

令和5年度 厚生労働省科学研究費補助金
職場における女性の健康保持増進のための効果的な産業保健活動の確立に向けた研究
(23JA0501)

分担研究報告書

職場における女性の健康保持増進に向けた 基礎的疫学調査

研究分担者

大河原 眞
藤野 善久

(産業医科大学 産業生態科学研究所 環境疫学研究室)

令和5年度 厚生労働省科学研究費補助金

職場における女性の健康保持増進のための効果的な産業保健活動の確立に向けた研究

職場における女性の健康保持増進に向けた基礎的疫学調査

研究分担者 大河原 眞（産業医科大学産業生態科学研究所環境疫学研究室 助教）

藤野 善久（産業医科大学産業生態科学研究所環境疫学研究室 教授）

研究要旨：

【目的】職場における女性の健康に関する取り組みの実施例や取り組みへのニーズ、普及を推進するための留意事項や、女性特有の事情が生産性（プレゼンティーズム）に与える影響、生産性低下を防止する企業施策等の要素、生産性を悪化させる要素等について議論するための基礎的な集計情報を収集し記述する。

【方法】女性労働者モニターを対象とした質問紙調査を行い、多様な労働者からの回答を得て集計を行った。

【結果】6,160名の女性労働者の回答を得た。不正回答者を特定するための質問に誤回答した534名を除外し、5,626名を解析対象とした。

【考察】月経困難症、更年期障害といった女性の健康に関する体調への支援を検討する際には、病名のみを根拠とした画一的な対応や各種問診票の総得点から推察される症状の重症度のみに基づくのではなく、個別の症状と支障のある作業状況との組み合わせを検討することが望ましいと考えられた。また、女性の健康や不妊治療に関する相談先として、医療機関・かかりつけ医や同性の同僚・上司が多く、相談経験がある者の満足度も高かった一方、普段から仕事上の関係がある者には相談しにくい状況が推察され、医療機関への受診の啓発や、相談しやすい相談先の確保ならびに相談先となりうる者への教育・研修などのアプローチが考えられた。

【結論】本研究は女性の健康と就労に関する実態と課題に関する基礎的資料となった一方で、更なる議論と詳細な分析的研究を進める必要があると考えられた。

研究協力者

川島 恵美（川島労働衛生コンサルタント事務所）

平良 素生（三菱ケミカル株式会社）

加藤 杏奈（花王株式会社）

簗原 里奈（HOYA株式会社）

古屋 佑子（東海大学医学部 基盤診療学系 衛生学公衆衛生学）

絹川 千尋（株式会社産業医システムズ）

澤島 智子（東海旅客鉄道株式会社）

松岡 朱理（HOYA株式会社）

A. 目的

女性就労者を対象としたアンケート調査の実施・分析により、以下を明らかにする。なお本年度は調査実施直後のため、基本的な集計のみを行い、次年度以降に詳細な分析を行う。

1. 職場における女性の健康に関する取り組みの実施例や取り組みへのニーズ、普及を推進するための留意事項

2. 女性特有の事情が生産性（プレゼンティーズム）に与える影響、生産性低下を防止する企業施策等の要素、生産性を悪化させる要素等

B. 方法

2023年12月7日から2023年12月18日にかけて、インターネット調査会社が保有するパネルモニターのうち、就業中の18歳から69歳までの女性労働者を対象とした質問紙調査実施を委託し、得られた回答を集計した。研究対象者の選定にあたっては層化サンプリングを用い、18歳から19歳400名、20代から60代までの各年代1,200名ずつ、計6,400名を回収目標とした。年代ごとに3つの業務内容（主にデスクワーク、主に人と話す仕事、主に身体を使う仕事）、5つの居住地域、計15単位が均等割り付けとなるようサンプリングした。

回収後の調査票から、不正回答者を特定するための質問に誤回答した者を除外し、解析用データを作成した。

C. 結果

調査参加者の総数は、18歳から19歳の回答者を充足することができなかったため、6,160名となった。不正回答者を特定するための質問に誤回答した534名を除外し、5,626名を解析対象とした。

1) 基本属性（表1）

年齢、居住地域、業務内容による層化サンプリングのため、18-19歳を除く10歳ごとの年齢区分、居住地域、業務内容はほぼ均等に分布していた。最終学歴は高校卒業が最も多く34.5%で、次いで大学、大学院で29.6%であった。等価世帯収入（世帯の総収入を世帯の構成員数の平方根で除したもの）の中央値は318万円（四分位範囲：202-450万円）であった。

2) 家族の状況（表2）

回答者の約半数が既婚であった。76.9%は何らかの家族と同居しており、47%が配偶者と同居、11%が未就学児と同居、9%が小学生の子と同居、5%が介助・介護が必要な家族と同居していた。

3) 仕事の状況（表3）

回答者の半数は派遣社員・契約社員（8%）またはパート・アルバイト（42%）であり、3割が会社勤務または公務員・教職員・非営利団体職員であった。勤務先の企業規模（社員数）では36%が2-49名、36%が50-999名、22%が1000人以上、6%がフリーランスであった。平

均的な一日の労働時間（時間外労働を含む）では、56%は8時間以上（フルタイム）、38%は4時間以上8時間未満であった。

4) 作業内容とその頻度（表4）

研究班内で検討した、女性の健康と関連があると考えられる作業の状況について集計した。重量物(10kg以上)取扱い作業は7割がほとんどしていないと回答した一方、15%は週2-3日または4日以上重量物取扱い作業があった。長時間の立位作業は、約半数が週2-3日または4以上の頻度で行っていた。自分のタイミングでトイレに行けない状況での作業は約4人に1人が週2-3日または4以上の頻度で行っていた。車両の運転を伴う業務、夜勤業務、宿泊を伴う出張、在宅勤務は、8割〜9割がほとんど行っていないとの回答であった。在宅勤務の希望については、希望があり3割と、在宅勤務希望と実際の実施状況とにギャップがみられた。

5) 仕事のストレス要因や周囲の支援に関する状況（表5）

職業性ストレス簡易調査票をもとにした、仕事のストレス要因や周囲の支援に関する状況について回答を得た。上司からのサポート、同僚からのサポートが少ない/やや少ないと判定された者は全体の約半数であるのに対し、家族・友人からのサポートは少ない/やや多いと判定された者は43%程度で、多い/やや多いと判定された者が35%であった。

6) 健康状態やプレゼンティーズムに関する状況（表6）

過去30日間において、体の調子が良くなかった日数、心の健康の調子が良くなかった日数は、いずれも20%程度が5日以上と回答した。日常の活動に支障があった日数はそれらより少なく、13%が5日以上と回答した。体調不良が理由で仕事を休んだ日数（アブセンティーズム）が5日以上のは3.5%であったのに対し、体調不良にもかかわらず仕事に従事した日数（プレゼンティーズム）が5以上の者が9.8%であった。

プレゼンティーズムの程度や労働生産性、労働機能障害の指標として用いられる Work Functioning Impairment Scale (WFun)では、中等度以上の労働機能障害である21点以上の者が16%であった。

うつ病、不安障害のスクリーニングとして開発され、精神的苦痛や非特異的なストレスの程度を表す指標として広く用いられる K6では、中等度のストレスを表す5点以上の者が半数を占め、重度のストレスを表す13点以上の者が14%であった。

7) 雇用・職務における変化（表7）

月経や更年期障害などの女性の健康を理由とした、1年以内の雇用・職務における変化では、退職・転職した者が4%、勤務時間をこれまでより短くした者が4%、休職したものが3%等の回答が得られた。

8) 体調や経験している状況（表8）

現在経験している体調や状況では、月経が

ある 3,332 名のうち 36.4%が月経困難症や月経前症候群といった月経に関する体調を経験していた。おりもの、性器を含む皮膚の痒みや痛みに関することは 18%が経験しており、うつ、睡眠障害などのこころの健康に関することを経験した割合である 17%より高かった。更年期障害、閉経後症候群などの更年期に関することは全体の 12%が経験していた。育児との両立は全体の 9%が経験しており、介護との両立は 5%が経験していた。

9) 体調や状況による仕事上の支障や配慮の必要性 (表 9)

8)で質問した、それぞれの体調や状況が現在あると回答した者に対し、それらの症状や状況によって仕事上の支障があるか、また、会社からの支援や配慮がどのようなものであるかについて回答を得た。

仕事上の支障について、少し困っている以上の回答の割合が多いのはこころの健康、月経に関すること、介護との両立の順で、こころの健康に関することを経験している者のうち 9 割が少し以上困っていると回答した。とても困っていると回答した者の割合が多いのはこころの健康、不妊治療、その他の健康の順で、こころの健康に関することを経験している者のうち 18%、不妊治療を経験している者のうち 17%がとても困っていると回答した。

会社からの支援や配慮の必要性について、配慮を受けられている者を含めて必要があると回答した者の割合が多いのは介護との両立、育児との両立、こころの健康に関することの

順で、介護との両立を経験している者のうち 65%が支援や配慮が必要であると回答した。支援や配慮が必要だが受けられていないと回答した割合が多いのは介護との両立、こころの健康に関すること、不妊治療の順で、いずれもそれぞれの症状・状況を経験している者のうち 3 割強が、支援や配慮が必要だが受けられていない、と回答した。

10) 医療機関の受診状況 (表 10)

女性の健康に関連する体調についての医療機関の受診状況について回答を得た。現在月経がある 3,332 名のうち、月経困難症・月経前症候群などの月経に関連する体調では、過去受診を含め 24%が医療機関を受診したことがあり、定期的に受診/治療している者は 10%であった。月経日の移動希望による受診は、仕事の都合での受診が過去受診を含めて 4%、仕事の都合以外での受診が過去受診を含めて 6%であった。

40 歳以上の 3,370 名のうち、更年期障害、閉経後症候群などの更年期に関する体調では、過去受診を含めて 12%が医療機関を受診したことがあり、定期的に受診/治療している者は 4%であった。

その他の体調では、過去治療を含めて受診・治療経験がある者の割合はそれぞれ、月経・更年期障害以外の子宮・卵巣・膣などの問題に関するもので 20%、おりもの、性器を含む皮膚の痒みや痛みに関するもので 12%、こころの健康に関するもので 14%、不妊治療に関するもので 8%、貧血に関するもので 15%、

低用量ピルに関することで 12%、その他の健康に関することで 19%であった。

11) 月経に関する状況-1 (表 1 1)

現在月経がある 3,332 名に対し、Menstrual Distress Questionnaire (MDQ) の下位尺度のうち 6 領域 (痛み、集中力低下、行動変化、自律神経失調、水分貯留、否定的情緒) に加え、経血や生理用品の交換に関することを加えた 7 項目の症状や状況について、5 件法で回答を得た。

「少しある」以上の回答の割合が最も多い症状は下腹部、頭、肩などの体の痛み (痛み) の症状で、その割合は 7 割を超えた。

「かなりある」「とてもひどい」の合計の割合が最も多い症状はイライラや憂うつなど感情や気分の変化 (否定的情緒) の症状で、その割合は 21%であった。

12) 月経に関する状況-2 (表 1 2)

11) の各症状に対し、「少しある」以上の回答をした者に対し、各症状によって仕事上の支障があるかについて回答を得た。

下腹部、頭、肩などの体の痛みといった痛み (2,394 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 62%、とてもあると回答したものは 13%であった。

集中力、判断力、注意力、記憶力などの低下といった集中力低下 (1,903 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 62%、とてもあると回答したものは 12%であった。

仕事の能率の低下や根気がなくなるといっ

た行動変化 (1,840 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 61%、とてもあると回答したものは 14%であった。

めまい、冷や汗、吐き気、顔のほてりといった自律神経失調 (1,367 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 56%、とてもあると回答したものは 13%であった。

体重増加、肌荒れ、乳房の張り、手足のむくみといった水分貯留 (1,963 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 43%、とてもあると回答したものは 10%であった。

イライラや憂うつなど感情や気分の変化といった否定的情緒 (2,239 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 54%、とてもあると回答したものは 18%であった。

経血や生理用品の交換に関すること (1,663 名) のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は 54%、とてもあると回答したものは 12%であった。

13) 更年期障害に関する状況-1 (表 1 3)

40 歳以上の者 (3,370 名) に対し、Menopausal Rating Scale (MRS) を用いた更年期症状の重症度の測定を行った。

回答者のうち、症状なし (0-4 点) の者は 60%、軽度 (5-8 点) の者は 17%、中等度 (9-16 点) の者は 15%、重度 (17 点以上) の者は 8%であった。

14) 更年期障害に関する状況-2 (表 1 4)

MRS の各項目 (性生活を除く) に「少しある」以上の回答をした者に対し、各症状によって

仕事上の支障があるかについて回答を得た。

ホットフラッシュ（急なほてり・のぼせ、顔が熱くなる）、突発的な発汗（937名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は43%、とてもあると回答したものは6%であった。

心臓の不快感（脈のとびや乱れ、動悸、胸が締め付けられる感覚）（910名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は40%、とてもあると回答したものは6%であった。

睡眠に関する問題（寝つきが悪い、途中で目覚めてしまう、予定より早く目覚めてしまう）（1,743名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は48%、とてもあると回答したものは9%であった。

憂うつな気分（気分が落ち込む、悲しくなる、涙が出そうになる、意欲がわからない、気分のむら）（1,239名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は49%、とてもあると回答したものは9%であった。

怒りっぽい（神経質、気が張り詰める、攻撃的）（1,230名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は47%、とてもあると回答したものは9%であった。

不安（心が落ち着かない、じっとしてられない気分）（1,182名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は47%、とてもあると回答したものは10%であった。

心身の強い疲労感（作業能力の全般的な低下、記憶力の低下、集中力の低下、物忘れ）（1,347名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は53%、とてもあると回答した

ものは12%であった。

排尿時の問題（尿が出にくい、排尿するのにいきむ必要がある、尿漏れ）（679名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は41%、とてもあると回答したものは7%であった。

膣の乾燥（膣の乾燥感やヒリヒリと焼けつくような感覚、性交の困難感）（401名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は34%、とてもあると回答したものは7%であった。

関節や筋肉の不快感（関節の痛み、こわばり、リウマチのような症状）（1,100名）のうち、仕事上の支障が少しあると回答した者は54%、とてもあると回答したものは11%であった。

15) 女性の健康に関するセルフケアの状況（表15）

月経や更年期障害などの女性の健康に対して取り組んでいることについて回答を得た。

現在取り組みありが多かったものは体を温める（32%）、入浴や半身浴をする（31%）、休養、睡眠を確保する（29%）、軽い運動を行う（23%）であった。

月経や更年期症状の記録（アプリを含む）について、現在取り組みありの者は19%、過去に取り組みありの者は8%であった。

市販の鎮痛薬の内服について、現在取り組みありの者は12%、過去に取り組みありの者は9%であった。

医療機関の受診/内服について、現在取り組

みありの者は9%、過去に取り組みありの者は11%であった。

16) 女性の健康や不妊治療に関する相談先の状況 (表16)

月経や更年期障害などの女性の健康、不妊治療のそれぞれについて、相談経験の有無について回答を得た。

女性の健康、不妊治療いずれにおいても、最も相談経験が多い相談先は主治医・かかりつけ医療機関で、回答者のうち女性の健康で12%、不妊治療で4%に相談経験があった。

2番目に相談経験が多い相談先は同僚(女性)で、回答者のうち女性の健康で11%、不妊治療で3%に相談経験があった。

3番目に相談経験が多い相談先は上司(女性)で、回答者のうち女性の健康で5%、不妊治療で2%に相談経験があった。

17) 女性の健康に関する相談先の状況 (表17)

各相談先に女性の健康に関する相談経験が「ある」と回答した者に対し、相談した結果、気持ちに寄り添ってもらえたか、問題が解決したかの2点について、主観的評価の回答を得た。

気持ちに寄り添ってもらえたと回答した割合が高い相談先は同僚(女性)で611名中88%、主治医・医療機関で677名中82%、上司(女性)で280名中75%の順であった。

問題が解決したと回答した割合が高い相談先は主治医・医療機関で677名中76%、同僚

(女性)で611名中71%、上司(女性)で280名中65%の順であった。

18) 不妊治療に関する相談先の状況 (表18)

各相談先に不妊治療に関する相談経験が「ある」と回答した者に対し、相談した結果、気持ちに寄り添ってもらえたか、問題が解決したかの2点について、主観的評価の回答を得た。

気持ちに寄り添ってもらえたと回答した割合が高い相談先は同僚(女性)で152名中70%、主治医・医療機関で236名中70%、上司(女性)で101名中55%の順であった。

問題が解決したと回答した割合が高い相談先は主治医・医療機関で236名中66%、同僚(女性)で152名中58%、上司(女性)で101名中50%の順であった。

19) 女性の健康や不妊治療に関する相談先のニーズ (表19)

以下に挙げる特徴が相談相手にあることで、主観的な相談のしやすさに影響するかについて回答を得て、「相談しやすい」「やや相談しやすい」の合計を集計した。

- ・医師や看護職などの専門家であること
- ・同性であること
- ・同年代であること
- ・普段から仕事上の関係がある人であること
- ・普段から交友関係がある人であること
- ・自分の気持ちに寄り添ってくれること

- ・困りごとを解決してくれること
- ・プライバシーを守ってくれること

月経や更年期障害などの女性の健康に関する相談では、「プライバシーを守ってくれること（65%）」、「同性であること（65%）」が最も多く、「自分の気持ちに寄り添ってくれること（61%）」、「医師や看護職などの専門家であること（59%）」、「困りごとを解決してくれること」が続いた。

不妊治療に関する相談では、「医師や看護職などの専門家であること（59%）」が最も多く、「プライバシーを守ってくれること（58%）」、「同性であること（54%）」、「自分の気持ちに寄り添ってくれること（54%）」が続いた。

女性の健康、不妊治療いずれの相談においても、相談しやすいという回答が低かったものは、「普段から仕事上の関係がある人であること」、「普段から交友関係がある人であること」であり、いずれの相談においても、相談しやすいという回答は半数を割っていた。特に「普段から仕事上の関係がある人であること」は、いずれの相談においても、回答しやすいと答えた者は30%を下回っていた。

20) 女性の健康や不妊治療に関する自職場の取り組み（表20）

女性の健康や不妊治療に関して、回答者が所属する職場でどのような取り組みが行われているかについて回答を得た。

それぞれの取り組みの中で実施されているという回答が多かったものは、「女性の健康に関して利用できる休暇制度（17%）」、「女性

の健康に関して利用できる休業制度（15%）」、「女性専用の休憩室の設置（14.4%）」、「理由を問わない時短勤務、フレックス勤務などの柔軟な働き方（13.9%）」であった。女性の健康に比して、不妊治療と仕事の両立に関する取り組みは、実施されているという回答が少なかった。また多くの項目において、若い年代ほど、職場での取り組みが実施されているという回答が多くなる傾向がみられた。

21) 女性の健康や不妊治療の取り組みに関する本人のニーズ（表21）

20)と同様の項目について、回答者本人にとって必要と思うかについて回答を得た。

ニーズの高い取り組みは、「理由を問わない時短勤務、フレックス勤務などの柔軟な働き方（39%）」、「女性の健康に関して利用できる休業制度（39%）」、「女性の健康に関して利用できる休暇制度（39%）」、「女性専用の休憩室の設置（36%）」であった。多くの項目において、20代、30代で必要と回答する者の割合が高くなる傾向がみられた。

22) 女性の健康や不妊治療への取り組みの社会的必要性に関する意識（表22）

20)と同様の項目について、働く女性全般にとって必要と思うかについて回答を得た。

必要と思う者が多い取り組みは、「女性の健康に関して利用できる休暇制度（61%）」、「女性の健康に関して利用できる休業制度（60%）」、「理由を問わない時短勤務、フレックス勤務などの柔軟な働き方（58%）」、「女性専用の休

憩室の設置（55%）」であった。

多くの項目において、若い年代ほど、取り組みが必要という回答が多くなる傾向がみられたものの、その傾向は顕著ではなかった。

23) 性別と仕事との関係に関する認識の状況（表23）

性別と仕事との関係に関する回答者自身の意識について回答を得た。それぞれ「そう思う」、「まあそう思う」と回答した者を同意回答者とした。

「女性の体力を考慮した作業環境や作業内容を検討してほしい」は本研究の設問の中で最も同意回答者の割合が高く、全体の60%であった。また、年代による同意回答者の割合の違いが顕著でなかった。

「男性と同じ環境で仕事をするため、休憩場所などを利用しづらい」は全体の41%が同意回答者であった。また、若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向があり、特に18-19歳で顕著であった。

「通勤時の交通機関の混雑において、体調面で不安を感じる」は全体の38%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「通勤時の交通機関の混雑において、痴漢などの犯罪への不安を感じる」は全体の37%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「退社が遅くなった際に、夜暗い道を歩いて帰ることに不安を感じる」は全体の48%が同意回答者であり、交通機関の混雑時の体調

面や痴漢などの犯罪への不安に比べ、同意回答者の割合が高かった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられ、特に18-19歳で顕著であった。

「女性だからという理由で行う雑用（お茶くみや掃除など）に対し不公平さを感じる」は全体の48%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「男性と比較して、機会を与えられることが制限され（出張など）、仕事の幅が広がらない」は全体の40%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「育児休業の取得とキャリアとの関係で、男性との不公平さを感じる」は全体の46%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「女性は、体力面や育児家事などの事情から男性よりも配慮されるべきと感じる」は全体の51%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられたが、20代、30代に同意回答のピークがみられた。

「女性だからという理由で配慮を求めることには違和感がある」は全体の48%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられた。

「自分自身に家事育児は女性がやるもの」という意識があり、仕事を制限している」は全体の41%が同意回答者であった。若い年代ほど同意回答者の割合が高い傾向がみられたが、30代で最も同意回答者の割合が高く、

18-19 歳、20 代、30 代で特に高い傾向がみられた。

D. 考察

本研究では、実施初年度として、インターネット調査会社が保有するパネルモニターのうち、就業中の 18 歳から 69 歳までの女性労働者を対象とした質問紙調査を行い、その結果を集計した。

インターネット調査会社、あるいはパネルモニターを用いた調査では、モニター集団の持つ属性が不明であること等から、代表性が担保されない。従って、悉皆調査や母集団からのランダムサンプリングによる調査と比較して、サンプリングバイアスが大きい研究手法であることは否定できない。加えて本研究では、特定の属性の者の回答に偏らないよう、年代、居住地域、職種によって層化した均等割り付けによるサンプリングを行っていることから、母集団として想定する日本の女性労働者全体とは年齢や職種など様々な属性の構成割合が全く異なる。従って、本研究で得られた様々な回答の割合を、日本の女性労働者全体にそのまま当てはめることはできない。

一方で、一般化可能性についての議論は残るものの、基本的には得られたサンプル内での関連性の観察は可能であることから、本研究の主な目標は、記述疫学的な検討ではなく、回答の傾向を研究班内での議論に活かし実社会での取り組みへの示唆を導き出すことや、要因間の関連についての分析的研究にある。これらを前提として、初年度は得られた回答

に関する考察を行う。

● 作業内容とその頻度（表 4）

表 4 では、特定の業務の従事状況について回答を得た。女性における重量物の取り扱い制限については、女性労働基準規則第 2 条第 1 項で定められる通り、断続作業で 30kg 未満、継続作業で 20kg 未満とされている。本研究で回答を得た重量物の定義は 10kg 以上でこれらより低いものの、女性の筋力・体力を想定した場合に、一定程度の負担感があると思われる水準を研究班内の検討を経て設定した。その他、長時間の立位作業や自分のタイミングで休憩やトイレに行けない状況での作業、車両の運転を伴う業務などは、経血の影響・生理用品の交換が必要な場合や、泌尿器系の症状や、むくみなどの水分貯留などの症状がある場合、特に負担感につながることを考えられる。また、夜勤・宿泊を伴う出張は、体力面・概日リズムの観点に加えて、家庭内の要求との両立などの社会的な観点からの負担も考えられる業務である。在宅勤務は、従来の働き方に比べて業務関連要因だけでなく家庭や住宅の状況などの個人要因が大きく関連する働き方である。従ってこれらの要因から形成される在宅勤務との相性次第では必ずしも全員に有益なものではないが、在宅勤務との相性と在宅勤務の実施状況とが合致すれば、通勤負担の緩和や家庭内の要求と両立させることができるなど、柔軟な働き方として利点も多い。在宅勤務の希望（好み）は、在宅勤務の相性の代替指標と想定されており、

実際に在宅勤務の好みと在宅勤務の実施状況とのミスマッチは様々な健康影響と関連していることが分かっている^{1,2)}。本研究の単純集計では、在宅勤務の希望がある者が32%に対し、在宅勤務をほとんどしていないと回答した者が88%である。女性労働者において、在宅勤務の好みと実際の実施状況とに少なくないギャップが生じていることは注目すべき点である。

いずれの業務においても一定の人数が業務に従事しており、今後これらの業務への従事状況と各指標等との関連を検討していく必要があると考えられた。

- 体調や状況による仕事上の支障や配慮の必要性（表9）

結果8)で回答を得た各体調や状況によって仕事上の支障が生じている割合が多いのは、こころの健康、月経に関すること、介護との両立の順であった。これらの体調や状況を経験している者に対する支援や助言の方策を検討していく必要がある。また、とても困っていると回答した者の割合が多いこころの健康、不妊治療については、特に深刻な状況に陥りやすい重要な状況として認識しておく必要がある。

こころの健康については、会社からの支援や配慮が必要であると回答した割合、支援や配慮が必要だが受けられていないと回答した割合も高い。企業におけるメンタルヘルス不調者への対応やこころの健康づくり計画などの活動の重要性は論を待たない。今後もこれ

らの取り組みについて継続していく必要がある。

不妊治療については、困ることはないと回答した者がほかの体調状況と比較して多いにも関わらず、とても困っていると回答した者の割合も高く、二極化していることが考えられる。これは不妊治療に対する会社からの支援や配慮の必要性について、支援や配慮が必要だが受けられていないと回答した者の割合が高いことから見て取れる。業種や企業規模などのその他の要因による影響の違いについても今後検討していく必要がある。

会社からの支援や配慮の必要性について、支援を受けられている者も含めて、必要があると回答した者の割合が多い介護との両立、育児との両立、こころの健康に関することについては、育児・介護休業法や労働者の心の健康の保持増進のための指針など、行政施策として注力してきた通り、労働者のニーズの高い体調や状況である。一方で支援や配慮が必要だが受けられていないと回答した割合が多い介護との両立、こころの健康に関すること、不妊治療については、企業における労働者の支援ニーズを充足できていない状況がある可能性があり、企業におけるこれらの取り組みをさらに充実する必要がある。

- 月経に関する状況-2（表12）

結果11)をもとに、月経に関連する各症状や状況について、少し以上あると回答した者のうち、各症状によって仕事上の支障が生じている割合が多いのは、下腹部、頭、肩など

の体の痛みといった痛み、仕事の能率の低下や根気がなくなるといった行動変化、集中力、判断力、注意力、記憶力などの低下といった集中力低下、イライラや憂うつなど感情や気分の変化といった否定的情緒などであり、特に否定的情緒はとても支障があると回答した者の割合が最も高い。メンタルヘルス不調や痛み、集中力の低下などの症状は、プレゼンティーズムと関連する代表的な体調であり、月経に関連するこれらの症状による労働機能障害への影響を反映していると考えられる。

● 更年期障害に関する状況-2（表14）

MRS の各質問項目と仕事上の支障との関係を見ると、仕事上の支障があると回答した者が多いのは、心身の強い疲労感、関節や筋肉の不快感であり、これらの症状では、とても支障があると回答した者も多い。一方で、ホットフラッシュや心臓の不快感では、とても支障があると回答した者は比較的少ない。多様な症状の中でも、仕事上の支障が生じやすいものとそうでないものがあることから、企業における支援においては、MRS の総得点による評価だけでなく、仕事上の支障が生じているか、それはどのような場面とどのような症状の組み合わせであるか、という視点を持つことが重要であると考えられた。

- 女性の健康や不妊治療に関する相談先の状況（表16）、女性の健康に関する相談先の状況（表17）、不妊治療に関する相談先の状況（表18）

相談先として最も多いのは主治医・かかりつけ医療機関であり、それを除けば職場内の同僚・上司のうち女性に対する相談経験が多かった。受診・治療の啓発に加えて、職場内の相談資源を充実させることが重要であるが、同性に対して相談する傾向にあるという現状を踏まえる必要があると考えられた。

保健師、看護師（男性）については、女性に比べて現実的には少数の人材であるにも関わらず 1%程度の回答者が存在する理由は不明であるが、社内の担当者あるいは医療機関内の別の職種の相談相手を看護職と誤認した可能性が考えられる。

女性の健康や不妊治療に関する相談経験「あり」の者を対象とした、相談経験に対する主観的評価では、主治医・医療機関、同僚（女性）の評価が気持ちへの寄り添い、問題解決ともに高かった。また、同じ職種の間では同性に相談した者の方が満足度が高い傾向にあった。これらは、相談しやすい相手として同性の相談先を確保することの重要性を示唆すると同時に、男性が女性の健康や悩みについてより理解を深め、相談先として機能するための研修・教育等の必要性を示唆している。

● 女性の健康や不妊治療に関する相談先のニーズ（表19）

女性の健康に関する相談では、プライバシーを守ってくれること、同性であること、気持ちに寄り添ってくれることが重要視されていた。また、不妊治療に関する相談では、医

師や看護職などの専門家であること、プライバシーを守ってくれること、同性であることなどが重要視されていた。一方で、普段から仕事上の関係があること、普段から交友関係があることは、相談しやすいと回答する者が少ない傾向にあった。これらのことから、職場外も含めて、普段から関係のある者以外の相談先を確保するような方策や助言が重要であることが示唆された。

また、気持ちに寄り添う、解決してくれる、プライバシーを守るなどの特徴にも相談しにくいと回答した者が一定数みられた。これらの特徴があるとかえって相談しにくくなるという状況は通常考えづらいことから、おそらくは、このような特徴を備えていたとしても相談しにくいままである、という意図の回答をしたと考えられる。

- 女性の健康や不妊治療に関する自職場の取り組み（表20）、女性の健康や不妊治療の取り組みに関する本人のニーズ（表21）、女性の健康や不妊治療への取り組みの社会的必要性に関する意識（表22）

女性の健康に関して利用できる休暇・休業制度、女性専用の休憩室の設置などは、自職場の取り組みとして認知し回答している者が多かった。休暇・休業制度は女性の健康に関しての場合、教育・研修と比較して高いものの、不妊治療と仕事の両立に関しては教育・研修などの他の項目と比較してそれほど差がなかった。このことから、女性の健康に関す

る取り組みの方が、休暇・休業制度などについては不妊治療より進んでいることが推測される。

自職場における取り組み状況は、取り組みが行われているかどうかに加え、その取り組みを回答者自身が認知しているかどうかにも影響される。従って、休暇・休業制度や休憩室の設置のように、制度そのものの有無や設備の有無に比べて、教育・研修や情報提供など、機会を設けて取り組むものについては、取り組みが行われていても認知されていないことも考えられる。

本人のニーズとして回答の割合が高いものは、理由を問わない時短勤務、フレックス勤務などの柔軟な働き方、女性の健康/不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休暇/休業制度であった。全体的には若い年代の方がニーズが高い一方で、休暇/休業制度、在宅勤務制度や柔軟な働き方、休憩室の設置などについては、20代、30代程度まで、必要と答える割合のピークが変動した。これらは実際に制度を利用する年代としてのニーズが表れているものと考えられた。

同様の取り組みについての社会的必要性、働く女性にとって必要と思うかについては、女性の健康に関する項目では、年代を問わず同程度の割合での回答がみられ、女性の健康に関して利用できる休暇/休業制度への必要性を感じる者の割合が多かった。一方、不妊治療と仕事の両立の取り組みについては、年代が若くなるにつれて必要性を感じる者の割合が高くなる傾向がみられ、年代による違い

がみられた。その中でも不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休暇/休業制度については、全年代で半数を超える者が必要性を感じていた。

● 性別と仕事との関係に関する認識の状況
(表 2 3)

性別と仕事との関係についての調査では、女性の体力を考慮した作業環境や作業内容を検討してほしいという回答が最も割合が高く、年代による傾向がみられず全年代において 6 割前後の回答が得られた。その他の項目では、多くの場合年代が若くなるにつれて、あるいは家事育児負担が増しやすい年代において同意回答の割合が高くなっていることから、体力面といった生物学的な傾向についての考慮は必要である一方で、年代や本人の状況によって性別と仕事との関係に対する不公平さの認識や意識に違いがあることが推測される。これらについては、今後回答者の家族の状況などを踏まえた分析も検討する必要がある。

E. 結論

本研究では、研究初年度として多様な女性労働者からの回答を得て、議論の土台となる基礎的資料を作成した。今後、本研究の結果をもとに研究班内での議論を深めるとともに、得られたデータから分析的研究を進める。

F. 引用・参考文献

1. Okawara M and Yamashita S. A Review of

Recent Scientific Findings on the Health Effects of Working from Home and Implications for the Development of Regulation. Journal of work health and safety regulation. 2023; 2 (1): 1–16.

2. Otsuka, Souhei; Ishimaru, Tomohiro; Nagata, Masako; Tateishi, Seiichiro; Eguchi, Hisashi; Tsuji, Mayumi; Ogami, Akira; Matsuda, Shinya; Fujino, Yoshihisa, for the CORoNaWork Project. A Cross-Sectional Study of the Mismatch Between Telecommuting Preference and Frequency Associated With Psychological Distress Among Japanese Workers in the COVID-19 Pandemic. Journal of Occupational and Environmental Medicine. 2021;63(9):e636-e640.

G. 学会発表

なし

H. 論文業績

なし

I. 知的財産権の出願・登録状況:(予定を含む。)

1. 特許取得
なし
2. 実用新案登録
なし
- 3.その他
なし

表1. 回答者の基本属性

変数	N=5,626	
	n	%
年齢		
18-19	127	2.3
20-24	250	4.4
25-29	790	14.0
30-34	489	8.7
35-39	600	10.7
40-44	509	9.1
45-49	615	10.9
50-54	619	11.0
55-59	505	9.0
60-64	796	14.2
65-69	326	5.8
居住地域		
北海道・東北	1108	19.7
関東・甲信越	1137	20.2
東海・北陸・近畿	1152	20.5
中国・四国	1112	19.8
九州・沖縄	1117	19.9
最終学歴		
中学校	114	2.0
高校	1938	34.5
専門学校	925	16.4
短大・高専	950	16.9
大学、大学院	1667	29.6
その他	32	0.6
業務内容		
主にデスクワーク（事務やパソコンでの仕事）	1889	33.6
主に人と話したりする仕事（接客・営業・販売など）	1904	33.8
主に作業（生産現場、体を使う作業、介護など）	1833	32.6
等価世帯収入(万円), 中央値(四分位範囲)	318	(202 - 450)

表2. 家族に関する状況

変数		N=5,626	
		n	%
婚姻状況			
	既婚	2688	47.8
	未婚	2199	39.1
	離婚、死別	739	13.1
同居家族			
	あり	4327	76.9
	なし	1299	23.1
配偶者と同居			
	あり	2634	46.8
	なし	2992	53.2
未就学児と同居			
	あり	594	10.6
	なし	5032	89.4
小学生の子と同居			
	あり	502	8.9
	なし	5124	91.1
介助・介護が必要な家族と同居			
	あり	282	5.0
	なし	5344	95.0
生計を一にする家族の人数, 平均値(標準偏差)		2.6	(1.3)

表3. 仕事に関する状況

変数	N=5,626	
	n	%
業種		
会社勤務（一般社員）	1580	28.1
会社勤務（管理職）	82	1.5
会社経営（経営者・役員）	36	0.6
公務員・教職員・非営利団体職員	295	5.2
派遣社員・契約社員	494	8.8
自営業(商工サービス)	199	3.5
SOHO	45	0.8
農林漁業	33	0.6
専門職(弁護士・税理士等・医療関連)	370	6.6
その他の職業	128	2.3
パート・アルバイト	2364	42.0
主たる勤務先の企業規模		
1人(フリーランス)	337	6.0
2-49人	2048	36.4
50-999人	2034	36.2
1000人以上	1207	21.5
平均的な一日の労働時間(残業を含む)		
4時間未満	364	6.5
4時間以上8時間未満	2113	37.6
8時間以上	3149	56.0
平均的な通勤時間(片道)		
30分未満	1829	32.5
30分以上1時間未満	1536	27.3
1時間以上	2261	40.2

表4. 作業内容とその頻度に関する状況

変数	N=5,626	
	n	%
重量物(10kg以上)取扱い作業		
週に4日以上	474	8.4
週に2～3日程度	354	6.3
週に1日程度	279	5.0
月に数日程度	486	8.6
ない	4033	71.7
長時間の立位作業		
以上	2086	37.1
程度	700	12.4
程度	245	4.4
程度	331	5.9
ほとんどしていない	2264	40.2
自分のタイミングで休憩やトイレに行けない状況での作業		
以上	900	16.0
程度	593	10.5
程度	363	6.5
月に数日程度	544	9.7
ほとんどしていない	3226	57.3
車両の運転を伴う業務		
週に4日以上	276	4.9
週に2～3日程度	168	3.0
週に1日程度	149	2.7
月に数日程度	273	4.9
ほとんどしていない	4760	84.6
夜勤業務		
週に4日以上	155	2.8
週に2～3日程度	160	2.8
週に1日程度	182	3.2
月に数日程度	209	3.7
ほとんどしていない	4920	87.5
宿泊を伴う出張		
週に4日以上	21	0.4
週に2～3日程度	55	1.0
週に1日程度	66	1.2
月に数日程度	162	2.9
ほとんどしていない	5322	94.6
在宅勤務		
週に4日以上	237	4.2
週に2～3日程度	168	3.0
週に1日程度	135	2.4
月に数日程度	163	2.9
ほとんどしていない	4923	87.5
在宅勤務の希望		
無し	3844	68.3
あり	1782	31.7

表5. 仕事のストレス要因や周囲の支援に関する状況

変数	N=5,626	
	n	%
心理的な仕事の負担(量)		
	1221	21.7
やや低い/少ない	1663	29.6
	1806	32.1
	566	10.1
	370	6.6
心理的な仕事の負担(質)		
	1034	18.4
やや低い/少ない	1773	31.5
	1835	32.6
	681	12.1
	303	5.4
仕事のコントロール度		
	648	11.5
やや低い/少ない	1201	21.3
	1695	30.1
	1452	25.8
	630	11.2
仕事の適性度		
	454	8.1
やや低い/少ない	1146	20.4
	3059	54.4
	967	17.2
上司からのサポート		
	936	16.6
やや低い/少ない	2035	36.2
	1244	22.1
	988	17.6
	423	7.5
同僚からのサポート		
	1054	18.7
やや低い/少ない	2115	37.6
	1621	28.8
	529	9.4
	307	5.5
家族・友人からのサポート		
	1333	23.7
やや低い/少ない	1092	19.4
	1204	21.4
	887	15.8
	1110	19.7

表6. 健康状態やプレゼンティーズムに関する状況

変数	N=5,626	
	n	%
過去30日間における体の調子が良くなかった日数		
平均 (標準偏差)	3.1	(6.4)
5日未満	4391	78.1
5日以上	1235	22.0
過去30日間における心の健康の調子が良くなかった日数		
平均 (標準偏差)	3.7	(7.5)
5日未満	4302	76.5
5日以上	1324	23.5
過去30日間における、日常の活動に支障があった日数		
平均 (標準偏差)	1.9	(5.1)
5日未満	4876	86.7
5日以上	750	13.3
過去30日間における、体調不良が理由で仕事を休んだ日数		
平均 (標準偏差)	0.53	(2.5)
5日未満	5429	96.5
5日以上	197	3.5
過去30日間における、体調不良にも関わらず仕事に従事した日数		
平均 (標準偏差)	1.4	(4.0)
5日未満	5077	90.2
5日以上	549	9.8
WFun (Work Functioning Impairmet Scale)		
平均 (標準偏差)	12.8	(6.9)
21点未満	4750	84.4
21点以上	876	15.6
K6 (Kessler 6)		
平均 (標準偏差)	5.9	(6.2)
5点未満	2875	51.1
5点以上	2751	48.9
9点以上	1664	29.6
13点以上	778	13.8

表7.雇用・職務における変化

変数	全体	
	N=5,626	
	n	%
1年以内の雇用・職務における変化		
・月経や更年期障害などの女性の健康を理由として、		
降格した	87	1.6
昇進を辞退した	67	1.2
部署の異動希望を出した	99	1.8
雇用形態をパートタイムや契約社員へ変更した	139	2.5
勤務時間をこれまでより短くした	203	3.6
休職した	170	3.0
退職・転職した	220	3.9

*それぞれ変化ありの人数

表8. 体調や経験している状況

変数	全体	現在月経あり	
	n=5,626	n=3,332	%
		n	%
現在経験している体調や状況			
月経に関すること（月経困難症、月経前症候群など）		1212	36.4
更年期に関すること（更年期障害、閉経後症候群など）	692	12.3	
その他の子宮・卵巣・膣などの問題に関すること	533	9.5	
おりもの、性器を含む皮膚の痒みや痛みに関すること	1001	17.8	
うつ、睡眠障害などのこころの健康に関すること	957	17.0	
不妊治療に関すること	163	2.9	
その他の健康に関すること	822	14.6	
育児との両立	487	8.7	
介護との両立	291	5.2	

表9. 体調や状況による仕事上の支障や配慮の必要性について

	各症状・状況が「ある」と回答した者																	
	月経 困難症等		更年期 障害等		その他の子宮・ 卵巣・膣などの 問題		おりもの、性器を 含む皮膚の 痒みや痛み		こころの 健康		不妊治療		その他の 健康		育児との 両立		介護との 両立	
	n=1,212		n=692		n=533		n=1,001		n=957		n=163		n=822		n=487		n=291	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
各症状・状況による仕事上の支障																		
困ることはない	197	16.3	166	24.0	206	38.7	233	23.3	98	10.2	51	31.3	159	19.3	107	22.0	51	17.5
少し困っている	645	53.2	375	54.2	201	37.7	542	54.2	447	46.7	47	28.8	371	45.1	236	48.5	144	49.5
困っている	244	20.1	107	15.5	76	14.3	155	15.5	236	24.7	38	23.3	184	22.4	98	20.1	65	22.3
とても困っている	126	10.4	44	6.4	50	9.4	71	7.1	176	18.4	27	16.6	108	13.1	46	9.5	31	10.7
会社からの支援や配慮の必要性																		
必要ない	783	64.6	477	68.9	377	70.7	770	76.9	492	51.4	89	54.6	505	61.4	227	46.6	103	35.4
支援や配慮を受けられている	130	10.7	35	5.1	46	8.6	39	3.9	140	14.6	21	12.9	105	12.8	109	22.4	83	28.5
支援や配慮が必要だが受けられていない	299	24.7	180	26.0	110	20.6	192	19.2	325	34.0	53	32.5	212	25.8	151	31.0	105	36.1

表10.医療機関の受診状況

変数	全体		現在月経あり		40歳以上	
	N=5,626		n=3,332		n=3,370	
	n	%	n	%	n	%
月経に関すること（月経困難症、月経前症候群など）						
受診したことはない			2535	76.1		
受診／治療したことはあるが現在はない			478	14.3		
定期的に受診／治療している			319	9.6		
月経日の移動希望（仕事の都合）						
受診したことはない			3201	96.1		
受診／治療したことはあるが現在はない			69	2.1		
定期的に受診／治療している			62	1.9		
月経日の移動希望（仕事の都合以外）						
受診したことはない			3135	94.1		
受診／治療したことはあるが現在はない			134	4.0		
定期的に受診／治療している			63	1.9		
更年期に関すること（更年期障害、閉経後症候群など）						
受診したことはない					2970	88.1
受診／治療したことはあるが現在はない					281	8.3
定期的に受診／治療している					119	3.5
その他の子宮・卵巣・膣などの問題に関すること						
受診したことはない	4473	79.5				
受診／治療したことはあるが現在はない	752	13.4				
定期的に受診／治療している	401	7.1				
おりもの、性器を含む皮膚の痒みや痛みに関すること						
受診したことはない	4950	88.0				
受診／治療したことはあるが現在はない	526	9.4				
定期的に受診／治療している	150	2.7				
うつ、睡眠障害などのこころの健康に関すること						
受診したことはない	4835	85.9				
受診／治療したことはあるが現在はない	432	7.7				
定期的に受診／治療している	359	6.4				
不妊治療に関すること						
受診したことはない	5166	91.8				
受診／治療したことはあるが現在はない	321	5.7				
定期的に受診／治療している	139	2.5				
貧血に関すること						
受診したことはない	4782	85.0				
受診／治療したことはあるが現在はない	663	11.8				
定期的に受診／治療している	181	3.2				
低用量ピルに関すること						
受診したことはない	4948	88.0				
受診／治療したことはあるが現在はない	383	6.8				
定期的に受診／治療している	295	5.2				
その他の健康に関すること						
受診したことはない	4577	81.4				
受診／治療したことはあるが現在はない	521	9.3				
定期的に受診／治療している	528	9.4				

表11. 月経に関する状況-1

変数	現在月経あり n=3,332	
	n	%
月経に関連した症状		
下腹部、頭、肩などの体の痛み		
なし	938	28.2
少しある	989	29.7
ある	782	23.5
かなりある	479	14.4
とてもひどい	144	4.3
集中力、判断力、注意力、記憶力などの低下		
なし	1429	42.9
少しある	966	29.0
ある	603	18.1
かなりある	270	8.1
とてもひどい	64	1.9
仕事の能率の低下や根気がなくなる		
なし	1492	44.8
少しある	910	27.3
ある	575	17.3
かなりある	286	8.6
とてもひどい	69	2.1
めまい、冷や汗、吐き気、顔のほてり		
なし	1965	59.0
少しある	730	21.9
ある	407	12.2
かなりある	172	5.2
とてもひどい	58	1.7
体重増加、肌荒れ、乳房の張り、手足のむくみ		
なし	1369	41.1
少しある	867	26.0
ある	674	20.2
かなりある	329	9.9
とてもひどい	93	2.8
イライラや憂うつなど感情や気分の変化		
なし	1093	32.8
少しある	830	24.9
ある	699	21.0
かなりある	497	14.9
とてもひどい	213	6.4
経血や生理用品の交換に関すること		
なし	1669	50.1
少しある	748	22.5
ある	568	17.1
かなりある	273	8.2
とてもひどい	74	2.2

表12. 月経に関する状況-2

月経に関連した各症状の有無に対し「少しある」以上の回答をした者														
変数	痛み		集中力低下		行動変化		自律神経失調		水分貯留		否定的情緒		経血・生理用品	
	n=2,394		n=1,903		n=1,840		n=1,367		n=1,963		n=2,239		n=1,663	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
各症状による仕事上の支障														
とても支障がある	318	13.3	234	12.3	254	13.8	179	13.1	188	9.6	395	17.6	203	12.2
少し支障がある	1472	61.5	1171	61.5	1121	60.9	762	55.7	839	42.7	1200	53.6	897	53.9
全く支障がない	604	25.2	498	26.2	465	25.3	426	31.2	936	47.7	644	28.8	563	33.9

表13. 更年期障害に関する状況-1

変数	40歳以上	
	n=3,370	
	n	%
Menopausal Rating Scale(MRS)		
なし(0-4点)	2019	59.9
軽度(5-8点)	575	17.1
中等度(9-16点)	510	15.1
重度(17点以上)	266	7.9
MRS下位尺度		
精神症状		
なし(0-1点)	1920	57.0
軽度(2-3点)	542	16.1
中等度(4-6点)	505	15.0
重度(7点以上)	403	12.0
身体症状		
なし(0-2点)	2178	64.6
軽度(3-4点)	649	19.3
中等度(5-8点)	456	13.5
重度(9点以上)	87	2.6
性機能症状		
なし(0点)	2423	71.9
軽度(1点)	406	12.0
中等度(2-3点)	359	10.7
重度(4点以上)	182	5.4

表14. 更年期障害に関する状況-2

40歳以上でMRSの各項目(性生活を除く)に対し「少しある」以上の回答をした者																				
変数	ホットフラッシュ・ 発汗		心臓の不快感 (脈のとびや乱れ、 動悸・胸の締め付けなど)		睡眠の問題		憂うつな 気分		怒りっぽい		不安		心身の 強い疲労感		排尿の 問題		膣の 乾燥		関節や筋肉 の不快感	
	n=937		n=910		n=1,743		n=1,239		n=1,230		n=1,182		n=1,347		n=679		n=401		n=1,100	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
各項目による仕事上の支障																				
とても支障がある	55	5.9	51	5.6	151	8.7	110	8.9	109	8.9	114	9.6	157	11.7	49	7.2	26	6.5	121	11.0
少し支障がある	398	42.5	361	39.7	832	47.7	610	49.2	572	46.5	560	47.4	712	52.9	280	41.2	136	33.9	590	53.6
全く支障がない	484	51.7	498	54.7	760	43.6	519	41.9	549	44.6	508	43.0	478	35.5	350	51.5	239	59.6	389	35.4

表15. 女性の健康に対するセルフケアの状況

変数	N=5,626	
	n	%
月経や更年期障害などの 女性の健康に対して取り組んでいること		
月経や更年期症状の記録をつける(アプリを含む)		
取り組みなし	4139	73.6
過去に取り組みあり	428	7.6
現在取り組みあり	1059	18.8
市販のサプリメント/漢方の摂取		
取り組みなし	4728	84.0
過去に取り組みあり	478	8.5
現在取り組みあり	420	7.5
市販の鎮痛薬の内服		
取り組みなし	4463	79.3
過去に取り組みあり	483	8.6
現在取り組みあり	680	12.1
市販のクリーム・軟膏の使用(女性器を含む)		
取り組みなし	4908	87.2
過去に取り組みあり	464	8.3
現在取り組みあり	254	4.5
医療機関の受診/内服		
取り組みなし	4544	80.8
過去に取り組みあり	601	10.7
現在取り組みあり	481	8.6
休養、睡眠を確保する		
取り組みなし	3375	60.0
過去に取り組みあり	603	10.7
現在取り組みあり	1648	29.3
軽い運動を行う		
取り組みなし	3653	64.9
過去に取り組みあり	702	12.5
現在取り組みあり	1271	22.6
ストレッチ、ヨガを行う		
取り組みなし	3792	67.4
過去に取り組みあり	700	12.4
現在取り組みあり	1134	20.2
体を温める		
取り組みなし	3093	55.0
過去に取り組みあり	712	12.7
現在取り組みあり	1821	32.4
入浴や半身浴をする		
取り組みなし	3215	57.2
過去に取り組みあり	698	12.4
現在取り組みあり	1713	30.5

表16. 女性の健康や不妊治療に関する相談先の状況-1

変数	月経や更年期障害 などの女性の健康 に関する相談		不妊治療 に関する相談	
	N=5,626		N=5,626	
	n	%	n	%
産業医(男性)	134	2.4	83	1.5
産業医(女性)	143	2.5	73	1.3
保健師、看護師(男性)	67	1.2	53	0.9
保健師、看護師(女性)	147	2.6	72	1.3
同僚(男性)	98	1.7	58	1.0
同僚(女性)	611	10.9	152	2.7
上司(男性)	127	2.3	72	1.3
上司(女性)	280	5.0	101	1.8
健康に関する社内相談窓口	94	1.7	63	1.1
主治医・かかりつけ医療機関	677	12.0	236	4.2

*それぞれ相談経験「あり」の人数

表17. 女性の健康に関する相談先の状況

変数	各相談先に女性の健康に関する相談経験「あり」と回答した者																	
	産業医				保健師				同僚				上司				社内相談	主治医・
	男性		女性		男性		女性		男性		女性		男性		女性		窓口	医療機関
	n=134		n=143		n=67		n=147		n=98		n=611		n=127		n=280		n=94	n=677
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
相談者の主観的評価																		
気持ちに寄り添ってもらえた	62	46.3	84	58.7	19	28.4	95	64.6	42	42.9	537	87.9	67	52.8	211	75.4	41	43.6
問題が解決した	66	49.3	81	56.7	26	38.8	86	58.5	39	39.8	435	71.2	63	49.6	183	65.4	39	41.5
*各「そう思う」「ややそう思う」の合計																		

表18. 不妊治療に関する相談先の状況

変数	各相談先に不妊治療に関する相談経験「あり」と回答した者																	
	産業医				保健師				同僚				上司				社内相談	主治医・
	男性		女性		男性		女性		男性		女性		男性		女性		窓口	医療機関
	n=83		n=73		n=53		n=72		n=58		n=152		n=72		n=101		n=63	n=236
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
相談者の主観的評価																		
気持ちに寄り添ってもらえた	27	32.5	33	45.2	15	28.3	27	37.5	17	29.3	107	70.4	26	36.1	56	55.4	19	30.2
問題が解決した	26	31.3	31	42.5	13	24.5	30	41.7	17	29.3	88	57.9	28	38.9	50	49.5	16	25.4
*それぞれ「そう思う」、「ややそう思う」の合計																		

表19.女性の健康や不妊治療に関する相談先のニーズ

変数	月経や更年期障害 などの女性の健康 に関する相談		不妊治療 に関する相談	
	N=5,626		N=5,626	
	n	%	n	%
各特徴があることの主観的な相談のしやすさ				
医師や看護職などの専門家であること	3331	59.2	3303	58.7
同性であること	3645	64.8	3022	53.7
同年代であること	3069	54.6	2478	44.0
普段から仕事上の関係がある人であること	1681	29.9	1500	26.7
普段から交友関係がある人であること	2671	47.5	2128	37.8
自分の気持ちに寄り添ってくれること	3423	60.8	3010	53.5
困りごとを解決してくれること	3308	58.8	2934	52.2
プライバシーを守ってくれること	3654	65.0	3278	58.3

*それぞれ「相談しやすい」、「やや相談しやすい」の合計

表20. 女性の健康や不妊治療に関する自職場の取り組み

変数	全体		18-19歳		20代		30代		40代		50代		60代	
	N=5,626		n=127		n=1,040		n=1,089		n=1,124		n=1,124		n=1,122	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
女性の健康に関する自職場での取り組み														
社内の掲示板や社内報での情報提供	710	12.6	22	17.3	176	16.9	141	12.9	134	11.9	121	10.8	116	10.3
男性管理職への教育・研修	626	11.1	23	18.1	168	16.2	127	11.7	112	10.0	95	8.5	101	9.0
男性一般職への教育・研修	589	10.5	19	15.0	155	14.9	124	11.4	108	9.6	94	8.4	89	7.9
女性管理職への教育・研修	597	10.6	20	15.7	144	13.8	126	11.6	111	9.9	99	8.8	97	8.6
女性一般職への教育・研修	627	11.1	20	15.7	154	14.8	127	11.7	119	10.6	105	9.3	102	9.1
女性の健康に関して利用できる休暇制度	931	16.5	29	22.8	213	20.5	198	18.2	183	16.3	159	14.1	149	13.3
女性の健康に関して利用できる休業制度	869	15.4	28	22.0	206	19.8	179	16.4	167	14.9	151	13.4	138	12.3
不妊治療と仕事の両立に関する自職場での取り組み														
社内の掲示板や社内報での情報提供	616	10.9	19	15.0	158	15.2	132	12.1	116	10.3	99	8.8	92	8.2
男性管理職への教育・研修	508	9.0	18	14.2	119	11.4	109	10.0	97	8.6	83	7.4	82	7.3
男性一般職への教育・研修	536	9.5	19	15.0	141	13.6	115	10.6	98	8.7	82	7.3	81	7.2
女性管理職への教育・研修	543	9.7	18	14.2	142	13.7	115	10.6	100	8.9	82	7.3	86	7.7
女性一般職への教育・研修	517	9.2	19	15.0	129	12.4	108	9.9	94	8.4	81	7.2	86	7.7
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休暇制度	587	10.4	22	17.3	144	13.8	126	11.6	116	10.3	89	7.9	90	8.0
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休業制度	563	10.0	20	15.7	149	14.3	112	10.3	109	9.7	85	7.6	88	7.8
その他の自職場での取り組み														
理由を問わない時短勤務、フレックス勤務 などの柔軟な働き方	781	13.9	27	21.3	183	17.6	162	14.9	144	12.8	124	11.0	141	12.6
理由を問わない在宅勤務制度	646	11.5	24	18.9	161	15.5	138	12.7	118	10.5	105	9.3	100	8.9
女性専用の休憩室の設置	811	14.4	22	17.3	182	17.5	157	14.4	155	13.8	149	13.3	146	13.0

*それぞれ「取り組みあり」の人数

表21. 女性の健康や不妊治療への取り組みに関する本人のニーズ

変数	全体		18-19歳		20代		30代		40代		50代		60代	
	N=5,626		n=127		n=1,040		n=1,089		n=1,124		n=1,124		n=1,122	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
女性の健康への取り組みに関する本人のニーズ														
社内の掲示板や社内報での情報提供	1,615	28.7	46	36.2	342	32.9	337	30.9	334	29.7	289	25.7	267	23.8
男性管理職への教育・研修	1,766	31.4	42	33.1	381	36.6	380	34.9	351	31.2	315	28.0	297	26.5
男性一般職への教育・研修	1,724	30.6	40	31.5	372	35.8	364	33.4	341	30.3	310	27.6	297	26.5
女性管理職への教育・研修	1,807	32.1	45	35.4	388	37.3	388	35.6	351	31.2	331	29.4	304	27.1
女性一般職への教育・研修	1,768	31.4	47	37.0	379	36.4	371	34.1	343	30.5	325	28.9	303	27.0
女性の健康に関して利用できる休暇制度	2,166	38.5	55	43.3	475	45.7	460	42.2	449	39.9	381	33.9	346	30.8
女性の健康に関して利用できる休業制度	2,174	38.6	58	45.7	462	44.4	463	42.5	444	39.5	386	34.3	361	32.2
不妊治療と仕事の両立への取り組みに関する本人のニーズ														
社内の掲示板や社内報での情報提供	1,762	31.3	48	37.8	388	37.3	373	34.3	345	30.7	309	27.5	299	26.6
男性管理職への教育・研修	1,806	32.1	43	33.9	411	39.5	396	36.4	342	30.4	309	27.5	305	27.2
男性一般職への教育・研修	1,760	31.3	43	33.9	385	37.0	390	35.8	346	30.8	300	26.7	296	26.4
女性管理職への教育・研修	1,830	32.5	46	36.2	387	37.2	421	38.7	353	31.4	315	28.0	308	27.5
女性一般職への教育・研修	1,800	32.0	45	35.4	383	36.8	410	37.6	354	31.5	307	27.3	301	26.8
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休暇制度	1,933	34.4	46	36.2	424	40.8	428	39.3	377	33.5	333	29.6	325	29.0
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休業制度	1,933	34.4	47	37.0	413	39.7	437	40.1	379	33.7	331	29.4	326	29.1
その他の取り組みに関する本人のニーズ														
理由を問わない時短勤務、フレックス勤務 などの柔軟な働き方	2,203	39.2	56	44.1	477	45.9	474	43.5	457	40.7	378	33.6	361	32.2
理由を問わない在宅勤務制度	1,904	33.8	49	38.6	419	40.3	427	39.2	391	34.8	311	27.7	307	27.4
女性専用の休憩室の設置	2,050	36.4	49	38.6	428	41.2	416	38.2	393	35.0	385	34.3	379	33.8

*それぞれ「必要」と回答した者の人数

表22. 女性の健康や不妊治療への取り組みの社会的必要性に関する意識

変数	全体		18-19歳		20代		30代		40代		50代		60代	
	N=5,626		n=127		n=1,040		n=1,089		n=1,124		n=1,124		n=1,122	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
女性の健康への取り組み														
社内の掲示板や社内報での情報提供	2,561	45.5	62	48.8	496	47.7	470	43.2	512	45.6	500	44.5	521	46.4
男性管理職への教育・研修	2,848	50.6	75	59.1	564	54.2	547	50.2	568	50.5	540	48.0	554	49.4
男性一般職への教育・研修	2,747	48.8	67	52.8	541	52.0	517	47.5	552	49.1	534	47.5	536	47.8
女性管理職への教育・研修	2,831	50.3	71	55.9	548	52.7	538	49.4	562	50.0	544	48.4	568	50.6
女性一般職への教育・研修	2,782	49.4	71	55.9	531	51.1	527	48.4	553	49.2	534	47.5	566	50.4
女性の健康に関して利用できる休暇制度	3,413	60.7	86	67.7	662	63.7	649	59.6	679	60.4	656	58.4	681	60.7
女性の健康に関して利用できる休業制度	3,369	59.9	77	60.6	642	61.7	645	59.2	675	60.1	643	57.2	687	61.2
不妊治療と仕事の両立への取り組み														
社内の掲示板や社内報での情報提供	2,650	47.1	65	51.2	521	50.1	514	47.2	521	46.4	509	45.3	520	46.3
男性管理職への教育・研修	2,716	48.3	67	52.8	531	51.1	555	51.0	526	46.8	511	45.5	526	46.9
男性一般職への教育・研修	2,696	47.9	69	54.3	540	51.9	542	49.8	530	47.2	500	44.5	515	45.9
女性管理職への教育・研修	2,761	49.1	69	54.3	539	51.8	554	50.9	545	48.5	520	46.3	534	47.6
女性一般職への教育・研修	2,708	48.1	68	53.5	532	51.2	536	49.2	535	47.6	506	45.0	531	47.3
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休暇制度	3,012	53.5	75	59.1	590	56.7	595	54.6	594	52.8	571	50.8	587	52.3
不妊治療と仕事の両立に関して利用できる休業制度	2,992	53.2	71	55.9	577	55.5	595	54.6	597	53.1	562	50.0	590	52.6
その他の取り組み														
理由を問わない時短勤務、フレックス勤務 などの柔軟な働き方	3,252	57.8	75	59.1	640	61.5	651	59.8	659	58.6	603	53.6	624	55.6
理由を問わない在宅勤務制度	2,972	52.8	78	61.4	591	56.8	614	56.4	599	53.3	550	48.9	540	48.1
女性専用の休憩室の設置	3,113	55.3	75	59.1	580	55.8	576	52.9	599	53.3	618	55.0	665	59.3

*それぞれ「とても思う」、「やや思う」の合計

表23. 性別と仕事との関係に関する認識の状況

変数	全体		18-19歳		20代		30代		40代		50代		60代	
	N=5,626		n=127		n=1,040		n=1,089		n=1,124		n=1,124		n=1,122	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
女性の体力を考慮した作業環境や作業内容を検討してほしい	3,374	60.0	78	61.4	611	58.8	649	59.6	687	61.1	680	60.5	669	59.6
男性と同じ環境で仕事をするため、休憩場所などを利用しづらい	2,358	41.9	66	52.0	465	44.7	462	42.4	479	42.6	430	38.3	456	40.6
通勤時の交通機関の混雑において、体調面で不安を感じる	2,131	37.9	61	48.0	481	46.3	460	42.2	434	38.6	368	32.7	327	29.1
通勤時の交通機関の混雑において、痴漢などの犯罪への不安を感じる	2,063	36.7	60	47.2	469	45.1	418	38.4	412	36.7	369	32.8	335	29.9
退社が遅くなった際に、夜暗い道を歩いて帰ることに不安を感じる	2,704	48.1	77	60.6	560	53.8	565	51.9	537	47.8	496	44.1	469	41.8
女性だからという理由で行う雑用(お茶くみや掃除など)に対し不公平さを感じる	2,680	47.6	67	52.8	532	51.2	564	51.8	543	48.3	512	45.6	462	41.2
男性と比較して、機会を与えられることが制限され(出張など)、仕事の幅が広がらない	2,267	40.3	63	49.6	454	43.7	474	43.5	454	40.4	432	38.4	390	34.8
育児休業の取得とキャリアとの関係で、男性との不公平さを感じる	2,602	46.2	70	55.1	535	51.4	547	50.2	520	46.3	484	43.1	446	39.8
女性は、体力面や育児家事などの事情から男性よりも配慮されるべきと感じる	2,845	50.6	65	51.2	563	54.1	576	52.9	556	49.5	552	49.1	533	47.5
女性だからという理由で配慮を求めることには違和感がある	2,680	47.6	71	55.9	544	52.3	552	50.7	529	47.1	507	45.1	477	42.5
自分自身に家事育児は女性がやるものという意識があり、仕事を制限している	2,318	41.2	56	44.1	453	43.6	500	45.9	458	40.7	450	40.0	401	35.7

*それぞれ「そう思う」、「まあそう思う」の合計