

統合データ2023年度版：

【自由記述】これから赤ちゃんを育てるにあたり、あなた自身が行った準備や行動がありましたら、ぜひお書きください。（たとえば、出産情報を調べた、両親教室・母親教室に参加した等）

民間の、子供向け商品を扱う店舗に行き、ベビー用品の相場を勉強した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠1-3か月)

色々な妊婦用雑誌やアプリを取得した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠1-3か月)

元々やってましたが、日々の食生活に気をつけています！添加物に気をつけたりグルテンの摂取を控えたりしています。野菜や肉も農薬や抗生剤が気になるので、宅配を利用しようか検討中です。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠1-3か月)

出産準備や家の整理をした(赤ちゃんの母親（2人目以上）、20代後半、妊娠1-3か月)

アプリ導入(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠1-3か月)

出産方法や産院選びを調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、20代前半、妊娠4-6か月)

産後いつから外出しても良いのか、産後の買い物や生活はみんなどうしているのだろうと最近調べました。妊娠期間も折り返し地点で、産後のことも気になり始めています。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

本を読む

インスタやYouTubeなどで調べる(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

里帰りについて調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

準備物を調べるようになった。

両親教室に行こうとしている。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

旦那さんに風疹と麻疹のワクチンを打ってもらった(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

私たちは外国人なので、いっぱい事を知りません、だから、知っているからいつも心配しております。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)

何もかも初めてなので、出産情報等をSNSを中心に使用して調べている(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)

両親学級があるところを調べた。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)

母親教室に参加しました。行っている病院でのヨガやお灸教室に行こうと思い予約しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)

病院を3箇所ぐらい行って出産に関して調べました。栄養剤を検索して今はビタミンと葉酸を飲んでます。教室は20週以降行けますと聞きました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)

・母乳について相談できる場所を調べた(病院の母乳外来、桶谷式母乳教室など) ・幼児教室の内容や場所を調べた(コナミスポーツクラブなど) ・家から通いやすい小児科の場所を調べた ・ファミリアやミキハウス、アイクレオなど企業主催の両親学級に参加した ・赤ちゃん用品店に通って、育児グッズの情報を精査した ・妊娠期、授乳期に役立つ精油やハーブティーの情報を調べて購入した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
赤ちゃん用品の下調べ 出産、保育園に関する情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
YouTubeで出産経験者の体験談を観る 妊娠・出産の本を買う(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた 婦人科が行っている妊娠セミナーに参加した 出産準備（入院準備）に必要なものを調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
まだ、ネットや本などの情報だけで、特段出来ていません。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
マタニティセミナーに参加した。 両親教室に参加予定。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
両親教室を調べて予約したり、妊娠出産本を買い知識を得ようと勉強している(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
産科が行ってる母親教室に参加して、両親教室の予約もした。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
雑誌を読む(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた、両親教室・母親教室に参加する予定(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
母親教室(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた 両親教室を予約した(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
出産後保育所や預け先をいつから探すのかなど具体的な行動のやり方などが知りたい。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
母親教室に実際に行って参加してみたいが、近所になくて困っている。 タクシー券を利用したくて問い合わせたが、予約はできないと断られてしまった。緊急で受診するときや、陣痛が来た時に夫がいなかったら移動手段がなく不安になっている。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)

できるだけストレスがたまらないように意識して日々過ごしている。(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
色々なサイトやSNS、本で妊娠、出産について調べています。(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
出産育児に関わることを調べた(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
上の子が小さいので、急に何かあると困るため、一時保育やホームヘルプサービス等について調べた。(赤ちゃんの母親(2人以上)、20代後半、妊娠4-6か月)
母親教室に参加、赤ちゃんが使うものを少し集め始めた、周りのママに少しずつ伝えている(赤ちゃんの母親(2人以上)、30代後半、妊娠4-6か月)
産院、小児科選び(赤ちゃんの母親(2人以上)、30代後半、妊娠4-6か月)
兄弟育児の方法について調べた(赤ちゃんの母親(2人以上)、30代後半、妊娠4-6か月)
安定期に入ったので、週末は、軽く運動を始めました。日々が忙し過ぎて、出産に向けた準備や情報など、調べられていません。(赤ちゃんの母親(2人以上)、40代前半、妊娠4-6か月)
母親教室に参加。 出産も18年ぶりなので、最近の出産においての情報を改めて調べた。(赤ちゃんの母親(2人以上)、40代前半、妊娠4-6か月)
両親教室に参加した(赤ちゃんの父親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)
ネットなどで調べた(赤ちゃんの父親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)
両親教室予約(赤ちゃんの父親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
行政サービス、制度、入院準備物、高リスク出産に関する情報など(赤ちゃんの父親(2人以上)、30代後半、妊娠4-6か月)
インターネットで日々調べている 両親学級に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
オンラインセミナーなど積極的に調べて参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
積極的に両親教室や母親教室に参加したり、妊娠中のアプリやSNS等で準備物等を調べて実際店舗に足を運んだりしました！(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
妊娠中・出産時について調べた(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
出産、子育て情報のリサーチ、両親学級への参加(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
ファミリアのペアレンツクラスに参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
育児本を買いました。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
仕事復帰のことも考えたいので、出産情報調べるとともに預け先のことなど調べた(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)

両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
オンライン両親教室に参加しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室参加、保育所情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
プレママセミナーに参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
マタニティクラスに参加 夫と出産情報の共有(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
情報収集、友達や親戚への相談、部屋の片付け、運動、食事の改善、ストレッチ、マッサージ。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
ベビーカーなど買うべきものを買った。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
主人と両親教室に行きました。今後行く予定です。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
病院のこと プレママ教室について 4Dエコーのみとれる産院を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
<自治体名>主催の両親教室に参加した。 病院主催の安産教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
来週母親教室に参加する。 出産情報やNIPTなど赤ちゃんが健やかに生まれてくるために必要な情報をネットやYouTubeから得た。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
クリニックやベビーグッズ店舗が主催のマタニティクラスに参加 市の開催するプレママセミナーに参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
母親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
母親教師に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
断捨離。部屋のDIY。等(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月)
病院では両親教室・母親教室などもなく、第二子ということでか面談や説明等もなかったので、前回の妊娠中の記録などを頼りに情報を整理した。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)
妊娠発覚後に転職が決まり、こちらに引っ越してきました。体調も悪く、年子の上の子と一緒に知らない土地でワンオペで過ごすことは孤独でした。 上の子のとき、コロナ禍でたくさんのイベントが中止されたので、2人目は積極的に参加したいと思っていましたが、ポジティブに何かを得るための行動することは難しかったです。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)

上の子がいるので特になし(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
企業がやっているWEB赤ちゃん講座を上の子と一緒に見た。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
3人目なので特にない。まだほとんど準備もしていないが、従兄弟から育児グッズをもらえるので産休に入ったらゆっくり準備しようと思う。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
コロナのせいか、母親教室の案内もないし、たまに見かけても「第一子」が対象。 あってもしんどくて行けないが…(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
保育所検索 給付金等(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
上の子の保育園(私立)を探した。 上の子の世話と母体の体力温存の為、計画無痛分娩を予定している。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した たまひよなどの雑誌を読んだ(赤ちゃんの父親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
出産情報を調べた(赤ちゃんの父親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親学級への産科。早目の子育てのための用品購入。(赤ちゃんの父親（2人目以上）、40代前半、妊娠7-9か月)
赤ちゃん用品の売り場に行っていていろいろ聞いて見て教えてもらった。出産予定の産院で教室に行った。 昔、「青春コンパス」という教室があって毎回行ってとても良かったことを覚えている。 <自治体名>のセミナーや教室など、また行きたいと思う。 妊婦さんは、主人や実の母が居ても不安が大きい。 ましてや、最近は、シングルの人が増えている。どれだけ不安でしんどいだろうかと想像するに余りある。今風に、プライバシーを尊重しながらも、深く助けてあげられれば助かる人は多いと思う。(赤ちゃんの祖父母、60代以上、妊娠7-9か月)
娘が里帰り出産するので、毎日送られて来る情報を参考に、今の子育てグッズを周囲の人に聞いて、準備を進めています。(赤ちゃんの祖父母、60代以上、妊娠7-9か月)
オンラインで両親教室・保活セミナーに参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠10か月)
保育園見学をした(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
オンラインの両親教室に2回夫と参加しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
産科のお産教室や外部のパパママ教室に参加・SNSでの情報収集・食生活の見直し(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
出産情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)

プレママ教室に参加しました。出産情報を調べました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
オンライン両親教室に参加した。実名と顔出しは抵抗があったが、助産師さんとしっかり話せてよかったと思った。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠10か月)
最近出産した友達からの情報収集。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠10か月)
初めて陣痛タクシー等の登録や出産時のカバン準備をした。入院中の家事育児について、主人に共有するキッカケになった。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠10か月)
企業主催のオンラインセミナー、病院主催のマタニティクラスに参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
両親教室への参加、里帰り先の情報収集とプランニング(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
出産に関する本を購入したり、ネットで調べた マタニティ教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
7月と8月に、夫婦でマタニティ教室へ参加すること。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
母親、両親学級の参加 図書館にて妊娠関連の書籍閲覧 保健センターでの妊婦歯科検診の受診等(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
一人目を保育所に産前産後預ける(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月)
こういった出産情報をくれるアプリを複数ほぼ毎日参照している。悩み事があればなるべく機会がある際に区からのアンケートなどに記載している。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)
少子化対策について調べた。実施される日時など。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、わからない)
母親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
Researched about services and support offered by the city. What to expect during child delivery, check-ups and the over-all pregnancy situation of a foreigner living in Japan without being able to speak fluent japanese is such a hard task for me.(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
クリニックの母親教室に参加した(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月)
マタニティ教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
ない(赤ちゃんの父親（2人目以上）、40代後半、わからない)
まだ、心拍確認前でもあり、具体的に準備と言えることはしていない。 アプリ等での情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠1-3か月)

SNSで妊娠、出産、子育て関連の情報発信をしているアカウントを複数フォローした。 ネットで必要なものなどを確認した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
先輩ママの体験談を聞いた。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
たまごクラブ・ゼクシィベビー・行政/婦人科/産院からいただいた資料の読み込み、保育園見学、両親学級への申込(人数超過でキャンセル待ちのため次回再度申込予定)(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
産科産院の情報、両親母親学級について(<自治体名>のは抽選で落ちたので、別のところで受ける)、助成金情報、SNSでの情報集め、妊娠アプリでの同じ出産予定月の方との情報交換(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
子育て関連の本を読んだ。 マタニティウェアを購入した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
ネットでの胎児や母親の状態について調べた。 母親学級への参加。 同僚等に赤ちゃんを向かえるに当たっての準備や産休育休、保育園事情等について相談した。 区の保育園の募集要項を読んだ。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
赤ちゃん生まれる時の予算を考えて今お金ちょうきんしてる(赤ちゃんの父親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
出産情報、母親の健康管理、保育園見学、両親教室、産婦人科への同行(赤ちゃんの父親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
両親教室に参加(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
両親学級への参加、東京都助産師会の動画の視聴(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
両親、母親教室に行く予定(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
保活、両親教室への応募(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
出産情報を調べたり、保育園調べたりした。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
先輩ママ達が投稿した出産レポートをよんだ。母親学級は申し込みしたものの抽選に外れたため参加できなかった。 企業が行っているベビー服や粉ミルクについての説明会のようなものに参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
無痛分娩が出来る病院調べ。結構大変だった。入院バッグに入れるものリスト。赤ちゃんのために買っておくものリスト。両親学級に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親学級に参加した。妊婦向けのアプリで情報をチェックしている。妊婦向けの雑誌を購入して読んだ。育児の本を購入して読んでいる。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
<自治体名>に引っ越してきて、知り合いもあまり居なかったので、分娩先の情報収集に苦労しました。もっと分娩先の情報を一括で管理し案内して欲しい。特に分娩費用などもう少し分かりやすくして欲しい。各病院のHPなど確認するが大変だった。HPも分かりづらい部分があった。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)

アクセスの良い産院を調べた。 両親学級参加予定。 近くの保育園を探した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した 保育園の案内講座をうけた 保育アドバイザーに何度か連絡した 保育園見学へ行った 4月に会社の人の奥さんが予定日よりひと月以上早く出産し、同じく自治体名>なので常に情報提供をしている 産後ケア認証を得た ジモティーで定期券内でのお下がり譲ってもらっている 友だちに不安な点についてや育児のアドバイスを貰っている 会社では初めての産休取得者になるので、自分で産休育休について調べ、上司に、相談し、中継ぎを見つけ引き継ぎしている。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
・両親学級への参加 ・出産と入院、および産後の過ごし方について調べて準備 ・保育園を調べる（保活は途中） など(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級に応募した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
母親学級、両親学級に参加した 赤ちゃん用品が何が必要か調べ、必要最低限の物だけ揃えた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級と母親学級の参加、保育園見学(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
区の両親学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
両親学級に参加し、産後に必要なものを手配したり購入したりした。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
両親学級に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
地域の産後ケアについて調べた。両親学級に参加しました。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)
区の提供する両親学級、病院の提供する両親学級に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠10か月)
区の母親学級と両親学級に参加した、出産や育児に関する本を読んだ(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
病院のマタニティクラスに参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
両親教室への参加 手当や自治体の情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)

母親学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
先輩ママにたくさん話を聞いた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
無料のオンライン母親学級を見ました。 ハウスクリーニングをしてもらいました。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠10か月)
母親教室に参加(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
両親教室を調べ予約した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
出産、育児本を読む。 SNSなどの育児情報で情報得る。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
両親教室を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室の参加(赤ちゃんの父親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
区でやっている安産教室に2回参加させていただきました。体験談や産後ケア、子育て支援センターについても少しずつ調べています。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠10か月)
パパママ学級は進んで参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
毎日子育てや出産に向けての情報を漁ってます。情報を発信する人によって言っている事がまちまちなのでどれを信じて良いのかわからず手探りです。両親学級には主人と参加しましたが、出産まで日数が大分あるので教わった事を忘れそうだと主人が言っていました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
SNSに頼りすぎるのをやめて書籍を購入しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
民間が実施している両親学級に参加(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
出産情報・施設・＜自治体名＞はオンラインのみなため、企業が主催する両親教室への参加(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
市で行なっている母親教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
いろんな種類の出産動画を見た。いきなり母親学級はハードルが高かったので、配信型のオンラインセミナーを受講した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した 育児情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
保活をしました。見学した全ての保育園に0歳児入園でないと厳しいと言われました。その上、大した世帯年収でもないのに保育料は上限の9万円越えです。0歳児でなければ入れないのに、年間100万円以上かかるのはおかしいと思いませんか？私立大学の授業料並です。＜自治体名＞は市長が女性なので子育てしやすい街だと思っていましたが、大間違いでした。早急に改善して頂きたいです。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)

区が主催している母親教室に参加した。パパママ教室に参加する。 病院が主催している母親教室に参加する。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室、母親教室に参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
ユーチューブで助産師さんが発信する動画で勉強した。 ninaruなどの妊娠アプリでも勉強したり、動画セミナーに参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
プレママ教室に参加(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
プレママ教室に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
保育園探しと相談。認可外保育施設の情報収集。児童館見学。図書館でネットレ本の貸出。たまひよ、ゼクシィベビーなどで出産情報の収集。胎教教室に参加。(ツワリが落ち着いてから)週1のマタニティヨガ参加。(今月末)パパママ教室参加。幼児教室の情報収集。母親の求職活動関連サービスの情報収集。＜自治体名＞ホームページから出産育児に関する行政サービスの確認。 など。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
お風呂教室に参加しました。(赤ちゃんの父親(1人目)、40代後半、妊娠7-9か月)
参加できそうな両親学級について調べて、申し込みの準備をしている。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠1-3か月)
前回の出産から10年経っているので、ゆりかご相談で色々お伺いしようと思っています。(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠1-3か月)
出産情報、保険を調べた。(赤ちゃんの父親(2人目以上)、40代前半、妊娠1-3か月)
妊娠中に準備すべきもの(マタニティグッズ情報や入院に向けた準備、出産直後に必要になるもの、等)(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)
・図書館に置いてある出産関係の書籍・雑誌を一通り読んだ ・体調面で気になることはネットですぐに調べている ・助産師の方のYouTubeを見て、エコーの見方や出産準備、産後のベビー用品についての情報を得た ・産休育休に関する会社の規定や、お金関係のことを調べた ・夫側の制度を調べた(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた。(出産準備で必要なものを確認した)(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)
産院探し(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べた、 タウン誌を読んだ(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
病院情報を調べた(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠4-6か月)
積極的に情報を集める、意識して見るようになった(赤ちゃんの父親(1人目)、40代前半、妊娠4-6か月)
育休を取るための会社との調整(赤ちゃんの父親(2人目以上)、30代前半、妊娠4-6か月)

出産レポを見たり、YouTubeやインスタで出産準備等の情報を確認した。 両親学級にも参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
両親学級(平日版1回と休日版1回)に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
産院の両親学級 マタニティヨガ 区役所の保育相談(育休申請にあたって、早生まれの子の保活スケジュール確認)(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
・児童館のマタニティヨガに参加してみた ・両親学級に参加予定(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親学級参加、保育園の情報を聞きに行った(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
出産についてや、母親教室、産後ケアセンター等の利用施設について確認した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級への参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級へ参加した 子持ちの妹から情報収集した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
出産情報、方法を調べた これから両親学級へも参加したいと思っています(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
出産、育児に関する本を買って知識をつけたり、友人から話を聞いた。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級に申し込んだ。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
両親学級会に産科、人に聞いたり自分で情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
特になし(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)
昔の子育てとはかなり違うので、違いを調べました。(赤ちゃんの祖父母、60代以上、妊娠7-9か月)
区の両親学級に参加した。保育園応募のため、ナビゲーターに相談した。SNSを見て、妊娠や子育てについて調べた。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
両親学級への参加、出産方法を調べた、保活、児童館やみずべへの訪問・下調べ(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
両親学級に参加した（オンライン、平日、休日）、民間の妊娠アプリ運営会社のセミナーにできるだけたくさん参加した、妊婦参加可能なみずべのイベントに参加した、会社や友人の先輩ママに話を聞いた等(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
母親学級への参加、出産育児情報の収集、育児品の準備、出産のイメージトレーニング、教育費の工面等(赤ちゃんの母親（1人目）、40代後半、妊娠10か月)
パパママ学級に参加しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)

＜自治体名＞のパパママ学級に夫婦で参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠10か月)
パパママ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
出来るだけ夫婦二人で両親教室(＜自治体名＞で行っているもの、通っている産科クリニックで行っているもの)参加するようにして情報の共有やお互いに質問したいことをその場で出来たりしました 出産後に必要なものをピックアップしていつでも相談できるようにしている(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
両親学級に参加。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
パパママ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
パパママ学級には夫も可能な限り一緒に出席してもらいました。また、職場の手続きで抜け漏れがないかかなり徹底的に確認しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠10か月)
雑誌を読む(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠4-6か月)
＜地域の施設名＞への参加、出産後の育児グッズの購入調査、ぬいぐるみを使用した抱っこ練習(赤ちゃんの父親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
パパママ学級、ベビー用品の購入、ベビー用品の検索(赤ちゃんの父親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
たまごくらぶを購入した。両親学級（区、産院）に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
区からどのようなサポートを受けられるのか、マタニティスポーツ(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
病院情報の収集、育児雑誌購入、両親学級参加、育児グッズ購入(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
雑誌購入、アプリダウンロード、赤ちゃん専門店に行った(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
区の講座に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
すこやか福祉センターへ面談、講座に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
両親教室、母親教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)

・両親学級の参加 ・マタニティークラスの参加 ・妊婦さんクラスの参加 ・保育園の話を聞きに区役所に行く。 繁忙期に行ったわけではないし、事前に一通りパンフレットを読んで行きましたが、区役所職員の対応はこんなことで来るなんて…と煩わしそうな雰囲気がして、本当に聞きにくい環境でした。 パンフレットを読むだけでは分からない部分が多いです。オンラインの説明会や動画等で全体の流れを一通り教えてほしいです。 ・たまひよを読み込む ・友人からアドバイスをもらう(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
病院開催の両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
育児書の読み直し(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠10か月)
本を読んだ(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠1-3か月)
出産情報を調べました。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べ、両親学級、母親学級への申し込み(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
まだあまり調べられていませんが、子どもの遊び場や一時保育、緊急保育の情報収集が必要だと思っています。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月) 産休育休のスケジュールを調べた。 <自治体名>の保育園情報をちょっと調べた。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月) 準備するものを調べたり、情報誌を読んだりしています。 母親学級、両親学級も参加予定です。 コウノドリという漫画も読むようになりました。とても勉強になっています。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月) 妊婦のための整体と講座を提供しているマミーサロンに通う、母親教室&両親教室の日程を調べる。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
両親教室等の参加はこれからです 母親学級の日程候補日が少なすぎと思いました これから保育園も見学を考えています(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
母親学級に申し込みました。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
(第一子の時)母親教室に参加(赤ちゃんの母親（2人目以上）、20代後半、妊娠4-6か月)
初妊婦ではないため、<自治体名>の両親教室・母親教室は参加できないため、病院が開催してくれるものに参加しようと思っています。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠4-6か月)
両親学級・母親学級に参加した。複数のアプリで、妊娠や出産に関する情報を得ている。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
母親学級、両親学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)

多胎児の親向けの会に参加したり、双子育児経験者の書籍を読みました。保育園紹介の動画を見たり、見学にも行きました。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
出産情報を調べた 両親学級に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
両親学級(オンライン)に参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
両親学級、母親学級に参加した 胎児ドック糖を受けた(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室・母親教室に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した 保育園の情報収集を始めた(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
妊活または妊娠育児関連の相談アプリの登録、妊娠育児情報誌の購入や両親学級および母親学級への参加(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠7-9か月)
母親、両親学級に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠7-9か月)
初産向けの母親教室が多く、2人目だとなかなか参加できるものがない。1人目から年数が経っていない方は不要かもしれないが、私は年数が経っていて忘れていることも多く、参加できると情報が得られるだけでなく、同じ月齢のママと知り合う機会にもなりありがたい。(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠7-9か月)
無料のマタニティ情報誌を取り寄せた マタニティイベント情報を調べた(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加する予定。(赤ちゃんの父親(1人目)、50代、妊娠7-9か月)
両親学級、母親教室への産科 SNSでの情報収集や交流(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠10か月)
<自治体名>の母親学級、両親学級に参加 情報誌、ウェブサイトでの情報収集(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠10か月)
出産前後に関わる情報を調べた、両親学級に参加した、周りの出産経験者に話を聞いた(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠10か月)
母親学級、両親学級に参加しました。 また、YouTubeやネットなどで赤ちゃんを迎え入れる為に必要な物や、お産について、産後の子育てに関する情報などを調べました。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠10か月)
両新教室、母親教室に参加しました。 マタニティスイミングに通ったことで身体の浮腫みが軽減、メンタル的にも元気でいられました！(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠10か月)
両親学級、母親学級に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代後半、妊娠10か月)
両親学級(赤ちゃんの父親(1人目)、30代後半、妊娠10か月)
関連の本を読みました。(赤ちゃんの父親(1人目)、40代前半、妊娠10か月)

ネットの情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠1-3か月）
準備として、妊娠期の各段階で母子がどのような経過をたどるのか（成長過程、つわりなど妊婦の体調変化）確認したり、家事を主体で進めたりしています。(赤ちゃんの父親（1人目）、20代後半、妊娠1-3か月）
子育てに関する資料請求をした これから両親学級に参加予定 他者からの情報共有を受けた(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月）
ママパパ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月）
数冊雑誌や本を買って、妊娠出産に関する情報を得ました。ママパパ学級に参加しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月）
マイサポートスペースや＜地域の施設名＞の一時預かりとうやまつどりヘルパーに登録した まだ利用していないがいざと言うときに利用できるものは利用していきたい ファミリーサポートも検討したが制約が多く今回は見送った(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠4-6か月）
ママパパ学級に参加した 赤ちゃんの情報誌の取り寄せをした 赤ちゃんを産んだ家族や友達に話を聞いた 食事に気をつける(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月）
ママパパ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月）
ママパパ学級に参加しました。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月）
病院と地域の両親学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月）
ママパパ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月）
市の子育て支援を調べた パパママ教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月）
育児にかかる資産形成の準備を、はじめた。家の環境を整えた。ママパパ学級等への参加や歯科検診・予防接種など行った。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月）
ママパパ学級参加、コンビ講座(ベビー服)参加(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月）
たまひよやゼクシィの無料でもらえる資料をもらったり、ネットで調べたりした(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月）
両親学級への参加 ベビーグッズの購入(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月）
なるべく妊婦向けの学習ができる講座を受けたり知り合いに色々なお話を聞くようにしています。(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月）
＜地域の施設名＞の登録をして、利用してみた。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月）

ママパパ学級に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠10か月)
インターネットや本を購入しての情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
必要なもの、制度などの情報収集および購入や手続き。両親教室への参加。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
産院情報を調べた。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠10か月)
産婦人科を決めた、妊娠中の食や暮らしについて調べた、子育ての本を読んだ(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠1-3か月)
母親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
情報雑誌を買ったりなどで、情報収集(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
家に赤ちゃんひとりきりでいると、閉塞感で息が詰まりそうになります。かわいと思う反面、大人と会話する機会が激減し、情緒不安定になりがちで、自分から外に出て外の空気を吸うことを心掛けました。近くに子育て広場があり、なにもない日でもそこに行けば誰かと話せるという安心感が心の支えになりました。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
上の子の時とのお世話グッズの違いなど、新しい情報を取り入れるようにしてます(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠4-6か月)
男性の育児休暇について調べた(赤ちゃんの父親（1人目）、40代前半、妊娠4-6か月)
妊娠期間や出産について情報収集 病院の母親教室(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
母親教室に参加した。金銭面で不安があるので、いただける手当の勉強をしたりサンプル品を集めたりした。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
市のマザーズクラスや歯科検診に参加した。 フリーペーパーやアプリで妊娠出産についての知識は得ている(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠10か月)
妊娠・出産情報の収集(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠1-3か月)
病院や自治体、ネットで気になることを調べている程度です。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠1-3か月)
今後母親教室などに通う予定。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
様々な情報をしらべた、母親学級に参加した、両親学級に参加する予定(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
現在プレパパママ教室に通ってます。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)
出産情報を調べ、地域の子育て支援施設に行ってみました(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)

両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
<自治体名>の両親教室や双子サークルに参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
パパママ教室に参加した(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加 病院の分娩教室に参加 出産育児情報の検索(赤ちゃんの母親（1人目）、40代前半、妊娠7-9か月)
出産子育て情報、出産後の支援サービスを調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、40代後半、妊娠7-9か月)
2人目なのでほぼ何も準備していない、(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代前半、妊娠7-9か月)
両親教室に参加した(赤ちゃんの父親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)
産休育休後に預ける保育園についてどこにどのような所があるか資料で把握した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
保育園はどこにするか、ある程度の希望施設を絞った(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠7-9か月)
母親教室に参加予定。 自宅のリフォーム。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)
母親教室に参加した 色々な情報を調べた(赤ちゃんの母親（1人目）、20代後半、妊娠4-6か月)
無痛分娩や帝王切開について調べた。市が主催の妊娠体験教室について調べた(つわりがおさまったら夫婦で参加予定)。 (赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
出産育児に関する本、お金について考える本を買って読んでいる(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠4-6か月)
食材についてや、会社の育休、復帰後の勤務システムを調べた。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、20代後半、妊娠4-6か月)
両親教室に参加した(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠4-6か月)
出産後の第一子を含めた生活の仕方について、夫や実家と話し合った。(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠4-6か月)
妊婦教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、20代前半、妊娠7-9か月)

市役所の保育科で保育園情報を調べた <自治体名>が開催している母親体験教室に夫婦で参加した 病院の母親教室に(前期、後期)参加した 友人に保育園の情報を聞いた(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
雑誌やSNSで出産、育児の情報を調べたり、友達に聞いたりした。助産院のオンライン母親教室を見た。(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠7-9か月)
ネットで検索 両親学級参加 妊娠本購入(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
産院の母親教室に参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
<自治体名>の両親教室に参加した。 出産や育児について、WEBやインスタなどで情報収集した。(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
夫婦で両親教室に参加。保育園の検索、赤ちゃん用品販売店の検索及び購入。(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠7-9か月)
二人目なので里帰り出産はせず、こちらで産むので何処が良いか調べた。(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠7-9か月)
保育園について。3月生まれなので保活に不利そうだなと思い、結構情報収集している。 自営なので、育児しながら少しずつ仕事を始めたいが、産後8週以降は上の子の預け時間が短くなると園長に言われ、下の子がなかなか預けられないとなると、なかなか仕事ができないので、一時預かりや認可外も視野に入れて調べている。(赤ちゃんの母親(2人目以上)、30代後半、妊娠7-9か月)
<事業名>をきっかけに<自治体名>のほーむページを見て子育て支援やイベントの検索をした。育児本(段階的な成長)などを読んだ(赤ちゃんの父親(1人目)、30代前半、妊娠7-9か月)
母親教室に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、20代後半、妊娠10か月)
母親教室に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠10か月)
両親学級に参加した(赤ちゃんの母親(1人目)、30代前半、妊娠10か月)
出産情報を調べたり、赤ちゃん用品を事前に調べたり見に行ったり、パパママ教室に参加した。(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠10か月)
出産情報を調べた(赤ちゃんの母親(1人目)、40代前半、妊娠10か月)
赤ちゃんに必要なグッズをしらべた(赤ちゃんの父親(1人目)、30代前半、妊娠4-6か月)

地域の教室等には必ず参加している

中期から運動をするよう心掛けている(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠7-9か月)

市のマタニティ教室に参加した。

妊娠出産に関する本を買い、参考にしている。

保育園の見学、情報収集を行った。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)

ブレバママ教室について調べた。ただ、二人目の妊娠でも参加してよいのかよくわからないと思っている。コロナ前野参加のため、感染対策等変わったことがあるなら知りたいと思っている。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠4-6か月)

両親教室に行く予定。母親教室に参加した。ベビー服一式、必要なものを揃えている。赤ちゃんファーストを利用しはじめた。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代後半、妊娠7-9か月)

市のHPなどを探しました(赤ちゃんの母親（2人目以上）、30代後半、妊娠7-9か月)

両親教室、母親教室に参加した。(赤ちゃんの母親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)

出産情報をアプリなどで調べた

両親学級に参加した

家を建てて引っ越した(赤ちゃんの父親（1人目）、30代前半、妊娠10か月)