参考資料２

# プレコンセプションケア推進５か年計画

## ～性と健康に関する正しい知識の普及と相談支援の充実に向けて～

令和７年５月 22 日

プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会

# 目 次

Ⅰ. 背景と経緯

Ⅱ. プレコンセプションケアの概念及び現状・課題とその対応にあたっての基本的な考え方
1. プレコンセプションケアに関する概念の普及
2. プレコンセプションケアに関する相談支援体制の充実
3. 専門的な相談支援体制の強化

Ⅲ. 今後5年間の集中的な取組
1. 性や健康に関する正しい知識の普及と情報提供
（1） プレコンセプションケアに関する知識の深化
（2） プレコンセプションケアの具体的な内容とその対象について
① 若い世代の健康管理や性についての知識の深化
② 健康な妊娠と出産についての知識の深化
（3） 自治体・企業・教育機関等でのプレコンセプションケアについての取組のサポート
（4） プレコンセプションケアの普及に係る人材育成
2. プレコンセプションケアに関する相談支援の充実 【一般相談】
3. プレコンセプションケアに関する医療機関等における相談支援の充実 【専門相談】

Ⅳ. おわりに

## Ⅰ. 背景と経緯

○ 医療の進歩により、先進国の周産期死亡率や母体死亡率等の母子保健指標は 20 世紀に入り劇的に改善したが、1990 年以降、その進捗は鈍化した。

○ 女性の健診機会等を通じた妊娠前スクリーニング、アセスメント、ヘルスプロモーションの重要性が提唱されたのは 1980 年代にさかのぼる。妊娠前の肥満や糖尿病等の健康問題を抱えた妊娠が、周産期死亡率や母体死亡率等の増加要因として指摘されたことも踏まえ、2006 年に米国疾病管理予防センター（CDC）が、「女性の健康や妊娠転帰に対する医学的・行動的・社会的リスクを、予防と管理を通じて特定・修正することを目的とした一連の介入」を、プレコンセプションケアとして提唱した。

○ 2012 年には世界保健機関（WHO）が、プレコンセプションケアを「妊娠前の女性とカップルに医学的・行動学的・社会的な保健介入を行うこと」と定義し、対象者の健康状態を改善し、母子健康アウトカムに影響しうる行動や個人的・環境要因を減らすことを目的とした。

○ 2012 年以降、英、豪等では、プレコンセプションケアを国家戦略や国家的目標に取り入れ、サーベイランス指標を設定している。また、プレコンセプションケアに関する保健医療関係者向けガイドラインを策定している国もある。

○ プレコンセプションケアに関連する国内の課題は多い。1970 年頃から 2000 年代にかけて出生数における低出生体重児の割合が増加し、その後 9.5%前後で推移している。低出生体重児の原因のひとつに妊婦のやせの問題があるが、現在、20 歳代から 30 歳代の女性のやせは約 20%で中長期的には増加傾向にある。また、基礎疾患がある場合や出産年齢が高くなること等による周産期リスクの高い妊娠の増加や、予期せぬ妊娠の場合に妊産婦の自殺や児童虐待に至る可能性があることなど、妊娠に関係する様々な問題がある。

○ このような状況も踏まえ、2018 年以降、プレコンセプションケアが政府の方針にも組み込まれた。「成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦に対し必要な成育医療等を切れ目なく提供するための施策の総合的な推進に関する法律」（平成 30 年 12 月 14 日公布）に基づく「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針」（令和3年2月9日閣議決定）において、「安心・安全で健やかな妊娠・出産、産後の健康管理を支援するため、プレコンセプションケアの実施などの支援を求める者や、支援が必要と認められる成育過程にある者等に対して適切に支援を実施するなど、需要に適確に対応した切れ目のない支援体制を構築する」ことや、「リプロダクティブ・ヘルス・ライツ（性と生殖に関する健康と権利）の視点に基づく、成育医療等の提供が求められている」とされている。

○ 同基本方針は、令和5年3月 22 日の閣議決定で改定され、「男女を問わず、性や妊娠に関する正しい知識の普及を図り、健康管理を促すプレコンセプションケアを推進する」こととされた。

○　また、こども未来戦略（令和5年 12 月 22 日閣議決定）においては、「女性が、妊娠前から妊娠・出産後まで、健康で活躍できるよう、国立成育医療研究センターに、「女性の健康」に関するナショナルセンター機能を持たせ、女性の健康や疾患に特化した研究や、プレコンセプションケアや産後ケア事業を含む成育医療等の提供に関する研究等を進めるとともに、基礎疾患のある妊産婦や妊娠を希望する女性等に対する妊娠と薬に関する相談支援を進める」こととされた。

○　さらに、経済財政運営と改革の基本方針 2024（令和6年6月 21 日閣議決定）においても、「相談支援等を受けられるケア体制の構築等、プレコンセプションケアについて5か年戦略を策定した上で着実に推進する」こととされた。

○　現在、こども家庭庁においては、
- 健康相談支援サイト「スマート保健相談室」や「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」普及啓発リーフレットの作成・配布、成育医療等の提供に関するデータ分析・支援等推進事業により正しい知識の普及を図るとともに、
- 性と健康の相談センター事業において、相談支援体制の整備を進め、
- 基礎疾患のある妊産婦等への妊娠と薬に関する相談支援事業や、基礎疾患を持つ方に対するプレコンセプションケアの情報提供の充実のための研究において、専門的な相談支援体制の整備を進めている。

○　一方、特に若い世代※が自分の将来を展望する際に、性や健康・妊娠に関する様々な疑問を持ちつつも、その正しい知識の取得方法や、相談する場所・手段については、必ずしも広く知られていない。また、中高生、大学生、キャリアとのバランスを検討している 20 代・30 代、具体的に妊娠を考えている方等、対象により必要とする情報が異なる現状・課題がある。

○　こうした状況や、背景も踏まえ、プレコンセプションケアに係る課題と対応について整理を行い、今後5年間の取組の基盤となる計画の策定等を行うことを目的として、「プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会～性と健康に関する正しい知識の普及に向けて～」を設置した。

○　検討会においては、若い世代のニーズを踏まえ、有識者の知見を得ながら、プレコンセプションケアに関係する以下の点を中心に議論を進めることとした。
- 性や妊娠に関する正しい知識の普及と情報提供のあり方
- 妊娠を考える方や若い世代の健康管理に関する相談支援のあり方

○　あわせて、二つのワーキンググループを設置し、医療機関等における専門的な相談及び自治体・企業・教育機関等における一般相談や正しい知識の普及と情報提供のあり方に対応するためのマニュアルの作成を行うこととした。

※本計画においてはおよそ 30 代以下を目安とする。

## Ⅱ．プレコンセプションケアの概念及び現状・課題とその対応にあたっての基本的な考え方

### １．プレコンセプションケアに関する概念の普及

（プレコンセプションケアに関する概念の普及の重要性）

○ プレコンセプションケアは元来、周産期死亡率の低下や新生児予後の改善を目的とした、健康な妊娠・出産を目指す「妊娠前のケア」という概念であったが、前述のとおり、現在はそれにとどまらず、生涯にわたり、身体的・精神的・社会的（バイオ・サイコ・ソーシャル）に健康な状態であるための取組※として、「性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えて健康管理を行う」概念である。

※課題に対して、生物的（身体的）・心理的・社会的観点から多面的に評価や介入を行うこと。

○ プレコンセプションケアの概念を理解し、知識を得て、実践に繋げることで、今の健康、将来の健康、そして未来の家族の健康がより良いものになることは、仕事、出産や子育て等、自身の可能性を広げることに繋がる。

○ 一方、本検討会で取り上げた多くの調査等において、「プレコンセプションケア」という言葉やその概念については、9割以上が「知らなかった」と回答しており、プレコンセプションケアという言葉自体の認知度は低く、また、プレコンセプションケアに関する知識を適切に身につけることが重要性である。

○ こうした状況を踏まえると、思春期から成人期に至るまで、性別を問わず全ての人が、発達段階や状況に応じてプレコンセプションケアという概念を知り、それに関する知識について、適切に身につけることは重要であり、今後、プレコンセプションケアを広く普及させることが求められる。

（ライフステージに応じた概念の普及）

○ 性に関する情報に関心を持つタイミングは個々人により異なるものと思われるが、自発的な関心がなければ、有用な情報を得ても、知識として定着しにくいため、ライフステージに応じた情報発信が効果的である。一方で、SNS の普及等により、情報が多くある中で発信元が不明確な場合もあり、真偽の見極めが困難な実情もあるため、国として、正確な情報を発信することが求められる。

○ プレコンセプションケアにおいては、性別に関わらず、成長に伴う身体の変化、月経困難症等の産婦人科受診が必要な疾患、性交渉、避妊、性感染症に関する情報提供や指導等による適切な知る機会の確保も重要となる。特に、月経の問題については、病識が乏しく受診に至らない場合も多く、さらには周囲の理解も必要であるため、性別に関わらず適切な情報提供や丁寧な指導が求められる。

○ さらには、ジェンダーの平等、多様な性、身体の尊重等についても、知識を得るだけでなく、実生活の上でも十分な配慮ができるよう、適切なタイミングでの情報提供が求められる。それぞれの心や身体の違いについて理解を醸成する機会づくりが必要である。

○ 「人権的アプローチを段階的に学んでいくカリキュラムを充実させること」、「包括的性教育の仕組みを参考とすること」、「発達段階に応じた指導内容にすること」、「保護者の理解を得ながら実施すること」等の様々な意見を踏まえ、プレコンセプションケアに関する取組と教育機関等の取組を個別指導も含め相補的に進めていくことが重要である。

○ 関連して、例えば、幼稚園から高等学校段階までに「生命尊重」、「生物的側面」、「心理的側面」、「社会的側面」の4項目について、性に関する教育を系統的かつ教科等横断的に行うなど、ライフステージに応じて、様々な取組がなされている自治体もある。

○ また、各ライフステージにより、必要な知識も変化するため、ターゲット層に応じた適切な情報提供を行う観点から、就業後も企業等において、プレコンセプションケアに関する知識を普及させることが求められる。

○ 以上のとおり、プレコンセプションケアに関する概念を学ぶことができる環境整備を行い、ライフステージに応じて、性別を問わず、正しい知識の普及を図ることが重要である。その際、性や健康・妊娠に関しては、自身だけでなく、パートナーや将来のこどもの健康への影響についても十分に理解した上で必要な行動が促されることが重要である。

## 2. プレコンセプションケアに関する相談支援体制の充実

○ プレコンセプションケアに関する相談内容は多岐にわたり、避妊や性感染症等の性行為に関する相談、予期せぬ妊娠、メンタルヘルスケア、不妊症相談等、機微な内容の相談も想定される。

○ プレコンセプションケアに関する相談先として、自治体における「性と健康の相談センター」や、関係団体や医療機関、教育機関、企業等があるが、これらについては、必ずしも相談場所として広く知られていない現状がある。また、人員不足等により、相談への対応方法や時間等、住民のニーズに合った相談支援体制を構築できていないという指摘もある。

○ さらに、プレコンセプションケアに関する問題を抱えており、医療機関を受診する必要のある状況でも、産婦人科や泌尿器科等を受診することに心理的な抵抗があり、必要なタイミングで受診できない場合がある。

○ そのため、プレコンセプションケアに関する悩みを持つ若い世代の方が、今後、より相談しやすくなるような体制づくりが必要である。

### ３．専門的な相談支援体制の強化

○　糖尿病、高血圧、甲状腺疾患、関節リウマチ、精神疾患、子宮内膜症、子宮腺筋症、多嚢胞性卵巣症候群、子宮筋腫等の基礎疾患を持つ女性に対するプレコンセプションケアや、前回の妊娠で産科合併症があった方に対する「女性およびその次児の健康転帰を改善するために、妊娠と妊娠の間に提供されるケア」であるインターコンセプションケアは、安心・安全な妊娠・出産のために重要である。

○　基礎疾患のある女性に対するプレコンセプションケアにおいては、基礎疾患の病状等に応じて妊娠の時期や治療方法を決定する必要がある。一方で、かかりつけ医等により、基礎疾患に関連した妊娠・出産のリスクについて十分な説明を受けないまま、妊娠する方がいる実情や、かかりつけ医等と産婦人科医が円滑に連携できていない場合もあるという指摘もある。

○　このような現状も踏まえ、今後、基礎疾患のある女性がより安全・安心な妊娠・出産に臨めるよう、産婦人科以外の医師も、プレコンセプションケアに関して十分な知識を持つとともに、かかりつけ医等と産婦人科医の必要な連携に資する情報提供資材が求められる。

## Ⅲ．今後５年間の集中的な取組

### １．性や健康に関する正しい知識の普及と情報提供

#### （１）プレコンセプションケアに関する知識の深化

○　プレコンセプションケアとは、「性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン（将来設計）や将来の健康を考えて健康管理を行う」概念であり、この概念の理解が進むよう、国として情報発信を行う。

○　プレコンセプションケアに関して、国が発信する情報を今後５年間でさらに充実させるとともに、対象者のプレコンセプションケアに関する知識をより効果的に深化させるために、対象となる世代の情報取得の手段に関する行動特性を踏まえ、SNS 等を活用した積極的な情報発信や学習、研修を目的とした資材の提供等を行う。

○　「プレコンセプションケア」という言葉の認知度が低いというデータもあるが、若い世代からは、「プレコンセプションケア」という用語及び「プレコン」という略称については、キャッチ―で記憶に残りやすい、という意見があった。また、若い世代の認知度が上がることで親世代の認知度が上がることに繋がることが期待できる、という見方もあった。一方で、プレコンセプションケアという用語を丁寧に説明していくことの重要性についても指摘された。

○ このような意見を踏まえ、若い世代へ情報発信を行う際は、SNS等を含めて、流行も適宜取り入れ、ニーズに合った媒体の活用や、若い世代が集まる場所での発信を検討する等、気軽に情報を入手でき、興味を持つような工夫・取組を行う。また、例えば対象に応じて、「プレコンセプションケア」をより身近に感じられるよう適宜言い換えたり、短い補足※を付け加えたりすることにより、概念の理解促進や関心を高める効果も期待される。

※ 例えば、若い世代への発信の際に「今を見つめる、いつか思う“たいせつ”のために」、「今の私たちの過ごし方が、未来の自分をつくる」等の補足を付け加えることなども考えられる。

○ なお、性差医学の視点から、たとえ同じ健康問題であっても、罹患のしやすさ、その症状や経過、最適な対処方法や予防措置は性別や年代によって異なることを理解し、生涯を通じて健康に過ごすための知識を身に付け、取り組むことが重要である。健康に関する知識を深めるための情報提供においても、①生物学的性差、②社会的文化的性差（ジェンダー）、③ライフステージや年代による変化を考慮することが大切である。

○ また、各ライフステージを通じて、知識を深める機会が定期的に設けられることが望ましいため、各世代がプレコンセプションケアについて知ることができるイベントの開催も効果的であると考えられる。

○ SNS やイベントの開催等を通じて、若い世代※におけるプレコンセプションケアの概念の認知度が5年後に 80%以上となることを目指す。

※ およそ 30 代以下を目安に調査

**（2） プレコンセプションケアの具体的な内容とその対象について**

○ 食事・運動・睡眠・飲酒・喫煙等の生活習慣と健康管理に関する知識や、妊娠と出産に向けて特に重要となる知識等、プレコンセプションケアに関して幅広い内容を発信するとともに、自治体・企業・教育機関等とも連携し、プレコンセプションケアに関する知識を得る機会を提供する。

○ 特に次に掲げる項目について、重点的に取り組む。

**① 若い世代の健康管理や性についての知識の深化**

○ 若い世代においても、健康管理のために、栄養バランスのとれた食事や、適度な運動、十分な睡眠をとる等の適切な生活習慣に関する知識が必要であることは、広く認識されているが、実際にどのような行動をとるべきかわからないという声もある。そのため、一般論よりも、より具体的な参考指針や事例を提供する。

○　また、特に若い世代の女性において、月経痛等で日常生活に支障が生じていたり、性感染症への不安があっても、産婦人科を受診することに高い心理的ハードルを感じている方もいるため、悩みの解消に繋げられるよう、企業や大学内の保健管理センター等の相談先も含め適切な対処法に関する情報を提供する。

○　さらに、子宮内膜症や子宮筋腫等の月経困難症の原因となる疾患や多嚢胞性卵巣症候群等の月経異常、無月経の原因となる疾患を含め、比較的頻度が高い婦人科疾患について情報提供を行い、特に症状がある場合においては産婦人科への受診を促す等の適切な対応について周知する。

○　子宮頸がんの罹患率は、20 歳代から上昇するため、中高生段階から、子宮頸がん検診を受けることの重要性や HPV ワクチンに関する知識を持つことは重要であり、適切な対象に、子宮頸がんに関する情報を提供する。

○　性に関する知識、妊娠が成立するまでの過程や正しい避妊の知識を得て、実践に繋げることは、心身の負担を伴う予期せぬ妊娠のケースを防ぐことに繋がる。一方で、どれだけ情報提供や指導を充実させたとしても、このような予期せぬ妊娠を完全には防ぐことができないということを前提とすべきといった意見も踏まえ、起きたときにどこに相談し、対応するかという手段についても周知する。

**② 健康な妊娠と出産についての知識の深化**

○　適切な栄養・食生活を含む生活習慣、胎児の重篤な疾病（神経管閉鎖障害）の予防に必要な葉酸の摂取、妊娠中の感染症や胎児の疾病の予防のためのワクチン接種歴の確認、基礎疾患と妊娠の関係、飲酒、喫煙、薬物摂取等の胎児に対する影響や、流産・死産、人工妊娠中絶など、妊娠しても必ずしも出産まで至らない場合があること等の妊娠前から知っておくべき知識について、性別問わず理解し、取り組むべきプレコンセプションケアについての情報提供を強化する。

○　妊娠を望む健康な男女が一定期間妊娠に至らない場合には、医療機関への受診が推奨されていることから、これらの男女が、不妊の定義やその原因について理解し、適切なタイミングで医療機関を受診できるよう情報提供を行う。さらに、不妊の原因の約半分は男性にあることなど、妊娠は女性だけの問題ではなく、男性も主体的に関わるべきものであることについても周知する。

○　将来妊娠を希望している若い世代、特に女性に対して、希望に応じて将来の妊娠に関連した検査や卵子凍結等が実施されることもあるが、疾病等と関連した妊よう性の温存についてなど、更なる知見の収集も必要である。国においては、卵子凍結等に関する調査研究を行い、実態の把握や知見の収集に努めるとともに、これらに関する正しい知識の普及のために必要な環境整備を行う。

○　将来妊娠を希望するかわからない場合においても、妊よう性は年齢の影響を受けること、男女の年齢や生活習慣等が、出産だけでなく、子や本人の将来の健康にも影響を及ぼす可能性があることを若いうちから知ることができるよう、適時に情報提供を行う。

○　ライフプランを考えるうえで、中高生を含め、ライフステージに応じて、適切な時期から妊娠や健康等に関する知識を知ることは極めて重要であり、教育機関等を含め、若いうちから、こうした正しい知識を得る機会を提供する。

**（3）自治体・企業・教育機関等でのプレコンセプションケアについての取組のサポート**

○　プレコンセプションケアについて、対象者の「当事者意識」を醸成し、必要な情報提供を行う観点から、地域や現場の状況やニーズも踏まえつつ、自治体・企業・教育機関・関係団体等において、プレコンセプションケアに関する講演会を開催することも有用である。

○　プレコンセプションケアに関する講演会には医師や助産師等の外部講師の派遣や、講演会の資料作成が必要であり、人材育成や講演会の資料提供について、国立成育医療研究センター等の協力も得ながら、国によるサポートを行う。

○　プレコンセプションケアに関する知識の普及を、自治体・企業・教育機関等の地域や社会全体で実施していく必要があることから、国においては、プレコンセプションケアに関する講演会の企画を行う等の普及啓発を行う人材育成等を進める。

○　さらに、自治体・企業・教育機関等における好事例の横展開を行うことも有用であり、こども家庭庁のホームページ等において、好事例の紹介を行う。

**（4）プレコンセプションケアの普及に係る人材育成**

○　ワーキンググループにおける検討を踏まえ、自治体・企業・教育機関等において、性や健康に関する正しい知識の普及を図り、健康管理を行うよう促す「プレコンサポーター」の人材育成を行う。

（プレコンサポーターとは）

○　プレコンセプションケアを推進することを目的とし、自治体・企業・教育機関等において、性別を問わず、性や健康に関する正しい知識の普及を図り、健康管理を行うよう促す人材を「プレコンサポーター」とする。なお、シンボルとなるマークを作るなど一体感をもって取り組むことも考えられる。

○ プレコンサポーターは専門職が中心となって活動する場合もあるが、職種に限定されず、プレコンセプションケアに関する研修を修了すれば、希望する方は、誰でもプレコンサポーターになることができることとする。様々な機会を活用し、若い世代をはじめとしたターゲット層の特性を踏まえて、食事・運動・睡眠・飲酒・喫煙等の生活習慣や健康管理に関する知識や、妊娠と出産に向けて特に重要となる知識等を発信する機会を企画すること等の活動が期待される。なお、出前講座や研修の講師等については、基本的には専門職が担うことが想定され、重要な知識の発信、研修を実施する場合の具体的な内容等の専門的な知見を要するような企画等については、専門職が担うか、プレコンサポーターが専門職でない場合は、専門職と連携して行うことが必要である。

※ 「専門職」とは、医療や保健と関連する公的資格を有する者を想定している。例えば、性と健康の相談センター事業で活動する医師、保健師、助産師、看護師、管理栄養士等や、養護教諭等が考えられる。

（プレコンサポーターに期待される具体的な取組と具体的な人材の例）

＜自治体＞

・ 自治体では、住民のニーズに応じたプレコンセプションケアに関するセミナーや個別相談会、教育機関等への出前講座、自治体職員向けのプレコンセプションケアに関する研修の企画及び実施等を行う。また、自治体の広報誌、公式ウェブサイト、SNS等を活用し、プレコンセプションケアに関する最新情報の発信や相談窓口を住民に周知することも有用である。

・ プレコンサポーターを担う人材としては、例えば医師、保健師、助産師、看護師、管理栄養士等の専門職種や、施策の企画立案に関わる事務職員等が想定される。

＜企業＞

・ 企業では、プレコンセプションケアに関する社員への情報提供や講演会、新人・管理職向け研修の企画及び実施、プレコンセプションケアを踏まえた特別休暇や福利厚生等に係る取組の実施、産業保健スタッフと連携し、プレコンセプションケアの周知広報や相談対応等を行うことが期待される。また、プレコンサポーターの在籍を公表するなどにより、社員の健康意識向上を促すことも有用である。さらに、これらの取組により、プレコンセプションケアに力をいれる企業として、人材採用の際のアピールに繋がることも期待される。なお、プレコンセプションケアの推進は社員の健康と福祉を向上させることを含めて、持続可能な労働環境を構築する上でも重要である。

・ プレコンサポーターを担う人材としては、例えば、産業保健スタッフや、プレコンセプションケアを踏まえた特別休暇や福利厚生等に関わる人事労務担当者等が想定される。

＜教育機関＞

・ 教育機関では、保護者の理解も得ながら、専門職による出前講座や個別相談の企画や実施等を行う。地域の医療機関や自治体と連携し、保護者も含めて、プレコンセプションケアに関する情報提供を行う。

・ プレコンサポーターを担う人材としては、例えば、学校医、養護教諭、栄養教諭、看護師、保健師、心理士、教育機関や教育委員会の職員等が想定される。

○ 以上の通り、プレコンサポーターは様々な職種を含むものであることから、研修は、プレコンセプションケアを促すために必要となる基礎知識を身に付けるための内容を基本とすることが考えられるが、プレコンサポーター自身が医療従事者である場合等専門的な個別相談の対応に役立つ研修も追加で受講することも可能とする。相談を受ける際は相談者の秘密の保持が求められる。

○ それぞれの地域において、自治体・企業・教育機関に属さない方で協力をいただける方も巻き込みながらプレコンサポーターの活動の展開を通じて、社会全体として性や健康に関する理解が深まり、必要な方が適切な支援に円滑に繋がることが期待される。

○ 以上の取組により、自治体・企業・教育機関等合わせて、５年間でプレコンサポーター5万人以上の養成を目指す。

○ また、プレコンサポーターの養成も含め、自治体・企業・教育機関等におけるプレコンセプションケアについては、下記の目標を設定する。

＜自治体の目標＞

・ 今後5年間で性と健康の相談センター事業※の取組を行う自治体を 100%とする。

※ 実施主体：都道府県、指定都市、中核市（連携して行う場合も含む）

・ 自治体職員のプレコンサポーターの研修受講やプレコンセプションケアの普及啓発等も含め、全ての自治体でプレコンセプションケアに関する取組を実施する。

＜企業の目標＞

・ 今後5年間で、プレコンセプションケアの取組を行う国内の企業を増やす。具体的には、普及に向けた第一歩として、健康経営度調査等に回答する企業の 80%※がプレコンセプションケアに関する何らかの取組を実施していることを目指す。

※ 健康経営度調査等に回答する法人の 80%を目指す。

＜教育機関の目標＞

・ 今後5年間で、支援を必要とするすべての教育機関等が、プレコンサポーターによる支援を受けられることを目指す。

## 2. プレコンセプションケアに関する相談支援の充実 【一般相談】

○ 相談支援体制の充実においては、関係機関との連携体制の強化を図るとともに、必要に応じて都道府県等による広域調整を含め、地域格差のないよう取組を行う。

○ 日中の相談支援の他に、夜間休日対応の実施や、対面のみならず電話、オンライン面談、メールや SNS の活用等、相談者の利便性に配慮した環境を整備する。

○ また、相談者が気軽に性や健康・妊娠に関する悩みを相談できるよう、自治体等における「性と健康の相談センター」に加え、身近な地域において医療機関等も含め、専門家による相談支援体制の整備を図る。また、大学等においては、構内の保健管理センターにおいて同様の相談を行っていることについても周知を行う。

○ 相談は時として、心身の負担を伴う、予期せぬ妊娠、性暴力、自殺企図等、非常に機微な内容を含む場合もある。また、相談者が事前に SNS 等で情報を収集し、一定の知識を持って相談を行うことも想定されることから、相談員の研修では、幅広い知識や最新の医療情報を提供するとともに、こうした相談があった場合の対応についても習得できるような内容とする。また、相談者が精神的な支援等、性や健康以外の側面からの支援が必要になる場合は、速やかに自治体等の支援に繋げられるよう必要な情報提供を行う。

○ 相談者が若い世代である場合、その親も重要な役割を果たしている場合もあることから、親自身の理解の促進や悩みの解消に繋げるため、親世代にも性や健康・妊娠に関する知識や相談窓口について周知や広報啓発を行う。これにより、親世代の、性や健康・妊娠に関して悩んでいる若い世代に対する理解が進むとともに、相談者としての役割をより効果的に果たせるようになることも期待される。相談しやすい環境整備に加え、若い世代と親世代に向けた広報活動やスマート保健相談室等のコンテンツの充実と普及を通じた、相談窓口の認知に努める。

○ 今後5年で、性と健康の相談センター等の、若い世代におけるプレコンセプションケアに関する一般的な相談ができる窓口の認知度が 100%になることを目指す。

## 3. プレコンセプションケアに関する医療機関等における相談支援の充実 【専門相談】

○ 基礎疾患を有する又は前回の妊娠で産科合併症や児の合併症を有していた方が、医療機関等でプレコンセプションケアに関する相談ができるよう、全国に相談窓口を展開する。

○　また、医療機関等において対面で相談することが難しい場合にも支援に繋げられるよう、オンラインでの相談体制の整備を進める。

○　内科外来や薬局等での配布を想定したプレコンセプションケアに関する情報提供資材を作成し、妊娠を希望する基礎疾患のある方に対して、必要に応じて医療機関等でのプレコンセプションケアに関する相談支援に繋げられるよう、適切な対応について周知を行う。

○　さらに、ワーキンググループでの議論を踏まえ、引き続き、国立成育医療研究センター等において、関係学会、医師会、医会等の関係団体等の協力も得ながら、必要に応じて基礎疾患の追加等、該当マニュアルの更なる充実を図る。

○　今後5年で、200 以上の専門的な相談ができる医療機関が整備されることを目指す。

## Ⅳ. おわりに

○　本計画を踏まえ、国、地方公共団体、国立成育医療研究センター等の専門機関や関係団体等が、それぞれの役割に応じて、着実にプレコンセプションケアを推進していくことが期待される。

○　国は、こども家庭庁が主体となって、関係省庁や関係機関と連携し、プレコンセプションケアに関する取組を進めるとともに、取組の進捗状況や施策の効果等を評価するため、プレコンセプションケアに関する政策の効果を定期的に評価し、改善点を見つけるためのPDCA サイクルを導入することが求められる。具体的には、国はプレコンセプションケアに関する研究の中で、科学的なエビデンスを踏まえ、施策の効果等に関する指標を開発する。

○　さらに、プレコンセプションケアに関する具体的な取組の実施にあたっては、特に若い世代との意見交換の機会を継続的に設け、当事者のニーズに沿った取組や支援が実施できるよう努めていく。

○　また、地方自治体の提言※1を踏まえ、国は、地方自治体でのプレコンセプションケアの推進に向けた取組に対して、国立成育医療研究センター等と連携した技術的助言等の支援を行っていくことが重要である。

○　そうした支援を活用して、希望する都道府県や市町村が、国のプレコンセプションケア推進5か年計画も参考に、地域の実情に応じた「地方版推進計画」を策定し※2、計画的に取組を進めることが期待される。

○ プレコンセプションケアは、性別を問わず全ての世代にとって重要な取組であり、社会全体での認知度向上と支援体制の整備が求められる。すべての人がプレコンセプションケアについての知識を持ち、実践することができる社会となるよう、今後も引き続き、関係機関と連携し、プレコンセプションケアの普及に努めることが重要である。

※１「子ども・子育て政策を強力に推進するための提言（令和６年 11 月 12 日全国知事会）（抜粋）」

・　価値観やライフスタイルが多様化する中で、子ども・若者が主体的に将来を選択できるよう、家庭生活や家族の大切さについて考える機会をつくるとともに、妊娠・出産や性に関する正しい知識を習得し、自ら主体的に適切な判断ができるよう、発達段階に合わせたライフデザイン教育やライフプランニング教育、キャリア教育、プレコンセプションケア（若い世代が将来のライフプランを考えて 日々の生活や健康に向き合うこと）、セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス／ ライツ（性と生殖に関する健康と権利）に対する理解促進を全国的に進めること。

※２　こどもに関する計画等の既存の計画にプレコンセプションケアに関する章を設けるなど、地域の実情に応じて策定することも可能。

（別紙１）

# プレコンサポーターについて

| | 具体的な取組の例 | 人材の想定 |
|---|---|---|
| 自治体 | ■ **セミナー、出前講座、研修等の企画及び実施等**<br>➢ 住民のニーズに応じたプレコンセプションケアに関するセミナーや個別相談会<br>➢ 教育機関等への出前講座<br>➢ 自治体職員向けのプレコンセプションケアに関する研修<br>■ **SNS 等を活用した発信・周知**<br>■ **自治体の広報誌、公式ウェブサイト、SNS 等を活用し、プレコンセプションケアに関する最新情報の発信や住民に相談窓口を周知**<br>■ **性と健康の相談センター等での専門職による個別相談の実施　等** | （例）<br>医師、保健師、助産師、看護師、管理栄養士等の専門職種や、施策の企画立案に関わる事務職員等 |
| 企業 | ■ **社員への情報提供**<br>➢ 職域での健診の場等を活用したプレコンセプションケアの周知広報<br>■ **研修等の企画・実施**<br>➢ 講演会、研修（新人・管理職向け）<br>■ **福利厚生等に係る取組の実施**<br>➢ プレコンセプションケアを踏まえた特別休暇や福利厚生等に係る取組の実施<br>➢ スポーツ活動における指導者等への啓発<br>■ **専門職における個別相談の実施**<br>➢ 産業医等の産業保健スタッフによる社内での個別相談の実施　等 | （例）<br>産業保健スタッフ、プレコンセプションケアを踏まえた特別休暇や福利厚生等に関わる人事労務担当者等 |
| 教育機関 | ■ **出前講座や個別相談の企画・実施等**<br>➢ 保護者の理解も得ながら、専門職等による出前講座や個別相談の企画や実施<br>➢ 地域の医療機関や自治体と連携し、保護者も含めて、プレコンセプションケアに関する情報提供<br>➢ 部活動における指導者への啓発<br>■ **専門職による個別相談の実施**<br>➢ 養護教諭等による校内での個別相談の実施　等 | （例）<br>学校医、養護教諭、栄養教諭、看護師、保健師、心理士、教育機関や教育委員会の職員等 |

（別紙２）

# プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会
## ～性と健康に関する正しい知識の普及に向けて～
## 構成員名簿

（令和７年５月 21 日時点）

| | |
|---|---|
| アベ　キヌコ<br>阿部　絹子 | 公益社団法人　日本栄養士会　常務理事 |
| イガラシ　タカシ<br>五十嵐　隆（座長） | 国立成育医療研究センター　理事長 |
| イモト　ヒロコ<br>井本　寛子 | 公益社団法人　日本看護協会　常任理事 |
| ウエダ　ミホ<br>上田　美穂 | 山梨県　総合県民支援局子育て・次世代サポート課　こども支援対策監 |
| オオスガ　ユタカ<br>大須賀　穣 | 公益社団法人　日本産科婦人科学会　副理事長 |
| オチアイ　ナオミ<br>落合　直美 | 公益社団法人　日本助産師会　理事 |
| カシハラ　セイコ<br>柏原　聖子 | 狛江市教育委員会　教育長 |
| カタイ　ミユキ<br>片井　みゆき | 政策研究大学院大学　保健管理センター　所長・教授 |
| コミヤ　ヒロミ<br>小宮　ひろみ | 国立成育医療研究センター　女性の健康総合センター　センター長 |
| サイトウ　ヒデカズ<br>齊藤　英和 | 医療法人社団栄賢会梅ヶ丘産婦人科　ART センター長 |
| サガラ　ヨウコ<br>相良　洋子 | 公益社団法人　日本産婦人科医会　常務理事 |
| トウエ　タケヒロ<br>東江　赳欣 | 京都府　健康福祉部　副部長（子育て・福祉担当） |
| ナカジマ　カオリ<br>中島　かおり | 認定 NPO 法人　ピッコラーレ　代表理事 |
| ナカニシ　カズヨ<br>中西　和代 | 株式会社ベネッセクリエイティブワークス<br>編集事業本部 たまごクラブエキスパートエディター |
| ニオリ　ヒナエ<br>新居　日南恵 | 特定非営利活動法人 manma 理事 |
| ハマグチ　キンヤ<br>濵口　欣也 | 公益社団法人　日本医師会　常任理事 |
| ハヤシ　モトヒコ<br>林　泉彦 | 公益社団法人　日本小児科医会　業務執行理事 |
| マエダ　エリ<br>前田　恵理（副座長） | 北海道大学 大学院医学研究院公衆衛生学教室 准教授 |
| ヤマガタ　ゼンタロウ<br>山縣　然太朗 | 公益社団法人　日本小児保健協会　会長 |

（五十音順・敬称略）

（別紙３）

**プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会**
**～性と健康に関する正しい知識の普及に向けて～**
**開催経過**

| 回数 | 開催日時 | 議題 |
|---|---|---|
| １ | 令和６年 11 月 28 日 | （１）議事運営について<br>（２）ワーキンググループの設置について<br>（３）プレコンセプションケアの支援の現状について<br>（４）当事者からのヒアリング<br>（５）当事者の声を伝える方からのヒアリング |
| ２ | 令和６年 12 月 25 日 | （１）ヒアリング<br>（２）その他 |
| ３ | 令和７年２月 19 日 | （１）ヒアリング<br>（２）ワーキンググループからの報告<br>（３）その他 |
| ４ | 令和７年４月２日 | （１）プレコンセプションケア推進５か年計画（案）について |
| ５ | 令和７年５月 21 日 | （１）ワーキンググループからの報告<br>（２）プレコンセプションケア推進５か年計画（案）について |

（別紙４）

**プレコンセプションケアの提供のあり方に関する検討会**
**～性と健康に関する正しい知識の普及に向けて～**
**ヒアリング実施状況**

（第１回検討会）
〇当事者からのヒアリング
・プレコンセプションケアの当事者　３名
〇当事者の声を伝える方からのヒアリング
・株式会社ベネッセコーポレーションたまひよ統括編集長
　妊活たまごクラブ　創刊編集長　米谷　明子氏
・リクルートブライダル総研　所長　落合　歩氏
・認定 NPO 法人　ピッコラーレ　代表理事　中島　かおり氏

（第２回検討会）
〇ヒアリング
・北海道大学 大学院医学研究院公衆衛生学教室 准教授　前田　恵理氏
・公益社団法人　日本産科婦人科学会　副理事長　大須賀　穣氏
・公益社団法人　日本産婦人科医会　常務理事　相良　洋子氏
・公益社団法人　日本看護協会　常任理事　　井本 寛子氏
・公益社団法人　日本助産師会　理事　落合　直美氏
・公益社団法人　日本栄養士会　常務理事　阿部　絹子氏
・国立成育医療研究センター　女性の健康総合センター　センター長　小宮　ひろみ氏
・山梨県　子育て支援局子育て政策課　課長　篠原　孝男氏
・京都府　健康福祉部　副部長（子育て・福祉担当）　東江　赳欣氏
・石川県加賀市　市民健康部　部長　北口　未知子氏

（第３回検討会）
〇ヒアリング
・株式会社　集英社　Seventeen　編集長　成見　玲子氏
・プレコンセプションケアの当事者　３名
・狛江市教育委員会　教育長　柏原　聖子氏

（※肩書きはいずれも当時）