

プレコンセプションケア推進PT

# プレコンセプションケア＝プレコンとは？

## 定義

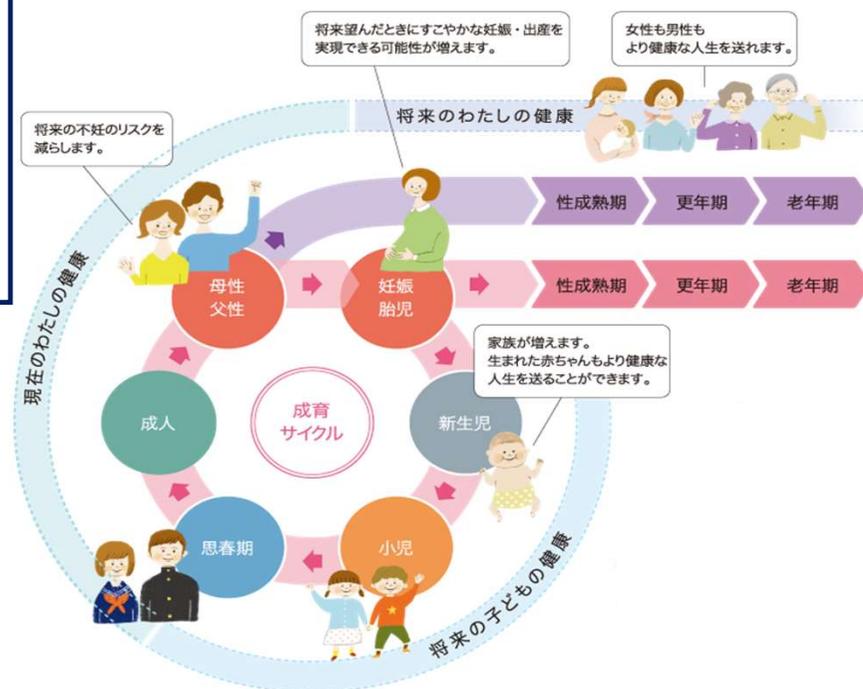
プレコンセプションケア

・・・『妊娠前の健康管理』

⇒妊娠を考えている女性だけでなく、若い世代が将来素敵な人生を送るために、日々の生活や健康と向き合うことが大切

～プレコンセプションケアが必要とされる理由～

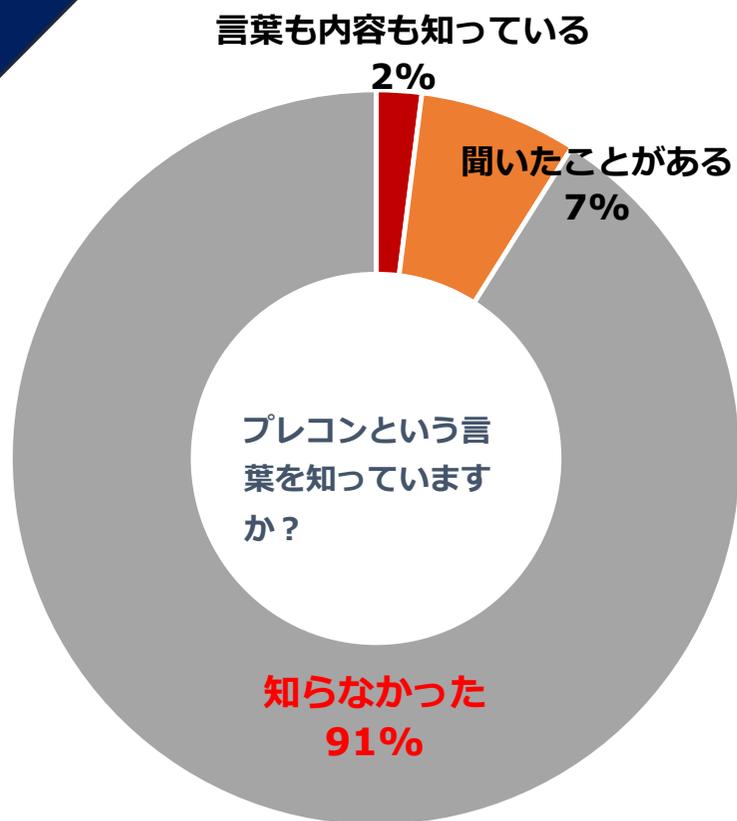
- ≫ 健康上リスクある妊娠の増加
- ≫ 晩婚・晩産化による不妊の増加
- ≫ 人生100年時代を生きるために



※引用元:国立成育医療研究センター

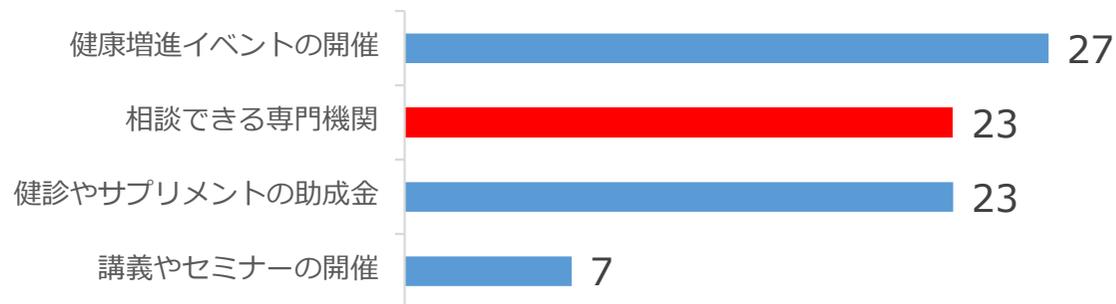
# 現 状

## 認知度

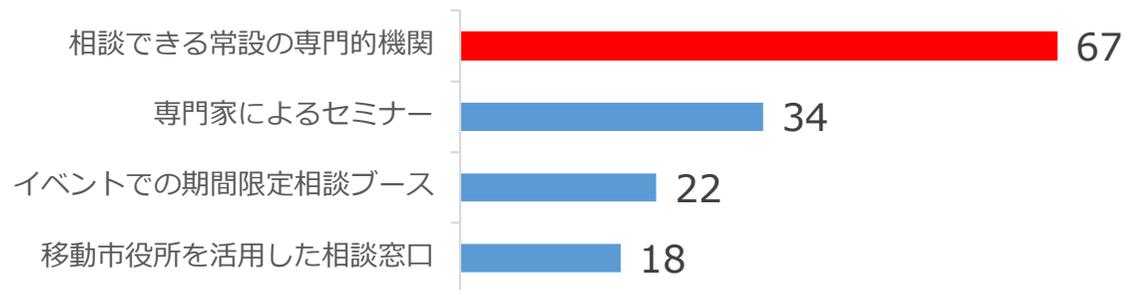


## ニーズ

プレコンを実践するために、今治市に何を期待しますか

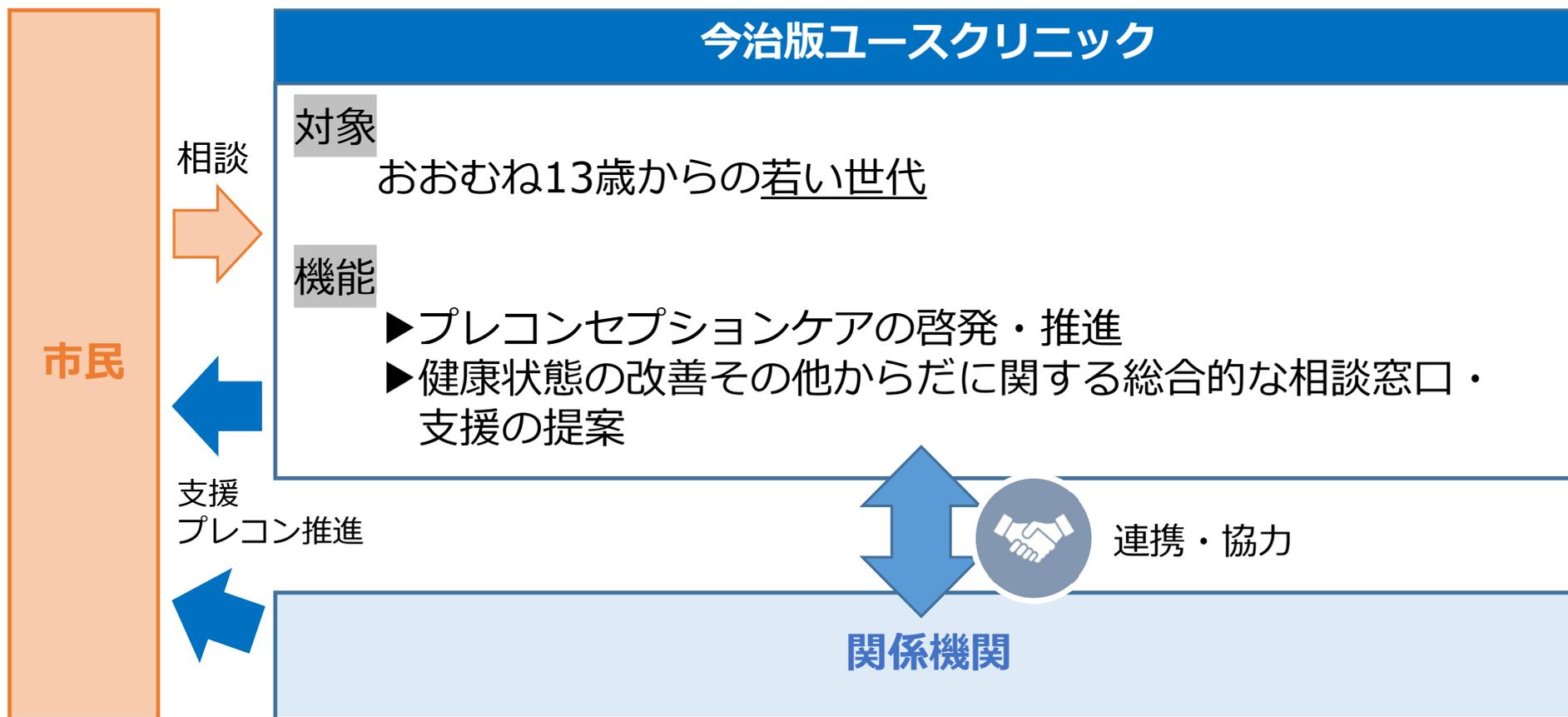


子どもたちが、**自分の体や健康**について正しい知識を持って育って  
いくために、どんな相談先があつたらいいと思いますか



アンケート回答者数：89人(女性72人、男性17人)  
年齢割合：20歳未満(1%)20歳～29歳(8%)30歳～39歳(48%)40歳～49歳(36%)50歳以上(7%)

# 【提案】 今治版ユースクリニック※



※ユースクリニック：スウェーデンが発祥で、若者を対象に性に関する相談やカウンセリングなどを無料で行なっている施設

# プレコンセプションケアの啓発・推進

## 興味関心の向上

イベントでの  
ブース出展

市内で開催されるイベントにブースを出展  
プレコンの啓発活動を実施

- チラシ配布
- アンケート調査
- 簡易な身体測定
- 検査や検診の申し込み
- 無料相談



## 継続的な健康管理

インセンティブ  
提供

健康づくりに関する活動を行った方にインセンティブ  
を提供 = バリコインや検査費用の助成

- 検診の受診
- 里山マラソンへの参加
- 市内の体育施設の利用
- プレコンノート※の作成
- 講義・セミナーの受講

※国立成育医療研究センターHPに掲載。



## 正しい知識の普及

講義・セミナー  
を開催

各世代ニーズに合った講義やセミナーを実施

- 妊娠・出産に備えた健康管理
- ライフステージについて
- 健康づくりのための運動講座
- 食事・栄養について



# 今後について

## Phase1

## Phase2

### 興味関心の向上



- イベント等でブースの出展

プレコンの推進

今の自分を知る

アンケートによるニーズ調査

### 継続的な健康管理



- 健康増進に関するインセンティブを付与

検診の受診

里山マラソン

健康づくり

### 正しい知識の普及



- セミナーの開催

ニーズに応じた分野

### 相談窓口の強化



- 相談体制の構築

窓口一本化

専門機関への斡旋

ネウボラ拠点施設へ機能拡充

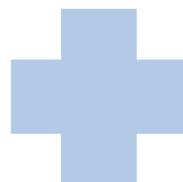
# プレコンセプションケアを推進した 20年後の今治市

日本子育て支援  
大賞2024

今治版ネウボラ

～こどもが輝く未来を創る～

妊娠・出産時から18歳までの子育て全般のサポート



今治版ユースクリニック

思春期からの健康をサポート

若い世代の健康を推進することは

- ・ 健やかな妊娠・出産
- ・ 不妊リスクの軽減
- ・ 人生100年時代の健康維持

今治市の未来を担う若者のライフデザインの可能性を最大化