

女性目線を大切に 女性の一生の健康を支える 「女性医療ネットワーク」



女性ホルモン塾の受講生と対馬ルリ子先生と吉川千明さん(最前列真ん中)

とかウエルネスと呼ばれますが、これを達成するためには病気になる前から病院に行くのではなく、日ごろから健康で自分らしく輝けるような生活が必要です。となると、女性の健康を支えるには医師だけでなく、ヘルスケアに携わるさまざまな専門家の方の協力も必要です。そのため、医師からはじまった女性医療ネットワークですが、今では薬剤師、看護師、保健師、栄養士、美容家、セラピスト、鍼灸師、会社員、ジャーナリスト、研究者、さらには主婦の方、更年期などの症状に悩む方、と幅広いメンバーが参加し、活動をしています。

友人のように寄り添う

日本は男女平等のランキングで144カ国中114位というのご存知でしょうか？ 特に政治と経済の領域で男女格差が大きく、世界に遅れをとっています。つまり、日本の社会の仕組みは歴史的にも、そして今でも男性がつかっ

女性の一生の健康を支えるために必要な連携

女性の健康は、女性ホルモンの影響を受け一生のうちに変化します。大きくは思春期、性成熟期、更年期、老年期とわかれ、それぞれの時期で出やすい症状、リスクの高い病気が異なるのです。月経に関連した症状や病気の多い思春期、妊娠・出産ができる性成熟期。そして40代以降は乳がんのリスクが増加し、更年期以降には骨粗しょう症、認知症、尿もれと移り変わります。また、女性の身体はメ

います。ざっとあげただけでも産婦人科、乳腺科、整形外科、精神科、泌尿器科、と、女性の一生の健康を支えるためには、いろいろな専門の医師の協力が必要なことがわかります。また、女性特有の病気の中には、「我慢が足りない」といわれがちなものもあります。しかし、「健康とは、病気でないとか、弱っていない」ということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること(日本WHO協会訳)なのです。それはウェルビーイング

NPO 法人 女性医療ネットワークって？

NPO 法人 女性医療ネットワーク
聖路加国際大学大学院
看護情報学(ヘルスリテラシー) 専攻
北 奈央子



ているのです。今は女性医師も増えてきましたが、産婦人科の領域もかつては男性医師がほとんどで、また仕組みをつくる学会の理事は男性ばかりでした。そうなるとう然産婦人科にいても女性の立場にたつた診療にはなりません。いきなり話もきかず内診台に乗せられた、とか、更年期症状を「我慢が足りない」と言われた、とか、女性たちは産婦人科を受診して傷つき、もう二度と行きたくない、となっ

てしまいます。また、女性の悩みの中には、例えば尿漏れや性のことなど、恥ずかしくて言いにくいことも多くあります。今、少しず

つよくなってきましたが、まだまだ多くの女性たちにとって産婦人科や、女性にとって言いにくい悩みで受診することには高いハードルがあります。それを解消するために、女性医療ネットワークでは、5つの視点を大切にしています。それは、医師として大切な「臨床の視点」と「科学の視点」はもちろん、「当事者の視点」「ジェンダーの視点」、さらには「友人の視点」です。実際女性医療ネットワークに所属する医師は、友人のようにその人の人生に寄り添って一緒にその人にあつた解決策を探してくれます。信頼関係があれば言いにくいことでも相談できると思いませんか？

女性医療ネットワークの主な活動

女性医療ネットワークには現在500名程度の会員が所属しています。主旨に賛同いただける方でしたらどなたでも入会いただけます。

ですので、ご興味ありましたらぜひあなたも参加してくださいね。活動は、年間通して活発に行われています。みなさんにもぜひ参加していただきたいのは、年間3回程度開催されるシンポジウムです。2018年は、3月に子宮頸がん予防ワクチンに関するシンポジウムを開催し、100名の方に参加していただきました。2018年7月には京都で「がん診断されても自分らしく生きる」というテーマで開催予定です。

そして年間通して女性の健康について学ぶ場があります。「女性の健康学校ジョイラボ」です。年間30種類以上の女性の身体、心、社会的な健康のための講座が開催されています。全31講座の受講が完了しますと「女性の健康総合アドバイザー」として認定されます。認定を受けた方は、ジョイラボの企画や司会などに携わったり、自身でもセミナーを開催したり、カウンセリングをしたり、と活躍

されています。中でも多くの方の学びの一步目として最適なのが「女性ホルモン塾」です。女性医療ネットワークの代表理事でもある産婦人科医の対馬ルリ子先生と、美容家の吉川千明さんによる女性ホルモンのお話。はじめて参加された方からは、「目からウロコ!」という声をよくいただきます。他にも、ニュースレターの発行、関連書籍の執筆、関連団体との連携、政策提言、といった活動もしていますし、何人かのメンバーで視察・研修旅行をすることもあります。

千エック!

女性医療ネットワークのホームページに以下の情報が掲載されています。ぜひご覧になってみてくださいね。

- 女性の健康学校 ジョイラボ
年間スケジュール
<http://cnet.gr.jp/joylab/>
- 会員医師所属の病院・クリニックリスト
<http://cnet.gr.jp/mydoctor/>
- ニュースレター、書籍
<http://cnet.gr.jp/documents/>