

Theme Symposium | 健康福祉研究部会 | 【課題A】健康増進につながる体力・運動の在り方をいかに考えるか

Promotion of Health and Physical Fitness According to Different Lifestyles: Lived Experiences of Women, Health and Sport

Chair: Masayuki Takao (Tokai University), Tomohiro Kizuka (University of Tsukuba)

Tue. Sep 7, 2021 3:15 PM - 5:15 PM Room 8 (Zoom)

これまで健康や体力を語る際の中心であった「青年・壮年期の健常男性」に対し、多様なライフスタイルやライフコースを念頭において、これからの健康増進や体力向上のあり方を考えることが狙いである。特に、“「女」を生きることと健康・スポーツ”というサブタイトルのもと、ジェンダー／セックスとしての女性のスポーツ経験や健康増進のあり方に焦点をあてる。その際、まずは自然科学および社会科学の立場から女性に特有のスポーツ参加および健康増進の現状や展望を明確化する。さらに、競技を続けながら「女」を生きることの困難や価値について、当事者の生きられた経験や現場での課題を踏まえつつ、議論を深めていく。

4:35 PM - 5:15 PM

[健康福祉-SA-3]Thinking about women's health care through sports

*Sayaka Nose¹ (1. The University of Tokyo Department of Obstetrics and Gynecology)

<演者略歴>

2003年北里大学医学部卒業、2006年東京大学産婦人科学教室入局後、関連病院で研修、2012年～2017年国立スポーツ科学センターメディカルセンター勤務、2017年～東京大学医学部附属病院 女性診療科・産科勤務となり同年女性アスリート外来開設、国立スポーツ科学センタースポーツメディカルセンター婦人科非常勤。

スポーツは思春期から性成熟期、さらに更年期、高齢期の女性のヘルスケアにおいて身体機能の維持、増進に大きく貢献する。また、骨粗鬆症や糖尿病、妊娠高血圧症候群等の疾病に対し、予防医学の観点からも医療や社会の生産性に大きな役割を担うと考えられる。しかし、日常の臨床において、適切な医学的知識の不足によりスポーツに参加する女性の健康がかえって害されているケースも少なくない。当科では、2017年4月より女性アスリート外来を開設しているが、受診する選手のもっとも多い主訴は、利用可能エネルギー不足による無月経である。若年アスリートにおいて無月経や低体重、摂食障害、骨粗鬆症と診断され、生涯にわたり治療が必要となるケースもみられる。これらの課題解決に向けて、10代からの継続したヘルスケア教育とスクリーニング体制の構築、医療機関への受診環境整備が課題である。

本講演では、スポーツが女性のヘルスケアにどのように貢献できるかをライフステージ毎に考えるとともに、過度なスポーツによる健康問題の現状について紹介する。