

**いけんひろば
「スマート保健相談室」について
報告資料**

2025年1月17日（金）～2月2日（日）アンケート開催

2024年度「こども若者★いけんぷらす」事業

いけんひろばの概要 p. 3

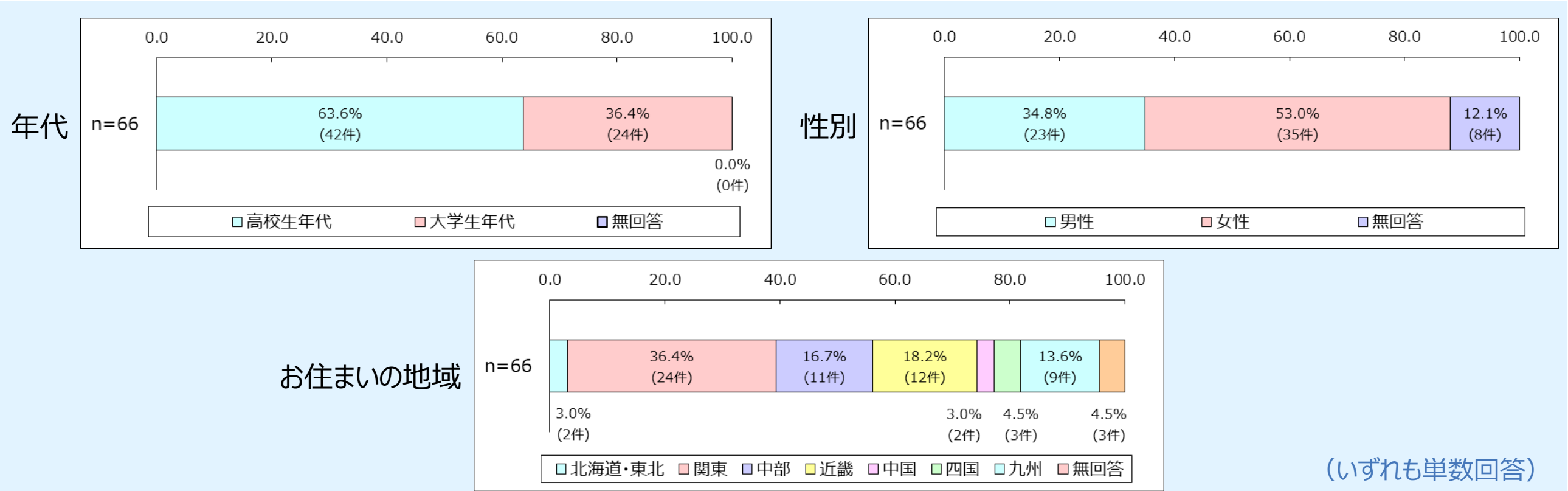
いけんひろばでいただいた意見 p. 4



いけんひろばの概要

テーマ	「スマート保健相談室」について
担当省庁	こども家庭庁
テーマ説明	現在、こども家庭庁では、「プレコンセプションケア：男女を問わず、性や健康に関する正しい知識の普及を図り、健康管理を促すこと」に取り組んでいます。 その取組の一つとして、令和４年３月に、若者向けの、性や妊娠などに関するオンライン健康相談支援サイトとして「スマート保健相談室」を公開しました。 今後、みなさんにとって「スマート保健相談室」が、よりよいサイトになるためには、どのような工夫が必要だと思いますか？
参加対象者	「こども若者★いけんぷらす」の「ぷらすメンバー」に登録している方のうち、高校生年代～大学生年代※の方 ※ 令和７年４月１日時点、16歳から22歳になる方
開催日時 回答件数	- 開催日時：令和７年１月17日（金）～２月２日（日） - 回答件数：66件

アンケート回答者の属性



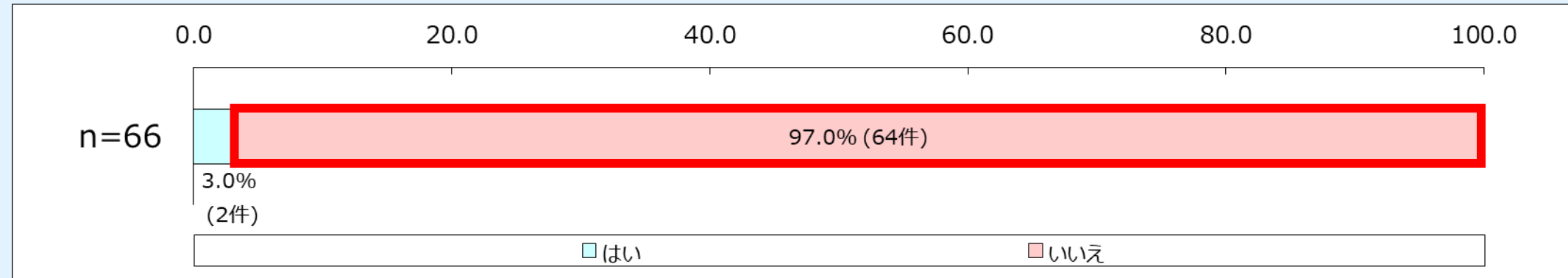
(いずれも単数回答)

1. プレコンセプションケアについて

「プレコンセプションケア」という言葉を知っていましたか。

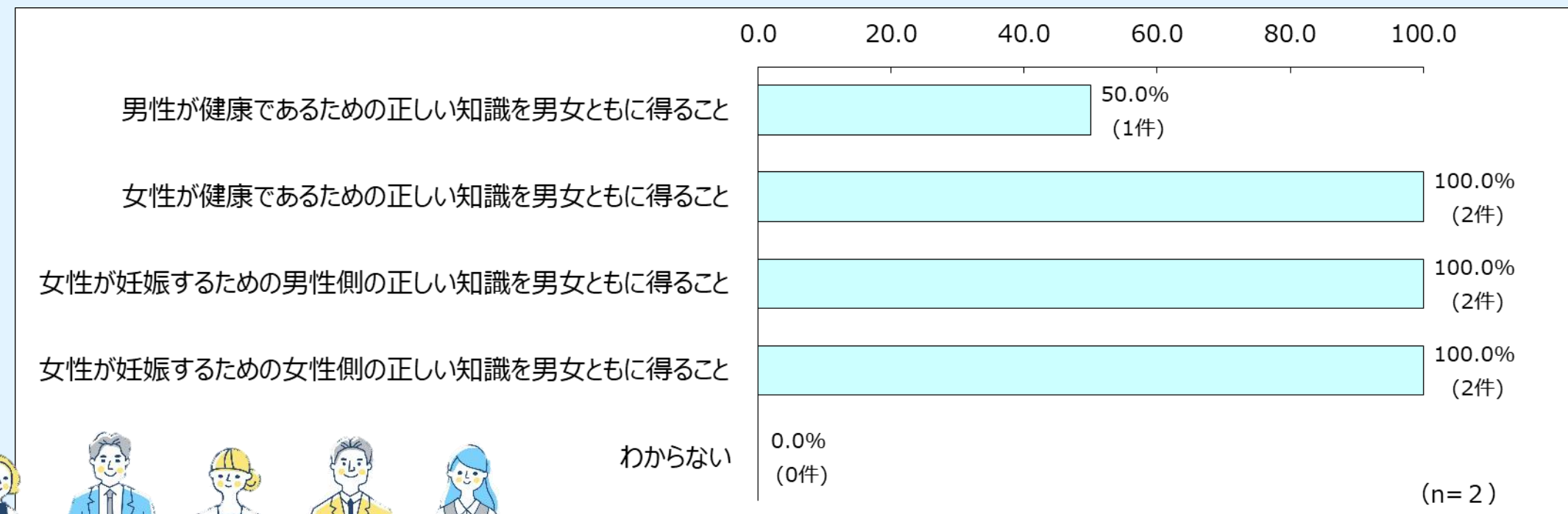


- 9割以上の方が「いいえ」と答えました。



(単数回答)

(上の設問に「はい」と回答した方のみ)
「プレコンセプションケア」をどのようなものと捉えていますか。



(複数回答)

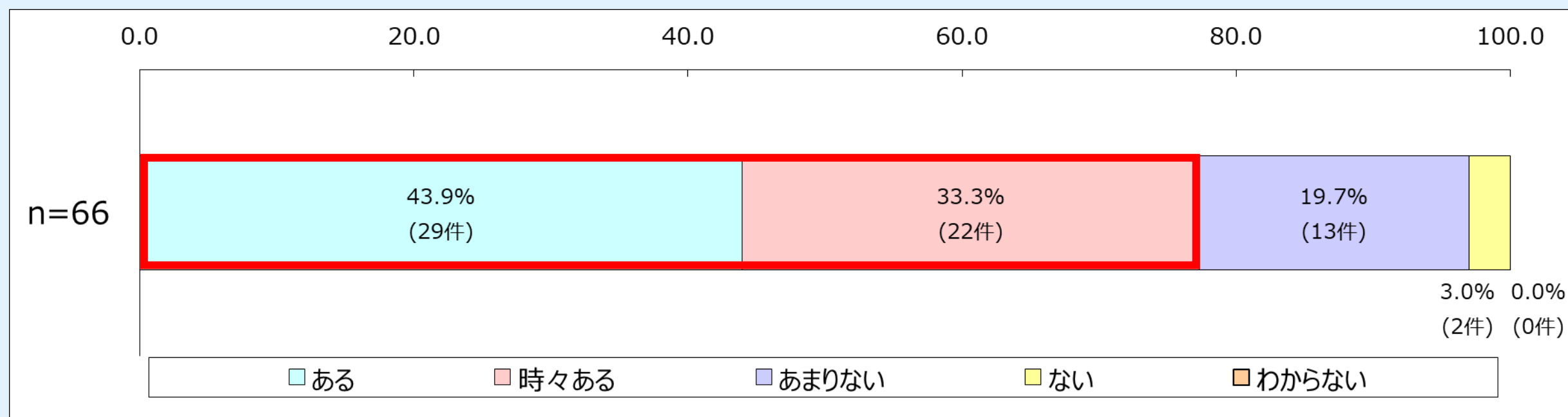


2. からだや性・妊娠などの健康に関する情報について

普段、からだや性・妊娠などの健康に関する情報を知りたいと思うことはありますか。

例) 生理が重い、性行為について 等

- 約8割の人が「ある」または「時々ある」と答えました。



(単数回答)



2. からだや性・妊娠などの健康に関する情報について

からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、自分事として「大切だ」「もっと知りたい」と感じた出来事やニュースはありましたか。また、その出来事やニュースを通して考えたことは何ですか。

予期せぬ妊娠や避妊に関する出来事やニュース

- **中高生の妊娠**をニュースで見たり聞いたりした時。
- ニュースで、**中絶を経験した人のインタビュー**を見たことがある。同年代として、妊娠や中絶は思っていたよりも身近なものだと実感した。
- 若い世代の間で、望まない妊娠をしてしまい、**堕胎せざるを得ない状況になってしまう**こと。本来、命の誕生はとても喜ばれるべき尊きことなのに、誰からの愛をもらわずにこの世を去ってしまった小さい命にととても胸が痛くなった。
- 望まない妊娠であったりなどそういうことで産まれてくる子どもを里親に育ててもらったりなどの政策がされている中で自分は**どのような政策があるのか**と言った知識や**未然に防ぐ方法をあまり知らない**ように感じた。
- 避妊などについて自分が**正しく十分な性教育を受けてこなかった**ことを実感したとき。
- **年間の中絶者数のグラフ**を見てどのような経緯から中絶に至ったのか、その**原因と解決するための政策**について詳しく知りたくなった。
- **性病の危険性**や、**妊娠の身体的負担**を聞いて、不安に思った。
- 性行為後72時間以内に使える**アフターピル**があるということ。
- コンドームは性感染症予防のためであり、**避妊の失敗率は思ったよりも高い**と知ったこと。
- **女性が性行為を断ること**について取り上げられていた時。

性犯罪・性暴力に関する出来事やニュース

- インターネット動画で**性的虐待**について知った。もし自分が小学生・中学生の時、性被害に遭ったとしたらそもそも何をされてるのか理解できなかったと思う。乳幼児でも性被害には遭うそうなので本当に**小さな頃からの性教育が必要**だと痛感した。
- 性被害のニュースを見て、実際に自分が**被害に遭った場合、どうするべきなのか**は被害に遭わないようにするのと同じくらい大切だと感じた。

性教育に関する出来事やニュース

- 中学の時、**性教育が無くそのまま卒業した**事。
- **アメリカでは性教育が重視**されており、男女混合の場で「細かな事柄」まで性に関する授業が展開されていると聞いた時。



2. からだや性・妊娠などの健康に関する情報について

からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、自分事として「大切だ」「もっと知りたい」と感じた出来事やニュースはありましたか。また、その出来事やニュースを通して考えたことは何ですか。

生理に関する出来事やニュース

- ・ 貧困でナプキンが買えない人がいるというニュース。
- ・ 生理が重く周期も不安定だったが、母に相談しても「若いから安定しない」と言われ1番身近な女性として納得したが、いざ病院を受診すると子宮内膜症になりやすい状態だった。母は生理が軽く、動けなくなるなどしない人だったので**女性だからといって正しい知識を持っている訳ではないと実感**した。
- ・ 姉が二人いて、それぞれ**生理痛も違いがあった**こと。

ジェンダーに関する出来事やニュース

- ・ 世界史でジェンダー史を学んだ時。
- ・ LGBTQ+。
- ・ ジェンダーレストイレ。

その他の出来事やニュース

- ・ 発達障害の当事者なのですが**発達障害の性などの保健の本が少なかった**こと。教育福祉機関で性の話題をもっとするべきと思った。
- ・ **マスターベーション**。(男子、女子どちらも。)
- ・ **おりものの対処法**、自分のおりものの量が正常なのか、いつから付けてる人が多いのか、下着が濡れてしまった場合どうしたらいいのかが分からなかった。
- ・ **子宮頸がんワクチンの接種が進んでいない**こと。また、それがマステディアによる報道によるものであり、薬害が存在するのか存在しないのか広く周知されていないこと。
- ・ **旧優生保護法の違憲判決**について。



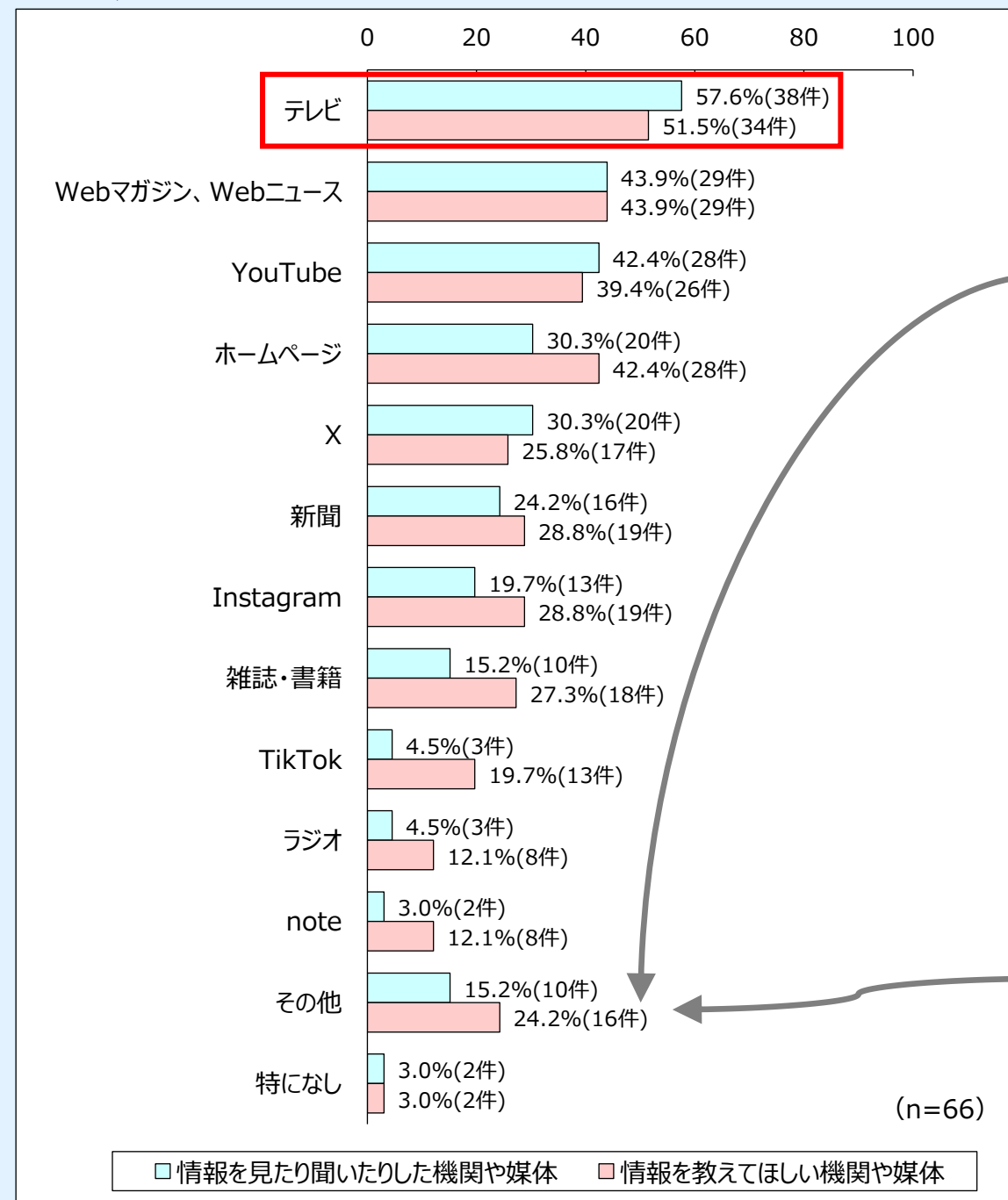
2. からだや性・妊娠などの健康に関する情報について



からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、どのような機関や媒体で見たり聞いたりしたことがありますか。

実際に、からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、どのような機関や媒体で教えてほしいと思いますか。

- いずれも「テレビ」(それぞれ57.6%、51.5%) が最も多く選ばれました。
- ホームページ以下の項目はいずれも「情報を見たり聞いたりした機関や媒体」より「情報を教えて欲しい機関や媒体」の割合が多い結果となりました(「特になし」を除く)。



見たり聞いたりしたことがある機関や媒体
<その他の意見>

- 教科書
- 学校の保健の授業、講話
- 大学教授
- 産婦人科の先生
- 看護師による講演
- 妊婦さん
- 家族
- 母が看護学校へ通っていた時の教科書
- 友達
- 児童・若者の福祉分野を調べている時

教えてほしい機関や媒体
<その他の意見>

- 学校、教育機関
- 学校の授業
- 学校の教科書
- パンフレット、リーフレット
- ポスター

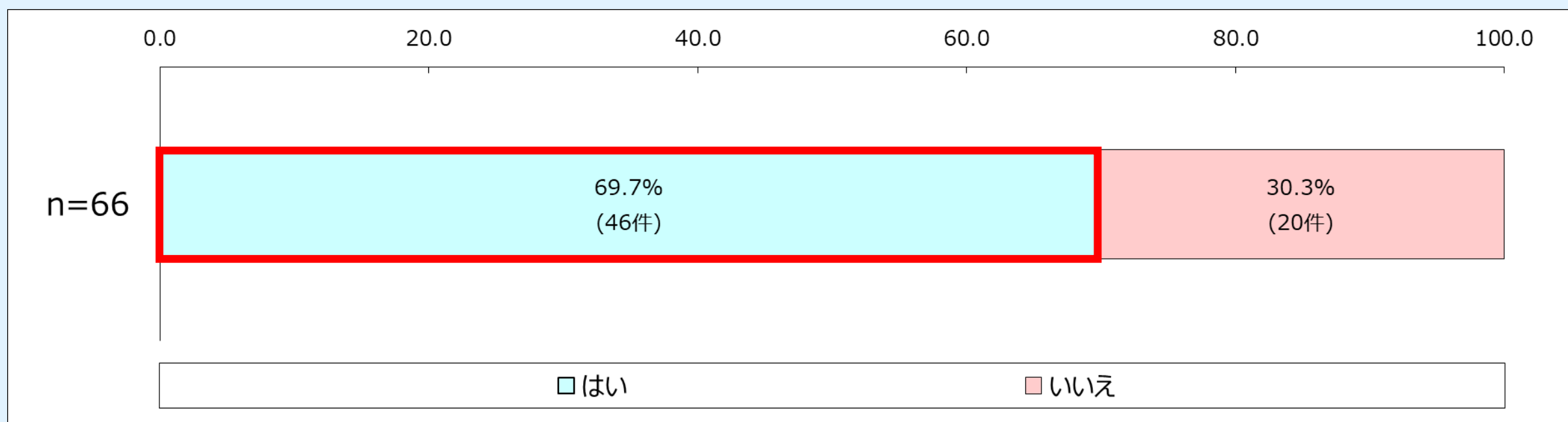
(複数回答)

2. からだや性・妊娠などの健康に関する情報について

情報が氾濫していて、からだや性・妊娠などの健康に関する正しい知識をどこで得ることができるのか（そもそもあるのか）がわからない、といったことはありますか。



- 約7割の人が「はい」と答えました。



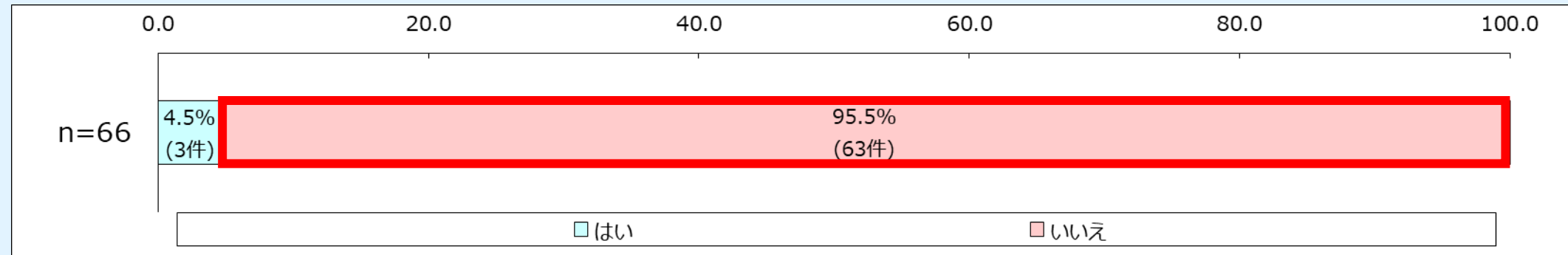
(単数回答)



3. 「スマート保健相談室」について

「スマート保健相談室」というサイトを知っていましたか。

- 9割以上の人「いいえ」と答えました。



(単数回答)

スマート保健相談室では、様々な「相談窓口」を掲載していますが、今後、どのような「相談窓口」があるとよいですか。

日時/場所等を問わずに相談できる窓口

- チャット形式で相談出来る窓口。
- SNS等の匿名で相談できる窓口や24時間対応している窓口。
- 生成AIなどの人間相手ではない相談窓口（生成AIは否定的な言動をとることが少なかったり、非常識的なことを言ったからといって否定されることが少ない、またリアルタイムで回答してくれるから利便性が高い）。
- 匿名グループチャットでみんなの悩みを投稿し、同感したり、意見を聞ける場所。特に同世代の悩みだと自分1人と悩まなくなりそう。



事項に特化した窓口

- 性暴力や、デジタル性暴力専門の相談窓口。
- 性感染症にまつわる予防法や対策、検査法などに関する相談窓口。
- 性感染症の検査を自治体で受けたい時の大まかな流れや生活上の注意、兆候など。
- セクハラに関する相談窓口。
- 被害者の事後カウンセリングをしてくれる相談窓口。
- からだや性・妊娠などによる相談。
- 心の健康に関する相談窓口。
- パートナーへの依存、または共依存についての相談窓口。
- 家庭内性暴力に遭ったときの相談窓口（ふりがな対応）。
- 「人生の先輩に聞く、こどもを持ちたいと思った年齢、また相手にそれを伝えた時期・伝え方」など、体験談が得られる相談窓口。



3. 「スマート保健相談室」について

スマート保健相談室では、様々な「相談窓口」を掲載していますが、今後、どのような「相談窓口」があるとよいですか。（続き）

誰もが利用できるユニバーサルな相談窓口

- **LGBTQ+等のセクシュアルマイノリティ**や、**日本語以外の言語を話す人、障がいを持つ人**なども使える相談窓口。
- **男性向け**の相談窓口。
- **こども向け**の相談窓口（ふりがな対応）。
- **どこに相談していいかわからないときのための、どこに相談すべきかを相談できる**窓口。

その他

- **公的機関以外の法人格を有する**相談窓口（NPO法人や一般社団法人など）。

スマート保健相談室を今後さらに活用してもらうためには、情報を掲載する以外に、どのような方法であれば「相談窓口」を活用しやすかったり、活用したいと思ったりしますか。

様々な場での周知

- **学校での周知や事業でとりあげてもらう。**
- **カード**などを公共のスペースのトイレなどに置いたり、学校で配られるような体制を作ると気軽に連絡してみたいと思う。
- 学校で配布される**タブレットにスマート保健相談室のアプリ、サイトをいれる。**
- **病院や交通機関**などでQRコード付きのポスター掲示。
- **病院の先生**から勧められたら。
- **様々な団体と協力**して街頭広報活動を行う。



SNS等の活用

- **SNS**を通して積極的に情報を発信していく。
- SNSで#性暴力 性被害 性的虐待、などで調べたり投稿したりしたら**自動でスマート保健相談室に繋がる**ようにする。
- スマート保健相談室の利用の最大の障壁はその存在自体を知らないことにあると思うので性に関することや中絶に関して**検索した際に1番上に表示される**ようにする。
- SNSのインフルエンサーとコラボを行い、**若年層への広報活動**を行う。



3. 「スマート保健相談室」について

スマート保健相談室を今後さらに活用してもらうためには、情報を掲載する以外に、どのような方法であれば「相談窓口」を活用しやすかったり、活用したいと思ったりしますか。

サイト内の記載充実

- ホームページを**あたたかいデザイン**（暖色を基調とするなど）にすると、安心できそう。
- **どんな相談窓口なのか**（主なターゲットはどんな層か、解決するのか、話を聞くのか、など）を**詳しく明記**する。
- そもそも**性暴力が何か**こどもでもわかりやすく説明してある。
- 相談した時に、**誰がどのように対応してくれるのかサイトの最新の方に大きく書いた**方が良いと思う。
- **ゲーム**感覚（近年ニュースになることが多い「避妊」に関するクイズなど、未成年がどれだけ性行為に対する正しい知識を持ち自制をかけられるのかを試せるコンテンツを用意すると面白いかもしれない）。
- 相談したらどうなるのか**実体験をもとにして流れ**を書いてほしい。



より効果的な窓口の設置

- スマート保健相談室に掲載されている中から、相談機関を選ぶのが面倒くさいので**地域に関わらず何でも相談を寄せられるSNS上の窓口**があれば便利だと思う。
- 生成AIなどの**人間相手ではない**相談窓口（人間相手でなければ比較的安心できるのではないか、また、質問に対してリアルタイムで回答してくれるなど、人間のとの対話よりメリットは大きい気がする）。また、URLを送って「このサイト正しい？」みたいにしたら「☑ はい、正しいです。なぜなら、....」みたいにしてくれる感じのAIがあったら有意義なのでは。
- 相談室から**直接診療機関などにメールを送れる**ような窓口があると手軽に相談しやすい。
- **手紙などでのやりとり**もできるようにもするべき。（加害者が電子機器をチェックしていたら被害者の身に危険が及ぶ恐れがあるから。）
- 相談した時に、**誰がどのように対応してくれるのかサイトの最新の方に大きく書いた**方が良いと思う。



3. 「スマート保健相談室」について

スマート保健相談室では、「正しい知識Q&A」を掲載していますが、現在掲載されているQ&Aも含め、からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、知りたい知識や疑問があれば具体的に教えてください。



月経に関する情報



- **生理**について。
- 「月経の悩み」という題名だけでなく、そこに「**月経にあわせて出る心の不調**」も含まれていることを明記してほしい。

性行為や性欲に関する情報

- **コンドームの正しい使い方**。
- 避妊方法や初めての性行為で気をつけること、**性行為の正しい知識**。
- 性交渉や自慰などの**年齢別経験率**。
- **マスターベーションの正しい方法**。(男子、女子ともに。)
- 性行為に関する**アフターケア**について。(女性の妊娠を知ったときに逃げて連絡が取れなくなる男性がいるのも問題なのでその点に関して。)
- **性欲の強弱**について。

成人向けコンテンツに関する情報

- 周りでは中学生でAVを見始めた人が多かったので**AVとリアルの違い**、実際にしたら何の罪に問われるのかなど。
- **成人向けコンテンツがなぜ未成年の時は触れないほうが良いのか**の説明。(法で決まっていることなど、ネットで詐欺に遭う事例に説明の時ぐらいしか成人向けコンテンツのことが出てこないから。)

セクシャルマイノリティに関する情報

- LGBTQ+は**どこの病院に行けばいいのか**、LGBTQ+の全般、改名したいとか手続きとか何歳から1人で治療ができるとか。
- これからの世代へ繋げていくためにも**LGBTQ+とは何か**という知識を掲載することで、より理解する人が多くなり生きやすくなる。
- LGBTQ+について、今は多様性の時代と言われさまざまな人がいる。**性の違和感また違和感を持つ人の周りの人への正しい情報や安心できるもの**もあればいいのではと思う。

その他

- **妊娠後の男性側がすべきサポート**。(親に聞く或いはネットに転がっているようなありきたりな事柄でもいいが、産婦人科などの医療関係者のアドバイスを直接聞きたいのが一番。)
- **性病や性器に関する病気全般**の掲載。また、これらの治療にかかる費用など。
- **恋愛関係**に関する記載。
- 生理のところで、婦人科に相談しようと思った。知りたい情報ではない。結局、婦人科なんだと思ってしまう。**スマート保健相談室の意味がない**。
- 同じ性別の友達同士で**性について話す時**、小さい兄妹と話す時にどうすれば良いか。

3. 「スマート保健相談室」について

その他、スマート保健相談室のサイト内に、どのようなコンテンツがあれば見たいと思いますか。

専門家による正しい情報

- 闇雲にコンテンツを増やすのではなく、公的機関として中立、**正確な情報**を**学術的な根拠**を示して届けて欲しい。

妊娠や避妊に関するコンテンツ

- 緊急避妊のための診療を受けられる**産婦人科の医療機関一覧**を地図にして近くのどこにあるのかわかりやすいようなものがほしい。
- **妊娠のサイン**。
- 正しい**避妊方法**。

性行為や性欲に関するコンテンツ

- **性行為の指南**、又はリスク・注意点など。
- **自慰行為、ポルノとの付き合い方**に関する記載が全くないのが気になった。

からだの知識に関するコンテンツ

- **異性の体に関する知識**を紹介するコンテンツ。（例）男性向けの生理に関する情報コンテンツ。
- **男性視点から、性器に関して**どの年齢でどのかたちが理想なのか。（包茎など、よく耳にするが実際のところわからないことだらけ。解決してくれる正しい知識が欲しい。）
- **生理周期が分かる、記録できる**コンテンツ。運動や食、睡眠なども合わせて記録できるとよい。

動画

- 実際に**医師などが解説している動画**などがあればより効果的だと思う。
- 性やからだ、妊娠などの**教育番組や動画**（YouTubeなど）。
- こどもから学生、そしてこどもがいる親のための**気軽に見れて学習出来る**、またどのように性教育をするか**困っている親のための動画**があるといいと思う。



3. 「スマート保健相談室」について

その他、スマート保健相談室のサイト内に、どのようなコンテンツがあれば見たいと思いますか。（続き）

性犯罪・性暴力に関するコンテンツ

- **性暴力について。**
- 家庭内や学校、習い事の先生から**被害にあったときの相談先。**
- **児童相談所や警察について。**
- **友だちが性被害に遭ったときどうするべきか。**

体験談

- 実際に**利用した人が病気を早期発見**できたり、**性トラブルが解決**した体験談。
- 実際に相談した人の体験談を集めたページがあったらいいと思う。**相談したらどんな風に生活が変わるのか**、あまり知られていないから。

その他

- **性被害は加害者が100%悪い**ことを強調してほしい。
- 学校の教員でもない、**本当に伝える事が出来る人を学校に送り込む**といい。
- 競合するサイトと比べると、**全体的にコンテンツ量が少ない**ように感じる。
- **生成AI**での質問。
- **恥ずかしいと思って聞くことができないけど、みんな思っているような感じのことを質問できる**感じの仕組み。
- 同年代の性に関する関心事や心配事、状況などの**統計**。
- セクシュアルマイノリティや、日本語以外の言語を話す人、障がいを持つ人など、様々な多様性を排除せず、多様性がある前提で、**包括的に性の内容をあつかってほしい**。
- **海外の性教育**について知りたい。



4. 今後のこども家庭庁の取組について

からだや性・妊娠などの健康に関する情報について、どのような周知や広報があると、より興味・関心がもてますか。

例) ポスター掲示、カード配布、SNS等でのプッシュ型配信、CMの作成 等

様々な場での周知



- 学校、塾、駅、バス停での周知。
- 教科書への掲載や、授業で教えてもらう。
- 教科書・関連書籍の後ろのページなどに、安心して相談できる電話番号やホームページを載せる。
- 学校でのパンフレットやチラシ配布。
- 大学などのポスターはよくみるので、学校機関にポスターがあればより興味を持ちやすくなるかなと思う。

広告での周知

- CM。まず、大人が知る事から始めるべきだと思う。
- CMは有効に感じれるが、内容によっては嫌悪感を与えるかもしれない。



SNSでの周知



- SNSでの動画等の投稿。
- インフルエンサーによる広報。
- 10代の自分の立場からしてみても、SNSの広告は正直すぐにスクロールして飛ばしがちなもので、あまり見ないかも。若者に人気の芸人などとコラボした動画配信などのほうが興味を引きやすいと思う。
- インフルエンサーor有名人で性被害に遭った方が広告塔になる。
- Instagramのストーリーや、投稿に載せると、普段使用している身からして、より興味を持てるのかなと思う。投稿する際にはハッシュタグをつける（#スマート保健相談室 #性 #健康）ことで、おすすめに出る頻度が高くなり多くの人に見られると思う。

その他

- 性について恥ずかしい、嫌だと思う人は多くいると思う。そのため、可愛らしく目に入れやすいデザインのカードやチラシだと興味を持てるのではと思う。
- 若い世代が集まる場所（例：学祭、祭り）等での広報活動。

4. 今後のこども家庭庁の取組について

今後、からだや性・妊娠などの健康に関する情報について困らないようにするには、こども家庭庁でどのような取組が必要だと思いますか。



周知・啓発活動

- **こども家庭庁が取り組んでいるということをもっと周知**する。
- からだや性のことで**困ったら、まずはスマート保健相談室**と発想になる程度までは広く周知される必要があるのでさらに広報活動の強化。
- **こども家庭庁のホームページ**で、スマート保健相談室を紹介したり、このサイトに正しい情報があるのかなど、正しい情報の調べ方を書く。
- からだや性、妊娠などの**正しい情報をもとにした漫画**があると、手に取りたくなる。
- 男女両方が見やすい**配色**や**文言**。**女性の問題感を薄めた広報**。
- 知識がない末路は防ぎようがないため、**情報発信**などを積極的にしてほしい。また**男性にとっても有益な情報発信**も強く望む。
- すべての人が正しく十分な性の情報等に**アクセスできる**ようにする。
- **キャラクター**などを作成しそのキャラクターを利用して情報を広める取組み。



性教育等に係る取組み

- 実際に知る機会ができるよう、授業での性教育の充実や**歯止め規定の見直し**などについても進めていくべきだと思う。
- 全てのこどもや思春期の学生にアクセスできる機会として、小学校～高校の**学校現場**において、**性教育をいかに広げていける**かがこども家庭庁の重要な取組みだと思う。
- 法や規則、世論が性教育の妨げになっているのであれば、国民に必要性を訴えかけ、**規則を変えていく必要**がある。
- 社会的な性に関する忌避感、偏見が相談しづらい環境を生み出していると思う。こどもだけでなく、**大人にも性教育は必要**。
- **年齢が低いうちから正しい性の知識**を伝える工夫についての取組みが行われてほしい。自分が小学生のときは今ほど多くの情報もなく、性の知識について初めて触れたのが、少女漫画だった。なんとなく大人に聞いてはいけなような気もして、気になったことも聞けなかったので、子どものうちから正しい性の知識を得られる環境はあってほしい。
- 学校で教わらないことについては**小冊子**を制作するなど（紙媒体でもPDF形式でも）。
- **ユネスコ国際セクシャリティ教育ガイダンス**に従った包括的性教育。

4. 今後のこども家庭庁の取組について

今後、からだや性・妊娠などの健康に関する情報について困らないようにするには、こども家庭庁でどのような取組が必要だと思いますか。

他機関との連携

- **教育機関への働きかけ連携**や**企業、行政庁への講演、ありとあらゆるSNSを用いての広報**、啓発活動が必要。
- 文部科学省と提携して、**指導要領を見直す・保健体育科の教師の授業展開を充実させる**など教育面での取り組みが最優先だと強く思う。
- **ピルやIUD、性感染症の検査、治療が学生でも容易かつ安価に使用**できるようになれば、そういった疑問や問題の発生を減らせる。

その他

- 政治を担う人や教員、保護者等、大人にも性に関する知識の重要性や、**正確で十分な性教育**を伝えてほしい。そのときに、セクシュアルマイノリティや、日本語以外の言語を話す人、障がいを持つ人など、**多様性がある前提**を必ず持ってほしい。
- **デジタル性被害**についての周知。

調査

- **意識調査。**
- なぜ、からだや性・妊娠などの健康に関する情報が**タブーとされている**かの**原因の根本を調査**する。

