



男性も知っておきたい「女性の健康問題」

女性特有の健康問題は男性特有のものより多く、仕事に支障が出るほどの不調を抱えている女性も多くいます。一緒に働く仲間である女性の健康について、男性も知っておきましょう。

監修

総合母子保健センター愛育病院
病院長 百枝 幹雄

Women's Health Data

事実 女性特有の健康問題による
経済損失は年間約3.4兆円！

経済損失

年間**3.4**兆円

月経随伴症	0.6兆円
更年期症状	1.9兆円
婦人科がん	0.6兆円
不妊治療	0.3兆円

※女性特有の健康問題による欠勤やパフォーマンス低下、離職、休職による損失額等

出典：経済産業省ヘルスケア産業課「女性特有の健康課題による経済損失の試算と健康経営の必要性について」（令和6年2月）

事実 女性の半分以上が仕事に支障が出るほどの生理痛を抱えている



その他
14.8%

生理痛は
ほとんどない
10.2%

仕事に支障が
あるほどではない
17.6%

生理痛の
程度は
どのくらい？

1日以上寝込み
仕事ができない
4.5%

横になって
休憩したくなるほど
仕事への支障をきたす
22.6%

仕事に若干の支障あり
30.3%

事実 女性の3割が健康問題により
仕事について諦めている

健康問題により
キャリアアップや仕事
を引き受けることを
諦めたことがある？

ある31%

ない69%

※健康問題＝生理痛、月経前症候群、メンタルヘルス、更年期症状、不妊治療、女性のがん など

出典：東京都「働く女性のウェルネス向上事業アンケート」（2023年5月実施）

どうして男性も 知っておいた方がいいの？

1 女性に活躍してもらうため

現在、女性従業員の割合は46%*。人手不足や景気停滞の社会状況で、女性が元気に能力を発揮して働くことは企業にとって、より重要になっています。女性の健康は「健康経営」の主要なテーマの1つとして挙げられ、定期健診の問診項目に女性の健康に関する質問を追加することも検討されています。

* 厚生労働省雇用環境・均等局「令和5年版 働く女性の実情」

2 みんなが働きやすい環境にするため

会社では、生理や更年期の女性だけでなく、高齢の人や持病がある人など、さまざまなコンディションの人が一緒に働いています。困ったとき、不調を抱えたときに相談しやすい、休みやすい環境は、男性にとっても働きやすいはず。女性の健康問題は、一部の病気への対応というより、男性も含めた会社全体・社会全体の問題なのです。

私たちに できることは？

まず、症状が辛い女性は婦人科等を受診しましょう（月経随伴症、更年期障害の多くは医療機関で治療が可能です）。男性など周囲の人は普段から女性の健康について理解するとともに、必要に応じて受診をすすめたりすることも大切です。その際は、強引な決めつけや押し付けにならないように注意しましょう。

女性の健康問題 /

こんなに大変！

20歳

月経随伴症

（50歳ぐらいまで、毎月）

重い人では
月の半分以上
体調が悪い

30歳

●月経困難症

生理中に不快な症状が2～7日続く（下腹部痛、腰痛、頭痛、吐き気、イライラ、憂うつ など）

40歳

●月経前症候群(PMS)

生理前に不快な症状が3～10日続く（お腹の張り、頭痛、乳房の張り、イライラ、憂うつ など）

50歳

更年期障害

（45～55歳ぐらいの10年間）

仕事や介護、子育てなど
大変な時期…

さまざまな不快な症状に次々とおそわれる…（頭痛、肩こり、関節痛、めまい、動悸、ほてり、のぼせ、イライラ、憂うつ など）

60歳

婦人科がん

●子宮頸がん

20歳代からかかる人がいる。20歳から2年に1回の子宮頸がん検診が必要。

●乳がん

30歳代からかかる人が増加する。日頃からのセルフチェックと、40歳から2年に1回の乳がん検診が必要。

働き盛り世代でか
かりやすく、がん検
診の負担もあります。

