

令和7年度 第3回 健康横浜21女性の健康づくり推進検討部会 議事録	
日 時	令和8年3月3日(火) 18時30分～20時30分
開催場所	横浜市役所 みなと6・7会議室
出席者	健康横浜21女性の健康づくり推進検討部会委員 11人(資料1) 参考人 1人(横浜市立大学 荒川裕貴氏)
欠席者	なし
開催形態	公開(傍聴者1名)
議 事	1 開会 2 あいさつ 3 議事 (1) 女性の健康課題に関する分析結果Part 1 <国民生活基礎調査の分析結果より> (2) 職場における取組について 職場における実態調査～中間報告～ (3) 若年層・学校における取組について 女性の健康課題に関する分析結果Part 2 <よこはま若者コホート研究の暫定結果より> (4) 女性の健康づくり応援事業の今後の方向性について 4 その他 今後のスケジュールについて
1 開会	
2 あいさつ	
委員交代	(事務局) 名簿3番目 全国健康保険協会神奈川支部 太田委員を紹介する。
3 議事	<b>【議事】</b> (1) 女性の健康課題に関する分析結果Part 1 <国民生活基礎調査の分析結果より> 資料3
	(後藤委員) 議事(1) 資料3について説明  <質疑応答> (井上委員) 月経不順・月経痛の自覚が日常生活制限やメンタルヘルス不調につながるという結果があったが、自治体間での差はあるか。 (後藤委員) 自治体間での比較はしていないため、不明である。

<p>国民生活基礎調査では、数日間の自覚症状しか質問していないので、偶然高い結果が出たということは考えられる。</p> <p>(井上委員)</p> <p>婦人科受診が活発にできている自治体は日常生活制限やメンタルヘルス不調への影響が低いことなど見えてくるものがあるかもしれない。</p> <p>(後藤委員)</p> <p>他自治体との比較は可能である。</p> <p>(善方委員)</p> <p>学会等では、月経に関する不調については、70%が自覚を持っていて 20%が重症と言われている。その中で 10%も受診しないため、受診勧奨をする必要があるというデータが一般的だと思っていたので、今回の分析では、月経に関する不調を自覚している割合がそれに比べて随分低いと感じた。</p> <p>(後藤委員)</p> <p>国民生活基礎調査では、数日間の自覚症状しか質問していないので、結果に影響していると考えられる。横浜市立大学と横浜市で実施しているよこはま若者コホート研究では、今回の国民生活基礎調査のように数日間ではなく、月経に関する状況について長期的な視点で質問している。そちらでは、月経に関する不調がある割合が 87%台となっている。</p> <p>(善方委員)</p> <p>よこはま若者コホート研究の結果については、納得できる。数日間の設問では、その期間に生理でない場合は回答できないと思う。</p>
<p><b>【議事】</b></p> <p>(2) 職場における取組について  職場における実態調査～中間報告～  資料4、5</p>
<p>(事務局)</p> <p>議事(2)資料4について説明  (荒川参考人)</p> <p>議事(2)資料5について説明</p> <p>&lt;質疑応答&gt;  (井上委員)</p> <p>経営層や管理職側と社員で女性の健康づくり支援に関する回答で内容に乖離していたものはあるか。  (荒川参考人)</p> <p>経営層や管理職側は支援していると感じていたり、そもそも問題と感じていなかったりする場合でも、女性従業員が支援を受けられていないと感じている項目はあった。経営層や管理職側が女性の健康に関する理解や知識がないと、その様な状況が起</p>

こりやすい可能性はある。

(井上委員)

経営層や管理職と職員の支援に関する認識の差をみられると良いと思う。

(荒川参考人)

性別による認識のずれがあると考えていたが、それに加えて経営層や管理職側と女性従業員とのずれをアンケート調査でも測ることができると良いと思う。

(宮本委員)

結果からみても、今回のインタビューに回答しているのは、取組が進んでいる事業所が多いと感じた。女性が1名しかいない場合など、何をして良いかわからず困っている事業所もある。昨年の調査で、女性が会社に配慮が無いと感じている割合が7割いることに対し、会社側は何をして良いかわからないという回答が3割となっている。経営層も管理職も何をして良いかわからず困っている。中小企業も同じである。調査や取組が進んでいくことで、女性が少ない事業所も取組を推進できるような支援をしていけると良いと思う。

(水野会長)

女性従業員の数が少なくて声をあげることもできていない事例もあるのではないかと考える。

(川内委員)

データ分析をする際に、こどもを何人産みたいかという理想と実際に生んだ人数の差を埋めるにはどの様にすればよいかというデータのとり方がある。アンケート調査を実施すると、理想的な話は多く出てくると思うが、現実として運用できるかという視点は重要である。生理休暇をとる同僚のフォローに入る場合など、実際に自分が他の女性を支援する立場になった際に納得して承諾することができるのだろうかということはある必要がある。アンケート調査にも理想的な支援を導き出す設問と同時に運用する際の現実的な課題についても問えると良い。

(水野会長)

生理休暇のみではなく、産休・育休の際にも同様の状況が生まれる可能性はあると考える。

(水野会長)

これから社会人となる立場で意見はあるか。

(伊藤委員)

学生は友人から受診や内服について情報を聞いて受診行動につながるが多いため、身近な人からの情報共有は大切であると考え。会社内でも同様に女性の健康に関する情報共有の場があることは重要であると感じる。ただし、会社内で女性の健康についての話題を出すのは難しいことであるとも思う。情報共有の方法は検討する必要がある。

また、婦人科に受診をしたことのないまま社会人になる人も多いと思う。何でも1回目に挑戦することはハードルが高い。そのため、社会人になる前に1回でも婦人科受診の経験を持つことができるような施策が有効であると考え。

(水野会長)

企業の立場でどうか。

(宮本委員)

事業所内での話しやすい環境づくりは重要である。心理的安全性も大切である。経営層も巻き込んで言いやすい雰囲気を醸成していく必要がある。何でも言いやすい雰囲気は男性従業員にも良い影響があると考えます。

(井上委員)

アンケート調査について、社員の属性が大切である。業種や賃金形態でもかなり回答が異なると考える。

(荒川参考人)

アンケート調査の際には、業種などの属性も重要と考えている。業界や職種による特性もあると考えている。

インタビュー調査の結果、女性従業員同士のコミュニケーション状況には事業所間で差がみられた。具体的には、女性同士のコミュニケーションが日常的に機能している事業所がある一方で、女性同士で情報交換や相談を行う必要性を特に感じていない事業所も確認された。

これらの違いは、業務内容や人員構成のみならず、横のつながりや組織文化のあり方に影響を受けていると考えられる。また、休暇制度や柔軟な働き方などの制度が整備された後、その制度を実際に運用する段階において、組織文化が制度利用のしやすさに大きく関わる可能性があると考えます。

(宮本委員)

女性の役員がいることはかなり重要と感じた。国際女性デーに合わせて女性従業員を集め、全員に黄色い花を配布した。また、やせのセミナーや暗闇ストレッチというイベントも同時に実施し、参加者の満足度は高かった。こうした取り組みを実現できたのは、企画を柔軟に進められるポジションに女性がいることが大きいと考えている。

(水野会長)

女性の役員がいることで、若い女性従業員にとって将来のロールモデルとして見えやすくなるということもあると思う。

(太田委員)

大きな組織になれば、ハード面・ソフト面の制度は徐々に充実していく。しかし、管理職向け研修などが整備されて管理職は女性の健康支援をしているつもりでも、現場との間に乖離が生じている可能性がある。組織風土が醸成されていることが、より「ホワイト」な実態につながると考えている。ただし、組織風土は外部からは見えにくい点が課題で、もし可視化されれば、学生が企業を選ぶ際の基準の一つになる可能性もあると考えます。

健康経営に取り組む事業所を「健康企業宣言」として認定を行っている。令和8年度からは宣言企業への振り返りチェックシートに女性の健康に関する取組の有無を尋ねる質問項目を追加する方向で検討している。無料の健康講座の提供などを通じて

事業所を支援していく。

休みがちな職員については、職場環境だけでなく家庭環境の影響も大きいのではないかと考える。分析の中に家庭環境をどこまで取り込めるのかは難しいが、検討が必要である。

(荒川参考人)

メンタルヘルスの点では、仕事と生活の折り合いがつかない状態があると、メンタルヘルスの悪化につながると考えている。本人が持つ余力が少なかったり、強いストレスがかかっていたりしていると、普段であれば耐えられることでも耐えられなくなる場合があり、非常に重要なポイントだと感じている。

例えば、こどもが小さくて熱を出した時に時短勤務ができるなど、プライベートの課題などに柔軟に対応できる制度があれば、精神的に耐えられなくなっている方もある程度耐えられる可能性がある。プライベートのこともある程度質問しておくことも重要であると考え。家庭と仕事を両立できるバランスの良い支援ができると良い。

(太田委員)

女性の健康づくりを進めると男性にも好影響を与えると思う。男性の課題も見えてくると思う。データ提供等可能な限り協力していく。

(中屋敷委員)

今回の実態調査の対象が横浜健康経営認証を取得している事業所に限られている理由は何か。インタビュー結果を読むと、従業員の健康づくりに関して比較的優良な企業の実態を反映した内容に見えるが、一方で「ブラック」といわれるような企業も存在しており、働く環境の実情は大きく異なるのではないかと感じている。

また、共働き世帯では、片方が「ホワイト」と言われる企業で働いている場合、その充実した制度に頼らざるを得ず、結果として「ホワイト」と言われる企業に勤務している方に負担が集中してしまうケースもあると聞いている。

個人事業主の割合は多くないが、個人事業主は健康管理の自己管理の負担が大きいいため、個人事業主にも焦点をあてられるようなアンケートにしてもらいたい。

働き世代、子育て世代は自分の健康に意識が向きづらいため、是非検討してもらいたい。

(荒川参考人)

インタビュー対象を横浜健康経営認証事業所としたのは、企業とのつながりが無い中で連絡が取りやすかったためであり、その結果、優良な企業が多く含まれた。しかし、そのような企業であっても健康管理担当者と従業員の間に一定の「ズレ」が見られたことから、そこから抽出される項目を整理していくことが重要だと考えている。

また、組織に属していない人がどのように健康を維持していくかは大きな課題である。従業員数の少ない事業所も協会けんぽに加入しており、こうした小規模事業所で働く女性は、個人事業主と共通する課題を持っている可能性があると思う。そのため、小規模事業所の結果を個人事業主にとっても有用となるような取組に活かしていけると良いと考える。

	<p><b>【議事】</b></p> <p>(3) 若年層・学校における取組について  女性健康課題に関する分析結果Part 2  &lt;よこはま若者コホート研究の暫定結果より&gt;  資料3、6</p> <p>(事務局)  資料6について説明  (後藤委員)  資料3後半部分について説明</p> <p>&lt;質疑応答&gt;  (井上委員)  PHQ-9で10点以上を呈した対象者について、その背景としてメンタルヘルスに月経関連症状がどの程度寄与しているかを精査したい。「かなりの部分に関連している」と言いたい気持ちもあるが、実際に関連性の強さを論じる際には、過度な一般化や誇張にならないよう、慎重に評価していくことが求められるだろう。  (後藤委員)  月経に関する不調による日常生活に影響がないと答えている人では、2割はPHQ-9が10点以上という結果であった。月経関連症状の影響がある人のPHQ-9の10点以上の割合が「かなり」と断言するのは言いすぎかもしれないが、影響がある人が多いとは言えるのではないか。  (井上委員)  メンタルヘルスの問題だと思って心療内科を受診したが、実際には婦人科的な要因が背景にあったというケースもあり得ると感じている。  (善方委員)  資料3のスライド24の「月経に関する不調による日常生活への影響とうつ症状中等度以上」に関して、元々の質問はどのようにしているのか。  (後藤先生)  PHQ-9と月経に関する不調による日常生活への影響の質問はリンクはさせず別々に聞いている。質問の順番としては、あらかじめPHQ-9の質問に回答している女性がいて、その後、月経に関する不調による日常生活への影響を聞き、「あり」・「なし」それぞれについてPHQ-9の10点以上の割合を出している。  (善方委員)  その様な場合、自分では月経に関する不調による日常生活への影響が出ていないと自分では思っている、実は精神神経症状のみが出ているという人がいる可能性はあるのではないか。  うつ症状の自覚があっても、原因が月経に関するものであると気付いていない場合もあるのではないか。  (後藤委員)</p>
--	--

そもそも月経に関する不調による日常生活への影響が「ある」と回答した人が56%であるが、研究チームでも割合が少ないという印象は持っている。

(善方委員)

「ある」と回答した割合は低い印象がある。受診をしない理由に挙げられている「これくらいで受診するのは大げさかもしれない」というものの、「これくらい」という自身の健康度の尺度にグレーゾーンがあり、個々により異なることが影響しているのではないか。

(井上委員)

本来婦人科に受診すべき人が適切に受診できていない方が相当数居る可能性が感じられる。

(善方委員)

よこはま若者コホート研究の対象年齢は16～29歳であり、年齢により所属先が異なる。社会人になっていない人も相当数居ると思う。属性が違うので、細かく年齢層とどの様なところに所属しているライフステージなのかを分けて分析すると見えてくるものがありそうである。

(水野会長)

高校生、大学生、社会人でも対処行動が違ふと考えられる。それぞれ相談相手も違ふと思うので、細かく分析できると良い。

「やせ」に関する結果について、長谷川委員どうか。

(長谷川委員)

「やせ志向」をどのように健康志向に転換するか、今後は具体的に取組を挙げられると良いと考えた。

一定の割合でやせているのに更にやせたいという意識があることがわかった。改善策を提案していきたい。

(善方委員)

FUS (Female Underweight/Undernutrition Syndrome : 女性の低体重/低栄養症候群) については、婦人科学会や骨粗しょう症学会でも注目している。女性医学会では、婦人科と整形外科が合体して学会を開催し、話題にしている。「やせ」の問題にどのように切り込むかが課題。

ボディイメージのゆがみ自体を若者に伝えても伝わりづらい。骨の健康の視点から伝えるのが効果的であると考え。若者でも骨が弱くなり、「やせ」と骨粗しょう症は直結しているため、将来的に骨折しやすくなると伝えると分かりやすいと考える。摂食障害の治療の際に、低エストロゲン状態を是正する治療をする必要があるが、体重の増加を促すボディイメージに関する声かけは疾患の性質上できない。また、摂食障害の無月経の方にホルモン治療で月経を再開させることは、失血による全身状態の悪化を助長してしまう可能性があり、慎重な対応が求められる。「骨の健康」の話は、摂食障害の方も耳を傾けやすいという印象がある。骨粗しょう症学会としては、若年女性からの骨粗しょう症予防に着目している。今後若年女性用のガイドラインを発刊する予定であり、FUSについても掲載されている。

	<p>(水野会長) 骨粗しょう症予防として、若い世代からのアプローチは重要であるとする。</p> <p>(長谷川委員) 民間企業の作成している冊子等にも骨密度の話などが掲載されている。食事からのアプローチも若い世代から高齢者までつながっていることをうたっているものもある。使いやすい媒体もあるため参考になると思う。</p> <p>「やせ」が生涯の健康に影響することをわかりやすく伝えていく必要がある。</p> <p>(水野会長) 若い世代で糖尿病治療薬を用いてダイエットする人を診療することもある。若い世代にどの様にやせすぎ防止を伝えるかは臨床でも課題である。</p>
	<p><b>【議事】</b></p> <p>(4) 女性の健康づくり応援事業の今後の方向性について 資料7</p>
	<p>(事務局) 議事(4)について説明 ＜質疑応答＞</p> <p>(善方委員) 令和8年度の協会けんぽの生活習慣病健診には骨密度測定は含まれており、補助金があるという認識でよいか。</p> <p>(太田委員) 女性の健康づくりに力をいれるため、令和8年度からの協会けんぽの健康診断から40歳以上の女性には骨粗しょう症検診を追加することとなった。 働いている人は色々なツールを使って健康づくりをしてもらえると良い。 協会けんぽでは従来メタボ健診にがん検診をプラスしたものを実施していたが、それよりも検査項目の多い人間ドックに補助を開始する予定である。令和8年度から従業員を対象に開始予定で、令和9年度からは扶養家族も従業員と同様の健診を受けることができるよう全国統一で補助を拡大していく予定である。</p> <p>(水野会長) 従業員もその家族も骨密度測定ができる機会があると良いと考える。 横浜市でも骨粗しょう症検診を進めてほしい。</p> <p>(井上委員) メディアに向けて記者発表をする内容や予定があれば、協力できる部分もある。</p> <p>(水野会長) 女性の健康づくりが進むと男性の健康づくりも進むと思う。委員も労働者や経営者の立場であり、女性の健康や女性の健康寿命についても普段から考えている。 若いうちから自分の乳房に興味を持つことが大切であるため、ブレストアウェアネスの啓発を進めていくことも重要であるとする。9人に1人は乳がんになる時代のため、乳がん・子宮がん・骨粗しょう症などパッケージで啓発できると良いのではないかと考える。</p>

4 その他	次回は令和8年7月頃の予定とする。
閉会	本日はこれにて閉会とする。
資 料	資料1 健康横浜21推進会議 女性の健康づくり推進検討部会 委員名簿 資料2 健康横浜21推進会議運営要綱 資料3 女性の健康課題に関する分析（横浜市立大学） 資料4 職場における取組 資料5 働く女性の健康増進PJT～実態調査の報告～ 資料6 若年層・学校における取組 資料7-1 健康横浜21における女性の健康づくりの取組の方向性について 資料7-2 女性の健康づくり応援事業ロジックモデル（案） 資料8 女性の健康づくり推進検討部会 今後のスケジュール（予定）