

母乳喂养社会支持量表

母乳喂养时，您属于下列哪种情况？请依次在“符合”到“不符合”之间进行“√”。

		不符合	不太符合	不能确定	有点符合	符合
1	有能够和您轻松谈论关于母乳喂养的人	1	2	3	4	5
2	为了您有时间给宝宝喂奶，有能够分担家务和照顾孩子的人	1	2	3	4	5
3	您身边亲近的人，是您坚持母乳喂养的精神支柱	1	2	3	4	5
4	有人会告诉我有关母乳喂养积极的、好的经验	1	2	3	4	5
5	为了您能更轻松地照顾宝宝，有能够分担家务和照顾孩子的人	1	2	3	4	5
6	必要时，能够和家人、朋友以外的人探讨母乳喂养相关问题	1	2	3	4	5
7	医生、助产士、护士等医务人员大多支持您母乳喂养（例如：口头鼓励、微笑、拍拍肩膀、提供需要的信息和技术上的帮助）	1	2	3	4	5
8	医生、助产士、护士等医务人员会告知您母乳喂养的好处	1	2	3	4	5
9	当您母乳喂养遇到困难时，有能够和您商量的人	1	2	3	4	5
10	身边的人会照顾您，以便您能有足够的休息时间	1	2	3	4	5
11	必要时，可以向医生、助产士、护士等医务人员咨询母乳喂养的方法	1	2	3	4	5

您的联系方式 电话：_____（仅供后期随访用）

Breastfeeding social support scale

How do you perceive your breastfeeding situation? Please choose your answer to each item presented below from “Does not apply to me” to “Applies to me.”

		あてはまらない	ややあてはまらない	どちらともいえない	ややあてはまる	あてはまる
1	母乳育児について気楽に話せる相手がいる。 There is someone with whom I can easily and openly discuss breastfeeding.	1	2	3	4	5
2	赤ちゃんにおっぱいをあげる時間を取りやすいように、家事や育児を負担してくれる人がある。 There is someone who helps with other child care and with housework such that it's easy for me to make time to breastfeed my baby.	1	2	3	4	5
3	身近な人が、母乳育児をしているあなたの心の支えになってくれる。 There is someone close to you who gives you emotional support in breastfeeding.	1	2	3	4	5
4	母乳育児の良かった経験を話してくれる人がある。 There is someone who tells me about positive experiences of breastfeeding.	1	2	3	4	5
5	あなたが赤ちゃんのお世話をしやすいように、家事や育児を負担してくれる人がある。 There is someone who helps you with other child care and with housework such that it's easy for you to take care of your baby.	1	2	3	4	5
6	必要になったら、母乳育児について家族や友人以外の人（たとえば、医療関係者や母乳育児支援グループの人）に相談できる。 If necessary, there is someone other than family or friends whom I can consult on breastfeeding.	1	2	3	4	5

7	<p>医師、助産師、保健師などの医療関係者の多くは、あなたの母乳育児を応援している。</p> <p>Most health care providers (doctors, public health nurses, midwives, etc.) support you in breastfeeding.</p>	1	2	3	4	5
8	<p>医師、助産師、保健師などの医療関係者が、母乳育児の利点を教えてくれる。</p> <p>Health care providers including doctors, public health nurses, or midwives tell me about the benefits of breastfeeding.</p>	1	2	3	4	5
9	<p>母乳育児について困ったことがある時に相談できる人がいる。</p> <p>There is someone I can talk with whenever I have issues with breastfeeding.</p>	1	2	3	4	5
10	<p>あなたが休養をとれるように身近な人達が配慮してくれる。</p> <p>There are people around you who help you get enough rest.</p>	1	2	3	4	5
11	<p>必要なときには、医師、助産師、保健師などの医療関係者に母乳育児のやり方を相談できる。</p> <p>If necessary, I can consult with health care providers (doctors, public health nurses, midwives, etc.) on how to breastfeed.</p>	1	2	3	4	5

The English translation provided here is to be used not for collecting data, but rather for informational purposes only. It has not been tested in English for use among English-speaking mothers.