1人目)、20代後半、1歳0か月-1歳5か月)
一時預かりも事前予約だけだし、いつも予約がいっぱいでまず取れません。
産後体調を崩しやすくなりましたが、ずっとワンオペで子どもとは産後1日も離れたことがありません。
市販薬でごまかしています。
地域で相談しても、当たり障りの無い、思っていた通りのことを言われるだけで、参考になりません。
アドバイス？その通りに出来るのなら何も困っていないし、やっと助けを求められても理解してもらえないって、余計に孤独を感じます。
話すだけでも楽になる。って違うと思います。(子どもの母親(1人目)、30代前半、1歳0か月-1歳5か月)
抱っこの影響か、背中肩腰が痛いです。(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
毎晩の授乳で睡眠不足です。1歳7か月なのにまだ夜中2回〜3回は授乳しています。昼間の授乳はかわいいからいいのですが、夜はさすがにつらいです。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、1歳6か月-1歳11か月)
精神疾患で療養中(子どもの母親(1人目)、20代後半、2歳0か月-2歳5か月)
春の進級、新入学に関する説明会などで休みの日もあっちこっちと出掛けたり準備をしてなかなか休まず疲れが取れない(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、2歳0か月-2歳5か月)
妊娠中のため何かしら身体の不調がある(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
精神科疾患があるため(子どもの母親(1人目)、30代前半、2歳6か月-2歳11か月)
第二子妊娠中のため(子どもの母親(1人目)、30代後半、2歳6か月-2歳11か月)
体調が悪いが身近に親族が居ないため頼れず治りが悪い。(子どもの母親(1人目)、40代前半、2歳6か月-2歳11か月)
ここ数週間精神的に不安定になってきています
確実に以前より気力体力が、なくなっています(子どもの母親(1人目)、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)
寝不足と腱鞘炎や腰痛、日常へ戻っていく体力がなかなか戻らない(子どもの母親(1人目)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
腰の具合が良くない(子どもの母親(2人目以上)、20代後半、0歳0か月-0歳5か月)
寝不足と、首、腰、背中が痛い。(子どもの母親(2人目以上)、30代後半、0歳0か月-0歳5か月)
睡眠不足で体調をよく崩す(子どもの母親(1人目)、30代前半、0歳6か月-0歳11か月)
睡眠不足、肩凝り頭痛、胃腸の調子が良くないです(子どもの母親(2人目以上)、40代前半、0歳6か月-0歳11か月)
育児家事の両立が大変。(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)
めまい。倦怠感。体調が良くないのでイライラする(子どもの母親(1人目)、30代後半、1歳0か月-1歳5か月)