

✿ 女性の健康週間 ✿

3月1日から3月8日は「女性の健康週間」です。

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するための活動で、期間中は「女性の生涯の健康」をサポートする、様々な取り組みが行われます。この期間をきっかけに、皆さまに知っていただきたい「女性の健康情報」をご紹介します。

気になるサイトをcheck!



女性の健康を支援するポータルサイト 「TOKYO#女子けんこう部」

大切な、わたしのからだ。チェックしよう。ケアしよう。

TOKYO **#女子けんこう部**

子宮頸がんや乳がんなどの女性の健康にまつわるあれこれを、手軽にマンガで読むことができます。定期的に発信されるコラムでは、健康に役立つヒントやお役立ち情報も発信されています。

◀ マンガで読める! 大切なからだところのこと。 ▶



Part1

ハタチになったら、はじめよう。
子宮頸がんのこと



Part2

自分でチェックと、40歳からは検診を!
乳がんのこと

気にはなるけど、まだ早い...?と思う方も
今より、もっと知りたい方も
何から知ったらいいかわからない方も

#女子けんこう部 始めませんか?



リンク: 東京都福祉保健局ポータルサイト「TOKYO#女子けんこう部」

厚生労働省 健康イベント&コンテンツ

自分や家族、働く仲間におこる健康課題について、まずは知ることからはじめましょう!

大人の相談室~女性の更年期障害って?~
有森裕子さん×小島慶子さん×対馬ルリ子先生 対談ムービー

今年のテーマは
「更年期」



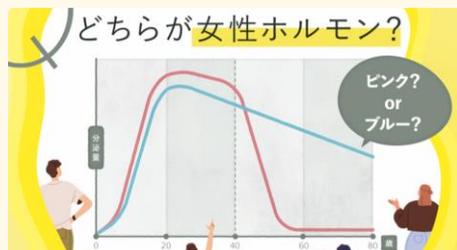
Part1 更年期の基礎知識 約15分
Part2 更年期を通じた学び 約14分

リンク: 厚生労働省運営 スマート・ライブ・プロジェクト

知っておきたい! 知ってほしい! 「女性ホルモン」のこと

女性ホルモンは、月経周期やライフステージによる分泌量の変動で、女性の日々の健康にさまざまな影響を与えています。

◀ O×クイズ! 女性ホルモンの影響のこと。 ▶



今すぐチャレンジ! してみませんか?



まるいけんぽホームページ

女性の健康対策

- 女性の健康検定
- 子宮(49)の日
- ピンクリボン月
- 女性の健康週間
- 参考サイト



厚生労働省 保健事業の共同化支援補助事業「女性の健康対策事業の推進」作成リーフレット