

1 事業名

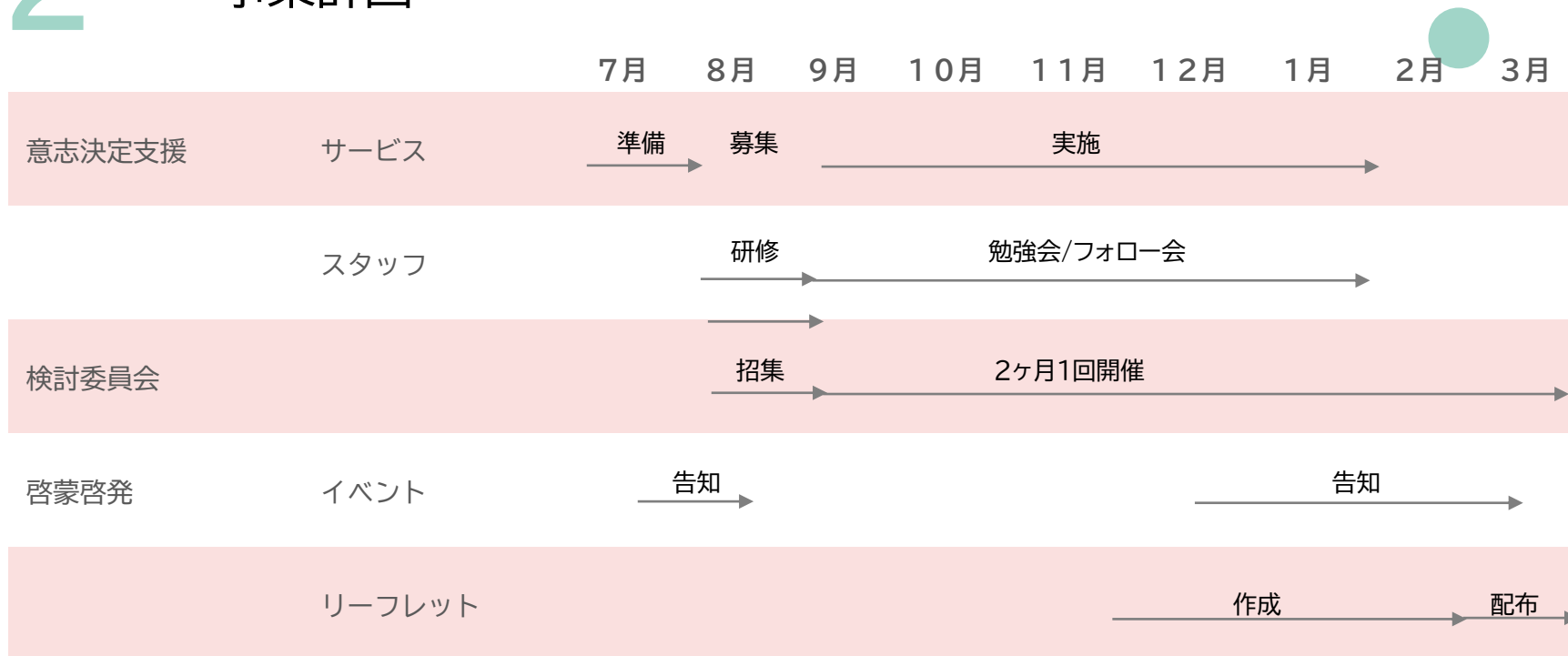
女性の意志決定支援サービスの構築
およびライフデザインにまつわる
社会環境整備に向けた実証事業

一般財団法人ウェルネスサポートLab



2

事業計画



<目的>

- ◆デリケートな女性特有の身心バランスやライフイベントに起因する身心不調や不安をの柔和・改善を行う
- ◆働く地方女性のリアルな「健康×働く」の課題の抽出とニーズの把握とサービス構築に向けての検討
- ◆ 同性間・異性間・世代間の意識ギャップを埋め、エイジレスに働きやすい職場・社会づくり

3 実施内容

① 女性の意志決定支援サービスの提供

～提供前～

- ・ 居住地または勤務地が福岡市内の20～50代の働く女性500名を募集
- ・ 募集時に初診アンケート実施
- ・ かかりつけナース（フレンドナース）2名に研修会
- ・ フレンドナース2名、他7名のアドバイザー（認定専門看護師/助産師/管理栄養士/社会福祉士/健康運動指導士）を対象に研修会

～提供開始後～

- ・ 第一回アンケート実施
- ・ 相談傾向をもとに、連携協定2団体（キャリアコンサルティング、医師による遠隔診療）

② 検討委員会の実施

- ・ 9月7日に第一回目実施
- ・ 教育界1名、経済界2名、医療界1名

③ 啓蒙啓発事業の実施

- ・ 8月12日に実施
- ・ 初診、第一回アンケート結果をリーフレットにまとめる

4

分かってきたこと

① 募集～実施1ヶ月でわかってきたこと

- 定員達成の大きな要因は「匿名性の担保」と「ボヤキつぶやき」「あなたに代わって」「次世代の働く環境を変える」というキーワードによる
- 地方女性のプライベートな課題に対し「秘密性」を求め、「相談」よりは気軽に利用できるものが良い。また「人の役に立ちたい」「知ってほしい・理解してほしい」という想いは強く存在する。
- 全世代のほとんどの女性が「悩み・不安」「女性特有の身心不調」を長期的に継続しながら社会参画すること、暮らすことを日常化しており、「不調＝普通」という概念となり、サポートを求めることをしないている
- 合わせて「働く女性」「パートナー」に対する男性の思う健康状態と実情に大きなギャップが存在する

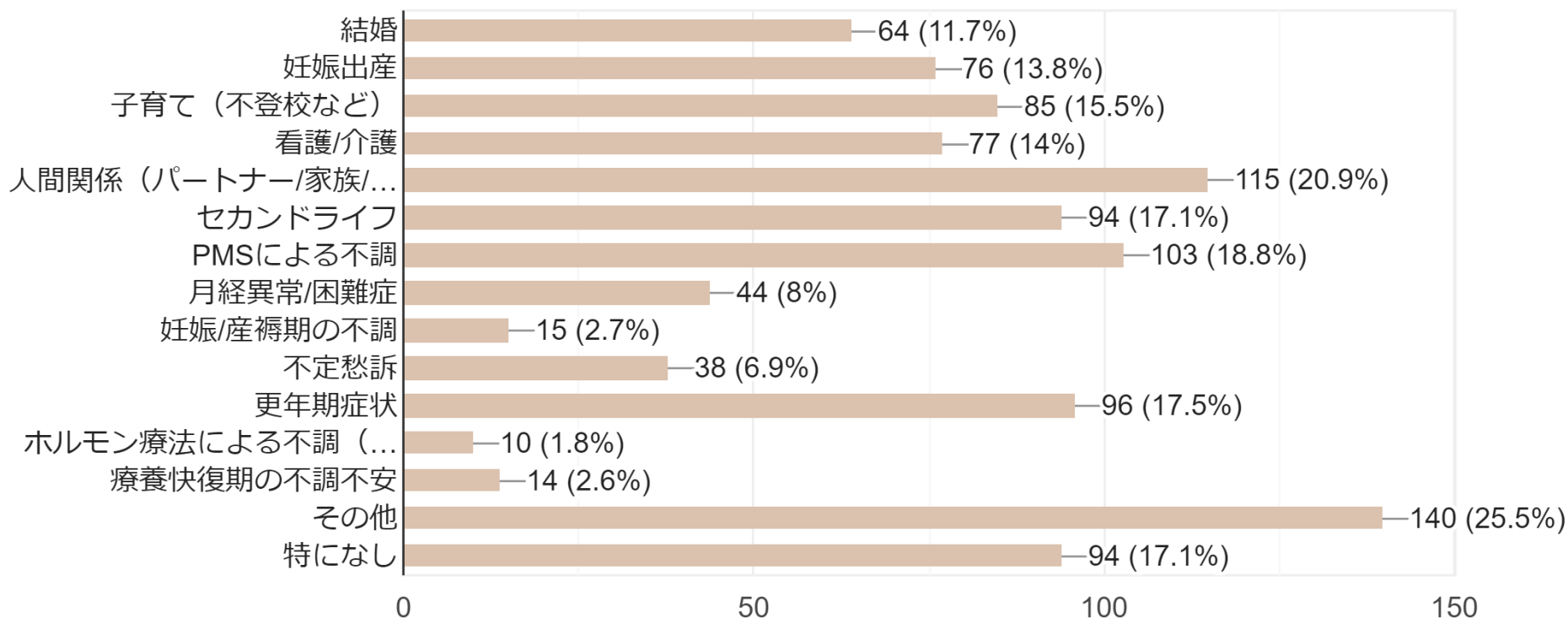
② まとめ

- まずは女性自身が「自身の健康度」を客観的に理解し、「心地よく暮らすこと」また「健やかな自分で社会参画すること」で他人や社会に貢献できることを前向きに感じるための自己啓蒙が必要
- そのうえで、互いを理解し合い、サポートし合う、社会づくりへとつながっていくための社会啓蒙が必要

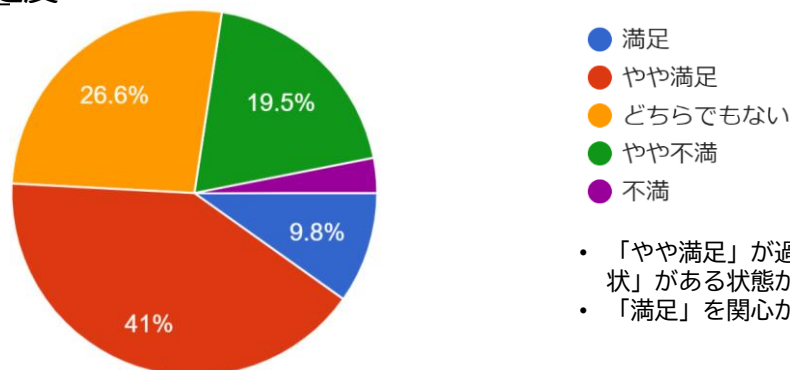
～現在のお悩み/不安～

- ・ ライフイベントに関する悩みはほぼ同数
- ・ 人間関係に対する悩みが多く、社会健康度の低下が身心健康度の低下へ影響と推測
- ・ PMSなどの生理関連、不定愁訴、更年期症状と女性ホルモンに関する悩みの数値は大きい
- ・ その他の数値も多く、お悩みの複雑化、多様化が推測
- ・ 「特になし」は全体の17%

参考資料-1



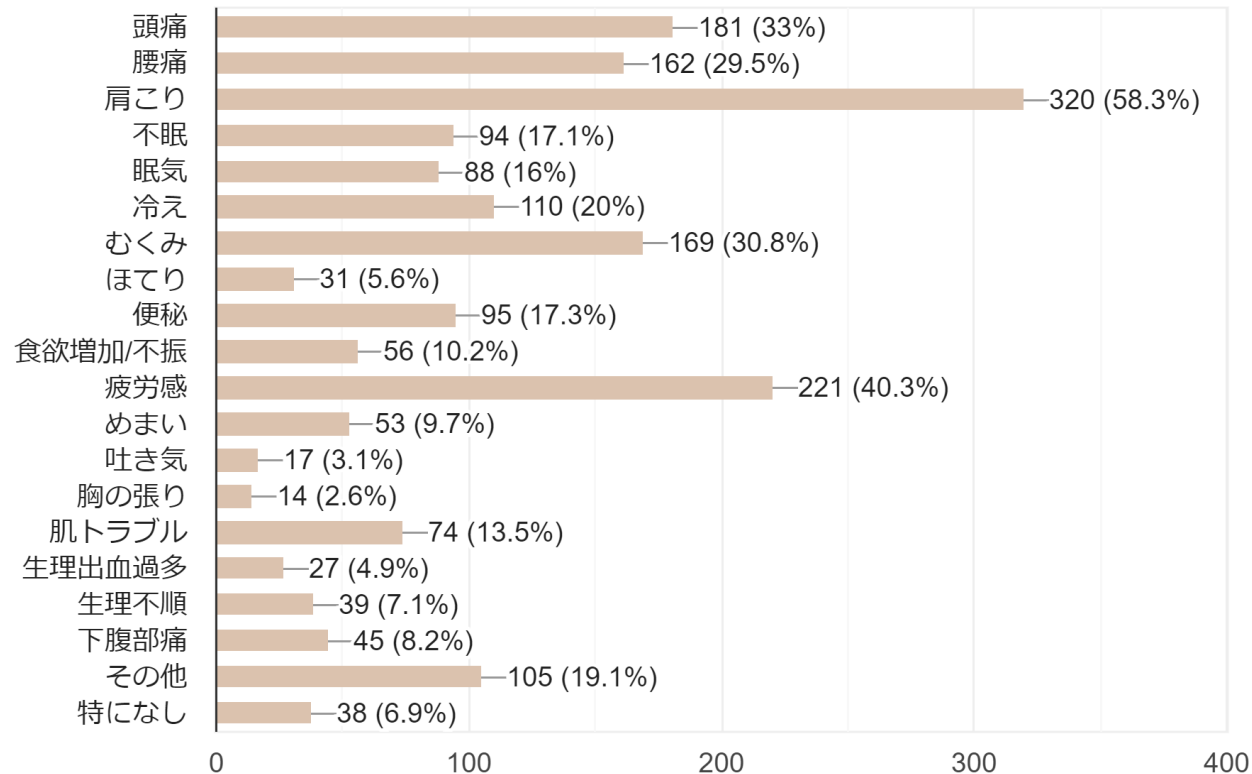
～健康状態の満足度～



- ・ 「やや満足」が過半数近くを占めており、「悩み事」「カラダの症状」「ココロの症状」がある状態が通常である日常が推測される
- ・ 「満足」に関心がない層だと推測すると、「健康状態」に関心がある方が多い

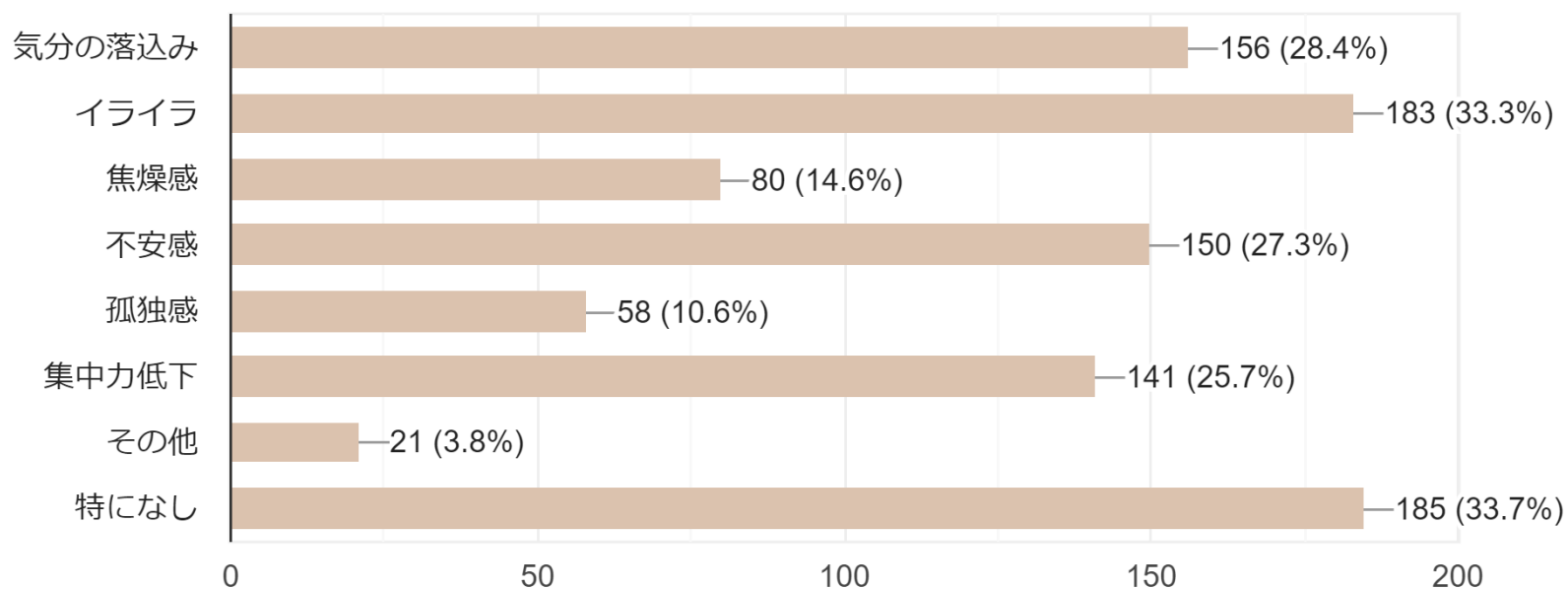
～カラダの症状～

- ・ 肩こり、疲労感、頭痛の数値が高く、原因の特定が難しく、行動継続が必要な不調症状
- ・ 睡眠障害も182と高く、身心バランスの不安定さが推測
- ・ 筋量不足による症状（腰痛/肩こり/冷え/むくみ）の合計780と高値
- ・ 女性ホルモンによる症状（めまい/胸のはり/肌トラブル/生理異常/下腹部痛）の合計は252と中値
- ・ 「特になし」は低値で全体の7%とお悩み「特になし」17%とのギャップが生じている



～ココロの症状～

- 「特になし」は全体の33.7%と高く、お悩み、カラダの症状との関連性を考察する必要がある
- イライラ/落込み/不安感/集中力低下は大差なく多くの方が感じている症状
- 気持ちのムラや浮き沈みの項目がなかったため、以降追加予定



5 今後の課題

1 自己啓蒙について

- ・ 地方女性メンタリティと健康度の関係性の背景がわかるアンケート内容（インタビュー形式なども含む）や集計方法の検討が必要
- ・ そのうえで、メンタリティの充実と生活習慣改善プログラムの企画と試行

2 社会啓蒙について

- ・ パートナーや企業または管理職への理解度を高める機会の創出とエビデンス

6 今後実施すること

① 女性の意志決定支援サービスの提供

- ・ 未利用者へのアプローチ
- ・ 利用者への定期伺い
- ・ フレンドナース2名、他7名のアドバイザー（認定専門看護師/助産師/管理栄養士/社会福祉士/健康運動指導士）を対象に定期的な研修会や情報共有
- ・ 利用状況に合わせて「不安不調の改善」を目的とし各種イベントの企画
- ・ 三回のアンケートとインタビューの実施をもとにサービスの見直し
- ・ 相談傾向をもとに、連携協定先の検討

② 検討委員会の実施

- ・ 2021年11月、2022年1月、3月に計3回の実施（1回終了、全4回）
- ・ 各検討委員会開催前に企業との意見交換を行い、その情報をもって検討委員会で議論

③ 啓蒙啓発事業の実施

- ・ 11月、2022年1月、3月の残る三回実施
- ・ アンケートとは別にインタビュー形式で質的評価を行う
- ・ アンケート結果をオンライン、オフライン形式のリーフレット作成