

第20回若手医師のための家庭医療学冬期セミナー（広島）
クイズで学ぼう！意外と知らない生理とピルについて

日々の診療で Women's Healthを実践するヒント

2025年2月24日(月) 10:15-11:45 広島国際会議場ダリア1
河北ファミリークリニック南阿佐谷
にじいろドクターズ

久保田 希

第20回若手医師のための家庭医療学冬期セミナー 利益相反（COI）開示

筆頭演者名：久保田 希

筆頭演者に開示すべきCOIはありません

色々習ったし、ぜひ、実行したい・・・

けど・・・

自分のセッティングですぐOC/LEP処方できるかな・・・

学びをどうやったら続けていけるか・・・

Women's Health

思春期

成熟期

更年期

老年期

月経に関連したケア

- ・OC/LEPの活用
- ・避妊カウンセリング/緊急避妊

妊娠～出産～産後の支援

- ・妊娠前ケア
- ・妊娠と内科合併症
- ・母乳育児支援
- ・妊娠／授乳と薬

更年期障害のケア

老年期のケア

ライフステージに合わせたヘルスメンテナンス

女性のライフコースに沿った切れ目ない支援の実現のために

<https://www.primarycare-japan.com/news-detail.php?nid=253>



おススメのコンテンツ

会員限定コンテンツを見る

ログイン



新着記事 NEW Article

vol.48 / 「家庭医療と緩和ケアの
シームレス化」
2025.02.21

【第20回冬セミ全体講演 企画・
登壇者ご紹介】...
2025.02.21

メンタルヘルス委員会Presents-
公開ス...
2025.02.20

認定・研修制度

学会の活動

学会について

会員の方

スキルアップ

Current topics – プライマリ・ケア実践誌

女性診療力をUPしよう／Vol.3 No.3(9)

2021年12月25日 00時46分

シェアする

ポスト

ウィメンズヘルス

ウィメンズヘルス

MENU

ウィメンズヘルスを学んでプライマリ・ケア力をUPしよう！

「ウィメンズヘルス＝産婦人科」という誤解が多くありますが、ウィメンズヘルスの多くはプライマリ・ケアの領域にあります。ウィメンズヘルス（女性診療）とは、女性特有の疾患や性差による病態の違いを考慮しながら、女性が生涯を通して健康な生活を送れるよう、ライフステージに応じて支援する医療です。日本では、初期研修で女性診療を総合的に学ぶ機会が少なく、多くの方がウィメンズヘルスを苦手と感じています。そのためウィメンズヘルスを学ぶことは診療範囲を広げるだけでなく、プライマリ・ケア医として独自の強みになります。2018（平成30）年診療報酬改定では妊婦加算として産婦人科以外であっても初診料75点、再診料38点が新設され1）、プライマリ・ケア現場も含めた妊婦の包括的診療を評価する政策がはじまっています。本稿で

まず手元に今日の資料、
さらにこちらを・・・

経験

一定期間ウィメンズヘルスの実践が
豊富な場所で研修するのも手

→JPCA HP

「ウィメンズヘルス研修受け入れ可能施設」

実践

普段のセッティングでのハードルを低く
資料を手元に 書籍(妊娠・授乳と薬なども)

省察 概念化

セミナーへの参加、講師をするのも手
セクシュアルヘルス委員会に所属することも一つの手段

プライマリ・ケアで出会うウィメンズヘルスの基本

目次

01 避妊カウンセリング・緊急避妊	2
02 妊娠前ケア	4
03 婦人科診察・子宮頸部細胞診（スメア）・検体採取	6
04 妊娠・授乳と薬	10
妊娠・授乳中に投与可能な代表的薬剤	12
05 妊娠と内科合併症	14
06 産後ケア	16
07 母乳育児支援	18
08 周産期メンタルヘルス	20
09 女性の腹痛	22
10 正常月経周期・消退出血・破綻出血	24
11 月経歴の聴取	26
12 月経移動	27
13 無月経	28
14 不正出血・機能性子宮出血	30
15 過多月経・過長月経	31
16 月経困難症	32
17 月経前症候群	33
18 OC・LEP 製剤の処方	34
19 陰部皮膚トラブル・感染症	38
20 更年期障害・ホルモン補充療法	40
21 骨盤臓器脱	43
付録	
ウィメンズヘルス問診表	44
エジンバラ産後うつ質問票（EPDS）	46
OC・LEP 製剤_初回処方チェックシート	48
OC・LEP 製剤_飲み忘れた場合のフロー	49
参考資料	50

編集：日本プライマリ・ケア連合学会女性医療保健委員会

日々の臨床 × Women's health

河北ファミリークリニック南阿佐谷 無床診療所 家庭医と一般内科医
都内23区内に位置、地下鉄アクセス良好、近隣に産婦人科も多数

外来診療

- ・女性患者さんの貧血の二次健診での受診
- ・不登校の相談に月経困難症が関係していないかの確認
- ・更年期症状の相談
- ・かぜ外来・一般外来での妊婦・授乳婦の診療
- ・区民健診でのがん検診の推奨
- ・乳児予防接種に子を連れてきた母親の健康相談

訪問診療

- ・医療ケア児～成人診療移行例の月経や帯下の相談
- ・高齢者 子宮瘤膿種 帯下異常 骨盤臓器脱
- ・ケアに関わっている女性家族の健康相談→外来診療へ

こちらのオンデマンドもぜひ！

14

子供を予防接種・乳児健診に連れてきたママこそ健康チェックを！

※事後配信あり



オンデマンド VOD13で配信

セクシュアルヘルス

を支援するための医療的な側面として・・・

女性医療

性差医療

男性医療

多様な性に
配慮したケア

性と生殖に関わる
ケア

さらにそれを実現する基盤として・・・

ジェンダー（=性の持つ社会的側面）への理解
自らのバイアスの認知、社会的立場への省察

自分の専攻医時代の臨床例・・

- 月経困難症による腹痛で受診、LEP開始に向けた禁煙、今後の挙児希望に合わせたIUSの使用
- 子どもの健診時に母親の産後うつスクリーニング→母の診療へ
肥満、高血圧フォローをしつつ家庭内役割や義実家との関係性、復職支援
- 思春期の不登校、性別違和の相談
- 前立腺癌後の勃起障害に悩む男性患者の通院
- 発達特性を持つ中年男性のうつ病、夫婦通院と支援

一般社団法人 にじいろドクターズ



主に、プライマリ・ケアに従事する
家庭医・総合診療医を中心に立ち上げた団体

- ・共に学ぶ
～LGBTQ/性の多様性について**すべての医療者**が持つ知識として～
- ・つながる
～全国で活動する医療従事者／医療系学生の**ピアサポート**～

「すべての人が自分らしく
健康に過ごすことができる社会へ」

2021年から一般社団法人化

<http://www.nijiirodoctors.com/>



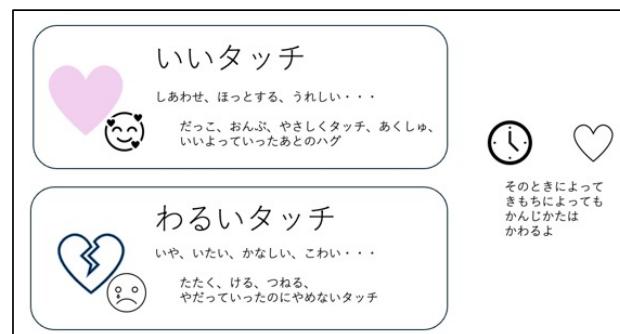
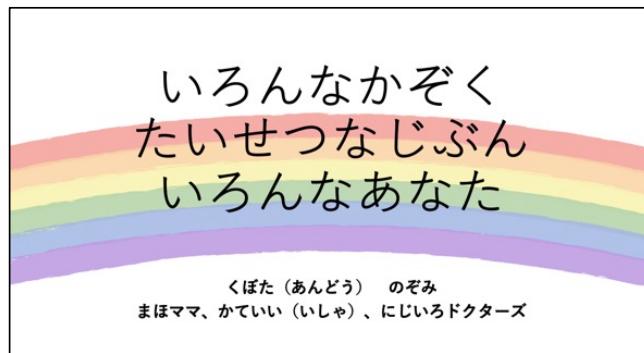
包括的性教育の実践 @保育園 年長クラス

自分の子どもが通う
保育園での実践

- ・人間関係
- ・心と体
- ・ジェンダー

多様性を知り、
尊重の仕方を知る

セクシュアルヘルスの
学びは医師として
一人の人として
生涯続きます



おうちのかたへ
～いろんなかぞく、たいせつなじぶん、いろんなあなた～のお話について

2025年2月18日 久保田(安藤) 希
まほ母・家庭医・にじいろドクターズ

今回のお話の
先生と一緒に実現しました。私自身が医療とLGBTQ/性の多様性、家族支援に関する仕事をしており、保育園で話すことで園の先生方や子どもたちの役に立てるかな、と思ったのがきっかけです。今回のお話のコンセプトは「包括的セクシュアリティ（＝性）教育」で、5-6歳の子どもにお話しするのは初めての経験でしたが、これから小学校に上がっていく子どもたちが「自分は自分のままで大切な存在だ」「いろんな違いがある仲間と快適に過ごす」「体と心を大事にする」きっかけづくりを意識しました。
本当はおうちの人も交えてお話しできたらよかったのですが、時間上叶いませんでしたので、お話の内容、ヒントになりそうな資料等をまとめてこのプリントにしました。今後こどもたちやおうちの方がハッピーに過ごせる何かのきっかけになれば幸いです。何かご意見・フィードバックがあればいただけたら幸いです。

フィードバックはこちらから→<https://EFJmsJL8Vg>

もしご家庭でも、地域でもお手伝いできそうなことがあれば、お声かけください。

資料目録：
1) さくらさんのみなさんにお話しした内容とその補足
①私の仕事2つ 家庭医、にじいろドクターズ
②いろんなかぞく
③たいせつなじぶん（からだとこころ）
④いろんなあなた すきはすき ちがっていいよ
2) 参考資料