

女性のライフステージと健康を考える ～産婦人科医の立場から～



2024.5.22

講演会が終了
しました。

女性ホルモンの働き

女性ホルモンにはエストロゲン、プロゲステロンの2種類があり、年齢によって分泌量に変化が見られます。女性ホルモンは身体のかな部分に作用し、血管や髪の毛、皮膚などを保つ役割をします。また、睡眠や記憶にも影響し、更年期以降女性ホルモンの分泌が大幅に減少することから不眠に悩まされたり、物忘れがひどくなったりの症状が現れます。

01 YouTubeにて配信予定

今年3月16日に開催された、「女性のライフステージと健康を考える～産婦人科医の立場から～」が1ヶ月間限定でらら京都のYouTubeチャンネルにて近日公開予定です。開催当日は参加できなかった方も、この機会に是非ご視聴ください。

2024年3月16日に京都テルサ東館2階中会議室にて、女性のライフステージと健康を考える産婦人科医の立場からを開催いたしました。今年足立病院の院長澤田医師にご講演いただきました。1時間半の講義でしたが、とても分かりやすい説明で参加者からも大変好評でした。

02 参加者の声

- 若い方にもっと聞いて欲しいと思った。
- 乳がん検診、子宮がん検診をためらっていましたが、行こうと思いました。
- 女性の心身にわたる困難さが医学的側面から大変よく分かりました。
- データを多数みることができ、現在の状況を知ることができてよかった。
- 自分だけだと思っていた症状がそうでない事もわかり気持ち的に安心出来たこともありました。

03 講座内容一部紹介

現在の女性は、平均初婚年齢、平均第一子出産年齢が昔と比較して高くなっている。
(平均初婚年齢1987年：25.3歳 2021年：29.1歳、平均第一子出産年齢1987年：26.7歳、2021年：30.9歳)また30歳時点の未婚割合も42.8%と高い。

現在の女性は、昔と比べて月経の回数が増え、閉経までに450回程度と考えられている。昔は出産回数も多く、授乳期間も長かったので月経が停止している期間も長かった。現在では月経回数が増加しエストロゲンにさらされる時間が長くなったので、月経関連疾患に悩む女性が増加している。生涯で月経がある期間は6年9ヶ月にもなる。月経痛によって20歳～40歳の女性の約40%が労働生産性低下、約15%～20%が会社を休む、約2～6%が通院中で女性にとっても負担となっている。労働損失としては4,911億にもなる。

令和6年5月22日 第1号
京都府男女共同参画センター
〒601-8047
京都市南区東九条下殿田町7-0
京都テルサ東館2階
TEL:075-692-3433/FAX:075-692-3436
E-mail:info@kyoto-womensc.jp
http://www.kyoto-womensc.jp/

主催事業のお知らせ

講座名	内容	日時
災害時女性相談サポーター養成講座	被災時において、女性ならではの不安や困難を抱えた女性からの相談に傾聴し、情報提供や男女共同参画センター専門相談へつなぐ活動をする 女性相談サポーター を養成します。	【北部】 令和6年7月22日 (月)、7月29日 (月) 10:00～15:00 【南部】 令和6年9月2日 (月)、9月9日 (月) 10:00～15:00 ※北部、南部とも 全2日間講座
らら京都共催事業のお知らせ	料理が好きな子育て世代や子育てを終えた女性の活躍の場を広げるため、働き方の一つの選択肢として料理代行という働き方がある。 料理代行を個人事業として開業し、仕事にするまでの道筋を伝え、同じ思いを持つ方との交流を深める。 料理代行は女性が活躍できる選択肢の一つであり、今後広く必要とされる仕事であるため周知のためのセミナーであるため。	5月25日(土) 10:30～12:00 6月13日(木) 10:30～12:00
令和6年度 女性のための らら京都創業スクール	新たに創業を予定している女性。 起業に興味・関心がある女性。 1年以内創業予定又は、起業して5年以内の女性で、原則全ての日程に参加できる方。 <u>本セミナーは、京都府開業・経営承継支援資金制度の対象セミナーです。</u>	令和6年 8月17日・ 24日・9月7日・14 日・21日(8月31日 は休み) 全て、土曜日。 10:00～17:00
起業をめざす女性の交流サロン C o - C o	起業をめざす女性から、サークルなどで活動している方、チラシやSNS広告をつくれる“Adobe Express”を活用して、“Jimdo”で、ホームページをつくってみませんか？	令和6年6月22日、2 9日、7月6日、13日、 20日、27日、 8月3日、10日 (全8回) いずれも土曜日 14:00～16:00
「きょうとみんなの防災カード」 販売中！！ 【60分でできる！多様な視点の避難 所&備え！】	一人ひとりの暮らしに即した災害の備えや避難生活に欠かせない、男女共同参画の視点を取り入れた防災カードです。地域の防災訓練や男女共同参画の視点での防災講座などで活用してください！	1箱2,200円(税込)
手芸クラブ	誰でもお気軽に参加できます！！ 自分の思い、考えで手芸作品に挑戦でき、仲間との交流も図れます。	6月5日、12日、 19日(水)、 19日、20日(木) 10:30～15:30