

正しく知ろう  
カラダのこと

# ライフプラン

考えたこと  
ありますか？

妊娠・出産・不妊について考える



長崎県こども家庭課



# 理想のライフプランも 考えてみませんか

正しい知識を身につけてこれからのことを自分らしく考えましょう



## 長崎県における結婚の状況

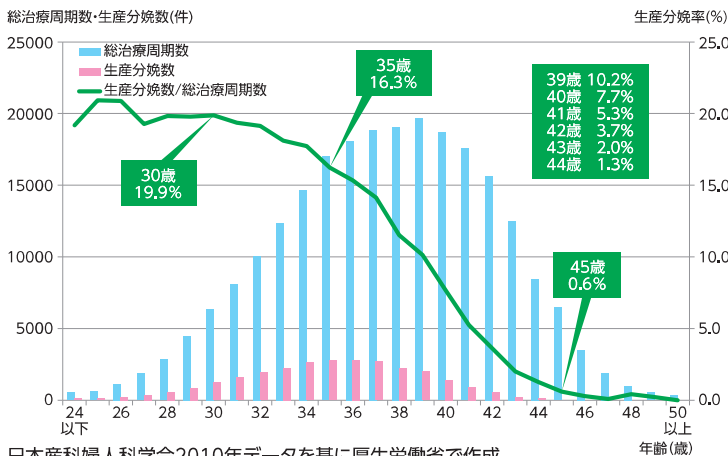
結婚する時の年齢(平均初婚年齢)が、男女とも全国的に上がっていて、晩婚化が進んでいます。

2017年の長崎県の平均初婚年齢は、男性30.1歳、女性29.2歳です。以前と比較し、男女差が縮まるとともに、女性の平均初婚年齢が30歳に近づいています。

## 出産に対する意識

夫婦にたずねた理想的な子どもの数は2.32人ですが、実際に持つつもりの子どもの数は2.01人となっています。理想的な子どもの数より下回る理由としては、経済的な理由のほかに「高年齢で生むのはいやだから」「欲しいけれどもできないから」が多くなっています。

## 正しく知ろう!身体のおくみ



日本産科婦人科学会2010年データを基に厚生労働省で作成

Point!

若いうちから  
計画しておけば  
リスクが低くなります

男女とも、年齢が高くなれば妊娠する・させる力が低下することがわかっています。

女性は30歳を過ぎると自然に妊娠する力は下がりはじめ、35歳を過ぎると妊娠しづらくなります。

男性は、女性に比べるとゆっくりですが、35歳ごろから徐々に精子の質の低下が起こります。

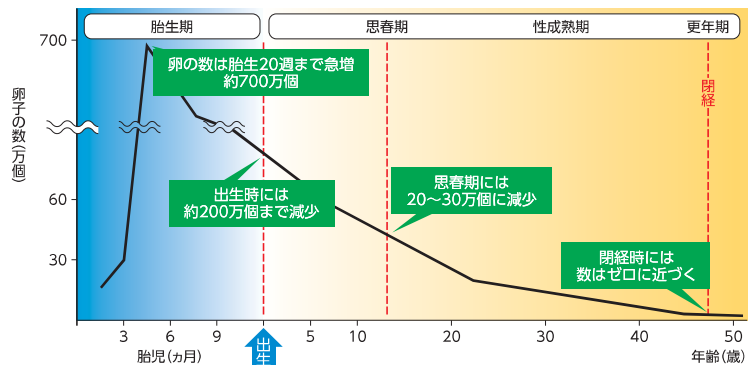
## リスクも知ることが大切

35歳を過ぎると、若い年齢での妊娠、出産の場合と比べ、年齢が高くなるほどおなかの中の赤ちゃんの染色体異常や流産する確率が高くなります。また、妊娠後期の高血圧・たんぱく尿や早産なども年齢とともに発生率が高くなります。

## 妊娠高血圧症候群

妊娠のときに高血圧を発症した場合、妊娠高血圧症候群といいます。重症になると、お母さんにはけいれん発作や脳出血などを引き起こすことがあります。また、赤ちゃんの発育が悪くなったりしてしまうことがあります。

## 女性の各年齢における卵子の数の変化



卵子のもとになるものは、生まれたときから体の中にあります。卵子は、出生後は新しく作られることはありません。

胎児のとき最大500万~700万個あった卵子は、生まれたときに200万個、思春期で20~30万個になり、質・量ともに減少し続けます。そのため、年齢とともに、妊娠しにくくなったり妊娠の異常が起きやすくなります。

# 「不妊」ってどういうこと？

どういう状態を「不妊」というのですか。

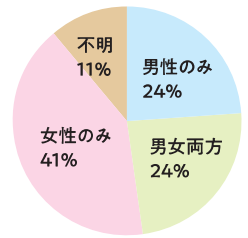
妊娠を望む健康な男女が、避妊をしないで「1年間」夫婦生活を行っても妊娠しない状態と定義されています。

妊娠を望んでいて1年たっても妊娠していなければ、医療機関等へ相談し、検査を受けることをおすすめします。



# 女性だけの問題じゃない！ 不妊のこと

不妊は女性だけの問題だと思われがちですが、不妊の原因は、男性側、女性側、男女両方にある場合があります。男女そろって、不妊の検査や治療を受けることが大切です。



男女の不妊割合出典：WHO(世界保健機構)

## 男性側の原因

- 精子の数が少ない
- 精管が詰まっている など

## 女性側の原因

- 排卵が起こっていない
- 卵管が詰まっている など

# 悩むことは特別なことじゃない

不妊についての心配と治療経験

不妊を心配したことがある **35.0%**

不妊の検査や治療を受けたことがある **18.2%**

2015年社会保障・人口問題基本調査(国立社会保障・人口問題研究所)

不妊について心配したことがある夫婦は3組に1組を超え、夫婦の5.5組に1組が検査や治療を受けたことがあると回答しています。いずれも過去の調査に比べて、増加しています。不妊は特別なことではなく、悩んでいる人が多いことがわかります。



# いろいろな検査方法

男女揃って検査を受けましょう！

検査には次のようなものがあります。

## 男性の検査

- 精液検査 (精子の数、運動率)

## 女性の検査

- 経膈超音波検査
- 血液検査(ホルモンの検査)

個人や医療機関によって必要な検査が異なりますので、詳しくは産婦人科や不妊治療専門の病院へお問い合わせください。男性の検査は、泌尿器科で受けられるところもありますので、事前にお問い合わせの上、受診ください。

# こんなサポートもあります / 不妊治療費の助成制度

詳しくは

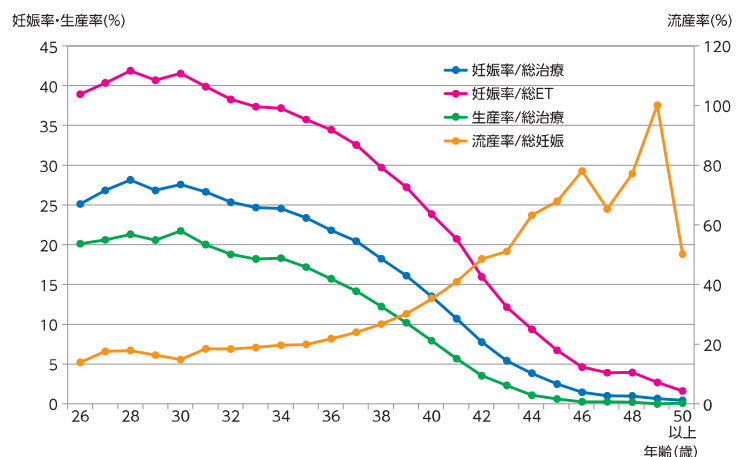
長崎県では、医療保険が適用されない特定不妊治療(体外受精・顕微授精)の経費の一部を助成しています。また、お住まいの市町によっては、県の助成にさらに上乗せして助成を行っていたり、人工授精の費用を助成しているところもあります。

# 不妊治療をすれば子どもはできる？



「いつでも子どもは持てる」と思いがちですが、女性の年齢が上がると、不妊治療を受けても、妊娠しにくくなっていくことや流産する率が高くなるのがわかっています。

不妊治療における年齢別の生産率と流産率



日本産科婦人科学会「ARTデータ集」



# 不妊に関する相談窓口

長崎県不妊専門相談センター



西彼保健所(西海市、長与町、時津町)  
095-856-5159

県央保健所(諫早市、大村市、東彼杵町、川棚町、波佐見町)  
0957-26-3306

県南保健所(島原市、雲仙市、南島原市)  
0957-62-3289

県北保健所(平戸市、松浦市、佐々町)  
0950-57-3933

五島保健所(五島市)  
0959-72-3125

上五島保健所(小値賀町、新上五島町)  
0959-42-1121

壱岐保健所(壱岐市)  
0920-47-0260

対馬保健所(対馬市)  
0920-52-0166

長崎市役所 子ども健康課

095-829-1316

佐世保市役所 子ども保健課

0956-25-9741



# 妊娠に関する相談窓口

長崎県 妊娠相談

検索

ひとりで悩まず  
まずにご相談ください



長崎県子ども家庭課  
〒850-8570 長崎市尾上町3-1  
TEL 095-895-2445