

JFPA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

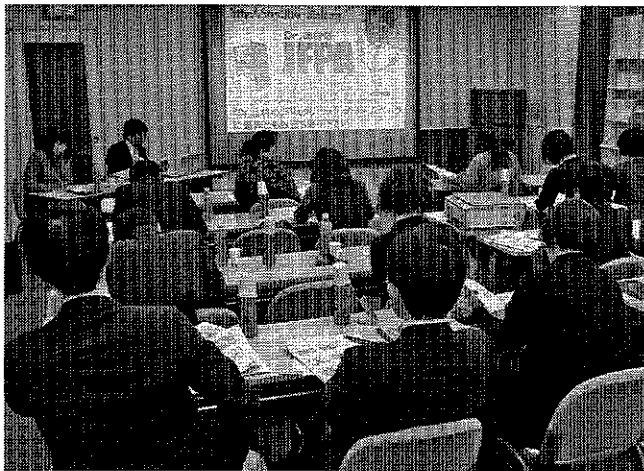
家族と健康

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

第5回 男女の生活と意識に関する調査

本会家族計画研究センター、速報をメディアに公表



質疑応答も活発に

表1 セックス(性交渉)をすることに、「関心がない+嫌悪している」割合の推移 (%)

Table with 4 columns: Age Group, 2008, 2010, and another set of 2008, 2010. Rows represent age groups from 16-19 to 45-49 for both men and women.

(北村邦夫：「男女の生活と意識に関する調査」2008、2010)

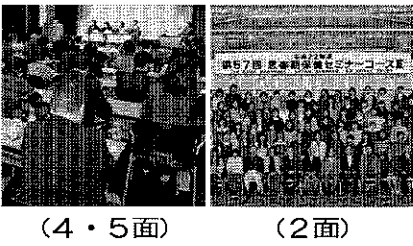
本会家族計画研究センター(北村邦夫所長)は1月12日、東京・市ヶ谷の保健会館新館にてメディアセミナーを開催し、「第5回男女の生活と意識に関する調査」(平成22年度厚生労働科学研究費補助金(成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業)分担研究者北村邦夫本会家族計画研究センター所長)の結果の速報を発表した。

メディアセミナーには性7.1%、男性2.2%が「ある」と答え、内35.6%は複数回経験した。今回の調査では、虐待の経験等について、18歳未満の頃まで、両親や同居していた方から虐待を受けたこと、また人工妊娠中絶の経験のある者の割合は女性教育程度、喫煙や飲酒の知度、性に対する意識、セックス(性交渉)をするかどうかに関心がない+嫌悪している者の割合もクロス集計により示された。

「嫌悪している」者の割合は、前回調査と比べて、男女ともにほとんどの年代で増加し、「草食化」が裏付けられた(表1)。

今月のページ

- 平成22年度ブロック別母子保健事業研修会 続報(2) 子宮頸がんの予防啓発のための 地域での取り組み 女性のQOL向上に果たす産婦人科医の役割 シリーズ「小児歯科」② 幼児の歯・口の成長と口腔ケア 「衛生行政報告例」修正値公表 避妊教育ネットワークリレートーク



トピック

緊急避妊薬 「ノルレボ錠0.75mg」 わが国でも承認

厚生労働省薬事分科会は昨年12月24日、緊急避妊薬「ノルレボ錠0.75mg」の承認を決定した。本剤は避妊の失敗や性犯罪被害による望まない妊娠を防ぐ緊急避妊薬として使用する。性交後72時間以内服用し、黄体ホルモンの働きで排卵を止めたり遅らせたりする。従来の「ヤッペ法」に比べ安全性、有効性が著しく改善され、わが国での承認が待たれていた。昨年11月26日の医薬品第一部会で科学的な見地からの審議は終了していたが、厚生省医薬食品局審査管理課は、望まない妊娠や人工妊娠中絶が減少し、リプロダクティブ・ヘルスの向いに寄与することが期待される。

初めての女性にも安心!ひとつ上のうるおいです。

Advertisement for Ryozele (リューゼリー) featuring a ribbon icon and text about its benefits for women's health.

Large advertisement for Ryozele (リューゼリー) products, including Ryozele Excellent and Ryozele Delicate, with images of the packaging and descriptive text.

七情報

本会主催「思春期保健セミナー」が今年度もコースⅢまで終了いたしました。

これにより、新たに148人の「思春期保健相談士」が誕生し(下の写真)、昨年までの数と合わせて、7948人になりました。

思春期保健相談士、148人誕生

これら思春期保健相談士の方は、一部セミナーを割引価格で受講できたこと、本会より年2回、情報提供資料として発行している「思春期保健相談士通信」の送付、コミュニケーションサイト「思春期・COM」への登録権利が与えられたりといった特典があります。

平成23年度も本セミナーを開催してまいりますので、思春期に携わる方は資格取得を目指し、更に開催されているセミナー

に活動の幅を拡げていただけたいです。

◆平成23年度開催セミナー

Ⅰ(思春期関連)開催日、会場等のお知らせ

【思春期保健セミナー】

▼コースⅠ・総論編

東京開催 7月29日(金) 銀座フェニックスプラザ / 定員200人

大阪開催(中継方式) 7月29日(金) 31日(土) 新梅田研修センター / 定員160人

※大阪開催は、当日東京にて開催されているセミナーをスクリーンに映し出す中継方式での同時開催となります。講師は会場には参りませんが、あらかじめご了承ください。

▼コースⅡ・各論編

横浜開催のみ 9月23日(土) 関内新井ホール / 定員200人

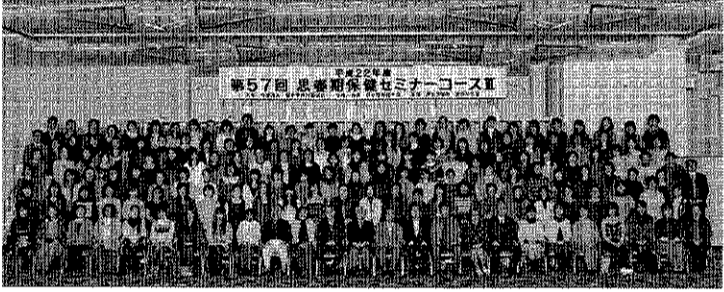
▼コースⅢ・実践編

千葉開催 平成24年1月7日(日) 成田ヒューホテル / 定員200人

【問合せ】研修課 03(3269)4785

【申込方法】(申込方法) 2658

【第9回思春期保健相談士学術研究大会】開催要項は研修課にて請求ください。



6月5日(東京・KFCビル) / テーマ「思春期のリスク予防教育」

【第15回ライフスキル教育セミナー】

12月18日(東京・マツタ八重洲通ビル) / テーマ「今年度の新知識を加えて充電しよう」

【問合せ】研修課 03(3269)4785

【申込方法】2658

【第9回思春期保健相談士学術研究大会】開催要項は研修課にて請求ください。

平成23年度「児童福祉週間」標語決定

厚生労働省は、子どもの日から1週間を「児童福祉週間」と定め、児童福祉の理念の普及・啓発を行っている。

平成23年度「児童福祉週間」の標語は、5613作品の中から次の作品が選ばれた。

「一緒に遊ぼうよ (大瀬美乃里さん 長崎県・11歳)」

ブロック別母子保健事業研修会 続報(2)

発達障害、家族への支援等を討議



シンポジウムの様子

平成22年度事業について、説明いただいた。

本研修は「発達障害が子どもとその家族への支援」をテーマに掲げ、基調講演では神戸大学大学院保健学研究科高田哲教授が「発達障害をもつ子どもとその家族への支援」とその家族への支援、家

前号に続き、昨年10月～11月に全国5か所で開催された「ブロック別母子保健事業研修会」の中から、九州地区(福岡市)と東海北陸近畿地区(福井県)の研修会の模様をご報告いただきます。

九州地区

福岡市こども未来局 ことも発達支援課

平成22年11月2日(火)、おいて、九州地区母子保健福岡市市民福祉プラザに 健康事業研修会を開催し、関係者を中心に160人余の参加があった。

はじめに、行政説明として厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課堀内宏秋課長補佐より、「最近の母子保健を取り巻く状況」として、平成22年度事業について、説明いただいた。

本研修は「発達障害が子どもとその家族への支援」をテーマに掲げ、基調講演では神戸大学大学院保健学研究科高田哲教授が「発達障害をもつ子どもとその家族への支援」とその家族への支援、家

族との信頼関係をどのよう築いていくか」と題して講演した。発達障害の概念について、乳幼児健診でのチェック事項、家族や地域のボランティアを含めたネットワーク作り等、現場に則した視点から具体的に説明をしていただき大変勉強になった。

午後からのシンポジウムでは、座長である福岡市立心身障がい福祉センター長花井敏男氏が、福岡市の発達障がい児の支援体制について説明した後、福岡市早良区保健福祉センター健康課助産師の藤原裕美子氏が「福岡市母子保健事業における発達障がい児への支援について」乳幼児健診や発達支援教室での取り組みを中心に」と題し、乳幼児健診でのフォローや発達支援教室卒業後の取

り組みについて報告した。

福岡市博多区保健福祉センター地域保健福祉課保健師西村忍氏は「発達障がい児とその家族への支援について」地区担当保健師として関わった事例から」と題し、母親が療育を拒否した事例についての経験や反省点を述べた。

鹿児島市保健所保健師佐藤保太郎氏も「発達障がい児とその家族への支援について」地区担当保健師として関わった事例から」と題し、母親が療育を拒否した事例についての経験や反省点を述べた。

発達障害の概念が明確になり、地域での支援の重要性を改めて認識できたとの参加者の声が多く聞かれた。

基調講演では、(株)日本小児保健協会常任理事の平岩幹男氏が、「乳幼児発達総合支援室をすすめることと保護者に希望・安心を提供することが求められている」と述べた。

最後に、福岡市保健センターの岡田早苗主査が、乳幼児健診や虐待の状況や気になる子への関わり方、今後の課題など、福岡市の母子保健事業について発表した。

研修後のアンケートでは、「子と保護者への支援を適切に行うことが重要だと感じた」、「母親の話しやすい雰囲気作りなどが発達障害支援でも虐待予防でも大切なことだと再認識した」などの意見があり、有意義な研修会となった。

平成22年11月5日(金)、福井県国際交流会館において、東海北陸近畿地区母子保健事業研修会を開催し、保健師、助産師、児童相談員等約100人が参加した。

はじめに、厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課岡久尚課長補佐から、「最近の母子保健を取り巻く状況」と題して、行政説明をいただいた。

まず、三重県あすなろ学園の中村みゆき副理事からは、保健・福祉・教育を一元化した市町の発達総合支援室をすすめることと保護者に希望・安心を提供することが求められている」と述べた。

最後に、福井市保健センターの岡田早苗主査が、乳幼児健診や虐待の状況や気になる子への関わり方、今後の課題など、福岡市の母子保健事業について発表した。

福井県健康福祉部健康増進課 健康長寿推進グループ

福井県健康福祉部健康増進課 福祉課の小林里代総括主任は、福祉・保健・教育の各部署が連携したプロジェクトチームにおける検討経過を説明し、発達障害の早期発見や早期支援、適切な支援の重要性を述べた。

福井県南振興局敦賀児童相談所の岸野徹課長は、市町から相談を受ける児童虐待事例を説明し、保健師には、隠れたDV(家庭内暴力)や抑うつ状態の発生を予測することや保護者に希望・安心を提供することが求められている」と述べた。

処方せん医薬品 注意一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

ハイエル薬品株式会社
大阪府大阪市東淀川区2-4-9 平野2-2007
http://www.bayer.co.jp/bj/

Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

TRQ-10-4301

第8回思春期保健相談士学術研究大会 一般学術演題報告より④

子宮頸がんの予防啓発のための地域での取り組み

～HPVワクチン接種とがん検診受診率50%を目指して～

（社）いはらき思春期保健協会 医師 和田 由香

1. はじめに

当協会では、地域で思春期保健活動を行っている。PTAや学校関係者からHPVワクチンに関する講演依頼があり、県内外での思春期講演会で子宮頸がんの研修を担当する機会が増えた。「思春期の疾病予防啓発事業」として、子宮頸がんに関する検診や予防意識の状況等を把握し、予防啓発に生かす工夫を開始したので報告する。

【保護者】▽子宮頸がんにかもめてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

2. 地域啓発活動の中

からみえてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

【保護者】▽子宮頸がんにかもめてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

3. 子宮頸がん検診につ

いて

【保護者】▽子宮頸がんにかもめてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

4. ワクチンについて

【保護者】▽子宮頸がんにかもめてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

【保護者】▽子宮頸がんにかもめてきた子宮頸がんに関する意識や意見など

5. 考察

【ワクチン接種】市町村によって市民の相談窓口が明確でない例も多く、保護者も教員も情報を得にくい状況であることがわかった（いつ接種するか、公費助成の要望など）。小6・中1が話題になるが、26歳ぐらいまでのキャッチアップ世代への情報提供が必要。

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

6. まとめ

疾病や治療はかりでなく、一次予防と二次予防の説明に重点をおきわかりやすく説明することが必要と考える。

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

話題の画

本書が執筆された直接的なきっかけは、「第三者配偶子を用いる生殖医療」につき日本生殖医学会倫理委員会が約2年間考える機会を持ったことだといふ。

生殖医療と家族のかたち

先進国スウェーデンの実践

石原 理 著 平凡社新書



本書が執筆された直接的なきっかけは、「第三者配偶子を用いる生殖医療」につき日本生殖医学会倫理委員会が約2年間考える機会を持ったことだといふ。

本書は、スウェーデンでは子どもを産みやすく、かつ育てやすい環境があるばかりでなく、わが国では到底考えも及ばない「家族のかたち」のあることをわが国における生殖医療に不自由を感じない環境にある。日本ではネーティブな印象が持た

わゆる同棲カップルの子ども達も、法律婚力ツプルの子どもと区別されない。福祉の充実からシングル女性が自ら子どもを育てること

社会的な表現がふさわしい。わが国でも第三者配偶子を用いる体外受精の実施に対し、国は法律や基準を早急に整備することを、私も強く望む。

また本書は、スウェーデンでは「人工授精子を用いる生殖医療に

より子どもが生まれた場合、親がその事実を子どもに話すが、個人的に話すが、個人のアイデンティティ形成において重要な要素は述べている。この親はその事実を子どもに話すが、個人的に話すが、個人のアイデンティティ形成において重要な要素は述べている。

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

【検診】検診は20歳からという情報を知らない若者が多いことから、中学・高校で伝えないと子どもに情報が届かないと考える。「ワクチン+検診」をセットで伝えたい

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

また、仮に当事者同士は同意により受け入

自分のリズムで生きる Living by your own rhythm. MS このサイトは、低用量経口避妊薬(OC)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。 OCケータイ情報 会員登録(無料)することでOCの服用時点を お知らせするメールが受信できます! http://oc-cycle.jp

低用量経口避妊薬(OC) MSD MSD株式会社 製造販売元【資料請求先】 〒102-8667 東京都千代田区九段北1-13-12 北の丸スクエア http://www.msd.co.jp/ 2010年10月作成 10-12MAV-10-JF05-J

産婦人科医の役割



全国各地から産婦人科医が参加

今後の女性医療のあり方について考える「Women's Health Forum」が昨年11月14日、東京の六本木アカデミービルズ49で開催された。全国から200人の産婦人科医が参加し、生涯を通じて女性の健康づくりにおける産婦人科医の役割や経口避妊薬(OC)、HPVワクチン等について討議された。講演2題の概要を紹介する。(敬称略・文責編集部)

「一生涯を通じた女性の健康を 実現するために」

ジュノ ウイミンズ・ウェルネス銀座産院 院長 対馬ルリ子

その人らしい「健康」とは、世界保健機構(WHO)の健康の概念は、単に病気がないことだけを指すのではない。私はこ

れを毎日の生活やその人との人間関係も含めた健康と考えている。健康の姿は様々ではなく、長い人生でダイナミックに揺れ動いていくので、その時々でその人らしい健康の姿があると考え

健康にはさまざまな側面があり、それを日々積み重ねていかなければ、その人らしい健康やかな姿は実現できない。バランスの良い食事や運動習慣、自分らしい体の保持、良好な人間関係やア

私どものクリニックの来院者に聞くと、来院目的は検診希望が一番多いが、その次に肩や首の凝り、腰痛、その後には月経不順、月経痛、月経前症候群などが続く。

年代別の来院者の訴えをみると、若い年代ではやはり月経痛、月経不順、無月経、にきび、月経前症候群、いらいら、うつ、情緒不安定が続く。20代になると、がん検診、おりのやかゆみ、性感染症、30代からは妊娠に対する不安感、40代になると更年期。年齢が上がるにつれ、排尿痛、頻尿などの訴えも出てくる。それぞれの年代にいろいろな悩みや不安がある。それらにどう対応していくか、それが現代女性の課題である。

現代女性は昔に比べて妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事

女性に男性とは異なった健康リスクを持つているので、きちんとヘルスチェックをしながら、これからの生活、将来の人生を考えていけたらよいと思う。

ライフスタイルの変化

現在、女性のがんは乳がんが大変増えているが、若い年代には子宮頸がんが増えている。高校生の約4割の女性が性交を経験するが、それによってHPV感染のリスクがある状態になっている。それに気がつかない、知識が不足している状態である。それを防ぐためには、知識を身につけておく必要がある。妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事



対馬ルリ子

始まった後も定期的な検診を受けることで、100%予防できると言われ、しかし、それを生活習慣の中に溶け込ませる必要がある。生活習慣の中に溶け込ませるためには、知識を身につけておく必要がある。妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事

現在、女性のがんは乳がんが大変増えているが、若い年代には子宮頸がんが増えている。高校生の約4割の女性が性交を経験するが、それによってHPV感染のリスクがある状態になっている。それに気がつかない、知識が不足している状態である。それを防ぐためには、知識を身につけておく必要がある。妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事

働く年代であり、妊娠・出産年齢である20代、30代の多くの女性は、月経トラブルや子宮頸がんの病気に苦しんでいる。しかし、その人たちはなかなか婦人科にアクセスできていない。妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事

現在、女性のがんは乳がんが大変増えているが、若い年代には子宮頸がんが増えている。高校生の約4割の女性が性交を経験するが、それによってHPV感染のリスクがある状態になっている。それに気がつかない、知識が不足している状態である。それを防ぐためには、知識を身につけておく必要がある。妊娠、出産の回数も減り、月経回数が増えている。寿命が伸びたので更年期以降の健康トラブルも見逃せない大きな問題になっている。

女性外来という、何となく更年期外来、それから中高年の健康管理と考える人もいるかもしれないが、実は本当に大事

調やメンタルの安定など、さまざまな目的に使われている。純粋に避妊目的だけという人は11%とかなり低い割合だ。これは、とにかくどうしようもない、訴えが来て来院した人にも、例えばがん検診だけの人や肩凝りの訴えの人にも、OCの話をするようにしているからだ。

OCを飲むと、それぞ

自分への価値観が低いとOCは飲めない。我慢やあきらめが美德の風潮ではOCは必要ない。自分自身に自信を持っていくのが、快活になるツルが大事だと思ふ。

私は検診・OC・ワクチンにお金を払える女性が必要で、40代になると更年期対策、そして、女性ホルモンが低下してきて生活習慣病が増えてくるので、このころから健康管理を上手にやらなければならぬ。

30代からは乳がん検診が必要で、40代になると更年期対策、そして、女性ホルモンが低下してきて生活習慣病が増えてくるので、このころから健康管理を上手にやらなければならぬ。

現在私どものクリニックでは、OCを月経痛、月経前症候群に使っている人が多く、ほかに月経不順、にきびや多毛症、更年期様の症状、体

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!

セルフレアを指導しましょう!

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。

セルフレアの定番グッズ! トゴちゃんベルト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

プチプレスト <http://www.petitbreast.com>

母子整体研究会 <http://www.boshi.jp>

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)

いびつな胎囊と動かない胎児(妊娠9週)

肌にゴム跡がつくようなタイト、マタニティーシューズ、ガードルなどは有害無益!

適度な強さで締められます【体採用ゴムチューブ】

女性のQOL向上に果たす

〈講演2〉

「OCからOGへ」日本の女性のQOLを高めるために」

日本家族計画協会クリニック所長 北村 邦夫

産婦人科医の役割

OC（経口避妊薬）からOG（オフィス・ガイネコロジー）へ。これはOC処方をつきつかけに、婦人科医療全般にかかわる、生涯を通じた女性の健康を支援しようということだ。

今、日本産科婦人科学会などで、このオフィス・ガイネコロジーを産婦人科医が担う必要があると強調している。

日本で女性が占める人口は6448万人、生殖可能年齢の15〜49歳だけでも2653万人、思春期女性が822万人。これらの女性の陰にはパートナーがいる。すなわち

私たち産婦人科医は、日

本の1億2700万人いや、世界のすべての人た

OCに副作用期待

われわれ産婦人科医が取り組むべき女性のライフステージにおける健康課題に、OCが重要な役割を果たすことは言うまでもない。

2006年1月の「低用量経口避妊薬の使用に

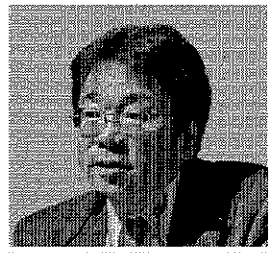
関するガイドライン」の改定にかかわった。改定後のガイドラインには

「医学的禁忌がない限り、生殖可能年齢のいかなる時期でもOCを使用してもよい」と明記され

9年度の服用者を対象とした意識調査を分析すると、OCを服用した人の満足度は極めて高い。96・7%の女性がOCの服用によって「満足している」と「まあ満足している」と答えている。

服用前には副作用に対する不安、本当に毎日飲むのかという思い、血栓症に対する危険などがあつた人たちが、服用をきつかけに満足度を高め、さらにはほかの人にもOCの魅力を伝えたいとまで言う。

OC服用のきつかけも、以前は「確実な避妊をしたかった」「女性主導で避妊をしたかった」「避妊法が簡単だから」が主流だったが、現在は「月経周期を安定させた



かかったから」「月経痛を軽減したかったから」「にぎび・肌荒れを治したかったから」などといった副作用への期待が大きくなるとうとしてい

その結果、OCは明らかな普及を示している。2008年のデータでは、既に使っている人は82万3千人。「現在使っていないが、ぜひ使いたい」人を加えると345万5千人。「将来は使いたい」人が、今は使えない人までを加えると527万5千人と推計される。

思春期でのOC服用 思春期でかわりを持った女性が「妊娠した」と言っているクリニックへやってくる。私も半分は施設を持たないため他院へ紹介することになるが、思春期でのOCの服用をきつかけに、こうして婦人科受診に対する抵抗がなくなっていく。OCからOGへ、あるいは人近くながワクチンを接種する6か月の間に、婦人科受診への抵抗がなくなっていくよつだ。日本産科婦人科学会などの推奨によれば、接種年齢は11〜14歳、キャッチアップは15〜45歳となっている。

HPVワクチン さらにこれからの可能性を秘めたHPVワクチンのかかわり。これが恐らく女性医療、あるいはオフィス・ガイネコロジーを大きく変えていくだろう。

私どもは幸いにもワクチンの開発にもかかわり、本会クリニックでも昨年12月22日以降、既に70人近くがワクチンを接種した。ワクチンを接種する6か月の間に、婦人科受診への抵抗がなくなっていくよつだ。日本産科婦人科学会などの推奨によれば、接種年齢は11〜14歳、キャッチアップは15〜45歳となっている。

私ども「緊急避妊法の適正使用に関する指針」の作成にかかわったが、これも日本産科婦人科学会から間もなく公表されるだろう。今後は緊急避妊を必要とした事例があつた場合緊急避妊で終わらせず、必ずOCなどのより確実な避妊法へスイッチすべく推奨していく。

OC、それからOGへの挑戦が、日本の産婦人科医療にさらなる夢と希望をもたらすだろう。

パネルディスカッションでも熱心に討議

Women's Health Forum プログラム

開会の辞

吉村 泰典 慶應義塾大学医学部産婦人科学教授

講演1 「一生を通じて女性の健康を実現するために」

座長 武谷 雄二 東京大学医学部産科婦人科学教室教授

演者 対馬ルリ子 ジュノ ウィミンズ・ウェルネス銀座産院院長

講演2 「OCからOGへ〜日本の女性のQOLを高めるために〜」

座長 吉村 泰典 慶應義塾大学医学部産婦人科学教授

演者 北村 邦夫 日本家族計画協会クリニック所長

パネルディスカッション

司会 北村 邦夫 日本家族計画協会クリニック所長

パネリスト

蓮尾 豊 弘前女性クリニック院長

家坂 清子 いえさか産婦人科医院副院長

対馬ルリ子 ジュノ ウィミンズ・ウェルネス銀座産院院長

川名 敬 東京大学医学部産科婦人科学教室助教

閉会の辞

武谷 雄二 東京大学医学部産科婦人科学教室教授

(敬称略)

【開会挨拶より】

慶應義塾大学医学部 産婦人科学教授 吉村 泰典



産婦人科学は、次世代に向けた未来志向型の医療であり、同時に女性の生涯にわたってその健康に奉仕する総合支援型医療としての側面を持つ。

このといった観点から、日本産科婦人科学会では、女性のヘルスケア委員会を設けた。「婦人科外来編」のガイドラインを出す予定だ。女性のヘルスケアをトータルで診ていく科に変身すべく努力をしている。

【閉会挨拶より】

東京大学医学部 産科婦人科学教室教授 武谷 雄二



女性が病気を免れ、あらゆる面で健やかな生活を送るにはどうしたらよいかを基本テーマに講演や討議がなされたが、大変充実したフォーラムになった。

われわれはかねてから、オフィス・ガイネコロジーというものの重要性を主張してきたが、OCやHPVワクチンが登

「閉会挨拶より」 産婦人科学は、次世代に向けた未来志向型の医療であり、同時に女性の生涯にわたってその健康に奉仕する総合支援型医療としての側面を持つ。

このといった観点から、日本産科婦人科学会では、女性のヘルスケア委員会を設けた。「婦人科外来編」のガイドラインを出す予定だ。女性のヘルスケアをトータルで診ていく科に変身すべく努力をしている。

われわれはかねてから、オフィス・ガイネコロジーというものの重要性を主張してきたが、OCやHPVワクチンが登

場したことに、その基礎が固まり、非常に強化されたのではないかと思う。

医療の進歩で非常に専門分化は進んだが、それと相まって地道なプライマリ・ケアが整備されないと、完全な医療にはならない。演者のメッセージは、大変意義深いものがあった。

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

新作 4カ国語に「中国語」「韓国語」が追加され、6カ国語 となりました!!

6カ国語版母子健康手帳

市区町村窓口にぜひ常備して欲しい1冊です!!

■仕様: A4判・60頁 表紙カラー/本文2色刷

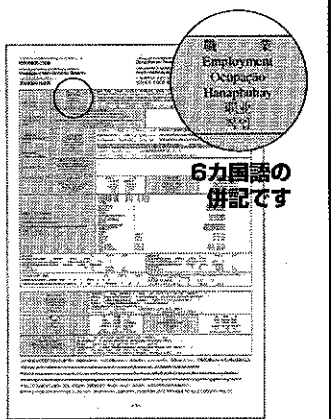
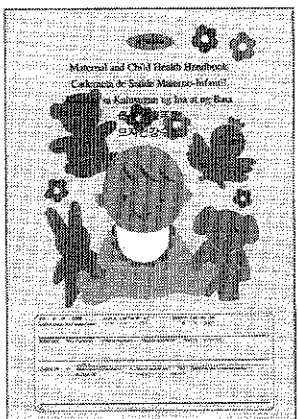
■定価: 1,800円+税

記載言語

- 日本語
- 英語
- ポルトガル語
- タガログ語
- 中国語 **NEW**
- 韓国語 **NEW**

ポイント

- 全国の市町村からのご要望にこたえて6カ国にリニューアルしました
- 6カ国語になり、これ1冊で対応できるようになったので急な外国人来訪者にも安心
- 1冊にまとまっているので各言語で用意する必要がなく、無駄が省ける



シリーズ「小児歯科」②

幼児の歯・口の成長と口腔ケア

昭和大学歯学部小児成育歯科学教室 井上美津子

表1 1～2歳代では処理しにくい食べ物

- ・生野菜 (きゅうり、レタスなど)
- ・繊維のある肉・野菜
- ・弾力性の強い食品 (かまぼこ、いか、たこなど)
- ・まとまりにくいもの (ブロッコリー、ひき肉 など)
- ・皮が口に残るもの (豆、トマトなど)

「小児科と小児歯科の保健検討委員会」

1. 幼児の歯・口の成長と口の機能発達

◎幼児期前半
歯を使った咀嚼を覚え、歯を使った咀嚼が始まる。3回の食事では必要な栄養が摂れるようになり、歯を使った咀嚼で食べられる食品の幅も広がる。離乳もそろそろ完了を迎える。

最近の「授乳・離乳の

支援ガイド」では、離乳の完了が12～18か月とされているが、これは第一乳臼歯が生える時期にも個人差があり、また生えてから上下が噛み合うまでに時間がかかるため、幅が広がったものである。また、第一乳臼歯は歯の後ろに第二乳臼歯が生えて噛み合ってくる3歳頃まで続く。

また、食べ物が手で持てる硬さになったら、手づかみ食を積極的にやらせるとよい。手と口の協調的な動きを育てるとともに、自分で食べようとする意欲を育てたり、手に持った食べ物を噛みかき、一口サイズを覚えていく。これは、口の機能発達と食形態がマッチし

動が発達する。食事時のテーブルや椅子の高さを調節し、食具や食器の操作がしやすく食べやすい姿勢をとらせることが、自食行動を促す。子どもは食べる意欲を育てる対応が重要な時期なので、自分で食べやすい食器や握りやすいスプーンを揃えることも大切である。

3回の食事を中心に生活リズムをつくっていくとき、家族と一緒に食べることで食欲や食べ方を育てることが望まれる。

◎幼児期後半
3歳頃には乳歯が20本生え揃い、奥歯を使った咀嚼にも慣れてくる。2歳半頃には生えてくる第二乳臼歯は、噛む面が大きくすりつぶしが可能な歯であるため、第二乳臼歯が上下噛み合うようになると咀嚼力も咀嚼効率も高まる。この時点で、やっと周囲の人たちと同じような食事がとれるようになる。

また、様々な食べ物を体験していくことで、その食品の形態や大きさ、硬さに応じた処理方法を覚え、噛む力や噛む回数などを調節することも覚えていく。

咀嚼のリズムが徐々に獲得されてくる。楽しい雰囲気の中で食べる意欲を育てながら、新しい食べ物にチャレンジして食体験を増やしていくことが、食べる機能や行動を育てるうえで重要である。

① 日本家族計画連盟の結成

◆国際家族計画会議

昭和29年(1954)4月18日、日本家族計画連盟の結成大会が東京・虎の門の共済会館で行われた。連盟発足には、2年前の昭和27年(1952)インドのムンバイで開催された第3回国際家族計画会議で結成された「国際家族計画連盟」(IPPF)の存在が大きなきっかけをつとめたといわれている。

この大会には、日本からも馬島簡、加藤ツエ、古屋芳雄、太田典礼等が別々の立場で

出席したが、日本に統一の組織がないのは、国際連絡のうえからも都合が悪いとして、統一してどうかとの助言があったといわれている。同時に、日本の家族計画運動を盛り上げるためにも、第5回国際家族計画会議を東京で開催してはどうかとの打診も行われた。

『日本の家族計画史』(久保秀史著)によると、翌昭和28年(1953)5月、戦後いくつかの団体の協力をしてきたアメリカアイボリー石嶽の

ガンブル博士が来日し、帝国ホテルに古屋芳雄、馬島簡、加藤ツエ、天野景康、館三原信一、寺尾琢磨、北岡寿逸を招いて、諸団体が大同団結して全国的な組織をつくりIPPFに加盟し、日本の家族計画運動を盛り込むために、第5回国際家族計画会議を東京で開催するよう助言。これが日本家族計画連盟の成立につながったとい

家族計画連盟の歩み

本会理事長 近 泰男

ムンバイに行く途中に、サンガーが毎日新聞社の招きで来日し、約10日間の滞在中に加藤ツエをはじめ関係者と座談会、講演会が行われていたが、このことも連盟発足の動き

につなぐと私は考慮している(サンガーはIPPFの初代会長に就任)。

連盟の発会式にはアメリカのサンガーがIPPF会長として4月9日羽田に到着し、13

議で決まっていた、連盟の設立趣旨、目的、事業、規約、役員候補等が審議され、特に翌年(昭和30年)10月、第5回国際家族計画会議を東京で開催することが決議された。

発会当時の役員構成は、顧問 永井亨、前田多門、加納久朗、浜口雄彦、谷口彌三郎、塩田広重、会長 下條康慶、副会長 馬島簡、古屋芳雄、加藤ツエ、常務理事 北岡寿逸、館三、天野景康、理事 安藤一、岡崎文規、小泉はつ世、戸田正三、福田邦三、福田富子、水島治

2. 幼児の口腔ケア

乳歯の前歯が揃い、奥歯が生えてくる1～2歳代は、食べ物の幅も広がります。歯の汚れが残りやすくなる。食後の歯みがきを習慣づけ、みがき粉を育てることも重要である。子ども自身の能力を育てながら、親子のコミュニケーションを兼ねて仕上げみがきをする必要もある。

入園により集団生活の経験をする子どもが増える時期なので、園で友達や先生と一緒に食べながら食べ方を真似たり、食事のマナーを覚えたり、食体験が広がってくる。この時期には手と口の協調動作も発達して、手指が必要である(図1)。

3歳を過ぎて乳歯が生え揃うと、歯の汚れが残りにやすくなる。食後の歯みがきを習慣づけ、みがき粉を育てることも重要である。子ども自身の能力を育てながら、親子のコミュニケーションを兼ねて仕上げみがきをする必要もある。

奥歯の噛む面や、歯と歯の間、歯ぐきとの境目に汚れが残りにやすいため、歯の間をのぞきながらみがき、歯ぐきまわりのみがきも重要である。子どもも教えるのがき方が大事なポイントになる。歯と歯の間のそうじには、フロス(糸ようじ)を使うと効果的である。

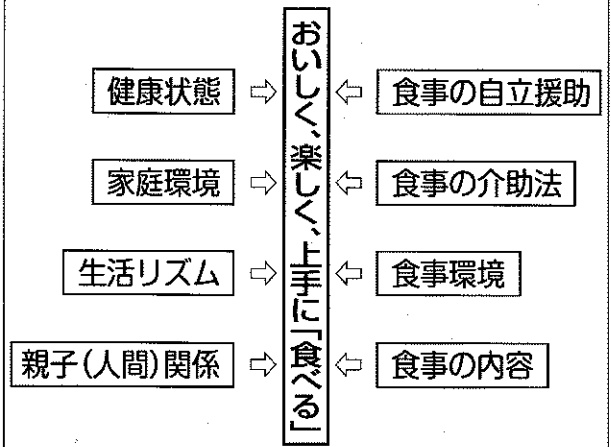


図1 「食べる」を育てる条件

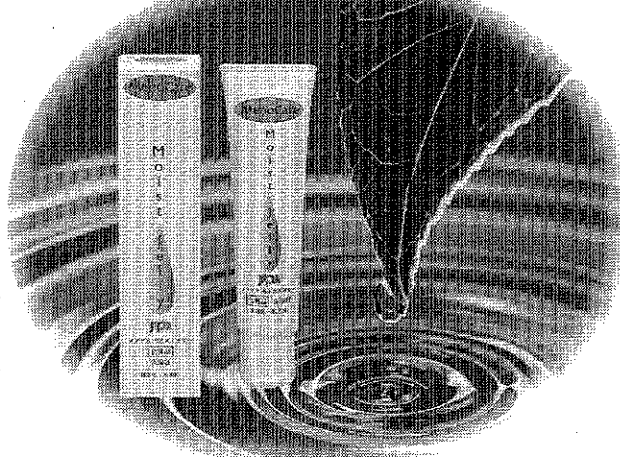
一人で悩んでいませんか。

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!

JFPA 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
JFPA 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)

厚労省「衛生行政報告例」修正値公表

厚生労働省は昨年10月20日に公表した「平成21年度衛生行政報告例」(本紙680号一面に掲載)の修正値を公表した。母体保護関係については以下の傍線部が修正値。

平成21年度の人工妊娠中絶件数は22万3405件で、前年度に比べ1万8921件(7.8%)が最も多く、次いで「18歳」が5587件となっており、「20歳未満」が12.7%となっている。人工妊娠中絶実施率(15歳未満の女子人口千対)は8.2となっており、「19歳」が9.4、「18歳」が9.4となっている。詳細は厚労省HPを参照されたい。

「20歳未満」が12.7%、「19歳」が9.4、「18歳」が9.4となっている。人工妊娠中絶実施率(15歳未満の女子人口千対)は8.2となっており、「19歳」が9.4、「18歳」が9.4となっている。詳細は厚労省HPを参照されたい。

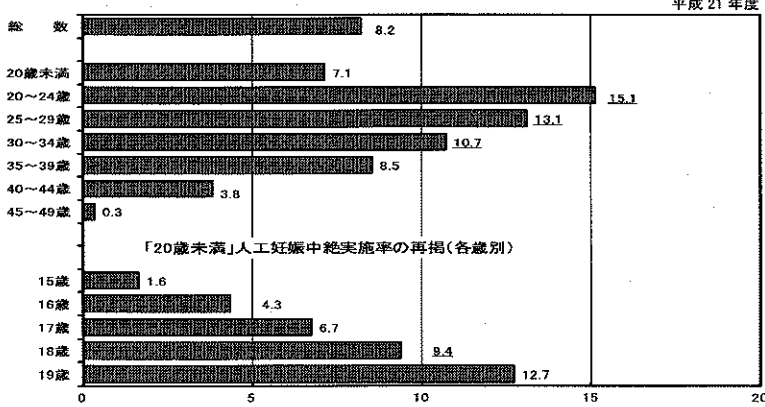
http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/36-19d.html

人工妊娠中絶件数及び実施率の年次推移

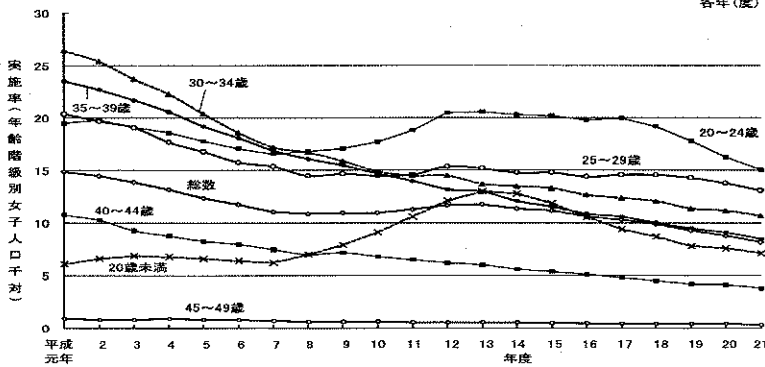
	各年度					対前年度	
	平成17年度 (2005)	18年度 ('06)	19年度 ('07)	20年度 ('08)	21年度 ('09)	増減数	増減率 (%)
総数	289 127	276 352	256 672	242 326	223 405	△ 18 921	△ 7.8
20歳未満	30 119	27 367	23 985	22 837	21 192	△ 1 645	△ 7.2
15歳未満	308	340	345	347	390	43	12.4
15歳	1 056	995	974	976	930	△ 46	△ 4.7
16歳	3 277	3 071	2 811	2 771	2 504	△ 267	△ 9.6
17歳	5 607	4 911	4 392	4 247	3 957	△ 290	△ 6.8
18歳	8 236	7 191	6 245	6 071	5 587	△ 484	△ 8.0
19歳	11 635	10 859	9 218	8 425	7 824	△ 601	△ 7.1
20～24歳	72 217	68 563	62 523	56 419	50 627	△ 5 792	△ 10.3
25～29歳	59 911	57 698	54 653	51 726	47 952	△ 3 774	△ 7.3
30～34歳	59 748	57 516	52 718	49 473	45 152	△ 4 321	△ 8.7
35～39歳	46 038	45 856	44 161	43 392	40 917	△ 2 475	△ 5.7
40～44歳	19 319	17 725	17 145	17 066	16 247	△ 819	△ 4.8
45～49歳	1 663	1 572	1 447	1 379	1 274	△ 105	△ 7.6
50歳以上	28	26	24	22	27	5	22.7
不詳	84	29	16	12	17	5	41.7

	実施率 (年齢階級別女子人口千対)				
	平成17年度 (2005)	18年度 ('06)	19年度 ('07)	20年度 ('08)	21年度 ('09)
総数	10.3	9.9	9.3	8.8	8.2
20歳未満	9.4	8.7	7.8	7.6	7.1
15歳未満	1.7	1.7	1.6	1.7	1.6
15歳	5.3	5.1	4.8	4.7	4.3
16歳	8.8	7.9	7.3	7.2	6.7
17歳	12.4	11.2	10.0	10.0	9.4
18歳	17.2	16.3	14.2	13.3	12.7
19歳	20.0	19.2	17.8	16.3	15.1
20～24歳	14.6	14.6	14.3	13.8	13.1
25～29歳	12.4	12.1	11.4	11.2	10.7
30～34歳	10.6	10.0	9.5	9.1	8.5
35～39歳	4.8	4.5	4.2	4.1	3.8
40～44歳	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3

年齢階級別にみた人工妊娠中絶実施率(年齢階級別女子人口千対)



年齢階級別にみた人工妊娠中絶実施率(年齢階級別女子人口千対)年次推移



相談員には各自生活の基盤となる仕事があり、休暇や医療機関勤務の合間を調整してシフトを組んでいます。電話相談や外来での対応は、「誰が担当しても同じ回答」というのが基本ですが、仲間同士でそれぞれ違う分野からの情報交換は、相談を受けるうえで知識を広げる良い機会になり



私が地域の保健師として半年が経ちました。虐待対応や養育困難家庭の支援を行う部署に配属され、このような職場に入らなければ知りえなかった現状が幾つもありました。その一端を地域の仕事の中で感じたことと共有したいと思えます。児童福祉法では、出産後の子どもの養育について出産前から支援を必要とする妊婦を特定妊婦と定めています。この特定



妊婦は10代の若年者と思われがちですが、最近では精神疾患を抱えた20～40代の妊婦も多く見られます。健康な20代の社会人との相談が寄せられることもあります。オープンハウスの電話相談では、比較的早い時期、例えば避妊の失敗による緊急避妊の相談や、月経の遅れによる妊娠不安の相談が多い中、現場での妊娠・出産・育児に対する意識の差を感じずにはいられません。

その背景には、妊娠した女性自身が複雑な家庭環境に育ち、新しい自分の家庭を築きたいという思いを感じさせられることがあります。しかし、実際に愛情をもって育てることは難しく、結果的に乳児院に預けざるを得なくなっています。さらには子どもが大きくなるとから母や親族などが引き取り、家庭復帰する例もありませんが、復帰後に抱える問題も出てきます。

現状を目的に「性教育」が敬遠されて

予定外の妊娠で出産をした10代のお母さんが、支援を受けながら育児に挑戦していく姿を見て、エールを送るだけでなく、今私たちにできることを行動に移さなくてはならないと思えます。(思春期・FPホットライン相談員 A・O)

本紙に地域での独自の取り組みなどを発表してみませんか。詳しくは編集部までお尋ねください。[テーマ] リプロダクティブ・ヘルズ/ライツ、家族計画、母子保健、思春期保健、中高年女性保健

本会はホワイトリボン運動を支援します。開発途上国の妊産婦の命と健康を守る運動です。公式サイト <http://white-ribbon.org>

ジェクスのすぐれたゼリー技術が、安全と快適をお約束。

「先端ゼリーイン」
めんどくさい空気抜きが不要で、表裏もはつきりわかります。

「ジェルトップ」
ティーン期の生の声をカタチにしたおしゃれでかわいいコンドーム。

GLAMOROUS BUTTERFLY
グラマラス バタフライ ホット1000

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/>

長池博子先生の逝去を悼む

永年にわたり、本会の理事としてご尽力をいただいた長池博子先生が、病氣療養中のご自宅で、1月15日亡くなりました。享年89歳。先生は東京女子医大卒業後、仙台市に長池産婦人科を開業、1973年に長池優生保護相談所(後に法改正により長池女性健康相談所に名称変更)の認可を取り、保健相談専門の専任保健師を置き、仙台市でも特異なクリニックとして評判になった。先生自身も時代の流れに沿いながら、新しい知識を吸収するため、各種学会や研究会、研修会に積極的に出席することも、海外の先進事例の視察ツアーに積極的に参加するなど、時に同行した私など、その熱意には大きな刺激を受けたものであった。

このような先生の社会的な活動に対しては数多くの賞が贈られています。リプロダクティブ・ヘルズ関係者を挙げて吉岡弥生賞(1988)、文部大臣表彰(1993)、第2回松本賞(1998)、男女共同参画功労者内閣官房長官賞(1999)、第9回若月賞(2000)等々。

在りし日の先生を偲び、心からご冥福をお祈り申し上げます。

会長 近泰男

健康で正しいG(自慰)をサポートする専用ジェル。

リアルな音で感覚刺激、自然な感覚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JーMale 100g 男性用
ドクターJーFemale 100g 女性用

販売元 JFOA 社団法人 日本家族計画協会
製造元 ジェクス株式会社

避妊教育ネットワーク

リレートーク ⑪



種部 恭子

やらなければならないことが、まだあまりに多すぎます!

女性クリニック We! TOYAMA (富山市) 種部 恭子



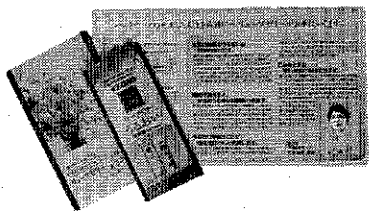
第41回中日教育賞を受賞(2009年)

思春期女性を診る 産婦人科医を目指す 高校生に意を決して受診した産婦人科の医師は、とても威圧的で配慮がなかった。「こんなオヤジが産婦人科医であることが許せない。自分産婦人科医になってやがて30年余り前だ。当時の産婦人科は性教育やヘルスクエアとは無縁。腫瘍が専門の産婦人科教室で学んだが、思春期の女性を診らねばならないという希望をかなえるため、当時の教授が堀口雅子先生に教えを請うようにつないでくれた。堀口先生からヘルスケアを学ぶ情報源の一つとしてこの「家族と健康」の購読を勧められ、それから20年、この紙面に自分原稿を書かせていただくことを光栄に思う。育ててくださったリポタクティブ・ヘルス関係の先輩方に感謝したい。

の子どもたちを支えれば、手ごたえも十分。講演を聞いている中には中絶経験者や性感染症既往を持つ女性がいて、あんなことをいつか意識し、決してペナルティにするこの心ないよう心がけてきた。すべての女性に確実な避妊と性感染症予防の知識と、その手段へのアクセスが提供されるまでは、中絶は社会としての責任だと思つた。卵管閉塞に対して体外受精を提供してきたのも、クラミジア感染をペナルティにしないためだ。それから17年、いつしか自分も思春期の子を持つ母の目線になり、向き合つた子どもたちの様子も随分変わった。年間60回ほど中学・高校へ性教育の講演に出向いているが、1時間の講演で伝えられることはごくわずか。性交後に引き受ける問題を予測させ、望ましい妊娠や性感染症を防ぐための知識を与えることに限らざるを得ない。どう捉えようとするかはあくまで本人の生きる力にかかっているが、この部分は講演や学校の授業などで育むことができる。

先月、「第5回男女の後の性生活と情報提供の実際」という研究報告を掲載しました。この報告によれば、産後の性交痛に悩まされたため、出産した夫婦にアンケートを取り分析したところ、潤滑ゼリーは産後の性交痛に有効であり、情報提供は入院中に夫にも一緒に聞いて欲しいとのことでした。産後のセックスレスについては、市町村の母子保健の現場でも話題のようです。両親学級などで配布する潤滑ゼリーのサンプル希望が少なくありません。なかなか人に相談しにくい問題のため、ぜひ指導者から情報発信をしていただきたいと思っています。本会では、リユーブゼリー(潤滑ゼリー)のサンプルを用意しております。病産院、市町村を問わず、ご要望がございましたら、お気軽にお申し付けください。(鈴木たけ)

産後の性生活 リユーブゼリーをご活用ください



サンプル希望は本会へ



ジャフパ情報

一人でも多くの若者に何かを残せる性教育を 性教育は、叩かれることばあつても評価されることではない。評価できる指標もないまま突っ走り、無力感のあまりあきらめかけていたところから、最近エンパワーされることが二つあった。一

3月の母子保健指導員研修会

3月の母子保健指導員研修会 3月8日(日) 10時~12時 研修 会場 保健会館別館1階市ヶ谷センター2階会議室(東京都新宿区市ヶ谷土原町1-1) 総会 13時~16時

◎外に出るのが億劫になる寒さが続いており、今月末には本会のビルが面した外堀通りもコースになっている「東京マラソン2011」が開催されます。参加申請度に向け、多忙のこと

存じますが、年度末にかけてご注文が集中してまいります。年度内の確実な納品のために、早めにご注文くださるようお願い申し上げます。また本会のFAX注文書のご請求先一欄では、請求書、納品書への宛名をお

番号の記入が必要となりまして(新仕様に順次変更となります)。つきましては、お手数ではございますが、FAXでご注文等の際は、注文書に郵便番号のご記入もお忘れなくお願いいたします。(加藤)

折しも前号の本紙に、児玉寿美子氏による「産後」の性生活と情報提供の実際」という研究報告を掲載しました。この報告によれば、産後の性交痛に悩まされたため、出産した夫婦にアンケートを取り分析したところ、潤滑ゼリーは産後の性交痛に有効であり、情報提供は入院中に夫にも一緒に聞いて欲しいとのことでした。産後のセックスレスについては、市町村の母子保健の現場でも話題のようです。両親学級などで配布する潤滑ゼリーのサンプル希望が少なくありません。なかなか人に相談しにくい問題のため、ぜひ指導者から情報発信をしていただきたいと思っています。本会では、リユーブゼリー(潤滑ゼリー)のサンプルを用意しております。病産院、市町村を問わず、ご要望がございましたら、お気軽にお申し付けください。(鈴木たけ)

OC 女性のカラダとココロ、ライフデザインをサポート OC情報センターは、OC(低用量ピル)を日本で販売する製薬会社5社によって運営されているOCに関する広報機関です。OCに関する正しい知識の普及を目指すことを目的とし、医療従事者及びマスメディア向けの資料・教材の制作、提供などを行っています。参加製薬会社(五十音順) あすか製薬株式会社 MSD株式会社 北研製薬株式会社 ハイロル薬品株式会社 持田製薬株式会社 [http://www.pill-ocic.net] OC情報センター(事務局) | 〒104-0031 東京都中央区京橋2丁目18番2号 明海京橋ビル2階