

働く女性が輝くために

女性特有の不調への対処法を見つけませんか？

「なんだか調子が悪い…」「これって私だけ？」女性は年齢とともに、心や体にさまざまな変化が訪れます。健康で長く働き続けるために、自身の体調や抱える悩みに向き合ってみませんか？

女性の健康にかかわる女性ホルモンについて 「知識がない」と回答した女性は全体の7割※

女性ホルモンに
関して知識がない

71%

女性ホルモンに
関して知識がある

29%

子宮や卵巣の
病気

月経

更年期症状



※出典：大塚製薬株式会社「女性のヘルスリテラシー調査 2025年版」

ウェルネスセルフチェック！

この1か月を振り返り、あてはまる症状がないかチェックしてみましょう。

- ☐ 布団に入ってから寝付くまで5分以内、また20分以上かかる
- ☐ 途中で目が覚めてそのあと寝付けない
- ☐ 朝起きてても疲れが取れていないことが多く、疲れやすい
- ☐ 1日の食事がおやつをいれて1回以下
- ☐ 1日の食事がおやつをいれて5回以上
- ☐ 動悸、胸の痛み、息切れがある ☐ めまいがある
- ☐ しびれがある ☐ 物忘れがある ☐ 喉のつかえ感がある

… 結果は、下のコラムからチェック！（第1回コラムに掲載しています）…

Feel! Femtech&care 2026 へ出展！

日時 令和8年1月24日(土)・25日(日) 10:00～17:00

場所 ONE FUKUOKA CONFERENCE HALL
ワンビル6階(福岡市中央区天神)内容 ・助産師による健康相談
・「女性の健康と働く」ことについて紹介

働く女性の健康に関連した情報を発信中！

▼コラム

不安や不調症状の
発見からケアまでを
ご紹介

▼公式Instagram

ココロと暮らしを
ととのえるヒントを
発信中

問 女性活躍推進課

☎092-643-3399 FAX092-643-3392

地域で子どもたちの成長をサポートするために

放課後児童クラブで働きませんか？

共働き世帯の増加などにより放課後児童クラブの利用ニーズが高まっています。遊びや生活の支援を通じて、子どもたちの健全な成長を支える放課後児童クラブで、地域の未来に貢献しませんか？

放課後児童クラブ

保護者が仕事などで昼間家庭にいない小学生が、放課後や夏休みなどに安心・安全に過ごせる居場所

放課後児童クラブで働く職員

●放課後児童支援員

クラブにおいて中心的な役割を担う職員

※県が実施する認定資格研修を修了する必要があります。

【研修の主な受講要件】

- ・保育士資格保有者
- ・教員免許保有者
- ・高校卒業者かつ2年以上放課後児童クラブ等で勤務経験のある者 など

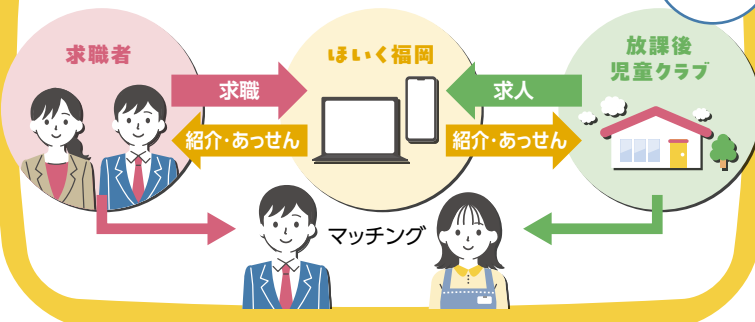
●補助員

放課後児童支援員を補助する職員

※保育士・教員免許などの資格は不要です。

マッチングサイト「ほいく福岡」の紹介

県では、新たに、クラブで働きたい方とクラブとをマッチングするサイトを開設しました！

クラブで働く
魅力動画を
発信中！

<支援員の声>

私たちは、子ども一人一人に寄り添い、その健やかな成長を支援しています。子どもたちの成長を間近で見守り、元気な笑顔に触れるたびに、大きな喜びとやりがいを感じることができます。

問 こども未来課

☎092-643-3577 FAX092-643-3765