

体外受精で生まれた子どもは 8 人に 1 人に

2023 年に国内で実施された体外受精で生まれた子どもは約 8 万 5 千人と過去最多を更新し、国内で生まれた子どもの約 8 人に 1 人を占めました。また、不妊の検査や治療を受けたことがある（または現在受けている）夫婦は 4.4 組に 1 組とされており、不妊治療は決して特別なものではなく、多くの方が経験するライフイベントになりつつあります。しかし、不妊治療は通院回数が多く、受診日程が直前まで決まらないことも少なくありません。また、治療の先行きが見えないことによる精神的な負担も大きく、身体的・精神的・時間的な負担感から仕事と治療の両立で悩む方も少なくありません。



➤ 不妊治療とは

不妊治療にはタイミング法、人工授精、体外受精（顕微授精を含む）があります。治療内容は夫婦の年齢や身体の状態、治療経過などによって異なります。特に「体外受精」では下記の図のように複数のステップがあり、卵胞の育ち具合やホルモン値に合わせて治療日が決まります。そのため通院日が直前に決まり、急な休暇や勤務調整が必要になることもあります。**不妊治療は予定通りに受診できるとは限らず**、雇用形態の変更や退職などの判断に至ることも少なくありません。



➤ 仕事と治療を両立するための制度

仕事と不妊治療を両立するためには、あらかじめ利用できる社内制度を確認しておくことが大切です。具体的には年次有給休暇、時間単位の有給休暇、フレックスタイム制度、テレワーク、時短勤務、休職制度などが挙げられます。また、企業によっては不妊治療のための特別休暇の制度、自治体によっては費用補助制度を設けている場合もあります。治療を受ける従業員が安心して働けるよう、企業側が制度の有無や相談窓口をわかりやすく周知しておくことも重要です。

➤ 職場でできる配慮

不妊治療は、本人が周囲に伝えにくいことも多いプライベートな治療です。そのため、不妊治療をしているあるいは治療を予定している方のおよそ半数が「職場に伝えていない（伝えない予定）」と回答した調査もあります。不妊治療と仕事の両立について部下から相談された際には、急な通院や休暇取得への理解、業務の調整、相談しやすい雰囲気づくり、本人の了承を得た範囲での情報共有などの配慮を行うことが大切です。

不妊の原因は年齢や疾患など様々ですが、**不妊の原因の約半分が男性に関連しています**（WHO 調査）。男性不妊に繋がる要因として生活習慣の乱れ、ストレス、精巣温度の上昇などが挙げられます。精子は熱に弱く、精子を作る精巣が長時間高温に晒されると精子形成に影響を及ぼします。妊娠を希望する時期には、**長時間のサウナや膝の上で PC 操作**などは精巣の温度を上げるため注意しましょう。

