

DO my *Health!*

ただいま、
健康メディア制作中!



漫画家
マキヒロチ先生
描き下ろし!

「当たり前だと
思ってた症状が、
PMS!？」
「更年期障害
仕事を辞めるほど
ツライの!？」

意外と知らない
女性の健康問題をクローズアップ!

動画バージョンは
こちらから!



DO my Health!

ただいま、
健康メディア制作中!

WEBディレクターとして日々仕事にまい進する鈴原千花(33)のもとに舞い込んできたのは、女性の健康情報サイト「DO MY HEALTH!」のお仕事。いざネタ探し!と「女性の健康」をあらためて考えてみると、知らないことばかりで…。

登場人物



鈴原千花(33)

都内で働くWEB制作ディレクター。
「DO MY HEALTH!」の制作担当に。
仕事の忙しさにかまけて、
自分の体には無頓着さみかも。



吉田若菜(29)

おしゃれ好きな後輩プロデューサー。
千花とは仲も良い。



阿部浩平(26)

気配り上手な若手デザイナー。
通称あべっち。



鈴原恭司(36)

千花の兄。
まじめな性格で、
今は子育てに奮闘中。



古川美穂(45)

先輩ディレクター。
おおらかな性格で、
ちょっぴりめんどくさがり。



田島由香里(54)

頼れる千花の上司。
さまざまなアドバイスをくれる。



岡野宏(55)

千花の上司。
気さくな性格で、
周囲からの信頼も厚い。



山内彰人(33)

千花の同期。
冷静でフラットな話し方とは裏腹に
面倒見がいい。

DO my Health!

ただいま、
健康メディア制作中!

第1話

生理のトラブル放置してない?

WEBディレクター、鈴原千花のもとに、女性の健康情報サイト「DO MY HEALTH!」の制作依頼が来た。

最初のテーマは…生理にしよう! え、この症状って、PMSなの?

原作：健康保険組合連合会

漫画：マキヒロチ

監修：東京大学大学院医学系研究科 産婦人科学 主任教授 大須賀 穰 先生

登場人物



鈴原千花(33)

都内で働くWEB制作ディレクター。

「DO MY HEALTH!」の制作担当に。仕事の忙しさにかまけて、自分の体には無頓着さみかも。

吉田若菜(29)

千花の会社の後輩プロデューサー。

おしゃれ好き。美容のために、自分の体の状態をよく観察しているつもり。千花とコンビで仕事することも多い。



阿部浩平(26)

千花の会社の若手デザイナー。

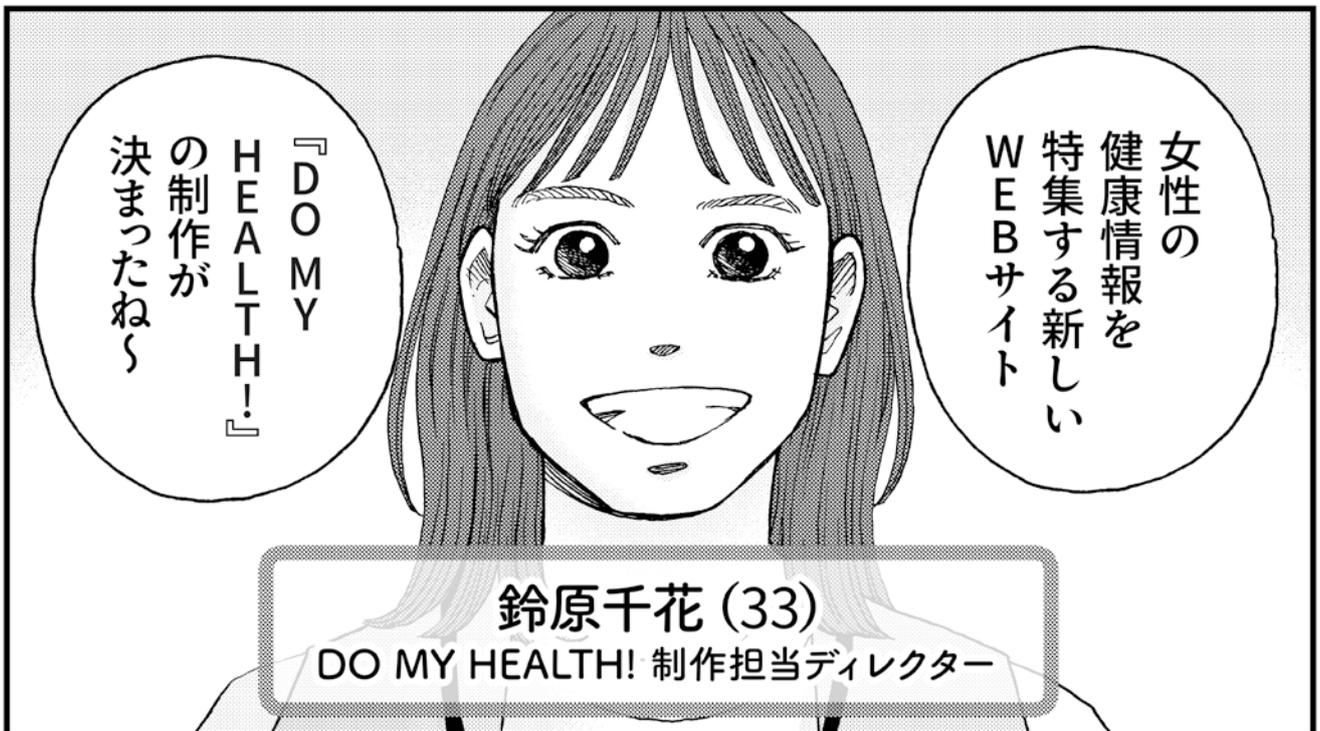
通称あべっち。女性の多い家庭で育っているので、女性の健康問題を理解しているほう。

動画版はこちらから!





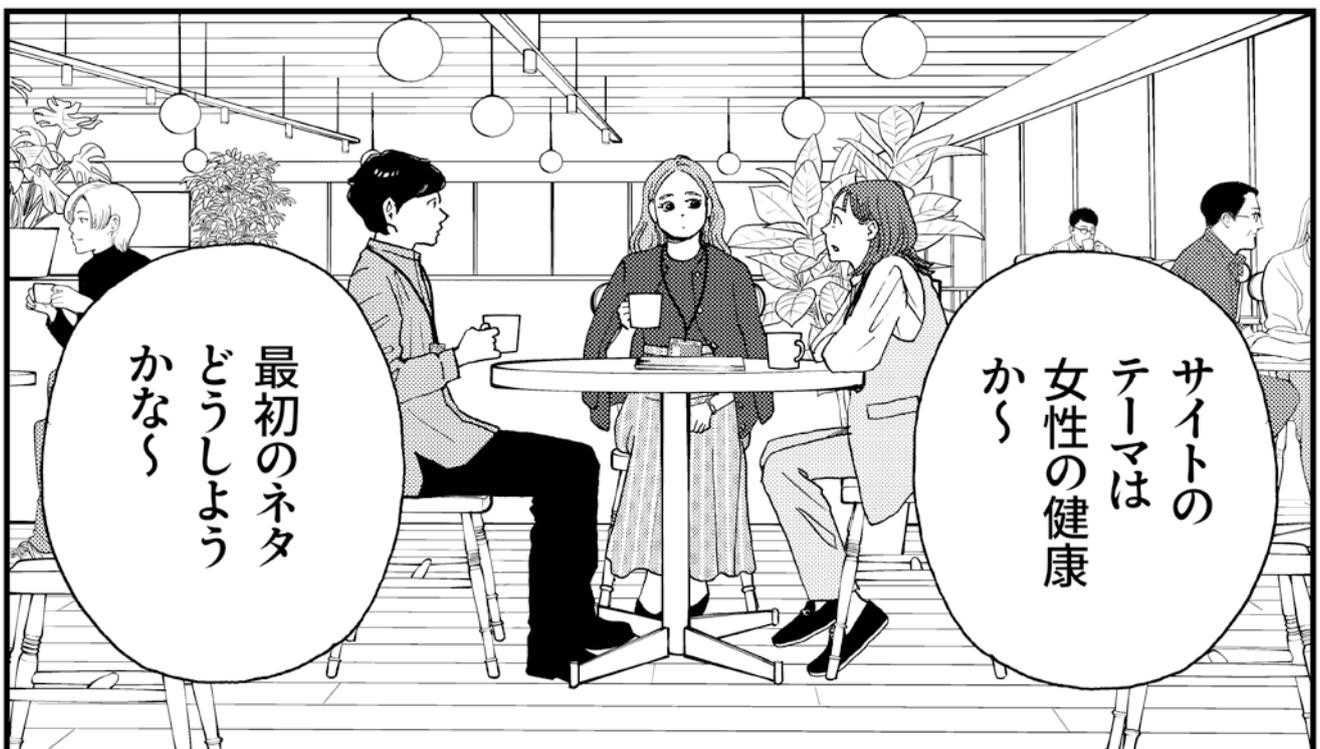
第1話 生理のトラブル、放置してない？



『DOMY HEALTH!』の制作が決まったね〜

女性の健康情報を特集する新しいWEBサイト

鈴原千花 (33)
DO MY HEALTH! 制作担当ディレクター



最初のネタはどうしようかな〜

サイトのテーマは女性の健康から



かなあ〜
PMS
じゃあ生理と
なるほどね〜

ちようど
今朝彼女が
生理痛で会社
休んでて

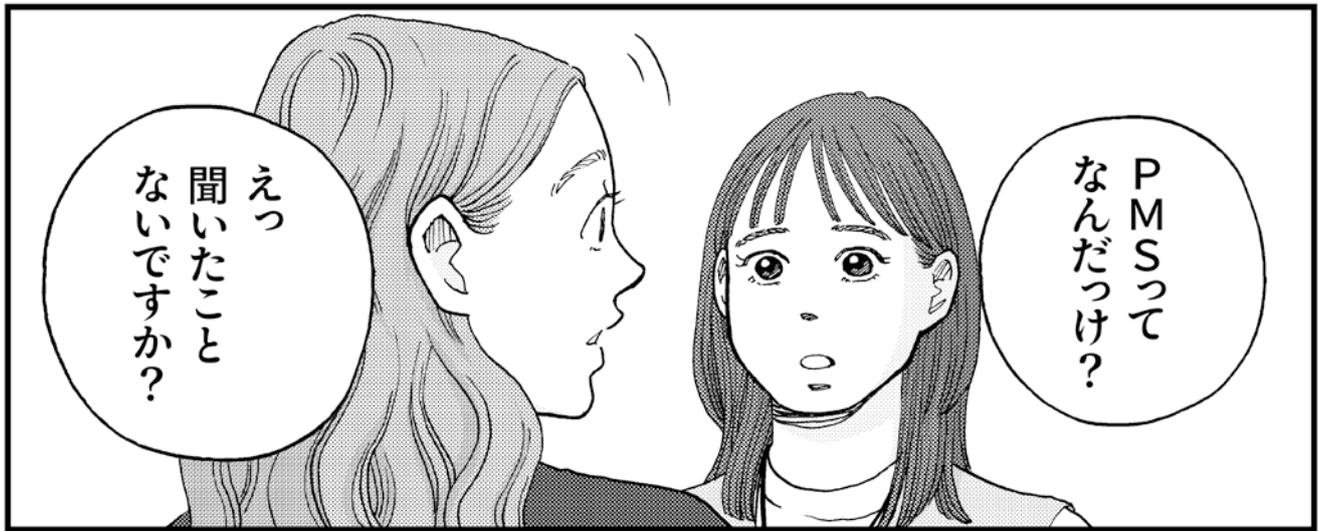
吉田若菜 (29)
千花の後輩プロデューサー



お、男性から
そのテーマが
出るとは！

生理とか？

阿部浩平 (26)
千花の会社の若手デザイナー



えっ
聞いたこと
ないですか？

PMSって
なんだっけ？



そうかも
しれない
ですよ

え！
私も結構ある！
これってPMS
なんだね…



イライラ

おなかの
張り

気分の
落ち込み

気分の落ち込み、
イライラ、むくみ、
おなかの張り、
だるさなどなど

月経前症候群
という生理前に
出る色んな
症状のことです



わっ
すごい…

ん？
どしたの？



生理中の女性の
パフォーマンス
40%低下！

生理による
労働損失は
6000億円！

生理について
今ちょっと
調べてみたら…

…こんなに
影響してるん
ですね

出典：日経BP 総合研究所「働く女性1956人の生理の悩みと仕事と生活」調査、2021年 / 経済産業省 ヘルスケア産業課 資料

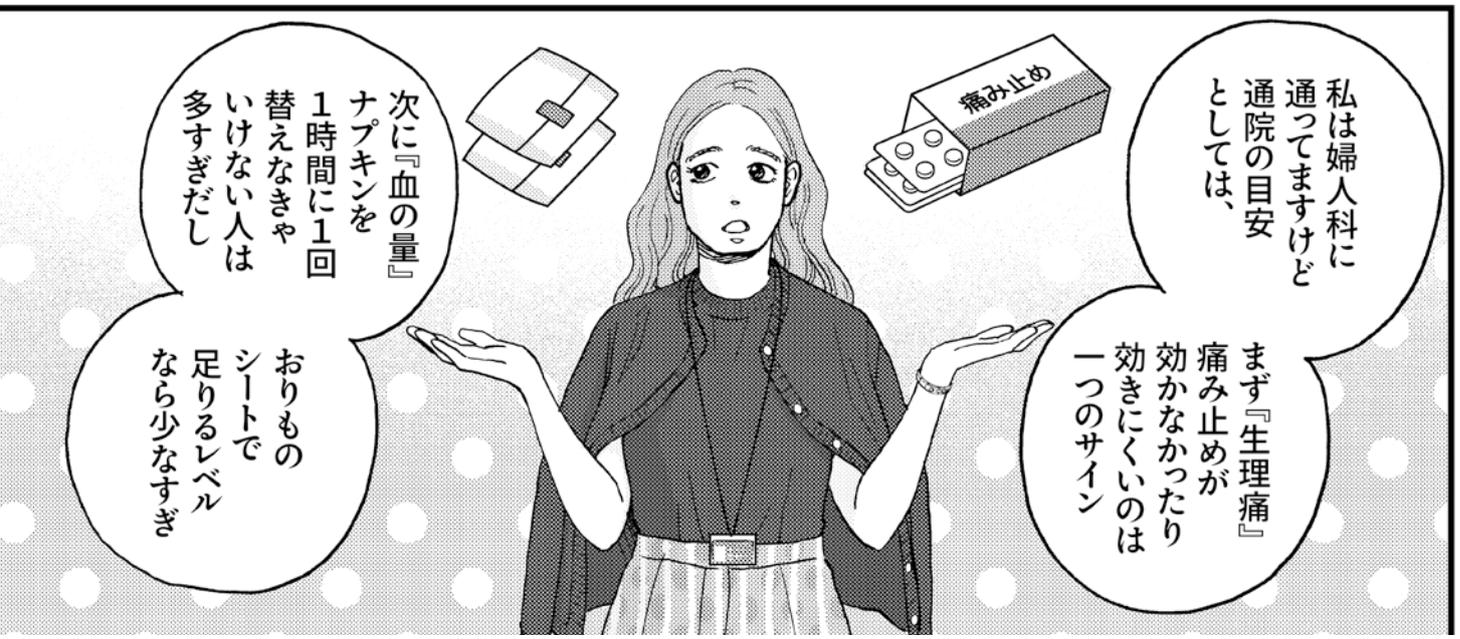


ひえ〜っ
それはもう
社会問題だね！

生理が社会に
そんな損失を
生んでるなんて
…！

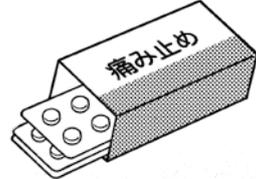
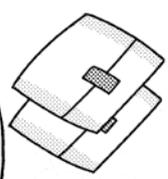


で、じゃあ
どうすれば
いいんだろ…
病院に
行けばいいの？



私は婦人科に
通ってますけど
通院の目安
としては、

まず『生理痛』
痛み止めが
効かなかつたり
効きにくいのは
一つのサイン



次に『血の量』
ナプキンを
1時間に1回
替えなきゃ
いけない人は
多すぎだし

おりもの
シートで
足りるレベル
なら少なすぎ



二人も体調
悪い時は
休んでください
仕事代わるんで

あの…

体調悪い時は
休むのも
大事ですよ



そっかあ
まず自分の
生理の状態の
把握をして、

気になる
ことがあったら
婦人科へ、と

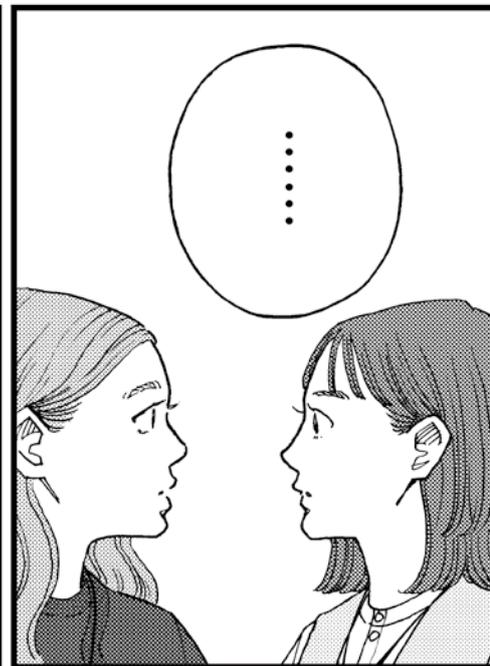
…



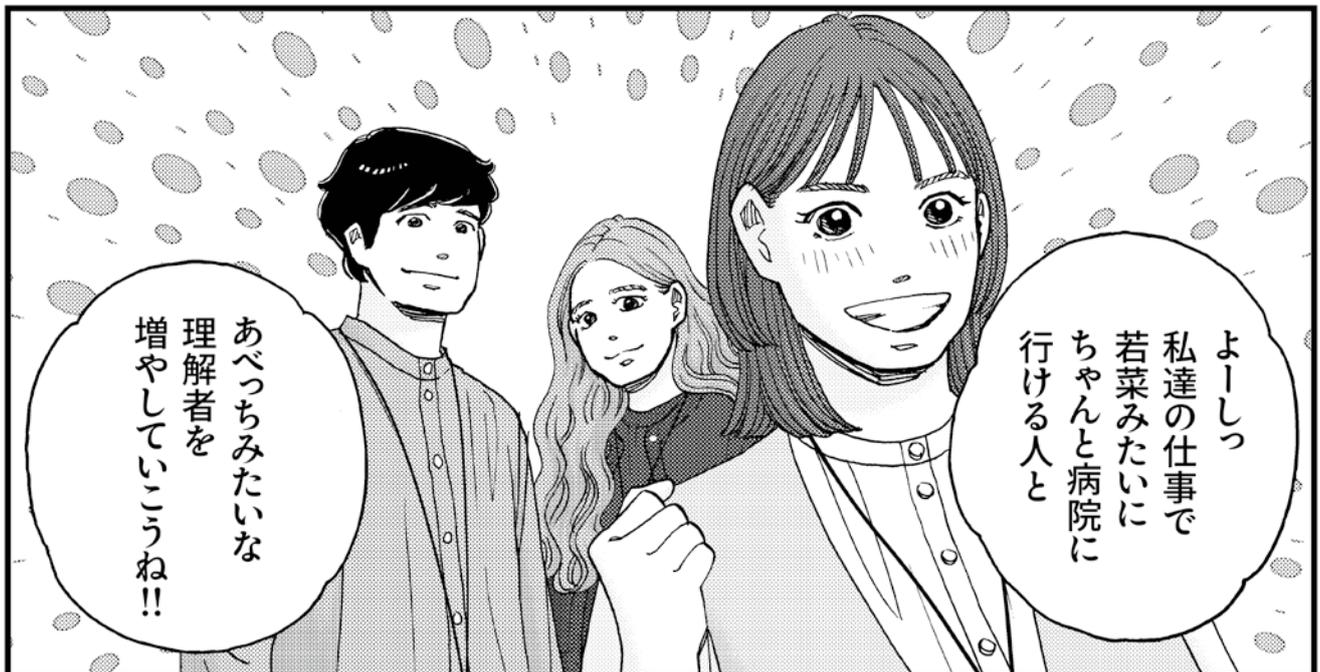
あべっちって
そういうこと
サラッと見え
ちゃうよねっ

だから君は
モテるん
ですよっ

いやいや
当たり前のことだと
思いますよ？



…



よーしっ
私達の仕事で
若菜みたいに
ちゃんと病院に
行ける人と

あべっちみたいなの
理解者を
増やしていこうね!!

みんなが知ることで、 守られる健康があります。

国は、2030年代に入るまでの数年間を少子化対策の「ラストチャンス」に位置づけました。社会進出が加速する女性の健康をまもり、未来を担う子どもを育む社会と医療のあり方は、もはや個人の問題にとどまらず、社会全体で取り組むべき課題となっています。

身近なところで起きている女性の健康問題に対して、当事者はもちろん周囲の人々を含む「みんな」が学び、自分事化をしていくこと。社会全体のまなざしの温度をあげ、互いに協力し合える空気を作っていくこと。漫画「DO MY HEALTH!」には、そんなポジティブなアクションを生み出していきたいわたしたちの想いが込められています。

原作：健康保険組合連合会

漫画：マキヒロチ

監修： 東京大学大学院医学系研究科 産婦人科学 主任教授 大須賀 穰 先生
一般社団法人くすりの適正使用協議会 理事長 俵木 登美子 先生
ロコモチャレンジ!推進協議会 委員長 大江 隆史 先生

お問い合わせ先

健康保険組合連合会
<https://www.kenporen.com/>



 健康保険組合連合会
けんぽれん