

JFPAは6Aの表現を目指します!

- 1 adolescent 思春期保健の推進
2 abortion 人工妊娠中絶の防止
3 access どこでも誰もがサービスを受けられる
4 advocacy 啓発・提言活動
5 AIDS STI及びHIV/エイズの予防
6 ageing 高齢社会への対応

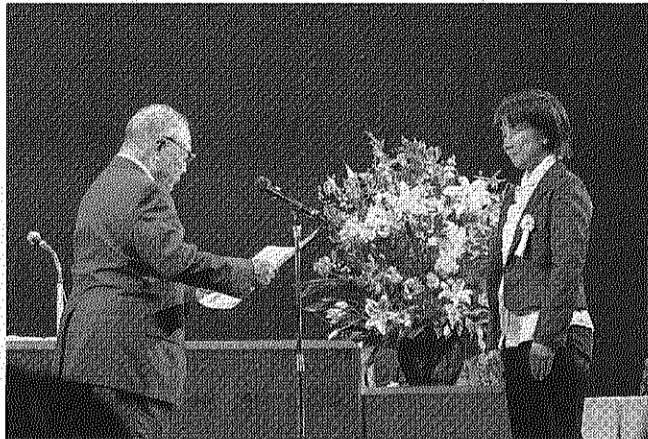
家族と健康

健康教育情報紙

一般社団法人 日本家族計画協会
リプロ・ヘルス推進事業本部
健康教育推進本部
協力:公益財団法人予防医学学術中央会
〒162-0843 東京都新宿区谷田町1-10 保健会館新館
電話03(3269)4727 FAX03(3267)2658 http://www.jfpa.or.jp
発行人:北村 邦夫 編集人:櫻田 忠宏 henshu@jfpa.or.jp
毎月1回1日発行 年購読料¥3000+税 1部¥300+税千共

平成27年度 健やか親子21全国大会 (母子保健家族計画全国大会) 神奈川で開催

子宮頸がん予防(研究集会)、産前産後ケア(シンポ)をテーマに



本会会長表彰の様子(左/近会長、右/被表彰者 代表の岩崎八千代さん)

10月7〜9日、「平成27年度健やか親子21全国大会(母子保健家族計画全国大会)」が、神奈川県横浜市神奈川市民ホールで開催された。主催は本会ならびに厚生労働省、神奈川県、横浜市、川崎市、相模原市(社) 恩賜財団母子愛育会(公社) 母子保健推進会議。「みんなであつながらうー! 未来を創る子どもたちのために」をテーマとした親子が健やかに育つ社会を目指してのシンポジウム、講演、シンポジウム、功労者の表彰が行われ、全国から延べ約8500人が集まった。

式典の冒頭、塩崎恭久 厚生労働大臣(代読) 一子も・子育て支援新制度の円滑な運用を図るとともに、妊娠前から子育ての長期のあいさつとして、「日本では少子高齢化が急速に進行しており、人口の減少に歯止めを掛けるため、子ども・子育て支援がより重要になってい

います。厚生労働省では、本年4月から施行された子ども・子育て支援新制度の円滑な運用を図るとともに、妊娠前から子育ての長期のあいさつとして、「日本では少子高齢化が急速に進行しており、人口の減少に歯止めを掛けるため、子ども・子育て支援がより重要になってい

育て支援について語った。4月からスタートした子ども・子育て支援新制度を解説し、「母子保健コーディネーター」の設置、「産前産後サポート事業」「産後ケア事業」の三つをそろえて整備していく意義を強調した。

また、「子育て世代包括支援センター」についても詳しく解説した。パネルディスカッションでは、産前産後ケアの実例も紹介され、切れ目のない支援について話し合われた。

特別講演 ピアリスト・辻井伸行氏の母親である辻井いつ子氏が「親ばか」のススメを語る。楽しく、あきらめない生き方、をテーマに講演。生後間もなく全盲であることが分かった伸行氏が、音楽と出会い、才能を開花させ、ピアリストとして活躍するに至るまでのエピソードを交えながら、いつ子氏が実践してきた子育てについて紹介した。

また、「子育て世代包括支援センター」についても詳しく解説した。パネルディスカッションでは、産前産後ケアの実例も紹介され、切れ目のない支援について話し合われた。

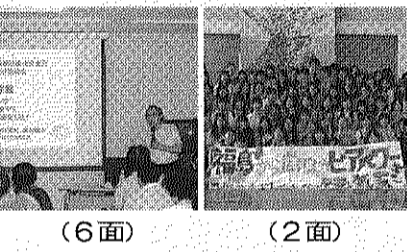
今年度は「今、あらためて子宮頸がん予防について考える」をテーマに、フリーランスフォトグラファー/ライターで自身も子宮頸がんの経験がある木口マリ子氏、横浜市立大学大学院教授(産婦人科医師)・宮城悦子氏(詳細は4〜5面)。

躍するに至るまでのエピソードを交えながら、いつ子氏が実践してきた子育てについて紹介した。

▼わが国の子どもたちの貧困率は、2012年に16.3%と、過去最悪となった。人数で見ればおよそ300万人。17歳以下の子ども6人に1人が貧困という状況だ。母子家庭など「ひとり親世帯」だけで見ると54.6%が貧困で、2人に1人。この結果は、34か国の先進国が加盟する経済協力開発機構では9番目に悪く、「ひとり親世帯」では最も悪の水増しだ。3年前に貧困問題研究者グループが困窮する親への支援も始まっている。将来の労働人口を考えれば、産業界の少子化対策への積極的投資は必要不可欠だ。▼未来を変革するのは、子どもたちだ。子どもたちが成人へと健康な状態で移行できれば、将来の選択肢が広がり、わが国の経済的・社会的進歩につながる。子どもを守り育てることは、全国民が担うべき社会貢献。日本どこで生まれても同じサービスを受けられる制度の早期導入を願う。(HM)

今月のページ

- 福島から広げようピアパワー 「てんかん」への正しい理解を深めよう他
効果を引き出す栄養指導の新しい形他
今、あらためて子宮頸がん予防について考える
予防接種と標準的な予防策が社会を守る シリーズ遺伝相談⑧
海外情報クリップ他
産婦人科医による性の健康教育⑧



(6面) (2面)

トピック

人口は1日739人減
医療費は1日1074億
「100人でみた日本」「日本の1日」

厚生労働省は、「平成27年版厚生労働白書」を公表。同時に各統計データを、ある特定の視点に置き換えて編集した「100人でみた日本」と「日本の1日」も公表している。「100人でみた日本」は、日本を100人の国に例えたもの。性別でいえば、男性48.6人、女性51.4人となり、生活習慣病の人は12.6人。生涯でがんになるのは男性29.2人、女性23.0人となっている。日本を1日に起こる出来事の数を表したのが「日本の1日」。1日に生まれるのは2742.5人となっている。

MSD advertisement for contraception. Text: 'かしこく、正しく、自分らしく あなたが選ぶ避妊スタイル'. Includes a URL http://www.hinin-style.jp and a search button. Illustration of a couple holding hands.

福島から広げようピアパワー!!

第6回 思春期ピアカウンセリング全国大会開催



全国のピアっ子ら約140人が集まった

9月19〜20日、福島県郡山市の郡山自然の家で、第6回思春期ピアカウンセリング全国大会が開催された(主催は日本ピアカウンセリング・ピアカウンセラー協会)。約140人が集まり、2日間のプログラムを通して学び合い、互いの交流を深めた。

大会テーマは「福島から広げようピアパワー!」【拡散希望】みんなの元気玉と題し、全国13都府県(秋田、岩手、山形、宮城、福島、栃木、群馬)のピアっ子ら約140人が集まり、2日間のプログラムを通して学び合い、互いの交流を深めた。

今回、「震災プログラム」として、2011年春期ピアカウンセラーらによる団体)が実行委員会を担った。

大会テーマは「福島から広げようピアパワー!」【拡散希望】みんなの元気玉と題し、全国13都府県(秋田、岩手、山形、宮城、福島、栃木、群馬)のピアっ子ら約140人が集まり、2日間のプログラムを通して学び合い、互いの交流を深めた。

実行委員長より

今大会を開催するに当たり、三つの目的を設定しました。一つ目「自分の大切な地域で被災が起きたとき、ピアとして何が出来るか」考えること、二つ目にピアっ子と同志のエンパワーメント、三つ目に今大会で考えたことや感じたこと、蓄えたパワーを全国に持ち帰り、全国的にピアを盛り上げていくことです。

「震災プログラム」では、被災地・福島の声や、実際に行った被災地ピアを伝え、ピアとして何が出来るのかを深く考えることができました。「悩み共有プログラム」と「ピア県民SHOW」は離れて活動していても悩みや不安が一緒、自分だけじゃない、仲間がいると実感したという声や、悩みの解決方法が参考になったという声や、本当によかったです。すでに二つの目的は達成されました。最後の目的は、これから全国にいる頼もしい仲間たちが達成してくれることでしよう。全国大会実行委員長 三浦真琴



「てんかん」への正しい理解を深めよう

適切な診断・治療と必要なケアを学ぶシンポジウム



シンポジウムの様子

本会が後援するシンポジウム「学校・職場・社会で『てんかん』への正しい理解を深めよう」が10月12日、東京・渋谷区にある「ニッセイ同和損保新宿ホール」で行われ、医療関係者や学校関係者、一般参加の方など、約400人が集まった。

「てんかん」とは、脳の神経が一時的に過剰に活動し、けいれんや意識障害などの発作を繰り返す病気で、国内推定患者数は60万〜100万人と

の適切な対処を行えばよいのか。「静かに見守る」ということが重要となる。自動発作という体が勝手に動いてしまう状態のときに、無理やり押さえる行為は、けいれんを引き起こす可能性がある。てんかんは乳幼児から高齢者まで、どの年齢層でも発作する可能性がある。だが、てんかんの70〜80%は、適切な治療や服薬により発作を抑えられ、通常の生活を送ることが出来る。シンポジウムは、この後、職域と医療の視点からそれぞれ講演が行われ、てんかんへの正しい理解を得る機会となった。

Seminar Information

効果的な児童虐待防止への取り組み

指導者のための避妊と性感染症予防セミナー

沖縄・福岡・名古屋 東京 受講者募集中

毎年全国各地で開催しており、毎年一指導者のための避妊と性感染症予防セミナー(SRHセミナー)は、今年度は「効果的な児童虐待防止への取り組み」がテーマです。

すでに仙台、大阪、札幌、新潟会場でのセミナーが終了しており、合計500人以上の方に受講いただきました。

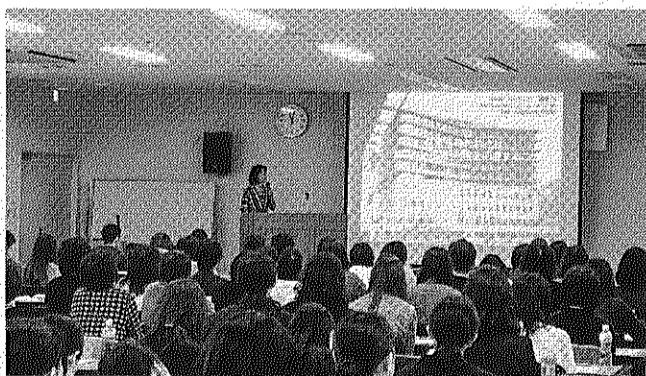
本セミナーは各会場講師の組み合わせが異なるのも特徴の一つです。札幌会場を受講した方からは、「勤務先で順に開催してまいります。児童虐待防止や妊娠の支援に携わる母子保健、医療・福祉関係者はおもしろいこと、思春期保健相談士や教育関係者の方にも、ぜひ受講いただきたいセミナーです。お問い合わせの上、ぜひご参加ください。

なお、お申し込みの受け付けは先着順です。どうぞお早めにお申し込みください。

【開催日・会場】
沖縄 11月21日(土)・沖縄コンベンションセンター
福岡 12月19日(土)・西鉄イン福岡
名古屋 2016年1月30日(日)・名古屋国際会議場
東京 2016年2月6日(日)・UDXカンファレンス
【受講料】各会場5000円(税別)、思春期保健相談士は各会場3000円(税別)
【プログラム】講義I「日本人の意識・性行動調査(第7回)」、講義II「児童虐待防止は望まない妊娠・出産を回避すること」、講義III「妊娠早期からの母親へのサポート」、「まとめ」(※講義IIIは、福岡・名古屋会場は産婦人科医の立場から、沖縄・東京会場は弁護士からの立場からの講義となります)

【講師(50音順)】
安達知子(福岡)、大隈良成(東京)、水主川純(名古屋)、川村百合(沖縄・東京)、北村邦夫(全会場)、種部恭子(沖縄)、八田真理子(名古屋)、渡邊智子(福岡)

盛況な札幌会場の様子



本会主催セミナーのお問い合わせは

TEL 03(3269)4785

FAX 03(3267)2658

かんたん! 詳しい情報も

本会HPからWEB申し込みできます。

JFPA セミナー



スマートフォンからはこちら!!

効果を引き出す栄養指導の新しい形

栄養指導を結果につなげるセミナー中級編開催

栄養指導を結果につなげるセミナー中級編(本会・有限会社クオリティライフサービス共催)が8月29日と9月5日、JA共済ビルカンファレンスホール(東京都千代田区)で開催された。講師である小島美和子氏からは、確実に効果を出す栄養指導に必要な要件・ステップをそろえた栄養指導支援ツール「食習慣聞き取りシート」(本会発行・ページ下部参照)の使い方と実践を中心に講義いただいた。今回はその中から「メタボリックシンドローム改善の栄養指導」のプログラムについて紹介したい。

メタボの人の課題は二つだけ

「メタボリックシンドローム」指導者が多い。しかしその場合、検査数値への影響は、対象者の検査数値が「一度に全ての課題を挙げて改善を試そうとする」と、小島氏はまず指摘。その上で、メタボリ

まずは対象者のエネルギー収支の見極めから

この二つの中でも、まず傾く。しかし、それでも対象者のエネルギー収支(収支)が適正かどうかを見極めることが優先であることが強調された。最初エネルギー量の収支を調整し、体重を適正にする、他の検査値(血糖値・血圧値など)も基本的にはいい方向に

「食習慣聞き取りシート」を活用した聞き取り

エネルギー収支を整える(遅い時間の食事支援)の優先順位としては、食事以外の摂取(①間食、②アルコール)にまずは注目を、そこから食事

ックシンドローム改善で「エネルギー収支の改善が必要なもの、栄養素バランスの改善が必要なもの、この二つに整理して説明していくことがポイント」と語った。

シート表面(図1)

対象者の間食の状況を聞き取る。問診票などで質問を並べる聞き取りは、対象者自身も1日の生活イメージがわきづらなく、指導者も断片的な食習慣しか聞き取れないことがある。朝・昼・夕と1日をイラストで、シートごとに聞き取ることで聞き漏れがなくなり、正確な生活習慣を聞き

シート裏面(図2)

対象者の食習慣と検査値との関連から導き出した行動目標と、行動目標を達成するための具体的な方法を記入することができ、指導者のみが行動目標の達成度を判断することなく、対象者自身が目標の達成度を判断し、達成できなかった場合には、指導者や指導者の考えや気持ちのズレをなくすことができる。

行動目標セルフチェックシート(図4)

「最後に評価に用いることができる」という対象者の課題を聞き取る。問診票などで質問を並べる聞き取りは、対象者自身も1日の生活イメージがわきづらなく、指導者も断片的な食習慣しか聞き取れないことがある。朝・昼・夕と1日をイラストで、シートごとに聞き取ることで聞き漏れがなくなり、正確な生活習慣を聞き

食習慣聞き取りシート記録用紙(図3)

「食習慣聞き取りシート」は、対象者の食習慣と検査値との関連から導き出した行動目標と、行動目標を達成するための具体的な方法を記入することができ、指導者のみが行動目標の達成度を判断することなく、対象者自身が目標の達成度を判断し、達成できなかった場合には、指導者や指導者の考えや気持ちのズレをなくすことができる。



図1 シート表面



図2 シート裏面

くに対応できるように。このように自身の検査値と食習慣の問題点を明確にして、具体的な提示を行うことは、対象者の行動変容へのモチベーションを上げることに繋がります。ぜひ、「食習慣聞き取りシート」を利用して積極的な栄養指導に取り組んでほしい。

図4 行動目標セルフチェックシート

項目	達成	未達成	理由
1. 1日の生活振り返りながら、思い出してみよう			
2. さっかや食べる理由を聞き取る			
3. 対象者の検査値から項目ごとに整理し、取り組みやすさや効果から見た優先順位を導き、行動目標を設定する			

図3 食習慣聞き取りシート記録用紙

項目	内容
1. 1日の生活振り返りながら、思い出してみよう	
2. さっかや食べる理由を聞き取る	
3. 対象者の検査値から項目ごとに整理し、取り組みやすさや効果から見た優先順位を導き、行動目標を設定する	

図4 行動目標セルフチェックシート

図3 食習慣聞き取りシート記録用紙

妊婦健診の公費負担 全国5%

日本産婦人科医会は、日本産婦人科医会は、母子保健法に基づき妊婦健康診査の公費負担状況について調査。健診費用を全額公費負担している自治体は、全国で5.4%(91自治体)に過ぎないと公表した。妊婦から出産まで、妊婦健診はおよそ14回行われ、同医会の試算では、計11万7890円の費用がかかるという。しかし、実態の把握ができた1684自治体の平均公費負担額は9万9800円と、試算された全額負担額を大きく下回っている。また公費負担の最低額は4万6000円、最高額は13万2580円と提示した。受診回数および健診項目は妊婦の健康管理上最低限のものと考え、全額公費負担にするよう求めている。

11月は 乳幼児突然死症候群の 対策強化月間です!

SIDSから赤ちゃんを守りましょう

3つのポイント

- ①うつぶせ寝は避ける
- ②たばこはやめる
- ③できるだけ母乳で育てる

★栄養指導をする際の対象者の食習慣の聞き取り、行動目標の設定に使える支援ツール

NEW 食習慣聞き取りシート

表 面は対象者の食習慣をイラストを見ながら振り返ることができるので、正確な情報を漏れなく聞き取ることができる!

裏 面は対象者の食習慣と検査値を整理したポイントから効果的な改善点と行動目標を導くことができる!

詳細は <http://www.jfpa.or.jp/> または03-3269-4727 まで

■仕様 A3判・12枚組(表カラー・裏1色刷) ■本体価格:3,000円+税 ■著者:小島 美和子(有限会社クオリティライフサービス 管理栄養士) ■お問い合わせ:一般社団法人日本家族計画協会 TEL:03-3269-4727

命と心を守る術

平成27年度家族計画研究会(健やか親子21全国大会)母子保健家族計画全国大会(併設集会)

今、あらためて子宮頸がん予防について考える

10月9日、本会が主催する「平成27年度家族計画研究会」が、神奈川県横浜市神奈川市民ホールで開催された。今年のテーマは「今、あらためて子宮頸がん予防について考える」とし、木口マリ氏と宮城悦子氏が、子宮頸がん経験者と医師の立場から、それぞれ講演。医師や看護職、市民など169人が参加した。

守りたい、命と心

「子宮頸がんを経験して思う、自分で守るからだ」

フリーフォトグラファー 木口 マリ

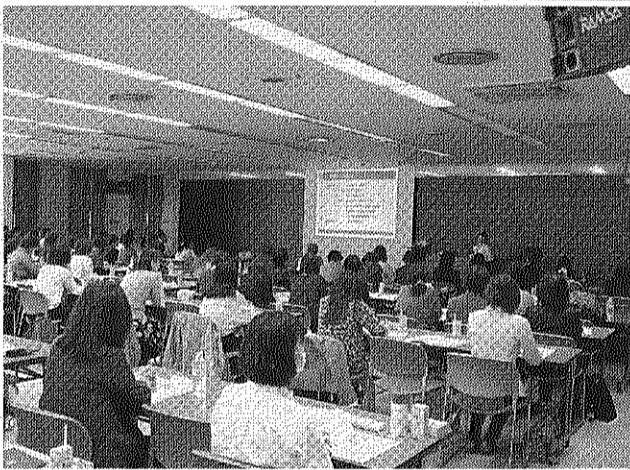
とても深い命の経験

2013年5月、子宮頸がんが残るため、この時頸がんを診断され、円錐点では妊娠可能であった。切除による手術を行った。ところが、その後、これは、子宮の入り口部分のみをくりぬくような術式で、施術時間は10〜15分ほど。術後もは、子宮、両方の卵巣、卵管と、骨盤内の全てのリンパ節を取り除くというもの(木口氏の場合)は、結果的に左の卵巣だけを残すことができた。さらにリンパ節への転移が見つかり、抗がん剤治療を開始。6回の投薬を終えて後、術後の合併



木口マリ氏

1975年、埼玉県生まれ。現在、フリーのフォトグラファー/ライター。また、社会的イベント企画で、主にがん患者が楽しく、充実した生き方ができるようにという目標を、イベント活動などを行っている。



研究会の様子

症により絞扼性イレウス(腸閉塞の一種)になり、緊急手術。これにより、半年間、人工肛門を付けての生活を送ることになった。このような経験を、命を落とすかもしれないと思うこと、精神的・身体的な苦しみを伴うこともたくさんあった。しかし、がんや障害がもたらしたものは、素晴らしい出会いや、学びもたくさんあり、それらはとても深い命の経験でもあった。それでもやはり、がんによって失ったものは大きい。子宮頸がんを防ぐチャンスがある方には、予防してもらいたい。

子宮頸がんから命と心を守るために、医療者による存在である。医療者には、どんな存在であってほしいか、それぞれが自分の体を守るために何ができるかを、以下の三つのポイントにまとめた。

ポイント1 医療者の存在

がん患者にとって医療者というのはとても影響力のある存在だ。治療に際して主治医となつたのは、大きな大学病院の先生。最初の診察では、落ち着いた様子で、説明をする際は、絵や文字を書きながら、1時間以上時間をかけてくれた。また、質問しづら

ポイント2 「口」を守るために

体の守りも大事だが、それと同じかそれ以上に大事なものは、実は精神的な部分だ。まず、がんになる前に知っておきたいことの一つは、「孤独ではない」ということ。そしてもう一つは、自分もがんになる可能性があるということ。

ポイント3 カラダを守るために

20代の頃にもチャンスがあれば子宮頸がん検査を受けていた。その頃は「異常なし」と出るのが当たり前だと思っていた。ところが、あるとき結果の封筒を開けると、「要精密検査」と書かれていた。これには息が止まるほど驚かされ、うろたえた。しかし後日、冷静になってから友人に話したところ、同じような経験をされたことがあると返事が返ってきた。病気に限らず、どんな状況でも仲間がいるものだと気付いた。大きな事態が起こったとしても、気持ちを分かってくれる仲間がいるということに気付いてほしい。

そして、この検査結果から学んだもう一つのこととは、「自分が病気になることもある」という覚悟が必要であること。この二つはぜひ心に持っておいてほしい。さらに、心を守る備えとして、がんに対する知識や、金銭面での支えとなる保険があると、不安を和らげることができるとも思う。自分たちで体を守る方法には「ワクチン」「検診」「休む」の三つがある。「ワクチン」については最近ニュースなどで取り上げられることが多いが、いろいろな情報から総合的に見て、「自分にはどうなのか」ということを考えてほしい。次に、「検診」。検診でがんが見つかるのが怖いというところもあるだろう。検診結果が100%正しいということはない。しかし、検診を受けることで安心感を得られる。さらに、検診を通して、現在の医療への知識を深める、医師や病院に接するという機会も得られる。そして、「休む」。がんになるのは、いろいろなことが重なったことだからと思うが、理由の一つに体を酷使し過ぎることが考えられる。以前は仕事の都合で2週間続けて徹夜ということがあった。それでも全く苦にならなかったが、知らず知らずのうちに調子を悪くしていったのかもしれない。本来生き物は、睡眠や休息を取るべきもの。仕事を忙しい方、子育て中のお母さんなど、体を酷使していることに気が付かず頑張ってしまう人ほど意識して休んでもらいたい。

身近な人の心も守る

これまでの経験は苦ししいこともあったが、とても貴重なものであると感じている。しかし、子宮頸がんになったことで、諦めなければならなくなったこともある。いつかはこの小

経験者と医師が伝える



宮城悦子氏

横浜市立大学大学院医学研究科がん総合医科学教授、横浜市立大学附属病院産婦人科部長、日本産科婦人科学会特任理事。専門診療領域は婦人科悪性腫瘍。

子宮頸がん予防 ～日本の課題～

横浜市立大学附属病院産婦人科部長

宮城悦子

若年化する罹患年齢

子宮頸がんは、世界中で年間約45万人が罹患するとされ、日本では年間約1万人が罹患。前がん状態の方が約10万人で、そのさらに予備軍であるヒトパピローマウイルス(HPV)に持続感染している方は、約100万人いると推計されている。

子宮頸がん検診

子宮頸がんは、科学の進歩により最も予防しやすいがんであるにもかかわらず、日本はこの予防に非常に大きな課題を抱えている。子宮頸がんの日本における一番の問題は、30代後半から40代の最も社会で活躍しなければならぬ女性に罹患のピークがあるという点(図1)。

2008年のデータでは、浸潤がんが約1万人、上皮内がんが約2万人いるとされている。死亡を見ても、50歳未満で亡くなる方は、2000年代に入ってから増加している。そして、厚生労働省の将来のがん死亡率の見込みでは、乳がんや大腸がんは次第に減っていく一方で、子宮頸がんは将来的にも増えるだろうと推計されている。

増加している。そして、厚生労働省の将来のがん死亡率の見込みでは、乳がんや大腸がんは次第に減っていく一方で、子宮頸がんは将来的にも増えるだろうと推計されている。現在、日本で用いられている子宮頸がん予防のためのワクチンは2種類ある。一つは子宮頸がんの6・7割を予防する2価ワクチン。もう一つは良性的いぼを予防する効果も含まれている4価ワクチン。このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がんワクチン

日本における定期接種

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

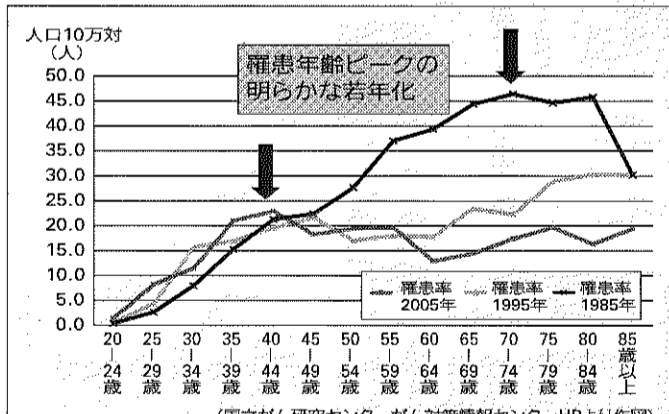


図1 日本人女性の子宮頸がん(浸潤がん)罹患率(1985年から10年ごとの比較)

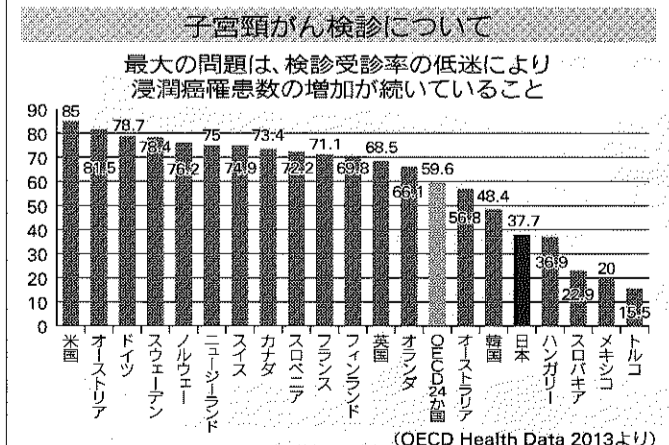


図2 子宮頸がん検診受診率(%)各国の比較

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

世界各国の動向

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国

子宮頸がん予防のために

このことから、ワクチン接種後も検診が必要であり、性交渉の開始前に接種したとしても完全に予防できるわけではない。この病変を100%予防という。2010年11月頃から、国と地方自治体に訴える女子がいることが始まり、公費助成が開始され、その後、13年3月、メディアで報じられるようになった。同年4月には正式に国



総論編⑨ シリーズ

遺伝相談

●生活を支援する看護職

日本の看護職員就業者は、153万7813人(2012年)。医師の約5倍、国民の85人に1人は、看護職という計算になる。

看護職は、養成過程(97~124単位)の中で解剖生理学を学ぶ。これは、生活者としての人間理解のため、言い換えれば、「食べる、出す(排泄)」、「寝る」の暮らしの行動をケアするための。

疾病の診断や治療は、生活する人間に起こっている現象を理解する上で必要な知識であるが、そこだけに焦点をおくのではない。診断や治療だけに焦点をおくのではない



岡部信彦氏による講義の様子

●ワクチンの利点と欠点

現在の予防接種は、一人一人の体を守るのももちろん、次の世代の健康を守り、社会を守り、感染症を根絶させる目的も担っている。現在の日本は、多くの人が予防接種を受けることで、病気がちで受けられない人や、うっかり忘れてしまった人も、病気を防ぐことができる。しかし、リスクとして

予防接種と標準的な予防策が社会を守る

第455回母子保健指導員研修会

第455回母子保健指導員研修会「予防接種最新情報」(講師 川崎市健康安全研究所・岡部信彦氏)が、9月8日に開催された。今回は、予防接種や感染症対策について、基本から最新情報までを、質疑を交えて解説がなされた。

全く副反応がないものではない。岡部氏は最初に「頻度はまれであったとしても予防接種は一定程度の副作用があることを承知しつつ、実施しなければいけない。ワクチンは、作り方や微生物の特徴などさまざま要因によって生ワクチンか不活化ワクチンか選んで作っており、それぞれに利点・欠点がある」と述べ、病気を予防する必要性とワクチンの副反応の存在とのバランスを、常に考えて

いく必要があるとした。また、ワクチンについてきちんと説明をした上で、絶対に接種をしなくていいという人に対しては、無理に促さないながらも「病気にさらさないように」とも、周りの人々の健康を守るために予防接種の大切さについて、医療機関で働いている人ももちろん、幼稚園や保育園、学校で働いている人も、自分が病人になって病気を広めたり、病気の運び人になり、病気の連鎖を断ち切ることも防ぎようが必要である。感染症と思われる患者さんが見たら、手袋をつけ、マスクをつける、手を洗うなど、標準予防策

に、各感染症について、現在の予防接種に至るまでの経緯や、ワクチン接種後の患者数の動向などについて、データを示しながら解説がなされた。また、予防接種ともなして罹患した場合の重症化のリスクを下げるための慢性疾患の管理、定期健診受診など普段からの健康管理の重要性も説いた。

●ワクチンの最新情報

講義の最後には、予防接種の最新情報を紹介。インフルエンザは、年によって流行するものが異なるが、今後はA型の2種類とB型の2種類の

4種類が入って、防げる幅の広がった新しいワクチンに切り替わる。現在のMERSを例に挙げ、標準予防策だけでなく、感染経路別予防策、そして罹患した場合の重症化のリスクを下げるための慢性疾患の管理、定期健診受診など普段からの健康管理の重要性も説いた。

遺伝看護の立場から

有森 直子

新潟大学大学院保健学研究科看護学分野教授

●「遺伝相談」という場は通過点

「遺伝看護」という用語が国内で公的に使用され始めたのは、1999年に「日本遺伝看護学会」が発足されたときである。当時は、ヒトゲノム計画が進む中、遺伝医療に関する対象の広がりと、病気ではない健康な人も対象となる「予測医療」という新しい遺伝医療の在り方として「遺伝子検査」を行った際の「遺伝子カウンセリング体制の整備」が強調された。

この問題を地域住民との信頼関係を築いている保健師が関わることで、潜在的なニーズの掘り起こしが可能となっていく。当時は日本家族計画協会が「遺伝相談セミナー」を年に数回開催し、保健師は輪番制で研修を受けていた。当時の保健師は、研修の後、自主的な学習を重ねて、そのスキルの上昇に努めていた。

この問題を地域住民との信頼関係を築いている保健師が関わることで、潜在的なニーズの掘り起こしが可能となっていく。当時は日本家族計画協会が「遺伝相談セミナー」を年に数回開催し、保健師は輪番制で研修を受けていた。当時の保健師は、研修の後、自主的な学習を重ねて、そのスキルの上昇に努めていた。

●看護職への期待は大きい

全ての看護職は、ある一定の年齢になると発症するタイプの遺伝性疾患があることや、本来は症

をきちんと行うことが大事である」とし、一時流行したSARSや韓国でのMERSを例に挙げ、標準予防策だけでなく、感染経路別予防策、そして罹患した場合の重症化のリスクを下げるための慢性疾患の管理、定期健診受診など普段からの健康管理の重要性も説いた。

●看護職への期待は大きい

全ての看護職は、ある一定の年齢になると発症するタイプの遺伝性疾患があることや、本来は症



「まるまるねんね」で赤ちゃんすやすや

古くから使われてきた「いじこ」での姿勢。赤ちゃんは丸い姿勢で寝かされています。生まれたばかりの赤ちゃんは、重力に負けない筋力は備わっていません。丸い姿勢はお母さんのお腹と同じように感じ、居心地がよく、肺での呼吸もしやすい。正しい背骨育てのためにも、首が据わるまでは「まるまるねんね」が大切です!

研究発表

2013年10月日本母性衛生学会にて「院内専用 天使の寝床」の研究 - 正産期新生児に対するポジショニングの検討 - が発表されました。

その結果、睡眠の増加、安静保持に有効である事がわかりました。

年齢	5分	15分
5ヶ月	7.1, 7.7, 7.1	16.2
10ヶ月	5.2	4.4, 5.4, 7.4
15ヶ月	3.2	5.4, 6.4, 10.4
20ヶ月	3.2	5.4, 7.4, 8.4

※詳しくはホームページをご覧ください。

骨格ケアとマタニティ&ベビーケア用品 **青葉 トコちゃんベルト**

有限会社 青葉 http://tocochan.jp
〒578-0984 大阪府東大阪市東江4丁目6-1
TEL. 072-960-0507 FAX. 072-960-0508

海外情報クリップ

◆今年8月に承認

米国食品医薬品局(FDA)医薬品評価部門の責任者シャネット・ウツドック医師は、「この度の新薬承認によって、性的欲求が低いために苦痛を感じている女性に

米国で女性のHSDD(性欲低下障害)治療薬を初めて承認

し、初めて国が認める治療薬を提供できるようになった」FDAは、女性の健康を守り、増進させることに努力を怠らぬ。そして、女性性機能低下に対する有効で安全な治療の開発を積極的に支援していく」とコメントしました。

この新薬は、フリパンセリン(商品名Addyi: アディイ)と呼ばれる神経伝達物質の受容体作用薬で、選択性があり、脳内のドーパミンとノルエピネフリンを増やし、セロトニンを減少させるといわれています。

欲スコアが0・3・0・4ポイント増加し、性的苦痛スコアは0・3・0・4ポイント低下したとされています。就寝前に服用するのは、低血圧など副作用があるためです。

米国では、さらに他の企業もこの領域での新薬開発を進めており、「ウイメンズ・セクシユアリティ」(First of Her Kind) (First of Her Kind) としました。

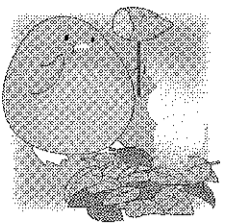
ピルで予防できる子宮内膜がん

子宮内膜がん国際共同研究グループは、ピルを使用することで子宮内膜がんを予防し、さらにこの予防効果は使用中止後も続くという研究結果を発表した。

約31%低下してしまいましたが、相対リスクは0・69(95%信頼区間0・67-0・72)でした。

この研究グループは、2008年にはピルの使用と卵巣がんの予防効果に関する研究報告も発表しており、その報告では、ピルの使用期間10年で、75歳未満の卵巣がんの発生を100人中1・2人から0・8人に減らす効果があると推計されています。

今回の研究に使用されたデータは、米国と欧州の他、オーストラリア、南アフリカ、日本を含めたアジアからのものです。



不安なときこそ、医療機関で受診してほしいと私たちは思うのですが、私たちが思うのですが、不安が強いから、結果を知るのが怖いからと、婦人科受診や早期発見のための検診に積極的になれないという思いもよく耳にします。

家族計画協会のクリニック、通称「オープンハウス」が開設されました。診療は明るい雰囲気、時に笑いもあふれる中、一人一人の話をじっくりと聞き、納得できるまでの説明と同意が得られるよう心がけてきました。

成年期、更年期と移行期をくまなくまな課題に対して、相談できる場所、婦人科の「かかりつけ医」としての存在は、女性に

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

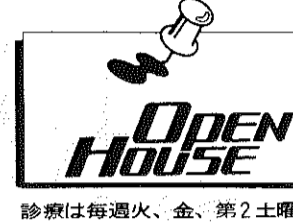
1984年、一般の婦人科では通いにくい思春期世代を対象とした日本家族計画協会のクリニック、通称「オープンハウス」が開設されました。

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」

「受診して相談したかったが自ら聞く勇気がなかった。こんな話を聞くと私たちが医療者の姿勢が大きく影響していることを実感しています。」



診療は毎週火、金、第2土曜

電話相談
東京都女性のための健康ホットライン 03(3269)7700

東京都不妊不育ホットライン 03(3269)7700

電話相談募集
本専科家を募集です。

【翻訳】Office Ob-Gyn

【翻訳】Office Ob-Gyn

信じています。今回はそ

信じています。今回はそ

信じています。今回はそ

信じています。今回はそ

信じています。今回はそ

信じています。今回はそ

うるおい不足によっておこる性交時の痛みや違和感を緩和。 JEX
リューブゼリーは、あなたをいたわる局部用潤滑ゼリーです。

うるおい不足は誰にでも起こります。
●更年期や加齢に伴う身体的な変化
●職場・家庭におけるストレスの蓄積
●不規則な生活、過度なダイエット
●授乳期・出産後

リューブゼリー Excellent
リューブゼリー Hot

発売元 JFOA 一般社団法人 日本家族計画協会 http://www.jfpa.or.jp/ 発売元 JEX ジェクス株式会社 http://www.jex-inc.co.jp/

死ぬこと以外はかすり傷

産婦人科医による性の健康教育「私のキーワードはこれだ!」その8

女性クリニックWe! TOYAMA(富山県富山市)

種部 恭子

反面教師から得た教訓

性教育に携わるようになってから、替りや罰を与えなかった24年前、若き以外、えんいことです。性教育をしてきたことだ。自己紹介を兼ねて随所に取り柄のないお粗末な環境、全てに大きな衝撃を受け、「二度と行くもんか」と思ったことが、医学部を目指した理由です。廊下とカーテンで仕切っただけの診察室で「セックスの経験はあるのか?」と聞かれ、「なぜその質問に答えなければいけないのか」と言われた途端に不機嫌になった、体調も悪くなった、産婦人科医は、意味の分からない説教をされました。説教は嫌いです。いったい誰様の物差しで人を見ているんだ、こんな人に女性の気持ちが理解できるわけがない、こんな人が産婦人科医であることが許せない、だから自分が産婦人科医になつてや



高校での講演の様子

最近、居場所のない子を多く見かけます。自分自身が産婦人科医として、望まぬ子もたれに、産婦人科医の物差しを振りかざして、教育の場で「望まない妊娠はよくない」「中絶を繰り返してはいけない」「クラミジアは不妊の原因になる」「不特定多数の相手とセックスするのはよくない」というのは、替りや嫌がらせにすぎません。それぞれの人生で起る問題には、本人が予期しなかったこと、希望しなかったこと、希望して

問題の背景はさまざま

修正が利く失敗は、何よりも学習です。何度も修正が必要な子どもは、学習ができていないか、学習してもその通りに行動できない何らかの理由があるだけ。失敗だと思っても修正してあげたいか、いやなら、そんな人生もあり。プロとして情報も提供し、適切な選択を促す。本人が予期しなかったこと、希望しなかったこと、希望して

私はあなたを見捨てない

修正が利く失敗は、何よりも学習です。何度も修正が必要な子どもは、学習ができていないか、学習してもその通りに行動できない何らかの理由があるだけ。失敗だと思っても修正してあげたいか、いやなら、そんな人生もあり。プロとして情報も提供し、適切な選択を促す。本人が予期しなかったこと、希望しなかったこと、希望して

12月の母子保健指導員研修会

【テーマ】「乳幼児の栄養と健康への影響」
【講師】瀧谷公隆(大阪医科大学小児科講師)
【日時】12月8日(火)13時30分~15時30分
【会場】保健会館新館・00円(会員以外で当日)

【対象】母子保健に携わる保健師、助産師、看護師などの有資格者

【参加費】当日参加300円(会員以外で当日)

参加希望の方は、必ず事前にお電話またはファクスでお問い合わせください

【問い合わせ】本会

03(3266)4727
03(3266)2658
※年間予定は、本会HPをご覧ください。

読者の声

前号の「OPEN HOUSE」のコーナーでは、不妊治療を受け続けている方もなかなか妊娠・出産につながらない方々の「治療を終わりにするべきか」という葛藤が

今月の人 種部 恭子

1990年、富山医科薬科大学医学部卒業。同大学、済生会富山病院などを経て、2006年より現在のクリニックで勤務。富山県教育委員会教育委員。2009年、第41回中日教育賞。2013年、第17回松本賞および日本家族計画協会会長表彰受賞。

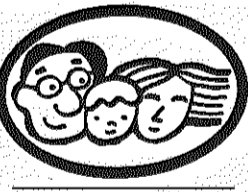


ママ・パパ必読の小冊子

揺さぶらないで! 赤ちゃんが泣きやまない



赤ちゃんが泣きやまず、イライラしたり、そんな自分を責めてしまったり。また、あまりに赤ちゃんが泣きやまないために激しく揺さぶってしまう、赤ちゃんに重大な後遺症を残してしまう、などということが、今現実起きています。「おなかかすいた!」「おしっこしたい!」「さみしいよ!」赤ちゃんが泣くのは、さまざまな理由があります。しかし、赤ちゃんは理由もなく泣きやまない。どう対処しても、泣きやまないことがあるのです。この小冊子では、赤ちゃんが泣いてイライラするのは当たり前という考えを、揺さぶること、イライラしたときの対処の仕方、揺さぶるなどの絶対にしてはいけないことを、イラストとともに分かりやすく解説



ジャパ情報

【タイトル】「揺さぶらないで! 赤ちゃんが泣きやまない」
【著者】藤原武男(国立成育医療研究センター研究所社会医学研究部長)
【仕様】A6判・12ページ
【価格(税別)】本体100円(郵数割引あり)
商品に関するお問い合わせは左記まで。
03(3266)2658

本会研究倫理審査委員会のご案内

本会には研究倫理審査委員会が設置されており、申請を受け付けております。ご感想をお待ちしております。(編集部)

子宮内膜症で悩む患者さんのために

痛み、1人で悩んでいませんか?

子宮内膜症

「病気について」、「症状セルフチェック」などの情報のほか、手軽に記録できる「痛みノート」もあります。

持田製薬株式会社



スマホサイト

PCサイト



URL http://www.mochida.co.jp/naimakusho/

