

# 『プレコンセプションケア』

## を知っていますか



「プレコンセプションケア」は、「プレ（～前の）」、「コンセプション（新しい命を授かること）」で、「新しい命を授かる前の健康づくり」という意味です。

また、若い男女が将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うこと。

次世代を担う子どもの健康にもつながるとして、近年注目されているヘルスケアです。

このため、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で、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子ども健康の可能性を広げます。

発行：高松市健康づくり推進課



プレコンセプションケアは、医療、保健、教育、福祉などの幅広い分野で連携を図りながら推進していくこととされており、男女ともに将来の妊娠を考えながら自分のライフプランに適した心身の健康管理を行うことを支援するため、正しい知識や様々な情報を発信していきます。



# 『プレコンセプションケア』

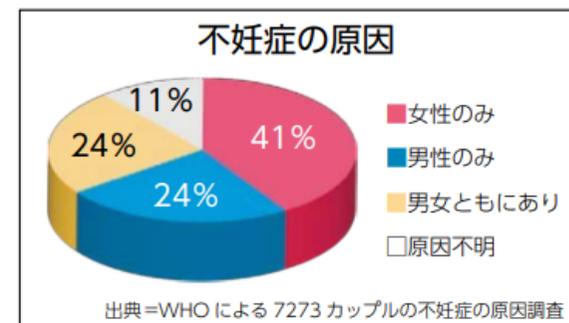
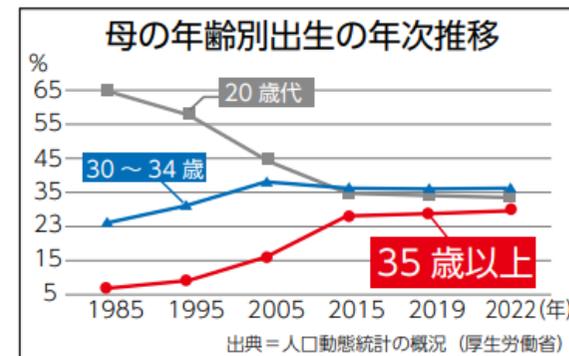
## の目的は何ですか

プレコンセプションケアの目的は3つあります。

- (1) 若い世代の健康を増進し、より質の高い生活を実現してもらうこと
- (2) 若い世代の男女が将来、より健康になること
- (3) (1)の実現によって、より健全な妊娠・出産のチャンスを増やし、次世代の子どもたちをより健康にすること

プレコンセプションケアは、近々妊娠したいと考えている女性だけでなく、思春期以降、妊娠可能な年齢の全ての女性にとって、非常に重要なものと考えられています。

プレコンセプションケアは、男女ともに必要です。若い時期から行くとリスクが減らせます。



あなたに必要なヘルスケアは、こちらの「プレコンノート」を御覧ください。



出典：国立成育医療研究センターホームページ