

セブン
7A

私たちの
スローガン
です

Adolescent 思春期保健の推進
Abortion 安全な人工妊娠中絶
Access どこでも誰もがサー
ビスを受けられる
Advocacy 啓発・提言活動
AIDS STI及びHIV/エイズの予防
Ageing 高齢化社会対策
Abuse 児童虐待の防止

家族と健康

健康教育広報紙

JFPA
ジャファ

一般社団法人

日本家族計画協会

〒162-0843 東京都新宿区市谷町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：三橋 裕行 毎月1回1日発行



※クリックすると各ページにジャンプします

今月のページ

- ・海外の若者との交流を
通して考えるSRHR 2面
- ・平成30年度 ブロック別母子
保健事業研修会報告 他 3面
- ・海外情報クリップ 4面
- ・市谷クリニックへようこそ！ 4面
- ・8020運動30周年記念シンポジウム
人生100年時代、
8020運動のこれから 5面
- ・子どもを「傷つけない」
子育ての支援を！ 6面
- ・クローズアップ
特定健診 受診率向上へ 7面
- ・産婦人科医による
性の健康教育④ 8面
- ・ピル承認秘話(第10話) 8面



マレーシアで行わ
れたIPPFユー
スフォーラムに参
加した森定佳那子
さんからの報告
(2面)

宮城県、仙台市、
県警、仙台法務局
が合同で行った児
童虐待防止の啓発
イベント (3面)



さらなる繁栄を願って (写真提供=連合通信社)

謹賀新年

本年もよろしくお願い申し上げます

一般社団法人 日本家族計画協会

理事長 北村 邦夫
常務理事 三橋 裕行
職員 橋 裕一 同行 夫

新春によせて

本会理事長 北村 邦夫

読者の皆様におかれま
しては健やかに新年をお
迎えになられたこととお
慶び申し上げます。日頃
から、本会の活動に格段
のご高配を賜り心から厚
く御礼申し上げます。
さて、1954年4月
18日に創設された日本家
族計画協会は、今年で65
年を迎えることになりま
す。創設当時は日本家族
計画普及会の名称でした
が、その日はまた、日本
家族計画連盟の発足大会
が東京・虎の門の当時の
共済会館で行われた日で
もありました。創設者で
ある國井長次郎を中心
に、創設に関わった先達
ら数名が花冷えの雨が降
りしる会場の入口で、
機関紙「家族計画」(現在
の「家族と健康」)第1号
を参会者たちに配ったと
の記録があります。なぜ
雨の降りしきる中で機関
紙を配らなければならな
かったのか、それは、連
盟の大会に参加していた
方々にとっては、名もな
い団体の関係者が建物の
中に入って印刷物を配る
など、とんでもないこと
だったからだといえます。
翌年、55年には、東京
において第5回国際家族
計画会議が開催されまし
た。会場には、国際家族
計画連盟の創設者で
もあるマーガレット・
ト・ヒギンズ・サン
ガーと、経口避妊
薬、いわゆるピルの
開発の父とも言われ
るクレゴリー・グッ
ドウィン・ビンカス
も出席しており、1
50名近くの参加者
を前に、世界で初め
て女性ホルモン剤を
成分とした避妊法に
関する研究報告がな
されています。日本
では経口避妊薬の承
認が99年6月のこと
ですから、44年前の
出来事だったことに
なります。

脅かされているSRHR 果敢な戦いを

あれから60有余年
の月日が流れ、機関
紙も「家族と健康」と改題
され、今月は778号を
発行することができまし
た。この間、1号の欠号
もなく発行し続けられた
ことが、この団体を任さ
れている我々の誇りでも
あり、喜びでもあります。
しかし、創設時代を生
きた先達らが、さまざま

な妨害をもものともせ
ず、わが国の家族計画連
盟の黎明期を切り開かれ
たように、今を生きる
我々にも脅かされている
セクシュアル・リプロダ
クティブ・ヘルス/ライ
フ(SRHR/性と生殖
に関する健康と権利)の
改善、改革に取り組まな
ければならない課
題が目前に立ち
はかっています。
子宮頸がんの一
次予防を可能にす
るHPVワクチン
接種の積極的勧奨
が2013年6月
以来止まったまま
になっていること
は誠に憂慮すべき
ことです。副反応
で悩んでおられる
方々がいらっしや
ることは十分承知
してはいますし、
彼らに対して限り
を尽して、医療的
・精神的、経済的サ
ポートを惜しんで
はいけません。そ
の一方で、世界で
も、最近では国内でも
HPVワクチン接種によ
って、子宮頸がんの前がん
病変の発生率を低下させ
ている疫学データが続々
と発表されていることか
ら、可及的速やかに積極
的な接種再開を願わずに
おれません。
人工妊娠中絶届出数が
史上最低になっていると
はいえ、意図しない妊娠
で苦悩している女性は大
勢少なくありません。
緊急避妊薬が妊娠防止に
役立つことはいまさら言
うまでもありませんが、
3日以内での医療機関受
診を必要としているこ
と、できるだけ速やかな
措置がとれないと避妊
効果を減じてしまうこと
は間違いない事実で
す。意図しない妊娠が女
性たちの人生に悲しい影
を落としていることを考
慮すると、緊急避妊薬の
OTC化議論を再開させ
ることがぜひとも必要で
す。本会としては、それ
に伴う諸課題の解決に向
けた努力を、今後とも惜
しまない所存です。ま
た、急増する梅毒にも速
やかな対応が求められて
います。本会はいままで
にも増して予防・啓発に
力を入れていくことも
に、世界標準の治療法の
可及的速やかな導入を訴
えて参ります。

健やか親子21 初の人気キャラクターとのコラボレーション

健やか親子21×鷹の爪団 みんなで子育て大作戦！

教材内のQRコードを読むと無料でアニメ動画が視聴できる！子育ての悩みに寄り添うメッセージを届けます。



全5テーマ

- ・ママさん！ひとりで悩まないで！
- ・“愛のムチ”って、まちがってる！？
- ・たばこの害から赤ちゃんを救って！
- ・子育て中もたばこを吸わないで！
- ・10代のキミっ！

ひとりで悩まないで！



©株式会社ディー・エル・イー



マークをクリックいただくと関連ウェブサイトをご覧いただけます。

国際家族計画連盟 (IPPF) 東・東南アジア・大洋州地域ユースフォーラム参加報告

セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

海外の若者との交流を通して考えるSRHR

NPOひょうご思春期ピアカウンセリング研究会 思春期ピアカウンセラー(ピアっ子) 森定 佳那子



グループワークの様子です。基金について考え中…

あつたり、ポルノなどで、もうすでに知っているから言葉でなくとも成立すると思う、「kindness (優しさ)」という単語を選びました。似たような意味の単語を選ん



夜も仲良くツインタワーでお買い物とはん

こんにちは、ひょうご

合ったりしました。一番

印象に残り、衝撃的だったことは、中絶が違法な

国で、望まない妊娠で生

まれた子どもが海辺や川

辺に捨てられるというこ

とでした。私は中絶に絶

対反対という考えではあ

りませんが、できればお

なかに宿った命が中絶さ

れずに幸せに生まれてほ

しいと思っています。し

かし、中絶が違法なこ

とによって生まれた子ど

もは、中絶で亡くなるよ

りももっと残酷な運命を

たどることがあることを

知りました。

ちなみに、この例は違

いますが、韓国も中絶が

違法なんです。みなさ

ん知っていましたか？

私は知らなくて「韓国で

私はいくらも!?」と思っ

てしまいました。

東アジアで性教育につ

いて話し合ったときに

は、性のことを大人から

子どもに教えることに

抵抗があつたり、ポ

ルノなどで、もうすで

に知っているから言葉

でなくとも成立するこ

と授業を聞かなくつた

り、さまたげな理由で

正しい知識を選ん

だ人も何人かいました。

しかし、「ask(頼む)」

「teach(教える)」

や、「fight(戦う)」

を選んだ人もいて文化

の違いに驚きました。

日本ではこの話をす

れば「教育する」という

語が出てくることであ

る「頼む」や「戦う」

と発想する人は少ない

ではないかと思ひます。

その国の文化や価値観

がこのように異なるこ

本当に実現するまでは

道のりが遠そうですが、

私にできること、まず

日本でこの問題に興味

を持っている人に今回

話したことをシェアす

ることから始めていき

たいと思います。

そのほか、権利擁護に

ついて話し合いをした

ときに、まず、フアン

リターが「権利擁護に

必要なことを1単語で

書いて」と言いました。

のときに、私は思いや

りの気持ちが誰にでも

あれば権利擁護とい

う言葉でなくとも成

立すると思う、「kind

ness (優しさ)」とい

う単語を選びました。

似たような意味の単

だ人も何人かいました。

しかし、「ask(頼む)」

「teach(教える)」

や、「fight(戦う)」

を選んだ人もいて文化

の違いに驚きました。

日本ではこの話をす

れば「教育する」とい

う語が出てくること

である「頼む」や「

戦う」と発想する人

は少ないかと思ひま

す。その国の文化や

価値観がこのように

異なることを知った

り、さまたげな理由

で正しい知識を選ん

よって日本では想像が

できない問題が日常的

に起こっているという

こともわかりました。

参加して感じたことは、海

外では日本よりもは

るかに若者が自分の

国の問題について向

き合い、考えている

のだということ。ま

た、文化の違う世界

を知ることより日本

の良さが見えて、日

本がもっと好きにな

りました。

最後に若者のみなさ

ん、アジアでは、世

界では、ユースの世

代の人たちがとても

アクティブに活動し

Seminar Information

第29回 お母さんと子どもの元気セミナー

災害時の妊産婦支援セミナー

地域防災計画担当者はぜひ!

Click

本会では今年度初めて、

学べます。

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

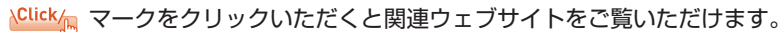
「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「災害時の妊産婦支援」をテ

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月23日(土)10時30分～16時(受付9時45分)

「開催日時」2月2



海外情報クリップ

◆いじめ、自殺、麻薬、虐待

米国ボストン市にあるハーバード大学公衆衛生大学院や、ボストン小児病院思春期保健部などの共同研究グループは、ハ

イスクリル生徒の不健全なリスク行動とその背景

ジェンダー不調和と思春期のリスク行動

について、ジェンダー不調和」という視点から見た研究結果を発表しました。

研究グループは、自身の性別表現が周囲から見られている性別と異なる状態を「ジェンダー不調和」と定義し、本人が感じるその程度を、段階に分けて分析しました。その方法は、生物学的な性別が男性の場合、強固な性的と思つから「男性的」とも女性のと思つても「女性的」とも思つても「ジェンダー不調和」とし、「どちらかと言えば男性的」から「大いに男性

無月経で高校生の時に保健の先生から紹介されて受診したAさん。検査で、女性ホルモンの分泌が不十分なが分か

こるのが当たり前」という考えが強く、ホルモン剤の力を借りて定期的に月経を起すことがな

次に「いじめと傷害」に関する報告では、不調和の程度が高い生徒は男子女子いずれも、いじめ

経口避妊薬(ピル)の使い方

一投与法のカウンセリング

◆連続投与と周期投与

ピルの使い方は、月経周期に合わせて毎日実薬

1錠を24日間(または21日間)服用し、その後、偽薬(ピルの成分が入っていない錠剤)を4日間(または7日間)服用する

結果は、約半数が連続投与法を、残り半数は周期投与法を選び、好みは二つに分かれました。連続投与法を選んだ理由を聞いたところ、「月経回数を減らしたい」が26%

中高齢者の認知機能と性活動との関係

認知機能の低下を抑える効果

オーストラリアのウーロンゴン大学心理学部の研究チームの

研究報告では、50歳以上の平均年齢66歳の男

女、それぞれ約2672人と3344人を対象

に、エピソード記憶(日常生活の出来事の想起)と性活動の関連性を検討

しました。

性活動に関するアンケート調査をまず1回行

い、2年後にもう一回実施しました。結果を比較

したところ、性活動の回数が多くパートナーとの親愛度が高い関係を持つ

ほど、記憶力の点数は高く維持されており、年齢が高

この分野を研究している英国コベントリー大学の社会心理学・行動科学部の研究者によれば、中高齢者の認知機能はさまざまな生活因子や、精神的あるいは身体的な活動量に影響され、このう

性活動は中程度の身体的活動とされています。50〜89歳の英国男女(男性約3000人、女性約3800人)を対象に行った認知機能を見た研究結果によると、過去1年間に性活動のある男性は、1年以上活動のない男性に比べて言語再生(聞いた言葉を直後と

ばらかった2回の復唱)と、数字整列(並んでいる数字の抜けを埋める)の両方の点数が有意に高く、女性では言語再生の点数だけが有意に高く、男女差があることも示されました。

参考 Allen MS, Arch Sex Behav 2018.

【翻訳 Office Ob-Gyn】

千田 陽子

電話相談

●思春期・FPホットライン ☎03(3235)2638 ●東京都不妊・不育ホットライン ☎03(3235)7455 ※火曜日のみ

うるおい不足によっておこる性交時の痛みや違和感を緩和。

JEX ジェクス株式会社

リューゼリーは、あなたをいたわるデリケート部専用ゼリーです。

うるおい不足は誰にでも起こります。

- 更年期や加齢に伴う身体的な変化
- 職場・家庭におけるストレスの蓄積
- 不規則な生活、過度なダイエット
- 授乳期・出産後



さらっとした自然なうるおい。リューゼリー

とろっとなめらかに広がる温感タイプのゼリー。リューゼリー Hot

直接塗布できるので手が汚れない。リューゼリー デリケートイン

プレミアムなうるおい長持ち。リューゼリー PREMIUM

デリケート部のうるおい不足に

※リューゼリーは、お近くの薬局・薬店・ドラッグストアの「避妊用品コーナー」にてご購入いただけます。またホームページからもお買い求めいただけます。

人生100年時代、8020運動のこれから

8020運動30周年記念シンポジウム

12月13日、8020運動30周年記念式典およびシンポジウム(主催：公益社団法人日本歯科医師会／共催：公益財団法人8020推進財団、一般社団法人日本学校歯科医会)がイイノホール(東京都千代田区)で開催された。メインテーマは「笑顔の向こうに」と題され、この運動の歴史と展望、最新の知見に基づく口腔衛生管理、歯の健康と全身の健康との関連性などについて講演が行われた。ここではその一部を紹介する。

運動の開始から現在まで

厚生労働省医政局歯科保健課長の田口裕氏は「8020運動を振り返り、これからを考える」の題で、この運動発足の経緯、現在の状況、そして今後取り組む課題などについて説明した。

初めて「8020運動」という言葉が使われたのは、1989年12月13日、厚生省(当時)成人歯科保健対策検討会中間報告の中でのことだった。それまで歯科保健は母子分野に重点が置かれていた。国は、2020年までに8020達成者を50%と設定している。その目標を6年早く達成したことになる。

今後の展望

高齢化が進む日本社会の中で歯科保健をどう構築していくかが大きなテーマの一つだ。田口氏は「これまでは診療所だけで完結していたが、今後は医療機関だけでなく、地域包括支援センターや介護保険施設などが連携する地域完結型医療の中での歯科医療の提供となっていくだろう」と、歯科医療の在り方について今後の展望を語った。

なぜブラークの病原性が高まるのか。大阪大学大学院歯学研究所教授の天野敦雄氏は「口腔健康管理は感染制御から」の題で、歯周病の最新知見を基にした口腔ケアについて解説した。歯周病菌は、18歳以降にパートナーから感染するが、感染してすぐに発症するというわけではない。歯周組織の抵抗力とブラーク(歯垢)の勢力が均衡していれば、歯周病は発症しない。かつては、歯周病の発

生原因が高まるのか。歯

病原性が高まるのか。歯磨きを上手に行えなかったりして食べかすなどの口内細菌にとつての栄養が残ってしまつと、ある菌がそれを吸収し、代謝物質を排泄する。それが他の菌の栄養となり、また別の菌の栄養物質を代謝する。こうして菌同士で栄養の相互扶助が行われ、ブラークの病原性が高まっていく。

患者個々のブラークの病原性を見極め、管理する高病原化したブラークは、歯と歯茎の間の内縁上皮に炎症を起こす。歯周病はこの状態に始まり、進行すると内縁上皮が擦りむけて剥がれ、出血する。この出血によって口内の菌は血中の鉄分を得、ブラークは桁外れに増殖する。天野氏は「鉄は歯周病菌の必須栄養素」と形容し、内縁上皮からの出血を防ぐことの重要性を説いた。天野氏は、歯周病を「不潔性歯周炎」と「感染



シンポジウムの様子

ル」という言葉で国民の口腔衛生への意識を高めるためには戦術的ではなく、戦略が不可欠であり、それは確かなエビデンスの提示と、対象者の心に届く伝え方だと語った。

オーラルフレイルという概念について飯島氏は、「口に関するさまざまな衰えを国民が軽く見ないという世界をつくりたい、ということが私のふり、ということが私のふり、ということだ」と述べ、口腔機能の低下から心身の機能低下につながる負の連鎖を、いち早く断ち

切る重要性を説いた。口腔機能低下とフレイル、サルコペニアの関連

飯島氏の研究で、口腔機能の低下のうち、フレイル、サルコペニアに関する項目が明らかに増えている。それは、「残存歯数の低下(20本未満)」「咀嚼能力の低下」「滑舌低下」「舌運動の低下」「噛めない食品の増加」「わずかなむせ」の六つだ。これら六つのうち、三つ以上を満たすと、2年後の身体的フレイル、サルコペニアの新規発症リスクは約2倍に高まる。さらに2年たつと、要介護新規認定と総死亡リスクも約2倍になる。

フレイルチェックが気軽にできる環境を現状では、歯科医療機関

関に行かなければオーラルフレイルの兆候を見つけることはできない。

飯島氏によれば、歯科医師などの歯科医療専門職がいなくとも、地域の中で医師、栄養士、理学療法士、あるいは市民同士でもオーラルフレイルの兆候がある人に気づきを与えることが、対象者の行動変容につながるといふ。そして、こういった場でオーラルフレイルの芽を見つけて出すことが重要だと語った。

現在、飯島氏が全国で実践しているのが、地域フレイルチェック。簡便なスクリーニング問診票を使い、危険性のある人には定期的な歯科受診を勧める。イベントを実施しているのは、元気な高齢者たちだ。相手が同世代だからこそ、対象者は当事者意識を持ちやすい。これも飯島氏の「戦略」の一つだ。彼らがサ

ポーターとして、エビデンスに基づく説明と、科学的に厳密なチェックを行う。最終的には、これらの結果をビッグデータとすることが狙いだ。

飯島氏は最後に「『オーラルフレイル』という言葉を使えば、全ての職種が使う普通の言葉にしたい」と述べ、医療関係者が国民に対し、かかりつけ歯科を持ち、毎年数回歯科健診に行くよう声掛けすることの必要性を説明。 「私もしているんですよ、あなたがあなたのためですよ」と伝えることで、対象者のハートに届けてほしいと熱く語った。

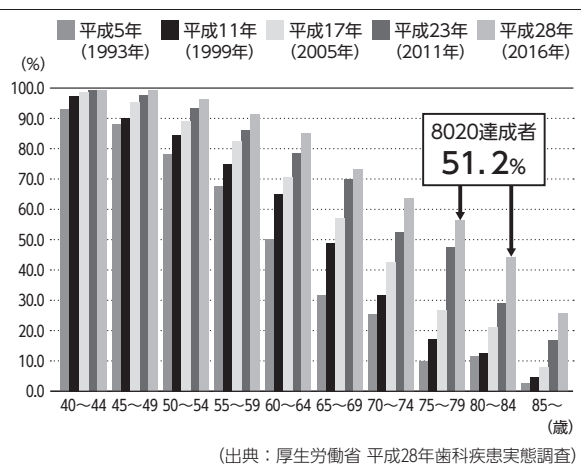


図1 20本以上の歯を有する者の割合の年次推移

大阪大学大学院歯学研究所教授の天野敦雄氏は「口腔健康管理は感染制御から」の題で、歯周病の最新知見を基にした口腔ケアについて解説した。歯周病菌は、18歳以降にパートナーから感染するが、感染してすぐに発症するというわけではない。歯周組織の抵抗力とブラーク(歯垢)の勢力が均衡していれば、歯周病は発症しない。かつては、歯周病の発

口腔ケア啓発におすすめの新作教材



661 お口の元気は体の元気!
オーラルフレイルが身体的・精神的・社会的に悪影響を及ぼすことを分かりやすく伝えます。お口の中の状態や食生活をチェックできる構成にしました。
【監修】平野浩彦(独立行政法人東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長)



662 お口の元気を保つ生活
オーラルフレイル予防のポイントとして食事・コミュニケーション・運動・定期的な歯科受診を紹介。また、誤嚥防止のための「せき」の重要性も解説しています。
【監修】平野浩彦(独立行政法人東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長)



660 すこやかな妊娠と出産のために歯科健診を受けよう
妊婦さんの歯科健診の啓発教材です。かわいらしい雰囲気イラストとデザインで、分かりやすくまとめました。パパにも、歯科健診の大切さを伝えます。
【監修】高野直久(高野歯科医院歯科医師)

【指導箋】A4判／両面カラー／本体1枚当たり75円＋税※
【ファイル】A4判／両面カラー／本体1枚当たり350円＋税※
【ポスター】A1判／特殊紙使用／本体9,000円＋税
【パネル】A1判／特殊紙使用・アルミフレーム仕様／本体13,000円＋税
【掛図】A1判／特殊紙使用／本体11,000円＋税
※…100部単位のご注文(部数割引あり)になります

第三期特定健診・特定保健指導に対応! 今、健康に取り組む必要性を伝える4教材!

XX年後
気付いたら病気に...

定期的な受検とくべき
だったなあ...

こんな対象者の
言い訳も
一発解決!

健診を
受けなくたって
健康だもの

いざとなれば、
医療機関で
診てもらえば
大丈夫でしょ

特定健診を受けましょう!

健診結果から数字以上を読み取ろう!

動機づけ支援を受けましょう!

積極的支援を受けましょう!

ご注文、見積もりのご依頼等はFAXでお申し込みください。FAX 03-3267-2658

子どもを「傷つけない」子育ての支援を！

心理的虐待対応件数の急増

児童虐待相談対応件数、全体の21・3%だった増加が止まらない。厚生労働省によると、2017年度の件数は13万3778件。この数字は20年以上、過去最高を更新し続けている(図1)。

虐待の中でも、近年特に対応件数が増えているのが心理的虐待だ。厚生労働省が発表している児童虐待相談対応件数では、08年度には心理的虐待の相談対応件数は9092

「怒鳴りつけ」に関する養育者の意識

国際NGO団体セーブ・ザ・チルドレン・ジャパンの調査によると、しつけのために「決してすべきではない」行為だと答えた割合は、「怒鳴りつけ」が41・8%に上る

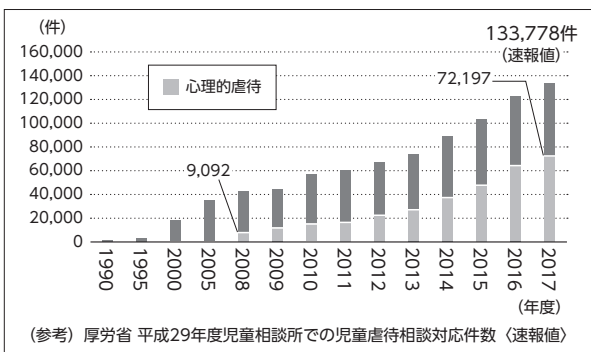


図1 児童虐待相談対応件数の推移

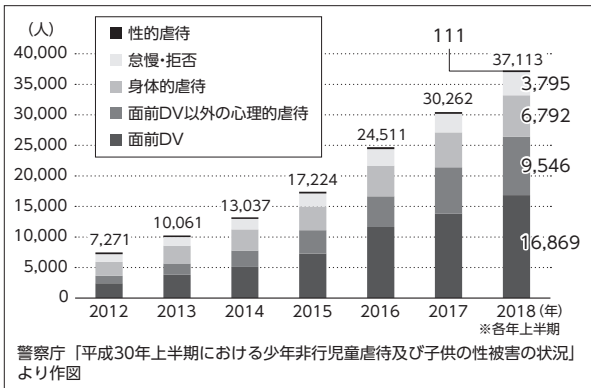


図2 警察からの児童相談所への通告児童数

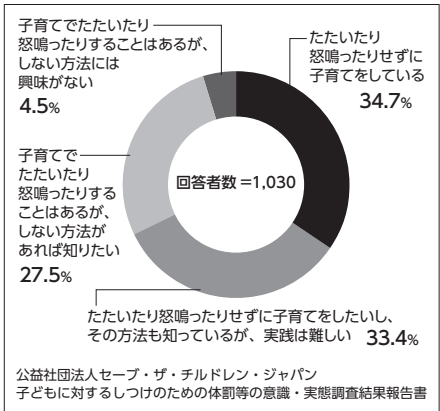


図5 あなたは、たたいたり怒鳴ったりせずに子育てをしていますか(単一回答)

厚労省は17年、体罰や暴言によらない子育てを啓発するため、「愛の鞭ゼロ作戦」というリーフレットを作成している。制作メンバーの一人である高祖常子氏(認定NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事)は、子どもへの向き合い方が上からの威圧ではなく、横に立つて応援する位置にあることの重要性を説いている。そしてそれが子どもを健康やかに育むことにもつながるため、①子育てに体罰や

この結果から、どのような場合でも、身体的にはもちろん、心理的にも子どもを傷つけないという認識が、いまだ日本では浸透しきっていないということがうかがえる。

愛の鞭ゼロ作戦

厚労省は17年、体罰や暴言によらない子育てを啓発するため、「愛の鞭ゼロ作戦」というリーフレットを作成している。

制作メンバーの一人である高祖常子氏(認定NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事)は、子どもへの向き合い方が上からの威圧ではなく、横に立つて応援する位置にあることの重要性を説いている。そしてそれが子どもを健康やかに育むことに

もつながるため、①子育てに体罰や

暴言や暴言が子どもの脳に及ぼす悪影響や、感情に任

せない育児の仕方を啓発する教材です。教材に印刷されて

いるQRコードから、無料でYouTubeの啓発動画も

見ることができ、妊産婦の方やその周囲の方々にも効果的に情報を伝えられます。

世界征服を企むものの、何をやっても失敗ばかりの鷹の爪団。そんな彼らだからこそ、一生懸命頑張っても思うようにいかない子育ての悩みに寄り添います。

子どもを傷つけない子育て支援のために

図5の、たたかない、怒鳴らない子育てについて意識の調査結果から、そのような子育て法を知りたいという層が約30%いた。

このような状況の中で、子育て支援に携わる専門職は、養育者たちに何を伝え、何を働きかけたいか求められているのだろうか。

健やか親子21のHP

(http://sukoyaka21.jp/ainomuchiro)で高祖氏は、子育て支援者に向けて「子育てに愛の鞭は不要」を共通認識とすることをいい、専門家や支援者、気にかけてくれる近所の方が周囲にいること、温かな目で見守られていることはとても心強いことだ」と。さらに「ぜひ困りごとと一緒に解決の後押しをしていただけたらと思います。そして親自身、子ども自身が、自分で決めて動けるようにサポートをお願いします」と述べている。(文責 編集部)

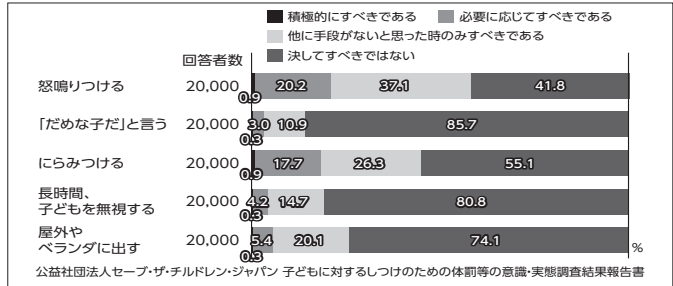


図3 しつけのために、子どもに対して次のような行為をすることについて、どのように考えますか

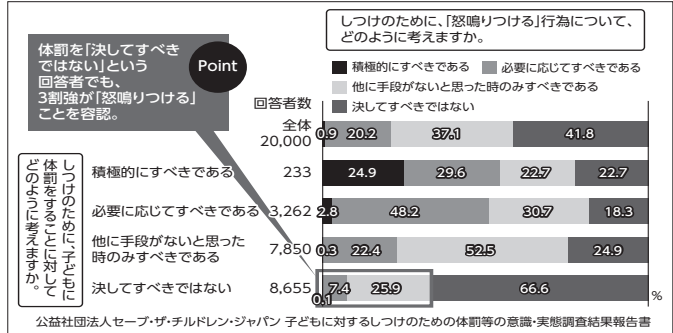


図4 体罰の容認度と「怒鳴りつける」ことの容認度との関係性

健康メモ

200414

みんなで子育て大作戦

「愛のムチ」って、まちがってる!?

健康メモ

200414

「愛のムチ」って、まちがってる!?

体罰や暴言が子どもの脳に及ぼす悪影響や、感情に任せない育児の仕方を啓発する教材です。教材に印刷されているQRコードから、無料でYouTubeの啓発動画も見ることができ、妊産婦の方やその周囲の方々にも効果的に情報を伝えられます。

世界征服を企むものの、何をやっても失敗ばかりの鷹の爪団。そんな彼らだからこそ、一生懸命頑張っても思うようにいかない子育ての悩みに寄り添います。

ポスター・パネル・クリアファイルなどのバージョンもあります!

《ポスター》A1判(片面のみ) / 本体9,000円+税

《パネル》A1判(片面のみ) / 本体13,000円+税

《クリアファイル》A4判(両面カラー) / 本体1枚当たり350円+税(100部単位でのお申込みになります) ※名入れ印刷できます

この教材は、厚生労働省「平成29年子ども・子育て支援推進調査研究事業」において作成されたものです。

【仕様】A4判ペラ / 1セット50枚組 / 両面カラー

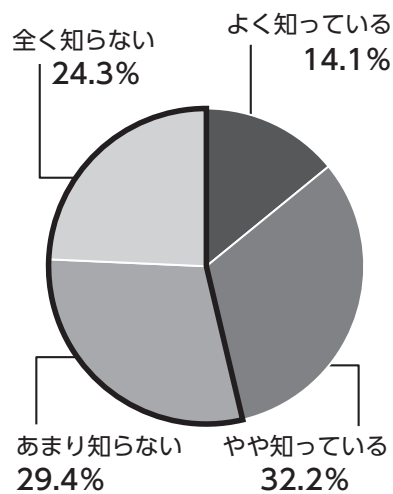
【価格】本体1,300円+税(部数割引あり)

クローズアップ

特定健診 受診率向上へ

国民には医療費の周知も必要

【問】2015年度に病気やけがの治療で、全国の医療機関に支払われた医療費の総額は42兆円でした。前年度と比べて約1.5兆円増えています。このことについて知っていますか。



(出典:「2017年日本の医療に関する世論調査(第二版)」NPO法人日本医療政策機構)

図1 国民の医療費に対する関心度は？

表1 制度区別にみた国民医療費・構成割合(2016年度)

制度区分	国民医療費(億円)	構成割合(%)
総数	421,381	100.0
公費負担医療給付分	31,433	7.5
医療保険等給付分	195,663	46.4
医療保険	192,614	45.7
被用者保険	97,210	23.1
被保険者	51,144	12.1
被扶養者	41,141	9.8
高齢者 1)	4,925	1.2
協会管掌健康保険	51,177	12.1
組合管掌健康保険	35,254	8.4
船員保険	195	0.0
国家公務員共済組合	2,319	0.6
地方公務員共済組合	7,061	1.7
私立学校教職員共済	1,203	0.3
国民健康保険	95,404	22.6
高齢者以外	65,323	15.5
高齢者 1)	30,081	7.1
その他	3,049	0.7
後期高齢者医療給付分	141,731	33.6
患者等負担分	51,435	12.2
軽減特例措置 2)	1,119	0.3

1) 被用者保険及び国民健康保険適用の高齢者は70歳以上である。
2) 70～74歳の患者の窓口負担の軽減措置に関する国庫負担分である。
(出典:厚生労働省)

年々受診率の向上が見られるも、いまだ国の掲げる目標値には届いていない特定健診。新年第1回目の特集は、この制度を一望してみたいと思います。関連情報をまとめましたので、今年の目標設定や、対象者の健康づくりを考える際にお役立てください。

特定健診・特定保健指導とは

国民の生活習慣病予防、および国の財政に大きく占める医療費(2016年度は42兆1381億円、内訳は表1)の適正化のために進められている社会保険制度・医療保険制度で、08年度から

始められた。「第3期特定健康診査等実施計画期間」(18～23年度)では、健診項目(血中脂質、血糖、血清クレアチニン、心電図、眼底の各検査)・標準的な質問票の見直しや、特定保健指導の実施方法の改善などが行われている。

「2017年日本の医療に関する世論調査(第二版)」(日本医療政策機構)によると、わが国の国民医療費が増えている実態について「全く知らない」「あるいは「あまり知らない」と回答した者は

制度を充実させて

目標達成に向けた展開を

膨らむ医療費 国民は知っている？

全体の53・7%(図1)。特定健診・特定保健指導の効果は、16年度の時点でメタボリックシンドローム該当者・予備軍が11・6%減少(対08年度比)している。今後も健康長寿に向けて受診率を向上させていく必要

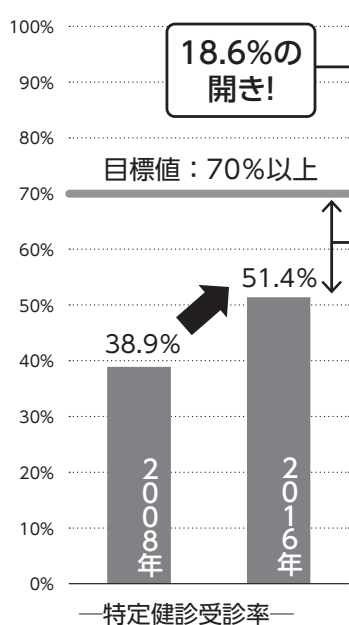
いくことが求められる。受診率が向上し続けるも目標まではまだ…

その後、受診率は向上し、16年度では51・4%を示している。しかし、目標値まではまだ18・6%の開きがある(図2左)。保険者別の特定健診受診率は図2右のとおり。18年度よりいずれの保険

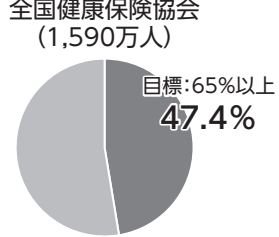
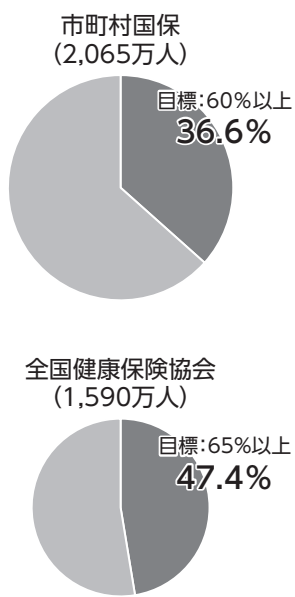
者にも新たな目標値が設定されており、今後の目標達成が待たれる。

本年も皆様の事業・活動を支援すべく、品質の高い教材をご用意して参ります。教材についてご意見・ご要望等がございましたら、本会までご連絡ください(お問い合わせ先は欄外FAXまで)。

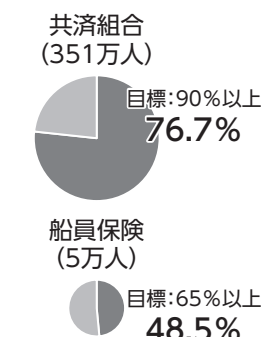
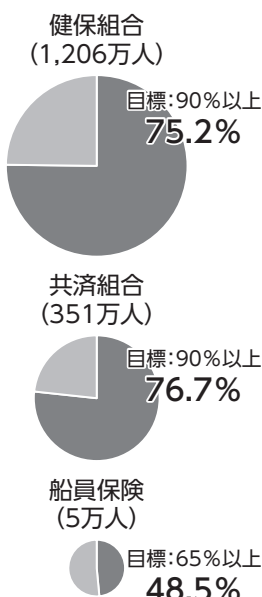
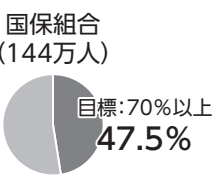
毎年向上している受診率 さらに強力な推進を！



—特定健診受診率—



保険者の種類別に見ると…



(出典:「2016年度特定健康診査・特定保健指導の実施状況について」厚生労働省)

図2 特定健診受診率とそれぞれの目標値

受診率向上を目指した取り組みに 最適な教材はコレ！

「別の病気で医者にかかってをし、年間行事を加味して効果的なのから大丈夫」「時間の都合的な周知期間を定めることをおがつかないから」「自覚症状がすめします。例えば、健康でないから平気」「心配な時はいべんとで資料を配ったり、個別つても医療機関を受診できるかに受診勧奨の案内に同封した「ら」などを理由に、特定健診をり、個別訪問時に説明資料を活用しない対象者がなんと多いこ用したりするなどの合わせ技でとか！あなたも耳が痛くなります。

そこで、おすすめしたいの受診率を向上させ、メタボリックシンドロームを予防することとしてまとめた本教材。分かりとができれば、医療費は抑制でき、印象に残りやすく、さまざまな効率的な受診の啓発には、広まなシーンで活用できること間報的な活動と合わせて個別通知違いありません。

特定健診を受けて 生活習慣を振り返りましょう

【監修】岡村智教(慶應義塾大学医学部衛生学公衆衛生学教室教授)
【仕様】A4判/8ページ/オールカラー
【価格】本体80円+税(多量割引あり)



※ココに名入れできます

リーフレット 204005

オリジナルで作成できます!!

「健診機関の一覧を載せたい」「独自の健康情報を追加したい」など、ご要望に応じた情報を追加することができます。

詳しくは本会まで

FAX: 03-3267-2658

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！」

KEY WORD ④

性とは「お互いの心を理解して生きること」

西口クリニック婦人科(福島県福島市) 野口 まゆみ

性の健康教育とは

日本では残念ながら、性といえは身体部分としての性器や性行動というセックス(Sex)についてのみの理解が大部分です。セクシュアリティ(Sexuality)に対する理解は乏しく、社会的・文化的に受け入れられているとは思えません。従って性の健康教育は、性器やそれに関わる行動に対するものと誤解され、ともすれば厄介物扱いをされてしまいます。

セクシュアリティをどう理解するか

文化的に根付いていないセクシュアリティを性同一性・性別違和の問題があります。また、好「性」という字から何を連想するかを話すことから始めています。男性・女性が存在することは誰でも知っていますが、医学的に言うところの人は、食欲や睡眠欲があるように、性欲は人間の欲求の一つでもあります。セクシュアリティに

産婦人科医は性の健康教育で何を語るか

セクシュアリティの視点に立ち、どうすれば性感染症や妊娠のリスクを減らす行動がとれるかを教えたい、と思っています。インターネットやSNSなどで若者たちが接する性情報は、おびただしい量で、何が正しくて何が間違っているかを判断するのは至難の業です。教科書や学校の授業でもある程度取り扱いますが、学校教育にはさまざまな縛りがあり、必要な内容を必要とすることに届けない状況にあります。

お互いの心を理解するとは

自分の心と身体を大切にできない人は、相手に大切にすることはできません。まずは、自分自身の理解と自己肯定が必要です。思春期は自分が何者なのかに悩み、人生の主人公になるための時期です。自身で考え、答えを出すことは大切ですが、

2月の母子保健指導員研修会

第493回
【テーマ】「母脳」と子の脳科学」
【講師】黒川伊保子(株式会社感性リサーチ代表取締役社長)
【内容】

- 子どもの脳を豊かに育むために
- 子どもを伸ばすためのルールとは
- 子どもをどう育てようか悩んでいる親へ伝えたいことなど

【日時】2月12日(火)13時30分～15時30分
【会場】TKP市ヶ谷カナルファレンスセンター(東京都新宿区)
【対象】保健師、助産師、看護師等の有資格者
【参加費】会員：無料、非会員：当日参加4千円
【問い合わせ・申し込み】03(3226)4785 FAX 03(3226)2658

1月の人 | 野口 まゆみ

1981年3月、福島県立医科大学卒業。大原総合病院、藤田総合病院勤務の後、95年4月、西口クリニック婦人科を女医2人で開業。クリニックには若者の受診が多く、性の健康教育を積極的に行うようになった。



第10話 経口避妊薬許可近し?

「経口避妊薬許可近し? 賛否両論の渦中にあって」1964年9月15日発行「家族計画」より(第83号)の一面。トピックスで、この見出しが躍っている。99年6月の承認までに何度となく繰り返される「ピル承認予報!」。



北村 邦夫 著

た。厚生省では、経口避妊薬調査会を設けて検討したが結論は出なかった。62年2月には、塩野義製薬がノアルテンS錠を、続いて5月には帝國省が許可に踏み切る見通しが強まってきた。この薬は避妊効果でいえば、のみ忘れない限り百パーセントという確実なもの。それにもかかわらず、業界から申請が出されて以来、すでに四年近くも

据え置かれ、未だに許可に疑問を持つ学者も少なくない。この避妊薬とはどんなものか、どういった点で反対されるのか、さらに反対論に対してどのような弁護がなされているか、発売された場合の問題点はどこにあるか。(後略)との編集サイドからの投げかけがあり、次のような解説が続く。60年5月、米国の経口避妊薬(ピル)を承認した。同年12月に日本では大日本製薬がエナビット錠を避妊薬として承認するよう申請した。ここに至って、厚生省は医学的、薬学的に十分な検討が行われたということ、効果は百パーセントで副作用は微少という理由で承認に踏み切ろうとしている。なお実際発売にあたっては、医師の処方がなくは売られない。問題が起これば医師が常にチェックできるようにする、学術雑誌の他は広告させない、ということを考えている。

最新の公衆衛生の情報を網羅したダイアリー 2019年版

保健指導ノート

アマゾンでも申し込み受付中!!

手帳

- ・週間予定表(バーチャカル式、見開き1週間)(2019年1月～2020年3月まで)
- ・年間・月間予定表
- ・厚生労働省関係月間・週間の行事
- ・年齢・干支早見表
- ・国民の祝日と二十四節気

- ・メモ欄
- ・3年分暦

資料編

- ・人口・保健統計
- ・生活習慣病
- ・感染症対策
- ・食品保健
- ・その他の疾病対策
- ・高齢者保健福祉
- ・調査・分析方法等
- ・精神保健福祉
- ・口腔保健
- ・産業保健
- ・インターネットの活用

■定価：本体1,500円＋税 ■B6判／カバー付き／しおりひも2本付き
■執筆・監修(資料編)：一般社団法人日本家族計画協会公衆衛生委員会(委員長 柳川洋(自治医科大学名誉教授))