# 働く女性の心とからだの応援サイト



女性活躍の推進は、女性の健康上の特性に留意して行われるべき旨が法律※で明確化 ※女性活躍推進法

**事業主・人事労務担当者**
**働く女性、産業保健スタッフ**
などの方向けに、
女性の健康課題に関する
情報提供サイトです

「働く女性の心とからだの応援サイト」では、女性が健康でいきいきと働き続けるために必要な情報や、妊娠中・出産後の女性が安心して働くための母性健康管理等に関する情報を紹介しています。

### 事業主・人事労務担当者の方 産業保健スタッフの方

- Q 妊娠中の従業員への対応、これでいいいのかな？
- Q 女性の健康課題に、会社でどう取り組めばいいの？



### 働く女性の方

- Q 生理がつらいけど職場に言いづらい…
- Q 妊娠中の働き方に不安がある…

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare
雇用環境・均等局

働く女性の心とからだの応援サイト
https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp

# 女性が安心して働き続けられる職場づくりをサポートするコンテンツ

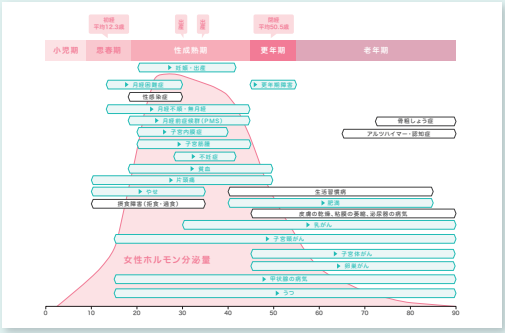
女性の社会進出が進み、勤続年数が長くなることで、ライフステージとともに変化する女性の健康課題が、キャリアの節目に影響を及ぼす場面も少なくありません。

月経痛・PMSなど月経関連の不調 → キャリアとの両立が難しい不妊治療 → 妊娠・出産に伴う体調変化等 → 管理職登用期に重なる更年期症状

**これらの課題を、個人の問題ではなく、職場全体の課題として対応することが重要です。**

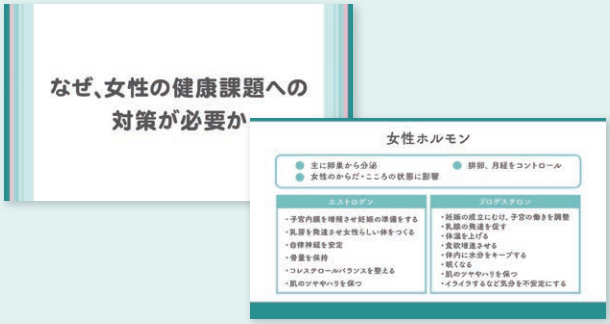
## ライフステージごとの健康課題

ライフステージごとの女性の健康課題への理解を深める情報を掲載。




## 研修用動画・資料

月経、妊娠・出産、更年期症状など女性の健康課題を動画で学べる。




## 妊娠週数・月数、産休・育休の取得期間の自動計算

妊娠週数に応じて気を付けたいことがわかる。産休・育休期間や出産・育児関連給付金がわかる。




## 女性の健康課題に取り組む企業事例紹介

生理休暇を取得しやすくするための取組事例や妊娠・出産に関する取組事例など。




## 専門家によるメール相談実施中

女性の健康課題に関する社内の取組や、母性健康管理に関するお悩みに医師や社会保険労務士などの専門家がメールでお答えします。働く女性の方も、企業のご担当者の方も、産業保健スタッフの方もお気軽にご相談ください。

**ご相談例**

- 更年期症状がつらそうな従業員に対し、どのような取組をしたらよいでしょうか。（企業の方から）
- 母健連絡カードのほかに診断書も必要と言われました。必要なのでしょうか。（働く女性の方から）

令和8年10月