

健康経営04 女性特有の健康問題を理解する セルフチェック/健康知識

女性のライフステージごとの健康問題を、女性を含めた職場全体で理解できるようにします。自分の健康リテラシーを振り返ることで、必要な知識の習得に向けたコース受講や、具体的に実践するためのマイクロラーニング受講につなげます。

セルフチェック04 女性特有の健康問題を理解する

<想定学習時間> 10分

<最短学習時間> 3分

女性特有の健康問題に関する知識・行動のリテラシー度をセルフチェックで確認します。

健康経営04 女性特有の健康問題を理解する

<想定学習時間> 30分

<最短学習時間> 15分

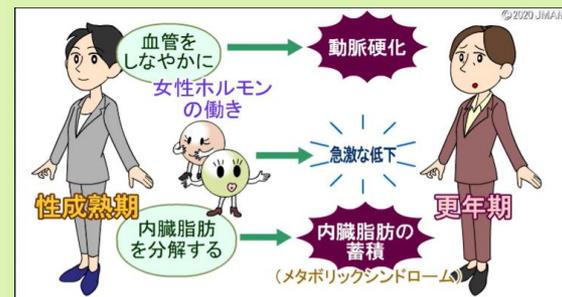
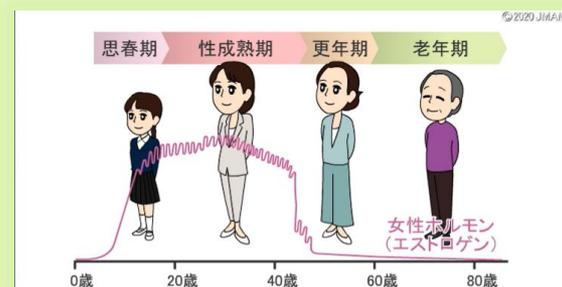
<レポート問題> 1回10問

※ランダム出題

女性のライフステージは、女性ホルモンの状態が変化する段階ごとに「思春期」「性成熟期」「更年期」「老年期」の4つに分けられます。本コースでは、女性のライフステージごとの健康問題について学習し、女性特有の健康問題について、女性を含めた職場全体での理解を深めます。

カリキュラム

1. 女性のライフステージとホルモンバランス
2. 月経のしくみと月経前症候群 <PMS>
3. 妊娠・出産、不妊治療と仕事の両立
4. 更年期による女性の健康問題
5. 女性特有の病気



受講対象者 ●ビジネスパーソン全般

監修 ●佐藤 雄一
佐藤病院グループ代表 産科
婦人科館出張 佐藤病院