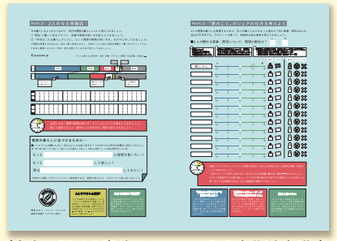
みんなで考えよう！男女共同参画

家族会議を開いて家事シェアについて話し合ってみませんか？

日々の生活の中には、料理、洗濯、掃除、買い出しなど名前のある家事以外にも、細かくて見えにくいけれど必要な「名もなき家事」が沢山あります。2023年の共働き世帯数は1,278万[※1]となり、今後も増加が見込まれる状況下においても、家事の8割は女性が担っているという調査結果があります。

内閣府[※2]が発行する「○○家作戦会議」シートで現在の家事分担や生活スタイルを見える化し、家族全員で家事シェアができるよう、話し合いの機会を作ってみませんか？

※1　総務省統計局「労働力調査」2023
※2　国立社会保障・人口問題研究所「第7回全国家庭動向調査」2022



（参考：男女共同参画局「夫婦が本音で話せる魔法のシート　○○家作戦会議」）

編集後記

女性センター「織」を通して、人と比べられなかった生理・体のことについて、より詳しく理解することができました。

特に土屋先生のインタビューでは、インターネットやSNS上の情報が正しいかどうかを直接伺うことができ、新たな知識をプラスで得ることができました。また、男女平等に向かっている現代では、意識することがたくさんあり、プレコンセプションケアという言葉や意味、必要性に気がつくことができました。

「織」で学んだことを活かして、これからもがんばっていきたいと思います。

（織 VOL.22　学生編集委員）

岐阜市立女子短期大学国際文化学科の学生による「織」の企画・編集も今回で5回目になります。回を重ねるにつれて取りあげるテーマも生理（VOL.20）やライフデザイン（VOL.21）についてなど、男女が互いに理解しあえばさらに共同参画を深めることができるのではないかと思われるものに進んできました。今回は若い時期からの健康管理についてです。この「織」が、健康な体調を保つことの大切さを男女とも多くの人に再認識してもらえる機会になれば幸いです。

（岐阜市立女子短期大学 国際コミュニケーション学科 教授　川上 新二）

今年度の岐阜市女性センターは、相談業務を担うことからみえてきた「生きづらさ」や、「自身」と「家族」の関係性を現代的課題として捉え、“私が好きな私で生きていいんだ”、“ココから始まるMy Career（わたしの人生）”、“変わりゆく日本の家族のかたち”といったテーマで講演会やセミナーを開催してきました。

働き方や、家庭での過ごし方など日々の暮らしが大きく変化していく中で、プレコンセプションケアを実践することにより、自分を大切にし、お互いの生き方を尊重し合いながら、毎日の暮らしが豊かに過ごせることを願っております。

（岐阜市女性センター）

協力：岐阜市立女子短期大学、医療監修：産婦人科医 土屋 緑

INFORMATION

男女共同参画社会の実現を推進するための拠点施設です。
JR岐阜駅高架下、東エリアにあります。

学びたい	男女共同参画社会の実現を目指して、意識啓発や女性の活躍支援に関する講座などを開催しています。＊講座中の無料託児もあります。
知りたい	男女共同参画に関するさまざまな情報発信や啓発誌などの発行、関連図書の貸出をしています。
交流したい	市民参加型交流会の開催や市民・市民団体・事業者と協働し、ネットワークを形成しています。
困った	女性が抱えるさまざまな問題に、女性相談員や専門家が相談に応じます。

※詳しくは広報ぎふ、またはHPにてご確認ください。

どなたもお気軽にお立ち寄りください！

岐阜市女性センター

窓口開設日時：月～土曜日 9:00～17:00
（毎月最終火曜日・年末年始は休み）

講座や相談の空き情報など随時更新中！

Instagram

編集・発行　岐阜市女性センター　指定管理者：（公財）岐阜市教育文化振興事業団
〒500-8521 岐阜市橋本町1-10-23 ハートフルスクエアー G内　TEL（058）268-1052　FAX（058）271-1261
ホームページ　岐阜市女性センター　検索
2025年3月発行

織
ぎふし男女共同参画情報紙
2025 VOL.22

特集　女糸と男糸がつむぐ社会
―いごこちのよい人間模様の布を織るために―

10代から知ってほしいプレコンセプションケア※

～健康な自分で描く未来図～

岐阜市立女子短期大学「織」学生編集委員＆川上教授

男性、女性に関わらず、また、将来子どもを持つかどうか分からないと思っている人も、自身の体の状態を知り、生活習慣を整え健康でいること、すなわちプレコンセプションケアを実践することで、自分の思い描く未来を実現するための基礎づくりができます。

10代から意識してほしい健康管理について、「織」学生編集委員が産婦人科医の土屋先生にお話をうかがいました。

※プレコンセプションケアとは、プレ（前の）コンセプション（受胎）で、妊娠前の健康管理を意味する言葉です。

産婦人科医 土屋 緑先生

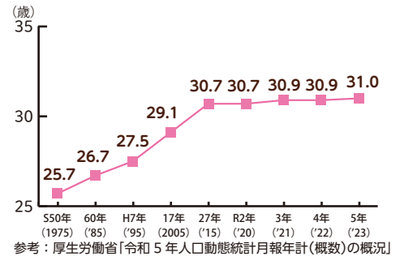
男性・女性共にプレコンセプションケアを意識する必要性

Q. 妊娠の適齢期はいつですか？

A. やはり20代が望ましいですね。生物学的には20代少し手前から30代少し過ぎたくらいです。しかし妊娠が可能であることと、実際に出産が可能であることは違います。体が妊娠に適した年齢と、社会的に出産・育児に適した年齢には開きがあります。近年では、大学卒業後就職し、仕事のやりがいや楽しさを求めて働いていると、気づいたら30代になっていたという女性が多く、女性の初産年齢の平均が30歳を超えており、更に高くなりつつあります（右グラフ参照）。妊娠には卵子の質が重要で、卵子は若いほど質が良く、また、年齢が上がると婦人科系の病気にかかるリスクも高くなることから、出産年齢が上がったことが不妊の要因となっています。寿命が延びたからと言って、妊娠が可能な年齢が延びているわけではないのです。

将来子どもを得るために、男性もパートナーの年齢やライフデザインを意識することが大切です。

第１子出生時の母の平均年齢の年次推移



参考：厚生労働省「令和５年人口動態統計月報年計（概数）の概況」

Q. 不妊の原因の半分は男性にあると言われていますが…

A. 不妊というと、女性に原因があると思われがちですが、不妊の原因が男性側にあることも意外と多いです。また、男性、女性どちらにも原因が無い原因不明の不妊もあります。男性による不妊の原因は様々ですが、精子を作ることに問題がある造精機能障害、精子を出すことに問題のある閉塞機能障害、性機能障害が主なものです。

男性の詳しい検査や治療は泌尿器科で行います。不妊についてパートナーと話す状況になった時は、男性も躊躇なく泌尿器科で相談して欲しいです。

クラミジアや淋菌などの性感染症も男女共に不妊の原因となります。感染していた場合は、パートナーと共に治療が必要です。性感染症は性行動が盛んな10代、20代の患者数が極めて多いため、気になる症状が現れた時は、こちらも男性は泌尿器科、女性は婦人科を受診しましょう。