



若い世代の健康情報

輝く未来のためにカラダを知ろう

～あなた自身の人生のために知っておいてほしいこと

A4判／20頁 2025年3月発行
220円(税込)

※購入申込フォームからお申込み頂けます。

[→ 購入申し込みフォームへ](#)

10代、20代の若者たちは自分のカラダと健康についてどのくらいの知識をもっているだろうか。将来の夢を思い描きキャリアを積んでいく若い世代がライフプランを立てる際、健康管理、なかでも子どもをもつのに適した年齢や健康づくりは重要なテーマといえる。男女を問わず知っておくべき妊娠・出産に関する正しい知識・情報を医学的なデータを通してわかりやすく紹介している。はたちの集い等での配布など、“プレコン”（プレコンセプションケア）の普及・啓発に向けた情報発信にも最適な一冊。

目次

1 医学的な妊娠・出産の適齢期を知る必要性

2 リスクの少ない出産

医学的な妊娠・出産に適した時期

- ・男性も年齢とともに子どもをもつ能力が低下

3 生殖補助医療とは

- ・生殖補助医療の現状

4 若い世代の健康のための情報

もっとすてきな自分に、そして未来の家族のために