



研究テーマ

更年期女性への健康支援に関する研究

キーワード：更年期、生活調整、健康支援

領域・氏名

看護（母性看護学） 講師／ 大野理恵

概要

更年期を迎える女性は身体面のみならず、心理・社会面でも変化が大きい時期を体験します。そして、症状の苦慮する人は多いですがその具体的な対処や予防法について理解し実践している人は少ないです。女性自らが更年期と上手に向き合うためのセルフケアができるよう、その支援の在り方を探求します。

具体的な内容

これまで、男子学生を対象にした母性看護学実習の指導の在り方についての研究や中山間地域の思春期の健康支援について研究をしてきました。

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。更年期を迎える前の女性が自らの更年期に関心を持ち、正しい知識を身につけて、自身の体と心の変化をありのままに受け止め、セルフケア能力を高めて自分らしく過ごせるための支援について検討していきます。

Information（情報）

--