

別紙 構想案

<映像の内容と展開（例）>

項目	内容	時間 (分)
導入	<p>男性やまだ妊娠を考えていない人の興味も引き付けるような導入を行う。</p> <ol style="list-style-type: none"> 自身のライフプランの中で、妊娠・出産・育児についてイメージがあるか問いかけ 妊娠・出産は加齢や生活習慣による影響も受けるので、今のうちから考えておかなければならないことを伝える。 ライフプランを考える一助となるように、妊娠・出産について、若いうちから知っておいてほしい内容を盛り込んでいることを示す。 男性はもちろん、今はまだライフプランの中で妊娠や出産についてイメージしていない方も知っておいてほしい内容であることも併せて伝える。 	2~3
妊孕性とは	<p>導入にて触れた「妊娠・出産は加齢の影響を受ける」という点から妊孕性の説明を行う。</p> <ol style="list-style-type: none"> 妊娠には卵子と精子が関わっており、月経や射精といった体の変化や「誰かを好きになる」といった心の変化は妊孕性にもつながっているということを伝え、妊孕性という言葉を身近に感じてもらう。 妊孕性とは『妊娠できるちから』であることを説明 卵子と精子は加齢による影響を受けることを伝えるため、加齢による卵子の減少や加齢による精子の数や奇形率・運動率の低下などを説明 妊娠に必要な卵子と精子は加齢の影響を受け、妊娠できるちから（妊孕性）は加齢とともに低下することを伝える。 	4
妊孕性と不妊	<p>加齢以外にも、妊孕性に影響を及ぼす因子として不妊があることを説明</p> <ol style="list-style-type: none"> 5.5 組に 1 組が不妊治療を受けたことがあることや 20 人に 1 人のこどもが不妊治療により誕生していること、若くても不妊治療が必要な可能性があることなどを伝え、不妊症への関心を引きつける。 いつでも望むときに妊娠できる訳ではなく、年齢とともに不妊症につながりかねない病気も増えていくことや、排卵が受精や妊娠につながりにくくなることも説明し、妊孕性にも繋げる。 	3
妊孕性と自分のからだ	<p>その他の妊孕性に影響を及ぼす因子として生活習慣や自分自身のからだの状態があることを説明し、自分のからだにも目を向けて、自身を知るきっかけとしてもらう。</p> <ol style="list-style-type: none"> 生活習慣（食生活、加体重、やせによるホルモンの分泌異常、喫煙、性生活）等が妊孕性にも影響することを説明。まずは、今の自身のからだの状態を知ってもらう。 また、性感染症の罹患が不妊を引き起こす要因になりうることを説明し、気になる症状がある場合には早期に受診するように促す。 	3
まとめ	<p>映像で学んだことも参考にしながら、将来のライフプランを考えるように促す。</p> <ol style="list-style-type: none"> 妊孕性は自身のからだの状態とも密接に関係しているため、まずは、今の自身のからだや生活習慣に目を向けるように促す。 自身のライフプランだけではなく、パートナーのライフプランも関係するため、お互いのライフプランを対等に語り合える関係性を築くことも必要とし、自分自身だけではなく男女の相互理解の必要性を伝える。 妊娠は女性のものと考える男性も多いため、お互いのライフプランの実現のためには男性の妊娠への理解や、家事・子育てへの参加も欠かせないことを伝える。 一人一人にさまざまなしあわせのかたちがあるため、本映像で学んだ知識も参考にしながら、ライフプランについて考えてみるように促す。 	2~3

【留意事項】

※本構想案は、一般社団法人 山梨県助産師会に監修を委託し、作成しております。

※本構想案は、各項目の時間配分等を例示するものであり、今後、企画提案を受け、県との協議により変更できるものとします。