

助産師が行く！ いのちの出前講座



公益社団法人 京都府助産師会

© (公) 京都府助産師会

いのちの誕生 に関わる仕事



© (公) 京都府助産師会



私が助産師になった理由



© (公) 京都府助産師会

いろいろな出会いがありました

- ・ 何度も流産を繰り返し、涙するママ
- ・ 待ちに待った赤ちゃんが死産に・・・
- ・ 思いがけない妊娠、人工妊娠中絶術
- ・ 性感染症の患者さん、そこからの不妊

© (公) 京都府助産師会

助産師からの願い
それは・・・



みんな、みんな、
新しい命を喜びで迎えられるように

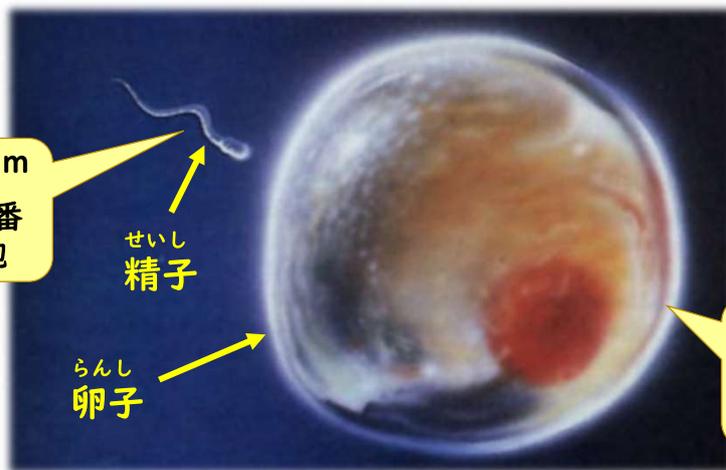
© (公) 京都府助産師会

生命 (いのち) の始まり

約0.06mm
体の中で一番
小さな細胞

せいし
精子

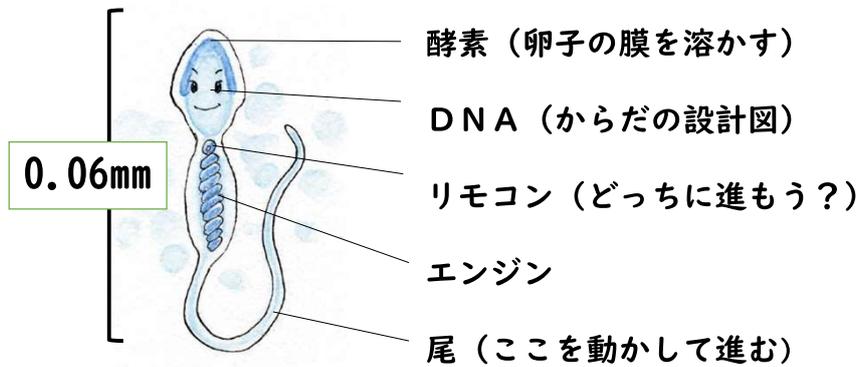
らんし
卵子



約0.1mm
針でついた
穴の大きさ

© (公) 京都府助産師会

宇宙ロケット級の精子



毎日1億個作られる・寿命3~4日間

© (公) 京都府助産師会



精液

約90%が水



白いのは膿じゃないよ
精子のエネルギーになる栄養分・果糖

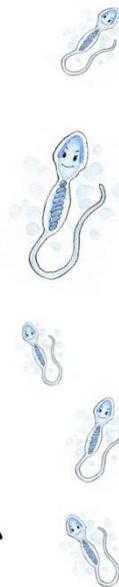
ネバネバしているのは、汚いものではないよ
ゼリー状のボディーガード

精子の活動を支える大切な栄養源

© (公) 京都府助産師会

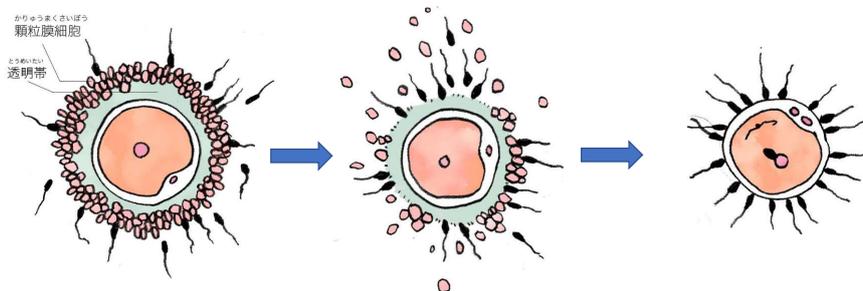
がんばれ！精子の冒険

- ① ばいきん扱いで白血球に食べられる！
- ② 酸性のしゃく熱地獄
- ③ 粘液で流される～～
- ④ 子宮はとっても広すぎる荒野
- ⑤ 道は二手に！どちらに卵子？
- ⑥ 卵管では逆流攻撃
- ⑦ 一等賞がいのちになれるわけではない



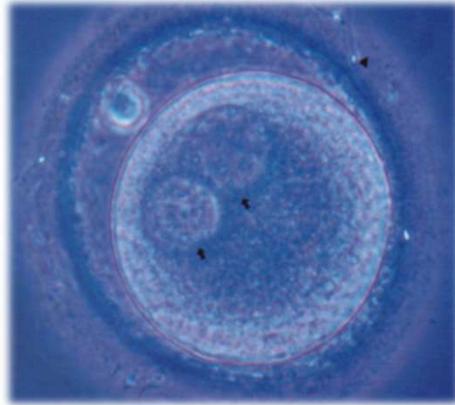
© (公) 京都府助産師会

卵子に到着してから受精まで



© (公) 京都府助産師会

精子と卵子が出会い受精卵に



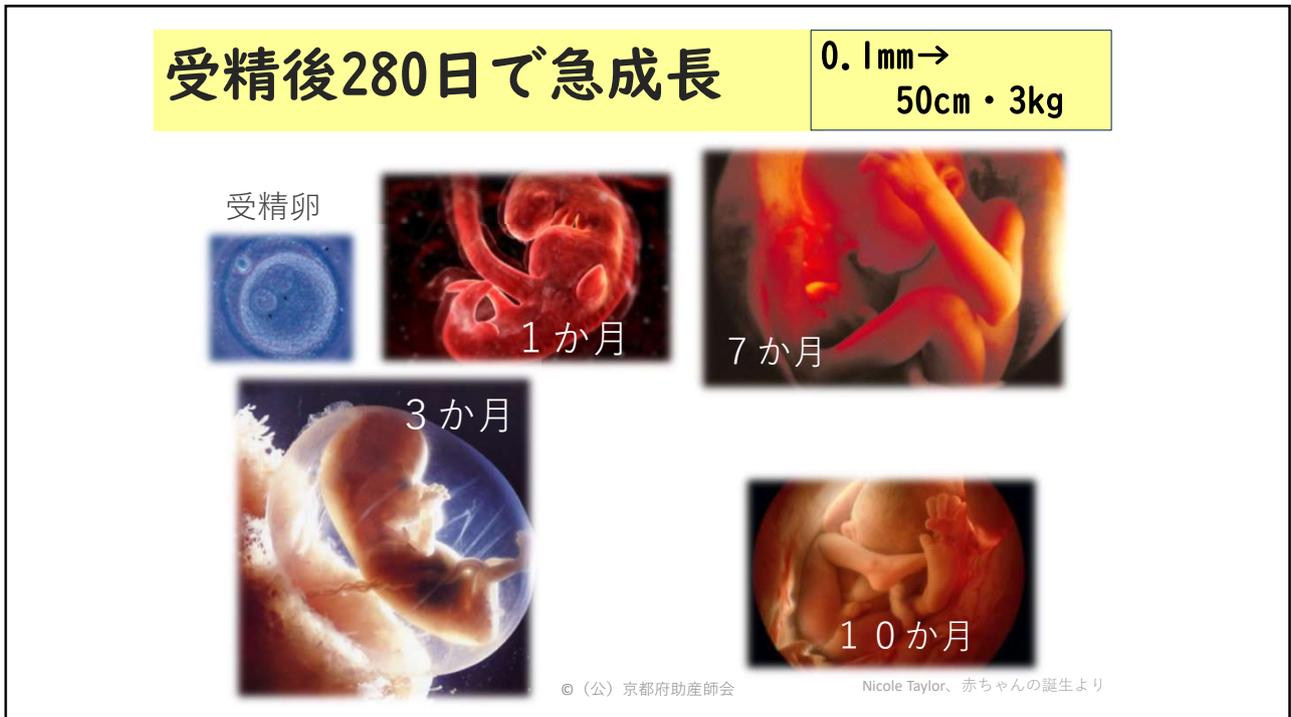
© (公) 京都府助産師会

妊娠したかどうかやってわかるの？

- ① 月経が止まる
- ② 妊娠検査薬
- ③ 子宮の中にいる？

病院でエコー検査が必要

© (公) 京都府助産師会





© (公) 京都府助産師会

東京タワー
333m

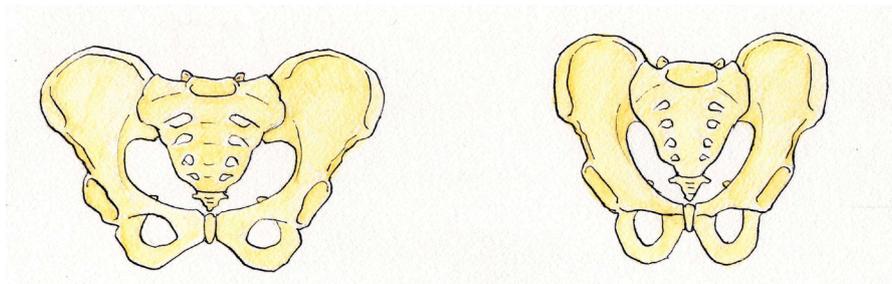


出産

どうか無事に赤ちゃんが
生まれてきてくれますように

© (公) 京都府助産師会

骨盤（こつばん）



女性

男性

©（公）京都府助産師会

さあ、生まれるよ！



狭い狭い産道を
体の向きや頭の形を変形させて
生まれてくるんだ！

©（公）京都府助産師会

無理かも・・・

陣痛に耐えられるか不安
どれだけ痛いんですか？

© (公) 京都府助産師会

幸せ (愛情) ホルモン
オキシトシン

痛み消し！^{痛み目印}脳内麻薬
Bエンドルフィン

子宮を縮める・子宮口を広げる
プロスタグランジン

押し出す力
アドレナリン

不安・恐怖心 痛み↑・ホルモン分泌↓

安心・リラックス 痛み↓・ホルモン分泌↑

助産師・パートナーはとにかく優しく！

© (公) 京都府助産師会



赤ちゃん
一緒にがんばろうね!

腰をさすって
もらうと
とっても楽



あ、いたくな
ってきた!



お散歩すると
赤ちゃんが
早くうまれるん
だって



© (公) 京都府助産師会

7分助産院出産の動画視聴

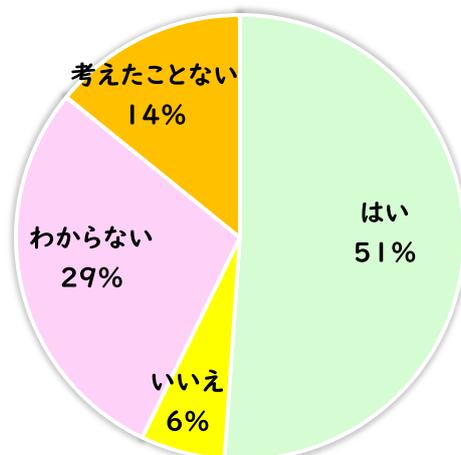
<https://www.youtube.com/watch?v=BeMjgveyAhk>

© (公) 京都府助産師会

大切な自分のところとからだ
ライフデザイン
大切なあなたの未来

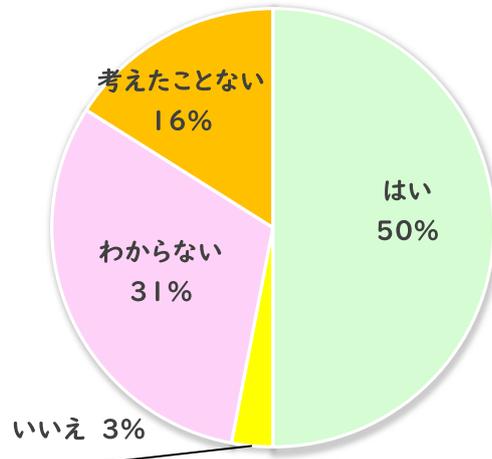


大人になったら結婚したいですか？



© (公) 京都府助産師会

将来子どもはほしいですか？



© (公) 京都府助産師会

クイズ! 月経はいつまで続くの?

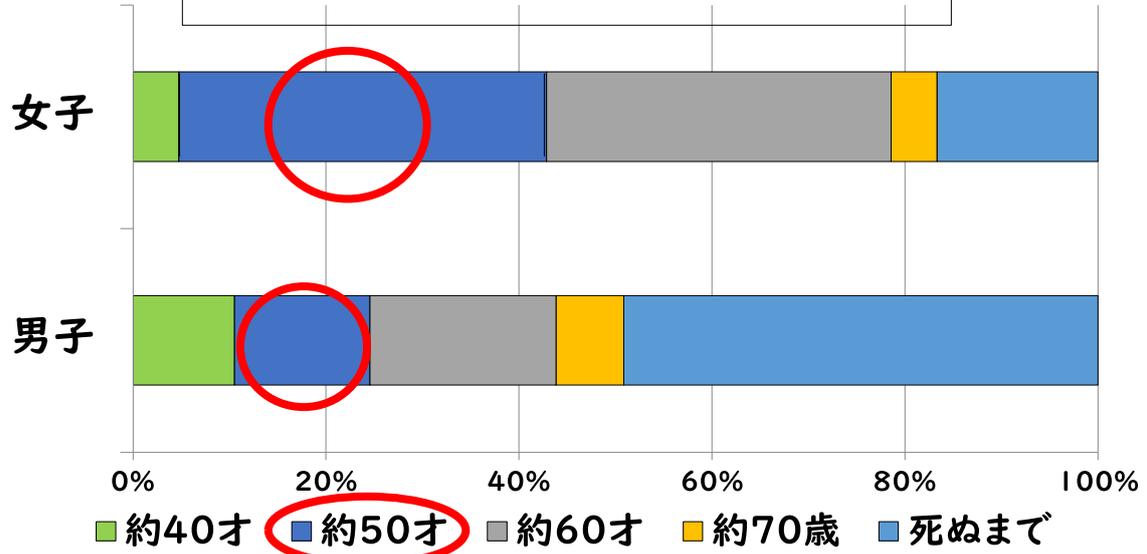
- ① 40歳ころまで
- ② 50歳ころまで
- ③ 60歳ころまで
- ④ 70歳ころまで
- ⑤ 死ぬまで

閉経



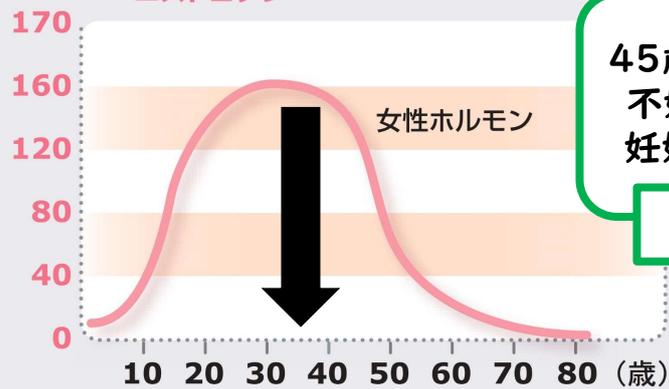
© (公) 京都府助産師会

月経はいつまであると思う？



© (公) 京都府助産師会

(pg/ml) エストロゲン



45歳の方が高度な不妊治療をしても妊娠する確率は？

1%

35歳から妊娠する力が低下します

© (公) 京都府助産師会

日本男性の精子は最低レベル

ニッポン“精子力”クライシス

NHKスペシャル2018年7月放送

精子の数が少ない、ほとんど動かないなど、
受精して妊娠を成功させる精子の力「精子力」が、
どんどん衰えている。

©（公）京都府助産師会

男性ホルモンを高めるために

①適度な運動

運動すると男性ホルモンが増える

②ストレス解消

自分の好きなことって何かな？

③夜更かしをしない

寝てる間に分泌回復↑

④バランスのよい食事

©（公）京都府助産師会

いつか結婚して、子どもがほしい

結婚しない、子どもはもたない



◎家庭を持つ自信がない

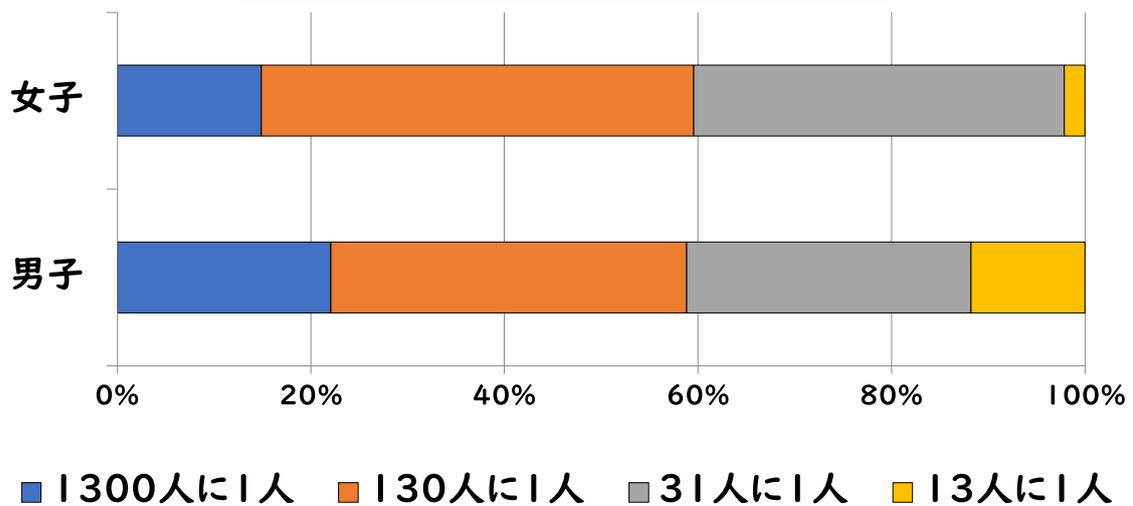
◎結婚に興味がない

◎同性愛者である



©(公)京都府助産師会

セクシャルマイノリティー割合



©(公)京都府助産師会

1 / 13人

左利きやAB型と同じ割合

LGBT&Q

- L** レズビアン ⇒ 女性同士の同性愛者
- G** ゲイ ⇒ 男性同士の同性愛者
- B** バイセクシュアル⇒ 恋愛対象が女性と男性、両方にある
- T** トランスジェンダー⇒ 身体の性別と心の性別が一致しない人
- Q** Questioning ⇒ セクシュアリティが未確定の人

© (公) 京都府日本国内69989名を対象インターネットで実施された「LGBT調査2015」

あなたはあなたのままでいい。

誰かからの**強制**や**あきらめ**ではなく
自律した**選択**ができますように

© (公) 京都府助産師会

こども家庭庁

スマート
保健相談室

スマート保健室

相談窓口
正しい知識Q&Aなど

健康相談支援サイト

男女ともに、からだや性・妊娠などの健康に関する正しい情報を掲載しています。専門家に相談できる窓口を取ります。「妊娠したから〜」「自分の体、大丈夫かな?」など困ったことがあれば、気軽に相談してください。

©(公)京都府助産師会



あなたの「いのち」応援してます

あなたを一番に抱き上げた 助産師一同より

©(公)京都府助産師会

SEE YOU 🙌

おわり



© (公) 京都府助産師会