

令和7年度母子保健講習会に参加して



理事 徳永 義光

令和7年度母子保健講習会プログラム

日時：令和8年2月8日（日）
12：30～16：00
場所：日本医師会 大講堂

1. 開会 渡辺 弘司（日本医師会常任理事）
2. 挨拶 松本 吉郎（日本医師会長）
3. シンポジウム
 テーマ：プレコンセプションケアを考える
 座長：福田 稔
 （日本医師会母子保健検討委員会委員長、
日本医師会副会長）
 座長：三牧 正和
 （日本医師会母子保健検討委員会副委員長）
 - 1) プレコンセプションケアについて
荒田 尚子
（国立成育医療研究センター女性総合診療センター
女性内科診療部長）
 - 2) わが国における妊婦の栄養管理の歴史
2021年新たな妊婦の体重増加指導の目安策定までの
変遷
伊東 宏晃
（浜松医科大学医学部特命研究教授 /
藤枝市立総合病院）
 - 3) 女性の低体重 / 低栄養症候群（FUS）とは何か？
～プレコンセプションケアにおける位置づけ～
田村 好史
（順天堂大学大学院スポーツ医学・スポーツロジ /
代謝内分泌内科学）
 - 4) 学校における性教育の考え方・進め方
横嶋 剛
（日本女子体育大学体育学部スポーツ科学科教授）
 - 5) こども家庭庁におけるプレコンセプションケアに
関する取組
田中 彰子（こども家庭庁成育局母子保健課長）
4. 討議
5. 開会

令和8年2月8日（日）に日本医師会館大講堂にて令和7年度母子保健講習会が開催されました。都心では珍しく雪すさぶ中参加してきました。

この母子保健講習会の趣旨は「少子化が進展する現状を踏まえ、地域医療の一環として行う母子保健活動を円滑に実践するために必要な知識を習得する」です。

渡辺弘司日本医師会常任理事による開会宣言の後、松本吉郎日本医師会会長の挨拶がありました。

今回のテーマは「プレコンセプションケアを考える」で、座長三牧正和先生（母子保健検討委員会副委員長）のもと以下の5名の講師による講演がありました。

- 1) 「プレコンセプションケアについて」
荒田尚子先生（国立成育医療研究センター女性総合診療センター女性内科診療部長）
- 2) 「我が国における妊婦の栄養管理の歴史 2021年新たな妊婦の体重増加指導の目安策定までの変遷」
伊東宏晃先生（浜松医科大学医学部特命研究教授 / 藤枝市立総合病院）
- 3) 「女性の低体重 / 低栄養症候群（FUS）とは何か？～プレコンセプションケアにおける位置づけ～」
田村好史先生（順天堂大学大学院スポーツ医学・スポーツロジ / 代謝内分泌内科学）
- 4) 「学校における性教育の考え方・進め方」
横嶋剛先生（日本女子体育大学体育学部スポーツ科学科教授）
- 5) 「こども家庭庁におけるプレコンセプションケアに関する取組」
田中彰子先生（こども家庭庁成育局母子保健課長）

1) 「プレコンセプションケアについて」

荒田尚子先生

プレコンセプションケアとは若い男女が将来のライフプランを考えながら、日々の生活や健康と向き合うことです。これは今の自分や将来の自分の健康につながるだけでなく、次世代を担う子どもたちの健康にも関わってきます。将来の妊娠・出産を希望しない男女でも、性や妊娠・出産について科学的に正しい知識を持つておくことは自分と相手を守るために必要なことです。プレコンセプションケアとは、満ち足りた自分 (well-being) の実現につながるヘルスケアなのです。

なぜプレコンセプションケアが必要なのか？

日本の生涯無子率は (50歳の時点で子供がいない女性の割合) は2055年には33.4%と推計されています。つまり社会保障費を支える労働者人口は確実に減少するという事です。

また現在平均寿命と健康寿命の差は8~11年にも及びます。したがって若い世代からヘルスリテラシーの向上が将来の日本の社会保障には不可欠なのです。

2) 「我が国における妊婦の栄養管理の歴史

2021年新たな妊婦の体重増加指導の目安策定までの変遷」

伊東宏晃先生

古来日本では太っている女性が美人とされてきましたが、1960年代になってツイッギーファッションの影響で細身が美人の象徴へ徐々に変化してきました。その結果我が国の20代から30代の女性の摂取エネルギーが漸減しています。母体の1日の摂取エネルギーが1,500kcal以下の場合には胎児発育の低下が生じます。

歴史上第二次世界大戦末期や毛沢東の大飢饉と呼ばれる時代に妊婦が低栄養となったことがありました。それにより胎児期の栄養不足とその後の児の長期予後が研究され、Predictive Adaptive Responses (PARs)、DOHaD学説が提唱されました。現在ではそれらはエピジェネティックによる調整であることが分かってきました。その意味でも妊娠前からの女性の栄養状

態は、低出生体重のみならず児の一生の健康に影響するので、いかにプレコンセプションケアが重要であるかがわかると思います。

日本ではかつて妊娠中毒症の治療として妊婦の体重制限を行っていました。そのことが低出生体重児の増加につながっていると2018年Science誌に掲載があり、以降日本産科婦人科学会で検討を重ね、2021年に新たな妊婦の体重増加指導の目安の策定されました。

妊娠前低体重は12~15kg

妊娠前普通体重は10~13kg

妊娠前肥満 (1度) は7~10kg

妊娠前肥満 (2度) は個別対応 (上限5kg)

近く肥満女性の健康管理に関するステートメントも出る予定とのことでした。

3) 「女性の低体重/低栄養症候群 (FUS) とは何か? ~プレコンセプションケアにおける位置付け~」

田村好史先生

OECD加盟国でやせた成人女性の割合上位5か国は以下の通りで、日本が圧倒的に高いです。日本16.15%で突出、韓国7.86%、フランス5.98%、スイス5.39%、イスラエル4.60%。やせた女性は糖尿病になりやすいことが指摘されています。また骨減少症・月経不順・不妊・低出生体重児が問題となっています。これらの健康問題を認識し治療するために新しい疾患概念が必要となりました。

Female Underweight/Undernutrition Syndrome (FUS) 女性の低体重/低栄養症候群 2025年疾患概念確立の目的と定義

目的：閉経前までの成人女性における低体重や低栄養に関連する健康障害を体系的に整理し、新たな概念として提示すること
 定義：低体重または低栄養の状態を背景として、それを原因とした疾患・症状・徴候を合併している状態

FUSの原因としてSNS、ファッション誌などのメディアの影響、社会的経済的要因・貧困などによる低栄養、体質性痩せ (生来の体質によるもの) が指摘されています。

FUSはどれくらい存在するのでしょうか？
冷え性の女性の79%、肌の状態悪い女性の70.6%、髪の状態が気になる女性の63.6%、抑うつ症状のある女性46.2%に存在すると言われています。

FUSが疑われたら①3食べてみよう、②1日8,000歩歩こう、③7時間寝るこれら3つを1週間継続してその変化を感じてもらうことが重要とのことでした。

5) 「こども家庭庁におけるプレコンセプションケアに関する取組」 田中彰子先生

経済財政運営と改革の基本方針2024(令和6)にプレコンセプションケアは国の重要政策と位置付けられ、プレコンセプションケア推進5か年計画が始まりました。その目玉は養成講座をとおして5万人のプレコンサポーターを全国に配置して、その推進を図ることです。

お知らせ

日本医師会医師賠償責任保険 医療通訳サービス

医療通訳サービスの概要	
<p>契約形式：日本医師会医師賠償責任保険 基本契約への医療通訳サービスの付帯 利用対象者：開設者・管理者が日本医師会 A1 会員である医療機関の医師・職員 医療通訳の内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 電話医療通訳：A1 会員一人あたり年間 20 回まで無料、19 言語、毎日 8：30～24：00 ※無料利用回数を超過した場合、追加費用は時間精算となり、5分毎 1,500 円(税抜)を利用した A1 会員の先生方にご負担いただきます。 ※なお「ウクライナから避難された患者やその親族」における医療通訳サービスにつきましては、対象言語に関わらず、年間 20 回の回数制限から除外して対応いたします。 機械翻訳：回数無制限、18 言語、毎日 24 時間(無料) <p>開始時期：令和 2 年 4 月 1 日(改訂日：令和 4 年 4 月 6 日)</p>	
電話医療通訳	機械翻訳
<p>対応言語：19 言語 (英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語・タイ語・ロシア語・タガログ語・フランス語・ヒンディー語・モンゴル語・ネパール語・インドネシア語・ペルシャ語・ミャンマー語・広東語・アラビア語・ウクライナ語) 対応時間：毎日 8：30～24：00 ※IC、ムンテラにも対応 ※ウクライナから避難された患者やその親族における電話医療通訳については対象言語に関わらず、年間 20 回の回数制限を除外して対応</p>	<p>対応言語：18 言語 (英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語・タイ語・ロシア語・タガログ語・フランス語・ヒンディー語・モンゴル語・ネパール語・インドネシア語・ペルシャ語・ミャンマー語・広東語・アラビア語) 対応時間：毎日 24 時間 ※ウクライナ語は対象外</p>

スムーズなサービス利用のために、事前登録をお願いします。

医療通訳サービスの提供に当たっては、電話医療通訳を利用する電話番号等事前の登録が必要となります。
 ※利用登録がない場合であっても会員確認が出来た場合には、電話医療通訳を利用することが出来ますが、別途利用登録が必要となります。

サービス提供:メディフォン株式会社



HOME PAGE:
<https://mediphone.jp/>

医療通訳サービス
 申し込みフォーム

<https://mediphone.jp/forms/jma.html>

