

未病サミット2024

セッション②未病を改善し、ウェルビーイングな働き方を実現する



# 女性の健康課題を解決することで働く人のウェルビーイングを推進する

吉田 穂波

神奈川県立保健福祉大学 大学院

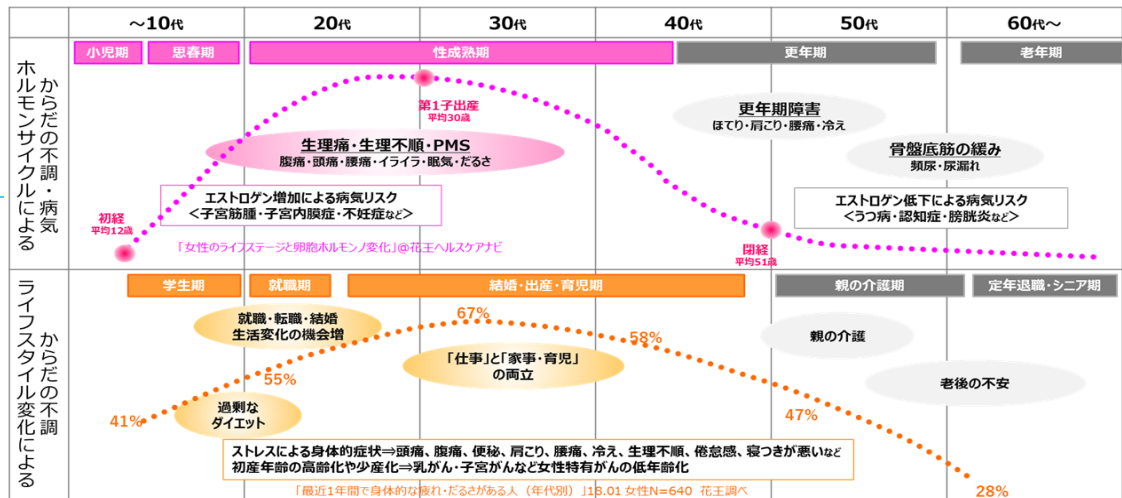
ヘルスイノベーション研究科教授

産婦人科医、医学博士、公衆衛生学修士

Copyright © 2018 Kanagawa University of Human Services. All rights reserved.

1

## 女性のライフステージとホルモン変化



出典：花王調べ

Copyright © 2018 Kanagawa University of Human Services. All rights reserved.

2

## 働く女性の健康課題解決



### ① 女性特有の健康課題による 経済的損失

- 女性特有の月経随伴症状（月経痛・貧血・PMS等）による経済損失額：約**4,911億円**
- 治療費などを含めると月経随伴症状による社会的経済負担額：約**7,000億円**

平成31年3月 経済産業省 ヘルスケア産業課健康経営における女性の健康の取り組みについて

### ② 女性の年齢階層別労働力率が 結婚・出産で低下

- 神奈川県はM字の谷底の値と深さは低値である
- M字カーブの底である35～39歳の労働力率
  - 全国平均：78.2%
  - 神奈川県：73.9%（奈良県に次いで全国下位）

統計Today 令和2年国勢調査 就労状態等基本集計の結果から  
<https://www.stat.go.jp/info/today/pdf/184.pdf>

女性特有の健康支援や働き続けられる環境整備が求められる

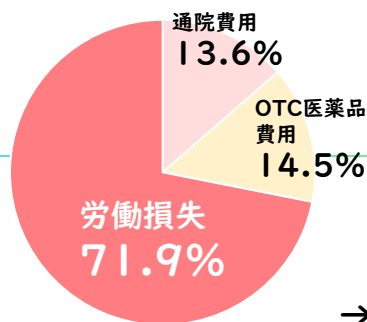
Copyright © 2018 Kanagawa University of Human Services. All rights reserved.

3

## 月経による生活や業務への影響



### 月経随伴症状による1年間の社会経済的負担



内訳	推計額
通院費用	930億円
OTC医薬品費用	987億円
労働損失	<b>4,911億円</b>
総計	6,828億円

→ 女性が働きやすい社会環境の整備を進めることが生産性向上につながる

※経済産業省ヘルスケア産業課HPより抜粋

2018 Kanagawa University of Human Services. All rights reserved.

4

## 女性の声から生まれたプロジェクト

SINCE 2014



WII Conscious  
Marunouchi



まるのうち  
保健室

WII Conscious Marunouchi  
www.wii-conscious.jp



Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

5



まるのうち  
保健室

WII Conscious Marunouchi  
www.wii-conscious.jp



働く女性  
ウェルネス白書  
2024



## まるのうち保健室の取り組み 女性の働きやすい文化醸成に向けて 3つの視点からアプローチ

まるのうち保健室  
WEBサイト



<https://shokumaru.jp/w/cm/>

### approach1 社会

- 産学医連携による健康サポートのための施策の開発と実施
- 街のサービス提供者（飲食店・クリニック等）との環境づくり

丸の内での大規模イベントの開催



### approach2 個人

- ヘルスリテラシー向上
- 学ぶ機会づくり

オンラインまるのうち保健室  
オリジナル健診の実施



x famione CREAGE  
TOKYO  
フロンティア・アカデミア

イベントで健康と向き合う  
体験ブース提供



### approach3 コミュニティ (企業・アカデミアなど)

- 「働く女性 健康スコア」等を通じた女性の健康調査結果の公提言の発信
- コミュニティ経由での女性の健康啓発

働く女性 健康スコア  
産学医連携ワーキング



Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

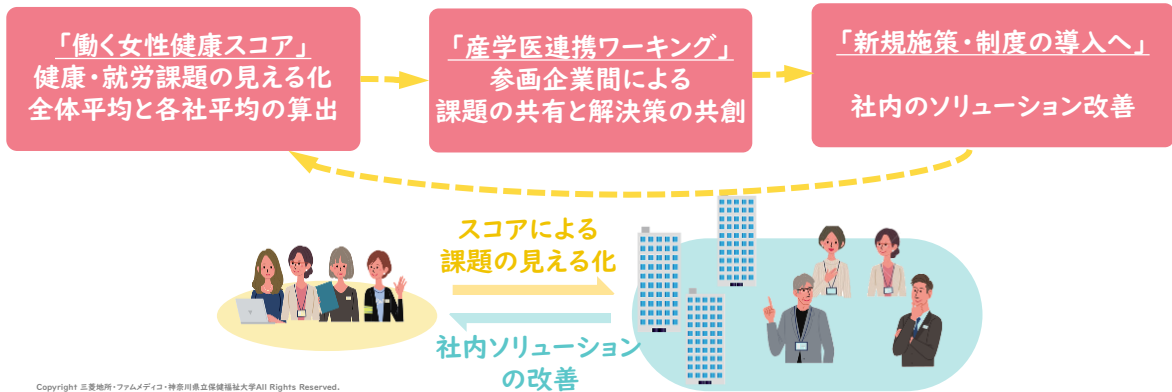
6

6

## 産学医連携したスキーム

- 女性の健康・就労課題を企業ごとに見える化。
- 参画企業の輪の中でのデータ比較・課題の共有から気づきを得て、解決策を共創。
- 経年変化をみることで、新しい施策や、取り組み施策の有効性の検証や次なる課題を見出す。

この取り組みを循環させることで、女性が働きやすい環境の実現をめざします。



7

### 活動のテーマ：

女性の働きやすい環境実現に向けた文化醸成づくりに向けて  
企業との共創プログラムを実施

2022年3月 ————— 2023年3月 ————— 2024年 —————>

#### 「働く女性ウェルネス白書」 発表



参加者数 313 名  
プログラム参画企業 9 社

#### 「働く女性 健康スコア」 発表



参加者数 3,425 名  
プログラム参画企業 14 社

#### 「働く女性 健康スコア」 の継続

×  
「産学医連携ワーキング」  
によるコミュニティ活動継続

参加者数 3,907 名  
プログラム参画企業 20 社

Copyright 三菱地所・ファムメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

8

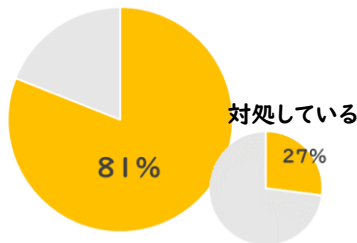
8



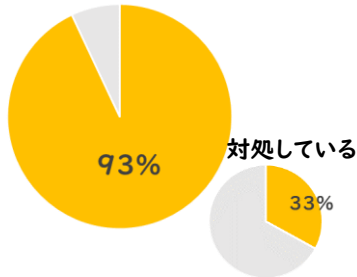
## 「働く女性 健康スコア」

### 女性特有の健康問題に関連する症状の保有状況

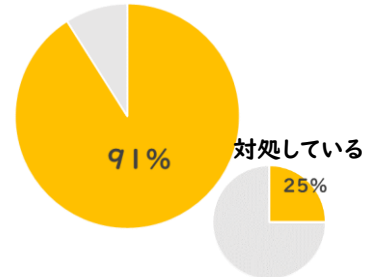
#### 月経困難症



#### PMS (月経前症候群)



#### 更年期症状



20-60歳代の多くの女性が、女性特有の症状を持ちながら働いている

「働く女性 健康スコア」2023、「はたらく女性ウェルネス白書」2022より抜粋

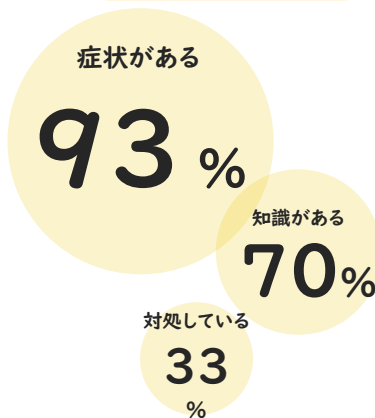
Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

9

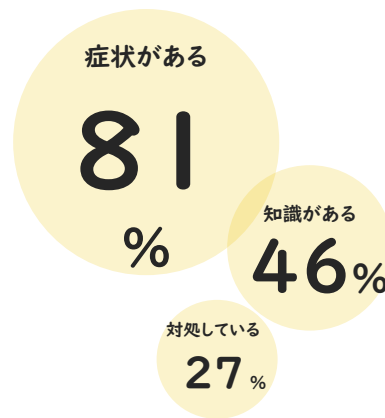


## 健康課題に関する知識と対処

### PMS



### 月経困難症

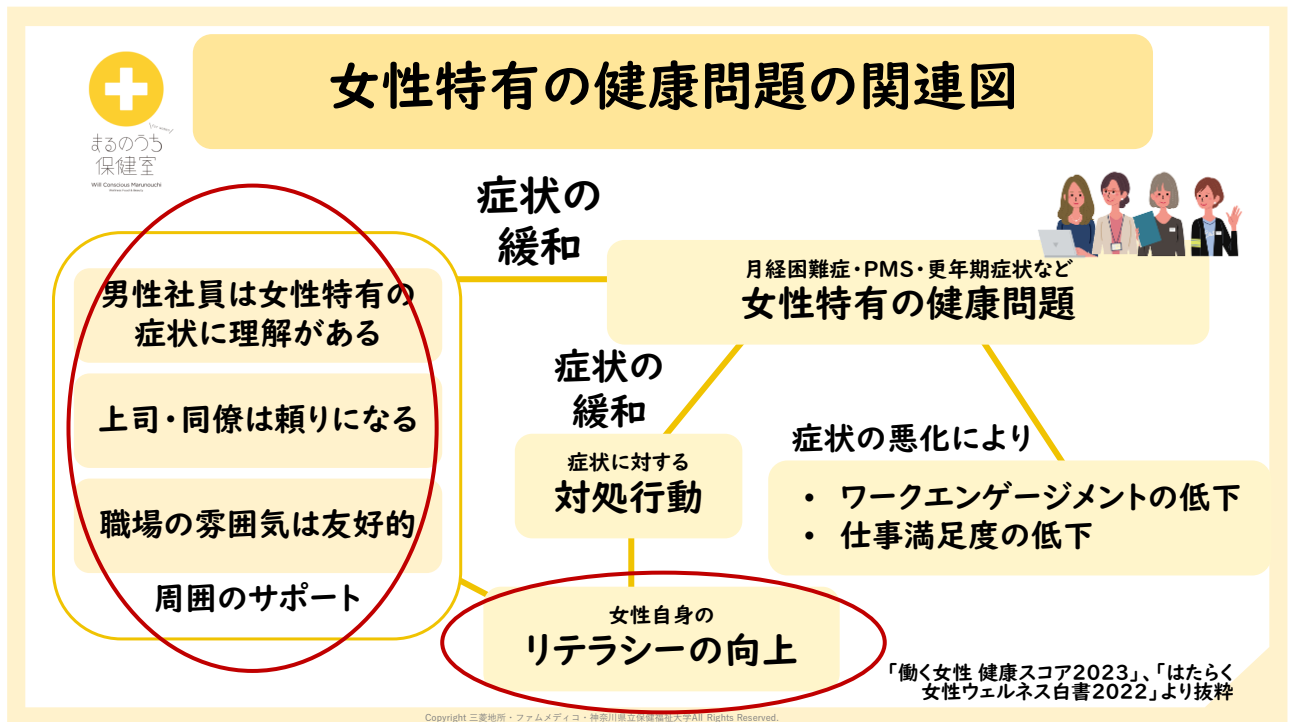


\*「働く女性 健康スコア2023」より抜粋

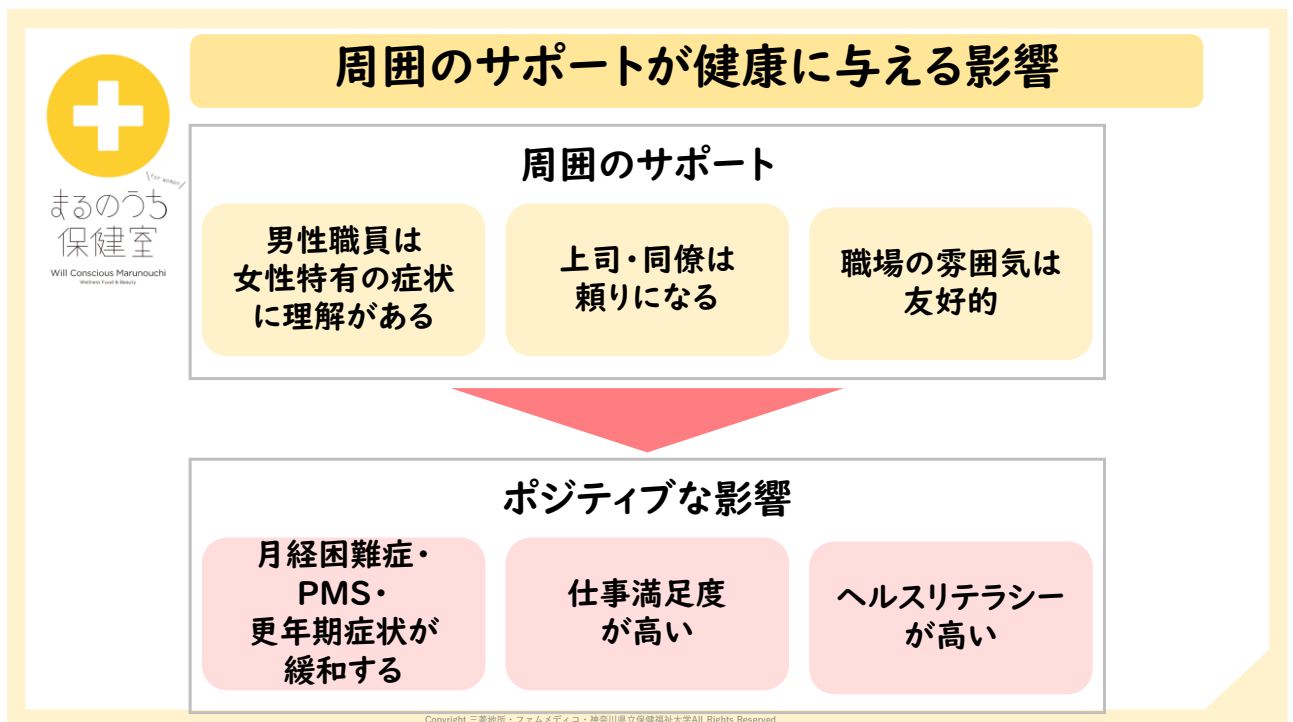
Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

10

10



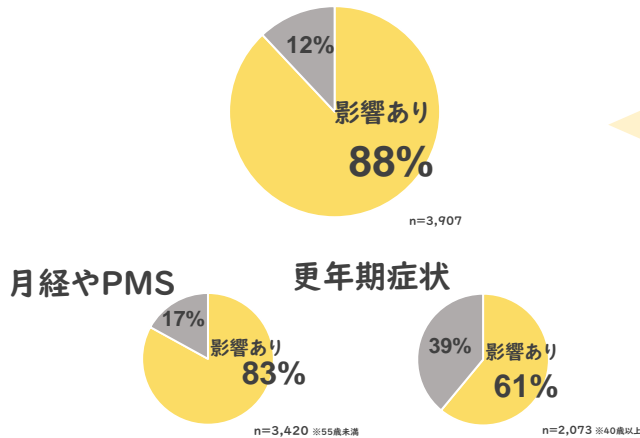
11



12

## 女性特有の症状と仕事への影響

女性特有の症状で「仕事に影響がある」と答えた割合は女性全体の88%



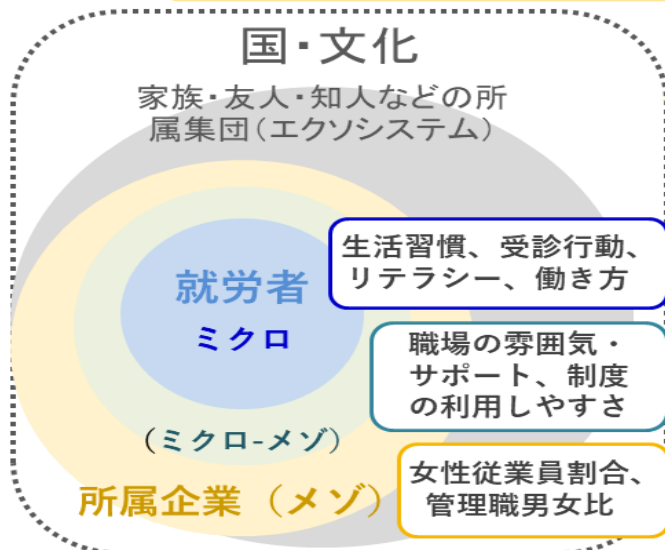
40代以上では、**3人に1人**が更年期症状と月経関連症状の両方により仕事に影響がある

13

Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

13

## 職場環境における健康決定要因



生活習慣が良好であること、職場評価が友好的であること、休暇等の制度をいつでも利用できる状態にあること、女性割合の高い企業に勤務していることが女性従業員におけるパフォーマンスを高く保つことに関連していることが明らかになった

錦谷まりこ、吉田穂波. 第97回日本産業衛生学会 演題OD19-5「就労女性のプレゼンティズム要因探索研究2—生活習慣から職場環境・企業属性まで」より  
n=3,907

14

Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

14

## 産学医連携ウェルネスワーキング

- ・個人任せにせず、「女性特有の健康課題について話ができる上司」への変革
- ・休暇を取得しやすい職場環境、交代勤務できるアサインメント

働く女性健康スコア参画企業の人事・健康経営担当者同士にて、  
男女共に働きやすい環境実現を目指す

参画企業の課題感や方向性をシェアしながら、今後の活動に向けての情報交換の場として  
人事・健康経営担当者同士のコミュニケーションを創造



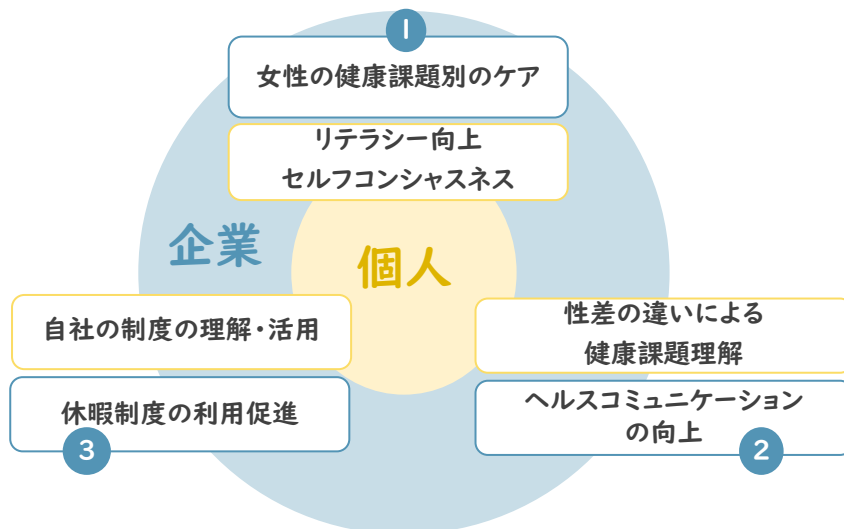
共通の課題のシェアと  
解決策の検討

取り組み事例紹介と  
アイディエーション

Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

15

## 個人と企業のアクションのポイント



Copyright 三菱地所・ファミメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

16

16



まるのうち保健室  
働く女性健康スコア **チェック10**

『働く女性健康スコア』を通して見えたトピックスの中から、特に知ってほしい10の項目をQ&Aで紹介！あなた自身や職場の環境にあてはめてチェックしてみましょう。

女性の健康課題

更年期のつらい症状は誰にでも現れるもの？

月経痛って我慢するもの？

女性の不調による仕事への影響はどのくらいあるの？

セルフケア

『卵子凍結』はどれくらい身近になってきているの？

女性特有の身体の変化に伴う不安やイライラはみんなも困っているの？

女性特有の健康について、どのくらいの症状で病院にかかっていますか？

女性特有の身体の不調に最も影響する生活習慣は？

就労環境

男性のみなさん、“女性の不調”に対する声掛けに困ったことはありますか？

生理がつらいとき、休めていますか？

職場の人間関係と女性の健康状態には相関性があるの？

Copyright 三菱地所・ファムメディコ・神奈川県立保健福祉大学 All Rights Reserved.

17



男女双方のウェルビーイングと  
働きやすい職場環境・人間関係に貢献します



三菱地所



femmes médicaux



公立大学法人  
神奈川県立  
保健福祉大学

1  
女性特有の  
健康課題

2  
ヘルス  
リテラシー

3  
セルフ  
ケア

4  
就労環境

5  
生活習慣

18

## 謝辞



- 「働く女性 健康スコア」全体企画・調査設計：三菱地所株式会社様（廣田紋子様、井上友美様、嶋田瑞穂様、橋本沙知様）、株式会社ファムメディコ様（安西智美様、日高優海様、田口元輝様、秋元彩乃様）
- データ解析：神奈川県立保健福祉大学（黒河昭雄先生、錦谷まりこ先生、星名美佳様、矢澤瑞季様、田中琴音様、納富あゆみ様、渡辺祐子様、一原直昭先生）
- 株式会社ファミワン 石川勇介様、松本彩乃様
- そして、調査にご参加くださいました全ての方々に深謝いたします。