

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!

意外と知らない
女性の健康問題をクローズアップ!

「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!」

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3話

知ってる? 更年期障害のこと

上司の奥さんが原因不明の不調で悩んでいるみたい。え、更年期障害ってそんなに大変なの!?

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。

岡野宏(55)

千花の上司。

気さくな性格で、千花たち若手社員とも積極的にコミュニケーションを取っているため、信頼も厚い。



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3話 知ってる?更年期障害のこと





奥さんって
岡野さんと
同年代ですよね？

原因不明の
不調…



思いあたるような
原因はなくて…

よくイライラしていたり
肩がこったり…
「なんとなく不調」
って感じなんだよ

え
大丈夫ですか？
何か
ご病気とか…？



更年期障害？



それって
更年期障害
じゃないですか？

阿部浩平 (26)

千花の会社の
若手デザイナー



イライラ

ひどいのぼせ・汗

はい

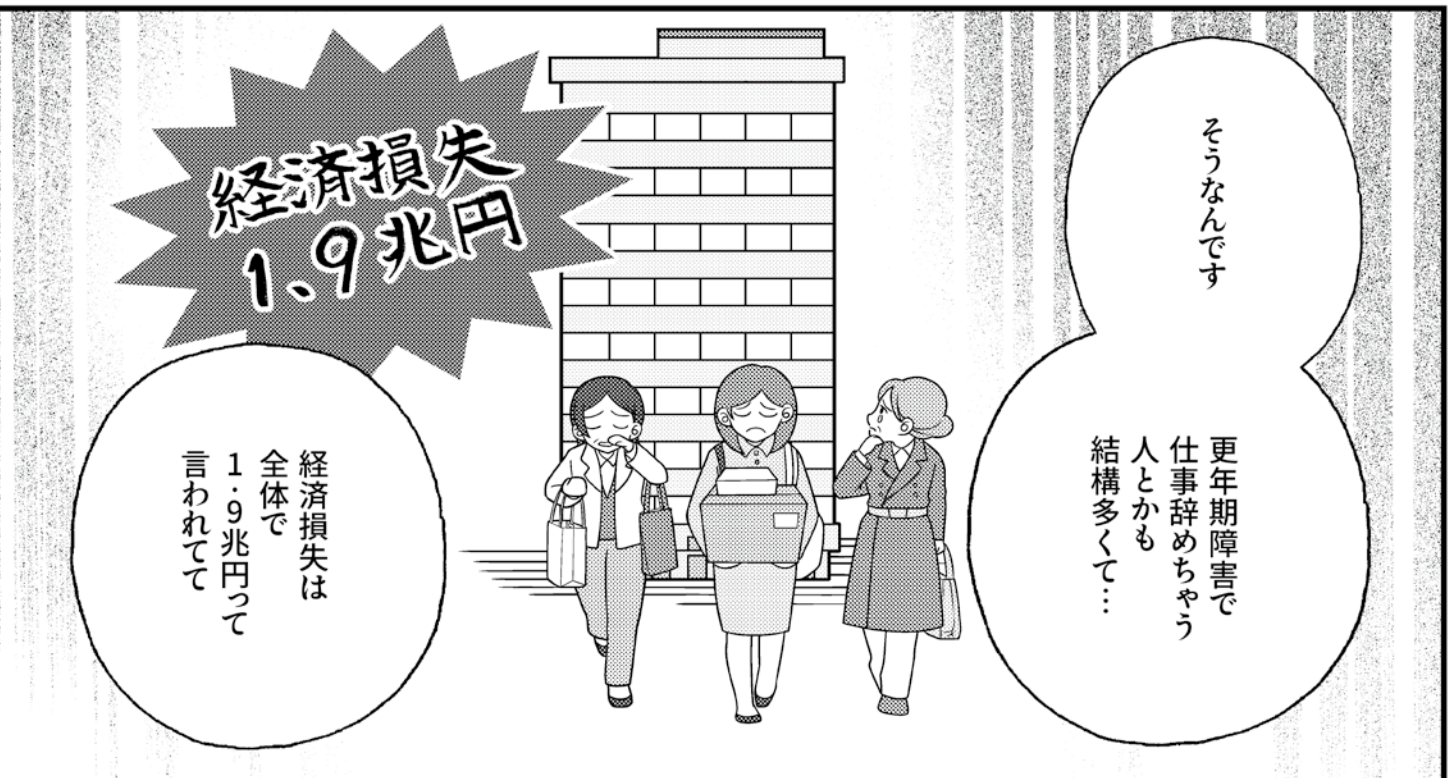
更年期障害の
症状って
言われてます

ひどいのぼせや
汗、疲れやすさ、
気分の落ち込み、
イライラ…とか

疲れやすさ・
気分の落ち込み



出典：厚生労働省 更年期症状・障害に関する意識調査



出典：経済産業省 ヘルスケア産業課 資料





だから
あべっち
詳しいんだね

お母さんが
大変だったのか…



うちの母も
そういう時期があつて
仕事辞めようか
迷つてたんですけど

治療して
今も働いてます



けど周りに
知識があれば
受診も勧められますし
サポートできますから

しかし
自覚なく
我慢してる人が
多そうだな



治療方法が
あるなら
妻にも
勧めよう

仕事が
好きな人
だから



ツラさを
みんなが理解して
対応できると
いいね!

そうだね!

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/>

