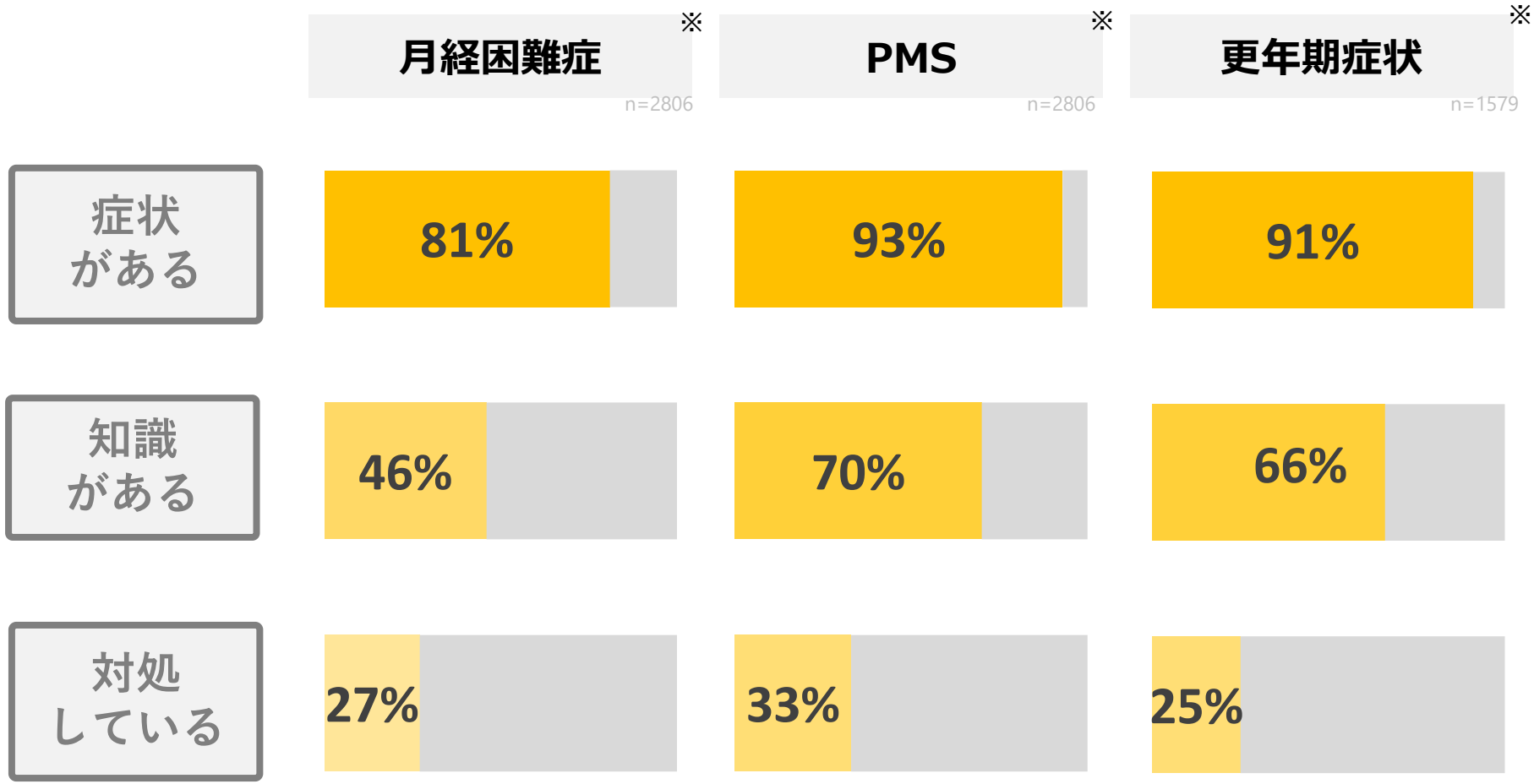
「働く女性 健康スコア」

トライアル版　集計・分析結果

神奈川県立保健福祉大学
ヘルスイノベーションセンター
吉田　穂波　教授

女性特有の健康課題＿各種症状・リテラシー



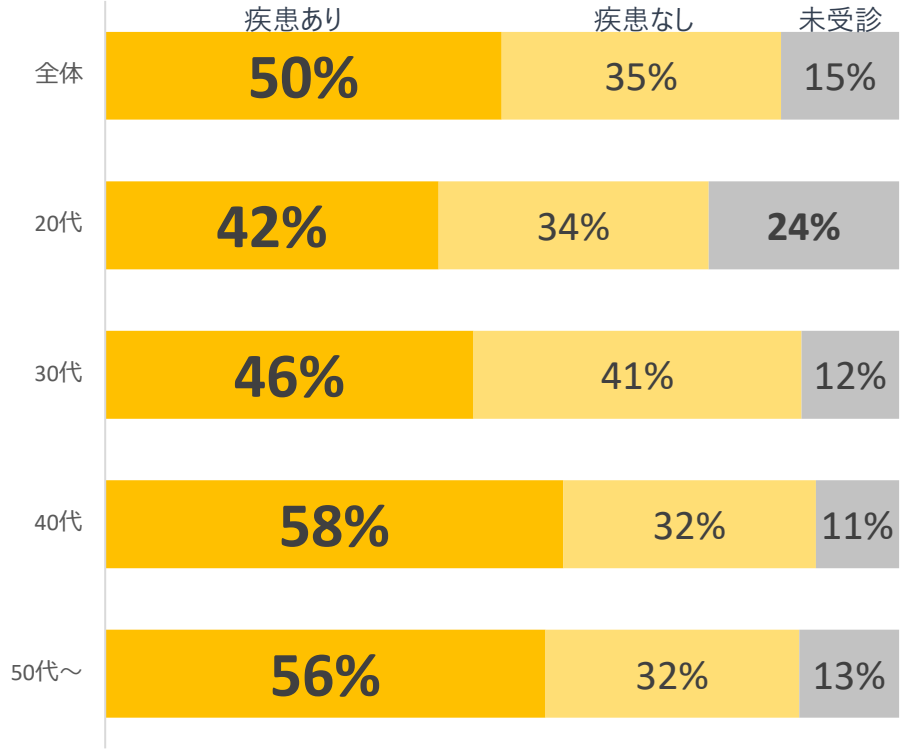
- 女性特有の症状がある人が多いにもかかわらず、理解または対処できている割合が少ない

※月経痛、PMSは妊娠中、授乳中、閉経後の回答者を除いて集計。更年期症状は40歳以上の回答者を抽出して集計。

セルフケア＿婦人科受診率

n=3425

年代別婦人科受診状況



診断・治療経験のある婦人科疾患

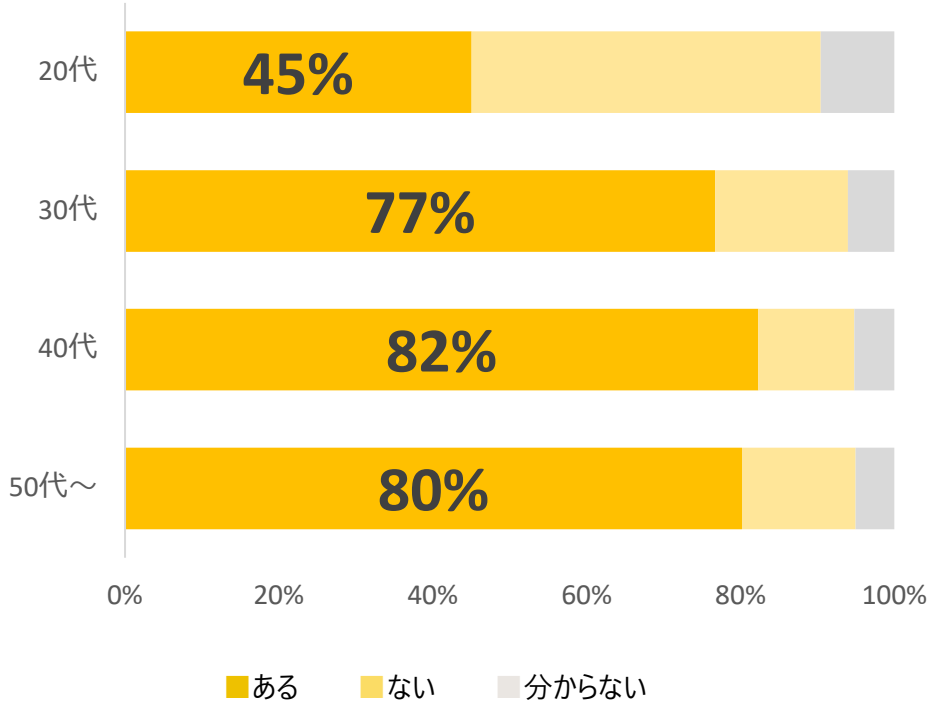
1．子宮筋腫	22%
2．PMS	8%
3．子宮内膜症	8%
4．子宮頸がん	5%
5．多嚢胞性卵巣症候群	5%
6．月経随伴症状（月経痛や不正出血など）	5%
7．更年期障害	4%
8．性感染症（HIV、梅毒、クラミジア等）	3%

- ５０％が婦人科での疾患の診断・治療の経験がある。２０代でも４０％を超える。
- ２０代は未受診者が２４％とやや多い。
- 子宮筋腫が5人に1人と最も多く、次いでＰＭＳ・子宮内膜症が多い。

セルフケア―経腟超音波検査受診状況

n=3425

経腟超音波（エコー）検査実施率



経腟エコー検査経験あり
71%

補助あり
33%

自社の補助制度認知度

Q. 自社の健診で経腟超音波（エコー）検査は補助の対象になっているか

（単一回答）

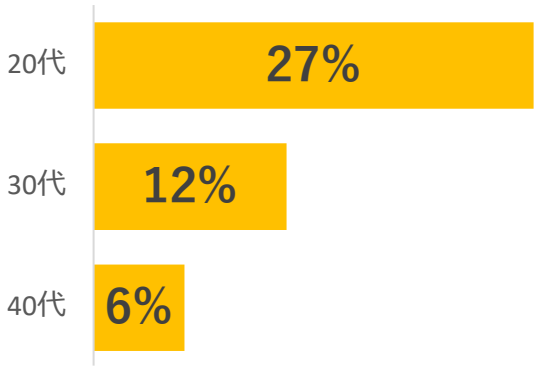
1．わからない	38%
2．オプション検査として費用が補助されている	33%
3．必須検査項目になっている	17%
4．補助制度はない	12%

- 経腟エコー検査の受診経験は、２０代が特に低い。
- この検査の補助の対象であると３３％が回答する一方で、補助の有無について３８％が分からないと回答。

セルフケア＿低用量ピル服用率

N=2086名(19～49歳、妊娠中・授乳中の方を除く)

低用量ピル服用率



全体
16%

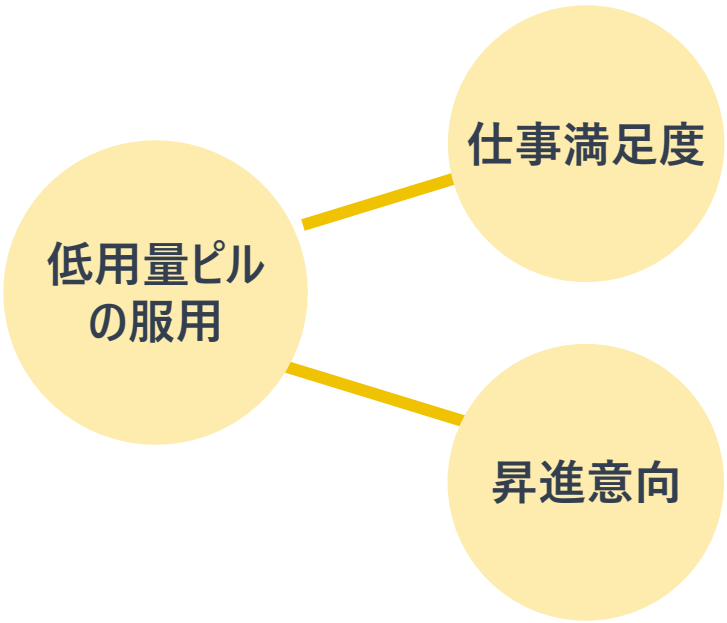
全国平均※
3%

服用目的TOP 5 （複数回答）

1．	重い生理痛軽減	44%
2．	生理日コントロール	43%
3．	生理不順改善	32%
4	重いPMS軽減	30%
5．	避妊	28%

※出典：Contraceptive Use by Method 2019　15-49歳におけるOC利用率

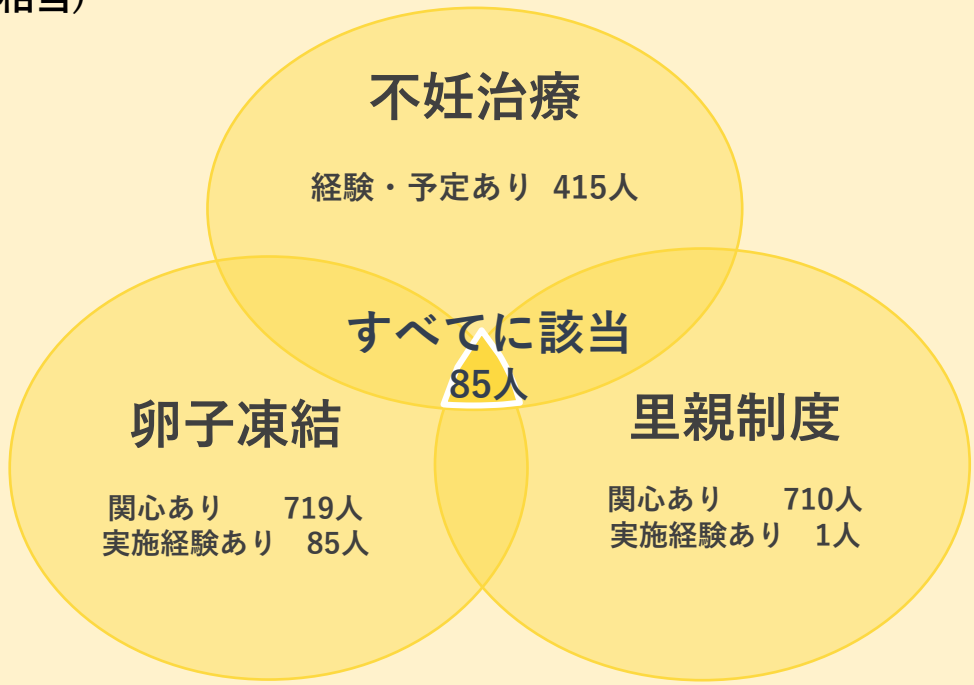
低用量ピルと仕事



- 低用量ピルの服用率は２０代２７％、３０代１２％と全国平均の３％と比べて高い結果に。
- 服用目的は重い生理痛の軽減、生理日コントロール、生理不順改善、重いPMS改善が多く、避妊と比較して、ヘルスケア目的での服用が普及し始めている。
- 低用量ピルを服用している人の方が仕事満足度・昇進意向が高いことが分かった。

子供を持つための関心や行動

働く女性のうち、子あり・挙児希望あり　2072人
子供を持つための具体的関心や行動がある人は1,009人（49%に相当）



不妊治療経験・予定あり

- ３０代から４０代に集中
- 婚姻率が高く子供のいる人が多い
- 里親制度・卵子凍結の検討・実施率が高い
- 婦人科・経腟エコーの受診率が高く、ヘルスリテラシーが高い
- 仕事の質的な心理負担が多く、役職に既についているもしくは昇進意向のある人が多い

卵子凍結関心あり

- ２０代後半から３０代が多い
- 婦人科の既往歴がある人が多い
- 婦人科系の健康管理を行っている人が多く、ヘルスリテラシーも高い
- ワークエンゲージメントが高く、昇進意向が高い

働く女性の約半数(４９％)が子供を産むタイミングを戦略的に考え、行動に移している現状が浮き彫りとなった
仕事への熱意が高い女性人材活用のためにも企業側にはライフイベントをキャリアの中に組み込み、選択に悩む女性社員の不安や悩みに寄り添う姿勢と環境設計が求められる

ワーキンググループで注目されたトピック

女性の健康についての
男性の理解
周囲のサポート

更年期女性の
サポート

周囲のサポートが与える影響

n=3425

周囲のサポート

男性社員は女性特有の症状に理解がある

上司・同僚は頼りになる

職場の雰囲気は友好的

ポジティブな影響

月経困難症・PMS・更年期症状の緩和する

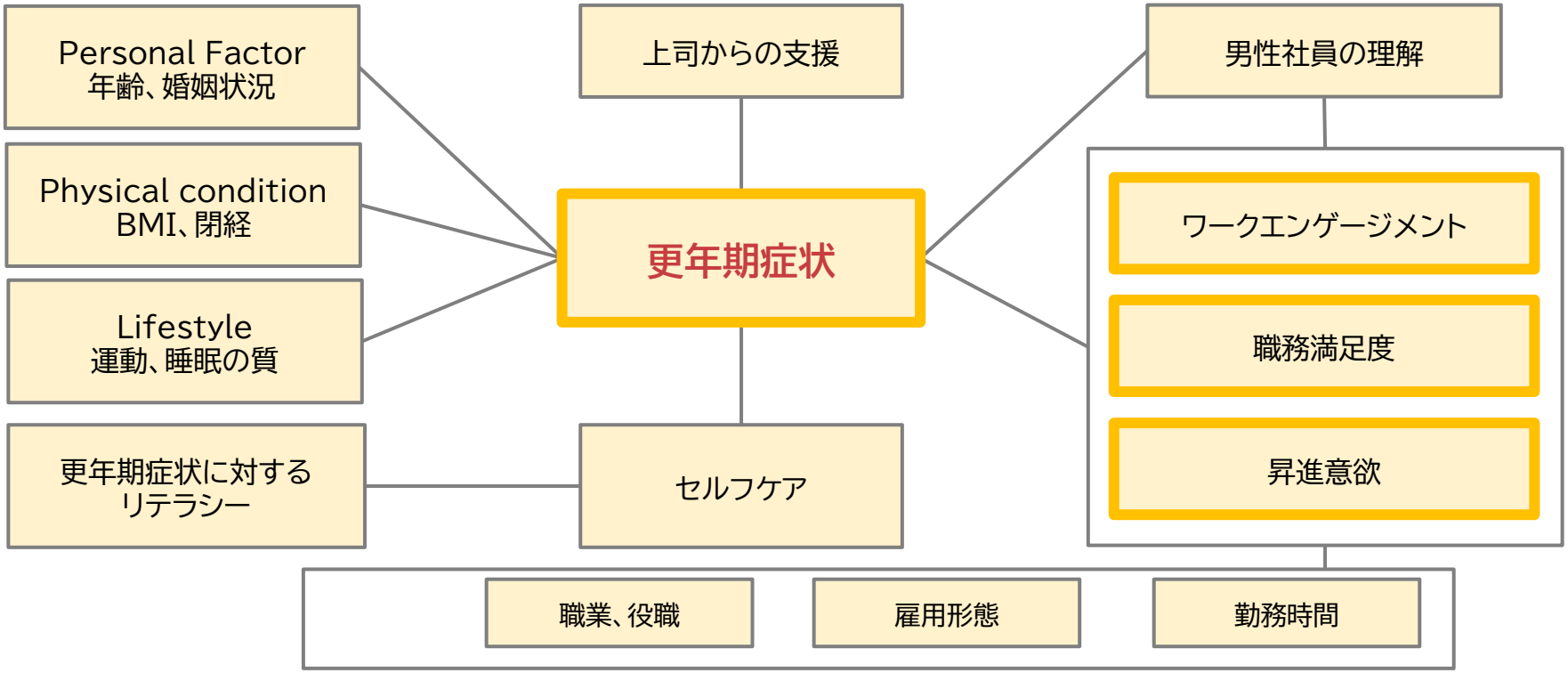
ワークエンゲージメント仕事満足度が高い

ヘルスリテラシーが高い

- 周囲のサポートがあると感じている女性の方が、
  ー月経困難症・PMS・更年期症状が緩和する。
  ーワークエンゲージメントや仕事満足度が高い。
  ー女性自身のヘルスリテラシーも高い。
- 「男性の理解」は２３～７３％と企業間でもっとも差がある結果であった。

更年期症状と各項目の関連性

N=846　45～55の更年期女性



- 上司からのサポートがある職場で働いていると、更年期症状が軽減される傾向があり、特に「息切れ・動悸」「怒りやすくイライラする」「くよくよしたり、憂鬱になる」「疲れやすい」という症状が軽減される
- 運動習慣と睡眠の質は更年期症状を緩和する
- 男性からの理解があれば、仕事満足度・ワークエンゲージメントが 上昇する
- 更年期症状に関するヘルスリテラシーが対処行動につながる