

# 北海道子ども施策審議会子ども部会委員 公募のお知らせ

北海道では、北海道子ども基本条例に基づき、子ども施策を推進するために「北海道子ども施策審議会」(以下「審議会」という。)を設置し、この審議会の下に、「子ども部会」(以下「部会」という。)を置いています。

部会は、子どもの視点による子ども施策の推進に関する事項を調査・審議しているところです。この度、部会の委員を道民の皆様から次のとおり公募します。

## 応募資格

- (1) 道内の高等学校、中等教育学校(後期課程)、特別支援学校高等部に在籍する生徒並びに大学生等(大学、短期大学、大学院及び専修学校専門課程)である方
- (2) 子ども施策について関心を有し、年2回程度開催する部会(札幌市内で開催を予定)に出席できる方

## 委員の任期

任命の日から令和8年(2026年)3月31日まで

## 公募委員数

22名以内

## 委員の仕事

子ども施策の推進に関する事項の調査・審議(今年度はプレコンセプションケア(※)に関することを予定)等をしていただきます。

※プレコンセプションケアとは、性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン(将来設計)や将来の健康を考えて健康管理を行うこと。

## 応募方法

提出書類は「応募用紙」及び「作文用紙」になります。

※ 道庁のウェブサイトからダウンロードできます。

( <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kms/shingikai/224217.html> )

※ 簡易申請システムによる応募の場合は様式の提出は不要です。

簡易申請URL( <https://www.harp.lg.jp/SksJuminWeb/EntryForm?id=0vkkllpC> )



## 作文テーマ・ 応募期限及び 提出方法

- (1) 作文テーマ(選択式:400字以内)

ア「プレコンセプションケア・チェックシート(出典:国立成育医療研究センター)の内容について、今、ご自身ができていること、できていないことを教えてください。今できていることを、10年後も続けられそうでしょうか?どうしたら続けられると思いますか?」

イ「あなたの周りの家族や友だちは、プレコンセプションケア・チェックシートの項目を実行できていると思いますか?あまり実行できていないなあ、と思う人を想像してください(あなたご自身でも構いません)。その人にチェックシートの内容を知ってもらったり、大事だと意識してもらったりするにはどうしたらいいと思いますか?」

- (2) 応募期限

令和7年(2025年)6月27日(金)必着

- (3) 提出方法

下記の応募問合せ宛て、持参・郵送・FAXのいずれかの方法で提出いただくか、又は簡易申請システム(オンライン)にて提出ください。

## 報酬等

部会に出席した場合は、北海道の規程により報酬及び旅費をお支払いします。

## 応募 問合せ

北海道保健福祉部子ども政策局子ども政策企画課

〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目

電話 011-231-4111(内線25-671) FAX 011-232-4240



## プレコンセプションケア・チェックシート

～もっとすてきな自分に、そして未来の家族のために～

- 適正体重をキープしよう。
- 禁煙する。受動喫煙を避ける。
- アルコールを控える。妊娠したら禁酒する。
- バランスの良い食事をこころがける。
- 食事とサプリメントから葉酸を積極的に摂取しよう。
- 150分/週運動しよう。こころもからだも活発に。
- ストレスをためこまない。
- よい睡眠をとろう。
- 感染症から自分を守る。(風疹・B型/C型肝炎・性感染症など)
- ワクチン接種をしよう。(風疹・インフルエンザなど)
- パートナーと一緒に健康管理をしよう。
- 危険ドラッグを使用しない。
- 有害な薬品を避ける。
- 生活習慣病をチェックしよう。(血圧・糖尿病・検尿など)
- がんのチェックをしよう。(乳がん・子宮頸がんなど)
- HPVワクチンを接種したか確認しよう。
- かかりつけの婦人科医をつくろう。
- 持病と妊娠について知ろう。(薬の内服についてなど)
- 家族の病気を知っておこう。
- 歯のケアをしよう。
- 計画：将来の妊娠・出産をライフプランとして考えてみよう。

女性用

男性用もご覧ください！

もっとすてきな自分になるために、未来の家族のために、できることから始めて、1つずつチェック項目を増やしていきましょう。



## プレコンセプションケア・チェックシート

～もっとすてきな自分に、そして未来の家族のために～

- バランスの良い食事をこころがけ、適正体重をキープしよう。
- たばこや危険ドラッグ、過度の飲酒はやめよう。
- ストレスをためこまない。
- よい睡眠をとろう。
- 生活習慣病やがんのチェックをしよう。
- パートナーと一緒に健康管理をしよう。
- 感染症から自分とパートナーを守る。(風疹・B型/C型肝炎・性感染症など)
- ワクチン接種をしよう。(風疹・おたふくかぜ・インフルエンザなど)
- HPVワクチンをうとう。
- 自分と家族の病気を知っておこう。
- 計画：将来の妊娠・出産やライフプランについてパートナーと一緒に考えてみよう。

男性用

女性用もご覧ください！

もっとすてきな自分になるために、未来の家族のために、できることから始めて、1つずつチェック項目を増やしていきましょう。