

## 「女性のからだのライフサイクルを識る講座」を開催しました

男女共同参画推進室ワークライフバランス・サポートセンターでは、2011年度第2回交流事業として、6月29日に同センターにおいて、「知っているようで知らない『女性のからだのライフサイクルを識る講座』」を開催しました。

女性特有のホルモンバランスによる変化と疾患、その対処法の知識を得て、日々の生活や、ライフキャリアデザインに生かしていただくという趣旨です。

本学保健センターで女性健康相談を担当しておられる産婦人科医の東館紀子先生を講師として、24名の参加者が、軽食をとりながらフランクな雰囲気の中、女性の生涯を通じた心身の変化について理解を深めました。

リプロダクティブヘルス/ライツに始まり、若い女性に多い月経不順・月経困難症・月経前症候群（PMS）等の月経にまつわる諸問題と対処法、子宮頸がんヒトパピローマウイルス（HPV）ワクチンによる予防、不妊症、妊娠前から必要な葉酸摂取、子宮筋腫・子宮内膜症とその治療法、ピルの効用、更年期障害とホルモン補充療法（HRT）等、女性の生涯を網羅するテーマをピックアップし、参加された幅広い年代層の全ての方々が、いずれかにかかわる問題が各々解説されました。婦人科のかかりつけ医を持つと結ばれ、活発な質疑応答もなされました。

参加後、多くの感想をいただき、ピルや子宮頸がんワクチンについてよくわかって今後に生かせる、更年期障害やホルモン補充療法について知識を得て先入観がとれた、リプロダクティブヘルスという女性の権利を改めて知った、わかりやすい内容で参加者が自然に話し合えるのもよかった、1つ1つの項目をより深めた講義があればよい、といった声が寄せられました。

この様子はDVD収録（約70分）しておりますので、サポートセンターで視聴できます（月曜日～金曜日の12時～17時。事前にメール [support-koryu@list.waseda.jp](mailto:support-koryu@list.waseda.jp) にて、希望日時をご予約ください）。どうぞご利用ください。

今後もワークライフバランス・サポートセンターでは、みなさまに役立つ講座を開催してまいります。内容についてご要望がありましたら、お気軽にご意見をお寄せください。

