

ドラッグストアに勤務する管理栄養士の
プレコンセプションケアや女性特有の症状に関する教育の影響

北井実香^{1*}、本田朋子²、阿部真也³、深津英人³、邑瀬 誠⁴、
松井 洸³、山口 浩³、成井浩二⁵、野村和彦³

**Survey of Registered Dietitians Working in Drugstores on Their Involvement
in the Preconception Care of Patients and Women's Health Issues
and Dietitians' Awareness by Giving Lectures on These Topics**

Mika Kitai^{*1}, Tomoko Honda², Shinya Abe³, Hideto Fukatsu³, Makoto Murase⁴,
Hikaru Matsui³, Hiroshi Yamaguchi³, Koji Narui⁵, Kazuhiko Nomura³

Registered dietitians working in drugstores may play an important role in intervening in patients' preconception care and women's health issues. Therefore, we conducted a survey of registered dietitians working in drugstores on their involvement in patient preconception care and women's health issues. We also surveyed the participants on changes in their awareness of these issues after attending lectures on these topics.

On January 20, 2023, a pharmacist gave a one-hour lecture to dietitians working in drugstores on preconception care, menstruation, and menopausal symptoms and administered a questionnaire before and after the lecture, respectively.

Fifty-eight valid responses out of 62 participants were received. First, 46.6 % of the respondents indicated that they had served customers regarding women's health issues and products. Awareness of preconception care was 1.7 % before the lecture, but after the lecture, 84.5 % said they were interested in preconception care. There was a significant increase in the number of registered dietitians who said they would be willing to consult with patients about women's health issues and products before and after the course, and 100 % said the contents of the lecture could be used in future customer service.

This study indicated that registered dietitians could contribute to health support by becoming familiar with women's health issues and products. It was thought that by continuing to attend lectures in the future, the field of women's health could become a new career field for registered dietitians. It was also considered that collaboration with pharmacists and neighboring medical institutions, registered dietitians could become part of a team of healthcare providers who are responsible for community health and hygiene.

Key words: Customer service, Community health support

Received March 12, 2024; Accepted May 23, 2024

¹ Mika Kitai 株式会社杏林堂薬局富塚店

² Tomoko Honda 株式会社杏林堂薬局新津店

³ Shinya Abe, Hideto Fukatsu, Hikaru Matsui, Hiroshi Yamaguchi, Kazuhiko Nomura 株式会社ツルハホールディングス

⁴ Makoto Murase 株式会社杏林堂薬局本部

⁵ Koji Narui 東京薬科大学薬学部一般用医薬品学教室

* 連絡先：杏林堂薬局富塚店 北井実香 〒432-8002 静岡県浜松市中央区富塚町 450-1

TEL/FAX: 053-412-5037/053-412-5020 Email: kitaimika3@ymail.ne.jp

1. 緒 言

月経や月経前症候群 (PMS), 更年期症状などによる労働生産性の低下による経済損失は月経随伴症状によるものが年間 4911 億円¹⁾, 更年期症状によるものが年間 4200 億円²⁾とされている。不調や悩みがあっても何もせず我慢している者が多く³⁻⁵⁾, 女性の健康が社会に大きく影響している。また, 月経随伴症状や更年期症状において, 食生活をはじめとした生活習慣が影響している⁶⁻⁸⁾と言われ, 女性の健康に関するリテラシーの向上が労働生産性の向上につながることも分かっている⁹⁾。

近年, 日本でも「プレコンセプションケア」といった妊娠前の男女の体と心のケアをすることが重要視されている^{10, 11)}が, 学生時代に十分な教育がなされておらず¹²⁾, リスクの高い出産や不妊の増加, 生涯にわたる健康への関連が問題視されている。薬局やドラッグストアは, 地域の住民にとって一番身近な医療提供施設であり, 専門家が集まるファーストアクセスの場所である。そのため, プレコンセプションケアをはじめとした女性の健康に関わる情報を提供することができる場所として適していると考えられる。中でも, 薬局やドラッグストアの管理栄養士は望ましい食生活の実践や適切な生活習慣の知識の供与をしており¹³⁾, これらのプレコンセプションケアをはじめとした女性の健康のサポート役として, 相応しい職種であると考えられる。

そこで, ドラッグストアに勤務する管理栄養士のプレコンセプションケアや女性特有の症状に関する悩みや疾患への関わりの実態とプレコンセプションケアやヘルスリテラシーに関する講義による管理栄養士の意識の変化を調査した。

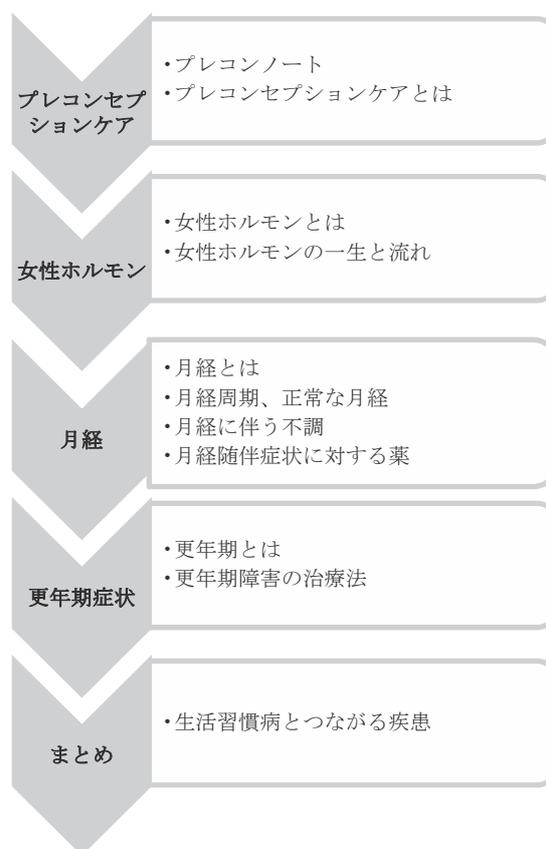


図 1 講義の概要

2. 方 法

1. 調査対象と期間

杏林堂薬局に勤務する管理栄養士 74 名を調査対象とした。2023 年 1 月 20 日に 60 分間講義 (対面及び同期型オンラインによるハイブリット形式) を行い, 講義前後でアンケートを行った。アンケート回答期限は当日中とした。

2. 講義内容

プレコンセプションケア, 女性ホルモン, 月経, 更年期症状に関わる薬や生活習慣についての講義を行った。プレコンセプションケアについて 4 枚, 女性ホルモンについて 4 枚, 月経について 16 枚, 更年期症状について 10 枚スライドを作成した (図 1)。プレコンセプションケアにおいては, 国立成

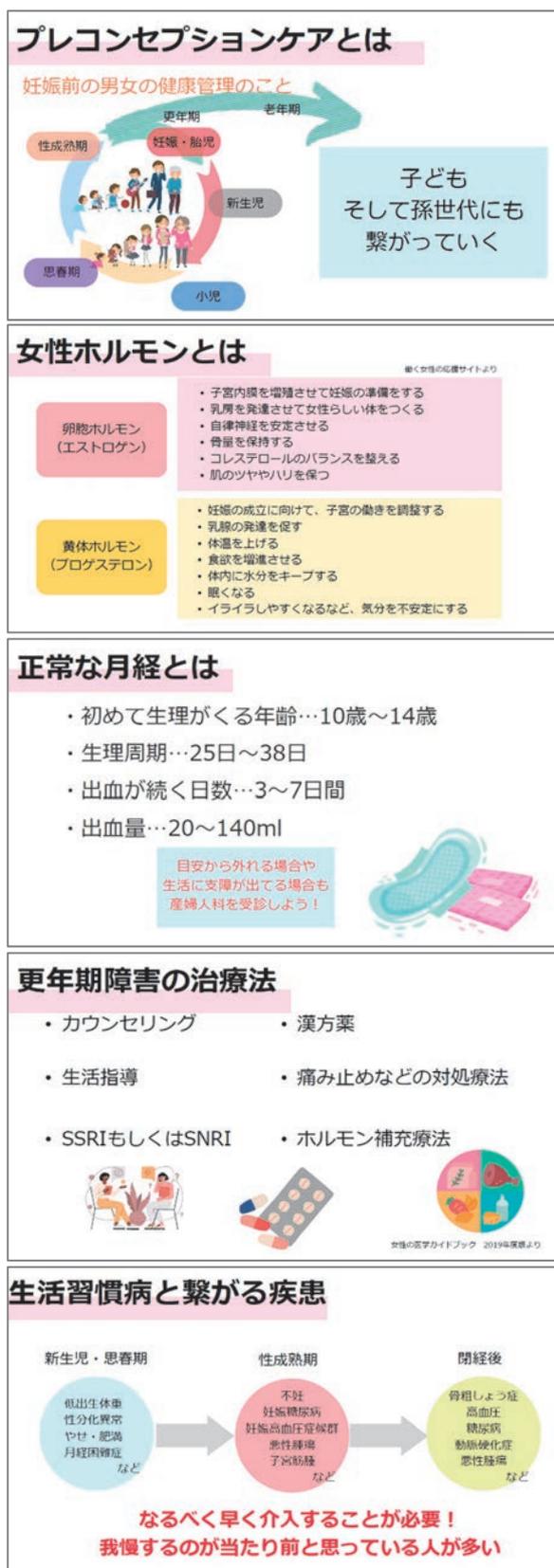


図2 講義の説明スライド一部抜粋

育医療研究センターのプレコンノート¹¹⁾を用いその内容に沿って説明した。男女共に早い段階で健康を意識すること、またそれが自分の健康だけではなく、次世代の子供の健康にもつながることを説明した。女性ホルモンについては、女性ホルモンの種類や一生の流れについて説明した。月経については、正常な月経、月経随伴症状、月経随伴症状に対する薬について説明した。更年期症状については、更年期とその時期に起こりうる症状、治療法について説明した。最後に生活習慣病に伴う疾患についてなるべく早い段階で介入することが必要であり、これらには管理栄養士がサポート役を担うことができる可能性があるとして説明した(図2)。

3. アンケート方法と調査項目

Google フォームを用いて講義前後でアンケートを行った。講義前のアンケートの設問では管理栄養士の属性について5問、管理栄養士の知識について1問、管理栄養士の意識や行動について5問、合計11問とした(表1)。講義後のアンケートの設問では、管理栄養士の属性について5問、講義の満足度について1問、講義後の管理栄養士の意識について8問、合計14問とした(表2)。講義前後の回答は各設問を読み最も当てはまる選択肢を1つ選択する、あるいは複数選択が可能な場合は複数選択、あるいは自由記述によって回答を得た。アンケートは個人を特定しない旨を明記し、同意された方のみが回答する形式とした。

4. 有意差検定と倫理審査

講義前と後の回答者の2群間の差はFisher's 正確確率検定にて検定し、 $p < 0.05$ を有意差ありとした。なお、本研究は、ツルハホールディングス学術研究発表審議会にて倫理審査され、承認されている(承認番号2023054)。

表1 【講義前】管理栄養士の知識や意識、行動に関するアンケート

講義前のアンケート	
質問①	受講方法を教えてください 1.「現地」2.「Zoom」
質問②	管理栄養士歴を教えてください 1.「1年目」2.「2～5年目」3.「6～10年目」4.「11年目以降」
質問③	年代を教えてください 1.「20歳代」2.「30歳代」3.「40歳代」4.「50歳代以降」
質問④	性別を教えてください 1.「男性」2.「女性」3.「その他」
質問⑤	登録販売者ですか？ 1.「はい」2.「いいえ」
質問⑥	以下の中で良く知っているものはありますか？（複数回答可） 1.「プレコンセプションケア」2.「女性ホルモン」3.「月経やPMS」4.「更年期症状」 5.「女性の不調に関わる薬」6.「女性の不調に関わる生活習慣」7.「全てわからない」
質問⑦	自分自身が普段の生活において意識していることはありますか？（複数回答可） 1.「食事」、2.「運動」3.「睡眠」4.「ワクチン・検診」5.「かかりつけ医を持つ」6.「喫煙・飲酒」 7.「人生デザインをする」8.「薬やサプリメントの摂り方」9.「ダイエット」10.「妊娠・避妊」11.「特にない」
質問⑧	お客様から女性特有の症状や製品に関する相談を受けたことはありますか？ 1.「ある」2.「ない」
質問⑨	【あると回答した方】接客頻度はどのくらいですか？ 1.「毎日」2.「2、3日に1回程度」3.「週1回程度」4.「月に1回程度」5.「2、3か月に1回程度」 6.「半年に1回程度」7.「ほとんどない」
質問⑩	お客様から女性特有の症状や製品に関する相談を積極的に受けたいと思いますか？ 1.「とても受けたい」2.「やや受けたい」3.「あまり受けたくない」4.「受けたくない」
質問⑪	質問⑩を選んだ理由は？ 自由記述

表2 【講義後】管理栄養士の意識に関するアンケート

講義後のアンケート	
質問①	受講方法を教えてください 1.「現地」2.「Zoom」
質問②	管理栄養士歴を教えてください 1.「1年目」2.「2～5年目」3.「6～10年目」4.「11年目以降」
質問③	年代を教えてください 1.「20歳代」2.「30歳代」3.「40歳代」4.「50歳代以降」
質問④	性別を教えてください 1.「男性」2.「女性」3.「その他」
質問⑤	登録販売者ですか？ 1.「はい」2.「いいえ」
質問⑥	講義は分かりやすかったですか？ 1.「とても分かりやすかった」2.「やや分かりやすかった」3.「やや分かりにくかった」4.「分かりにくかった」
質問⑦	特に興味を持ったものは何ですか？（複数回答可） 1.「プレコンセプションケア」2.「女性ホルモン」3.「月経やPMS」4.「更年期症状」 5.「女性の不調に関わる薬」6.「女性の不調に関わる生活習慣」7.「特にない」
質問⑧	講義の中で難しかったものはありますか？（複数回答可） 1.「プレコンセプションケア」2.「女性ホルモン」3.「月経やPMS」4.「更年期症状」 5.「女性の不調に関わる薬」6.「女性の不調に関わる生活習慣」7.「特にない」
質問⑨	講義を聞いて、自分自身が今後意識したいことはありますか？（複数回答可） 1.「食事」、2.「運動」3.「睡眠」4.「ワクチン・検診」5.「かかりつけ医を持つ」6.「喫煙・飲酒」 7.「人生デザインをする」8.「薬やサプリメントの摂り方」9.「ダイエット」10.「妊娠・避妊」11.「特にない」
質問⑩	お客様から女性特有の症状や製品に関する相談を積極的に受けたいと思いますか？ 1.「とても受けたい」2.「やや受けたい」3.「あまり受けたくない」4.「受けたくない」
質問⑪	質問⑩を選んだ理由は？ 自由記述
質問⑫	講義を聞いて、お客様から相談を受ける場合自信がついたものは次のうちどれですか？（複数回答可） 1.「月経やPMSに関する知識」2.「更年期症状の知識」3.「女性ホルモンの知識」4.「悩みへの共感」5.「病院へ受診する目安」6.「病院へ受診する大切さ」7.「薬の知識」8.「生活習慣を整えることの重要性」9.「特にない」
質問⑬	今回の講義は接客に生かせそうですか？ 1.「とてもできる」2.「ややできる」3.「ややできない」4.「できない」
質問⑭	今後聞いてみたい項目はありますか？ 1.「女性疾患における詳しい薬の説明」2.「フェムケア製品」3.「小児、思春期のサポート（10代）」4.「性成熟期（20代から30代）のサポート」5.「更年期（40代から50代）のサポート」6.「60代以降のサポート」 7.「妊婦、授乳期のサポート」8.「アスリートにおける薬やサポート」9.「男性の健康」10.「特にない」

3. 結果

1. アンケートの有効回答数

受講者は62名で、講義前後で回答を得られた58名を有効回答とした。

2. 講義前のアンケート結果

2.1. 管理栄養士の属性（表1. 質問①-⑤）

受講方法は、「現地」が53名（91.4%）、「Zoom」でのオンラインが5名（8.6%）であった。管理栄養士歴は「1年目」17名（29.3%）、「2～5年目」28名（48.3%）、「6～10年目」9名（15.5%）、「11年目以降」4名（6.9%）であった。年齢は、「20歳代」49名（84.5%）、「30歳代」9名（15.5%）、「40歳代」0名（0.0%）、「50歳代以降」0名（0.0%）であった。性別は「男性」1名（1.7%）、「女性」57名（98.3%）、「その他」0名（0.0%）であった。登録販売者の資格を持っている人は57名（98.3%）で1名（1.7%）は資格がないと回答した。

2.2. 女性特有の症状や製品に関する知識（表1. 質問⑥）

講義前の女性特有の症状や製品に関する知識を問うたところ（複数回答可）、1名（1.7%）が「プレコンセプションケア」、36名（62.1%）が「女性ホルモン」、46名（79.3%）が「月経やPMS」、24名（41.4%）が「更年期症状」、11名（19.0%）が「女性の不調に関わる薬」、12名（20.7%）が「女性の不調に関わる生活習慣」、11名（19.0%）が「全てわからない」と回答した（図3）。

2.3. 意識や行動の調査（表1. 質問⑦-⑪）

自分自身が普段の生活において意識していること（複数回答可）として多いものから、39名（67.2%）が「食事」、31名（53.4%）が「睡眠」、17名（29.3%）が「運動」の順であった。

お客様からの女性特有の症状や製品に関する相

談経験は、27名（46.6%）が「ある」、31名（53.4%）が「ない」と回答した（図4）。さらに、「ある」と回答した回答者の接客頻度は、「毎日」が0名（0.0%）、「2、3日に1回程度」が0名（0.0%）、「週1回程度」が0名（0.0%）、「月に1回程度」が5名（18.5%）、「2.3か月に1回程度」が8名（29.6%）、「半年に1回程度」が11名（40.8%）、「ほとんどない」が3名（11.1%）であった（図5）。

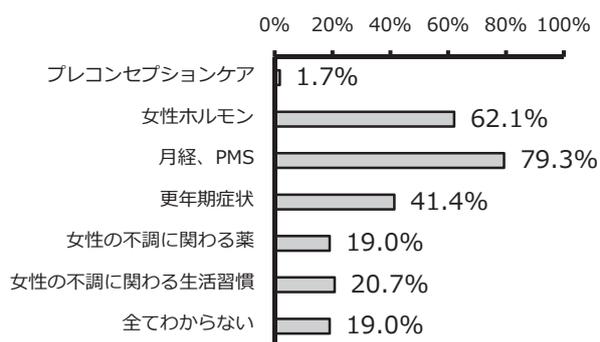


図3 【講義前】女性特有の症状や製品に関する知識

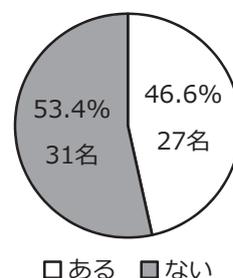


図4 【講義前】女性特有の症状や製品に関する相談を受けたことがあるか

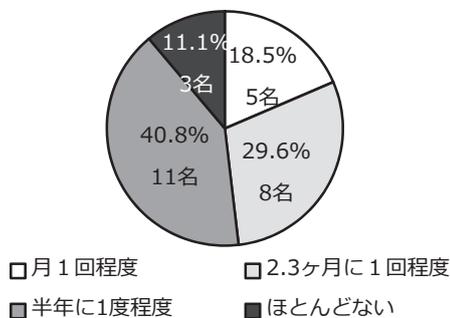


図5 【講義前】女性特有の症状や製品に関する接客頻度

お客様からの女性特有の症状や製品に関する相談対応への積極性は、「(相談を)とても受けたい」が12名(20.7%)、「(相談を)やや受けたい」が32名(55.2%)、「(相談を)あまり受けたくない」が14名(24.1%)、「(相談を)受けたくない」が0名(0.0%)であった。また、「とても受けたい」を選んだ理由は、自分自身が悩んでいるので力になりたいから、同性として力になりたいから、悩みを解決してあげたいから、などであった。「やや受けたい」を選んだ理由は、知識が不十分で不安だが同性として力になりたいから、知識が不十分だが興味があるから、役に立てるか自信がないから、などであった。「あまり受けたくない」を選んだ理由は、産婦人科に相談すべき内容が多いから、男なので女性同士の方が相談しやすいから、相談に答えられる自信がないから、知識が乏しいからなどであった。58名中22名(37.9%)が知識に関して不安がある、知識を持ちたい旨の回答をした。

3. 講義後のアンケート結果

3.1. 管理栄養士の属性 (表1. 質問①-⑤)

受講方法は、「現地」が53名(91.4%)、「Zoom」でのオンラインが5名(8.6%)であった。管理栄養士歴は「1年目」17名(29.3%)、「2~5年目」28名(48.3%)、「6~10年目」9名(15.5%)、「11年目以降」4名(6.9%)であった。年齢は、「20歳代」49名(84.5%)、「30歳代」9名(15.5%)、「40歳代」0名(0.0%)、「50歳代以降」0名(0.0%)であった。性別は「男性」1名(1.7%)、「女性」57名(98.3%)、「その他」0名(0.0%)であった。登録販売者の資格を持っている人は56名(96.6%)で2名(3.4%)は資格ないと回答した。

3.2. 講義後の満足度を調査 (表2. 質問⑥)

講義は分かりやすかったかどうかの質問では、48名(82.8%)が「とても分かりやすかった」、9名(15.5%)が「やや分かりやすかった」、1名(1.7%)が「やや分かりにくかった」、0名(0.0%)が「とても分かりにくかった」と回答した。

3.3. 講義後の意識の調査 (表2. 質問⑦-⑭)

講義を聞いて特に興味が持てた項目は、(複数回答可) (複数回答可) 49名(84.5%)が「プレコンセプションケア」、20名(34.5%)が「女性ホルモン」、39名(67.2%)が「月経やPMS」、24名(41.4%)が「更年期症状」、22名(37.9%)が「女性の不調に関わる薬」、13名(22.4%)が「女性の不調に関わる生活習慣」、0名(0.0%)が「特にない」と回答した(図6)。

講義の中で難しかった項目は、(複数回答可) 10名(17.2%)が「プレコンセプションケア」、2名(3.4%)が「女性ホルモン」、2名(3.4%)が「月経やPMS」、7名(12.1%)が「更年期症状」、13名(22.4%)が「女性の不調に関わる薬」、0名(0.0%)が「女性の不調に関わる生活習慣」、29名(50.0%)が「特にない」と回答した。

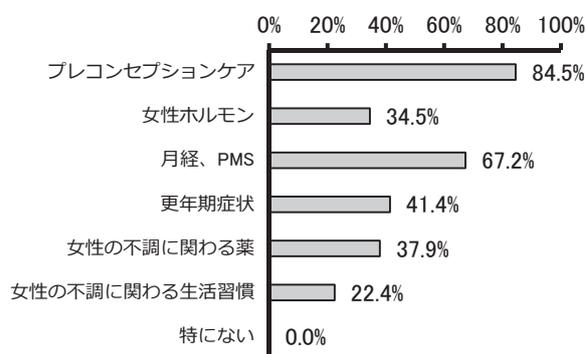


図6 【講義後】特に興味が持てた項目

講義を聞いて、自分自身が今後意識したいこととして、多いものから33名(56.9%)が「食事」、33名(56.9%)が「睡眠」、24名(41.4%)が「ワクチン・検診」、24名(41.4%)が「人生デザインをする」、24名(41.4%)が「薬やサプリメントの摂り方」の順であった。

お客様から女性特有の症状や製品に関する相談対応への積極性は、17名(29.3%)が「とても受けたい」、37名(63.8%)が「やや受けたい」、4名(6.9%)が「あまり受けたくない」、0名(0.0%)が「受けたくない」と回答した。積極群(「とても受けたい」と「やや受けたい」の合計)は講義後の方が講義前よりも有意に増加していた($p=0.019$) (図7)。「とても受けたい」を選んだ理由は、薬や生活習慣で症状が緩和できることが分かったから、共感できる部分が多く身近な存在として薬に立ちたいから、具体的に商品や薬の話聞いたから、気軽に相談できる場所があると過ごしやすくなると思ったから、などであった。「やや受けたい」を選んだ理由は、不安がまだあるが知識が増えたから、不安や疑問が解消されたから、悩んでいる人が多いことが分かったから、共感できるから、などであった。「あまり受けたくない」を選んだ理由は、適切な知識を持っていないから、悩みが多様多様なので役立てるか不安だから、女性同士の方が相談しやすいから、などであった。58名中2名(3.4%)が知識に関して不安がある旨の回答をした。

講義後お客様から相談を受ける場合自信がついたものとして(複数回答可)、33名(56.9%)が「月経やPMSに関する知識」、19名(32.8%)が「更年期症状に関する知識」、17名(29.3%)が「女性ホルモンの知識」、27名(46.6%)が「悩みへの共感」、18名(31.0%)が「病院へ受診する目安」、26名(44.8%)が「病院へ受診する大切さ」、11名(19.0%)が「薬の知識」、21名

(36.2%)が「生活習慣を整えることの重要性」、0名(0.0%)が「特にない」と回答した(図8)。

今回の講義は接客に生かせそうかでは、22名(37.9%)が「とてもできる」、36名(62.1%)が「ややできる」、0名(0.0%)が「ややできない」、0名(0.0%)が「できない」と回答した。

今後聞いてみたい項目として、24名(41.4%)が「女性疾患における詳しい薬の説明」、31名

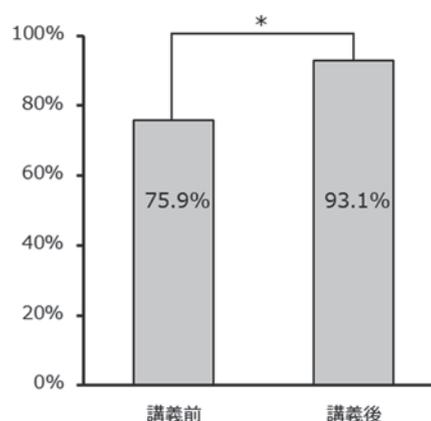


図7 【講義前】【講義後】お客様から女性特有の症状や製品に関する相談対応への積極群の割合 (* $p < 0.05$; Fisher's exact test)

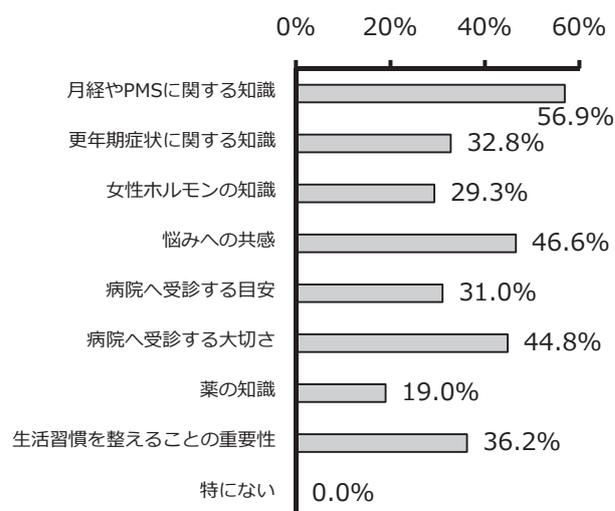


図8 【講義後】自信がついた項目

(53.4%)が「フェムケア製品」、23名(39.7%)が「小児, 思春期のサポート(10代)」, 30名(51.7%)が「性成熟期(20代から30代)のサポート」, 24名(41.4%)が「更年期(40代から50代)のサポート」, 7名(12.1%)が「60代以降のサポート」, 31名(53.4%)が「妊婦, 授乳婦のサポート」, 13名(22.4%)が「アスリートにおける薬やサポート」, 11名(19.0%)が「男性の健康」0名(0.0%)「特にない」と回答した。

4. 考 察

本研究は、ドラッグストアに勤務する管理栄養士のプレコンセプションケアや女性特有の症状に関する悩みや疾患への関わりの実態と、プレコンセプションケアやヘルスリテラシーに関する講義が管理栄養士の意識にどのような変化をもたらすかを明らかにすることを目的とし、アンケートと講義を実施した。その結果、ドラッグストアに勤務する管理栄養士58名から有効な回答が得られた。

講義前アンケートでは管理栄養士のプレコンセプションケアや女性特有の症状に関する悩みや疾患への関わりの実態を明らかにすることができた。回答者の46.6%が女性特有の症状や製品に関する相談経験があると回答した。他職種での相談経験の有無の割合が明らかでないため、この相談経験の割合を評価することはできないが、管理栄養士が女性特有の症状や製品に関することを熟知しておくことで、健康サポートに貢献できる可能性が示された。しかし、「月経やPMS」(79.3%)や「女性ホルモン」(62.1%)の認知率は高かったが、「更年期症状」(41.4%)や「女性の不調に関わる生活習慣」(20.7%)、「女性の不調に関わる薬」(19.0%)、「プレコンセプションケ

ア」(1.7%)の認知率が低く、知識には偏りがあることが明らかになった。また、お客様からの女性特有の症状や製品に関する相談対応への積極性では、積極群(「(相談を)とても受けたい」と「(相談を)やや受けたい」の合計)が75.9%であったことから、相談対応への積極性は高いが、知識に不安があることが示唆された。

講義後アンケートではプレコンセプションケアやヘルスリテラシーに関する講義が管理栄養士の意識にどのような変化をもたらすかを明らかにすることができた。講義の満足度は高く、難易度も妥当であったと考えられる。講義前に「プレコンセプションケア」に関して知っていると答えた人は1.7%だったが、講義後、特に興味を持てた項目で「プレコンセプションケア」と答えた人が84.5%だったことから、講義を行うことにより、プレコンセプションケアを意識することでリテラシーの向上が見込まれる。お客様から女性特有の症状や製品に関する相談を受けることに関して、講義前は「とても受けたい」「やや受けたい」を選択しているにも関わらず、知識が足りない、自信がないというネガティブな意見が多かったが、講義後のアンケートでは同じ選択肢でも自信がついた、知識を生かしたいというポジティブな意見が多くなったことから講義を行うことで知識が増え、自信がついたと考えられる。また、相談をする側の考えとして、ドラッグストアは身近な医療提供施設であるにも関わらず、薬剤師や登録販売者への女性特有の悩みや症状に関する信頼性の低さがあり、信頼性を上げるためにも相談を受けた場合の対応が重要であると考えられる¹⁴⁾。接客に関して自信を持って行うために、知識不足の問題においては教育を行い、適切な知識を得られることで不安が解消されるため講

義は有効な手段であると考えられる。

今後聞いてみたい項目として様々な年代やライフステージにおけるサポートに興味があると考えられ、今後も今回のような研修が必要である。さらに管理栄養士からのフィードバックにより、講義内容をブラッシュアップし講義を継続することで、女性の健康分野は管理栄養士の新たな職能になりうると考えられる。また、今回ほとんどの管理栄養士が登録販売者であり、栄養ばかりでなく薬を含む女性特有の症状や製品に関する相談相手としてより有用であったと考えられる。今回アンケートを行ったのは一企業の薬局・ドラッグストアの管理栄養士に限ったものであり一般的なものとは言えない可能性がある。今後ドラッグストアで働く管理栄養士が、同じ現場で働く薬剤師との連携をさらに強化することもドラッグストアがファーストアクセスの場として機能することにつながると考えられる。教育の継続や薬剤師、近隣の医療機関と連携を行うことで、管理栄養士は地域の保健衛生を担うチーム医療の一員になりうると考えられる。

5. 総括

ドラッグストアに勤務する管理栄養士のプレコンセプションケアや女性特有の症状に関する悩みや疾患への関わりの実態と、プレコンセプションケアやヘルスリテラシーに関する講義が管理栄養士の意識にどのような変化をもたらすかを明らかにすることができた。ブラッシュアップした講義を継続し、ドラッグストアの機能の1つが充足・強化されることで、ドラッグストアが地域の方々から信頼される身近な医療提供施設として認識されるであろう。

利益相反

開示すべき利益相反はない。

引用文献

- 1) ErikaTanaka , MikioMomoeda, YutakaOsu, BrunoRossi, Ken Nomoto, Masakan e Hayakawa, Kinya Kokubo, Edward C Y Wang, Burden of menstrual symptoms in Japanese women: results from a survey-based study , *Journal of Medical Economics*, **16**, 1255-1266 (2013).
- 2) 小川真里子, 更年期障害と労働 ～更年期ロスを減らすためのメンタルケア～, *産業精神保健*, **31**, 15-20 (2023).
- 3) 内閣府男女共同参画局 男女の健康意識に関する調査報告書 (平成30年) .
- 4) 特定非営利活動法人日本医療政策機構 働く女性の健康増進調査2018, <https://hgpi.org/research/809.html>, 2024年1月14日アクセス.
- 5) 「更年期症状・障害に関する意識調査」 基本集計結果 (2022年7月26日) . <https://www.mhlw.go.jp/content/000969166.pdf>, 2024年1月14日アクセス.
- 6) 湯浅洋子, 小林洋子, 新堀多賀子, 初鹿静江, 明渡陽子, 月経症状に及ぼす生活関連因子の検討, *人間生活文化研究*, **2013**, 282-286 (2013).
- 7) 鈴木恵美, 玉木雅子, 橋詰直孝, 女子大学生における月経に伴う症状に影響を与える要因, *心身健康科学*, **14**, 26-33 (2018).
- 8) 宮内清子, 佐久間夕美子, 佐藤千史, 更年期女性に対する健康教育に関する過去10年間の文献検討, *日健教誌*, **17**, 3-13 (2009).

- 9) Imamura Y, Kubota K, Morisaki N, Suzuki S, Oyamada M, Osuga Y, Association of Women's Health Literacy and Work Productivity among Japanese Workers: A Web-based, Nationwide Survey, *JMA J*, **3**, 232-239 (2020).
- 10) 厚生労働省 成育医療等協議会 参考資料2 「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針について」, <https://www.mhlw.go.jp/content/11908000/000872364.pdf>, 2024年1月14日アクセス.
- 11) プレコンノート | 国立成育医療研究センター <https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/preconnote/>, 2024年1月14日アクセス.
- 12) 名草みどり, 成熟期女性のプレコンセプションケアに関する文献検討, *ヒューマンケア研究学会誌*, **10**, 9-17 (2019).
- 13) 堀 由美子, 内田博之, 清水 純, 君羅好史, 小口淳美, 真野 博, 保険薬局・ドラッグストアに勤務する管理栄養士・栄養士の配置状況と就業の実態, *栄養学雑誌*, **79**, 242-252, (2021).
- 14) 平島詩織, 成井浩二, 薬局・薬店 (ドラッグストア) で生理痛に対処するために起こす行動と利用状況に関する調査, *日本地域薬局薬学会誌*, **10**, 102-116 (2022).