



# 戸山には「産婦人科学校医」がいます。

令和6年度  
保護者会 資料

戸山高校専属の産婦人科学専門医が生徒・保護者の相談に応じています。



■ 令和5年度から戸山高等学校は「都立高校の産婦人科医を活用したユースヘルスケア事業」のモデル校に指定され専任の産婦人科医師が配属されました。令和5年度は23名の生徒さんの相談と2回のミニ講演会を開催しています。

■ 高校3年間は男女問わず、心身ともに「性の成長・発達」が活発な時期です。けれども残念ながらこれまで生徒の性に関する知識をサポートする仕組みはとても脆弱でした。一番大事な月経についての知識が乏しいまま月経痛や月経前症状、月経不順に苦しみ高校生活が不自由になってしまったり、無月経、妊娠が疑われる状況にもかかわらず相談するルートがなく、高校生が孤立し学習の機会が奪われてしまうこともあります。

■ 日本の産婦人科も若い人々に適切な医療・知識が届かない状況に大きな危機感を抱いており、令和5年度から東京都教育委員会と東京都産婦人科医会が先陣を切って都立高校に専属の産婦人科医を配置する事業をスタートさせました。これからは保護者の皆様、先生方と協力しながら、生徒一人ひとりの性の悩みに向き合える環境を整えてゆきます。

## 令和6年度 産婦人科学校医 講演会のお知らせ

日時：令和6年7月6日（土）15：00～16：00

場所：本校大会議室 [申し込みフォーム](#)→

内容：

高校生活中に知っておきたい！

「月経諸症状の対処法と  
大人になっても役立つ  
子宮・卵巣の病気の知識」



生徒さん、保護者の方、一緒にどうぞ。

## 学校医の役割

### 保健指導

個別・集団で保健指導を実施します。最初は、女子生徒の月経指導や男子女子生徒の性の悩みなどを、希望者を対象に保健指導を行います。

数人の生徒を集めたワークショップやグループ学習などを、学年スケジュールを調整しながら企画してゆきたいと考えています。

### 健康相談

生徒一人ひとりの心身のトラブル、悩みについて、個別相談をおこないます。月1回、保健室でお待ちしております。またオンラインでのご相談も受け付けます。

保護者の方の同席も可能です。産婦人科に行きたいけど、ちょっと・・・という時はご相談ください。必要であれば適切な医療機関の受診を橋渡ししてゆきます。

### 健康教育

思春期の課題について、教育の機会を充実してゆきます。

- ・生徒を対象とした講義、資料作成
- ・保護者を対象とした講演会
- ・高校生世代の悩みや今日の課題についての教職員向け研修会
- ・学校の実態に基づいた教育活動支援

などを行ってまいります。

## 産婦人科学校医

### 力武 崇之

(りきたけたかゆき)  
が担当します。



■ 戸山高等学校卒（平成9年）  
産婦人科専門医 母体保護法指定医 医学博士  
新宿区の『四谷川添産婦人科』の副院長  
東邦大学医療センター大森病院 非常勤講師

■ 戸山を卒業後、早稲田大学政治経済学部政治学科に入学。「患者の権利と自己決定権についての政治過程と倫理学」を中心に、哲学、政治学、公共政策論を学ぶ。早稲田大学卒業後、東邦大学医学部を経て東邦大学医療センター大森病院産婦人科勤務。現在非常勤講師。

令和2年から実家の四谷川添産婦人科に戻り、妊娠・出産の周産期診療と、思春期から成熟期、更年期、老年期の婦人科・ヘルスケア診療を行っています。

■ 戸山高校時代の夢は藝大に入学して日本画家になること。高校時代の部活は山岳部（部長）、天文気象部、アマチュア無線部。高校時代の一番の思い出は、将来について真剣に相談できる友達と先生の存在。思い出したくない記憶は、美大志望なのに数Ⅲ・Cの授業があり、物理の再試験を5回も受けたこと。（後で役に立った）

## 自己管理できるように、丁寧に保健指導を行います

健康相談は病院の外來診療・診療ではありません！

学校生活で困っている事柄と一緒に向きあい、必要な知識を学び、大人になっても活かせる学びの場（性教育）として活用してゆきます。

たとえば・・・

### 「生理が重くて・・・」

月経周期や月経期間、痛みの度合い、性質などについて、明確にしてゆきます。

保健体育で学んだ解剖や月経とホルモンの生理学の知識をおさらいし、いま、どういうことが身体で起きているのかを、医学部の生理学の内容も取り入れて、一緒に学んでゆきます。基礎体温計測や、ときに宿題を出すかもしれません。

症状に対処するための治療の選択肢を挙げてみて、自分の学校生活や就学状況に最も適した治療が何なのかを、一緒に考えます。

必要であれば、必要な医療介入を提供する、適切な医療機関をご紹介します。

### STEP 1 症状を言葉に変換する

身体の悩みやトラブルを言葉に置き換えるリテラシーはとても重要です。無月経という言葉を知らないと、妊娠に気づくことができないのです。



### STEP 2 症状を知り、理解する

生理痛もさまざま。生活習慣の改善が重要なとき、漢方薬や鎮痛薬が良い場合、ピルで排卵を抑える必要がある場合など。決めつけずに一緒に考えてゆきます。

### STEP 3 検査や治療を知る

インターネットで簡単に知識を得られる時代。けれども大事なのは、自分の生活状況で一番適切な治療は何か？一緒に考えてみましょう。



男子・女子問わず、  
性に関する悩みがあるときは  
一度お話を聞かせてください。

成長・発育についての相談

- 月経初来（初潮）や精通について
- 二次性徴（乳房・外性器の発達）について
- 恋愛・人間関係について
- その他（

月経についての相談

- 月経痛
  - 不正出血
  - 月経前の体調不良
  - おりものが多い
  - ピルについての質問、ピル内服中のトラブルなど
  - 月経を移動する方法について
  - 生理用品について（種類・方法・トラブル）
  - 基礎体温のつけ方について知りたい
  - その他（
- 月経不順
  - 月経の量が多い・少ない
  - 月経中の体調不良
  - 外陰部の痒み、皮膚の悩み
- 無月経（月経が来ない）
  - 月経の日数が長い・短い
  - 月経中の気持ちのトラブル

ワクチンに関する相談

- 子宮頸がんワクチン・子宮頸がん・HPV（ヒトパピローマウイルス）について知りたい

外性器（男女の外陰部や乳房）についての相談

- 外性器の形や病気についての相談
- おりものや痒み、皮膚の相談
- 乳がん、子宮頸がん、子宮がん、卵巣がん、陰茎がん、精巣がんについて



避妊の相談

- 避妊方法（ピルやコンドーム、子宮内避妊具など）について知りたい
- 緊急避妊ピル（アフターピル）について知りたい
- 中絶について知りたい、相談したい
- その他（

性感染症の相談

- 性感染症の感染経路や症状について知りたい・相談したい
- 性感染症予防と治療について知りたい・相談したい
- その他（

性行為について

- 正しい性交渉について知りたい
- 自慰行為について知りたい
- その他（

妊娠・不妊についての相談

- 自分が妊娠できるかどうか調べる方法を知りたい
- 男性・女性のホルモンについて知りたい
- 将来の妊娠に向けての準備（プレコンセプション・ケア）について知りたい
- 妊娠、出産・不妊症・不妊治療ってどんなものか知りたい
- 市販の妊娠検査薬の使い方について知りたい
- 市販の排卵検査薬の使い方について知りたい
- その他（

LGBT、SOGIについての相談

- 性別違和・性自認・性的指向についての悩み・相談
- ジェンダーについての悩み・相談
- 家族には言えない悩み・相談

その他

- 医学部ってどんなところか知りたい
- 上記以外の誰にも言えないことの相談
- その他（
- 医者の仕事ってどんな仕事か教えて！