

妊娠・出産のこと

「将来、子どもがほしいですか？」と聞かれたら・・・？



・・・なんて考えてるあなた。
妊娠しやすい時期は限られています。
妊娠や出産について考えてみましょう。

三重の大学生の声

子どもは、特に好きでも嫌いでもないのですが、自分の子どもとなれば愛情もわくのだろうと思うので、相手の意見にも合わせながらですが、1人は欲しいかなと思います。ただ、自分は一人っ子が良かったなと感じることが多く、自分が小さい頃は両親も世話に苦労したと聞いたので、1人でいいかなとも思っています。

子供は好きなので結婚したら欲しいと思いますが、自分に子育てができるかどうかという不安もあります。また、子供を育てる上で経済的な不安もあります。

相手が欲しくない場合もあるので、いろいろ話し合っって子供をつくるかどうかを相談して決めたいと思います。

子どもは、自分が3人きょうだいなこともあり、3人ぐらいはほしいですが、仕事はバリバリ頑張りたいので実家などにも協力してもらいながら、育児をしたいと考えています。

ワーク1

将来的に子どもは ほしいと考えますか？

① 子どもはほしいと思いますか？

思う・思わない

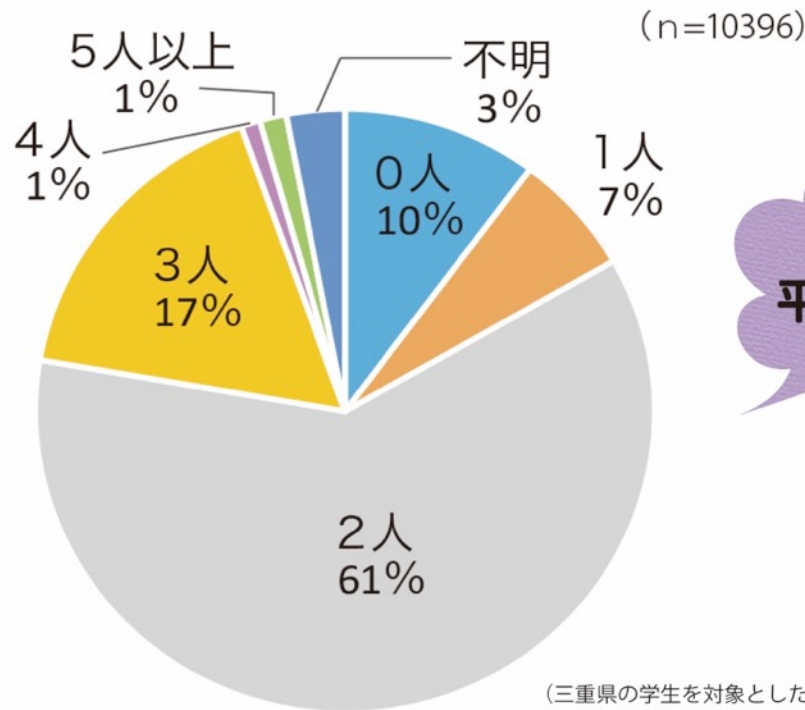
ほしい場合は、何歳くらいに何人
ほしいですか？

② そう思う理由について
考えてみましょう。

5分で自分の考えを
まとめて下さい。
次の10分でグループの人と
意見交換して下さい。



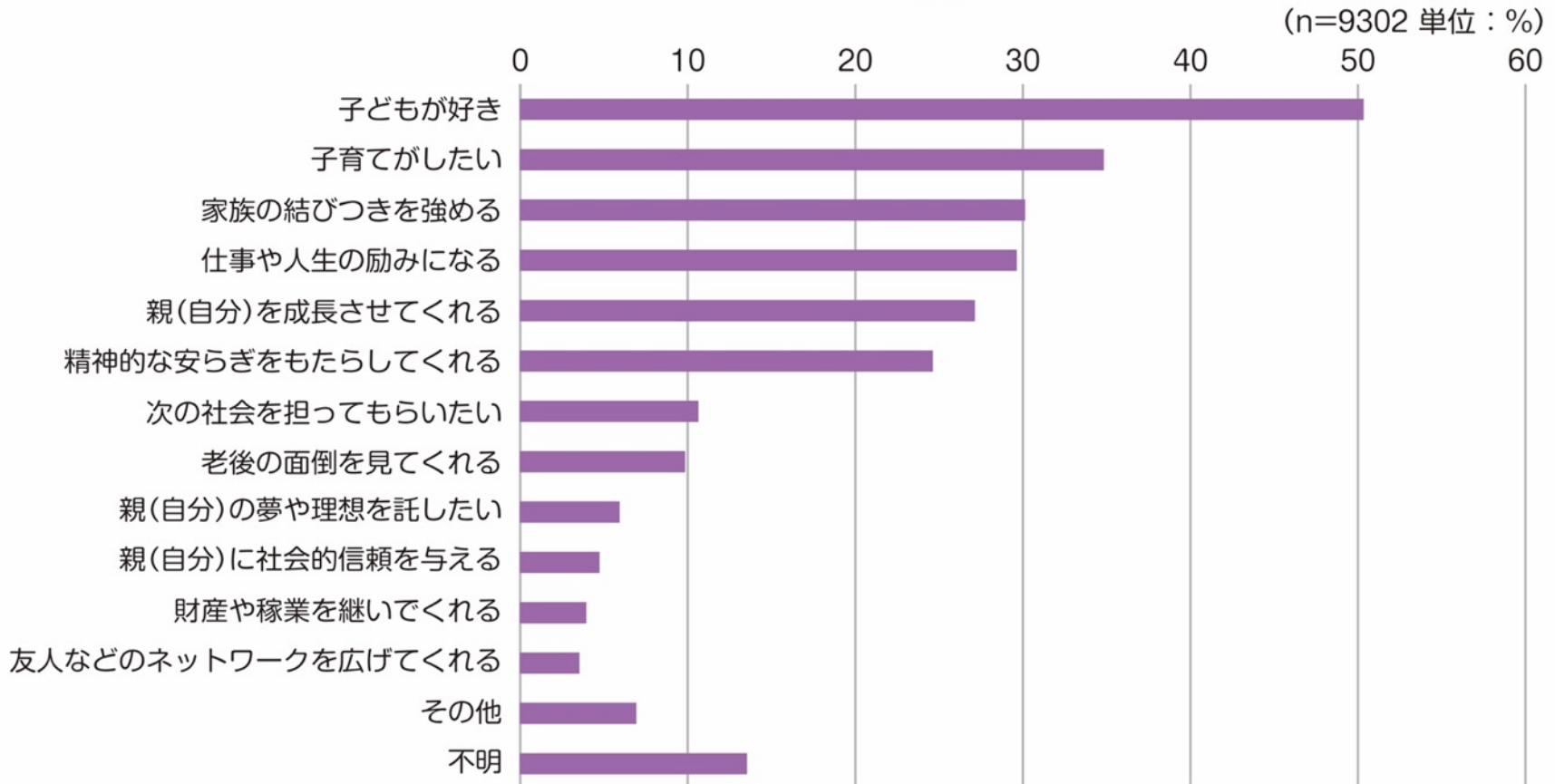
将来的に子どもは 何人欲しいですか？



平均 1.96 人

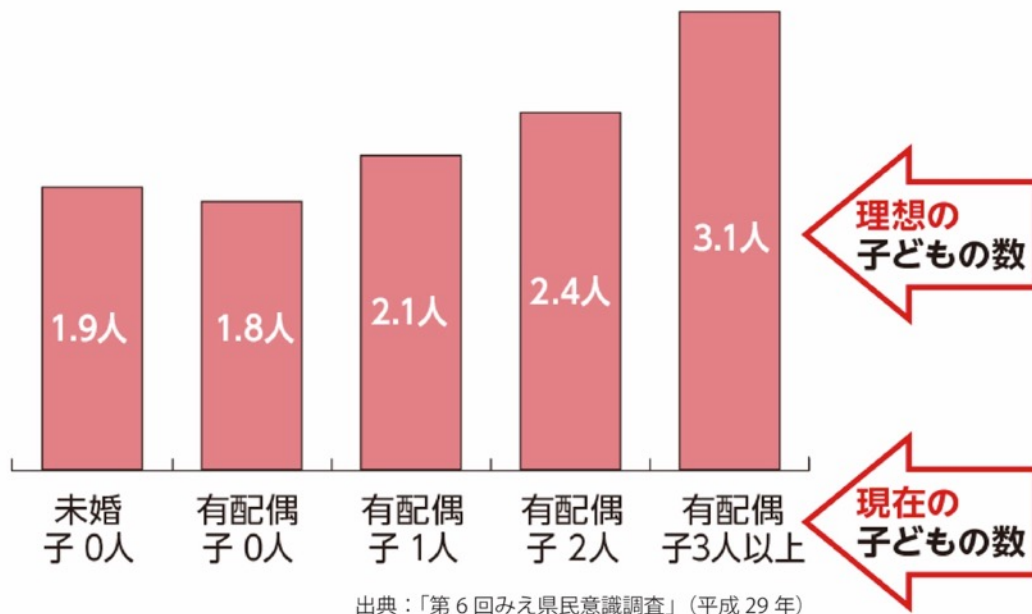
(三重県の学生を対象としたアンケート結果)

子どもを欲しい理由は何ですか？



子どもの数の理想と現実

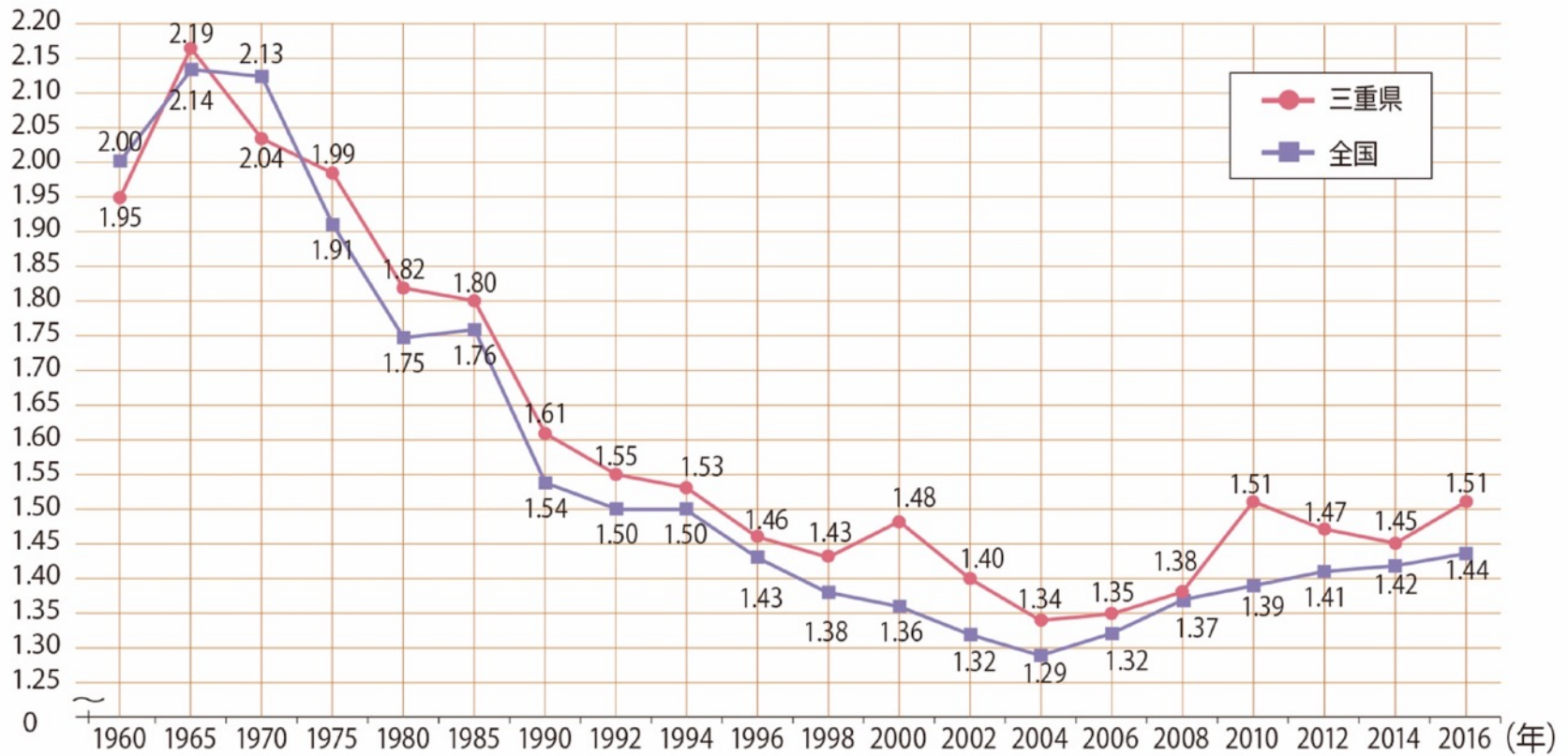
20～49歳における子どもの数の理想と現実



理想より現実の方が
少ないんだね・・・



合計特殊出生率の推移



ワーク2

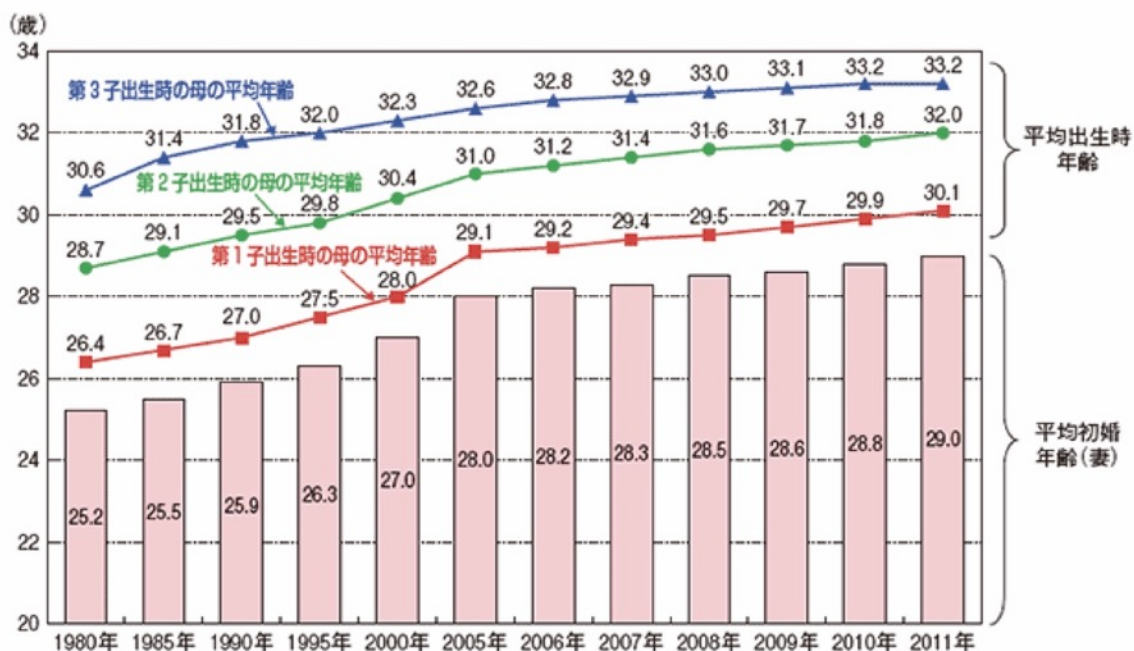
「少子化」が進む理由とその対策

なぜ、「少子化」が進むのでしょうか？
その理由を考えてみましょう。
また、その対策はどのようなものが
あればいいと思いますか？

5分で自分の考えを
まとめて下さい。
次の10分でグループの人と
意見交換して下さい。



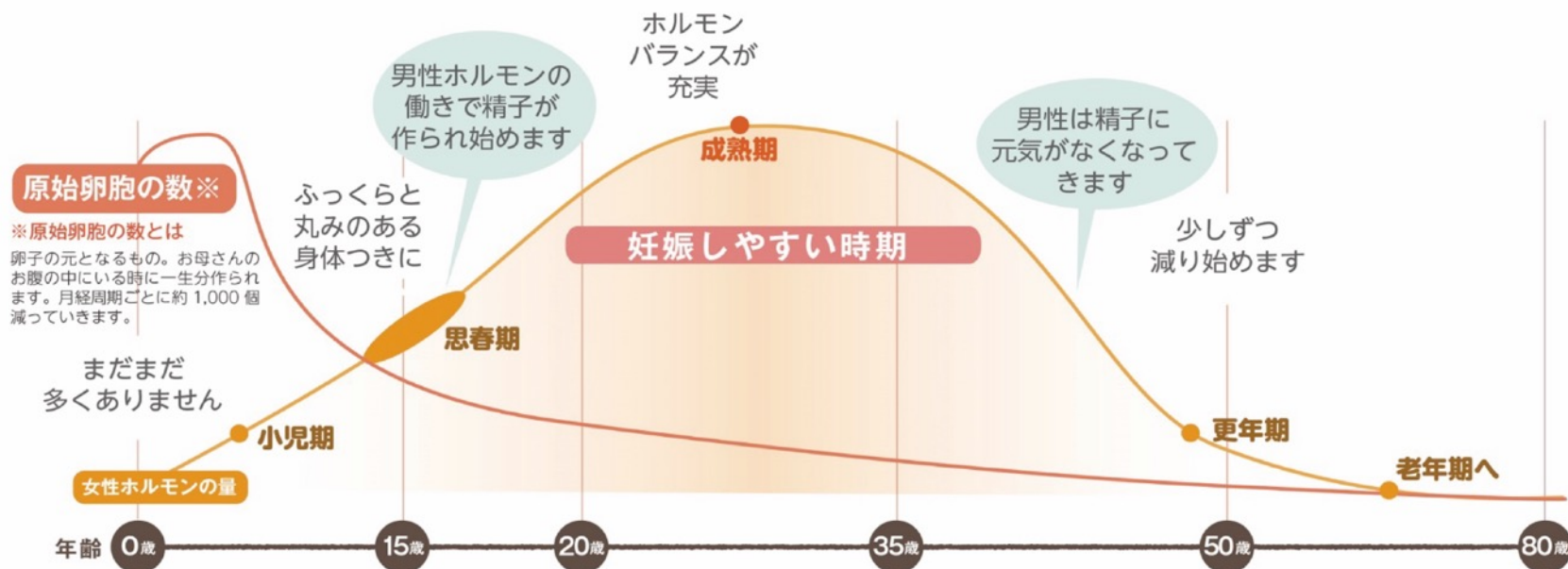
平均初産年齢の推移



資料：厚生労働省「人口動態統計」

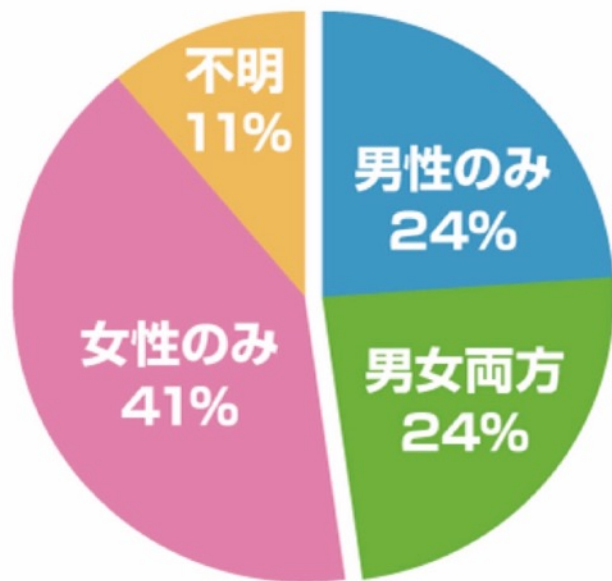
年齢と妊娠の関係：妊娠適齢期

身体の変化



不妊について

不妊症の原因



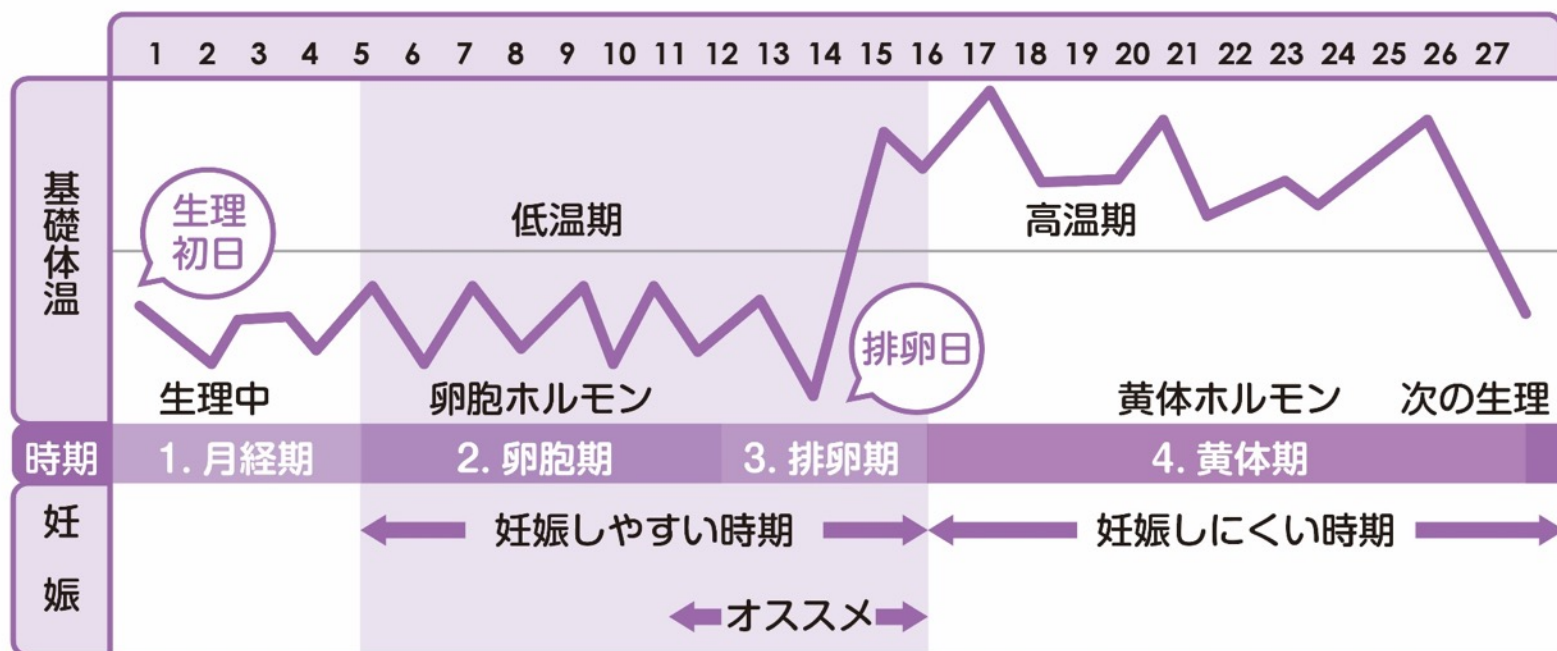
WHO（世界保健機構）調べ

■ 不妊症と診断されたカップル：約7組に1組

- ・ 不妊症の原因の多くは、複数の原因が、複雑に絡み合っている。
- ・ 不妊の原因として年齢も関係しており、年齢を重ねる事により妊娠率は徐々に低下。



自分の体のリズム

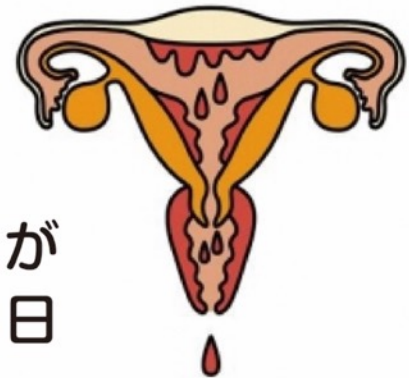


月経について

■ 正常な月経とは・・・

- ・ 周期：25～38日
- ・ 期間：3～7日

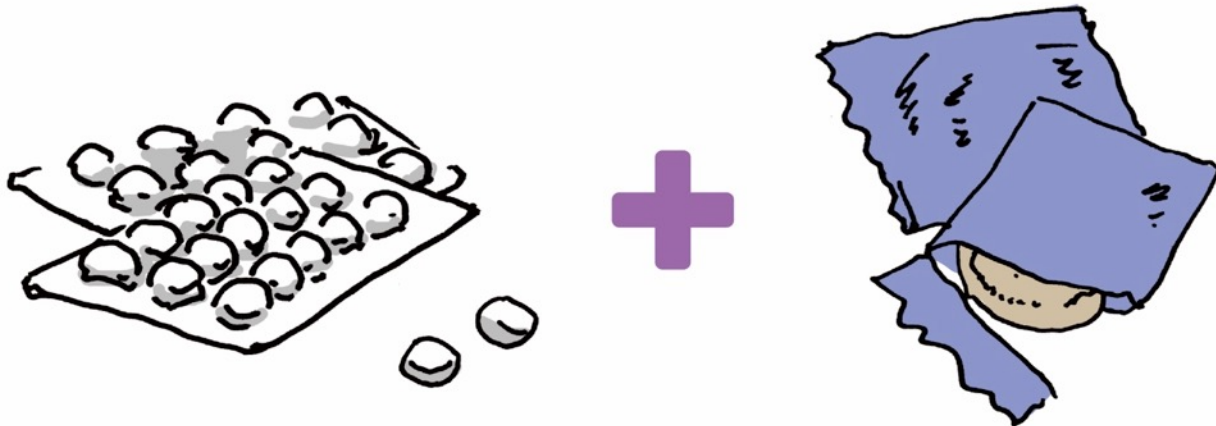
月経不順とは・・・規則正しく月経が来ない、月経周期が24日以下や39日以上という場合など



月経不順の主な原因

- ◆ 過激なダイエット
- ◆ 激しいスポーツ
- ◆ 日々の過度のストレス
- ◆ 不規則な生活
- ◆ エストロゲンの分泌低下
- ◆ 卵巣・甲状腺の病気

正しい避妊方法とは



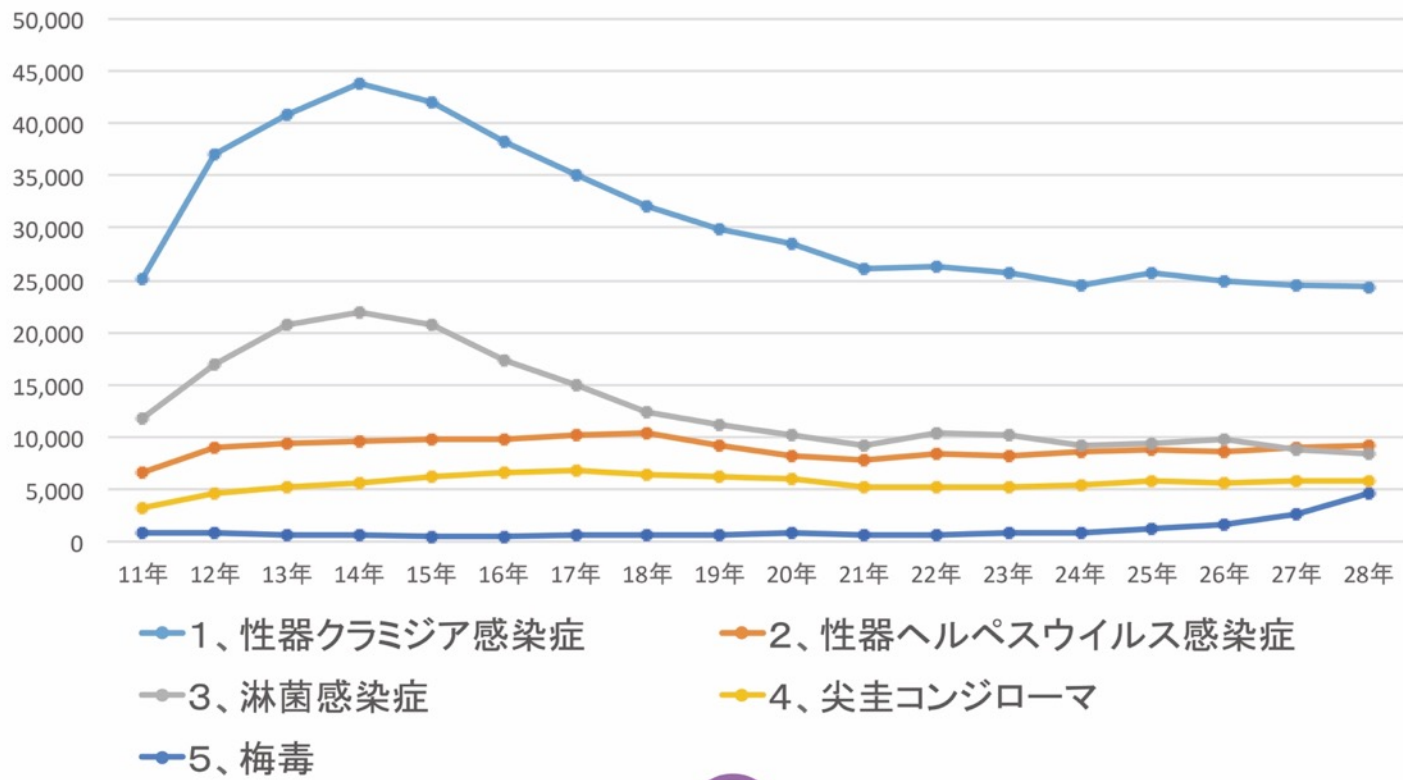
■ 緊急避妊ピルとは・・・

性交後 72 時間以内に内服すると、避妊効果が期待できる。

避妊率は約 80%と言われる。

性感染症

性感染症別年間推移(厚生労働省)



風疹のこと

風しん
注意報
発令



生まれてくる赤ちゃんのために 「風しんワクチン」

妊婦、とくに妊娠初期の女性が風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんが「先天性風しん症候群」という病気にかかってしまうことがあります。耳が聞こえにくい、目が見えにくい、生まれつき心臓に病気がある、発達がゆっくりしているなど、赤ちゃんがそのような生まれつきの病気にならないよう家族みんなで風しんの予防接種を受けることをご検討ください。

女性は妊娠前に

▼
風しんの予防接種を
ご検討ください

接種後2ヵ月は避妊が必要です
接種回数
子どもの頃の接種を含めて2回です

成人男性は

風しんにかかったことがない方
風しんワクチンを受けていない方
どちらも不明な方

▼
接種することを
ご検討ください

2回接種しても問題はありません

妊娠中の女性の家族は

▼
風しんの予防接種を
ご検討ください

妊婦は風しんの予防接種を受けられません
1歳児（第1期）と、小学校入学前1年間
（第2期）は風しん風しん混合ワクチンの
定期接種を受けましょう

当は成人に多い病気です。特に10代後半～50代前半の男性、10代後半から30代前半の女性が多く感染しています

特に昭和54年4月2日～平成7年4月1日生まれの女性は接種率が低く、昭和54年4月1日以前生まれの男性は子どもの頃に定期接種のチャンスがありませんでした

風しんの予防接種は、はしか（風しん）も一緒に予防できる風しん風しん混合（MR）ワクチンでうけることをおすすめします

厚生労働省、国立感染症研究所、社団法人日本医師会、公益社団法人日本薬剤師会、公益社団法人日本産婦人科医会、
公益社団法人日本小児科医会、一般社団法人日本小児科医会、一般社団法人日本産科助産師会、日本小児科医会、一般社団法人日本プライマリケア学会
一般社団法人日本保育師会、公益社団法人日本看護協会、公益社団法人日本助産師会、公益社団法人日本産科助産師会、一般社団法人日本児童福祉協会、日本ワクチン学会

お問い合わせ 厚生労働省健康局感染症課 TEL: 03-5253-1111(内) 国立感染症研究所感染症情報センター TEL: 03-5285-1111(内)

風しん 厚生省

検査

風しん 感染症

検査

赤ちゃんの
先天性風疹症候群を
防ごう！

厚生労働省
風しんの感染予防の普及・啓発事業ポスター

タバコの弊害

妊娠中の喫煙が及ぼす胎児への影響

流産、早産、出生体重の低下、
発育障害、奇形、乳幼児突然死
症候群・・・など



妊娠したら・・・



妊娠届を提出し、
母子健康手帳の交付や健診の助成など、
母子保健サービスを受けましょう。



妊娠・出産のこと



まずは自分の健康に
関心を持とう！