

無料

簡単
申込

いつかのために プレコン健診

健康課題の早期把握に繋がっています

01

スマホで
簡単お申込み

02

結果通知まで
全てWEBで完結

03

オンラインで
医師へ相談可※

※必要に応じてご案内させていただきます

\\ 検査方法は以下のうち1つを1回のみ選択 (両方での受診はできません) //
(令和6年度に受診した方は、今年度の受診はできません)

—— 1. 職場の健康診断と同時に受診 ——

血液検査

→採血量 (※1) を増やすことで健康診断当日に無料受診

(※1) 採血量について (目安)
・採血管: 追加2本 (合計4本) ・採血量: 1本あたり約5ml (合計約20ml)
※採血量は検査先の仕様により多少前後する場合があります



—— 2. 提携クリニックに行って受診 ——

血液検査

+

オプション検査

→基本項目のほかオプション検査 (内診) も無料受診が可能

詳細は [山梨県プレコン健診詳細ページ](#)  をご確認ください

プレコンセプション ケアとは

妊娠や出産を目指す人々だけでなく、前思春期からすべての世代を対象とした包括的な健康管理の考え方です。これは、身体的・精神的・社会的に健康な状態を保ち、個人の生活の質を向上させることにつながる大切な取り組みです。今は、まだパートナーがいない、妊娠を考えていない、という方も自身の健康状態を早期に知り、健康な生活習慣を身につけることは、自分らしいライフデザインを描くためにも非常に重要となります。※参考: 令和元年度厚生労働省科学研究費補助金 (女性の健康の包括的支援政策研究事業「日本のプレコンセプションケアを考える会」)

プレコン健診とは

企業の職場健診や提携しているクリニックにて採血等を行い、妊娠・出産に関わる検査を無料で受けることができます。(助成上限有り)

健診の対象者

- 県内在勤の18~39歳の女性 (1986年4月1日~2008年3月31日生まれの方)
- 問診票回答が必須
- 令和6年度 (R6年4月1日~R7年3月31日) プレコン健診受診者は対象外
- 現在、既に妊娠が分かっている方は対象外



YAMANASHI

本健診事業は、令和7年度 山梨県 プレコンセプションケア推進事業 (プレコン健診) として「山梨県 (総合県民支援局子育て・次世代サポート課)」が実施しております。

検査方法は以下のうち1つを1回のみ選択（両方での受診はできません）

1. 職場の健康診断と同時に受診

血液検査

→採血量（※1）を増やすことで健康診断当日に無料受診
お申込み方法は裏面をご確認ください



or

2. 提携クリニックに行って受診

血液検査

+

オプション検査

→基本項目のほかオプション検査（内診含む）も無料受診が可能

詳細は [山梨県プレコン健診詳細ページ](#) をご確認ください



血液検査（無料）

検査項目	判定項目	検査内容	検査の目的
血液検査	貧血（血算）	白血球、赤血球、血小板、ヘモグロビン、MCV、MCH、MCHC	貧血の有無を調べます。貧血は女性に多い疾患ですが、妊娠の負荷がかかるとさらに貧血に陥りやすくなります。
	血糖	HbA1c、空腹時血糖	妊娠初期にお母さんの血糖コントロールが悪いと先天異常を合併する確率が高くなることが知られています。妊娠してから糖尿病が見つかったということがないようにしましょう。
	肝機能	AST、ALT、γ-GTP	肝障害の有無を調べます。
	腎機能・電解質	Cr、Na、Cl、K、UA	腎機能・電解質バランスを調べます。
	脂質	T-CHO、LDL、HDL、TG	脂質異常症の有無を調べます。
	甲状腺機能	TSH、FT4	甲状腺機能低下症（橋本病）、甲状腺機能亢進症（バセドウ病）ともに不妊症・妊娠中の合併症に繋がります。妊娠前に治療を行い、甲状腺ホルモン値を正常に近付けることでこれらのリスクを減らすことができます。
	梅毒	TPHA法、RPR法	梅毒の感染を調べる検査です。妊娠中・出産中の母子感染を防ぐためにも、妊娠前からチェックしておきましょう。
	B型肝炎	HBs抗原	B型肝炎の感染を調べる検査です。出産中の母子感染予防や、対策のために重要です。
	C型肝炎	HCV抗体	C型肝炎ウィルスの感染を調べる検査です。出産中の母子感染予防や、対策のために重要です。
	栄養	鉄（血清鉄、フェリチン）、葉酸、ビタミンD、亜鉛	これから妊娠を考える上で、栄養状態に問題がないかどうかを確認します。亜鉛は、人体にとって必須の微量ミネラルであり、さまざまな生理機能に関与しています。妊娠中の亜鉛欠乏は、胎児の成長障害、低出生体重、早産、流産のリスクを高める可能性があります。また、母体の免疫機能の低下や感染症リスクの増加も懸念されます。
尿検査	風疹	風疹抗体	妊娠初期に風疹に感染すると先天性風疹症候群（心奇形、白内障、難聴など）の原因となります。妊娠前にワクチン接種をすることで予防することができます。接種後2ヶ月ほどの避妊が必要です。パートナーからの感染もありますので一緒にワクチン接種の必要性を話してみましょう。
	卵巣年齢（※1）	AMH（抗ミュラー管ホルモン）	卵巣の予備能を調べる検査です。
尿検査	尿検査	尿定性	尿糖や尿蛋白の有無などを調べることで、糖尿病や腎臓病など治療が必要な病気が隠れている可能性を調べます。

引用：国立成育医療研究センターHP ※1 AMH検査はクリニックによって行わない場合がございます。クリニック毎の検査内容をご確認のうえ、受診をお願いいたします。

オプション検査（無料） 提携クリニックでの健診を選択した方のみ追加可能 ※職場の健康診断と同時に受診した方は、後日追加できません

検査項目	判定項目	検査内容	検査の目的
血液・内診検査	クラミジア	内診、または採血	最も多い性行為感染症であり、卵管炎・子宮頸管炎が知らない間に進行すると不妊症の原因になることもあります。※2
	HIV	採血	後天性免疫不全症候群（AIDS：エイズ）の原因になるHIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染しているかどうかを調べる検査です。HIVに対する抗体が出現しているかどうかを調べHIV感染の有無を確認します。※3
	淋菌	内診	性感染症の一つで、主な症状におりものが増える、熱が出る、下腹部の痛みが出る、のどの違和感を起こすことなどが 있습니다。症状がないこともあり、不妊の原因になることもあります。※4
婦人科健診（内診）	子宮・卵巣の状態	経膈超音波	子宮及び卵巣に異常な所見がないかを調べます（子宮筋腫、卵巣のう腫など）。※3
	子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診	子宮頸癌検診です。異常細胞（異型細胞）が採取されていないかを確認します。早期の段階で異常を見つけることが目的です。※3

※2 引用：国立成育医療研究センターHP ※3 引用：公益財団法人エイズ予防財団HP ※4 出典：厚生労働省HP

AMH（抗ミュラー管ホルモン）検査とは？

血液中のAMH値の濃度を調べることで、卵巣内に残っている卵子の数を推定し、卵巣の予備能力を把握する検査です。卵巣が卵子をどれくらい排卵する能力があるのかをAMH値から推測でき、不妊治療専門クリニックなどでは、不妊治療の治療方針の参考にしています。

AMH値で妊娠率は決まらない

AMH値はあくまでも卵子の「数」を反映している検査であり、妊娠率に関する卵子の「質」は反映していません。その為、数値が低くても排卵している限りは、同年齢の人と同じぐらいの妊娠の確率があります。

また、同様に数値が高くても妊娠率が高くなるわけではありません。卵子の数が多いと、多すぎるために排卵しづらい状況になることもあります。この場合、月経が不規則だったり、月経が来ているのに基礎体温が二相性にならないことがあります。

このようなことが現在、または今後気になるときは一人で悩まずに生殖専門クリニックへご相談ください。

卵子の数について

卵子の元になる卵母細胞は、女児がまだ母体内にいる胎生5ヶ月頃に最も多く、約700万個作られますが、その後急速にその数が減少し、出生時には、約200万個となり、排卵が起こり始める思春期頃には、30万個まで減少します（図1）。そのうち、排卵する卵子の数は400～500個（1%以下）です。つまり、排卵する卵子の年齢は実年齢とほぼ同じであることになります。このように卵母細胞の数は増加することではなく、37歳頃を過ぎると急速に減少し、卵母細胞の数が約1,000個以下になると閉経します。

引用：日本生殖医学会HP

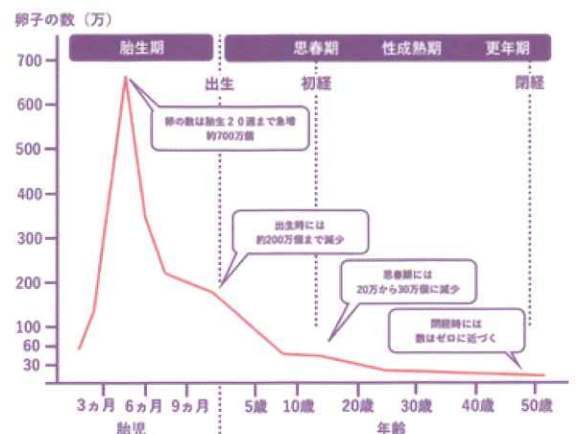


図1 参考：日本生殖医学会HPより参考にし、NPO法人フォレシアにて作成

値が低い場合は妊娠は難しいのでしょうか？

いいえ。AMH値はあくまでも卵子の「数」を反映している検査であり、妊娠率に関する卵子の「質」は反映していません。その為、排卵している限りは、同年齢の人と同じぐらいの妊娠の確率があります。また、図2が示すように卵子の数は個人差が非常に大きいものです。]

（右記グラフの年齢ごとの緑縦線が個人差）

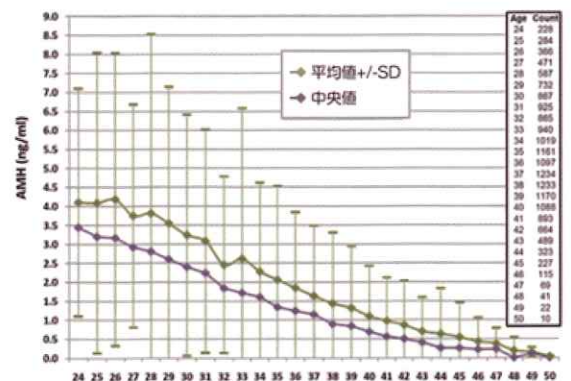


図2 出典：Seifer. Age-specific AMH values for U.S. clinics. FertilSteril 2011

値が高い場合はどのようなことが考えられますか？

数値が高くても妊娠率が高くなるわけではありません。

卵子の数が多いと、多すぎるために排卵しづらい状況になることもあります。この場合、月経が不規則だったり、月経が来ているのに基礎体温が二相性にならないことがあります。

このようなことが現在、または今後気になるときは一人で悩まずに生殖専門クリニックへご相談ください。