

3-3

高校生教育プログラム

あなたのライフデザインを考えてみよう



授業の内容

【本日の目標】

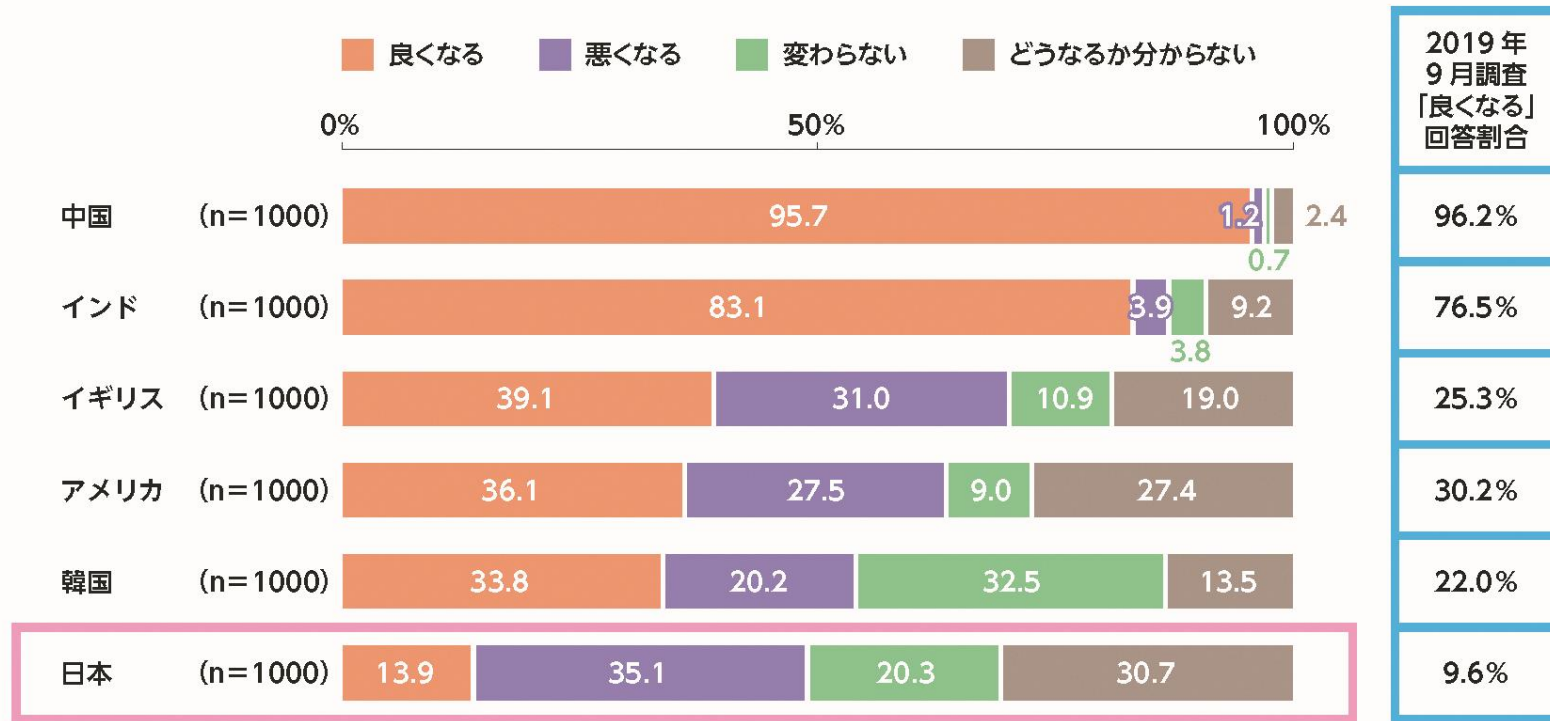
これまでのきょうとプレコンの学びを踏まえて、
自分のライフデザインを描いてみよう

..... 主な学習内容

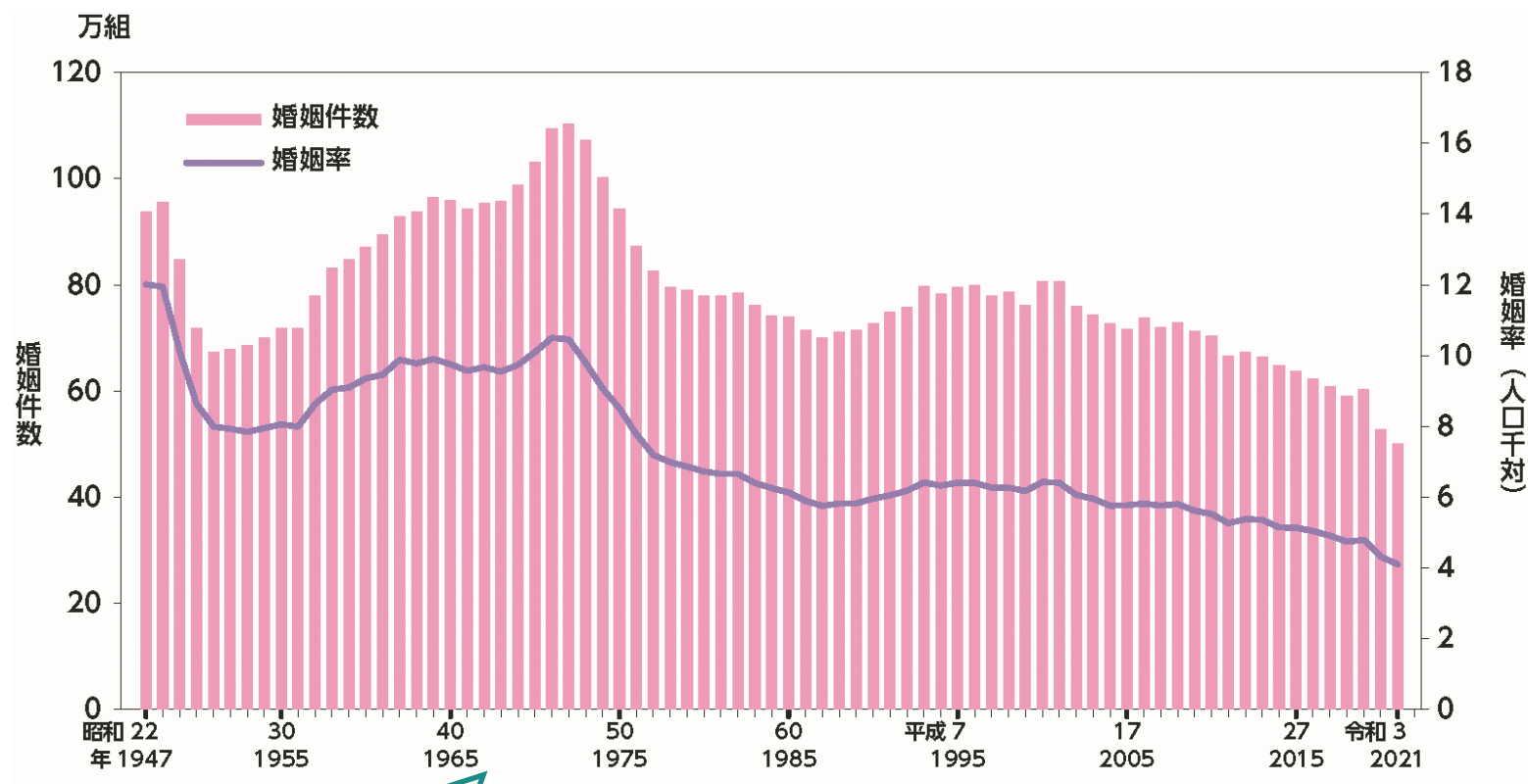
- ☒ 日本社会の現状について考える
- ☒ 妊娠と年齢の関係を知る
- ☒ きょうとプレコンの学びを踏まえ自分のライフデザインを描く

日本の将来は良くなる？

「自分の国の将来についてどう思っていますか。」の質問に対し、
「良くなる」回答率が高い順に掲載 ※各国 n = 1000



日本の婚姻率

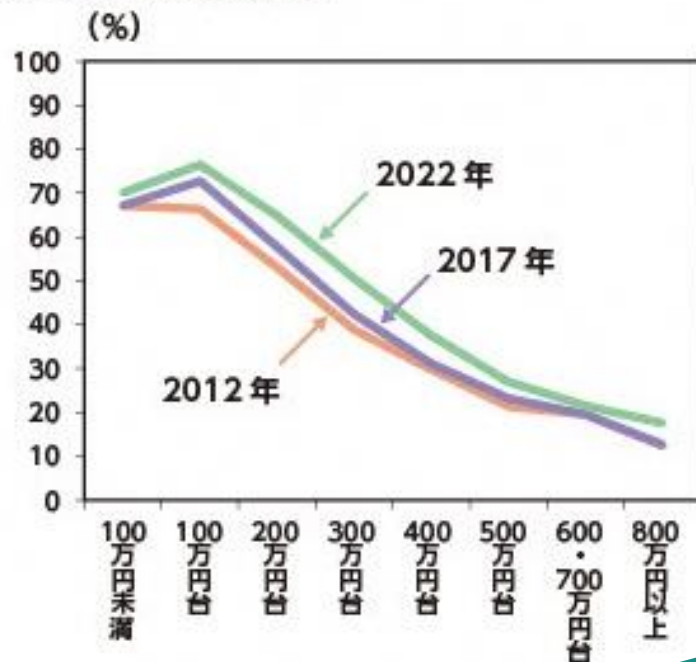


婚姻率は減少傾向

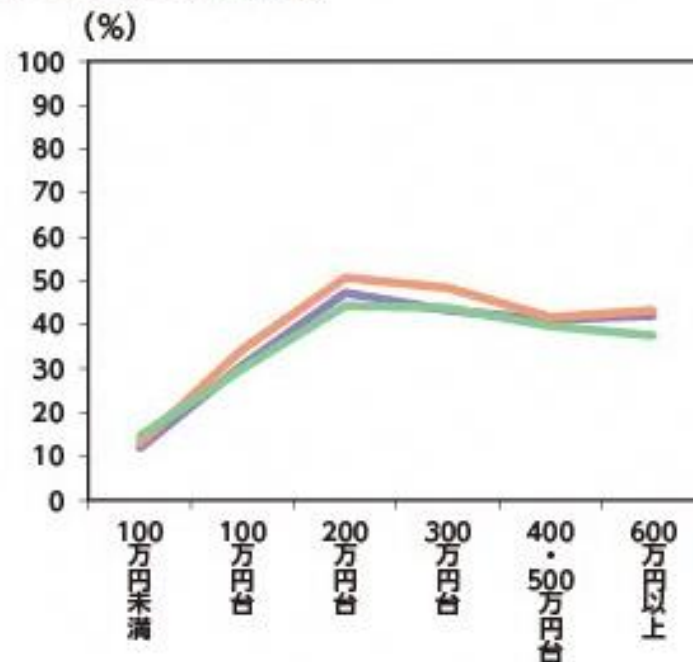
厚生労働省「令和3年(2021)人口動態統計月報年計(概数)の概況」

男女別に見た年収区分別の未婚率

(1) 男性 (30代有業者)



(2) 女性 (30代有業者)



若い世代が結婚・子育ての
将来展望を描けない可能性がある

「こども未来戦略」

「こども未来戦略」とは、令和5年12月に閣議決定された、こどもと家庭の福祉や健康、こどもの権利を守るための政策です。

「こども未来戦略」3つの基本理念

(1) 若い世代の所得を増やす

- ・賃上げ（「成長と分配の好循環」と「賃金と物価の好循環」の2つの好循環）
- ・三位一体の労働市場改革・正規・非正規問題への取組（同一労働同一賃金の徹底、非正規雇用の正規化）等

(2) 社会全体の構造・意識を変える

- ・ワンオペ育児の実態を変え、夫婦が相互に協力しながら子育てし、それを職場が応援し、地域社会全体で支援する社会
- ・こどもまんなか社会に向けた社会全体への意識改革
- ・育児休業の取得促進、育児期の柔軟な働き方の推進 等

(3) 全てのこども・子育て世帯を切れ目なく支援する

- ・今後、取り組むべきこども・子育て支援の内容

全ての子育て家庭を等しく支援すること／保育所について量の拡大から質の向上へ/妊娠・出産期から0～2歳の支援の強化／多様な支援ニーズ（貧困、障害児・医療的ケア児、ひとり親家庭等）への対応

→加速化プランの各種施策に着実に取り組むとともに、総合的な制度体系の構築を目指す・こども政策DXの推進 等

あなたはどんな人生を生きたい？

- 友人関係や恋人関係、結婚、妊娠・出産、子育てなど、あなたには、自分の意思で生き方を自由に決定する権利があります。
- これからの人生で仕事やプライベートなど様々な転機があるでしょう。「結婚する、しない」「子どもを持つ、持たない」など、自分自身はどんなことを望んでいるでしょうか？
- 人生100年時代、あなたの理想のライフデザインを考え、その実現に向けてどんなことが必要か考えてみましょう。

自らの主体的な選択に基づき、
自分が望む生き方（ウェルビーイング）を実現できるように



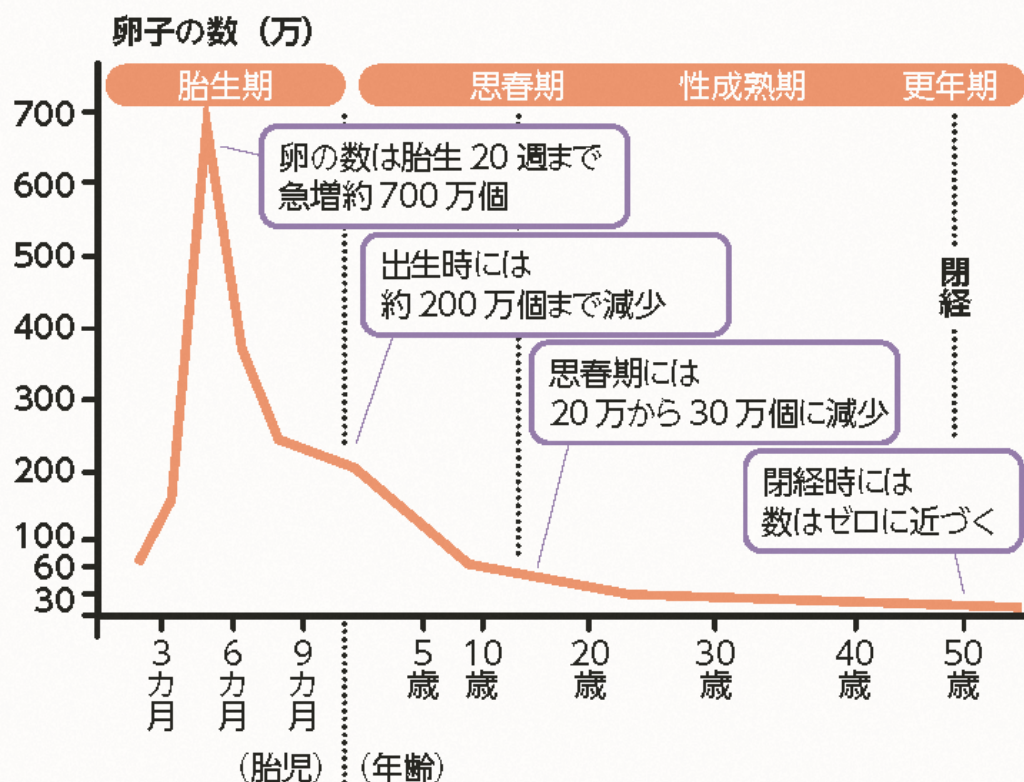
考えてみよう 年齢や性別と妊娠

- ① 女性の年齢によって、妊娠のしやすさは変わるでしょうか？
- ② 男性の年齢は、妊娠のしやすさに影響するのでしょうか？



妊娠と女性(卵子)の年齢の関係

女性の一生と卵子の数の変化



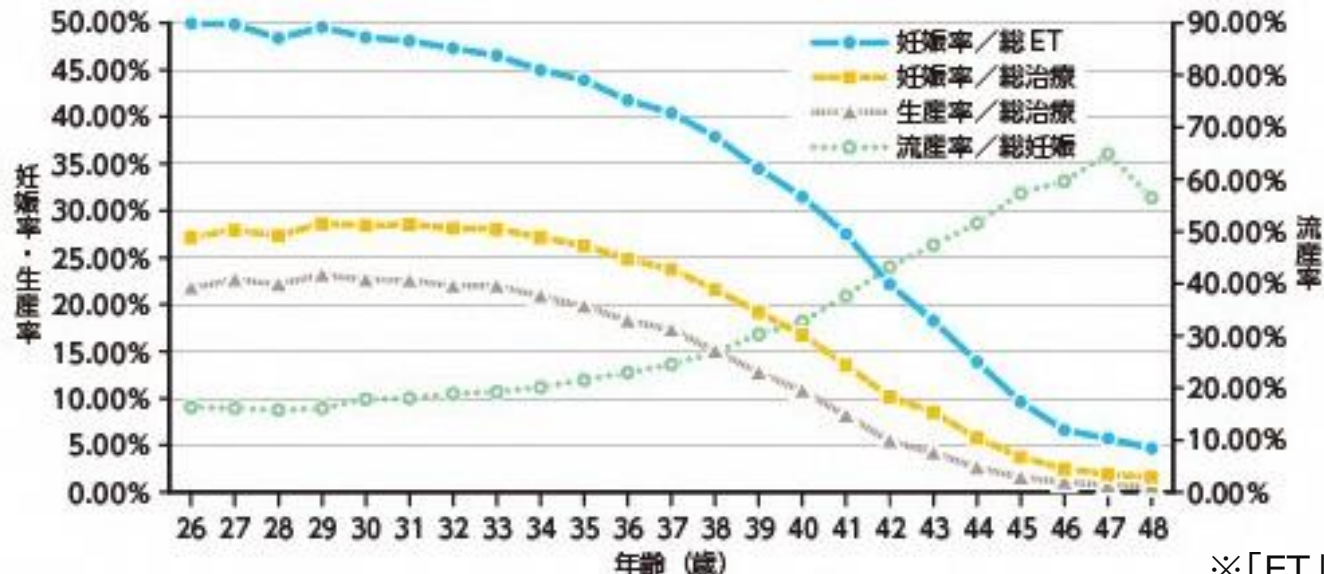
- 女性の卵巣には、胎児期に作られた一生分の卵子が貯蔵されています。
- 出生時には約200万個あった卵子は、初潮をむかえるころには約30万個まで減ります。



妊娠と女性(子宮)の年齢の関係

- 健康な女性でも、年齢を重ねるごとに妊娠が成立する可能性は下がっていきます。
- 特に、30代後半からは、妊娠が成立する可能性がだんだん低くなるだけでなく、妊娠しても流産してしまう確率も高くなります。

ART（生殖補助医療を用いた）妊娠率・生産率・流産率



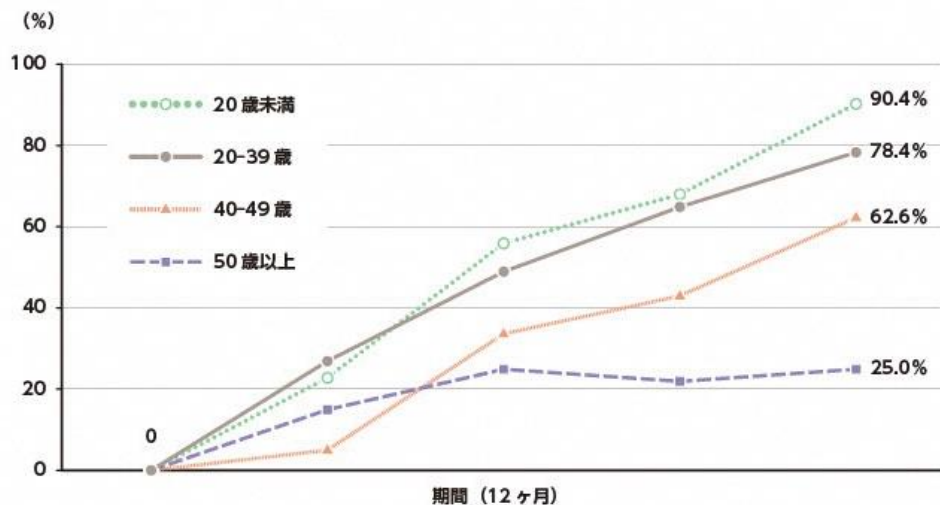
※「ET」とは、受精卵を子宮に移植することです。



妊娠と男性(精子)の関係

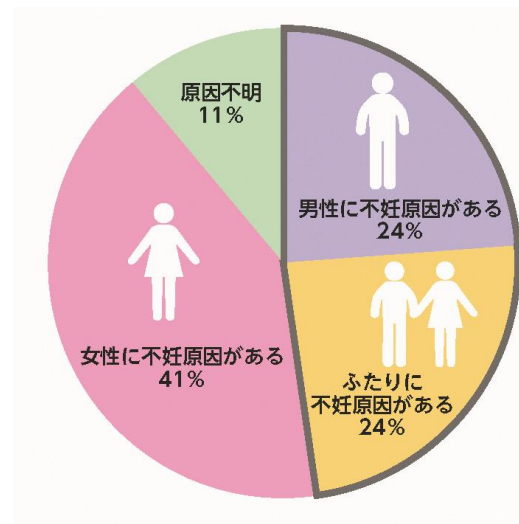
- 累積妊娠率とは、「数回の不妊治療によって妊娠に至った割合」のことです。
- 精子の数や活動は加齢とともに低下するため、受精する力も弱くなります。
- 不妊の原因の約半分は、男性にあります。

男性の年齢別累積妊娠率



Mohamed A. et al, Fertil Steril 79 ; 1520-1527. 2003

不妊原因の男女比



WHO「不妊症原因調査」



考えてみよう あなたのライフデザイン

これまでのプレコンセプションケアの学習をふまえて、
あなたが望むライフデザインを考えてみましょう。

もっとプレコン！

もっとプレコンを知りたい、ライフデザインをもっと考えたいという方は
以下も参考にしてみてください。



京都府

「ライフデザインワークショップ」



国立成育医療研究センター

「プレコンノート」



本日のまとめ

- ☒ 日本社会の現状について考える
- ☒ 妊娠と年齢の関係を知る
- ☒ きょうとプレコンの学びを踏まえ自分のライフデザインを描く

自身の望むライフデザインを実現するため、
早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることが重要です。

そして今後の人生を過ごす上で、何かに迷ったり悩んだりする時は、
周りの人を頼ったり、相談しましょう。

決してあなたは一人ではありません。