

ユースクリニックのための マネジメント・ハンドブック

～若年者を対象としたユースクリニック運営の手引き～

令和 4 ～ 6 年度

こども家庭科学研究費補助金 成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業

**学童期及び思春期等における性に関する健康課題に対する
診療及び支援体制の構築に向けた研究**

目次

はじめに	2
1 章. ユースクリニックとは	3
■ ユースクリニックの目的とサービス	3
2 章. ユースクリニックの位置づけ	4
■ リスクを抱える若年者のスクリーニングと連携	5
■ ユースクリニックの設立・運営に必要なこと	5
3 章. ユースクリニックのタイプと機能	6
■ ユースクリニックの4つのタイプ	6
■ ユースクリニックの相談員	7
4 章. 利用者の相談内容とカウンセリング	9
■ ユースクリニック利用者の相談内容	9
■ カウンセリングについて	10
5 章. 相談員（カウンセラー）の専門性と育成	12
■ 相談員の専門性、資格	12
■ 相談員のメンタルケア	14
6 章. ユースクリニックと他機関の連携について	15
7 章. 利用者に提供する資料	17
8 章. ユースクリニック事業のより良い運営に向けて	20
ご協力機関	21
監修	22
巻末資料	23

ユースクリニックのためのマネジメント・ハンドブック

～若年者を対象としたユースクリニック運営の手引き～

はじめに

現在のわが国の学童期・思春期にある小児・青少年（以下若年者）は、インターネット等から多様な情報が得られる反面、性を含めた心身の健康課題に対して、必ずしも適切な教育や解決のためのサポートが得られていない環境下にあることが懸念されています。そのような悩みを抱える若年者の相談先として、医療機関への受診や相談を選択する子供は少なく、医療機関においても、多様化・高度化する学童期・思春期の性を含めた健康課題に対応する体制が十分に整備されていないのが現状といえます。

それに対し、近年、それらの悩みの相談先として「ユースクリニック」が注目されています。ユースクリニックは、思春期から若年成人期までを対象に、若年者が抱える多様な健康課題や悩みに対して、専門的かつ包括的なサポートを提供する施設です。ユースクリニックでは、悩みを抱える子供たちの相談相手となり、特にハイリスクな子供への支援を行うことで、深刻な状況を予防することを目的としています。

しかし、日本ではユースクリニックがどのように若年者をサポートするのか、その内容や定義などが明確になっておらず、そのサービスは、個々の施設の自発的な設立・運営に委ねられていることから、全国でサービスが均てん化されていないことも課題となっています。また、相談内容も様々で、相談員への負担も大きいという現状があります。

このハンドブックは、このようなユースクリニックの現状に鑑みて、各施設・団体が提供するサービス内容を紹介することで、現在運営されているユースクリニックのサービスの均てん化や、相互の連携などを促進することを目的としています。また、ユースクリニックの設立を計画している医療従事者・自治体の新規参入を支援することで、ユースクリニック事業が日本で健全に発展し、地域偏在の課題の解決に寄与することを目的としています。

1 章. ユースクリニックとは

■ ユースクリニックの目的とサービス

ユースクリニックは、思春期から若年成人期までを対象に、若年者が抱える多様な健康課題や悩みに対して、専門的かつ包括的なサポートを提供することを目的としています。具体的には、「若年者の予期しない妊娠・中絶や性感染症の拡大などを防ぐ」「思春期特有の身体的・心理的变化に伴う不安やストレス、心の悩みへのカウンセリングを行う」「月経困難症などに必要な医療介入を受けることを促す」などを主な目的とした施設です（表 1）。

ユースクリニックでは、若年者が家族や友人に相談しづらい相談を、相談を、助産師、看護師、ピアカウンセラーなどの相談員が受け付けています。相談の内容は、性の悩みに加え、思春期特有の精神的な悩み、摂食障害、デートDVなどの様々ですが、それぞれのユースクリニックの相談員の専門性などにより、受け付ける相談の内容も変わってきます。

表 1. ユースクリニックの定義

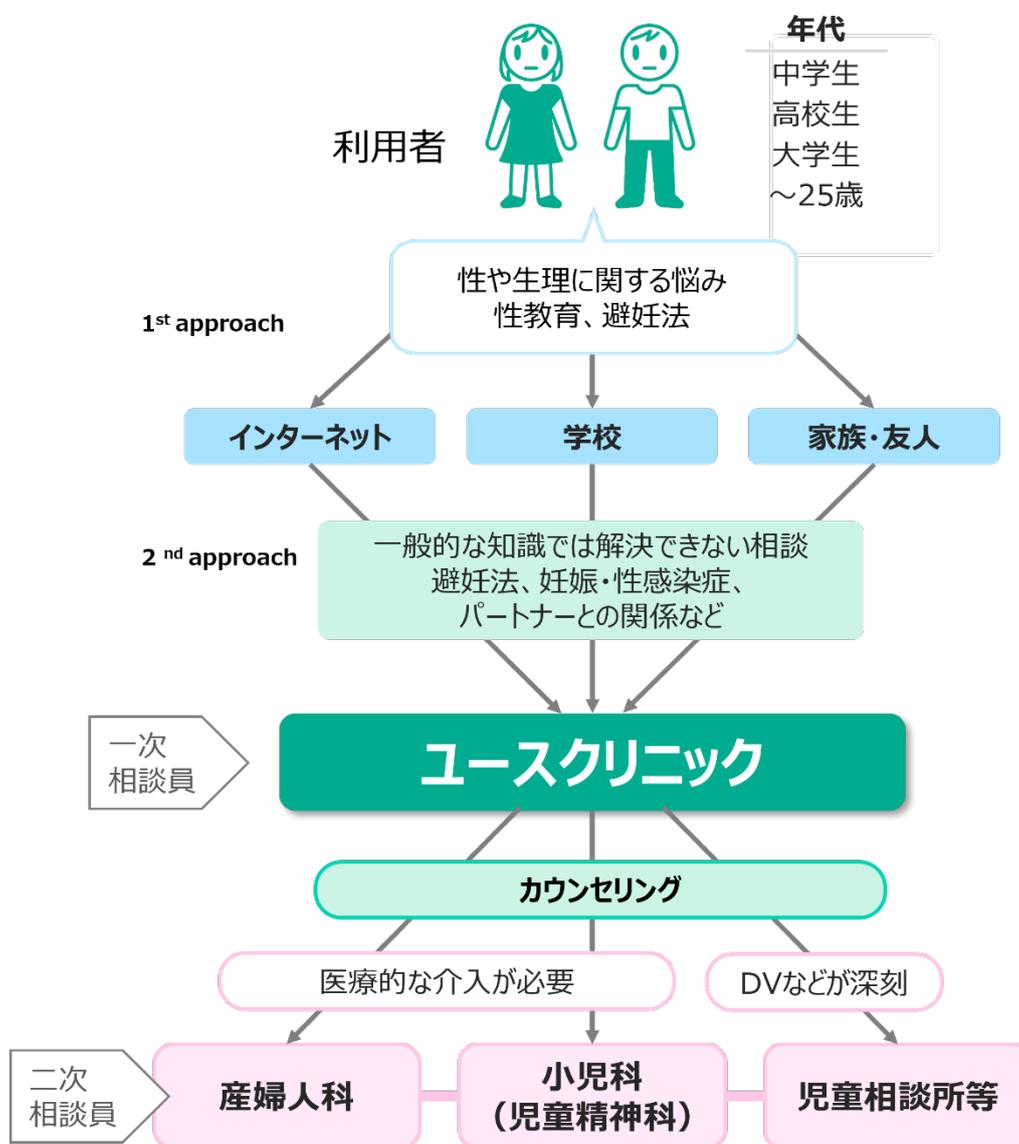
項目	内容
目的	性的、あるいは精神的な困難を抱える子供に対して、専門的な知識・経験に基づいた問題解決のための支援を行う。
提供サービス	①一定の専門知識（医学知識）に基づいた専門的なカウンセリングを通して、知識やリスクの理解を促し、より深刻な状況に陥らないように予防する。また、抱えている心身の問題解決を支援する ②ハイリスクな子供のスクリーニングを行い、医療機関や児童保護施設などへの紹介を促進するハブの役割を果たす。
対象者	小学生～20代の青少年
相談内容と期待される効果	・若年者の予期しない妊娠・中絶を予防し、必要に応じて医療介入を促す ・性感染症の拡大を防ぐ ・月経困難症や過多月経などの症状を抱える子供に必要な医療介入を受けられるように促す ・思春期特有の身体的・心理的变化に伴う不安やストレス、心の悩みへのカウンセリングを行う
相談員（カウンセラー）	カウンセリングの基本技術に加え、ハイリスクな子供をスクリーニングできる、一定の資質を備えていることが求められる。
モニタリングの実施	問診票を活用したモニタリングの実施（表 5 参照）
ネットワーク	医療機関（産婦人科、小児科）へのアクセス 児童相談所へのアクセス 性暴力・DV 支援センター（都道府県）との連携・アクセス

2章. ユースクリニックの位置づけ

性や生理に関する興味・疑問・不安を抱いている若年者は、一般的に学校やインターネットから様々な情報を得ています。また、心身に関する課題を一人で抱えこんでしまう場合もあります。このような、家族や友人にも相談できないような悩みに対して、より正しい情報にアプローチできるかどうかは、その後の将来にも影響を及ぼすことになります。

ユースクリニックでは、それらの若年者の悩みに対して、より早期にそのリスクを見極めて、適切な情報やサポートを提供することが大切です。そのためには、学校やその他の啓発活動を通して、クリニックの存在や、性の問題や心身の課題を相談できる場所であることを幅広く知ってもらうことが大切になります。

図 1. 若年者の性に関する悩みの相談：行動の流れ



■ リスクを抱える若年者のスクリーニングと連携

それらの若年者がユースクリニックを訪問し、相談を伝えることができれば、それは大きなステップとなります。相談員は、利用者の相談内容に応じてカウンセリングを行うとともに、体調などに基づいて、必要に応じて医療機関にコンサルテーションを行う判断が求められます。また、DVなどが深刻な場合は、適切な機関への通知、連絡なども求められます。（4. ユースクリニックの連携 の章参照）

■ ユースクリニックの設立・運営に必要なこと

ユースクリニックを設立するにあたって、必要であると考えられる条件を以下にまとめました。

表 2. ユースクリニックを運営するために必要な条件（インタビューおよび海外の事例より）

- 1) 若年者特有の課題に対応できる専門知識を持った医師、看護師、カウンセラー、臨床心理士などが常駐しているか連携している
- 2) 若年者が安心して相談できる環境がある
- 3) 相談員の熱意がある
- 4) 医療機関や他の機関との連携を構築する
- 5) スタッフの研修を実施する
- 6) 均質なサービスの質を保つための客観的な評価項目を用いたモニタリング

3章. ユースクリニックのタイプと機能

■ ユースクリニックの4つのタイプ

現在活動しているユースクリニックは、運営母体の特徴に基づいて、主に4つのカテゴリーに大別されます（表2）。カテゴリー1は、産婦人科クリニックが運営しているユースクリニックで、主に女性を対象としています。カテゴリー2は、小児科クリニック併設型で、主に不登校などの心の問題のケアを行っています。カテゴリー1と2は、医療機関との関連が強く、必要に応じて医療機関へのアクセスもスムーズという特徴があります。

カテゴリー3は自治体運営型で、トレーニングを受けた学生がピアカウンセラーとして相談を受けている場合が多く、主な相談内容は友人関係や性器の悩み、性欲についてなどとなっています。カテゴリー4は、NPO法人による運営で、生理や自慰行為、性感染症などの相談を多く受けています。カテゴリー3と4は、提供される場所が病院に隣接していないため、気軽な相談の場を提供する役割を担っています。

表3. ユースクリニックの4つのカテゴリーと機能

	カテゴリー1	カテゴリー2	カテゴリー3	カテゴリー4
運営	産婦人科クリニック併設型	小児科クリニック併設型	自治体運営型	NPO法人運営型 等
医師の有無	産婦人科医	小児科医	必ずしも常駐しない	必ずしも常駐しない
相談員	医師・助産師・看護師・臨床心理士・性教育認定講師・思春期保健相談士	医師・臨床心理士・公認心理師・性教育認定講師・思春期保健相談士	看護師・助産師・性教育認定講師・思春期保健相談士・ピアカウンセラー	医師・看護師・性教育認定講師・思春期保健相談士
対象年代	思春期（10代）	思春期（10代）	思春期（10代）	思春期（10代）
対象性別	主に女性	性別不問	性別不問	性別不問
連携	産婦人科クリニックと連携	小児科クリニックと連携	こども家庭庁の「スマート保健相談室」と連携	
相談内容	生理、妊娠、人間関係、避妊、デートDV	生理、妊娠、人間関係、避妊、デートDV	生理、妊娠、人間関係、避妊、デートDV	生理、妊娠、人間関係、避妊、デートDV
相談の方針	性の問題	心理面のサポート (性の問題には踏み込まない)	性の問題	性の問題

注：思春期保健相談士は一般社団法人日本家族計画協会、性教育認定講師は日本思春期学会で認定しているものである。

■ ユースクリニックの相談員

ユースクリニックの相談員は、大きく一次相談員と二次相談員に分けられます。相談員の構成は、クリニック併設型かそうでないかで大きく分けられます。一次相談員の場合、カテゴリ 1 や 2 のクリニック併設型はおもに助産師、看護師などが担当し、幅広い利用者の悩みをヒアリングし、悩みの内容によって医師による診察が必要か、その他機関への紹介が必要か、なども判断します。カテゴリ 3 や 4 の場合は一次相談としてピアカウンセラーや性教育認定講師、思春期保険相談士などが対応する場合があります。そのため、まずは若年者の相談に傾聴し、相談内容の緊急性に応じて適切な二次相談員を選定することが必要となります。

二次相談員は、カテゴリ 1, 2 の場合は主に医師となります。一次相談員が医療介入の必要があると判断した場合に、必要に応じて利用者にコンサルトします。カテゴリ 1, 2 の場合は、それぞれ併設されている産婦人科、小児科クリニックへの紹介が中心となります。カテゴリ 3, 4 の場合は、助産師や看護師などの医療従事者が対応する 경우가多く、あらかじめ深刻な相談であることがわかっている場合は、直接二次相談員が相談を受けて、DV などの兆候が見られる場合は、連携のネットワークを通じて協力医師または医療機関への紹介が必要かどうかを判断します。

表 4. ユースクリニックの相談員と相談の内容

	相談の範囲	カテゴリ			
		1	2	3	4
一次相談					
助産師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談	○			
看護師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談	○	○		
臨床心理士	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、人間関係、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談	○	○		
性教育認定講師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○
思春期保健相談士	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○
ピアカウンセラー	性（月経、避妊、性感染症など）、体、人間関係、月経の相談、友人関係			○	○
二次相談					

産婦人科医	性（月経、避妊、性感染症など）、体、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談、診療	○		△	△
小児科	心についての相談（不登校など）、診療		○		
助産師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○
看護師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○
臨床心理士	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、人間関係、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談	○	○		
性教育認定講師	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○
思春期保健相談士	性（月経、避妊、性感染症など）、体、生活習慣、漠然とした悩み（不安・ストレス）の相談			○	○

4章. 利用者の相談内容とカウンセリング

■ ユースクリニック利用者の相談内容

ユースクリニックの利用者からは、様々な種類の相談が持ち掛けられますが、主に以下の9項目の相談に分類されます。前述の4つのカテゴリーごとに、対応できる相談内容に差はありますが、「性に関する相談」「避妊や出産に関する相談」が相談の中心になります。

表5. ユースクリニック利用者の相談内容例（詳細は巻末資料③参照）

項目	相談例
1. 生理・月経	生理痛がない人や男性に月経痛の辛さを分かってもらえず、つらい 生理痛がひどい（学校に行くのもつらいことがある） 生理の量が多い 生理の前にイライラする、体調が悪い
2. 性・セックス	自身の性の悩みについて 今の年齢でどのくらいの性知識を身に着けていることが理想的なのか相談したい 性行為の頻度について、どの程度行くと体に負担がかかりすぎるのか
3. 避妊	避妊の種類や方法について相談したい ピルについて相談したい（低用量ピル） 正しい避妊方式が知りたい 望まない妊娠の予防 女性でもコンドームをうまくつける方法を知りたいので、避妊具の扱い方を相談したい アフターピル（緊急避妊薬）の情報
4. 妊娠	望まぬ妊娠をしてしまった時の対応 中絶について 出産について
5. ライフプラン	将来の妊娠・出産を含むライフプラン 妊娠・出産によるライフプランの変更やロールモデルについて
6. 性感染症	女性の性感染症に関する知識を知りたい 性感染症の兆候などを聞き、自分で性器の異常に気づくための知識を知りたい 性感染症になってしまったかもしれない HIV/エイズのことを知りたい クラミジアについて知りたい 子宮頸がん・ワクチンについて知りたい

7. パートナーとの関係	パートナーとの性欲の違い、その折り合いのつけ方 パートナーとの性の不安などを相談に乗ってもらいたい 彼女が生理中の際の対応について パートナーが束縛したり、暴力を振う
8. 体について	自分の中に起きた体の異変や、生理痛・ピルについて 同世代の人々の性的経験者の健康状態について 包茎に悩んでいる
9. 不登校について	教師や友人との関係性をヒアリングする 心理的要因が強い場合はカウンセラーに、身体症状が強い場合は医師の診察に繋げる
10. その他	思春期の体や心の悩み 産婦人科を受診した方がよいかも？と思っているがいきなり行くのは不安がある 食べたいけど、食べられない ストレスなどで気持ちが落ち込んでなかなか回復しない 過食、拒食、ダイエットの悩み 友人や家族関係の悩み デート DV 性被害の相談 性別について、LGBTQ+

■ カウンセリングについて

このような多様な相談に対して、相談員がカウンセリングを行います。利用者の性格や置かれている環境が多様であることから、画一的な回答は難しく、それぞれの施設や相談者が、経験に基づいて回答しているのが現状です。

- ・初めから問題を話す子供は少ない
- ・傾聴が大切
- ・徐々に問題を引き出す、といったカウンセリングの基本スキルが求められる

それぞれのユースクリニックは、対応した相談事例を相談者の間で共有・蓄積する工夫をしていますが、相談事例を体系的に蓄積できるように、下記に例示する問診票などを作成し、ある程度統一された相談記録を残すことが効果的と考えられます。

また、このような統一された形式での経験の蓄積は、今後のユースクリニック間での情報共有を促進するうえでも効果的と考えられます。

※巻末に相談内容をまとめましたのでご参照ください。

表 6. 標準的な問診票案（性的課題の場合）

項目	内容
利用者の背景	年齢、性別
課題の種類	<input type="checkbox"/> 性の悩み <input type="checkbox"/> 避妊・妊娠 <input type="checkbox"/> DV・性暴力 <input type="checkbox"/> 性感染症 <input type="checkbox"/> その他
課題の内容	（具体的に記載）
カウンセリング内容	（具体的に記載）
アウトカム（転帰）	課題改善の状況：
フォローアップ	継続的なサポートの有無と内容：

※海外問診票の事例は巻末資料②「スウェーデン・SEX-IT」を参照。

5 章. 相談員（カウンセラー）の専門性と育成

■ 相談員の専門性、資格

相談員（カウンセラー）は、若年者の性関連の幅広い悩みや、心身の悩みに対して、ある程度専門的な視点から助言することが必要な場面も多いことから、一定の知識とカウンセリングスキルが求められます。

特にハイリスクな子供の相談を受ける場合は、医療機関への連携が必要かどうかを判断するうえで、一定の医学的知識があることが望ましいことから、カテゴリー1, 2の施設では助産師、看護師などが相談の中心となっています。

また、カテゴリーに共通して、一般社団法人日本家族計画協会の思春期保健相談士や日本思春期学会の性教育認定講師などの資格を取って、カウンセリングに臨んでいる施設もあります。

また、カテゴリー3, 4のユースクリニックでは、看護学生などの学生を中心とした「ピアカウンセラー」を育成し、カウンセリングを実施している施設もあります。

1. 思春期保健相談士

一般社団法人日本家族計画協会が認定する民間資格で、平成15年度より「思春期保健相談員」から「思春期保健相談士」に名称が変更されました。

思春期保健相談士	
認定団体	一般社団法人日本家族計画協会
受験資格	医師・保健師・看護師・助産師・養護教諭・看護教員・少年補導員などの専門職の資格を持っている方
講習内容	思春期保健セミナー（コースⅠ（相談編）・コースⅡ（各論編）・コースⅢ（実践編））をすべて修了する
申し込み先	一般社団法人日本家族計画協会 研修課 〒162-0843 東京都新宿区市谷田町1-10 保健会館新館 TEL 03-3269-4785（月～金 9:00～17:00、土日祝休み） FAX 03-3267-2658（24時間受付） https://www.jfpa.or.jp/puberty/consultant/

2. 性教育認定講師

性教育認定講師は、一般社団法人日本思春期学会が認定する民間資格で、平成29年度より本制度が開始しています。

性教育認定講師	
認定団体	日本思春期学会
講習内容	A コース（最新状況）と B コース（個別性の高い事例・連携）の2つの認定コース 各コースごとに4分野（①学校と連携するために、②思春期・臨床の最新トピックス、③思春期保健と国の政策・施策、④セクシュアリティ）の講座がある
申し込み先	一般社団法人 日本思春期学会 事務局 〒113-0033 東京都文京区本郷 3-40-10 三翔ビル 4F 株式会社プランニングウィル 内 一般社団法人日本思春期学会事務局 https://adolescence.gr.jp/authorization_s/

3. ピアカウンセラー

ピアカウンセリングとは、人間の成長と心の健康に関する知識とともに、アクティブ・リスニング（積極的傾聴）と問題解決スキルを駆使して、年齢、社会的地位、抱えている問題において立場が同様である人々に、仲間をもって行うカウンセリングです（服部, 2015）。思春期ピアカウンセリング事業は全国都道府県で行われており、ピアカウンセラーを養成し、ピアカウンセリングを実施しています。（沖, 2016）ピアカウンセラーに求められる資質としては、リプロダクティブヘルスにおけるピアカウンセリングの技法を習得していること、実施する学校、地域（相談者）の特性を考慮して実施できることなどが挙げられます（服部, 2015）。

項目	思春期ピアカウンセラー
活動主体	思春期ピアカウンセリング事業は全国都道府県で行われており、ピアカウンセラーを養成し、ピアカウンセリングを実施している。都道府県ごとに、事業主体が異なる（日本家族計画協会、大学とNPOの連携、市役所の健康増進課など）。
認定団体	日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会
受験資格	看護・心理・福祉・教育などを学ぶ大学生、専門学校生 基本は学生だが、主催者によって募集資格が異なる。
申し込み先	日本ピアカウンセリング・ピアエデュケーション研究会 https://sites.google.com/jpcaea.org/jpcaea/ホーム

文献：服部佳代子:活水論文集 2015;3:37-45

沖亞沙美.香川母性衛生学会誌 2016;16.45244

■ 相談員のメンタルケア

現在の日本におけるユースクリニックは、国や地方自治体のバックアップがほとんどないため、若年者が抱える問題に高い関心を持ち、熱意ある医療従事者たちが立ち上げ、講習を受けた有資格者やピアサポーター（大学生などのボランティア）が一次相談員として相談者に対峙することが多くみられます。相談員は日々相談者の抱える深刻な問題に向き合う中で、共感疲労などにより疲弊してしまうことが報告されています。そのため、相談員のメンタルヘルスのケアなどにも配慮することが必要となります。

6章. ユースクリニックと他機関の連携について

ユースクリニックは、問題を抱える子供が初めに訪れる相談場所であり、その他の機関との連携においてハブの役割を担っています。そのため、ユースクリニックの相談員は、利用者の問題の種類と内容に応じて、必要な関連施設に紹介すべきかを判断することが求められます。

若年女性で「月経困難症」「過多月経」などが疑われる場合は、「かかりつけ産婦人科医」をもつことのメリットを伝え、利用者が産婦人科医を訪問できるような環境を整えます。産婦人科併設のユースクリニックであれば、その連携はスムーズですが、併設されていない場合は、利用者が改めて産婦人科クリニックの予約をとり、受診するというハードルは周りが想像するよりは高いと考えられますので、受診の際に、あるいは月経困難症などに関するパンフレットを手渡すなど、利用者が行動を起こすきっかけを与えられるような工夫が求められます。

緊急避妊薬を必要とする場合などは、普段からかかりつけの産婦人科医があれば、本人から相談する可能性が上がるのが期待されます。緊急避妊薬は処方箋の必要なお薬ですが、2025年1月現在では試験的に一部の薬局でも販売しています。相談内容に応じて、適切なカウンセリングを施すためにも、他施設との連携を通常から整備しておくこと、若年者へ教育・啓発することも必要です。

表7. 医療機関・専門機関に紹介すべき相談

紹介先医療機関	判断基準
産婦人科	生理痛が重く、日常生活に影響がある場合 緊急避妊薬の処方の必要性 望まぬ妊娠の可能性 ハイリスクな性交渉の状況にある（性感染症リスク） など
小児科または精神科	抑うつ・不安の兆候 自傷の兆候 オーバードーズの兆候がある 拒食症が疑われる など
DV・性暴力相談センター *・児童相談所・警察	DV、性暴力の被害が疑われる場合

■ 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

(固定電話) 全国共通 # 8891

携帯電話：各都道府県のワンストップ支援センターに連絡
相談受付日時は HP でご確認ください。（男女共同参画局）

https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html

各都道府県のワンストップ支援センターは巻末資料①参照。

■ DV の連携先

児童相談所、警察

■ 全国妊娠 SOS ネットワーク

全国妊娠 SOS ネットワークでは、全国のにんしん SOS 窓口を紹介しています。思いがけない妊娠の相談があった場合は、お近くの相談窓口にお問い合わせください。

<https://zenninnet-sos.org/contact-list>

7章. 利用者に提供する資料

若年の利用者は、相談時には納得した気持ちになっても、限られた時間で必要な情報を伝えきれない場合や、十分に理解できていない場合は、次の行動につながらない場合が多いのが実情です。そのために、パンフレットなどを手渡して、より正しい情報を伝えることが大切になります。日本のユースクリニックは、それぞれ独自のパンフレットや資料などを作成している場合もみられますが、様々な相談に対して、ユースクリニックがそれぞれ独自に資料をそろえるのは負担が大きく、現実的ではありません。

現在、都道府県や様々な団体が、若年者向けの資料を作成していますので、それを利用・応用することで、ユースクリニックの負担を抑えることなどが考えられます。相談員が若年利用者にかウンセリングを行う際は、これらの資料をうまく活用することで、カウンセリングの質の向上が期待されます。

1. 性感染症全般

タイトル	これって性感染症？
発行機関	厚生労働科学研究費補助金エイズ対策政策研究事業 「HIV 検査体制の改善と効果的な受検勧奨のための研究」
概要	梅毒、淋菌感染症、性器クラミジアなどの性感染症の解説
URL	https://www.hivkensa.com/sti/

タイトル	性感染症予防啓発マニュアル
発行機関	性の健康医学財団
概要	性に関する考え方や性感染症、避妊、人工妊娠中絶などの基本的な知識を、事例やQ & Aを盛り込んでわかりやすく解説。
URL	https://www.jfshm.org/doc/seikansensho-yoboukeihatsu-manual.pdf

タイトル	性の健康と相談のためのガイドブック
発行機関	性の健康医学財団
概要	性感染症の種類と症状、性感染症の動向、検査、相談にあたっての心構えなどを解説。
URL	https://www.jfshm.org/財団ライブラリ/#guidebook

タイトル	東京都性感染症ナビ
発行機関	東京都
概要	性感染症（梅毒、HIV/エイズ、性器クラミジア感染症、性器ヘルペスウイルス感染症などを解説
URL	https://www.hokeniryu1.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/index.html リーフレット一覧 https://www.hokeniryu1.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/publications/index.html

タイトル	性感染症予防について知っておこう！
発行機関	日本性感染症学会
概要	高校生向けに性感染症について解説。
URL	https://jssti.jp/prevention/leaf/koukouseimuke_202411.pdf

2. 梅毒

タイトル	梅毒に関するQ & A
発行機関	厚生労働省
概要	梅毒の症状、感染経路、検査、治療に関する解説
URL	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryousyphilis_ga.html

タイトル	梅毒って病気を知っていますか？
発行機関	日本性感染症学会
概要	梅毒の症状、血液検査、予防、報告数の推移など
URL	https://jssti.jp/prevention/syphilis/02.pdf

3. HIV、エイズ

タイトル	ストップエイズ！まずは早めに「HIV 検査」を
発行機関	政府広報オンライン
概要	HIVとエイズの解説、感染状況、予防対策、検査の解説
URL	https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201305/2.html

タイトル	HIV 検査相談マップ
発行機関	厚生労働科学研究費補助金エイズ対策政策研究事業 「HIV 検査体制の改善と効果的な受検勧奨のための研究」
概要	HIV 検査を受ける、相談する、HIV について知る、その他の性感染症に関する解説
URL	https://www.hivkensa.com/

タイトル	HIV/エイズの基礎知識
発行機関	エイズ予防財団
概要	HIV/エイズについて幅広く学ぶ内容
URL	https://www.jfap.or.jp/enlightenment/pdf/202310_pamph_hp.pdf

4. ヒトパピローマウイルス (HPV) 感染症

タイトル	ヒトパピローマウイルス感染症～子宮頸がん（子宮けいがん）とHPV ワクチン～
発行機関	厚生労働省
概要	ヒトパピローマウイルス（HPV）が、性的接触のある女性であれば50%以上が生涯で一度は感染するとされているウイルスであること、子宮頸がん、膣がんなどの多くの病気の発生に関わっていることを解説。
URL	https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou28/index.html

タイトル	HPV ワクチンに関する Q&A
発行機関	厚生労働省
概要	子宮頸がん、予防、予防ワクチン接種、キャッチアップ接種などの解説
URL	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou/hpv_qa.html

5. 緊急避妊薬

タイトル	あなたに知ってほしい、緊急避妊のこと
発行機関	一般社団法人 日本家族計画協会
概要	緊急避妊に関する解説
URL	https://www.jfpa.or.jp/women/emergency.html

タイトル	緊急避妊について
発行機関	東京都
概要	緊急避妊薬（アフターピル）による妊娠の回避方法や、病院検索（東京都）について解説
URL	https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/shussan/kinkyu-hinin

タイトル	緊急避妊薬・アフターピル
発行機関	PILCON
概要	緊急避妊薬（アフターピル）や子宮内避妊具による緊急避妊を解説
URL	https://pilcon.org/help-line/afterpill

タイトル	「オンライン診療の適切な実施に関する指針」に基づく緊急避妊に係る取組について
発行機関	厚生労働省
概要	オンライン診療で緊急避妊に係る診療について、医師の一覧などを紹介。
URL	https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000186912_00002.html

8章. ユースクリニック事業のより良い運営に向けて

今後、ユースクリニック事業を新たに設立する場合や、現在の事業を発展させる場合に、以下の点がポイントになると考えられます。事業運営者は、これらの点を検討したうえで、健全な発展を目指すことが望ましい。

1) 提供サービスの均てん化

ユースクリニック事業について、サービスの質を確保したうえで拡大・スケールアップするうえで、サービス内容の明確化、共通化できるマニュアルの作成、事業成果の測定指標の一本化・明確化は重要な成功要因と考えられます。

エストニアの成功事例では、①ユースクリニックの目的、②運営原則、③提供サービスの内容、④対象者（利用者）、⑤品質要件、⑥モニタリングと評価指標の規定、を含めた運営原則が提示され、それらを遵守する施設に対して保健医療からの財政支援が行われたこと、さらには相談員の定期的な研修を通して質の向上を図ったことが、成功の要因となっています。

したがって、日本で展開する場合においても、一定の基準を設けたうえで、研修などを通して相談員の質の向上を図ることが、本事業を効果的に発展させるうえで重要と考えられます。

また、それぞれの施設で共通して利用できる資料の作成も効果的と考えられます。具体的には、①問診票の作成（本研究で素案を提示したSEXIT日本版）、②「本手引き」をベースにして、各施設・団体の経験を付加した更新版の作成～印刷～全国配布などが考えられます。

2) ユースクリニック間の情報共有

ユースクリニック間の情報共有と連携の強化を行うことは、各施設・団体のナレッジを共有することは、サービスの質の向上や均てん化を進めるうえで極めて重要と考えられます。

また、日本産科婦人科学会でも、女性ヘルスケア委員会においてこれらの取り組みを支援することが始まっています。

3) 若年者に向けた認知度の向上

若年者におけるユースクリニックの情報は十分浸透しているとは言えない状況です。そのため、若年者への認知向上を進めることが重要となります。具体的には、学校の性教育活動などとの連携を強化し、若年者へ冊子を配布するといった取り組みは重要と考えられます。

■ 協力機関

日本におけるユースクリニックの現状を把握するために、以下のご施設にインタビューを実施し、貴重なお話を伺う機会をいただきました。施設の設立から、運営におけるご苦労、若年者の直面する課題等、多岐にわたるご経験とご見解を共有いただき、皆様の熱意と情熱が、現在のユースクリニックの運営を支えていることを強く実感いたしました。この場を借りて心より感謝申し上げます。

藤沢女性のクリニックもんま
https://momma.clinic/ 〒251-0052 神奈川県藤沢市藤沢 530-10 F.S.Cビル 4F
咲江レディースクリニック
https://www.sakieladiesclinic.com/ 〒464-0066 名古屋市千種区池下町 2-15 ハクビ池下ビル 5F
まつしま病院ユースウェルネス KuKuNa
https://www.matsushima-wh.or.jp/youth_wellness/ 〒132-0031 東京都江戸川区松島 1-41-29
針間産婦人科クリニック
https://noriko-cl.com/special-outpatient/#rainbow 〒755-0031 山口県宇部市常盤町 2-1-44
大泉学園子ども・思春期クリニック
https://oizumi-kodomo.com/ 〒178-0063 東京都練馬区東大泉 6-47-18
とうきょう若者ヘルスサポート(わかさぼ)
https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/sodan/wakasapo
ピアーズポケット (思春期健康相談室)
https://peers-pocket.sakura.ne.jp/ 〒410-0801 沼津市大手町 1-1-3 産業ビル 1階
NPO 法人ラサーナ
https://npo-lasana.org/ 〒370-0836 群馬県高崎市若松町 96 (佐藤病院内)
街角保健室☆ケアリングカフェ
https://caringcafe.jimdofree.com/

■ 監修

学童期及び思春期等における性に関する健康課題に対する診療及び支援体制の構築に向けた研究班

研究代表者

寺内 公一 （東京科学大学 大学院医歯学総合研究科茨城県地域産科婦人科学講座 教授）

研究分担者

倉澤 健太郎 （横浜市立大学 大学院医学研究科産婦人科学 客員教授／横浜市立市民病院 産婦人科）

尾臺 珠美 （東京科学大学 大学院医歯学総合研究科茨城県地域産科婦人科学講座 助教）

鹿島田 健一 （国立成育医療研究センター 内分泌・代謝科）

西岡 笑子 （順天堂大学 保健看護学部看護学科母性看護学領域 教授）

研究協力者

阪下 和美 （生仁会 須田病院）

蓮尾 豊 （あおり女性ヘルスケア研究所所長）

野口 まゆみ （西口クリニック婦人科）

今井 伸 （聖隷浜松病院 リプロダクションセンター長・総合性治療科部長）

本ハンドブックは、こども家庭科学研究費補助金 成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業の助成を得て作成されました（22DA1004）。

協力：株式会社 インフロント・メディカル パブリケーションズ

巻末資料

巻末資料① 性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

■ 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

(固定電話) 全国共通 # 8891

携帯電話：各都道府県のワンストップ支援センターに連絡

相談受付日時は HP でご確認ください。(男女共同参画局)

https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html

地域	名称	連絡先
北海道・札幌市	性暴力被害者支援センター北海道「S A C R A C H (さくらこ)」	050-3786-0799
函館市	函館・道南 SART (サート)	0138-85-8825
青森県	あおもり性暴力被害者支援センター	017-777-8349 「りんごの花ホットライン」
岩手県	はまなすサポート	019-601-3026
宮城県	性暴力被害相談支援センター宮城 (けやきホットライン)	0120-556-460(こころ フォロー)
秋田県	あきた性暴力被害者サポートセンター「ほっとハートあきた」	# 8891 NTT ひかり電話の場合は 0120-8891-77
山形県	やまがた性暴力被害者サポートセンター「べにサポ やまがた」	023-665-0500
福島県	性暴力等被害救援協力機関 S A C R A ふくしま	024-563-3722
茨城県	性暴力被害者サポートネットワーク茨城	029-350-2001
栃木県	とちぎ性暴力被害者サポートセンター「とちエール」	028-678-8200
群馬県	群馬県性暴力被害者サポートセンター「S a v e ぐんま」	027-329-6125
埼玉県	彩の国犯罪被害者ワンストップ支援センター	0120-31-8341
千葉県・千葉市	NPO 法人 千葉性暴力被害支援センター ちさと	043-251-8500 ほっとこーる
千葉県	公益社団法人 千葉犯罪被害者支援センター	043-222-9977
東京都	東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター	03-5577-3899
神奈川県	かながわ性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター「かならいん」	# 8891 または 045-322-7379
神奈川県	男性及び LGBTs 被害者のための専門相談ダイヤル	045-548-5666
新潟県	性暴力被害者支援センターにいがた	025-281-1020
富山県	性暴力被害ワンストップ支援センターとやま	076-471-7879
石川県	いしかわ性暴力被害者支援センター「パールサポートいしかわ」	076-223-8955
福井県	性暴力救済センター・ふくい「ひなぎく」	# 8891 または 0120-8891-77
山梨県	やまなし性暴力被害者サポートセンター「かいさぼ ももこ」	055-222-5562
長野県	長野県性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」	026-235-7123
岐阜県	ぎふ性暴力被害者支援センター	058-215-8349
静岡県	静岡県性暴力被害者支援センター SORA	054-255-8710
愛知県	ハートフルステーション・あいち	0570-064-810
愛知県	性暴力救済センター 日赤なごや なごみ	052-835-0753

三重県	みえ性暴力被害者支援センター よりこ	059-253-4115
滋賀県	性暴力被害者総合ケアワンストップびわ湖 SATOCO (サトコ)	090-2599-3105
京都府	京都性暴力被害者ワンストップ相談支援センター 京都 SARA (サ ラ)	075-222-7711
大阪府	性暴力救援センター・大阪 SACHICO (2025年3月閉鎖予定)	072-330-0799
兵庫県	ひょうご性被害ケアセンター「よりそい」	078-367-7874(ナヤマナシ)
兵庫県	特定非営利活動法人 性暴力被害者支援センター・ひょうご	06-6480-1155
奈良県	奈良県性暴力被害者サポートセンター NARAハート	0742-81-3118
和歌山県	性暴力救援センター和歌山「わかやま mine (マイン)」	073-444-0099
鳥取県	性暴力被害者支援センターとっとり (クローバーとっとり)	0120-946-328 (県内専用フリー ダイヤル)
島根県	性暴力被害者支援センターたんぼぼ	0852-25-3010
	一般社団法人 しまね性暴力被害者支援センターさひめ	0852-28-0889
岡山県	性暴力被害者支援センター「おかやま心」	086-206-7511
広島県	性被害ワンストップセンターひろしま	082-298-7878
山口県	山口県男女共同参画相談センター	083-902-0889
徳島県	性暴力被害者支援センター よりそいの樹 とくしま (中央・南部・西 部)	中央 088-623-5111 南部 0884-23-5111 西部 0883-52-5111
香川県	性暴力被害者支援センター「オリーブかがわ」	087-802-5566
愛媛県	えひめ性暴力被害者支援センター「ひめここ」	089-909-8851
高知県	性暴力被害者サポートセンターこうち	専用電話：080-9833-3500 フリーダイヤル：0120-835-350
福岡県・北九州 市・福岡市	性暴力被害者支援センター・ふくおか	092-409-8100
佐賀県	性暴力救援センター・さが「さが mirai」	0952-26-1750 (さが mirai) 0952-26-0018 (アバンセ)
長崎県	性暴力被害者支援「サポートながさき」	095-895-8856
熊本県	性暴力被害者のためのサポートセンターゆあさいくまもと	096-386-5555
大分県	おおいた性暴力救援センター「すみれ」	097-532-0330
宮崎県	性暴力被害者支援センター「さぼーとねっと宮崎」	0985-38-8300
鹿児島県	性暴力被害者サポートネットワークかごしま「FLOWER」	099-239-8787
沖縄県	沖縄県性暴力被害者ワンストップ支援センター「with you おきなわ」	098-975-0166

(2024年4月現在)

性的健康とリスクに関する質問

最も当てはまる選択肢のボックスにチェックを入れて質問に教えてください

1. あなたは何歳ですか
2. あなたは自分自身を次のどのように考えていますか
男性 女性 トランスジェンダー 分類しない
3. あなたの性的指向は何ですか
異性愛者 同性愛者 バイセクシャル 分類しない
4. 誰と一緒に住んでいますか
1人で 両親とともに グループホーム その他
5. 過去 12 か月間、どのくらいの頻度でアルコールを接種しましたか？
週 4 回以上 2～3 回/週 2～4 回/月 1 回/月未満 摂取なし
6. ハシシやマリファナを使用したことがありますか？
はい（1 か月以内） はい（1 年以内） はい（1 年以上過去に） いいえ
7. ハシシやマリファナ以外の違法薬物を使用したことがありますか？
8. 誰かと初めてセックスしたのは何歳のときですか 歳
セックスということは、陰、口腔、肛門性交したことを意味しますが、セックスには、誰かとマスターベーションをする、イチャイチャする、触れたり触れられたりするなど、さまざまな意味があります。どの機会が初めてなのかはあなたが決めます。正確に覚えていない場合は、推定年齢を教えてください。

.....
誰かとセックスをしたことがない場合は、これでアンケートは終わりです。質問に答えていただきありがとうございます！
.....
9. 過去 12 か月間で何人の人とセックスしましたか？ _____人
正確に覚えていない場合は、推定値を教えてください。

巻末資料③ 利用者の相談内容例

協力機関の資料・インタビューなどに基づいて作成

1. 生理・月経
月経痛がない人や男性に月経痛の辛さを分かってもらえず、つらい。
月経痛がひどい時は？
月経痛がひどくなってきたのですが、我慢したほうがいいですか？
生理痛（月経痛）がひどく寝込むことがあったり、月経の量がとても多いです。大丈夫でしょうか？
月経と月経の間に出血することがあります。経血量は少ないですが、病気でしょうか？
生理（月経）前にイライラしたり、便通が悪くなります。どうすればいいですか？
そのイライラや落ち込み、もしかして「PMS」かも！？
生理（月経）が不規則なのですが、大丈夫でしょうか？ （周期が24日以下または39日以上）
月経がきたり、こなかったりっておかしい？
生理（月経）が来なくなったのですが、どうすればいいですか？（3か月以上もありません） 初経がまだこないのですが、大丈夫でしょうか？（中3女子）
月経の時のケアについて、教えてください。
おりものが多いときがあるのですが、大丈夫ですか？
おりものが多い、臭う
月経（生理）ではない膣からの出血が起きたら？
2. 性・セックス
LGBTQ+とは
性別について、LGBTQ+
自分/身近な人がLGBTQ+？と思ったら
身近な人の性のあり方が気になった時は？
LGBTQ+をカミングアウトされたらどうしたらいい？
恋人どうしてイチャイチャしなきゃいけないの？
つきあっている彼女は僕のことを好きだとは言ってくれるが、セックスを求めるとイヤといって拒否されます。どうしたらセックスができますか？
もし誘ったのに断られたら？
彼が「愛しているならセックスするのがあたりまえ」と求めてきます。彼のことは好きだけど、まだセックスはしたくありません。でも、しないと彼に嫌われそうで怖いです。どうしたらいいのでしょうか？
性行為を誘われたけど、したくない時は？
初めてのデートで、セックスをした方がいいですか？

彼と付き合い始めて長いのですが、彼は私に何もしてきません。私のこと嫌いなのでしょうか？
いきなりセックスを求めたら、「まだキスもしていないのに・・・順序があるのよ」と断られてしまいました。どういことでしょうか。
性的同意ってなに？
性行為（セックス）をしないといけませんか？
初めての性行為（セックス）で出血しないのはおかしいですか？
セックスって何才になったらしてもいいんですか？
強制ではない性行為なら、何歳からでもいいの？
性行為に関する法律はどうなっているの？
性交痛が辛い
初体験ってどう迎えたらいい？
3. 避妊
避妊の種類や方法について相談したい
避妊の方法について知りたい。
避妊方法の選択肢って何があるの？
確実に避妊できる方法ってある？
効果的な避妊は
パートナーが避妊に協力してくれない・・・という時は？
ピルについて相談したい（低用量ピル）
低用量ピルってどんなもの？
低用量ピルを飲むと不妊になる？太る？
緊急避妊とは何ですか
緊急避妊薬（アフターピル）とは？
緊急避妊ってどんな種類があるの？いくらかかるの？
緊急避妊薬はどこで買えるの？
通販サイトの緊急避妊薬・アフターピルは大丈夫？
どうして、緊急避妊ができるのですか
いつ緊急避妊ピルを服用するのですか
緊急避妊薬は副作用の強い危険な薬では？
緊急避妊ピルは安全ですか
緊急避妊ピルの副作用とは？
もし避妊の失敗後、72 時間を越えてしまったら？
緊急避妊の成功を確認するには？
性行為（セックス）中にコンドームがはずれてしまった。避妊できなかった。妊娠したくないけど、どうすればいいですか？

避妊に失敗した、レイプされたときの、緊急避妊法について教えてください。
外出しや安全日は避妊にならない？
安全日ってあるの
妊娠しない安全日について知りたい。
4. 妊娠
妊娠する？しない？
妊娠しやすい時期ってあるの？
妊娠をしてしまった時の対応
もしかして妊娠？どうしよう
生理（月経）が遅れている。妊娠したかもしれない。どうすればいいですか？
月経が来ないけど、これって妊娠したの？
もし妊娠したかも？と思ったら…
妊娠検査薬ってどこで買えるの？使い方は？
もし思いがけず妊娠をした時は？
中絶について
中絶後の影響は
妊娠したらどう変わっていくの？
出産の痛みってどのくらい？
母子健康手帳はどこでもらえますか
お金がない
産んだあと育てられるかな
学校をやめなくちゃいけない？
5. ライフプラン
妊娠のしやすさは年齢によって変わるのですか？
将来、子どもがほしい。今しておくことはある？今すぐではありませんが、将来的に子どもがほしいと思っています。だけど、不妊治療についてのニュースをよく見かけるので不安になります。今のうちにやっておいたほうが良いことや、良くないことを教えてください。
6. 性感染症
性感染症に関する知識を知りたい
性感染症ってなに
性感染症ってどううつるの？
性感染症は怖い 治る病気ですか
性感染症の兆候などを聞き、自分で性器の異常に気づくための知識を知りたい
性感染症になってしまったかもしれない
これって性病！？

性器のあたりがかゆい・・・これって病気なの？
もし「性感染症かも？」と思ったら？
性感染症にならないためにどうしたらいいですか？
性感染症にかからないためには？
コンドームを使ったら性感染症をふせぐことができますか
温泉で性感染症になったと聞いたことがあるのですが、そんなことあるのですか？
性感染症を親にバレずに治療したい
HIV/エイズのことを知りたい
HIV に感染したら、どうなるの？
パートナーがクラミジアにかかっていました。セックスのときにコンドームを使わなかった時があります。何も症状はないのですが検査をした方がいいのでしょうか。また、検査はどこでできますか？
子宮頸がんとは？
HPV ワクチンとは？
7. パートナーとの関係
パートナーとの性欲の違い、その折り合いのつけ方
パートナーとの性の不安などを相談に乗ってもらいたい
彼女が生理中の際の対応について
パートナーが束縛したり暴力を振う
イヤだと言ったのに性行為（セックス）された。どうすればいいですか？
別れたいけど、別れられない
これってデート DV じゃない？
8. 体について
カントン包茎が悩んでいる
陰茎が小さい気がする。今後困ることはありますか？
性器の大きさが小さくて悩んでいます
性器が大きい方がモテる？ 自分の性器に自信が持てない
ペニスの先が赤くなって少し腫れています。排尿するとき痛いのですが、大丈夫でしょうか。
精液に血が混じるのですが、大丈夫でしょうか？
勃起障害（ED）かもしれない。どうしたらいいですか？
学校や家で突然勃起することがありますが心配ないでしょうか
急な勃起！どうしたらいい？
性的なことばかり考えて集中できません。自分が変で嫌です。自分はいやらしいのだと思うのですが異常ですか？
セルフプレジャー、毎日やってもいいですか
マスターベーションってどんなことでしょうか

マスターベーション（自慰）のやり方がわからないので、教えてください。
マスターベーションのしすぎはよくないでしょうか
マスターベーションってカラダに悪い？
マスターベーション（自慰）の回数が多くて異常ではないでしょうか？
マスターベーション（自慰）で射精できなくて心配なのですが？
夢精の回数が多いのではないかと心配です。また、夢精はいつまで続くのですか
性器の病気が心配。どんな病気がありますか？（男性の場合）
おっぱいが友達と比べて小さいような気がします
胸（乳房）が小さいのですが、魅力がないのではないかと心配です。
性器が黒ずんできた気がするの病気？
女性に多い病気が心配。どんな病気がありますか？
子宮頸がんとは？
HPV ワクチンとは？
9. その他
産婦人科ってどんなところ？
産婦人科を受診した方がよいかも？と思っているがいきなり行くのは不安がある
食べたいけど、食べられない
ストレスなどで気持ちが落ち込んでなかなか回復しない
過食、拒食、ダイエットの悩み
やせたくて、ダイエットをしていますが
友人や家族関係の悩み
恋愛ってしなきゃだめなの？
誰かを好きにならないとダメ？
僕が好きになるのは、男子なんですけど、これっておかしいですか。
同性が好きな自分って…？
障害のある人も恋愛をする？
性被害に(あなた、友だちが)あったら？
はだかの写真を撮られた。どうすればいいですか？
メディアの性情報について