

## 女性センター・保健所における活動

### 1. この2年間（1995年以降）の住民へのサービス活動

	女性センター	保健所
1. (活動に) 取り組んでいる	31.6%	46.1%
2. 今はしていないがこれから取り組みたい	9.1	9.6
3. していない	59.2	44.3

この2年間、サービス活動をしたのは、女性センター31.6%、保健所46.1%。

女性の生涯にわたる健康問題への、国の取り組みが始まったのは、ごく最近である。3割強の女性センターで、何らかの取り組みをしているということは、いかにこの問題に敏感であるかの反映である。さらに保健所においては、約半数が実施しており、小児から高齢者までの多様な事業を抱えながら、更年期問題もまた重要課題と認識されている。女性センターでも保健所でも、地域の中老年女性の、心身の健康への取り組みは活発である。

「今はしていないがこれから取り組みたい」という将来の予定についても、双方ともに1割近くあり、ここにも関心の程度の高さが伺える。

### 2. これまでの取り組み、今後取り組みたいサービス

#### \* 保健所

	今までに 行った %	これから 取り組み たい %	両方あり %	両方なし %
1. 更年期についての電話相談	33.9	3.9	5.6	56.6
2. 更年期の身体症状についての検診と相談窓口	9.9	3.9	0.2	86.0
3. 更年期の精神的症状や悩みごと相談	27.5	7.4	5.6	59.5
4. 職員（医師・保健婦）による更年期の講演・セミナー等開催	27.7	8.5	3.3	60.5
5. 外部有識者によるセミナーなど開催	11.2	6.8	2.1	80.0
6. ビデオ、映画、スライドなどを使った集会の開催	5.0	3.9	1.0	90.1
7. 更年期に関する調査の実施	2.1	7.9	0.4	89.7
8. 職員の質的向上のための勉強会やセミナーへの出席	17.1	10.3	3.9	68.6
9. 更年期に関するパンフレットなど啓発資料作成	5.8	7.4	1.2	85.5
10. 更年期に関するポスター、壁紙などを作り所内に掲示	3.9	3.9	0.4	91.7
11. ホームページ開設などパソコンによる情報提供	—	4.1	—	95.9
12. 更年期の当事者グループ形成の促進	1.4	5.6	—	93.0
13. 更年期に関する図書、資料（切りぬきなどの）整備	6.8	8.7	1.2	83.3
14. 更年期対策に関係ある他機関との連携	5.4	11.0	0.4	83.3
15. 更年期に関する市民・女性グループの、研究・調査活動への支援	1.0	7.0	—	91.9
16. 夫をはじめ更年期女性の家族へのセミナー、PRなど	2.1	6.8	0.2	90.9
17. 更年期女性の健康管理について企業の保健・人事・厚生担当者への研修	1.9	6.4	0.2	91.5
18. その他（具体的に）(1)今取り組んでいるもの	6.6	2.5	2.7	88.2

**\*女性センター**

	今までに行った	これから取り組みたい	両方あり	両方なし
	%	%	%	%
1. 更年期についての電話相談	10.9	2.1	0.8	86.2
2. 更年期の身体症状についての検診と相談窓口	2.9	1.6	—	95.6
3. 更年期の精神的症状や悩みごと相談	13.8	6.0	1.3	79.0
4. 職員（医師・保健婦）による更年期の講演・セミナー等開催	14.5	6.2	2.3	76.9
5. 外部有識者によるセミナーなど開催	12.7	5.5	1.8	80.0
6. ビデオ、映画、スライドなどを使った集会の開催	4.2	6.0	0.3	89.6
7. 更年期に関する調査の実施	0.5	2.3	0.3	96.9
8. 職員の質的向上のための勉強会やセミナーへの出席	4.9	6.8	0.8	87.5
9. 更年期に関するパンフレットなど啓発資料作成	2.3	2.3	—	95.3
10. 更年期に関するポスター、壁紙などを作り所内に掲示	1.6	1.8	—	96.6
11. ホームページ開設などパソコンによる情報提供	0.3	1.0	—	98.7
12. 更年期の当事者グループ形成の促進	1.3	2.9	—	95.8
13. 更年期に関する図書、資料（切りぬきなどの）整備	9.9	4.9	0.8	84.4
14. 更年期対策に関係ある他機関との連携	3.4	7.3	—	89.4
15. 更年期に関する市民・女性グループの、研究・調査活動への支援	1.3	3.6	—	95.1
16. 夫をはじめ更年期女性の家族へのセミナー、PRなど	1.3	5.5	0.3	93.0
17. 更年期女性の健康管理について企業の保健・人事・厚生担当者への研修	0.3	1.8	—	97.9
18. その他（具体的に）(1)今取り組んでいるもの	3.6	1.6	0.8	94.0

保健所においては「更年期についての電話相談」33.9%、「職員（医師・保健婦）による更年期の講演・セミナーなどの開催」27.7%、「更年期の精神症状や悩みごと相談」27.5%とこの3者がとくに多い。つまり、相談と啓発が、今もっとも重要な取り組みとなっている。

女性センターでも、「職員（医師・保健婦）による更年期の講演・セミナーなど開催」14.5%、「更年期の精神症状や悩みごと相談」13.8%、「外部有識者によるセミナーなど開催」12.7%と、やはり相談、啓発事業が高順位にあがっている。

これから取り組みたい事業としては、保健所にあつては「更年期対策に関係ある他機関との連携」「職員の質的向上」が多く、女性センターにあつては「職員の質的向上」と「医師・保健婦による講演・セミナー」などが高順位に上がっている（%算出にあたって、全数を母数にしており、ここでは順位に注目して欲しい）。

双方ともに、医師、保健婦などの講演・セミナーが多く、今後もそれが期待されている。また、相談としては、身体症状よりもむしろ、精神症状や悩み事の相談の多いことが注目され、更年期の問題は医療に加えて、生活、人間関係まで含めた幅広い対応が行われている。そのためには、職員の質の向上も重要であり、現場での切実な課題であることが伺え

る。

### 3. 更年期の問題に取り組まない理由

表に見るように、もっとも多いのは「他の課題が優先する」保健所 82.9%、女性センターで 58.3%と、現場での多忙、事業の多さが伺える。

また、「特に住民（利用者）からの要望がない」が保健所、女性センターともに高率であり、保健所で 47.7%、女性センターで 57.8%となっている。このことは、これからの、相談・啓発事業がますます重要なことを示唆しているであろう。住民は、まだまだ問題はあっても、それを問題として取り上げるところまで、意識が成熟していないと考えられるからである。

「予算がない」女性センターで 27.4%、保健所で 30.6%。

「担当する人材がない」女性センターで 26.0%、保健所で 32.4%。

つまり、予算、人手の不足もまた、高率で回答されており（保健所でより高く）、この点への配慮も強く望まれるところである。同様に、「職員全体に更年期への認識が低い」ということも、これもまた保健所で強く感じられており、今後の対策が強く求められる。

	女性センター	保健所
1. 特に住民（利用者）から要望がない	57.8	47.7%
2. この地域では更年期を大っぴらに語れない	1.8	0.5
3. 職員全体に更年期への認識が低い	14.3	18.9
4. 他の課題が優先する	58.3	82.9
5. 予算がない	27.4	30.6
6. 担当する人手がない	26.0	32.4
7. ふさわしい人材がいらない	6.3	5.4
8. 適切な方法が見当たらない	16.6	14.4
9. その他	26.9	18.0

なお、「この地域では更年期を大っぴらに語れない」というのは、女性センター、保健所ともに非常に低く、更年期を語りにくい問題とは意識されていない。この点では、相談・啓発事業は効果を上げているといえよう。

今後、女性センターや保健所で更年期問題を取りあげていくには、優先課題の整理や、住民への啓発、さらに予算・人材の確保、職員全体の認識高揚が大切である。

それはとくに保健所で強い要望である。



9%、保健所22.8%と、女性センターで高く、女性センターの方が「人権」という視点からの取り組みを求めている。

今後重要なのは「医学的・社会的情報・資料」「認識と熱意を持った専門職員」「職員養成」「ビデオなどの教材」「全人格的に尊重する意識」などであり、こうした要望もまた、予算、人材と関連するものとして、国の熱意ある取り組みが求められる。

また、保健所では、より高度で専門的な人材が求められ、女性センターでは、幅広い啓発や人権の視点が強調されていることが明らかとなった。

## 5. 更年期の啓発や相談にあたって、求められる担当者の資格・経験

医療専門職への期待は高い。

「保健婦」は、女性センターで81.3%、保健所で96.9%。

「医師」は女性センター71.0%、保健所90.6%と、ともに、保健婦、医師への期待は高い。

「カウンセラー」への期待も非常に高く、女性センターで73.6%、保健所で、75.8%である。

ついで、「看護婦」女性センターで31.3%、保健所で43.5%。

「栄養士」も、女性センターで21.8%、保健所で27.3%。

また、「更年期当事者」が女性センターで28.2%、保健所で38.1%と、体験者の話が非常に求められている。とくに保健所での要望が強い。

これは自由記述でも、体験者の話を聞いて、自分だけでなかったと安心するという意見、小グループでの話し合いが好評という意見もあり、当事者の体験の集積と発信が大切という、更年期問題の微妙な特質が現れている。

「一定の訓練を受けたボランティア」への期待も、女性センターで20.7%、保健所22.9%である。

	女性センター	保健所
保健婦	81.3	96.9%
看護婦	31.3	43.5
栄養士	21.8	27.3
医師	71.0	90.6
ソーシャルワーカー	24.1	22.7
カウンセラー	73.6	75.8
一定の訓練を受けたボランティア	20.7	22.9
更年期当事者	28.2	38.1
養護教諭	3.2	5.6
その他の教職経験者	0.9	2.9
地域活動の経験者	14.1	16.9
専門の大学・研究者	16.1	29.0
その他	4.0	11.0

「保健婦、医師、カウンセラー」は更年期問題の啓発・相談の三本柱といえる。

また、多様な人材が求められており、前述のように、更年期が多種多様な問題を抱えていることが現場から報告されているといえる。そしてその傾向はとくに保健所で強く、どの人材にも、女性センターよりも高率の回答である。

## 6. これまで行ったサービスで好評だったもの、注目されたもの

—自由記述—

\*保健所……記入あり、38.2%。

主な記入。

\*町の婦人会を対象とした「ストレス社会の中の女性」(武雄市)

\*思秋期セミナー。講演「子離れ、夫婦について(同世代の有資格女性)。いろいろやったが、汗を流すものはみな好評だった(地域のサークルの先生方)。(小出市)

\*ヘルシー船橋フェア。講演「更年期をいきいきと美しく」(産婦人科医師)(船橋市) H9.2実施。1回2時間。4回シリーズ「更年期の心の健康」(精神科医、保健婦)「中高年女性の性と病気」(婦人科医)「皆で楽しくフオークダンス」(日本フオークダンス連盟指導者、保健婦)「女性と家族そして健康」(保健婦)(東京都)

\*「更年期女性のホルモン療法」(産婦人科教授)(宇都宮市)…・他多数

\* (1) 大学病院・婦人科医師による健康相談会…完全予約制、1人約30分。離島ということでなかなか大学病院などへは行かれないので、好評。(2) 食生活改善推進委員に対し、年6回のセミナー。(3) 更年期前後の女性を対象に、心身の健康だけでなく、おしゃべり、ダンス、水中運動を通じた「楽しみ」を取り入れたプログラム。同じ状況の人の集まりということで、正直に参加者が気持ちを語り合った。(新潟県佐渡郡)

\* 講座「更年期を生き生き過ごそう」(医師、保健婦、栄養士、運動指導士、歯科医師、歯科衛生士。「心の健康づくり教室」中学生の子を持つ親を対象に(精神科医、保健婦、ケースワーカー)。(横須賀市)

\* 「女性の健康何でも相談」(大学の婦人科医師、助産婦)。(新潟市)

\* 精神保健講演会「秋思期の健康」、「母親の心と体の問題を考える」(医師)。(東京都)

\* 女性を対象にした健康教育。女性自身が子宮や卵巣などの位置、機能を確認した(助産婦)。(直方市)

\* 中高年の性について夫婦が話し合うための講演(医師)。(富山県婦負郡)

\* 講演、体操、おしゃべり会のセミナー。(精神科医、産婦人科医)。(十日町市)

\* 健康づくり市民のつどい「人生の四季」(僧侶)。(水見市)

- \* (1) 講座「仕事と私のいい関係」(大学教授、医学博士、病院長)、「加齢への挑戦」(大学教授)。男女参画プランに基づいた健康相談窓口を設け、既存の法律・カウンセリング、子育ての各相談、を受ける総合窓口計画あり。(東京都)
- \* まごまご(孫孫)教室。孫の子育てと自身の健康管理(スタッフ、歯科医)。(神奈川県足柄上郡)
- \* 講演「更年期障害と心の健康」主婦を対象に(看護職)。(大宮市)
- \* 「ときめき秋思期」ゼミ。ストレス、性、生きがいなどをグループで学習。(東広島市)
- \* 骨塩測定と共催した健康相談事業。(津山市)
- \* 女性健康相談事業、女性健康教育事業(保健婦、産婦人科医、助産婦)。(柏崎市)
- \* (1) 個別カウンセリング(保健婦、助産婦) (2) 更年期セミナー。4回、グループミーティング(保健婦、助産婦) (3) 講話「女性のライフサイクルについて」(医師、助産婦)。(福岡市)・・・他多数
- \* 難病、精神障害者への個別相談。内容は(1)セックスの際の潤滑剤の取り扱い(2)同じ悩みを持つ方の自助グループの紹介、相談紹介(3)継続相談の情報提供(保健婦)。(東京都)
- \* 「尿漏れ予防体操」「更年期における骨密度とホルモンのはたらき」「日常生活の過ごし方」(助産婦、保健婦)。(川崎市)・・・他多数
- \* 講話(1) 歯科保健関係(2) 思春期の子を持つ親自身の健康管理(保健婦)。(瀬戸市)
- \* セミナー、3回。(1) 乳ガンの自己健康法(婦人科医)(2) 食事、ストレッチ(管理栄養士)(3) 心と身体のリフレッシュ、尿失禁予防体操(保健婦)(三条市)・・・他多数
- \* (1) プールでの水中運動(運動指導士)(2) 音楽でリラックス、ストレス解消。(湯沢市)
- \* (1) 講演(リプロダクティブヘルスの思想をもって活動している医師、ジャーナリスト)(2) 腰痛体操(保健婦、運動指導士)(3) 地域の仲間作りと支援活動(保健婦)。(東京都)
- \* 健康祭りの中で更年期コーナー開設。更年期の医学的メカニズム・ホルモン分泌や骨そしょう症との関係、ホルモン療法、尿失禁、性について質疑応答(助産婦)。(福岡市)・・・他多数

- \* ミニ健康教育。更年期の方5～6人程度。じっくりと話す。(松江市)
- \* 思春期問題の講座。系統学習会3回、講話、座談会、グループワーク。家族の問題として夫婦の参加者が多かった(思春期問題に取り組んでいる婦人科医師、児童相談所ケースワーカー)。(八戸市)
- \* (1) 講演。テーマは思春期における子供との関わり方など(2) 学習会。女性のライフサイクルに沿った女性の性、生き方、という視点で実施。(山梨県南巨摩郡)
- \* 講演と座談会。悩みの共有、情報交換が好評(産婦人科医、保健婦)。(東京都)・  
・他多数
- \* 講話。ビデオを利用。男性の性について学び、夫への理解、夫婦生活の考え方に役立つ(保健婦)。(石垣市)
- \* 女性の健康教室。講話、運動、調理実習、不定愁訴の調査、血圧・体脂肪測定(産婦人科医、栄養士、保健婦、スポーツ指導員)。(花巻市)・・・他多数
- \* 学習会「中高年の性」(看護大学教授)。(所沢市)
- \* 講演「はつらつ健康講座」4日制(保健婦、栄養士)。健康教育「更年期を幸年期へ」(医師、運動指導員、栄養士)。個別相談(保健婦)。(東京都)
- \* 骨そしょう症健診、予防のための健康教室(医師、保健婦、栄養士、健康運動士)。(徳山市)・・・他多数
  
- \* 女性センター……記入あり、26.8%
- \* 講演「素敵な女性の中高年期」(病院副院長)。(鯖江市)
- \* 健康セミナー。2時間、全5回。(1)心と身体の疲れをとる栄養・休養・運動(2)更年期・高齢期を明るく元気に過ごすために(3)老化は姿勢から(4)健康で生き抜くための最低限必要な運動(5)5歳は若くきれいに立つ歩く(大学教授)。(伊丹市)
- \* ふくい女性大学「自己発見・自己開発」講座(女性問題活動団体員)。(福井市)
- \* 更年期セミナー。講義(精神科医)、調理実習と講義(管理栄養士)、体操実技(インストラクター)、グループワーク(保健婦)。(熊本市)
- \* 講演。ホルモン治療について(産婦人科医)。(室蘭市)
- \* 男性のためのナイスミドル教室。5回コース。講演・夫婦ふれあい健康学(産婦人科医、保健婦)。(須坂市)



- \* (1) からだと性の相談。電話、面接、産婦人科相談、グループ相談会 (2) セミナー、シンポジウム、ワークショップの開催。(3) パネルの作成と展示。(横浜市)
- \* 健康増進講座「更年期から幸年期へ」。(1) 骨そしょう症について学習 (2) 元気が出る体操 (3) 意識高揚のために服装、髪型、歩き方を良く見せるためのセミナー。(北九州)
- \* 男性学・女性学性セミナー(年間15回開催)の中のひとつ。テーマは「自分の体や性を知ること ～両性の幸福を考える～」(大学助教授)。(佐世保市)
- \* 定期的に写真、パネル、各種資料の展示を実施している中で「高齢化社会と女性」を取り上げ、更年期を前向きに捉えたビデオを紹介(教職、行政職、司書職)。(名古屋)
- \* (1) 講演会「すてきな人生」(2) トリム体操 (3) グランドゴルフ(生活指導職)。(伊万里市)
- \* 骨そしょう症健診(保健婦、栄養士、健康運動実施指導者、医師)。(滝川市)
- \* 女性健康講座「楽しく更年期・老いを迎えよう」の中で行ったボイストレーニング。同「中高年の健康管理と介護」の中での介護の実技演習。(八千代市)
- \* セミナー「今、きらめいて、女性のための健康」(医師、栄養士、ファッションコンサルタント)。(盛岡市)
- \* グループワーク。更年期障害を悩む方が集まって話し合う(保健婦)。(富士市)
- \* (1) 更年期のためのおしゃれ教室(トータルコーディネーター) (2) 骨盤底筋体操教室(専門インストラクター) (3) シンポジウム「それからの季節」自然の時のめぐり(映画プロデューサー)。(立川市)
- \* 講座。更年期関係、9回。運動編(エアロビクス指導者)、栄養編(医学博士)、体編(産婦人科医)。(出雲市)
- \* 講座「女と男の更年期」全5回(女性産婦人科医、新聞記者、フィットネスインストラクター、更年期ビデオ製作者)。(横浜市)
- \* 医師が主催のセミナー。食事、東洋医学を取り入れたワークショップ(自然食料理家、はり灸師)。(仙台市)
- \* 講演「トークサロン」。テーマは黄昏どきは美しい(女性産婦人科医)。(佐賀市)
- \* 心と体を考えるセミナー「更年期と上手に付き合おう」、全6回(精神科医、産婦人科医、短大助教授、カウンセラー)。(高松市)

- \* 講演、テーマは「更年期は好年期」（市民団体員）。（大阪市）
- \* 更年期セミナー。「こうして乗り切れ、更年期」（産婦人科医）、「メランコリックさようなら」（看護学校職員）。（日立市）
- \* 講座「私らしく更年期」（市民団体職員）。（吹田市）
- \* セミナー「女性の更年期の症状と健康管理」（医師、セックスカウンセラー）、「更年期を快適に過ごすために健康体操」（理学療法士）。（池田市）
- \* グループ相談会「更年期のころと体」。4回、20～30名（リプロダクティブライツ・ヘルスの視点を明確に持つ医師）。（京都市）
- \* （1）更年期セミナー。更年期全般の学習、調理実習、体操（保健婦、栄養士）（2）コンチネンス学習会。講演、尿失禁体操（医師）。（四日市市）
- \* 外部有識者によるセミナー、全5回。テーマ「女性のための健康ノート～素敵に中高年～」。（医師、栄養士、臨床心理士、健康運動士）。（広島市）
- \* （1）スライドを使った女性の身体のしくみの説明会（医師）（2）更年期の話と体操（市民団体職員）。（岸和田市）
- \* 講演「働く女性の健康管理」。更年期障害について具体的に個人差があること、症状の事例の話（女医）。（駒ヶ根市）
- \* （1）自律訓練法を実演（保健婦）（2）リラクゼーションの実習（専門家）。（五所川原市）
- \* 身体の模型を使い「性」ということを産まれる前から死ぬまでにわたり具体的に説明（女性産婦人科医）。（北九州市）

## 7. 更年期の女性が抱える問題について見えてきた問題点

—自由記述—

- \* 保健所……記入あり、45.9%。

### 主な記入。

- \* 更年期の時期は、老親介護、子供が思春期～青年期で進学・結婚の時期と重なるなどの例が見られる。更年期の症状は、他人にわかりにくく、また、女性同志でも症状が様々なため、苦しみを他に理解しにくい。（新潟県西蒲原郡）・・・他多数
- \* （1）日常的に地域の人たちの具体的な相談がなく、問題が見えにくい。（2）講習会を行うが、集まってくる人たちは更年期を過ぎた経験者の年代がほとんどで更年期の女性を集めることが難しい。（名古屋市）

- \* 家庭の問題と更年期が重なり、解決を困難にしている例がある。受験期の子供を抱えている。要介護者がいる。夫の定年、単身赴任。（名古屋市）・・・他多数
- \* 当保健所管内は高齢化率が県内のベスト3を占める村を有し、過疎化、高齢化が進んでいる。更年期を迎える前より子供達は、村外へ転出する。村外の子供の生活支援が終わり、子供が独立する頃となっているが、次は老後について考える時期である。（奈良県吉野郡）
- \* 性交痛などについて、パートナーの理解を得にくい。ホルモン補充方法等への関心と不安がある。（横浜市）・・・他多数
- \* 就労女性が多いが、民間相談窓口は無いに等しい。保健所は週日のみ開設のため、就労女性が相談する場が少ない。（黒部市）・・・他多数
- \* （1）子育てが終わるや家事時間の短縮。生活時間の工夫が趣味等に生かされている人と、パートに従事している人、家の中が中心の人と種々であり、時間のある人が不定愁訴が多いように見受けられる。（2）同年代間における交流の希薄化。（3）在宅でお年寄りを介護している場合。（4）更年期における女性の性的変化の理解度の低さ。（横浜市）
- \* 精神的な問題や症状のあるケースが更年期として捉えられてしまい、きちんとしたケアのルートに乗れず悪化したりする例もある。また、その逆のパターンもみられる。更年期に対する正しい指導が単にカウンセラーのみのかかわりだけでなく、医療従事者などの専門領域の人とのタイアップが必要と捉えられる。（岩沼市）
- \* 体調不信を感じても必要な時に適切な受診がてきないほか、高齢者の介護のため仕事を辞めなければならない。（富山市）
- \* 更年期女性が常時それについて相談できる専門機関がはっきりしていない。性別役割分業意識が高い（家事や介護は嫁・妻の役割）。更年期の不快症状を自己コントロールすることを避ける傾向が高い。（浜松市）
- \* 山間部・海岸部の住民の意識には女性に嫁としての役割があります。老親を介護するのは嫁の役割で務めです。「（介護は）順番だから」と言って更年期の女性は自分の健康は後回しにして親の介護を受け入れていく現状があります。（伊勢市）
- \* 夫の定年前に夫の老後と健康状態の不安定な状態を重ねて更年期症状が重くなっている。育児終了後、地域とつながりや趣味がなく、自分の体調や気持ちに一喜一憂している人が多い。（大和市）・・・他多数
- \* 働く女性が増えている中、更年期世代の女性も例外ではない。その世代の女性になると親の介護等の問題もでてくる。また、仕事上でも責任ある位置に就く場合もあり、仕事の中で悩みも大きくなるのではないかと。事業者側の理解も必要になる。（館林市）・・・他多数

- \* 初期の痴呆症状がみられる老人と同居している場合、周囲の理解を得られにくく、老人や周囲の人との関係が悪くなり、更年期の女性である場合、更年期症状の悪化につながる事もあるようです。（和歌山市）
- \* 更年期についての夫や家族の理解が不足しているため、不安愁訴の症状が重くなっているケースがある。相談できる場合、専門家が少なく多受診しているケースがある。（花巻市）・・・他多数
- \* 入院治療を必要とするケースを受け入れてくれる病院が少ない。（明石市）
- \* 思春期の子供の問題や働き盛りの夫との関係等と更年期問題と重なり精神的に不安になる問題がある。（米子市）・・・他多数
- \* 子供世代が家を建て、親を呼び寄せる例が目立つ。もともと2世帯住宅であればよいが、普通の住宅に呼び寄せた場合、うまくいかないケースが目立つ。生活習慣の違い、孫の部屋を取られたとか、結局また別居したり、施設に入ったりする例もある。（仙台市）
- \* 育児中である母親の姑である女性、嫁姑の関係が子の発達に影響する。（兵庫県加東郡）
- \* 共稼ぎ率が高い地域のため、更年期の女性が孫の子守と親の介護の両方をしている例がおおい。また、孫の子守のために仕事を辞めるかどうか悩んでいる例も多い。（敦賀市）
- \* 高齢化の進む地域など、更年期を迎えた時期も家族の介護や孫の子守などの役割を持つことが多く、自分のことを後回しにしてしまう傾向がある。（松江市）
- \* 管内の市の女性会議の委員をしているが、委嘱された委員の中でも自立したメンバーと依存的な権力だけ持ったグループリーダーと意見が対立することがある。市長は後者の意見を政策に反映するので悲しくなる。健康づくりにではなく、そういった方々が行く海外研修とかに金を使う。（加須市）
- \* （1）更年期の女性が抱えるセックスの問題、夫とのセックスレスの相談が増加。（2）更年期の中絶件数や性病罹患者の増加から更年期の女性の正しい避妊法や性病予防法を得る機会が少ない。（東京都）・・・他多数
- \* マスコミからの情報が偏っているのではないか。（柏崎市）
- \* 女性の就業率50%の土地柄にもかかわらず老親介護は嫁にかかっている。更年期と重なり、介護者の精神的、身体的、愚痴を聞く。（姫路市）
- \* 介護ケアサービスが利用者（介護ケア対象者）のみの評価を基準としており、嫁姑関係、老夫婦関係、痴呆身障妻との関係を評価できていない。（神奈川県足柄上郡）

- \* 子供の高学歴、就職浪人など社会人としての自立へのモラトリアムの延長に、母の更年期が重なってきている。（寒河江市）
- \* 精神保健福祉活動、母子保健、エイズ予防等、保健活動を通してオリジナルな生き方の大切さを痛感することが多い。男女共同参画社会といえ、女性のセクハラ問題が存在する。（氷見市）

\*女性センター……記入あり、27.0%。

主な記入。

- \* まず、家族の理解が大切。怠けているという意識が強く、更年期障害についてよく知ることが大切。（駒ヶ根市）
- \* 女性だけで話し合う機会がすくない。職業婦人が多くなってきたので職場での活動に重点をおくようになると思う。（福井市）
- \* 家族の中での人間関係が多様化していることで更年期女性の心身への健康状態が危ぶまれていることを感じている。中高年の夫婦関係または子供の育て方（教育も含めて）等、又職業婦人としての社会的ストレスが多い。（五所川原市）
- \* 老親介護と重なると自らの老いを否定的に捉え、更年期が一層辛いものになる。また妊娠時以外に女性のライフステージに合わせて支援する場がない。（京都市）
- \* 多くの女性が社会に進出するようになったが、性別役割分業意識は根強く残っている。更年期を迎えた女性たちは役割意識に縛られ老親の介護など、一人で負担を抱え込み自分が女性としての役割を果たせないことに悩み、自尊感情を持ってない。（川崎市）
- \* 女性の機能についての知識不足が分かり、特に思春期からの性教育が必要と思われまます。又夫の親の介護についても不安があり、老後に対するサービスの充実も必要です。（福岡県粕屋郡）
- \* 更年期は人生のターニングポイントです。この時期をいかに乗り切るかという心構えを更年期に入る前からの準備として習得している必要がある。（小牧市）
- \* 更年期は病気ではないという考えがあって、夫や家族などの周りの理解が得られない。（池田市）・・・他多数
- \* ホームヘルパー養成研修を平成6年度から実施していますが、修士生が更年期にさしかかってきている現状です。ネットワーク、介護者のサポート体制の充実をぜひ進めていく必要に迫られています。（長浜市）
- \* 晩婚、高齢化によって重複して抱える女性が増えている。（鹿児島県熊毛郡）

- \* 農家の場合、家庭の中に介護（看護）を必要とする者が出ると、それまで農業の担い手であった女性が介護にあたり、農業経営が成り立たなくなるケースがある。その場合、収入減に加えて介護ストレスと更年期のストレスが重なり深刻な状態に陥ることもある。（塩尻市）
- \* 夫婦関係が倦怠期にさしかかる頃と女性の更年期が時期的に同じになり特に夫の理解が得られないことから、更年期鬱症状の女性の相談が多い。（岸和田市）
- \* 同じ悩みを持つ仲間としてのコミュニケーションの場づくりが必要。更年期および女性の体について本人自身の知識不足。女性をとりまく周囲の理解、認識不足。（四日市市）・・・他多数
- \* 更年期女性自身の更年期への偏見により、症状の悪化、早期対応の遅れなど、更年期の問題が後回しにされている。（宮城県栗原郡）
- \* 婦人の健康診断等で更年期の問題を把握するには、今の検診のあり方では大変難しい。（熊本県球磨郡）
- \* 核家族が進み、定年後を一人で生活する女性が増えている。精神的な不安を抱える人が多くなっている。（宇部市）
- \* 定年後まで働き続けるためには、その途中の更年期をうまく乗り切る必要があるが、更年期について職場や周りでまだ市民権が得られていない状況である。体調が良くないことを公に言えることが当面大事。（沖縄市）
- \* 更年期は病気ではないという考えがあって、夫や家族やまわりの理解があまりない。（池田市）・・・他多数
- \* 女性問題関連で更年期の問題を取り上げたセミナーは今回が初めてのため、予想以上に多くの女性たちが更年期の問題について関心を持ち、更年期に関する知識や情報を求めていることが分かった。（日立市）
- \* 保健指導の場面において、更年期という女性のからだに関する知識が曖昧になっていたり、無関心であったりする事が多い。癌検診（子宮癌、乳癌等）は受けても、更年期症状の心身のトラブルについては、正しい理解がされていない。（北見市）
- \* 身体の症状等が、更年期として自覚されるというより、夫婦関係、親子関係のトラブルが複合的に現れた不調として訴えられる印象を受ける。そういう意味では更年期の心身の不調そのものを訴える事ができる程、市民権を得ていない。（高松市）
- \* 更年期は母、妻、嫁としても転機の時期だけに、メンタルケア、地域サービス等との連携が必要だが「家庭内の問題」として表に出ることが少ない。そうした背景が更年期障害として出てくる事例も多いので、画一的な対応では解決しにくい。（府中市）
- \* 医師によるセミナーを実施しているが、更年期障害の対症療法が中心の男性の視点の

内容となっている。医療の現場に女性の視点がないという問題がある。(仙台市)

- \* 職場では人間関係上、自己コントロールが必要だと感じます。また、受診しても自律神経失調症だと言われ、具体的に何の指導も受けられないことで余計にストレスになる。(岡山県浅口郡)
- \* 女性のライフスタイルの中の更年期のとらえ方が薄い。更年期の症状を周囲の人に理解してもらうのに、特に夫婦のあり方、コミュニケーションの取り方の大切さや自己決定権についての意識啓発の大切さを感じた。(横浜市)
- \* 30～40代前半の女性の更年期の問題。更年期と子離れの時期が重なり、更年期の症状が重い。パートナーに更年期について理解してもらえない。(出雲市)・・・他多数
- \* 一生懸命打ち込んできた育児から解放され、一時的に生きる目標を失っている時期と体の変化が重なる。更年期の症状と本人が気づかず、周りの者から振り回されている状況が多い。更年期の諸症状をもっと周知する必要がある。(立川市)
- \* 老親を介護する介護者が年齢的に更年期と重なる方々が多いのが実態のように思います。(上越市)
- \* 趣味のない人、周りに理解してもらえない人が少ない。(井原市)
- \* 更年期を女性だけの問題としてしまう傾向があります。高齢化に関わる夫婦の問題として、男性も含めてよりよい対処方法を考えてみる視点が必要。(名古屋市)
- \* 閉経前後の骨そしょう症にともなう不安感、骨量維持の重要性。(上越市)
- \* 女性の生涯を通じた健康を支援するという点では、マタニティ期に比べてサービスの種類も量も少ない。この世代の女性に対していかにスポットが当てられていないかという現れである。産むという機能を使う若い人のみが光をみるというのは、非常に偏りを感じる。(北九州市)
- \* 「医学的側面」女性ホルモン依存性疾患(子宮筋腫、子宮内膜症、乳ガンなど)をもつ女性へのホルモン補充療法の影響への不安。更年期のホルモンの変調引き金とした自律神経失調症状と精神神経疾患との鑑別、因果関係、治療などの情報を求めるケースが多い。  
「心理的および社会的側面」家族との関係。夫や子供の理解を求めにくい辛さ、夫とのセックスに関する悩みを抱え込む。職場との関係で、心身の変調からくる継続就業の困難に対する対応策の遅れへの不安。その他、シングル女性の失職の不安、孤立感からくる企死念慮。(横浜市)
- \* 働く女性が管理職になる年代と重なり職場のストレスも加わる。夫が管理職等になり多忙であったり、精神的にも疲弊し妻をサポートする余力がないことが多い。子供が高校を卒業後家を離れたたり、思春期で心配が多かったりする時期と重なる。(須坂市)

- \* 老人介護をする主婦も共に疲れ病気になるとか、腰痛をおこすとか、もっと地域にボランティアが必要。(香川県多度郡)
- \* 問題が起きた場合どこへ相談に行けばいいかわからない。医師によって対応が違うので、一か所で判断するのは危険。(福井市)
- \* 更年期に悩まれているより、強く逞しく生きている女性が多い。(秋田県南秋田郡)

8. その他、サービス展開をすすめるうえで、国、自治体、医療機関などへの要望  
—自由記述—

\*保健所……記入あり、42.8%。

主な記入。

- \* 少数の専門職の努力とし、国、自治体の活動では中高年女性の健康支援では発展が難しい。例として「北京行動綱領」の周知度はいかが、中高年女性こそ、美しくかつはつらつと自分と他者の健康づくりに行動できるか土台が必要と考えます。また、マスメディアの前向きな参加も重要だと思います。(東京都)
- \* 行政も含めて認識は甘く、問題の本領を本音で語れない状況にあり、実態を明確にしていくことが時間はかかるけれど必要なことと感じています。(上野市)
- \* 更年期を特別視するのではなく、障害を通じた健康づくりの一環としての教育が必要。社会全体の理解とサポート体制が望まれる。専門医療機関外来を拡充してほしい。(東京都)・・・他多数
- \* 性の問題に対する取り組み事態立ち遅れています。管内の事情としても、性を語る人材がほとんどおりません。(小矢部市)
- \* 保健所の母子保健担当保健婦は大幅に減らされ、補充されない。一方で業務量が増え、乳幼児や老人保健で手が一杯。(日立市)
- \* 女性の有職率は年々高くなるので、「更年期休暇」の制度化が望まれる。(日向市)・・・他多数
- \* 専門研修の実施、教育にリプロダクティブ、ヘルスライツをきちんと入れる。(飯田市)・・・他多数
- \* 更年期の理解を深めてもらうためのPR、情報提供が必要。(酒田市)
- \* 相談窓口の開設。女性の育児経験を生かすため、行政がボランティア活動を推進するべき。また、各分野で女性の声の登用。(茂原市)



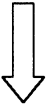
- \* 低容量ピルや介護は女性問題だと考えます。もっと女性政策として取り組む必要を感じます。また、メンタル面を含めた女性の健康を政策に。(塩釜市)
- \* 医療機関の診療表示に女性の訊ねやすい形で明記すること、更年期の外来を望みます。(北九州市)
- \* 国、自治体は50歳以後、5年毎に一ヵ月間の夫婦の休暇を義務化して心と身体のゆとりを持てることを期待し、医療機関も協力体制を整えたら会社中心社会から生活重視の社会になることを考えます。(川口市)
- \* 事業展開によって、いかなる効果が得られるか、数字・データできちんと示す必要があると思います。・・・他多数
- \* 更年期女性を全人格的に捉えたサービスのあり方を検討してほしい。(宝塚市)
- \* メノポーズ外来がどこの地域でも身近な所にあり、心理面を含めた診療が受けられるよう医療システムを発展させてほしい。(柏崎市)・・・他多数
- \* 確実なプライバシー保護、専門相談へのアプローチシステムの確立、女性の視点を取り入れた社会環境整備、が望まれる。(東京都)
- \* 思春期問題、虐待問題を充実させてほしい。(伊那市)
- \* ホルモン補充療法に関して誰でもが受けれるものではない。その発症性や心疾患に対する効果等において、世界的コンセンサスは得られていないが、骨そしょう症について一定の評価がなされている。その上にたって実施する時に黄体ホルモンは健康保健の適応外になっている。現在、ラロキシフェンという新薬は発症性がないというアメリカの治験がある。将来の主流になると考えるが、当面は1月末の施行による治験が行われると思うので、国がこの使用を健康保険で認めるようになれば、女性が更年期を、または老年期を迎えた時、選択肢が一つ増えると思う。(大阪市)
- \* 専門のコウンセラーを保健所に配置を検討してほしい。(鹿児島県熊毛郡)
- \* ソーシャルワーカーやコウンセラーだけでなく、医療・保健機関関係者にもコウンセリング技術を教育の中でもっと重視してほしい。(呉市)
- \* 人材、予算、法的根拠で裏付けされた取り組みが必要。(八戸市)・・・他多数
- \* 民間団体と連携して週末、休日に相談ができる場を設けてほしい。(富山県黒部郡)
- \* 電話や面接など個別相談システムが必要。保健所の体制では困難なので民間相談団体の育成が急務。(名古屋市)

\*女性センター……記入あり、29.1%。

主な記入。

- \* 「更年期女性は個人で問題を解決するものだ」という意識」「周囲では更年期に対する冷やかしや気の持ちようでも解決する」という意識を変えるための啓発や広報が必要。(長野市)
- \* 成人病と更年期の違い、または家庭職場において女性だけでなく周りの人の理解を得られるための対策を考えてほしい。(鯖江市)
- \* 初経の指導は小学校で受けるが、閉経についての指導は公的機関等にはない。健康管理をしていくうえで更年期についての教室が必要。また、身体の不調を訴えても男性には理解してもらえない。社会全体に啓発が必要。(勝山市)
- \* 第一窓口となる、産婦人科、内科、心療内科、精神科等の医師へ啓発、再教育を国レベルで実施してほしい。また、専門機関で情報提供をしてほしい。(須坂市)
- \* 更年期休暇等の取得を保障する環境の法整備。(横浜市)
- \* 男性に対して行う人権学習の中に、リプロダクティブヘルス・ライツの視点を入れることを望む。(北九州)
- \* 保健事業に更年期の問題に関する施策の位置づけを明確にしてほしい。(三田市)
- \* 研修会の開催、情報提供、パンフレット・ビデオの作成と配付、広報活動。(井原市)・・・他多数
- \* 更年期など女性のライフスタイルをあらゆる角度から考えるためにも教育の枠を越えた行政の機構やネットワークがサービス展開に必要と思われれます。(網走市)
- \* (1) 医療機関での更年期外来の設置とカウンセリングの開設。(2) 国、自治体での保健業務の中に更年期問題に対応できる専門職員を設置してほしい。(那覇市)・・・他多数
- \* 更年期の問題を早期に発見できるための問診票を検討。(熊本県球磨郡)
- \* リプロライツ/ヘルスや女性の健康について正しい認識と知識を有した職員の養成。(広島市)
- \* 更年期を扱うのは産婦人科で、女性が行きにくい名称になっている。女性の身体や健康については女性の母体保護の観点から、一定の時期(妊娠、出産)にのみ重点がおかれ、性教育も同様の流れとなっている。産婦人科から「女性科」といった名称の転換やそれに伴い、カウンセリングの機関とのネットワークなどの体制作りが望まれる。(仙台市)
- \* 更年期は働き盛りや苛烈なリストラの標的年齢とも重なるので、労働の現場での理解と具体的システムが不可欠。(高松市)

- \* 18歳以下の思春期の女性に対する教育（骨そしょう症予防、更年期の存在について）。（日立市）
- \* ジェンダーに敏感であること。インフォームドコンセントの姿勢で望む。十分な情報提供。（京都市）
- \* 更年期として一定期間の対策ではなく、生涯を通じたトータルな対策が効果的であると思う。一方、成人病対策事業として展開されたものが補助金カットとなり、縮小されているので困る。（香川県大川郡）
- \* 在宅での介護が困難になったとき、すぐ入所できる特別老人ホームの数をもっと増やしてほしい。（宇部市）
- \* まず、この職場自体が、更年期を口に出して問題にすることができない。、いわずや、自治体がどう対応するかなど予想もつかない。医療機関はともかく、自治体は老人に対してやっと目を向けた頃なのに、更年期対策は老人対策とは同列にはなっていないと思う。（富山県射水郡）
- \* 保健所等の区域内の他機関とネットワークを組むことが必要。（東京都）
- \* 患者の多くは産婦人科を受診することが多いようですが、その時に治療についての説明（ホルモン治療など）が不十分である。特に（家庭や職場の悩みなど）、不定愁訴へのカウンセリングがされていないことが課題である。（北海道勇払郡）

 **検索用テキスト** OCR(光学的文字認識)ソフト使用   
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります

1. この2年間(1995年以降)の住民へのサービス活動

	女性センター	保健所
1. (活動に)取り組んでいる	31.6%	46.1%
2. 今はしていないがこれから取り組みたい	9.1	9.6
3. していない	59.2	44.3

この2年間、サービス活動をしたのは、女性センター 31.6%、保健所 46.1%。

女性の生涯にわたる健康問題への、国の取り組みが始まったのは、ごく最近である。3割強の女性センターで、何らかの取り組みをしているということは、いかにこの問題に敏感であるかの反映である。さらに保健所においては、約半数が実施しており、小児から高齢者までの多様な事業を抱えながら、更年期問題もまた重要課題と認識されている。女性センターでも保健所でも、地域の中高年女性の、心身の健康への取り組みは活発である。「今はしていないがこれから取り組みたい」という将来の予定についても、双方ともに1割近くあり、ここにも関心の程度の高さが伺える。