

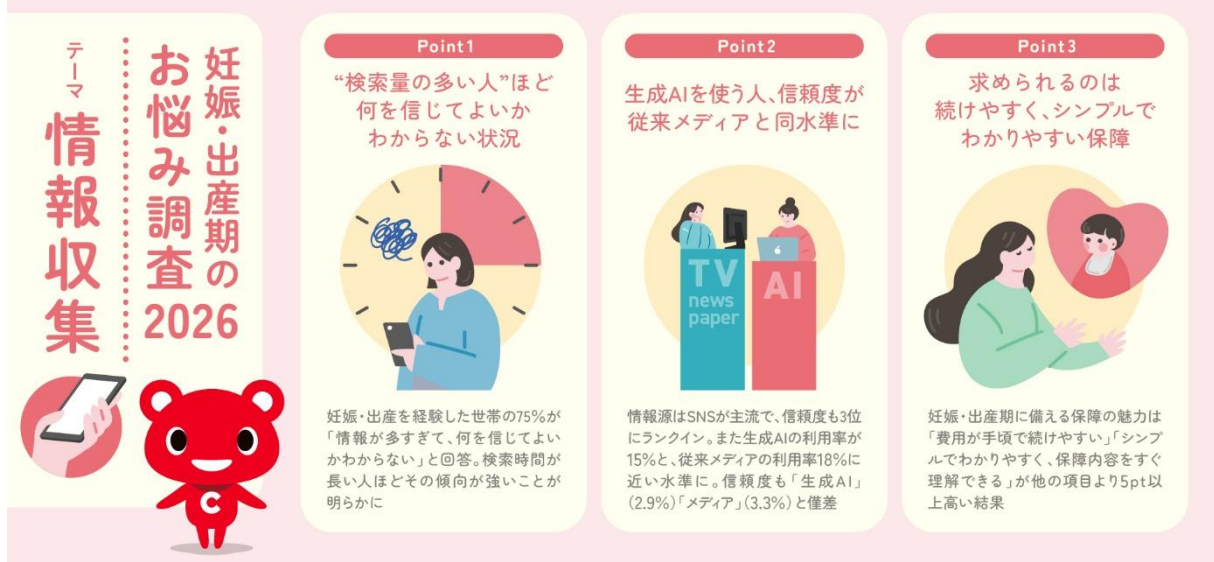
【コープ共済 妊娠・出産期の情報収集に関する意識調査】

調べるほど不安が増す“情報氾濫時代”に、妊娠・出産経験のある約 75%が「情報過多」に不安。

生成 AI 利用も拡大し従来メディアと同水準の信頼度に。求められるのは続けやすく、わかりやすい保障

妊娠中から赤ちゃんの保障を申し込みできる制度、「C O ・ O P 共済《たすけあい》J1000 円コース お誕生前申し込み（以下、お誕生前申し込み）」を提供する、日本コープ共済生活協同組合連合会（所在地：東京都渋谷区、代表理事理事長：笹川 博子）は、全国の 20～40 代の男女 1,500 人の、妊娠・出産経験のある当事者（またはパートナー）の方に「妊娠・出産期の情報収集」に関する意識調査を行いました。

妊娠・出産を経験した約75%が 情報が多すぎる世の中 に不安。



妊娠・出産は大きなライフイベントであり、健康管理や出産準備、育児に関するものはもちろん、生まれてくるお子さまへの保障など幅広い情報収集が必要となります。2026 年 5 月には出産時の分娩費用を無償にする新制度を盛り込んだ改正健康保険法が可決・成立するなど、妊娠・出産を取り巻く制度や環境は変化しつつあり、家計や将来への備えについて考える重要性が高まっています。こうした中、妊娠・出産に関する情報を収集する手段も大きく変化しており、インターネットや SNS の普及に加え、生成 AI の登場により、誰もが手軽に情報へアクセスできる環境が整っています。一方で、総務省の「情報通信白書」によると、SNS やニュースサイトなどが主要な情報収集手段となるなか、偽・誤情報や真偽不確かな情報の流通・拡散が課題として指摘されています（※）。さらに、生成 AI の普及により情報の生成・流通が加速し、選択肢が増えたことで、必要な情報を見極める難しさや、「何を信じればよいかわからない」といった“情報氾濫”の課題も高まっています。

こうした背景を踏まえ、コープ共済では、妊娠・出産期における「情報収集と情報氾濫の実態」について調査を実施しました。

※：総務省「令和 7 年版 情報通信白書 第 3 節インターネット上の偽・誤情報等への対応」

(<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r07/pdf/n1230000.pdf>)

■調査結果サマリー

1. 妊娠・出産を経験した世帯の75%が「情報が多すぎて、何を信じてよいかわからない」状況を体感。
1日3時間以上検索する“検索量の多い人”ほど、「何を信じてよいかわからない」と感じ、情報量の多さが不安につながっている実態が明らかに。生成AIの利用率も従来メディアと同水準の結果。
2. 自分（パートナー）や生まれてくる子どもの健康に不安を感じていた人のうち、保障を検討していた人は約半数。魅力を感じる保障は、続けやすく、シンプルでわかりやすい保障。
健康に不安を感じる人の約半数は保障を検討。一方、実際には「公的制度で十分だと思った」「必要な保障内容がわからなかった」など情報を精査しきれないという理由から、加入する人は少ない状況に。

【調査概要】 コープ共済 「妊娠・出産期の情報収集に関する意識調査」

■調査方法：インターネット調査

■調査期間：2026年6月実施

■調査地域：全国

■調査対象：1,500人（各都道府県約31人）、20～40歳男女

■業務委託先：楽天インサイト

※本調査は妊娠中および乳幼児の子育て世帯を対象に実施

■調査結果 詳細

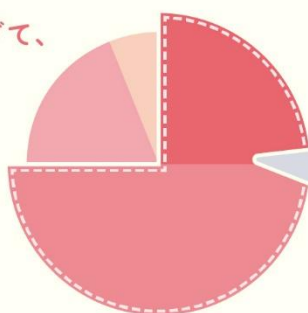
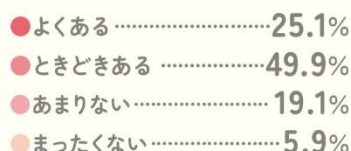
【ポイント①】妊娠・出産を経験した世帯の75%が「情報が多すぎて、何を信じてよいかわからない」と回答。特に検索時間が長い人ほどその傾向が強いことが明らかに。

▼妊娠・出産を経験した世帯の75%が「情報が多すぎる」と実感。情報源はSNSが主流、ただし最も信頼されるのは病院・医師

「妊娠・出産に関する情報が多すぎて、何を信じてよいかわからないと感じたことはありますか」という設問に対し、「よくある」「ときどきある」と回答した人は合計75%となりました。

情報収集源として最も多かったのは「SNS（Instagram、X、TikTokなど）」、次いで「家族・友人・知人」「検索エンジン」が続きました。一方で、信頼度が最も高い情報源は「病院・医師」、次いで「家族・友人・知人」「SNS」となり情報源と信頼度ともに、SNSが上位に入る結果となりました。

妊娠・出産に関する情報が多すぎて、何を信じてよいかわからないと感じたことはありますか？



何を信じてよいかわからないと感じる人は合わせて

75%

n=1,500(コープ共済調べ)

情報源のランキング

1位 SNS

2位 家族・友人・知人

3位 検索エンジン

4位 病院・医師

信頼度のランキング

1位 病院・医師

2位 家族・友人・知人

3位 SNS

4位 検索エンジン

(%)

検索すればするほど不安に

n=377(コープ共済調べ)

各検索時間を答えた方のうち「不安になることがよくある」と回答した方の割合

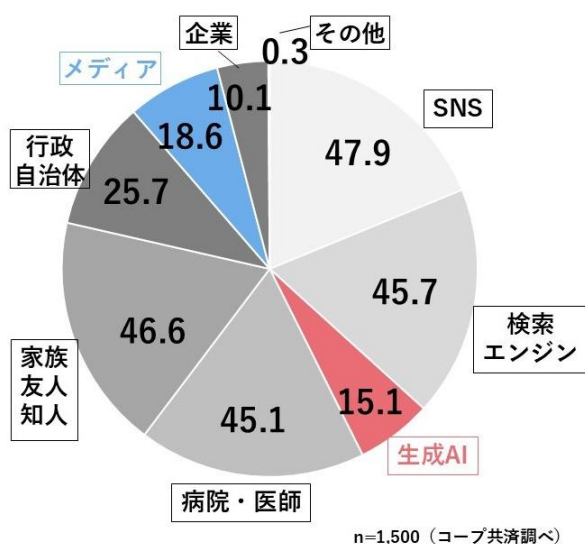


▼検索時間が長いほど、「何を信じてよいかわからない」と感じる割合が増加

1日の検索時間は「5分～30分未満」が29.1%で最も多い結果となりました。

また、検索時間が長いほど、「何を信じてよいかわからないことが『よくある』」と回答している傾向があり、割合としては、検索時間が「5分～30分未満」(23.4%)よりも「1時間～2時間未満」(37.9%)の方が14.5pt高い結果となりました。さらに「5時間以上」の層では71.4%に達しており、検索時間の増加とともに、不安や判断の難しさが高まる傾向がみられます。

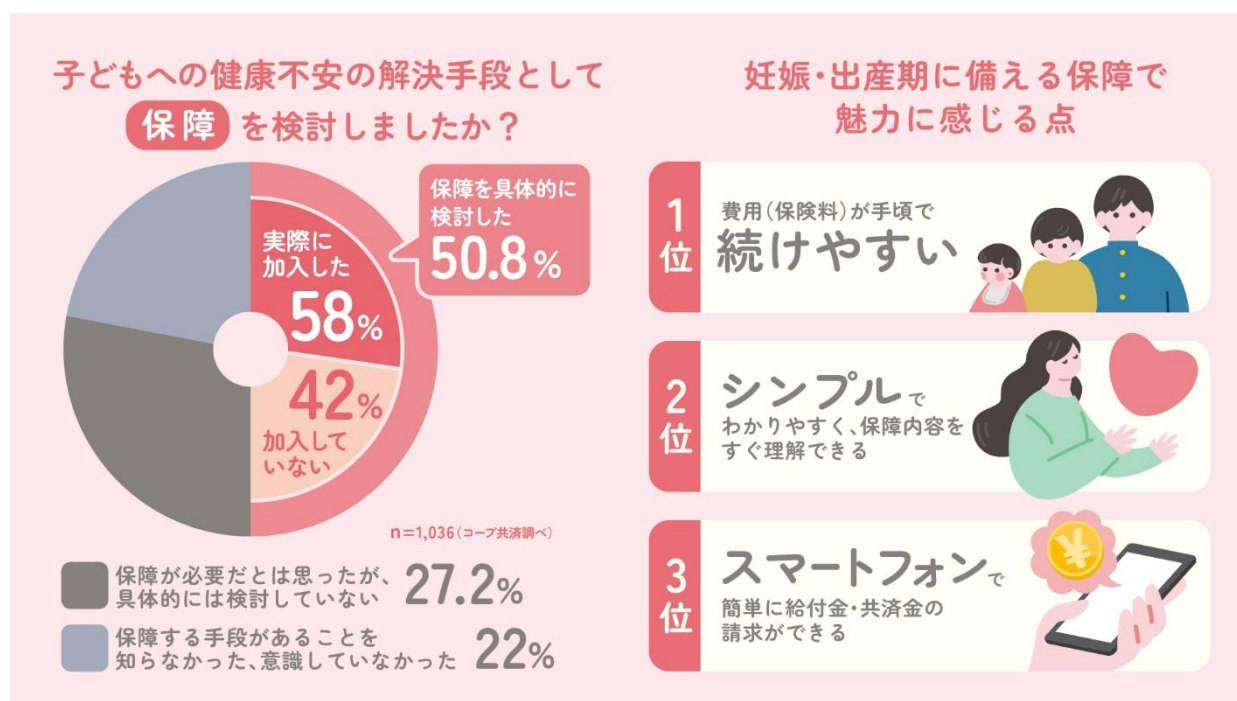
妊娠・出産期の情報源（複数回答）



▼生成AIの利用率は15.1%で、従来メディアの利用率(18.6%)に近い水準

情報収集における「生成AI」の利用率は15.1%で、「テレビ・新聞・雑誌などのメディア」の18.6%に近い水準となりました。信頼度も「生成AI」(2.9%)、「メディア」(3.3%)と僅差となっています。生成AIでの情報収集にはハルシネーション（事実に基づかない情報をあたかも正確であるかのように生成する現象）が起こるという懸念もあり、生成AIの利用が広がる中で、新たな懸念も浮き彫りになっています。

【ポイント②】自分（パートナー）や生まれてくる子どもの健康に不安を感じていた人のうち、保障を検討していた人は約半数。魅力を感じる保障は、続けやすく、シンプルな保障。



▼「妊娠前・妊娠中に不安に感じていたこと」の1位は「出産後の赤ちゃんの発育・健康状態」

「妊娠前・妊娠中に不安に感じていたことをすべてお選びください」という設問に対し、1位は「出産後の赤ちゃんの発育・健康状態」、2位は「妊娠・出産に伴う自分（パートナー女性）の体調や健康状態」となりました。

さらに、出産後の働き方や出費への備えなど、仕事や金銭に関する不安も上位に挙げられました。

▼保障を検討した人は約半数、一方で「知らなかった・意識しなかった」人も2割超

健康状態や出費に不安を抱えていた人に、解決手段として「保障を備える」ことを検討したかを尋ねたところ、検討した割合は赤ちゃんへの保障で 50.8%、自分やパートナーへの保障で 45.6%と、いずれも約半数となりました。一方で、「知らなかった」「意識しなかった」と回答した人もそれぞれ2割を超えています。

さらに、検討した人のうち実際に加入した割合は約6割にとどまり、その理由として「公的制度で十分だった」「必要な保障内容がわからなかった」「忙しく検討する時間がなかった」などが挙げられ、情報を十分に精査しきれていない実態がみられます。

▼「妊娠・出産期に備える保障」で魅力を感じる点は「続けやすさ」「シンプルなわかりやすさ」

「妊娠・出産期に備える保障で魅力を感じる点」としては「費用（保険料）が手頃で続けやすい」「シンプルでわかりやすく、保障内容をすぐ理解できる」が他の項目より5pt以上高く上位となりました。特に、継続のしやすさにつながる費用の手頃さが重視される傾向がみられ、検討段階では負担の少なさと理解のしやすさが重視されていることがうかがえます。

<不安に寄り添う、シンプルで選びやすい「コープ共済」の備え>

「情報が多すぎて判断に迷う」状況は、妊娠・出産期の不安をより大きくしてしまう要因の一つといえます。必要な情報にたどり着くまでに時間や労力がかかるだけでなく、さまざまな情報を比較する中で、かえって判断に自信が持てなくなるケースも見られます。

コープ共済では、信頼できる選択肢を迷わず選べるよう、シンプルでわかりやすく、月掛金1,000円から始められる手ごろな保障を展開しており、このような不安にも寄り添っています。また、妊娠期の女性や子どもに手厚い保障を提供する子育て世帯への支援実績が評価され「日本子育て支援大賞 2025」を受賞しているほか、「100か月CO・OP」※など、妊娠期から子どもの成長に寄り添う取り組みも推進しています。情報があふれる中でも安心して選べる存在として、多くの子育て世帯に支持されています。

※こども家庭庁が推進する「はじめての100か月の育ちビジョン」に基づいたこどもたちの育ちを応援するプロジェクト



<妊娠・出産期はもちろん、成長後の安心にもつながる「お誕生前申し込み」のススメ>



出産後は赤ちゃんのお世話、予防接種や公的な手続きなど、やることが盛りだくさんの毎日となりますが、「C O・O P 共済《たすけあい》J1000 円コース お誕生前申し込み」は、比較的時間に余裕のある妊娠中から、お子さまの保障を申し込める制度です。お子さまが生まれた日から保障が開始されるため、“生まれたその瞬間”からもしもに備えることが可能です。

月掛金は1,000 円と手頃で、入院（日額 6,000 円、1 日目から 360 日分）、ケガ通院（日額 2,000 円、事故日から 180 日以内、1 日目から 90 日分）、手術（1・5・10・20 万円）といった保障を備えられます。お子さまの健康状態に関わらず申し込み可能で満 30 歳まで保障が続くため、子育て世帯のお悩みに長期間寄り添う保障となっています。お申し込みは、スマホやパソコンからいつでもお手続きいただけます。

また、「お誕生前申し込み」は、お子さまの保障の契約者となるお母さま自身にもC O・O P 共済にご加入いただくため、切迫早産や帝王切開などの妊娠・出産時のリスクだけでなく、出産後の病気やけがにも備えることができます。

このように、妊娠中から出産後も、母子双方の保障を長い期間備えられる点が、多くの子育て世帯から支持されています。

※ご加入やお支払いには一定の条件があります。

※正常分娩の場合は、共済金のお支払い対象外となります。

※《たすけあい》J1000 円コース お誕生前申し込みについて詳しくは、お誕生前申し込み専用サイト (<https://coopkyosai.coop/portal/pre-jr.html>) をご覧ください。

■コープ共済連について

日本コープ共済生活協同組合連合会（略称：コープ共済連）はC O・O P 共済を取り扱う、主に宅配・店舗事業を行う各地域の生協と、日本生活協同組合連合会（略称：日本生協連）が共同して設立した共済事業を専業とする連合会です。C O・O P 共済は「自分たちに必要な保障商品を自分たちで開発し、育てること」を軸に、組合員の皆様の声をもとに商品開発を行い、保障内容をより良く改定してきました。特に子ども、女性の保障分野の加入者が多く、子育て世帯からご支持いただいています。

【本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先】

コープ共済 PR 事務局（株式会社オズマピーアール内）

担当：野澤（080-6771-9054）、藤村（070-2196-5213）、小野寺（070-4540-7069）

メール：coopkyosai-pr@ozma.co.jp