

JFOAは5Aの実現を目指します!

- 1 adolescent 思春期保健の推進
2 abortion 人工妊娠中絶の防止
3 access どこでも誰もがサービスを受けられる
4 advocacy 啓発・提言活動
5 AIDS STD及びHIV/エイズの予防

家族と健康

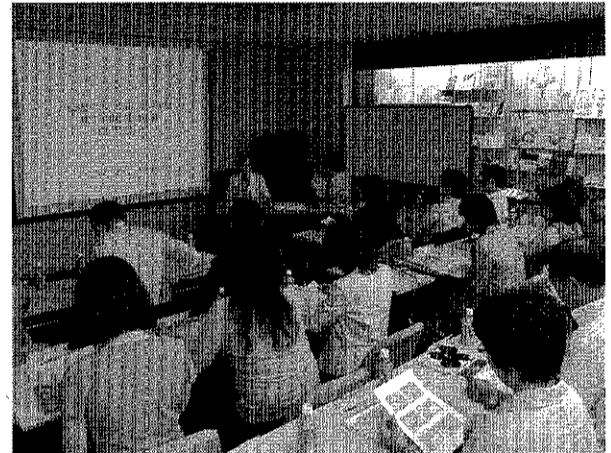
健康教育情報紙

社団法人 日本家族計画協会
リプロ・ヘルス推進事業本部
健康教育推進本部
協力：財団法人予防医学事業中央会

今月のページ
十年間で変わったわが国のOC事情
2面
高校生のピアエデュケーターによる
3面
校内ピアエデュケーション活動
4~5面
座談会「生涯を通じた女性の健康
1とくに更年期を中心として」
シリーズ「子育て支援」②
「ニコニコ抱っこのおすすめ」
「煙のない健康的な社会づくり」目指して
思春期はいまー思春期保健相談士への期待ー

思春期、妊娠の悩みに求められる支援

「思春期地方クリニック」事業等の報告会を開催



全国各地の熱心な取り組みを報告

本会からは高塚美沙子「す保健指導の実際について」
助産師が、本会クリニックで報告した。
各実施機関からは、経済的に困難な状況に陥り、人工妊娠中絶を繰り返す若者に対し、その後女性が主体的に取り組める確実な避妊法である低用量経口避妊薬(OC)を使用するよう、行動変容を促す必要とする妊婦の症例を報告した。

「思春期地方クリニック事業」、「妊娠について悩んでいる者に対する相談援助等事業」の平成二十一年度事業報告会・合同研修会が六月十一日、東京・市ヶ谷の本会多目的ホールで開催された。

トピック

合計特殊出生率1.37 前年を上回る

人口動態統計月報年計(概数)

平成二十年の人口動態統計月報年計(概数)が六月三日、厚生労働省により公表された。
【出生数】平成二十年の出生数は百九万五千五百人、前年より千三百三十二人増加した。出生率(人口千対)は八・七で、前年の八・六を上回った。出生数

「チュニジア大統領賞」
本会小長井理事が受賞
本会の小長井春雄理事が、国際協力機構(JICA)の専門家として実施した、チュニジア共和国における青少年リプロダクティブ・ヘルス事業の首脳チュニジアの大統領賞が、同日の明日を担う青少年の育成に多大な功績を挙げたことから、外国

など、思春期や妊娠に悩む者を取り巻く厳しい現状も報告された。
西事業の今年度の実施機関は次の通り。
◆「思春期問題」実施機関
(1)思春期クリニック 本会(東京)
(2)思春期地方クリニック
(十八か所)
札幌太田病院(北海道)、岩手県立二戸病院(岩手)、さくら女性クリニック(山形)、西口クリニック(山形)、西口クリニック(福島)、いさか産婦人科(福島)、いさか産婦人科(福島)、ティアラ21女性クリニック(埼玉)、ユ・ヴェスタクリニック(千葉)、岩倉病

人として初めて、リプロダクティブ・ヘルス分野でのチュニジア大統領賞を受賞した。授賞式は四月二十三日、チュニジアの首都チュニスの大統領官邸で行われ、ベン・アリ大統領から賞状とメダル、副賞が授与された。

院(東京)、よしの女性診療所(東京)、女性クリニックWe富山(富山)、武者医院(山梨)、宮崎クリニック(静岡)、咲江レディースクリニック(愛知)、ハートブレイク(大阪)、レディースクリニック(鳥取)、ウイメンズクリニック・かみむら(岡山)、北九州津屋崎病院(福岡)、やぐちレディースクリニック(大分)
◆「妊娠について悩んでいる者に対する相談援助」実施機関(三か所)
村口よき女性クリニック(宮城)、丸山産婦人科(長野)、やぶくろ産婦人科(沖縄)
▼日本の少子化は九〇年の一・五七ショックに端を発し、国の重要な政策となった。その後九四年の「エンゼルプラン」、九九年の「新エンゼルプラン」など、多くの対策が行われ現在に至るが、効果については厳しい評価も聞かれる。このままの状態が続くと、年金などの社会保障や経済・産業問題に大きな影響が出る。
▼厚生労働省雇用均等・児童家庭局は、「人口減少社会の到来を踏まえた少子化対策の推進、仕事と生活の調和と公正かつ多様な働き方の実現」を基本テーマとして数多くの事業を行っているが、本サイトに掲載されているが、本当に効果のある事業なのかを精査する必要がある。

OCケ-タイ情報
Living by your own rhythm.
このサイトは、OC(低用量経口避妊薬)についての正しい知識を身につけていただくことを目的としています。
http://oc-cycle.jp
http://www.oc-rizum.jp
シェリング・プラウ株式会社

セナー情報

平均寿命が延び、多くの女性にとって更年期の頃が人生の折り返し点、第

いきいき更年期セミナー

受講者募集

二のスタートラインと言えようになりまして。国の政策も、平成十六年度より「生涯を通じた女性の健康支援」、平成十九年度より「女性の健康力の向上が打ち出され、本年度も「女性の健康づくり対策」などを目的とした対策費が予算化され

ました。女性の健康づくり対策が、さらに推進される環境になってきています。女性の健康を大切に考えている本会でも、今年で八回目となる「いきいき更年期セミナー」を開催します。

更年期を迎える女性にとって、「これからの人生をどうやっていきいきと過ごしていくか」を考

えていくことは大切なことです。本セミナーでは、更年期以降のQOLを高めるために必要な知識を提供します。

【主な内容】「更年期とは」「安静調立大学短期大学学部長 河端恵子」

【日時】九月五日(日)九時三〇分～一六時三〇分

【会場】航空会館(東京都港区)

【受講料】五、二五〇円(税込)

10年間で変わったわが国のOC事情

普及率3%、服用者の95%が「満足」



島本医師

家坂医師

北村常務理事

厚生労働科学研究の一環として北村常務理事らが行った「第四回男女の生活と意識に関する調

OCは一九九九年六月十六日に承認、同九月二日に発売されたが、わが国での承認が米国より四十年も遅れた理由について北村常務理事は、OCが①HIV/エイズを含む性感染症を拡大させる②乳癌や血栓症のリスクを高める③少子化をさらに加速させる一等の懸念があったことを挙げた。これらの懸念について、北村常務理事はOC

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と「親の世代もOCについて学んでほしい」と、今後の課題を指摘した。

北村常務理事が「この十年、医師やメディアのOCに対する意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用して確実に避妊をして、産みたいときに産めるようにすること

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

わが国で低用量経口避妊薬(OC)が承認されて十年が経過したのを機に、五月二十一日、都内のホテルでメディアセミナーが開催され、北村常務理事らが行った「第四回男女の生活と意識に関する調査」について講演を行った(主催:ハイエル薬品㈱)。

「OCを服用して確実に避妊をして、産みたいときに産めるようにすること

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCの利点について、家坂医師は「OCは、責任を持って仕事を果たす、きちっと計画を持つて産む」ところで、

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

「OCを服用する」という意識の変化があつたと思うが、最近ではメディアの取材も人気が非常に少ない。と

全国児童福祉主管課長・子育て応援特別手当関係課長会議 開催

厚生労働省雇用均等・児童家庭局の「全国児童福祉主管課長・子育て応援特別手当関係課長会議」が六月十日、東京・港区の三田共用会議所で開催された。今回の会議は、五月二十九日に成立した平成二十一年度補正予算の事業内容を自治体に周知するために開催され、「子育て応援特別手当」「特定不妊治療」等が議題となった。



「不妊になる要因はさまざまだが、不妊治療に関する理解を深めるために、普及啓発事業を不妊治療の給付事業に合せて実施することとして」とし、各自自治体の積極的な取り組みが要請された。

平成21年度(第13回)「チヨダ地域保健推進賞」応募開始

保健活動助成制度

財団法人千代田健康開発事業団では、地域保健の推進において顕著な成果をあげている活動を行っている保健師の方を対象に「保健活動助成」を行う「チヨダ地域保健推進賞」の応募を開始します。入賞者には表彰状および副賞として活動助成金が贈呈されます。

主催 財団法人 千代田健康開発事業団 「母体企業 (株) 日立ビルシステム」

後援 厚生労働省、全国保健師協会、全国市町村保健活動協議会

選考委員 委員長 高橋秀明 (財) 千代田健康開発事業団理事長
委員 三浦文夫 日本社会事業大学名誉教授
委員 田端光美 日本女子大学名誉教授
委員 大前和幸 慶應義塾大学医学部教授

応募対象者 ☆地域保健活動において、貢献度の高い実績をあげている保健師の方(個人またはグループ)を対象とします。
対象となる活動・実績 ☆「地域保健の推進において顕著な成果をあげている活動」とします。現在、継続して推進中の活動も対象になります。

報奨金額 ☆件数: 35件以内
☆金額: 1件につき20万円を活動助成
応募の締切日 ☆平成21年8月31日(金)

◆お申し込み・お問い合わせ◆
(財) 千代田健康開発事業団 保健活動助成事務局
URL: http://www.chiyoda-kenko.org
TEL 03-5228-3351 FAX 03-5228-3352

高校生のピアエデュケーターによる 校内ピアエデュケーション活動

熊本大学医学部保健学科 前田ひとみ

若者の人工妊娠中絶率が全国上位を示している熊本県では、仲間(ピア)の力に注目し、高校生のピアエデュケーターを養成し、その高校生が仲間たちに生や性の大切さを伝えることによって、性感染症や人工妊娠中絶の減少をもたらすことを目的とした「思春期健康教育事業(ピアエデュケーション)」に平成二十年度から取り組みはじめた。

●ピアエデュケーターの養成

高校生のピアエデュケーター養成プログラムの基礎、②自己理解や他者の理解、③セクシュアリティの理解から構成し、十時間のベーシックセミナーと、二時間のベーシックセミナーを参考に、①コミュニケーションと、四時間のフォローアップセミナーを実施した。平成二十年度からの新たな事業で、高校生の募集が七月になつてからということもあり、参加人数は十五名であった。複数の高校から参加した高校生達であったが、宿泊研修というところが、二日間十分仲間意識を高めることができた(写真1)。

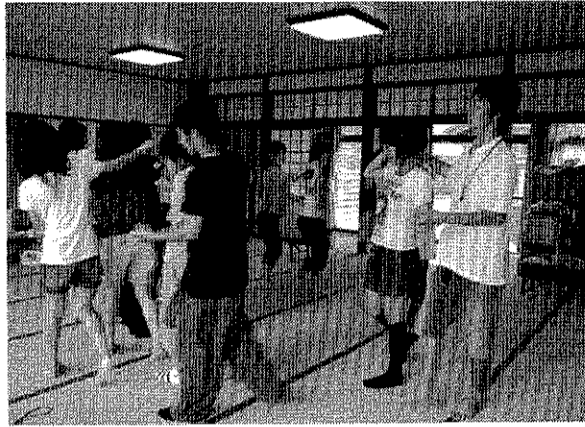


写真1 フォークダンスから性感染症の広がりについて考える

二か所の保健所管内の高校生を対象に、大学生のピアエデュケーターとともに、夏休みにベーシックセミナーを、冬休みにフォローアップセミナーを実施した。平成二十年度からの新たな事業で、高校生の募集が七月になつてからということもあり、参加人数は十五名であった。複数の高校から参加した高校生達であったが、宿泊研修というところが、二日間十分仲間意識を高めることができた(写真1)。

●対人関係のスキルを習得

セミナー受講後の高校生ピアエデュケーターの活動内容としては、文化祭での展示、大学生とのコラボレーションによるホームルームでのピアエデュケーション(写真2)、思春期の妹や友人とのピアカウンセリング技術をつかったコミュニケーション、友人と将来設計や異性との付き合い方についての話し合いなどがあげられた。本事業の最終目標は、高校生のピアエデュケーターが、各高校でクラスでも同じ部分とか、あるんだな。やっぱり、人間だから一緒なんだな。ってわかった。など、自己と他者の価値観に関する気づきや理解の深まりや、他者の価値観を尊重する態度が養われ、対人関係の変化に手応えを感じていることがわかった。

一般的自己効力感尺度の平均はベーシック得点の平均はベーシック得点の平均は五・六点で受講直後は六・四点と上昇し、四か月後のフォローアップセミナー受講前でも六・六点と高得点で維持されていた。同様に自尊感情尺度得点の平均も受講直後二・〇点と上昇し、四か月後も二・三・四点と高かった。



写真2 高校生と大学生のコラボレーションによるホームルーム

セミナー受講後の高校生ピアエデュケーターの活動内容としては、文化祭での展示、大学生とのコラボレーションによるホームルームでのピアエデュケーション(写真2)、思春期の妹や友人とのピアカウンセリング技術をつかったコミュニケーション、友人と将来設計や異性との付き合い方についての話し合いなどがあげられた。本事業の最終目標は、高校生のピアエデュケーターが、各高校でクラスでも同じ部分とか、あるんだな。やっぱり、人間だから一緒なんだな。ってわかった。など、自己と他者の価値観に関する気づきや理解の深まりや、他者の価値観を尊重する態度が養われ、対人関係の変化に手応えを感じていることがわかった。

●教育機関等へ普及を目指す

本事業について、実施前は参加者の高校生だけでなく、調整役の保健師や養護教諭もどのようなセミナーなのか、何を目的とするものなのかイメージができていなかったというところであった。セミナー終了後にはほとんどの受講生が「学んだことを活かしたい」「自分たちがやってみたい」と述べた。また、ピアエデュケーターたちが自主的に友達や家族に学んだことを伝えていたことがわかった。また、フォローアップセミナーでのグループワークや異学年、隣接する幼稚園の園児と給食を通して交流する「交流給食」の実施により、好ましい人間関係を育てる効果があったという事例を紹介。「食事バランスガイド」を活用した給食の取り組みが、児童のみならず、教職員の食育に対する意識にもよい影響を及ぼしたと強調した。

日本食育学会第3回学術大会 日野市で開催

日本食育学会第3回学術大会(会頭 田島眞実 実践女子大学教授)が六月六日、東京・日野市の実践女子大学で開催された。約四百人が参加し、特別講演、教育講演、一般講演、ポスターセッションなどが行われた。

関係者による事例報告会「日野市における食育」では、まず日野市健康課の秋原久美子氏が、公立保育園の園児が栽培、収穫したジャガイモを使った調理体験をした「カレーパーティー」などの実践を紹介し、食への関心を育てることの大切さを訴えた。

日野市教育委員会学校課の丸根裕子氏は、米養士として給食室を見学し、実際に調理器具に触れる体験を通して給食作りの大変さを知り、米養士や調理員への感謝の気持ちを学んだ事例を紹介した。

日野市立日野第一小学校の下部教諭氏は、各校の給食は生きた教材である」と訴えた。

日野市立日野第六小学校の富川準子氏は、健康な身体を作るためには、子どもの頃から正しい食習慣や食に関する知識が必要だと述べた。

同校の山本雄氏は、児童が給食室を見学し、実際に調理器具に触れる体験を通して給食作りの大変さを知り、米養士や調理員への感謝の気持ちを学んだ事例を紹介した。

よく笑う、育てやすい赤ちゃんは妊娠直後からの骨盤ケアで!

育てやすい赤ちゃんとは? 超音波写真を見れば一目瞭然!

安産のためにも、セルフケアを指導しましょう!

セルケアの定番グッズ! トコちゃんベルトI・II 妊娠直後からお使いください。

指導者のための母乳育児・子育て支援セミナーなど開催中! くわしくは、下記ホームページへ

プチブレスト <http://www.petitbreast.com>

母子整体研究会 <http://www.boshi.jp>

青葉 株式会社

骨盤輪はしっかり固定。お腹はふんわり保温

良い姿勢の胎児と胎囊(妊娠10週)

いびつな胎囊とそで活発に動けない胎児(妊娠9週)

肌にごみ跡がつくようなタイト、マタニティショーツ、ガードルなどは有害無益!

ゴム腰回し... おでこを手を壁につけてグルグル。体操用ゴムチューブがおすすめ。

適度な強さで締められます【体操用ゴムチューブ】

だるまさんゴロゴロ 太ももを持って前後にゴロゴロ1日30回。

更年期を中心として

本会では、セミナーの開催、教材の制作、自治体等への助成事業を通じ、「生涯を通じた女性の健康づくり」を支援していますが、今回は特に「更年期」に焦点を絞って座談会を企画しました。行政、看護教育、医療のそれぞれの立場から、生涯を通じた女性の健康支援に向けて、更年期をめぐる現状と今後の課題についてお話しいただきました。(文責・編集部)

医療現場でも更年期の知識不足

【小山】更年期という要視されてこなかったと思えます。ただ、平均寿命が五十五歳、もつと広くと、その先、五十歳以後は比較的に元気に生きていくことが、非常に重要な意味を持つてきたと思えます。

ただ、平均寿命の伸びがあまりにも早いので、現場の医療の対応は非常に遅れている。五十歳前後の女性が、例えば動悸がするとか、循環器の病気がないか、腰が痛いとか、整形外科の病気がないか、いろいろな病気があつたりするとか、心臓内科の病気がないか、すぐ臓器的な対応をしなくてはならないか、ということも、非常に重要な意味を持つてきたと思えます。



小山氏

【小山】更年期という要視されてこなかったと思えます。ただ、平均寿命が五十五歳、もつと広くと、その先、五十歳以後は比較的に元気に生きていくことが、非常に重要な意味を持つてきたと思えます。

ただ、平均寿命の伸びがあまりにも早いので、現場の医療の対応は非常に遅れている。五十歳前後の女性が、例えば動悸がするとか、循環器の病気がないか、腰が痛いとか、整形外科の病気がないか、いろいろな病気があつたりするとか、心臓内科の病気がないか、すぐ臓器的な対応をしなくてはならないか、ということも、非常に重要な意味を持つてきたと思えます。



【小山】今、更年期は健康局とか生活習慣病対策室が主に扱っていると考えてよいでしょうか。

【関】予防という面からすると、そうですね。厚生省の行政が「予防」と「医療」と「介護」に分かれるとすると、予防が健康局、医療が医政局、

更年期に重要な生活習慣の指導

【小山】性差医療も、もともと欧米から流れ込んできた概念ですが、女性よりも男性のほうが五十歳前後では三倍ぐらい心筋梗塞などを起こす。認知症もアルツハイマー型だけに限ると、女性のほうが閉経後は男性に比べて二・三倍多い。膠原病も女性のほうが多い。

更年期は何となく分からないから、あまり近寄りたくないというのが医療現場の人たちの、多くの意見ではないかと思えます。しっかりと対応していかないと、予防医学的にいろいろな手を打つ必要があるかと思えます。

【関】婦人科の分野以外、百四十問ある中で更年期に関する質問は一問出てくればいいので、更年期を十分に教える時間を取ることができません。

成人、老年、地域看護学領域の中でも、更年期女性に関する疾患や看護教育がなされていますが、更年期の教育がなされていないので、更年期と関連付けた指導や援助ができません。たとえば、更年期女性が骨粗鬆症で骨折した場合、閉経期以降の急激な骨量減少について教育されたいという声も出ています。最近メディアで更年期のことも取り上げられるようになり、直接婦人科に行く人も出てきました。行った先で適切な医療を受けられず、不調な状態を続けていく人が多いです。



関氏

【小山】性差医療も、もともと欧米から流れ込んできた概念ですが、女性よりも男性のほうが五十歳前後では三倍ぐらい心筋梗塞などを起こす。認知症もアルツハイマー型だけに限ると、女性のほうが閉経後は男性に比べて二・三倍多い。膠原病も女性のほうが多い。

更年期は何となく分からないから、あまり近寄りたくないというのが医療現場の人たちの、多くの意見ではないかと思えます。しっかりと対応していかないと、予防医学的にいろいろな手を打つ必要があるかと思えます。

- 〈座談会出席者〉
- ※座長 小山 嵩夫氏 (NPO法人更年期と加齢のヘルスケア理事長)
 - 関 英一氏 (厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室長)
 - 河端恵美子氏 (静岡県立大学短期大学部看護学教授)
 - 江藤亜矢子氏 (小山嵩夫クリニック看護師長)

【小山】日本の医療の現場では、まず更年期かどうかを患者さんが自分で判断していると思えます。対症療法の集積で医療費や手間暇ばかりかかっている。更年期が背景にあるということに医療関係者も気付いていない人が多いので、国民だけではなく、医療の現場も関心を持っていただくことが重要です。

【関】行政の立場からいうと、個々の事業よりも、国民が必要な情報を得られる仕組みづくりや研究助成等を通じて、エビデンスを構築していくことに対する支援のほうがかつて中心になってくると思えます。

「女性の健康づくり推進委員会」が立ち上がったこと、最初に行ったことが啓発です。国の予算もなかつたというところもありましたが、関係する諸団体が持っている取り組みが、国も主唱者として加わる形で進めています。昨今、メディアでもかなり取り上げられるようになってきたので、国民の方々のご理解も進んでくるように思えます。

行政施策をどう展開していくか、財源をどう配分していくかということについては、自分たちができていること、自分自身が更年期障害を受けられないのが現状です。更年期専門のことは、大きな大学病院で非常に予約が取りにくい

【小山】医師は二十万ちょっと、看護師は百万人ぐらいいる。国民の啓蒙活動には、非常に重要な役割を占めているのではないかと、もちろんです。

【河端】特定保健指導の中で、更年期の健康習慣に関する指導というのは、とても重要ですが、その具体的な内容については、生活が営みになるので治療が必要ですが、その治療期間は恐らく数年。その後、看護教育を受ける人たちは、看護教育カリキュラムの中で更年期医学・看護学の領域を学ぶ必要があります。また、今後、看護教育を受ける人たちは、看護教育カリキュラムの中で更年期医学・看護学の領域を学ぶ必要があります。

【関】実際の診療では、更年期障害は日常生活が営みになるので治療が必要ですが、その治療期間は恐らく数年。その後、看護教育を受ける人たちは、看護教育カリキュラムの中で更年期医学・看護学の領域を学ぶ必要があります。

患者を受けるシステム整備が必要

生涯を通じた女性の健康

座談会



【小山】 女性外来で受診したけど結局更年期の専門の先生ではなかったということもありました。現状では患者さんの話をじっくり聞いて指導するのは医療経営上難しいです。保健所で更年期の保健指導の仕組みができればいいのですが。

【関】 まずその保健指導が治療的な取り組みの一環であるという説明が必要で、同時にそれを点数化した場合と比べての影響があるか、最終的には限られた財政をどう配分するか、中協の議論になってくると思います。データがないとまず粗上りしません。

【小山】 医師が更年期をやりたいがらない理由は、保険点数になる検査がそれ程多くないという経済的背景も強いと思います。

【河端】 医師の診療時間が五分でも看護師が十分ぐらい対応するのは可能だと思います。看護師による保健指導に保険点数を付けていただければ、困っている人たちがとても多いです。例えば六十四歳までずっと子どもをのんべんにかけていて調子はいいが、年齢的にホルモン補充療法に切り替えたほうがいいのか、治療を続けていくか、やめて運用していくか、今後知恵を絞るところ



河端氏

【小山】 要するに保健センター、保健所などを生かす。

【河端】 更年期の知識があり、更年期女性に適切なアドバイスできる人が非常に少ないのが問題です。

【小山】 そうですね。だから人材の育成と施設の拡充ですね。二十年前は、更年期のうつ症状は、みんな精神科に紹介したんですけど、大学病院の廊下で会うと三年たってもまだ通っている例が多かったことを思い出します。結局精神科の領域の人たちは閉経と全然関係のない治療をしていったのだと思います。そういった地域保健施設でも、更年期の問題に対応できる人材が必要で

【小山】 更年期について、国民にも少し関心を持ってもらえよう、啓発活動とともに、教育・医療制度などにも工夫を加えていくことが大切だと思います。それから気軽に相談できる場所、相談を受け止める人材の育成、それを環境、経済的措置が大切だと思います。

【小山】 問題点を挙げるのは簡単ですが、それを現在決まらせた枠の中で、どうやって運用していくか、その支援が大前提と

【小山】 更年期を元気に過ごすためには、更年期全体を理解してもらうとともに、生活習慣を中心とした予防医学的な対応を目的としたメノポーズカウンセラー、メノポーズアドバイザーと言った人材の育成と施設拡充ですね。二十年前は、更年期のうつ症状は、みんな精神科に紹介したんですけど、大学病院の廊下で会うと三年たってもまだ通っている例が多かったことを思い出します。結局精神科の領域の人たちは閉経と全然関係のない治療をしていったのだと思います。そういった地域保健施設でも、更年期の問題に対応できる人材が必要で

【小山】 更年期を元気に過ごすためには、研修のQOLの向上も図れます。また、看護職が、更年期の知識を得られる機会として、更年期に関する研修会が、多くの場面で開催されればいいと思います。しかし、目立つ研修会は、日本家族計画協会の「中高年女性保健セミナー」などで、非常に少ないのが現状です。

【江藤】 生活習慣病の予防は長期に及ぶので、その都度、前回のデータと比較したり、コミュニケーションを用いて生活習慣を見直しながら意識の変容を行っていく必要があります。そのため、実際に指導する側も知識をしっかりと持ってアドバイスすることが基本となります。

【江藤】 健康への関心が高まる中で、医療者も自分の専門職の中で個人の強みを見つけて自信を持って仕事に当たりたいという人も増えています。

【小山】 「母子保健課」というのが行政の中にあるんですが、「更年期課」というのはありません。この辺に少しターゲットを絞って、とくに高齢社会を迎えた今、関心を持っていただければ、国民の健康だけでなく、経済や国民の生活のクオリティを上げるのに、非常に貢献するのではないかと思います。



江藤氏

【小山】 やはりエビデンスを積み重ねていくというところだと思います。

【江藤】 クリニックで電話対応をしていると、困っている人たちがとても多いです。例えば六十四歳までずっと子どもをのんべんにかけていて調子はいいが、年齢的にホルモン補充療法に切り替えたほうがいいのか、治療を続けていくか、やめて運用していくか、今後知恵を絞るところ

【小山】 更年期について、国民にも少し関心を持ってもらえよう、啓発活動とともに、教育・医療制度などにも工夫を加えていくことが大切だと思います。それから気軽に相談できる場所、相談を受け止める人材の育成、それを環境、経済的措置が大切だと思います。

【小山】 問題点を挙げるのは簡単ですが、それを現在決まらせた枠の中で、どうやって運用していくか、その支援が大前提と

【小山】 更年期について、国民にも少し関心を持ってもらえよう、啓発活動とともに、教育・医療制度などにも工夫を加えていくことが大切だと思います。それから気軽に相談できる場所、相談を受け止める人材の育成、それを環境、経済的措置が大切だと思います。

【小山】 問題点を挙げるのは簡単ですが、それを現在決まらせた枠の中で、どうやって運用していくか、その支援が大前提と

【小山】 更年期を元気に過ごすためには、研修のQOLの向上も図れます。また、看護職が、更年期の知識を得られる機会として、更年期に関する研修会が、多くの場面で開催されればいいと思います。しかし、目立つ研修会は、日本家族計画協会の「中高年女性保健セミナー」などで、非常に少ないのが現状です。

【江藤】 生活習慣病の予防は長期に及ぶので、その都度、前回のデータと比較したり、コミュニケーションを用いて生活習慣を見直しながら意識の変容を行っていく必要があります。そのため、実際に指導する側も知識をしっかりと持ってアドバイスすることが基本となります。

【江藤】 健康への関心が高まる中で、医療者も自分の専門職の中で個人の強みを見つけて自信を持って仕事に当たりたいという人も増えています。

【小山】 「母子保健課」というのが行政の中にあるんですが、「更年期課」というのはありません。この辺に少しターゲットを絞って、とくに高齢社会を迎えた今、関心を持っていただければ、国民の健康だけでなく、経済や国民の生活のクオリティを上げるのに、非常に貢献するのではないかと思います。

【小山】 「母子保健課」というのが行政の中にあるんですが、「更年期課」というのはありません。この辺に少しターゲットを絞って、とくに高齢社会を迎えた今、関心を持っていただければ、国民の健康だけでなく、経済や国民の生活のクオリティを上げるのに、非常に貢献するのではないかと思います。

地域保健事業担当者の皆さんへ 必見情報!

これからの地域保健事業において、更年期の正確な知識なくしては適切な保健指導を行えないでしょう。生涯を通じた女性の健康支援事業の中でも、更年期が非常に重要なポイントになります。国も「女性の健康支援対策事業費」として「中高年期における健康支援事業」を柱にすえました。まずは、更年期の正しい知識を身に付けるために、以下の教育プログラムをご紹介します。奮ってご参加ください!

①更年期と加齢のヘルスケア学会認定「メノポーズカウンセラー」の資格を取りませんか。

※メノポーズは「閉経」という意味です。特定健診・特定保健指導制度の中で、保健指導を担う人の育成が急務となっています。更年期と加齢のヘルスケア学会が認定するメノポーズカウンセラーは、中高年への性差の視点に基づく適切な保健指導を行う上で、最適な人材であると高い評価を得ています。

メノポーズカウンセラー認定と学術集会については、NPO法人更年期と加齢のヘルスケアホームページ (<http://www.menopause-aging.org/index.html>) 又は、NPO本部 (TEL:03-3507-3172) までお問い合わせください。

②第8回更年期と加齢のヘルスケア学会 学術集会参加のご案内

最新の更年期を巡る多岐の話題を、その道のオピニオンリーダーが分かりやすく講演します。

【日時】 平成21年11月1日(日) 9:30~17:00
【会場】 都市センターホテル 東京都千代田区平河町
【参加費】 会員8,500円 非会員10,000円(10/20までの事前振込みのみ各6,000円、7,500円)
【参考】 昨年第7回の主なプログラム
「閉経をどうとらえるか～生涯、元気に過ごすために～」
「コレステロールの新事実:悪玉が多いだけでは動脈硬化は進まない」
「更年期女性における運動と栄養の役割」
「再評価されてきたホルモン補充療法」
「メノポーズカウンセラーと医師による更年期外来のテクニック」
※本学術集会出席はメノポーズカウンセラー認定1単位となります。

シリーズ「子育て支援」②

「ニコニコ抱っこのおすすめ」

癒しの子育てネットワーク 代表 阿部 秀雄

▽お母さんがただいだけ

私の親しい仲間が子育てサークルで話をしたときのこと、生後二週の子を産んだお母さんが入室するなり、「どうして泣いているのかがちつともわからなくて」と言

いながら、赤ちゃんを床に寝かせました。緊張した表情で周囲を懸命に見渡している赤

ちゃんの様子を、とても不安そうに見えたので、お母さんにお願いで腕の中

に抱き取ってもらいました。すると、じつとお母さんの顔を見て、それまでの硬い表情がうそのように安心して表情が変わりました。「ほら、ただいだけ」

赤ちゃんが空腹など生理的な欲求を伝えるために泣くことは誰もが知っていますが、「ママが元気にしてくれないかなあ」など心理的な欲求でも泣くことはあ

まり知られていないようです。ましてや、そうした欲求を伝えるためではなく、ただ感情を吐き出すために泣くこともある、ということはお母さんにもあまり書かれていないので

も泣くことにはあまり知られていないようです。ましてや、そうした欲求を伝えるためではなく、ただ感情を吐き出すために泣くこともある、ということはお母さんにもあまり書かれていないので

▽泣く意味には二つある

赤ちゃんが空腹など生理的な欲求を伝えるために泣くことは誰もが知っていますが、「ママが元気にしてくれないかなあ」など心理的な欲求でも泣くことはあ

まり知られていないようです。ましてや、そうした欲求を伝えるためではなく、ただ感情を吐き出すために泣くこともある、ということはお母さんにもあまり書かれていないので

も泣くことにはあまり知られていないようです。ましてや、そうした欲求を伝えるためではなく、ただ感情を吐き出すために泣くこともある、ということはお母さんにもあまり書かれていないので

も泣くことにはあまり知られていないようです。ましてや、そうした欲求を伝えるためではなく、ただ感情を吐き出すために泣くこともある、ということはお母さんにもあまり書かれていないので

▽赤ちゃん期のしつけ

もうすぐ一歳になる赤ちゃんが読み聞かせる絵本をかじって困る、という相談。「かじるのを止めたらいかがですか」「止めたらいかがですか」「かじるのを止めたらいかがですか」

不安でいっぱいの子育ては、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

は、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

は、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

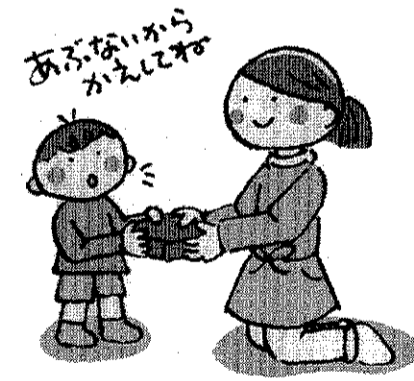
▽現実ベストの子育て

不安でいっぱいの子育ては、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

は、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

は、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親

は、つい子どもの立場に走ってしまいがちで、親に求められていることが多かったのを感じることがあります。いまは、お母さん自身が親



育児相談の現場から

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

不安定な日々。でも母達は、赤ちゃんのお陰で見事な変身を遂げる。一年も経つ頃には遅くなく、一あんなちっちゃかっただのね」と懐かしむ余裕も見せる。母子共に成長した姿に感動し、誇らしく思いそして勇気もい

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

母子保健指導員研修会 下半期の予定

開催日・テーマ・講師 学大学院) ▼平成二十二年十月十三日「父親の育児参加」(白梅学園学長) ▼十一月十日「新しいインフルエンザを知ろう」(インフルエンザの医療体制・医療現場・治療薬) ▼十一月十八日「発達障害への対応」(宮本信也) (筑波大)

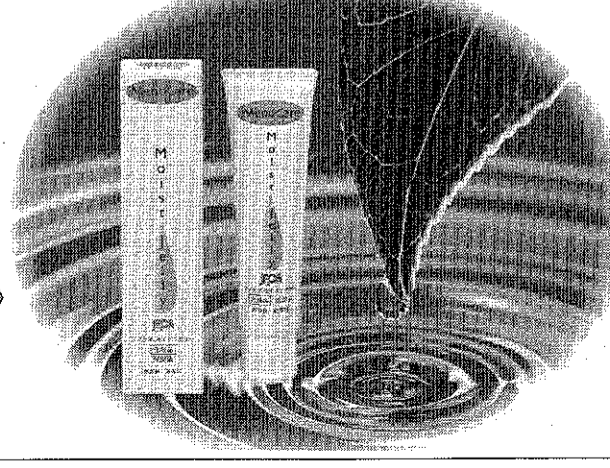
一人で悩んでいませんか。

更年期以降には、女性ホルモン(エストロゲン)の分泌量低下に伴い、デリケートゾーン(膣周辺部)の乾燥による違和感・不快感に悩んでいる女性は少なくありません。そのような方々のために開発されたこの専用保湿ゼリーは、日常的ケアで爽やかライフをお届けします。

膣周辺の乾燥による「つらい不快感」のケアに!

JFOA メノケア® モイストゼリー (保湿液)

- ・のびがよく、塗りやすいゼリータイプです。
- ・高い保湿力を備え、潤いが持続します。



- 無着色・無香料
- 殺菌処理済
- パラベン無添加
- 50g入 1,575円(本体価格1,500円)

発売元 JFOA 社団法人 日本家族計画協会 TEL 03-3269-4727

製造販売元 POLA PHARMA 株式会社 ポーラファルマ TEL 0120-12-2721 (通話料無料)

『煙のない健康的な社会づくり』目指して

2009年世界禁煙デー記念シンポジウム 開催

「二〇〇九年世界禁煙デー記念シンポジウム」が五月三十一日、東京千代田区の富士ソフトアキバホールで開催された。本シンポジウムは、世界保健機関(WHO)が提唱し、今年で二十二年目を迎える「世界禁煙デー」(五月三十一日)に合わせて、厚生労働省、(株)日本医師会、(株)日本歯科医師会、(株)日本薬剤師会、(株)日本看護協会、たばこ健康問題NGO協議会、「喫煙と健康」WHO指定研究協力センターが主催した。

厚生労働省らが主催する平成二十一年度「禁煙(Co Health Warnings)」週間(五月三十一日、六月六日)は、「煙のない健康的な社会づくり」をテーマに各種の事業が行われたが、WHOの二〇〇九年世界禁煙デーのメッセージは「警告! 国に比べて高く、女性の喫煙率は横ばい傾向にある」となっている。

わが国の喫煙率は、男性三九・四%、女性一・〇%(平成十九年国民健康・栄養調査)であり、男性の喫煙率は他の先進国に比べて高く、女性の喫煙率は横ばい傾向にある。シンポジウム冒頭では、外務省一厚生労働大臣(関英一)厚生健康局長務課生活習慣病対策室長代議が、「健康日本21」に基づき、未成年者の喫煙防止を始めとした総合的な対策を引き続き推進していくこと、健康の問題について理解を深め、今後のたばこ対策の推進に協力をお願いしたい」とのメッセージを寄せた。



シンポジウムの様子

「MPOWER」を処方箋に

シンポジウムでは、たばこの規制をめぐる世界の動きとわが国の現状について、望月友美子国立がんセンター研究所は

この政策研究プロジェクトリーダーが「たばこ社会からの脱出(エクソダス)」と題して講演した。望月氏は、二〇〇五年に発効した「たばこの規制に関する世界保健機関枠組条約」の「MPOWER」(注)を「たばこ社会から脱出するための処方箋」とし、たばこのリスクへの理解が社会全体においてまだまだ不足している」と指摘した。

また望月氏は近年のわが国の現状について、「枠組条約の発効後、厚生労働省を中心とした国のたばこ対策が定まりつつある。保健行政や市民社会のインシアティブも強くなっており、たばこ消費量は年五%減となっているが、対策の足を緩めてはならない」と述べ、「せめて二十年後には、たばこの『流行』を終焉させよう」と呼びかけた。

「MPOWER」を処方箋に

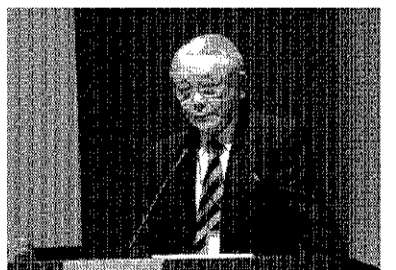
シンポジウムでは、たばこの規制をめぐる世界の動きとわが国の現状について、望月友美子国立がんセンター研究所は

神奈川では「受動喫煙防止条例」

自治体からは松沢成文

「心と身体をささえるホルモン」

女性のための抗加齢医学研究会 開催



教育講演を行う麻生理事長

第八回女性のための抗加齢医学研究会学術集会(会長 荒木葉子東京医科歯科大学特任教授・荒木労働衛生コンサルタント事務所所長)が五月三十一日、東京・港区の女性と仕事の未来館で開催された。荒木会長は「心のアンチエイジング」と題して、心臓疾患における性差、ストレスを回避して健康な生活を送る重要性について会長講演を行った。

荒木会長は、「心臓疾患における性差に女性ホルモンが強い影響を及ぼしており、特に女性ホルモンの中でもエストロゲンが女性の血管を若く保っている」と述べ、その機序を説明。女性の脳卒中予防には、「五十歳を過ぎたら血圧のコントロールを厳密にしよ」と呼びかけた。

さらに心臓病のリスクを高める要因として、女性の場合には心理・社会的ストレスが、さまざまなリスク要因の中でもより強く影響するという調査結果を示した。内科医・産業界としての立場から、荒木会長は、仕事に対する個人のモチベーションが高まり、職業生活のストレスが回避されるためには、「公平性があり、お互いに助け合えるような組織風土作りが重要」と強調した。

初めての女性にも安心! ひとつ上のうるおいです。

さらっとした自然なうるおい。

リューブゼリー

内容量55g 1,000円(税込1,050円)
内容量110g 1,800円(税込1,890円)

ヒアルロン酸Na・コラーゲン配合でうるおい長持ち。

リューブゼリー Excellent

内容量30g×2本 2,000円(税込 2,100円)

ワンタッチでそのまま使えるから手が汚れない。

リューブゼリー デリケートイン

内容量6g×4本 1,000円(税込1,050円)

※リューブゼリーは、お近くの薬局・薬店・ドラッグストアの「衛生用品コーナー」にてご購入いただけます。ジェクス株式会社のホームページからもお問い合わせいただけます。

ピルの処方を受けにく
リニックを訪れるKさん
には、毎回パートナーが
付き添ってきます。待合
室で彼女を気遣う様子は
親子のよう。それを彼に
話したところ、「僕は彼
女のお母さんですから」
と、その真相を書いてく
れました。



家の中の僕は、彼女の
の保護者であり、家事の
ほとんどが僕の役割で
す。朝、ごはんを炊いて
かけとともに出します。
昼は一緒に出かけたり
寝をしたたり、それぞれ
事の日もあります。
彼女が仕事で出かけて
いる間に、窓際に来る野
良猫に謝りながら洗濯機
をまわして、夕飯の献立
に合わせ近所のスーパ
ー三軒を廻って食材を仕
入れます。夜は彼女が帰
る時間に合わせて炊飯器



診療は毎週火、金、第2土曜

にお米を仕掛け、料理の
下ごしらえをしておいて
彼女からの「帰るコール」
を合図に仕上げに取りか
かります。そして二人で
食べる夕飯。僕にとって
一番幸せを感じる時間か
もしれません。
血洗いは次の日にして
そこからワウワウと夜
が更けるまで二人で過ご
します。そして夜中の零
時、彼女の携帯のアラ
ームが鳴ってピルを飲む時
が来ました。これからはそ

に二人でうまくやって
いけると思っています。
世間的にはまだまだ
「男は嫁いで女は家を守
れ」という固定観念の圧
力が強いですが、もう男
女の生活や家庭の在り方
に定石というものはなく
なりつつあると思いま
す。お互いが助け合って
それぞれが出来ることを
して、幸せであればいい
と僕は考えています。
(F・I)

●東京都・女性のための健康ホットライン ☎03(3369)7700
●思春期・F.P.ホットライン ☎03(3333)3335
●東京都・不妊ホットライン ☎03(3333)7455
●火曜日のみ ☎03(3333)7455
●診療予約・問合せ ☎03(3333)2294

思春期はいま

・思春期保健相談士への期待⑤

四つの健康の教育

私は松本清一先生から思春期学の基本を学び、教育学力ラーで発展させた。婚前の性行為不可式の過去の性道徳に對比し、価値の多様化時代に

教育学の視点で思春期セミナー

思春期保健セミナー講師
千葉大学名誉教授

武田 敏

コンセンサスを得られる性教育理論は、「乱脈な思春期の性行動によって起こりうる心身のリスク」から性道徳を教えるのはよいが、習し教育や単なる純潔教育に逆行するのは若者を説得するのはできない。そこで松本先生の御見解、「WHOの健康の精神で性を学ばせる」が上記の発問への回答となる。誰でもが希求するウェルビーイング「健康に生きること」を可能にする性あり方」を教育することである。私案として「四つの健康の教育」に発展させる構想をすすめている。

WHOの定義は身体的、精神的、社会的健康と邦訳されている。Mental HealthをSpiritual Healthと狭義のMental Healthに分けるのがよい、と思う。前者は安らかな、ゆたかな心、情緒の安定で主観的に幸せに感じられること。後者は「自分がどうすればよいか解ること」。状況を客観的に正しく判断し、知識を活用して行動の結果を考察し、意志決定、行動選択が可能なこと、である。Physical Healthは身体的健康に関して、Social Healthは社会の健康ではなく、人間関係の健康を意味する。松本先生の御指導にある通りである。人と仲よくやっつけられることがソシアールウェルビーイングである。相手の快を自分のよることとするのが、ソシアールヘルスである。これら四つのポイントから性行動のあり方を主体的にコントロールするモラルを学ぶ。

ウェルビーイングに発する性モラルモチベーション教育に加え、第二としてサステイナビリティを提示する。地球環境保全のエコロジー教育として用いられているが、性教育でも重要な意味がある。二人の幸せな関係、か解ること。状況を客観的に正しく判断し、知識を活用して行動の結果を考察し、意志決定、行動選択が可能なこと、である。Physical Healthは身体的健康に関して、Social Healthは社会の健康を意味する。松本先生の御指導にある通りである。人と仲よくやっつけられることがソシアールウェルビーイングである。相手の快を自分のよることとするのが、ソシアールヘルスである。これら四つのポイントから性行動のあり方を主体的にコントロールするモラルを学ぶ。



武田講師

〔略歴〕千葉大医卒、千葉大院博士課程修了

「性」を真面目に認知するスキーマ形成に資するものである。自分を産んでくれた母親に感謝の気持ちをもち、性行動を認知的に受け入れ、学習者の認知を促す。次に、学習者の認知を促す。適応行動を可能にするための教育技法を示す。(A)「自由」の認知を、「自分勝手なことをする」↓「将来に向けて、傾聴と「思考を引き出す発問」、話しあいに伴う洞察促進により来談者のモチベーションを喚起し、本人が望む目標に向かうよう支援するスキーム」を学ぶ。コースIIは今まで学んで来た相談の諸技法を系統的に総括するカウンセリング総論で、日常の思春期支援活動をブラッシュアップすることを旨としている。

「それは行き過ぎた性教育。女生徒だけに見せるのならばよいが」と言われたという。私は逆だと思っただけで、性アイデンティティ形成に支障となり、女生徒に「生々しい出産像」を見せることには、問題がある。男子生徒がボルノ映像で女性の外生殖器を知るのは、生命誕生として見る方が、「性」を真面目に認知するスキーマ形成に資するものである。自分を産んでくれた母親に感謝の気持ちをもち、性行動を認知的に受け入れ、学習者の認知を促す。次に、学習者の認知を促す。適応行動を可能にするための教育技法を示す。(A)「自由」の認知を、「自分勝手なことをする」↓「将来に向けて、傾聴と「思考を引き出す発問」、話しあいに伴う洞察促進により来談者のモチベーションを喚起し、本人が望む目標に向かうよう支援するスキーム」を学ぶ。コースIIは今まで学んで来た相談の諸技法を系統的に総括するカウンセリング総論で、日常の思春期支援活動をブラッシュアップすることを旨としている。



「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

JFOA スタッフ紹介

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し



ジャパ情報

五月二十九日、厚生労働省の「がん対策推進事業」の担当者会議が、平成二十一年度補正予算の成立したようその日に開催されました。

特筆すべきは補正予算にも組み込まれた「女性特有のがん検診推進事業」。子宮頸がん検診と乳がん検診の各対象年齢の引き上げが注目されています。

「検診手帳」単価七三円十税、●子宮頸がん検診「クーポン券」単価一〇円十税(各十枚以上からのご注文)。

●「検診手帳」単価七三円十税、●子宮頸がん検診「クーポン券」単価一〇円十税(各十枚以上からのご注文)。

●「検診手帳」単価七三円十税、●子宮頸がん検診「クーポン券」単価一〇円十税(各十枚以上からのご注文)。

女性特有のがん検診推進事業

「検診手帳」「クーポン券」等制作申込受付中



乳がん・子宮頸がん検診無料クーポン券つき女性のためのがん検診手帳

お申し込みはお早めに

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

「My name is Masato Hiwatari (穂渡政人)」。私は、双子のパパです。昼間のパパは、本会の教材の管理および教材の広報業務、さらに国際業務を担当し

ジェクスのすぐれたゼリー技術が、安全と快適をお約束。

健康で正しいG(自慰)をサポートする専用ジェル。



リアルな音で爽快感、自然な感触で上手に性欲コントロール！

さらっとした水溶性の安全成分に、ヒアルロン酸Na・コラーゲン配合！

ジェクス株式会社