

セブン
7A

私たちの
スローガン
です

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

家族と健康

Reproductive Health

JFPA®
ジャファ

一般社団法人

日本家族計画協会

〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷1-34-14 宝ビル7F
電話03(6407)8971 FAX03(6407)8972 <https://www.jfpa.or.jp>
発行人：三橋 裕行 編集人：青田 陽

【保存版】2024年10月～2025年9月発行分

今号のページ

- インタビュー
性暴力から被害者を守るため
に知っておきたいこと
(上) 加害者臨床 2面
- インタビュー
性暴力から被害者を守るため
に知っておきたいこと
(下) 防止・解決のカギ 3面
- 2024年10～12月の
ニュース・トピックス 4～10面
- 2025年1～9月の
ニュース・トピックス 10～13面
- 職域保健の現場から⑩～⑫ 14～15面
- はたがや日和
～JFPA相談室へようこそ～ 16～19面
- 令和7年度健やか親子21
全国大会(母子保健家族計画
全国大会)被表彰者 20面



原田 省氏

当日は、選考委員会
員ならびに過去の受賞者
のうち故人を除く30名を
推薦人として、推薦され
た候補者の功績調書をも
とに、厳正な審査が行わ
れ、現鳥取大学学長であ
る原田省(たすく)氏(67
歳)の受賞が決まった。
これで受賞者数は41名。
内訳は医師38名、看護職
3名となった。

選考委員会は、木下勝
之(日本産婦人科医学会)、
小西郁生(日本産科婦人
科学会)、吉村泰典(日本
生殖医学会)、高松潔(日
本女性医学学会、勝部ま
ゆみ(ジョイセフ)、北村
邦夫(本会)(敬称略)
から構成されている。

原田氏は、1958年
に兵庫県で生まれ、83年
に鳥取大学医学部医学科
を卒業。卒業後、同大学
医学部附属病院産科婦人
科に入室。85年には英国
リーズ大学に留学し体外
受精技術を学んだ。帰国
後89年に鳥取大学医学部
助手、93年講師、200
7年准教授、08年に教授
に就任。その後、12年に
医学部附属病院副院長
長、17年に副学長および
医学部附属病院長、23年
には理事・副学長を歴
任。25年4月1日から
は、鳥取大学の学長とし
て4年間の任期を務めら
れる。

原田氏の専門分野は産
婦人科学および生殖医学
で、特に子宮内膜症の研
究において世界的に注目
されている。子宮内膜症
の増殖・進展機構の解明
と新たな分子標的治療の
開発に取り組み、子宮
内膜症の細胞増殖に炎症
反応が関与していること
を明らかにされた。我が
国における、子宮内膜症
と月経困難症の治療薬開
発に医学専門家として参
画され、ルナベル、ディ
ナゲスト、ルナベルUL
D、ヤーズフレックス、
ジェミーナ、レルミナ、
アリッサの臨床応用に貢
献。また、11年には鳥取
大学医学部附属病院に新
設された低侵襲外科セン
ター長に就任し、診療科
の壁を越えた横断的な診
療体制を構築。このセン
ターでは、ロボット手術
を核とした先進医療を推
進し、19年6月にはロボ
ット手術の症例数が10
00件を突破。25年3月
現在で約3500件に達
している。さらに、病院
長として医学部附属病院
の経営改善にも尽力さ
れ、広報活動を強化して

子宮内膜症の研究などSRHRの 向上に関する幅広い功績

日本家族計画協会の故松本清一元会長の名を冠した顕彰制度
で、わが国におけるリプロダクティブ・ヘルスの分野において
活躍している第一人者に対し、その功績を讃えて贈呈する「松
本賞」。その第29回選考委員会が3月28日に開催された。

第29回
松本賞

原田省氏(島根県)に受賞決定

部門間の連携を促進し、
チーム医療を推進され
た。事務部門と医療現場
のコミュニケーションを
改善し、経営効率の向上
に寄与されている。

日本産科婦人科学会理
事、日本生殖医学会常務
理事、日本産科婦人科内
視鏡学会副理事長、日本
受精着床学会理事、日本
内分泌学会代議員、米国
内分泌学会会員、米国生
殖医学会会員、Asian
Society of
Endometriosis and
Adenomyosis
President、World
Endometriosis Society
Board Member、
Society of
Endometriosis and
Uterine Disorder Board
member、日本エンドメ
トリオーシス学会理事長
など、国内外の学会で重
要な役職を務められた。

原田氏の座右の銘は
「置かれた場所で咲きな
さい」であり、与えられ
た環境で最善を尽くす姿
勢を大切にされている。
25年4月からの学長就任
により、これまでの豊富
な経験と専門知識を活か
し、鳥取大学のさらなる
発展に寄与されることが
期待されている。

以上、原田氏の女性の
セクシアル・リプロダ
クティブ・ヘルス／ライ
ツの向上に関する幅広い
功績は由緒ある松本賞に
値するものと評価され、
今回の受賞に至ったもの
である。

(2025年4月15日掲載)

Every Child a Wanted Child

JFPA®

一般社団法人
日本家族計画協会

インタビュー

性暴力から被害者を守るために
知っておきたいこと

下 防止・解決のカギ

一つめの解決のカギ

法律・制度の改正

この瞬間にも日本のどこかで性犯罪が起きている。性暴力は、身近な問題として、市民も合わせざるを得なくなっています。これを解決するに、おのずと考える方も変わりは、まず、社会の中にある前提となっている価値観を変えていかないと、

◇

おそらく、多くの日本の女性は、本人が自覚しているか否かを除けば、痴漢や盗撮をはじめとし

早い方法は法律や制度の改正です(例えば、2023年7月の刑法改正など)。これらが変わると、行政も警察も裁判所

一つめの解決のカギ
包括的性教育

そして、法律・制度へのアプローチだけでなく、もう一つ、包括的性教育を幼少期から行っていく、というのもこれから大事なポイントになってきます。

基本的な性的同意、性行同意年齢、からだの権利、プライバシーゾーン、性的自己決定権、こ

ういった知識に幼い時から触れていくことで、自分の身体が大事なものであることを認識し、成長するにつれ外の世界との間に境界線が出来上がっ

「スマホを持つときには」

ことを訴えたときに、周知されたり、「土下座し定めない(できない)こととがあまりに多過ぎます。一度、自分が訴えたことを受け止めてもらえない経験があると、訴えること自体が無駄だと思うようになりますし、ひどい場合だと自分が受けたことが性暴力だという認識もできなくなってしまうことすらあります。

最近では、だいたいは、例えば警察署に行っ

たところ、「この人にも

ます。初犯をどうやって防ぐのかというのは、現在も世界中で研究されて

いるところですが、例えば私が関わっている少年事件のケースを見てみる

と、初犯に至るまでに、実は加害行為などをか

りの回数繰り返していたという事実が気付くこと

があります。こうした潜在的な加害者の最初に行

う加害行為をどうやって止めるか、ということがとても大事になります。

少年事件に関わっていると、加害行為をした少年たちは、性的同意や性的自己決定権といった性

教育のキーワードをどれ

も聞いたことがない、知

らないという場合がよくあります。そして、ひと

たび事件を起こしてしまうと決まってしまうこと

スマートフォンを持つ子どもが最近増えてきて、さまざまな情報に触れたり、SNSを通じてやり取りをしたりする年齢が下がってきています。情報端末を扱う上で、被害者にもならないために、「盗撮」と「性的グルーミング」については大人たちから正しい情報を伝えてほしいです。

盗撮は、いまや小学生でも加害者になることが

あります。また、本人は

やらなくても、繁華街の

エスカレーターなどでス

マホを出しているだけで

盗撮バスターといわれる

人物から一方的に疑いを

かけられ金銭を要求され

う状態です。

そこで、事件を起こした

子たちに一つずつ丁寧に

に包括的性教育のキーワードを説明をしていくと、

「いや、これは知らないな

ながることがリスクであることも教えないといけません。

私たちが成長の過程で経験していることです。

本来、エスカレーター

でスマホを見なければい

けない理由は、まずない

ので、事件が起きやすい

場所です。疑われるよう

なことはしないとい

うことを伝えるのも重要

です。

また、他人を無断で撮

つてはいけないというこ

とも、つまり他者を無断

で撮影することの暴力性

を、スマホを持つときに

はきちんと教えるべきで

す。

また、性的グルーミン

グは概念から教えておく

必要があります。認識を

するための枠組みがない

と、子どもたちは自分が

されていることを性的グ

ルーミングだと思わない

ことがあつたためです。

コラム

2024年4月6日、旧ジャニーズ事務所で性被害を受けた当事者で結成する「ワニズアクション」が、先日都内でキックオフイベントを開催しました。被害者支援、加害者臨床、包括的性教育を3本柱として掲げています。被害者支援、加害者臨床ももちろん大事ですが、それ以前の包括的性教育も重要という視点です。この3つがうまく調和することによって、子どもたちを被害者にも被害者にも傍観者にもしないことを目指します。

この歴史的な性被害事件は23年3月に英BBCが報じて話題になりましたが、中でも最もインパクトがあつたのは「ルーミング」という言葉でした。メディアを通じてこの言葉が知られるようになり、男の子も性被害に遭うことが現実になっていることがよくよく認識されています。現在の法律では、性被害を受けても声を上げられずに時効を迎えてしまつと、もう刑事事件として扱えなくなるのが現状ですが、時効を撤廃すること、被害者の権利を守っていくことができると考えています。

子ども時代に受けた性被害はそれがなかなか性暴力と認識できず、カミングアウトもしづらいということが現実起こっています。今後は、未成年時に経験した性被害については、控訴時効を撤廃していくのがワニズアクションが達成するゴールの一つだと考えていると聞いています。現在の法律では、性被害を受けても声を上げられずに時効を迎えてしまつと、もう刑事事件として扱えなくなるのが現状ですが、時効を撤廃すること、被害者の権利を守っていくことができると考えています。

筆者プロフィール 斉藤 章佳 (さいとう・あきよし)

西川口榎本クリニック副院長(精神保健福祉士/社会福祉士)

1979年滋賀県生まれ。大学卒業後、わが国最大規模といわれる依存症施設である榎本クリニックにソーシャルワーカーとして、20年以上に渡りアルコール依存症を中心にギャンブル・薬物・摂食障害・性犯罪・児童虐待・DV・クレプトマニアなどさまざまなアディクション臨床に横断的に携わる。その後、2024年10月から現職。

専門は加害者臨床で現在まで3,000名以上の性犯罪加害者の治療に関わり、性犯罪加害者の家族支援も含めた包括的な地域トリートメントに関する実践・研究・啓発活動に取り組んでいる。また、都内更生保護施設では長年「酒害・薬害教育プログラム」の講師を務めている。小中学校では薬物乱用防止教育をはじめ、大学でも早期の依存症教育に積極的に関わっており、全国での講演も含めその活動は幅広くマスコミでも度々取り上げられている。東京都痴漢被害実態把握調査委員、一般社団法人痴漢抑止活動センターアドバイザーなど。

【著書】

- 「性依存症の治療」金剛出版。2014 (共著)
「性依存症のリアル」金剛出版。2015 (共著)
「男が痴漢になる理由」イースト・プレス。2017
「万引き依存症」イースト・プレス。2018
「小児性愛という病ーそれは、愛ではない〜」ブックマン社。2019
「しくじらない飲み方ー酒に逃げずに生きるには」集英社。2020
「セックス依存症」幻冬舎新書。2020
「行為依存と刑事弁護」日本加除出版。2021 (共著)
「盗撮をやめられない男たち」扶桑社。2021
「行為プロセス依存症の診断・治療と再発防止プログラム作成の手引き」診断と治療社。2022 (共著)
「50歳からの性教育」河出書房新社。2023 (共著)
「男尊女卑依存症社会」垂紀書房。2023
「子どもへの性加害ー性的グルーミングとは何か」幻冬舎新書。2023
「つながりを、取り戻す。」ブックマン社。2023 (共著)
「性暴力の加害者となった君よ、すぐに許されると思うなかれ」ブックマン社。2024 (共著)
監修に漫画「セックス依存症になりました。」(津島隆太作集英社。2020)

実感しています。

11月は「乳幼児突然死症候群（SIDS）」の対策強化月間です

こども家庭庁が、毎年11月を「乳幼児突然死症候群（SIDS）」の対策強化月間と定め、啓発を行っています。

■1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう
■できるだけ母乳で育てましょう
■たばこをやめましょう
■「乳幼児突然死症候群（SIDS）」の対策強化月間です

詳細は「コチラ」

【こども家庭庁】11月は「乳幼児突然死症候群（SIDS）」の対策強化月間です

国立環境研究所気候変動適応センターの研究チームは、「経験相対気温」と呼ばれる気候指標を用いて、「暑熱馴化（暑さへのなれ）」を考慮することにより、熱中症リスクの予測精度が向上することを明らかにした。

暑さへの「なれ」を考慮することにより、熱中症リスクの予測精度が向上

国立研究開発法人国立環境研究所

国立環境研究所気候変動適応センターの研究チームは、「経験相対気温」と呼ばれる気候指標を用いて、「暑熱馴化（暑さへのなれ）」を考慮することにより、熱中症リスクの予測精度が向上することを明らかにした。

11月24日(日)～11月30日(土)は令和6年度「医療安全推進週間」

厚生労働省

厚生労働省では、「患者の安全を守る」ことを中心とした総合的な医療現場を推進する。この週間を「医療安全推進週間」と定めている。

1. 在宅医療へ移行するための基本的条件
2. 在宅移行を提案する病院の医療職が大切にすべきこと
3. 在宅移行を提案する際に医療職が心がけること
4. 退院計画の立案と提示

「医療的ケア児の在宅移行のための指針」公表

10月28日、日本小児医療保健協議会合同委員会重症心身障害児(者)在宅医療委員会は、「医療的ケア児の在宅移行のための指針」を公表した。

近年、日本での医療的ケア児は増える傾向にある。在宅医療委員会は、「医療的ケア児の在宅移行のための指針」を公表した。

詳細は「コチラ」

糖尿病を正しく理解。2024年 World Diabetes Day オンライン企画開催

公益社団法人日本糖尿病協会

詳細は「コチラ」

公益社団法人日本糖尿病協会(JADEC)は、11月14日の2024年 World Diabetes Dayに合わせ、糖尿病への正しい理解を促すためシンポジウムを開催する。

詳細は「コチラ」



国立成育医療研究センターは、小学校5年生と中学2年生を対象に、新型コロナウイルスのパンデミック下における生活の中、大人が子どもの声を積極的に聴き、取り入れるようとする中で、子どもの生活の質(QOL)にどのような影響を与えたかを調査、分析した結果を発表した。

●「養育者と先生の両方から声を聴かれた」と答えた割合は、24・6%の子どもが「どちらからも声が聴かれていない」と回答。中学生は小学生よりも声を聴かれたと答える頻度が低い傾向が見られた。

●52・9%の子どもは「養育者と先生の両方から声を聴かれた」と答えた。24・6%の子どもは「どちらからも声が聴かれていない」と回答。中学生は小学生よりも声を聴かれたと答える頻度が低い傾向が見られた。

●「聴く」際には、子どもから発せられるものをただ受け止めるだけではなく、子どもが気持ちよく伝えやすいようにその子どもに合った方法でサポートし、その意見が生かされるように一緒に考える姿勢が大切である。」と述べている。

●「聴く」際には、子どもから発せられるものをただ受け止めるだけではなく、子どもが気持ちよく伝えやすいようにその子どもに合った方法でサポートし、その意見が生かされるように一緒に考える姿勢が大切である。」と述べている。

●「聴く」際には、子どもから発せられるものをただ受け止めるだけではなく、子どもが気持ちよく伝えやすいようにその子どもに合った方法でサポートし、その意見が生かされるように一緒に考える姿勢が大切である。」と述べている。

●「聴く」際には、子どもから発せられるものをただ受け止めるだけではなく、子どもが気持ちよく伝えやすいようにその子どもに合った方法でサポートし、その意見が生かされるように一緒に考える姿勢が大切である。」と述べている。

●「聴く」際には、子どもから発せられるものをただ受け止めるだけではなく、子どもが気持ちよく伝えやすいようにその子どもに合った方法でサポートし、その意見が生かされるように一緒に考える姿勢が大切である。」と述べている。

法の検討も期待される。

「食育に関する世論調査」の結果を発表

内閣府

内閣府は食育に関する世論調査を行い、結果を公表した。

1. 食に関する話題について

●食について最近1か月の間に話題にしたことは、栄養バランスや食生活についてが57・7%と最も多い。

詳細は「コチラ」

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

令和6年度「医療安全推進週間」について

会の充実が71・8%と一番多い。

●小・中学校などの児童・生徒に対する食育に関して、どのような取り組みが必要かについて

●民間企業が発信する食育情報の入手方法についてはテレビや新聞による広告64・5%と最も多い。

●民間企業が発信する食育情報の入手方法についてはテレビや新聞による広告64・5%と最も多い。



HPVワクチン キヤッチアップ接種

初回は11月末までに

厚生労働省は10月16日、都道府県・市町村等に向けて、HPVワクチンのキャッチアップ接種に関する事務連絡を行った。

4価・9価ワクチンを接種する場合、標準的な方法では2か月の間隔をおいて2回接種した後、6か月の間隔をおいて1回接種することとしている。

4価・9価ワクチンを接種する場合、標準的な方法では2か月の間隔をおいて2回接種した後、6か月の間隔をおいて1回接種することとしている。

4価・9価ワクチンを接種する場合、標準的な方法では2か月の間隔をおいて2回接種した後、6か月の間隔をおいて1回接種することとしている。

4価・9価ワクチンを接種する場合、標準的な方法では2か月の間隔をおいて2回接種した後、6か月の間隔をおいて1回接種することとしている。

マイコプラズマ肺炎の流行に伴う妊婦への対応に関する注意点

日本産科婦人科学会

11月8日、日本産科婦人科学会はマイコプラズマ肺炎が流行していることを踏まえ、妊婦への対応に関する注意点を公表した。

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

●マイコプラズマ肺炎の感染ルートと感染対策

大雨災害を受けて被災地での妊産婦、乳幼児に対して適切な支援を行うよう通達

こども家庭庁

10月13日、スポーツ庁は、令和5年度体力・運動能力調査を公表11月8日からの大雨による災害を受けてこども家庭庁は、関係団体や医療機関に対し事務連絡を出した。

策に関するマニュアル等について（情報提供）

妊産婦、乳幼児に対して、健康管理に配慮した早急な対応が受けられるように、特段の配慮を求めている。

また、今後、避難所等の生活が予想されることから、避難所にて十分に配慮された適切な支援を行うためのポイント、注意点を示している。

◇

1. 妊婦健康診査等の各種母子保健サービスの取扱いについて

2. 災害により被災した妊産婦及び乳幼児等に対する支援のポイントについて

3. 災害時の母子保健対策に関するマニュアル等について（情報提供）



詳しい情報はコチラ

令和6年11月8日からの大雨による災害の被災者に係る妊婦健康診査等の各種母子保健サービスの取扱い等について（こども家庭庁（2024年11月20日掲載）

「日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュール」改訂

日本小児科学会

日本小児科学会は「日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュール」を10月27日に改訂した。変更点は下記の通り

- ・肺炎球菌ワクチンの「日本小児科学会の考え方」を追記。
- ・ロタウイルスワクチンの注意事項の記載を更新。
- ・3種混合、不活化ポリオの定期接種対象時期の表記を一部修正。
- ・3種混合ワクチンについて「日本小児科学会の考え方」を追記。
- ・上記に伴いインフルエンザワクチン予防接種チェック表を変更。
- ・新型コロナウイルスに関する記載を更新。予防接種チェック表を作成。



・HPVワクチンの「標準的接種年齢と接種期間」を追記。

・国内で利用できる新型コロナウイルスワクチン一覧を作成。

詳しい情報はコチラ

【医療関係者用】日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュールの変更点（2024年10月27日版）日本小児科学会（2024年11月20日掲載）

11月は「薬剤耐性（AMR）対策推進月間」

厚生労働省

厚生労働省は11月を「薬剤耐性（AMR）対策推進月間」として、日本脳炎の注意事項について、厚生労働省の引用URLを最新のものに更新。

経鼻弱毒生インフルエンザワクチンの項を追加。

上記に伴いインフルエンザワクチン予防接種チェック表を変更。

・新型コロナウイルスに関する記載を更新。予防接種チェック表を作成。

詳しい情報はコチラ

厚生労働省は11月を「薬剤耐性（AMR）対策推進月間」として、日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュールの変更点（2024年10月27日版）日本小児科学会（2024年11月20日掲載）

体重減少性無月経および摂食障害に関して5つの資料を作成

日本産科婦人科学会

日本産科婦人科学会（女性ヘルスケア委員）は、体重減少性無月経や摂食障害の疑いのある患者に向けて、下記の5テーマの説明資料を公表した。

- 「体重減少性無月経とは「体重が減って月経が止まった」、身体でなにが起きているの？」
- 「運動による月経不順」「部活や運動を頑張っているの？」
- 「妊娠・出産への影響」「体重が減って月経が止まった」、妊娠・出産には影響しますか？」

詳しい情報はコチラ

「一日中食事や体重のことばかり考えてしまう」、身体でなにが起きているの？」

体重減少性無月経および摂食障害に関して 日本産科婦人科学会（2024年11月20日掲載）

食習慣を改善するつもりはない男性8割女性6割

国民健康・栄養調査

厚生労働省

厚生労働省は、11月25日に令和5年「国民健康・栄養調査」の結果を公表した。

概要は以下の通り。

●身体状況

- ・男性の20歳以上の肥満者（BMI≧25）の割合は31・5%、やせの者（BMI<18・5）の割合は18・5%、割合は男性4・4%、肥満者もやせの者も2013年～2019年間で有意に増加し、その後有意な増減はない。
- ・女性も2011年からみると肥満者もやせの者も有意な増減はない。

20歳以上の野菜摂取量の平均値は256・0gであり、男性では直近10年間で有意に減少、女性では2015年以降有意に減少。

・年齢階級別にみると、野菜摂取量は男女ともに20歳代で最も少なく、年齢階級が高い層で多くなっている。

・食塩摂取量の平均値は9・8gであり、男性10・7g、女性9・1gである。この10年間でみると、男女とも有意な増減はみられない。

・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日1日2回以上摂っている者の割合は、男性45・7%、女性47・1%であり、男女ともに70歳以上で最も高い。

・食生活を「改善することに心がけない」、「関心はあるが改善するつもりはない」、「食習慣の問題はないため改善する必要はない」に回答した者の割合の合計が、男性では約8割であり、女性では6割を超えている。

●身体活動・運動及び睡眠に関する状況

- ・20歳以上の歩数の平均値は男性で6,628歩、女性で5,659歩であり、直近10年間で男女とも有意に減少。
- ・ここ1か月間、睡眠で

休養がとれている者の割合は74・9%であり、2009年からの推移でみると有意に減少。

●飲酒・喫煙に関する状況

- ・生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合は、男性14・1%、女性9・5%である。
- ・この10年間でみると、リスクを高める飲酒は男性では有意な増減はなく、女性では有意に増加している。
- ・年齢階級別にみると、リスクを高める飲酒の割合は男性では40歳代、女性では50歳代が最も高い。
- ・現在習慣的に喫煙している者の割合は15・7%であり、男性25・6%、女性6・9%。直近10年間で男女とも有意に減少。
- ・受動喫煙の機会を有する者の割合は、男性

令和5年「国民健康・栄養調査」の結果 厚生労働省（2024年11月28日掲載）

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

◆◆◆

世界の糖尿病患者が過去数十年で4倍、未治療の人々も3.5倍

WHO

NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) が世界保健機関 (WHO) の支援を受けて実施した分析では、世界中で糖尿病を患う成人の数は8億人を超え、1990年以来4倍以上になっていると報告している。

この傾向は世界的な不平等を招いている。2022年には、30歳以上で約4億5,000万人の患者 (全成人糖尿病患者の約59%) が治療を受けておらずに、未治療の人々には1990年と比べると上昇。特に低・中所得国

になる。これらの未治療の成人の90%はLMICsで生活している。

WHOは、急増する糖尿病の負担に対処するため、11月13日に、糖尿病に関する新たな国際的なフレームワークの枠組みを開始した。この試みは、糖尿病の予防、ケア、アウトカム、影響の測定と評価について、各国に包括的なガイダンスを提供する重要なステップであると説明している。

詳細は「コチラ」

国立環境研究所気候変動適応センターは、11月19日に国内の中学校・高校における運動部の活動が熱中症の発生リスクに与える影響を公表した。

研究によると熱中症発

部活動 (野球、ソフトボール、サッカー・フットサル、テニス、陸上競技、弓道、その他) 持続的運動や厚手のユニフォームを着用するもの

(1) 暑さ指数 (WBGT) は、暑さ指数 (WBGT) 、部活動の種類、時期、地域、活動場所に応じた対策が重要であることが明らかになった。

具体的には、

(1) 熱中症が発生しやすい

部活動 (野球、ソフトボール、サッカー・フットサル、テニス、陸上競技、弓道、その他) 持続的運動や厚手のユニフォームを着用するもの

同時に、上記に挙げた状況においても、活動の是非を判断するための暑熱基準を引き下げる熱中症対策が有効である。

また、大会前で練習を積み重ねないといけない時期など、暑熱基準を引き下げて対応できない場合は、活動前 (例：冷水・アイススラッリーの摂

取) ・中 (例：水掛け、アイスベストの着用) ・後 (例：冷水浴) といった身体冷却、屋外練習から屋内練習への切り替え、比較的涼しい日への練習の集約、暑熱馴化期間の導入の対策の組み合わせを積極的に講じるべきとまとめている。

詳細は「コチラ」

公益社団法人日本歯科医師会は、11月22日に「歯科医療に関する一般生活者意識調査」の結果を公表した。

これは全国の15歳～79歳の男女10,000人を対象に実施した意識調査である。

2005年からほぼ隔年で行われており今回で10回目になる。

結果の概要は以下の通り。

●口腔トラブルが及ぼす

30代以下の若い世代で半数近くが「歯の痛み」「歯の違和感」「口臭」のトラブル

日本歯科医師会

日常生活への影響

歯や口の中のトラブルは、「集中心」「生活の質」「コミュニケーション」など日常生活全般に影響

●口腔トラブルによるブ

違和感」「口臭」年代別では、特に30代以下の若い世代で半数近くがパフォーマンス低下を感じている

※本調査では、仕事のみならず家事、学業においても歯や口の問題が原因でパフォーマンスが低下する状態を「ブ

●口腔トラブルの実態

痛みや違和感は2～3日だが、口臭は「1年以上」と答えた人が25.5%と多い

●口腔トラブルの対処法

歯科医療機関を受診が一番多いが、「口臭」は対策グッズを購入して対処が一番多く、歯科医療機関を受診する人は12.4%

●歯や口の中のトラブルによりパフォーマンス低下時に「周りの人に言いにくい」と感じる人が約4割。他人からの指摘より自分で思い悩む傾向があり、男性や若年層に多い

詳細は「コチラ」

10代～30代の約半数が口腔トラブルでパフォーマンス低下を経験 日本歯科医師会

(2024年12月3日掲載)

2023年のはしかの症例数は世界で1,030万件 予防接種率の向上が課題

WHO

世界保健機関 (WHO) と米国疾病管理予防センター (CDC) の推計によると、2023年のはしかの症例数は世界で1,030万件で、2022年から20%増加。世界的に不十分な予防接種率が、症例の急増を後押ししていると報告している。

はしかは、ワクチンを2回接種することで予防可能。しかし、2023年には2,200万人以上の子どもが、はしかワクチンの初回接種を受け

は、はしかの子どもが死亡する可能性が低い国や地域で症例が発生したためであり予防可能な病気で亡くなる子どもはまだあまりにも多い。

はしかワクチンの2回接種が95%以上であることは、世界で最も感染力の強いはしかの発生を防

は、はしかの子どもが死亡する可能性が低い国や地域で症例が発生したためであり予防可能な病気で亡くなる子どもはまだあまりにも多い。

はしかワクチンの2回接種が95%以上であることは、世界で最も感染力の強いはしかの発生を防

詳細は「コチラ」

Measles cases surge worldwide, infecting 10.3 million people in 2023 WHO

(2024年12月2日掲載)

2. 健康の状況

(1) 健康状態の変化

この18年間で、健康状態が「よい」と思っている者の割合は減少傾向。

(2) 健康維持のために心がけていることと健康状態

第1回調査から継続して健康維持のために心がけていることについて、健康状態が「よい」と思っている者と「わるい」と思っている者を比べると、男性は「適度な運動をする」、女性は「バランスを考え多様な食品をとる」で最も差が大きい。

(3) 社会参加活動と健康状態

第1回調査から継続している社会参加活動について、健康状態が「よい」と思っている者と「わるい」と思っている者と

い」と思っている者を比べると、男性は「スポーツ・健康」、女性は「趣味・教養」で最も差が大きい。

3. 就業の状況

(1) 就業状態の変化

この18年間で、「正規の職員・従業員」の割合は減少、「パート・アルバイト」「自営業主、家族従業員」の割合は減少傾向。

(2) 仕事をしている者の割合の変化

仕事をしている者の割合は、全ての調査対象者が60～69歳となった8年前の第11回と今回を比べるとどちらも年齢が高くなるにつれて減少している。しかし、比較可能な68～69歳をみると今回の68～69歳の方が男女とも

に仕事をしている割合は高い。

(3) 仕事をしている理由

対象者で仕事をしている理由は、「健康を維持するため」が最も高い。

(4) 就業希望の状況

対象者で、仕事をしていない者のうち「仕事をしたい」と思っている者の割合は男性は14.2%、女性は10.2%。

詳細は「コチラ」

第19回中高年者縦断調査 (中高年者の生活に関する継続調査) の概況 厚生労働省

(2024年12月3日掲載)

「健康を維持するために働く」が最多 第19回中高年者縦断調査を公表

厚生労働省

11月21日、厚生労働省は『第19回中高年者縦断調査 (中高年者の生活に関する継続調査)』の概況を公表した。

この調査は、平成17年10月末時点で全国の50～59歳であった全国の男女を対象とし、その健康・就業・社会活動について、毎年追跡調査したものである。

第19回目にあたる今回の調査の対象者の年齢

は、68～77歳になる。この18年間で、「夫婦のみ」の世帯の割合は増加、「三世帯世帯」「親なし」世帯の割合は減少。

は、68～77歳になる。この18年間で、「夫婦のみ」の世帯の割合は増加、「三世帯世帯」「親なし」世帯の割合は減少。

は、68～77歳になる。この18年間で、「夫婦のみ」の世帯の割合は増加、「三世帯世帯」「親なし」世帯の割合は減少。

は、68～77歳になる。この18年間で、「夫婦のみ」の世帯の割合は増加、「三世帯世帯」「親なし」世帯の割合は減少。

は、68～77歳になる。この18年間で、「夫婦のみ」の世帯の割合は増加、「三世帯世帯」「親なし」世帯の割合は減少。

裸眼視力1.0未満の者の割合が上昇 令和5年度学校保健統計

令和5年度学校保健統計

文部科学省

文部科学省は、11月27日に「令和5年度学校保健統計」の確定値を公表した。

概要は以下の通り。

●健康状態調査

(1) 裸眼視力1.0未満の者の割合は、学校段階が進むにつれて高くなっており、小学校で3割を超えて、中学校では約6割、高等学校では7割近くとなっている。

(2) 肥満傾向児の割合は男女ともに9歳から12歳が最も高く、特に男子は9歳以降1割を超えている。痩身傾向児の割合は、男女とも10歳以降は約2～3%台と

高くなっている。 ※いずれの項目も調査時期の影響が含まれるため、2020～2022年度に引き続き2023年度の数値についても、2019年度までの数値と比較はできないとしている。

詳細は「コチラ」

令和5年度学校保健統計 (学校保健統計調査の結果) 確定値を公表します。 文部科学省

(2024年12月3日掲載)

令和5年度学校保健統計 (学校保健統計調査の結果) 確定値を公表します。 文部科学省

(2024年12月3日掲載)

令和5年度学校保健統計 (学校保健統計調査の結果) 確定値を公表します。 文部科学省

(2024年12月3日掲載)

令和5年度学校保健統計 (学校保健統計調査の結果) 確定値を公表します。 文部科学省

(2024年12月3日掲載)

「医療施設数」「病院の患者数・平均在院日数」減少 令和5(2023)年医療施設 (静態・動態)調査・病院報告の概況

厚生労働省

厚生労働省は11月22日に「令和5(2023)年医療施設(静態・動態)調査・病院報告の概況」を公表した。

この調査は令和5年10月1日現在における「休止中・1年以上休診中」の施設を除いた「活動中の施設」179,834施設(全国の医療施設総数182,494施設の98.5%)について「施設数」「病床数」「診療等」の状況、「従事者数の

状況」といった医療施設の調査と「患者数」「病床利用率」「平均在院日数」の病院の報告をとりまとめたものである。

894施設・75,780床(同288施設の減少、4,656床の減少)
歯科診療所・66,818施設・57床(同937施設の減少、1床の減少)

●「分娩」を実施した医療施設数
一般病院・886施設(前回(令和2年)と比べて60施設の減少)

●「小児科」を標ぼうする医療施設数
一般病院・2,456施設(前年と比べて29施設の減少)

一般診療所・17,778施設(前回(令和2年)と比べて60施設の減少)
一般診療所・880施設(同119施設の減少)

2年)と比べて1,020施設の減少)
●「産婦人科」または「産科」を標ぼうする医療施設数
一般病院・1,254施設(前年と比べて17施設の減少)
一般診療所・3,092施設(前回(令和2年)と比べて51施設の減少)

●病院報告
●病院の患者数
1日平均在院患者数・1,123,654人(前年と比べて0.2%)
●1日平均外来患者数・1,233,703人(同1.9%、23,855人の減少)
●病院の平均在院日数・26.3日(前年と比べて1.0日の短縮)

厚生労働省は「第64回厚生科学審議会予防接種・ワクチン分科会予防接種基本方針部会」にて行われたHPVワクチンのキャッチアップ接種に関する議論を受けて、11月29日に各自自治体に向けて事務連絡を行った。

●キャッチアップ接種期間終了後の取り扱いについて
●経過措置の期間について
●周知・広報について
●自治体の準備や医療機関の接種体制を確保するため、経過措置の内容について、できるだけ速やかに情報提供を行う必要がある。また、対象者が接種について検討・判断できるよう、経過措置の内容とあわせて、ワクチンの有効性・安全性についても、引き続き丁寧かつ確実に情報提供を行うことが重要である。

●キャッチアップ接種の対象者(1997年度生まれから2007年度生まれの女子)に加え、2024年度が定期接種の最終年度である者(2008年度生まれの女子)も対象とする。

●経過措置の期間について
●周知・広報について
●自治体の準備や医療機関の接種体制を確保するため、経過措置の内容について、できるだけ速やかに情報提供を行う必要がある。また、対象者が接種について検討・判断できるよう、経過措置の内容とあわせて、ワクチンの有効性・安全性についても、引き続き丁寧かつ確実に情報提供を行うことが重要である。

●キャッチアップ接種の対象者(1997年度生まれから2007年度生まれの女子)に加え、2024年度が定期接種の最終年度である者(2008年度生まれの女子)も対象とする。

●キャッチアップ接種の対象者(1997年度生まれから2007年度生まれの女子)に加え、2024年度が定期接種の最終年度である者(2008年度生まれの女子)も対象とする。

19年ぶりに改訂

「有効性評価に基づく大腸がん検診ガイドライン」2024年度版公開

国立がん研究センター

11月27日に国立がん研究センターは、「有効性評価に基づく大腸がん検診ガイドライン」改訂版を公開した。

●便潜血検査免疫法を用いた検診の対象年齢と検診間隔、採便回数を新たに明示。

●複数の研究結果を集約し、便潜血検査免疫法の統合感度と統合特異度を算出。現在国内外で使用されている便潜血検査免疫法の感度が以前より大幅に向上したことが明らかになった。

●「有効性評価に基づく大腸がん検診ガイドライン」改訂版を公開した。

●便潜血検査免疫法を用いた検診の対象年齢と検診間隔、採便回数を新たに明示。

●複数の研究結果を集約し、便潜血検査免疫法の統合感度と統合特異度を算出。現在国内外で使用されている便潜血検査免疫法の感度が以前より大幅に向上したことが明らかになった。

●「有効性評価に基づく大腸がん検診ガイドライン」改訂版を公開した。

●便潜血検査免疫法を用いた検診の対象年齢と検診間隔、採便回数を新たに明示。

●複数の研究結果を集約し、便潜血検査免疫法の統合感度と統合特異度を算出。現在国内外で使用されている便潜血検査免疫法の感度が以前より大幅に向上したことが明らかになった。

●「有効性評価に基づく大腸がん検診ガイドライン」改訂版を公開した。

女性の健康総合センター (ICWH)開所

国立成育医療研究センターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

ターは、「女性の健康総合センター」の開所を記念して、11月17日、東京・日本橋ライフサイエンスハブおよびオンラインの健康総合センターセン

HPVワクチンのキャッチアップ接種 期間終了後も1年間の経過措置

厚生労働省

厚生労働省は「第64回厚生科学審議会予防接種・ワクチン分科会予防接種基本方針部会」にて行われたHPVワクチンのキャッチアップ接種に関する議論を受けて、11月29日に各自自治体に向けて事務連絡を行った。

●キャッチアップ接種期間終了後の取り扱いについて
●経過措置の期間について
●周知・広報について
●自治体の準備や医療機関の接種体制を確保するため、経過措置の内容について、できるだけ速やかに情報提供を行う必要がある。また、対象者が接種について検討・判断できるよう、経過措置の内容とあわせて、ワクチンの有効性・安全性についても、引き続き丁寧かつ確実に情報提供を行うことが重要である。

●キャッチアップ接種の対象者(1997年度生まれから2007年度生まれの女子)に加え、2024年度が定期接種の最終年度である者(2008年度生まれの女子)も対象とする。

不妊治療と仕事の両立支援 ガイドブックをWeb公開

厚生労働省

不妊の検査や治療を受けるためのポイントや情報を提供したガイドブックを作成し、2024年度版公開を記念して、11月27日に国立がん研究センターにて公開した。

不妊の検査や治療を受けるためのポイントや情報を提供したガイドブックを作成し、2024年度版公開を記念して、11月27日に国立がん研究センターにて公開した。

「令和6年版死因究明等推進白書」公表

厚生労働省

12月13日、「死因究明等推進白書」が公表されました。死因究明等推進白書は、毎年報告されるもので、死亡原因の追求を通じて、安全・安心に暮らすことができ、生命の尊重・個人の尊厳が守られる社会の実現に役立てることを目的としています。

●「厚生労働省」令和6年版死因究明等推進白書を公表します
(2024年12月24日掲載)

「こども誰でも通園制度」の ロゴマークを公開

こども家庭庁

2026年度より子ども・子育て支援法に基づく新たな給付として全国の自治体において実施される「こども誰でも通園制度」。

●「こども誰でも通園制度」のロゴマークを公開
(2024年12月18日掲載)

こども誰でも 通園制度

通園制度を利用したこどもたちの発見や驚きを「虫メガネ」で、輝く笑顔や未来を「星の煌めき」でシンブルに表現し、色覚障害の方にも配慮した配色、デザインとしている。

●「こども誰でも通園制度」のロゴマークを公開
(2024年12月18日掲載)

令和7年度母子健康手帳

乳幼児身体発育曲線など改定

12月27日付で、こども家庭庁は令和7年度母子健康手帳にかかる事務連絡を行った。

令和7年度版では、下記の改定が行われる。

【省令様式】

「乳幼児身体発育調査」を受けて、乳児・幼児身体発育曲線、身長体重曲線を更新

【任意様式】

解説がアップデートさ

れているほか、こども家庭庁が情報を提供している「母子健康手帳情報支援サイト」の内容を紹介したページも追加される。

詳しくは「コチラ」

▼母子健康手帳 こども家庭庁
(2025年1月15日掲載)

◆ ◆ ◆

「いつだって まんまるまんなか こどもたち」

こども家庭庁

1月10日、こども家庭庁は、2025(令和7)年度「こどもまんなか 児童福祉週間」の標語を公表した。

いつだって まんまるまんなか こどもたち
(村田六花さん 18歳 兵庫県)
こども家庭庁は、毎年5月5日からの1週間を「こどもまんなか児童福祉週間」と定めており、この期間中、児童福祉の理念の普及啓発のために

全国でさまざまなイベントが行われる。
詳しくは「コチラ」

▼令和7年度「こどもまんなか 児童福祉週間」の標語が決定しました
こども家庭庁
(2025年1月15日掲載)

◆ ◆ ◆

労働安全衛生

対策強化に向けて労政審が建議

今月17日、厚生労働省の労働政策審議会建議「今後の労働安全衛生対策について」が公表された。

労働災害による死亡者数は長期的に減少傾向にあるものの、2024(令和6)年の速報値では631人となっており、前年同期比で22人(3.6%)増加している。

また、近年、休業4日以上の死傷者数は2023(令和5)年は13万5,371人、3年連続増加となった。

加えて、近年、メンタルヘルスの不調を訴える労働者の増加、高齢化の進展などもあり、労働安全衛生をめぐっては対策が求められている。

こうした現状を踏まえ、労政審は、労働安全衛生対策の強化を厚生労働大臣に求める建議を行った。

主な概要は、次のとおりである。

1. 個人事業者等に対する安全衛生対策の推進
2. 職場のメンタルヘル

3. ストレスの軽減
4. 化学物質による健康障害防止対策等の推進
5. 機械等による労働災害防止の促進等
6. 高齢労働者の労働災害防止の推進
7. 一般健康診断の検査項目等の検討
8. 治療と仕事の両立支援対策の推進
9. その他所要の措置
10. 中でも、「一般健康診断の検査項目等の検討」においては、①女性特有の健康課題(月経随伴症

詳しくは「コチラ」

▼労働政策審議会建議「今後の労働安全衛生対策について」を公表します
厚生労働省
(2025年1月23日掲載)

◆ ◆ ◆

9年連続減少 出生数72万人

2024(令和6)年人口動態速報

2月27日、厚生労働省は、2024年12月分の人口動態速報を公表した。

2024年1～12月における出生数は72万988人となり、過去最少で

詳しくは「コチラ」

一方、死亡数は、1,61万8,684人で過去最多となった(4年連続増加)。
(2025年2月27日掲載)

◆ ◆ ◆

小中高生自殺者数 過去最多529人

厚労省

3月28日、厚生労働省は、学校問題が最多自殺対策推進室は、「令和6年中における自殺の状況」を公表した。

2024年の自殺者数は2万320人(男性1万3,801人、女性6,519人。前年より1,517人減少した。一方、小中高生は529人であり、過去最多となった。

詳しくは「コチラ」

▼令和6年中における自殺の状況 厚生労働省
(2025年4月2日掲載)

内訳は、高校生351人、中学生163人、小学生15人。主な原因・動

国内初のプロゲスチン単剤経口避妊薬

厚労省専門部会が承認を了承

4月25日、厚生労働省薬事審議会・医薬品第一部会において、国内初のプロゲスチン単剤経口避妊薬の承認が了承された。

現在、経口避妊薬は、2種類の女性ホルモン(エストロゲンとプロゲスチン)の混合型のものが扱われている。この中で、エストロゲンは、血栓症のリスクとなると考えられ、血栓症要因がある、あるいは家族に血栓症の既往がある方、肺塞栓症、脳血管障害、冠動脈疾患などの既往がある方等には、服用禁忌とされている。承認される

こどもの数1366万人 過去最少

総務省統計局

5月5日の「こどもの日」、総務省は2025年4月1日現在のこどもの数(15歳未満人口)を公表した。

こどもの数は1,366万人で、前年より35万人少なかった。1982年以降、4年連続で減少しており過去最少となった。

なお、総人口に占めるこどもの割合は11.1%で、75年以降51年連続で低下している。

出生数70万人を下回る 人口動態統計

厚生労働省

6月4日、厚生労働省は令和6(2024)年人口動態統計月報年計(概数)を公表した。

出生数は、過去最少の68万6,061人。対前年4万1,227人の減少(9年連続減少)。

合計特殊出生率は、1.15で過去最低(9年連続低下)。

死産数は、1万5,322胎で減少した(対前年212胎減少)。

詳しくは「コチラ」

令和6年(2024)人口動態統計月報年計(概数)の概況―厚生労働省
(2025年6月4日掲載)

リー1の「制限なく使用できる」と記載されています。確実な避妊を求める日本人女性にとって、安心、安全に使用できる避妊薬として今後注目を集めていくに違いありません。

なお、今後は、厚生労働大臣の承認を経て発売となる。

(2025年4月28日掲載)



複数の身体症状で抑うつリスクが高まる？ 思春期世代の抑うつの 早期発見につながる可能性

国立成育医療
研究センター

9月2日、国立成育医療研究センターが、10～15歳の思春期世代を対象とした調査で、身体症状の数が多いほど抑うつ症状のリスクが高くなる可能性があるという結果を公表した。見過ごされやすい子どもの抑うつ症状の早期発見に役立てられることが期待される。

主なポイントは下記の通り

- 頭痛、腹痛、背部痛、

めまいなど、複数の身体症状を月に1回以上訴える子どもは、抑うつ症状を持つリスクが顕著に高く、多いほどリスクが高まる（身体症状が1つあるとリスクは2・7倍、4つだと16・4倍）。

●抑うつ症状のある子どもものうち約86%が、何らかの身体症状を月に1回以上経験している。身体の不調が心の健康状態を反映している可能性が示唆される。

●子どもの訴える身体症状の「数」や「頻度」に注目することで、家庭や学校、プライマリケアの現場でも活用で



きる簡便なスクリーニング方法になる可能性が示された。

詳しい情報はコチラ
身体症状の「数」が思春期の抑うつ症状の早期発見につながる可能性、10～15歳の小児の全国大規模調査で判明―国立成育医療研究センター―
(2025年9月17日掲載)

胃がん 若年層では女性のほうが多い！

国立成育医療研究センター

国立成育医療研究センター援センターが、9月12日、がん、糖尿病、循環器疾患、神経筋疾患の男女の性差に関するレポートを作成した。

男性の罹患者が多いというイメージを持たれやすい胃がんは、20～35歳では女性の方が多い傾向がみられた。

このほか、女性に多い

とされるクモ膜下出血、乳がんなどについても、年齢による性差の変化を明らかにしている。

同センターは、今後もライフコース全体を視野に入れ、さまざまなデータを活用し、性差に着目した健康データの解析を行っていくと述べている。

20～35歳では「胃がん」は男性より女性の方が多く、女性の健康総合センターが疾患別性差の可視化レポートを公開。性差に合わせて適切な医療を設計する未来を目指して―国立成育医療研究センター―
(2025年9月20日掲載)

なったもので、13・6%の父親が心理的・身体的・経済的・性的な家庭内暴力を経験していた。

また、家庭内暴力を受けている父親がいる家庭では、子どもへの虐待リスクが高い傾向にあり、身体的虐待が約2・0倍、心理的虐待が約2・1倍、ネグレクトが約3・1倍、そのほか何らかの虐待が約2・0倍となった。

同センターは、母親に対する支援の重要性は今後も変わることがないとしたうえで、父親が支援から取り残されがちであることにも目を向ける必要性があると呼び掛けている。

出生数は過去最少68万6千人 死亡数は過去最多160万5378人 令和6(2024)年人口動態統計

厚生労働省は9月16日(2人増)。

に、令和6(2024)年人口動態統計(確定数)を公表した。

出生数は、過去最少となり、68万6173人であった(対前年4万1115人減)。なお、9年連続で減少傾向が続いている。

死亡数は、160万5378人、4年連続増加しており、過去最多であった(対前年2万9362人増加。調

査開始以来最多となった。死因では、第1位が悪性新生物(腫瘍)で38万4111人。続いて、第2位は心疾患(22万6388人)、第3位は老衰(20万6887人)。

●自然増減数は91万9205人減少し、過去最大の減少となった(18年連続減少。対前年で7万477人減少)。

●死産数は1万5323胎。前年より211胎減少。

●死亡数は160万5378人で、前年より2万9362人増加。調

詳しくはコチラ



父親への家庭内暴力 子どもへの虐待リスクを 高める？

国立成育医療研究センター

8月25日、国立成育医療研究センターは、父親がパートナーからの暴力が2倍ほどに高まるという研究結果を公表した。

これは生後1年以内の子どもを育てる父親1,248人を対象とした調査から明らかに

家庭内暴力を経験した父親の子どもに虐待のリスクが高い傾向。父・母の区別なく、適切な理解とサポートが必要―国立成育医療研究センター―
(2025年9月20日掲載)

あなたと赤ちゃんの健康

WEBにて
無料公開中！

英語、中国語、ベトナム語など10言語にも対応！

お知らせ

妊娠中から考える
お産のあとの

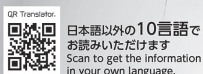
WEB版はこちら



https://www.jfpa.or.jp/anatato_akachan/

妊娠中から考える お産のあとの

あなたと 赤ちゃんの健康



日本語以外の10言語で
お読みいただけます
Scan to get the information
in your own language.

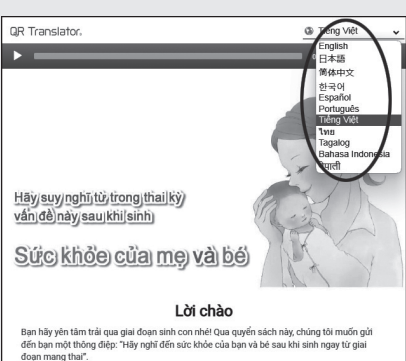
母子健康手帳情報支援サイトへは
こちらからアクセスください

JFPA® 一般社団法人 日本家族計画協会

新しくなった「あな赤」を、ぜひお役立てください

日本語を含む11言語に対応！

音声読み上げ機能も



本誌は日本語を含む11言語でお読みいただけます。

専用アプリは不要です。音声読み上げ機能もついています。二次元バーコードをスマートフォンなどで読み取って、ご利用ください。

【対応言語】

英語、簡体中国語、韓国語、スペイン語、南米ポルトガル語、ベトナム語、インドネシア語、タイ語、タガログ語、ネパール語

※「QR Translator」は株式会社PIJINの商標登録です



「妊娠中から考える
お産のあとのあなたと
赤ちゃんの健康」とは

妊娠・出産・子育てに
関係する啓発のために、本
会が1969年より毎年
発行し、これまで行政施
設、医療施設、子育てサ
ラに広く、たくさんの方々にご覧いただけるよう、WEBでの無料公開も開始しました。

また、日本語を含む11言語でお読みいただける仕様となっており、加えて、音声読み上げ機能も付いております(左記参

妊娠・出産・育児を通じて
多くのお母さんたちの妊
娠・出産・育児に役立てら
れてきた啓発冊子です。
2024年度より、さ

職域保健の現場から

60

京株式会社ダイフク 人事総務
本部人事総務部滋賀グループ

奥谷 さやか

高年労働者の健康管理・健康支援

本連載では職域保健の現場で活躍している方にさまざまな取り組みをご寄稿いただいています。今回は株式会社ダイフク人事総務本部人事総務部滋賀グループの奥谷さやかさんに、同社での高年労働者の健康管理や健康支援などについてご紹介いただきます。(編集部)

師、2名のヘルスキーパー(あん摩マッサージ指圧師)が、従業員の健康をサポートしています。健康課題(生活習慣・メンタル・喫煙)と健康支援

健康を考える上では、滋賀事業所は公共交通機関によるアクセスが難しく、自動車通勤をする従業員が多いため、年齢層で日常生活における活動量が少ないことがウイークポイントになっています。

定期健康診断の結果を見ると、ダイフク全体を見ると、年齢層のボリュームは20歳代後半が最も多くなっていますが、中高年齢者に当たる50歳代前半も多

く、有所見率を占める割合も50歳代が最も大きくなっています。年代別の有所見率は、年齢の上昇とともに高くなり、50歳代では約75%、60歳代では約86%の従業員が有所見となっています(図1)。有所見率の上昇はある年代から突然上昇するのではなく、20歳代から徐々に高くなってきていることから、今の30、40歳代の健康状態が良くなることで、20年先、30年先の高年労働者の有所見率を下げることでできるのではないかと考えています。

メンタルヘルスに関する保健師の取り組みとしては、入社・異動に伴ってストレスが高まりそう

年代別 有所見率

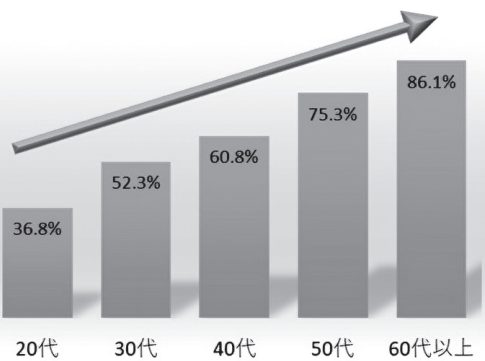


図1 年代別有所見率

な時期を見計らい、保健師面談を実施しています。また、65歳を超えて雇用継続となる従業員に対しては、状況により更

2023年度の喫煙率は24.4%と決して低い数字ではありませんが、毎年多くの従業員が禁煙にチャレンジしていることが、健康診断の問診を

経年を追うことで分かっています。そのような背景もあり、禁煙を後押しする施策として、卒煙プログラムの実施や、就業時間内に禁煙タイムを設けるなど禁煙を支援し、併せて受動喫煙による健康被害の低減も図っています。

健康支援の組織(こころと体の健康づくり委員会)と活動内容

当社では従業員の心身の健康づくりについて、会社・産業医・保健師・健康保険組合・労働組合が連携して「こころと体の健康づくり委員会」を

組織し、「事務局」として「分科会」で分担しています。事務局は全社員を対象にした施策を企画実施、分科会は主要拠点事業所が担当する地域の社

61

職域保健の現場から

京西日本旅客鉄道株式会社 大町 智栄
広島健康増進センター 保健師

大町 智栄

シニア世代への健康支援

職域保健の現場で活躍している方にさまざまな取り組みを寄稿いただいている本連載。今年度は、高年労働者の健康管理・健康支援等をテーマにお届けしております。今回、西日本旅客鉄道株式会社広島健康増進センター保健師・大町智栄さんに、同社で行われているシニア世代への健康支援についてご紹介いただきました。ぜひご覧ください。(編集部)

アにおいて鉄道事業を核に、鉄道ネットワークや「駅」という拠点を生かしたホテル、物販、不動産などさまざまな事業と連携を図りながらそれを行っており、現在約2万5,000人の社員が在籍しています。社員の健康を管理する「健康増進センター」は大阪・金沢・岡山・米子・広島

会社紹介

弊社は、「人、まち、社会のつながりを進化させ、心を動かす。未来を動かす。」を社員の志に掲げ、北陸から九州北部までの2府16県の営業エリ

ように発生し、転倒災害予防が課題に挙げられたことから、つまずきや転倒による怪我を未然に防

ことで健康リスクの低減に努めたりしています。滋賀事業所の分科会では、日常生活での活動量の増加を目指し、滋賀事業所の中心にある「やすらぎ池」のほとりにある、やすらぎハウスを拠点として「ランチウォーク」を毎月2回休みに開催しています(写真1)。

歩行コースは各自で自由に設定でき、各職場からやすらぎハウスまでは約5分となっており、昼食後に軽い運動をする良いきっかけとなっています。日々の保健師活動を通して思うこと

全従業員の中で、多くの人数を占めている現在50歳代の従業員が働き続けることで、これから徐々に60歳代の人数が増えていくことが予想されます。この年代になると治療を受けている従業員も多く、今後有所見者の割合は増えていくと思います。持病とうまく付き合ひ、いきいきと働く、それらを示すことができれば、若い世代の従業員が「ダイフクでの就



写真1 ランチウォークの1コマ

してシニア社員がいることと、そのものが安心感にもつながり、貴重な存在となっています。

シニア社員に対する健康支援の取り組みについて

私の所属する広島健康増進センターでは、社員が加齢に伴う心身の変化を知り、継続的に健康の

年からシニア再雇用制度が導入され、現在4,615人(16.1%)のシニア社員の多くが、乗務員(運転士・車掌)や駅業務、線路内の作業や高所作業、重量物や有害物を扱う機会の多い施設や電気系統、車両検修を専門とする車両系統などで活躍しています。

シニア社員の現状

弊社は40代後半から50代前半の年齢層の社員が極端に少ないという特徴があり、熟練した技術や知識の継承を進めていく上で経験豊富な高年齢社員は非常に大きな存在となつていきます。2006



といったシニア社員をサポートするための視点を共有し、現状と将来の健康リスクの気付きを促すとともに、個々にあった支援を行っています。個別面談で改めて話を伺うと、健診結果だけでは気付けなかった健康課題や悩みが浮き彫りになることもあります。そのため

加齢による身体機能の変化と自身の現状を把握したうえで対処できるよう社員のヘルスリテラシーを高める支援をすることにも、地域に戻ったのも心身の健康を維持できるように、退職後を見据えた情報提供なども行っています。

社内におけるシニア乗務員フォロー研修の展開について

弊社においてはシニア乗務員が全乗務員の約20%に上ることを受けて

職域保健の現場から

62

スタンレー電気株式会社総務部
保健師

外門 悠子

会社紹介

スタンレー電気株式会社は1920年の創業以来、自動車機器製品、コンポーネツ製品、電子応用製品を通して、光の

育成を担当する本社管理部門と連携し、2019年度より「加齢の自覚」「働きがいの再確認」「仲間の存在の再確認」を目的とした「シニア乗務員フォロー研修」を実施しています。『今の自分を振り返り、実感し、これからを、らしく生きる』をテーマとした研修は、本社管理部門が担当する、仕事におけるモチベーションの維持向上・

2部構成となつています。健康に関する体感型の講義においては、身体機能の低下を自覚しこれからの私生活及び業務の充実が図れるよう、受講者同士で日常生活を振り返り健康観などを話す時間や体力測定・記憶力テストなどを行っています(表1)。同年代が集まった研修であり、ディスカッションは活発で笑顔があふれ、受講者からは「体力測定を通して思っていた以上に筋力が低下していると感じた」「食事や運動の大切さを改めて認識できた」「仲間と久し

働き世代の睡眠支援

健康経営の取り組みの二環としての「睡眠」

職域保健の現場で活躍されている方にさまざまな取り組みを寄稿いただいている本連載。今回は、スタンレー電気株式会社総務部保健師・外門悠子さんに、同社で行われている働き世代の睡眠支援についてご紹介いただきました。ぜひご覧ください。
(編集部)

技術で豊かな毎日と安全安心な未来を届ける事業を展開しています。単体での従業員数は約3,900名、国内の営業所を含めると約20か所の拠点を有しています。

睡眠課題と健康経営の背景

当社では「競争力のあ

る企業」を目指し、社員個人と職場の健康を促進する健康経営を推進して

います。2025年度からは、研究開発・製造拠

点を中心に保健師を増

スタ7(食事・運動・禁

煙・飲酒・睡眠・ウェ

イ・ストレス」という

健康経営方針を定めて、こ

れに基づいた施策を展開

しています。社内独自の

健康アンケートでは、

睡眠で十分な休養が取

るよう支援してくれるた

れしていない」と回答す

るが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活リズムの

乱れにより、睡眠の質・

量に課題を抱えるケー

スが多く、職域保健の現

場でも対応が求められて

います。

睡眠支援の取り組み

社内ではeラーニング

を通じたセルフケア教育

に加え、今年度より健康

管理アプリ「F・I・N・C」

を活用した睡眠イベント

の実施を予定しています。

eラーニングは全体的

な知識提供としては有効

ですが、実際に従業員と

関わるとなかなか自分

と化できていない印象

です。一方で健康管理ア

プリアでは自分や部署

の平均歩数を増やすた

めに、各拠点の保健師も健

康経営の推進に力を入

れ、睡眠支援は重点項

目として位置付けてい

ます。特に働き世代では、長

時間労働や生活

(2024年度・10月～2025年度・9月号)			家 族 と 健 康		2025年(令和7年)11月27日		(18)
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 千田 陽子 (2025年6月2日掲載)			こども家庭庁が実施した「令和6年度青少年のインターネット利用環境実態調査」によると青少年のインターネット利用時間は1日平均約5時間2分。どの年代でも利用時間は増加しています。知りたいことは、本で調べなくても、人に聞かなくても、スマホがあればAIが教えてくれます。このところLINE相談に「その情報はどこから?」と思う「インターネット検索による情報(以下・ネット)」に振り回されている相談が増えることから、相談者目線に明朗会計なクリニック		で検索をしてみました。「日常は剥けるが、勃起すると剥けない。ネットに嵌頓包茎だとあり不安」という相談。検索すると同様の相談と回答があり「嵌頓包茎の一手前の包茎である」と書かれて、「包茎は悪臭や異臭を放ち不潔で、性交時に匂いを嗅いだ女性から嫌われる」「男女共に性感帯やがんの感染リスクを高める」「子どもみたら?」と思つ「インターネット検索による情報。コンプレックス解消のために手術をしない選択は考えられない」など不安をあおり、最終的に明朗会計なクリニック		という広告につながるものもありました。嵌頓包茎は、亀頭を無理に露呈させた結果、締め付けから循環不全が起きて包皮が腫れてしまい元に戻すために早急な治療が必要状態を言います。相談の回答は、包皮口が狭い包皮輪狭窄と考え、包皮口を伸ばすムキムキ体操を勧めれば多くは改善されるので、受診は痛みで剥けない場合に勧めれば良い状態です。次に「長時間射精しないと精子は古くなり質は悪化し、勃起不全になる」「自慰をしないと勃起力が無くなる」とネットで見えて心配という相談。「射精のメリット」は上位検索には「射精はすればするほど健康にいい」とあり、「長時間射精しないデメリット」の
私 は1年程前に勤務先の産婦人科でユースクリニックが立ち上がり、思春期保健相談士だったことからスタッフとして参加することになったと同時にJ F P A相談員に仲間入りしました。思春期の子どものための相談を聞く機会があまりなかったの、さまざまな相談に触れることで外来では聞けない子どもたちの悩みを知る事ができました。外来には緊急避妊薬を希望して受診する子もいます。ですがLINE相談			らしっかりと悩みを聞き、今後のことを一緒に考えていけるように接しなければと、背中を押す側と受け入れる側両方の立場を経験する中で、強く思うようになりました。また、産婦人科外来では男子の相談を受けることはまずないので、包茎、陰茎、自慰、形状や大きさにこだわる偏見や妄想からくる悩みを誰にも相談できず一人悩んでいる子が想像以上に多いことにも驚きました。女子でも妊娠するとは考えられない接触で月経予定日が1日遅れているため妊娠が不安。12歳で周りの子は来ているのにまだ初経が来ない、親にも言		い」とあり、「長時間射精しないデメリット」の検査には、「射精頻度が低いと脳が精子の生産力を減少させ性欲も衰えが腫れてしまい元に戻すために早急な治療が必要状態を言います。相談の回答は、包皮口が狭い包皮輪狭窄と考え、包皮口を伸ばすムキムキ体操を勧めれば多くは改善されるので、受診は痛みで剥けない場合に勧めれば良い状態です。次に「長時間射精しないと精子は古くなり質は悪化し、勃起不全になる」「自慰をしないと勃起力が無くなる」とネットで見えて心配という相談。「射精のメリット」は上位検索には「射精はすればするほど健康にいい」とあり、「長時間射精しないデメリット」の		「指を入れただけでも妊娠する」とネットで知り不安という相談も散見されます。ネットの回答の多くが「妊娠リスクは考えられないが可能性がゼロと言いつてもいい」と完全否定していませんが「妊娠する」との回答は皆無でした。ただ、生理の遅れや気分不快などから自分は妊娠している可能性が高いと思い込んでいるLINEの文面からは、検索しながらそこに出てくる文言に心を揺さぶられているかもしれな
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 阿部ひとみ (2025年7月1日掲載)			います。性行為を経験した後に不安になる子が多い印象もあり、事前に知識をもっていたら過度に不安を抱くこともないのでは? 正しく避妊できなかった時も、ただ不安になるだけでなく、どう行動すれば良いのか考えられないなど、電話や対面なら早く進む話も一度の回答では伝えきれないこともあります。LINEだとニュアンスが難しいですが、伝わりやすくなるにはどう答えればいいのか考え、苦戦し、工夫しながら、これからも思春期の駆け込み寺的存在でいられるよう対応していきたいと思っています。		と、あたかも信憑性のあつた情報のように書かれていて子どもたちが信じてしまつ、信じたいと思う気持ちも、それでも不安な気持ちも時代に沿って変化しています。これだけ、だれでも発信できる環境下にあつては、そんな話を信じた		の?!」と批判的ではなく、「ネットに〇〇と書いてあるから心配になるよね。でも感われないで」と相談者に寄り添いながら情報の訂正と正しい知識の提供ができる相談員になりたいと痛感します。そのために、子どもたちが日頃どのような
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 金子 友紀 (2025年8月1日掲載)			2022年4月から、人工授精などの「一般妊治療」や、体外受精・顕微授精といった「生殖補助医療」が保険適用になりました。この制度は、多くの方々に不妊治療への理解を深める良い機会を提供したと感じています。それと、LINE相談で私が個人的に一番大変なのが文章でのやり取りです。緊急避妊薬を飲んだ方がいいのか相談があった時も72時間の間に合うタイミングなのも分からないなど、電話や対面なら早く進む話も一度の回答では伝えきれないこ		昨年頃からは「回数や年齢の制限」に対する不安を抱える方が増えているように思います。保険適用の進展により、治療への関心が高まった一方で、これまで気にしていなかった方々も自分自身の状況を見直すきっかけとなったのかもしれません。		情報に触れているのか、われわれも常に関連ワードを検索して現状を把握することが不可欠。相談員の役割も時代に沿って変化しています。
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 中尾 光子 (2025年9月1日掲載)			私たちは、LINE相談を通して性に関する正しい知識や情報を伝えていきます。しかし手軽なコミュニケーションツールである一方で、相手の状態が見えず、相談の背景にある心理的な問題に对应しきれないものどかしさを感じることも少なくあります。高校生の男子から受けた相談。勃起や射精といった機能的な問題はないにもかかわらず、「男性不妊ではないか」という強い不安を抱えています。性器を硬いものに押して良かったと思いが、大量の情報から正しい知識を見分けるのは簡単なことではないと思		「不妊」や「不育」といった「不」のつく言葉が持つ否定的な印象を考えると、心の中でその言葉が重くのしかかることがあるかもしれません。身体的な問題だけでなく、心の面でもさまざまな影響を与える可能性があります。1人目を自然妊娠された方の中には、次のお子さんになかなか授からない状況で、「自分は不妊ではないと思うのですが、こちらの相談を利用してほしいのか迷っています」とおっしゃる方もいます。このようなた方は「不妊」という言葉を使うことに抵抗を感じている様子が見受けられます。		が持つ否定的な印象を考えると、心の中でその言葉が重くのしかかることがあるかもしれません。身体的な問題だけでなく、心の面でもさまざまな影響を与える可能性があります。1人目を自然妊娠された方の中には、次のお子さんになかなか授からない状況で、「自分は不妊ではないと思うのですが、こちらの相談を利用してほしいのか迷っています」とおっしゃる方もいます。このようなた方は「不妊」という言葉を使うことに抵抗を感じている様子が見受けられます。
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 中尾 光子 (2025年9月1日掲載)			の方法を試行錯誤して見つけることが重要だと伝えています。また、明らかな生殖機能障害が疑われる症状がないので、将来パートナーと子どもを望む際に必要であれば専門機関に相談すればよいのですが、彼は具体的な「正しい方法」に固執し、私たちがからの説明をなかなか受け入れることができませんでした。その間、マスタベーションをしようとする緊張感を感じました。彼の悩みは、単なる将来の生殖能力への不安というよりも、現在の歪んだジェンダーアイデンティティーの問題や、男性の性に対するプレッシャーが根底にあるようにも思えました。		※不育症治療に対する保険適用は、現状では一部の治療に限定されており、すべての不育症治療が保険適用となるわけではありません。		考えてみると、自分自身を責め過ぎずに、前向きな気持ちを持つことが大切かもしれません。そして、自分に対する思いやりを持って、自分自身をいたわることができれば、少しでも心の安らぎを感じられるのではないだろうか。
思春期・F P相談LINE／避妊のための ピル&アフターピル相談室 相談員 中尾 光子 (2025年9月1日掲載)			本では、社会には根強いジェンダーバイアスが残っており、さらに近年、ジェンダーの多様性を否定し、過去の性役割を取り戻そうとする言説が見受けられるようになりました。それが子どもたちの「あるべき姿」への強迫観念につながっているのかもしれないと、知識が足りないことによって偏見が温存され、その偏見がまた情報の受容を妨げるといった悪循環が生じているのではないかと思います。私たちは、こうした状況に、子どもたちに自分自身を否定して必要以上苦しませなくても済むよう、「性の悩み」の背景にも寄り添っていき		性教育が遅れている日		性教育が遅れている日

（19）

2025年(令和 7 年)11月27日

家 族 と 健 康

（2024年度・10月～2025年度・9 月号）

思春期・F P相談LINE／避妊のための
ピル&アフターピル相談室 相談員

土屋 啓子
（2025年10月1日掲載）

前号に引き続き「マスターベーション」についての悩みが多く寄せられます。私が相談員となった頃はまたLINEではなく電話相談の時代でした。電話口で相談者から語られる個々のマスターベーションに関する相談に対して、当初は戸惑いの気持ちもありました。どのような声の調子で、どう返答していけば良いのか、しばらくの間は自分の中での葛藤があり、先輩の様子を見ながら訓練をしたなあと振り返っています。

「存じの通り、マスターベーションは「自慰」「オナニー」とも言いますが、最近では「セルフプレジャー」というポジティブな印象を持つ言葉でも知られるようになりました。自分自身の性を豊かに楽しむためにも大切な行為です。性教育を行う際にも、トピックの一つとして触れることも珍しくなくなってきたのではないだろうか。

ちょうど1年前のことです。縁があり、日本思春期学会が発刊している「思春期学」の特集「マスターベーションの未来」に、相談員の立場

から執筆する機会を頂きました。改めて「マスターベーション」に関する相談を見直し、その概要をまとめましたので、一部をここで紹介します。

◇

2021～2023年に当協会へ寄せられたマスターベーションに関するLINE相談の中で、対象となった事例は男子147件、女子72件、概要の項目数はそれぞれ男子23項目、女子15項目に上り、多種多様な悩みの実態が見て取れました。

男子では「方法を問う」「回数・頻度やその是非を問う」「方法やおかずの是非を問う」というマスターベーションの方法そのものや、自身がすでに行っている方法の是非を問う相談が多い傾向にありました。また、性欲の高まりによりマスターベーションを行う頻度が増えたことによる身体への影響を心配する声も多く挙がっていました。さらに、膣内射精障害の原因に繋がることで今日話題となっている床オナ・皮オナと言った推奨されない方法をすでに行っていることや、そのリスクをネットなどの情報で知った上で、改善したく

でも「推奨される方法ではうまくできない」という悩みも男子に特徴的でした。

女子では「方法の是非を問う」「身体への影響」「月経／妊娠との関係を心配」という項目が上位に挙がり、男子同様に自身がすでに行っている方法の是非を問う相談が最も高い割合を示しました。続いてマスターベーションの身体への影響、月経／妊娠との関係を心配する相談の割合が高く、痛みや出血など身体へのネガティブな影響を心配したり、知識さえあれば無用の心配であるはずの、月経や妊娠との関係を危惧していました。

◇

マスターベーションは、自身の性欲コントロールだけでなく、自分の身体を知り、探検する性の楽しみ、行うことでリラックスできるなど多くのポジティブな側面を持ち合わせています。正しい知識とマナーを守った上で「自分の身体を研究しよう」というメッセージを、今後も伝えていきたいと思います。

お知らせ 「これさえ見れば基本はOK!!」な講義動画集ができました。

その名も…

リプロバ

“リプロ”ダクティブ・ヘルス／ライツについて学べる“場” 略して「リプロバ」です

配信中の講義(全18回) ☆2026年12月31日まで

講義名	講 師
① 妊娠の経過	重松 環奈 先生 日本赤十字社医療センター 日本助産師会
② 医療費・出産費用について	安宅 満美子 先生 日本助産師会
③ 粉ミルクについて	市川 恵子 先生 めぐみ助産院
④ 乳腺炎や起こりやすいトラブル	稲田 千晴 先生 日本赤十字大学大学院 国際保健助産学専攻 講師
⑤ 母子健康手帳を有効活用するために（前編・後編）	市川 香織 先生 東京情報大学看護学部 看護学科 教授
⑦ 母乳で育てるには	得松 奈月 先生 総合母子保健センター 愛育病院
⑧ 避妊方法の説明（前編・後編）	今 ひろみ 先生 bean助産院
⑩ 妊娠中の過ごし方 ～くすり・サプリメント～	勝田 もも子 先生 杏林大学医学部付属病院 総合周産期母子医療センター
⑪ 妊娠中の過ごし方 ～旅行について～	
⑫ 妊娠中の過ごし方 ～喫煙・飲酒の子どもへの影響～	
⑬ 妊娠中の過ごし方 ～睡眠について～	
⑭ 子育ての相談をしたい時の選択肢	高橋 裕見 先生 日本助産師会
⑮ 妊娠中の過ごし方 ～性生活について～	関田 真由美 先生 杏林大学医学部付属病院 総合周産期母子医療センター
⑯ 妊娠中の食事 ～性生活について～	
⑰ 母乳のでるしくみ	滋田 泰子 先生 日本赤十字社医療センター
⑱ 早産・低出生体重児とミルク	山崎 香織 先生 東京かつしか赤十字母子医療センター

無料公開
です

- 1本10分程度の講義動画集
- インターネット上でいつでも、どこでも、何度でも視聴可能
- 新人研修にピッタリの内容
- ベテランの方の学び直しにも

視聴は本会HPから



※本会セミナー会員登録が必要となります
※無料公開しています。
ただし、視聴の際の通信料等はご負担ください

その他の
講義も続々と
公開して
おります



健やか親子 21

令和7年度 健やか親子21全国大会 (母子保健家族計画全国大会) 被表彰者

令和7年度母子保健・家族計画功労者の表彰式が、11月28日(金)、こども家庭庁において執り行われます。本会会長表彰、健やか親子21内閣府特命大臣表彰の被表彰者は次の通りです(敬称略・氏名等公表可の方のみ掲載)。

一般社団法人

日本家族計画協会会長表彰

【個人】

青森県 富浦 一行
岩手県 小館 千公
宮城県 佐藤 真理子
茨城県 綿引 寿栄
栃木県 毛塚 裕子
群馬県 田村 仁
埼玉県 竹内 佳代子
千葉県 安達 桃子
富山県 脇 博樹
石川県 田中 和子
福井県 高橋 絹江
長野県 伊藤 こず恵

静岡県 土屋 琴乃
愛知県 若原 靖典
滋賀県 中村 明実
京都府 吉田 教子
大阪府 濱田 かよ子
和歌山県 北野 尚美
島根県 金子 紀子
岡山県 阿部 由美
広島県 豊田 紳敬
山口県 江藤 美知子
徳島県 東條 由美子
愛媛県 新穂 サチ子
佐賀県 酒井 枝津子

長崎県 田添 美紀子
大分県 瀬戸 美香
宮崎県 西畑 久美子
鹿児島県 坂口 ちえみ
沖縄県 浜端 宏英
千葉県 佐藤 陽子
横浜市 浅山 道子
川崎市 山森 由里
浜松市 安田 孝子
名古屋 鈴木 ひとみ
神戸市 金子 哉子
広島市 篠原 秀久
横須賀市 岡安 智子
岡崎市 山森 紀美子
姫路市 太田 加代
松山市 菊岡 直子

大分市 河野 明子
本部推薦 辻村 晃
本部推薦 江角 伸吾
本部推薦 竹原 健二
本部推薦 上田 豊
本部推薦 関口 淳子
本部推薦 木下 美貴
本部推薦 川村 百合
本部推薦 斎藤 環
新潟市 新潟市助産師会
(50人1団体)

健やか親子21 内閣府特命担当大臣表彰

●功労者表彰

【個人】

青森県 千歳 和哉
岩手県 北舘 里美
岩手県 千葉 芳枝
宮城県 板橋 由紀
宮城県 本間 洋子
栃木県 太田 由希子
群馬県 重田 誠
群馬県 伊藤 映子
埼玉県 根橋 圭子
埼玉県 高木 学
千葉県 小林 宏伸
千葉県 米村 洋子
神奈川県 葉山 正陽
神奈川県 大山 学
新潟県 渡部 初子
富山県 寺崎 ふじこ
石川県 和田 寿美恵

福井県 寺澤 由紀子
山梨県 小田切いのり
長野県 松葉 はるみ
岐阜県 加納 芳郎
静岡県 岡 利津子
愛知県 正橋 鉄夫
愛知県 江口 秀史
滋賀県 多賀 崇
滋賀県 渡邊 美也子
京都府 栗山 政憲
京都府 中村 由美子
兵庫県 中川 壮平
兵庫県 長井 順子
島根県 中山 正子
岡山県 辻 正子
岡山県 安藤 直美
広島県 永田 忠
山口県 三村 みのり
山口県 松井 須賀子

徳島県 藤原 恭子
福岡県 松永 伸二
福岡県 黒川 美知子
福岡県 鹿兒島 南 武嗣
福岡県 鹿兒島 前田 夕エ子
沖縄県 運天 啓一
沖縄県 島袋 富美子
母子愛育会
日本家族計画協会 小橋 孝介
母子保健推進会議 長岡 美樹
母子保健推進会議 蛸名 勝之
母子保健推進会議 赤尾 さく美
徳島県 特定非営利活動法人 子育支援ネットワーク とくしま
母子愛育会 杵築市山香愛育班

母子愛育会 羽生市母子愛育会連合会
日本家族計画協会 点字印刷・出版雑草の会
●健やか親子表彰
【自治体・団体・企業】
最優秀賞 社会福祉法人麦の子会
自治体部門優秀賞 愛知県大府市
団体部門優秀賞 豊田市男性保育師連盟
企業部門優秀賞 三起商行株式会社
(ミキハウス)
(48人8団体)

思春期の皆さんのためのLINE相談始めました！



こんなときはまず相談！

自分の体のことで不安があって保護者や先生、友達にも相談できずに悩んでいることがある。様子をみていいのかわからない、お医者さんに診てもらったほうがいいのかわからないことがあるナド……。

JFPA 思春期・FP相談LINE

LINE ID @183xqhf5 @マークから始めるIDで検索するかQRコードを読み取ってください。
回答時間：月～金/10:00～16:00 (祝祭日は休み)
質問には専門の相談員が、平日10時～16時の間に到着順に回答します。
秘密は守られますから安心して相談して下さいね！



こんな相談してもいいのかな？って迷ったうとにかくLineしてみよう！

男性にも相談いただけます
不妊・不育
ホットライン
03-6407-8270
2023年4月から番号が新しくなりました
毎週火曜日 10時～19時
毎月1回土曜日 10時～16時
(休日・年末年始はお休み)
*土曜日の受付は下記の要領の中でご来店下さい。



不妊・不育に関する悩みについて、経験ある女性ピア(仲間)カウンセラーが相談をお受けします。



お知らせ

(一社)日本家族計画協会
受けている相談窓口です！

