

【実践報告】

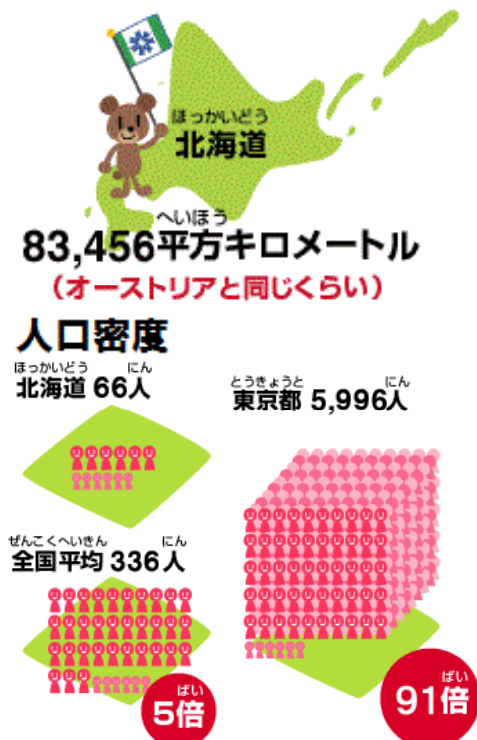
生涯を通じた 女性の健康づくり

～北海道の取組み状況～



北海道の概要

- 人口 約552万人 (H22)
年少人口 12.1%
老年人口 24.3%
- 面積 83,456km²
(国土の22%)
- 市町村数 179
(35市 129町 15村)
- 保健所数 30
(道26 政令市等4)



女性の健康づくりの取組み

- 「女性の健康サポートセンター」の設置
- 「不妊専門相談センター」の設置
- 「女性の健康手帳」の作成・配布



女性の健康サポートセンターの概要

【基本的な考え方】

女性は特有の身体的特徴を有していることを踏まえ、女性の健康相談にワンストップで総合的に応ずるとともに、女性の健康に係る情報を収集・分析しながら、地域の状況に応じた健康保持や予防に関する普及啓発などの取組を行う。

【目的】

女性固有の心身の悩みや若年者の性の問題など、女性の健康上の幅広い相談に対応するため、センターを全ての道立保健所に開設

【開設時期】 平成20年12月1日

女性の健康サポートセンターのご案内

女性の健康サポートセンターとは

女性は女性特有の身体的特徴を有していることなどを踏まえ、道立保健所において、女性の健康上の相談に応ずるとともに、健康保持や予防に関する普及啓発などの取組を行うものです。

- 妊娠についての悩み、出産や子育てに関する相談、思春期や更年期の心身の健康に関する相談など、女性のライフステージに応じて、保健師などが対応します。
- 「女性の健康相談の日」（予約相談）や「女性の健康相談ダイヤル」（電話相談）でお受けします。



◎ 詳しくは、お近くの道立保健所までお問い合わせください。

* 保健所を設置する市（札幌市、旭川市、小樽市、函館市）にお住まいの方は、各保健センターや保健所、市役所の担当課・係が行っている健康相談がご利用できますので、各市の保健所等にお問い合わせください。

リーフレット内容に対する問い合わせ先：北海道保健福祉部子ども未来推進局子育て支援グループ

不妊専門相談センターの設置

○ 女性の健康サポートセンターでは、
不妊に悩むカップルなどからのご相談をお受けしています。



- ・相談内容 不妊に関わる心身の悩み・不安など
- ・相談担当者 道立保健所保健師
- ・相談方法 面接（予約制）や電話でお受けします。
- ・料金 無料

迷ったり悩んだりしたとき・・・

ただ、誰かに話をきいてほしいときでも・・・

◎プライバシーには十分配慮しております。安心してご利用ください。

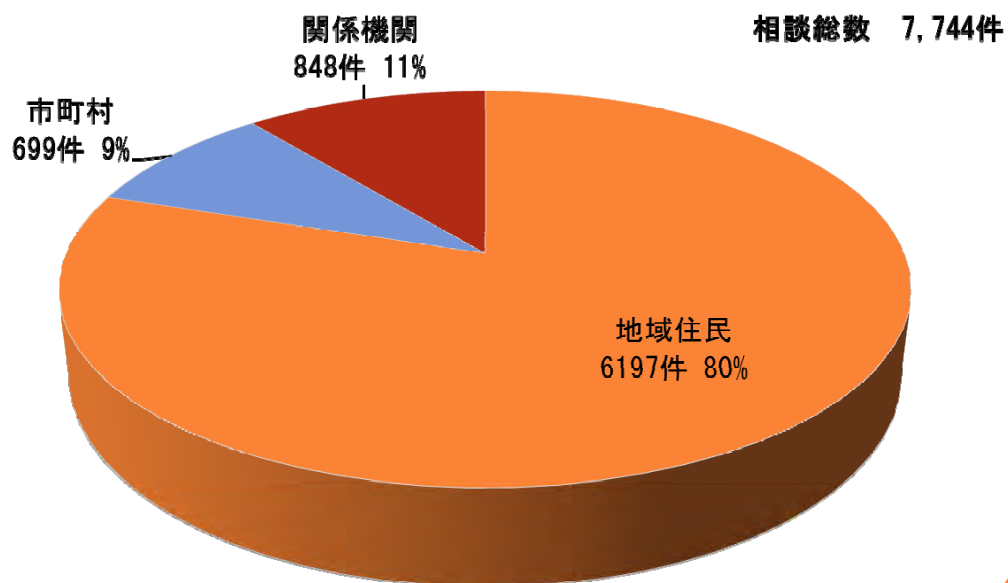
◎詳しくは、お近くの道立保健所までお問い合わせください。

* 不妊専門相談センター

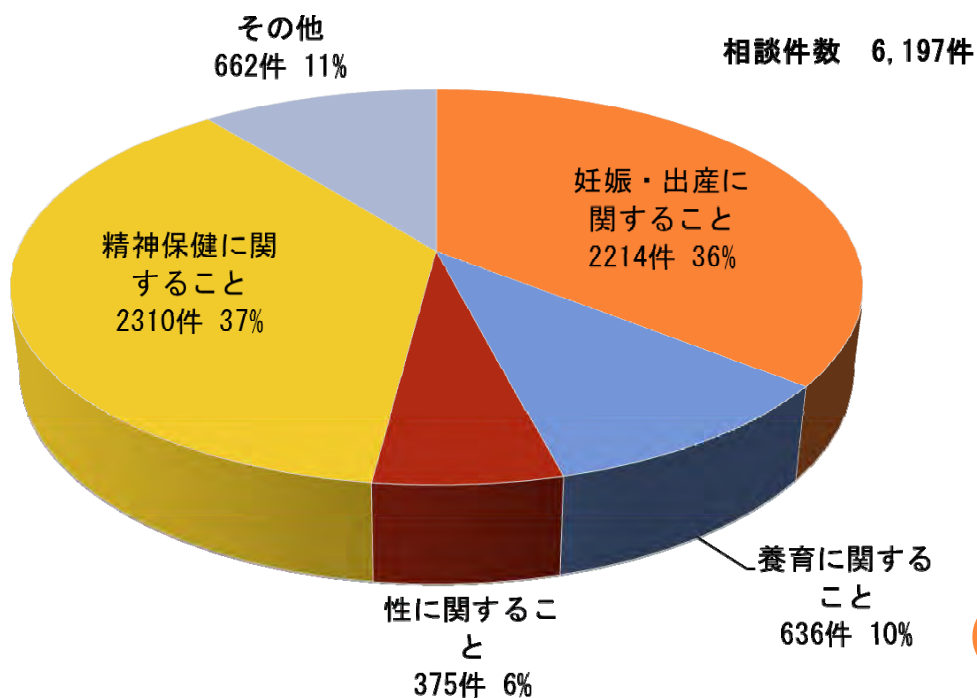
- ・北海道は、女性の健康サポートセンターのほか、不妊治療についての専門相談に対応するため、「不妊専門相談センター」を旭川医科大学病院に設置しています。
- ・不妊治療を行っている医師が、不妊の治療に関する専門的な相談に応じています。*予約制

- 相談方法 面接または電話（面接場所は旭川医科大学病院産婦人科外来）
- 相談日及び時間 毎週火曜日 11:00～16:00
- 電話予約専用ダイヤル 0166-68-2568（受付：月～金曜日 10:00～16:00）

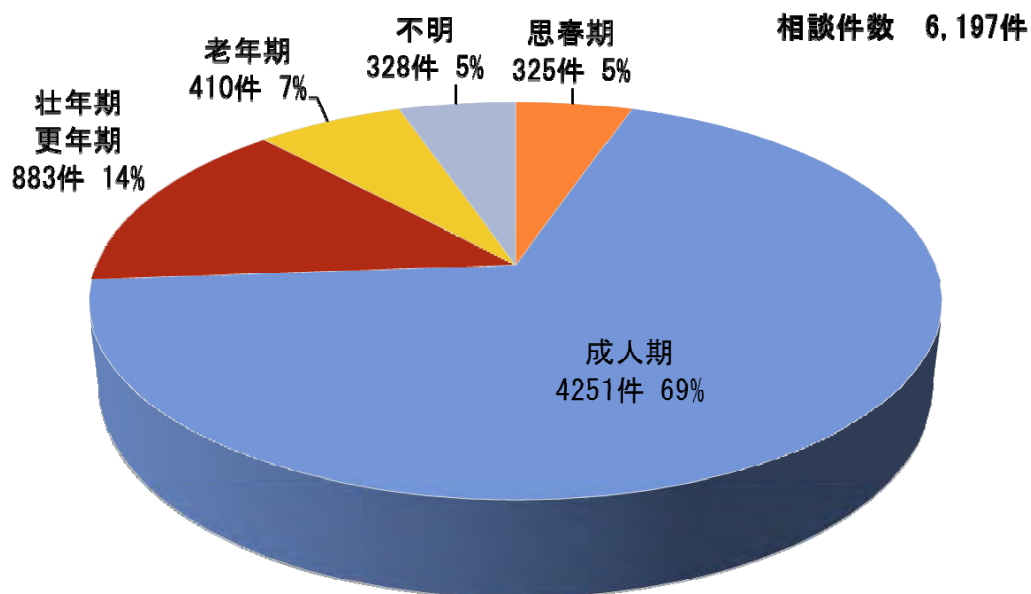
平成22年度女性の健康サポートセンター 相談実績



住民からの相談 【内容内訳】



住民からの相談 【ライフステージ内訳】



女性の健康手帳の概要

【目的】

一人一人の女性が生涯を通じた健康づくりに目を向けていただくためのきっかけとなることを目的として作成

【種類】

若年者用 B6サイズ
(中学・高校生から成人期の女性向け)

一般用 A5サイズ
(成人期から中高年期の女性向け)



女性の健康手帳の内容

- 表紙
- 目次
- はじめに・プロフィール 既往歴や子どもの頃の予防接種歴・月経・出産などの記録や乳がん・子宮がん検診などの記録票
- 思春期 女性のからだとホルモンの関係・月経・妊娠・性感染症・やせ・たばこ・DVなど多くの情報を掲載
- 女性特有の病気 子宮がんや乳がんとその検診、乳がんの自己検診法など
- 更年期 更年期とホルモンの変化から生じる様々な体の変化や症状、間違いやすい病気、うつ病のチェック、生活の工夫など
- 資料編 北海道の女性の健康に関する統計や各種相談窓口など

北海道HP掲載<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kms/jyoseinokenkoutechou.htm>

北海道滝川保健所における取組



北海道滝川保健所の取組みについて

【概況】

- 管内10市町 芦別市・赤平市・滝川市・砂川市・歌志内市・
奈井江町・上砂川町・浦臼町・新十津川町・雨竜町
- 人口 118,042人 (H23.10.1現在)
- 高齢化率 32.8%
- 特徴 北海道中央部より西方
の内陸地区
旧産炭地



中空知思春期保健ネットワークの設立

【平成17年度からの経過】

- 思春期保健対策の一環として、関係者との「思春期保健ネットワーク推進連絡会議」を開催
- 「食と健康」「飲酒・喫煙」「こころ」「生と性」等の健康課題や解決に向けた計画を立案
- その一つに「“生と性を考える会”設立(案)」があり、思春期保健の課題検討やネットワークづくりに向けて協議
- 思春期の子ども達が抱えている課題に対して、単一機関の領域を越えたネットワーク的な関わりの必要性が共通認識された

【設立】 平成19年11月29日

中空知思春期保健ネットワークの概要

【名称】 中空知思春期保健ネットワーク
(通称：ほおとねっと)

暖かい、ほっと安心できる、
新しい情報 (hot)、
「ほお～」と感嘆する等

【目的】

子ども達の思春期における心身の健やかな成長・発達を促すために、思春期保健等に関わるあらゆる人々とのネットワークにより、実践や研修の経験交流と共に各々の専門性や特性を活かした各種事業を実施する。

さらに、子ども達が自ら健康を考え行動できる為に支援センターとしての役割を目指すものとする。

活 動 内 容

【地域・関係機関のための活動】

- 総会&講演会 年1回
- 思春期保健講演会 年1回
- 地域FMラジオによる普及啓発 月1回 ほか

【会員のための活動】

- 例会開催 月1回
内容：情報交換・実践や研修の経験交流
支援技術の向上と学習
事例検討
- 通信の発行 ほか



ほおとねっとのキャラクター

思春期保健 講演会

【ねらい】

- 思春期の当事者
性に関する正しい知識を身につけ、望まない妊娠、性感染症、不妊症などの健康危機を回避する力をつける必要性を認識する
- 保護者、関係者
思春期保健の理念を踏まえ地域での自分たちの役割を確認し、思春期の子ども達の心と身体の問題に対応できる支援体制の強化を図る

そうだったの؟!?

及川 欧の保健授業

エイズ

～学校では教えてくれない ほおとな話～ **参加無料**

12月3日(土) 9:30～受付
10:00～講演会

会場:たきかわ文化センター2階 2号、3号会議室

講演会

10:00～12:00

講師 旭川医科大学救急科
病棟助教 及川 欧氏

及川先生は救命救急医として勤務する傍ら、エイズボランティア活動への参加や新幹・道庁大震災、東日本大震災の医療支援活動への参加など、幅広く活躍されています

北海道新幹線「新の森」でおなじみ♪

主催: 北海道滝川保健所
中支知思春期保健ネットワークほおとなと
後援: 滝川市教育委員会

カフェ 講演終了後
～13:00

しゃべりカフェ☆らび
～学生さん集まれ～!!

しゃべり☆らび
～保護者・関係者はこちらへ!!

気軽にお話ししませぬか♪お菓子や飲み物もありませぬ♪

相談会 13:00～15:00 **要予約**

気になること、心配なこと、ご相談ください

専門職が対応し、秘密厳守いたします

①ダイエット、肥満
②親子関係、友達関係、気分の落ち込み
③性感染症、妊娠、夜尿症のこと、DV
④などはことお話し

※詳細は、保健所へお問い合わせください

生涯を通じた健康づくり ～充実した日々を送るために～

- 「からだ」と「こころ」のサインを見逃さないこと
- 自分のからだを知ろう
～変化していく私のからだ
～自己チェックと定期健診

あなたのからだの調子
はいかがですか？

思春期 これからのあなたのために
 成人期 すてきな人生のために
 更年期 幸年期（幸せ年期）にするために