

令和7年度

若い世代へのライフデザイン講座

無料

出前講座の講師を派遣します

申 込 受 付 中

将来のために・・・

妊娠と出産、性知識…
今から知っておきたいこと

食事や栄養、運動…
今から気をつけること



将来設計、家族を持つ…
今から考えておくこと

産休や育休、子育て…
今から備えておくこと

実施方法

助産師等が企業や大学等に出向いて、若い世代を対象に講座を実施

※講座の内容や時間(30～60分)は、ご希望に合わせます。

「香川県不妊・不育症相談センター」への相談者からは、「もっと早くに正しい知識を得ていれば・・・」との声が聞かれます。また、夫婦全体の約4.4組に1組が不妊治療を受けたことがあるとの統計データがあります。

若者に、生殖機能のことや性感染症の予防、バランスのよい食生活などについての知識や情報を届けます。

講座内容

※内容は対象者に合わせます。

- ①性に関する正しい知識と命の大切さ(気づかれにくい不妊のリスク、妊娠と年齢の関係等)
- ②生涯を見据えた若者の健康づくり(将来の妊娠・出産を見据えた体調管理等)
- ③妊娠・出産の選択を含めた将来設計 等



ご質問

将来、結婚、妊娠・出産するかどうかは、私が自由に決めることなのに、今、ライフデザインを考える必要がありますか？

結婚したら子どもってすぐにできるんじゃないんですか？

お答え



あなたの希望を実現するために、どんな選択肢があるのか、年齢により体がどう変化するのかなど、正しい知識や情報を得ること。それをふまえ、一人一人が将来のライフデザインを考えて、日々の生活や健康に向き合うことが大切です。「**プレコンセプションケア**」として近年注目されています。

どんな人生を送りたいか選択するのは自分自身！
ライフデザイン講座をきっかけに自分のこと、
パートナーのこと、将来のこと、考えてみませんか？



【問合せ先】①香川県健康福祉部 子ども政策推進局子ども家庭課
母子保健グループ(須藤、岡田) TEL 087-832-3285
②香川県看護協会 TEL 087-864-9070
香川県看護協会委託事業