

# 【実施報告書】2023年度 ライフプランニング講座

**【開催日時】** 2023年11月11日（土）13：30～15：00  
**【開催形式】** ハイブリッド形式（徳島文理大学アカンサスホール会場＋Zoom配信）  
**【開催目的】** 晩婚化・晩産化が進む中、将来妊娠・出産を希望する者が、  
仕事等のキャリアと安心安全な妊娠・出産を実現するため、  
若い世代から妊娠・出産に関する正しい知識を持ち健康的な生活を送る必要性について  
講演や意見交換を通じ啓発を図る。

**【参加申込数】** 151名（会場参加、Zoom参加者含む）

## 【プログラム】

13：40～14：25	講義	演題：ライフプランニング講座～今から始めたい“プレコンセプションケア”～ 講師：徳島大学特命教授 苛原 稔 氏
14：25～15：00	意見交換	アンケートの質問への回答及び解説 1. 「プレコンセプションケア」についての回答 2. 「HPVワクチン」についての回答 3. 「相談・情報」についての回答

## 【アンケート結果】

※下記質問項目の回答者のうち「大変そう思う」「そう思う」と回答（回答率82%）

■今後のライフプランを立てる上で役に立った ➡ 95%

## 【広報チラシ】

今から始めたい“プレコンセプションケア”  
**ライフプランニング講座**

妊娠  
子育て  
出産

プレコンセプションとは  
将来の妊娠を考えながら  
女性やカップルが  
自分たちの生活や健康に  
向き合うことです。

ご自身やパートナーとのライフプランを考えたことはありますか？  
「いつかは結婚したい」「子どもほしい」「仕事が落ちない頃に・・・」  
そんな漠然としたライフプランにちょっとエッセンスを加えると、より確かなプランになるかもしれません。  
※実は妊娠は「不妊」「不育」の懸念、そして自分やパートナーである女性の「からだ」を知ることを通じて、  
自分自身のライフプランの中で、妊娠・出産・子育てについて考えるきっかけにしてみませんか？

●講演 演義60分＋意見交換30分

**講師**  
ライフプランニング講座  
今から始めたいプレコンセプションケア

**講師**  
徳島大学 特命教授 苛原 稔 氏

**開催日・会場**  
令和5年  
11/11(土)13:30～15:00  
徳島文理大学 アカンサスホール  
(徳島市山城町西浜180)

**開催方法**  
ハイブリッド形式（会場＋Zoom 配信）  
Zoom配信で参加される方はインターネットが使えるPC・タブレット・スマートフォン・マイク・カメラが使える設備をご用意ください。 ※Wi-Fi環境を推奨します。

**講座 申込方法**  
申込期日 令和5年 10/31(火)  
下記のQRコードまたはURLからお申込み下さい。  
お申込みいただいたメールアドレスに講演会の招待URLをお送りいたします。  
お申込み後、1週間以内に受付完了メールを送信いたします。  
※1週間経過後もメールが届かない場合は再度お申し込みください。

◆お申込みQRコード  
◆お申込みURL  
[https://j-tokushima.zoom.us/join/register/?pwd=4en5mrc8k167s83Peh12LQ](https://j-tokushima.zoom.us/join/register?pwd=4en5mrc8k167s83Peh12LQ)

**お問い合わせ**  
徳島県未来創造文化課こども未来課こどもまんなか政策課  
TEL 088-621-2178 FAX 088-621-2843

**関連情報**  
「ライフプラン教育動画」を作成しました！  
男女の身体の仕組みや将来のライフプランを見据えた、  
産婦人科専門の教育動画です。  
【動画の内容】  
(1) ライフプランの基礎  
(2) 妊娠できる力  
(3) 産科の重要性  
(4) 産婦人科受診のタイミング

**LINEアカウント**  
「性とカラダのみらいナビ@とくしま」  
友だち募集中！  
「性とカラダ」に関する悩みや疑問に、  
匿名形式の自動返信メッセージでお答えします。

主催：徳島県・徳島大学 AWA サポートセンター

【セミナー様子】

講義講師：徳島大学特命教授 苅原 稔 氏



ライフプランニング講座 会場の様子



意見交換

