

「性差に応じた健康課題」動画配信のご案内

1. 目 的 性差に応じた健康課題に関する知識向上のためのサポート
2. 実施方法 YouTube による動画配信
3. 配信期間 令和 8 年 1 月 15 日（木）～令和 9 年 3 月 31 日（水）
4. 動画内容

①『【女性編】年代別に起こりうる健康課題と働き方～セルフケア、受診の目安、職場での工夫など～』

月経困難症、不妊に関する悩み、更年期に関連する不調など、女性特有の健康課題に加え、プレコンセプションケア（妊娠前からの健康づくり）や、仕事との両立支援について詳しく紹介します。

②『【男性編】年代別に起こりうる健康課題と働き方～セルフケア、受診の目安、職場での工夫など～』

喫煙、睡眠不足、肥満、不妊に関する悩み、生活習慣病、男性更年期（男性ホルモン低下に関連する不調）など、男性に多い健康課題について、セルフケアや職場でできる工夫をわかりやすく紹介します。

※本動画の内容は、「健康企業宣言システム」および「健康企業宣言支援コンテンツ」に掲載している内容と同一です。

※性別に関わらず【女性編】【男性編】の両方をご視聴いただくことで、各健康課題や関連する悩みへの理解促進につながります。
5. 対 象 者 会員健康保険組合加入員
※健康企業宣言に参加していない事業者の皆さまにもご視聴いただけます。
6. 視聴方法 ご視聴には共通のユーザー名とパスワードが必要です。
別紙 2「性差に応じた健康課題」視聴方法をご確認ください。
7. そ の 他 動画を視聴後、以下のアンケートへの回答にご協力下さいますようお願いいたします。

<アンケート URL>

https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWsW0yxEjajBLZtrQAAAAAAAAAAAAO__R2ibYxUN0ZRNvdSTDVVQTNVWDhVMjY2QjJNS1NFMS4u