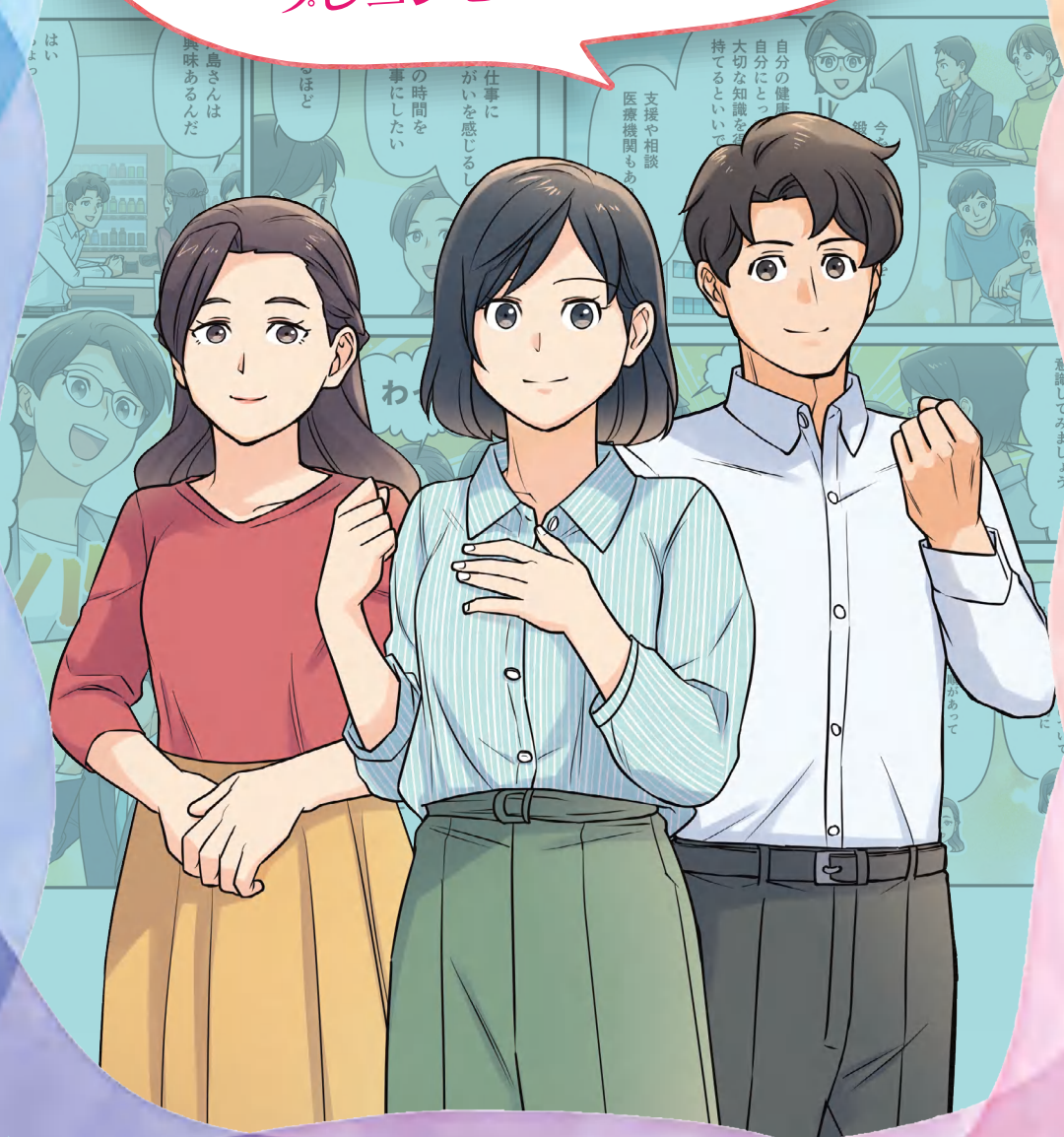
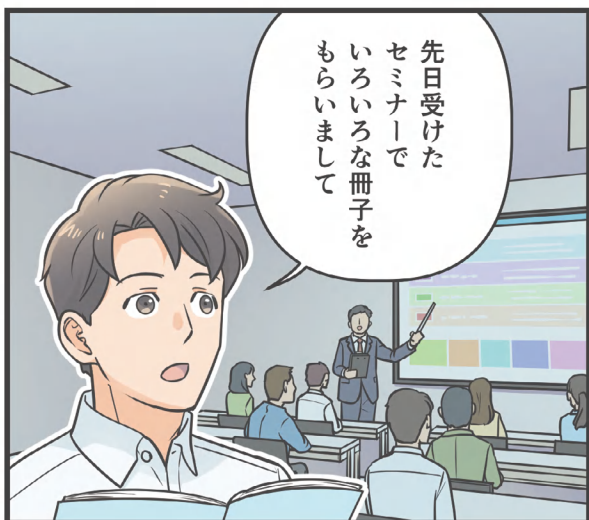
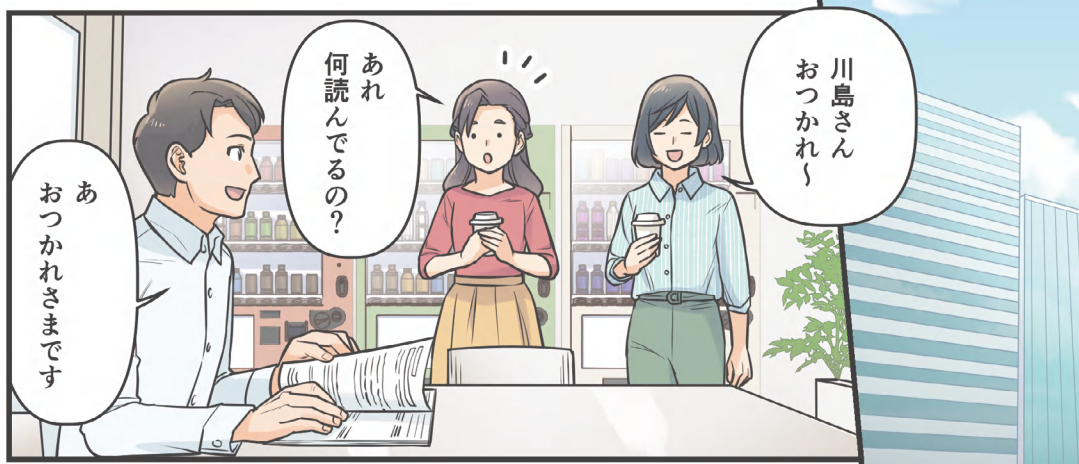


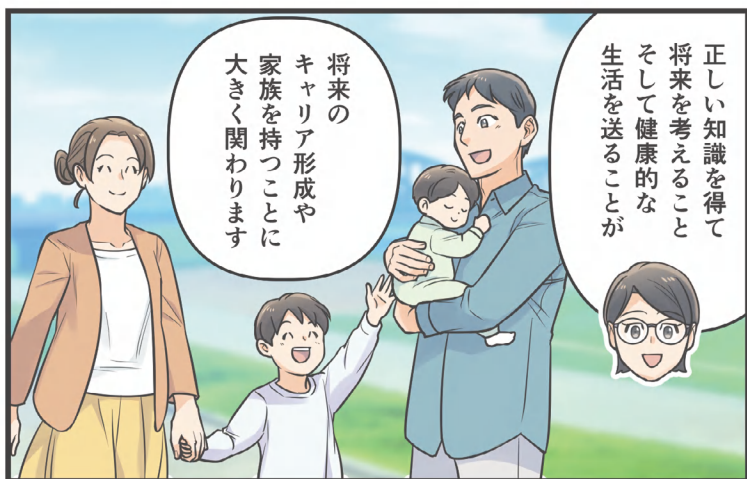
“いまの選択”がわたしの “これから”を描く

自分を大切にする
フシコンセプションケア







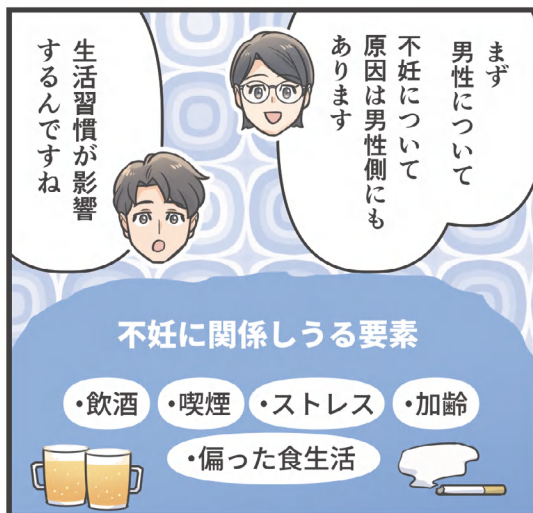


まず
男性について
不妊について
原因は男性側にも
あります

生活習慣が影響
するんですね

不妊に関係しうる要素

- ・飲酒
- ・喫煙
- ・ストレス
- ・加齢
- ・偏った食生活



そしてこれは
男性にも
子どもを望んでいない人にも
関わりがあるんですよ

!

?



また
女性の体について
理解を深めたり
話したりする
きっかけにも
なります

パートナーと
ちゃんと向き合い
たいですね



女性だけでなく
男性も自分の体について
知るべきです

健康診断
結果



妊娠・出産を
望まない場合も
関係があるって
いうのは？

ご説明しますね



実は最近結婚を
考えていたので
興味を持ったん
ですよ

そうだったん
だね





それに
ライフプランを
実現するためには
適切な避妊も大切です

妊娠を計画することも
望まないことも
あなたの大切な権利です



まず自分の
体について
心身ともに
健康でいることは
キャリアを築く上で
大切なことです
健康を損なうと
将来の働き方・生活の
選択肢を狭めてしまう
可能性もありますよね

確かに...

キャリア



他の人のことも
考えられるように
なるんだね

そうか!

実は産休を
取りたくて...

自分のことじゃなくて
同僚やそのパートナーが
妊娠や出産を考える際
知識は支えになります



そうです!

子どもを望む場合も
望まない場合も
長いスパンで
健康や人生について
考えましょう
ってことなんですね

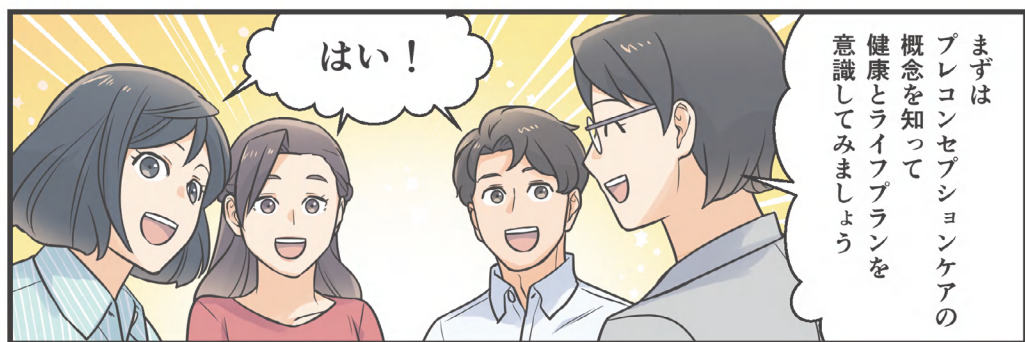
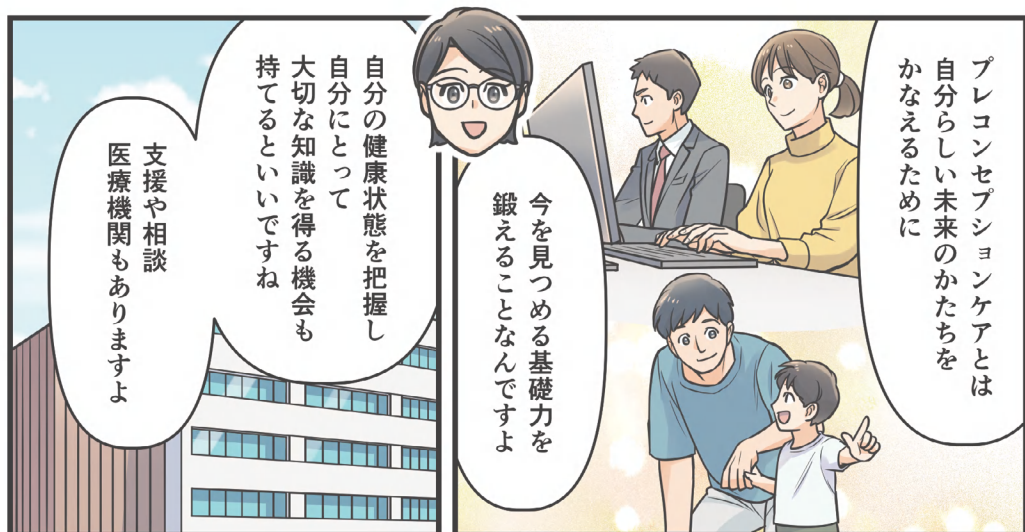


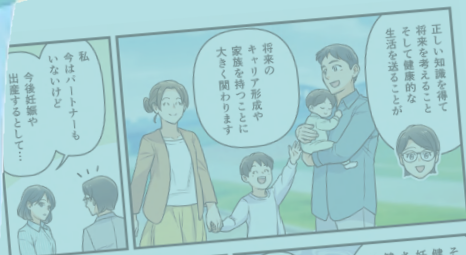
ご自身の体のことは
ご自身で選び・考えることで
誰かに強制されることでは
ありません



もちろん
妊娠・出産はとても
重要な点ですが...

私も無関係じゃ
ないんだな...
「子どもがほしい
人のため」
だけの話かと
思いました





フシコンセプションケアについての詳細や相談先はこちらのサイトをご参照ください。



参考サイト

発行 愛媛県 健康増進課

〒790-8570 愛媛県松山市一番町4丁目4-2

監修 藤嶋明子

ふじ産婦人科・内科 院長 / 秋田大学医学部附属病院 産科婦人科

制作委託者 NPO法人フォレシア

2025年9月発行