

# 健康 × 多様性

2025年度 健保連 健康教室  
近畿大学産科婦人科学教室  
貫戸明子

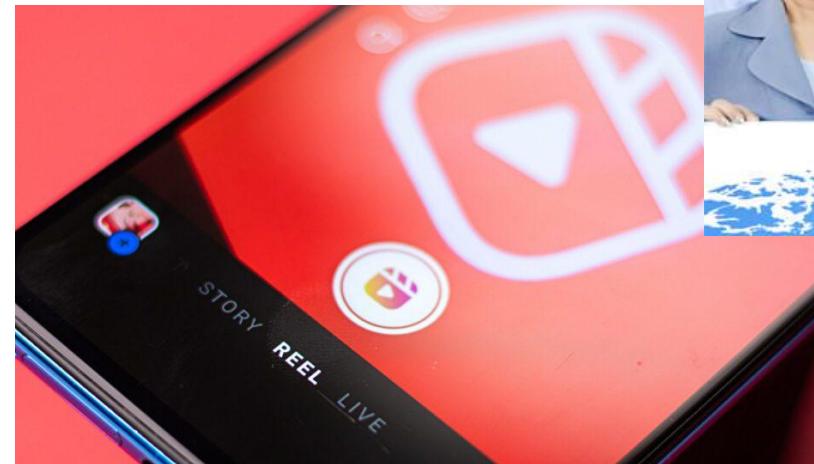
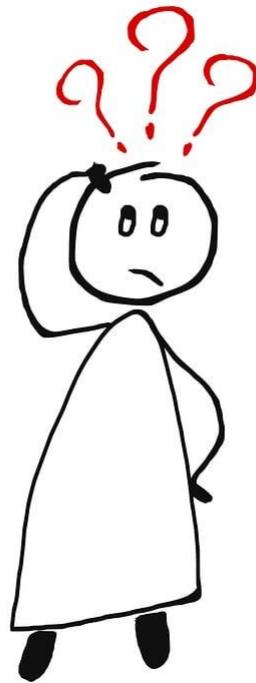


## この動画で話す内容

- ・あなたが思う『健康』はどんな状態ですか？
- ・健康の社会的決定要因(SDH)とヘルスリテラシー
- ・ヘルスリテラシーの種類と段階
- ・健康との付き合い方やツール
- ・次の世代にも伝えていきたい健康のサイクル



# あなたが思う『健康』はどんな状態ですか？



# 健康の社会的決定要因(SDH)と

## ヘルスリテラシー

健康や医療に関する情報を探し、理解し、評価し、活用する能力



健康=Well-being(ウェルビーイング)  
→身体的、精神的、社会的に良い状態にあること



# ヘルスリテラシーの種類と段階

- 基本的リテラシー

→「読み書き」「話をする」「計算能力」など、情報収集のために必要不可欠な能力

- 科学的リテラシー

→「科学の基本的知識」「科学技術の理解能力」「科学の不確実性の理解」といった能力

- 市民リテラシー

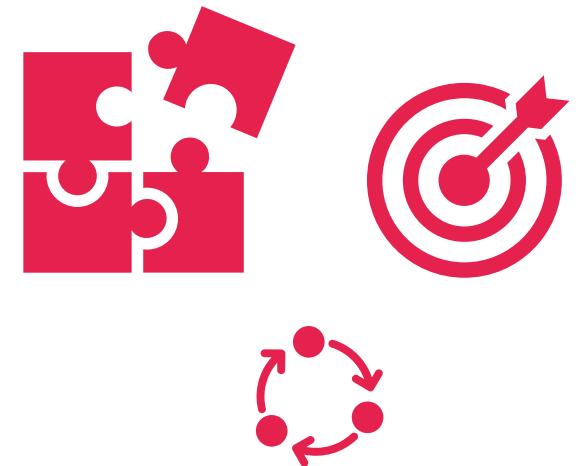
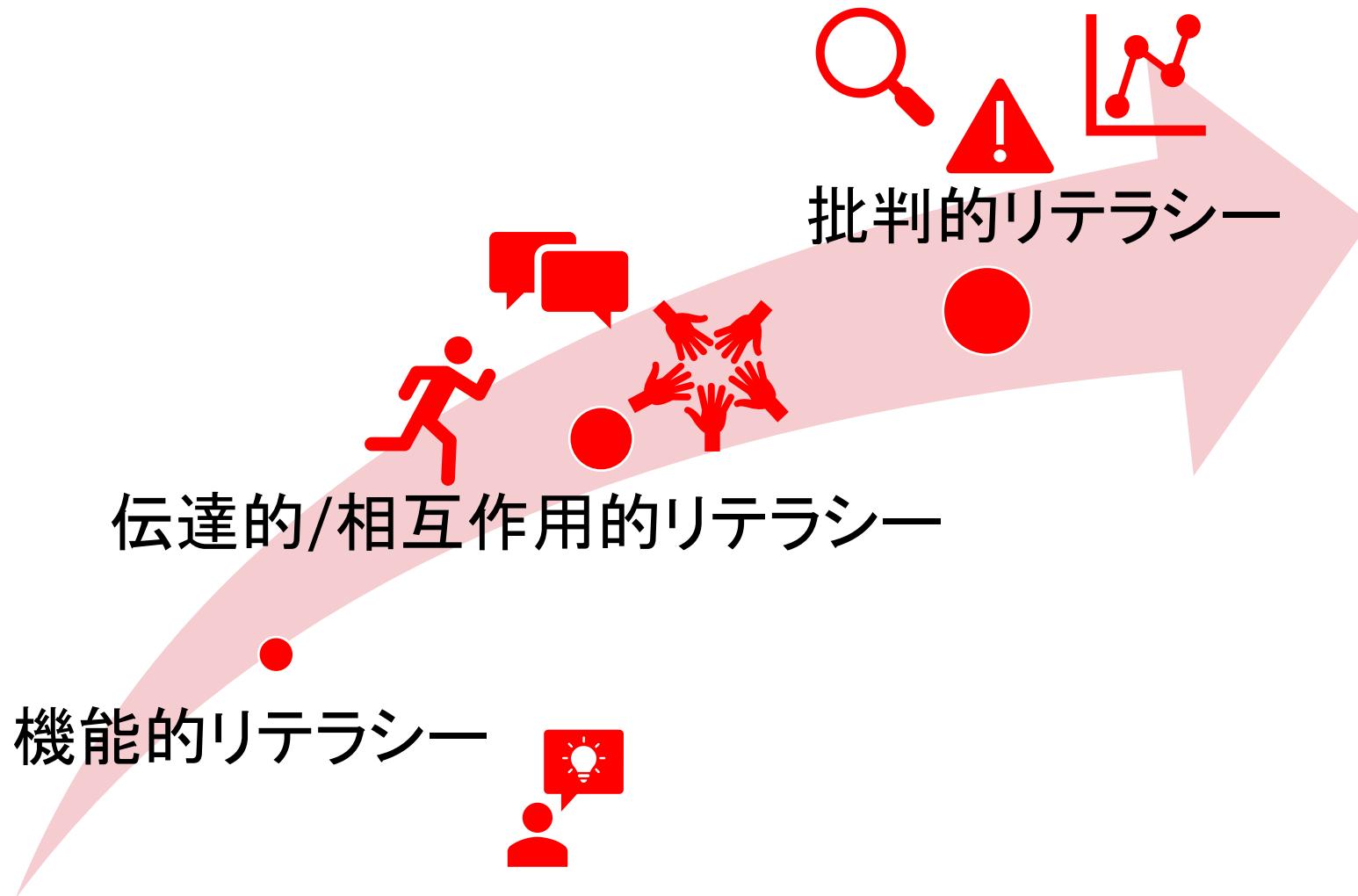
→「市民が広く社会問題を意識する」「社会問題に関する意思決定過程に参加する」といった能力

- 文化的リテラシー

→「健康に関する情報を解釈する」「自らが属する文化を認識して、解釈した情報を活用する」能力

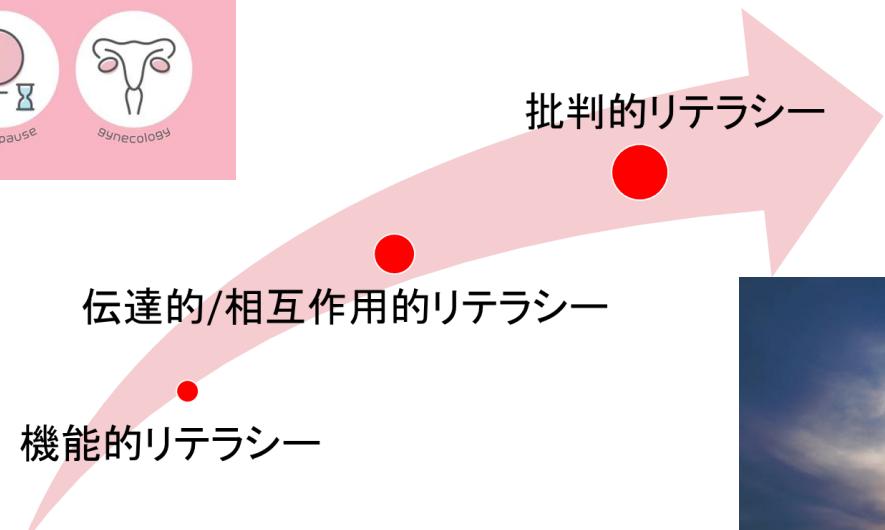
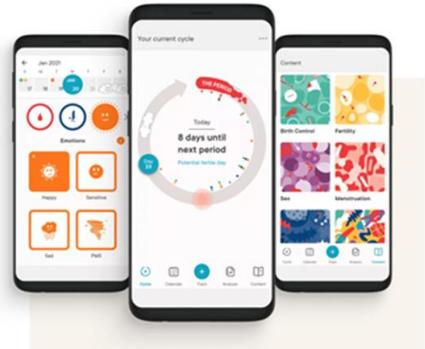
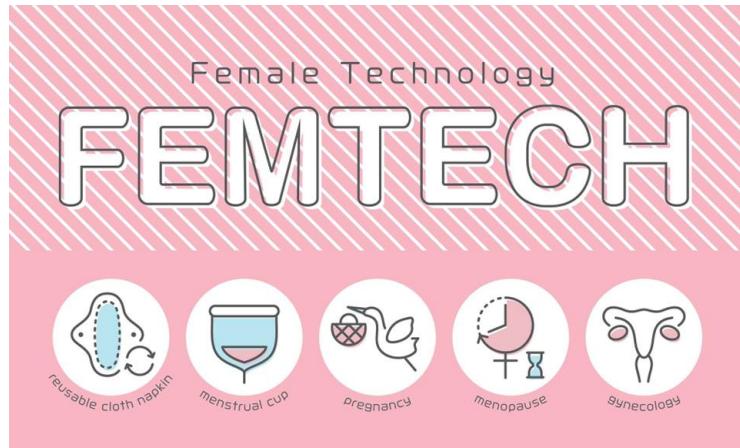


# ヘルスリテラシーの種類と段階

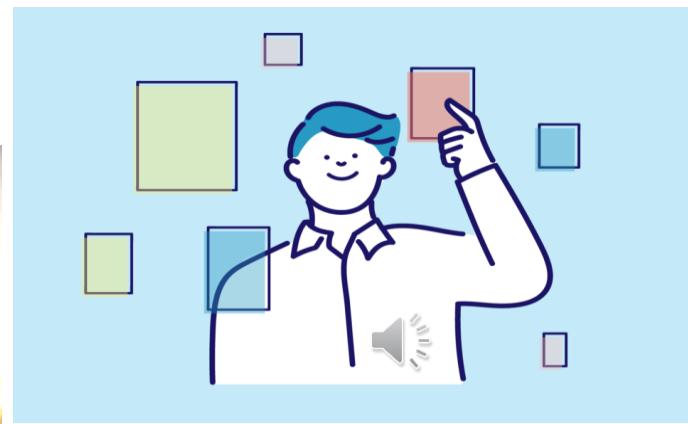
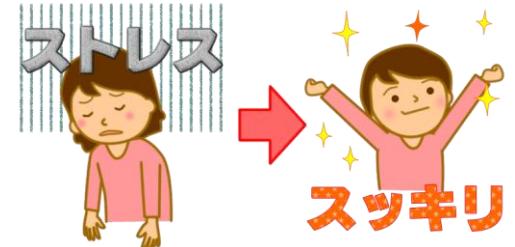


# 健康との付き合い方とツール

- ・ フェムテック



- ・ セルフプレジャー



# 次の世代にも伝えていきたい 健康のサイクル

