

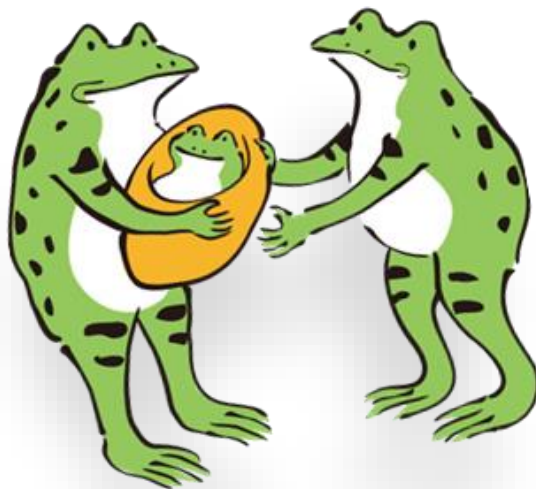
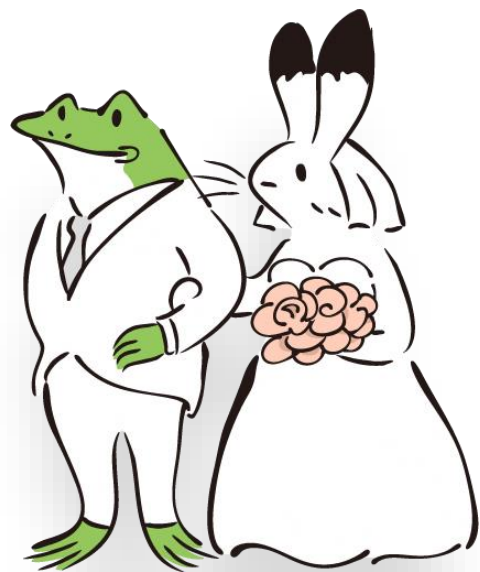


これが人生
私の人生

考えてみませんか？ ライフプラン

熊本市こども政策課

令和6年(2024年)3月



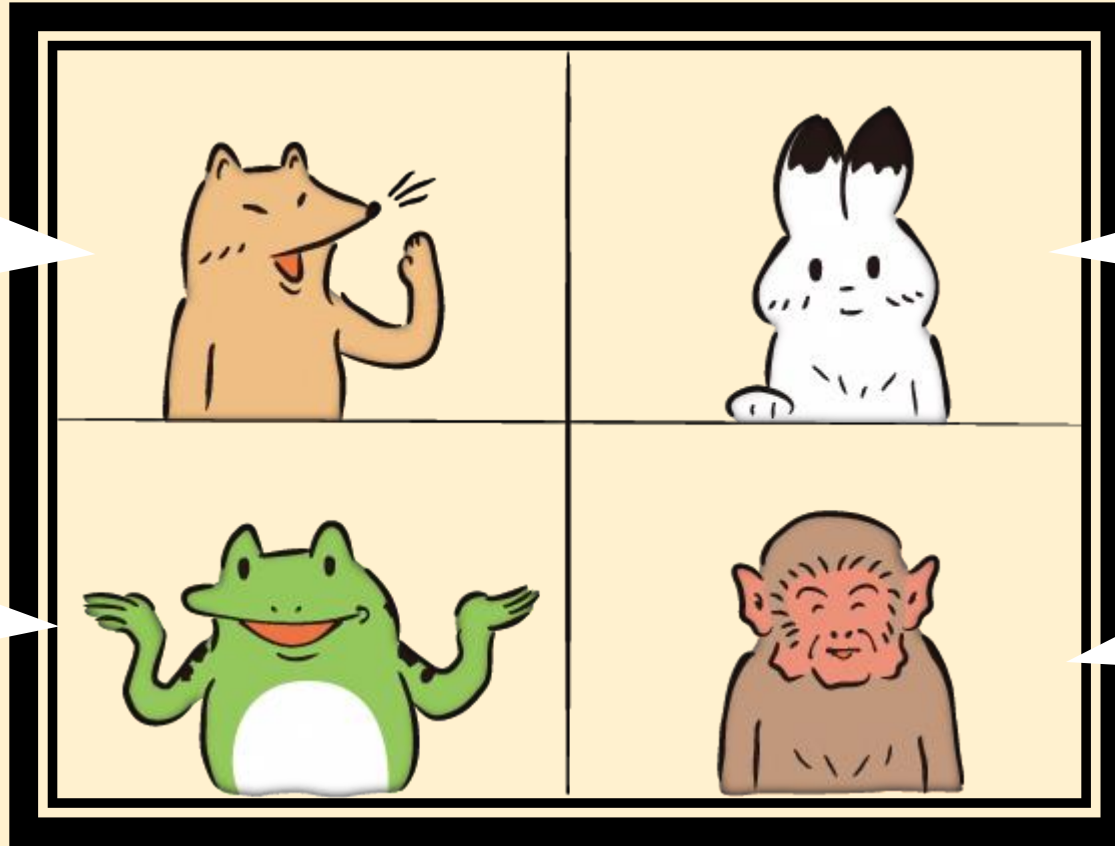
目次

- 0 三十二歳春同窓会之巻
- 1 ライフプランを立ててみよう！
- 2 結婚・子育てについて考えてみよう！
 - ▶何歳で結婚？出産？
 - ▶知っておこう お互いの違い
 - ▶どれくらいこどもが生まれている？
- 3 どんな子育てサポートがあるの？
 - ▶妊娠・出産・子育てのサポート制度
 - ▶ふたりで働く ふたりで育てる
- ∞ 人生全集中之巻

三十二歳春同窓会之巻

久しぶり！元気～？
転職して春から熊本に戻る
ことになったんだ。
みんなよろしく！

仕事に子育てに、慌ただ
しいけど楽しいよ。



仕事も順調だし
趣味で、にんじんソムリエの
資格もとったし毎日楽しい！

私は、最近犬さんと一緒に暮らし
始めたんだ。昔はあんなに喧嘩し
てたのに。
みんな人生いろいろだね。でも、
大人になるって楽しいね。

これからの未来を想像するための材料を一部記しています。
「なんだか自分の想像している未来と違うな。」とか、「じっくり来ないな。」という人もいるでしょう。
そんな人は、「何を違うと感じたんだろう。」と考えたり、
違うなと感じたことをもっと調べたりしてみてください。
いろんな考え方や生き方を”いいね”と言い合える社会へ歩みを進めています。
私たちも、皆さんのいろんな考え方や生き方に心からの敬意を込めて”いいね”を送ります。

👍 1. ライフプランを立ててみよう！

これから、どのようなライフイベントがあるでしょうか？考えてみましょう。

	0歳	10歳	20歳	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳	80歳	90歳
学ぶ いつ・どこで・何を学ぶ？		小・中・高校	美味しい人参をたくさん作るには… 				 人間の言葉をマスターしてみせる			
働く いつから・何をする？					 ウサギ界初の役員になる！					
どこで生きる？ 熊本・県外・海外？				熊本に戻って働くぞ～！ 						
誰と生きる？ 親・パートナー・子どもと？				 育児休暇で子育て楽しんでるよ				里親、養子縁組という家族のかたちも聞いたことあるよ 		

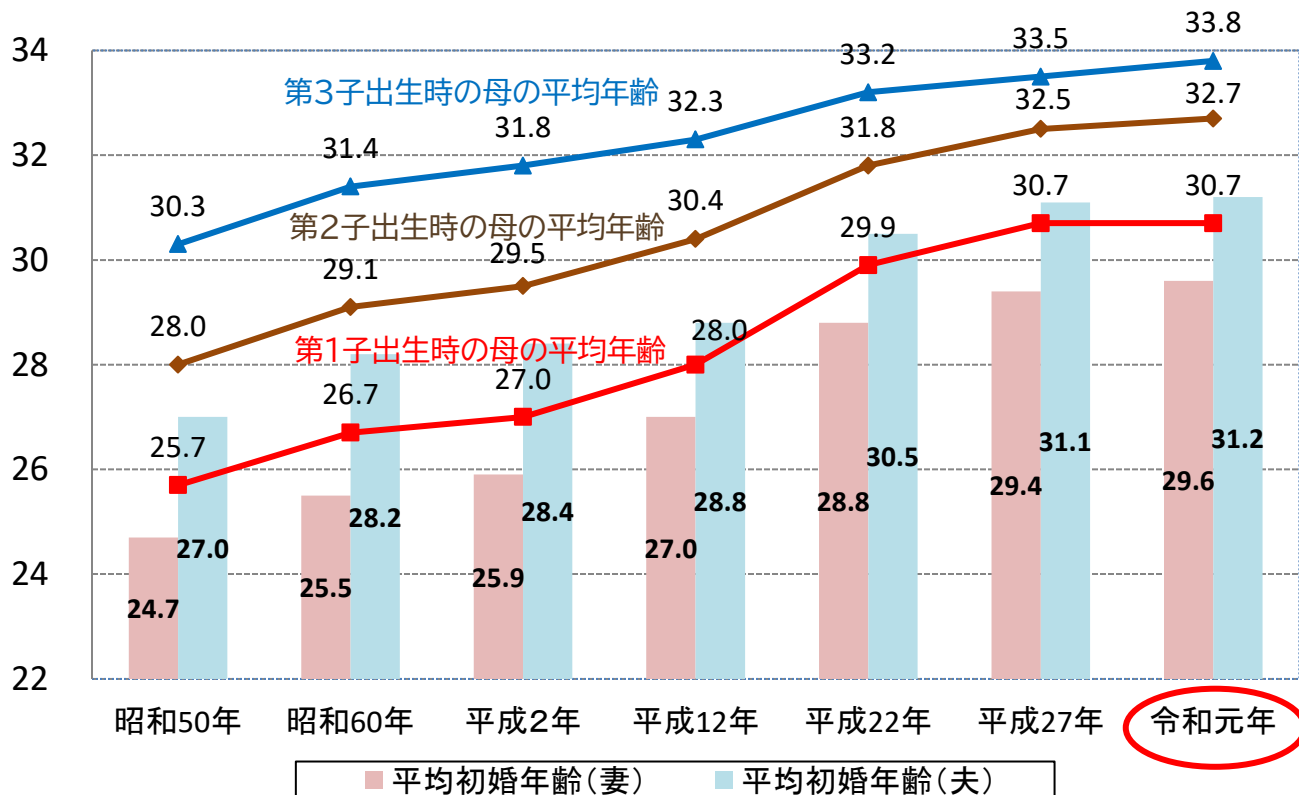
Will Be A Family?



👉 2.結婚・子育てについて考えてみよう！

結婚や子育ては、進路選択、就職に続く、大きなライフイベントの一つです。
一度考えてみませんか？これからの素晴らしいライフプランニング！

平均初婚年齢・出生時の母の平均年齢



何歳で結婚したり、出産する人が多いの？



左のグラフは、全国の平均初婚年齢と出生時の母の平均年齢を示しています。
令和元年の平均初婚年齢は

妻は29.6歳、夫は31.2歳

一人目の子を出産した時の母の平均年齢は、**30.7歳**でした。



以前と変化はあるの？



平成12年の初婚年齢は、
妻は2.6歳、夫は2.4歳若く
一人目の子を出産したときの母親の年齢は
2.7歳低かったようです。





We need to talk.

👉 知っておこう お互いの違い

まずは自分のからだのことを知っておこう。
それから、男性と女性のからだは、生物学的な生殖機能ではこんなに違うということも知っておこう。
パートナー同士、何でも語り合える関係の基本は、それぞれの違いを知ること！

男性	女性
精子は思春期ごろから生産が始まる	卵子は胎児期より持ち備えている
精子は約75日サイクルで生産され続ける	卵子は新しく生産されることはない
精子は数億単位で生産され続ける 精子は加齢とともに、徐々に機能が低下する 傾向がある	卵子は胎児期に700万個、思春期には30万 個に減り、残りが1,000個くらになると閉経 する 卵子は加齢とともに質が低下する
ストレスや生活環境、加齢によりダメージを受 けると、遺伝情報が欠損しやすくなる	加齢による卵子の老化から、遺伝情報のコ ピー、修復ができなくなる
生殖最適年齢は女性より10歳長い	生殖最適年齢は20代～30代半ば(個人差あり)
精子は性質上熱に弱く、高熱にさらされると 精子の数、質に影響が出る	卵子は年齢に伴い生殖機能は低下するが、低 下状況は個人差が大きい

監修:熊本市民病院 産科・婦人科 産科部長 本田 律生

妊娠や出産のことって、もっと大人になっ
て考えれば良い？



男性は思春期頃から、女性も胎児期から、
生殖機能があります。
また、生殖最適年齢に10歳以上違いがあり
ます。今のうちから、自分の体を大切に、
男女の違いがあることを知っておくことが
大事です。それからライフプランニングに役
立ててみましょう！

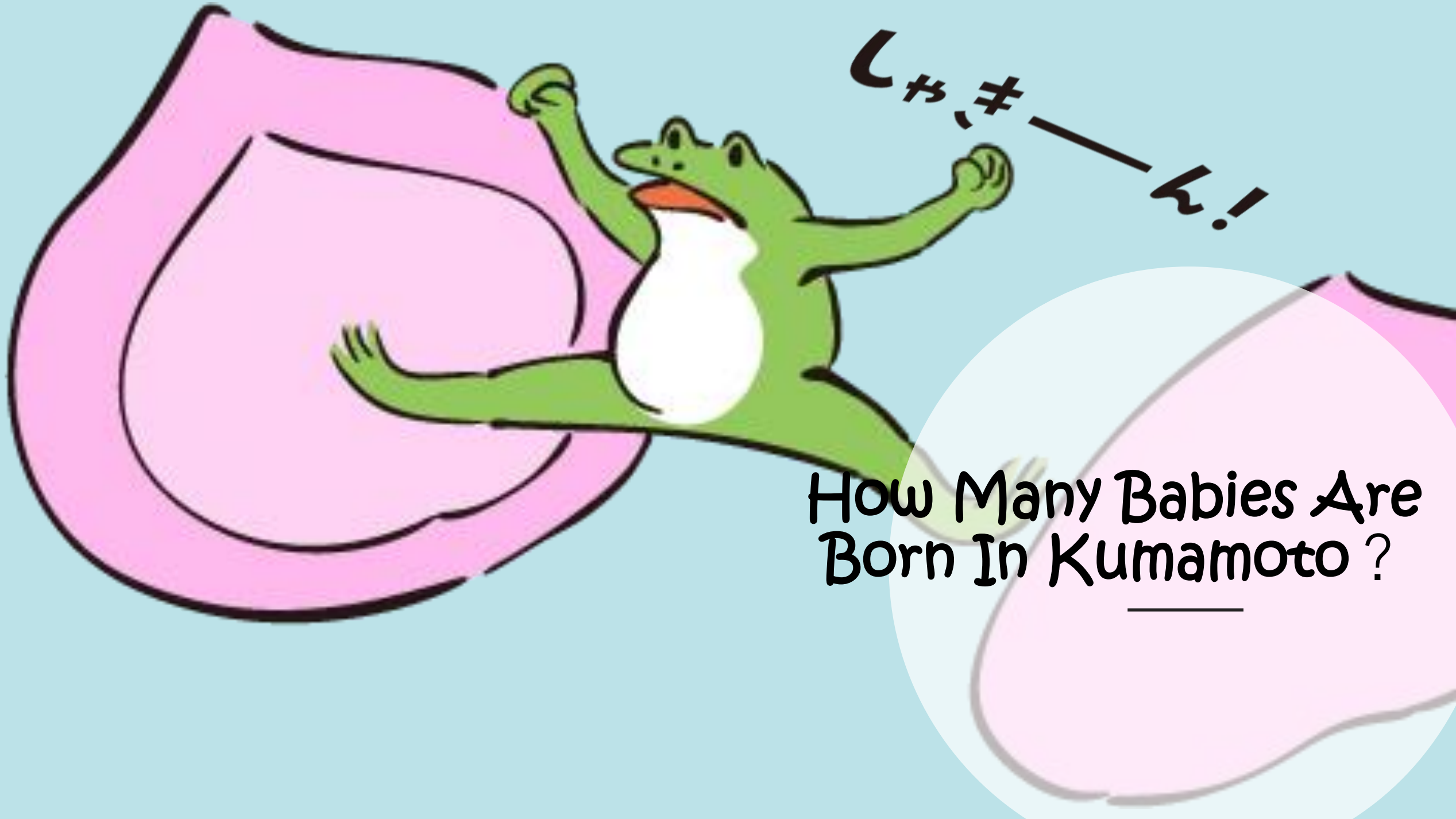
なるほど。左の表から、男女で違いがある
ということは分かったけど、なかなか話し
づらいなあ…



そうですね。でも、性についてパートナーとの会
話をタブーとせず、何でも話し合える関係づくり
が大切です。お互いを尊重しあえる関係は、将来
のパートナー関係や子育ての協力にも影響して
きます。

お互いを知って、なんでも話し合える関係
をつくるってことが大事なんだね。

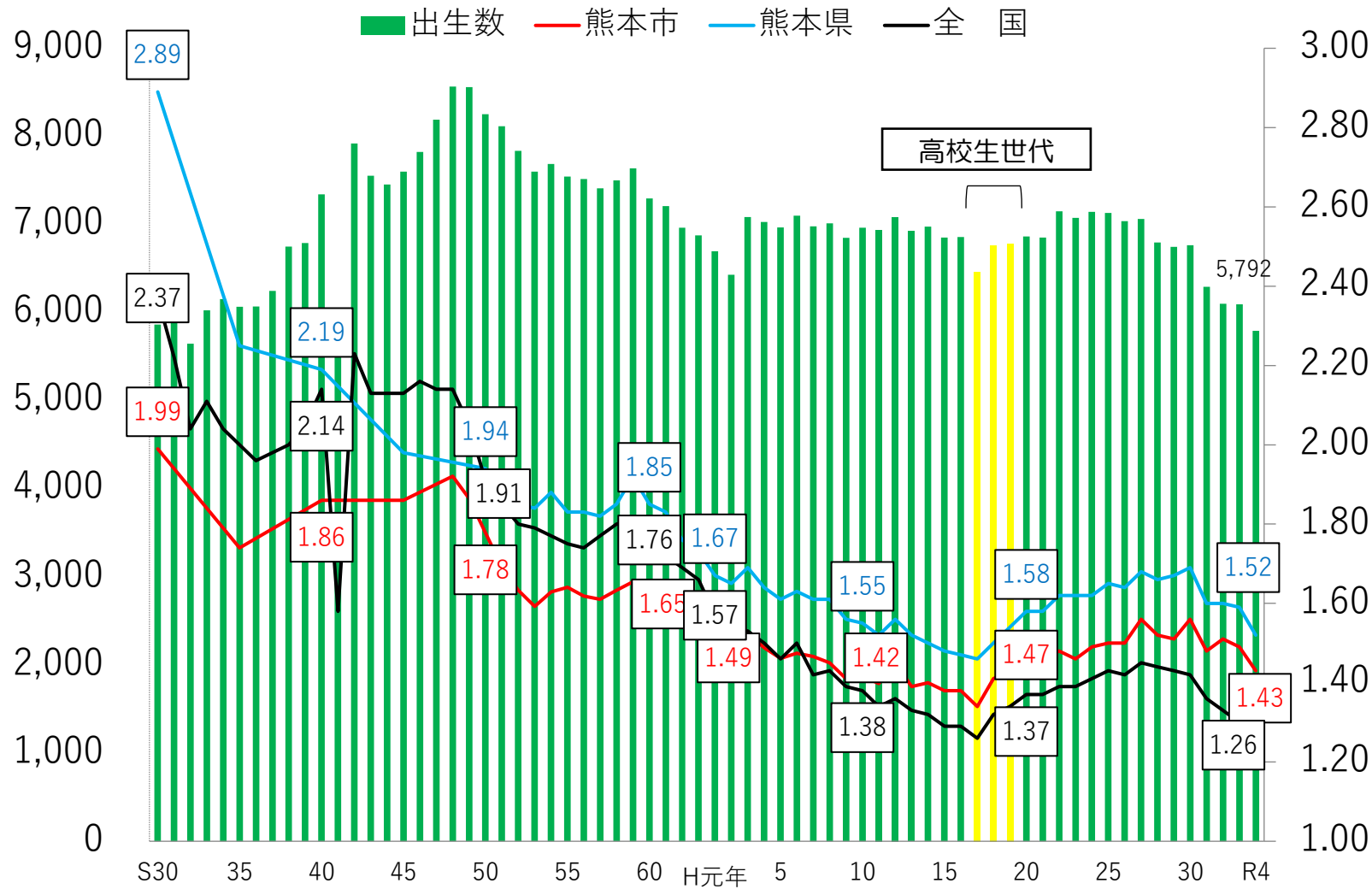




How Many Babies Are
Born In Kumamoto ?

👤 どれくらいこどもが生まれている？

熊本市の出生数・合計特殊出生率



全国・熊本県:厚生労働省「人口動態調査」より作成

熊本市では、一年に何人のこどもが生まれているの？



令和4年は、5,792人のこどもが生まれました。皆さんの生まれた頃は、6,670人が生まれていました。(平成17～19年の平均)

結構、減っているんだね。ところで、合計特殊出生率って、何？



合計特殊出生率は、一人の女性が一生の間に生むこどもの数のことです。令和4年の熊本市の値は、1.43でした。



Please Give Me
Your Support !

👉 3.どんな子育てサポートがあるの？

安心して妊娠・出産・子育てできるように、頼れるサポートがたくさんあります！

妊娠前

妊娠中

出産時

子育て中

子育てしながら働く制度

産前・産後休暇・育児休業

育児時間

短時間勤務

子の看護休暇

助成金制度

不妊治療費助成

ようこそ赤ちゃんプロジェクト

助産制度

未熟児養育医療

自立支援(養育)医療給付

出産育児一時金

こども医療費助成

小児慢性特定疾病医療支援

児童手当給付

こどもの健康・相談・支援制度

妊娠相談
(妊娠SOS熊本)

産婦健康診査

妊婦健康診査
妊婦歯科健康診査

赤ちゃん訪問
(こんにちは赤ちゃん)

産後ケア

産前産後ホーム
ヘルプサービス

乳幼児健康診査

予防接種

病児・病後児保育

育児相談

子育て世代包括支援センター

ようこそ赤ちゃんプロジェクト
(伴走型支援)

子育てほっとステーション

こどもを預ける制度

ショートステイ

トワイライトステイ

一時預かり

児童育成クラブ

こどもの保育・教育(保育園・幼稚園など)

ファミリーサポートセンター

学生だけど、妊娠しちゃったら、どうしよう。
親にも、友達にも、誰にも言えないかも…

思いがけない妊娠に悩んだ時は、電話やメールで相談できるよ。
詳しくは➡



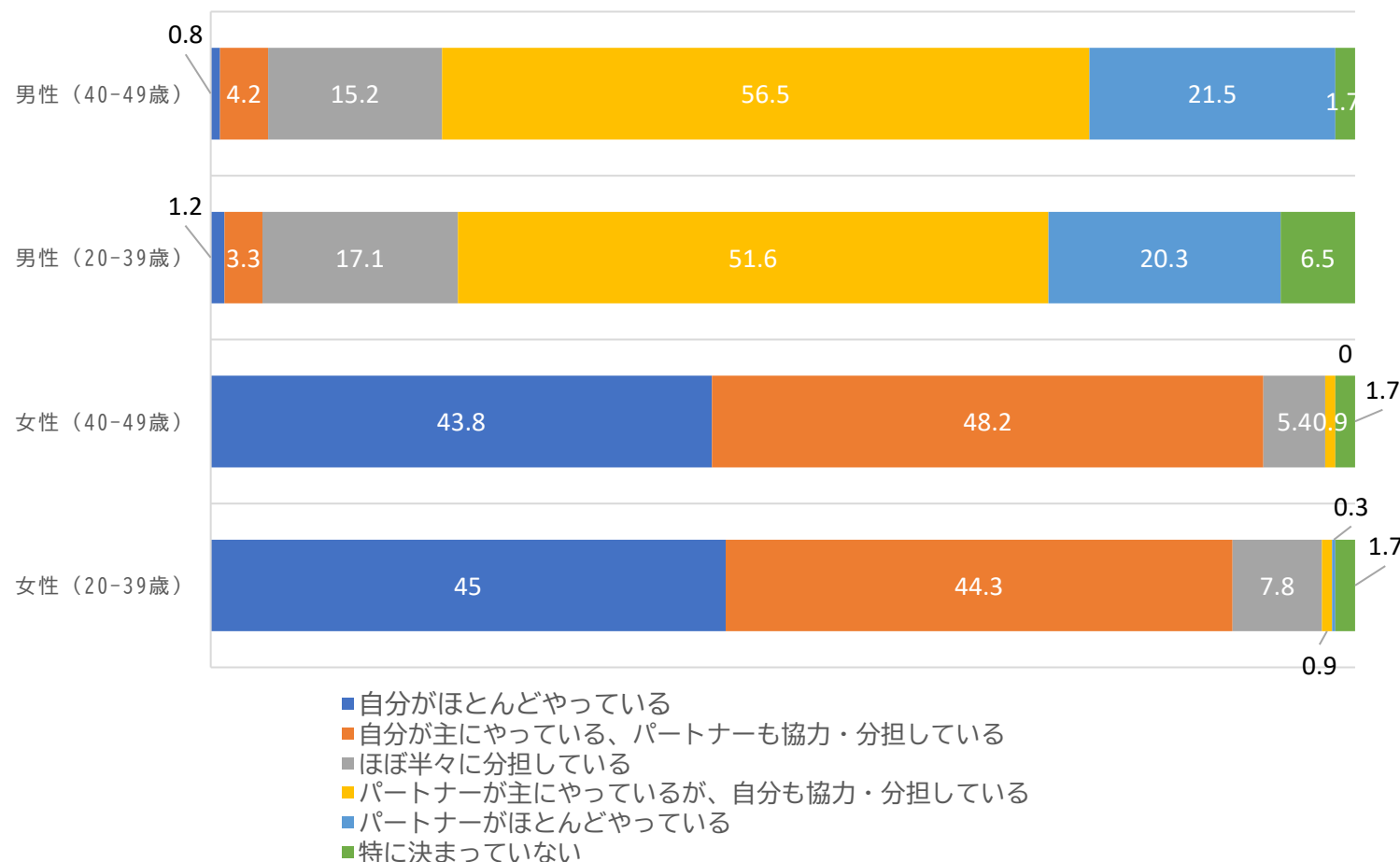
**We Both Work.
We Both Enjoy.**





ふたりで働く ふたりで育てる

育児をどのように分担しているか（単一回答）／性年代別



共働きで子育てをする人たちも増えているよね。パートナーと協力し合って子育てをしているんだね。



そうですね。ただ、まだ女性に負担が偏りがちです。国の調査によると、女性の約9割が自分の方が負担が大きいと感じています。

そ、そんなに！？



その人の意識だけででなく、男性の長時間労働などが原因で、育児に参加しづらいという現状もあります。職場や社会が、子育てを支える環境をつくることも必要です。

将来は、子育てしやすい職場で働きたいな。



熊本市では、安心して子育てと仕事を両立できる企業を認定しています。詳しくは「熊本市子育て支援優良企業」で検索！

人生全集中之巻

みんながそれぞれ頑張っているのを聞いてたら私も頑張ろうって思ったよ。

ずっと楽しいけど、今が一番楽しい。これからもっと楽しくなりそうな気がするな。



いろんな考えや生き方を聞くと、視野が広がって良いね！

否定せずに尊重して聞いてくれるみんなと話せて良かったよ。またみんなで話そうね！

＼結婚・子育ての情報発信中！／



ライフスタイルや価値観の多様化により一人ひとりの生き方は、より多種多様になっています。結婚する・しない、こどもを持つ・持たないなどたくさんの選択肢を能動的に選べるようになった時代にライフプランを考える一助になることを願っています。