



# ルナルナ 通信

Luna Luna information

エムティーアイ

2019年3月3日

Vol.36



## 『ルナルナ』×「シンクパール」共同意識調査

### 「頼れるかかりつけの婦人科を持つ」

#### ～女性の健康週間に考える、「かかりつけ」の意義とは～

(株)エムティーアイが運営する、ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サービス『ルナルナ』では、定期的にサービス内で様々な意識調査を行っています。

多くのユーザーから回答が寄せられ、生理やカラダに関する内容ははじめ、ほかでは聞けない女性の悩みや本音が明らかになっています。

毎年3月1日から8日は、女性が生涯を通じ明るく充実した日々を過ごすための総合的支援を目的とする「女性の健康週間」です。『ルナルナ』では2016年より、女性の健康教育と婦人科系疾患の予防啓発活動を行う一般社団法人シンクパール(代表理事:難波美智代)と共同で、女性の健康に関する意識調査を実施し、正しい知識の啓発を行っています。

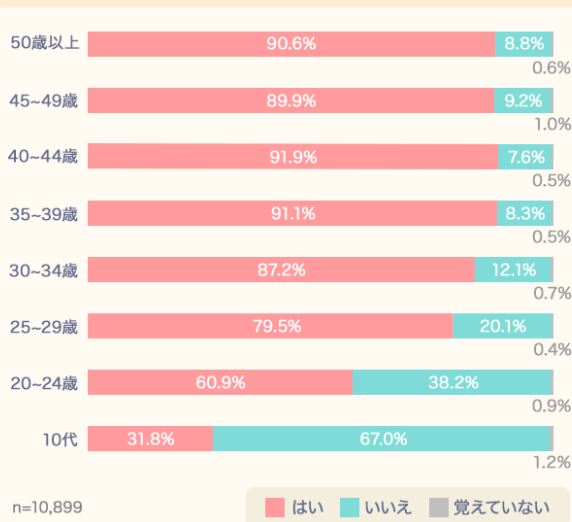
4年目となる今年は、「かかりつけの婦人科を持つ」についての意識調査※の結果をお届けします。婦人科へ通うことには抵抗を感じる人も少なくないですが、女性のカラダのプロフェッショナルである婦人科はカラダについての心配事があるときなどとても頼れる存在です。そのため、普段から気軽に頼れる「かかりつけ」の婦人科を持つきっかけのひとつとなれば幸いです。

#### ■ 気になるカラダの症状は一つじゃない。婦人科への受診には積極的なルナルナユーザー

Q. 普段、女性特有のカラダの症状について気になるものはありますか。あなたが感じている症状として当てはまるものを全て教えてください。(複数回答:上位5つ)

まずは、日ごろ気になっている女性特有のカラダの症状について聞いてみたところ、1位は「月経痛」49.5%となり、ほぼ半分の女性が月経痛を抱えているという結果となりました。また「PMS/PMDD(月経前の心身の不快な症状)」に悩む人の割合も4割を超え、女性が抱えるカラダの症状は、月経を中心に複数存在することがわかります。

Q. あなたは、婦人科を受診したことがありますか。



ルナルナ調べ

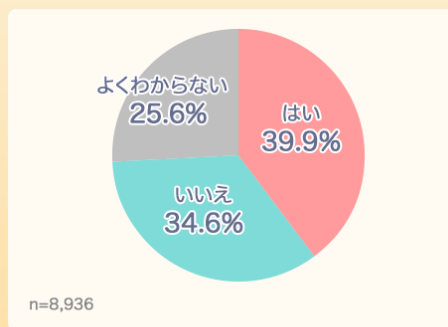
Q. あなたは、婦人科を受診したことがありますか？

多くの女性が何らかのカラダの症状を抱えているなか、婦人科を受診したことのある女性はその程度どの程度いるのでしょうか。婦人科の受診経験を聞いてみると、30代以上は約9割に受診歴があるという結果となりました。また、20代前半では6割以上に受診経験がありましたが、10代になると婦人科を受診したことがない人が67.0%と結果が逆転しており、年代が若いほど婦人科に行く機会は少ないようです。

## ■ かかりつけの婦人科がある女性は意外と少数派……。国もすすめる「かかりつけ医」とは？

Q. 受診されている婦人科は自分にとって「かかりつけ」の医療機関だと思いますか。

※かかりつけ医とは、何でも相談でき、身近で頼りになる医療機関・医師のことを指します。



ルナルナ調べ

Q. 受診されている婦人科は自分にとって「かかりつけ」の医療機関だと思いますか。

続いて、婦人科を受診したことがあると回答した女性に、通っている婦人科を「かかりつけ」と思っているかをたずねました。

受診している医療機関を「かかりつけ」と思っている人は 39.3%となり、約 6 割が「かかりつけではない」「よくわからない」と回答しています。

「かかりつけ」とは、何でも相談でき、身近で頼りになる医療機関や医師のことを意味します。ちょっとした体調の変化なども相談しやすい環境があることで、疾患の早期発見や重症化の予防などにつながるという面から、厚生労働省からも「かかりつけ医」を持つことが推奨されていますが、健康意識の高いルナルナユーザーも、かかりつけの婦人科を持っている人は多くないことがわかります。

## ■「かかりつけ」のポイントは受診頻度、近さ、信頼？きっかけは「妊娠」、「がん検診」が多数。

Q. ご自身が「かかりつけ」と思う理由について教えてください。(複数回答)

Q. ご自身が「かかりつけ」と思う理由について教えてください。

定期的に通診しているから	40.6%
自宅や職場の近くにあるから	40.4%
信頼できる医師がいるから	40.0%
何でも相談できるから	32.0%
通い始めて長いから	31.0%
いつでも診てもらえるから	21.7%
その他	1.9%

n=3,551

(複数回答)

ルナルナ調べ

では、「かかりつけの婦人科がある」と回答した人に、「かかりつけ」と思う理由を聞いてみたところ、1 位が「定期的に通診しているから」40.6%、2 位が「自宅や職場の近くにあるから」40.4%でした。通う頻度やアクセスのしやすさが「かかりつけ」のひとつの基準と考えられていることがわかります。

次いで「信頼できる医師がいるから」40.0%、「何でも相談できるから」32.0%と続くことから、信頼関係が構築されており、気軽に頼れる医師がいるかも重要なようです。

Q. 「かかりつけ」の婦人科を持つことになったきっかけとして当てはまるものを教えてください。

妊娠検査・妊婦健診・出産	19.6%
がん検診	14.3%
婦人科疾患の相談・治療	12.6%
月経不順・異常	12.6%
不妊の相談・治療	11.3%

n=3,521

(上位5つ)

ルナルナ調べ

Q. 「かかりつけ」の婦人科を持つことになったきっかけとして当てはまるものを教えてください。(複数回答: 上位 5 つ)

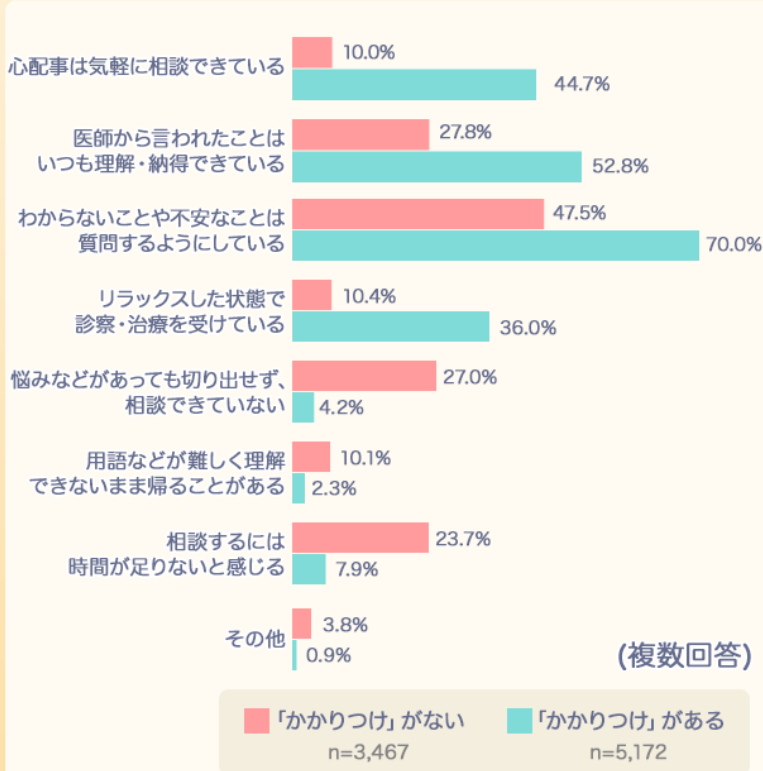
「かかりつけ」の婦人科を持つきっかけを聞いてみたところ、「妊娠検査・妊婦健診・出産」19.6%と、妊娠に関わる項目が 1 位となりました。妊娠を機に産婦人科へ定期的に通うため、出産後もそのままかかりつけ医として定着するケースが多いのかもしれませんが。

また 2 位は「がん検診」14.3%となり、婦人科疾患への意識が高まり、「かかりつけ」の婦人科を持つきっかけとなる女性も多いようです。

■「かかりつけ」が「ある派」と「ない派」で、婦人科医とのコミュニケーションには大きなギャップが！

Q. 婦人科では、医師とどのようなコミュニケーションをとっていますか。(複数回答)

Q.婦人科では、医師とどのようなコミュニケーションをとっていますか。



ルナルナ調べ

「かかりつけ」に関しては「ある」と回答した人が約4割、「ない」・「よくわからない」と回答した人が合わせて約6割と、考えは分かれ、「かかりつけ」の婦人科がない人が多い結果となりました。しかし、医師とのコミュニケーションの状況を聞いたところ、そこには大きな違いがあることがわかりました。

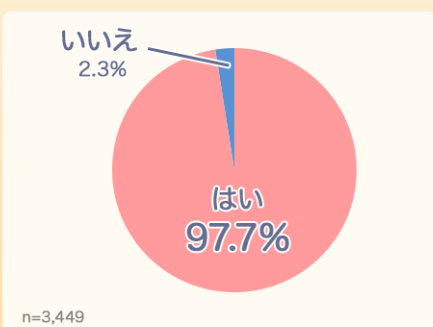
まず、「かかりつけ」が「ある派」の女性は「わからないことや不安なことは質問するようにしている」と答えた人が70.0%に上る一方で、「ない派」の女性は半数に満たないなど、疑問や不安を残したままの人が多くことがわかります。また、「医師から言われたことはいつも理解・納得できている」と答えた人が「ある派」では52.8%に対して、「ない派」は27.8%と2倍近くの差が表れました。さらに「心配事は気軽に相談できている」の項目に関しては、「かかりつけ」が「ある派」の44.7%に対し、「ない派」はわずか10.0%、反対に「悩みなどがあっても切り出せず、相談できていない」は「ある派」ではわずか4.2%のところ、「ない派」は

27.0%となるなど、「かかりつけ」がない女性は、医師への相談をためらっているという状況がうかがえます。

■「かかりつけ医」はいいことだらけ?! 9割以上の女性がメリットを感じている!

Q.「かかりつけ」の婦人科があることは自分にメリットがあることだと思いますか。

Q.「かかりつけ」の婦人科があることは自分にメリットがあることだと思いますか。



ルナルナ調べ

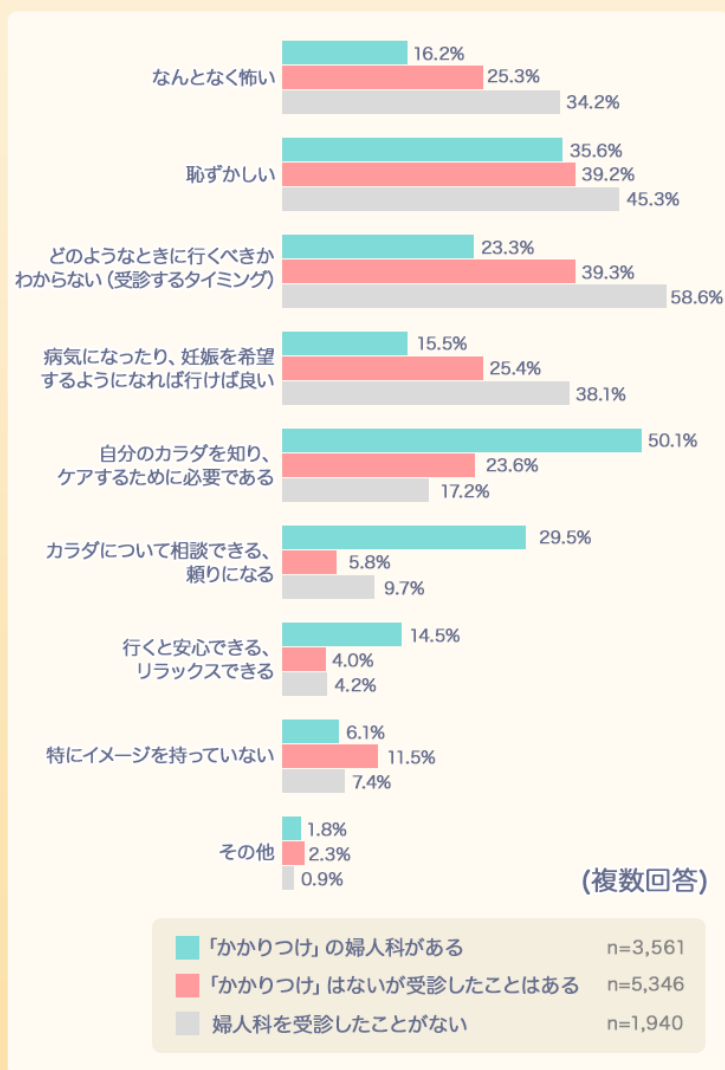
「かかりつけ」の婦人科がある女性は、疑問点や不安を医師に気軽に相談できたり、リラックスして受診できている割合が高いことがわかりましたが、改めて、「かかりつけ」を持つことにメリットを感じているかを聞いてみると、なんと97.7%が「はい」と回答しました。

自由回答ではその理由として、「しっかり状態を把握してくれているから安心できる」、「かかりつけの婦人科があることで心が落ち着く。検査の数値や治療に対して説明・対処法を医師が丁寧に話してくれる。」、「心配事を自己判断ではなく、医師の判断で説明・治療してもらえ自分のカラダについてより理解が深まった」などの声が多く寄せられ、「かかりつけ」の婦人科がいることの安心感はとても大きいことが伝わってきます。

また、婦人科を受診したことはあるが「かかりつけ」はないと回答した人にその理由をたずねると、「通院回数がまだ少ない」53.2%が最も多く、次いで「気軽に相談しづらい」30.0%、「もっと自分に合う婦人科を探したい」26.1%となりました。中には受診する度に病院を変えている人もいるようで、医師の治療方針など自分に合う婦人科を見つけるまでには苦労もあるようです。

## ■ 「婦人科受診」のイメージはこんなに違う！あなたにとって「婦人科」はどのような存在？

Q. 婦人科受診のイメージとして当てはまるものを教えてください。



ルナルナ調べ

Q. 婦人科受診のイメージとして当てはまるものを教えてください。(複数回答)

次に、婦人科を受診することについてのイメージをたずねると、「かかりつけ」がある人、ない人、婦人科を受診したことがない人、それぞれにとっての「婦人科」に対する印象が浮き彫りになりました。

婦人科を受診したことがない人にとっては、1位が「どのようなときに行くべきかわからない」58.6%、2位が「恥ずかしい」45.3%と、受診に対しての戸惑いや不安が表れています。また、「かかりつけ」の婦人科がある人の1位は「自分のカラダを知り、ケアするために必要である」50.1%、2位が「恥ずかしい」35.6%、3位に「カラダについて相談できる、頼りになる」29.5%と続き、恥ずかしさよりも必要性が大きく上回りました。「かかりつけ」がない人にとっては「どのようなときに行くべきかわからない」39.3%が1位となっていますが、「怖い」「恥ずかしい」などのネガティブな印象は受診未経験者よりも少ないことが読み取れます。

「かかりつけ」の婦人科がある人でも、恥ずかしさや怖さを感じている人もいるように、婦人科受診のハードルは低いとは言えません。しかし、自分のカラダを守るためにも、婦人科に通うことは大切です。特に疾患の早期発見や重症化の予防には、日ごろからカラダの状態を把握してくれている「かかりつけ」の婦人科の存在が大きいのではないのでしょうか。

## ■ もっと気軽に婦人科へ。どのようなアクションが必要??

最後に、「もっと多くの女性が気軽に婦人科を受診するためには、どのようなことが必要だと思いますか。」という質問をしたところ、多くの声が寄せられましたので、その一部を紹介します。

★思春期の頃は通院に抵抗があると思う。初潮を迎えるころからの教育が重要だと考えている。学校では



もちろん家庭でも正しい知識を伝えること。また、医師の育成にも尽力して欲しい。

★婦人科というと、イメージ的にどうしても妊娠と結び付けられてしまい、特に若い頃は周りの目が気になりかかりにくかったです。妊娠、出産以外でも婦人科にかかる事がある、ということ、他の診療科と同じように女性の健康のために大切であることを女性だけに限らず、広く知ってもらう必要があると思います。

★生理のことで普通の人より何か違う、おかしいと思ったら、産婦人科を受診してほしい。

★恥ずかしいと思わず、婦人科の先生をパートナーと思う気持ちが大事。自分のために一緒になって考えてくれるから。

自由回答は 4,000 件以上も寄せられ、教育現場、家庭、医療機関など様々な立場から婦人科受診のハードルを下げるための提案が集まりました。特に若い世代への啓発活動が重要だという意見が目立ち、そのための解決策を多くのユーザーが考えてくれているという事実に頼もしさを感じました。

『ルナルナ』は、女性にとっての婦人科が、美容院やネイルサロンなどの美容行為と同じように身近な存在になることで、若いうちから自分のカラダと向き合うことが当たり前の世の中になることを望んでいます。そのためにも、カラダについて気軽に相談できる「かかりつけ」の婦人科を一人でも多くの女性が持てるような環境の実現に今後も貢献していきます。

### 【シンクパールからのメッセージ】難波美智代(一般社団法人シンクパール 代表理事)



「かかりつけ」がある人の 90%以上が、自分にとってのメリットであると考えていることに改めて「かかりつけ」を持つことの大切さを認識しました。自由回答にもあるように、専門家が自分のからだの状態を把握してくれているから安心できるというのが大きなメリットかと思います。一方で、多くの女性が悩みがあるにも関わらず相談できずにいる事実が明らかになりました。平成 28 年度の平均初産年齢は 30.7 歳。妊娠をきっかけに「かかりつけ」を見つけるのでは、カラダが大きく変化する 20 代に安心して相談できる相手がないということになります。教育や啓発を通じて、婦人科受診の機会を社会全体が作り「かかりつけ」の推進を行っていきたいですね。

※ 調査実施時期 : 2019 年 2 月 21 日~24 日、調査方法および人数 : 『ルナルナ』にて 10 代~50 代以上の女性 11,198 名



サイト名	ルナルナ®
概要	ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サービス ＜無料コース＞生理日予測を始めとする、女性のカラダとココロの健康管理サービス。過去の生理日から生理日・排卵日を予測し、日々の体調変化をお知らせします。 ＜ベーシックコース＞デリケートな女性のカラダとココロの健康情報サービス。生理日管理に加えて、あなたにあったカラダやお肌、ココロの状態を 365 日サポートします。 ＜ファミリーコース/プレミアムコース＞妊活から妊娠・出産までを独自の予測ロジックやアドバイスでサポートするサービス。妊娠しやすいタイミングを「仲良し日」としてお知らせし、妊活を手厚くサポートします。
課金額(税抜)	ベーシックコース:月額 180 円 ファミリーコース:月額 300 円 プレミアムコース:月額 370 円
アクセス方法	『ルナルナ』で検索

※『ルナルナ』は(株)エムティーアイの登録商標です。



株式会社エムティーアイ

●報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社 エムティーアイ 広報室

TEL: 03-5333-6323 FAX: 03-3320-0189

E-mail: mtipr@mti.co.jp URL: http://www.mti.co.jp

●一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社 エムティーアイ コンタクトセンター

TEL: 050-8882-5921

E-mail: lnln\_support@cc.mti.co.jp