

# 3月1日～3月8日 女性の健康週間

3月3日ひな祭りを中心に、3月1日から8日国際女性の日までの8日間は「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、期間中は全国で「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。

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!!**

## 女性の健康について知る



厚生労働科学研究費補助金を受けた研究班が作成  
女性の健康相談室 ヘルスケアラボ

女性の健康を包括的に支援するための、情報発信を行っているサイトです

まるけんちゃん おすすめ!

### お役立ち コンテンツ



#### すべての女性に知ってほしい女性のからだごころの特性

はじめに…女性のライフステージと健康の特徴、現代女性の健康問題について知ってください!

#### ライフステージ別女性の健康ガイド

現在の健康課題だけではなく、今後、起こりうる変化について知っておき、生涯を通じた健康づくりに備えましょう!



#### これって病気かな?女性の病気セルフチェック

「もしかして病気かも?」と不安になったとき、気になる病気をセルフチェックしてみましょう。初期には自覚症状がないものもあります。ご自身のライフステージに当てはまるものは、症状がなくても1度、チェックしてみることをオススメします!



#### 病気・病院を検索

気になるキーワード、症状から検索できます!



**CHECK!!**

<https://w-health.jp/>

## 婦人科の受診について知る



厚生労働省  
健康イベント&コンテンツ



女性の健康週間

みんなで知ろう。婦人科のこと

婦人科受診の  
トリセツ

婦人科・産婦人科、産科・婦人科、女性外科等

女性だけでなく、男性向けのコンテンツも発信されています!みんなが生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごせるよう、活用できる知識を身につけましょう!

#### 基礎編

婦人科についての  
基礎的な情報

トリセツを読む



#### (年代別)女性編

女性の健康に関する  
年代ごとのお悩みと対処法

トリセツを読む



#### 男性編

女性の健康について  
男性や周囲の方々にも  
知っていただきたいこと

トリセツを読む



**CHECK!!**

[https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/womens\\_health/2022/](https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/womens_health/2022/)