



通話で相談できます

思いがけず
できちゃった
どうしよう。



ひとりで悩まないで、いますぐ相談。秘密はずっと守られます。

（にんしん SOS）生理が遅れてる。
妊娠したかも…

（にんしん SOS）産もうかどうか
迷ってる。

（にんしん SOS）産みたいけれど
お金がない…

 または 
でご相談ください

0725-51-7778

月曜～金曜（10:00～16:00）

日曜（12:00～18:00）

※ただし、祝日はのぞきます

PCサイト：<http://www.ninshinsos.com/>

携帯サイト：<http://www.ninshinsos.com/m/>

にんしんSOS 大阪 検索

産む、産まないにかかわらず、妊娠に悩む方ならどなたでも相談できます。

※大阪府の委託を受け、大阪府立病院機構 大阪母子医療センターが運営しています。



SOS



「生理が遅れている。妊娠したかも・・・」「産もうかどうかわからない」「産んでも育てる自信がない」「産みたい」「産みたくない」など・・・
思いがけない妊娠に悩んだら、ご相談を。

にんしん
S O S

産む決断をしたA子さんの場合

中学校卒業が近くなった頃、生理がきていないのが不安になって同級生の彼に相談したけど、どうしよう？ってなるだけでそのままにしていた。両親は小さい頃から厳しくて、妊娠してるかもなんて怖くて言えなかった。受験前だし学校の先生にも相談できなくて、他校の友人に相談したらピンク色の『にんしんSOS』っていう連絡先を書いたカードをくれました。学校でもらったって。何を聞いたらいいのかわからなかったけど、彼と1回だけ電話してみようってことになって一緒に電話をしました。すごく緊張したけど電話に出た相談員さんが、「よく電話してくれましたね」って言ってきて、彼と一緒にいるって言ったら、「それは安心しますね」と二人を認めてくれた感じがしてほっとしました。

相談員さんに、「まずは薬局で妊娠検査薬を買って検査をしてみよう」と言われて検査をしたら、やっぱり陽性が出ました。もうどうしよう！おかあさんに怒られる！友達になんて言われるんだろう、学校どうしよう…ってパニックになりました。そうしたら彼が、「相談員さんが検査の結果を教えてねって言ってた」って思い出して、もう1回にんしんSOSに電話をしました。相談員さんに、「今あなたがどうしたいのかが大事だけど？」と聞かれました。私すぐに「産みたい！」って隣にいる彼に言ったら彼も「うん」と言ってくれたので、そう伝えました。それから今からやることを一緒にゆっくり考えてくれて、両親と話をする方法も考えました。

ものすごく怒られるのを覚悟しておかあさんに妊娠しているって言ったら、「いつ言ってくれるんだろうって思ってた」って言われました。厳しい両親だと思っていたけど、本当は私が突っかかっていただけだったのかも知れないですね。

彼と両親と私の両親も話しました。私はちゃんと元気なあかちゃんを産んで、私とあかちゃんは私のうちで生活をして、彼は就職してお金を貯めて、親子3人で暮らせるようになったら結婚するって、みんな決めました。

今は4ヶ月になった娘が笑ってくれるのがかわいくて。彼も彼の両親もよくうちに会いに来てくれて、彼もパパらしくお世話をしてくれています。家族みんなに助けてもらって育児をしながら、私も高校にいけるように勉強もがんばっています。

産みたいけど育てられない と悩んだB子さんの場合

なんとなく、自分は妊娠しないと思いながら何人かの人と交際していた。生理がいつからかきていないことに気付いてすごくあせったけど、相手が誰かわからないから誰にも相談できなくて、妊娠していることを考えたくなくて病院にも行けずいたらお腹が大きくなってきた。中絶は怖いし、でも産むなんて考えられなくて、妊娠しているってばれるのがいやだから大学にも行けなくて、バイトも続けられなくて家にこもっていた。親は離婚してて、母親は再婚してる。まだ小さい子もいるから迷惑はかけられない。

不安でネット検索していたら『にんしんSOS』のサイトがヒットしたけど、相談しても何かいいことがあるとも思えなかったし、どうせ怒られるだけだと思って電話してみようとは思えなかった。そのあとになにかのテレビ番組で、あかちゃんは預かってもらうことができるということをやっていて、こういうことが、にんしんSOSなら教えてもらえるかもと思って電話をしてみた。

それまではどうしようって思いばかりでおなかの子のことを考えられなかったけど、電話相談の人に市役所とか児童相談所とか相談できるところを紹介してもらって、そこで「あなたはからだを大事にして元気なあかちゃんを産んで、そのあとはあかちゃんを預けて、あかちゃんの育つ環境を整えることもあなたの大切な仕事ですよ」と教えてもらった。初めて産んで育てようって思えて、親にも話してあかちゃんを里親さんに預けることを決心した。そうしたらなんだか肩の力が抜けて、安心して出産できた。

大学は辞めてホームヘルパーの資格を取って、二人で生活できるようにするためにがんばっている。里親さんのところへあかちゃんに会いに行ったときにはミルクの作り方とかおむつの替え方とか教えてもらえるし、おかあさんになる練習ができることがうれしい。あかちゃんには「一緒に暮らせるようにがんばってるからね」って話しかけてる。

3つの体験談

産まない決断 をしたC子さんの場合

私は母子家庭で育って、5人兄弟の長女だから家のことをするのが当たり前の生活をしてきました。SNSで知り合った人と付き合ってから半年くらいの時、妊娠に気づきました。

彼にLINEで妊娠したかもって送ったら、それから電話もLINEもつながらなくなって、家も知らない共通の友人もいないし、全く連絡が取れなくなりました。

バイトをふたつ掛け持ちして、姉弟の食事を作って学校に行かせている生活だからあかちゃんなんて産めないし、第一おかあさんに心配かけるなんて考えられませんでした。

病院に行かなきゃだめかもと思ってネットで探していたら、『にんしんSOS』のメール相談を見つけました。誰にも話ができなかったから、つい今の私の状況も書いて病院を探しているって送信しました。そうしたら、「よくがんばっておられますね」って返信が来て安心しました。何度かメールでやり取りして、途中からは電話でも話を聞いてもらいました。相談員さんに早く病院に行った方がいいと教えてもらって、妊娠週数の早い負担の少ない時期に手術を受けることができました。

いろんなことを決めるのはひとりでは無理だったし、受診する勇気もでずに時間だけ過ぎていたかもしれない。顔見知りにはかえって相談できないし、と言って知らない人に説教られるのもまっぴらだと思っていました。だけど、相談員さんは私のことを責めずに親身になって聞いてくれて、一生懸命考えてくれました。

今回の自分の決断に責任を持ちながら、自分の人生を生きようと思っています。

あなたに知っておいてほしいこと・・・

月経（生理）が1ヶ月以上遅れてる。
妊娠検査薬で判定してみたけれど・・・

あなた自身の納得できる選択のためにできるだけ早く産婦人科で診察を受けて、相談しましょう。

- 尿検査薬の結果だけでは、確実に妊娠「した」「していない」ということは言えません。
- 産婦人科で「本当に妊娠しているか」を確認することをおすすめします。
- あなたの体や胎児に異常がないかを確認してもらいましょう。自覚症状がなくても、治療が必要な場合があります。

産婦人科で診察を受けるには、どうすればいいの？

大阪府医療機関情報システム 検索

STEP
1

自分が受けたい場所（地域）の医療機関を探しましょう。

PCサイト：<http://www.mfis.pref.osaka.jp/apqq/q/men/pwtpmenult01.aspx>
携帯サイト：<http://www1.mfis.pref.osaka.jp/apqq/q/pmb/pmtpmenult01.aspx>

STEP
2

受診する医療機関が決まったら、前もって電話をして、予約や診察時間・費用・希望する検査や薬について確認しましょう。

STEP
3

受診料金は、医療機関によって異なりますが、約6,000～20,000円ぐらいです。
「妊娠したかどうかの検査や診察」の費用には、健康保険が使えません。



大阪府

大阪府健康医療部保健医療室
〒540-8570 大阪市中央区大手前2丁目