

# 更年期～老年期の女性の より良い健康づくりのために

いま40代～50代の更年期世代女性の人口は約1722.5万人、老年期世代前半の60代～70代は1689.8万人に上り、最も多い人口層を形成しています。更年期世代女性の労働力率は20代と肩を並べ、更に60代以降の働く女性も年々増加傾向にあり、更年期・老年期女性の健康づくりは、女性医療と共に一層重要であり求められています。本講演では、更年期後期・老年期にフォーカスし、当協会の10部門の活動から把握された女性の健康課題や実情等について、データ等を基にご報告や提案をさせていただきます。我が国の女性が健やかで十分に力を発揮していける社会の実現と定着に役立てることを願っております。

## 講師：三羽 良枝 (みわ よしえ) 先生

＜NPO法人「女性の健康とメノポーズ協会」理事長＞



1996年に協会(旧名メノポーズを考える会)を設立。  
ミドルエイジ・更年期を軸に思春期～高齢期女性の生涯を通じた健康づくりとより良い働き方の啓発とサポート活動を行っている。医療、食事、運動、ライフスタイル、ワーク・ライフ・バランスの5項目を柱に、「電話相談」「女性の健康検定」「健康調査」「フォーラム」等の10部門の活動を継続中。厚生労働省・女性の健康づくり推進懇談会委員として、「女性の健康週間」の創設、「女性の健康宣言」作成に携わる。各関連医学会学術集会で講演及び、医学会誌に論文を多数掲載。各新聞社・行政・企業などで講演他、各新聞・雑誌、TV等で解説・執筆。日本女性医学学会認定専門相談士。日本産婦人科医会/日本女性医学学会/日本更年期と加齢のヘルスケア学会/日本骨粗鬆症学会等の委員・役員を務める。2013年「第12回更年期と加齢のヘルスケア学会・学会賞」、2009年「国際ソロプチミスト東京クラブ賞」等受賞  
「働く女性のヘルス&ライフノート」他を編著出版。

◆日時：11月28日(水) 18:30～20:30

◆定員：40名

◆場所：対馬ルリ子女性ライフクリニック銀座  
東京都中央区銀座 2-6-5 銀座トレスシャビル7階

◆参加費：一般の方：4,500円／オンライン参加：3,000円／ジョイラボ会員：無料

■お申込み：女性医療ネットワーク事務局まで、FAX (03-6801-6091)あるいはメール([info@cnet.gr.jp](mailto:info@cnet.gr.jp))にてお願いいたします。

お名前		ふりがな	
区分	女性医療ネットワーク会員    ジョイラボ会員    一般の方		
ご所属			
電話番号		E-mail	