



知ることから、はじめる。

みんなの妊活研修



概要資料

ユニ・チャーム 株式会社

「知ることからはじめる みんなの妊活研修」運営事務局

はじめに

この度は、「知ることからはじめる みんなの妊活研修」にご興味を持っていただきありがとうございます。

本資料は、みんなの妊活研修の概要をおまとめた資料となります。
実施ご検討に当たり、ご不明な点等ございましたら、
お気軽に応募フォームよりお問い合わせくださいませ。

目次

■ 知ることからはじめる みんなの妊活研修とは

■ 基本カリキュラムについて

■ 妊活イメージについて

■ 各調査データについて

■ はじめに取り組むべき「妊活」の課題

■ ステートメントについて

■ 私達が考える「妊活」の定義

■ 「妊活」について変えたい意識

■ 研修費用について

■ お問い合わせ・申込方法

■ その他、ソフィブランドが展開する新サービス紹介

知ることからはじめる みんなの妊活研修とは

まだ妊活について考えていない方や、女性だけでなく男性にも学べる機会を提供し、
キャリアについて考えるきっかけや、ヘルスリテラシーの向上を図るとともに、
企業・自治体・学校などの支援制度や取組における活動強化にも繋がる内容です。

「妊活」を知することは、将来の自分の選択肢を広げることに繋がり、
社会全体に関係する重要なテーマでもありと考えております。

妊活観・妊娠観を持つタイミングを早めることで、未来の選択肢を増やすことを目指し、
知識向上と職場や社会における相互理解を促進することを目的とした研修プログラムです。

基本カリキュラムについて

講義は男女問わず、ご参加いただくことを推奨しています。

講義パート内には、自身の人生計画における思考体験もの場もご提供。

講義パート：60分程度

第1章：自分のカラダのことをどのくらい知っている？

第2章：自分の未来（ライフプラン・キャリアプラン）を描こう

第3章：知ることから始める「妊活」

第4章：妊娠に向けたさまざまな選択肢とは？

内）ワークショップ：10分程度含む ※第2章の内容

将来のキャリアやライフプランについて考えていることを専用シートに書き出して言語化していく思考体験

- ・いまパートナーがいない方も将来について想像して書いてみるのも ⇒ ○
- ・家族や子どもについて思っていることを振り返るきっかけとしても ⇒ ○
- etc…

妊活イメージについて

「妊活」

妊活って限られた人たちだけのテーマ？



若いときから・女性以外の周囲のみんなに関係するテーマです。

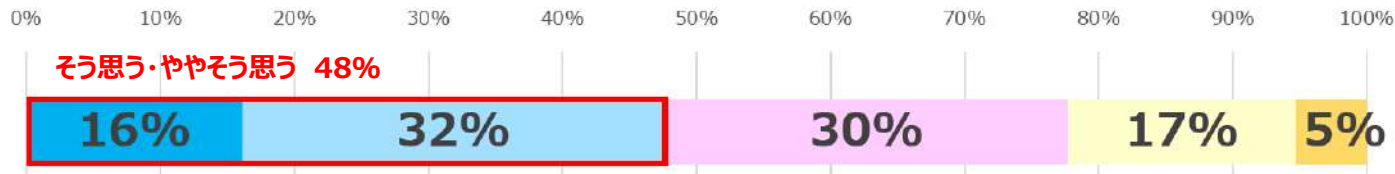
知る機会の不足・知る時期の遅れ

・「妊活について知るきっかけがない」

妊活経験者の約半数

・「妊活の具体的な内容を知りたかった年齢」と「はじめた年齢」に **約5年の差**

■ そう思う ■ ややそう思う ■ どちらともいえない ■ あまりそう思わない ■ そう思わない



● 妊活について知る
きっかけがない

● 妊活について
「知りたかった年齢」
「はじめた年齢」の
年齢差あり

妊活の具体的な
内容を知りたかった年齢

平均 **24.9** 歳

約 5 年の差

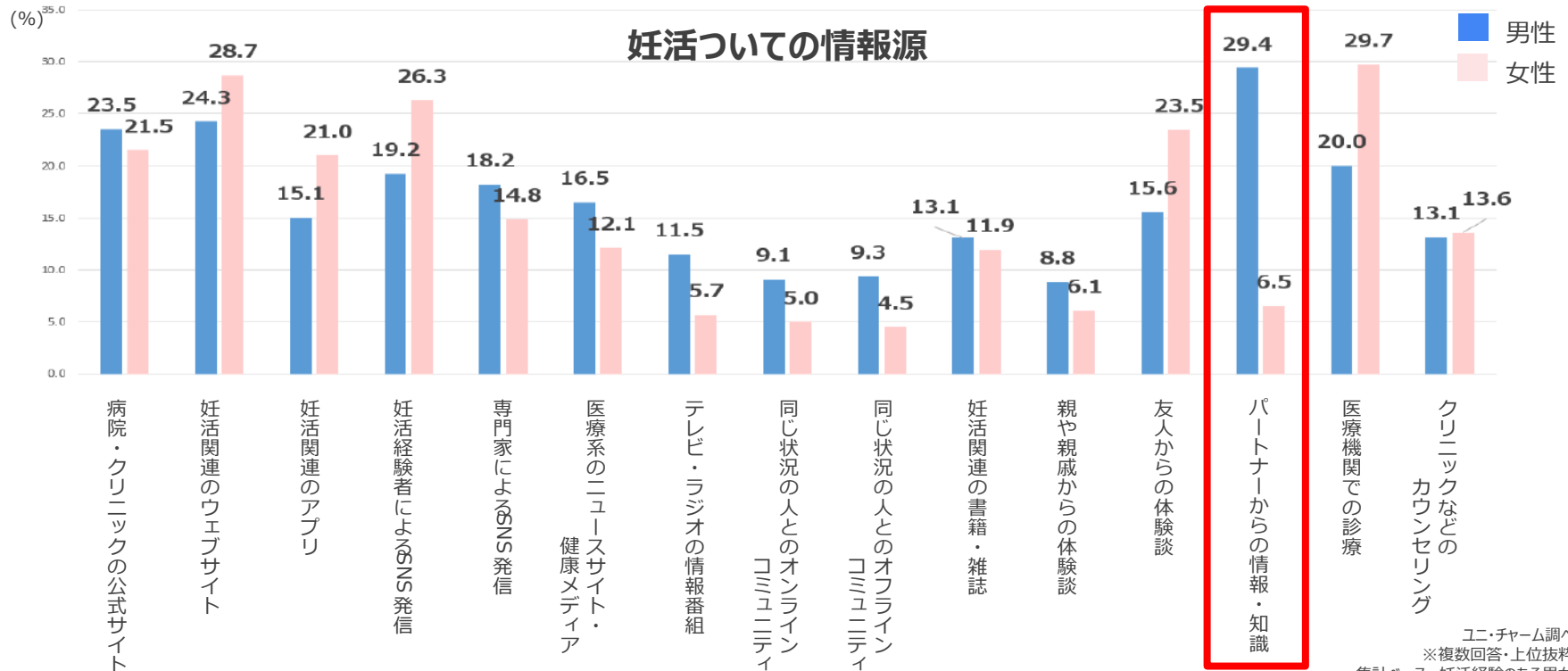
実際に妊活を
はじめた年齢

平均 **30.1** 歳

ユニ・チャーム調べ
(n=1039) ※単一回答
集計ベース=妊活経験のある男女

男女における知識の差

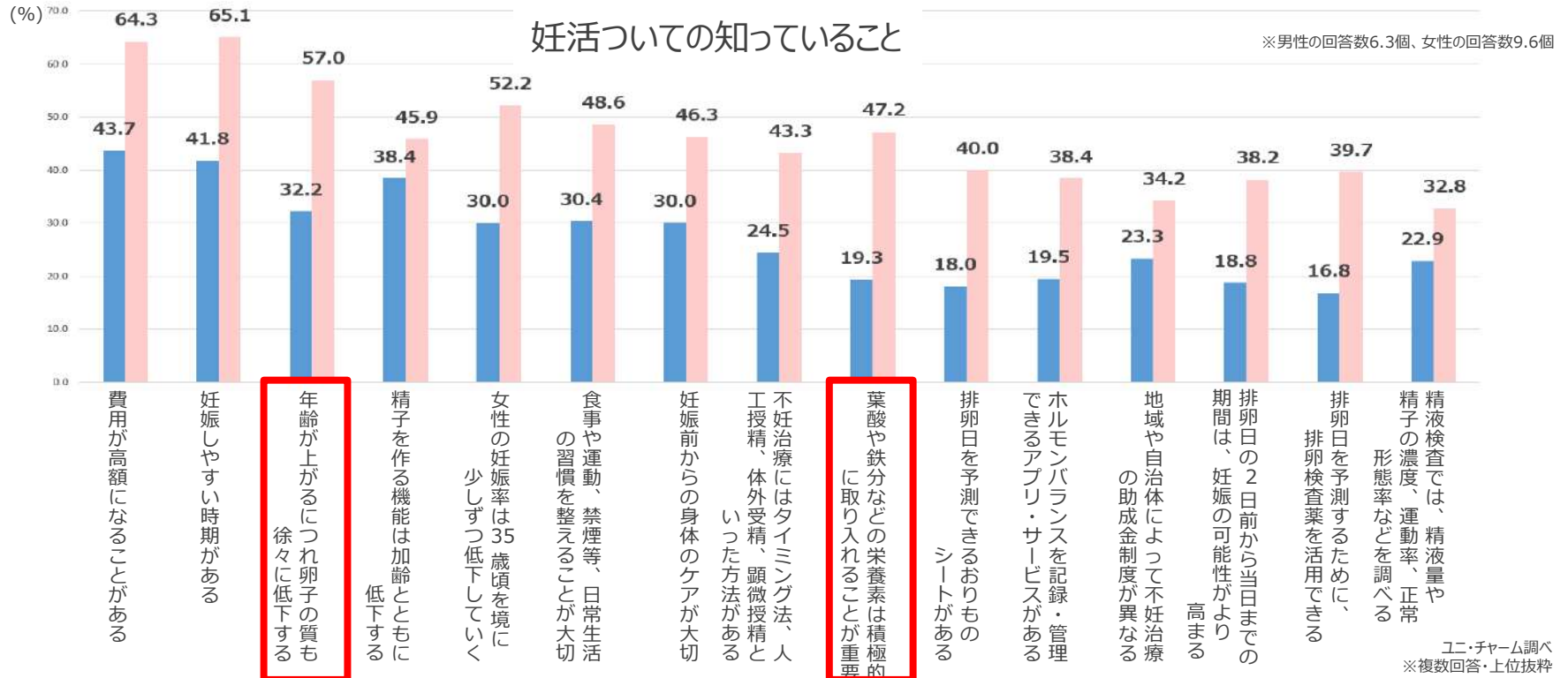
男性は「パートナーからの情報・知識」が情報源として**1位**



男女における知識の差

「妊活に関する知識の男女の差」

約1.5倍



はじめに取り組むべき「妊活」の課題

知る機会の不足

そもそも妊活については誰も教えてくれない、正しい情報にアクセスできない

知る時期の遅れ

いざ妊活を始めるとなったときにはすでに遅いことも。

できるだけ早い時期から妊活についての知識をつけることで選択肢を広げる。

知る人の限定感

妊活は女性だけではなく男性や周囲の理解が不可欠。

会社や自治体等周囲の協力が必要となることも。

— Statement —

自分が描きたい、ライフプラン。キャリアとの兼ね合い。

そもそも子どもを持たない可能性も。

身体や生活スタイルに合わせて、

どんな方法をとるのか。

「妊活」には、実はたくさんの選択肢がある。

だけど、知る機会がなかったり、

自分ひとりで抱え込んでしまったり、

その選択肢を選べない人が、まだまだいる。

どんな人生を送りたいか、

そのためにどんな準備が必要なのか、

選択肢を知る機会を、選択肢が増えていく社会を、

みんなで一つひとつ、つくっていきませんか。

妊活の選択肢をもっと



ソフィブランドでは「妊活」においても、もっと知る機会や知る人を広げ、
選択肢が増えていく社会を目指していきたくと想っております。

私達が考える「妊活」の定義

「妊活」とは限られた人たちのテーマではなく
人生設計を考えると、パートナーと話し合うことなど
早いタイミングから正しい理解と検討や対話することが重要



キャリアについて
考える
:

卵子凍結
:

パートナーと
話す
:

性交渉の回数増やす
セックスレスの解消
:

ストレス溜めない
体冷やさない
禁煙
亜鉛とる
:

タイミング法
:

精密検査
:

排卵誘発法
:

人工授精
:

体外受精
:

妊娠率について確認

どんな人生を歩みたいか？

どんな仕事をしたいか

結婚したいか？

子どもは欲しいか？

女性側の場合
〇〇〇〇治療
〇〇〇〇治療
:

男性側の場合
〇〇〇〇治療
〇〇〇〇治療
:

「妊活」について変えたい意識

「もっと早く知れたらよかった…」をなくし

未来の選択肢を広げるためには、

本格的に妊活に取り組む前から、

女性だけでなく男性にも、

子供が欲しいかまだわからない人にも、

妊活について知る・考える機会を提供すること、

まずはそこからはじめていくべきだと考えます。

研修費用について

有料プラン	研修実施費用（税別）
・オンライン実施(1～100名)	10万円
・オンライン実施(101～150名)	20万円
・オンライン実施(151～200名)	30万円
・対面実施(1～30人)	30万円
・対面実施(31～100人)	50万円
・対面実施(101～200人)	70万円
※上記人数上限を超えた場合	一人あたり@1000円にて算出

※通常運営時は、交通費などは研修実施企業様ご負担となります。

無償プラン	ご提供費用（税別）
・妊活研修動画ダイジェスト版提供	0円

その他オプション

- ①同録について : 同録は可能ですが、企業・団体様側での録画対応となり、ライセンス費用として別途10万円（税別）が掛かりますことご了承ください。
- ②カスタマイズ : 1トピックス5万円(スライド枚数問わず) ※トンマナ修正などのトピックスに関わらない作業も1トピックスのカウントとなります。
- ③延長希望の場合 : オンライン・対面共に30分 5万円。 etc..

その他カスタマイズ

- ・多人数の場合 : 実施人数が数千人などあまりに多い場合は、対応有無含め要相談 etc..

お問合せ・申込方法

下記、WEBからのお問合せ・お申込みのみとさせて頂いております。

※「**知ることからはじめる みんなの妊活研修**」と検索ください。

知ることからはじめる みんなの妊活研修



「知ることからはじめる みんなの妊活研修」に
ご興味をもってくださいありがとうございます。
ぜひ、ご検討をいただけましたら幸いです。

妊活の選択肢をもっと

その他、ソフィブランドにおける 新サービスのご紹介

ソフィブランド 新サービスのご紹介①

ホルモンと体調の 関係がわかる

生理・体調管理アプリ

ソフィBe *bee*

ホルモンの変化でゆらぎがちな毎日を
自分らしく過ごせるようにサポートする、
新しいアプリです。



1. 生理日を記録するだけで
ホルモンの波がグラフでわかる
2. AIチャットからあなたに
ぴったりのアドバイスがもらえる
3. ふたりで一緒にすすめる
妊活をサポート
4. 医師・専門家監修で
安心サポート

App StoreやGooglePLAYで
「ソフィBe」で検索！

■ダウンロードはこちら ⇒



ソフィブランド 新サービスのご紹介②



おまもり保険

女性向け医療サポート

幅広いライフステージの
女性の医療費負担をサポート

病気・ケガの
手術

不妊治療

女性特有の
病気

- ※ 不妊治療を含む病気・ケガを保障します
 - ※ 直近2年以内に不妊症と診断された方は加入できません
 - ※ 手術給付金の不妊治療の保障は公的医療保険適用の手術に限ります。
- 商品の詳細は「契約概要」等をご確認ください

<引受少額短期保険業者>

アフラック少額短期保険株式会社

〒182-8006 東京都調布市小島町2-33-2
0120-558-075

<募集代理店>

ユニ・チャーム株式会社

〒108-8575 東京都港区三田3-5-19
0120-989-708

ソフィおまもり保険



<詳細はこちら>



AFH事開一-2025-0016 3月10日

Thank you !

