

プレコン健診が始まります！

プレコンとは？

プレコン（プレコンセプションケア）とは、

男女ともに性や妊娠に関する正しい知識を身につけ、健康管理を行う取組と定義されています。

「成育医療等基本方針」より

プレコンは、子どもを持ちたい人もそうでない人にも、誰にとっても若いうちからの大切な取組です。

プレコン健診では、現在の健康状態のチェックを行い、生活や健康についてカウンセリングを行います。若い頃から自分のからだの状態をよく知ること、さらに少しでもよい状態にしておくことで、将来のライフプランを立てることができ、より豊かな人生につながります。



プレコン健診を受けて、将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合ってみませんか。

対象者は？

- 市内に住所がある中学生以上43歳未満の男性・女性

どこで受けられるの？

- 富士市立中央病院

費用は？

- 医師等によるカウンセリング 無料（自己負担なし）
- 検査 女性／プラン A：5,000 円・プラン B：4,200 円、男性／2,000 円
（希望による追加検査は自己負担あり）



健診内容は？



- 医師等によるカウンセリング・血液検査・尿検査等（詳細は裏面もしくは富士市ウェブサイトをご覧ください。）

※プレコンセプションケアに関する説明、栄養や生活の状況、生理周期、感染症、貧血、妊娠のしやすさなどについてカウンセリングや検査を行います。女性、男性ともに受診していただくことができます。

申し込み・健診の受診方法

1. 右記の QR コード、または富士市ウェブサイトからお申込みください。
2. 富士市立中央病院に事前に予約をしてください。
3. 申し込み翌月に健診票が郵送されますので、当日ご持参ください。

プレコンセプションケアのページ



● 検査項目について

女性プレコンセプションケア検査コース

※女性プランA・Bは、性交渉経験の有無の違い（Aは有、Bは無）

検査項目	判定項目	検査内容	プランA	プランB	検査の目的
身体測定	やせ・肥満度	身長、体重、BMI、体脂肪、体組成	○	○	身長・体重から現在の肥満度を測定します。 肥満は高血圧、糖尿病、不妊症と密接に関係します。 また、妊娠糖尿病、妊娠高血圧症候群などの妊娠合併症のリスクも上昇します。
血圧測定	血圧	収縮期血圧・拡張期血圧	○	○	血圧が高いまま妊娠すると、妊娠高血圧症候群などの妊娠合併症のリスクが高くなることが知られています。
婦人科検査	子宮・卵巣の形態評価	経膈超音波検査 経腹超音波検査	○	○	子宮及び卵巣に異常な所見がないかを調べます。
	感染症検査	クラミジア・淋菌PCR	○		最も多い性行為感染症です。無症状のことが多く、卵管炎・子宮頸管炎が知らない間に進行すると不妊症の原因になることもあります。
	子宮頸がん検査	子宮頸部細胞診	○		子宮頸癌検診です。 早期の段階で異常を見つけることが目的です。
尿検査	尿検査	尿定性、尿沈渣	○	○	慢性腎臓病の早期発見に有用な検査です。
血液検査	白血球	白血球	○	○	白血球数に異常がないか調べます。
	血小板	血小板	○	○	血小板数に異常がないか調べます。
	貧血	赤血球、血色素量、ヘマトクリット、MCV等	○	○	貧血の有無を調べます。貧血は女性に多い疾患ですが、妊娠するとさらに貧血に陥りやすくなります。
	凝固能	PT・APTT	○	○	凝固能に問題がないかどうか確認します。
	栄養	総蛋白、アルブミン・血清鉄等	○	○	栄養状態に問題がないかどうかを確認します。
	肝機能	総ビリルビン、AST、ALT、ALP、γGTP	○	○	肝障害の有無を調べます。
	腎機能・電解質	尿素窒素、クレアチニン、ナトリウム等	○	○	腎機能・電解質バランスを調べます。
	脂質代謝	総コレステロール、中性脂肪等	○	○	脂質異常症の有無を調べます。
	糖代謝	血糖、HbA1c・インスリン	○	○	糖尿病の有無を調べます。妊娠初期に母体の血糖コントロールが悪いと先天異常を合併する確率が高くなることが知られています。妊娠前に血糖コントロールを良好にしておくことが大切です。
	甲状腺機能	TSH、freeT4	○	○	甲状腺疾患の有無を調べます。
	ワクチン関連	風疹ウイルス抗体	○	○	先天性風疹症候群のように、妊娠初期に罹患すると生まれてくる赤ちゃんに先天異常を引き起こす可能性のあるウイルス感染症があります。ウイルス抗体価が低い場合には、妊娠前にワクチン接種することをお勧めします。
		麻疹ウイルス抗体	○	○	
		ムンプスウイルス抗体	○	○	
		水痘・帯状疱疹ウイルス抗体	○	○	
	梅毒	梅毒（RPR・TPAb）	○	○	妊娠中・出産中・出生後の母子感染予防や、対策のために重要です。妊娠前に治療することで胎児への影響を防げる感染症もあります。
	B型肝炎	HBs抗原定量	○	○	
	C型肝炎	HCV抗体定性	○	○	
	HIV	HIV抗体定性	○	○	高プロラクチン血症の有無を調べます。
	女性ホルモン	プロラクチン	○	○	
	卵巣予備能(卵巣年齢)	AMH（抗ミュラー管ホルモン）	○	○	卵巣の予備能を調べる検査です。簡単な血液検査で、卵巣に残された卵子の数の目安が分かります。

男性プレコンセプションケア検査コース

検査項目	判定項目	検査内容	ベーシックプラン	検査の目的
身体測定	やせ・肥満度	身長、体重、BMI、体脂肪、体組成	○	身長・体重から現在の肥満度を測定します。 肥満は高血圧、糖尿病と密接に関係します。 精子の数が低くなり、不妊症の原因にもなります。
血圧測定	血圧	収縮期血圧・拡張期血圧	○	高血圧は精巣機能低下や勃起機能障害との関係が指摘されており、血圧のコントロールも大切です。
尿検査	尿検査	クラミジア感染症	○	最も多い性行為感染症です。無症状のことが多く、治療が遅れ、精巣上体炎、精管炎のとなり、不妊症の原因になることもあります。
血液検査	ワクチン関連	風疹ウイルス抗体	○	先天性風疹症候群のように、妊娠初期に罹患すると生まれてくる赤ちゃんに先天異常を引き起こす可能性のあるウイルス感染症があります。ウイルス抗体価が低い場合には、妊婦の感染予防のために、パートナー・家族のワクチン接種をお勧めします。
		麻疹ウイルス抗体	○	
		ムンプスウイルス抗体	○	
		水痘・帯状疱疹ウイルス抗体	○	
	梅毒	梅毒（RPR・TPAb）	○	妊娠を計画する前に男性側が感染を知っていることで、治療・予防策を講じて、パートナーや胎児への感染リスクを軽減できます。
	B型肝炎	HBs抗原定量	○	
	C型肝炎	HCV抗体定性	○	
	HIV	HIV抗体定性	○	
	精液検査	精液検査	○	精液量・精子数・濃度・運動率などを調べます。