

# 妊娠・出産のための動画シリーズ

▶ YouTube



公益社団法人 日本産婦人科医会

## プレコンセプションケア

将来の妊娠に備えて  
パートナーと考える！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠とお金と仕事

出産費用はどのくらい？  
しっかり学んで賢く備える！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠中の生活①

～妊娠したら～

妊娠中に薬は飲んでも大丈夫？  
子宮がん・乳がん検診をするの？

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠中の生活②

～出産に向けて～

妊娠中は虫歯になりやすい？  
夫婦生活は？旅行はOK？

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠と食事

栄養の基本を知って  
妊娠中も楽しく食事！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 吸引分娩と鉗子分娩

分娩時間を短縮して  
妊婦さんや赤ちゃんの  
負担を軽くする！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 帝王切開とは？

日本では妊婦さんの  
5人に1人が帝王切開！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠中のメンタルケア

心にもストレスがかかる妊娠！  
音が持つ「心のケア」とは？

公益社団法人 日本産婦人科医会

## パートナーと一緒に

産後うつは男性もご用心！  
進化する育児制度を  
活用しよう！

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 赤ちゃんとの絆づくり

意外と周りが見えてる赤ちゃん！  
近く赤ちゃんとうまく付き合うには？

公益社団法人 日本産婦人科医会

## 妊娠・出産について学べる10本の動画シリーズです。

これから妊娠・出産・育児を迎える皆さんに、  
産婦人科医がお伝えしたいアドバイスを短い Youtube 動画にまとめました。  
スマホや PC でご視聴いただけます。ご家族みなさんでご覧ください。

本動画は、令和3年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業（厚生労働省）によって作成されました。

## 産婦人科医や専門医がアドバイス！



暮らしデザインクリニック  
相良先生



東京医療保健大学  
米山先生



昭和大学病院  
新理先生



赤木記念東京リハビリセンター  
星先生



昭和大学病院  
白土先生



日本赤十字社医療センター  
笠井先生



福島県立医科大学  
西郡先生



九州大学病院  
山下先生



東邦大学医療センター大森病院  
早田先生

こちらの動画もオススメ！  
赤ちゃんに関する動画を多数公開  
していますので、是非ご覧ください。

BRAIN HERO  
(ハーバード大学の育児支援動画)



赤ちゃんの  
ふしぎな世界

