



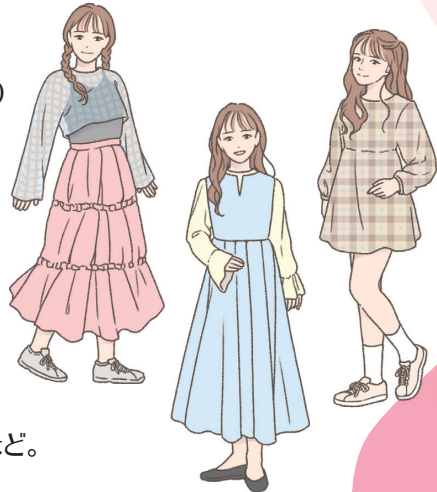
はじめての婦人科受診 受診前のチェックシート

持ち物

- ☐ 健康保険証／マイナンバーカード(マイナ保険証)
- ☐ お薬手帳(あれば)
- ☐ ナプキンまたはおりものシート(念のため)
- ☐ 症状などをまとめたメモ
- ☐ 現金(5000円ぐらい)

服装

- ☐ 脱ぎ着しやすい服装
(ゆったりしたスカート、チュニック、ワンピースなど。
靴下か膝下までのストッキング)



初診時には問診票を記入するクリニックが多いよ！

下のような項目があるから、生理の記録のある手帳をもっていくなど、
できる範囲で用意して行こう



生理に関すること

- ☐ 困っている症状
生理痛
(いつから、どんな痛みか、痛みの強さ、
痛くなるタイミング)

その他の症状

- ☐ ふだんの生理(間隔、期間、出血量)
- ☐ 直近の生理(始まった日と終わった日)
- ☐ はじめて生理になった年齢
- ☐ 性交渉の経験の有無*

健康に関すること

- ☐ 身長・体重
- ☐ これまでにかかった病気
- ☐ 手術歴
- ☐ 治療中の病気
- ☐ 服用中の薬
- ☐ 薬や食物アレルギーなどの有無
- ☐ 家族の病歴
(婦人科系、その他の大きな病気)

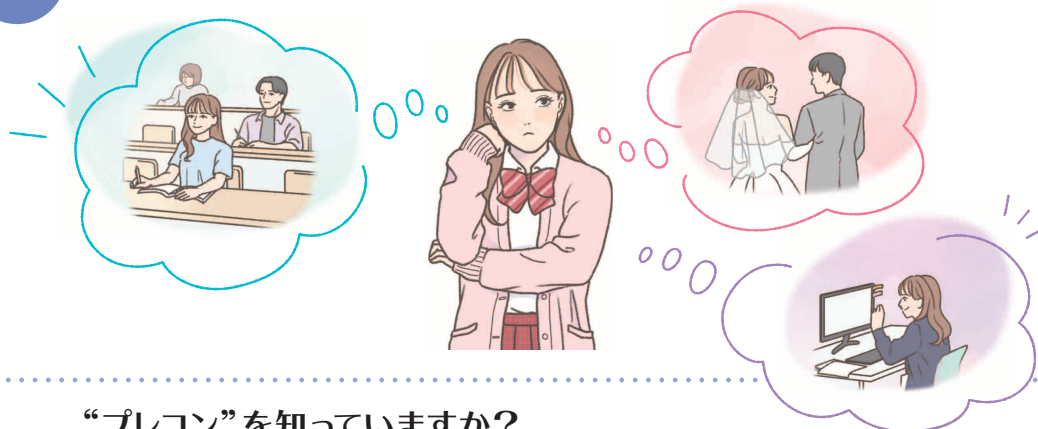
※必要な検査を決めるための項目です。
性交渉の経験がない場合は内診ではなく、お腹の上からの検査を行うよ。
経験がある場合も、内診に不安があれば、そのことを伝えてください。

お子さまの「生理痛」について、親御さまへ

お子さまの生理痛について、「生理は痛いのが当たり前」とっておられませんか？
また、お子さまが婦人科を受診するのはハードルが高いと感じるかもしれません。
しかし思い切って相談することで体が楽になれば、毎日をもっと快適にすごせます。
婦人科デビューが早ければ、妊娠・出産や更年期など、将来の健康管理にも役立ち
ますので、思い切って、早めに相談していただきたいと思います。

4STEP♥ ライフプランの実現×婦人科のかかりつけ医

1★ あなたは、将来、どんなライフプランを思い描いていますか？



“プレコン”を知っていますか？

2★ プレコン＝プレコンセプションケアとは、コンセプション（受胎・妊娠）の“プレケア”という意味。つまり、若者が将来のライフプランを考えて、生活や健康と向き合うこと。若いときから正しい知識をもって健康的な生活を送ることが将来のすこやかな妊娠や出産のためになるという考え方だよ！

なぜ、プレコンが大事なの？

◎ リスクのある妊娠の増加

3★ 若い女性のやせ＆肥満、出産年齢の高齢化などから、リスクの高い妊娠が増加しているんだ。

◎ 不妊の増加

「生理がちゃんと来ないのを放置していた」「生理痛をがまんしていた」なんてことが不妊の原因となることも。

4★ 婦人科のかかりつけ医をもち、生理の悩みを相談することが大切♥

婦人科のかかりつけ医がいる安心感



持田製薬株式会社