

令和4年度 厚生労働省母子保健指導者養成研修

研修4

性と健康の相談（プレコンセプションケア）に関する研修
概要資料

プログラム概要

	研修プログラム	講師	プログラムの内容
①	行政説明 母子保健行政の動向	厚生労働省 子ども家庭局 母子保健課	最近の母子保健行政の動向
②	講義 妊娠前の健康管理	国立成育医療研究センター 周産期・母性診療センター 母性内科 診療部長 荒田 尚子 氏	妊娠前からの健康管理の必要性やその具体的内容について
③	講義 乳幼児期から思春期の 性に関する相談支援	都立松沢病院精神科/ 国立成育医療研究センター 総合診療部 阪下 和美 氏	乳幼児期から思春期までの発達を踏まえたプレコンセプションケアの 必要性と相談支援の方法について
④	講義 様々な年代の プレコンセプションケアを考える ～児童相談所が関わる事例から～	大阪府中央子ども家庭センター 仁木 敦子 氏	児童相談所に関わる事例から、様々な年代の性に関する課題と性 教育の実際等を紹介する
⑤	事例紹介 母子保健推進協議会から 生まれた「生と性のカリキュラム」 ～心豊かにいきいきと生きる力を持つ 子どもの成長につなげていくために～	愛知県小牧市保健センター 所長 野口 弘美 氏	「生と性のカリキュラム」について、その取組のきっかけや具体的内容を 紹介。

② 妊娠前の健康管理（プレコンセプションケア）

【研修講師】

国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科 荒田 尚子 氏

研修のポイント

【プレコンセプションケアの目的】

- 女性やカップルを対象として将来の妊娠のための健康管理を促す取組
- 1. プレコンセプションケアによって若い世代の男女の健康を増進し、より質の高い生活を送ること
- 2. 若い世代の男女が将来より健康になること
- 3. より健全な妊娠・出産のチャンスを増やし、次世代の子どもたちをより健康にすること

【日本におけるプレコンセプションケアの必要性】

- 若い女性の栄養不良や活動性の低下からやせが増えて赤ちゃんの出生体重が減っている。一方で肥満も増加傾向にある
- 性と生殖に関する教育が国際標準に立ち遅れている
- 予防できる先天異常を予防できていない（葉酸サプリ、風疹ワクチン、高血糖を防ぐなど）
- 望まぬ妊娠、望まぬ拳児、望まぬ不妊などの社会的問題

【男性のプレコンセプションケア、次の妊娠のためのプレコンセプションケア】

- 男性のプレコンセプションケア パートナーと将来の妊娠・出産やライフプランについて考える、適正体重をキープ、たばこや危険ドラッグ・過度の飲酒をやめる、ストレスをためこまない、ワクチン接種をする、自分と家族の病気を知る、パートナーと一緒に健康管理をする
- 妊娠中に妊娠糖尿病や妊娠高血圧症候群を発症した場合には、5年後にはそれぞれ約5人に一人が糖尿病や高血圧を発症するため、次の妊娠のためにも産後のフォローと介入が必要

図表：5つのプレコンAction

Action1	いまの自分を知ろう	生物学的な男女の違い、多様性、適正体重、運動、ストレス、基礎体温
Action2	生活を整えよう	栄養、薬飲、危険ドラッグ、喫煙・飲酒
Action3	検査やワクチンを受けよう	感染症、ワクチン、生活習慣病、がん
Action4	かかりつけ医を待とう	婦人科、月経、産科、持病
Action5	人生をデザインしてみよう	人生デザインシートを書いてみよう

Action 1.5
パートナーの事を知ろう！

図表：プレコンセプションケア
・チェックシート

- | | | |
|---|---|-----|
| <ul style="list-style-type: none">□ 適正体重をキープしよう。□ 禁煙する。受動喫煙を避ける。□ アルコールを控える。□ バランスの良い食事をこころがける。□ 食事とサプリメントから葉酸を積極的に摂取しよう。□ 150分/週運動しよう。こころもからだも活発に。□ ストレスをためこまない。□ 感染症から自分を守る。（風疹・B型/C型肝炎・性感染症など）□ ワクチン接種をしよう。（風疹・インフルエンザなど）□ パートナーと一緒に健康管理をしよう。 | <ul style="list-style-type: none">□ 危険ドラッグを使用しない。□ 有害な薬品を避ける。□ 生活習慣病をチェックしよう。（血圧・糖尿病・検尿など）□ がんのチェックをしよう。（乳がん・子宮頸がんなど）□ 子宮頸がんワクチンを若いうちに行おう。□ かかりつけの婦人科医をつくらう。□ 持病と妊娠について知ろう。（薬の内服についてなど）□ 家族の病気を知っておこう。□ 歯のケアをしよう。□ 計画：将来の妊娠・出産を ライフプランとして考えてみよう。 | 女性用 |
|---|---|-----|

③ 乳幼児期から思春期の性に関する相談支援

【研修講師】

都立松沢病院精神科/国立成育医療研究センター総合診療部 阪下 和美 氏

研修のポイント

【広義のプレコンセプションケア】

- 「結婚前」だけではなく、小児期（小児期＝乳幼児期～思春期）から
- 身体・精神・社会面の発達段階を考慮した情報提供を行う

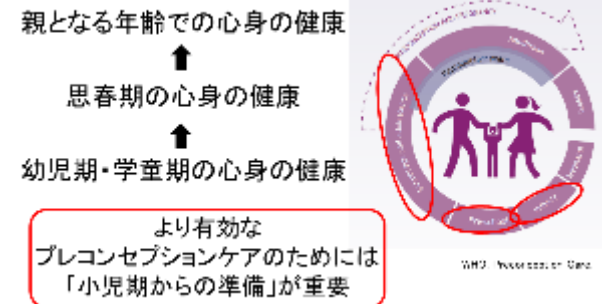
【小児期はプレコンセプションケアの「基盤」を作る時期】

- 「妊娠」が起こる前に ①こころとからだの健康を維持できる、②健康につながる行動ができる・知っている、③性・生殖に関する正確な知識がある、自分の性と他人の性を大切にできる
- 現在の小児医療においては心理社会的な課題が主。
…外傷・不慮の事故、育児不安、虐待、家族内葛藤の増悪、精神疾患、心身症、不健康な生活習慣、行動の問題、ハイリスク行動（喫煙・飲酒・薬物、性）発達の問題およびその二次障害 など

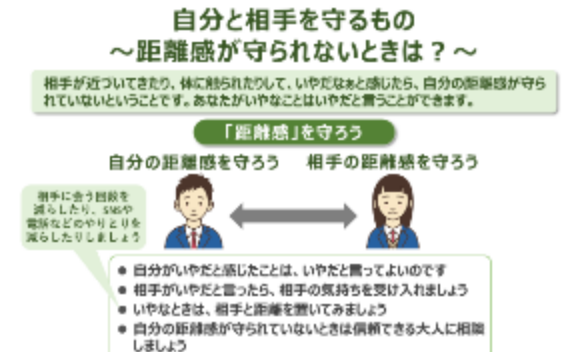
【自分の性・他人の性を大切にするために伝えるべきことと対象年齢】

- プライベートゾーン（全年齢対象）
- 月経（小学高学年～高校生対象）
- 健康な性、性成熟（小学高学年～高校生対象）
- 性暴力（全年齢対象）
- 避妊の知識（小学高学年～高校生対象）
- 性的指向・性自認（全年齢対象）

図表：小児期からのプレコンセプションケアの基盤づくりの必要性



図表：プライベートゾーン（距離感）に関する高校生向けの資料（文部科学省）



④ 様々な年代のプレコンセプションケアを考える ～児童相談所が関わる事例から～

【研修講師】

大阪府中央子ども家庭センター 仁木 敦子 氏

研修のポイント

【児童虐待の統計と児童相談所保健師の業務】

○児童相談所での児童虐待相談対応件数は毎年過去最多を更新し続け、令和2年度には20万件を超過。相談内容別で「性的虐待」は1%程度（約2,000件）だが、潜在化している子どもの家庭内性被害は年間数万件以上に及ぶのではないかとされている。

○令和元年児童福祉法の改正により、令和4年4月から全児童相談所に“保健師を置かなければならない”こととなった。

○大阪府における児童相談所保健師の業務は、児童福祉司とともに行う個別ケースへの対応が主。活動場面としては、児童の病院受診やかかりつけ医療機関への病状調査、カンファレンスへの同席など医療に関わる場面の同行や保護者や児童への性教育も含めた様々な保健指導を実施。対象ケースは、外傷、疾患のある児童、性被害が疑われる児童など、緊急性を要する児童や特定妊婦に地区担当児童福祉司とともに関与。

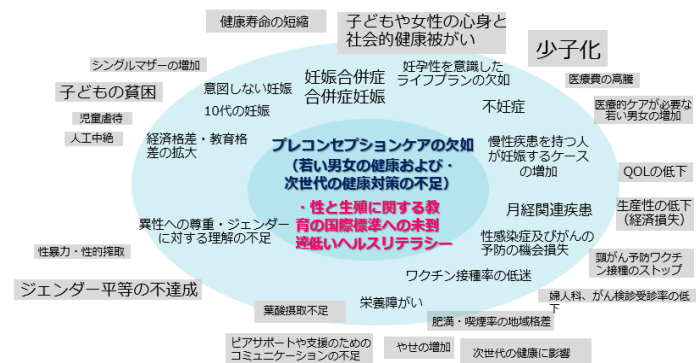
【母子保健の場面に期待すること】

○母子保健で保護者に関わる機会に、少し想像を巡らせて、会話に“性に関する一言”を加えてみて欲しい。

○児童相談所の対応ケースになる以前に、性被害を受けた子どもたちが発するサインや特徴を拾って、“性に関する一言”をかけることがプレコンセプションケアになり、プレコンセプションケアが欠如している我が国の問題・課題を防ぐことができるかと期待。

図表：プレコンセプションケアを母子保健ですずめることで防げること

出典：日本産婦人科医学会記者懇談会 荒田尚子先生 2020.12.9



⑤ 小牧市母子保健推進協議会から生まれた「生と性のカリキュラム」

【研修講師】

愛知県小牧市 野口 弘美 氏

研修のポイント

【小牧市母子保健推進協議会の設置経緯】

○「すべての母子が健やかに成長できる地域づくりを目指し、母子を支援する関係機関が互いの役割を明確にし連携を深める」ことを目的として、平成9年度に設置。
○母子保健関係機関の連携や、母子保健事業の企画、実施等を所管事務とする。
○医師会の代表、歯科医師会の代表、教育関係者、保育関係者、行政関係者等母子保健に関わる専門職で構成される。（平成9年当時：13人）

【生と性のカリキュラムの作成】

○平成13年に策定した第2次小牧市母子保健計画の基本計画や行動計画の中に、「生と性教育」の実施が盛り込まれたことがきっかけとなる。
○母子保健推進協議会委員が意見を出しながら、生と性の教育に向けた取組を検討。「性」を人として生まれてから死ぬまでの生き方の問題として教えていくことが大切であり、細切れでなく、発達に応じトータル的に実施できるカリキュラムとして作成することを決める。
○小牧市における性の概念の基つき、「生と性のカリキュラム」を作成。関係機関が関わり合いながら共有できるものを持ち、継続的に実施でき、家庭や地域、小中学校で実施できる内容を作成。

【生と性のカリキュラムの推進】

○当初は小中学校2校程度からカリキュラムを実施。親や小学校・中学校を対象に推進を行い、平成28年からは高校を対象に性の授業を実施。
○生と性のカリキュラム推進の関連事業として、小牧市独自の親子健康手帳の作成や自己肯定感獲得動画の提供、出前講座（自己肯定感を高めよう）等を行う。

図表：小牧市母子保健推進協議会

年	取組み
平成10年～	市独自の親子（母子）健康手帳の作成
平成11年6月～	市独自の親子（母子）健康手帳の交付
平成13年	第2次小牧市母子保健計画策定
平成14年～	保健連絡員による赤ちゃん訪問
平成15年～	生と性の教育（生と性のカリキュラム）作成
平成17年4月～	生と性のカリキュラム = 乳幼児・親・地域版 = の推進
平成18年	自己肯定感獲得DVD「みんなちがってみんないい」の作成
平成19年4月～	生と性のカリキュラム = 小学校・中学校版 = の推進

図表：生と性のカリキュラム 冊子

