



情報ボックス

女性の健康課題への社会的な対応に遅れ DX伴走型支援やボディイメージ教育の社会実装へ

SIP「包摂的コミュニティプラットフォームの構築」チームが
「子育て世代・女性の幸福度向上策」シンポ開催

内閣府SIP（戦略的イノベーション創造プログラム）第3期課題「包摂的コミュニティプラットフォームの構築」チームは10月9日、「子育て世代・女性の幸福度向上策」シンポジウムを順天堂大学小川講堂でハイブリッド開催した。

SIPとは、省庁の壁や旧来の分野を超えたマネジメントで科学技術イノベーションを実現するために創設された国家プロジェクト。重要な社会的課題や日本経済再生に寄与する世界を先導する10の課題を強力にリードする10人のプログラムディレクター（PD）を中心に産官学連携を図り、基礎研究から実用化・事業化するなわち社会実装を見据えて研究開発を推進し、社会を飛躍的に変える科学技術イノベーションを進めるもの。

「包摂的コミュニティプラットフォームの構築」はこの10課題の1つで、この日は「女性のWell-beingを高めるために～最新調査結果・インサイトから社会のあり方を考える」をテーマに討論が行われた。

基調講演では、「現代日本における女性のWell-beingの現状と主な課題」と題し、内閣府SIPプログラムディレクターで筑波大学大学院教授の久野譜也氏が登壇。世界で断トツワーストの女性の痩せや月経随伴症状等の女性の健康課題に関する調査結果等について、データにもとづいて解説した。日本人女性の痩せ（BMI<18.5kg/m²）の比率は10%で2位の韓国（5%）を引き離し、20年以上にわたってワースト。「これが女性の多様な健康課題に影響している。本プロジェクトに本格的に取り組むきっかけだった」と説明し、改善の必要性を指摘した。

また、厚生労働省「更年期症状・障害に関する意識調査」から年代別SMI（簡略更年期指数）スコアとともに、経済産業省の令和5年度ヘルスケア産業基盤高度化推進事業により明らかになった婦人科系疾患を抱えて働く女性の年間の医療費支出と月経随伴症状等に伴うパフォーマンス低下や欠勤・離職などの生産性損失を合わせると社会的・経済的損失が年間3.4兆円にも上るとしたポストンコンサルティンググループの試算額などを示しながら、「20～30

歳代の5割が若年性更年期障害の可能性がある。痩せ、食事、運動等がもしかしたら影響しているのではないかと危惧した。

一方、同プロジェクトの一環で筑波大学等が中小企業等に行った調査結果から、「企業の管理職等の男性は、女性の健康課題の辛さを過小評価し、健康課題に伴う欠勤やパフォーマンス低下等を過大評価していることがわかった。アンタッチャブル感もあってこの課題に対応できていない。ともに理解した上で一緒に解決することが不可欠」と指摘した。

さらに、経営者層に実施した調査結果から、「月経随伴症状に伴う労働損失を知らない」が79.3%、「更年期障害による離職や非正規化の実態を知らない」が85.4%にも上ったことを踏まえ、「アカデミアは課題を提示するばかりで、具体策を提案できずにいた。だが、内閣府SIPは解決策をつくることがゴール。本プロジェクトの各課題を担当するプロジェクトリーダーには大いに期待したい」とした。中小企業向けの介入策については、「中小企業はD&I（多様な人材が互いに認め合い、能力を最大限に発揮できる環境を整える取り組み）の情報を取引金融機関から得ていた。そこで、武蔵野銀行の協力を得て、女性の健康課題への対応を呼びかけるセミナーを開催したところ、取引企業等を中心に15社が名乗りを上げた。女性の健康課題を改善する新しい健幸経営のモデル開発を『埼玉モデル』と称して行うことにした。是非注目してほしい」と呼びかけた。

同プロジェクトのうち、女性のWell-being向上や女性の健康課題を支援する就労環境整備と支援サービスの開発を担当するプロジェクトリーダーを務める筑波大学准教授の松島みどり氏は、「妊婦・子育て期の女性の健康改善のためのDX伴走型支援の成果と課題」について報告した。自治体、企業、NPOにより全国14地域で展開中の妊産婦に「うごく」「つながる」「まなぶ」場を提供している「mamアップパーク（健幸スマイルスタジオ）」のここまでの参加者を分析したところ、運動未実施者96.2%、自治体等既存サービスにつながっていなかった人31.9%と必要なターゲットにリーチできていたと評価。さらに、参加後、心身の状態が良くなった、運動の習慣化に寄与したなどの成果が確認できたとした。参加自治体の妊産婦への悉皆調査から、複数の不定愁訴を抱えるママが70.1%もおり、ニーズが高い反面、産前産後の運動の利点や必要性を認識していないことが明らかになったことを受け、理解の有無の影響を調べたところ、「運動のメリットの理解があると意識変容が起こることが確認できた」とし、ヘルスリテラシー向上策の必要性を指摘した。

今後の課題としては、ママ自身が自分のケアに使える時間がほとんどなく、そのためのサポートのないママが27%いたことから、周囲の人たちの意識を変え、サポートある環境にすることの重要性を説いた。また、中途脱落者の分析の結果、「仕事が忙しかった」との回答が圧倒的だったことから、提供拠点を「職域」とする可能性についても言及した。

続いて、パネルディスカッション「DX伴走型支援としてのMOM UP PARK」がつくばウエルネスリサーチ副社長の塚尾晶子氏、順天堂大学産婦人科学講座教授の北出真理氏のコーディネートのもとで行われた。子育てしやすいまちを目指す京都府八幡市家庭支援課保健師の寺田夏菜氏は、年間延べ64人が参加したMOM UP PARKについて述べ、参加者の満足度が高く、リピーターも多いなどと手応えを語った。一方、認知度が低いため、市内全域での展開を見据え、実施拠点の拡大を検討中とし、運営側の人員確保、オンライン教室の参加者の拡大などが課題と述べた。NPOとして、世田谷区でMOM UP PARKを展開中の子育て支援グループamigo理事長の石山恭子氏は、参加者より「体が軽くなり、楽しい時間を過ごせた」といった声を受け、当初1か所だった拠点を3か所に拡大したとしつつも、幅広い広報や多くの子育て支援拠点との連携を今後の課題として挙げた。MOM UP PARKに参加するママ当事者の立場からは、浦部リサ氏が「直前まで申し込みやキャンセルができる点ありがたい」などと利点を披露した。

討論では、「ハイリスク対応に偏る中、元気なママにも会え、ポピュレーションアプローチの重要性を再認識できた」「参加者の中から運営側に回れる人を探しながら、みんなでつくっていききたい」（寺田氏）、「指導者や受付、参加者と関係をつくり、自分の居場所になっているママが継続できているので、そういう機能を高めたい」「信頼されるプログラムを積み上げ、行政等との関係性を強化したい」（石山氏）、「産前産後の運動の効果を理解する医師も少なくないので、地域産婦人科を引っ張り出すきっかけにもしたい」（北出氏）などの声が聞かれた。

「社会問題としての女性の痩せとライフコース」と題して登壇した順天堂大学大学院医学研究科スポーツ医学・スポーツロジー／代謝内分内分泌内科学教授の田村好史氏は、1980年代から急増した女性の痩せを取り上げ、身体活動量が少ない、エネルギー摂取が少ない、筋肉量が少ないなどが原因で痩せの女性は耐糖能異常の割合が13.3%と高く、若年性糖尿病になりやすいと指摘。また、痩せは骨減少症、骨粗しょう症、月経不順などを招き、要介護の原因疾患第2位の転倒・骨折にもつながる可能性があり、

将来の介護予防の観点からも看過できないなどと強調した。

一方、痩せを生む原因として、母親や友人からの価値観、メディアからの影響を挙げ、多面的な取り組みの必要性を指摘。その上で、欧米で展開中の「ボディイメージ教育」の重要性を強調した。SIPで新たに「マイウエルボディ協議会」を設立し、養護教諭に広める仕組みや家庭で活用できる教材の開発に取り組んでいると説明した。

ボランティア参加で将来の健康・ウェルビーイングが高まる可能性

JAGESプレス発表会で浜松医科大学健康社会医学講座が報告

日本老年学的評価研究機構（JAGES）は9月20日、プレス発表会を開催した。その中で、浜松医科大学健康社会医学講座の田村元樹氏が「ボランティア参加で将来の健康・ウェルビーイングが高まる！？」とする調査結果を発表した。

高齢者のボランティア参加は、公衆衛生上の介入策として有効とされているが、それが将来の健康・ウェルビーイングの向上に貢献するかどうかについては十分なエビデンスがない。

そこで、JAGESの2013年、2016年、2019年の調査データから高齢者3万4187人を追跡した。ボランティアグループ参加の頻度については、2016年時点のデータを用い、「なし」「年数回」「月1～3回以上」「週1回以上」に分類。健康・ウェルビーイングの指標としては、7つのドメイン（身体/認知的健康、健康行動、精神的健康、主観的ウェルビーイング、社会的ウェルビーイング、向社会的/利他的行動、認知的ソーシャルキャピタル）の40指標を用いた。

その結果、2019年時点で、週1回以上のボランティアグループ参加（平均年齢71.6～72.1歳）は、非参加者と比較し、3年後のうつ発症リスクが低く、それは「外出頻度」「趣味」「スポーツ」「老人クラブ」「学習・文化活動」への参加、「スキルや経験の共有」「友人と会う頻度」「1か月以内に会う友人の数」「情緒的ソーシャルサポート」「地域社会への愛着の高さ」と関連があった。さらに、「主観的健康感」「手段的日常生活動作」「座りがちな生活」「絶望感」「幸福感」「地域への信頼」「地域での助け合い」といった指標とも関連している可能性が示唆された。

ボランティア参加の頻度が高いほど、うつ発症リスクが低く、社会的ウェルビーイングと向社会的/利他的行動が高かったことから、田村氏は「ボランティアグループ参加の促進は、これらの指標を改善させる介入として有効な可能性がある」と指摘した。

（記事提供＝株式会社ライフ出版社）

