

令和5年度厚生労働科学研究費補助金（女性の健康の包括的支援政策研究事業）  
総括研究報告書

保健・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（21FB1001）

研究代表者 荒田尚子 国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科  
診療部長

研究分担者 高松 潔 東京歯科大学病院 産婦人科学 教授

研究分担者 西岡笑子 順天堂大学 保健看護学部 看護学科看護学科 教授

研究分担者 片井みゆき 政策研究大学院大学 保健管理センター 教授

研究分担者 高橋幸子 埼玉医科大学 医療人育成支援センター 地域医学推進センター  
助教

研究分担者 山本精一郎 静岡社会健康医学大学院大学 社会健康医学研究科 教授

研究分担者 武藤香織 東京大学 医科学研究所 教授

研究要旨：

**1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成～女性の健康の「みえる化」～（研究代表者 荒田 尚子）**

地域別に観察できる2つの調査（国民健康栄養調査（国調）及び国民生活基礎調査（基調））を用い保健・医療・教育機関・産業等の各専門家がシームレスな連携可能な健康教育、相談体制構築をそれぞれの地域に沿って行うための資料を「みえる化」した。対象は20～69歳までの女性とし、国調は平成20年（2008）～令和元年（2019）の12年間（N=50,338）、基調は令和4年（2022）単年（N=21,957）のデータを用い、BMI平均、やせ・肥満の頻度、朝食欠食に関する状況、歩数平均、運動習慣を集計しMicrosoft Excelのマップ機能を用い日本地図上に色分けし、視覚化した。BMI平均は石川県と奈良県が19.7と最低値であり、20代やせは石川県が高頻度37.3%、肥満は和歌山県が高頻度18.5%であった。朝食欠食に関する状況は、20代の高頻度は香川県（39.1%）、20代の1日の活動量（歩数）高値は神奈川県（8,341歩）であり、運動習慣の高頻度は岡山県（50.7%）であった。都道府県別の年代別の集計は、女性の健康に関わる地域格差の課題を示す結果を視覚的に示し、地域後ごとの問題点の改善のためには、女性の年代ごとのデータ収集と分析が重要である。

**2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5歳～8歳）（研究代表者 荒田 尚子）**

これまでに開発した健康教育プログラムプロトタイプを用いて、5歳～8歳（レベル1）を対象とした包括的性教育に関する授業を実施し、健康に対して学習した内容を明らかにすることで、健康教育プログラムプロトコルの効果を検証した。本教育プログラムの受講により、小学校低学年向け講座では家族や周りの人について、プライベートゾーンについて、

こころとからだの成長について、得点の有意な上昇が見られた。また、からだところの安全について、男の子と女の子のからだの違いについて、命の繋がりについても、有意差は見られなかったものの、得点は上昇傾向にあった。未就学児向け講座においては、家族や周りの人について、からだところの安全について、プライベートゾーンについてのすべてにおいて得点の有意な上昇が認められ、質的データからも学習のねらいに設定したカテゴリーが抽出された。本研究で開発された教育プログラムの受講により、リッカート尺度での得点の有意な上昇、ならびに質的データからも学習のねらいに設定したカテゴリーが抽出され、受講による学習の効果が確認された。

### **3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）**

性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査・解析を行うことにより、女性の健康支援を行うための基礎データを明らかにするために、令和3～4年度の先行調査結果から得られた現状と課題に基づき、学生生活において新型コロナウイルス感染症の影響を最も受けたと思われる大学4年生への質問調査を実施した。質問調査票の回答結果を解析し、現状の把握、問題点の整理、課題の抽出等を行い、学部学生の心身の健康状態の「性差」および各性別におけるコロナ前後の健康状態の比較検討を行った。回答数は300(男性146、女性150、答えない2、その他2)。心身の健康状態に関して「性差」が見られた項目は、「ステイホームから授業開始になり悩みやストレス」C期(コロナ以降 第2期：2022年3月～2023年3月)であり、女性が男性より強く感じていた。心身の健康状態に関して、男性、女性ともに、学業や進路、人生に関する不安やとまどい、昼夜逆転など生活リズムの乱れ、新しい友人を作ることの悩み、気持ちの落ち込み・うつ傾向、睡眠の問題がコロナ禍で増加しており、女性は「SNSの利用時間が増えて、生活リズムの乱れ」「オンライン講義、自宅学習によって、夜に勉強するようになり、生活リズムの乱れ」が男性より多く、「対人関係の問題から気持ちが落ち込んでしまう」を男性より多く挙げた。食べることにする悩みや変化、メンタル面の問題から食べることに影響は、女性のみコロナ禍で増加した。メンタル不調の「表現型」に性別の差が見られる傾向があり、女性では摂食障害の発症、男性では睡眠の問題が指摘された。男性、女性ともに、コロナ禍で増加したメンタル不調や生活リズムの乱れがコロナ以降も継続しており、改善できていない実状が指摘された。今後、大学保健においても学生の属性や性別、生活環境を考慮した対応の必要性が示されるとともに、「性差の視点」導入の必要性・重要性が示唆された。

### **4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑子 高橋幸子）**

国際連合教育科学文化機関（UNESCO）が定める「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」（以下「ガイダンス」）に基づき日本の実情に合わせて作成したまなブックを使用して包括

的性教育を実践し、その効果や今後の課題について明らかにすることである。令和 5 年度は、第二段階として、①私立中高一貫女子校 高校 1 年生、高校 3 年生、②公立小学校 1 校（4 年）、中学校 1 校（1 年生、3 年生） ③公立高校 1 校（1 年生） に対して行った。①当該高校保健体育科の教諭が作成した指導案をもとに保健体育の授業において、まなブックを教材として用いて授業を行った。その結果、独自に作成した知識得点は、授業前と授業後、授業前と授業終了後 2 か月後のいずれの時点においても、有意に得点が上昇していた。一方、CCHL 得点 RSES 得点は、授業前と授業後、授業前と授業終了後 2 か月後のいずれの時点においても、有意な得点の変化はみられなかった。まなブックを使用して授業を行った教諭に対し、グループインタビューを行った。結果、①中高一貫女子校で実施したことによる特殊性により一般化に限界があるものの、まなブックを使用したことにより、まなブック使用前とは異なる授業展開も行われていた。今年度で本研究班による実証研究は終了となるが、今後も、本研究班での成果物であるまなブックを使用した包括的性教育の普及に努めていく予定である。

#### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究 ―女性への健康支援の観点から― （研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

本研究では、新型コロナウイルス感染拡大前後の心身の健康状態の悪化傾向を包括的に把握し、悪化傾向がみられる本人・家族の属性（家族構成、就労状況、経済状況）や、新型コロナウイルス感染症拡大による生活・就労面での変化を女性 2 万人の全国インターネット調査により把握し、健康面での支援が必要な属性の詳細を明らかにすることを目的とする。今年度 2024 年 3 月に調査を行った。粗解析として、主にコロナによる変化について集計を行った。調査の結果、コロナ前後で 20%以上の者に変化があった項目は、月額の手取り給料の減少(20.2%)、貯蓄額の減少(25.9%)、在宅時間の増加(23.8%)、運動量の減少(24.4%)、座っている時間の増加(26.1%)、配偶者と過ごす時間の増加(20.7%)、家事をする時間の増加(21.8%)、自炊する回数の増加(22.2%)、外出頻度の減少(34.5%)などであった。これらの変化は昨年度の調査に比べて、減る傾向にあった。健康状態については、コロナ後に体の健康状態が悪くなったと答えた者は 24.6%、心の健康状態が悪くなったと答えた者は 26.4%であり、特に心の健康状態が昨年度に比べて改善した。健康状態がよくなったと答えた者は数パーセントであった。感染拡大を受け、仕事や生活の中で良くなったなど感じることもについて尋ねたところ、もっともよくなったと答えた割合が多かった項目は、健康に対する意識が高まった(28.2%)、次に生活を見直すきっかけになった(19.3%)、人生や将来を見直すきっかけになった(13.3%)、家族間のつながりが強くなった(13.0%)であった。特にないと答えた者は 40.8%であった。昨年度も同様の項目を尋ねたが、全体の傾向としては、感染拡大前に回帰する傾向が見られたが、いまだ大きな変化があったことが確認された。今後は、3 年間の調査を継続的に解析し、特にシングルマザー、若年女性、世帯収入の低い女性、などといったサブグループ毎に関連する要因を調べることによって、新型コロナ感染が心身の健康状態の変化にもたらした影響の構造を調べ、支援の在り方に対する情報を得ることとしたい。

## 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全員）

同班の前班（令和2年度「保健・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班（研究代表者：荒田尚子）」）および令和3年度において作成された、女性の健康教育と包括的な保健・医療・教育機関・産業等の各支援者養成のためのテキストブック、支援者用動画、実際の支援の際に使用するリーフレットやパンフレットなどのコンテンツを収録した、プラットフォームとなるウェブサイト「まるっと！女性の健康教育プログラム」を基に、同プログラムを改訂・再構築し、実際に、保健・医療・教育機関・産業等の場で適切な教育や支援を提供する実証を行いながらさらに改訂し、アフタコロナ・ウイズコロナの新しい日常において、女性自身が各ライフステージで直面する様々な健康リスクの回避や対処が行えるように保健・医療・教育機関・産業等の場で適切な教育や支援を提供する支援者のためのプラットフォームを令和5年度に完成させた。さらに、同プログラムを使用する際の手引き書を作成した。

研究協力者

堀江 早喜 国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科 臨床研究員

三戸 麻子:国立成育医療研究センター 周産期・母性診療センター 母性内科 医師

中村 雅子 スマートキッズ研究所所長／国立成育医療研究センター 周産期・母性診療センター 母性内科 臨床研究員

鈴木 瞳 国立成育医療研究センター 周産期・母性診療センター 母性内科 研究員

森 瑞貴 政策研究大学院大学 片井研究室 研究員

木下 千栄子 政策研究大学院大学 片井研究室 研究員

加藤 透子 政策研究大学院大学 片井研究室 研究員

田中 ゆり 政策研究大学院大学 保健管理センター 保健師

黒山 湖子 埼玉医科大学 研究補佐

野津 有司 筑波大学名誉教授（レベル 2 教材監修）

大竹 詩乃 順天堂大学 業務委託

荒木 隆一郎 埼玉医科大学 非常勤講師

今野 淳一 桐朋女子中学・高等学校 校長

吉川 陽大 桐朋女子中学・高等学校 保健体育科教諭 他 11 名

小峰 大吾 坂戸市立城山小学校・中学校 校長

五十嵐 碧 坂戸市立城山小学校教諭

小田 怜子 坂戸市立城山中学校保健体育教諭

廣本 義成 坂戸市立城山中学校保健体育教諭

村木 宗徳 鉦路市立北陽高校 校長

## A. 研究目的

1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成～女性の健康の「みえる化」～（研究代表者 荒田 尚子）

ホームページ等でアクセス可能な情報では、女性の健康指標について、年代別、都道府県別の 20～30 歳代の女性のデータが不十分であった。国民健康栄養調査（国調）の複数年分と国民生活基礎調査（基調）の複数年分データを合算し、都道府県別、年代別の女性の健康に関するデータを「みえる化」することを目的とした。

2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5 歳～8 歳）（研究代表者 荒田 尚子）

これまでに開発した健康教育プログラムプロトタイプを用いて、国際セクシュアリティ教育ガイダンスのレベル 1（5 歳～8 歳）を対象とした、包括的性教育に関する授業を実施し、健康に対して学習した内容を明らかにすることで、健康教育プログラムプロトコルの効果を検証することを目的とした。

3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）

性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査・解析を行うことにより、女性の健康支援を行うための基礎データを明らかにすることを目

的とした。

#### 4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑子 高橋幸子）

国際連合教育科学文化機関 (UNESCO) が定める「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」(以下「ガイダンス」) に基づき日本の実情に合わせて作成したまなブックを使用して包括的性教育を実践し、その効果や今後の課題について明らかにすることである。

#### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究－女性への健康支援の観点から－（研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

本研究では、新型コロナウイルス感染拡大前後の心身の健康状態の悪化傾向を包括的に把握し、悪化傾向がみられる本人・家族の属性(家族構成、就労状況、経済状況)や、新型コロナウイルス感染症拡大による生活・就労面での変化を女性2万人の全国インターネット調査により把握し、健康面での支援が必要な属性の詳細を明らかにすることを目的とする。プライマリ・エンドポイントは、コロナ下における調査時点の身体的な健康状態（主観的評価及び身体的有訴数の変動）、および精神的な健康状態（ストレス原因の変化）とした。

#### 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全

員）

アフタコロナ・ウイズコロナの新しい日常において、女性自身が各ライフステージで直面する様々な健康リスクの回避や対処が行えるように、女性の健康を横断的・予防医学的に教育・支援することが重要である。保健・医療・教育機関・産業等の各支援者養成の場で、シームレスな健康教育と包括的かつ適切な教育や支援を提供する支援者のためのプラットフォームを完成させることが目的である。

#### B. 研究方法

##### 1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成～女性の健康の「みえる化」～（研究代表者 荒田 尚子）

国調および基調各調査票の二次利用申請を行い、国調は平成20年(2008)～令和元年(2019)の12年間(N=50,338)、基調は令和4年(2022)単年(N=21,957)のデータを用いて20～69歳までの女性のBMI平均、やせ・肥満の頻度、朝食欠食に関する状況、歩数平均、運動習慣を集計しMicrosoft Excelのマップ機能を用い年代ごとに日本地図上に色分けし、視覚化した。

##### 2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5歳～8歳）（研究代表者 荒田 尚子）

小学校低学年向けの講座と、未就学児の親子向けの講座にて実施された。小学校低学年向けには、東京都内のSTEAM教育講座（親子対象の夏期講座）と、2つの小学校の授業にて行われた。未就学児の親子を対象

とした親子講座は、東京都内にある自治体による教育施設と、2つの保育園にて行われた。研究参加者は、これらの講座に参加し、同意が得られた者を対象者とした。教育の内容は、国際セクシュアリティ教育ガイダンスにおける、1. 人間関係、2. 価値・権利・文化・セクシュアリティ、3. ジェンダーの理解、4. 暴力と安全の確保、5. 健康と幸福のためのスキル、6. 人間のからだの発達、7. セクシュアリティと性的行動、8. 性と生殖の健康の8項目を取り入れた。また、未就学児が対象である親子講座では、1. 人間関係、2. 価値・権利・文化・セクシュアリティ、3. ジェンダーの理解、4. 暴力と安全の確保、5. 健康と幸福のためのスキルの4項目を取り入れた。学習への効果はリッカート尺度4段階で評価した。

### 3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）

令和3～4年度の先行調査結果から得られた現状と課題に基づき、学生生活において新型コロナウイルス感染症の影響を最も受けたと思われる大学4年生への質問調査を実施した。質問調査票の回答結果を解析し、現状の把握、問題点の整理、課題の抽出等を行い、学部学生の心身の健康状態の「性差」および各性別におけるコロナ前後の健康状態の比較検討を行った。

### 4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑

### 子 高橋幸子）

令和5年度は、第二段階として①私立中高一貫女子校 高校1年生、高校3年生、②公立小学校1校（4年生 児童約20名）、中学校1校（中学1年・3年約45名）、③公立高校1校（1年生198名）に対して行った。当該高校保健体育科の教諭が作成した指導案をもとに保健体育の授業において、まなブックを教材として用いて授業を行った。その結果、独自に作成した知識得点は、授業前と授業後、授業前と授業終了後2か月後のいずれの時点においても、有意に得点が上昇していた。一方、伝達的批判的ヘルスリテラシー尺度であるCCHL得点、Rosenberg自尊感情尺度日本語版であるRSES得点は、授業前と授業後、授業前と授業終了後2か月後のいずれの時点においても、有意な得点の変化はみられなかった。まなブックを使用して授業を行った教諭に対し、グループインタビューを行った結果、まなブックを使用したことにより、まなブック使用前とは異なる授業展開も行われ効果がみられた。

### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究 ―女性への健康支援の観点から―（研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

ネットリサーチ会社に登録しているモニター20歳以上79歳以下を対象とした。令和2年度の調査では、心身の健康状態が悪くなったものをケース、悪くならないものをコントロールとし、インターネット調査のモニターから対象者の属性を比較することにより、心身の健康状態が悪くなっ

た集団の属性の把握を試みる断面研究として、ケース・コントロールサンプリングを行い、10,000名に対し調査を行った。令和3年度以降は、継続調査として、心身ともに悪化した人の割合の推移がわかるようにするために、人口・属性構造に合わせた（もしくはその推定ができるような）サンプリングを行った。

## 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全員）

令和3年度にオープンさせた、女性の健康を横断的・予防医学的に教育・支援するためのプラットフォームとなるウェブサイト「まるっと！女性の健康教育プログラム」（URL:<https://marutto-woman.jp/program/>）を基に、同班で作成した8～12歳、12～15歳、15～18歳の実際の支援の際に使用するリーフレットやパンフレット、指導書案を追加し、実際に、保健・医療・教育機関・産業等の場で適切な教育や支援を提供する実証を行いながら改訂した。さらに、「まるっと！女性の健康教育プログラム」を活用するための、「保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援に向けた手引書（初版）」を作成した。

（倫理面への配慮）

倫理面の配慮の必要な研究は各施設における倫理審査委員会の承認を得て行った。18歳未満の対象者には保護者の説明と同意の上文書による承諾を得、7歳以上の対象者にはわかりやすく説明し口頭によるアセントを得て実施した。

## C. 研究結果

### 1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成 ～女性の健康の「みえる化」～（研究代表者 荒田 尚子）

BMI平均は石川県と奈良県が19.7と最低値であり、20代やせは石川県が高頻度37.3%、肥満は和歌山県が高頻度18.5%であった。朝食欠食に関する状況は、20代の高頻度は香川県（39.1%）、20代の1日の活動量（歩数）高値は神奈川県（8,341歩）であり、運動習慣の高頻度は岡山県（50.7%）であった。

### 2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5歳～8歳）（研究代表者 荒田 尚子）

小学校低学年は84名、未就学児は56名とその保護者を対象にプログラムを実施した。小学校低学年向け講座では家族や周りの人について、プライベートゾーンについて、こころとからだの成長について、得点の有意な上昇が見られた。また、からだところの安全について、男の子と女の子のからだの違いについて、命の繋がりについても、有意差は見られなかったものの、得点は上昇傾向にあった。未就学児向け講座においては、家族や周りの人について、からだところの安全について、プライベートゾーンについてのすべてにおいて得点の有意な上昇が認められ、質的データからも学習のねらいに設定したカテゴリーが抽出された。

### 3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・

#### 保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）

回答数は300(男性146、女性150、答えたくない2、その他2)。心身の健康状態に関して「性差」が見られた項目は、「ステイホームから授業開始になり悩みやストレス」C期(コロナ以降 第2期：2022年3月～2023年3月)であり、女性が男性より強く感じていた。心身の健康状態に関して、男性、女性ともに、学業や進路、人生に関する不安やとまどい、昼夜逆転など生活リズムの乱れ、新しい友人を作ることの悩み、気持ちの落ち込み・うつ傾向、睡眠の問題がコロナ禍で増加しており、女性は「SNSの利用時間が増えて、生活リズムの乱れ」「オンライン講義、自宅学習によって、夜に勉強するようになり、生活リズムの乱れ」が男性より多く、「対人関係の問題から気持ちが落ち込んでしまう」を男性より多く挙げた。食べることにする悩みや変化、メンタル面の問題から食べることにへの影響は、女性のみコロナ禍で増加した。メンタル不調の「表現型」に性別の差が見られる傾向があり、女性では摂食障害の発症、男性では睡眠の問題が指摘された。

#### 4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑子 高橋幸子）

独自に作成した知識得点は、授業前と授業後、授業前と授業終了後2か月後のいずれの時点においても、有意に得点が上昇していた。一方、CCHL得点RSES得点は、授業

前と授業後、授業前と授業終了後2か月後のいずれの時点においても、有意な得点の変化はみられなかった。一方で、教諭の授業展開の方法に変化が生じた。

#### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究－女性への健康支援の観点から－（研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

女性20,000人の回答を得た。コロナ前後で20%以上の者に変化があった項目は、月額の手取り給料の減少(20.2%)、貯蓄額の減少(25.9%)、在宅時間の増加(23.8%)、運動量の減少(24.4%)、座っている時間の増加(26.1%)、配偶者と過ごす時間の増加(20.7%)、家事をする時間の増加(21.8%)、自炊する回数の増加(22.2%)、外出頻度の減少(34.5%)などであった。これらの変化は昨年度の調査に比べて、減る傾向にあった。健康状態については、コロナ後に体の健康状態が悪くなったと答えた者は24.6%、心の健康状態が悪くなったと答えた者は26.4%であり、特に心の健康状態が昨年度に比べて改善した。健康状態がよくなったと答えた者は数パーセントであった。

感染拡大を受け、仕事や生活の中で良くなったなど感じることもについても尋ねたところ、もっともよくなったと答えた割合が多かった項目は、健康に対する意識が高まった(28.2%)、次に生活を見直すきっかけになった(19.3%)、人生や将来を見直すきっかけになった(13.3%)、家族間のつながりが強くなった(13.0%)であった。特にないと答えた者は40.8%であった。

## 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全員）

令和3年度に作成したものに加え、8～12歳、12～15歳、15～18歳の支援の際に使用するリーフレット・パンフレット、指導書案を追加し、実際に、保健・医療・教育機関・産業等の場で適切な教育や支援の例を提示した。尚、18歳～40歳の成熟期年代のリーフレットや指導のためのコンテンツに関しては、令和2～4年度厚生労働科学研究費補助金成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業（健やか次世代育成総合事業）『生涯を通じた健康の実現に向けた「人生最初の1000日」のための、妊娠前から出産後の女性に対する栄養・健康に関する知識の普及と行動変容のための研究』班（研究代表者 荒田尚子）で作成されたプレコンセプションケアのためのコンテンツ「プレコンノート」（リーフレットおよびウェブコンテンツ）（URL：<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/preconnote/>）へのリンクも行った。「まるっと！女性の健康教育プログラム」を活用するための、「保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援に向けた手引書」（添付）は、ウェブコンテンツの内容を活用し現場での5歳からのシームレスな女性の健康支援を行えるよう、より若い年代への指導に重点を置けるように初版を作成した。

### D. 考察

#### 1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成 ～女性の健康の「みえる

#### 化」～（研究代表者 荒田 尚子）

日本における地域別及び年代別女性のBMI平均、やせ・肥満の頻度、朝食欠食に関する状況、歩数平均、運動習慣のみえる化を行った。12年分の国調データを用いても20代女性の回答者数が少なかった。女性の健康に関わる地域格差の課題を示す結果を視覚的に示すことができた。今後、都道府県、市区町村レベルの課題に着目したデータ収集および分析することが重要である。

#### 2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5歳～8歳）（研究代表者 荒田 尚子）

リッカート尺度を用いた評価においても、多くの項目において得点の有意な上昇が認められ、質的評価においても学習目的に置いた項目が、学んだ内容として抽出されており、教育プログラムによる学習効果が確認された。講義の中に「対話」や「参加」を多く取り入れる事に重点を置き、子どもたちが、体験を通しながら学んだり、保護者との対話を通して、実体験と関連させたりしながら講義を受講できたことで、教育内容の理解が促されたのだと考えられた。

#### 3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）

男性、女性ともに、コロナ禍で増加したメンタル不調や生活リズムの乱れがコロナ以降も継続しており、改善できていない実状が指摘された。今後、大学保健においても学生の属性や性別、生活環境を考慮した対応

の必要性が示されるとともに、「性差の視点」導入の必要性・重要性が示唆された。

#### 4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑子 高橋幸子）

知識は改善したが、伝達的批判的ヘルシリテラシーと自尊感情の改善はみ止められなかった点が課題である。一方で、教諭の授業展開の方法に変化が生じた

#### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究－女性への健康支援の観点から－（研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

全体の傾向としては、感染拡大前に回帰する傾向が見られたが、いまだ大きな変化があったことが確認された。今後は、3年間の調査を継続的に解析し、特にシングルマザー、若年女性、世帯収入の低い女性、などといったサブグループ毎に関連する要因を調べることによって、新型コロナ感染が心身の健康状態の変化にもたらした影響の構造を調べ、支援の在り方に対する情報を得ることとしたい。

#### 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全員）

シームレスな女性の健康教育と包括的な保健・医療・教育機関・産業等の各支援者養成のためのプラットフォームとなるウェブ

サイト「まるっと！女性の健康教育プログラム」を作成したが、そのコンテンツの図表の著作権の問題、新しい情報への継続的な更新作業、セキュリティの課題、持続可能なシステムの構築など多くの課題が明らかになった。令和4年度には同システムを使用し、各分野の支援者とともに実際に当事者への支援を行い、さらに改訂をしていきながら、本プラットフォームを完成させていく必要がある。また、本研究班の研究機関終了後も持続可能なシステムにするための対策を検討することも重要な課題である。コンテンツ詳細については、「まるっと！女性の健康教育プログラム」（図、添付）（[URL:https://marutto-woman.jp/program/](https://marutto-woman.jp/program/)）を参照していただきたい。

## E. 結論

### 1. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築に関する基礎資料作成～女性の健康の「みえる化」～（研究代表者 荒田 尚子）

みえる化は、客観的に認識することによって、問題解決の改善に向けた行動へと繋げていくことが期待できる。都道府県、市区町村レベルの課題に着目したデータ収集および分析が重要である。

### 2. ライフステージを考慮した女性の包括的健康教育プログラム～プロトタイプの評価調査（Level1: 5歳～8歳）（研究代表者 荒田 尚子）

本教育プログラムの受講により、家族や周りの人について、プライベートゾーンについて、こころとからだの成長について、男

の子と女の子のからだの違いについて、命の繋がりに関する質問で、学びに対しての尺度が向上し、質的評価からもその効果を実証できた。

### 3. 性差を考慮した、「大学での健康支援・保健管理」及び「コロナ影響下における学部学生の心身の健康状態」についての調査研究（研究分担者 片井 みゆき）

メンタル不調の「表現型」に性別の差が見られる傾向があり、女性では摂食障害の発症、男性では睡眠の問題が指摘された。女性は、生活形態、社会環境、対人関係などの変化が、よりメンタル面に影響を与えており、男性、女性ともに、コロナ禍で増大したメンタル不調や生活リズムの乱れがコロナ以降も継続しており、改善できていない実状が指摘された。

### 4. 保健・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～国際セクシュアリティ教育ガイダンスを活用した教材開発（レベル2～4）（研究分担者 西岡笑子 高橋幸子）

今後も、本研究班での成果物であるまなブックを使用した包括的性教育の普及に努めていく予定である。

### 5. 新型コロナウイルス感染症流行が生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握に向けた継続研究－女性への健康支援の観点から－（研究分担者 山本精一郎、武藤香織）

ネット調査により、コロナ拡大後に起こった変化について経時的な変化を確認することができた。さらに vulnerable な対象を

同定することにより、そのような人々への効果的なサポートについて検討したい。

### 6. 生涯にわたる女性の健康支援のための情報提供・教育体制・相談体制構築のためのウェブサイトおよび手引書の作成（全員）

シームレスな女性の健康教育と包括的な保健・医療・教育機関・産業等の各支援者養成のためのプラットフォームとなるウェブサイト「まるっと！女性の健康教育プログラム」を作成し、同プログラムを活用するための、「保健・医療・教育機関・産業等における女性の健康支援に向けた手引書（初版）」を作成した。

### F. 健康危険情報

なし

### G. 研究発表

#### 1. 論文発表

片井みゆき「性差医学・医療：臨床からジェンダード・イノベーション WaiSE 開発へ」  
Journal of Gender Medicine、1 巻 1 号  
(2024) : 16-23

片井みゆき「性差医療③＜総論＞性差医学とジェンダード・イノベーション」月刊薬事  
1 月臨時増

刊号ウイメンズヘルスケアのための薬の使い方、66 巻 2 号(2024) : 302-308

片井みゆき「性差医療の最新知識：性ホルモンと代謝機能」日本臨床、81 巻 7 号(2023) : 988-993

木下千栄子、片井みゆき「性差医学・医療をご存じですか？」コミュニティケア、26巻1号(2023)：42-47

片井みゆき、秋下雅弘、斎藤悦子、石井クンツ昌子「性差の視点から考える社会・技術革新-ジェンダード・イノベーションの現在と未来」コミュニティ、171巻(2023)：14-65

西岡笑子、高橋幸子、荒田尚子. 国際セクシュアリティ教育ガイダンスに基づく教材“まなブック”レベル2を用いた包括的性教育プログラム導入の効果と課題の検討. 思春期学 42(1)159-165, 2024.

西岡笑子. プレコンセプションケアと包括的性教育. 思春期学 42(1)22-27, 2024.

西岡笑子. HPV ワクチン 日本思春期学会以外の団体が作成した動画の構成と有効な啓発とは？. 思春期学 42(1)134-139, 2024.

西岡笑子, 飯島佐知子, 三上由美子, 横山和仁. 働く女性の健康に関する Web 調査—女性特有症状とその対処およびがん検診受検状況—正規雇用と非正規雇用の比較—4 順天堂保健看護研究 12, 12-23, 2024.

西岡笑子. わが国の性教育の歴史的変遷とプレコンセプションケア. 産婦人科の実際. 73 (5)、453-459, 2024.

高橋幸子. 思春期の子どもたちと性の問題. 日本医師会雑誌 152(6) 617 - 620, 2023

高橋幸子. 性教育の実践と課題 周産期医学 53(5) 753 - 757, 2023

高橋幸子. 女子から寄せられた悩みから見えてきたこと. 日本思春期学会雑誌. 42(1) 119 - 123, 2024

高橋幸子. HPV ワクチンキャッチアップ接種と大学におけるプレコンセプションケア 1. 大学病医院における医学生への啓発. 日本思春期学会雑誌 42(1) 124 - 129, 2024

高橋幸子. 自分や相手を大切にする学び—包括的性教育の意義と実践とは？月刊先端教育 2023年9月号 62 - 63, 2023

高橋幸子. まじめに楽しく、「自分ごと」になる講演会. 教職研修 2023年11月号 26 - 27, 2023

高橋幸子. 学齢期に必要な性の学び. 指導と評価 2024年3月号 42 - 44, 2024

高橋幸子. 性感染症とプレコンセプションケア. 産婦人科の実際(in press), 2024.

荒田尚子 国立成育医療研究センターにおけるプレコンセプションケア 産婦人科実際 73 (5) , 2024. 5

## 2. 学会発表

Emiko Nishioka, Sachiko Takahashi, Koko Kuroyama, Naoko Arata. Impact of a comprehensive sex education program using “Mana Book” level 2 teaching materials based on the International

Technical Guidance on sexuality education. 26th congress of the World Association for sexual health(WAS). Turkey

Sachiko Takahashi. WAS SEC SYMPOSIUM: “Advancing Comprehensive Sexuality Education in tumultuous times: A panel discussion presented by WAS Sexuality Education Committee” 26th congress of the World Association for sexual health (WAS) Turkey

片井 みゆき、森 瑞貴、木下 千栄子、加藤 透子、田中 ゆり、荒田 尚子：「大学保健管理センター学生相談での性差とコロナの影響に関するアドバンスド調査（ポスター発表）」第 61 回全国大学保健管理研究集会、2023.10（石川）

森 瑞貴、片井 みゆき、○木下 千栄子、加藤 透子、田中 ゆり、荒田 尚子：「大学保健管理センター学生相談での性差とコロナの影響に関するアドバンスド調査」第 17 回日本性差医学・医療学会学術集会、2024.01（広島）

西岡笑子、高橋幸子、荒田尚子. 国際セクシュアリティ教育ガイダンスに基づく教材 “まなブック” レベル 2 を用いた包括的性教育プログラム導入の効果と課題の検討. 第 42 回日本思春期学会学術集会. 2023.

西岡笑子、高橋幸子、荒田尚子. まなブック”を用いた包括的性教育プログラム導入の効果と課題～教材を使用した保健体育教

員へのインタビュー～. 第 42 回日本思春期学会学術集会. 2023.

西岡笑子, 飯島佐知子, 三上由美子, 横山和仁. 働く女性の健康に関する Web 調査ー女性特有症状とその対処およびがん検診受診状況

正規雇用と非正規雇用の比較 第 94 回日本衛生学会学術総会. S260, 2024.

佐藤洋子, 溝田友里, 武藤香織, 山本精一郎. 新型コロナウイルス感染症流行が女性の生活習慣や健康に及ぼす影響の実態把握. 第 82 回日本公衆衛生学会総会 2023 年 11 月. つくば市

### 3. 書籍

荒田尚子, 三戸麻子, 岡崎友香, 西岡笑子他. プレコンセプションケア. メジカルビュー. 2024.

高橋幸子, 今井伸. 自分を生きるための〈性〉のこと SRHR 編. 少年写真新聞社. 2023

高橋幸子. 12 歳までに知っておきたい男の子のためのおうちでできる性教育. 日本文芸社. 2024

## H. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む。)

1. 特許取得：該当なし
2. 実用新案登録：該当なし
3. その他：該当なし

