

**岩手県奥州市と TOPPAN エッジ、  
プレコンセプションケア事業協力に関する協定を締結**  
将来の妊娠・出産に備えた健康管理や若い世代の健康増進を目的に  
市民サービスの拡充や教育プログラムを実施

岩手県奥州市(市長:倉成 淳、以下 奥州市)と TOPPAN エッジ株式会社(本社:東京都港区、代表取締役社長:齊藤 昌典、以下 TOPPAN エッジ)は、若い世代が将来の妊娠・出産や性に関する正しい知識を身に付け、健康管理に活かす「プレコンセプションケア」の事業協力に関する協定を、2025 年 7 月 14 日に締結しました。奥州市と TOPPAN エッジは、本協定に基づき相互の連携強化を図り、共同で奥州市のプレコンセプション事業を推進します。

本協定によるプレコンセプションケア事業の第一弾として、国立研究開発法人 国立成育医療研究センターが提供する「プレコンノート(※1)」に沿った教育プログラムを、2025 年 8 月末から約 3 か月間、共同で実施します。本プログラムでは、TOPPAN エッジが提供する女性特有の温度リズムを自動計測できるヘルスケア IoT サービス「わたしの温度®」を活用し温度リズム計測を行います。さらに、奥州市の婦人科医や助産師、栄養士などの研修により、妊娠・出産、性に関する正しい知識や生活習慣の見直しなどの重要性を伝えます。日々の状態把握がしやすい「わたしの温度®」の活用により、自分自身と向き合う頻度を上げ、研修による学びの効果の持続性向上を図ります。

本取り組みを通して、妊娠・出産や性を自分自身に関わることとして捉える重要性や、成年に達する前後の若い時期から健康的な生活習慣を築くことの大切さを発信し、個人の意向にそったライフプランの実現や健康増進、健康社会の実現を目指します。



## ■ 協定締結の背景・概要

「コンセプション(Conception)」は「受精」を指し、「プレコンセプションケア」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を意味します。2006 年に米国疾病管理予防センター(CDC)が提唱した概念で、2012 年には世界保健機関(WHO)が「妊娠前の女性とカップルに対する医学的・行動学的・社会的な保健介入」と定義しました。日本では、2021 年 2 月に閣議決定された成育医療等基本方針において、「男女を問わず、性や妊娠に関する正しい知識の普及と健康管理の促進」を行うことが明記され、プレコンセプションケアの推進が成育医療の基盤構築として位置づけられました。また、2025 年 5 月には、こども家庭庁が「プレコンセプションケア推進 5 か年計画」の案をまとめるなど、注目が高まっています。

奥州市では、若い世代の健康管理・健康増進を目的に、HP での情報発信や思春期の子どもたちを対象とした保健講話事業など、プレコンセプションケア事業を積極的に推進してきました。

TOPPAN エッジは、妊活や女性特有の健康課題の改善のサポートを目的に、「わたしの温度®」や、「わたしの温度®」を活用した企業向けフェムテック(※2)サービス「わたし新発見プログラム®」(※3)を提供しています。

奥州市と TOPPAN エッジは、本協定に基づき相互の連携強化を図り、共同で奥州市のプレコンセプションケア事業を推進します。

## ■ 2025 年度プレコンセプションケアプログラムの概要

本プログラムは、国立研究開発法人 国立成育医療研究センターが提供する「プレコンノート」で示されている、プレコンセプションケアを学び実践するための 5 つのポイント「Action1:いまの自分を知らう」「Action2:生活を整えよう」「Action3:検査やワクチンを受けよう」「Action4:かかりつけ医を持とう」「Action5:人生をデザインしてみよう」に沿って実施します。

|                                |                                                                                                                      |                                                                                                           |                                                                             |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| テーマ<br>(「プレコンノート」<br>5 つのポイント) | 「Action1:いまの自分を<br>知らう」<br>「Action2:生活を整えよ<br>う」                                                                     | 「Action3:検査やワクチン<br>を受けよう」<br>「Action4:かかりつけ医を持<br>とう」                                                    | 「Action5:人生をデザインして<br>みよう」                                                  |
| 対象者                            | 奥州市在住の男女約 40 名(18 才～35 才を想定)<br>うち女性 20 名が、「わたしの温度®」を利用                                                              |                                                                                                           |                                                                             |
| 期間                             | 2025 年 8 月末<br>1 回目実施予定                                                                                              | 2025 年 10 月<br>2 回目実施予定                                                                                   | 2025 年 11 月末<br>3 回目実施予定(オンライン)                                             |
| 内容                             | 「わたしの温度®」のデバ<br>イス&ナイトブラを用いた<br>温度計測を体験。からだ<br>の周期やホルモンバラン<br>スの変化を確認する。保<br>健師・助産師などによる<br>栄養や体の仕組みなど<br>に関する研修を実施。 | 産婦人科医が講師となり、<br>妊娠・出産、性に関する正<br>しい知識や生活習慣の見直<br>し、妊娠前の抗体検査、<br>HPV・風疹ワクチン接種の<br>重要性など、自分自身と向<br>き合う研修を実施。 | 「プレコンノート」を参考に、理<br>想の人生デザイングラフを描<br>く研修を実施。描いたプラン<br>を実現するために必要なこと<br>を考える。 |

## ■ 今後の展開

本協定により、奥州市と TOPPAN エッジは、2025 年度にプレコンセプションケアに関するプログラムの開発および第一弾となるプログラムの実施、有効性検証を行い、2026 年度にはより対象者を拡大しプログラムを本格導入する予定です。本取り組みを通じてプレコンセプションケア事業を推進し、奥州市における個人のウェルビーイング推進に寄与します。

## ■ 参考:「わたしの温度®」とは

専用ナイトブラにデバイスをつけて就寝することで、衣服内の温度を測定し、女性特有の高温期・低温期などの温度リズムを手間なく簡単に把握できるヘルスケア IoT サービスです。日々の温度リズムの見える化に加え、生理・排卵日の予測、妊娠のしやすさの予測を行うとともに、その日のコンディションに 応じたアドバイスを表示します。

サービスサイト URL: <https://watashino-ondo.toppan-edge.co.jp/>

※1 プレコンノート:

プレコンセプションケア（プレコン）を初めて聞いた方でも実践できるように、プレコンセプションケアのポイントを学びながら「5つのプレコン Action」を起こす準備をするための知識や具体的な方法を学ぶためのノートです。

<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/preconnote/>

※2 フェムテック:

「Female(女性)」+「Technology(技術)」の造語で、生理や更年期など女性特有の悩みを先進的な技術で解決すること。

※3 「わたし新発見プログラム」:

「わたしの温度®」に行動変容研修やオンライン医療相談サービスを組み合わせ、月経随伴症状など女性特有の健康課題の改善や労働パフォーマンス向上をサポートする、企業向けフェムテックサービスです。

\*「わたしの温度®」は体温計(医療機器)ではなく、疾病の診断、治療又は予防に使用されることを目的とするものではありません。衣服内温度データを利用して自己の健康管理をサポートするヘルスケア IoT サービスです。

\* 本ニュースリリースに記載された商品・サービス名は各社の商標または登録商標です。

\* 本ニュースリリースに記載された内容は発表日現在のものです。その後予告なしに変更されることがあります。

以 上

<報道に関するお問い合わせ先>

- ・岩手県奥州市  
岩手県奥州市 健康こども部健康増進課  
TEL:0197-34-2524 / MAIL:kenkou1@city.oshu.iwate.jp
- ・TOPPAN ホールディングス株式会社 広報部  
TEL:03-3835-5636 / MAIL:kouhou@toppan.co.jp