

2023（令和5）年度 えひめ女性財団調査研究助成事業

愛媛県在住の就労女性のアンコンシャス・バイアス（性役割意識）、

女性特有の健康上の課題とヘルスリテラシーの実態調査

人間環境大学松山看護学部

永江真弓

人間環境大学松山看護学部

高田律美

愛媛大学医学部附属病院睡眠医療センター長

岡靖哲

愛媛大学医学部医学系研究科疫学・予防医学

田中景子

愛媛大学医学部医学系研究科地域小児・周産期学講座

檜垣高史

## 目次

### I. 調査概要

1. 調査・研究の背景
2. 調査・研究の目的
3. 調査方法
4. 結果および考察
  - 1) 調査対象の属性
  - 2) 健康度と生活習慣の現状
  - 3) アンコンシャス・バイアスの現状
  - 4) 女性のヘルスリテラシーの現状
  - 5) 性的リスク対処意識の現状
5. 今後の課題
6. 謝辞

### II. 調査資料

1. 対象の属性に関するアンケート (一部)

## I. 調査概要

## 1. 調査・研究の背景

世界経済フォーラムが2022年7月、「The Global Gender Gap Report 2022」を公表し、各国における男女格差を測るジェンダー・ギャップ指数（Gender Gap Index：GGI）を発表した。この指数は、「経済」「教育」「健康」「政治」の4つの分野のデータから算出され、2022年の日本の総合スコアの順位は146か国中116位と、アジア諸国の中でも韓国や中国、ASEAN諸国より低い結果であった。日本は、「教育」の順位は1位、「健康」は63位と高い値である一方、「経済」は121位、「政治」は139位と低かった。

日本国内での愛媛県の場合は、経済分野は47都道府県中14位であり、企業や法人の役員・管理職の女性割合が高いという特徴があるが、共働き家庭の家事・育児などに充てる時間の男女格差は女性が男性の5倍以上にあたり、43位と格差が非常に大きい現状にある。共働き家庭の家事・育児などに充てる時間の男女格差が非常に大きい原因の1つとして、アンコンシャス・バイアス（性別による無意識の思い込み）が挙げられる。内閣府男女共同参画局が調査した「令和4年度性別による無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）に関する調査研究」によると、男女の性役割について質問した結果、男女ともに「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」が一番高かった。その他男女差が大きく開いたのは「男性は〜べきだ」という項目であり、全体的に男性が高い割合となっている。これらを解消するには、まず女性が自らのアンコンシャス・バイアスに気づくことや、女性自身が力を付け、次世代を含めた女性自身のエンパワーメントを促進する必要がある。また、女性自身が次世代を育成する意識をもち、女性から女性へ意識を伝承することも必要である。

また近年、日本の女性労働者のうち、20代から30代が増加しているが、性成熟期にある女性の4人に1人が月経痛や生殖器の疾患を健康上の心配事としており、様々な健康課題を抱えながら就労している現状にある。さらに、更年期世代のホルモンケア推進プロジェクトによる調査（2014年）によると、3人に1人以上の女性が更年期症状によって仕事を辞めようと思ったことがあり、7割以上が昇進辞退を検討し、2人に1人が辞退したことがあると回答している。また、「働く女性の健康増進調査2018」（日本医療政策機構）によると、ヘルスリテラシーの高い女性の方が仕事のパフォーマンスが高いという結果であった。

共働き家庭の家事・育児負担の男女格差が大きいことは、女性の心身の負担に繋がり、健康状態に影響を及ぼす可能性が考えられる。特に月経の諸症状や更年期症状、望む時期の妊娠等の女性特有の健康課題への対処は、本人のヘルスリテラシーにより左右されるものである。そこで、愛媛県内在住女性のアンコンシャス・バイアスと女性特有の健康上の課題の現状、女性のヘルスリテラシーについて調査するに至った。

本調査は、女性自らのアンコンシャス・バイアスへの気づきを促し、女性自身が力を付け、次世代を含めた女性自身のエンパワーメントを促進するための示唆を得られるものである。また、女性自らの健康意識を高め、女性特有の健康上の課題への対処行動を行い、仕事に対するパフォーマンスを向上させることで、男女共同参画を促進し、女性が更に活躍するための基礎資料とする。

## 2. 調査・研究の目的

今回の調査・研究の目的は、愛媛県内在住女性の性役割に関するアンコンシャス・バイアスと、就労に影響する女性特有の健康上の課題について明らかにすると共に、女性のヘルスリテラシーの現状について明らかにすることである。

## 3. 調査方法（質問紙調査）

### 1) 用語の定義：

#### (1) アンコンシャス・バイアス

性別による無意識の思い込み。自分自身が気づいていないものの見方や捉え方のゆがみ・偏り。

#### (2) 女性のヘルスリテラシー

健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力。

#### (3) 就労女性

勤務形態や職業にかかわらず、現在就労している女性

### 2) 調査対象：愛媛県内在住の 20 代から 60 代の就労女性とした。

### 3) 調査期間： 2023 年 11 月～2024 年 3 月

### 4) 収集方法：

愛媛県在住で現在就労している 20 代～60 代の女性に調査の趣旨を説明し、アンケートの回答に同意を得られた対象者にアンケートを配布し、回答データは郵送にて収集した。

### 5) アンケートの内容

対象者の背景、アンコンシャス・バイアス（性役割意識）、女性のヘルスリテラシー、性的リスク対処意識、健康度・生活習慣診断検査である。

(1) 対象の背景：年代、婚姻状況、家族形態、就労形態、勤務状況、家事労働時間、健康上の課題（既往歴、1 年の受診歴とその理由、婦人科系基礎疾患の有無、妊娠・出産歴、不妊治療経験の有無、月経がある対象には月経随伴症状の有無、月経前症候群の有無）

(2) 健康度と生活習慣：健康度と生活習慣の実態を調べ健康の増進や生活習慣の改善の参考資料を得るために徳永が作成した健康度・生活習慣診断検査用紙 (DIHAL.2,2003) を用いた。

(3) アンコンシャス・バイアス（性役割意識）：男女共同参画局で令和 4 年度に調査された性役割に関する調査の内容を用いて、①そう思わない、②どちらかといえばそう思わない、③どちらかといえばそう思う、④そう思うの 4 つの選択肢から回答を求めた。

(4) 女性のヘルスリテラシー：日本人の働く女性を対象に女性生殖器特有の疾患を予防および早期発見するために開発された（河田,2014）、性成熟期女性のヘルスリテラシー尺度を用いる。以下の内容について、①まったくあてはまらない ②あまりあてはまらない ③ややあてはまる ④かなりあてはまるの 4 つの選択肢から回答を求めた。

### 【女性の健康情報の選択と実践】

- ・女性の健康についてのたくさんの情報から、自分に合ったものを選ぶことができる。
- ・インターネット・雑誌などで紹介されている女性の健康についての情報が正しいか検討することができる。
- ・医療従事者(医師・保健師・看護師・助産師等)に相談するときは、自分の症状について話すことができる。
- ・自分の体について、心配事があるときは、医療従事者(医師・保健師・看護師・助産師等)に相談することができる。
- ・女性の健康について情報がほしいときは、それを手に入れることができる。
- ・自分の身体のことについて、アドバイスや情報を参考にして実際に行動することができる。
- ・日常生活の中で見聞きする女性の健康についての情報が、理解できる。
- ・自分の体調を維持するために行っていることがある。

### 【月経セルフケア】

- ・体調の変化から月経を予測することができる。
- ・自分の月経周期を把握している。
- ・月経を体調のバロメータ（基準・目安）にしている。
- ・月経に伴う心身の変化に気づいている。
- ・月経時につらい症状があるときは、積極的に対処法をおこなっている。

### 【女性の体に関する知識】

- ・妊娠のしくみについての知識がある。
- ・避妊の方法についての知識がある。
- ・性感染症の予防についての知識がある。
- ・月経のしくみについての知識がある。
- ・子宮や卵巣の病気についての知識がある。

### 【パートナーとの性相談】

- ・パートナーと性感染症の予防について話し合うことができる。
- ・必要なときは、パートナーと避妊について話し合うことができる。

(5)性的リスク対処意識：性的リスク対処意識とは、「避妊や性感染症予防など性行動に伴う責任への認知」であり、【性的関係におけるリスクを避けるための適切な行動がとれる自己管理能力の認知】【相手と親密な関係を形成しコミュニケーションをとることのできる性的対人関係能力に関する自信】についての質問項目からなる性的リスク対処意識尺度（草野, 2006）を用いて調査した。以下の質問項目について、①全くそう思わない、②あまりそう思わない、③そう思う、④とてもそう思うの4つの選択肢での回答を求めた。

- ・性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えオープンに話し合うことができる（と思う）。

- ・セックスの相手と避妊やエイズ、性感染症の予防について話し合うことは難しい（と思う）。
- ・もし望まない妊娠に至ったとしたら（自分または相手が）相手と十分話し合うことができる（と思う）。
- ・私は自分で好きな人を見つけて交際することができる（と思う）。
- ・私は好きな人に素直に自分の気持ちを表現することができる（と思う）。
- ・私は自分の性や体に関わる健康のことについてあまり深く考えたことがない。
- ・性的関係において相手の気持ちや意思を配慮し尊重することができる（と思う）。
- ・私は好きな人に自分の魅力をアピールすることができる（と思う）。
- ・私は自分の性行動について深く考えたことがない。
- ・私は望まない妊娠やエイズ・性感染症などのリスクから身を守るために情報を収集したり相談したりすることができる（と思う）。
- ・性やセックスについてまじめに考えたり話したりすることは恥ずかしい。
- ・私は好きな人と愛情と信頼をはぐくむ安定した関係を持つことができる（と思う）。
- ・いつ誰と性関係を持つか持たないかを自分の意志で決めることができる（と思う）。
- ・自分が傷つきたくないので、恋愛や性的な関係に入るのを避けてしまう（と思う）。
- ・コンドームを正しく使ってエイズや性感染症を予防する安全なセックスを実行できる自信がある。
- ・私はセックスの場面では相手まかせになってしまう（と思う）。
- ・望まない妊娠や性感染症（クラミジアや淋病等）などのトラブルが起こったらどう対処していいかわからない（と思う）。
- ・もし望まない妊娠に至ったら（自分または相手が）産むにせよ産まないにせよよく考えて責任ある行動をとることができる（と思う）。

#### 6) データ分析方法：

以下の実態を明らかにし、それぞれの項目の関連を分析した。

- 1) 対象の背景：年代、居住地域、婚姻状況、家族形態、就労形態、勤務状況、家事労働時間、既往歴、過去1年の受診歴、婦人科系基礎疾患の有無、月経の状況、妊娠・出産歴、不妊治療経験の有無について記述統計を行った。
- 2) 健康度（身体的、精神的、社会的健康度）および生活習慣（食事、運動、休養）を、健康度・生活習慣診断検査用紙(DIHAL.2,2003)の回答結果の合計得点の平均を算出し、判定基準に従い1「かなり低い」2「やや低い」3「もう少し」4「やや優れている」5「優れている」の5段階で評価した。また、対象の健康度を子育て世代である20歳代から40歳代と50歳代以上の2つのグループでの平均点の差、健康度が大きく変化しうる可能性がある閉経前と閉経後のグループにの平均点の差をt検定で比較した。
- 3) アンコンシャス・バイアス（性役割意識）について、年代別に各項目で④そう思う、③

どちらかと言えばそう思うと回答した人の割合を求め、全国調査の結果と比較した。

- 4) 女性のヘルスリテラシーの各質問項目の平均点を年代別に算出した。また、健康度と生活習慣において、ピアソンの相関係数を求め、それぞれの項目やカテゴリーの合計得点との相関を分析した。
- 5) 性的リスク対処意識の年代別に算出した。また、健康度と生活習慣において、ピアソンの相関係数を求め、それぞれの項目やカテゴリーの合計得点との相関を分析した。

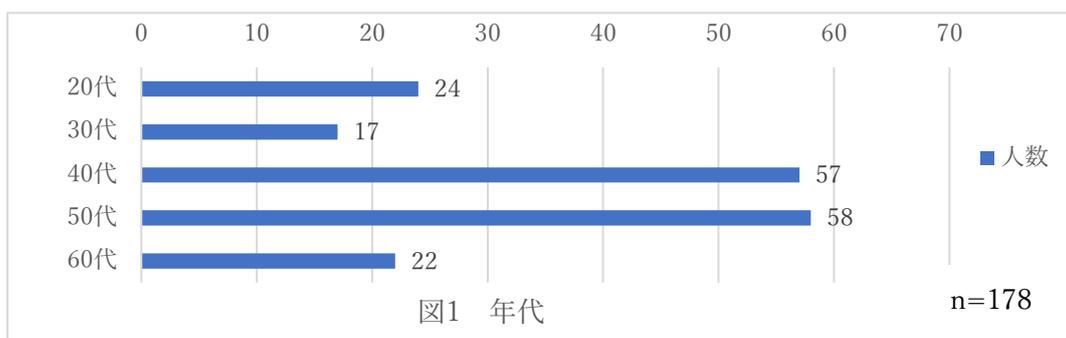
#### 4. 結果および考察

質問紙の配布は310件であり、回収は178件（回収率57.4%）であった。

##### 1) 調査対象の属性（表1）

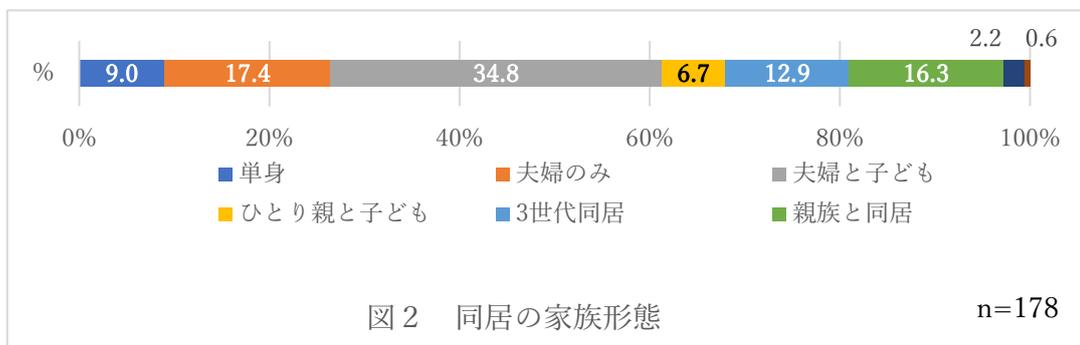
###### (1) 年代

回答者の年代は50代が58人(32.6%)と最多であり、次いで40代57人(32.0%)が多く、20代24人(13.5%)、60代22人(12.3%)、30代17人(9.6%)であった。（図1）



###### (2) 同居の家族形態

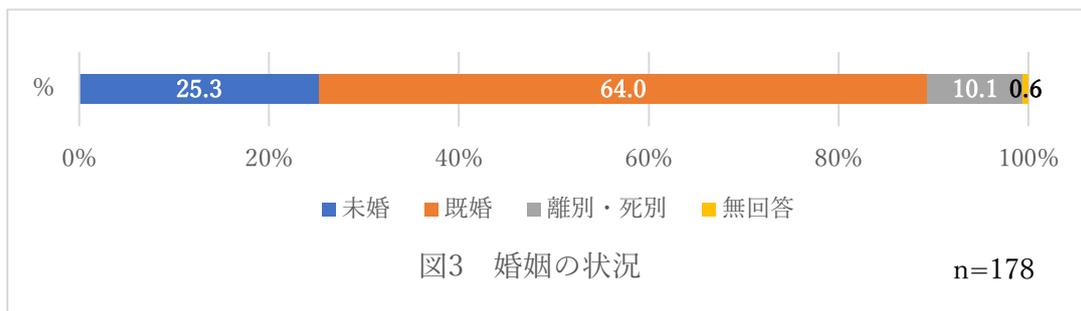
回答者のうち、夫婦と子どもの世帯の人が62人（34.8%）と最多であり、次いで夫婦のみの人が31人（17.4%）、親族と同居の人が29人（16.3%）、3世代同居の人が23人（12.9%）、単身者が16人（9.0%）、ひとり親と子どもの人が12人（6.7%）、その他が4人（2.2%）、無回答1人（0.6%）であった（図2）。



###### (3) 婚姻状況

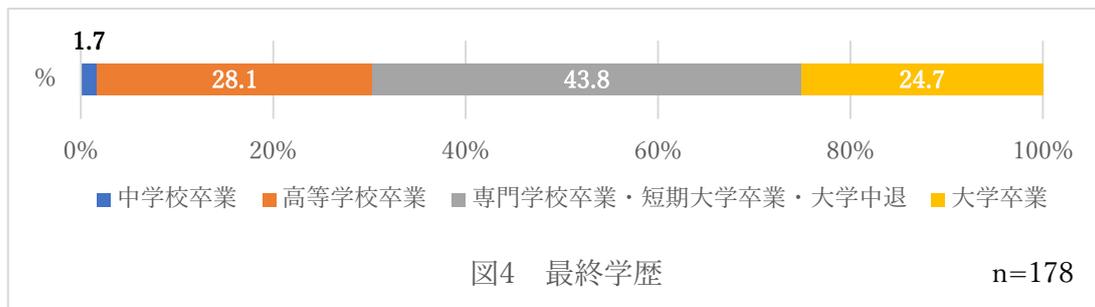
回答者のうち、既婚が114人(64.0%)であり、離別・死別が18人(10.1%)、未婚が

45人(25.3%)、無回答1人(0.6%)であった(図3)。



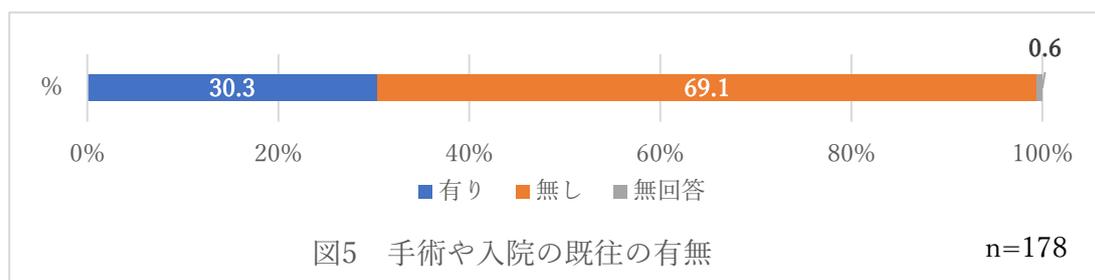
#### (4) 最終学歴

回答者のうち、専門学校卒業・短期大学卒業・大学中退が78人(43.8%)と最多であり、高等学校卒業が50人(28.1%)。大学卒業が44人(24.7%)、中学校卒業が3人(1.7%)、その他が3人(1.7%)であった(図4)。



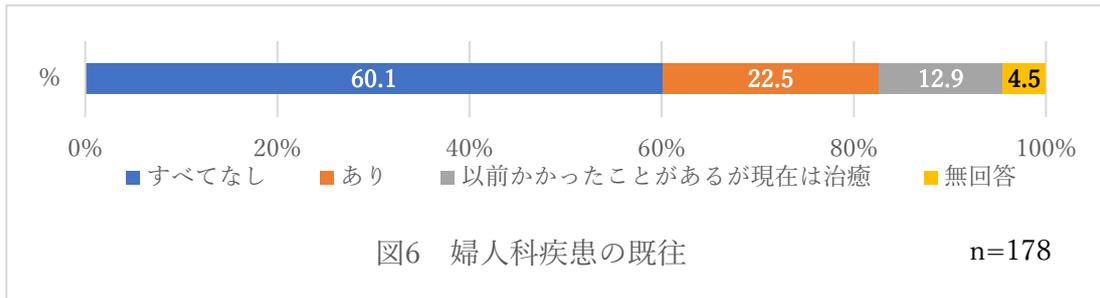
#### (5) 入院や手術等の既往歴

回答者のうち、入院や手術を要する既往歴がない人が123名(69.1%)、ある人は54名(30.3%)、無回答が1名(0.6%)であった(図5)。



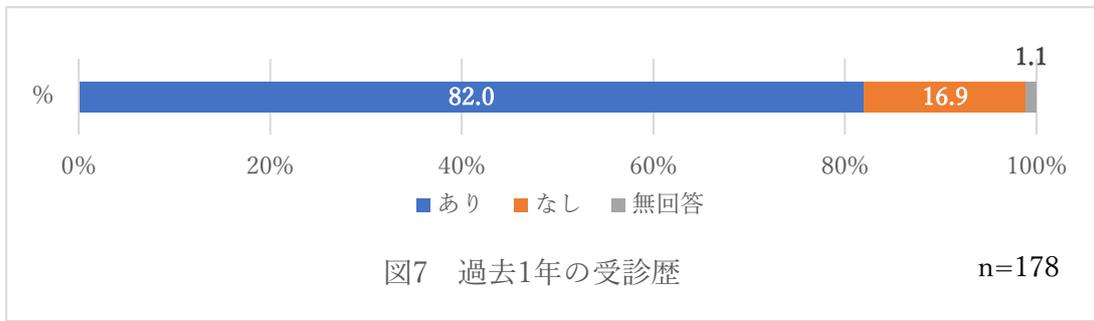
#### (6) 婦人科疾患の既往歴

回答者のうち、婦人科疾患の既往歴がない人が107人(60.1%)、ある人は40人(22.5%)、以前かかったことがあるが現在は治癒している人が23人(12.9%)、無回答者が8人(4.5%)であった(図6)。全体の35.4%が婦人科疾患に罹患経験があった。



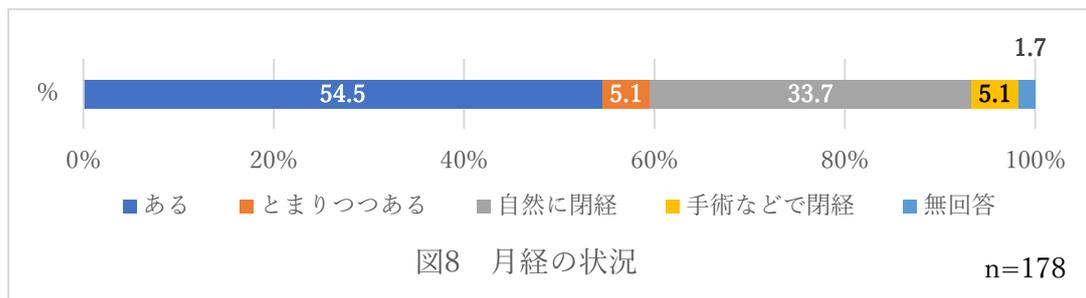
### (7)過去1年の受診歴

回答者のうち、過去1年間に病院への受診歴がある人は146人(82.0%)で、ない人は30人(16.9%)、無回答者が2名(1.1%)であり、8割以上の人は通院の必要があった(図7)。



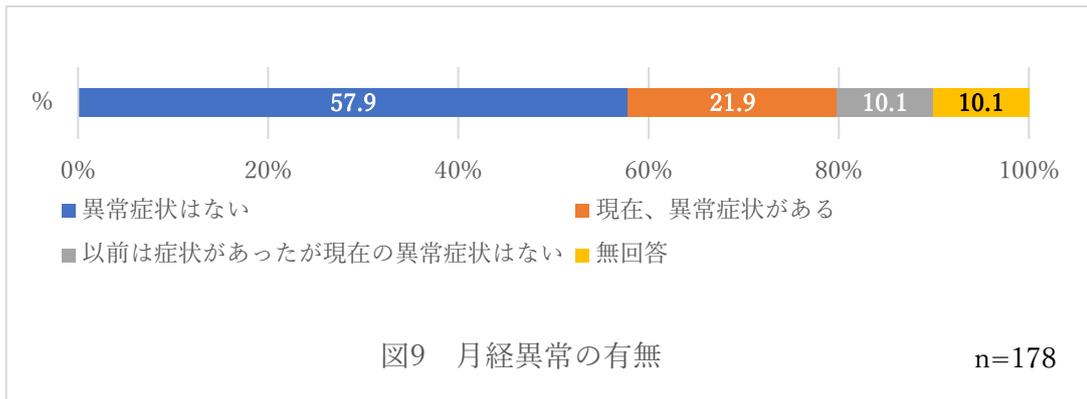
### 2) 月経の状況

回答者のうち、月経がある人が97人(54.5%)と最多であり、自然に閉経した人が60人(33.7%)、とまりつつある人が9人(5.1%)、手術などで閉経した人も9名(5.1%)、無回答者が3人(%)であった。現在月経がある人(月経がある、とまりつつある)の合計は106人(59.6%)、現在閉経している人(自然に閉経、手術などで閉経)の合計は69人(38.8%)であった(図8)。



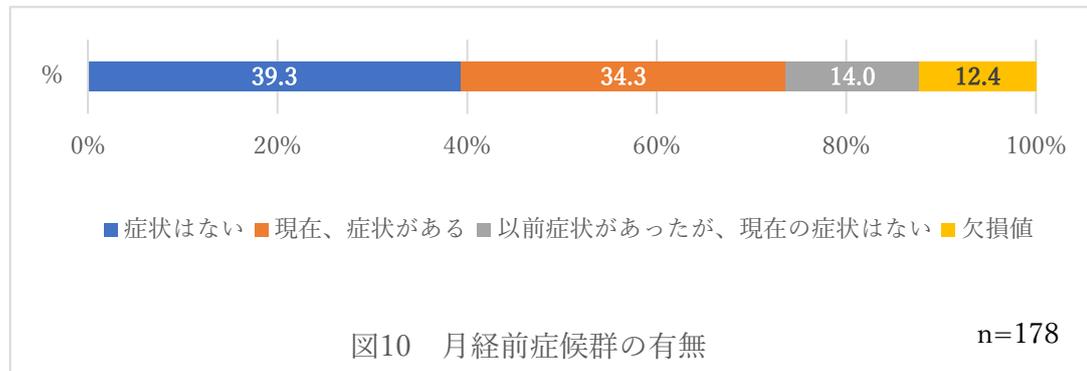
### 3) 月経異常の有無

回答者のうち、異常症状はないという人は103人(57.9%)、現在異常症状がある人は39人(21.9%)、以前は症状があったが現在の異常症状はない人が18人(10.1%)、無回答が18人(10.1%)であった(図9)。月経異常を経験している人は32%あった。



#### 4) 月経前症候群の状況

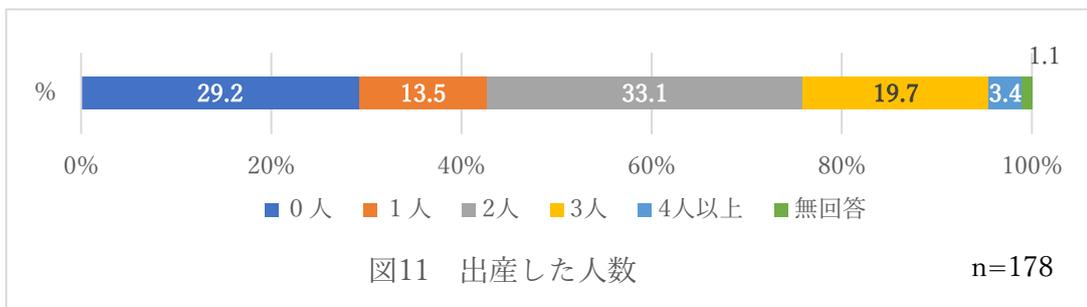
回答者のうち、症状はない人は70人(39.3%)と最多であり、現在症状がある人は61人(34.4%)、以前あったが現在は無い人は25人(14.0%)、無回答者が22人(12.4%)であった(図10)。月経前症候群の経験のある人は48.4%であった。



#### 5) 妊娠・出産に関する経験

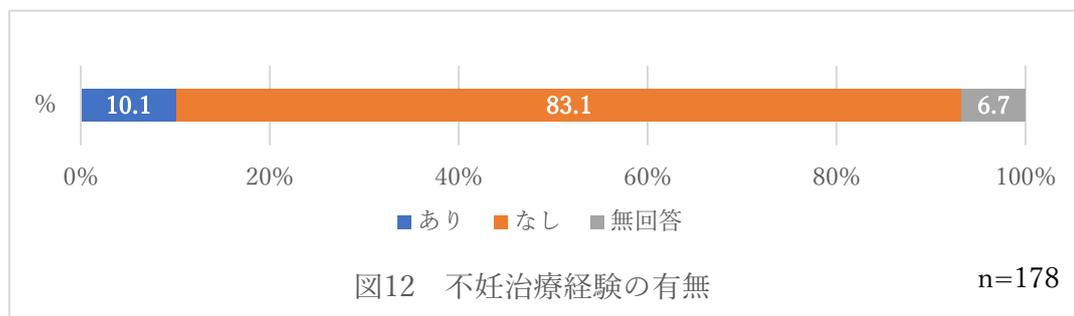
##### (1) 出産経験(出産した人数)

回答者のうち、2人を出産した人が59人(33.1%)で最も多く、次いで出産経験のない人が52人(29.2%)、3人を出産した人が35人(19.71%)、1人を出産した人が24人(13.5%)、4人以上出産した人が6人(3.4%)、無回答者が2人(1.1%)であった(図11)。



## (2) 不妊治療の経験

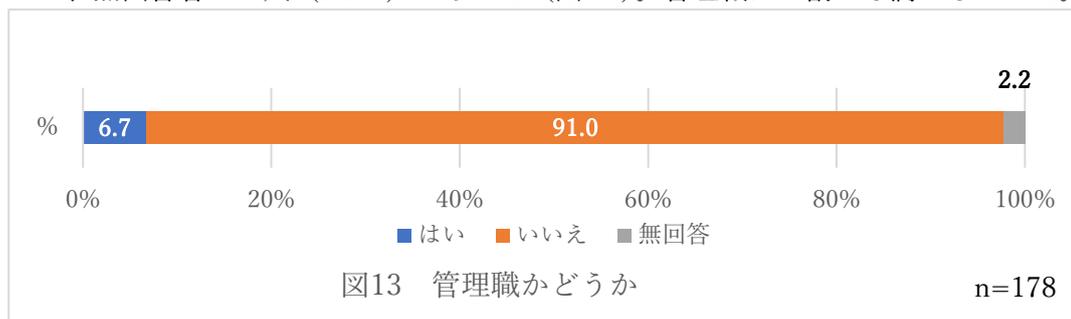
回答者のうち、不妊治療経験のない人が 148 人 (83.1%) であり、ある人が 18 人 (10.1%)、無回答は 12 人 (6.7%) であった(図 12)。



## 5) 労働状況

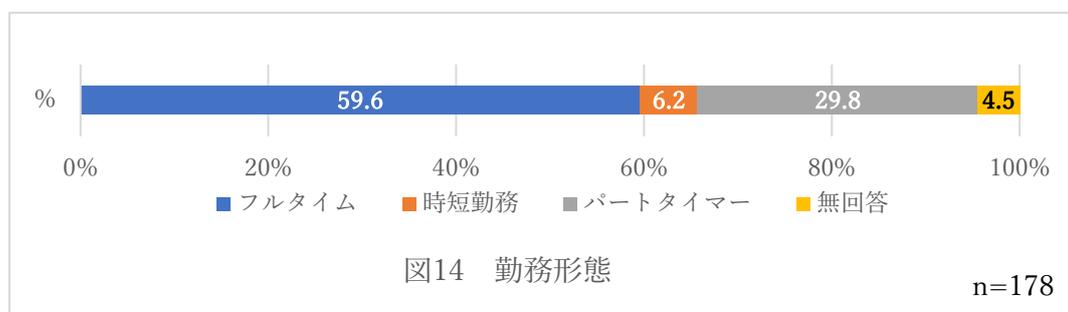
### (1) 管理職についているか

回答者のうち、非管理職が 162 人 (91.0%) であり、管理職は 12 人 (6.7%) で、無回答者が 4 人 (2.2%) であった (図 13)。管理職は 1 割にも満たなかった。



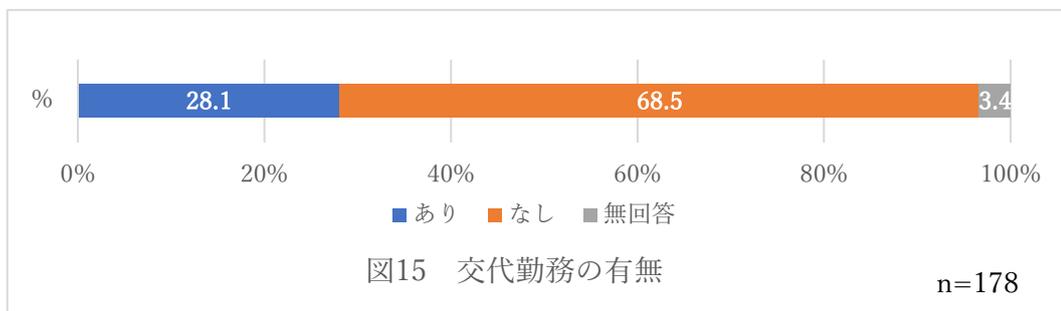
### (2) 勤務形態

回答者のうち、フルタイム勤務者が 106 人 (59.6%) と最多であり、次いでパートタイマーが 53 人 (29.8%)、時短勤務が 11 人 (6.24%)、無回答者が 8 人 (4.5%) であった (図 14)。約 6 割の人がフルタイム勤務であった。



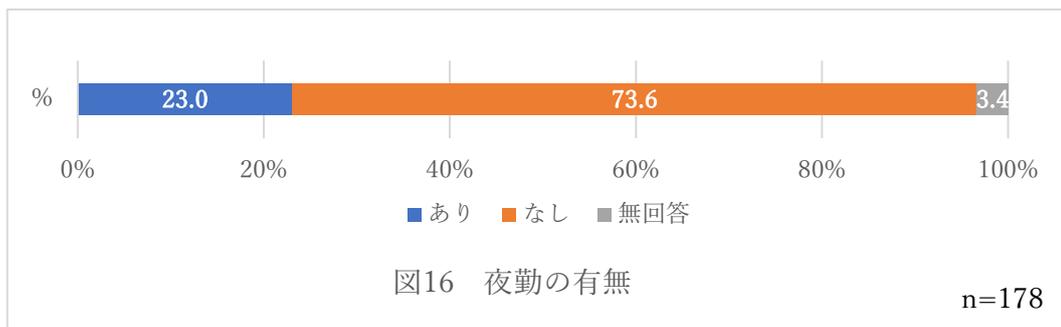
### (3) 交代勤務

回答者のうち、交代勤務のない人が122人(68.5%)であり、ある人は50人(28.1%)、無回答者は6人(3.4%)であった(図15)。



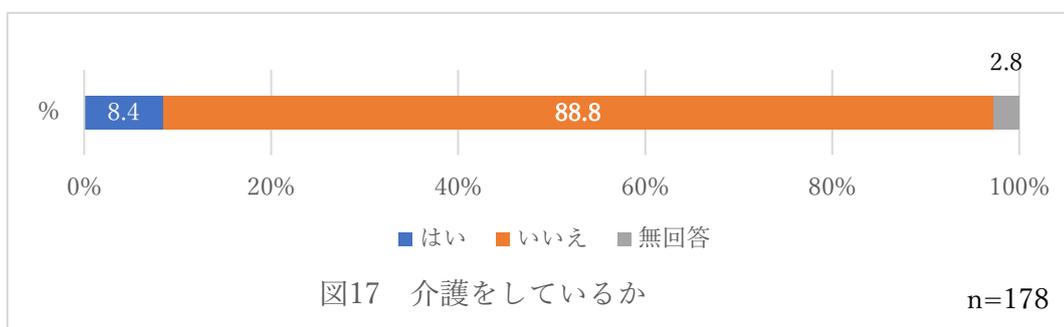
### (4) 夜勤

回答者のうち、夜勤がない人が131人(73.6%)であり、ある人は41人(23%)、無回答者は6人(3.4%)であった(図16)。



### 6) 介護

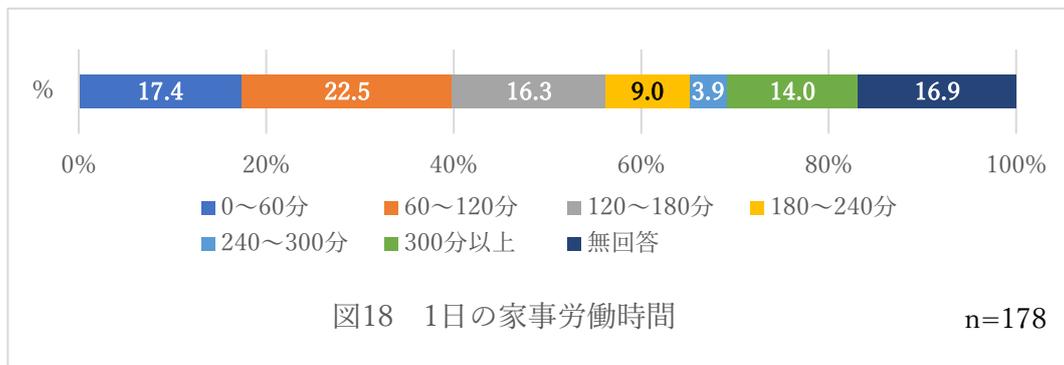
回答者のうち、介護をしていない人が158人(88.8%)であり、介護をしている人は15人(8.4%)、無回答者が5人(2.8%)であった(図17)。就業していながら介護をしている人が8.4%あった。



### 7) 家事労働時間

回答者のうち、1日の家事労働時間が0~120分未満の人が71人(39.9%)と最多で

あり、次いで120～240分未満の人が45人(25.31%)、240分以上の人が32人(18.0%)、無回答者が30人(16.9%)であった(図18)。令和3年度の社会生活基本調査によると、女性の家事関連時間の平均は3時間24分であり、平均時間より少ないという回答者が半数以上を占めた。今回の対象者は、年代の高い対象が多かったことが影響しているといえる。

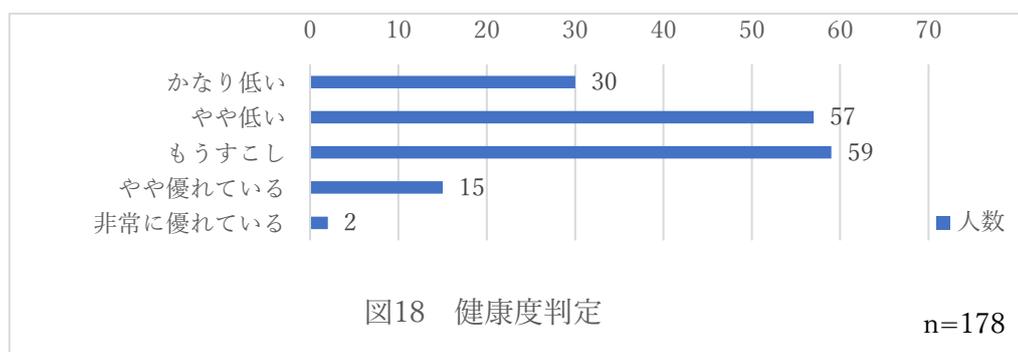


## 8) 健康度と生活習慣

### (1) 健康度

#### ① 回答者全体の健康度

回答者のうち「もう少し」が59人(36.2%)で最多であり、次いで「やや低い」が57人(35.0%)、「かなり低い」が30人(18.4%)、「やや優れている」が15人(9.2%)、「非常に優れている」が2人(1.2%)であった。健康度が優れているという評価であった人は10.4%であった。



#### ② 子育て世代と子育て終了世代の比較

健康度の総合得点の平均は、20歳代から40歳代は35.49(±10.47)、50歳代以上の平均得点は33.29(±13.11)であり、20歳代から40歳代の方が高かったが、有意差はみられなかった。

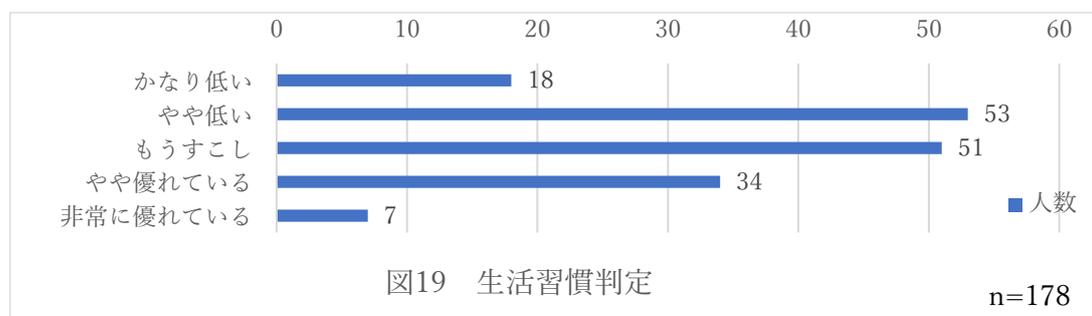
### ③ 閉経前と閉経後の比較

閉経前の健康度総合得点の平均は 37.61 (±10.47)、閉経後の平均得点は 37.68 (±6.08) であり、ほぼ同程度であった。

## (2) 生活習慣

### ① 回答者全体の生活習慣

回答者の生活習慣（食事、運動、休養）を、健康度・生活習慣診断検査用紙（DIHAL.2,2003）の回答結果の生活習慣総合得点の平均点は 101.77 (±35.22) であり、判定基準に従い 1「かなり低い」2「やや低い」3「もう少し」4「やや優れている」5「優れている」の 5 段階で評価したところ、回答者のうち「やや低い」が 53 人 (32.5%) で最多であり、次いで「もう少し」が 51 人 (31.3%)、「やや優れている」が 34 人 (20.9%) 「かなり低い」が 18 人 (11.0%)、「非常に優れている」が 7 人 (4.3%) であった。



### ② 子育て世代と子育て終了世代の比較

回答者の年代を子育て中の世代である 20 歳代から 40 歳代と、子育てを終了したであろう 50 歳代以上の 2 つのグループに分けて総合得点を比較した。生活習慣の総合得点の平均は、20 歳代から 40 歳代は 101.61 (±30.96)、50 歳代以上の平均得点は 101.96 (±40.03) であり、ほぼ同じ水準で平均の差はないが、特に 50 歳代以上の標準偏差が大きく、個人差が大きいといえる。

### ③ 閉経前と閉経後の比較

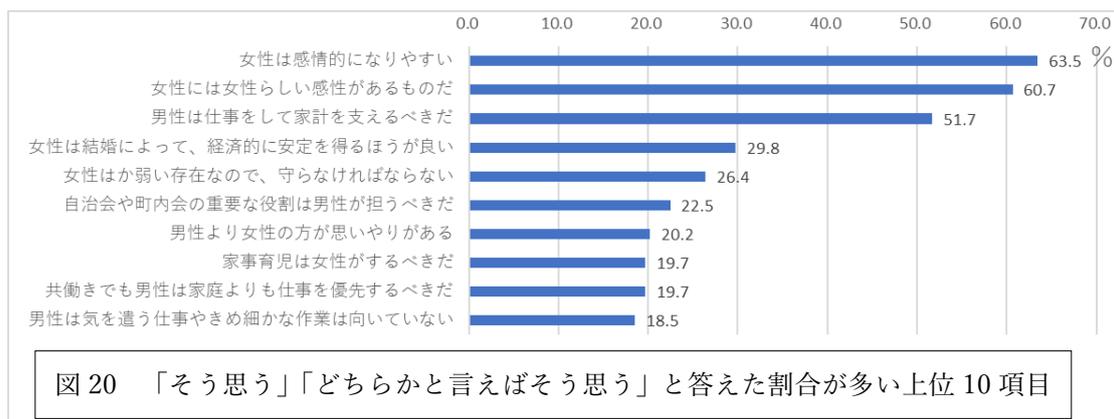
閉経前の回答者と、閉経後の回答者の 2 つのグループに分けて総合得点を比較した。閉経前の生活習慣総合得点の平均は 108.63 (±16.51)、閉経後の平均得点は 115.63 (±17.82) であり、 $t(158)=2.52, p<.05$  であり、閉経後の生活習慣が有意に高い得点である。生活習慣の各項目においては、「食事のバランス」で  $t(158)=-3.03, p<.01$ 、「睡眠の規則性」で  $t(158)=-2.13, p<.05$  で有意に高い得点であった。尚、運動に関する項目には有意差はみられなかった。閉経後の女性は、特に食事のバランスや睡眠の規則性において好ましい生活習慣を送っている傾向にある。

②の世代別の結果では有意差がみられなかったことから、女性は閉経前後の身体の

変化により健康的な生活習慣を意識するきっかけとなっていると言える。前述のように、閉経前と閉経後では健康度得点には有意差がないことから、生活習慣を整えることによって健康度が保たれている可能性が考えられる。

## 9) アンコンシャスバイアス

アンコンシャス・バイアス（性役割意識）について、年代別に各項目で④そう思う、③どちらかと言えばそう思うと回答した人の割合が高い順に上位10位までを割り出した結果、1位が「女性は感情的になりやすい」で113人（63.5%）、2位が「女性には女性らしい感性があるものだ」で108人（60.7%）、3位は「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」で92人（51.7%）であり、3位までは50%を超えていた。4位以下も含め図20に示す。この上位3項目は令和4年度の内閣府男女共同参画局による全国調査でも上位10位以内に入っており、1位の「女性は感情的になりやすい」は3位（37%）、2位の「女性には女性らしい感性があるものだ」は2位（43.1%）、3位の「男性は仕事をして家計を支えるべき」は1位（44.9%）であり、全国調査と比較しても、今回の結果は高い割合といえる。しかし、今回の対象は年齢の均等割り付けを行っていないため、年代の片よりが影響している可能性があり、今後の更なる調査を必要とする結果となった。



## 10) 女性のヘルスリテラシー

### (1) 年代別の結果

女性のヘルスリテラシーの年代別平均点を表1に示す。合計得点においては、40代が63.25（±12.42）で一番高く、次いで20代が62.75（±7.37）、3番目は30代で62.6（±14.10）で、20代と30代がほぼ同水準であった。40代は、妊娠・出産を終了し、更年期を迎えつつある年代であることから、総じて女性のヘルスリテラシーが高いのではないかと考える。同じく更年期を迎え、更年期を脱しつつある時期の50代はヘルスリテラシーが低い人が多く、様々な心身の不調をかかえつつもうまく対処できていない可能性がある。

表1 女性のヘルスリテラシー 年代別平均得点

項目		年代	度数	平均値	標準偏差
女性の健康情報の選択と実践	女性の健康についてのたくさんさんの情報から、自分に合ったものを選ぶことができる	20代	24	2.88	0.45
		30代	17	2.71	0.85
		40代	56	2.88	0.63
		50代	56	2.91	0.77
		60代	22	3.05	0.65
		合計	175	2.89	0.68
	インターネット・雑誌などで紹介されている女性の健康についての情報が正しいか検討することができる	20代	24	2.75	0.44
		30代	17	2.82	0.95
		40代	56	2.82	0.69
		50代	56	2.73	0.80
60代		22	2.82	0.80	
合計		175	2.78	0.73	
医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）のアドバイスや説明にわからないことがあるときは、尋ねることができる	20代	24	2.92	0.78	
	30代	17	3.29	0.92	
	40代	56	3.14	0.72	
	50代	56	3.14	0.75	
	60代	22	3.14	0.71	
	合計	175	3.13	0.76	
医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）に相談するときは、自分の症状について話すことができる	20代	24	3.17	0.56	
	30代	17	3.41	0.87	
	40代	56	3.38	0.62	
	50代	56	3.23	0.66	
	60代	22	3.50	0.51	
	合計	175	3.32	0.64	
自分の体について、心配ことがあるときは、医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）に相談することができる	20代	24	3.00	0.72	
	30代	17	3.35	0.86	
	40代	56	3.21	0.76	
	50代	56	3.11	0.71	
	60代	22	3.32	0.65	
	合計	175	3.18	0.73	
女性の健康についての情報がほしいときは、それを手に入れることができる	20代	24	2.96	0.46	
	30代	17	3.24	0.83	
	40代	56	3.18	0.74	
	50代	56	3.04	0.71	
	60代	22	3.18	0.50	
	合計	175	3.11	0.68	
自分の体のことについて、アドバイスや情報を参考にしながら実際に行動することができる	20代	24	2.79	0.66	
	30代	17	3.00	1.00	
	40代	56	2.93	0.66	
	50代	56	2.86	0.77	
	60代	22	3.09	0.61	
	合計	175	2.91	0.73	
日常生活の中で見聞きする女性の健康についての情報が、理解できる	20代	24	3.13	0.45	
	30代	17	3.12	0.86	
	40代	56	3.11	0.59	
	50代	56	2.96	0.60	
	60代	22	3.23	0.75	
	合計	175	3.08	0.63	
自分の体調を維持するために行っていることがある	20代	24	2.58	0.72	
	30代	16	2.94	0.93	
	40代	56	2.64	0.90	
	50代	57	2.79	0.82	
	60代	22	2.95	0.79	
	合計	175	2.75	0.84	
女性の健康情報の選択と実践合計		20代	24	26.17	3.43
		30代	17	27.71	6.74
		40代	57	26.81	5.68
		50代	58	25.90	6.58
		60代	22	28.27	4.48
		合計	178	26.69	5.73
月経セルフケア	体調の変化から月経を予測することができる	20代	24	3.25	0.79
		30代	15	3.40	0.83
		40代	54	3.15	0.71
		50代	45	2.84	0.90
		60代	13	2.77	1.01
		合計	151	3.07	0.84
	自分の月経周期を把握している	20代	24	2.92	0.97
		30代	15	3.33	0.82
		40代	54	3.31	0.70
		50代	46	3.04	0.84
60代		13	2.92	1.12	
合計		152	3.14	0.85	
月経を体調のバロメーター（目安・基準）にしている	20代	24	2.58	0.83	
	30代	15	2.73	0.96	
	40代	54	2.67	0.82	
	50代	46	2.57	1.03	
	60代	13	2.62	1.04	
	合計	152	2.63	0.91	

項目		年代	度数	平均値	標準偏差
月経セルフケア	月経に伴う心身の変化に気づいている	20代	24	3.21	0.66
		30代	15	3.13	0.83
		40代	54	3.00	0.75
		50代	46	2.61	0.98
		60代	13	2.69	0.95
		合計	152	2.90	0.86
	月経時につらい症状があるときは、積極的に対処法を行っている。	20代	24	2.71	0.69
		30代	15	2.73	0.88
		40代	54	2.80	0.63
		50代	46	2.67	0.99
60代		13	2.46	1.05	
合計		152	2.71	0.82	
月経セルフケア合計		20代	24	14.67	2.71
		30代	17	13.53	5.99
		40代	57	14.14	4.31
		50代	58	10.84	6.60
		60代	22	7.95	7.66
		合計	178	12.31	6.01
女性の体に関する知識	妊娠のしくみについての知識がある	20代	24	3.50	0.59
		30代	16	3.44	0.73
		40代	56	3.59	0.65
		50代	57	3.46	0.60
		60代	22	3.41	0.67
		合計	175	3.50	0.63
	避妊の方法についての知識がある	20代	24	3.50	0.59
		30代	16	3.63	0.62
		40代	56	3.59	0.50
		50代	57	3.47	0.63
60代		22	3.50	0.60	
合計		175	3.53	0.58	
性感染症予防についての知識がある	20代	23	3.22	0.67	
	30代	16	3.38	0.72	
	40代	56	3.45	0.54	
	50代	57	3.26	0.74	
	60代	22	3.36	0.79	
	合計	174	3.34	0.68	
月経の仕組みについての知識がある	20代	24	3.42	0.50	
	30代	16	3.38	0.62	
	40代	56	3.50	0.54	
	50代	57	3.42	0.60	
	60代	22	3.36	0.66	
	合計	175	3.43	0.57	
子宮や卵巣の病気についての知識がある	20代	23	3.09	0.85	
	30代	16	3.00	0.63	
	40代	56	3.21	0.65	
	50代	57	2.98	0.83	
	60代	22	3.14	0.77	
	合計	174	3.09	0.75	
女性の体に関する知識合計		20代	24	16.46	2.93
		30代	17	15.82	4.89
		40代	57	17.04	3.25
		50代	58	16.31	3.66
		60代	22	16.77	3.19
		合計	178	16.57	3.51
パートナーとの性相談	パートナーと性感染症の予防について話し合うことができる	20代	21	2.95	0.92
		30代	16	2.56	1.09
		40代	54	2.61	1.07
		50代	54	2.30	1.14
		60代	20	2.80	1.15
		合計	165	2.57	1.10
	必要な時は、パートナーと避妊について話し合うことができる。	20代	21	3.29	0.85
		30代	16	3.38	0.62
		40代	54	2.94	1.04
		50代	54	2.56	1.11
60代		20	2.90	1.21	
合計		165	2.90	1.06	
パートナーとの性相談合計		20代	24	5.46	2.59
		30代	17	5.59	2.12
		40代	57	5.26	2.26
		50代	58	4.52	2.44
		60代	22	5.18	2.79
		合計	178	5.07	2.43
合計	女性のヘルスリテラシー合計	20代	24	62.75	7.37
		30代	17	62.65	14.10
		40代	57	63.25	12.42
		50代	58	57.57	14.48
		60代	22	58.18	10.99
		合計	178	60.65	12.75

各カテゴリー別では、「女性の健康情報の選択と実践」では、60代が28.27（±4.49）と一番高く、次いで30代が27.71（±6.743）、3番目は40代で26.81（±5.680）であった。続いて20代が26.17（±3.44）、50代が25.90（±6.58）で、差は小さいものの、50代が一番低いという結果であった。月経セルフケアの得点については、得点が高い順に20代、40代、30代、50代、60代の順であり、女性の体に関する知識では、40代、60代、20代、50代、30代の順、パートナーとの性相談では、30代、20代、40代、60代、50代の順であった。50代はいずれの項目においても得点が低い水準であった。

## (2) 健康度との相関

女性のヘルスリテラシーと健康度総合得点において、弱い正の相関（ $r = 0.384$ ）がみられた。健康度の各カテゴリーごとの結果は、「女性の健康方法の選択と実践」との相関は正の相関（ $r = 0.44$ ）がみられ、「女性の身体に関する知識」は弱い相関（ $r = 0.240$ ）がみられた。しかし、「月経セルフケア」との相関（ $r = 0.198$ ）、「パートナーとの性相談」の相関（ $r = 0.160$ ）はいずれもみられなかった。また、各カテゴリー内の質問項目ごとの結果も含め以下に示す（表2）。

以上の結果から、女性特有の健康問題に関するヘルスリテラシー、特に女性の健康情報の選択と実践、女性の身体に関する知識を高めるほど、健康度が高まると言え、女性の健康に関するヘルスリテラシーを高めるための啓発・教育的取り組みが必要である。

表2 健康度と女性のヘルスリテラシーの相関係数

n=122

女性のヘルスリテラシー項目	Pearson の相関係数	有意確率 (両側)
女性の健康についてのたくさんの情報から、自分に合ったものを選ぶことができる	0.287**	0.001
インターネット・雑誌などで紹介されている女性の健康についての情報が正しいか検討することができる	0.329**	0.000
医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）のアドバイスや説明にわからないことがあるときは、尋ねることができる	0.222*	0.014
医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）に相談するときは、自分の症状について話すことができる	0.199*	0.028
自分の体について、心配ことがあるときは、医療従事者（医師・保健師・看護師・助産師等）に相談することができる	0.375**	0.000
女性の健康についての情報がほしいときは、それを手に入れることができる	0.305**	0.001
自分の体のことについて、アドバイスや情報を参考にして実際に行動することができる	0.424**	0.000
日常生活の中で見聞きする女性の健康についての情報が、理解できる	0.259**	0.004
自分の体調を維持するためにに行っていることがある	0.459**	0.000
<b>女性の健康情報の選択と実践合計</b>	<b>0.441**</b>	<b>0.000</b>
体調の変化から月経を予測することができる	0.137	0.131
自分の月経周期を把握している	0.144	0.114
月経を体調のパロメーター（目安・基準）にしている	0.171	0.060
月経に伴う心身の変化に気づいている	0.116	0.203
月経時につらい症状があるときは、積極的に対処法を行っている。	0.205*	0.023
<b>月経セルフケア合計</b>	<b>0.198*</b>	<b>0.029</b>
妊娠のしくみについての知識がある	0.191*	0.035
避妊の方法についての知識がある	0.280**	0.002
性感染症予防についての知識がある	0.225*	0.013
月経の仕組みについての知識がある	0.245**	0.007
子宮や卵巣の病気についての知識がある	0.080	0.383
<b>女性の体に関する知識合計</b>	<b>0.240**</b>	<b>0.008</b>
パートナーと性感染症の予防について話し合うことができる	0.159	0.081
必要な時は、パートナーと避妊について話し合うことができる。	0.155	0.088
<b>パートナーとの性相談合計</b>	<b>0.167</b>	<b>0.067</b>
<b>女性のヘルスリテラシー合計</b>	<b>0.384**</b>	<b>0.000</b>

\*\*、相関係数は 1% 水準で有意 (両側)

\*、相関係数は 5% 水準で有意 (両側)

### (3) 生活習慣との相関

女性のヘルスリテラシーと生活習慣総合得点において、弱い正の相関がみられた ( $r=0.309$ )。各カテゴリーごとの結果は、「女性の健康方法の選択と実践」との相関は正の相関 ( $r=0.410$ ) がみられ、「月経セルフケア」との相関は、弱い正の相関 0 ( $r=0.236$ ) が見られた。各カテゴリー内の質問項目ごとの結果も含め以下に示す (表3)。

以上の結果から、女性特有の健康問題に関するヘルスリテラシー、特に女性の健康情報の選択と実践、月経セルフケア能力を高いほど、生活習慣が望ましい状況であると言える。

表3 生活習慣と女性のヘルスリテラシーの相関係数 n=122

女性のヘルスリテラシー項目	Pearson の相関係数	有意確率 (両側)
女性の健康についてのたくさんの情報から、自分に合ったものを選ぶことができる	0.310**	0.001
インターネット・雑誌などで紹介されている女性の健康についての情報が正しいか検討することができる	0.350**	0.000
医療従事者 (医師・保健師・看護師・助産師等) のアドバイスや説明にわからないことがあるときは、尋ねることができる	0.184*	0.042
医療従事者 (医師・保健師・看護師・助産師等) に相談するときは、自分の症状について話すことができる	0.248**	0.006
自分の体について、心配ことがあるときは、医療従事者 (医師・保健師・看護師・助産師等) に相談することができる	0.250**	0.005
女性の健康についての情報がほしいときは、それを手に入れることができる	0.260**	0.004
自分の体のことについて、アドバイスや情報を参考にして実際に行動することができる	0.329**	0.000
日常生活の中で見聞きする女性の健康についての情報が、理解できる	0.269**	0.003
自分の体調を維持するために行っていることがある	0.470**	0.000
<b>女性の健康情報の選択と実践合計</b>	<b>0.410**</b>	<b>0.000</b>
体調の変化から月経を予測することができる	0.121	0.184
自分の月経周期を把握している	0.219*	0.015
月経を体調のパロメーター (目安・基準) にしている	0.258**	0.004
月経に伴う心身の変化に気づいている	0.116	0.201
月経時にづらい症状があるときは、積極的に対処法を行っている。	0.205*	0.024
<b>月経セルフケア合計</b>	<b>0.236**</b>	<b>0.009</b>
妊娠のしくみについての知識がある	0.096	0.290
避妊の方法についての知識がある	-0.017	0.855
性感染症予防についての知識がある	-0.039	0.668
月経の仕組みについての知識がある	0.134	0.142
子宮や卵巣の病気についての知識がある	0.133	0.145
<b>女性の体に関する知識合計</b>	<b>0.076</b>	<b>0.408</b>
パートナーと性感染症の予防について話し合うことができる	0.038	0.676
必要な時は、パートナーと避妊について話し合うことができる。	0.012	0.898
パートナーとの性相談合計	0.027	0.771
<b>女性のヘルスリテラシー合計</b>	<b>0.309**</b>	<b>0.001</b>

\*\* 相関係数は 1% 水準で有意 (両側)

\* 相関係数は 5% 水準で有意 (両側)

## 11) 性的リスク対処意識

### (1) 年代別の結果

性的リスク対処意識の年代別平均点を表4に示す。性的対処リスク意識の得点合計は、30代が55.65 (±6.34) で一番高く、次いで40代が51.60 (±12.93)、3番目は60代で49.23 (±10.65) であった。30代は既婚者が多く、性行動やパートナーとの関係も安定しているため、性的リスク対処意識も高い解答者が多いと思われる。女性のヘルスリテラシー同様50代の得点が低いのは、更年期世代であることで身体面の不調を抱えていることが影響している可能性がある。

表4 性的リスク対処意識 年代別平均得点

項目		度数	平均値	標準偏差	項目		度数	平均値	標準偏差
性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合うことができる	20代	22	2.95	0.79	姓やセックスについてまじめに考えたり話したりすることは恥ずかしい	20代	22	2.95	0.72
	30代	17	3.12	0.86		30代	17	3.12	0.86
	40代	55	2.84	0.69		40代	55	2.91	0.78
	50代	53	2.75	0.85		50代	53	2.89	0.78
	60代	22	2.64	0.79		60代	22	2.82	0.80
	合計	169	2.83	0.79		合計	169	2.92	0.77
セックスの相手と避妊やエイズ・性感染症の予防について話し合うことは難しい(と思う)	20代	22	2.59	0.73	私は好きな人と愛情と信頼をはぐくむ安定した関係を持つことができる(と思う)	20代	23	2.78	0.80
	30代	17	3.29	0.77		30代	17	3.00	0.61
	40代	54	2.94	0.71		40代	55	3.02	0.62
	50代	53	2.98	0.80		50代	53	2.89	0.64
	60代	22	3.00	0.82		60代	20	2.80	0.62
	合計	168	2.95	0.77		合計	168	2.92	0.65
もし望まない妊娠に至ったとしたら(自分または相手が)相手と十分話し合うことができる(と思う)	20代	22	3.23	0.43	いつ誰と性関係を持つか持たないかを自分の意志で決めることができる(と思う)	20代	22	3.27	0.55
	30代	17	3.29	0.59		30代	17	3.47	0.51
	40代	54	3.33	0.61		40代	55	3.25	0.64
	50代	53	3.02	0.66		50代	53	3.23	0.64
	60代	22	3.14	0.71		60代	21	3.05	0.67
	合計	168	3.19	0.63		合計	168	3.24	0.62
私は自分で好きな人を見つけて交際することができる(と思う)	20代	23	3.00	0.90	傷つきたくないので恋愛や性的な関係に入るのを避けてしまう	20代	22	2.73	0.70
	30代	17	3.47	0.72		30代	17	2.82	0.64
	40代	55	3.04	0.72		40代	55	2.80	0.70
	50代	54	2.91	0.71		50代	52	2.63	0.71
	60代	21	2.76	0.70		60代	19	2.42	0.51
	合計	170	3.00	0.75		合計	165	2.70	0.68
私は好きな人に素直に自分の気持ちを表現することができる(と思う)	20代	23	2.78	0.90	コンドームを正しく使ってエイズや性感染症を予防する安全なセックスを実行できる自信がある	20代	22	3.18	0.50
	30代	17	3.06	0.83		30代	17	3.29	0.47
	40代	55	2.76	0.77		40代	54	3.07	0.61
	50代	54	2.69	0.80		50代	53	3.08	0.76
	60代	21	2.57	0.75		60代	20	2.85	0.67
	合計	170	2.75	0.80		合計	166	3.08	0.65
私は自分の性や体に関わる健康のことについてあまり深く考えたことがない	20代	23	2.87	0.76	私はセックスの場面では相手まかせになってしまう(と思う)	20代	22	2.82	0.59
	30代	17	3.00	0.79		30代	17	2.76	0.75
	40代	55	3.22	0.60		40代	54	2.65	0.73
	50代	54	2.96	0.73		50代	52	2.50	0.67
	60代	21	3.10	0.77		60代	20	2.45	0.51
	合計	170	3.05	0.71		合計	165	2.61	0.68
性的関係において相手の気持ちや意思を配慮し尊重することができる(と思う)	20代	22	3.05	0.49	望まない妊娠や性感染症(クラミジアや淋病当)などのトラブルが起こったらどう対処していいかわからない(と思う)	20代	22	2.82	0.73
	30代	17	2.88	0.78		30代	17	3.18	0.64
	40代	54	3.04	0.51		40代	54	3.41	0.60
	50代	54	3.06	0.56		50代	53	3.11	0.70
	60代	21	3.00	0.71		60代	21	3.48	0.60
	合計	168	3.02	0.58		合計	167	3.22	0.68
私は好きな人に自分の魅力をアピールすることができる(と思う)	20代	21	2.05	0.50	もし望まない妊娠に至ったら(自分または相手が)、産むにせよ産まないにせよよく考えて責任ある行動をとることができる(と思う)	20代	22	3.27	0.63
	30代	17	2.41	0.62		30代	17	3.59	0.51
	40代	55	2.33	0.77		40代	54	3.35	0.52
	50代	54	2.26	0.71		50代	53	3.30	0.57
	60代	21	2.33	0.58		60代	21	3.33	0.66
	合計	168	2.28	0.68		合計	167	3.35	0.57
私は自分の性行動について深く考えたことがない	20代	22	2.95	0.79	性的リスク対処意識合計	20代	24	48.46	14.35
	30代	17	2.76	0.97		30代	17	55.65	6.34
	40代	55	2.84	0.69		40代	57	51.60	12.93
	50代	54	2.63	0.76		50代	58	47.57	15.60
	60代	21	2.76	0.62		60代	22	49.23	10.65
	合計	169	2.77	0.75		合計	178	49.96	13.47
私は望まない妊娠やエイズ・性感染症などのリスクから身を守るために情報を収集したり相談したりすることができる(と思う)	20代	22	3.14	0.64					
	30代	17	3.12	0.49					
	40代	55	3.07	0.63					
	50代	54	2.91	0.59					
	60代	21	3.14	0.65					
	合計	169	3.04	0.61					

## (2) 健康度との相関

健康度総合得点と、性的リスク対処意識の総合得点において、弱い正の相関( $r = 0.302$ )がみられた。各質問項目ごとの相関係数を含めて下に示す(表5)。

「私は好きな人に自分の魅力をアピールすることができる(と思う)」「私は好きな人に素直に自分の気持ちを表現することができる(と思う)」「私は自分で好きな人を見つけて交際することができる(と思う)」「性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合うことができる」の4項目はいずれも弱い相関があり、いずれも性的対象への積極的な自己表現やコミュニケーション能力を示す項目であった。

表5 健康度と女性の性的リスク対処意識の相関係数

n=122

性的リスク対処意識の項目	Pearsonの相関係数	有意確率(両側)
性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合うことができる	0.202*	0.026
セックスの相手と避妊やエイズ・性感染症の予防について話し合うことは難しい(と思う)	0.151	0.097
もし望まない妊娠に至ったとしたら(自分または相手が)相手と十分話し合うことができる(と思う)	0.186*	0.040
私は自分で好きな人を見つけて交際することができる(と思う)	0.267**	0.003
私は好きな人に素直に自分の気持ちを表現することができる(と思う)	0.295**	0.001
私は自分の性や体に関わる健康のことについてあまり深く考えたことがない	0.113	0.216
性的関係において相手の気持ちや意思を配慮し尊重することができる(と思う)	0.193*	0.034
私は好きな人に自分の魅力をアピールすることができる(と思う)	0.338**	0.000
私は自分の性行動について深く考えたことがない	0.154	0.090
私は望まない妊娠やエイズ・性感染症などのリスクから身を守るために情報を収集したり相談したりすることができる(と思う)	0.128	0.160
姓やセックスについてまじめに考えたり話したりすることは恥ずかしい	0.115	0.206
私は好きな人と愛情と信頼をはぐくむ安定した関係を持つことができる(と思う)	0.162	0.074
いつ誰と性関係を持つか持たないかを自分の意志で決めることができる(と思う)	0.125	0.169
傷つきたくないで恋愛や性的な関係に入るのを避けてしまう	0.194*	0.032
コンドームを正しく使ってエイズや性感染症を予防する安全なセックスを実行できる自信がある	0.105	0.252
私はセックスの場面では相手まかせになってしまう(と思う)	0.193*	0.034
望まない妊娠や性感染症(クラミジアや淋病当)などのトラブルが起こったらどう対処していいかわからない(と思う)	0.191*	0.035
もし望まない妊娠に至ったら(自分または相手が)、産むにせよ産まないにせよよく考えて責任ある行動をとることができる(と思う)	0.048	0.599
性的リスク対処意識合計	0.302**	0.001

\*\*、相関係数は1%水準で有意(両側)

\*、相関係数は5%水準で有意(両側)

## (3) 生活習慣との相関

生活習慣合計得点と、性的リスク対処意識の総合得点において、相関はみられなかった。各質問項目ごとにみると、「性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合うことができる」の相関は、弱い正の相関( $r=0.271(p<0.01)$ )がみられた。その他の項目については、すべて相関がみられなかった(表6)。既婚者やパートナーがいる人にとって、「性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合う」ことと食事、運動、休養などの生活習慣に関連があった。すなわち、女性が自ら生活を整えるということと性的な対人関係でアンコンシャスバイアスがないこととの関連が明らかになったことは重要な結果と言える。

表6 生活習慣と女性の性的リスク対処意識の相関係数

n=122

性的リスク対処意識の項目	Pearson の相関係数	有意確率 (両側)
性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合うことができる	0.271**	0.003
セックスの相手と避妊やエイズ・性感染症の予防について話し合うことは難しい(と思う)	0.094	0.303
もし望まない妊娠に至ったとしたら(自分または相手が)相手と十分話し合うことができる(と思う)	0.045	0.621
私は自分で好きな人を見つけて交際することができる(と思う)	0.025	0.788
私は好きな人に素直に自分の気持ちを表現することができる(と思う)	0.125	0.169
私は自分の性や体に関わる健康のことについてあまり深く考えたことがない	0.098	0.285
性的関係において相手の気持ちや意思を配慮し尊重することができる(と思う)	0.075	0.414
私は好きな人に自分の魅力をアピールすることができる(と思う)	0.195*	0.032
私は自分の性行動について深く考えたことがない	-0.006	0.944
私は望まない妊娠やエイズ・性感染症などのリスクから身を守るために情報を収集したり相談したりすることができる(と思う)	-0.013	0.886
性やセックスについてまじめに考えたり話したりすることは恥ずかしい	0.015	0.869
私は好きな人と愛情と信頼をはぐくむ安定した関係を持つことができる(と思う)	0.022	0.806
いつ誰と性関係を持つか持たないかを自分の意志で決めることができる(と思う)	0.101	0.267
傷つきたくないで恋愛や性的な関係に入るのを避けてしまう	0.094	0.305
コンドームを正しく使ってエイズや性感染症を予防する安全なセックスを実行できる自信がある	0.098	0.285
私はセックスの場面では相手まかせになってしまう(と思う)	0.126	0.166
望まない妊娠や性感染症(クラミジアや淋病当)などのトラブルが起こったらどう対処していいかわからない(と思う)	0.157	0.084
もし望まない妊娠に至ったら(自分または相手が)、産むにせよ産まないにせよよく考えて責任ある行動をとることができる(と思う)	0.034	0.708
性的リスク対処意識合計	0.150	0.099

\*\*. 相関係数は 1% 水準で有意 (両側)

\*. 相関係数は 5% 水準で有意 (両側)

## 5. 今後の課題

今回、愛媛の働く女性を対象に、女性の健康度と生活習慣、アンコンシャス・バイアス、女性のヘルスリテラシー、性的リスク対処意識について調査した。その結果、主に以下の内容と今後の課題が明らかとなった。

- 1) 年代や閉経前後での健康度の有意差はないが、生活習慣については閉経前後で有意差がみられるため、閉経前後、すなわち更年期を境に生活習慣を見直し、健康に留意している。更年期世代のホルモンケア推進プロジェクトによる調査(2014年)によると、3人に1人以上の女性が更年期症状によって仕事を辞めようと思ったことがあり、7割以上が昇進辞退を検討し、2人に1人が辞退したことがあると回答しているように、今回の調査においても閉経前と後で健康にかかわる生活習慣を変化させている状況が伺えた。今回の調査では健康度の有意差はみられなかったが、60代以降で更年期を脱した時期には、好ましい生活習慣を送りながら、健康度を保っている状況が伺えた。今後は、更に対象を増やして詳細な調査を行う必要がある。
- 2) 愛媛の働く女性のアンコンシャスバイアスは、全国調査と比較して高い傾向にあった。しかし、今回の対象は50代以上の対象者が多く、年代に偏りがあったことも影響していると言える。愛媛県の現状を捉えるには、更に対象を増やし、各年代や地域、職業等も踏まえた分析が必要である。
- 3) 愛媛の働く女性のヘルスリテラシーについては、今回の結果では、有意差はみられないものの、40代は高いが50代が低い傾向にあった。いずれも更年期周辺の年代であるため、症状や対処行動についても更に調査する必要がある。

4) 性的リスク対処意識については、30代が得点が高く、50代が低いという傾向があった。50代が低い水準であるのは、女性のヘルスリテラシーと同様であり、更年期の心身の不調との関連を調査する必要がある。また、性的対象への積極的な自己表現やコミュニケーション能力を示す項目では健康度とも弱い相関があり、既婚者やパートナーがいる人にとって、「性的関係において自分の望むこと、望まないことを相手に伝えてオープンに話し合う」ことと食事、運動、休養などの生活習慣に関連があった。すなわち、女性が自ら生活を整えるということと性的な対人関係でアンコンシャスバイアスがないこととの関連が明らかになったことは重要な結果と言える。

「働く女性の健康増進調査 2018」(日本医療政策機構)でもヘルスリテラシーの女性の方が仕事のパフォーマンスが高いという結果であったこともあり、愛媛の女性が健康を保ちながら生き生きと働くためには、女性のヘルスリテラシーに加え、性的リスク対処意識も高めること、アンコンシャスバイアスに自らが気づいて自らが生活習慣を整えることが重要であり、特に更年期前後の女性に対する健康教育が必要であると考えられる。

## 6. 謝辞

本調査の趣旨をご理解いただき、調査にご参加いただいた皆様に深く感謝申し上げます。

## II. 調査資料

### 【属性と女性の健康課題と生活習慣に関する質問】

1. あなたの年代をお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。  
①20代      ②30代      ③40代      ④50代      ⑤60代
  
2. あなたのお住まいの地域はどちらですか。当てはまる番号に○をつけてください。  
①東予地区      ②中予地区      ③南予地区
  
3. 同居しているご家族の形態をお答えください。  
1) 家族形態について当てはまる番号に○をつけてください。その他の場合は(      )  
内に具体的にご記入ください。  
①単身      ②夫婦のみ      ③夫婦と子ども      ④ひとり親と子ども      ⑤3世代同居  
⑥親族と同居      ⑦非親族と同居      ⑧その他(      )
  
4. 婚姻状況についてお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。  
①未婚      ②既婚      ③離別・死別
  
5. 4. で①または③と答えた方のみにお聞きします。パートナーはいますか。  
①はい      ②いいえ
  
6. あなたの最終学歴をお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。その他の場合は(      )内に具体的にご記入ください。  
①中学校卒業      ②高等学校卒業      ③専門学校卒業・短期大学卒業・4年制大学中退  
④大学卒業      ⑤その他(      )
  
7. これまでに大きな病気にかかったことがありますか(入院や手術を要する病気)。  
①はい      ②いいえ
  
8. 7. で「はい」と答えた方のみにお聞きします。以下の分類で当てはまるところに☑を入れてください(複数選択)。  
がん      血液の病気      内分泌・代謝の病気      精神の病気  
神経の病気      目の病気      耳の病気      循環器の病気      呼吸器の病気  
消化器の病気      尿路性器系の病気      妊娠・分娩・産褥期の異常  
筋骨格系および結合組織の病気      その他(      )
  
9. あなたはこの1年で病院受診をしましたか。



⑦月経が2日以内で終わる

⑧月経が8日以上続く

⑨月経時の症状が強い

(下腹痛、腰痛、腹部の膨満感、吐き気、頭痛、疲労・脱力感、食欲不振、イライラ、下痢、憂鬱等)

⑩月経とは異なる出血がある(不正出血)

4) 3) で⑨を選んだ方は、具体的な症状についてお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。

①下腹痛 ②腰痛 ③腹部の膨満感 ④吐き気 ⑤頭痛 ⑥疲労・脱力感

⑦食欲不振 ⑧イライラ ⑨下痢 ⑩憂鬱 ⑪その他

5) 4) で⑪を選んだ方は、具体的にその症状をお答えください。

( )

6) 過去もしくは現在に月経に関する異常症状があった際の対処方法について教えてください(複数選択)。

①何もしていない

②対処をしている方は、以下の該当する箇所に☑を入れてください。

婦人科・産婦人科を受診  市販薬を飲む  医師の処方薬を飲む

内科を受診する

その他 以下に具体的に記入

( )

7) 月経前に以下のいずれかに当てはまる PMS(月経前症候群)の症状はありますか。

当てはまる番号に○を付けてください。

①症状はない ②現在、症状がある ③以前症状があったが、現在の症状はない

8) 7) で②または③と回答した方に伺います。具体的に当てはまる症状をお答えください(複数回答)。以下の該当する箇所に☑を入れてください。

イライラする、怒りっぽくなる  理由もなく悲しくなる  だるい  日中の眠気

夜眠れなくなる  胸の張りや痛み  むくみ  頭痛  首や肩のコリ

吐き気  冷え性の悪化  じんましん  めまい  食欲が増す

体重増加  肌荒れ・化粧のりが悪くなる

その他 ( )

13. 妊娠・出産について

1) 出産されたお子様の数を教えてください。当てはまる番号に○をつけてください。

- ①0人      ②1人      ③2人      ④3人      ⑤4人以上

2) 望んだ時期に妊娠できましたか？当てはまる番号に○をつけてください。

- ①できた      ②できなかった      ③どちらともいえない

3) 不妊治療をしたことがありますか。

- ①はい      ②いいえ

4) お子様と同居する方にお伺いします。同居するお子様の数と、ご年齢をお答えください。その他の場合は（      ）内に具体的にご記入ください。

- ①1人目（      ）歳      ②2人目（      ）歳      ③3人目（      ）歳

- ④4人目（      ）歳      ⑤5人目（      ）歳

- ⑥6人目以降（      ）

14. 仕事について

1) あなたは管理職ですか。当てはまる番号に○をつけてください。

- ①はい      ②いいえ

2) 勤務形態についてお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。

- ①フルタイム      ②時短勤務      ③パートタイマー

3) 2)で②、③と答えた方は、実際の勤務時間についてお答えください。

- 1日（      ）時間勤務      週（      ）日勤務

4) 交代勤務はありますか？当てはまる番号に○をつけてください。

- ①はい      ②いいえ

5) 夜勤（夕方以降の勤務）はありますか？ 当てはまる番号に○をつけてください。

- ①はい      ②いいえ

6) 5)で「はい」と答えた方のみお答えください。

夜勤の頻度はどれくらいですか。当てはまる番号に○をつけてください。

- ①夜勤専従      ②月10回以上      ③月5～9回      ④月3～4回      ⑤月2回以下

15. 家庭での労働について

1) あなたは障害を持つ家族を介護していますか。血縁者でなくても含めてください。

- ①はい                      ②いいえ

2) 介護、育児を含むあなたの1日の家事労働時間をお答えください。当てはまる番号に○をつけてください。

- ①0～60分                  ②60～120分              ③120～180分              ④180分～240分  
⑤240分～300分          ⑥300分以上

【アンコンシャスバイアスに関する質問項目】

家庭・コミュニティ領域 (17項目)	職場領域(17項目)	その他(7項目)
家事・育児は女性がすべきだ	組織のリーダーは男性の方が向いている	女性は感情的になりやすい
男性が洗濯物を干すのはみっともない	大きな商談や大事な交渉事は男性がやる方がいい	女性は論理的に考えられない
家を継ぐのは男性であるべきだ	事務作業などの簡単な仕事は女性がすべきだ	男性は気を遣う仕事やきめ細かな作業は向いていない
男性は結婚して家庭をもって一人前だ	職場では、女性は男性のサポートにまわるべきだ	男性は人前で泣くべきではない
女性は結婚によって、経済的に安定を得る方が良い	育児期間中の女性は重要な仕事を担当すべきでない	女性には女性らしい感性があるものだ
結婚したら姓を変えるのは女性であるべきだ	男性は出産休暇／育児休業を取るべきでない	男性より女性の方が思いやりがある
男性は仕事をして家計を支えるべきだ	仕事より育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い	女性はか弱い存在なので、守らなければならない
共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先すべきだ	営業職は男性の仕事だ	
共働きで子どもの具合が悪くなった時、母親が看病するべきだ	受付、接客・応対（お茶だしなど）は女性の仕事だ	
学級委員長や生徒会長は男子が、副委員長や副会長は女子の方が向いている	職場での上司・同僚へのお茶くみは女性がする方が良い	
女性に理系の進路（学校・職業）は向いていない	転職は男性がするものだ	
男性であればいい大学を出て出世を目指すべきだ	男性なら残業や休日出勤をするのは当たり前だ	
PTAには、女性が参加するべきだ	女性の上司には抵抗がある	
親戚や地域の会で食事の準備や配膳をするのは女性の役割だ	同程度の實力なら、まず男性から昇進させたり管理職に登用するものだ	
自治会や町内会の重要な役職は男性が担うべきだ	女性社員の昇格や管理職への登用のための教育・訓練は必要ない	
実の親、義理の親に関わらず、親の介護は女性がすべきだ	仕事で成功していても、結婚をしていない女性は何かが足りないと感じる	
デートや食事のお金は男性が負担すべきだ	仕事で成功していても、結婚をしていない男性は何かが足りないと感じる	