



山梨県プレコンモデル

山梨大学産婦人科
吉野 修



C.O.I

開示すべき利益相反はありません。

山梨大学 産婦人科

吉野 修

プレコンセプションケア推進事業（プレコン健診）

2024.9からスタート

令和6年度 山梨県 プレコンセプションケア推進事業（プレコン健診）

妊娠を考える前に知っておきたいこと

未来につながる プレコンセプションケア セミナー

参加無料
9.19（木）
18:30～19:45

【対象者】
山梨県在住もしくは在勤の方
【場所】
吉田屋ホテル

自分らしいライフデザインを

将来の妊娠を見据えた生活習慣や健康管理は、早くから始めることが大切です。このセミナーでは、プレコンセプションケアの意義から具体的な実践方法まで、医師による解説を交えながらお伝えします。未来に繋がるプレコンセプションケアについて、一緒に学びましょう。

モデレーター

東尾 恵子
NPO法人フォレシア 理事
プロフェッショナル
34歳で結婚を機に、早稲田大学に
よって3人の子供を育てる。結婚に
関する後悔も少なく、結婚に
関する後悔も少なく、結婚に
関する後悔も少なく、結婚に



講師

山梨県立総合医療センター
産科部長
佐藤 浩二 氏



セミナー内容

18:30 講演

『プレコンセプションケアとは？』

1. プレコンセプションケアとは？
2. 妊娠・出産について
3. 妊娠前・妊娠中に必要な検査・チェックリスト
4. かかりつけ医の重要性と産前産後ケアについて
5. 不妊症と予防接種の重要性

19:15

自分らしいライフデザインを 『プレコン健診とは？』

1. プレコン健診の意義・検査項目
2. 申込みの受付

19:35

質疑応答とアンケート

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、将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うことです。プレコンセプションケアによって、女性やカップルがより健康になること、より安全な妊娠・出産につなげること、さらに将来、家族がより健康な生活を送れることをめざします。



参考：国立研究開発法人 国立成育医療研究センター「プレコンセプションケアセンターについて」
<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/>

プレコン健診（無料）とは？



企業の職場健診や提携クリニックにて採血等を行い、将来の妊娠・出産に関わる検査を無料で受けることができます。
（対応可能な健診事業所及びクリニックにて行う必要があります）

◆検査項目… 貧血、尿酸、血糖、
甲状腺、梅毒、風疹、
薬物、ビタミンD、AMH等

受診条件

1. 山梨県在住もしくは在勤されている18～39歳の女性
2. プレコン健診受診システム内の「動画視聴履歴」もしくは「本セミナーの受講」と「アンケート回答」を終えた方



主催：山梨県子育て支援局子育て政策課
運営：NPO法人フォレシア（委託事業者）
お問い合わせ先 TEL：050-5490-5950 Email：info@forecia-jp.com

こちらのQRコードから
お申込みください



主催：山梨県子育て支援局子育て政策課
運営：NPO法人フォレシア（委託事業者）
お問い合わせ先 TEL：050-5490-5950 Email：info@forecia-jp.com

こちらのQRコードから
お申込みください



対象）山梨県在住または在勤の18歳～39歳の女性

内容）企業の職場健診や提携クリニックで採血
将来の妊娠・出産に影響しうる項目を
無料でチェックできる
（貧血、甲状腺機能、感染症の有無、葉酸値等）

事前に、プレコンに関する動画視聴が条件！

健康に関する知識をもつ機会！

「職域健診」

職場で実施している健康診断の血液検査にプレコンの検査項目の追加可能。
検査結果に注意点があれば、オンラインで医師と面談することも可能。

山梨大学産婦人科
プレコンチーム9名

健康診断と同日に、**気軽に**受けることができる。

「協力医療機関で健診」

職域健診で対応できない方や専業主婦・自営業者などを対象
県と提携している医療機関に自分で直接予約し、受診する。

県内 開業医

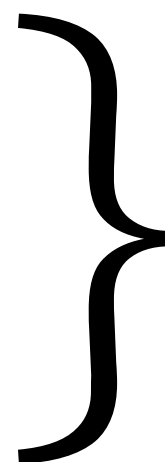
医療機関まで足を運ぶ必要。**自主的！**

「職域健診」

1年目 1305 人
2年目 2462 人

「協力医療機関で健診」

1年目 176 人
2年目 428 人



約4300人

2億円以上の事業

県職員の皆様に感謝

検査代金 5万円以上 (人件費込み) ・ 本人負担なし



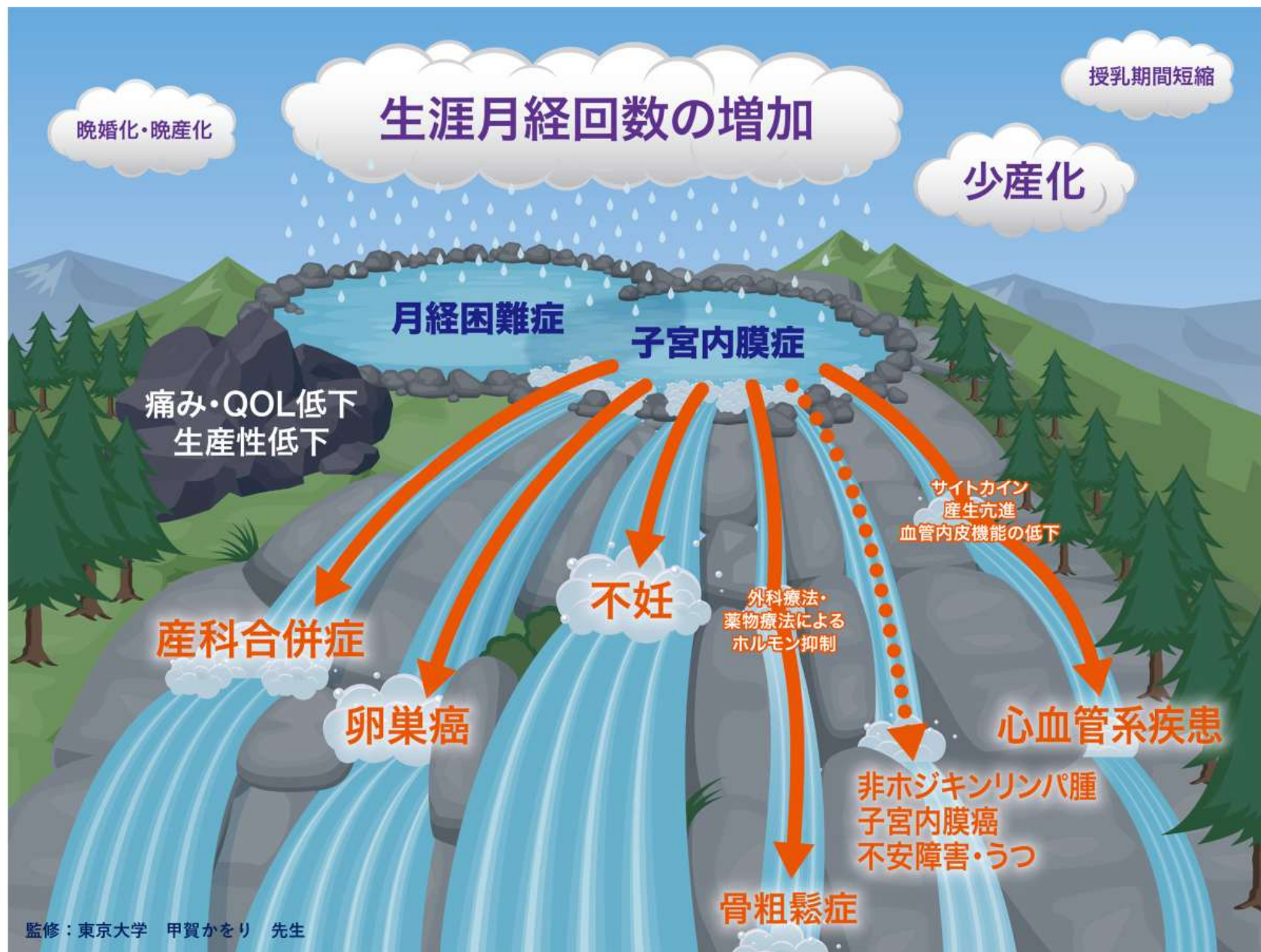
月経困難症

- ・ 月経を有する女性の **45～95%**

Iacovides S et al. Hum Reprod Update. 2015

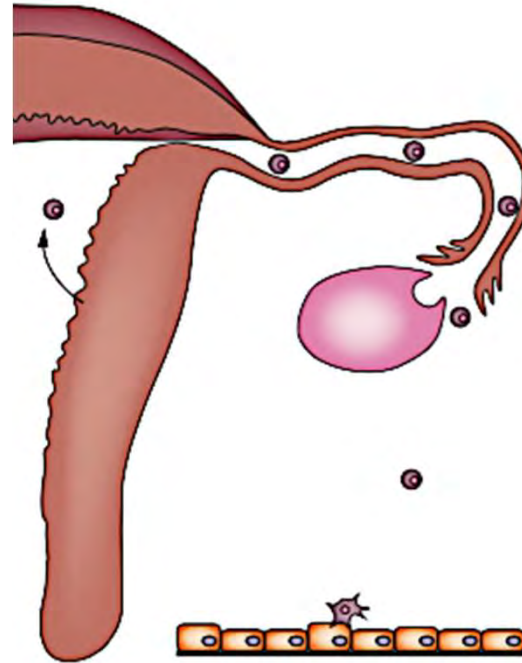
- ・ **子宮内膜症**のリスクを **5.7倍** 高める。 95% CI 3.82–7.22

El-Hadad S Front Reprod Health. 2023



子宮内膜症のリスクファクター

- ・ 月経のサイクルが短い
- ・ 経血量が多い
- ・ 子宮収縮が強い



Darrow SL, Epidemiology. 1993

- ・ご自身で経血量が多いと感じている方
- ・貧血の方 (Hb < 12)
- ・月経痛が辛い (10点中 7点以上)

一般女性の

33%がいずれかに
該当することが判明

- ・AMH 卵胞の数を推定するマーカーが低め
- ・やせすぎ、太り過ぎの方

オンラインでの個別面談を重要視！



個別面談をする VS

講義および書面での
フィードバック

秋田県



愛媛県



知識

より有効

安心感

より有効

行動変容

より有効

①オンライン面談実施状況

②意識変化・行動変容（事後アンケート）

「職域健診」

職場で実施している健康診断の血液検査にプレコンの検査項目の追加可能。
検査結果に注意点があれば、オンラインで医師と面談することも可能。

気軽さ（アクセス・料金）

「協力医療機関で健診」

職域健診で対応できない方や専業主婦・自営業者などを対象
県と提携している医療機関に自分で直接予約し、受診する。

医療機関まで足を運ばなければならないが、希望に応じて医師の診察を受診可能。

裏目に出てしまったかも、、、



①オンライン面談実施状況

2024年度、1305人が健診をうけ、約400人がオンライン面談対象

→ 面談者 3人！ 0.75%



・2025年度はon line 面談に 1000 円のインセンティブをつけた

2462人が健診をうけ、約800人が オンライン面談対象

→ 面談者 89人！ 10% !

オンライン面談実施における参加者の声（要約）

● 面談の価値

- 結果だけでなく、背景・意味・今後の対策まで把握できた

● 面談の特徴

- 1対1で気になる点を直接医師に質問

● 参加者の変化

- 不安が軽減し、前向きに治療・受診を検討
- 自身の体・生活を見つめ直すきっかけ
- 次に取り組むべき行動（受診・検査・ワクチン等）が明確に

プレコン健診

気軽さ（アクセス・料金）

長所）多くの人が受診

短所）データに真摯に向き合うか不詳



健康リテラシーの あまり高くない人にも プレコンを伝えるべきでは？

①オンライン面談実施状況

②意識変化・行動変容（事後アンケート）

②意識・行動変容について

2024年度プレコン健診 1年後アンケート

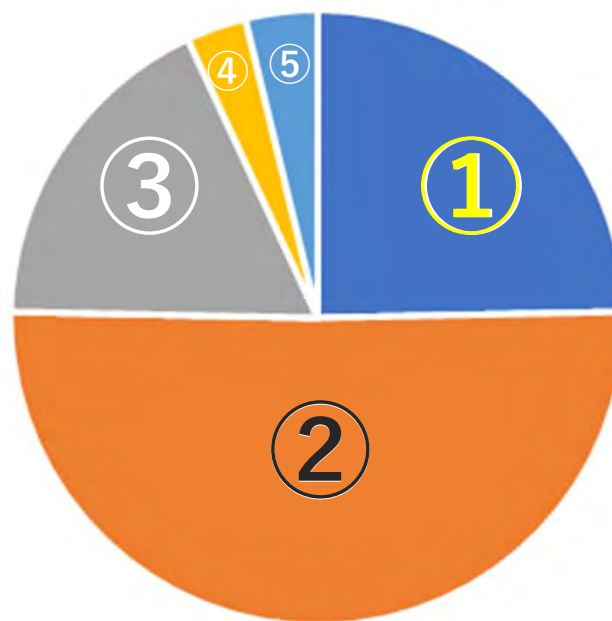
対象者数：1,305人

回答人数：158人 回答率：12.1%

インセンティブなし

考えに変化が？

- ① とてもあった
- ② 少しあった
- ③ あまりなかった
- ④ 全くなかった
- ⑤ わからない



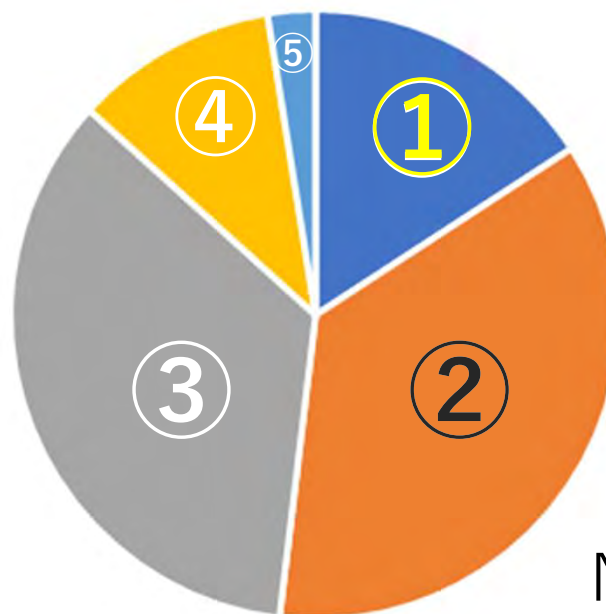
N = 158

①とてもあった + ②少しあった

75%

行動に変化が？

- ① とてもあった
- ② 少しあった
- ③ あまりなかった
- ④ 全くなかった
- ⑤ わからない



N = 158

①とてもあった + ②少しあった

52%

n=137

サプリメントの摂取

40.9%

食生活の改善

31.4%

パートナーと自分たちの将来について話し合った 22.6%

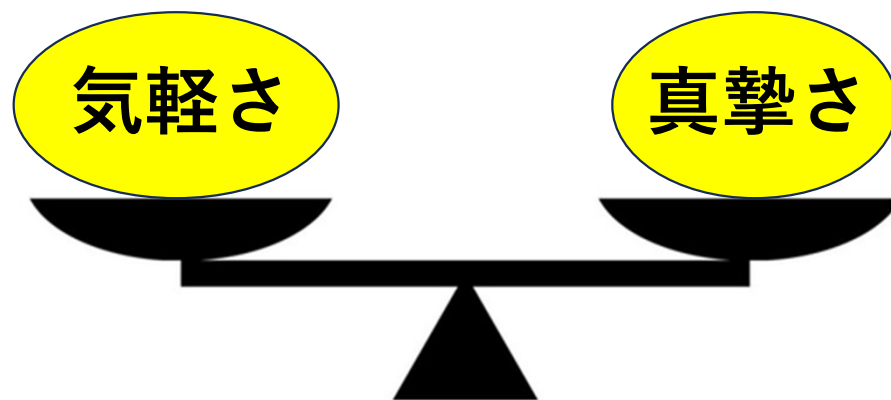
結婚について真剣に考え動き始めた 12.4%

妊娠について積極的に動き始めた 17.5%

自身の健康について振り返り、医療機関を受診した 14.6%

プレコン健診を通じて、ある程度の行動変容は起こすことはできるのでは？





- ・ インセンティブ？
- ・ 費用：自己負担の必要性？

まとめ

① 健康人を対象： 医師と面談を希望するケースは少ない

***病気ではないので、通常の医療とは異なるアプローチが必要と反省**

② インセンティブの導入（1000円）： 医師との面談率は増加

③ 行動変容： 食生活を中心に起こっている印象があり。

ご清聴ありがとうございました。

発表の機会をいただき
世話人の先生方に御礼申し上げます。

