

第2回プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会
～性と健康に関する正しい知識の普及に向けて～

国立成育医療研究センター
プレコンセプションケアセンターにおける
現在の取組と今後の展望

国立成育医療研究センター
女性の健康総合センター

センター長 小宮ひろみ

プレコンセプションケアとは



前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の
身体的・心理的および社会的な健康の保持および増進

—2019年 日本のプレコンセプションケアを考える会



妊娠希望の有無にかかわらずすべての人の真の健康を目指す



セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツの重視



国際基準の包括的性教育の補完

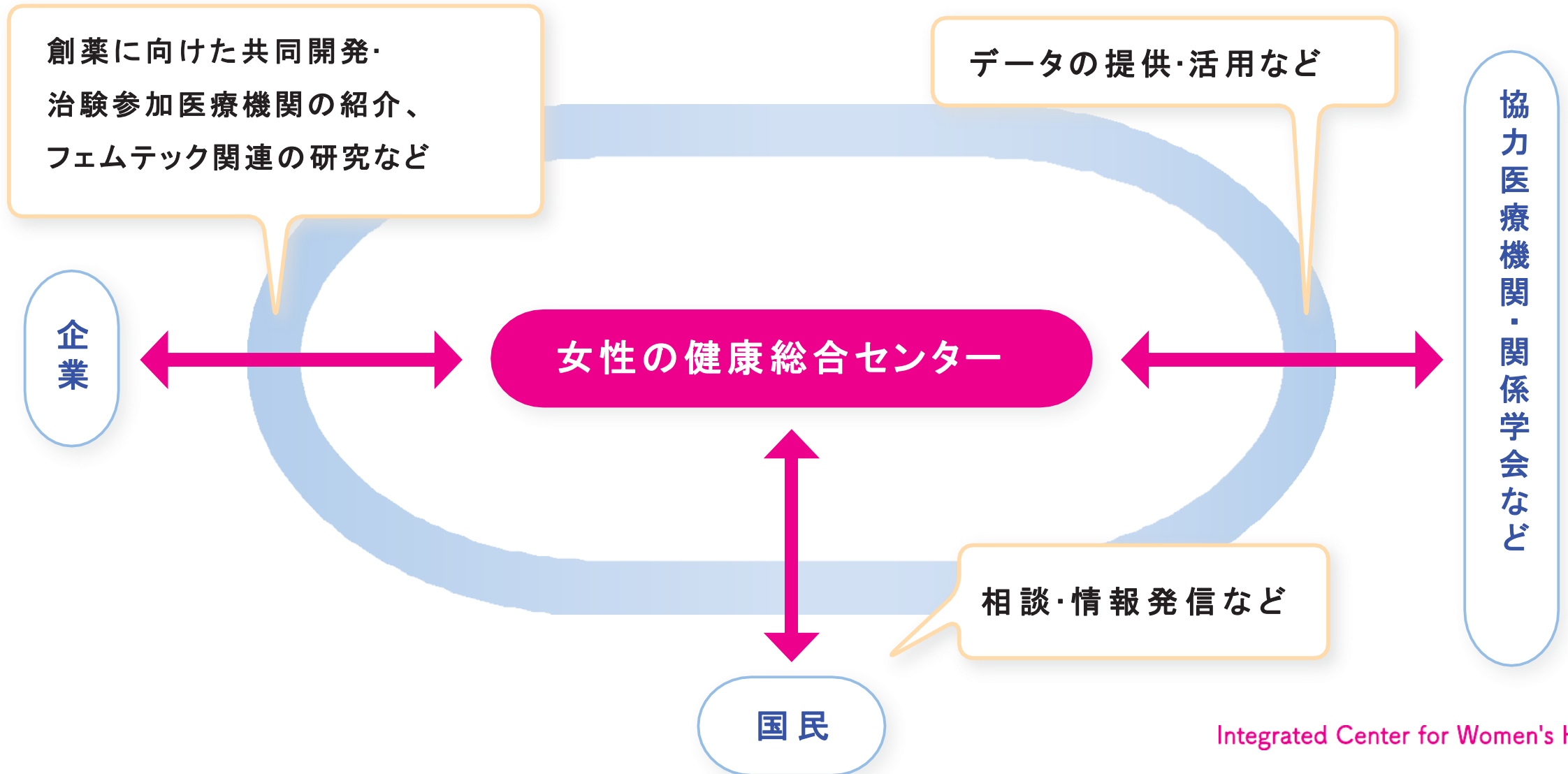
日本版包括的
プレコンセプションケア

プレコンセプションケアが目指すもの



すべての人の、そして次世代の真の健康
(身体的・心理的および社会的健康)

女性の健康総合センター事業スキーム・実施主体など



女性の健康総合センターにおける5つの柱

1
データセンターの構築

2
女性のライフコースと
基礎研究・臨床研究の積極的な推進

3
情報収集・発信、政策提言


4
女性の体と、こころのケア

5
女性に特化した診療機能の拡充

女性の健康総合センター組織図



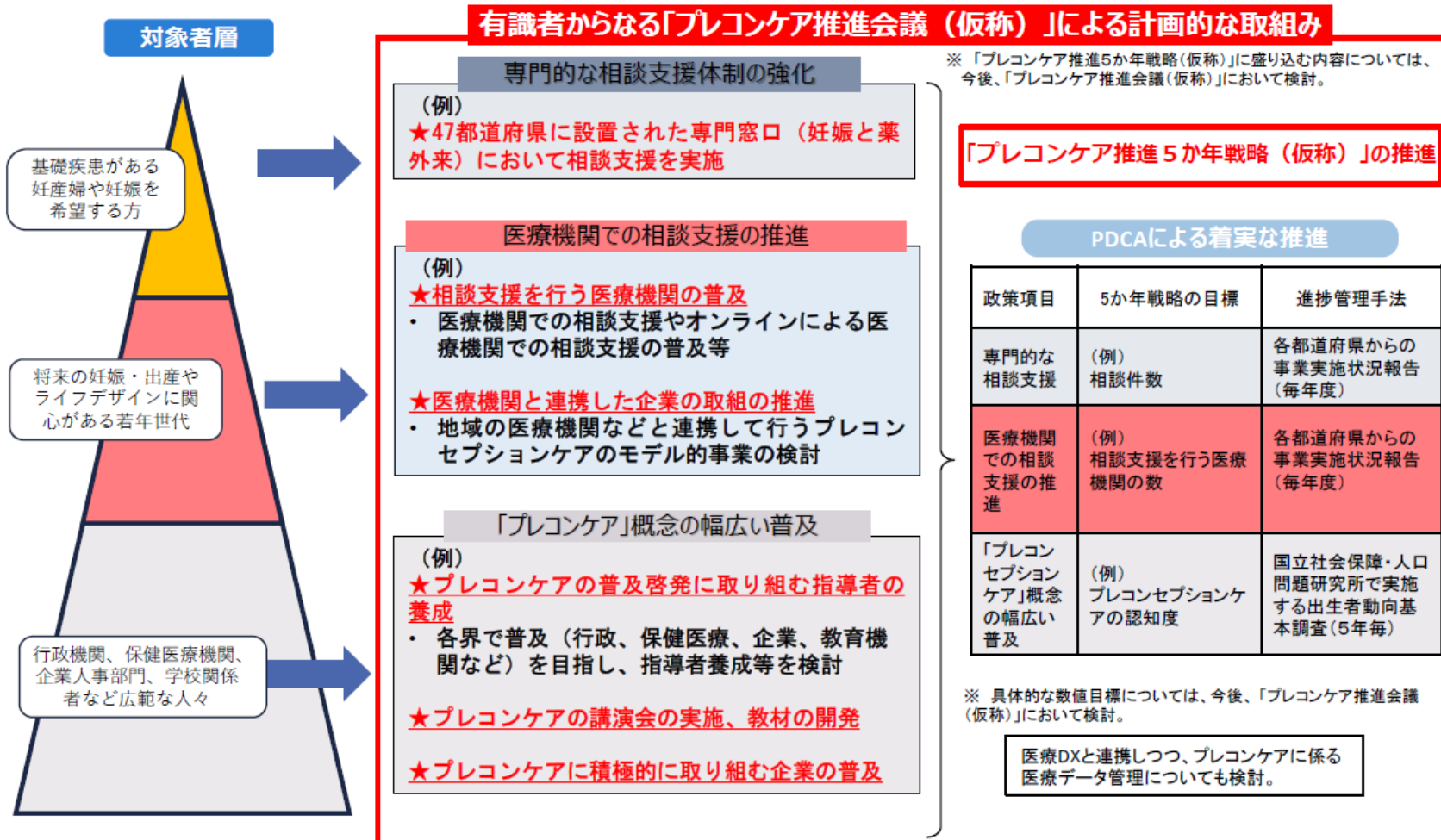
本邦におけるプレコンセプションケア

- 
- 2015** 国立成育医療研究センター内にプレコンセプションケアセンターたちあげ
将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うこと
- 2019** 国立成育医療研究センタープレコンセプションケアを考える会
前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的・心理的および社会的な健康の保持および増進
- 2021** 成育基本法における成育医療等基本方針2021
女性やカップルに将来の妊娠のための健康管理を提供すること
- 2023** こども未来戦略
男女ともに性や妊娠に関する正しい知識を身に付け、健康管理を行うよう促すこと
- 2024** 経済財政運営と改革の基本方針(骨太方針)2024
相談支援等を受けられるケア体制の構築等、プレコンセプションケアについて5か年戦略を策定した上で着実に推進する

プレコンセプションケアの対象者

＜参考＞「プレコンケア推進5か年戦略（仮称）」（検討のイメージ）

- プレコンセプションケアとは、男女を問わず将来の妊娠・出産に備えた健康管理や情報提供を進める取り組み。若年世代の将来のライフデザイン（人生設計）に資する視点から、プレコンセプションケアに関する知識の普及とともに、こどもを持つことを考えている女性やカップルが適切な相談支援等を受けることができるケア体制を構築するため、「プレコンケア推進5か年戦略（仮称）」を検討する。



女性の体とこころのケアなどの支援等 ～プレコンセプションケアセンター～

プレコンセプションケアセンター 事業

【目的】プレコンセプションケアに関する知識を均てん化し、相談者に医学的に正しい質の高い情報を提供する

プレコン相談拠点事業／対ハイリスク（※）

①全国拠点病院事業

- ◆ハイリスク女性が相談できるプレコン拠点設置
- ◆6NCや各分野の専門家と連携した疾患プレコンサマリーの作成
- ◆相談症例データベースの作成

②人材育成・教育

- ◆拠点病院医療スタッフ（産科医・内科医・助産師など）を対象とした講習会の実施
- ◆プレコンに関わる各領域の専門家とのネットワーク構築

③学術団体・関連団体との連携（日本女性医学会、日本性差学医学・医療学会、母性内科学会など）

- ◆診療ガイドラインや管理指針への参加

※ハイリスク

- ・基礎疾患（やせ・肥満・慢性疾患・悪性腫瘍・メンタル等）
- ・過去の妊娠・出産で問題があった方
- ・トランジションの方
- ・本人が出生時に問題があった方（低出生体重など）
- ・遺伝疾患、希少疾患の方
- ・不妊・不育症の方

※※一般

- ・リスクの顕在化していない方が主であるが、ハイリスクが含まれる可能性もある

赤文字は研究と関係する部分

プレコン相談拠点事業／対一般（※※）

①自治体：「性と健康の相談センター事業」プレコン部門支援

- ◆都道府県・指定都市・中核市における「性と健康の相談センター」プレコン教育担当者（専門家や医療者）を対象とした教育資料の作成等の統括・監修
- ◆プレコン専門相談員を対象とした教育資料の作成等の統括・監修
- ◆プレコン自治体モデル作成に関するアドバイス・協力・ネットワーク構築（例：プレコン世田谷モデル作成）
- ◆各自治体におけるプレコン指標作成と評価の実施

②情報発信

- ◆当事者（保護者）向けウェブコンテンツ作成の統括・監修
- ◆指導者向けウェブコンテンツ作成の統括・監修
- ◆オープンセミナー実施
- ◆学校・職域向け情報発信

その他

①産業との連携

- ◆産業（フェムテック・食品・運動・睡眠等）と連携し、プレコンリテラシー向上やスクリーニングツール作成

②海外との連携

【期待される効果】相談者の知識・リテラシー向上、相談者の利便性向上、エビデンス創出、国民や医療者への情報発信の充実

女性の体とこころのケアなどの支援等 ～プレコンセプションケアセンター～

プレコンセプションケアセンター 臨床

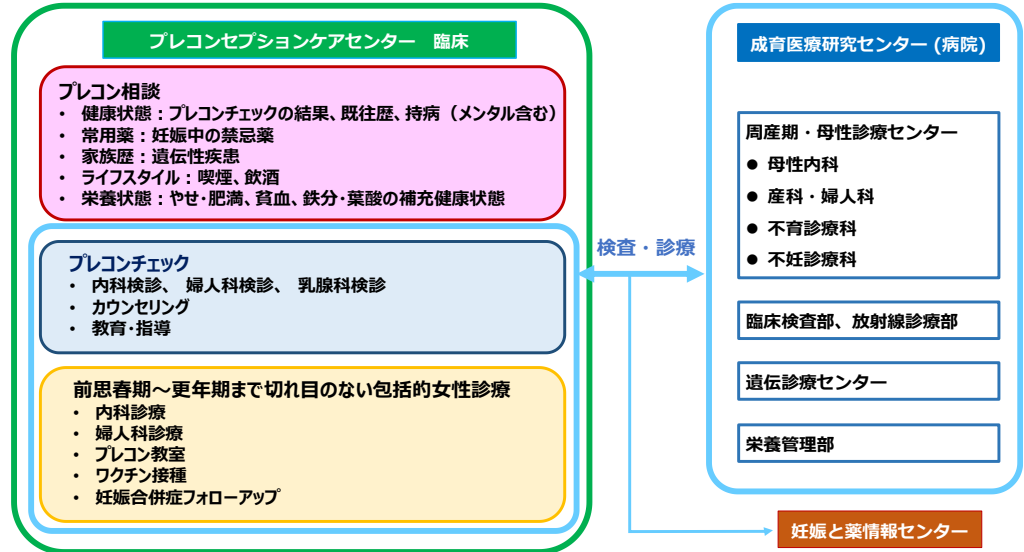
【目的】 プレ/インターコンセプション期(前思春期～性成熟期)から更年期までの女性に、切れ目ない質の高い医療を提供する

プレコン相談

- ◆妊娠・出産に関するあらゆる相談事業
 - ー妊娠・出産に不安のある方
 - ー持病のある方（やせ・肥満・慢性疾患・悪性腫瘍・メンタル等）
 - ー過去の妊娠・出産で問題のあった方
 - ートランジションの方
 - ー本人が出生時間問題のあった方（低出生体重など）
 - ー遺伝疾患・希少疾患をお持ちの方

プレコンチェック（検診とカウンセリング）

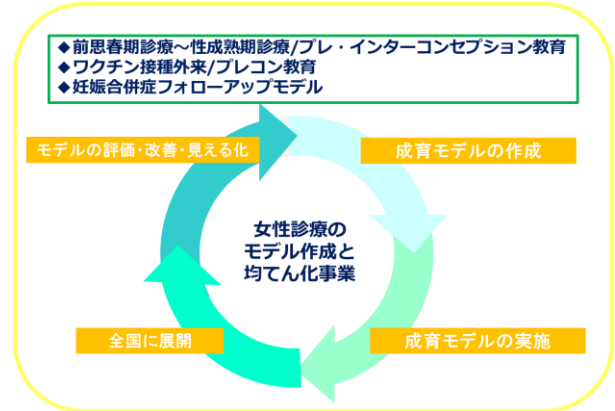
- ◆将来の妊娠を意識した検査項目・基準を用いたワンストップ検診（不妊・不育症含む）と専門医師・管理栄養士によるカウンセリング
- ◆プレコン教育・支援・栄養アドバイス（女性対象・カップル対象・栄養指導メインなど多角的に運営）



赤字は研究と関係する部分

前思春期～更年期まで切れ目ない包括的女性診療（女性診療のモデル作成と均てん化事業）

- ◆前思春期～更年期までの女性医療
- ◆前思春期～性成熟期女性に対するプレコン/インターコンセプション/更年期教室の開催
- ◆ワクチン接種外来（HPV、母体・胎児を守るための麻疹、風疹、水痘、ムンプス、インフルエンザ、百日咳、RS）
- ◆次回の妊娠を見据えたインターコンセプションケア外来
- ◆妊娠高血圧症候群・妊娠糖尿病・早産・低出生体重児・胎盤早期剥離の既往のある女性のフォローアップ外来



【期待される効果】

ライフステージに沿った教育と質の高い医療を提供することで、これまでカバーされていなかった年代の女性の健康を増進する

学童期から思春期・性成熟期・更年期・老年期まで ライフコースに沿った教育資材の作成

世界標準の性と生殖の教育・プレコンセプションケアの
理念・方針を取り入れた女性の包括的健康教育プログラム

【教育資材の一例】
性成熟期の男女対象
プレコンノート



幅広い年代層へのプレコンセプションケアの実施

まなブック レベル1 好事例紹介

世田谷区すくすくコンパス
(家庭教育・子育て支援講座)



まなブック レベル1 好事例紹介

世田谷区 STEAM 教育講座 (夏休み講座)



プレコンブース@北海道教育大学 岩見沢校
ASOBI プロジェクト (イベント版)



学校現場 (高校生や大学生)・社会人や
保護者に対するプレコンセプションケア



医療現場・自治体や教育機関・職域など
様々な場面における
プレコン提供者の教育・育成

基礎疾患がある方や妊娠を希望する方

将来の妊娠・出産やライフデザインに関心がある若年世代

プレコンチェックプラン(検診・カウンセリング)

- 将来の妊娠に必要な検診項目
- 専門医師・管理栄養士によるカウンセリング
- カップル受診

プラン一覧

対面	ベーシックプラン	将来の妊娠のために知っておきたいこと、チェックしておきたい検査項目が含まれています。検査結果をもとに、専門医師によるプレコンセプションカウンセリングと管理栄養士によるプレコンセプション栄養カウンセリングを行います。展望レストランでのランチも含まれます。 ▶ 検査項目
対面	ベーシックプラン + 腹部超音波	将来の妊娠のために知っておきたいこと、チェックしておきたい検査項目を含む「ベーシックプラン」に加え、腹部の超音波検査が受けられます。妊娠前に腹部超音波で内臓スクリーニングを行うことで、より安心な妊娠・出産を迎えることができます。 ▶ 検査項目

対面	カップルプラン	将来の妊娠に備えてパートナーと一緒に取り組みたいかた向けのプランです。女性はベーシックプラン(+オプション検査)、男性は計測(身長・体重・体脂肪・筋肉量・血圧)・感染症チェック(風疹・麻疹・水痘・おたふくかぜ)を行います。専門医師によるプレコンセプションカウンセリングと管理栄養士によるプレコンセプション栄養カウンセリングとを一緒にうけていただきます。展望レストランでのランチも含まれます。 ▶ 検査項目
対面	ライフデザインプラン	栄養は、皆さんの想像以上に健康なカラダを作る大切な要素です。将来、妊娠した時にもお母さん・赤ちゃん共に直接影響を受けるため、まずは食事内容を中心に、今後のライフスタイルを見直してみたい方向けのプランです。計測(身長・体重・体脂肪・筋肉量・血圧)と管理栄養士によるプレコンセプション栄養カウンセリングを行います。 ▶ 検査項目

対面	プレコンセプション・ フォローアッププラン	ベーシックプランを受診された方で、栄養カウンセリングをもう一度受けたい又は定期的に受けたい方向けのプランです。計測(身長・体重・体脂肪・筋肉量・血圧)と管理栄養士によるプレコンセプション栄養カウンセリングを行います。
オンライン	オンラインプラン	いつか妊娠を考える全ての女性を対象に日々の生活や健康について、専門医と管理栄養士によるオンラインカウンセリングを行います。(各30分) • 専門医のカウンセリングでは、状況をお伺いしながら、プレコンセプションケアの知識や生活習慣で実践していただきたい項目を中心にお話をいたします。 • 管理栄養士によるカウンセリングでは、予め記録していただいたお食事や生活習慣をもとに、今後のより良いライフスタイルを目指すお手伝いをいたします。

合併症のある女性のためのプレコンチェックプラン(検診・カウンセリング)

- 合併症のある女性のための、将来の妊娠に必要な検診項目
- 専門医師・管理栄養士によるカウンセリング

将来の妊娠・出産やライフデザインに関心がある若年世代

TOKYOプレコンゼミ

- 希望者が最初にうける必須のプレコン講座を成育医療研究センターが担当
- 都内在住の18-39歳の男女が対象
- 東京都が検査・カウンセリング受診費用を補助



令和6年度

TOKYOプレコンゼミ

アクセス

渋谷駅徒歩9分

開催概要

参加方法

動画

受付期間

2024/11/27~2025/1/8 23:59

対象

都内在住の18~39歳の方

プログラム内容

- ・未来の家族を考えたとき、知っておきたいこと
- 生活習慣~知っておきたい検査値（AMH検査・経膈超音波検査・精液一般検査・風しん抗体検査等）~妊娠成立に関する知識
- ※AMH検査=卵巣内に卵子がどの程度残っているのかを調べる検査
- ・妊娠・出産前のヘルスチェック支援のご案内
- ※受講証の発行には当日の講座内容を全て受講する必要があります。

講師

国立成育医療研究センター医師等

プレコンセプションケアセンターのミッション・ビジョン

- ✓ 日本版の包括的なプレコンセプションケアを確立し、提供する
- ✓ プレコンセプションケアの専門家を育成する
- ✓ プレコンセプションケアの情報を収集し、社会に向けて発信する
- ✓ 小児期発症疾患・慢性疾患をもった女性の生殖・妊娠に関連した自身および次世代の予後に関する調査・研究を推進する

