プレコンセプションケア推進に向けた工程表

Ⅰ．背景と経緯

○ 「プレコンセプションケア」とは、性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えて健康管理を行う取組である。

○ こども家庭庁においては、「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針」（令和5年3月 22 日閣議決定。以下「成育医療等基本方針」という。）に基づき、プレコンセプションケアに関する取組を推進してきた。さらに、「経済財政運営と改革の基本方針2024」（令和6年6月 21 日閣議決定）において、「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」こととされたことを踏まえ、「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～」を立ち上げ、令和7年5月に「プレコンセプションケア推進5か年計画」を取りまとめ、あわせて、PDCA サイクルを回しながらプレコンセプションケアの取組を推進していくため、以下の目標を設定した。

（目標）

- 若い世代におけるプレコンセプションケアの概念の認知度 80%
- プレコンサポーターの人数 5万人以上
- 自治体（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事業の実施率 100%
- 企業におけるプレコンセプションケアに関する取組の実施率 80%
- 若い世代における一般的な相談窓口（自治体等における性と健康の相談窓口や地域の医療機関、大学等内の保健管理センター等）の認知度 100%
- プレコンセプションケアに関する専門的な相談ができる医療機関数 200 以上

○ 国では、関係省庁の緊密な連携の下、本計画に基づき取組を進めているが、1年間の取組を通じて、様々な課題等も明らかになってきている。このため、課題に対応しつつ、着実に目標を達成するべく、以下の3本の柱で、プレコンセプションケア推進に向けた具体的な工程表を策定した。計画に掲げた取組を推進し、目指すべき地域社会を実現するために、令和 12 年までの5年間で集中的に実行していく。

（3本の柱）

- 性や健康に関する正しい知識の普及と情報提供
- 相談支援の充実（一般相談）
- 相談支援の充実（専門相談）

Ⅱ．性や健康に関する正しい知識の普及と情報提供

1．広報事業による普及啓発

○ 国民が、プレコンセプションケアを実践するためには、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持つことが重要である。そのため、令和7年度はプレコンセプションケアの取組の

必要性を含め、プレコンセプションケアに関する幅広い内容の広報資材を作成し、Web サイト「はじめよう プレコンセプションケア」を開設する等、様々な媒体を通じて周知を行った（別紙参照）。

○ また、広報資材の作成にあたっては、プレコンセプションケアの広報に関する実態やニーズを把握するため、当事者（高校生、大学生、社会人）からのヒアリングを実施した。その他、シンポジウムの開催や教育機関におけるプレコンセプションケアをテーマとした特別授業の実施※1などにも取り組んできた。

※1 神山まるごと高専（徳島県）にて行われた特別授業（令和7年 11 月）
「同世代の 10 代にプレコンをどう伝えるか」をテーマに、チームごとに提案を行うワークショップを実施

○ しかしながら、令和8年3月にこども家庭庁において実施した認知度調査では、若い世代※2のプレコンセプションケアの認知度は約 15%にとどまっており、認知度向上に向け、更なる取組が必要な状況である。

※2 「プレコンセプションケア推進5か年計画」においては、若い世代はおよそ 30 代以下を目安としている。

（今後の取組）

○ 令和8年度以降は、SNS 等を活用し、さらに積極的な情報発信を行うとともに、世代ごとのニーズに合った媒体の活用や、対象者が多く集まる場所での発信を検討するなど、プレコンセプションケアに関してより気軽に情報を入手でき、興味・関心を持つことができるような工夫・取組を行う。また、各ライフステージを通じて、知識を深める機会が定期的に設けられるよう、発達段階に応じた教材や企業での研修を目的とした資材を提供するなど、自治体や企業、教育機関等、様々な主体においても情報発信が行われるような取組を行う。

○ あわせて認知度調査やアクセス解析等を実施し、
- 広報資材の閲覧数
- 広報資材を閲覧した者におけるプレコンセプションケアの理解度
- 若年者やその保護者の求めるプレコンセプションケアに関する情報

等について検証し、広報手法について定期的に改善を行う。

2. プレコンサポーター等の人材育成

○ 国民がプレコンセプションケアを実践するためには、当事者のみならず、保護者や家族、所属する教育機関、企業、自治体等において、周囲の者がプレコンセプションケアの必要性やその取組を理解することが重要である。

○ 令和7年度は、性や健康に関する正しい知識の普及を行い、健康管理を行うよう促す人材を「プレコンサポーター」と定義し、その養成のために、プレコンサポーター養成講座※3を開講した。開講に際しては、各省と連携し、自治体・企業・教育機関等に対し、周知を行った。

※3 プレコンサポーター養成講座

- e ラーニング形式（オンライン受講）で実施
- 16 歳以上であれば誰でも受講可能な基礎編と、基礎編を修了した専門職のみが受講可能なアドバンスト編を開講
- 基礎編（必修講座8講座、任意講座 10 講座）とアドバンスト編（必須講座6講座）で構成
- 講座終了後に、修了テストを実施し、合格者に「修了証」を発行
- 修了者数は、基礎編：6,312 人、アドバンスト編：3,555 人である。（令和8年6月 30 日時点）
- プレコンサポーター向けの講演用資材等を作成

○ 一方、プレコンサポーターの活用については、活用事例や活用できるサポーターを探すための情報が十分に整備されていない。また、プレコンサポーター側からも、具体的な活動方法に関する情報が不足しているとの指摘がなされている。

（今後の取組）

○ 令和8年度からは、「性と健康の相談センター事業」の補助率の嵩上げの要件として、プレコンサポーターの活用を位置付けている。今後、プレコンサポーターの活用の好事例の横展開を図りながら、自治体における活用を推進する。

○ また、プレコンサポーター養成講座修了者を対象としたスキルアップ講座等を整備し、継続的な能力向上を支援する。

○ さらに、自治体、企業、教育機関等におけるプレコンサポーター活用のニーズを把握するためのヒアリングを実施し、研修や出前講座の依頼がしやすくなるよう、専門人材リストの作成を検討する。検討にあたっては、関係学会・職能団体等※4と連携する。

※4 日本産科婦人科学会、日本産婦人科医会、日本助産師会等

○ 加えて、令和 10 年度を目途に、プレコンサポーターを探索・活用する手法を確立し、自治体・企業・教育機関へ周知する。あわせて、研修や出前講座等の実施を支援することにより、国民が、プレコンセプションケアに関する正しい知識に触れる機会を安定的に供給できる体制の整備を目指す。

3. 企業・教育機関・自治体等への展開

（1）企業の取組

○ 企業におけるプレコンセプションケアに関する取組を推進するため、プレコンサポーターに関する周知（前述）や、健康経営優良法人の認定を行う際の健康経営度調査にてプレコンセプションケアの認知度・取組状況を確認しているが、大規模法人部門において健康経営度調査に回答している法人のうち、「プレコンセプションケアに関する取組」を実施している法人は約 18%（令和7年度時点）にとどまっており、今後企業における更なる取組を推進することが必要である。

○ これまでの企業へのヒアリング等では、
・ 企業において、プレコンセプションケアの具体的な取組が十分に共有されていないこと
・ プレコンセプションケアの取組を実施することによる企業のメリットが明らかではないこと
といった課題が指摘されている。

（今後の取組）
○ 令和8年度は、企業におけるプレコンセプションケアの具体的な取組の横展開を図ることを目的として、東京商工会議所の健康経営アドバイザーやエキスパートアドバイザー研修の学習テーマに加えることを検討する。あわせて、企業におけるプレコンサポーターの活用等を要件として、プレコンセプションケアを実施している企業に「プレコン宣言（仮称）」の実施を促すとともに、その内容を国のホームページ等で「プレコン宣言運動」として展開し、取組の一層の普及を図る。

○ また、引き続き健康経営優良法人の認定を行う際の健康経営度調査において、プレコンセプションケアに関する認知度・取組状況の確認を行うとともに、健康経営優良法人認定やえるぼしプラス認定等の既存の取組との連携の可能性を検討する。さらに、現在検討中の「こどもとともに成長する企業構想」の認定の要素として位置付けることも含め、企業の取組の推進を図る。

（2）教育機関の取組
① プレコンセプションケアに関する適切な理解に係る取組
○ 小学校や中学校、高等学校等といった教育機関においては、こどもたちの発達の段階を踏まえつつ、学校教育活動全体を通じて性や健康に関する指導が実施されている。プレコンセプションケアの取組を進めるにあたっては、これらの教育機関における取組と相補的に進める。

○ さらに、若年層のプレコンセプションケアに係る理解を一層推進する観点から、性や健康に関して正しい知識を習得する取組について継続的に検討を行い、発達段階に応じた教材の活用などにより、若い世代におけるライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えた健康管理等の視点を踏まえた適切な資質・能力の育成を目指す。

② 出前講座
○ 教育機関においては、医師や助産師等の専門家を外部講師として活用したり、専門家と連携して個別指導を行ったりするなどの取組が進められている。これらの実施にあたっては、教育委員会、自治体の母子保健部局、性と健康の相談センターの相談窓口、学校医、地域の医師等、関係機関・関係者が連携することで、より効果的な実施が期待される。

○ 令和7年度には、プレコンサポーター養成講座の開始等について文部科学省と共に教育機関や関連機関へ周知を図った。今後、こうした取組の一層の推進に向け、同年度に実施した自治体アンケートの結果を踏まえ、令和8年度に教育機関へ取組状況のヒアリングを行うとともに、出前講座に関する先進的な取組事例や支援事例の周知などを行う。出前講座等の実

施にあたっては、プレコンサポーターや、研修・出前講座等における講師の専門人材リストの活用も想定される。

③ 医療専門職の養成に係る取組

○ プレコンセプションケアに関する正しい知識の普及及び相談支援体制の充実を図るためには、プレコンサポーターの養成に加え、専門職等が当該分野について十分に理解しておくことが重要である。

○ 医師・看護師等の養成を行う大学・養成校等に対し、プレコンセプションケアに関する取組の周知を図るとともに、専門職への知識の普及に向けた検討を進める。

（3）自治体等の取組

① 自治体職員等への取組

○ 企業、教育機関等にプレコンセプションケアの取組を広げていくためには、まず国や自治体の職員自身がその概念を正しく理解し、主体的に施策の企画・立案を行うことが重要である。

○ このため、令和8年度は、国の行政機関及び自治体の人事部門や企業・教育機関との関連部門、医療保健部局等に対し、プレコンサポーター養成講座の受講を促す。あわせて、令和10 年度以降は、その取組内容の見える化を促し、国及び自治体内部における取組の拡大を図る。

② 地方版推進計画

○ 令和7年度に、都道府県及び市町村に対し、国の「プレコンセプションケア推進5か年計画」も参考としながら、地域の実情に応じた「地方版推進計画」※5を策定し、計画的に取組を推進するよう依頼した。

※5 既存のこども関連計画等に章を設けるなど、地域の実情に応じた柔軟な策定が可能。

○ 各自治体において「地方版推進計画」に基づき、「性と健康の相談センター事業」を活用（Ⅲ、Ⅳ相談支援の充実を参照）する等、プレコンセプションケアの取組を体系的に推進していくことが期待される。

Ⅲ. 相談支援の充実（一般相談）

○ プレコンセプションケアに関する相談先については、自治体の「性と健康の相談窓口」をはじめとする窓口があるものの、若い世代における認知度は約 10%（令和8年3月時点）と低い。また、人材不足等により、相談への対応方法や対応可能な時間等について、住民ニーズに応じた柔軟な相談支援体制を構築できていないという指摘もある。

○ このため、「性と健康の相談センター事業」において、令和6年度に「医療機関等に委託するプレコンセプションケアに関する相談支援加算」を創設したほか、令和8年度には、プレコンサポーターの活用等を要件に補助率の嵩上げを実施するとともに、事業の実施主体に市町村

を追加するなど、地域の実情に応じた相談体制の強化を図ってきた。

○　あわせて、思春期健康相談体制の整備のために、思春期のこども・保護者向け資材（産婦人科受診チェックリスト・Q＆A）の作成や思春期のこどもを診察するための医療従事者向け手引きの作成を行った。

（今後の取組）

○　一方、医療機関等への相談業務の委託にあたっては、適切な委託先の選定を進めることができるよう、令和8年度に、関係学会・職能団体等※6と連携し、協力可能な医療機関・助産所リストの作成を検討する。

※6　日本産婦人科医会、日本助産師会等

○　令和9年度以降には、当該リストを活用し、医療機関等に委託する相談窓口の拡充を図るとともに、若い世代を中心とした認知度向上に向けた広報について、自治体への支援を行う。

○　令和 10 年度以降は、窓口認知度向上に伴うニーズ拡大に対応するため、全ての指定都市・中核市へ「性と健康の相談支援センター事業」の実施を促す。

○　さらに、思春期相談体制の強化に向けて、モデル事例を設定するとともに、性や健康に悩みを持つ当事者の医療機関への受診のハードルを下げ、受診の促進につながるような方策を併せて検討する。

○　これらの取組を通じて、若い世代が性や健康などについて悩みを持った際に、適切に相談・解決できる体制の整備を推進する。

Ⅳ. 相談支援の充実（専門相談）

○　性や健康に関する相談支援においては、幅広い者を対象とする一般的な相談体制に加え、医学的知見に基づく相談が必要な者に対する専門的な相談体制の整備が重要である。

○　専門的な相談については、基礎疾患のある者や、前回の妊娠で産科合併症や児の合併症を経験した者に対する、医療機関等による専門相談等が想定されるが、その重要性に関する認知は十分とは言えない。

○　こうした基礎疾患のある者に対する妊娠前の医学的管理については、高度な薬剤調整や、厳格な医学的管理が求められる一方で、こうした専門性に対する評価が十分ではないとの指摘がある。当該管理については、主治医において適切に行われるとともに、妊娠に向けた準備が円滑に進むよう、産婦人科医との密接な連携も有用である。

○　また、こうした課題を踏まえ、令和6年度及び令和7年度においては、「性と健康の相談センター事業」において、「基礎疾患のある妊産婦等への妊娠と薬に関する相談支援加算」及び

「医療機関等に委託するプレコンセプションケアに関する相談支援加算」を創設し、専門相談の充実を図ってきた。

（今後の取組）

○　令和８年度以降は、関係学会・職能団体等※7と連携し、妊娠と薬の相談に加え、基礎疾患のある者や、前回の妊娠で産科合併症や児の合併症を経験した者への相談対応が可能な医療機関リストの作成を検討するなど、専門相談体制の整備を進める。また、その活用を促進するため、若い世代を中心とした周知のための広報を行う自治体への支援や関連施策との連携を図る。

※7　日本産科婦人科学会等

○　令和 10 年度以降には、全ての指定都市・中核市において、専門相談体制が整備されることを目指す。

○　さらに、診療報酬における評価の必要性等も含めた検討に資するよう、支援の事例やエビデンスの整理等を実施する。

Ⅴ．自治体・地域の取組への支援

○　自治体・企業・教育機関の取組に加え、国及び自治体内部の職員の取組が相互に連携し、一体的に推進されることがより効果的な取組の推進につながると考えられる。

○　このため、令和 10 年度以降は、企業、教育機関等を巻き込みながら、周知啓発、相談体制等の整備の取組を体系的に推進した上で、地域の実情に応じた先進的な取組を行う自治体をモデル自治体として選定し、重点的な支援を行う仕組み（プレコンモデルシティ構想）の検討を進める。

○　こうした取組を通じて、自治体・企業・教育機関が連携して施策を推進することにより、社会全体として性や健康に関する正しい理解が深まり、必要な方が適切な支援に円滑に繋がることが期待される。今回取りまとめた工程表は、あくまで現時点で考えられる具体策を記載したものであり、今後、必要に応じて見直しながら、「プレコンセプションケア推進5か年計画」の確実な達成に向けて努めていく。

○　さらに、プレコンセプションケアに関する取組により、個々人の性や健康に関する行動変容を促すことで、プレコンセプションケア自体は限られた概念であるものの、今の健康、将来の健康、そして未来の家族の健康がより良いものとなり、就学・就労・妊娠・出産などライフステージを通じて、自身の可能性を広げることにつながる。こうした可能性の広がりが、社会との相互作用の中で、やがて地域における個々人の活躍の基盤となり、その結果、地域社会全体の活性化や持続的な活力の向上に寄与するものと考えられる。なお、こうした取組は、女性活躍・男女共同参画の重点方針 2026（令和8年6月 25 日すべての女性が輝く社会づくり本部・男女共同参画推進本部決定）などといった政府方針の方向性にも合致するものである。

（別紙）

プレコンセプションケアに関する既存コンテンツ

Web サイト

（はじめよう プレコンセプションケア － こども家庭庁）

コンテンツ	投稿数	ターゲット層	概要
プレコンセプションケアに関する Web 記事、Q&A （プレコン dictionary）	Web 記事：23 投稿 Q＆A：9投稿	全世代	Web 記事 ：プレコンセプションケアに関する基礎知識について、月経異常、子宮内膜症、不妊、性感染症、生活習慣（飲酒・喫煙・栄養等）など、医学的知見に基づく幅広いテーマを体系的に解説した記事コンテンツ。 Q&A ：月経、妊娠、性行為、避妊、性感染症、卵子凍結等に関する疑問について、正しい知識を分野別に整理し、簡潔に確認できる Q&A 形式のコンテンツ。
漫画 （マンガでプレコン！）	10 投稿	当事者	月経不調、やせ・肥満、性感染症、HPV ワクチン、不妊等のテーマについて、若年層の日常に即したストーリーを通じて、自身の身体や健康への気づきを促す漫画形式のコンテンツ。
相談窓口一覧・関連リンク	4窓口	当事者	性や妊娠に関する相談窓口に加え、性暴力、緊急避妊、感染症等に関する公的相談先や関連情報へのリンクを掲載し、状況に応じた支援機関にアクセスできるよう整理したコンテンツ。

プレコンサポーター養成講座	基礎編 :必修講座8講座 :任意講座 10 講座 アドバンスト編 :必須講座6講座	全世代	プレコンセプションケアに関する基礎知識（生殖、性感染症、ライフデザイン等）や実践的内容について体系的に学ぶことを目的とし、関係者の理解促進及び普及啓発の担い手の育成を図る講座。
メンズプレコン検定	4パート	当事者	男性のプレコンセプションケアに関する知識について、クイズ形式で学習・理解度確認ができる検定型コンテンツ。
全国のプレコン取組事例	12 事例	業務関係者	自治体、企業、教育機関等におけるプレコンセプションケアの取組事例を収集・整理したコンテンツであり、講義実施、相談体制の整備、職域での普及啓発等の具体的な実践例を示すことで、各地域・機関における取組の参考となるよう構成したもの。

Instagram（SNS）

（はじめよう プレコンセプションケア@こども家庭庁(@precon_cfa_jp)・Instagram 写真と動画）

コンテンツ	投稿数	ターゲット層	概要
基礎知識	11 投稿	当事者	月経、PMS、不妊、妊娠と年齢、生活習慣（体重・栄養等）に関する基礎知識について、若年層にも理解しやすい内容で視覚的に発信するコンテンツ。
漫画 （マンガでプレコン！）	10 投稿	当事者	月経不調、やせ・肥満、性感染症、HPV ワクチン、不妊等のテーマについて、若年層の日常に即したストーリーを通じて、自身の身体や健康への気づきを促す漫画形式のコンテンツ。
ショートドラマ	10 投稿	当事者	月経の悩み、PMS、不妊、カップル間の意思疎通等をテーマに、日常に即したストーリーを通じてプレコンセプションケアの考え方や行動のきっかけを提示する動画コンテンツ。
専門家対談	6投稿	全世代	医師が、思春期・若年期における健康課題や生活習慣、性感染症、妊娠等について

			対話形式で解説し、将来の健康やライフデザインへの理解を促進する動画コンテンツ。
インフルエンサーインタビュー	4投稿	当事者	インフルエンサーと専門家等との対談を通じて、月経や PMS、受診行動等に関する実体験や気づきを発信し、同世代の共感を通じた理解促進を図るコンテンツ。
プレコン普及啓発動画	1投稿	全世代	プレコンセプションケアの基本的な考え方について、将来の自分や家族を見据えた視点からメッセージ性を持って伝える動画コンテンツであり、幅広い対象に向けた認知向上を目的とするもの。

YouTube（SNS）

（はじめよう プレコンセプションケア － YouTube）

コンテンツ	投稿数	ターゲット層	概要
長尺	10 投稿	全世代	高校生、大学生、社会人等のライフステージに応じた健康課題や生活習慣、性感染症、妊娠・ライフデザイン等について、専門家による解説や対談、講義形式により理解を深める動画コンテンツ。あわせて、シンポジウムや特別授業の記録も含まれている。
ショート	31 投稿	全世代	月経、生活習慣、性感染症、妊娠等に関する基礎知識や具体的な行動のポイントについて、専門家解説、ショートドラマ、インタビュー等の形式で、短時間で分かりやすく発信する動画コンテンツ。