

気になる  
キーワード

2

# 女性

男性の皆さん・経営者の皆さんにも知ってもらいたい。

## 働く世代の女性の健康課題である「**月経随伴症状**」※について

※月経随伴症状＝月経不順、月経痛、PMS（生理が始まる3～10日前に起こる、心と体の不調）

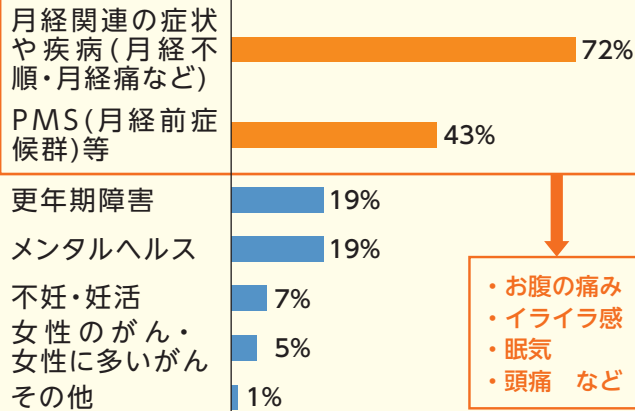


勤務先で困った  
経験をした女性

**52%**

内訳

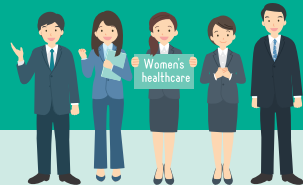
女性特有の健康課題や女性に多く現れる症状により、勤務先で困った経験をしたことがある女性の割合  
(平成30年 経済産業省・働く女性の健康推進に関する実態調査)



・お腹の痛み  
・イライラ感  
・眠気  
・頭痛 など

生理に伴う不調を抱えながら働いている女性は少なくありません。

生理の困り事を女性だけの問題にしない職場づくりを



### ウーマンヘルスケアの推進

北九州市は、女性にやさしい社会づくりに向けて、女性の健康に配慮した職場環境を推進しています

市内の小規模事業場(従業員50人未満の会社)の女性1500人を対象に、職場での生理に伴う困り事に関するアンケート調査を実施

#### 働く女性の生理のお悩みあるあるリスト(一部抜粋)

- 生理休暇を申請しづらい雰囲気がある。
- 生理休暇を有給にしてほしい。無給の生理休暇を取るくらいなら、年休(有給)を取得する。ただ、毎月ある女性特有の体調不良で、男性と同じ日数しかない年休を使わなければいけないの？
- 生理休暇という名称が直接的過ぎて取りにくい。
- 長時間の会議でトイレに行けず、経血漏れで椅子を汚してしまうことがある。
- 制服の色が薄く、経血漏れが気になる。
- どんなにつらくても授業や接客などで業務を離れられない場合がある。
- 介護現場では、歩き回る、しゃがむなどの動作が多く、下腹部への負担が大きい。
- 生理痛が軽い同僚女性の場合、つらさを分かってもらえない。

アンケート  
結果をもとに  
作成した

経営者に取り組んでももらいたいアクションリスト(一部抜粋)

体調不良時には  
**生理休暇が取得可能**  
であることを、改めて  
会社全体に周知する

**濃い色の制服**や  
お腹周りを締め付けない  
**パンツタイプの制服**を  
選択できるようにする

つらいときに  
**横になって休める**  
**スペース**  
を準備する

職場で**生理に関する**  
**研修**を実施し、  
社員全体の理解を  
促進する

会社の研修などで  
ご活用ください

**座面が拭き取れる素材**  
(合皮など)の椅子に  
変更する



▲啓発リーフレット、  
研修用動画など

「がん」と  
診断される確率

**2人に1人**

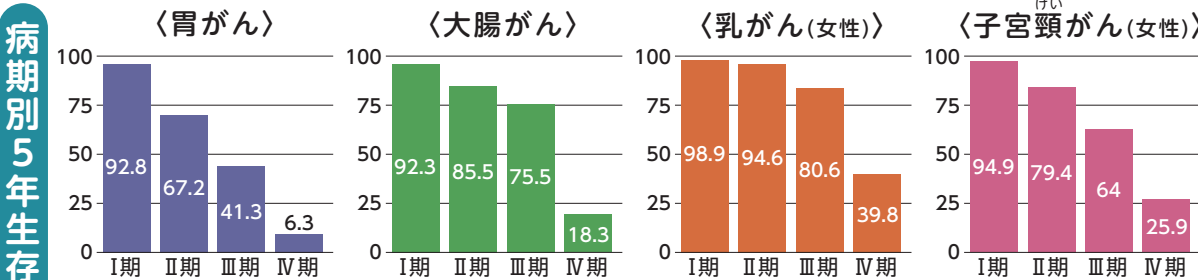
日本人が一生のうちに  
「がん」と診断される確率  
※男性63.3% 女性50.8%  
(令和3年 国立がん研究セン  
ター・累積罹患リスク)

気になる  
キーワード

3

# がん

がんは早期に発見して治療すれば、ほぼ9割の人が治ります



※ネット・サバイバル(Net Survival):純生存率。生存率の算出方法の一つ。  
出典:国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」  
院内がん登録2014-2015年 5年生存率

早期のうちは自覚症状がないため、  
定期的に検診を受け、早期発見・治療につなげることが大切です。

今や日本人の2人に1人が一生のうちに「がん」と診断されており、がんは身近な病気です。

がんの種類にもよりますが、「早期」とされる期間は1～2年程度です。また、早期のうちは自覚症状がほとんどありません。

そのため、定期的に職場などの健康診断やがん検診を受けましょう!

各種がん検診の  
詳細はコチラ▶



特集に関するお問い合わせ

保健福祉局健康推進課 ☎582・2018