

女性のからだのライフサイクルを識る講座 開催 2012年11月21日

本学保健センターで女性健康相談担当の産婦人科医、東館紀子先生を講師に迎え、学生・教職員と幅広い年代層の参加で、パートナーと考える『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。

昨年も同様の講座を開催しましたが、その時、男性にも聴いてもらい知識や意識をもって欲しいという要望に応じて、今回は、パートナーも一緒に参加できるスタイルで開催をしました。

講座の趣旨は、女性ならではのからだにおきるさまざまな変化・サイクルを識って、クオリティーオブライフ（QOL=生活全般の質）の向上につなげ、学業・研究・仕事の計画、ライフキャリアデザインに役立てていただくことです。

東館先生の率直な語り口で、女性の生涯を通じた心身の変化、その対処法と最新の産婦人科医学の知見にもとづく講義が進み、男性を含む参加者10名が理解を深めました。

女性ホルモンの流れに始まり、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の解説と対処法、ピルの主効用と副効用、子宮筋腫・子宮内膜症・子宮腺筋症の解説とその治療法が述べられました。次に、若い女性に多い子宮頸がんをはじめ、他のさまざまながんや疾患の原因となるヒトパピローマウイルス（HPV）の紹介と、HPVワクチンによる予防の効果、性感染症の種類と予防法、不妊症、高齢出産の課題、妊娠前から必要な葉酸の摂取、女性のやせ願望と妊娠期の体重抑制指導による出生児体重減少の問題など、各々わかりやすく解説がされていき、最後に、年に1回の婦人科検診を受けましょう、病気になってから病院を探すのではなく、普段から行きつけのクリニックを見つけておきましょう、クリニックと大病院はうまく使い分けましょうと結ばれました。

講義を受けて参加者からは、ピルや緊急避妊薬のリスクはどうか、子宮頸がんワクチンの効果的な接種年齢や費用、2種類認可されているが効果の違いはなど、参加者自身の疑問のみならず、娘さんをもつ母親としての立場からの質問が活発に続き、質疑応答は30分にも及びました。

講義終了後のアンケートでは多くの感想をいただき、女性のライフサイクルや疾患について最新の情報が数値データとともに得られてわかりやすかった、パートナーと考えるという視点がよかった、HPVが多様な病を引き起こしていることがわかった、子宮の疾患、特にピルの副効用や子宮頸がんの発生についてよくわかった、学校を出てしまうと正確な知識の習得の場がないのでよい機会だった、こうした講座を全ての女子学生に聞いてもらいたい、といった声が寄せられました。

なお、講義部分のDVD収録(約70分)を、ワークライフバランス・サポートセンターにて視聴できます(月曜日～金曜日の12時～17時。事前にメール support-koryu@list.waseda.jp にて希望日時を予約)。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の開催を考えてまいります。テーマや内容についての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。

