

家族と健康

健康教育情報紙

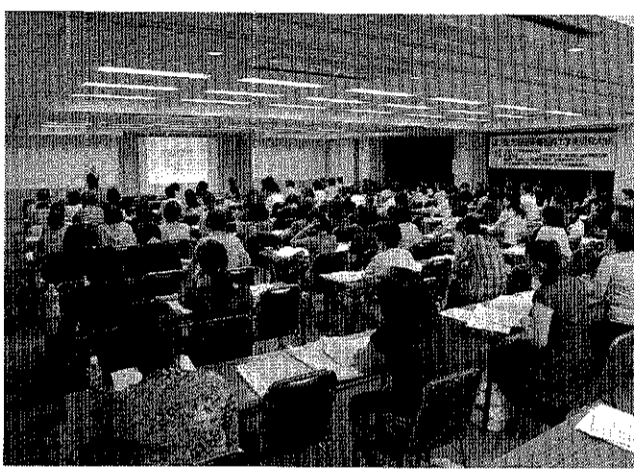
社団法人 日本家族計画協会
 リプロ・ヘルス推進事業本部
 健康教育推進本部
 協力：財団法人予防医学事業中央会
 〒162-0843 東京都新宿区市谷田町1-10 保健会館新館
 電話03(3269)4727 FAX03-3267-2858
 発行人：近 泰男 編集人：柴田 昭二
 毎月1回1日発行 年購読料¥3150 部¥315 共
<http://www.jpfa.or.jp/>

- JFA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

第七回思春期保健相談士学術研究大会(大会長 森崇・北九州津屋崎病院副院長)が八月十五日、大阪市東淀川区の大阪コロナホテルで開催された(主催)本会、後援(厚生労働省、日本思春期学会、財団法人教育協会、大阪府、大阪府教育委員会、大阪市、大阪府教育委員会、ちちぎ思春期研究会、ちちぎ思春期研究会、九州思春期研究会)。メインテーマは「パーソナリティ障害(人格障害)」。思春期保健相談士ら百十九人が参加し、基調講演のほか、一般学術演題が十四題報告された。

第七回 思春期保健相談士学術研究大会 大阪で開催

「パーソナリティ障害(人格障害)」をメインテーマに



全国から多様な職種が参加

基調講演は森大会長が豊富な臨床経験をもとに座長を務め、佐藤天市人 詳細に解説。思春期保健格障害研究センター代表 相談士としての受け止めが「人格障害とその対応方についても具体的な受け止め方を知る」と題して行った。佐藤氏はパーソナリティ障害の基礎的な知識について、一般学術演題報告は、荒木均樹(いばらき思春期



森大会長

保健協会副会長、高村寿子自治医科大学公衆衛生学部門看護学部客員教授が座長を務め、二つのセッションに分けて各七題発表された。反復人工妊娠中絶の現状、行政とNPOとの連携による思春期保健事業、学校における性教育、家庭医に対するワークショップの実践、病院内でのボランティア活動、地域でのピアカウンセリング活動などの報告がなされた。

本大会はこれまで東京(第一回、第二回、第六回)、千葉(第三回)、福岡(第四回)、栃木(第五回)で開催されてきたが、今回は初の関西地区での開催となった。平成十七年度に思春期保健相談士を養成する「思春期保健セミナー」のコースIを初めて大阪で開催して以来、毎年大阪で同セミナーを開催しており、本大会は満を持しての開催となった。また本大会は、当初六月六日に開催を予定していたが、新型インフルエンザの集団感染防止のため、約二か月開催を延期した。

次回の第八回大会(大会長 荒堀憲二 伊東市立伊東病院院長)は、平成二十二年六月五日(土)思春期からの子宮頸がん予防をメインテーマに東京で開催予定。

UICOM 2009年度定例会開催

本会若者委員会(UICOM)は八月八日、本会多目的ホールで今年度第一回の定例会を開催した。今年度の上半期の活動報告と下半期の活動計画に鈴木美香さんが承認画、規約の一部改定につ

編集帖

▼国連開発計画(UNDP)は、「開発の基本的な目的は、人々の選択の拡大により、長寿で健康かつ創造的な人生を享受するための環境を創造すること」とし、その達成度をみるために、「平均余命」、「子どもの就学率」、「一人当たりの国内総生産」の三つの指標から割り出した人間開発指数(HDI)を報告している。これによると日本のHDIは調査国中八位の〇・九五六である。

▼一九七五―二〇〇五年のHDIと合計特殊出生率との関係を検証した米国の研究チームは、HDIが〇・八五―〇・九〇に達すると出生率が上昇するが、日本は出生率回復が進まない例外国と英科学誌に先月報告した。

▼UNDPによると、日本はジェンダー・エンパワメント指数が五十八位となっており、他の先進諸国との差が際立っている。女性の社会進出度が高い先進諸国では、出産や育児等を支援する様々な施策が採られ、それが出生率の回復に寄与しているといわれる。

▼スウェーデンの非営利調査団体「ワールド・パブリック・オピニオン」は、一九八一年以来九十歳以上の高齢者を対象に、「どのくらい幸福か」について「幸福度調査」を行っている。この調査では出生率の回復した先進諸国は上位にあるが、日本は中南米十二か国、東南アジア六か国を下回る四十三位である。人々の幸福度は生活水準と強く相関すると言われている。しかし中南米やアジア諸国が日本より上位に位置していることから、幸福度は、家族や地域共同体との関係や宗教等とも結びついていることが推察される。

▼日本は今、経済的にも社会的にも日々の暮らしを脅かす諸問題が山積しており、それらの根本的な解決なくしては幸福度も上がらない。ゆえに出生率の根本的回復も遠く及ばない。(HK)

今月のページ

- 平成21年度 健やか親子21全国大会 (母子保健家族計画全国大会) にむけて
 - 先天色覚異常と社会生活
 - 発売後10年で変わったOC事情
 - はやね・はやおき げんきっこ
 - 総合健康保険組合における健康支援
 - 「ポピュレーションアプローチによる禁煙支援」
 - 思春期はいまー思春期保健相談士への期待ー
- 8面 7面 6面 4~5面 3面 2面

トピック

子ども虐待による死亡事例等の検証結果

社保審専門委が公表

厚労省社会保障審議会の専門委員会は七月十四日、「子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について(第五次報告)」を公表した。平成十九年一月から平成二十年三月までの子ども虐待による死亡は一一五例(一四二・一四一%)、「妊婦(一四・一%)」、「妊婦健診未受診」が一〇人(二・八%)だった。虐待の発生を予防するため、専門委では妊婦・出産・育児期に養育支援を特に必要とする家庭の早期発見と必要な支援を適切に行う方策の確立、望まない妊娠について悩む者への相談体制の充実を地方公共団体に提言した。

お問い合わせ・ご注文は (社)日本家族計画協会へ TEL.03-3269-4727 FAX.03-3267-2658



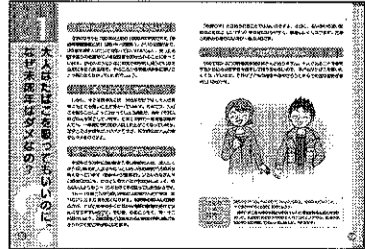
思春期の喫煙防止教育に最適な小冊子がリニューアル発売!

思春期とタバコーあなたの疑問に答えます!

■仕様 A5判 32ページ 表紙カラー/本文2色刷り ■著者 葛飾区保健所長 医学博士 齋藤 麗子
 ■定価 本体250円+税 多数量割引あり(100部以上は本体価格の5%引き、300部以上は本体価格の10%引き)
 ※名入れ印刷はできません

ポイント

- タバコに関するQ&Aをわかりやすく解説しました。
- 思春期の子どもたちに、タバコに関する知識が無理なく身につきます。
- 著者の中学校での講演会を聴いた生徒の感想文「思春期の気持ち」を紹介しました。



平成21年度

健やか親子21全国大会
母子保健家族計画全国大会

静岡県厚生部福祉子ども局子ども家庭室

よつこそ静岡県へ

静岡県は、日本のほぼ中央に位置し、太平洋に面した気候温暖な地域です。北に富士山をはじめとする山々、南に遠州灘から駿河湾、東に温泉地や有名な伊豆半島と、豊かな自然に恵まれた県です。また、東海道新幹線、東名高速道路など国内交通の主要幹線を擁した立地条件を生かし、多様な



茶畑から富士山を望む

産業が集積する「ものづくりの県」でもあります。平成二十一年六月には富士山静岡空港も開港し、アジアとの文化、観光、産業交流を目指しています。このような静岡県に、平成二十一年度健やか親子21全国大会(母子保健家族計画全国大会)をお迎えすることになりました。本大会は、「健やか親子21」の四つの柱から、

現代の子育て状況

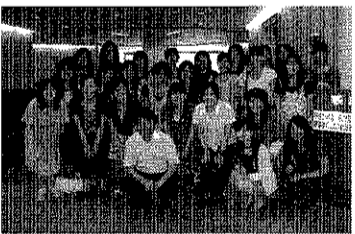
平成二十年、児童福祉法に乳児家庭訪問全戸訪問事業や、育児支援家庭訪問事業が位置づけられ、地域において育児不安や子育ての孤立化を防ぐための環境整備が図られました。その背景には、多くの育児情報があふれ、知識や情報をインターネットなどで、容易に手に入れることができる社会環境の中でも、育児に不安を抱え、自信がも

親のもつ子育ての力を信じて

しかし、子育てを取り巻く様々な困難な状況の中で、子育てに悩み、不安を持つ親たちの中にも、子育ての力があることを親への支援に関わる私たちには信じています。今回の大会では、支援者が情報や知識だけでは解決できない子育て不安

【開催日】十一月十日(火)十一月十二日(木)【会場】静岡市民文化会館中ホール【主催】静岡県、(社)福 恩賜財団母子愛育会、(社)日本家族計画協会、(社)母子保健推進会議【参加者】母子保健事業及び家族計画事業関係者【主なプログラム】○コーディネーター 佐藤拓代氏(シンポジウム) 松下さき子氏(掛川市保健予防課母子保健係) 福島京子氏(富士宮市保健福祉部家庭児童相談室) 堀江由香里氏(NPO法人フローレンス) 伝える変える事業部【問合せ】静岡県厚生部子ども家庭室 母子係 ☎054(222)2993

「日本で一番受けたい授業」指導者のための避妊と性感染症予防セミナー



北村所長を囲んで一医療法人社団スズキ病院附属助産学校の皆さん

全国八か所で行われる本年度の「指導者のための避妊と性感染症予防セミナー」のテーマは「日本で一番受けたい授業」。避妊と性感染症をそれぞれ分野で活躍する講師が担当する。六月の東京会場を皮切りに函館、仙台と三会場での開催が盛況のうちに終了した。今年度の試みとして北海道エリアの開催を函館市とした。地元講師の活躍の場から、関係者の方々に参加いただく結果として多様な職種の方々の参加が実現した。高次の男性英語教師からの「自分の立場でできることから始めたい」との心強い発言が、地域内での連携の成

平成21年度「家族計画自由集会」(静岡)

平成二十一年度健やか親子21全国大会(母子保健家族計画全国大会)併設として、家族計画自由集会(主催)社団法人日



健やか親子21

本家族計画協会)を開催いたします。今年度は、『低用量経口避妊薬発売から十年』女性のQOL向上に果たした役割』をテーマとして、一九九九年九月二日に低用量経口避妊薬(OC)が発売されてか

参加者募集

ら、日本人女性の生活に、OCがどのような影響を及ぼすことになったのか、女性のQOL向上に果たした役割について、参加された皆さんと自由活発な議論を展開したいと考えております。

時三〇分

【会場】静岡市民文化会館 大会議室(三階)【演題】①低用量経口避妊薬発売から十年。この間に何がどう変わったか、②低用量経口避妊薬に期待される効用・副作用、③低用量経口避妊薬処方の際に工夫していること、④低用量経口避妊薬を使って何が変わったか

【座長】

北村邦夫(本会常務理事・家族計画研究会 センター所長)【演者】安達知子(恩賜財団母子愛育会総合母子保健センター愛育病院長) 婦人科部長、宮崎千恵子(医療法人社団萌生会 宮崎クリニック副院長) 一般の低用量経口避妊薬服用者【対象者】医師、保健師、助産師、看護師、教

師、助産師、看護師、教員、看護教員、母子保健事業関係者、思春期保健事業関係者等【定員】二百名

なお、当日受付の混雑を避けるため、ご参加は予約制です。事前に参加のお申込みが必要となります。所定申込書は研修課へご請求ください。

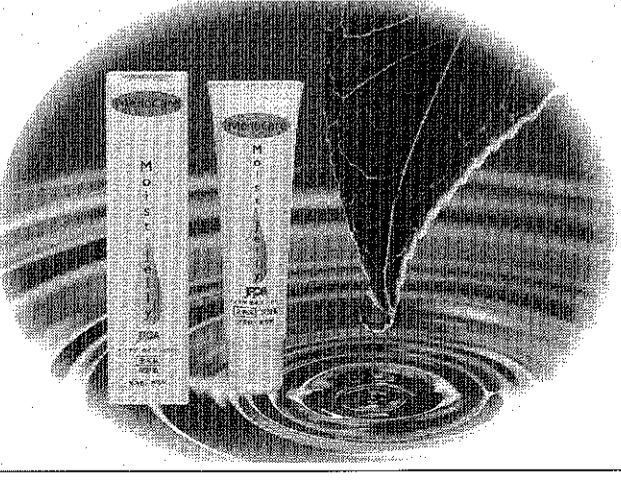
【問合せ】本会研修課 ☎03(3329)478

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)

先天色覚異常と社会生活

秋山眼科医院・順天堂大学眼科 岩田文乃

第三十三回日本遺伝カウンセリング学会学術集会(会長 山崎知子 兵庫医科大学遺伝学講座・臨床遺伝部主任教授、副会長 藤川和男 近畿大学大学院総合理工学研究科遺伝学センター 養成課程教授)が七月二十四日(金)〜二十六日(日)の三日間、兵庫県西宮市の兵庫医科大学平成記念会館に三百二十三人の参加者を集めて開催された。講演、シンポジウム、モーニングレクチャー、ポスターセッションなどのほか一般演題として五十六題の講演が行われた。その中から「先天性色覚異常の相談」と題して行われた横浜市の秋山眼科医院岩田文乃氏の講演を紹介する。

社会生活と色

自然界には花の色をはじめと様々な色彩が溢れています。色を用いて弁別したり強調したりする標識や学校の教科書をはじめとして文、図、表などの情報源は多く、また生活用品や食品の色も多種多様です。多くの人が似たような色の感覚を持っている一方、「多くの人とは異なる色覚」を持つことは珍しいことではなく(日本人男性の約5%、女性の約0.2%)、眼科の用語で色覚異常と呼ばれています。白黒写真のように色の感覚が無いというわけではありません。色覚異常には生まれつきで変化するもの、医療や保健などで(その因子を持つ女性は)

眼科診療における色覚異常の相談

色覚についての眼科への受診理由は、「仕事に必要な船舶免許が受からなかった」など船舶免許取得などの問題だけではなく、身近な職業でも「スーパーに就職したが食品売り場で野菜の色や鮮度の見分けができない」「長年従事してきた調理の仕事で、刺身や野菜の鮮度、肉の焼け具合を見分ける必要が出てきた

先天性色覚異常の相談についてどう対応するか

小学生の時に検診で色覚異常がわかったというある成人男性は、色覚異常について自己申告した会社に就職し、「配属された部署は自分の希望とは異なったが色覚以外の自分の適性によって判断されたものかもしれない」と検査によって自分の色覚の状態を認識しておくことは大切といふ意見でした。色覚のため進路を変更した大学生は、「進路は変えることになったが好きな興味の持てる分野がみつかった」と語り、その両親は「詳しい説明をもっと早く受けられていれば」と語られました。また、小学生でも自分の色覚について、描く絵の色の違いを指摘される、ゲーム機の充電の緑とオレンジのランプがわからないなど、戸惑っていることがあります。戸惑いに対してきちんと聴いて受け止めたうえで対応し、自信を失わないように不安を除くことを心がけ、年齢や性格など理解度に合わせた正しい説明をすることで、家族や教師など周囲の正しい理解を得ることが、成長や人生の状況に応じて相談を継続できる場を提供することが大切だと考えられます。

色覚の問題を考えるポイント

色覚の問題を考えるポイントとして「ホームページ」は「色覚異常について」に細やかな情報が載っています。是非ご覧になってください。
http://www.pastel.jp/

十人に一人で稀ではないと、何らかの目の病気などによって起こる後天性があり、後天性の場合はその原因を調べたうえで対策を考えてゆきます。色覚異常についての現状認識と望まれる方向についてはいろいろな考え方がありますが、先天性色覚異常の方は多くの場合にはほとんど日常生活や社会生活に支障を感じずに暮らしています。また、学校の授業での留意点の指導、地下鉄の路線図を色のみで表示しないなど、さまざまな取り組みがなされています。しかし、眼科では程度や状況によっては様々な相談を受けていることも事実です。医療や保健などに携わる者は色覚異常に

人間と性 教育研究協議会夏期セミナー 熊本で開催

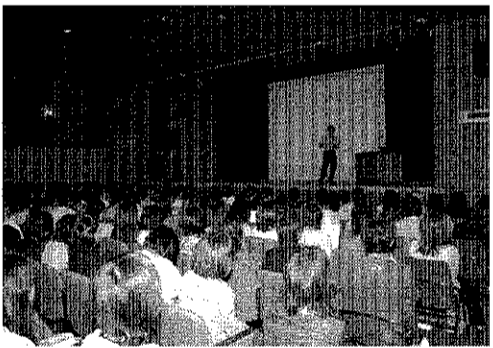
去る八月一日〜三日、熊本市において「人間と性」教育研究協議会主催の夏期セミナー(実行委員長 榎原宏一 協議会幹事)が本会をはじめ熊本県医師会、NHK熊本放送局など多数の後援のもと開催された。

大会テーマは「子どもと時代の希望を拓く性教育」で、人権感覚を育むための性教育を育むためのセミナー(実行委員長 榎原宏一 協議会幹事)が、二日目は模範授業、テーマ別分科会、最終日は関口久志千葉大学講師による「時代をよみとく

これからの性教育」などが七百四十人の参加者を得て賑々しく行われた。北村邦夫本会常務理事・クリニック所長は二日目にシエリング・ブラウ目シエリング・ブラウ目主催によるランチセッション「月経と上手に付き合う」を担当し、会場を埋め尽くした三百五十人余の教員、養護教諭などの参加者に向けて、月経周辺の様々なトラブルを我慢するさせざるを得ない、鎮痛剤や低用量経口避妊薬の効果的な使用によって快適な月経ライフを送れるようにサポートしようと呼びかけた。

なお本会では、今年度の社会貢献事業の一環として「月経と上手に付き合う」をテーマにしたセミナーの開催を全国で展開し、地元講師を派遣している。

問合せ・申し込み)本会クリニック ☎ 〇三(三三三)二六九四



今年で十六回目を迎える「AIDS文化フォーラムin横浜」が八月七日〜九日、横浜市のかながわ県民センターで「他人(ひと)のこと」をテーマに開催された。

P.N.Y. (Peer Network Yamagata)・性問題対策を考える保健師の会の渡會睦子東京医療保健大学講師は、「AIDS予防のための小中高の『生きるための心の教育(性教育)』」、『今新たにAIDS対策における保健師の役割を検討しよう』の二題の講座を開き、保健・医療・教育関係者らと討論を行った。

渡會氏は、山形県で立ち上げたボランティア団体P.N.Y.により、小・中・高校生向けの教育プログラムと指導用資料、CD-ROM教材を開発し、教育委員会を通じて県下に配布し、普及を促してきている経緯を説明。エイズを含む性感染症予防の啓発普及には、各種の機関と連携し、系統的、継続的に取り組むことが必要だと述べた。

また保健師の立場から、幅広い視点から地域の特性を分析し、その地域に合ったやり方を考えることが重要だと強調した。



「色で見分ける電気配線作業に支障がある」など、就職時には色覚検査は必要なかったが、実際に働くと思ひもよらず困難が生じてきたためなどが挙げられます。また、入学試験や就職時の色覚による制限は大幅に縮小したとはいえ条件として残されている場合もあり、不合格となつてから後日進路を見直すに至った相談もありました。

生活上あまり支障がなく、どのような見え方の違いがあるのか本人も家族もわかりにくいため、「病気でなく、気にしなくてよい」という側面のみ一般的な説明による理解では、仕事や学業など現実と直面する問題にあらかじめ対応ができないことがあるのです。

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!

セルフトケアの定番グッズ! 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 プチブレスト <http://www.petitbreast.com> 母子整体研究会 <http://www.boshi.jp>

子宮の形
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盤 (妊娠10週)

いびつな胎児と胎盤 (妊娠9週)

肌はゴム跡がつくようなタイツ、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... おでこと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】

変わったOC事情

表1 この10年間に何が起こっていたか

年	出来事
1999年	OCの承認と発売・「看護職のためのピルカウンセリングセミナー」開催/ゼリー型殺精子剤(FPゼリー)発売中止
2000年	女性用コンドーム(マイフェミィ)発売
2001年	フィルム型殺精子剤(マイルーラ)製造中止(3月)
2002年	第1回男女の生活と意識に関する調査
2004年	OC推進プログラム委員会発足/第2回男女の生活と意識に関する調査/マルチロードCU250発売
2005年	ノバT380発売(5月)・「第一線の産婦人科医とコメディカルのOC啓発セミナー」スタート(10か所)/産婦人科医のためのOC処方実践セミナー開催
2006年	「低用量経口避妊薬の使用に関するガイドライン(改訂版)」を作成/厚生労働科学研究「全国の実態調査に基づいた人工妊娠中絶の減少に関する包括的研究」・武谷班スタート/OC啓発セミナー(8か所)/第3回男女の生活と意識に関する調査/OC啓発セミナー/女性用コンドーム(フェミドーム)発売/OC for me! キャンペーンスタート/性感染症に関する特定感染症予防指針
2007年	薬剤付加IUD(ミレーナ52mg)発売(4月)/OC啓発セミナー
2008年	ルナベル錠発売/第49回日本母性衛生学会学術集会(会長 北村邦夫)/第4回男女の生活と意識に関する調査/OC啓発セミナー(6か所)
2009年	OC啓発セミナー(3か所)

表2 『OCサポートコール』の年度別相談内容の変化(2005年2月~2009年3月)

	全体	2005年度	2006年度	2007年度	2008年度
服用方法	19.3	17.9	19.8	18.8	19.7
副作用	17.1	14.1	17.6	18.1	16.9
飲み忘れた場合の対処	14.6	11.7	13.6	15.0	15.9
薬物相互作用	11.1	13.0	10.5	10.2	11.4
避妊効果	9.1	7.7	7.1	9.6	10.5
周期調節	7.5	4.4	6.5	8.0	8.7
ピル一般	5.2	3.4	4.4	7.3	4.7
副作用以外の不安	4.3	11.6	4.2	3.0	3.1
服用順番間違い	2.2	1.4	2.0	2.4	2.6
禁忌	1.8	2.0	1.8	1.4	2.2

平成21年度 「避妊指導に関わる医師と」・「メディカルのためのOCスキルアップセミナー」より

本年度の「避妊指導に関わる医師と」・「メディカルのためのOCスキルアップセミナー」が、本会ならびにバイエル薬品(株)の共催、(株)日本産婦人科医学会、(株)日本産科婦人科学会の後援により、四月十九日(東京)、五月三十一日(福岡)、六月二十一日(大阪)の三会場で開催された。各会場で二種の講演と討論が行われたが、六月二十一日に新大阪ワシントンホテルプラザで開催されたセミナーから、自身が担当した「発売後十年で変わったOC事情」の講演の概要を紹介する。(本会常務理事・クリニックス所長 北村 邦夫)

この十年間のわが国の避妊法の変遷

低用量経口避妊薬(OC)です(表1)。ゼリー型OCは、わが国では一九九九年六月十六日承認、そして九月二日発売。いろいろな事件がありました。一つの避妊薬が誕生すると一つが消えるように、内でも代わられると、ノニルフェノールになる。これが「環境ホルモン」だと環境団体から騒がれたわけです。幸い利用者が少なかったこともあり、発売中止にしました。女性用コンドーム、二〇〇〇年に発売された「マイフェミィ」も、今も引き続き「フェミドーム」と商品名を変えて発売されているものの、普及しているとは言いがたい。そしてフィルム、「マイルーラ」。これもゼリーと同成分のもので、二〇〇一年には製造が中止になってしまいました。

メディアの取り上げ方も変化

さて、そんな中でこの十年間に何がどう変わったのか。まずメディアが変わりましたね。最近では新聞等での取り上げは、やや少なくなっています。女性誌などでもOC関連の記事は決して少なくはなっていない。昔は「ピルは安全か!」という論調でした。血圧

が高かったり、若くてもかなりの量のタバコを吸っていた女性が服用したりした結果であって、OCとの因果関係があるはずがないのに、「OCで死亡」のような恐怖を煽る記事が話題になることが少なくありません。一九九九年の発売当

人工妊娠中絶が減少したのはなぜか

人工妊娠中絶の実施率が減少しているのは、事実です。衛生行政報告例では、一九五五年には百七十七万件あった人工妊娠中絶が二〇〇二年から減少の一途をたどり、最

電話相談では飲み忘れの相談が多い

本会では電話相談「OCサポートコール」(☎三三三二六七)四一〇副作用、飲み忘れの対処が上位を占めています(表2)。次いで薬物相互作用などが続きます。

避妊という意味ではほとんど問題がありません

避妊という意味ではほとんど問題がありませんが、飲み忘れがあると破綻出血が起こってしまうのがOCの難点です。薬物相互作用については、昨年の「OC啓発セミナー」で話題になりましたが、ほとんど言っていないほど、OCとの飲み合わせで問題になることは少ないという回答を薬学の専門家から聞くことができました。

初、「感染症が心配」とを組んでくれています。という記事がふれられています。メディアの取り上げは、最近では女性誌にも大きな変化が起こっています。電話相談では飲み忘れの相談が多い。本会では電話相談「OCサポートコール」(☎三三三二六七)四一〇副作用、飲み忘れの対処が上位を占めています(表2)。次いで薬物相互作用などが続きます。飲み忘れの場合の対処法については、ガイドラインの改訂版でも既に存じかと思いますが、三日以上飲み忘れられたとき、特に新しいシートを始めると、あたりの飲み忘れの対処法が非常に重要です。この間に、〇八年度まで受けた相談は一万七千七百七十七件にまで減少しています。新データの二〇〇七年度では、二十五万六千六百七十七件にまで減少しています。十五歳から十九歳の女子人口千対の中絶実施率は二〇〇一年がピークで一三・〇。その後二・一・九・九・一・〇・五・八・四・八・七・七・七・八と減少傾向が続いています。何が原因でこのような減少が起こっているのでしょうか。厚生労働科学研究の一環として、「緊急避妊ピル並びに低用量ピルの処方実態に関する調査」を実施しました。筆者が組織している緊急避妊ネットワーク、現在千四百五十施設ぐらあります。調査票を送った千三百四十施設のうち閉院

指定医薬品・処方せん医薬品 注意-医師の処方せんにより使用すること

トリキュラー錠21・28

Triquilar®

〈薬価基準未収載〉経口避妊剤
レボノルゲストレル・エチニルエストラジオール錠

効能・効果、用法・用量、禁忌を含む使用上の注意等につきましては、製品添付文書をご参照ください

販売元: バイエル薬品株式会社
Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

発売後10年で

「OCの服用者が増えたため」42.6%、緊急避妊ピルの知識が普及したため」19.4%、避妊についての意識向上、知識の普及」18.6%、性教育の成果」7.4%、妊娠可能人口の減少（少子化）」6.8%、セックスレスの増加」3.9%。

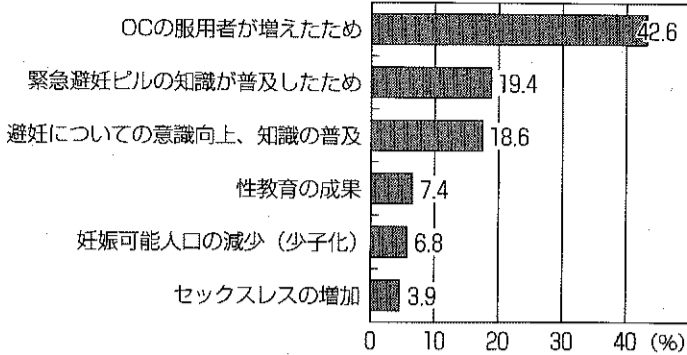


図1 人工妊娠中絶が減少したと考える理由

厚生労働科学研究費補助金子ども家庭総合研究事業「全国の実態調査に基づいた人工妊娠中絶の減少に向けた包括的研究」

表3 低用量ピルについての女性の認知度 (%)

	1994年	2002年	2004年	2006年	2008年
N=		897	890	773	821
よく知っている	7.6	9.3	11.0	11.0	13.0
ある程度知っている	44.3	57.3	54.3	58.6	58.8
あまり知らない	30.7	26.0	27.3	24.2	23.4
まったく知らない	14.8	5.6	5.7	3.6	2.7
不明	2.6	1.9	1.7	2.6	2.1

1994年は毎日新聞社調査「第4回男女の生活と意識に関する調査」、2002、2004、2006、2008

表4 OC服用による血栓症の年間発症リスク比較 (10万人当たり)

発売以来の10年間、日本での報告例は	OC服用者	2~6人
海外での静脈血栓症の発生率は	OC非服用者	5人
	妊娠	60人
	OC服用者	15~25人

「OC処方量はどうか」と問うと、四九・四％は「変わらない」と答えています。四六・二％は「増加している」との回答でした。年代は三十一歳が最も多く、三十九歳が最も少ない。緊急避妊ピルを過去に使ったことがあ

市販後調査で日本人のデータ明らかに
OC発売から十年。この間に各社でOCの市販後調査が行われていま

十年後、わが国のOCはどうか
筆者の調査では、OCを既に使っている人は三

処方せん医薬品[®] 子宮内避妊システム

薬価基準未収載

ミレーナ[®] 52mg

レボノルゲストレル放出子宮内避妊システム Mirena[®]

注) 注意—医師等の処方せんにより使用すること

効能・効果、用法・用量、禁忌を含む使用上の注意等につきましては、製品添付文書をご参照ください。

資料請求先
バイエル薬品株式会社
大阪市北区梅田2-4-9 〒530-0001
http://www.bayer.co.jp/byl

Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

MRN-09-0601

総合健康保険組合における健康支援

—ポピュレーションアプローチによる禁煙支援—

デパート健康保険組合 保健師 猿山 淳子

職域保健の現場から

③

禁煙キャンペーンを実施する理由

デパート健康保険組合 対五十三でやや女性が多い。パート、スーパー、ドラッグストア等の小売業者を主とする三百四十三事業者が加入している総合健康保険組合で、被保険者約十万人、被扶養者約五万人が加入している。男女の比率は四十七対五十三である。特定健診・特定保健指導を契機に開始

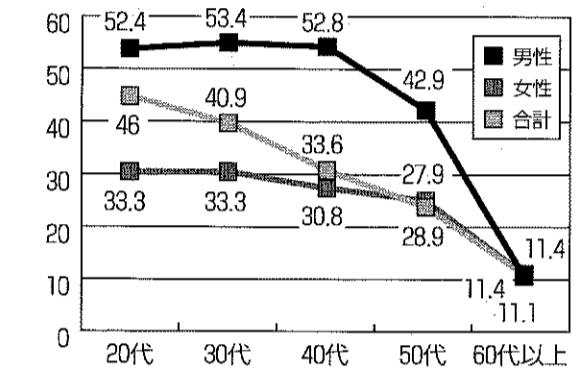
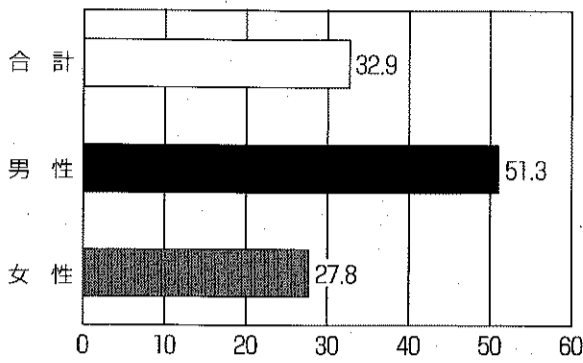


図1 男女・各年代別喫煙率

喫煙率は男女・各年代とも日本の喫煙率より高くなるかについては全体で七五%以上、「タバコの周囲の人の健康への影響については喫煙・非喫煙ともに八五%以上が悪いと思っており、職場での喫煙対策の必要性についても喫煙・非喫煙、男女いずれも七〇%以上の人が必要であると考えていた(図2)。しかし、「完全禁煙をすべき」となる喫煙者は八五%が、また、非喫煙者であっても

アンケート結果

喫煙率は男女・各年代とも日本の喫煙率より高くなるかについては全体で七五%以上、「タバコの周囲の人の健康への影響については喫煙・非喫煙ともに八五%以上が悪いと思っており、職場での喫煙対策の必要性についても喫煙・非喫煙、男女いずれも七〇%以上の人が必要であると考えていた(図2)。しかし、「完全禁煙をすべき」となる喫煙者は八五%が、また、非喫煙者であっても

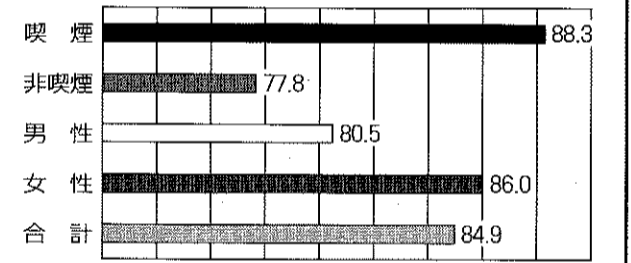


図2 職場での喫煙対策は必要だと思う人の割合

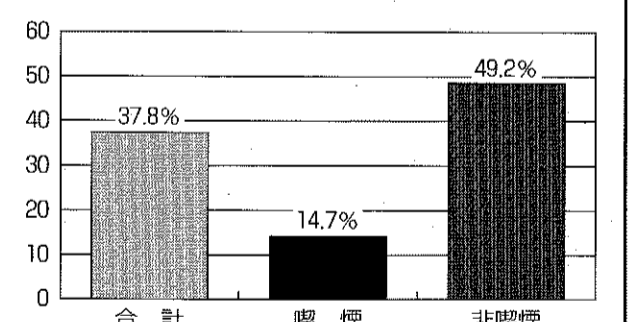


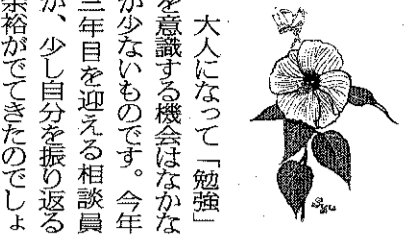
図3 職場での完全喫煙を取り入れるべきと思う人の割合

禁煙キャンペーンを実施して

この結果から、事業主の協力のもと、労働者全員に対し、ポピュレーションアプローチにて、禁煙教育・禁煙キャンペーンを実施した。禁煙キャンペーンの参加者は四十人、実際に六か月間禁煙できた人は二十人(チャ

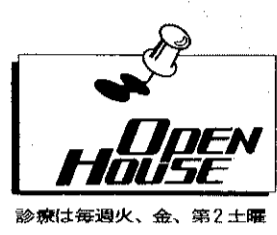
今後の健康保険組合としての取り組み

これらのことから、タバコの体への影響に関する啓発教育と同時に、喫煙率が日本の平均より高く、二〇一〇年二月にテッドラインとなるたばこ規制枠組条約(FCTC)第八条に示された「受動喫煙の防止」(職場の完



大人になって「勉強」を意識する機会はなかなか少ないものです。今年三年目を迎える相談員が、少し自分を振り返る余裕ができたので、日頃思っていたことを書かせてくれました。

市ヶ谷の駅前には、夏をそれぞれに楽しんだ隣の学校に通う若者が、元気な姿で戻ってきました。大きなバックを抱え、友人たちと笑いながら歩



診療は毎週火、金、第2土曜

市ヶ谷の駅前には、夏をそれぞれに楽しんだ隣の学校の友だちと笑いながら歩

いと、その時質問した答えが既に自分の文字で書かれていたこともありました。以前北村所長から「知識は使わないと腐るぞ、吸収したら使っていくことが大切だよ」と言われたことを思い出して、必要とする時に引き出しから取り出して、活かせてこそ勉強の成果だと実感したものです。

て妊娠不安に陥ったり、緊急避妊を必要としたりする女性と話していても、実は今の自分の避妊法では危険だということ

思春期の子どもたちがおられる環境は日々変化しています。電話相談は的確な情報を伝えることが重要な役割ですが、彼らが日常生活の中で実際に活かしていけるよう具体的に説明する力も求められています。相談員としてそのような接し方ができるように今後

- 本会電話相談 二六三八
- 東京都・女性のための健康ホットライン ☎〇三(三三六九)七七〇〇
- 東京都・不妊ホットライン ☎〇三(三三三五)七四五五
- 思春期・FPPホットライン ☎〇三(三三三五)二二九四

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)

ワンッシュ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)

発売元 JFOA 社団法人日本家族計画協会 東京都新宿区市谷田町1-10 製造元 JEX ジェクス株式会社 大阪府大阪市中央区谷町2丁目3番12号

思春期はいま

・思春期保健相談士への期待①

途上国と共通する課題

昨年七月から北米と南米をつなぐ橋のように位置する中南米、その中で人口約七億四千万人のホンジュラスで、独立行政法人国際協力機構(JICA)の「ホンジュラス国オランチョ県思春期リプロダクティブ・ヘルス強化プロジェクト」に

関わっている。ホンジュラス人口の四分の一を占める十一歳の若者の間に、他の途上国と同様に思春期妊娠、性感感染症にHIV/AIDS感

染の増加が問題となっていて、その活動に関わり始める速に、思春期に求められる支援のあり方に共通点が見いだされた。地域訪問活動で、看護師一人

人で地域住民の健康管理をしているセサルという施設を訪問したときのことである。丁度、生後一

か月の男の子を大事そうに抱き、でも不安そうに顔を少女に見せる若い母親が、乳児相談と産後健診に来ていた。まず

は乳児健診を受け無事健康に育っていることと、自分自身も健康に回復していることを確認した後、避妊相談となった。

ピルを飲んではいったが飲み方に失敗し妊娠したという彼女に、看護師は確

実で安全な注射による避妊を勧めた。それを受け入れ処置を受け、帰って行く彼女に笑顔が戻っていた。

彼女は今、十五歳、両親不在でいとこ家族と住んでいて、妊娠したの

で、パートナーと住み始めた。パートナーの彼は二十歳、今は同居しているが近々出稼ぎにアメリカに渡ることになっている。看護師は「彼らは将来に対する夢を持っていない。こころを許せる友達もいない。それらがあ

ったらこの結果は避けられたかもしれない。彼らを支える近親者が不在なら、彼らの気持ちを受けとめながら近親者に代わる支援者が地域や社会にいたら、また、いることを知っていたら彼らの将来は大きく変わっていたかもしれない」という。

実はこの問題は、先進国としての日本の若者たちを抱えている問題でもある。十代の人工妊娠中絶率が減少しているものの、中絶を繰り返す少女の増加、将来の人生に夢や希望を見いだせない若者の増加、コミュニケーション能力の未熟さから彼らと彼らを支える人たちとの関係づくりができていない等の問題と、それらに求められる解決策は全く合致する。国は異なる若者の抱える問題と解決策に国境はないことを改めて痛感させられた。

そして、この解決策の効果的な方法として、思春期保健セミナーで筆者が担当する講義と演習が推奨されている。まずは思春期の若者のエンパワメントを図り、効果的なヘルスプロモーションとしての健康教育手法である、思春期ピア教育(セリング・ピアエデュケーション)の展開が求められている。

我が国でも「健やか親子21」が開始された平成十四年から八年目を迎えて、二十一県において実施されており、さらに広がりを見せようとしている状況にある。

このような国内外の動向を鑑みて、思春期保健セミナーコースIでは、「思春期のヘルスプロモーションとエンパワメント」健やか親子・思春期保健対策I、コースIIでは、「思春期健康教育とピアカウンセリング

効果的な方法として、思春期保健セミナーで筆者が担当する講義と演習が推奨されている。まずは思春期の若者のエンパワメントを図り、効果的なヘルスプロモーションとしての健康教育手法である、思春期ピア教育(セリング・ピアエデュケーション)の展開が求められている。

未来をつくる思春期の若者たちに今求められる支援

思春期保健セミナー講師
自治医科大学地域医療学センター
公衆衛生学部門・看護学部客員教授

高村 寿子



安藤岳史 (あんどう たけお)
・たけおさん
・海外・企画・制作担当に所属する入職半年を過ぎた新人さんです。しかし、仕事ぶりは新人だと感じさせないくらいの働き

JFOA スタッフ紹介

ふりて、企業向け教材や本会オリジナル教材の作成など、精力的に活動しています。中々急行電鉄をこよなく愛し、携帯電話の着信音は緊急ホーンに鳴り響くドイツ製インバーターセットが大好きです。(文IIHS)

効果的な方法として、思春期保健セミナーで筆者が担当する講義と演習が推奨されている。まずは思春期の若者のエンパワメントを図り、効果的なヘルスプロモーションとしての健康教育手法である、思春期ピア教育(セリング・ピアエデュケーション)の展開が求められている。



高村講師

効果的な方法として、思春期保健セミナーで筆者が担当する講義と演習が推奨されている。まずは思春期の若者のエンパワメントを図り、効果的なヘルスプロモーションとしての健康教育手法である、思春期ピア教育(セリング・ピアエデュケーション)の展開が求められている。

「略歴」日本思春期学会理事、日本女性心身医学会理事、日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会代表、とちぎ思春期研究会会長等を務める。医学博士。

IPPF エグゼクティブ・ディレクターズ会議

～参加報告～



26か国の代表が参加した

去る七月二十一日(二)十三日、シンガポールに国際家族計画連盟(IPPF)の東・東南アジア、オセアニア地域のエグゼクティブ・ディレクターズ会議がおこなわれ、本会代表として参加した。

この会議は加盟国のエグゼクティブ・ディレクターズ会議として参加した。特に二〇一五年までの大きな目標である「ミレニウム開発目標」には女性の権利や妊婦の健康推進なども含まれており、本会の活動もこれに沿うものである。



ジャフパ情報

本会議とは別にユースの会議もおこなわれており、会議最終日はユースとの合同会議もおこなわれた。

今年、日本からユースの派遣はできなかったが、各国のユース達のリプロダクティブ・ヘルスに対する意識は非常に強く、各国間でうまく連携して活動をしており、学ぶべき点も数多くあるように思う。日本のユースプログラムにも国際連携が欠かせないと強く感じられた。

会議では各加盟国でおこなわれているプログラムの独自取り組みなどの報告があった。IPPF 東・東南アジア、オセアニア地域のエグゼクティブ・ディレクターズ会議におこなわれ、本会代表として参加した。

実感します。見かけたらぜひ温かく見守ってあげましょう。(懸樋)

2010年版「あなたと赤ちゃんの健康」締め切り迫る！
毎年ご好評の競輪公益資金による補助冊子「あなたと赤ちゃんの健康」二〇一〇年版の申し込みです。年に一度の申し込みです。

協賛商品

今年も暑い夏です。夏バテ気味ではありませんか。ちょうどいい連休があるので嬉しいですね。しっかりと休みをセッティングしましょう。

健康まつりのシーズです。注文が集中する

今年も暑い夏です。夏バテ気味ではありませんか。ちょうどいい連休があるので嬉しいですね。しっかりと休みをセッティングしましょう。

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。

リアルな音で刺激刺激、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！

ドクタージー Male 100g

ドクタージー Female 100g

発売元 JFOA 社団法人 日本家族計画協会
販売元 ジェクス株式会社

ジェクス株式会社 〒540-0012 大阪市中央区谷町2丁目3番12号 <http://www.jex-inc.co.jp/>