参考資料３

事　務　連　絡
令和８年１月９日

各（都道府県／市区町村）母子保健担当部（局）御中

こども家庭庁成育局母子保健課

プレコンサポーター養成講座の開始等について（依頼）

母子保健行政の推進につきましては、かねてより格段の御配慮を賜り厚く御礼申し上げます。

令和７年５月に策定した「プレコンセプションケア推進５か年計画」においては、「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」である「プレコンサポーター」を５年間で５万人以上養成することを目指しています。

この目標の実現に向けて、下記の通り「プレコンサポーター養成講座」を開始いたしました。

各自治体におかれましては、職員に対し、「プレコンサポーター養成講座」の積極的な受講を促していただくとともに、「プレコンサポーター」による、セミナー、出前講座、研修等の企画や、SNS 等を活用した発信・周知、住民への相談窓口の周知に取り組んでいただくとともに、「性と健康の相談センター」等での専門職による個別相談や出前講座等の企画及び実施においても、「アドバンストプレコンサポーター」を積極的に活用いただくようお願いいたします。

また、あわせて、令和７年９月より、下記の通り、Web サイト「はじめようプレコンセプションケア」及び各種 SNS による発信を行っておりますので、プレコンセプションケアに関する周知・啓発等に、ご活用いただきますようお願いいたします。

記

## １．プレコンサポーター養成講座について

（１）概要

【形式】

e-ラーニング形式で実施。

【構成】

基礎編（必修講座約 2.5 時間、任意講座約 2.5 時間）及びアドバンスト編（約２時間）で構成。

講座終了後には修了テストを実施し、合格者に「修了証」を発行。

【対象者】

〇基礎編（プレコンサポーター）

・　誰でも受講可能。（自治体・企業・教育機関に属する専門職のほか、企業の産業保健スタッフや人事労務担当、自治体の関係部局職員等を想定。）

・　プレコンセプションケアの基本的な概念、性と健康に関する基礎的な知識を理解し、プレコンセプションケアに関する知識を活かして、日々の業務を進めることができる。

〇アドバンスト編（アドバンストプレコンサポーター）

・　基礎編を修了した専門職のみが受講可能。（「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。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。）

・　相談対応における注意点、教育機関等での出前講座における外部講師の心得について理解し、個別相談や出前講師等の活動ができる。

【URL】

https://precon.cfa.go.jp/precon-supporter/

（２）参考資材

以下の資材を作成していますので、プレコンサポーターの活動においてご活用ください。

【プレコンサポーターTEXTBOOK】

プレコンセプションケアに関する取組を行うに当たって必要となる知識・情報を取りまとめたもの。

https://precon.cfa.go.jp/precon-supporter/#kouza

【プレコンサポーター講演用資材】

プレコンサポーターとして、自治体・企業・教育機関でのセミナー、出前講座、研修等において使用できるもの。

https://precon.cfa.go.jp/precon-supporter/

## ２．Web サイト「はじめよう プレコンセプションケア」について

（１）概要

若い世代を含め、あらゆる方々に、プレコンセプションケアに関する概念や相談窓口などを紹介することを目的とした、Web サイト「はじめよう プレコンセプションケア※」及び各種 SNS を開設しました。

プレコンセプションケアに関する記事や Q&A、漫画や相談窓口一覧、シンポジウムやイベント情報について掲載するとともに、「自治体」、「医療機関」及び「プレコンサポーター」向けに各種ページを設置しています。

各種コンテンツについては、順次更新・追加予定ですので、地域の関係機関等と連携して、周知にご協力いただけますようお願いいたします。

なお、周知用のリンク設置用バナー、チラシ、プレコンセプションケア普及啓発動画も本サイト内からダウンロード可能ですので、ご活用ください。

※　令和７年９月より、「スマート保健相談室」から「はじめよう　プレコンセプションケア」と名称を変更し、リニューアルしたもの。

（２）各種 URL

■Web サイト「はじめよう プレコンセプションケア」

https://precon.cfa.go.jp/

■Instagram

https://www.instagram.com/precon_cfa_jp/

■YouTube

https://www.youtube.com/@precon-cfa-jp/videos

【照会先】
こども家庭庁成育局母子保健課
TEL：03-6862-0413
E-mail：precon@cfa.go.jp

# プレコンサポーター養成講座　概要

## ■ 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」**と定義。
（プレコンセプションケア推進５か年計画に基づき、2030年５月までに、５万人以上の養成を目指している。）

## ■プレコンサポーター養成講座とは

- **eラーニング形式**で実施。**基礎編（必修講座約2.5時間、任意講座約2.5時間）**と**アドバンスト編（約２時間）**で構成。（いずれもオンライン受講）
- 講座終了後には**修了テスト**を実施し、合格者に**「修了証」**を発行。

### 基礎編修了者（プレコンサポーター）

- **誰でも受講可能。**（企業・自治体・教育機関に属する専門職のほか、企業の産業保健スタッフや人事労務担当、自治体の関係部局職員等を想定。）
- プレコンの基本的な概念、性や健康に関する基礎的な知識を理解し、**プレコンに関する知識を活かして、日々の業務を進める**ことができる。

### アドバンスト編修了者（アドバンストプレコンサポーター）

- **基礎編を修了した専門職（※）のみ**が受講可能。
- 相談対応における注意点、教育機関等での出前講座における外部講師の心得について理解し、**個別相談や出前講師等の活動**ができる。

※「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への支援

プレコンサポーターの活動にあたっては以下の資材活用いただく。
・プレコンセプションケアに関する取組を行うに当たって必要となる知識・情報を取りまとめた **「プレコンサポーターTEXTBOOK」**
・自治体・企業・教育機関での**セミナー、出前講座、研修等で使用する資材**

こどもまんなか
こども家庭庁

# プレコンサポーターの具体的な取組等について

| | 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>■ **専門職による個別相談の実施**<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 |
| 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 |

# プレコンサポーター養成講座　基礎編

| コマ | コマ名 | 主な内容等 | 講師（敬称略） |
|---|---|---|---|
| ① | プレコンセプションケアの基本と社会的背景 | プレコンセプションケアとは（定義・歴史・世界の動向）、日本の現状とプレコンセプションケアに関連する健康課題、プレコンセプションケア推進5か年計画の概要 | 荒田　尚子 |
| ② | プレコンサポーターについて | プレコンサポーターの定義・役割・取組例、期待、個人情報の取り扱い等の留意事項について、不適切な取扱い、発信上の注意（リスクマネジメントの観点から） | 三戸　麻子 |
| ③ | からだの健康とこころの健康 | からだとこころを整える基本の習慣、知っておきたい健康のリスク | 荒田　尚子 |
| ④ | 食生活と栄養 | やせ・肥満が与える影響について（月経、不妊、骨密度、次世代への影響）、栄養バランスの取れた食事、不足しやすい栄養素、葉酸とは | 堀江　早喜 |
| ⑤ | 性と生殖の基礎知識 | ライフステージにおける健康問題、妊孕性について「年齢と妊娠率」、卵子と精子、月経と排卵の仕組み、月経周期に伴う体調の変化、避妊について、かかりつけ医を持とう | 柴田　英治<br>岡﨑　有香 |
| ⑥ | 感染症・検診・ワクチン | 性感染症、受けるべきがん検診、妊娠前に検討するワクチン接種 | 佐藤　雄一<br>上田　豊 |
| ⑦ | ライフデザイン支援 | ライフデザイン支援とは、（参考）データで日本の今を知る | 荒田　尚子<br>白河　桃子 |
| ⑧ | 学校における性に関する指導 | 健康教育の一環としての性に関する指導、性に関する指導の全体イメージと配慮事項、体育科・保健体育科における性に関する内容、保健教育における個別指導、（参考）生命（いのち）の安全教育 | 野津　有司 |
| ⑨ | 所属別任意受講<br>（自治体／企業／教育機関） | ＜自治体編＞<br>自治体とプレコンセプションケア、自治体の事例紹介（京都府、滋賀県、宮城県仙台市）<br><br>＜企業編＞<br>企業とプレコンセプションケア（健康経営について、妊娠出産とキャリア、企業におけるプレコンサポーターの取組）、企業の事例紹介（株式会社武蔵野銀行、株式会社浅野製版所、伊藤忠商事株式会社）<br><br>＜教育機関編＞<br>教育現場とプレコンセプションケア、教師と医療者の協働を目指して | 辻　真弓<br>井上　まり子<br><br>野津　有司<br>横幕　能行 |

# プレコンサポーター養成講座　アドバンスト編

| コマ | コマ名 | 内容 | 講師<br>（敬称略） |
|---|---|---|---|
| ① | 性と生殖について | 月経と排卵（月経周期の基礎、月経周期異常について、無月経について）、造精機能と射精（造精について、射精について、造精機能障害と精子所見について） | 柴田　英治<br>岡﨑　有香 |
| ② | 不妊とその治療について | 不妊とは、不妊の原因、不妊治療 | 大須賀　穣 |
| ③ | 様々な背景を有する妊娠のマネジメント | 持病と妊娠、妊娠と薬、インターコンセプションケア | 荒田　尚子<br>片岡　明美<br>福田　貴代<br>後藤　美賀子<br>大石　舞香 |
| ④ | 相談対応スキル | 対面・相談支援の具体的な方法・ケーススタディ、SNSを活用した相談対応について | 松岡　典子<br>相川　祐里 |
| ⑤ | 出前講座における外部講師の心得 | 想定される外部講師の指導の機会、出前講座の流れ、出前講座で指導する際のポイント | 野津　有司 |
| ⑥ | 専門職による個別相談 | ケーススタディ（Case１～Case５） | 荒田　尚子<br>三戸　麻子 |