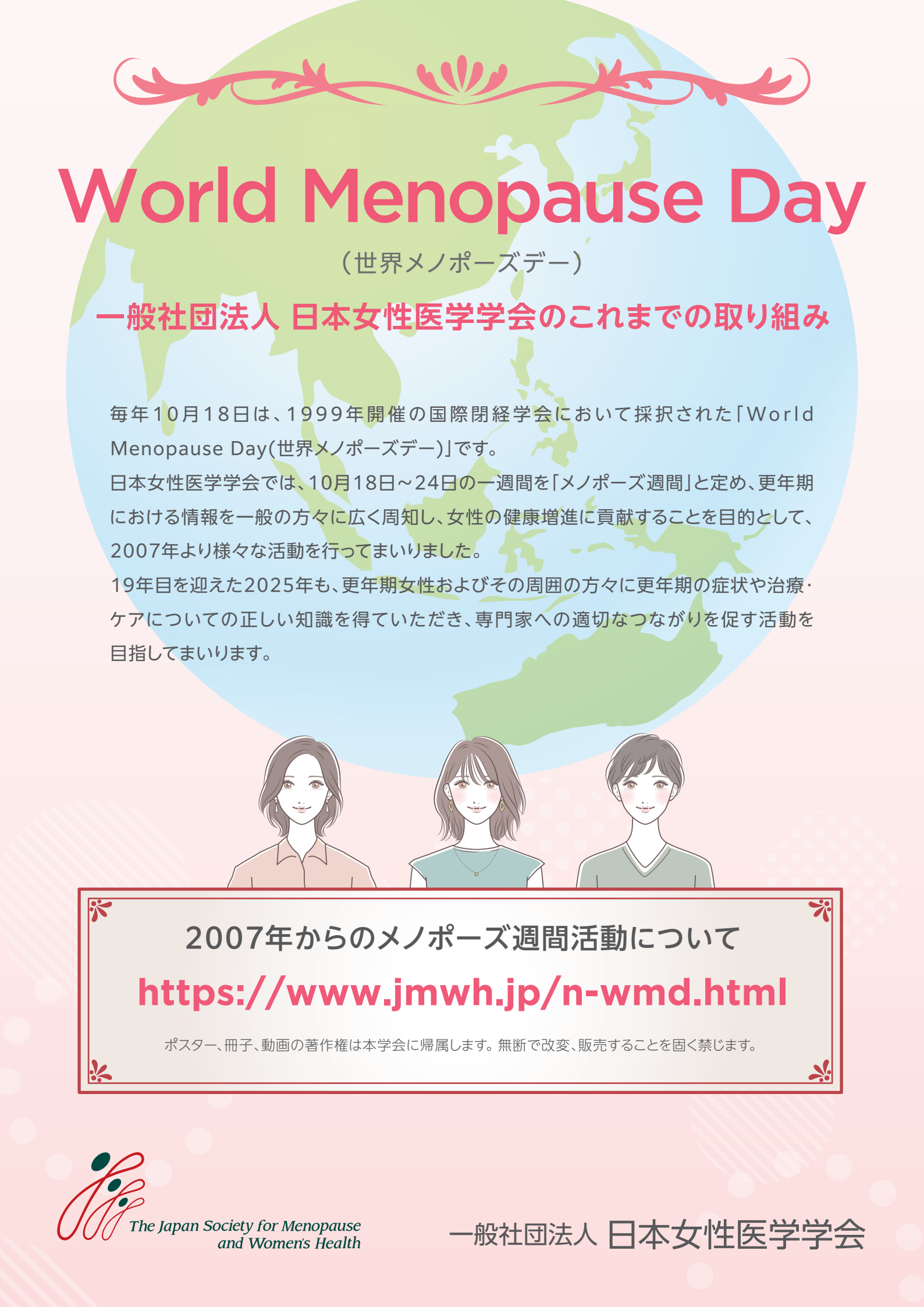




World Menopause Day

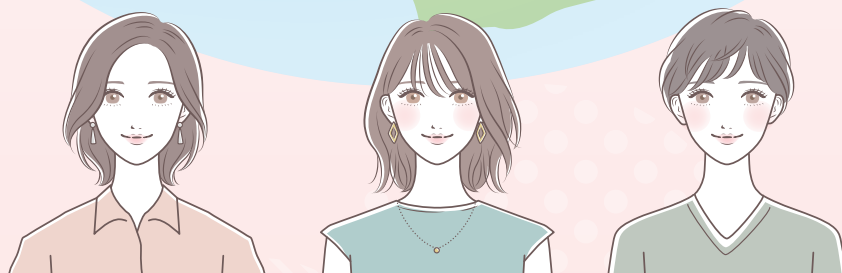
(世界メノポーズデー)

一般社団法人 日本女性医学学会のこれまでの取り組み

毎年10月18日は、1999年開催の国際閉経学会において採択された「World Menopause Day(世界メノポーズデー)」です。

日本女性医学学会では、10月18日～24日の一週間を「メノポーズ週間」と定め、更年期における情報を一般の方々に広く周知し、女性の健康増進に貢献することを目的として、2007年より様々な活動を行ってまいりました。

19年目を迎えた2025年も、更年期女性およびその周囲の方々に更年期の症状や治療・ケアについての正しい知識を得ていただき、専門家への適切なつながりを促す活動を目指してまいります。



2007年からのメノポーズ週間活動について

<https://www.jmwh.jp/n-wmd.html>

ポスター、冊子、動画の著作権は本学会に帰属します。無断で改変、販売することを固く禁じます。



The Japan Society for Menopause
and Women's Health

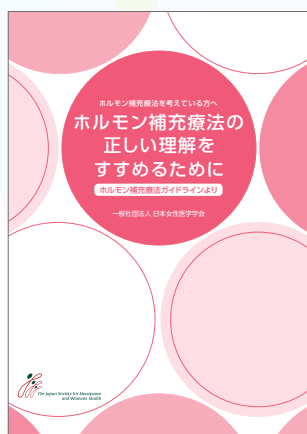
一般社団法人 日本女性医学学会

一般の方向けの更年期に関する情報

更年期のことを知りたい方や更年期症状に悩む方とのコミュニケーションに役立つ冊子、ポスター、動画を学会ホームページに公開しています。

診療の補助ツールのひとつとしてご使用いただくほか、更年期女性のみならず、その周囲のいろいろな立場の人々にも更年期障害の理解が広がりますようにお役立てください。

ポスター、冊子、動画の著作権は本学会に帰属します。無断で改変、販売することを固く禁じます。



『ホルモン補充療法ガイドライン』に基づいて構成されたガイドブック

『ホルモン補充療法の正しい理解をすすめるために』の冊子は、2023年メノポーズ週間事業として、『ホルモン補充療法ガイドライン』に基づいて構成されたガイドブックです。

更年期に悩む女性だけでなく、すべてのライフステージの女性や男性にも、更年期症状や治療の正しい知識を得ていただく一助としてこの冊子をご活用ください。



こちらのリンク先からどなたでもダウンロードできます



更年期啓発ポスター

こちらは、2020年のメノポーズ週間に作成し、公開しました。

更年期の不調について、がまんしないで医師に相談することをそっと促すポスターです。



こちらのリンク先からどなたでもダウンロードできます



更年期について分かり易く解説した動画

2022年のメノポーズ週間に、次の3編の動画を作成し公開しました。

- 基礎知識編「更年期を心地よく過ごすために知っておきたいこと」
- 治療編「正しい知識で選ぶ！更年期を健やかに過ごす治療法」
- セルフケア編「毎日の生活から改善！更年期症状のセルフケアとは」



こちらから視聴できます