

令和6年度 男女共同参画セミナー 令和6年6月22日(土)

『妊活も、その手前も、男女共同参画で！』



産婦人科専門医である嶋田亜公子さんにSRHR(セクシャル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ)の観点から、こどもを持つ選択や妊活に関する女性の権利と予防医療などについてお話していただきました。

性と生殖の健康と権利(SRHR)

すべての人には、生まれながらの自由、尊厳、平等に基づく基本的人権があり、これは性と生殖の健康と権利にも当てはまります。それは、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態を指し、女性には差別や強制、暴力を受けることなく、自らのセクシュアリティや生殖に関する決定を自由に行う権利を持っています。

性教育の第一人者とも呼ばれている村瀬幸浩さんは、「いつ誰とどのようにSEXをするのかしないのか」「いつ誰とこどもや家庭を持つのか持たないのか」と述べられています。自分の頭で考え、自分の意志で行動しましょう。

不妊とプレコンセプションケア

赤ちゃんは来てほしい時に来てくれるとは限りません。現在、日本で不妊治療を受けるカップルは4組に1組とも言われています。

プレコンセプションケアとは妊娠前の健康管理のことです。

生殖年齢前からの健康状態が、妊娠率や妊娠出産の安全性、さらには産まれてくるこどもの健康にも影響します。

また、こどもを持つか持たないかに関わらず、プレコンセプションケアを行うことは、男女問わず、生涯を通しての健康維持に役立ちます。

避妊とピル

避妊は自分の人生を守る重要な選択肢です。望まない妊娠を避ける避妊の方法として、WHOが推奨し日本で手に入れられるのは子宮内避妊具とピルです。

ピルは妊娠を避けるだけでなく、生理痛の軽減や生理のコントロールも可能にし、学歴や就業の中断を防ぐ効果もあります。女性が積極的に人生をコントロールできる選択肢として、ピルの重要性を知ってほしいです。



セミナー開始前の小川市長のあいさつ



嶋田先生のセミナー風景

子宮頸がんとその予防

子宮頸がんは20代～30代の若い女性に多い病気で、発症した場合、家庭や社会全体あるいは将来へのダメージが大きい病気です。WHOでは、子宮頸がんワクチン(HPVワクチン)接種と検診と治療によって子宮頸がんは撲滅できると宣言しており、実際に世界で子宮頸がんは減少傾向であるにも関わらず、日本では増加傾向にあります。まず予防として大事なのが「子宮頸がんワクチン(HPVワクチン)接種」と「子宮頸がん検診」です。

キャッチアップ接種

子宮頸がんワクチン(HPVワクチン)副反応の懸念で一時的に公費対象外となり接種率が低下しましたが、現在は平成9年度～19年度生まれの未接種者を対象に、令和4年から令和7年3月末まで公費での接種が再開され、接種が呼びかけられています。



先生からのメッセージ

特に前橋市の子宮頸がん検診の割合は、全国と比較しても低い値になっています。子宮頸がん検診の大切さを知って、多くの人にワクチン接種&子宮頸がん検診を受けて欲しいと思います。

「“性”について学ぶことは、“生”について学ぶこと」それを始めるのに早いも遅いもありません。本当のことを正しく知ることによって、自分と周りの人の安全や健康や幸せを守ることができます。



しまだ あきこ
講師 嶋田 亜公子さん(産婦人科医師)

性教育認定講師

前橋市 医療法人神岡産婦人科医院

ヒルズレディースクリニック副院長

高崎市 セキールレディースクリニック非常勤医師

群馬大学医学部を卒業後、群馬大学医学部附属病院、桐生厚生病院、伊勢崎市民病院、県立小児医療センター、高崎総合医療センターなどの勤務を経て現在に至る

女性も男性もプレコンセプションケアをはじめませんか！

1 適正体重を維持しましょう

(BMIは18.5～24.9を維持しましょう ※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))

2 バランスのよい食事を取りましょう

3 葉酸を取りましょう

4 危険ドラッグ・有害物質は危険！

5 タバコはやめましょう

6 アルコールには気をつけましょう

7 かかりつけ婦人科医をもちましょう

プレコンセプションケアについて詳しく知ろう！

インターネット検索で、「国立成育医療研究センター」と調べると詳細がでてきます。「プレコンチェックシート」や「プレコンノート」などで、自分の健康状態を確認して、当てはまる項目を増やしてみてください。

(記事：笹澤)