

# I. 研究報告書

厚生労働科学研究費補助金（女性の健康の包括的支援総合研究事業）

平成 30～令和元年度 総合研究報告書

女性の健康の包括的支援に関する情報発信基盤構築と多診療科医療統合を目指した研究

研究代表者：藤井知行 東京大学医学部学部女性診療科・産科

## 研究要旨

女性の健康は、女性ホルモン・エストロゲンの分泌レベルにより大きく左右される特性がある点が男性と大きく異なる。女性は卵巣機能の賦活化に応じて月経・思春期発来、妊娠・出産、閉経などの順番でエストロゲンレベルが変動するが、加えて、月経困難症、月経前症候群、更年期障害などの月経関連疾患に社会経済的に大きく影響を受ける。本研究班は、女性ホルモン変動を意識した管理に基づいた女性の健康包括的支援は現状では政策的にも社会的にも未達成であること、日本人一般的に言えることとして、ヘルスリテラシーの確立が不十分であることを背景とし、ライフコースアプローチに基づいた女性特有の疾患に対する啓発、教育、予防などを目的とした研究を 2 年間継続した。

本研究では、1) 既に立ち上げた女性の健康に関連するホームページに関して、情報発信による社会啓発およびそのフィードバックについてアクセス解析を基に検討した。ホームページの内容は継続的にアップデートされており、今や 150 万 PV/月を超えるコンテンツとして成熟してきたため、そのさらなる発展が望まれる。2) 女性の健康に関連した事象について相談を受けられる者の養成を目的とし、多診療科的内容を含むガイドブックを発刊、配布した。3) ホームページをプラットフォームとした eラーニングシステムを構築した。

市井の人々のニーズの拾い上げは、アクセス解析を基に今後も継続する必要性があり、新たなコンテンツの開発が望まれる。また、医療従事者のみならず一般人で女性の健康に携わりうる人たちにも理解、教育が出来るような女性の健康に関するアドバイスをすることが出来る者を養成することは、長期的視野に立つと、社会的なヘルスリテラシーの底上げに繋がることが期待され、その基盤が今回の研究において構築されたものと考えている。

## 研究分担者氏名・所属研究機関名及び所属研究機関における職名

大須賀穰：東京大学 医学部附属病院 女性外科教授

秋下雅弘：東京大学 医学部附属病院 老年病科教授

市橋香代：東京大学 医学部附属病院 精神神経科特任講師

菊池昭彦：岩手医科大学附属病院 産婦人科教授

北中幸子：東京大学医学部附属病院小児科准教授

鈴木眞理：政策研究大学院大学保健管理センター教授

田中栄：東京大学医学部附属病院整形外科学教授

対馬ルリ子：医療法人社団 ウィミンズ・ウェルネス対馬ルリ子女性ライフクリニック 銀座 理事長・院長

平池修：東京大学医学部附属病院女性診療科・産科准教授

若尾文彦：国立がん研究センターがん対策情報センター センター長

国立がん研究センターがん対策情報センター センター長

## 研究目的

女性の健康は、出生から思春期から閉経期、また老年期に至るまでに、排卵周期の確立、卵巣機能の低下と共に閉経状態に至ることの影響により、女性ホルモンの分泌が動的な変動を来すことに多大な影響を受ける点が男性と大きく異なる。女性ホルモンの変動は子宮内膜症、子宮筋腫といった女性特有の疾患に大きく関与するだけでなく、月経困難症、月経前症候群および月経前不快気分障害、更年期障害などといった原因の特定し難い病気にも影響を及ぼすことから、社会、精神的にも多大な影響がみられるようになる。その一方で女性にも、脂質異常症、高血圧、糖尿病のような生活習慣病は加齢特に閉経後から頻度が顕著に増大すること、骨粗鬆症のように性差が明らかな疾患などもある。

これまでの我が国の健康支援対策において、このような女性の健康特性は重要視されておらず、健康管理の観点で政策的にも反映されていなかった。急激な人口増加が望めない日本社会の現状と、持続可能な経済的発展を日本社会に求めていきたい観点から、高齢者だけでなく女性の持つパワーを社会経済活動に有効に取り込むことが昨今最重要視される課題となっている。上記のように月経および月経関連疾患、特に性差のあるような生活習慣病などにより損なわれる女性の健康を維持・改善することを積極的に支援するためには、女性を雇用する企業などの自助努力のみに頼ってはいけず、個々の女性のヘルスケアリテラシーを高め、必要に応じて受診勧奨をすることが必要である。

巷間には健康に関する情報が溢れている。その健康に関する情報を入手するだけでなく正確に解釈してかつ活用するためには、またそれ単独の知識が必要とされ、そのことをヘルスリテラシーという。ヘルスリテラシーは、「健康に関連した情報を入手、理解、評価し、なおかつ活用するための知識、意欲、能力であり、それによって、日常生活におけるヘルスケア、疾病予防、ヘルスプロモーションについて判断したり意思決定をしたりして、生涯を通じて生活の質を維持・向上させることができるもの」

(Sørensen K, et al. BMC Public Health.

2012;12:80) と定義される。一般的に日本人のヘルスリテラシーは外国のそれと比較すると低いこと、その原因として挙げられるのは、プライマリ・ケア制度の未確立、医療および教育体制の問題、情報の入手先の問題などが挙げられている

(<http://www.healthliteracy.jp/kenkou/japan.html>)。インターネットによる情報入手は便利であるのは疑いの余地はないが、情報内容は玉石混交というのに相応しく、また膨大な情報の海の中から必要な情報だけを取り出すのは素人には難しい。このような背景から、本研究班は最重要課題として医療および女性の健康に関連した情報提供の基盤をインターネットに構築かつ更新してきた。確かなソースで確かな情報を提供することで社会啓発の基盤が徐々に形成されることが期待され、女性の生涯健康を支える社会基盤を構築することが期待される。

本研究班は最重要課題として情報提供の基盤をインターネットに構築かつ更新してきた。既存のインターネット上にある“女性の健康”に関する情報は不統一で整理されていなかったため、確かなソースで確かな情報を提供することで、社会の啓発と医療・健康関係者の実践を介して我が国の女性の生涯健康を支える社会基盤を構築することを主目的とし、平成27年度に女性の健康についての多彩な情報を提供するホームページHPを立ち上げた。今年度はこれまでの年度に引き続き、1) HPの更新をして、今後HPを活用したアンケート研究をおこなう情報収集をすることを主目的の一つとした。

本研究班の班長である藤井が理事長を務める公益社団法人 日本産科婦人科学会では、女性のすべてのライフステージごとの疾患に対応する専門家を育成することを目的としてヘルスケアアドバイザープログラムを作成し、受講者の教育をおこなっている。一般女性が、何らかの具体的症状を持つものの受診に至っていないがために診断がついていない場合には、既存の各種医療機関に気軽に自らの疾患について相談し受診が本当に必要かどうかを判断してもらうということは現状での不可能である。例えば、女性が月経困難症を持っている場

合で言えば、各種アンケートでも明らかだがまずは我慢、または OTC 薬品で経過観察という対応が最も頻度が多く、誰かに相談する、という観点での調査も、親または友人に聞くという対応が最も頻度が多い。結果として背景に明らかな疾患があっても、医師に相談することなく病院を受診しないというのが大半の一般人の反応である。このような女性に対しては、HP などを活用してヘルスケアリテラシーを向上させることと、受診ではなく相談を出来るようにするということが対策として考えられる。医療者側の対応としては、女性の疾患予防、健康増進を広く浅く吸い上げるため、ライフコースアプローチ視点を持つ程度医療に習熟した者を育成することが必要である。そこで日本産科婦人科学会で既に運用されているヘルスケアアドバイザー養成プログラムを活用することで、2) 女性診療のためのガイドブック GB 作成、3) HP をプラットフォームとした eラーニング機能の開発をおこなうことにより、今年度の本研究班は「女性の健康相談員」を育成するための基本的データを HP 上に作り上げることとした。

## 研究方法

本研究のプラットフォームである HP の内容改善を図る目的で、セッション数およびページビューPV をあげるためのいわゆる SEO 対策 (Search Engine Optimization : 検索結果で自らのサイトを多く露出するために行う対策) を継続的に行った。また、平成 30 年度までにおける、HP にアクセスする人々の属性を調べる目的で、リリースされてから現在に至るまでの年齢層、アクセス端末の種類、セッション数、PV 数、よくアクセスされる記事に関する検討を行った。解析に関してはグーグルアナリティクスでデータを抽出し、統計学的手法を用いた。本研究をおこなうにあたり、これらアクセスに関する情報を解析したが、これらは機器そのものから得られる属性だけであるため、個人を識別できるような個人情報を含まないことから倫理面に関して問題点はない。

本研究では日本産科婦人科学会の女性のヘルスケアアドバイザー養成プログラムを活用し、その内容をさらに改変することにより看護

師、保健師、その他の健康支援関係者などが女性のヘルスケアアドバイザーとして活躍できるように養成するだけでなく、医療知識の更新をも目標として eラーニングシステムを構築することで、女性の健康増進・向上に役立てることとした。また、本研究班委員を中心に作成されていた GB の最終校正をおこない、医療従事者 (日本産科婦人科学会会員、日本母性内科学会会員など) に配布することで、女性の健康を管理する要点を多診療科的にみることが出来るような医療従事者を増やすことを試みることにした。これら情報を提供するための基盤として基礎的研究もおこなっており、当科で提出された論文において新規に判明したものが HP の記事内容にも反映されている。

## 研究結果

新規記事の投入は「お知らせ一覧」

(<http://w-health.jp/information/>) からおこなっており、女性の健康に関連した記事の投入をしている。新たに始めた事業としては、「ヘルスケアラボ 健康相談窓口」

(<http://w-health.jp/information/detail54/> および <http://w-health.jp/consultation/>) で、あなたの健康に関連した質問に答えます、ということ売りにした双方向性のものである。

「女性の健康推進室ヘルスラボ」の紹介を、第 92 回日本内分泌学会学術集会 (2019 年 6 月仙台市)、第 20 回日本内分泌学会関東甲信越支部学術集会 (9 月港区)、第 57 回全国大学保健管理集会 (2019 年 10 月 札幌市)、第 23 回日本摂食障害学会学術集会 (2019 年 11 月小平市) で行った。

### 1) 女性を対象とした情報提供 HP とそのアクセス内容に関する研究

本ホームページ HP は思春期から老年期に至るまでの女性の健康に関する記事を網羅しているため、ライフステージ別女性の健康ガイドという大項目から、小児期・思春期、成人期、更年期、老年期、妊娠・出産、という小項目を作成している。モバイル端末で見やすいことを最優先にレイアウトを考え、比較的曖昧なキーワードでも求める記事が検索できるような体

系にしている。

#### <小児期・思春期>

導線として以下の見出しを配置しており、内容を随時更新した。

- みんな悩んでる  
月経のトラブル (月経困難症など)
- 女性に多い  
からだの不快感な症状と病気 (甲状腺異常、乳房異常など)
- 人に相談しにくい  
デリケートな悩み (摂食障害、性感染症、性暴力など)
- これって大丈夫?  
小児期の気がかり (先天性奇形など)
- こどもからおとなへ  
思春期って何 (思春期発来異常など)
- 思春期に多い  
からだの不快感な症状と病気 (低血圧賞、やせなど)
- ひとりで悩まない  
思春期の性と健康 (性嗜好、性交障害など)

#### <成人期>

性成熟期においては月経周期が確立するとともに月経困難、月経不順に代表されるようなトラブルが多くみられることから導線として以下の見出しを配置しており、内容を随時更新した。

- みんな悩んでる  
月経のトラブル
- 女性に多い  
からだの不快感な症状と病気
- 人に相談しにくい  
デリケートな悩み

#### <更年期>

周閉経期以降老年期に至るまでで女性において特有にみられる疾患とその背景、対策などに重点をおいて導線として以下の見出しを配置しており、内容を随時更新した。

- 女性に多い  
からだの不快感な症状と病気
- 更年期を取り巻く状況と治療法  
すっきり不安解消 (更年期障害など)
- 早めの相談がカギ

更年期に多い症状と病気 (泌尿器系症状やメタボリックシンドロームなど)

#### <老年期>

老年期においては、介護の問題、フレイル、認知症の問題が取り上げられ、導線として以下の見出しを配置しており、内容を随時更新した。

- 女性に多い  
からだの不快感な症状と病気
- 家族で考えたい  
老年期の悩み (骨粗鬆症、認知症、フレイルなど)

#### <妊娠・出産>

働く女性の妊娠・出産を援助するだけでなく、望まない妊娠を避けるという観点からも記事を作成し、導線として以下の見出しを配置しており、内容を随時更新した。

- 早めの準備が大切  
妊娠・出産のこと

#### <その他のプラットフォーム>

上記の記事以外にも子宮頸がん、子宮体がんを代表とした婦人科悪性腫瘍については、疫学的背景、健康診断の重要性、ワクチンなどの情報も含めて情報提供をしており、女性において頻度の多い乳がんなどについても記事を準備した。

病気の早期発見・対応を!

女性の検診とワクチン

- 検診の意義と活用
- 乳がん検診
- 女性に多い疾患の検診
- 女性ヘルスケアと予防接種

1) - 1 ホームページにアクセスする対象者に関する解析

2016年3月にHPが開設されて以来、2019年12月31日までのHPへのアクセスに関するデータを解析した内容を以下に示す。

#### デバイス別セッション数および年齢別月間セッション数からみたユーザー属性

2019年12月でのアクセスによると、18~24歳 (10.06%)、25~34歳 (35.36%)、35~44歳 (33.75%)、45~54歳 (13.49%)、55~64歳 (5.14%)、65歳以上 (2.21%) という状況

であり、18～44歳までの総計は実に79.17%に上る。情報にアクセスする手段としては、圧倒的にモバイル端末・スマートフォンであり、Apple社スマートフォン61.99%、Android系スマートフォン31.20%であり、PC環境でのアクセスは6.73%であった。この環境に関しては経年結果を追っているが、どの時点においても大きな変化が見られない。よって情報を主とした本サイトの性格上、情報提供基盤としてはスマートフォンを意識したものにするということ、主たる訴求層は18～44歳くらいが妥当であるということが改めて示されたが、スマートフォン世代でない層に対しても今後訴求を考えるべきであろうという課題も同時に提示されたものとする。

#### HPを訪問した人数、セッション数とページビュー(PV)数

医療に関するインターネット上のコンテンツは信憑性だけでなく倫理的にもその内容が問われる時代となり、医療コンテンツを扱うサイトについては淘汰される時代になってきていることを考慮して、記事内容の妥当性を常に意識した改定を継続した。月間を区切りとして基本情報を収集している。本HPを訪問した延べ人数は、基本的に緩徐に時間の経過とともに増加してきていたが、2018年8～10月くらいを期に、明確な理由がわからないまま顕著な伸びを示した。その後また2019年は4月から9月までのPVの伸びが停滞し、新記事投入も特に効果がなかったが、年末にかけて大きな伸びをみるようになった(図1)。セッション数(図2)とPV数は、月例ユーザー数(図3)とほぼ平行したような推移となっており、本HP内容が興味深く、色々なページを覗くという行動が発生するとセッション数が増えるため、2018年後半はセッション数の増加があまりなかった印象であるが、それと比較して2019年末はセッション数の顕著な伸びが示されている(図2)。セッション数/PV数はセッションつまり1アクセスに対してどれくらいページを閲覧するかの指標となることから、本サイトの性質上なるべく多数のページを見てから離脱するユーザーが増えることが望ましいが、2018年～2019年での推移でみると、概ね1.6ページくら

いの閲覧でユーザーが離脱することが伺える(図4)。サイト内を長時間回遊させることが大きな目標である。これはある程度内容を循環させるための導線を引くことで対応したいが、大きな変化が見られず比較的に低下傾向のみが目立っていることから推測すると、このサイトを用いたコンテンツ内容の大きな変化が必要である。

新規セッション数は任意の期間中にHPに初めて訪問したユーザーの全体のセッションに対する割合と定義される。ブログ系の新規ユーザーが集まりやすいサイトは、60%以上の新規セッション率が目安で、ツール系のリピーターが集まりやすいサイトは、50%弱以下の新規セッション率が目安ということになっている。現在の本サイトは新規セッション率が概ね90%くらいである(図5)。新規セッション率が高いのは、期間内新規ユーザーの誘導が多いということなので、SEOが成功している証拠とも考えられる。だが、本サイトに関しては、女性の加齢とともに女性の健康に関する問題は変化していくはずであり、本当はリピーターが増えてくれることが、新規ユーザー獲得のためにも極めて重要であることから、新規セッション数は減少しても良いはずかと考えている。直帰率はサイト内で1ページしかみないでサイトから離れるユーザー行動を指す。直帰率の一般的目安は40%前後と言われているが、サイトの性格によって正常値が異なる。本サイトの直帰率は全体的に高くなりつつある傾向が見て取れる(図5)が、直帰率が高くなる原因としては、ユーザーニーズとコンテンツの不一致、デバイスの最適化がされていない、導線が分かりにくい、といったことを示唆するものである。サイト上で直帰率が高過ぎるものもチェックはしているので、今後の改善に結びつけたい。

新規ユーザーとリピーターユーザーの比率の推移をみている(図6)が、2019年に入りリピーターが増えている傾向が見て取れた。eコマースなどでは理想的なリピーター:新規比率は2:8と言われており、2割の重要な顧客が8割の利益を生み出すと言われている、しかし、将来のことを考慮すると、リピーターは必要であろう。

### 自然検索流入と上位検索キーワードの分布

自然検索からの流入数が本サイトに到着するユーザーの大半であることを検討した(図7)。サーチエンジンはGoogleが最多で、以降Yahooに続き、その他の検索エンジンからの流入は極めて少ないことが、2016年以降、経年的に変化していないことが分かった。日本国内においてのサーチエンジンのシェア率はGoogleが75%、Yahooが15%くらい(参照：<https://gs.statcounter.com/search-engine-market-share/desktop/japan#monthly-201905-202005-bar>)といわれており、概ね妥当な数値と考えられた。上位検索キーワードについては2年分のフォローが出来ており、その結果を示す(図8)。多い言葉としては、「不正出血」、「BMI」、いわゆるチェック系記事、子宮内膜症、PMS/PMDDなどが挙げられることから、女性にとってありふれた疾患であり興味も高いものと推測できる。このような重点記事については、さらなる導線を設けるとサイト内回遊が増えることが推測出来るため、今後の参考になる。

### SNSからの流入

SNSからの流入に関して経年変化を追求した(図9)も推移が追えており、Facebookが76%を占めていることが分かった(図9)。日本における2017年時点でのSNS利用者数は7,216万人、2018年度は7,523万人、2020年末には7,937万人まで増加すると予測されているなか、日本でのSNSランキングはLINE、Twitter、Instagram、Facebook、TikTok、Pinterestである(参照：<https://www.digima-japan.com/knowhow/world/15722.php>)。世界的にはFacebookが圧倒的であり、日本で一位であるLINEはTop5ランキング入りすら出来ていないことを考慮すると、サイトアクセスの強化からいって、LINEに特化した流入方法や、Instagramのような画像から入る流入に対しても強化を考えても良いのではないかということが推測された。

### 男女・年齢別アクセスデータと男女、年齢層別人気ページ

2016年から2019年までの男女別訪問者と年齢層別の訪問者を示す(図10)。男性の順位は

色付きにしているのだからそこから容易に分かるように、基本的に男性の閲覧順位としては、若い順番に一致していると考えて概ね間違いはない。女性の上位に関しては必ずしも若い順ではないものの、45～54歳層での検討が目につく。男性の順位がほぼ不動であるのは、その年齢層の女性に接する機会が多いことから容易に推測出来る。高年齢層になればなるほどサイトを見たりしなくなることも無関係とは言えないであろう。男性は今後、プレコンセプションケア、つまり男性がカップルになった後に男性自身でどのような妊孕性を維持するために必要なことが出来るのかをみてもらうことが重要であると認識されるようになって久しいことを考える必要がある。

男女別の人気ページを検討してみた(図11)。性差は大きなものを認めないのと、両性においてチェック系の記事へのアクセスが高いことが分かる。以前の検討では訪問開始数はPV数と訪問数を考慮するとほぼ半分ということなので、チェックを入口として、多少の記事を参照している層がいることが伺われるということ想定していた。記事内容としては当たりといえるが、そこからの誘導を強化する手法をさらに見出してみたい。

年齢層別での人気ページについて検討したが、各年齢層における上位5位は以下ようになった(図12)。

#### 18～24歳

- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
- ・子宮筋腫チェック
- ・月経前症候群(PMS)/月経前不快気分障害(PMDD)チェック
- ・子宮内膜症チェック
- ・子宮筋腫チェック診断結果

#### 25～34歳(35.36%)

- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
- ・子宮筋腫チェック
- ・月経前症候群(PMS)/月経前不快気分障害(PMDD)チェック
- ・子宮筋腫チェック診断結果
- ・子宮内膜症チェック

#### 35～44歳(33.75%)

- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
- ・子宮筋腫チェック

- ・子宮筋腫チェック診断結果
  - ・月経前症候群 (PMS) /月経前不快気分障害 (PMDD) チェック
  - ・子宮内膜症チェック
- 45～54 歳 (13.49%)
- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
  - ・子宮筋腫チェック
  - ・早めの相談がカギ更年期に多い症状と病気
  - ・子宮筋腫チェック診断結果
  - ・更年期障害チェック
- 55～64 歳 (5.14%)
- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
  - ・子宮筋腫チェック
  - ・早めの相談がカギ更年期に多い症状と病気
  - ・膠原病全身性エリテマトーデス
  - ・BMI 測定
- 65 歳以上
- ・これって病気かな女性の病気セルフチェック
  - ・膠原病全身性エリテマトーデス
  - ・「胸が苦しくなったり動悸がしたりして困っています」
  - ・BMI 測定
  - ・子宮筋腫チェック
- 年齢層ごとに標的となるページが大きく変化するのは興味深い。55 歳以上にリーチできる記事の開発が急務かも知れない、という予想は出来る。

### 都道府県別訪問数

グーグルアナリティクスを用いると、その端末が日本におけるどこの都道府県においてアクセスしたのかが分かる。2016 年以降のもので検討してみた (図 13) が、人口を加味しないとアクセスの率に関して検討出来ないことから、直近の 2019 年データについて、人口による補正をしてみた。訪問率が圧倒的に高いのは東京都と大阪府であり、医療体制の充実度合いとの兼ね合いもあるものかと推測できた。神奈川県と愛知県は人口も多いが訪問数の率も高いことが分かる。意外だったのは、関東においても訪問数の偏在が見て取れ、例えば千葉県は人口としては全国でも 6 位であるが、アクセス率でいうと全国でも相当低いレベルに有ることが分かる。また地方都市は一般的にアクセス率が高いとは言えないことから、知識啓発の重

点標的として最適である自治体が推測出来る可能性が考えられた。これを反映してか、エリア別の人気ページについては、ほぼどの地域においても人気ページが変わらないことが示唆された (図 14)。データとしては、都道府県ごとのアクセス率を見たほうが良いかと思われ、今後の記事作りの参考になる。

### 2) 多診療科連携による「女性の健康包括的支援のための診療ガイドブック」刊行

多種多様な女性の健康が問題はその多くが産婦人科学の範疇に属するが、女性特有の内科的、小児科的、整形外科的および精神科的問題も存在する。これからの統合的な女性診療を構築する上での基盤となるモデルとしてその拠り所となる資料の作成が必要であった。女性診療をおこなう上で、本邦および海外においてもそもそもガイドラインは存在しないこと、文献的によってガイドラインを作成することは困難であると判断したため、診療ガイドブックを作成することとし、「保険・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援のための研究」(荒田尚子班長 国立成育医療センター 周産期・母性診療センター 母性内科) 研究班からも一部寄稿をもらい、「女性の健康包括的支援のための診療ガイドブック」という名称で 2019 年 3 月に発刊、配布するに至った。「日本産科婦人科学会 (会員数約 16000) を中心に、学校教育に携わる保健師、教師、母性内科学会会員などへの配布を既に終了させている。他には、第 92 回日本内分泌学会学術集会 (2019 年 6 月仙台市)、第 20 回日本内分泌学会関東甲信越支部学術集会 (9 月港区)、第 57 回全国大学保健管理集会 (2019 年 10 月 札幌市)、第 23 回日本摂食障害学会学術集会 (2019 年 11 月小平市) でガイドブックの頒布を行い、2020 年 3 月 21～22 日開催予定の第 34 回日本助産師学会学術集会 (新潟市) は新型コロナウイルス感染症のため Web 講演になったが、希望者にガイドブックを送付した。初稿の校正を終えたため、HP 上での配布を eブックの形でおこなった。

(<https://w-health.actibookone.com/content/detail?param=eyJjb250ZW50TnVtJjoyNzglMn0=&detailFlg=0>)

文字の検索機能、付箋が付けられる、など、ユーザーの視点に立った機能を付加しているため、今後のアクセス数を解析する必要があるものと考えられた。

### 3) 健康支援教育プログラムと健康相談員の養成を目的とした eラーニングシステム構築

日本産科婦人科学会の協力のもと、日本産科婦人科学会が事業としておこなっていた、思春期から更年期・老年期まで一生を通した「女性のヘルスケアアドバイザー」養成用の資料を用いて本 HP に使うため簡単な改変をし、内容を多診療科的に拡大することにより、看護師、保健師、教師、企業の健康関連相談窓口担当者など、若年から中高年、老年期にいたるまでの健康支援関係者などが、女性のヘルスケアアドバイザーとして活躍できるようにし、女性の健康増進・向上に役立てることとした。テストページの設置は完了し、現在供覧できる状態である。テストページは以下の手順でログイン出来る。

#### ■フロントページ

URL : <http://stg.w-health.jp/elearning/>

上記アクセス後、ID と PASS を求められるので、ログイン画面で下記を入力してログイン

ID : 958371

PASS : testtest

項目は以下のようになっており、女性の健康の知識を習得するために幅広い内容となっている。現在これらについては、テスト問題を設定しているので、ほぼ換装している状態である。ログインすると、全部で 4 箇所に区切られた eラーニングが見られる。今回研究期間において新たな eラーニングコンテンツとして、「腰痛」、「骨粗鬆症」、「血管運動神経障害」、「動脈硬化」、「働く女性のメンタルヘルス」と題したコンテンツを作成した。

それぞれに対して、理解度チェックのため全 10 問の Q&A を作成した。

今後毎年または 2 年おきくらいを目安にコンテンツの入れ替えを図るつもりにしており、2020 年度には大幅改定をおこなう予定にしている。「女性のヘルスケアアドバイザープログラム」は日本産科婦人科学会から日本女性医学学会へと所管が移ったので、日本女性医学学会教育委員会関係者と連携を取りながら、新たな

ページに改定し、記事の方も増やしていく予定である。また、設定項目に関してはガイドブックとの整合性を取るため、2020 年度には作業に着手する予定である。

### 4) 女性の健康維持実地例収集

2019 年度には女性健康維持の実地例収集として、なでしこ銘柄企業を中心に行った企業調査に続き、地方自治体を対象とした調査を企画した。茨城県総務部人事課および八王子市役所総務部職員係に調査依頼を行なったが、事例収集を行うには至らなかった。茨城県においては、人事課に調査を依頼していたが、調査内容が多岐にわたるため複数部署に及んでしまうことが要因であった。八王子市役所は、市民への子宮がん検診において先進的な取り組みを行っているが、市役所職員は八王子市外から通勤しているものも多く、職場検診としては特徴があるわけではないとのことだった。

#### D. 考察

HP として今後必要なこととしては、一般女性、医療従事者、女性の健康相談員（仮称）全ての層において継続的に満足が得られるようなサイトに本 HP を育てることであるが、継続的な記事の更新だけでは不十分である可能性が高く、新しいコンテンツ、若年層にも響くアンケート、質問などの類を用意して、それらをアップロードすることも重要であると我々は考える。そのためにも色々見聞を深めることで最新の情報を入手し、検索条件のトップヒットを継続するようにしたい。また、それも踏まえて考えると、次に必要なのは本 HP を元にした双方向性の相談体制を確立することと推測される。

女性の健康特性を十分に検討した上で、多診療科にまたがった網羅的な記事を作り込むことにより、健康包括的支援に関する情報提供を効率的に行う HP が完成し、今年度に入り本 HP の世間の認知度も飛躍的な上昇を認めるに至った。よって本 HP を元に、ソースとして十分信頼に足る、内容としても確固とした情報を、若年層女性を中心に提供することが可能になったため、女性の健康の包括的支援のための基盤は構築されるに至った。リーチ出来ている主

な層は若年層女性であることから、中長期的にみると、その世代にアプローチ出来ていることは、最終的には日本全体でのヘルスリテラシーを向上させることには繋がる。ただし最終的に浸透が完成するまでには相当な時間がかかることが容易に予想されるため、長期的視野にたつて HP の維持および更新をしなければいけないことが予想される。

定着した固定ユーザーを HP に訪問してもらうためには記事内容の更新が必須である。記事の更新は SEO 対策としても重要であるが、女性の健康に関する話題はいつも最新のものがあるわけではない。また、多くのサイトがそうであるように双方向性は重要であるが、これまでのヘルスケアラボにはその部分がなかった。それを打開する試みとして「ヘルスケアラボ 健康相談窓口」というコーナーを作成してみた。何点か重要な質問は来たので意義はあるだろうが、そもそも多くの質問を受け付け、それに対する応答を反復することには無理がある。HP として今後必要なこととしては、女性の健康相談員（仮称）を継続的に育成することであるがそのためにはヘルスリテラシーの向上が第一義である。HP の継続的な記事の更新だけでは不十分であるため、柔軟なニーズの拾い上げが必須である。さもないと新しいコンテンツ、若年層にも響くアンケート、質問などの類を用意出来ないため、見聞を深めることで最新の情報を入手し、検索条件のトップヒットを継続するようにしたい。

次に必要なのは本 HP を元にした双方向性の相談体制を確立することと推測される。このホームページではリンク機能も活用して各種の“女性の健康”に関する情報を統合するだけでなく、e-learning 機能、アンケート機能など多彩な機能を持たせ、後に記載する相談支援体制などにおいても双方向性のツールとして活用することが望ましい。先述のように新しい記事の投下だけでは限界がある。HP はアクセス記録などを追跡することが可能であるため、毎月のアクセス記録から、受け手のニーズを拾い上げて、改善に繋げる作業を持続的に行なう必要性が改めて認識された。また、男性層への定着がある程度存在することが伺えた。男性層へのアプローチをする最初の一步としてはプレコンセ

プションケアを切り口にしたものが挙げられよう。2020 年度における活動に参考としたい。

## E. 結論

従来の女性の健康に対する医療的なアプローチ（女性医療）は、女性を診るという観点から産婦人科に属する情報が強調されすぎていたり、女性医師が女性であるという属性のみが強調され、女性の視点で診察を入念におこなうことのみにより達成可能であるという、ハードルの高い概念が強調されたりと、本来女性の生理学的病態を把握し、性差を意識した診療をすればよいはずのことが、いささか誤解されて流布していたきらいはある。

我々は、多診療科にまたがる班員の智慧を動員することで、確固たる情報源と事実に基づいた医療情報を提供し、その上で医学的介入が必要な女性に対し適切なアドバイスを提供する、その上で受診勧奨をするという、「何でもかんでもまずは受診をしましょう」という誤った医療費上昇のみもたらす考え方とは一線を画した医療情報提供がまずは重要であると提案する。それが達成できれば、その女性に応じた適切な医療介入が進み、疾患に対する適切なアプローチがなされ、月経関連疾患によるアブセンティズム、プレゼンティズムをも克服でき、女性をこれまで以上に活用・登用した経済活動が促進されるため、一億総活躍社会の達成に一役買うことが出来るものと推測している。

また HP を基盤とした健康相談可能な医療従事者の育成が行われるようになれば、女性の健康包括的支援のための相談体制が確保される。将来的に対象を医療従事者以外の学校保健に携わる教員などにも範囲を拡張出来れば、さらに本 e ラーニングの有用性と重要性は高まるものと考えられる。

本 HP は継続的に幅広い層からのアクセスを得ていることから、その有用性には疑いはない。また、HP の特性として、アクセスする人物像、アクセス記録などは経時的に追跡することが可能であるため、傾向を解析して受け手のニーズを可能な限り拾い上げることが推察されるだけでなく、今後更に研究に用いることも可能である。アクセス記録などの解析で得られる HP 関連情報をもとに、「多診療科連携による

女性診療モデル」として対面診療だけではないものを構築し、結果として日本全体の女性医療の水準を上げることに貢献する必要がある。このような事業は、最終的に医療法整備、経済活動への展開という好循環に至る可能性があるため、今後も本研究を継続する必要性があらためて認識された。我々の活動は、HP に掲載してある情報をベースとして、ガイドブック、eラーニング教材などの周辺教材を複合的に活用して女性の健康を支えることが目標である。医療に関連した人、一般人の中でも女性の健康に携わる機会の多い人達に対する啓発を進めていくことが第一義である。HP を基盤とした健康相談は、直接的なものをまずは試してみた。相談は受付可能であるが、回数なども考慮すると直接的なものには限界があると考え。しかし相談可能な人々の育成が行われるようになれば、女性の健康包括的支援のための相談体制が確保されるため、一般人におけるヘルスリテラシーの向上を図ることが差し当たって必要である。本 HP は継続的に幅広い層からのアクセスを得ていることから、その有用性は示されていると考える。また、HP の特性として、アクセスする人物像、アクセス記録などは経時的に追跡することが可能であるため、傾向を解析して受け手のニーズを可能な限り拾い上げることが推察されるだけでなく、今後更に研究に用いることも可能である。アップデートされた最新内容のホームページの公開により、教育内容をeラーニングで習得した健康相談員などが積極的に地域住民を教育・啓発することにより、女性の心身の健康についての意識と理解が高まることが期待される。女性の健康維持に携わる人達を標的としたeラーニングシステムの実装を完了したので、将来的に教育対象を医療従事者以外の学校保健に携わる教員などにも範囲を拡張出来れば、さらにeラーニングの有用性と重要性は高まるものと考えられる。また、アクセス記録などの解析で得られる HP 関連情報をもとに、「多診療科連携による女性診療モデル」として対面診療以外のものを最終的にはオンライン診療のようなものにまで昇華させ、結果として日本全体の女性医療の水準を上げることに貢献する可能性がある。このような事業は、最終的に医療法整備、経済活動への展開

という好循環に至る可能性がある。このような事業は、最終的に医療法整備、経済活動への展開という好循環に至る可能性があるため、今後も本研究を継続する必要性があらためて認識されたが、さらなる展開として、HP を活用した新たな視点でのアンケート研究をおこなうことも情報収集として必要である。

#### F. 健康危険情報

特になし