



第140回 プレコンセプションケアと職場

▼プレコンセプションケアとは何か

最近、プレコンセプションケア(preconception care)ということばが注目されています。これは妊娠を希望するか否かにかかわらず、妊娠前から男女双方が、将来の妊娠や出産を見据えて健康管理を行うという考え方です。少子化が進む中、働く世代の健康を支える産業保健の分野でも注目されるようになってきているのです。これは、将来の妊孕性(にんようせい)を守ることにともなわれます。妊孕性とは、「妊娠するための力」「妊娠するために必要な能力」という意味です。男女の生殖器の機能や、内分泌系の働きの総称と言えます。

日本でもこども家庭庁が「プレコンセプションケア推進5か年計画(2022年)」を掲げ、性別を問わず、思春期から成人期に至るまでの全ての人々が、発達段階や状況に応じてプレコンセプションケアの概念を理解し、正しい知識を身につけることを目的として、まずは情報提供をし、認知を広め、相談活動を広めようとしています。

▼プレコンセプションケアの中身とは

プレコンセプションケアの内容は特別なものではありません。適正体重の維持、禁煙・節酒、栄養バランスの改善、貧血対策、性感染症等の予防、慢性疾患のコントロールなど、産業保健が日常的に扱ってきたテーマと重なります。喫煙は、男女ともに生殖機能へ悪影響を及ぼすことが明らかになっています。女性では排卵障害、卵巣予備能の低下、流産・早産・低出生体重児のリスク上昇が報告されていますし、男性では精子数・運動率・形態の低下が認められるとされています。飲酒も過量摂取により男女の性腺機能を障害し、妊娠成立率の低下や胎児発育障害、胎児性アルコール・スペクトラム障害(FASD)との関連が示されています。また、妊娠中の飲酒は安全量が存在しない(すなわちゼロがよい)とされています。

▼センシティブな問題でもある

一方で、職場でこのテーマを扱う際には慎重さも求められます。妊娠や出産はきわめて個人的な領域であり、「妊娠を前提とした支援」は、「女性は子どもを産むべきである」という価値観の押し付けや就業差別と受け取られる危険があります。特に女性にのみ注意喚起を行うことは、キャリア形成への不利益を助長しかねません。このため、プレコンセプションケアは、若年労働者に圧力をかけるも

のであってはならず、「男女共通の健康づくり」「将来の選択肢を広げるための健康意識の向上」として位置付けることが重要です。現在、若年成人を対象としたプレコンセプションケア健診の実施や費用補助の動きもあるようで、今後若年成人を対象にした取り組みが少子化対策の一環として推進される可能性がありますので、企業もチェックしておいた方がよさそうです。

▼企業で取り組むには

企業が取り組みやすい支援としては、過度に踏み込む啓発ではなく、正確な情報へのアクセス方法の周知が挙げられます。例えば、健康診断結果の活用、禁煙支援・節酒支援、女性だけでなく男性も含めた健康相談の場の確保、外部相談窓口の紹介などです。健康管理スタッフが、若年労働者に妊娠の有無を問うのではなく、将来の健康不安や体調管理の困りごとを入口に対話を行い、様々な健康管理に話を広げて、相談に乗ることです。誤った情報が流布され、若年労働者に不要な圧力にならないように、企業の立ち位置を整理し、先手を打つ情報提供をしておいた方が良いかもしれません。

少子化対策として語られがちなプレコンセプションケアですが、国や企業が率先して、産めよ・増やせよ、というメッセージを送るのではなく、若年期から健康管理に関心を持ってもらうことを目指すべきです。それが労働者の将来の生活習慣病予防や就労継続にもつながり、会社としても離職防止や生涯にわたる労働生産性の維持にもつながるのです。産業保健の視点からみれば、プレコンセプションケアは特別な新施策ではなく、働く世代のウェルビーイングを高める既存施策の延長線上にあるといえます。



鳥取大学医学部
環境予防医学分野
教授

尾崎 米厚
(おさき よねあつ)