

【世界メノポーズデー】

「更年期を幸年期にするカードゲーム」を活用した  
企業のダイバーシティを推進する『企業研修プログラム』開発

株式会社朝日広告社（本社：東京都中央区／代表取締役 社長執行役員：福地 献一）は、サステナブルな社会実現に向け、一人一人の'よりよく生きる'を考えるため、独自のウェルビーイング指標調査や各種テーマ研究に取り組んでいます。

このたび、更年期においても誰もがキャリアデザインに支障をきたさない社会の実現に向けて、一般社団法人幸年期マチュアライフ協会（本社：東京都港区／代表理事：今井 麻恵）と共同で、更年期に関するマネジメント層の理解を促す、カードゲームを活用した企業研修プログラムを開発しました。



更年期症状による仕事への影響“更年期ロス”で経済損失は年間6,300億円に

更年期の不調は、女性に限らず男女ともに起きる重要な問題であり、企業にとっても、社員が出世をあきらめたり、休職さらには退職につながってしまうなど放置できない大きなテーマです。

厚生労働省が22年6月に公表した、更年期の症状や医療機関の受診状況などについての意識調査結果では50代女性の38%、男性の14%が「更年期障害の可能性がある」と考えているが受診の割合はそれぞれ9.1%、1.7%と低い結果となっています。（※1）

またNHKが21年に行った初めての大規模調査では、更年期症状によって仕事に何らかのマイナスの影響があった、いわゆる「更年期ロス」にあたる人は推計で57万人を超え、中でも「更年期離職」による経済損失は男女合わせて年間およそ6,300億円に上ると発表しています。（※2）

※1) 厚生労働省「更年期症状・障害に関する意識調査」より

※2) NHK2021年11月報道より

## オリジナルカードゲームで更年期への理解を深める『企業研修プログラム』

2023年2月より、カードゲームを活用した“更年期ロス”解消のためのマネジメント向け『企業研修プログラム』のご提供を開始いたします。

- ・企業における“更年期ロス”解消のためには、更年期当事者はもちろん、周りの人々や組織の「更年期」に対する正しい認知と理解が必要です。
- ・当プログラムは「座学+カードゲームワークショップ+チェックシート」によって構成され、受講者それぞれが「更年期の症状があることによってどんな変化や不調があるのか」そして「それを良くするために、どんなアクションができるのか」を知ること、受講者同士でディスカッションすることで、個人や組織の気づき・対処を促します。
- ・当プログラムが、企業のダイバーシティ&インクルージョンや健康経営への取り組み、商品・サービス開発にも活かされることを期待します。

### 「更年期を幸年期にするカードゲーム」

- ・プログラムで使用するカードゲームは、ウェルビーイングの実現に向け、男女の更年期の不調を知り、参加者同士でコミュニケーションをとりながら更年期への理解を深め、次のアクションにつなげていくゲームです。
- ・メインターゲットは更年期世代ですが、更年期当事者以外の人でも更年期についての気づきや自覚、正しい理解とともに対策方法・アクションを考えることができるように設計いたしました。

(更年期の症状判断は医師への相談が必要です。)

**【企業研修プログラム及びカードゲームのお問合せ/申し込み】**  
[https://www.maturelife.org/contact\\_game/](https://www.maturelife.org/contact_game/)



幸年期マチュアライフ協会は、2012年10月26日に設立し、男女マチュア世代の、次のステップに向けた“アクション”（健幸ウエルビーイング＝幸年期マチュアライフ）に向け、また更年期が「幸年期」と捉えらるる社会の実現を目指し活動をしています。

男女マチュア世代の「更年期」における「不」の解消を手伝い意識変容を促し、行動変容を目指す人を幸せな更年期期間に導くサポートをするために、同じ課題意識を持ち、共にサポートをする地方自治体・企業・団体・様々な分野の専門家とともに取り組みを開始。

<https://www.maturelife.org>

### 【本件に関するご相談・お問い合わせ先】

株式会社朝日広告社  
戦略ビジネスチーム 担当：大倉、西牧、吉田  
E-mail : senryaku-bt@m.asakonet.co.jp

[報道関係者様]お問い合わせ先  
経営企画室：高山、佐取  
Tel : 03-3547-5450  
<https://www.asakonet.co.jp>

## 【ご参考】『企業研修プログラム』のながれ

### 研修のながれ

01

#### 更年期の基礎を理解する

そもそも更年期とは？更年期世代の実態とは？各種調査やファクトをベースにした基礎情報を理解します。

02

#### 気づきや学びをシェアする

座学で得た気づきや学びをグループの参加者同士でシェアをしましょう。ご自身の話でも結構です。

03

#### カードゲームを体験

グループごとにカードゲームを体験。更年期の様々な症状に対してのアクションを考え学びます。

04

#### 個人ワーク

マネジメントの立場として更年期世代のウェルビーイングを支援するための懸念や不安、考えを書き出します。

05

#### グループディスカッション

個人ワークの内容をグループ内で共有、ディスカッションするなかで、マネジメントとしての対応策や懸念事項をまとめます。

06

#### グループごとに発表

各グループごとに導き出した対応策や懸念事項について発表しましょう。