

プレコンセプションケアの推進に向けた これまでの取組

令和7年4月16日

プレコンセプションケアについて

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

Ⅱ 成育医療等の提供に関する施策に関する基本的な事項

2 成育過程にある者等に対する保健

(1) 総論

不妊、予期せぬ妊娠、性感染症等への適切な相談支援や、妊娠・出産、産後の健康管理に係る支援を行うため、男女ともに性や妊娠に関する正しい知識を身に付け、健康管理を行うよう促すプレコンセプションケアの推進を含め、需要に的確に対応した切れ目のない支援体制を構築する。

(5) 生涯にわたる保健施策

思春期、妊娠、出産等のライフステージに応じた性と健康の相談支援等を行う「**性と健康の相談センター事業**」の推進等により、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。

特に、若年女性の瘠せは骨量減少、低出生体重児出産のリスク等との関連があることを踏まえ、妊娠前からの望ましい食生活の実践等、適切な健康管理に向けて、各種指針等により普及啓発を行う。

プレコンセプションケアの推進について

プレコンセプションケア推進に向けた大阪府の主な取組

No.	実施内容	概要
①	大阪府性と健康の相談センター事業の実施	○国が創設した「性と健康の相談センター事業」を、次の3つの枠組みで相談支援等を実施。 ・おおさか性と健康の相談センター ・にんしんSOS ・妊娠と薬に関する相談支援
②	啓発資材の作成・配布	○プレコンセプションケアに係る、各種啓発資材を作成し、府内の高校や大学、コンビニ等へ配布及び配架
③	府民向け講座の実施	○大学や大阪府主催のイベントにおいて、プレコンセプションケア講座を実施
④	ホームページ等での啓発	○大阪府のホームページやおおさか性と健康の相談センターのホームページなどで様々な情報を発信
⑤	関係部局との情報連携	○府内市町村の母子保健担当者向け会議での情報提供 ○他部局と連携した、事業者向けのメルマガ配信等

こども家庭庁「性と健康の相談センター事業」について（R4年度創設）

令和7年度概算要求額 6.1億円（7.8億円）

事業の目的

- 成育基本方針（令和3年2月9日閣議決定）を踏まえ、プレコンセプションケアを含め、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、健康管理を促す事を目的とする。

事業の概要

◆ 対象者

思春期、妊娠、出産等の各ライフステージに応じた相談を希望する者、**企業等の労務担当職員等**（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、不妊症相談を含む）

◆ 内 容（※（１）～（５）の基本事業は原則全て実施すること。）

- （１）不妊症・不育症や予期せぬ妊娠を含む妊娠・出産、思春期や性の悩み等を有する男女への専門的な相談指導（※）
- （２）不妊治療と仕事の両立に関する相談対応（※）
- （３）生殖や妊娠・出産に係る正しい知識等に関する講演会の開催（※）
- （４）相談指導を行う相談員の研修養成（**企業等向けのプレコンセプションケアに関するものも含む**）（※）
- （５）男女の性や生殖、妊娠・出産、不妊治療等に関する医学的・科学的知見の普及啓発（※）
- （６）学校で児童・生徒向けに性・生殖に関する教育等を実施する医師や助産師等の研修会実施等の支援
- （７）特定妊婦等に対する産科受診等支援（性感染症などの疾病等に関する受診を含む。）
- （８）若年妊婦等に対するSNSやアウトリーチによる相談支援、緊急一時的な居場所の確保
- （９）出生前遺伝学的検査（NIPT）に関する専門的な相談支援
- （１０）HTLV-1等母子感染対策協議会の設置等（**拡充**）
- （１１）不妊症・不育症患者等の支援のためのネットワーク整備
- （１２）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（R6～）
- （１３）**医療機関等に委託するプレコンセプションケアに関する相談支援（新規）**
- （１４）**性と健康の相談支援センターや委託先となっている医療機関等のオンライン相談の初期設備整備（新規）** ※補助単価：1か所13万円

◆ 実施自治体数

96自治体（47都道府県、49市） ※ 令和5年度変更交付決定ベース

実施主体等

【実施主体】都道府県・指定都市・中核市 【補助率】国1／2、都道府県・指定都市・中核市1／2

大阪府性と健康の相談センター事業について

【不妊専門相談支援事業】

おおさか不妊専門相談センター（府市共同）

- ・不妊/不育専門相談窓口の開設
- ・インターネットを通じた情報提供
- ・セミナーやピアカウンセリングの実施

対象に思春期を追加

【女性健康相談支援センター事業】

にんしんSOS

- ・ホームページの運営
- ・電話・メール相談
- ・保健・福祉等関係機関との連携

引き続き実施

【性と健康の相談センター事業】

《 》内：委託先

令和6年10月1日開始

おおさか性と健康の相談センターcaran-coron（府市共同）

《一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団》

不妊・不育専門相談
個別相談、グループ相談

グリーフケア
個別相談、グループ相談

プレコン相談
チャットによる個別相談

啓発・研修等

セミナー配信・Webイベントなどインターネットを通じた情報提供等

にんしんSOS（府）

《大阪母子医療センター》

- ・ホームページの運営
- ・電話・メール相談
- ・保健・福祉等関係機関との連携

※大阪市は別途委託
（大阪市内にんしんSOSボドーム）

妊娠と薬に関する相談支援

《大阪母子医療センター
大阪大学医学部附属病院
大阪医科薬科大学病院》

- ・基礎疾患を抱える妊婦への相談支援
- ※府内3か所の拠点病院へ委託して実施

令和7年度 おおさか性と健康の相談センターcaran-coronの取組

不妊・不育専門相談

- ・電話相談（第1～第4週の水・金／第2土曜日）
- ・面接相談（第2土曜日）
- ・カウンセリング（第1・第3土曜日、毎週木曜日）
- ・サポートグループ
（不妊・不育に悩む女性のお話会、
子供を持たない選択をした（しようとしている）女性のお話会）

カラダと性の相談室 R5.6月開始

- ・チャットによる個別相談（第1～第4金曜日16時～20時）
チャット相談専用システムを使用し、助産師が対応します。

グリーフケア相談

- ・個別相談（偶数月第3水曜日、奇数月第4土曜日）
- ・サポートグループ（偶数月第3水曜日、奇数月第4土曜日）

その他セミナー・研修

上記内容に関する最新情報や相談者のニーズに即したセミナーを定期的に実施

プレコンセプションケアに関する特設サイト

「大切なからだところのために
～知ってほしいプレコンセプションケアのこと～」を開設

令和7年3月25日に、プレコンセプションケアに係る特設サイトを開設しました。

本サイトでは、正しい知識を得て、将来のライフプランを選択していただくために、年齢によるからだところの変化や妊娠の仕組みをはじめ、性や生殖に関する様々な情報をお伝えします。

【サイトURL】

<https://caran-coron-precon.jp/>



令和6年度 セミナー 実施内容

- 「にじいろプレイス」の取組から見える周産期グリーフの実際と必要な支援
- 不妊治療と仕事の両立 ～安心して働き続けるために～
- 親になりたいを叶えるもう一つの選択肢「養子・里親」について考える
- みんなで考えるプレコンセプションケア

おおさか性と健康の相談センターの実績

不妊・不育 電話相談

【相談時間】

・第1・第3水曜日 10時～19時
・第1～第4金曜日と第2・第4水曜日10時～16時
・第4土曜日 13時～16時
※R7年度より第2土曜日

【相談員】

助産師（1名体制）

不妊・不育 面接相談・カウンセリング

【女性産婦人科医師による面接相談】

第4土曜日 14時～17時 ※R7年度より第2土曜日
30分/組・4組/日 ※利用は1組1回まで

【助産師又は公認心理師によるカウンセリング】

第1・第3土曜日13時～17時、
月2回木曜日18時半～20時半（50分/組）

グリーフケア サポートグループ

【開催時間】

偶数月第4水曜日と奇数月第4土曜日
14時～16時 定員4名程度

【相談員・ファシリテーター】

ピアカウンセラー又は助産師

カラダと性の相談室（チャット）

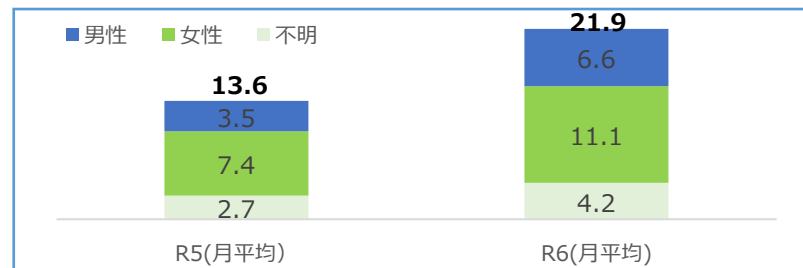
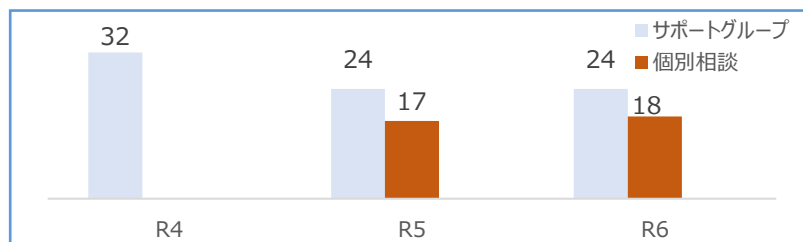
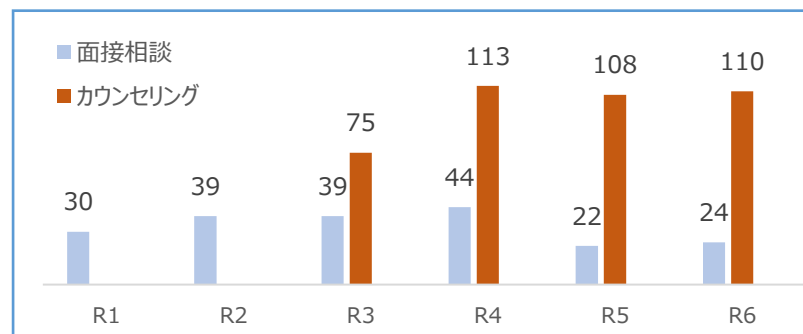
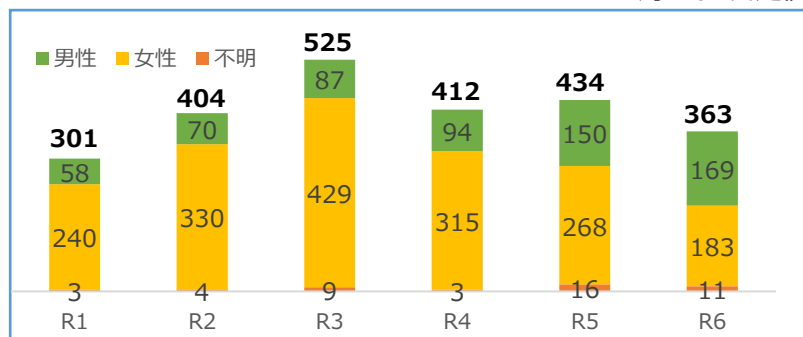
【相談時間】

第1～第4金曜日 16時～20時

【相談員】

助産師（1名体制）

※R6は2月までの暫定値



【背景・評価】

- ・R元年12月から大阪市との共同運営により金曜日の相談を新設。
- ・R3年度まで増加傾向だが、R4年度は減少に転じる。
- ・30代からの相談が約5割を占める。
- ・R5年度より男性からの相談が増加。

（件数の増減の要因）

- ・R2.5月の少子化社会対策大綱や同年9月の内閣基本方針により不妊治療の保険適用化が取りざたされ、問合せが増加した。
- ・保険適用後は問合せ件数が落ち着いている。
- ・令和5年度より、センター名称を変更したことにより、男性からの相談が増加したと推測。

【背景・評価】

- ・R元年12月から大阪市との共同運営により面接相談の回数を2回/日から4回/日に増加。
- ・R3年度からカウンセリングを開始。R4年度から8組/月から12組/月に実施日を増加。

（件数の増減の要因）

- ・R4年度の不妊治療の保険適用化に伴い、R2-R4年度の相談が増加したと推測
- ・カウンセリングは、拡充に伴いR4の相談件数も増加。R5年度は横ばい。

【背景・評価】

- ・R4年度から開始、R5年度から個別相談を新設。
- ・サポートグループの平均参加人数はR4年度は2.67人/回、R5年度は2.0人/回。

（件数の増減の要因）

- ・個別相談の新設により、サポートグループへの参加の前にまずは個別相談を利用する方がいるため、R5以降、サポートグループへの参加人数は減少傾向にあるものの、総計としては増加。

【背景・評価】

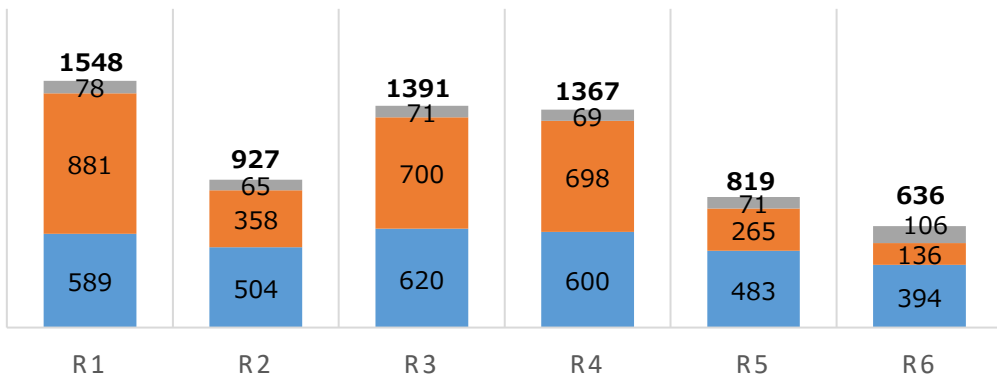
- ・R5.6月から開始。主な周知先は学校関係。
- ・R5年度は6月-3月までの月平均(13.6件)。R6年度は4月-2月までの月平均(21.9件)。
- ・相談者の年齢は、未回答を除き～30代の若年層。
- ・R5年度からR6年度にかけて、府立高校、私立高校等へ広く周知したため、相談件数が増加したと推測。

にんしんSOSの実績

相談件数（居住地域別）

■ 府内 ■ 府外 ■ 不明

※R6は2月までの暫定値



- ◆ R2年度は新型コロナウイルス感染症の社会的影響が減少がみられ、R3年度に例年並みとなるが、以降減少傾向にある。
- ◆ R5年度以降、府外からの相談件数が減少。
要因として、近隣県のにんしんSOSの開設によるものと推測。
- ◆ 相談者の年齢は、10～20代の若年者が多く、R5年度は10代の相談が全体の3割、そのうち学生は、全体の4割を占めた。
- ◆ R6年6月より、これまでの電話相談、メール相談に加え、新たな相談方法としてLINEコールを追加。

令和5年度の主な相談内容

- 妊娠不安…………… 46.8%
- 産もうかどうか…………… 19.0%
- 現在の体の状況…………… 9.8%
- 中絶…………… 7.8%
- その他(緊急避妊等)…………… 16.6%

特徴

- 月経が遅れている、妊娠したかもしれない、避妊に失敗したなど、「妊娠不安」が約半数ある。このような思いがけない妊娠にまつわる悩みの背景には、家庭不和や経済的な問題、相談者自身の精神的つらさがうかがえることが多い。
- 10代の相談者からの内容は、現在の身体の変化が妊娠兆候ではないかという不安、妊娠の可能性のある行為かどうかを確認するもの等が目立つ。「誰にも相談できない」「どうしたらいいか」「助けてください等、身近に相談者がおらず、地域で孤立している方の相談も多い。

令和5年度の主な対応

- 情報提供…………… 77.4%
- 傾聴・助言等…………… 9.2%
- 受診勧奨…………… 8.9%
- 紹介・連絡…………… 0.7%
- その他…………… 3.8%

特徴

- 相談者に寄り添い、悩みに対し妊娠や出産についての正しい知識や情報を伝えている。
- 継続した支援が必要と考えられる場合は、地域の保健機関等と連携し、サービスを提供する等必要な支援に繋いでいる。

プレコンセプションケアに係る啓発資材の作成・配布

作成年度	媒体	資料タイトル	内容	主な配布先
H23～	チラシ/カード ポスター	にんしんSOS	望まない妊娠等に悩む方への相談窓口 「にんしんSOS」の事業案内を記載	高校 中学校
H28～	チラシ	意外と知らない？ 妊娠と出産の話	妊娠から出産までの経過、避妊、人工妊娠中絶等を記載	高校 中学校
R1～	冊子	いつか子どもがほしいと思っているあなたへ ※大阪市と共同作成	カラダの仕組みや妊娠、不妊等について記載	大学
R5～	冊子	プレコンノート	国立成育医療研究センターが作成するプレコンノートを 大阪府版として、作成	大学、企業 府職員
	チラシ	おおさか性と健康の相談センター caran－coron（カランコロナ）	カラダと性に悩む方への相談窓口「おおさか性と健康の相談 センター」の事業案内を記載	大学、企業
	チラシ ※R6より ポスターも作成	カラダと性の相談室	おおさか性と健康の相談センターが実施するチャット相談「カ ラダと性の相談室」の案内を記載	大学、高校 中学校 図書館
R6～	チラシ	プレコンセプションケアに取り組みましょう	プレコンセプションケアのポイントを記載	大学、企業 府職員

(参考) プレコンセプション啓発資材

① 意外と知らない？ 妊娠と出産の話

知っておいてほしい 妊娠の知識

妊娠検査薬

妊娠検査薬は妊娠時に受精卵から分泌されるhCG(ヒト絨毛性ゴナドトロピン)というホルモンが尿中にあるかどうかを検査します。排卵日から2〜3週間目には陽性反応が出るように作られていますが、それが正常妊娠であるかは判断できません。子宮外妊娠や流産の可能性もありますので、陽性反応が出たら早めに産婦人科を受診しましょう。

人工妊娠中絶

母体保護法という法律により、人工妊娠中絶が可能な時期は、妊娠週数が21週6日目までです。母体の影響と費用を考えると11週6日目までがベストです。妊娠週数がすすむにつれ母体への影響も大きくなり、将来の出産に負的な影響を及ぼすこともあります。妊娠を望まない場合には避妊を行い中絶を回避しましょう。

こんな支援があります

市町村の保健センターなどに妊娠届を提出すると、妊婦健診受診券がもらえ、健診の費用が安くなります。また、妊娠・出産・育児に関する不安や心配なことを保健師に相談することもできます。詳しくはお住まいの地域の保健センターまでお問い合わせください。

「思いがけない妊娠」でお困りの方はこちら

● **にんしんSOS(大阪府委託事業)**

(SOS) 思いがけず、できちゃった、どうしよう...

TEL.0725-51-7778 日曜(12:00〜18:00)
月曜〜金曜(10:00〜16:00) ※祝日はのぞきます
【ウェブサイト】 <http://www.ninshinsos.com/>
【携帯サイト】 <http://www.ninshinsos.com/m/>
【LINEコール(通話)】 による相談もできます

● **妊娠・出産・子育て電話相談**
(一社)大阪府助産師会
TEL.06-6775-8894
(相談無料) ※日曜・祝日はのぞきます

大阪府

意外と知らない？

妊娠と出産の話



大阪府健康医療部
保健医療室

② にんしんSOS

大阪府



思いがけず
できちゃった
どうしよう。

(にんしん SOS)

ひとりで悩まないで、いますぐ相談。秘密はずっと守られます。

0725-51-7778

月曜〜金曜 10:00〜16:00
日曜 12:00〜18:00
※祝日はのぞきます

【ウェブサイト】 <http://www.ninshinsos.com/>
【携帯サイト】 <http://www.ninshinsos.com/m/>

【チャット相談】
24時間受付
【LINE】
06-6775-8894

③ いつか子どもがほしいと思っているあなたへ

あなたの将来を守る正しい知識! **不妊 妊娠 カラダ**のこと。

いつか
子どもが
ほしいと
思っている
あなたへ



男女問わず全ての读者に知ってほしい

④ プレコンノート

からだでこのころの悩み
妊娠・出産・子育てに
持ちあっているあなたへ

あなたに必要な
「ヘルスケア」の知識とケア

プレコンノート

基礎編 プレコンについて知ろう(18歳以上)

⑤ おおさか性と健康の相談センター

ACCESS

おおさか性と健康の相談センター
caran-coron
(カランコロソ)

〒545-8570 大阪市中央区大手前2丁目
TEL.06-6941-0351(代)

お問合せ・ご予約

おおさか性と健康の
相談センター
caran-coron
(カランコロソ)

TEL.06-6910-1310
受付 月曜〜土曜 10:00〜18:00(土曜 10:00〜15:00)
休診 日曜・祭日・年末年始(12月29日〜1月3日)

caran-coron@dawn-ogf.jp

おおさか性と健康の
相談センター
caran-coron
(カランコロソ)

カラダと性に関する悩みに寄り添い、
あなたらしい選択ができるようサポートします

⑥ カラダと性の相談室

安心して話せる場所があります。

カラダのこと、性のことで感じる不安、
人に相談しづらい不安、ネットで調べたけど、
これって正しい情報?

相談日時 第1〜4 金曜日 16:00〜20:00

【お問い合わせ】
大阪府健康医療部健康政策課 母子グループまでご連絡ください。
TEL.06-6941-0351(代) 内線2544

⑦ プレコンセプションケアに 取り組みましょう

プレコンセプションケアに取り組みましょう

プレコンセプションケアとは、
プレコンセプションケアは、男女を問わず、将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うことです。早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産、次世代を担う子どもの健康にもつながる取組みとして、近年注目されているヘルスケアです。

例えば… やせ、肥満、生理痛、性感染症などの正しい知識を得て行動することで、今は妊娠や出産を考えていなくても、将来の妊娠に関するリスクを減らすことや、自分自身の健康につながります



できることからプレコンセプションケアに取り組み
からだ・こころのメンテナンスを大切にしましょう

詳しくは、大阪府 健康医療部 保健医療室 地域保健課 母子グループまでご連絡ください。
電話 06-6941-0351(代表) 内線2544

プレコンセプションケア講座の実施

令和6年度より府民向けのプレコンセプションケア講座を実施

概要	内容	参加者の声
○対象：大学生 ○時期：令和6年6月～7月 ○参加者：25名 ※出席状況による ○実施方法：対面	○概要：公民連携により、府内大学で講義を実施 ○内容：カラダのこと、生活習慣、検査やワクチン等、妊娠前の健康管理について、幅広い内容で実施 ○詳細：講義90分×4コマ ①プレコンセプションケアとライフデザインに関する講義 ※講義の最後に、学生へ課題を提示 ② } グループ検討・プレゼン準備 ③ } ④プレゼン発表、講評 ○プレゼン課題 ・プレコンに取り組んでいない場合に生じる課題 ・プレコンを大阪府全体に浸透させるための行政の施策 など	・妊娠について計画に入れていなかったが、講義を受けた後では意識するようになった。 ・極端なダイエットや痩せ願望について考えなおした。 ・将来、妊娠・出産したいと考えたときに後悔しないようにしたいと思った。 ・男性には関係のないものだと考えていたが、男性側からできるアプローチもあることがわかった。
○対象：府民 ※誰でも参加可 ○時期：令和6年9月 ○参加者：43名 ○実施方法：ハイブリッド形式	○概要：府主催のイベントにて、府民・企業向けのプレコンセプションケアセミナーを実施 ○内容：カラダのこと、生活習慣、検査やワクチン等、妊娠前の健康管理について、幅広い内容で実施	・妊娠出産に対し何も学ばずにいたので、この言葉も含めて今回の講義はとても大切だと思った。 ・自分がたまたま職場の管理職の立場であり、そして職場にはまさに妊娠中のスタッフがいるため、大変参考になった。
○対象：府民 ※誰でも参加可 ○時期：令和7年3月4日-3月25日 ○参加者：735名 ○実施方法：オンライン配信	○概要：おおさか性と健康の相談センターにおいて、府民向け、プレコンセプションケアセミナーを実施。 ○内容：プレコンセプションケアの必要性など、子どもと関わる大人とし何ができるか、といった観点で実施。	・プレコンは、男女や年齢にとらわれず、幅広く知識の普及が必要だと考えており、こうした啓発が大事であると思った。 ・妊娠希望の有無に関わらず、身近な若い世代の方々に伝えていこうと思った。

「プレコンセプションケア」について



更新日：2023年9月6日

「プレコンセプションケア」とは？

「プレコンセプションケア」とは、成育基本法に基づく成育基本方針において「女性やカップルを対象として将来の妊娠のための健康管理を促す取組み」とされています。

WHO（世界保健機関）が「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」と提唱し、国際的にも取組みが推奨されています。また、次世代を担う子どもの健康にもつながるとして近年注目されているヘルスケアです。

プレコンセプションケアは医療、保健、教育、福祉などの幅広い分野で連携を図りながら推進していくこととされており、大阪府では男女ともに将来の妊娠を考えながら自分のライフプランに適した心身の健康管理を行うことを支援するため、正しい知識や相談窓口等、様々な情報を発信していきます。

カラダのこと、性のことで 不安な気持ちを 抱えていませんか。

カラダのことや性に関することについて、正しい知識をもつことは、あなた自身のカラダとココロを守ることにつながります。専門相談員（助産師）が、あなたのカラダや性に関する悩みや不安に寄り添い、一緒に考えます。あなたが安心して、自分らしい生き方を選択していくことができるよう応援します。

↑
top



チャットでのご相談

カラダと性の相談室（チャット相談）

相談時間は毎月第1～4金曜日（祝日を除く）の16時～20時です。

さいごに

府事業の周知、啓発について引き続きご協力のほど
よろしくお願いいたします。

ご清聴ありがとうございました