

オンライン

女性も男性も働きやすい  
職場づくりのために

# 女性の 健康検定<sup>®</sup>

女性の生涯にわたるホルモンサイクルと体調管理をベースに、  
健康でよりよい働き方のための対策を学ぶ日本で唯一の検定です。  
女性の活躍支援・健康経営とダイバーシティ推進に役立ちます

2025年

6月  
(6/1~30)

団体受検申込み 4/21(月)まで

個人申込み **終了しました** 5/16(金)まで

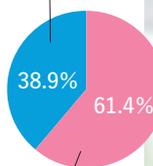
11月  
(11/1~30)

団体受検申込み 9/22(月)まで

個人申込み 10/16(木)まで

2026年も6月・11月に実施予定

男性受検者



女性受検者  
(2023年後期  
検定結果より)



受検者の約4割は男性。企業・自治体の団体受検、  
管理職世代の受検者が増えています

自分らしい働き方で  
キャリアアップを  
目指したい

女性の生涯を通じた健康課題を学ぶことで、年代ごとの健康対策と強みを生かした働き方が明確になります。

職場の  
コミュニケーションを  
よくし、女性活躍を  
推進したい

女性の健康課題を学ぶことは相互の信頼関係を高め、女性が活躍する職場のマネジメントに欠かせません。

健康経営と  
ダイバーシティ推進の  
ために、今すぐ  
できることを模索中…

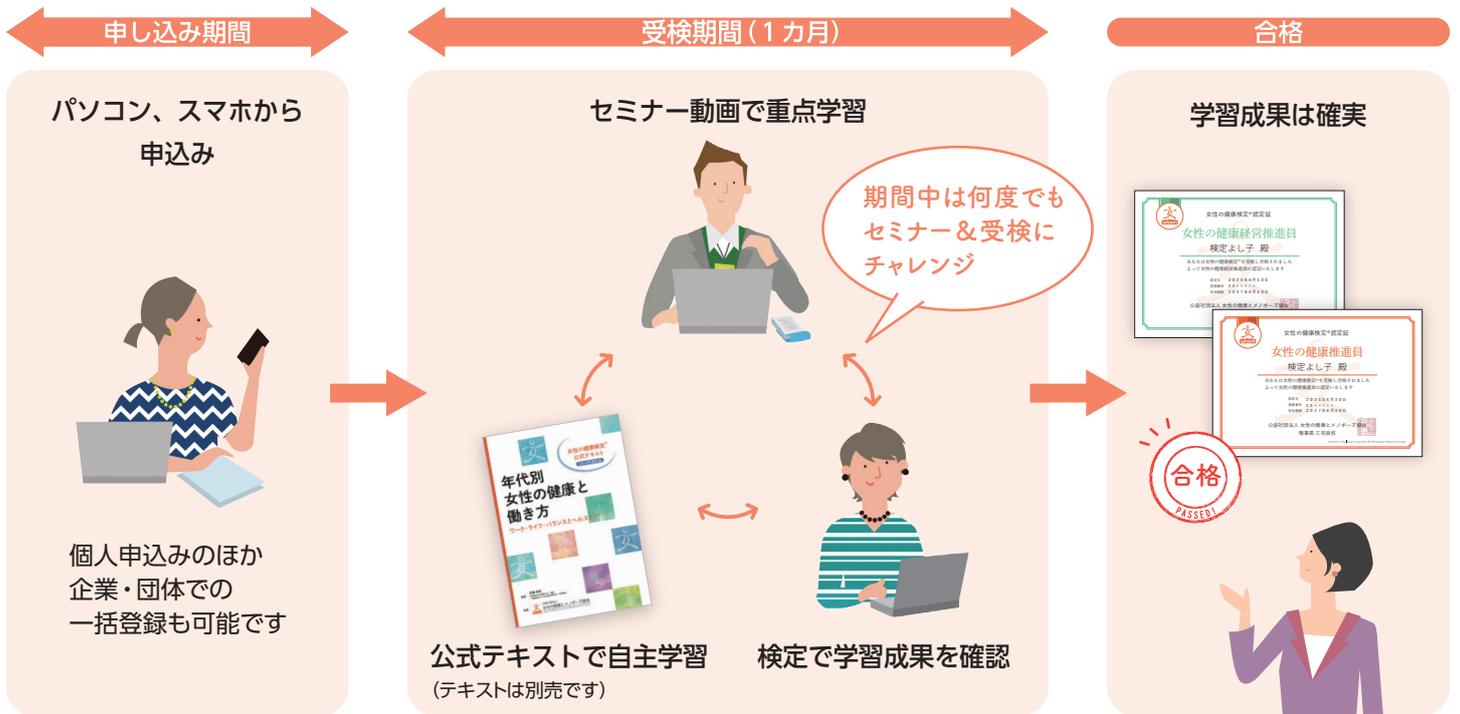
まず、女性の健康と働き方を学んでみませんか。女性支援プログラム、行動計画づくりは職場の心理的安全性を高め、多様な働き方のできる職場づくりに貢献します。

フェムテック関連、  
男性更年期を含めた  
健康支援事業を  
企画・展開したい

年代ごとの健康課題、男性と女性に特有の疾患対策を知ることから、本当に役立つ健康支援の在り方と産業創成が見えてくるはずです。

# 女性の健康をオンラインで学ぶ1カ月。 お申込みから受検・認定証発行まですべてスマホ、パソコンで

女性の健康検定®は、申込みから受検、結果発表、認定証の発行まですべてオンラインで実施。  
受検期間1カ月の間に何度でも受検でき、学習の成果を確実に得ることができます。



## 取得できる認定資格と検定費用(税込)

	女性の健康推進員 (初級資格)	10,000円
	女性の健康経営推進員 (上級資格)	14,000円

## 主な学習内容と出題項目

- ◆年代別女性特有健康課題と妊娠・出産などのライフイベントを知る
- ◆女性のワーク・ライフ・バランスを考える
- ◆月経困難症やPMSなど月経関連疾患と女性特有のがんについて
- ◆男女の更年期障害・症状の要因と治療法、メタボと生活習慣病対策
- ◆骨粗しょう症や認知症対策など健康寿命の延伸と人生100年時代への準備

## 女性の健康検定はどのように活用されていますか(一般受検者、団体受検企業の声より)

■女性の健康推進員の資格取得者を中心に、定期的に「年代別女性の健康と働き方」について勉強会を実施。女性従業員が一人で抱え込みがちな健康の悩みを共有しあうことで風通しがよくなり、働きやすい環境づくりに役立っています。  
(大手量販店・団体受検)

■女性自身はもちろん、男性も知っておくことで女性職員や地域の皆さんとの接し方、理解ができる検定だと思いました。今後は、地域の女性のサポートができるようになりたい。  
(市役所勤務・男性20代)

■ももとは社内ボランティアグループが数名で受検していましたが、現在は管理職研修の一環としてとりいれています。「管理職全員が女性の健康検定に合格」という社内目標は、弊社のダイバーシティへの先進的かつ真摯な取組みとして社内外へのアピールになっています。  
(IT企業・団体受検)

■「女性の健康経営推進員」の資格取得により、女性スタッフからも体調不良について信頼して話せる存在になっているようです。  
(外資系営業マネージャー・男性40代)

