

第3回 女性の健康づくり推進懇談会議事次第

日時：平成20年6月13日(金)

14:00~16:00

場所：航空会館 7階会議室

○ 議題

- 1 国民運動としての普及啓発の推進について
- 2 女性の健康実態に関する全国調査について
- 3 生涯を通じた女性の健康管理について

○ 資料

- 資料1 女性の健康づくりに関する普及啓発について
(3月8日のイベント概要、女性の健康宣言等)
- 資料2 健康保険組合における取り組み例
- 資料3 女性の健康づくりにおける課題について
- 資料4 女性の健康に関する研究について
- 資料5 女性の生涯健康手帳(抜粋)
- 資料6 これまでの経緯と今後の予定(案)

女性の健康づくりに関する普及啓発について

○ 平成20年「女性の健康週間」イベント～女性の健康課題と将来展望を考える～の実施報告

日 時： 平成20年3月8日（土） 14：00～16：00

場 所： 戸板女子短期大学三田キャンパス 3階戸板ホール

※ 所在地：東京都港区芝 2-21-17、TEL：03(3452)4161(代)

主 催： 女性の健康づくり運動実行委員会（委員長 江澤郁子）、
厚生労働省

参加者： 一般国民

目 的： 女性の健康課題の関心を深める。

次 第：

- ・挨拶及び実行委員会メンバーの紹介
- ・基調講演
 - 「心身の健康と食生活」（江澤郁子先生）
- ・女性の健康づくりに関して（14:25-15:05、各10分程度で依頼）
 - ①「女性の健康に関する国の取り組み」（西山健康局長）
 - ②「更年期と女性ホルモン」（小山嵩夫先生）
 - ③ 性差医療とは（天野恵子先生）
 - ④ 働く女性の健康管理に関する取り組み（岡良廣先生）
- ・各団体の取り組みの紹介
 - （社）日本看護協会
 - （社）日本産科婦人科学会
 - （社）全国結核予防婦人団体連合会会
 - （NPO）メノポーズを考える会
 - （NPO）医療ネットワーク支援センター
- ・質疑応答等
- ・女性の健康宣言
 - ※ 別紙参照
- ・閉会

平成20年女性の健康宣言

わが国では、かつて経験したことのない長寿社会を迎えるなか、女性特有の様々な健康課題が明らかとなってきています。

これらの課題に取り組むため、多くの国民が正しい理解を共有できるよう本年より「女性の健康週間」（3月1日～8日）を定め、関係者が力を合わせて普及啓発の様々な取り組みを進めて参りました。

わたしたちは、こうした取り組みをさらに推し進め、女性の健康づくりの輪を広げていくため、ここに「女性の健康宣言」を行います。

- わたしたちは、ライフステージに応じた女性の健康づくりの対策を積極的に展開し、これを国民運動として盛り上げ、女性が生涯を通じて、明るく、充実した日々を自立して過ごせる社会の実現を目指します。
- わたしたちは、個人、家族、地域社会、ボランティア組織、学校、企業、公益団体、地方公共団体、国等がそれぞれの役割を果たしつつ手を携え、社会全体で女性の健康づくりを推進、応援できる社会の実現を目指します。

平成20年3月8日

女性の健康づくり運動実行委員会

委員長 江澤郁子

「女性の健康週間」における行事一覧

	1(土)	2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	
イベント・講習会等	「健康づくり支援者講習会」 (財)日本食生活協会 (深谷市)	「ミスフィットネス、ミスボディフィットネス説明会」 (社)日本ボディビル連盟 (千代田区神田淡路町)	「からだのメンテナンス」 (社)日本産婦人科医学会 (社)日本産科婦人科学会 (名古屋市)	「骨粗鬆症予防講習会」 新潟県老人クラブ連合会 (社)新潟県栄養士会共催 (新潟県内)	「健康づくり支援者講習会」 (財)日本食生活協会 (金沢市)	「健康づくり支援者講習会」 (財)日本食生活協会 (小松市)	「めざせ健康美人」 (社)日本産婦人科医学会 (社)日本産科婦人科学会 (大阪市)	「公開講座」 (社)日本産科婦人科学会 (千葉市、富山市、徳島市、奈良市、和歌山市)	
	「野菜と健康を考える講演会」 (社)岩手県栄養士会 (岩手県内)	「子供夢チャレンジ2008」 (社)日本エアロビクス連盟 (甲府市、浜松市)	「女性の健康広場」 (社)日本産婦人科医学会 (社)日本産科婦人科学会 (渋谷区神宮前)	「更年期からの健康づくり」 メノポーズを考える会 (都内場所未定)		「スマートダイエットキャンペーン」 (社)新潟県栄養士会 (新潟県内)	「公開講座」 (社)日本産科婦人科学会 (山形市)	「女性の健康課題と将来展望を考える会(仮称)」 女性の健康づくり運動実行委員会(仮称) (港区芝)	
	「いい明日は仕事と暮らしのハーモニー」 佐賀県女性団体連絡協議会 (社)佐賀県栄養士会共催 (佐賀県内)	「キドニーウォーク」 腎臓病早期発見推進機構 (千代田区九段北)	「アルコールシンポジウム」 厚生労働省 (中央区築地)			「女性の健康広場」 (社)日本産婦人科医学会 (社)日本産科婦人科学会 (中央区日本橋)	「キレイはゲンキ！」 国際対がん連合アジア支部 東京大学先端科学技術研究センター 産生堂 (東京大学先端科学技術研究センター)		
	「公開講座」 (社)日本産科婦人科学会 (横浜市、高松市、四日市市、滋賀県草津市、島根県隠岐の島町)	「公開講座」 (社)日本産科婦人科学会 (岡山市、広島市)	「がん予防教育授業」 国際対がん連合アジア支部 東京大学先端科学技術研究センター 産生堂 (都内女子中学校)						
	「市民公開講座」 国立成育医療センター (世田谷区)	「性差を考えた医療・介護への薬剤師の取組」 (社)神奈川県薬剤師会 (神奈川県内)							
	更年期無料電話相談 メノポーズを考える会		更年期無料電話相談 メノポーズを考える会						「健やか生活習慣キャンペーン」 健やか生活習慣 キャンペーン実行委員会 (首都圏イオン各店舗)
	「健やか生活習慣キャンペーン」 健やか生活習慣キャンペーン実行委員会 (首都圏イオン各店舗)								
「ウーマンズヘルスケアフェスタ(仮称)」 医療ネットワーク支援センター (新宿区神楽坂)						「ウーマンズヘルスケアフェスタ(仮称)」 医療ネットワーク支援センター (新宿区神楽坂)			
普及啓発	「女性の健康週間」全面広告 (社)日本産婦人科医学会 (社)日本産科婦人科学会 (日本経済新聞)	「新ニッポン探検隊」 (日本テレビ他) 7:45-8:00							
	「HAPPY!ニッポン!」 (ニッポン放送) 7:00-7:30								
	「Just Japan」 (TVK他) 10:00-10:30								

健康保険組合における取組例

- 委員提供資料(岡良廣委員:資生堂健康保険組合) 1~14
 - ・「健康経営の実現をめざして」 1

- 参考人提供資料(安倍孝治氏:ワールド健康保険組合) . . 15~33
 - ・ H 1 6 健康データ分析から H 1 7 健康づくりについて 15
 - ・ 全国販売職の健康づくり 28
 - ・ H 1 9 がん検診受診率 ほか 34

(「女性の健康づくり推進懇談会」資料)

「健康経営」の実現を目指して

2008-6-13

株式会社資生堂 人事部 健康管理グループリーダー
兼
資生堂健康保険組合 常務理事

岡 良廣

1

会社概要

✓本社所在地	東京都中央区銀座七丁目5番5号
✓創業	1872 (明治5) 年
✓資本金	645億円 (2007年3月31日現在)
✓主な事業内容	化粧品、トイレットリー製品、理・美容製品、 美容食品、医薬品の製造・販売
✓グループ会社数	子会社100社、関連会社28社
✓売上高	連結 6,946億円 (2007年3月期) 単独 2,821億円 (2007年3月期)
✓グループ従業員数	27,460名 (2007年4月1日現在)

SHISEIDO

2

創 業



創業者・福原有信

✓ 医薬分業システムの実践

⇒ 日本初の洋風調剤薬局として開業

✓ 『至哉坤元 万物資生』 (易経)

⇒ 「大地の徳はなんと素晴らしいものであるだろうか。すべてのものは、ここから生まれる」という意。

SHISEIDO

3

資生堂健康保険組合の概要

✓ 設立年月日	1940年5月30日
✓ 被保険者	23,800名 (100%、平均38歳)
男性	4,450名 (19%、平均43歳)
女性	19,350名 (81%、平均37歳)
✓ 被扶養者	8,460名
✓ 保険料率	60,000/1,000
特定保険料率	25,490/1,000
✓ 収入支出予算総額	8,125,460千円
保険給付費	3,523,240千円 (148,035円/人)
納付金	3,071,699千円 (129,063円/人)
保健事業費	900,365千円 (37,830円/人)
✓ 直営保養所	箱根、山中湖
✓ 職員数	8名
	(平成20年度予算ベース)

SHISEIDO

4

企業理念



企業使命・事業領域
 私たちは、多くの人々との出会いを通じて、
 新しく深みのある価値を発見し、
 美しい生活文化を創造します

行動規範

- 1 お客さまの喜びをめざそう
- 2 形式にとらわれず結果を求めよう
- 3 本音で語りあおう
- 4 広く深く考え、大胆に挑戦しよう
- 5 感謝の心で行動しよう 1989年制定

お客さまとともに
 取引先とともに
 株主とともに
 社員とともに
 社会とともに

1997年制定

第3章 社員とともに
 3 私たちは、健康的で安全な職場環境づくりに
 努めます。

- 3・1 ともに働く人々との対話に努めて
- 3・2 自己管理に努めて
- 3・3 健康的に 1997年制定

SHISEIDO

5

経営ビジョン

✓100%お客さま志向の会社に生まれ変わる

✓大切な経営資源であるブランドを磨き直す

✓“魅力ある人”で組織を埋め尽くす

SHISEIDO

6

“魅力ある人”づくり

資生堂「共育」宣言 (2006年10月)

人材育成

労務環境整備

健康管理

「健康づくり」は「人づくり」の基礎

SHISEIDO

7

わが社（組合）の健康管理を取り巻く状況

- ✓ 特定健診・特定保健指導の義務化
- ✓ 安全（健康）配慮義務の履行
- ✓ 高齢化の進展に伴う医療費の増加
- ✓ メンタルヘルス不調者の増加
- ✓ 衛生管理体制整備の必要性

SHISEIDO

8

健康経営

企業が従業員への健康配慮を行うことによって、経営面においても大きな成果が期待できるとの基盤に立ち、健康管理を経営的視点で捉えて、戦略的に従業員の健康づくりを実践する経営手法

(NPO 健康経営研究会)

SHISEIDO

9

一次予防へのシフト

区分	一次予防	二次予防	三次予防
疾病	疾病前	疾病前期	疾病後期
対策	①健康増進 健康教育、栄養指導 ②特殊予防 予防接種、事故防止	①早期発見 スクリーニング ②早期治療 効果的な治療	①機能障害防止 後遺症予防、再発予防 ②機能回復訓練 作業療法、職業訓練
目的	罹患率の低下	死亡率の低下	生活の質の向上

SHISEIDO

10

健康管理基本方針

1. 従業員は「自分の健康は自分で守る」意識をもって生活習慣の改善などの自らの健康づくりに主体的に取り組み、会社は健康施策をとおしてそれを支援する。
2. 会社は、安全かつ快適な職場環境の整備をとおして、一人ひとりが十分に能力を発揮し、充実した職場生活を送れるよう支援する。
3. 健康情報等の個人情報 の適正な利用と管理の徹底を図るとともに、法令順守を基本とした健康管理を推進する。

(2007年5月制定)

SHISEIDO

11

社内への告知

心とからだの「健康」をめざして

SHISEIDO

はじめに

代表取締役社長

青田新造



皆さんは、日常生活の中で
健康に大きな配慮をされていますか
十分な睡眠がとれていますか、
ストレスが溜まっていますか、
ハラスメント的な取手をされていますか

貴社には、様々な人材が勤め入り、その中で活躍を遂げ、
社会に貢献しています。貴社を存続させるには、貴社を構成する
一人ひとりが、心とからだの健康を維持し、その健康を
維持し、その健康を維持し、その健康を維持し、その健康を維持し、
健康を維持し、その健康を維持し、その健康を維持し、その健康を維持し、

SHISEIDO

12

健康施策の4大テーマ

- ✓生活習慣病対策
- ✓喫煙対策
- ✓メンタルヘルス対策
- ✓女性のための健康管理

会社と健康保険組合の共同推進体制

SHISEIDO

13

生活習慣病対策

- ✓特定健診・特定保健指導の実施
- ✓ウォーキングマイレージへの参画
- ✓生活習慣病啓発セミナーの開催

SHISEIDO

14

特定健診・特定保健指導

定期健康診断 (WCC、ホームネット、提携健診機関)

特定健診データの受領 (健保)

階層化 (健診データ一元管理システム)

過去の健診データを分析した結果、35歳以上を保健指導対象

特定保健指導

※2006年度健診結果から推計⇒約1,700名

本社・工場・研究所→医師、保健師、看護師

その他の事業所

※産業保健スタッフ不在

任継者・被扶養者

専門業者に委託

・保健支援センター

・全国訪問健康指導協会

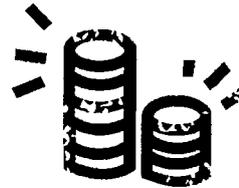
SHISEIDO

15

ウォーキング・マイレージ



毎日の歩数に応じて、
マイレージポイントを
付与



1年間蓄積

※指定団体

国連女性開発基金
全国女性シェルターネットワーク
世界自然保護基金
全国色素性乾皮症連絡会
資生堂社会福祉事業財団

指定団体への寄付
(社会貢献)

健康関連グッズ
(個人に還元)

推進事務局：(株)HMI

SHISEIDO

16

喫煙対策

✓禁煙支援プログラムの実施

- ・禁煙講習会の開催
- ・卒煙ネット

✓禁煙デーの実施

✓禁煙啓発パンフレットの配布

(花王、カネボウ、資生堂の3健保共同事業)

SHISEIDO

17

資生堂禁煙デー

- | | |
|--------|--|
| ✓導入時期 | 2007年度 |
| ✓実施日 | 世界禁煙デーにあわせ5月31日
※2008年度は5月30日 |
| ✓実施内容 | 就業時間中禁煙 |
| ✓対象事業所 | 国内外の全事業所 |
| ✓対象者 | 内勤者だけではなく店頭要員等の
外勤者も対象
※来訪者、協力会社へも協力要請 |
| ✓禁煙支援 | 希望者に禁煙補助剤を無償提供 |

SHISEIDO

18

メンタルヘルス対策

- ✓相談窓口の設置（会社、健康保険組合）
- ✓メンタルヘルス対応体制の整備
- ✓復職支援プログラムの実施
- ✓メンタルヘルスケア研修会（ライン、セルフ）の開催
- ✓メンタルヘルス自己診断テストの実施
- ✓メンタルヘルスケア啓発パンフレットの配布

SHISEIDO

19

メンタルヘルス相談窓口

項目	A 資生堂相談ルーム	B メンタルヘルス相談窓口	C 社外提携相談室
所 轄	総務部 法務室	人事部 健康管理グループ	ウェルリンク・法研に委託
目 的	安心して働くために 【法律・就業規則・S-CODE 遵守】	いきいきと働くために 【健康増進支援、キャリア支援】	本人も家族も健やかに 【職場外、仕事外のテーマ】
カウンセラー の立場	社外カウンセラー	社内カウンセラー (産業保健スタッフ)	社外カウンセラー
相談場所・時間	社内／就業時間中、外問わず	社内／就業時間中	社外／原則として就業時間外
カウンセリング	①上訴者の心理的サポート ②権利擁護と 支援的カウンセリング	①アセスメント(状態の見立て) ②問題解決と 自己成長を促すカウンセリング	①長期的・治療的カウンセリング ②その他、多様なスタイルあり
クライアント への働きかけ	受動的 (次回面談の誘導はできない)	能動的 (次回面談等を指示できる)	受動的(必要に応じて次回面談 誘導はするが本人したい)
開示後の対応	訴え(告訴・告発)として聞く	安全健康配慮義務の遂行	会社への開示なしで完全守秘
医療連携	本人の意思だけで強制力なし	産業保健の観点から強制力あり	本人の意思だけで強制力なし

SHISEIDO

20

メンタルヘルス自己診断テスト

資生堂健康保険組合の
被保険者全員を対象と
して2007年度から実施



(ウェルリンク社)

SHISEIDO

21

女性のための健康管理

- ✓女性の健康づくりセミナーの開催
(貧血、更年期、婦人科系疾病等)
- ✓男性を対象とした性差理解促進策

SHISEIDO

22

その他の健康施策

- ✓過重労働者に対する産業医面談の実施
- ✓休職制度（最長4年）
- ✓インフルエンザ予防接種の費用補助
- ✓チャイルドケアサポートセンターの設置

SHISEIDO

23

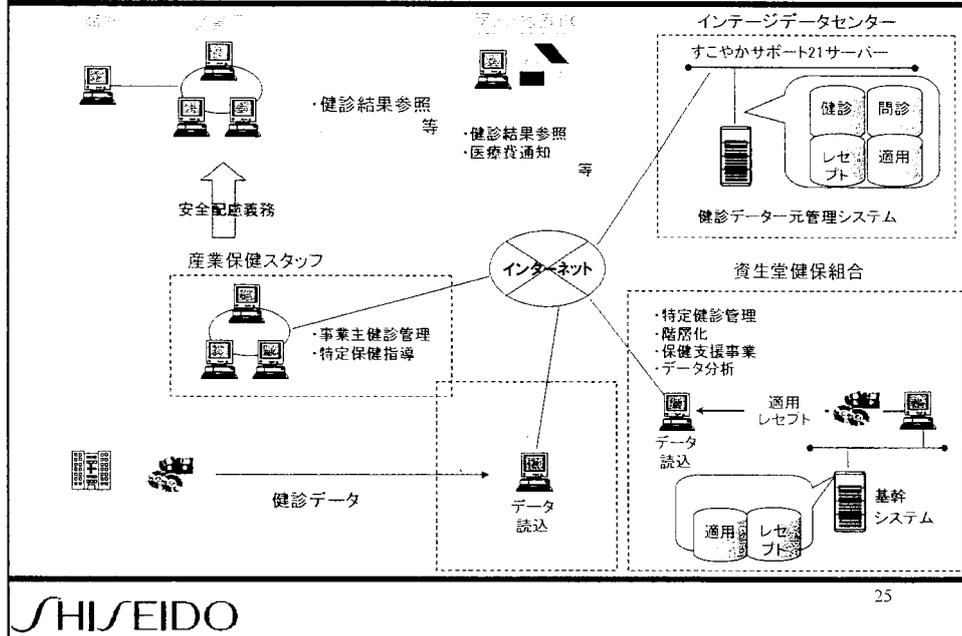
基盤整備

- ✓健診データ一元管理システムの導入
⇒「すこやかサポート21」（インテジ社）
- ✓事業所内診療所における診療行為廃止
⇒産業衛生活動に特化
- ✓産業保健スタッフの拡充
⇒未配置事業所のサポート体制確立
- ✓衛生協議会の設置
⇒グループ内各社衛生委員会の方向性統一

SHISEIDO

24

健診データ一元管理システム



今後の主な課題

- ✓ コスト管理と効果測定
(健康会計の導入を検討)
- ✓ エビデンスに基づく効果的・効率的な
健康事業の推進
(レセプト等の分析手法の確立)
- ✓ 保険証のカード化
- ✓ レセプト電子化対応

一瞬も一生も美しく



H16健康データ分析からH17健康づくりについて

性差・ライフステージ別健康づくりに取り組む

ワールド健康保険組合

2008. 6. 13



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

P2

I. これまでの流れ

「健康の大切さの風土づくり」を広める



健康管理事業推進委員会の開催(年2回)



事業所の健康管理委員に働きかけ、
各事業所オリジナルの健康づくり事業を実施
委員が中心となり積極的に事業を推進する



健康データを分析し、ターゲットを絞る！



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

項目別事業所ランキング表

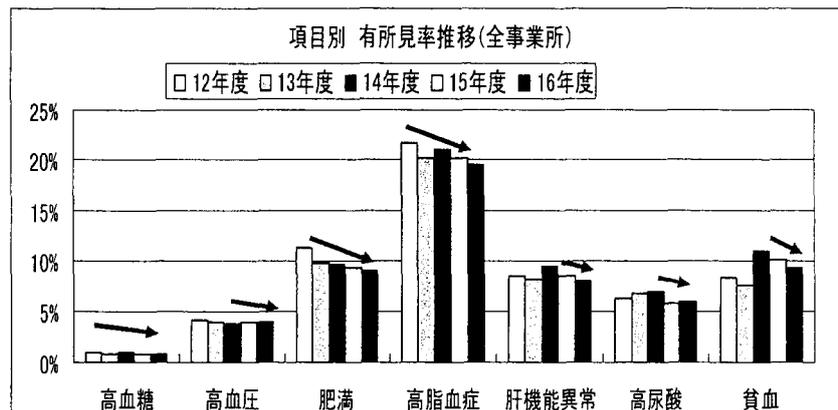
	喫煙	飲酒	高血圧	肥満	脂質	肝機能	貧血	やせ
本社系	2位	2位	2位	2位	1位	1位	8位	10位
販売系	3位	8位	10位	10位	8位	8位	5位	1位
工場A	9位	3位	6位	7位	3位	7位	2位	7位
工場B	4位	5位	3位	5位	4位	4位	3位	6位
工場C	6位	6位	6位	3位	6位	5位	1位	5位
工場C	10位	8位	1位	4位	5位	3位	6位	4位
飲食系	1位	1位	5位	1位	2位	2位	9位	9位
企画会社A	5位	9位	9位	9位	9位	9位	10位	3位
販売会社B	8位	10位	8位	8位	10位	10位	4位	2位
支援系	7位	7位	4位	6位	7位	6位	7位	8位



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

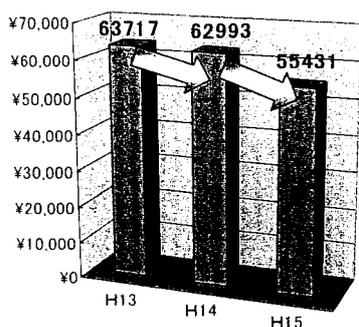
有所見率は5カ年で見ると**減少傾向**



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

⑤ 1人あたりの医療費は年々減少傾向



＜ワールド健保の取り組み＞

- ◎ 事業所との健康づくりの充実
- ◎ 保険者(健保)機能の強化
 - ・ 医療情報活用の推進
 - ・ 柔道療養費の適正化
 - ・ 扶養審査の公平性

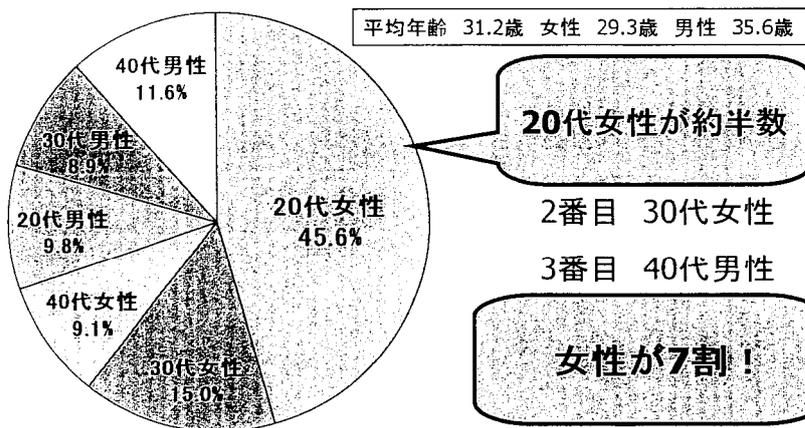


当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

人員構成に注目



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved.

1. 性・ライフステージ別の傾向から、 より**効果的**な健康づくり事業を！

ライフステージ
WGの3つのステージ
「20代」・「30代」・「40代」

性差
女性と男性、
性別による様々な違い



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

2. H16健康データ分析

5つのデータを集計・分析

- ① 定期健康診断
- ② ライフスタイル問診 New
- ③ ガン検診
- ④ 体力測定 New
- ⑤ 医療費 New

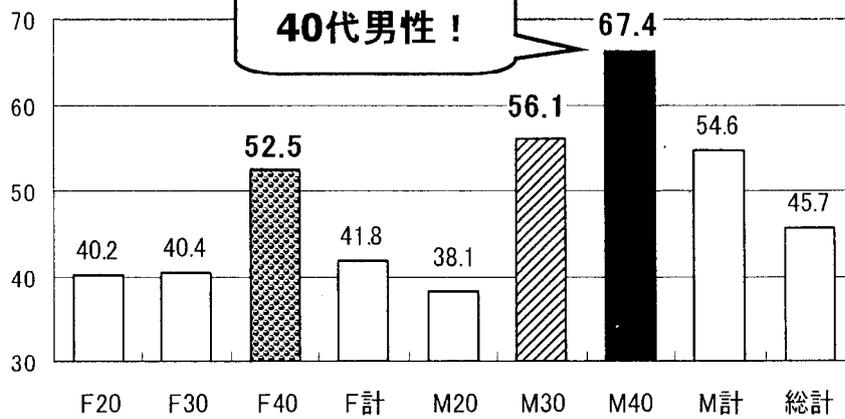


当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

① 定期健康診断 有所見状況【総合判定】(%)

P9

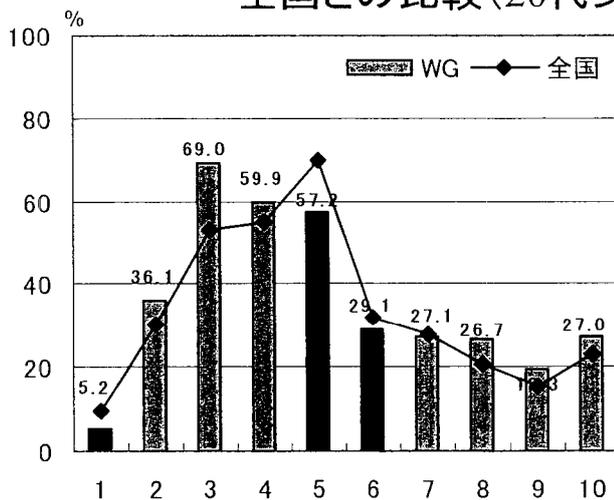


40代男性！

当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.
Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved

② ライフスタイル問診 全国との比較(20代女性)

P10

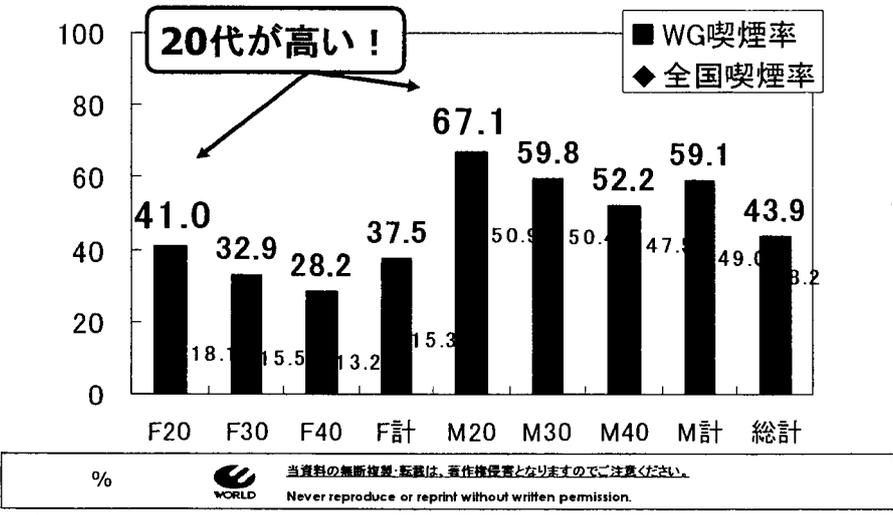


《 基本的ライフスタイルについて 》

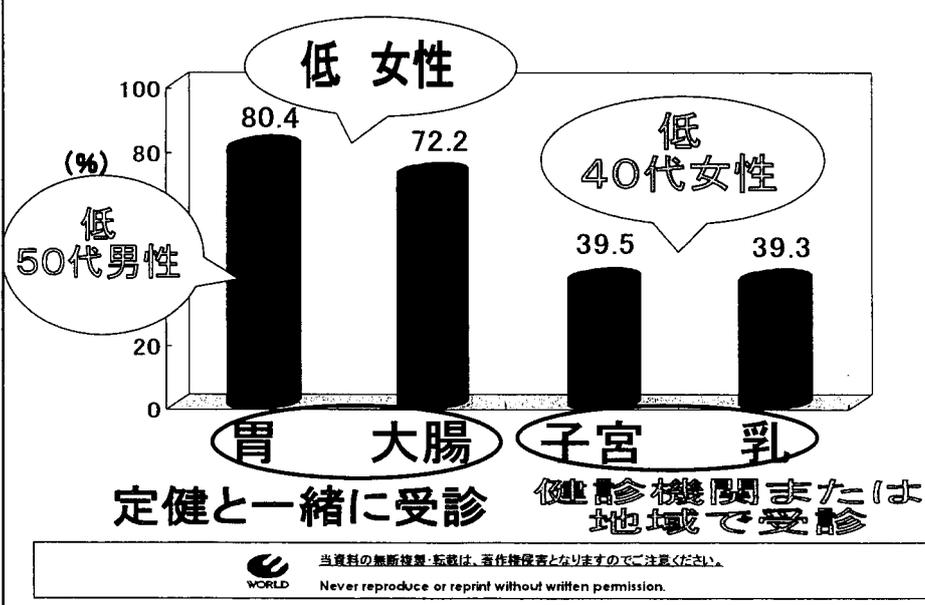
1. 運動を週に2回以上する
2. 睡眠を7・8時間とる
3. ストレスを適度に感じる
4. 労働時間は9時間以下である
5. 朝食をほぼ毎日とる
6. 栄養のバランスを考えている
7. 緑黄色野菜をよく食べる
8. 塩辛いものをよく食べる
9. 6ヶ月前と比較して体の調子が悪くなった
10. 毎日の生活に満足している

当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.
Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved

喫煙率の問題 ワールドグループと全国のデータ比較

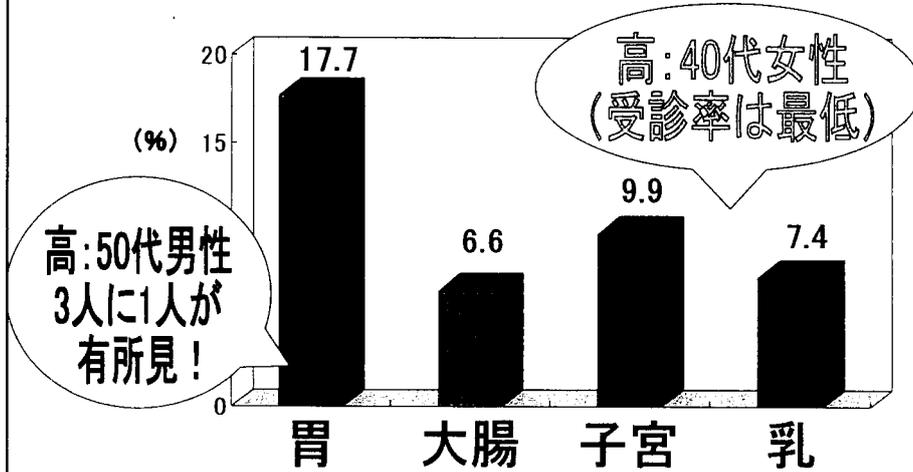


③ガン検診 受診率比較



ガン検診 有所見率比較

※ガン以外の所見含む

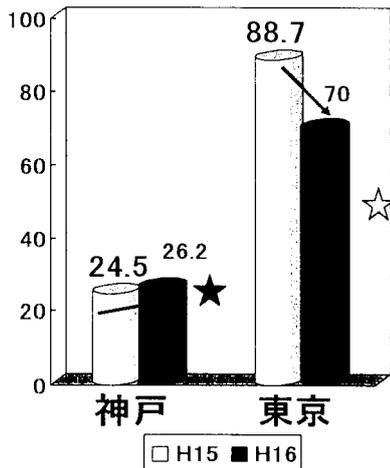


当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved

参考 子宮ガン検診受診率 ワールド 神戸・東京比較

《参考》



《受診環境での比較》

	神戸	東京
H15	定健と別日 有休を使って 受診	定健と同日 就業時間内に 受診
H16	定健と別日 有休を使って 受診	★定健と別日 就業時間内に 受診

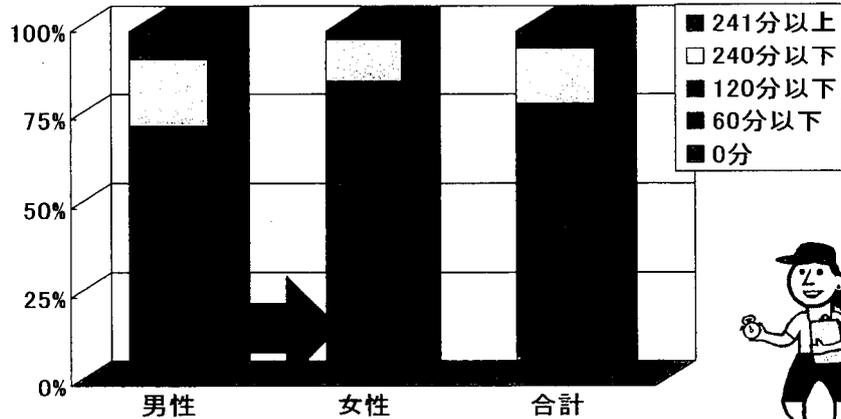
★保健師が未受診者に個別勧奨

当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved

④体力測定

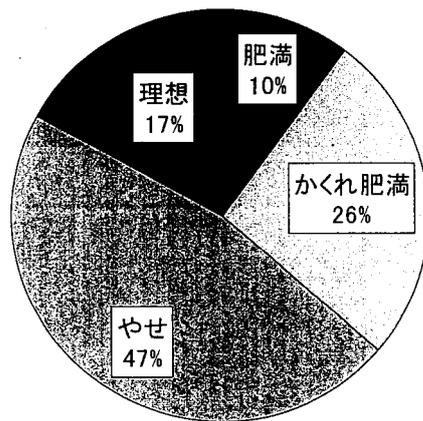
【運動習慣の有無は性差が大きい】



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved.

女性の体型のうち、やせが約50%
肥満傾向(かくれ肥満含む)が約40%



アスリート
0%

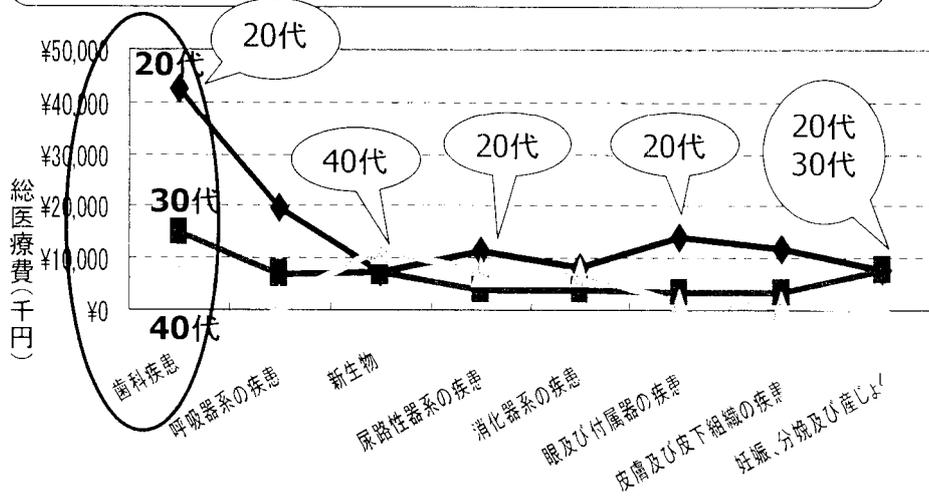
運動選手
0%



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD All Rights Reserved.

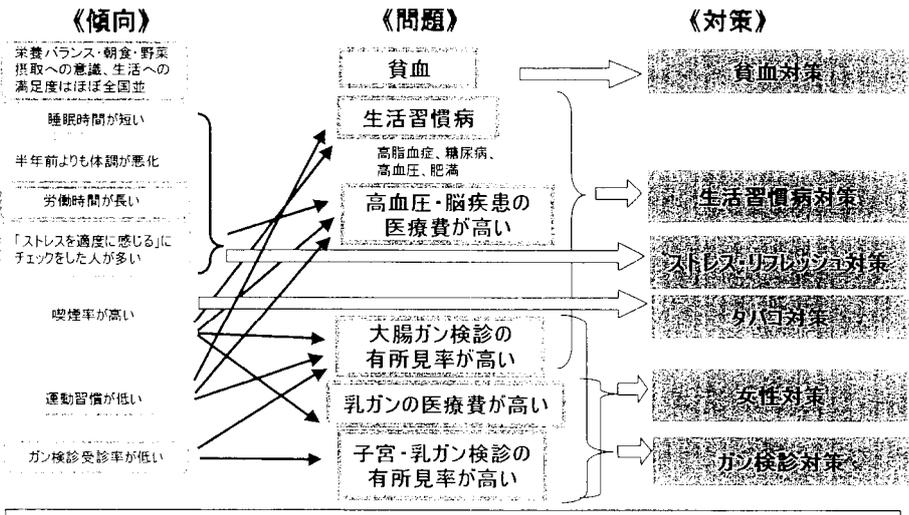
女性医療費は20代!特に歯科と40代のガン



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

3. まとめと対策【40代女性】



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

H17 WG対策

	20代	30代	40代
男性	歯科対策		
	かぜ対策		
	視力低下対策	生活習慣病対策 胃・大腸 ガン検診 対策 タバコ対策	胃消化器疾患対策
	<p>有病率がもっとも低く、比較的健康的な年代。問題の増える30代に向けて、30代に順じた予防的対策を。</p>		
女性	歯科対策	胃・大腸・乳房・子宮 ガン検診 対策	生活習慣病対策
	かぜ対策		
	視力低下対策	やせ・貧血対策	貧血対策
	女性対策		
	婦人科疾患	婦人科疾患(婦人科系のガン含む)、更年期	



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

4. 事業所の健康づくり

①健康管理事業推進委員会での提案



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

②H17健康づくりプログラム(一部)

H17健康づくり事業プログラム

ワールド健康保険組合

○ 保健師お勤めプログラム

状況により、一部実施できないプログラムがあります。詳細は健康保険組合へお問い合わせ下さい。

(1)女性の健康づくり

分類	No	内容	タバコ対策	生活習慣病・がん	女性の健康	やせ・貧血	歯科対策	風邪対策	獲得ポイント
女性の健康	1	女性の健康セミナー 女性ホルモンや更年期の話	○	○	○	○	○	○	3
	2	女性の健康セミナー 育児セミナー(女性への影響)	○	○	○	○	○	○	4
骨密度測定	3	骨密度測定 骨密度を測定し、カルシウムや骨粗しょう症予防について説明			○	○			3

(2)運動

分類	内容	煙草	生活習慣病	女性の健康	やせ・貧血	歯科	風邪	獲得ポイント
ウォーキング	4 春・秋開催 a.1か月コース b.2か月コース c.その他 自らエントリーして参加(女事業所全体参加で+1ポイント)		○	○	○	○	○	3(+1)★
	5 1DAYウォーキング/プラスマイクス健康教室 歩数計で1日の歩数を確認。セミナーで消費エネルギーをチェック		○	○	○	○	○	3
	6 ウォーキングセミナー 効果的なウォーキングの秘訣を紹介や美しい歩き方などを体験		○	○	○	○	○	3
体力測定	7 体力測定 結果に応じたカウンセリングで自分のからだを知る		○	○	○	○	○	3
	8 かんたん体力測定 体脂肪・柔軟性・握力チェック・問診を行う		○	○	○	○	○	3



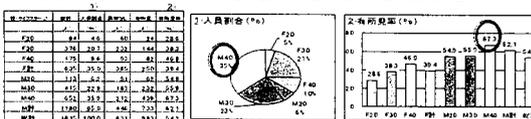
当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO. LTD All Rights Reserved

(株)A事業所 H16定期健康診断結果(性・ライフステージ別)

1 人員割合と有病率 2 平均年齢 全体:39.6歳 女性:36.3歳 男性:39.8歳

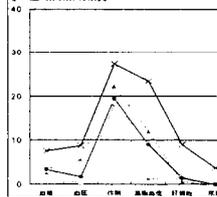


1 人員割合の特徴 40代男性が最も多く、次に30代男性が多い。30・40代で全体の83%割合を占める。
2 有病率の特徴 40代男性が高い。20代男性は高く、逆に20代女性も高い。男性では有病率割合を越える。
● 平均年齢の特徴 男女差は2.5歳で男性が高い。全体の平均年齢はWG平均より13.10歳上である。
【職種】WGの中では男性が多い事務系。男性の有病率割合が大きい。

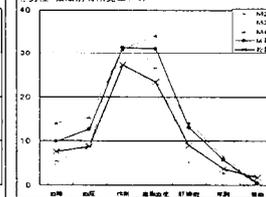
3 職種別有病率(女性/男性④)

年齢	女性				男性					
	人数	血圧	血糖	脂質	人数	血圧	血糖	脂質		
F20	24	8.9	12.8	12	12	8.9	7.5	11	0	2
F30	33	9.2	14.2	12	18	9.2	7.2	12	11	10
F40	24	7.3	12.3	12.8	26	9.2	8.8	15	10	11
F計	81	8.8	13.1	12.3	56	9.1	7.8	12	21	23
M20	14	8.8	10.4	12.2	15	8.8	6.4	11	12	11
M30	14	8.8	10.4	12.2	15	8.8	6.4	11	12	11
M40	14	8.8	10.4	12.2	15	8.8	6.4	11	12	11
M計	56	8.8	10.4	12.2	56	8.8	6.4	11	12	11
合計	137	8.8	12.2	12.2	112	8.8	7.2	12	33	34

3 女性 職種別有病率(%)



4 男性 職種別有病率(%)



3 女性の特徴 総計と比較して有病率の高い項目は貧血のみ。
4 男性の特徴 貧血以外のほぼ全項目で総計を上回る。肝機能・尿酸では30・40代に年代差は少なく、血糖・血圧・尿酸



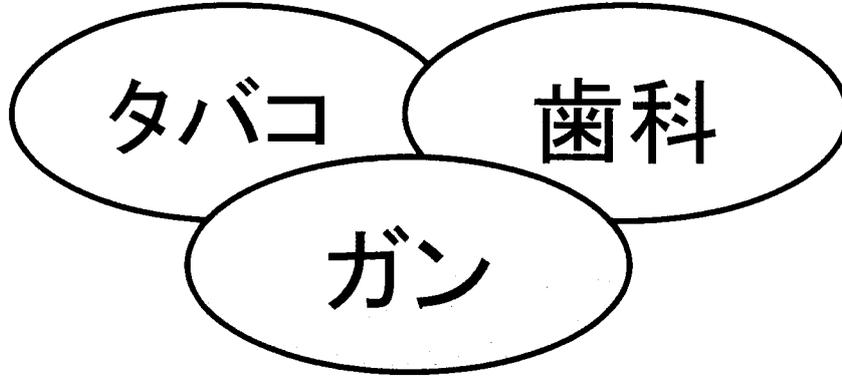
当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。

Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO. LTD All Rights Reserved

③事業所のH16年度データ A事業所のH16年度データ 事業所の打ち合わせ

H17年度 健康づくり3大テーマ



健康管理委員を中心に具体的な事業内容を組み立て、事業所にとってよりニーズの高く、効果的な事業を実施！

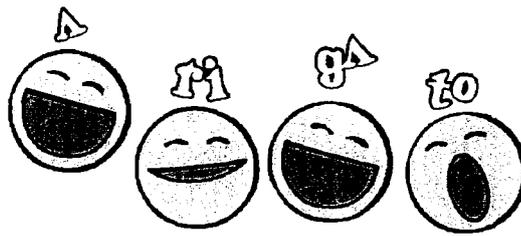
当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

H17ワールドグループ健康づくりスケジュール

事業所名	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ワールド									スポーティブイベント	産科ナニ(産)	
ノーリッジ			骨密度測定		歯科検診				チャレンジラリー		
マーキュリー	歯科検診		スモーカーライザー	春のウォーキング大会					歯科セミナー	秋のウォーキング大会	
WBB					歯科検診				食生活チェック		
WBS											
ルモンテ					スモーカーライザー 歯科セミナー				ウォーキング大会		
AT									チャレンジラリー(次回開催まで)		
イツテモ	歯科検診				歯科セミナー				食セミナー		
WSP									(東北エリア)イナイキキャンペーン 乳がん検診		
インダ岡山					女性の健康セミナー					心のセミナー	歯科検診
インダ淡路					女性の健康セミナー					歯の健康セミナー	
インダ松本										歯の健康セミナー	
インダ宮崎					運動セミナー					歯とタバコのセミナー	スモーカーライザー 歯科検診 スモーカーライザー 歯の健康セミナー

当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
 Never reproduce or reprint without written permission.

END



当資料の無断複製・転載は、著作権侵害となりますのでご注意ください。
Never reproduce or reprint without written permission.

Copyright© 2005 WORLD CO.,LTD. All Rights Reserved

全国販売職の健康づくり

運動習慣の動機付け

販売社員の現在の状況

- ①社員の健康状態(14年健診結果より)
 - 生活習慣(ライフスタイル)の改善が必要
- ② 社員の健康意識
 - (キャンペーン実施済エリアアンケートより)
 - 運動不足・自己の健康に不満足

イキイキキャンペーン

目的

- ・ 従業員の健康に関する知識の普及
- ・ キャンペーンにより運動動機付け

日々の生活に運動を取り入れ、

ライフスタイルを改善する

キャンペーンの概要

内 容: エグザスで運動習慣をつける

期 間: 3ヶ月

対 象: 販売社員(全国約5,500人)

エリアごとに実施

実施済: 2月~4月 北海道エリア 23店舗 130名

6月~8月 九州エリア 74店舗 311名

9月~11月 近畿エリア 201店舗 1,300名

平成15年4月~6月 中国・四国エリア 52店舗 241名

キャンペーンのポイント

エリア拠点から健康づくりを発信

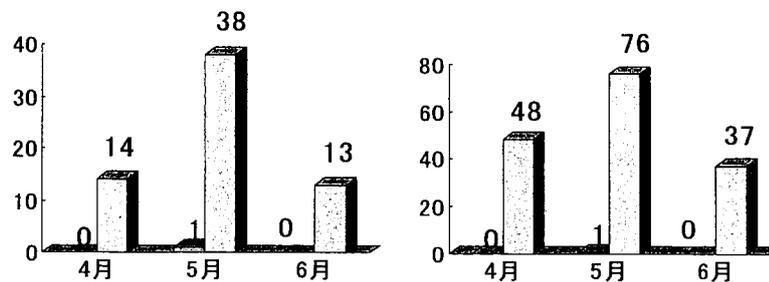
- ・エリア→SV・店長→メンバーへ
情報が行き渡る
- ・社員の健康管理・健康づくり活動を継続

中国・四国 キャンペーン結果

利用人数 1名→65名

利用回数 1→161

■ 14年
□ 15年

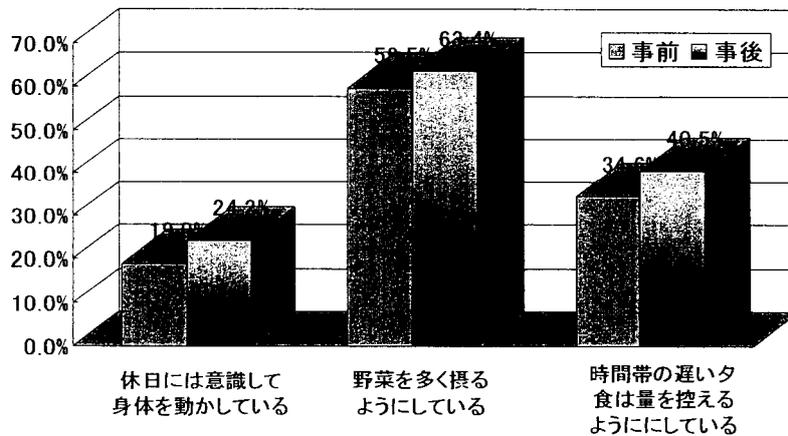


参加率22.8%

キャンペーンエリア別対比

エリア	店舗数	人員	参加者数	参加率	10回達成者
北海道	23	127	37	29.1%	14
九州	74	311	60	19.3%	13
近畿	230	1,294	197	15.2%	10
中国・四国	52	241	55	22.8%	3

キャンペーン事前・事後 意識調査アンケート結果



その他の効果

- 運動をして、汗をかいて楽しかった
- 自主的に歩くようになった
- 日頃全く運動をしてなかったので、いい機会になった
- 仕事とは違った視点でコミュニケーションが取れた



〇〇県一番街 オゾック
10回達成の〇〇さん

「エグザスに通うことにより運動不足を解消されたように感じます。しかし、それ以上にスタッフと一緒にいくことにより、仲も深まり、いつもとは違った視点から話ができ点が良かったです。そのため、より仕事も楽しくなりました。からだを動かすことはコミュニケーションをとる良い方法だなと感じました。」

課題

- キャンペーン期間中の利用促進
- 施設が少ない地域での対策を十分行えなかった
- 運動習慣化へのフォローの徹底

全体啓発

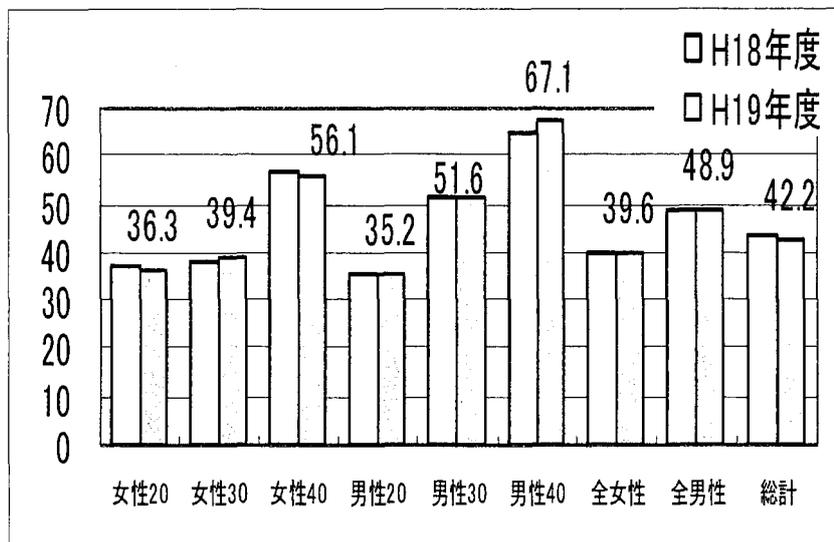
- 広報誌・シナジによる情報提供

食について・腰痛予防など

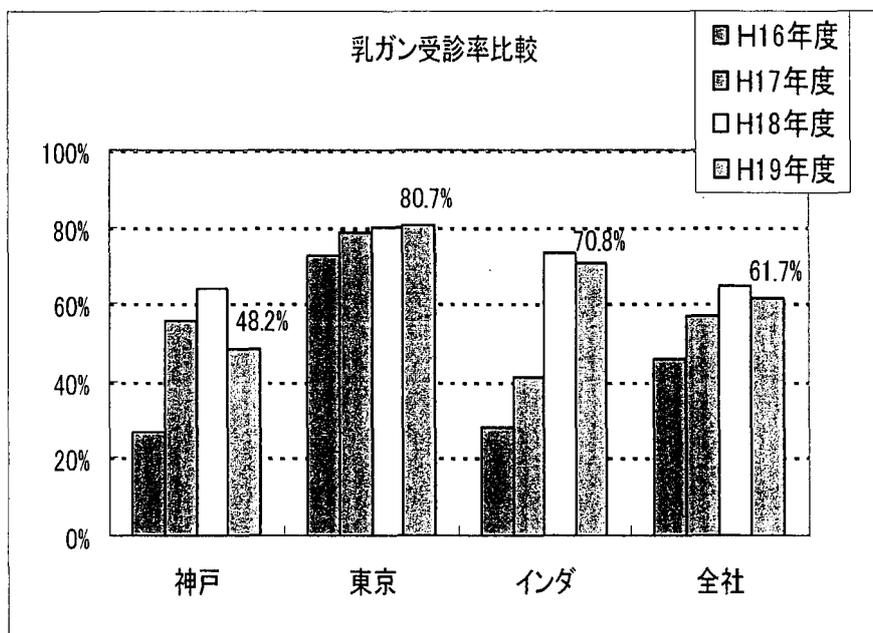
キャンペーンフォロー

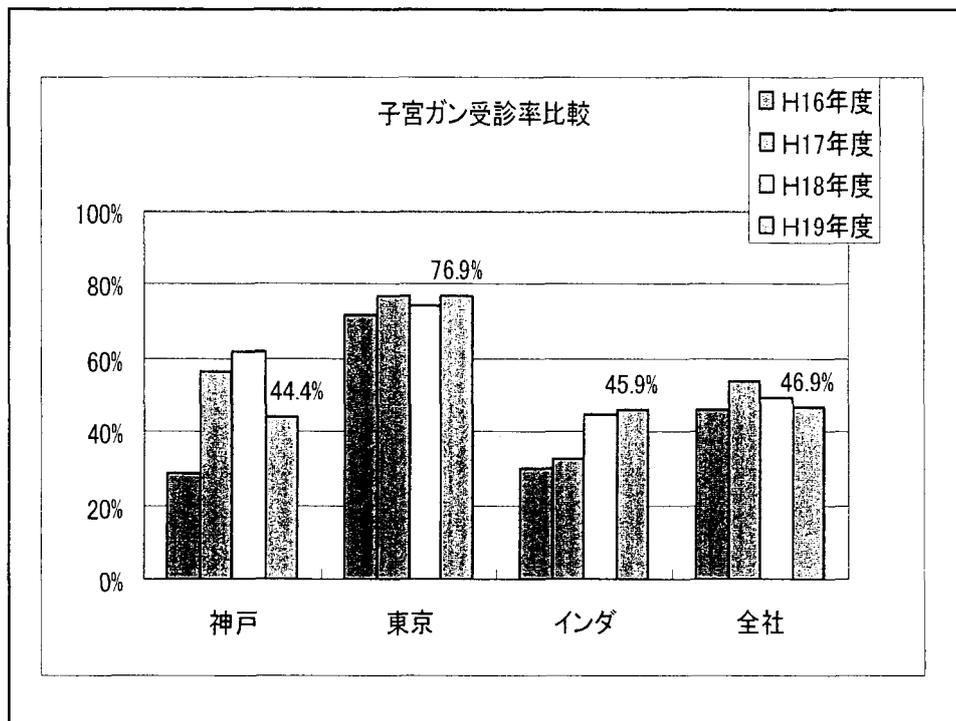
- 運動習慣継続の促進(エリア中心)

《有所見率グラフ》



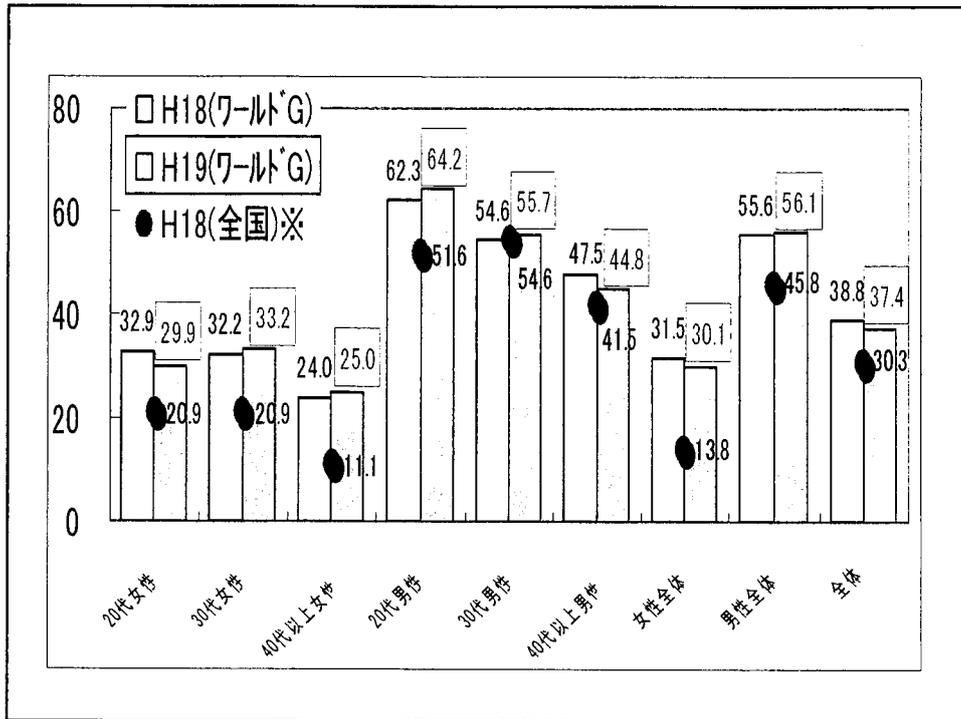
乳ガン受診率比較





	H16年度	H17年度	H18年度	H19年度
神戸	対象者が各自で検診機関に連絡し、受診日を予約。 →予約しない人も!	保健師が予約調整 ★個別受診勧奨	集団健診会場で予約 受診勧奨	対象者が各自で検診機関に連絡し、受診日を予約。
東京	検診機関指定の受診日が設定されている。変更希望の場合のみ、各自で検診機関に連絡。	同様 受診勧奨	同様 受診勧奨	同様 受診勧奨
インダ	指定病院またはかかりつけ医で受診	指定病院またはかかりつけ医で受診 (宮崎:マンモバス検診)	乳ガンのみ出張バス検診 受診勧奨	乳ガンのみ出張バス検診 受診勧奨

終報告]



まとめ

1. 性差・ライフステージ別分析
2. 検診など支援施策の見直し
3. 的を絞った保健事業の実施
4. 啓発、教育のために広報の見直し

大前提

健康の大切さの風土づくり
 事業主の協力
 地域との連携

女性の健康づくりにおける課題について

(分 野)	(委 員 の 主 な 意 見)
健康づくり全般	<ul style="list-style-type: none"> ・ 啓発活動を行うとき、データをどう読み、どういうことに重点を置くかということは、大変重要な問題である。 ・ ライフステージによって女性の健康づくりへの取り組み方は変わる。 ・ 若年者を対象とした普及啓発は、思春期という観点から行うことが必要であるが、月経関連障害やリプロダクションといった観点から行うことも必要である。 ・ 女性の健康づくりには、男性の理解を深めることもできるように実施する必要がある。
栄養摂取と食育 過度のダイエット 等	<p>(若年期のやせ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 近年、増加している。 ・ 適切な栄養が摂取されていない懸念がある。 ・ 骨密度に悪影響を及ぼすと考えられている。 ・ 若年者への栄養摂取等の普及啓発は、思春期の体づくりという観点からだけでなく、月経関連障害やリプロダクションといった観点から行うことも必要である。 <p>(更年期世代)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 気分が落ち込む等の症状により家事に支障をきたし、適切な栄養摂取ができないことも考えられる。 <p>(性感染症等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 特に若年者に対し、性感染症の知識を普及啓発する必要がある。 ・ 子宮頸がんのリスク要因であるパピローマウイルス感染の予防に関し、普及啓発が必要である。 ・ 各種検診等の知識を普及啓発する必要がある。 ・ 性感染症の普及啓発方法（どのような形で、どのくらいの年齢を対象とするか等）について検討すべきである。

	<ul style="list-style-type: none"> ・ 不妊で悩む女性へのサポートも必要である。
<p>乳がん、子宮がん等</p>	<p>(各種検診等の受診率)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 乳がん・子宮頸がん等の検診受診率は欧米に比べて低い。 <p>(普及啓発等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 検診率を上げるためには、がんの知識の普及啓発や財政的な支援が望まれる。 ・ がん治療後に社会復帰を果たした人（いわゆる「がんサヴァイバー」）を啓発活動にとりこむことも良い。 ・ 成人だけでなく、学校教育における普及啓発活動が必要である。 <ul style="list-style-type: none"> ※ 学校教育における普及啓発活動は、児童・生徒の母親にも効果が期待される。 ・ 女性の健康づくりに関して男性の理解を深めるような視点が必要である。 <ul style="list-style-type: none"> ※ 子宮がんや乳がんは女性に特有であるが、がんで死亡する人数は胃がんや大腸がんのほうが多い。男性・女性の比較という視点での情報提示をう必要がある。男性は自分のところと、さらに奥さんのところを見ると期待される。
<p>更年期症状・更年期障害、骨粗鬆症、うつ</p>	<p>(月経関連症状)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 月経関連症状は、女性の就労や家庭生活等に影響を与えていると思われる。 ・ 月経前緊張症や月経痛の知識を普及啓発する必要がある。 <p>(更年期症状・更年期障害)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 加齢に伴い、エストロゲン（女性ホルモン）の分泌は減少する。 ・ 更年期症状（更年期障害）は、「女性ホルモンの減少」「本人を取り巻く環境」「本人の気質」の3つが相互に作用して発現すると考えられている。 ・ 更年期症状（更年期障害）は、対症療法では改善しないことが多い。

- ・ 医療従事者・一般女性の更年期に関する認識不足が複数科受診（ドクターショッピング）の原因のひとつである。
- ・ 日本では、女性ホルモン補充療法はあまり実践されていない。
- ・ 女性ホルモンを補充することで予防できる疾病もあることを普及啓発する必要があるのではないか。
- ・ 更年期には、不調を抱えていても受診に至らない潜在的患者が相当数いると推測される。
- ・ 閉経前には、女性の循環器疾患罹患率は男性よりも低い、閉経後は罹患率が上昇する。

（骨粗鬆症）

- ・ エストロゲンの減少に伴い、骨粗鬆症に罹りやすくなる。
- ・ 若年期のやせが影響するともいわれている。

（骨折）

- ・ 高齢者では女性のほうが男性よりも頻度が高い。
- ・ 要介護状態となる原因の一つである。

（うつ症状等）

- ・ 一般的に、うつ症状を訴えて受診する患者は、女性のほうが多い。
- ・ 「更年期のうつ」と「精神科のうつ」とでは、対応を変える必要があるといわれている。
- ・ 更年期のうつは女性ホルモンの欠乏に関連があるとも言われている。

- ・ 更年期うつの頻度については、データが不足している。
- ・ うつ症状を訴える患者が内科を訪れることが多いため、内科医に対し更年期の知識を普及啓発する必要がある。
- ・ 女性の結婚、出産や育児の時期と、職場での昇格、家族の介護の時期など環境が大きく変化する時期と体調が変化する時期が重なることもあり、精神的な支援が必要である。
- ・ 女性の健康には、精神的な部分も大きく影響すると思われるので、食事・運動・美容などライフスタイルと医療の融合ということも考える必要もあるのではないか。
- ・ うつ症状には、長時間労働の影響もあると思われ、ワーク・

	<p>ライフ・バランスとの関連性を調査する必要もある。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ワーク・ライフ・バランスに関して、普及啓発する必要がある。 <p>(普及啓発等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 思春期、妊娠・出産時、更年期におけるエストロゲン分泌量の変化や加齢に伴う変化、それらへの対処法等の適切な情報を国民や医療関係者に普及啓発する必要がある。 ・ 女性センターや保健所等における更年期に関する相談窓口を充実する必要がある。 ・ 地域医療の枠組みの中（地域の医師会や保健所など）で、更年期症状をサポートできる仕組みを考える必要があるのではないか。 ・ 既にある地区組織や婦人会等を活性化させ、市町村や若年者も予防活動に組み入れるような魅力ある活動をしていく必要がある。 <p>(研究事業等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 更年期女性の特性を明らかにするため生活習慣や経済状態と、疾病頻度（更年期症状やうつ等）の関連について大規模な研究する必要がある。 ・ 女性の生涯における様々な問題について研究や情報発信をしていただく機関を期待する。
喫煙や飲酒、歯の健康等	<p>(飲酒や喫煙等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 女性のアルコール依存症は、重症化しやすいといわれている。 ・ アルコール依存のうち、更年期の不調がトリガーとなっているものも指摘されている。 ・ 近年になって、女性の喫煙率が増加していることは問題である。 ・ 禁煙に対する日本の中の取組は、世界と比べて緩やか過ぎないかという印象がある。 ・ 喫煙の影響には性差があり、特に閉経前の喫煙習慣が健康へ及ぼす悪影響は大きい。データを示して普及啓発する必要がある。

- ・ 女性のほうが、男性よりも気管支がたばこの影響を受けやすく、女性の方が慢性閉塞性肺疾患になりやすいことを普及啓発する必要がある。
- ・ 女性は男性とは違って、隠れて喫煙する傾向が強いといわれており、女性を対象に喫煙対策をするには、男性とは違った工夫が必要である。
- ・ また、男女に関わらず、吸えない環境をいかにつくっていくかという視点も重要である。

(歯科疾患)

- ・ 80歳になった時点で自分の歯を20本以上持っているが、男性は3割近くであるが、女性は約1割半である。
- ・ 歯科医療の枠組みや歯科に関する健康情報から抜けてしまった方々がいるのではないか。
- ・ 特に、更年期以降、歯の治療後に、「咬合時に違和感がある」「口腔内が粘つく」などの不定愁訴を発端として「うつ」になる女性が多い印象がある。
- ・ 歯周炎と動脈硬化や糖尿病に相関があるというエビデンスもあり、歯や口の健康と全身状態との関係についての普及啓発が必要かもしれない。

女性の健康に関する研究について

1. 女性外来と千葉県大規模コホート調査を基盤とした性差を考慮した生活習慣病対策の研究(循環器等生活習慣病対策総合研究、研究代表者:天野恵子、平成 20~22 年度)

1) 概要

- ① 生活習慣病等の発症・進展の性差に関する情報の収集とデータベース化する
- ② 性差を考慮した保健指導の実効性の検討(実証研究)
- ③ 性差発現に関するエビデンスの確立(基礎・臨床研究)
 - ア) 薬物動態力学における性差発現機構の解明
 - イ) 生活習慣病が血管内皮機能に与える性差の解明

2) 期待される効果

- ① 医療者等への疾患の性差に関する情報の提供
- ② 効果的・効率的な保健指導の確立(性差を考慮する保健指導の確立)
- ③ テーラーメイド医療の推進のための基礎的根拠の提供
 - ア) 医薬品の効果・副作用における性差の発現分野におけるエビデンス
 - イ) 生活習慣病の血管内皮細胞への影響の性差に関するエビデンス

2. 性差を加味した女性健康支援のための科学的根拠の構築と女性外来の確立(疾病・障害対策研究分野子ども家庭総合研究、主任研究者:天野恵子、平成 17~19 年度)

1) 概要

- ① 性差を加味した女性医療、健康支援のための科学的根拠の構築
- ② 千葉県からの予算補助を受け女性外来を開設する 10 病院における受診者、病院長、担当医師・看護師を対象とした外部評価調査
- ③ 女性外来の実態ならびに問題点の解析
- ④ SF-36, STAI, SRQD を用い、女性外来における医療効果の評価
- ⑤ 臨床の現場から、微小血管狭心症の実態、高齢者の内分泌・代謝、骨粗しょう症、物忘れ等における性差、小児における臨床検査値の性差開始年齢の同定、循環器危険因子の性差について調査・検討
- ⑥ ラットにおける PPAR γ アゴニストの薬物動態の性差の検討

2) 結果

- ・女性外来における問題解決度は高く、患者の満足度、再受診希望率も極めて高かった。
- ・精神症状に苦痛をもつ女性たちの改善に女性外来や有効であった
- ・女性外来における医療介入効果も極めて高いことが、SF-36, SRQD, STAI を用いての経過観察により明らかとなった。
- ・微小血管狭心症の実態、高齢者の内分泌・代謝、骨粗しょう症、物忘れ等における性差、小児における臨床検査値の性差開始年齢の同定、循環器危険因子の性差について明らかにした。

3. 女性の各ライフステージに応じた健康支援システムの確立に向けた総合的研究

(疾病・障害対策研究分野子ども家庭総合研究、主任研究者:寺川直樹、分担研究者:水沼英樹他、平成 15-16 年)

1) 概要

ライフステージによる女性の自覚症状の変化(月経関連症状)の頻度を明らかにするため病院受信者を対象にアンケート調査を実施した。月経関連症状を訴えた初診患者 1716 名のアンケート調査より 1 年間の推定患者数を推計した。

2) 結果

一般女性が月経関連の自覚症状を訴えてすべて医療機関を受診したと仮定した場合、月経痛を訴える女性の 9.1%が子宮内膜症と、過多月経の 9.3%が子宮筋腫と、月経不順の 19.4%が卵巣機能不全と診断されることが推定された。

患者満足度の調査対象(178 例)の 7 割以上が 2 カ所以上の医療機関を受診していた。そのうちの半数以上は自身が希望して当該施設を受診しており、他院からの紹介を上回ったことから“セカンドオピニオン”のニーズが高いことが推測できた。

4. 女性の生活習慣と健康に関する疫学調査 -日本ナースヘルス研究 JNHS-

1) 日本に在住する 25 歳以上の女性看護職を対象とした前向きコホート研究

自己式調査票を用いた郵送による調査

ベースライン調査(2001~2008.3): 49,925 人の女性から回答

10 年間追跡調査(2 年に 1 度)への参加者: 約 17,000 人(コホート確定作業中)

2) 調査項目

- ・ 断面調査: 生活習慣(喫煙、飲酒、睡眠、運動、食事、等)、
保健習慣(検診、女性ホルモン剤、ビタミン剤、等)、
身体状況(身長、体重、腹囲、臀囲、検査値、等)、
既往歴、家族歴(両親、姉妹)などの実態把握
- ・ 経時的調査: 生活習慣、保健習慣、身体状況の変化、
各種健康事象への影響
(婦人科疾患・がん・循環器疾患などの発症との関連)

3) これまでの主な研究成果: タイトルのみ

- 出生時体重および若年期の生活習慣と糖尿病との関連
- 看護職の日常生活と健康状態
- アスピリン使用状況と使用者の特徴
- 低用量ピル使用状況と使用者の特徴
- 睡眠薬服用状況と使用者の特徴
- 栄養補助剤(サプリメント)使用状況と使用者の属性
- 女性ホルモン補充療法(HRT)使用者と非使用者の特性の比較
- 閉経発来リスク因子の分析
- 主たる疾患の年齢別罹患率

女性の生涯健康手帳

産婦人科は皆様の誕生の時から深くかわり、女性の生涯を通じて病気や健康の相談に応じることができる診療科です。女性のライフスタイルは大きく変化し、それにもない女性の病気や悩みも変化しています。子宮頸がんや卵巣がんなどは、若い人にも増えています。女性の病気には症状があまりないものもあります。年に一回は産婦人科で検診を受けるなど、もっと気軽に産婦人科を受診してください。

この手帳を利用して、ご自身の健康状態をチェックして、産婦人科の受診時にお役立てください。

毎年3月1日～8日は女性の健康週間です。産婦人科医が女性の健康を生涯にわたって総合的に支援することを目指し、3月3日のひな祭りを中心に3月8日の国際女性の日までの8日間を『女性の健康週間』と定め、社団法人日本産科婦人科学会、社団法人日本産婦人科医会の共催で2005年にスタートしました。2008年からは、厚生労働省も主唱する国民運動として、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するために、国や地方公共団体、関連団体が一体となり、さまざまな活動が展開されることとなりました。

女性が生涯元気であることが、社会の元気の源です。産婦人科医は「生涯にわたる女性の主治医」です。

(社)日本産科婦人科学会
(社)日本産婦人科医会

(社)日本産科婦人科学会ホームページ: <http://www.jsog.or.jp/>
(社)日本産婦人科医会ホームページ: <http://www.jaog.or.jp/>

編集: 赤松達也、石塚文平、内田聡子、小田瑞恵、北原正文、栗林靖、小林陽一、澤倫太郎
清水幸子、塚原優己、早川留、前村俊満、宮崎亮一郎、矢野哲、吉田幸洋(五十音順)

資料提供: (社)日本産婦人科医会、医療法人鉄蕉会亀田クリニック 2008年3月改訂

目次

●私のプロフィール	3~4
●かかりつけの医療機関や保健所など	5~6
●健康診断の記録	7~10
●基礎体温の記録	11~12
●月経の記録	13~14
●産婦人科問診票	15~16
●受診(診療・検査・相談)の記録	17~22
●女性が知っておきたい健康の常識	
【女性のライフサイクルと健康】	23~24
【月経について】	25~26
【妊娠・出産】	27
【女性が気をつけたい症状・病気】	28~31
【女性と生活習慣病】	32
【女性のがんと検診について】	33~34
【健康な生活のために】	35
【40歳以上の全員に健康診断】	36

この手帳に関するお問い合わせは、
女性の健康を推進する会(fw@ellesnet.co.jp)まで。

印刷断不再可敬請

これまでの経緯と今後の予定（案）

- ・ 第1回懇談会 平成19年12月25日（火）
- ・ 第2回懇談会 平成20年 1月31日（木）

「女性の健康週間」平成20年3月1日～3月8日

- ・ 第3回懇談会 平成20年 6月13日（金）
- ・ 第4回懇談会 平成20年 秋頃
（議題）「女性の健康状態に関する全国調査について」進捗状況の報告
「生涯を通じた女性の健康管理について」検討状況の報告 等
- ・ 第5回懇談会 平成21年 1～2月頃
（議題）「女性の健康状態に関する全国調査について」とりまとめ
「生涯を通じた女性の健康管理について」とりまとめ
平成21年女性の健康週間における啓発事業について 等

「女性の健康週間」平成21年3月1日～3月8日