



# 思春期および更年期健康支援開発に関する研究

【キーワード：思春期、更年期、ヘルスケア】

## 領域・氏名

看護（母性看護学・助産）特任教授／ 長鶴美佐子

## 概要

思春期健康支援を実践しながら、支援に必要なツールの開発と評価を行っています。2021年度より更年期女性の健康支援に関わる研究に着手し始めました。

## 具体的な内容

これまで、「思春期教育」、「月経ヘルスケア」、「性教育」をキーワードに思春期健康支援開発に取り組んできました。

月経ヘルスケアでは、3075名の女子高校生への実態調査をもとに「月経ヘルスケアプログラム」を開発、その効果を検証後「学校版月経ヘルスケアプログラムとその視聴覚教材」の開発を行い、県内すべての小・中・高校への配付することができました。また、高校進学で思春期に親元を離れる中山間地域の中学生や保護者を対象にした思春期健康支援（性教育他）の実践と研究に取り組んできました。2021年度より更年期女性の健康支援に関わる事業と研究に取り組みます。

## Information（情報）

【研究成果について】「学校版月経ヘルスケアプログラムとその視聴覚教材」「中山間地域における健康支援とその教材」に関する資料を希望の方はご連絡ください。

【実践・出前講座について】小学生・中学生・高校生・保護者を対象に、「思春期」「性」「いのち」のキーワードで出前講座を実践しています。