

家族と健康

健康教育情報紙

一般社団法人 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：公益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)2658 <http://www.jfpa.or.jp>
 発行人：北村 邦夫 編集人：櫻田 宏志 henshu@jfpa.or.jp
 毎月1回1日発行 年購読料¥3000+税 1部¥300+税+共

- JFOAは
6A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 STI及びHIV/エイズの予防
 - ⑥ Ageing 高齢社会への対応

リプロ・ヘルスのさらなる向上を目指して

平成27年度 本会事業計画書案・収支予算書案承認

本会の平成26年度第2回定例理事会が3月18日、本会多目的ホールで開催され、平成27年度本会事業計画書案ならびに収支予算書案が承認された。以下に、本会の事業計画から主な内容を掲載する。

【平成27年度事業計画】

▽70周年への一歩

▽1954年に創立した

本会にとって、昨年は60周年という大きな節目の年であった。本年は次の70周年に向けての1年目であり、役員一同気持ちよく、歴史認識をめぐり近

ちを新たにさらなる発展を目指して努力して参りたい。

▽少子高齢化の進行

わが国にとっても、今年には戦後70年を迎える年である。国内の情勢は決して楽観できる状況にはな

▽人工妊娠中絶について

本会創立以来の悲願であった人工妊娠中絶届出件数の減少は平成25年度には19万件を下回り18万6253件となったが、5歳階級別で見ると、産み終え世代と思われる40歳以上の実施件数が唯



保健会館新館（東京都新宿区）

一前年を上回っていた。中絶件数・実施率が減少したとはいえ、本会が公益目的支出計画事業の環境として実施している

「第7回男女の生活と意識に関する調査」によれば、16〜49歳の日本人女性の13.2%が中絶の経験があり、そのうち25.9%が中絶を繰り返していることが明らかとなった。

▽望まない妊娠の防止

児童虐待防止はわが国喫緊の課題の一つである

第19回松本賞

久保田俊郎氏に

第19回松本賞選考委員会が3月19日に開催された。11人の候補の中から、寄せられた功績調書を基に厳正な選考を行った結果、東京医科大学大学大

が、2014年9月に社会保障審議会が発表した「子ども虐待による死亡事例等の検証結果について（第1次から10次までの累計）」によれば、0日・0か月児の死亡事例の71.3%が望まない妊娠・出産が原因であること

を明らかにしている。児童虐待防止という観点からも、「生まれてくるすべての子どもは、周囲の皆から待ち望まれ、祝福されて生まれてこなければならぬ」を理念に各種事業を展開している

▽行政施策提言に向けて

「第7回男女の生活と意識に関する調査」結果は、国内外のメディアでの取り上げもあって注目度が高い。わが国の少子化の進行が行動の停滞と無関係ではないことを明らかにしており、調査結果をさらに詳細に分析することによって、行政施策への具体的な提言に努めたい。

（2面に続く）

編集局

▼国際オリンピック委員会（IOC）は、1988年以降のオリンピック大会における禁煙方針を採択し、会場の禁煙化だけでなくたばこ産業のスポンサーシップを拒否した。さらにIOCは、2010年7月、世界保健機関（WHO）と「全ての人々に運動とスポーツを奨励し、たばこのないオリンピックを実現し、子どもの肥満を予防するために健康的なライフスタイルを奨励する」という目標を掲げ、たばこのないオリンピックを目指す協定を結んだ。先日「五輪へ遠い受動喫煙防止条例」が罰則は困難、「分煙化で妥協も」など、20年の東京オリンピックに関する記事が新聞で取り上げられていた。日本では、03年の健康増進法で「公共の場における受動喫煙の防止義務」が明示されたが、これには法的な罰則規定がない。しかし、健康増進法施行後、受動喫煙防止への意識は高ま

り、さらに、禁煙希望者も増えてきた。東京オリンピック開催は「法的な罰則規定」のある法へ前進する好機である。06年から喫煙をニコチン依存症と定義し禁煙指導に医療保険を適用する制度が始まったが、禁煙指導経験のある医師を確保するなどの医療保険適応のためのハードルは高い。しかし、受動喫煙防止は「屋内施設完全禁煙化」のルールを明示し、国民に行動を促せばいい。国民的健康運動である「健康日本21」や「健やか親子21」を積極的に推進しているにもかかわらず、受動喫煙についてまで寛容であり続けるのか、ニッポン！56年ぶりに東京で開催されるオリンピック。ぜひ、健康的な環境の下で開催され、次世代に語り継がれるにふさわしい素晴らしい大会であってほしいと願っている。「世の例（ためし）にもなりぬべき御もてなしなり」（源氏物語・桐壺）

（HM 禁煙歴18年）

今月のページ

本会事業計画の概要

受胎調整地指導員認定講習 在学者にも受講資格
 妊娠・出産に関する正しい知識 学校で他

思春期の貧血

全国児童福祉主管課長会議開催 他

シリーズ遺伝相談① 他

海外情報クリップ

産婦人科医による性の健康教育①

2面 3面 4~5面 6面 7面 8面



(6面)

(3面)

トピック

すべての子どもが健やかに育つ社会を目指して

「健やか親子(第2次)」スタート

母子保健の向上を目指す。平成13年から始まった国民運動計画「健やか親子21」が、この4月から第2次として新たにスタート。第2次計画では、10年後に目指すわが国の姿を「すべての子どもが健やかに育つ社会」とし、すべての国民が地域や家庭環境にかかわらず、同水準の母子保健サービスを受けられることを目指します。

その実現のため、現在の母子保健を取り巻く状況を踏まえた三つの基盤課題①切れ目ない妊産婦・乳幼児への保健対策②学童期・思春期から成人期に向けて、た保健対策③子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくりが掲げられています。

この運動は、未来を担う子どもたちが健やかに育つための基盤となるもの。本会も「健やか親子21推進協議会」の参加団体として、力を尽くします。

MSD

かしこく、正しく、自分らしく
 あなたが選ぶ避妊スタイル

このサイトはOC(低用量経口避妊薬)や避妊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://www.hinin-style.jp> 避妊スタイル 検索

MSD株式会社 〒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/>

2015年2月作成
 MAV15AD003-0220

平成27年度 本会事業計画書案・収支予算書案承認

(1面の続き)

▽子宮頸がん予防ワクチンの積極的勧奨および経口中絶薬導入を目指して

2013年4月に定期接種化が決まった子宮頸がん予防ワクチンが同年6月より、副反応を理由に積極的勧奨をしないこととなつて久しく今日に至っている。子宮頸がん予防ワクチンである4価ワクチンの開発に協力した本会としては、子宮頸がんゼロを目指して、積極的勧奨の再開に向けた取り組みと子宮頸がん検診の重要性をさらに周知していった。

さらに、(公社)日本医師会、(公社)日本産婦人科医学会、(公社)日本産科婦人科学会などと協力しながら、懸案となつている経口中絶薬の日本への早期導入に向けた努力を続けていく。

▽受胎調節実地指導員の医薬品販売再延長へ

本年開催される受胎調節実地指導員認定講習会は100回目を迎える。

2015年度の指導者養成事業は、これまで長年にわたつて継続開催してきたセミナーに加え、新たに「健康日本21(第2次)」・4月からスタートする「健やか親子21(第2次)」等の国民運動に掲げられた指標と目標を反映させたテーマで各種セミナーを開催し、指導者の指導力の強化、知識の向上を常に見据えた内容を提供すること、各種事業への理解を深めつつ、本会の基盤づくりの強化に努めたい。

▽教材・備品の頒布
保健指導・健康教育用教材や備品、ヘルスクエア教材の頒布については、指導対象者にとって「理解しやすい」、「指導者の立場では「選りやすい」、使いやすい、指導しやすい、使いやすい」をキーワードに、教材の企画・制作、品質の向上を図つていくとともに、ウェブサイトの活用をはじめとする効果的な広報活動を積極的に進めていく。

▽指導者養成事業

2015年度の指導者養成事業は、これまで長年にわたつて継続開催してきたセミナーに加え、新たに「健康日本21(第2次)」・4月からスタートする「健やか親子21(第2次)」等の国民運動に掲げられた指標と目標を反映させたテーマで各種セミナーを開催し、指導者の指導力の強化、知識の向上を常に見据えた内容を提供すること、各種事業への理解を深めつつ、本会の基盤づくりの強化に努めたい。

主な事業

I 公益目的支出計画事業

①調査・研究
「第8回男女の生活と意識に関する調査」の準備・調整

②相談
「思春期・FP(家族計画)ホットライン」「東京都女性のための健康ホットライン」「東京都不妊・不育ホットライン」の実施

③啓発
冊子「妊娠中から考えるお産のあとの健康」の無料配布、東京都の委託による「不妊・不育」に関する啓発

④表彰
「第19回松本賞」の贈呈、健やか親子21全国大会(母子保健家族計画全国大会)における日本家族計画協会会長表彰

⑤全国大会
健やか親子21全国大会(母子保健家族計画全国大会)の開催

⑥研修
ブロック別母子保健事業研修会、東日本大



指導者養成事業

震災被災地区の指導者支援研修の開催

⑦国際協力
IPPF-ESEA OR(国際家族計画連盟東・東南アジア・大洋州地域事務局)会議への出席、JFPA若者委員会(UICOM)の国際活動支援

⑧機関紙の発行
機関紙「家族と健康」の発行

⑨女性の育成
女性医療セミナー、緊急避妊法適正使用セミナー、指導者のための避妊と性感感染症予防セミナー(SRHセミナー)、思春期保健セミナー、第13回思春期保健相談士学術研究大会、日本思春期学会総会・学術集会(滋賀県)「思春期保健相談士のセッション」、遺伝がわかるセミナー、お母さんと子どもの元気セミナー、思春期保

健セミナー講座、ピアカウンセリング入門セミナー、思春期ピアカウンセリング・コーディネーター養成セミナー、「アカウソセラ」養成者・養成セミナー、受胎調節実地指導員認定講習会、生きるための心の教育セミナー、性の健康セミナー、自己効力感(セルフエフィカシー)を高める主体的な行動変容を支える健康教育実践セミナー、保健指導力アップセミナー、栄養指導を結果につなげる、健トレシリーズを活用したセミナー、ソーシャル・キャピタルセミナー、ロコモティブシンドローム・尿もれ予防体操セミナー(運動指導)、睡眠保健指導セミナー、行動変容実践のための保健指導者養成セミナー、健康教育/保健指導セミナー、健康づくり支援セミナー、効果的・効率的な保健事業のための

データ分析セミナー、保健師パワーアップセミナー、中高年女性保健セミナーの開催

⑩国内外の関係機関との協力
国際機関・団体への協力、海外来訪者受け入れ、関連団体との協力

⑪家族計画研究センター
クリニック活動、電話相談の実施、STI予防、子宮頸がん予防ワクチンの接種と子宮頸部細胞診の実施、HPVを通じてのクリニックの紹介、メディアセミナーの開催、啓発活動、本会理事長諮問機関であるIPROクアケイブ・ヘルスライツ委員会の開催、研究倫理審査委員会の開催、避妊教育ネットワークの推進、遺伝相談施設の紹介、ジェクス・ジャパン・セックスサバイの実施

⑫教材の企画・制作・頒布
その他
思春期保健相談士ネットワーク、JFPA若者委員会UICOMへの支援、UICOMコンドーム無償提供、10代女性のための携帯サイト運営、国民運動「健やか親子21」の推進、母子保健指導員研修会の開催、中高年女性保健の啓発、産後の性生活の支援、後援・協力事業、団体等への協力と参加

Seminar Information

指導者のための避妊と性感感染症 予防セミナー(SRHセミナー)

効果的な児童虐待防止への取り組み

国は「子ども虐待による死亡事例等の検証結果(第10次)」を昨年9月に発表しています。これによれば、第1次から第10次報告までの中心以外の虐待死亡のうち0日・0か月児の事例は111人。加害者の約9割が実母、実母のうち19歳以下が約3割、母子健康手帳の未発行、妊婦健診の未受診などが9割、望まない妊娠が約7割、若年(10代)出産の経験ありが約4割との結果となっています。

厚生労働省が進めている「健やか親子21(第2次)」では重点課題の一つとして「妊娠からの児童虐待防止」を挙げ、「児童虐待の発生を防止するためには、妊娠期の母親に向けた情報提供等、早期からの予防が重要であること」を強調しています。

日本産婦人科医学会も全国レベルで「妊娠等に関する悩まれている方々のための相談援助等事業」を展開するなど、児童虐待防止への具体的な取り組みを開始しています。

児童虐待の効果的な防止方法の第一は、望まない妊娠・出産を回避すること、仮に妊娠に至った場合には、家族・社会の積極的なサポートが必要であることなどを踏まえ、参加される皆さまが日頃の仕事の中で抱えているさまざまな疑問を、ぜひこの機会に解決いただければ幸いです。なお、2014年に実施した「第7回日本人の性意識・性

行動調査」の結果がまとまりましたので、併せてご報告いたします。

【開催地ほか】表参照

【対象】医師、保健師、助産師、看護師、養護教諭、看護教員、教職員、カウンセラー(保健・医療・教育・福祉関係者) など

【受講料(税込)】5400円、思春期保健相談士は3240円、学校一括申し込みの場合は教員・学生とも各3240円

【プログラム】講義I「日本人の性意識・性行動調査(第7回)」講義II「児童虐待の防止は望まない妊娠・出産を回避すること」、講義III「妊娠早期からの母親へのサポート」、まとめ「効果的な児童虐待防止への取り組みとは」

【講師(50音順)】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)、大隈良成(大隈レディースクリニック)、水主川純(聖マリアンナ医科大学産婦人科)、川村百合(ゆり総合法律事務所)、北村邦夫(本会家族計画研究センター)、種部恭子(ウイメンズクリニックWeTORYAMA)、蓮科医院

尾豊(あおもり女性ヘルスケア研究所)、八田真理子(ジュノ・ウェスタクリニック八田)、渡邊智子(丸山産婦人科医院)

本会主催セミナーのお問い合わせは

☎ 03(32669)4780
FAX 03(32667)2658
※本会HPから簡単に、セミナーのWEB申し込みができます。ぜひ利用ください。
http://www.jpfa.or.jp

回数	開催日	開催地・会場	講義I	講義II	講義III
123回	6月20日(土)	仙台(トラストシティカンファレンス仙台)		蓮尾	渡邊
124回	8月1日(土)	大阪(大阪国際会議場)		大隈	水主
125回	10月3日(土)	札幌(北海道自治労会館)		安達	水主
126回	10月31日(土)	新潟(コープシティ花園)		種部	渡邊
127回	11月21日(土)	沖縄(沖縄コンベンションセンター)		種部	川村
128回	12月19日(土)	福岡(西鉄イン福岡)		安達	渡邊
129回	2016年1月30日(土)	名古屋(名古屋国際会議場)		八田	水主
130回	2016年2月6日(土)	東京(UDXカンファレンス)		大隈	川村



電話相談事業

受胎調節実地指導員認定講習 在学者にも受講資格

母体保護法施行規則 一部改正

厚生労働省は2月27日、母体保護法施行規則の一部を改正する省令を公表。都道府県、政令市および特別区母子保健主管部(局)長宛てに通知し、同日付で施行した。

これにより、これまで「助産師、保健師又は看護師」となっていた受胎調節実地指導員認定講習の受講資格が、認定講習を実施している助産師学校などに在学中の者にも与えられる。

この背景には、助産師の多くが助産師学校の養成課程の中で、受胎調節実地指導員に必要な知識を学んでおり、新たな知識を得るための認定講習を受講する必要に乏しかったことがある。

厚生労働省はまた、改正に伴う留意事項も通知。在学中の者を認定講習の受講対象とするに当たっては、認定講習に適合する科目を修了したものを求めている。

またこの制度では、助産師学校などを卒業しなかつても、認定講習に適合する授業課程を修了し、

成課程の中で、受胎調節実地指導員に必要な知識を学んでおり、新たな知識を得るための認定講習を受講する必要に乏しかったことがある。

厚生労働省はまた、改正に伴う留意事項も通知。在学中の者を認定講習の受講対象とするに当たっては、認定講習に適合する科目を修了したものを求めている。

またこの制度では、助産師学校などを卒業しなかつても、認定講習に適合する授業課程を修了し、

妊娠・出産に関する 正しい知識 学校で

少子化社会対策大綱閣議決定

政府は3月20日、「少子化社会対策大綱」を閣議決定した。大綱では、「少子化社会は、個人に



9団体の要望書を提出した手交式での、北村本会理事長と有村特命担当大臣(3月2日、内閣府にて)

政府は3月20日、「少子化社会対策大綱」を閣議決定した。大綱では、「少子化社会は、個人に

子どもが健やかに育つ みらいのために

平成26年度 厚生労働科学研究 成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業発表会



厚生労働科学研究助成金によって行われた研究発表会である、平成26年度厚生労働科学研究・成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業「子どもが健やかに育つみらいのために」(本会主催)が3月11日、東京都千代田区海運クラブで行われた。

冒頭、北村邦夫・本会理事長ならびに安藤よし子・厚生労働省雇用均等・児童家庭局長があいさつ。安藤局長は厚生労働科学研究について

厚生労働省・安藤よし子局長

「この研究事業では、母子保健分野の課題の解決に向けた研究が実施され、その成果は行政施策の企画・立案のための資料として活用されている。いずれも母子保健、児童福祉の重要な課題に関する研究成果。この講演会が母子保健・児童福祉の関係者にとって最新の研究や、母子保健行政の動向を共有する良い機会になれば幸いです。」

発表された研究は、

- ①低出生体重児の予後及び保健的介入並びに妊婦及び乳幼児の体格の疫学的調査手法に関する研究
- ②乳幼児の疾患疫学を踏まえたスクリーニング及び健康診査の効果
- ③人工妊娠中絶、妊産婦死亡の地域格差に関する研究
- ④母子保健に関する国際的動向及び情報発信に関する研究
- ⑤病児・病後児保育の実態把握と質向上に関する研究
- ⑥妊産婦のメンタルヘルスの実態把握及び介入方法に関する研究
- ⑦乳幼児健康診査の実施と評価ならびに多職種連携による母子保健指導のあり方に関する研究

表 主な施策の数値目標 (2020年)

妊娠・出産に関する医学的・科学的に正しい知識についての理解の割合	70%(34%/09年)
男性の配偶者の出産直後の休暇取得率	80%
男性の育児休暇取得率	13%(2%/13年度)
第1子出産前後の女性の継続就業率	55%(38%/10年)
結婚・妊娠・出産・子育ての各段階に対応した総合的な少子化対策を行っている地方自治体数	70%以上の市区町村(14%/14年)
乳児家庭全戸訪問事業	全市町村(1,660市町村/13年)
不妊専門相談センター	全都道府県・指定都市・中核都市(62都道府県市/14年度)

Seminar Information

第19回 お母さんと子どもの元気セミナー

本セミナーは、妊娠・出産・育児で悩む方、母子保健分野で支援に携わる方のスキルアップを目的に開催しています。

今回は午前「死産・流産」となつた家族へのケアの題で、お母さまを「くされた」両親の悲嘆がどのようなものか、ご両親が望むケア、父親も当事者として家族を支えるケアなどについて蛭田明子先生(聖路加国際大学ウィメンズ)

午後「乳幼児期に虐待を受けた子どもの修正愛着体験」とは「の題で、青木豊先生(目白大学人間学部子ども学)科教授より、愛着(アタッチメント)の問題を持つ親子の事例紹介や、過去に虐待を受けた愛着に障害があった子が大人になって治っていた事例から、指導者の関わり方についてです。

本セミナーでは入門編として、ピアカウンセリングの基礎を、実際に体験しながら学んでいただきます。

【日時】6月13日(土)13時~16時30分

【会場】飯田橋レインホール(東京都新宿区)

【対象】ピアカウンセリングに興味のある保健師・助産師・看護師・看護教員・養護教諭・教諭など領域は問わず

【受講料(税込)】5400円

【プログラム】「ピアカウンセリングとは」「ピアカウンセリングのスキル」「ピアカウンセリング体験」など

【講師】高村寿子(自治医科大学名誉教授/日本ピアカウンセリング研究会代表)、渡辺純一(公財)井之頭病院教育担当CNS・科長/日本ピアカウンセリング研究会理事)

【申し込み】2016年2月9日(東京学芸大学)

【お問い合わせ】「子どもをタバコ害から守る」原田正平(国立育成医療研究センター)

【申し込み】2016年3月8日(「リプロダクティブ・ヘルスの最新情報」北村邦夫)

【日時】毎月第2火曜日13時30分~15時30分

【参加費】年会費1万2000円、当日参加3000円

【会場・対象・問合せ】8面に掲載(本会HPでも掲載しております)

平成27年度 母子保健指導員研修会

【開催日・テーマ・講師】

- ▼4月14日 「乳幼児に多い整形外科的疾患と観察ポイント」森田光明(千葉こどもとおとなの整形外科副院長)
- ▼5月12日 「スマホネグレクト」内海裕美(吉村小児科院長)
- ▼6月9日 「赤ちゃんのスキンケア・皮膚疾患」渡辺千春(千春皮膚科クリニック院長)
- ▼7月14日 「乳幼児期における子どもの気質」水野里恵(中京大学心)
- ▼9月8日 「予防接種最新情報」岡部信彦(川崎市健康安全研究所)
- ▼10月13日 「授乳に悩むお母さんへのアドバイス」石川紀子(愛育病院外来部門部長)
- ▼11月10日 「前向きな子育ての支援」加藤則子(十文字学園女子大学幼児教育学科)
- ▼12月8日 「乳幼児の栄養と健康」瀧谷公隆(大阪医科大学小児科)
- ▼2016年1月12日

厚生労働省

全国児童福祉
主管課長会議 開催

▽不妊に悩む方への特定
治療支援事業の見直し
平成26年度から、40歳
未満の方で新規に助成を
受ける場合については、
年間助成回数制限を廃
止し、通算助成回数を6
回までとしている。ま

厚生労働省雇用均等・児童家庭局は3月17
日、全国児童福祉主管課長会議を開催。平成
27年度の国の事業について、各自治体に説明
を行った。母子保健事業の中で、本会事業に
関連する主な内容は次の通り。

▽不妊専門相談センタ
事業
不妊に対する専門の相

▽妊婦について悩む者が
相談しやすい体制の整備
「子ども虐待による死
亡事例等の検証結果等に
計画策定

▽「健やか親子21」(第2
次)の推進と母子保健
計画策定

平成27年度は、10月7
日(9日)に、神奈川県
の神奈川県民ホールに

性と健康に関する知識の普及啓発を

「すべての子どもが健
やかに育つ社会」の実現
に向けて、平成27年度か
ら10年間、「健やか親子
21」(第2次)に取り組
むこととしており、国民と
国・地方公共団体、関係
団体が一体となって取り
組むよう求める。各地方
公共団体においても、母
子保健計画の策定と定期
的な評価をお願いする。
▽「健やか親子21」全国
大会(母子保健家族計画
全国大会)

おいて開催予定。
▽マタニティマーク
妊産婦に対する社会の
理解と配慮を促すため、
各市町村において、母子
健康手帳と併せてマタニ
ティマークの配布や、主
旨の普及啓発をお願いし
ている。平成26年度調査
において、啓発の取り組
みを実施している地方公
共団体が1678、妊産
婦個人用グッズを配布し
ている地方公共団体が1
690だった。今後もさ
らなる周知、普及に向け
取り組みの推進を求め

出産後の仕事復帰と母乳育児に関する調査

搾乳機などを販売するメ
デラ(株)は、母乳育児を行
っていた母親の仕事復帰が母
乳育児に与える影響など
について、出産後1
年6か月未満で仕事復
帰した女性を対象に調
査を実施。3月4日に
調査結果を発表した。
これによれば、母乳
育児を行っていた女性の
50%が、仕事復帰後
も母乳育児を行ってい
た。そのうち「仕事
中も母乳のみを与えた」
は13%、「仕事中は母
乳と粉ミルクの両方を
与えた」17%、「仕事
中は母乳を与えてい
ない」(出勤前や帰宅後
に継続)が70%と、ほ
とんどが仕事中は母乳
栄養を与えられていな
い現状となっている。復
帰後母乳育児をやめた、
もしくは継続したが
仕事に母乳
を与えたいと考えていた
女性が半数を超えてい
ることが分かった。

仕事復帰後の母乳育児 50%

思春期の貧血

「() いった記憶力は上
がる。認知力や言語の記
憶認知力を上げる効果
が、鉄剤にはあるとい
う、人を使った初めての
実験。貧血のない、鉄欠
乏の段階でもこういった
言語を認知する能力とい
うのが落ちている、とい
うわけだ。こういった脳
の中の異常は、貧血がな
くても起きる。本当だっ
たらその前に対処しなけ
ればいけない」とのこと
になる。

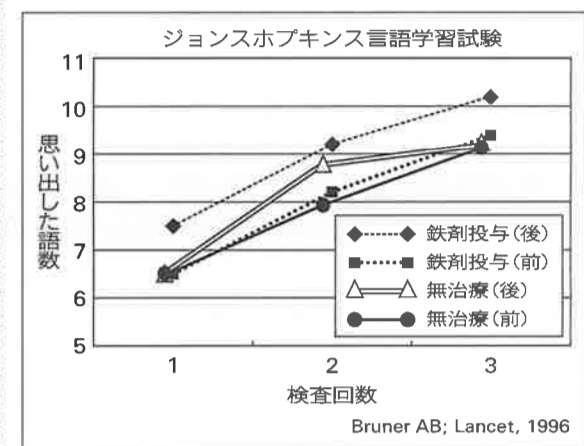


図4 思春期女子の認知力に及ぼす鉄剤の効果

- 表1 鉄欠乏性貧血の原因
1. 鉄摂取の不足：食事性
 2. 鉄吸収障害：蛋白漏出性胃腸症、食事アレルギーなど
 3. 鉄需要の増加：低出生体重児、乳幼児および思春期の急激な成長
 3. 出生時貯蔵鉄の減少：早産、低出生体重、双胎間輸血、胎児胎盤輸血、
 4. 鉄の喪失：月経過多、消化管出血、慢性鼻出血、肺へモジテロシス
 5. スポーツ
 6. ビロリ菌

それが問題で鉄吸収が悪
いのではないかと、という
ことが今いわれている。
ビロリ菌を持っている人
なればいけない。

へム鉄と非へム鉄の吸収

鉄欠乏性貧血と診断さ
れた場合の治療の原則
は、鉄剤服用と食事。鉄
代謝はどうかというよう
な数字的なものもある
が、それよりも思春期で
月経が始まると女子は非
常に鉄の必要量が増え
る、ということだ。

食事療法といっても、
ホウレンソウばかり食
べても駄目。吸収の良い
鉄を多くとる。これが
第一だ。ホウレンソウ
のような非へム鉄であ
っても、ビタミンCと一緒
にとると鉄吸収が良くな
ることが実験レベルで確
められている。非へム鉄
は3価鉄で、2価鉄に選
ばれてから吸収され

鉄の吸収の話をする
と、先ほど述べたよう
に、非へム鉄というのは
ホウレンソウなどに入
っていて、吸収が少し悪
い。へム鉄は魚や肉類に
入っていることが多い。
平均するとへム鉄は体内
で23〜28%吸収される。
非へム鉄は5〜6%とい
われている。貯蔵鉄が全
くない状態では、へム鉄
は鉄欠乏が多いし、治療
してもまたなってしまう
というので、除菌をし
なければいけない。

また、鉄だけでなく、
栄養をバランス良くとら
なくてはならない。孤食
といわれるが、子どもに
1人で食べさせるとい
うことは、どうしても好
まぬものばかり食べてし
まうということになるた
め、これはやっぱりまず
いだろう、というのが原
則だと、私は思ってい
る。

まとめ

思春期の女子は今約10
%、あるいはそれ以上に
貧血がある。そのほとん
どは鉄欠乏性貧血だ。先
ほど述べたように、症
療は、食事からいかに多
く鉄分をとるかが第一。
いろいろなものを満遍
なく、うまく食べるとい
うことが大事だ。鉄欠乏
貧血の治療は、鉄剤の服
用が最も大切であるけ
れども、治療はへムグロ
ビンの値だけでなく、血
鉄と総鉄結合能、血清
フェリチンということま
で見ているんだという
ことも、中学生、高校生
の貧血の患者さんには教
えていただければと思
う。しっかりと治るまで、
継続をちゃんとしな
いという意味で。ただ、鉄
剤の飲み過ぎはいけない
ので、できればこの辺も
きちんとお話ししてい
ただければありがたい。
(文責・編集部)



総論編① シリーズ

遺伝相談

出生前診断がメディアをにぎわせるようになって、遺伝カウンセリング(以下、遺伝相談)という活字が急速に露出するようになった。総じて「遺伝相談なくして遺伝学的検査や遺伝医療は動めるべきではない」と言われているが、「遺伝相談とは」という論議はあまりお目にかからない。本稿では「遺伝相談」についての私見を紹介したい。

● 遺伝相談とは

遺伝相談発足当初は「次の子どもに同じ遺伝病を持った子どもが産まれないか」という「次子再発危険率(現在は再発率または再発確率)」中心の相談が多かった。遺伝的診断技術の進歩を迎え「確率提示」という曖昧な情報より「確定診断」を求める動きへと移行し、「出生前診断」が登場した。その根底には遺伝病を持つ胎児の出生予防が底流をなしている(と否めない)。

遺伝病を持って生活している人々にとって、診断技術の進歩によりもたらされた正確な診断名とそれに基づく治療、遺伝情報は福音となつていく。一方、個人の生命予後を明らかにしたり、血縁への波及という新たな問題も突き付ける。その中には「今は発病してないが何歳ごろにがんが発症する」とか「植物状態になる」といった情報や、保因者(本人は発

遺伝にまつわる悩み

和歌山つくし医療・福祉センター名譽院長 月野 隆一

病しなげが次世代に発病者が生まれる。情報が含まれる。富和清隆氏(東大寺福祉療育病院院長)の言葉を借りれば、このように「知らずに生きる覚悟」「知って生きる覚悟」についても前もって話し合う必要がある。

次の一歩をどう踏み出すかは、クライエントの置かれた環境、家族観、性格、人生観、遺伝観、倫理観、死生観、価値観などにより百人百様であるが、相談のゴールは対話によりクライエント自身の問題解決能力を引き出し、自らの意思により次の一歩を踏み出すよう支援することにあり。

● 問題解決能力の支援

遺伝相談で、自分は完全で、未来永劫に順風満帆の人生が歩めると思い込んでいたクライエントの言を借りれば、このように「知らずに生きる覚悟」「知って生きる覚悟」についても前もって話し合う必要がある。

「21番染色体が3本だから」「遺伝子変異があるから」即ち異常と判断し、思考停止が起る。記号で異常と判断された人々がどのような症状を持ち、社会的、医療的にさまざまな支援を受けながら生活している姿への理解が不可欠である。出生前診断のマススクリーニング化の足音が聞こえ始めた昨今、より重要となる。

① 疾患を持った人への理解

検査結果は染色体、遺伝子変異共に記号で表され、「正常」か「異常」に大別される。クライエントは提示された意味が分からず、ますます不安に陥る。

「遺伝的医療には遺伝相談が必須」とセットのように言われていた。しかし、遺伝医療の急速な進歩にブレーキをかけることができない現状で、遺伝相談をいかに実りある体制に構築するか、大きな課題を突き付けられている。このままでは「遺伝相談とは遺伝医療・研究を行うためのつじつま合わせの通過儀礼」と受け止められ、遺伝相談を誤解されかねない危険性がある。

遺伝相談の前提に、正確な遺伝的診断が強調されている。これは正しいが、昨今の急速な診断技術の進歩は、ともすると診断名が独り歩きする傾向がある。診断名が全てではなく、個人の属性を示す一つの指標(one of them)に過ぎないことを踏まえ、クライエント、カウンセラー共に遺伝病を持って生きている人々の姿を頭に描きながら、遺伝相談が進められるべきである。

◆◆◆

総論編・疾病編各12回で、「遺伝の今」をお伝えします。(編集部)



医師・事業主・当事者・相談員をパネリストに迎え、パネルディスカッションも行われた

とちぎ不妊対策シンポジウムを開催して

栃木県保健福祉部こども政策課母子保健担当 今泉 衛

栃木県は、近年の不妊に悩む夫婦の増加を受け、1月11日に「とちぎ不妊対策シンポジウム」を行いました。その開催報告を、ここに紹介します。(編集部)

○経緯・目的

栃木県では、不妊に悩んでいる方に対し、不妊専門相談センターでの相談支援や特定治療への経済的支援などを行っているが、助成件数は開始当初と比べ約6・8倍に増加するなど、不妊に悩む方は年々増加している。

不妊専門相談センターに寄せられる相談は多岐にわたり、治療のための休暇調整の困難さや、職場の人に知られたくないといった悩みが寄せられるなど、働きながら治療をする方にとっては「仕事と治療の両立」が大きな課題となっている。

そこで、栃木県では「不妊治療と仕事の両立」をテーマに、従業員が不妊治療などをしやすい職場環境への改善を図り、安心して妊娠・出産・育児ができるよう社会の気運を高めるため「とちぎ不妊対策シンポジウム」を開催した。

○対象・内容

当日は事業主や一般県民約1500人が参加した。初めに、北澤正文・獨協医科大学産科婦人科学講座教授および若木見明・国際医療福祉大学リプロダクションセンター

男性不妊部門長による基調講演を行い、実際に治療に掛かる費用や、検査・治療の現状、不妊の原因の約半数は男性にあることなどについて説明した。次いで、重河真弓・厚生労働省育児・介護推進室長補佐は、「治療のため退職してしまうことは会社にとっても損失。育てた人材を失わないような会社の取り組みが重要」と話し、時間単位での年休取得やフレックスマンワークといった制度の新設を例示した。

パネルディスカッションでは、北澤氏は「女性の妊娠・出産に適した時期とキャリアアップの時



ブースでの骨密度測定の様子

まずは治療をしている方が身近にいてくれることが課題になっていると指摘。座間美都子・花玉株式会社人材開発部課長は、「治療があるからこの仕事はできない」でなく、会社はどう貢献するかを提案していくことで、職場のサポートが得られやすくなるのではという見解を示した。また、健康づくりの重要性を訴えるため、乳がんの触診体験や骨密度測定などのコーナーの設置や、不妊専門相談員による相談などを実施し、多くの来場者にご利用いただいた。

○今後の取り組み

参加者へのアンケートでは「今後行政が取り組むべき不妊対策」として、半数以上の方が「職場の不妊治療への理解の促進」「経済的支援の拡

「不妊の普及啓発の必要性が明らかとなった。これらの課題を踏まえ、対象者ごとに啓発の内容や情報提供のあり方などを再度検討し、不妊治療と仕事を両立しつつ見が拳がった。また、複現でできるような、環境を整えて知らなかった」な備する取り組みを進めていくべきだ。



国際家族計画連盟(IPPF) スパトラ・ジャヤラジ氏 「災害と女の子たち」を語る

ジョイセフは3月13日、セミナー「ガールズパワーで災害復興」を東京国際フォーラムで開催。医師であり国際家族計画連盟(IPPF) 緊急・復興支援東・東南アジア・大洋州地域総括マネージャーのスパトラ・ジャヤラジ氏が講演した。ジャヤラジ氏は、「災害や紛争において女性は、特に弱い立場に置かれる。今、6500万人という人々が紛争や自然災害によって影響を受けており、そのほとんどが女性や子ども、年少者たちだ。特に女性は、性的暴力やジェンダーに基づく暴力を受けるリスクが高い。性感染症や若年妊娠、危険な中絶なども起る。しかし、災害が起きたとき、大きなけがやトラウマなどのケアの動きはすぐに起るが、セクシャル・リプロダクティブ・ヘルス(SRH)のサポートは提供が難しい」とした上で、現地でのニーズと提供されるサービスのギャップを埋めるための、さまざまなプログラムを紹介。「非常時にSRHを求めることは、女性のわがままではなく、基本的な人間の権利として守られるべきものだ」と強く訴えた。

海外情報クリップ

◆子宮頸がん予防目標
米国保健福祉省が掲げている「国民の健康2020」(Healthy People 2020)には、2020年までに子宮頸がんの罹患率を、10万婦人・年当たり7.1、死亡率を2.2まで減少させる目標があります。今回の報告で07

年、つまり子宮頸がんワクチンが発売された翌年から約5年で、目標までの程度進んだかを検証しました。11年で見れば、罹患率は、10万婦人・年当たり7.5、死亡率は2.3となり、死亡率は下の目標は達成に向けて順調に進んでいます。

一方、罹患率を減少させる目標は、あと一歩努力が必要であることが分かりました。子宮頸がんの予防には、ワクチンの接種と、その後の定期的な早期発見のための検査(スクリーニング)の二つが特に重要と考えられています。連邦政府によるワクチン接種実態調査によれば、13~17歳の女子の接種率は37.6%

◆定期検査未受診率は11%
その背景は？
米国保健福祉省はスクリーニングの実態を調べるため、BRFSSと呼ばれる国民調査を通じて、全州から無作為抽出した21~65歳の女性へ電話調査で、「Pap検査(細胞の異常を見る検査)を受けましたか」と聞いています。その結果、全体の約11%の女性が過去5年間に一度もスクリーニ

ングを受けていないことが分かりました。さらに詳細を調査すると、健康保険に加入していない女性や、普段から受診できるような家庭医や婦人科医を持っていない女性の4人に1人がスクリーニングを受けていませんでした。また、州別で見ると、受けていない女性の割合が14%を超えていたのはアイダホ、アーカンサス、ミシシッピ、フロリダ、ウエスト・バールニア、ワイオミングなどの比較的南部に多く、逆にスクリーニング率の高い州は、メイン、デラウェア、ロードアイランド、マサチューセッツなどでした。このような結果から報告書では「子宮頸がんに関しては地域差が大きく、スクリーニング率の低い南部の州は罹患率と死亡率が高い。そ

のため、自己免疫疾患の発症や悪化の原因になるのではないかと疑われるわけですが、実際、フランスをはじめ、欧州ではHPVワクチン接種後に多発性硬化症が発症したという報告があり、議論を起しました。このような背景から、最近いくつかの研究報告が発表されました。

◆リスク上昇を否定する報告
多発性硬化症は、自分の細胞や組織を攻撃する自己免疫に関わる病気の一つですが原因は不明です。一方、ワクチンはウイルス疑似感染を起し、免疫抗体を増強する

背景には、貧富の差、つまり医療にかかると「お金の問題」と、頸がん予防に対する認識不足や通院の不便さなど、社会環境の二つが影響していること述べられています。参考 MMR 2014 Nov 5 Vol.63 CDC

米国の子宮頸がんスクリーニングの実態

—HPVワクチン発売5年の成果—

が国の子宮頸がんで亡くなる女性をゼロにできる日が遠くたってしまつたか、少し心配になった相談からのお話です。

◆リスク上昇を否定する報告
多発性硬化症は、自分の細胞や組織を攻撃する自己免疫に関わる病気の一つですが原因は不明です。一方、ワクチンはウイルス疑似感染を起し、免疫抗体を増強する

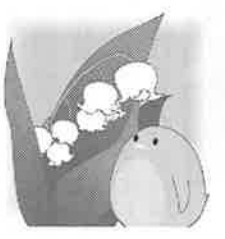
背景には、貧富の差、つまり医療にかかると「お金の問題」と、頸がん予防に対する認識不足や通院の不便さなど、社会環境の二つが影響していること述べられています。参考 MMR 2014 Nov 5 Vol.63 CDC

◆暴力男性の素因
米国男性の5人に1人は、緊密な関係にあるパートナーの女性に暴力行為をしたと告白しているという実態が、ミシガン大学の調査で明らかになりました。研究グループによると、暴力は知らない人からの被害を想像しがちですが、実際は普段から日常的に会っている関係の男性から受けることが多いということです。この傾向は、人種や貧富の差などには関係なく、いつどこでも起こる可能性ががあります。

◆暴力男性の素因
米国男性の5人に1人は、緊密な関係にあるパートナーの女性に暴力行為をしたと告白しているという実態が、ミシガン大学の調査で明らかになりました。研究グループによると、暴力は知らない人からの被害を想像しがちですが、実際は普段から日常的に会っている関係の男性から受けることが多いということです。この傾向は、人種や貧富の差などには関係なく、いつどこでも起こる可能性ががあります。

◆暴力男性の素因
米国男性の5人に1人は、緊密な関係にあるパートナーの女性に暴力行為をしたと告白しているという実態が、ミシガン大学の調査で明らかになりました。研究グループによると、暴力は知らない人からの被害を想像しがちですが、実際は普段から日常的に会っている関係の男性から受けることが多いということです。この傾向は、人種や貧富の差などには関係なく、いつどこでも起こる可能性ががあります。

◆暴力男性の素因
米国男性の5人に1人は、緊密な関係にあるパートナーの女性に暴力行為をしたと告白しているという実態が、ミシガン大学の調査で明らかになりました。研究グループによると、暴力は知らない人からの被害を想像しがちですが、実際は普段から日常的に会っている関係の男性から受けることが多いということです。この傾向は、人種や貧富の差などには関係なく、いつどこでも起こる可能性ががあります。



子宮頸がんは、性行為をきっかけにウイルス感染することが、よく知られています。しかし、そのウイルスは、たまたま性行為で子宮の入り口に運ばれるのであって、コンドーム使用の有無にかかわらず、注意しても誰もが感染するという科学は伝えられていません。病気になる経緯に大きな誤解があると思えば、わ

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。



診察は毎週火、金、第2土曜

診察は毎週火、金、第2土曜

診察は毎週火、金、第2土曜

診察は毎週火、金、第2土曜

診察は毎週火、金、第2土曜

診察は毎週火、金、第2土曜

子宮頸がんは、性行為をきっかけにウイルス感染することが、よく知られています。しかし、そのウイルスは、たまたま性行為で子宮の入り口に運ばれるのであって、コンドーム使用の有無にかかわらず、注意しても誰もが感染するという科学は伝えられていません。病気になる経緯に大きな誤解があると思えば、わ

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

子宮頸がん検査を受けたところを要精検となり、組織検査を2回受けたという女子大生から電話がありました。「前回の検査では軽度異形成だったが、今回は中等度異形成になったので、がんが進行しているか不安です」という内容でした。

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(陰周辺部)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。

陰周辺の乾燥による“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》

●無着色・無香料
●殺菌処理済
●パラベン無添加
■50g入 1,620円(本体価格1,500円)

発売元 JFPA 一般社団法人 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)

特長
・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。

避妊法の開発は女性解放の歴史

産婦人科医による性の健康教育「私のキーワードはこれだ! その1」

本会理事長・避妊教育ネットワーク世話人代表 北村 邦夫

神様なんていない!

女性が主体的に取り組む、安全性が高く、避妊効果が確実な低用量経口避妊薬(ピル)は決して天から降ってきたわけではなく、20世紀の初頭、サンガから始まったのです。

「家族計画の母」と呼ばれる米国のマーガレット・ヒンギス・サンガー(1879-1966)の姿でした。旧約聖書に「生めよ、ふえよ、地に満ちよ、地を従わせよ」(日本聖書協会、1970年)とあるほどに、敬虔なキリスト教徒として、その信仰のことが信仰の証。当たり前なことだったのです。しかし、自分の生活を顧みずに出産を続けられ、女性の健康が損なわれるのは自明の理です。やがて貧困が彼ら

「意図しない妊娠と出産がどれほどに女性を絶望の淵に追いやってきたか! 男性支配を許してきたか」

この負の連鎖を断ち切るには「女の謀反」が必要でした。その謀反とは、「神様なんていない!」。

「神様を信じるがあまりに、産むことばかり繰り返す女性たちの行動を変えさせるためには、これほどに大胆なメッセージを発せすにはおこなったのでしよう。これを機に、サンガーは女性を真に解放させる

「ピルの父」グレゴリー・ピンカス(1903-1967)や経済的支援者キャサリン・デクスター・マコーミック(1875-1967)との出会いによって、ピルが世に出る道筋がつけられました。たとっても過言ではありません。



避妊法の開発は女性解放の歴史

- ①古代エジプト時代のパピルスには避妊の方法が
- ②クロコダイルの糞と蜜の混合物を陰内に充填
- ③ラクダの子宮内に石を挿入する方法
- ④子宮内避妊具の開発
- ⑤わが国で承認・発売されている低用量経口避妊薬

ピルは血と汗と涙の結晶

一方、わが国に目を転じると、本会が昨年9月に実施した「第7回男女の生活と意識に関する調査」からは、この1年間で避妊をしていると回答した女性では(二つまで選択を可として)、コンドーム85・5%、膈外射精16・0%、オギノ式避妊法16・0%、ピル4・6%という結果であり、避妊ピルの開発は、宗教的

「避妊効果を落とすこととなく、副作用を軽減させることを追求した低用量ピルの開発は、宗教的

5月の母子保健指導員研修会

【テーマ】「スマホを子どもにさせないで!」

【講師】内海裕美(吉村小児科院長)

【日時】5月12日(火)13時30分~15時30分

【会場】本会多目的ホール(東京都新宿区)

【対象】母子保健に携わる保健師、助産師、看護師などの有資格者

【参加費】当日参加3000円(会員以外で当日)

参加希望の方は、必ず事前に電話またはファクスでお問合せください!

【問合せ】本会 03(3326)4727

読者の声

前号の編集帖(一面)では、「卵子・精子の老化など」妊娠・出産の限界を取り巻く状況について語られました。これは、女性だけでなく男性側も意識して考える必要

「卵子の老化は知っているが、精子の老化は初めて知った。産む・産まないの選択を考える際には、女性だけでなく男性側も意識して考える必要

がある「妊娠・出産の限界について」嫌味なく情報提供ができ、妊娠の望ましい年齢に子どもを授かることができるようになる行動を起こしてもらえたらいいの、悩むところ。」

「意見ありが」とい

本会研究倫理審査委員会の案内

本会には研究倫理審査委員会が設置されており、申請を受け付けており、研究計画、研究の進

今月の人

北村 邦夫

5年間、60回にわたって連載してきた「避妊教育ネットワーク リレートーク」。読者の皆さんからの評判も上々で、中には「自分の住所地の近くに、こんな意欲的な先生がおられることを知って勇気をもらった」、執筆からは「この連載をきっかけに講演依頼が舞い込んだ」などの声も届いています。今号からは「産婦人科医による性の健康教育~私のキーワードはこれだ!」をテーマに執筆をお願いして参ります。ご期待いただくとともに、ご自身の性の健康教育にお役立てください。新連載の第1回は私、北村が担当します。



見やすく、探しやすい!

ホームページが新しくなりました!!



ジャフパ情報

おり、落ち着いた心を持ち、さまざまな情報を検索したり、セミナーの申し込みができています。

セミナー情報やトピックスも随時更新。パナーのリンクからは、本会クリニクや、女性の健康総合サイト「ウーマンズヘルス」へも、これまで通りアクセスできます。

ケータイ・スマホからはこちら!



女性のからだの悩みと生理痛のサイト

生理のミカタ

http://seirino-mikata.jp

生理のツライ症状や気になる生理不順、ひとりでガマンしたり悩んだりしていませんか? 「生理のミカタ」はそんなあなたをサポートするサイトです。

★あなたのミカタになるコンテンツがいっぱい★

生理のミカタ 検索

★知っておきたいカラダのこと
★見過さないで! 生理と病気
★ミカタになってくれるドクターを探そう
★しっかり治す!

みんなのハテナに答えるサイト

産みたい時に産むために一緒に学ぼう

避妊のススメ

http://hininno-susume.jp

避妊のススメ 検索

ヒトにはなかなか聞けない避妊のこと、一緒に学んで正しい知識を身につけよう!

- ▶ スムズ避妊塾!!
- ▶ 避妊の必要性
- ▶ さまざまな避妊法
- ▶ 妊娠について
- ▶ セーフセックス
- ▶ 婦人科検索

学べるクイズや便利な婦人科検索などモバイルサイトはこちら!

ちょっぴり賢く、わたしメンテナンス

オトナ女子、ハッピーに過ごすために知っておきたいこと

更年期のココロエ

http://konenkinokoroe.jp

更年期のココロエ 検索

「わたしメンテナンス」はじめませんか。

- ▶ 更年期症状チェック
- ▶ 骨の豊かさチェック
- ▶ 更年期とは
- ▶ 女性のカラダとエストロゲンの関係
- ▶ HRTとは
- ▶ 充実したこれからのために

セルフチェックで賢く「わたしメンテナンス」。モバイルサイトはこちら