



令和6年版 男女共同参画白書



令和6年6月
内閣府男女共同参画局

男女共同参画白書

- 男女共同参画社会基本法に基づき
男女共同参画社会の形成の状況等について国会に報告
- 男女共同参画週間（毎年6月23日～29日）の時期に合わせて閣議決定
➡令和6年版は6月14日

【白書構成】

1 令和5年度男女共同参画社会の形成の状況

特集 仕事と健康の両立

～全ての人々が希望に応じて活躍できる社会の実現に向けて～

記録 G7栃木県・日光男女共同参画・女性活躍担当大臣会合

各分野 政策・方針決定過程への女性の参画拡大等

2 男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

第1部 令和5年度に講じた男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

第2部 令和6年度に講じようとする男女共同参画社会の形成の促進に関する施策

特集 仕事と健康の両立

～全ての人々が希望に応じて活躍できる社会の実現に向けて～

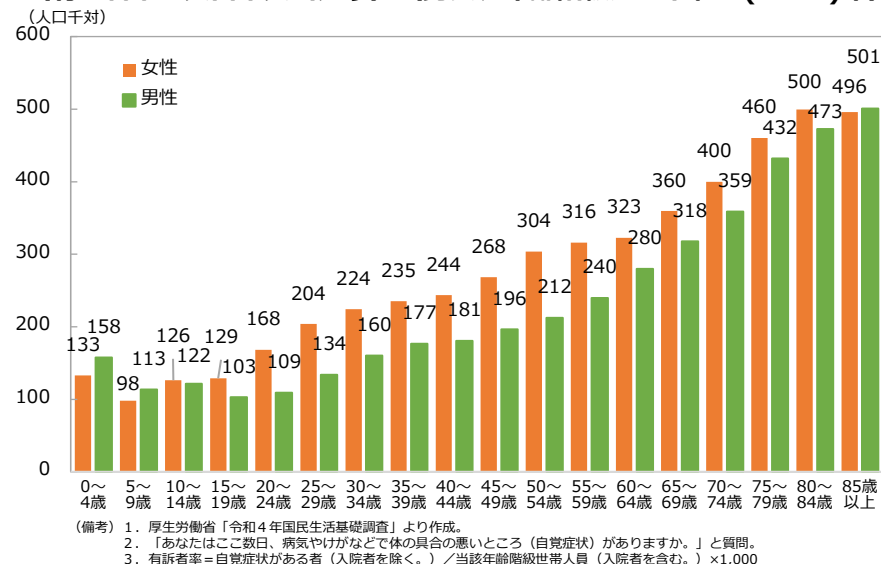
第1節 社会構造の変化と男女で異なる健康課題

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

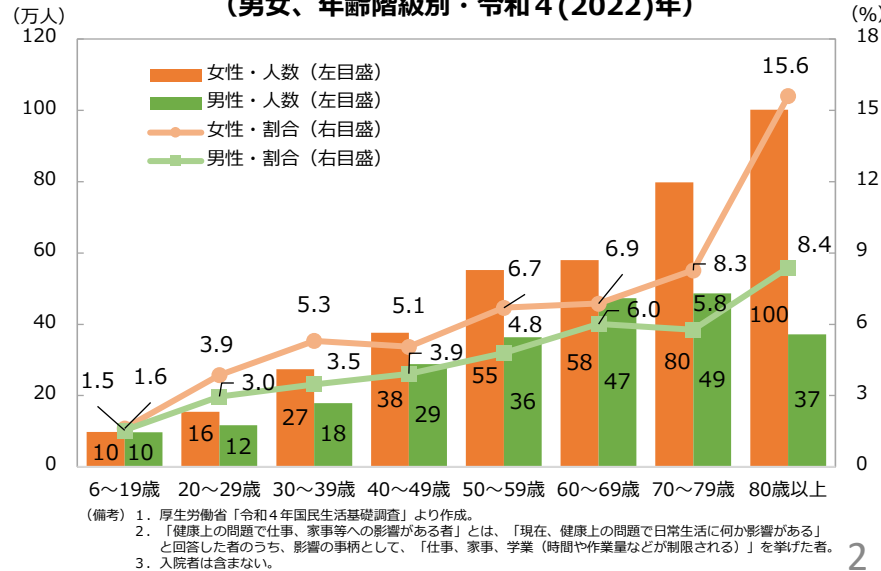
第3節 両立支援は新たなステージへ

- 全ての人々が希望に応じて、家庭でも仕事でも活躍できる社会「令和モデル」の実現に向けて、基盤となるのが「健康」である。
- 女性と男性では、健康課題の内容も課題を抱えやすい時期も異なる。
- 女性がキャリアを継続し、キャリアアップしていくためには、仕事と家事・育児等の両立支援に加えて、**女性特有の症状を踏まえた健康への理解・支援等が求められる。**
- 団塊の世代が後期高齢者に差し掛かりつつある現在、認知症への対応も含め、仕事と介護の両立も重要な課題。働きながら介護をしているワーキングケアラーが増加する中、介護の課題を個人で抱えるのではなく、社会全体で支えていくことが必要。
- 企業における従業員の健康支援は必要不可欠であり、健康経営に関する取組を大企業だけでなく中小企業等へも拡大させることが必要。
- **女性が健康課題を抱えながらも働きやすい社会は、男性も含めた全ての人々にとっても働きやすい社会になることが期待される。**柔軟な働き方など、両立を実現できるような働き方への変革が重要。
- 自らの理想とする生き方と仕事を両立することが可能となれば、キャリア継続、キャリアアップのモチベーションとなる。理想とする生き方の実現のために、自らが健康であることや健康課題と上手に付き合うこと、家族等周囲の健康・介護を社会で支えることが重要である。
- 職業生活における「健康」の維持・増進は、男女ともにウェルビーイングを高め、企業の生産性を向上させることが期待できる。社会全体で健康課題に取り組むことで、人々の労働参画や地域活動などへの参画が拡大し、日本経済の成長や地域を含めた社会全体の活力向上につながるであろう。

特-12図 病気やけがなどで自覚症状のある者の割合
(有訴者率・人口千人当たり) (男女、年齢階級別・令和4(2022)年)



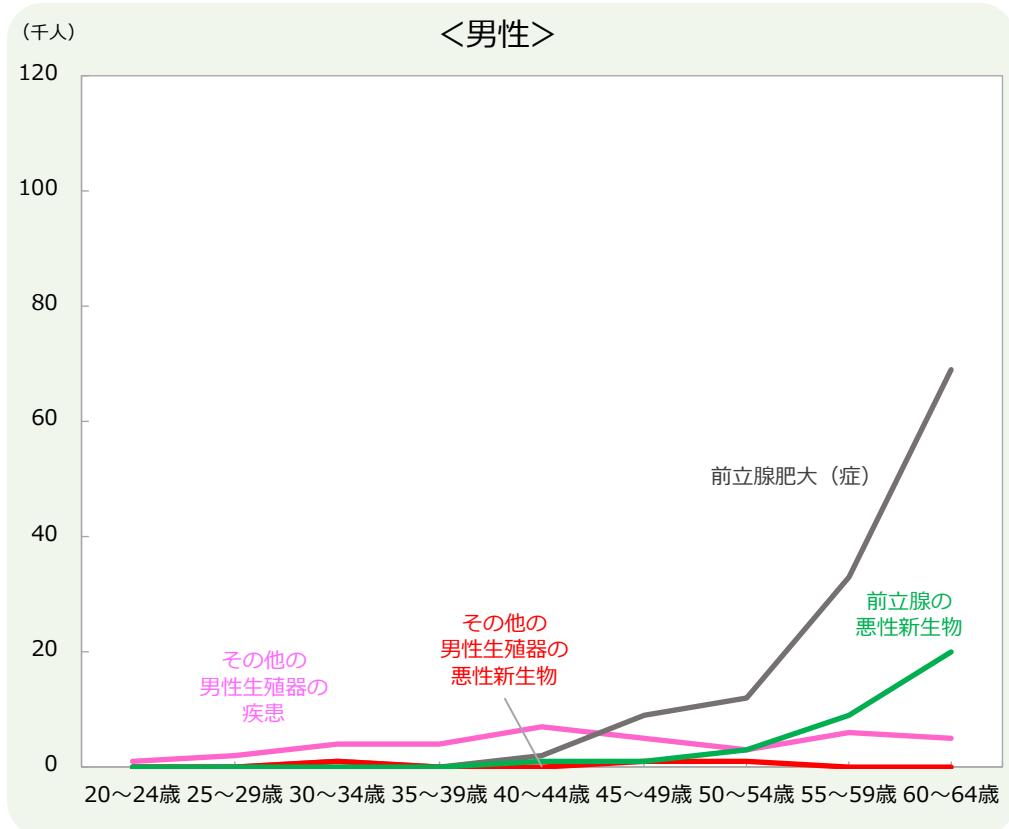
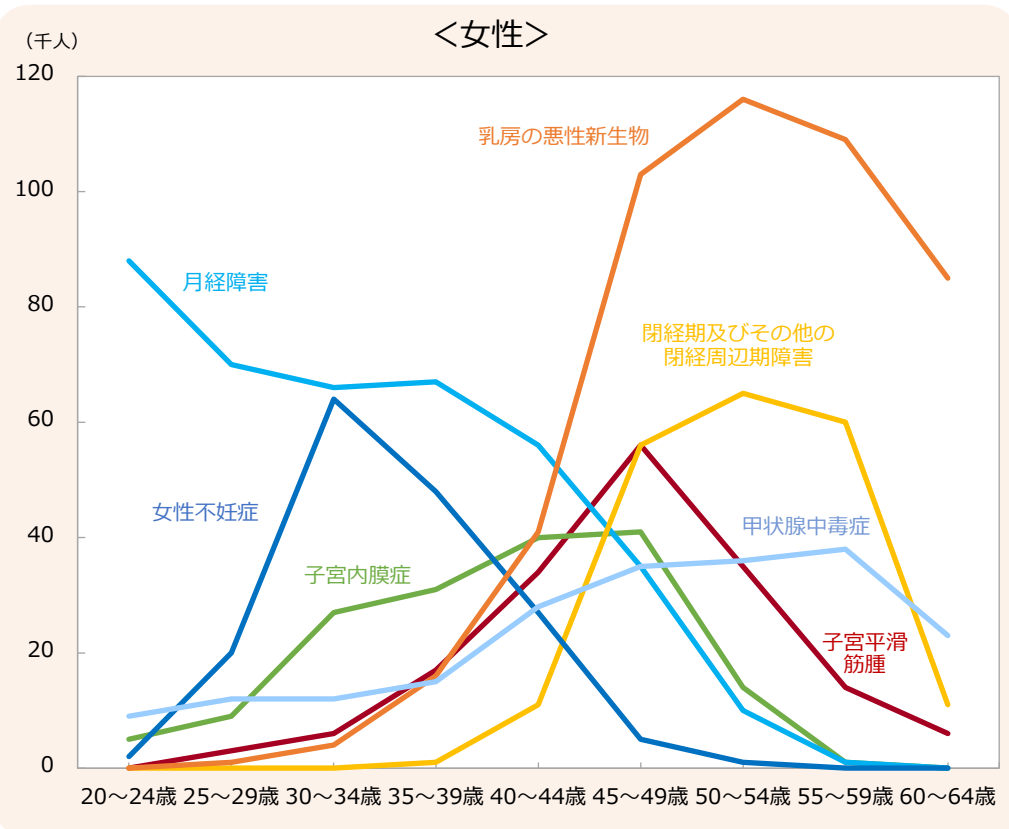
特-13図 健康上の問題で仕事、家事等への影響がある者の数及び割合
(男女、年齢階級別・令和4(2022)年)



第1節 社会構造の変化と男女で異なる健康課題

- ・ 男性特有の病気は**50代以降で多くなる**傾向にあるが、女性特有の病気は**20代から50代の働く世代に多い**。

特-14図 女性特有、男性特有の病気の総患者数（年齢階級別・令和2(2020)年）



(備考) 1. 厚生労働省「令和2年患者調査」より作成。
 2. 総患者数は、ある傷病における外来患者が一定期間ごとに再来するという仮定に加え、医療施設の稼働日を考慮した調整を行うことにより、調査日現在において、継続的に医療を受けている者（調査日には医療施設で受療していない者を含む。）の数を次の算式により推計したものである。
 総患者数 = 推計入院患者数 + 推計初診外来患者数 + (推計再来外来患者数 × 平均診療間隔 × 調整係数(6/7))
 推計に用いる平均診療間隔は99日以上を除外して算出。
 3. 「乳房の悪性新生物」及び「甲状腺中毒症」は男性も罹患するが、女性に多い病気である。

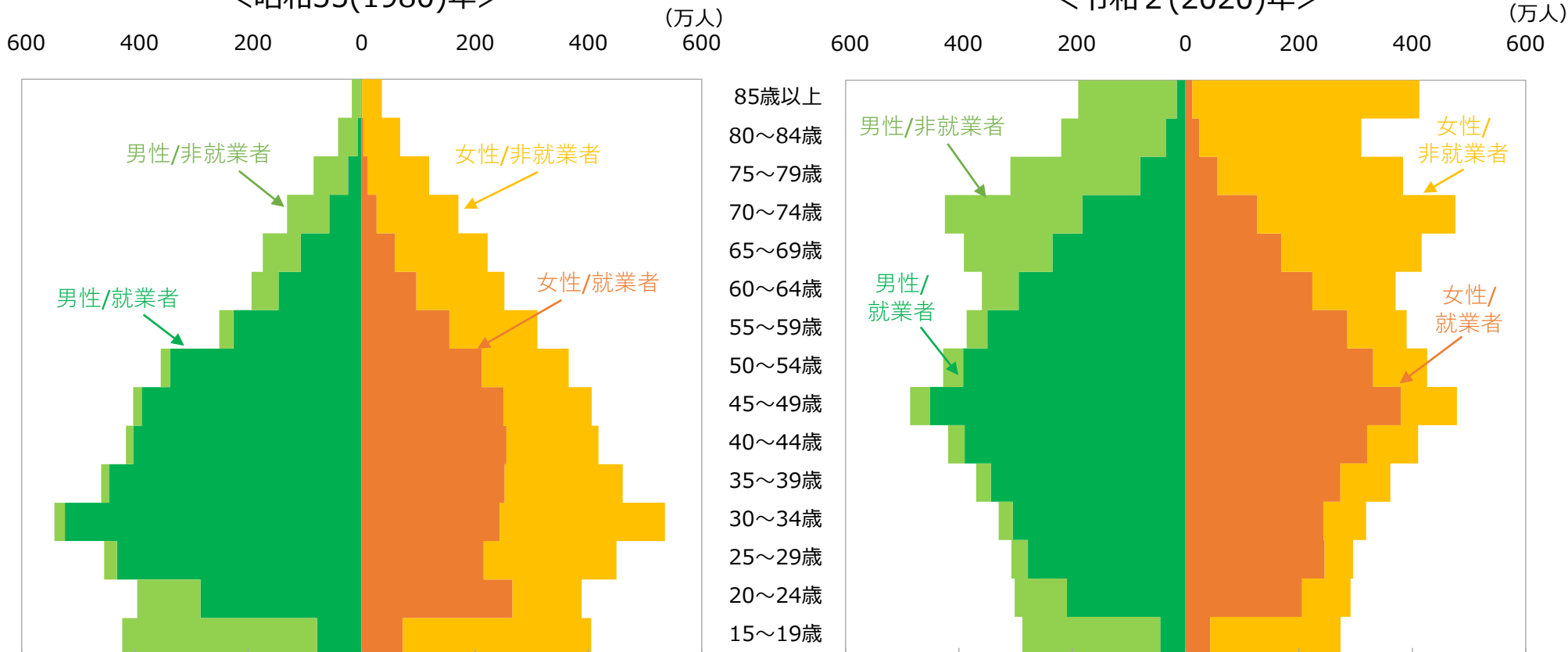
第1節 社会構造の変化と男女で異なる健康課題

- ・ 日本型雇用慣行が形成された昭和時代と現代では、人口構造・就業者の構成が変化。
- ・ 女性就業者が増加する一方、就業者全体が高齢化。また、非就業の高齢者も増加。
- ・ 一人一人が希望に応じて、自らの個性と能力を発揮するために、健康維持・増進が重要な課題。

特-1図 人口構造の変化（男女、年齢階級、就業状況別・15歳以上）

<昭和55(1980)年>

<令和2(2020)年>

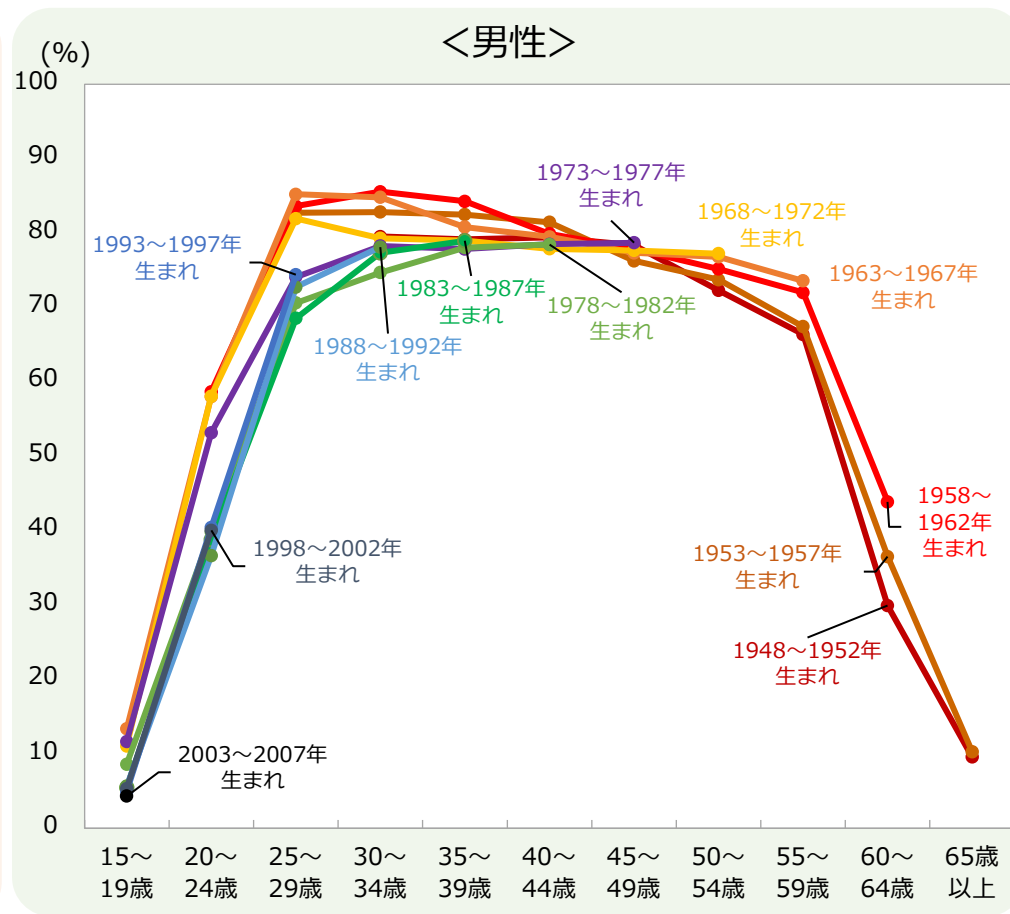
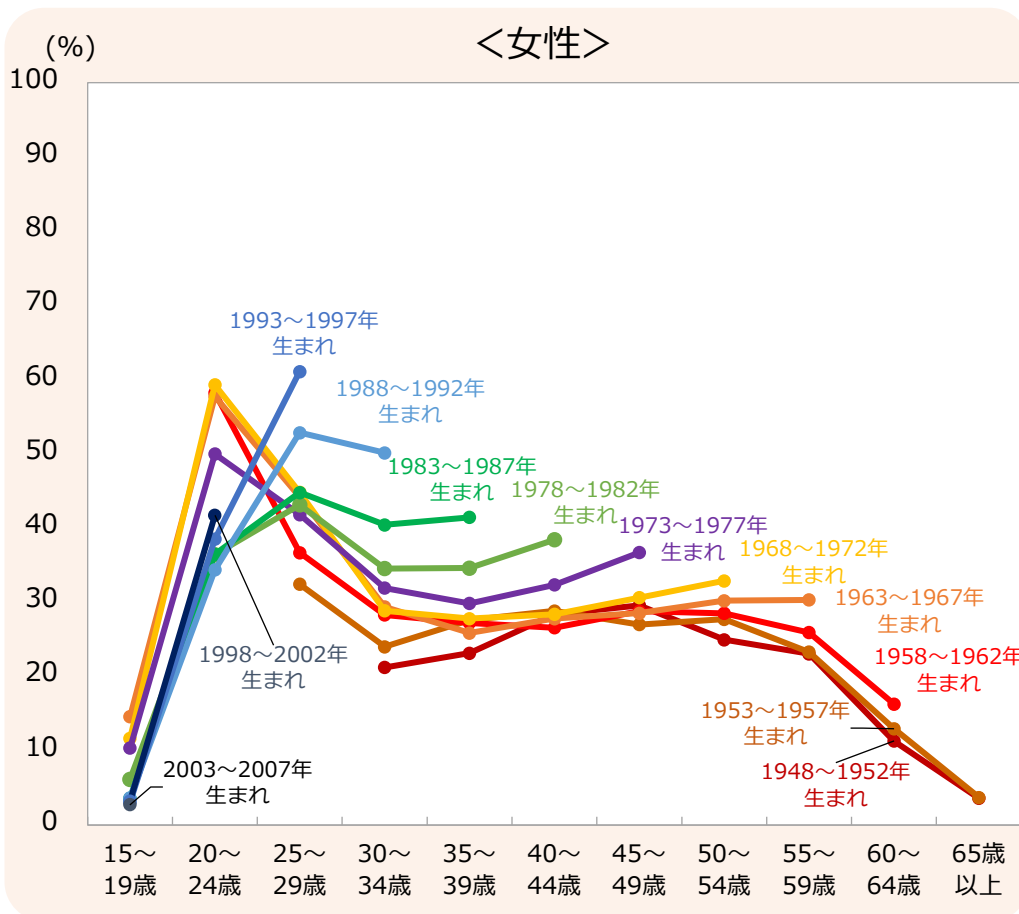


(備考) 1. 総務省「国勢調査」より作成。
 2. 令和2(2020)年は、「令和2年国勢調査に関する不詳補完結果」を用いている。
 3. 非就業者 = 当該年齢階級別人口 - 就業者。なお、昭和55(1980)年の「非就業者」には、労働力状態「不詳」が含まれている。

第1節 社会構造の変化と男女で異なる健康課題

- ・ 女性の正規雇用比率は、20代後半をピークに年代が上がるとともに低下するL字カーブを描く。
- ・ 出生コーホートで世代による変化をみると、近年は、**出産・育児によるとみられる女性の正規雇用比率の低下幅は縮小**しており、今後も女性の正規雇用比率の高まりが期待される。

特-4図 正規雇用比率の推移（男女、出生コーホート別）



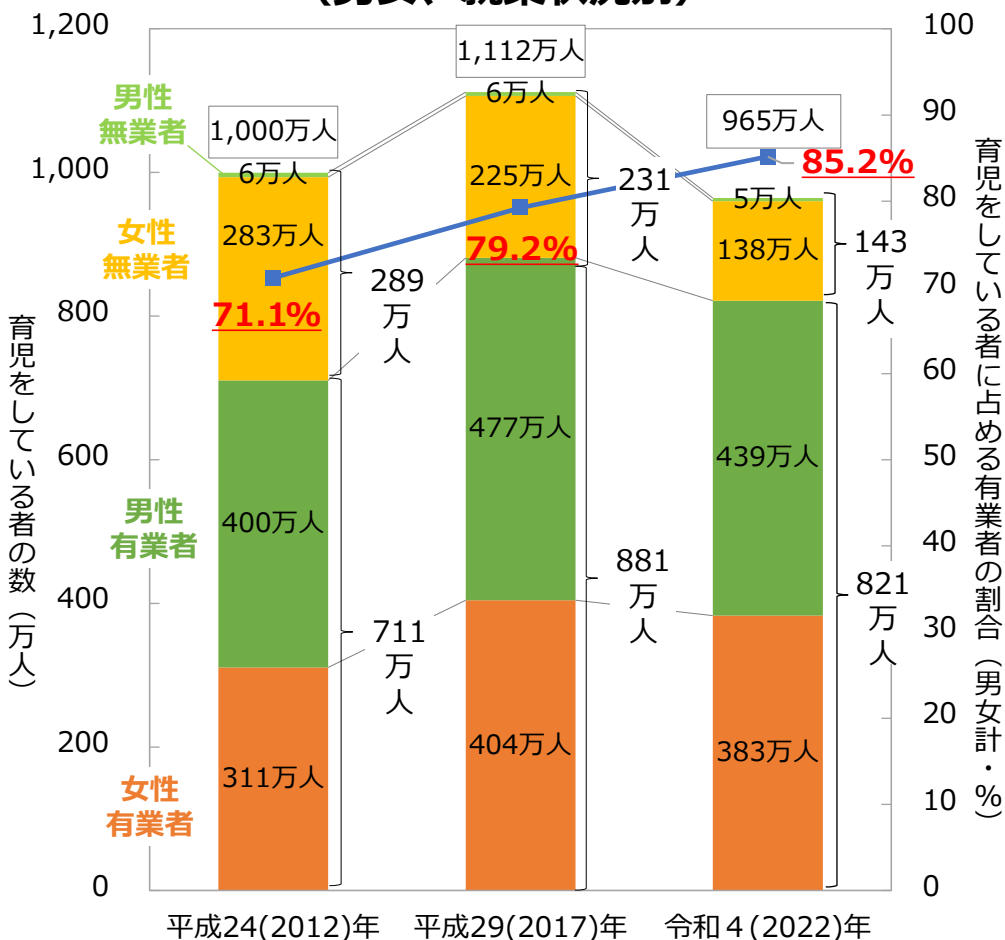
(備考) 1. 総務省「就業構造基本調査」より作成（昭和57(1982)年調査以降のデータで作成）。
 2. 正規雇用比率は、当該年齢階級人口に占める「役員」及び「正規の職員・従業員」の割合。
 3. 各年10月1日現在の年齢で調査しているため、生まれ年には実際には3か月のずれがある。
 4. 「65歳以上」は該当年以前に生まれた人も含む値。

(例：2003~2007年生まれには、実際には2002年10月~2007年9月生まれの人が含まれている。)

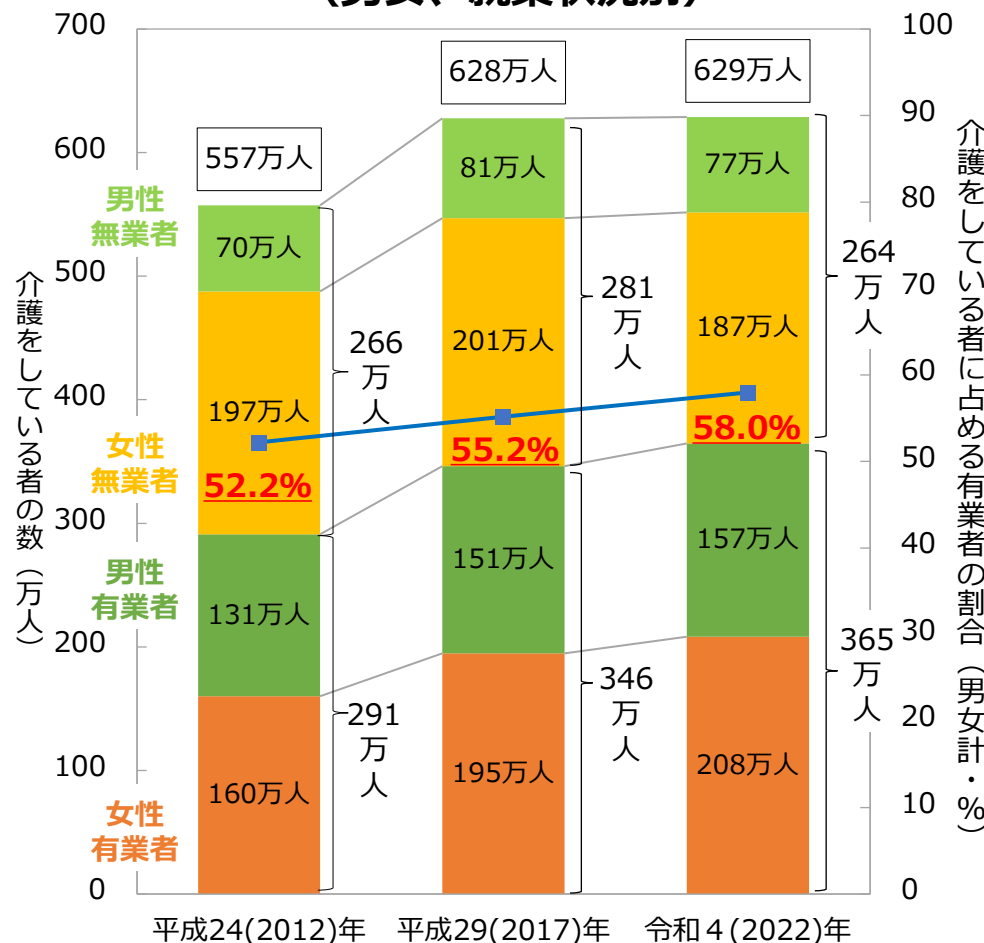
第1節 社会構造の変化と男女で異なる健康課題

- 近年、未就学児の育児をする者及び家族の介護をする者に占める**有業者の割合が上昇**。
- 育児・介護ともに、依然として担い手は、男性よりも**女性の方が多い**。

特-5図 未就学児の育児をしている者の推移
(男女、就業状況別)



特-7図 家族の介護をしている者の推移
(男女、就業状況別)



(備考) 1. 総務省「就業構造基本調査」より作成。

2. 「育児をしている」とは、小学校入学前の未就学児を対象とした育児(乳幼児の世話や見守りなど)をいい、孫、おい・めい、弟妹の世話などは含まない。

3. 「家族の介護をしている」には、介護保険制度で要介護認定を受けていない者や、自宅外にいる家族の介護も含まれる。

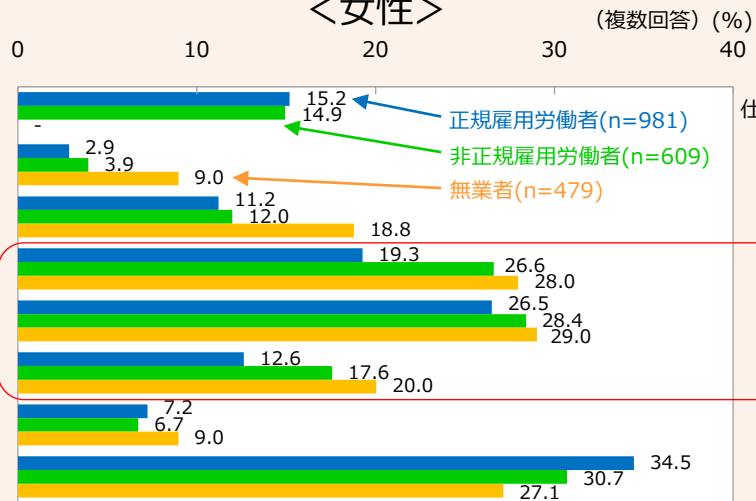
ただし、病気などで一時的に寝ている者に対する介護は含まない。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・気になる症状への対処法として「休暇・休憩をとる」「市販の薬やサプリメント等を飲む」「病院等に行く」を挙げる割合が高いが、「特に対処していない」とする割合も3～4割。

特-38図 最も気になる症状への対処法（男女、年齢階級、就業状況別）

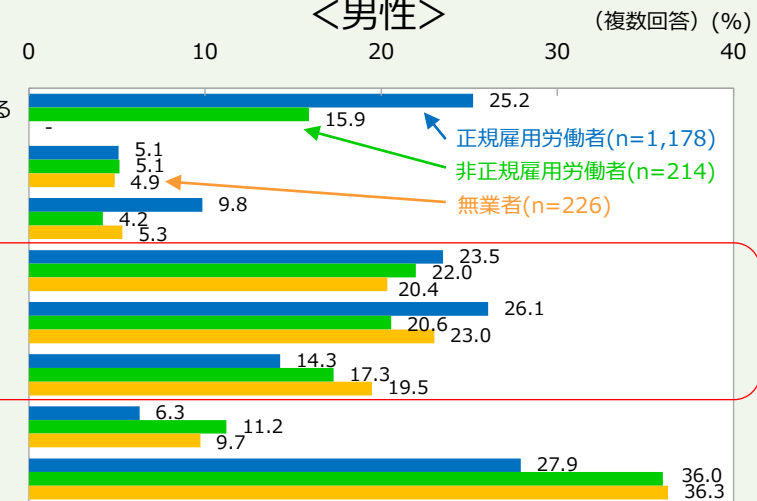
＜女性＞



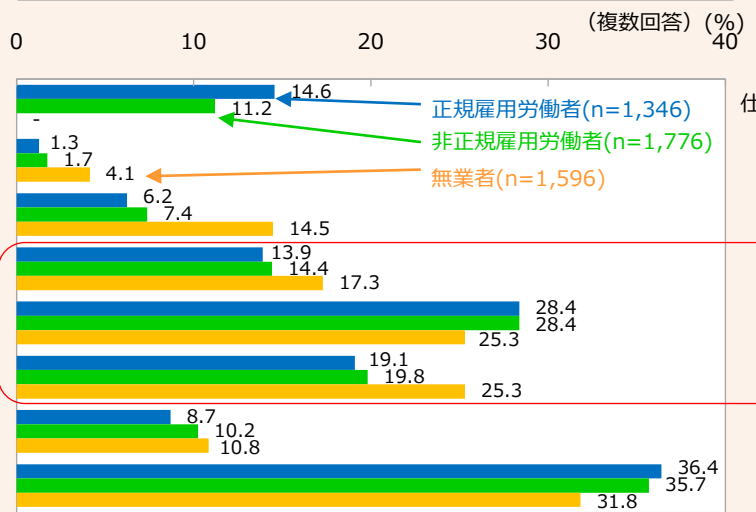
20～39歳

仕事の量や時間、働き方（在宅勤務など）を調整している
仕事を辞めた・別の仕事に転職した
家事・育児・介護などの時間や量を調整している
ひどい時は休暇をとっている・休んでいる
市販の薬や漢方、サプリメントを飲んでいる
病院や診療所に行っている
それ以外の治療・対処をしている
特に上記のようなことはしていない

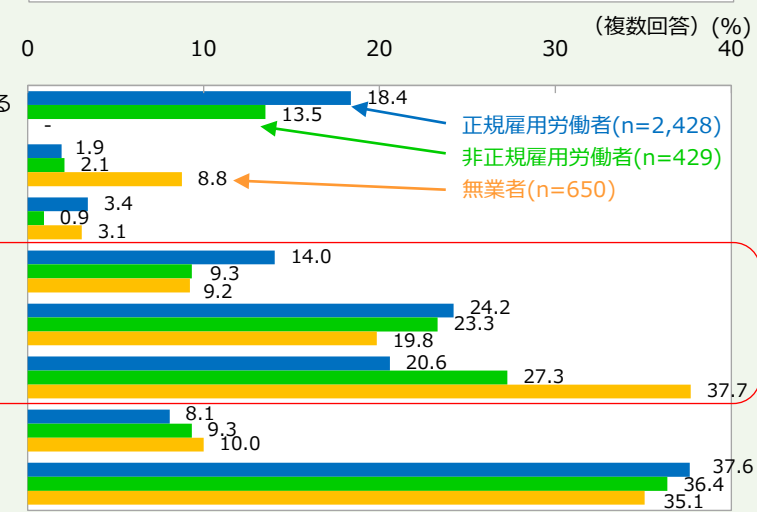
＜男性＞



40～69歳



仕事の量や時間、働き方（在宅勤務など）を調整している
仕事を辞めた・別の仕事に転職した
家事・育児・介護などの時間や量を調整している
ひどい時は休暇をとっている・休んでいる
市販の薬や漢方、サプリメントを飲んでいる
病院や診療所に行っている
それ以外の治療・対処をしている
特に上記のようなことはしていない



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

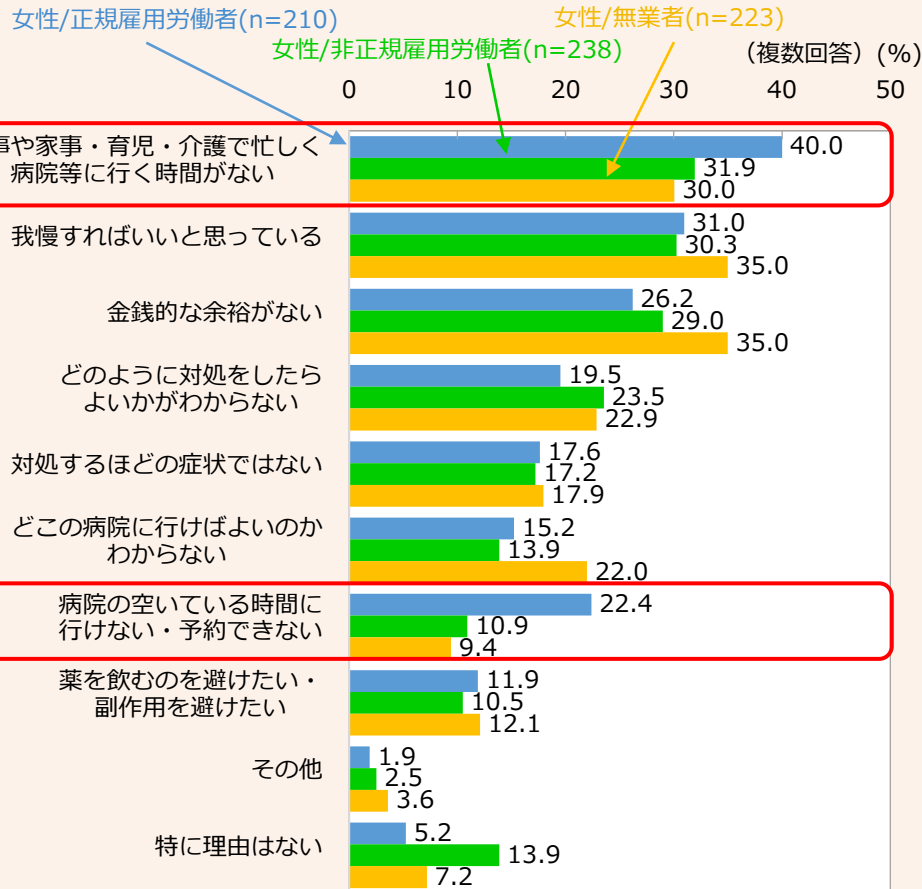
2. 過去1か月の間で最も気になる症状があると回答した者に対して、「最も気になる症状について、どのように対処していますか。(いくつでも)」と質問。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

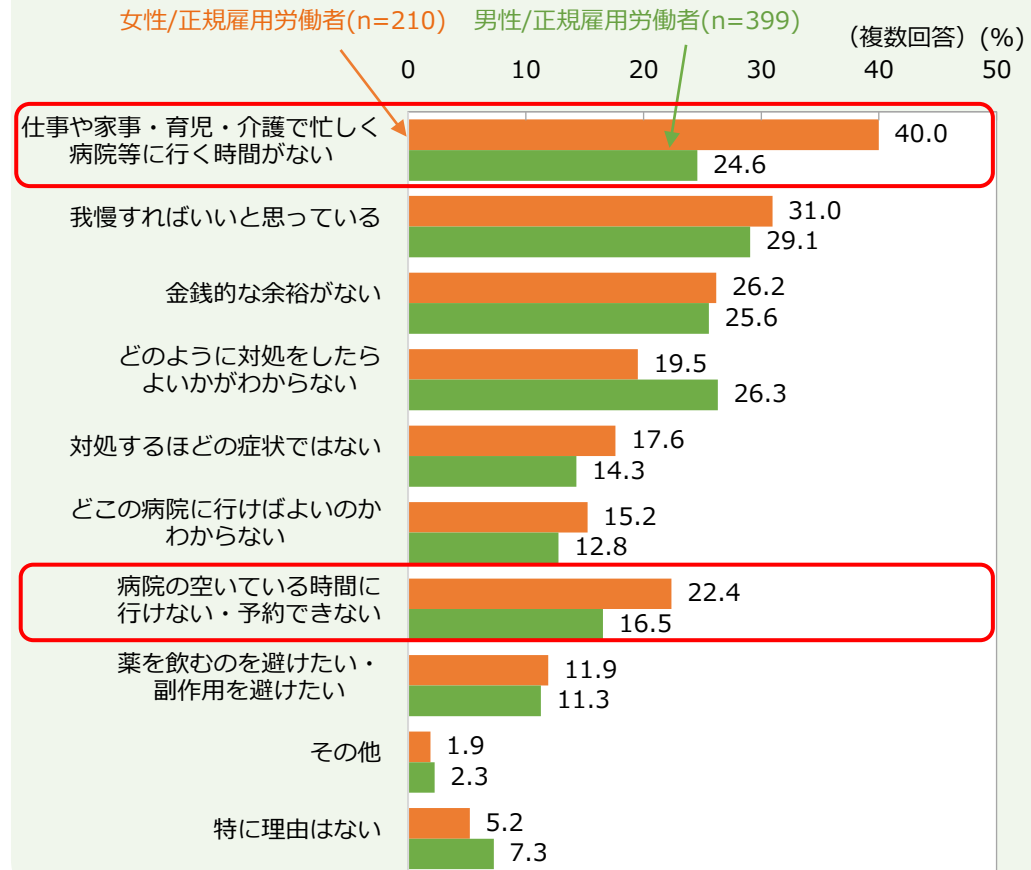
- 子育て中の正規雇用労働者の女性は「仕事や家事・育児等で忙しく病院等に行く時間がない」「病院が空いている時間に行けない」ため、気になる症状に十分に対処できていないことが多い。

特-40図 最も気になる症状に十分に対処できていない理由（小学生以下の子供と同居している者）

＜女性・就業状況別＞



＜正規雇用労働者・男女別＞



（備考）1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」（令和5年度内閣府委託調査）より作成。

2. 過去1か月の間で最も気になる症状があり、症状に「十分に対処できていない」又は「どちらかといえば十分に対処できていない」と回答した者に対して、「最も気になる症状について、十分に対処できていない理由は何ですか。（いくつでも）」と質問。

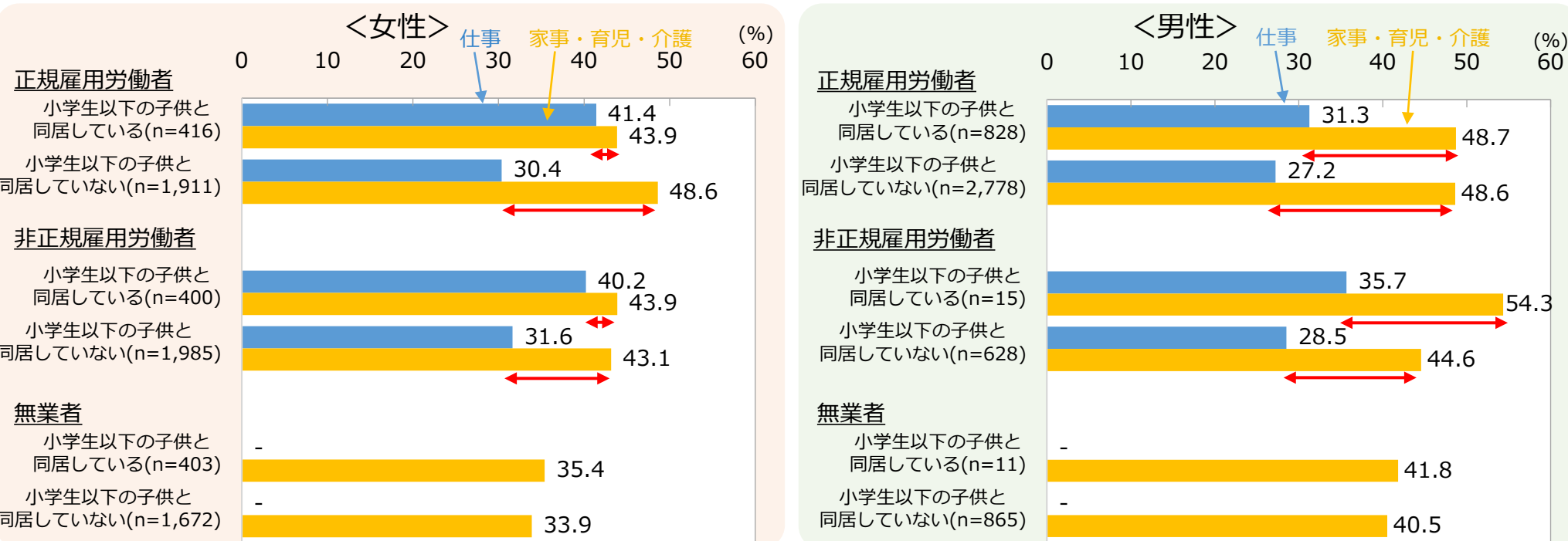
3. 男性の非正規雇用労働者及び無業者は、nが少ないため非掲載。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・ 気になる症状があったときのプレゼンティーイズム※損失割合は、仕事よりも家事等の方が高い。健康課題を抱えていると、仕事よりも**家事・育児等に影響が及ぶと認識している**ことがうかがえる。
- ・ **小学生以下の子供と同居している有業の女性**は、仕事と家事等のプレゼンティーイズム損失割合が同程度となっており、健康課題により**仕事にも家事・育児等にも影響が及ぶと自身で認識している**と推測されるため、両立支援が重要。

※プレゼンティーイズムとは、何らかの不調を抱えた状態で出社し本来のパフォーマンスが発揮できない状態を指し、出来がどの程度か（生産性）をアンケートによる自己評価等を用いて測定する。なおここでは、家事・育児・介護についても、体調不良を抱えた状態での出来（生産性）という意味で用いている。

特-41図 最も気になる症状があったときの「仕事」と「家事・育児・介護」のプレゼンティーイズム損失割合（男女、小学生以下の子供との同居の有無別）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

2. 「通常時(気になる症状がない時)の仕事や家事・育児・介護の出来を100%として、ここ1か月の間で最も気になる症状があった時の、自身の仕事や家事・育児・介護の出来を評価してください。」と質問。例えば、不調があるために通常時と比べて出来が20%下がるという場合は、「80%」と回答する。なお、仕事については有業者のみに質問。

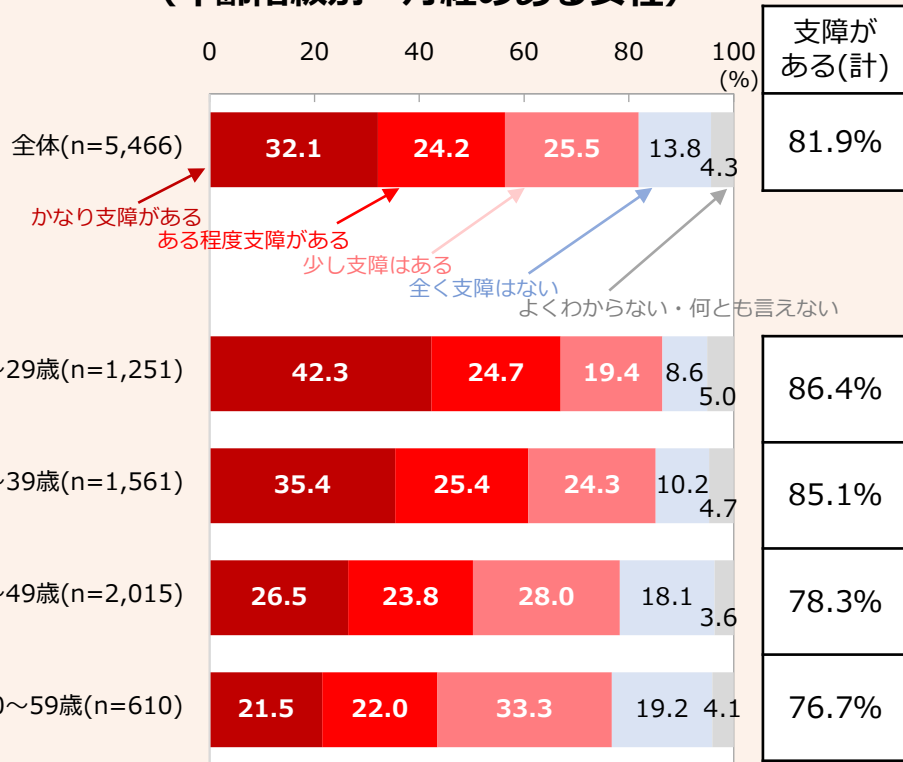
3. プレゼンティーイズム損失割合 = 100% - 2. の質問から算出した数値の平均値。

4. 男性の非正規雇用労働者及び無業者はサンプルが僅少のため、結果の読み取りに留意が必要。

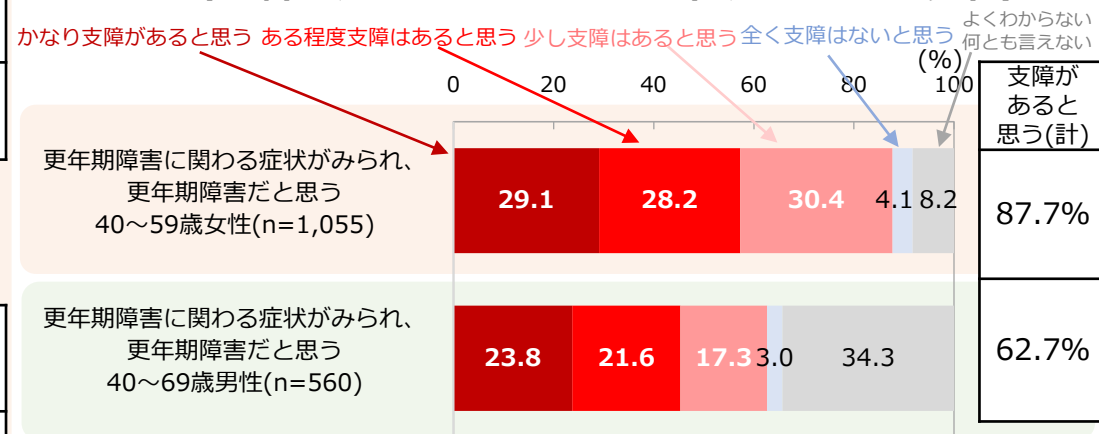
第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・ 月経のある女性の**8割**が月経不調により生活（仕事や家事・育児・介護）への「支障がある」。特に**20代・30代女性**では**9割**が生活への支障があり、うち**4割**は「かなり支障がある」。
- ・ 更年期障害の自覚のある女性の**9割**、**男性の6割**が、生活への「支障があると思う」。

特-51図 月経不調の生活への支障の程度
(年齢階級別・月経のある女性)



特-60図 更年期障害に関わる症状の生活への支障の程度
(男女別・更年期障害に関わる症状がみられ、更年期障害だと思う40~59歳女性、40~69歳男性)



更年期障害に関わる代表的な症状

【女性】

身体的な症状…のぼせ、顔のほてり、動悸、異常な発汗、頭痛、めまい、腰や背中痛み、目の痛み
精神的な症状…イライラ、不安、うつ、不眠、無気力
(出典：日本産科婦人科学会 日本産婦人科医会 「産婦人科診療ガイドライン 婦人科外来編2023」)

【男性】

身体的な症状…疲れやすい、ほてり、体力の低下、女性化乳房、陰毛減少
精神的な症状…イライラ、物悲しい、うつ、不眠、興味の低下、集中力・記憶力の低下
性機能…性欲低下、機能不全(ED)
(参考：日本内分泌学会 日本メンズヘルス医学会 「男性の性腺機能低下症ガイドライン2022」)

(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

2. 月経不調については、過去1年間の月経(生理)の状況について「定期的に月経がある」、「定期的ではないが月経はある」、「妊娠中又は出産後のため月経がとまっている」、「低用量ピル等で月経をコントロールしている」と回答した者に、具体的な月経不調(8項目)による生活への支障の程度を質問。

1項目でも「かなり支障がある」と回答した者は「かなり支障がある」、左記以外で1項目でも「ある程度支障がある」と回答した者は「ある程度支障がある」、左記以外で1項目でも「少し支障はある」と回答した者は「少し支障はある」、左記以外で1項目でも「全く支障はない」と回答した者は「全く支障はない」、全項目について「よくわからない・何とも言えない」と回答した者は「よくわからない・何とも言えない」に該当する者として集計。60代はnが少ないため非掲載。

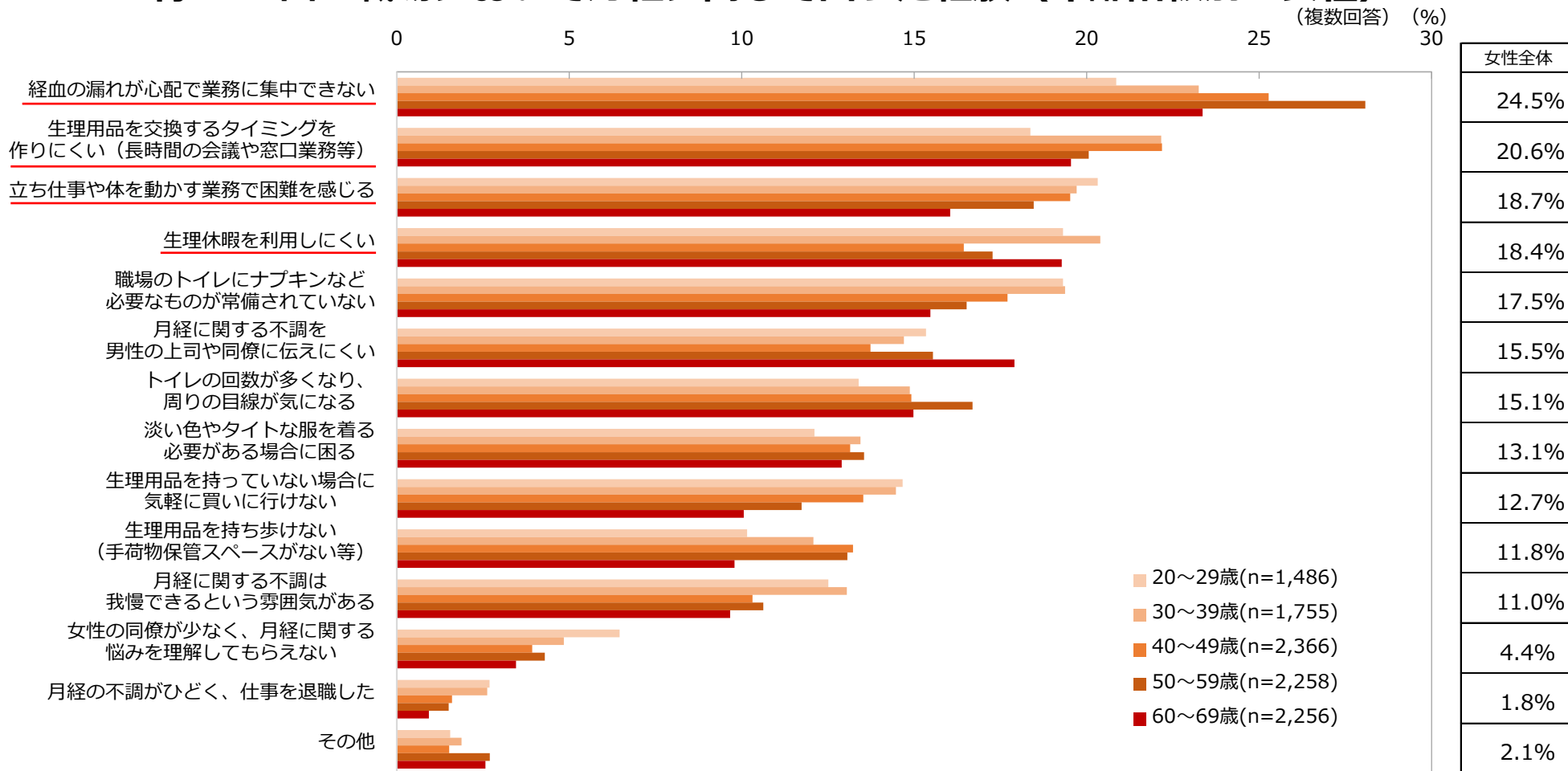
3. 更年期障害に関わる症状については、一般的に、女性は40代及び50代、男性は40代以降で現れることが多いため、その年代を集計対象としている。

4. 「支障がある(と思う)(計)」は、「かなり支障がある(と思う)」、「ある程度支障がある(と思う)」及び「少し支障はある(と思う)」の累計値。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・職場において、月経に関して困った経験については、「経血の漏れが心配で業務に集中できない」「生理用品を交換するタイミングを作りにくい」「立ち仕事や体を動かす業務で困難を感じる」「生理休暇を利用しにくい」を挙げる割合が高い。

特-54図 職場において月経に関して困った経験（年齢階級別・女性）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」（令和5年度内閣府委託調査）より作成。

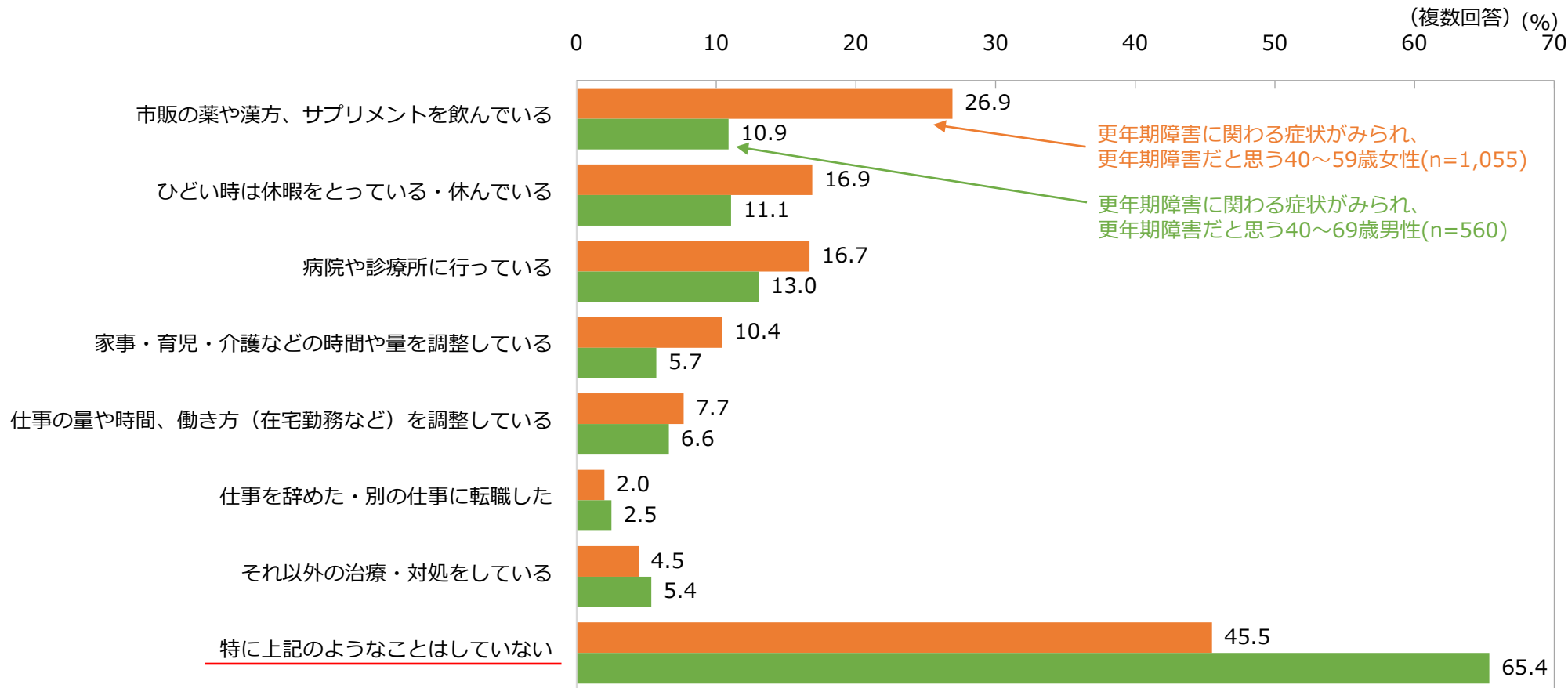
2. 「職場において、月経（生理）に関して、困った経験はありますか。（いくつでも）」と質問。

「閉経した方は、閉経前に働いていたときのこと（月経（生理）があった時の事）全体を思い出してお選びください。」と聞いている。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・更年期障害に関わる症状への対処法をみると、女性では市販薬等の服用の割合が最も高い。
- ・一方で、**男性の7割、女性の5割は特に対処していない。**

特-61図 更年期障害に関わる症状への対処法
(男女別・更年期障害に関わる症状がみられ、更年期障害だと思う40~59歳女性、40~69歳男性)

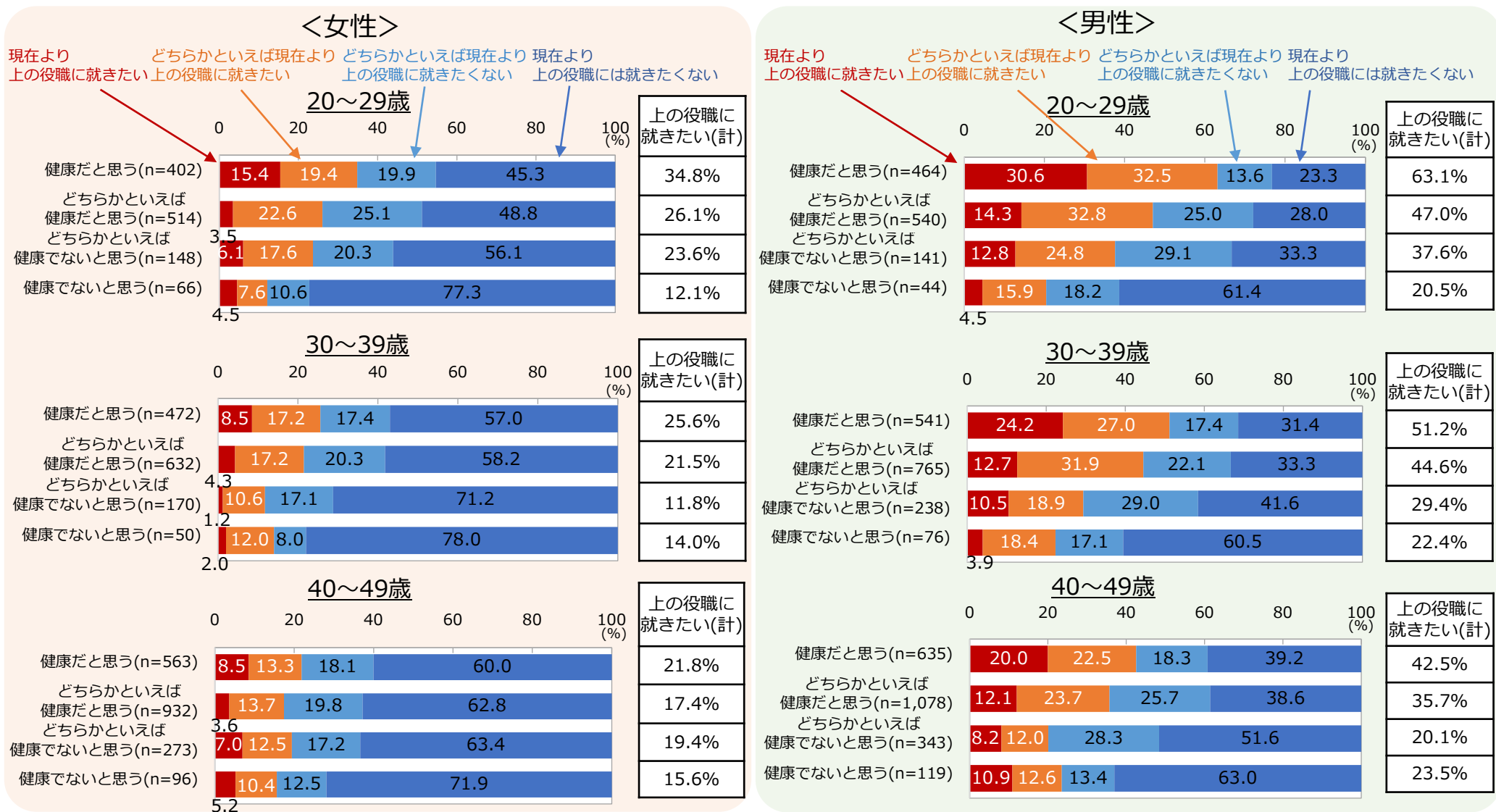


- (備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。
2. 「更年期障害に関わる症状に対して、この1年の間にやっていることはありますか。(いくつでも)」と質問。
3. 一般的に、女性は40代及び50代、男性は40代以降で更年期障害に関わる症状が現れることが多いため、その年代を集計対象としている。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

・男女ともに健康認識が高い方が、昇進意欲が高い傾向。

特-62図 健康認識と昇進意欲（男女、年齢階級別・有業者）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

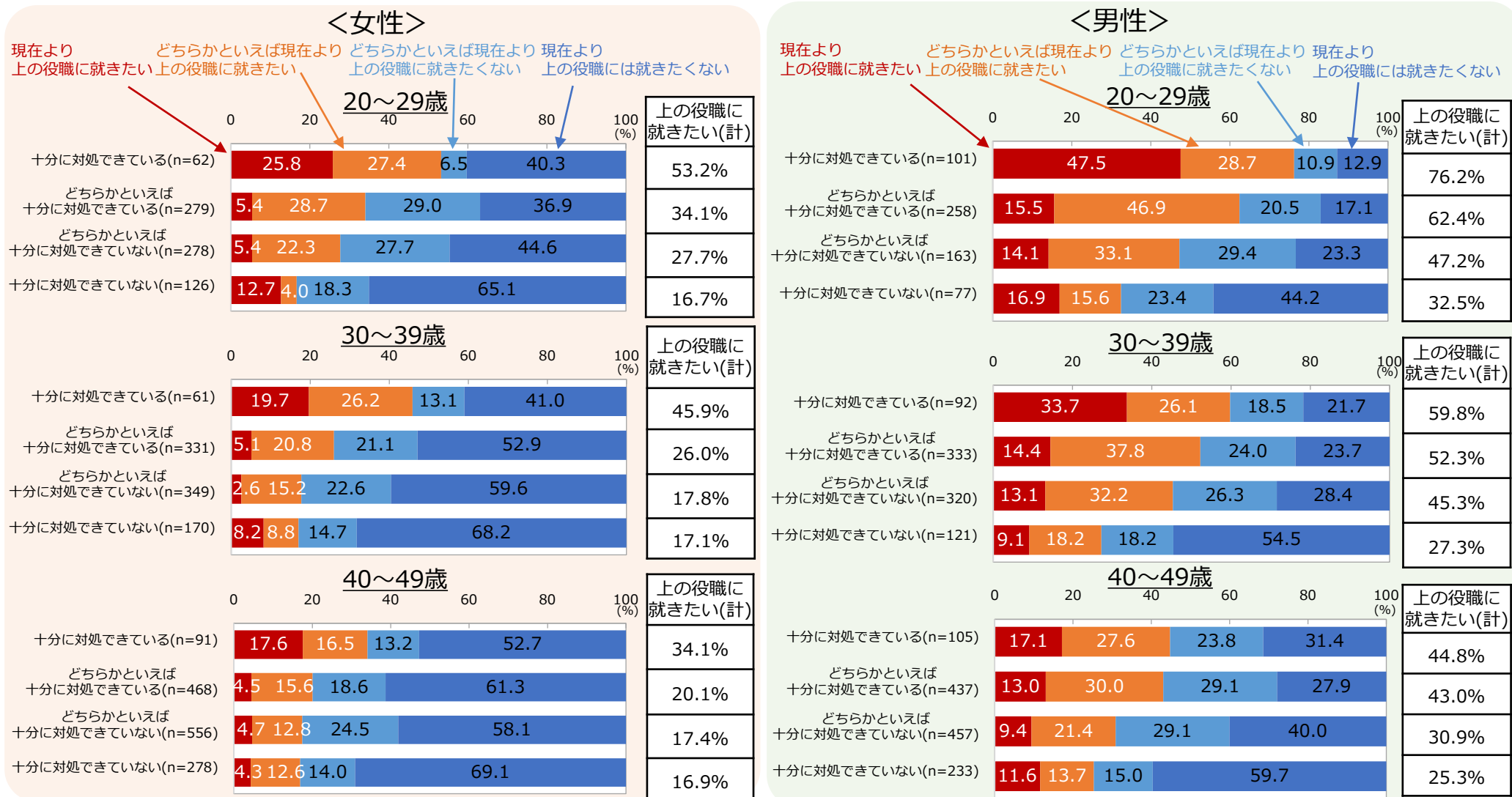
2. 「あなたは、自分が健康だと思いますか。(1つ)」、「あなたは、現在の立場より、上の役職に就きたいと思いますか。(1つ)」と質問。

3. 「上の役職に就きたい(計)」は、「現在より上の役職に就きたい」及び「どちらかといえば現在より上の役職に就きたい」の累計値。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

・男女ともに最も気になる症状に対処できているとする方が、昇進意欲が高い傾向。

特-63図 最も気になる症状への対処状況と昇進意欲（男女、年齢階級別・有業者）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

2. 過去1か月の間で最も気になる症状があると回答した者に対して、「最も気になる症状について、十分に対処できていますか。(1つ)」、「あなたは、現在の立場より、上の役職に就きたいと思いませんか。(1つ)」と質問。

3. 「上の役職に就きたい(計)」は、「現在より上の役職に就きたい」及び「どちらかといえば現在より上の役職に就きたい」の累計値。

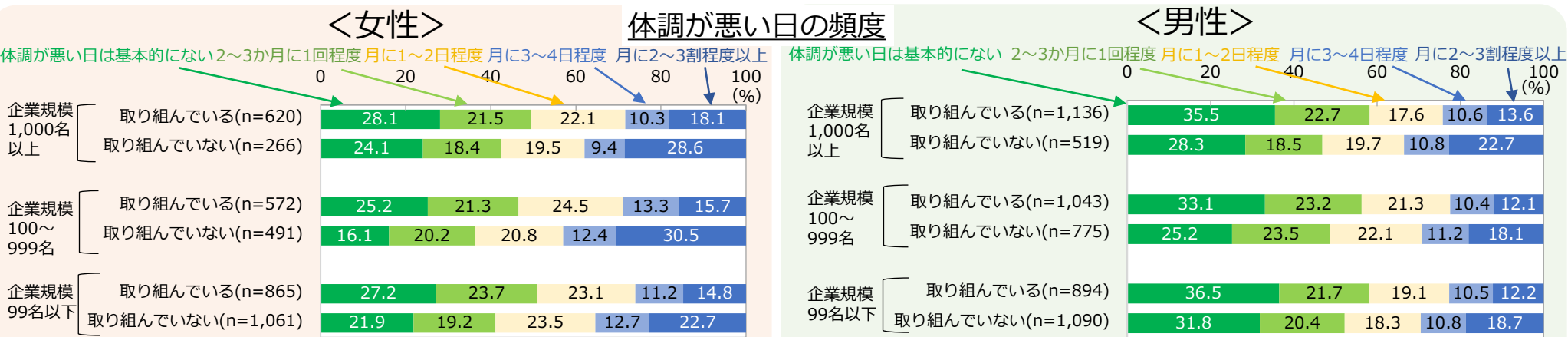
第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- ・企業規模にかかわらず、勤務先が健康経営※に取り組んでいる方が、体調が悪い日の頻度が低い。
- ・健康経営により、プレゼンティーズム年間損失日数を年間4～7日程度減らすことができ、女性の方が減少日数も多い。

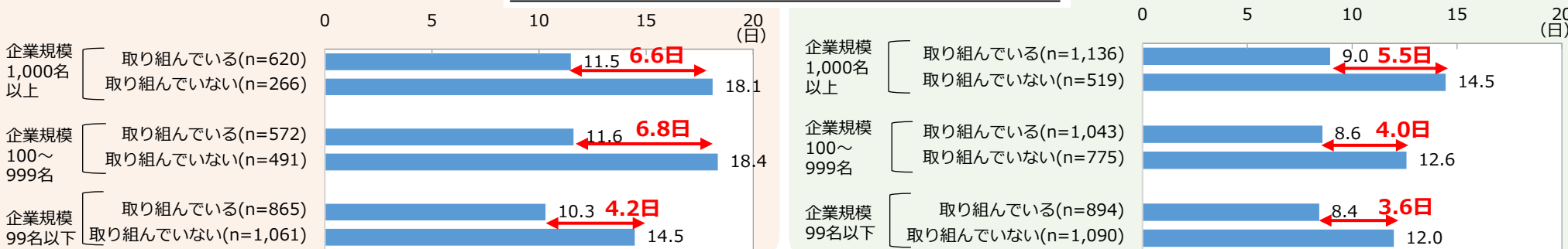
※健康経営とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること。経済産業省の健康経営度調査では、任意健診・検診の受診勧奨や受診率向上のための取組、従業員等の健康意識向上のための教育の実施、女性特有の健康課題に対する取組等を調査している。

特-66図 健康経営の効果

(男女、勤務先の企業規模、健康経営取組の有無別・雇用されている者及び会社などの役員)



仕事のプレゼンティーズム年間損失日数



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

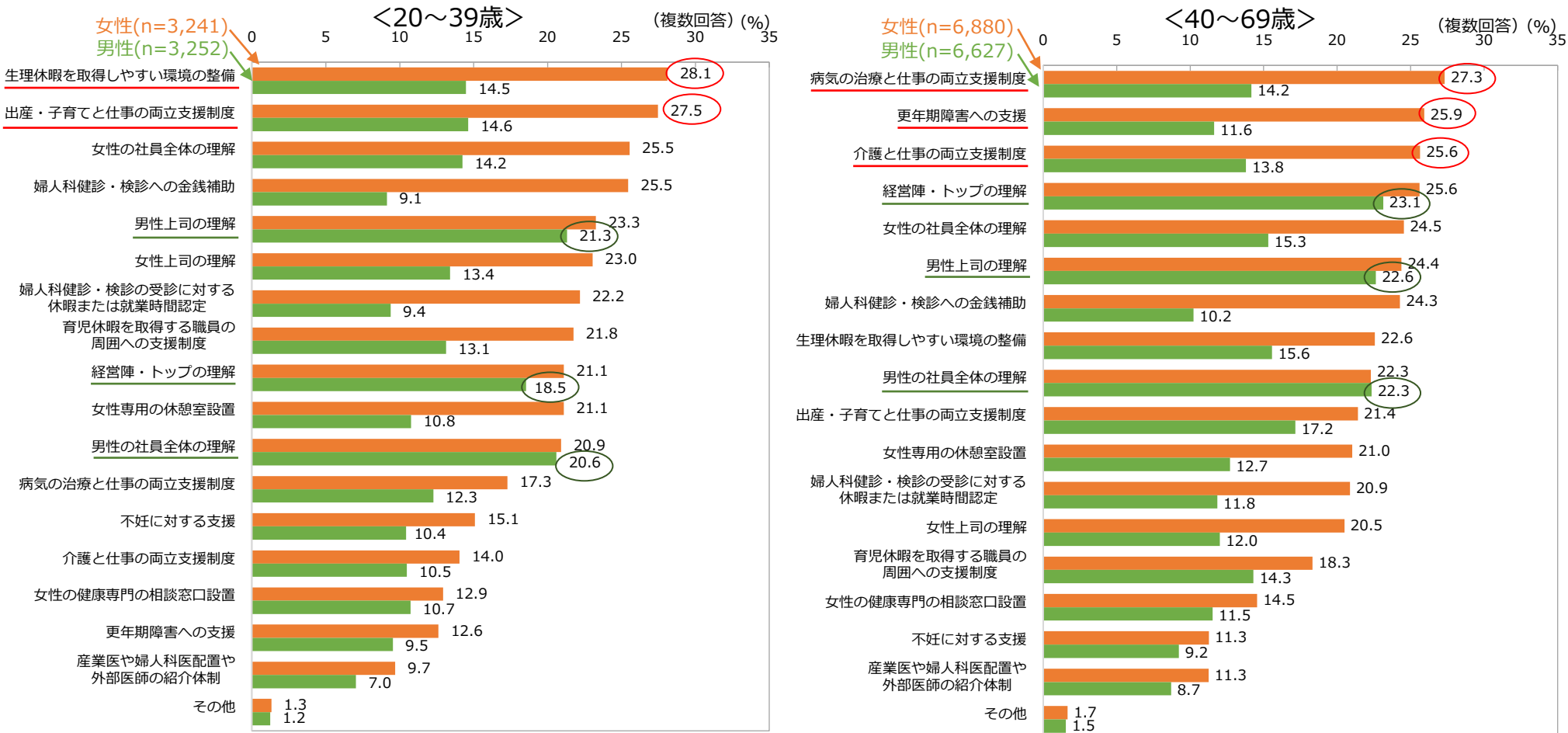
2. 「取り組んでいる」は、勤務先の健康経営全般の取組に対し「かなり取り組んでいる」又は「ある程度取り組んでいる」と回答した者、「取り組んでいない」は、「あまり取り組んでいない」又は「全く取り組んでいない」と回答した者を集計。

3. 仕事のプレゼンティーズム年間損失日数は、正規雇用労働者は年間勤務日数を245日と仮定、非正規雇用労働者は実際の1週間の勤務日数×52週を乗じて算出した年間勤務日数に、体調が悪い日の頻度及び体調が悪いときの仕事のプレゼンティーズム損失割合を乗じて算出した。

第2節 仕事、家事・育児等と健康課題の両立

- 20～39歳女性では、「**生理休暇**を取得しやすい環境」「**出産・子育てと仕事の両立支援**」、40～69歳女性では、「**病気の治療**と仕事の両立支援」「**更年期障害支援**」「**介護**と仕事の両立支援」を職場に求める割合が高い。
- 男性は年代にかかわらず、**経営陣・トップ**、**男性上司**、**男性社員の理解**を挙げる割合が高い。

特-67図 女性特有の健康課題に対して、どのような配慮があると働きやすいと思うか（男女、年齢階級別）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。

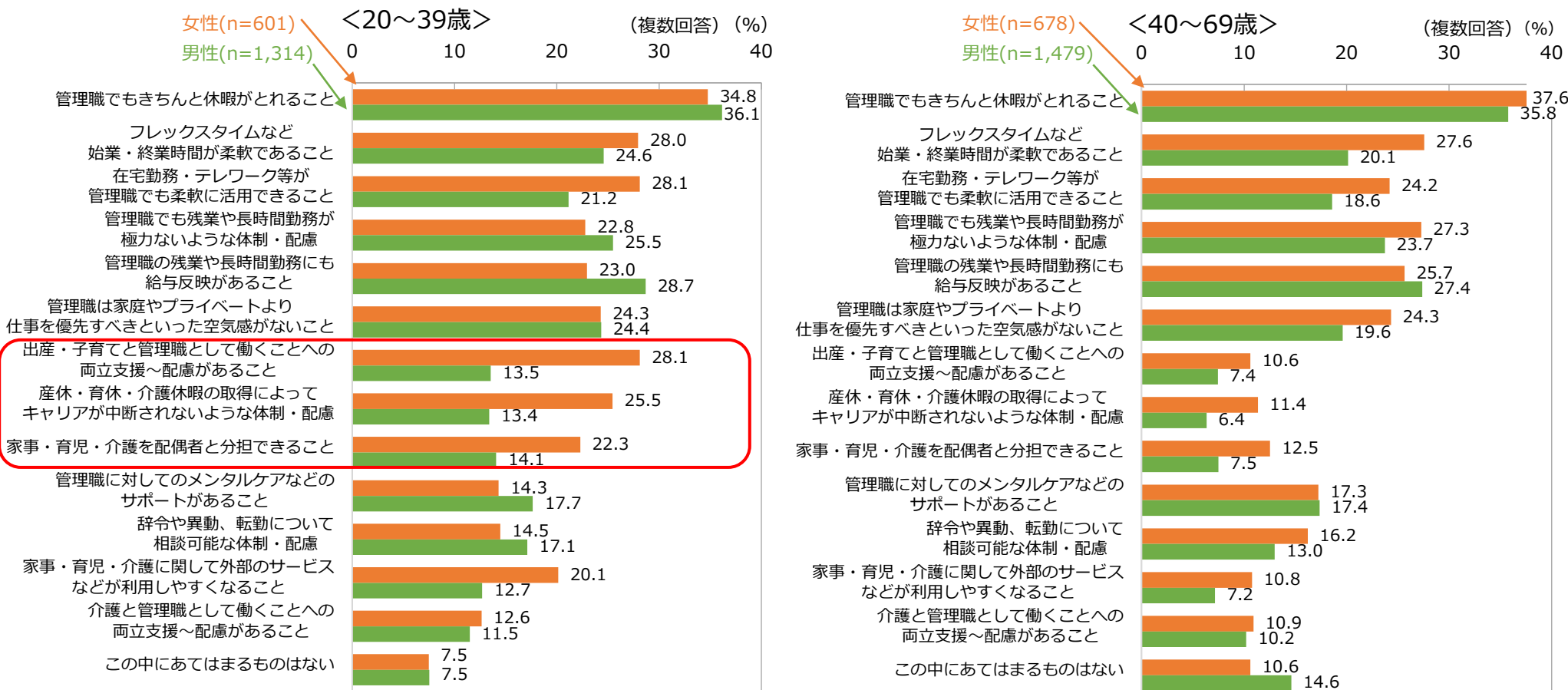
2. 「女性特有の健康課題に対して、職場にどのような配慮があると働きやすいと思いますか。(いくつでも)」と質問。

※「現在働いていない人は、『こんな制度があったら女性が働きやすそう』と思うものをお選びください。」と聞いている。

第3節 両立支援は新たなステージへ

- 管理職として働く条件として、男女、年代を問わず「**管理職でもきちんと休暇がとれること**」の割合が最も高い。
- 20～39歳女性では「**出産・子育てとの両立支援**」「**育休等によってキャリアが中断されない体制・配慮**」「**育児等を配偶者と分担できること**」が、40～69歳女性及び男性に比べて高い。

特-68図 どんなことがあれば管理職として働けそうか（男女、年齢階級別・有業者のうち昇進意欲のある者）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。
 2. 「仕事において、どんなことがあれば、管理職として働きたい・働けそうだと思いますか。仕事上の能力以外の要素についてお選びください。(いくつでも)」と質問。
 3. 現在働いている者のうち、「現在より上の役職に就きたい」又は「どちらかといえば現在より上の役職に就きたい」と回答した者を対象に集計。

第3節 両立支援は新たなステージへ

- ・ 人生100年時代において、男女ともに自らが**健康であり、自らの能力を発揮できる環境が重要**。
- ・ 少子高齢化の進展の中で、労働力の確保・労働生産性の向上のためにも健康支援は必要不可欠。
- ・ これらが、**持続可能な形で自らの理想とする生き方と仕事の両立**を可能にする要素になり得る。

「昭和モデル」

- ・ 家庭や健康管理は専業主婦の妻に任せ、夫は仕事にまい進する社会
- ・ 男性中心の職場環境
- ・ 長時間労働や転勤を当然とする雇用慣行

社会構造・人口構造等の変化

- ✓ 少子高齢化
- ✓ 生産年齢人口の減少
- ✓ 家族の姿の変化、人生の多様化

男女ともに希望する誰もが 生き生きと活躍できる社会

人生100年時代

- ・ 女性だけでなく、男性を含む全ての人が働き方を革新
- ・ 男女ともに子育てや介護をしながら働ける
- ・ 仕事と健康を両立できる
- ・ 誰もが希望する生き方を選択

社会

健康の維持・増進

- ・ 女性管理職の増加
- ・ 従業員のプレゼンティーズム改善
- ・ 生産性の向上
- ・ 持続的な経済成長

- ・ 女性の経済的自立
- ・ 中長期的な就業継続、キャリア形成
- ・ ウェルビーイング向上
- ・ 健康寿命の延伸

企業

- 男女の特性や年齢に応じた健康支援や健康経営の推進
- フェムテック活用等による働く女性の健康支援
- 相談しやすい環境の整備
- 柔軟な働き方の整備（テレワーク、フレックス勤務等）
- 長時間労働の是正と業務の効率化

個人
(従業員)

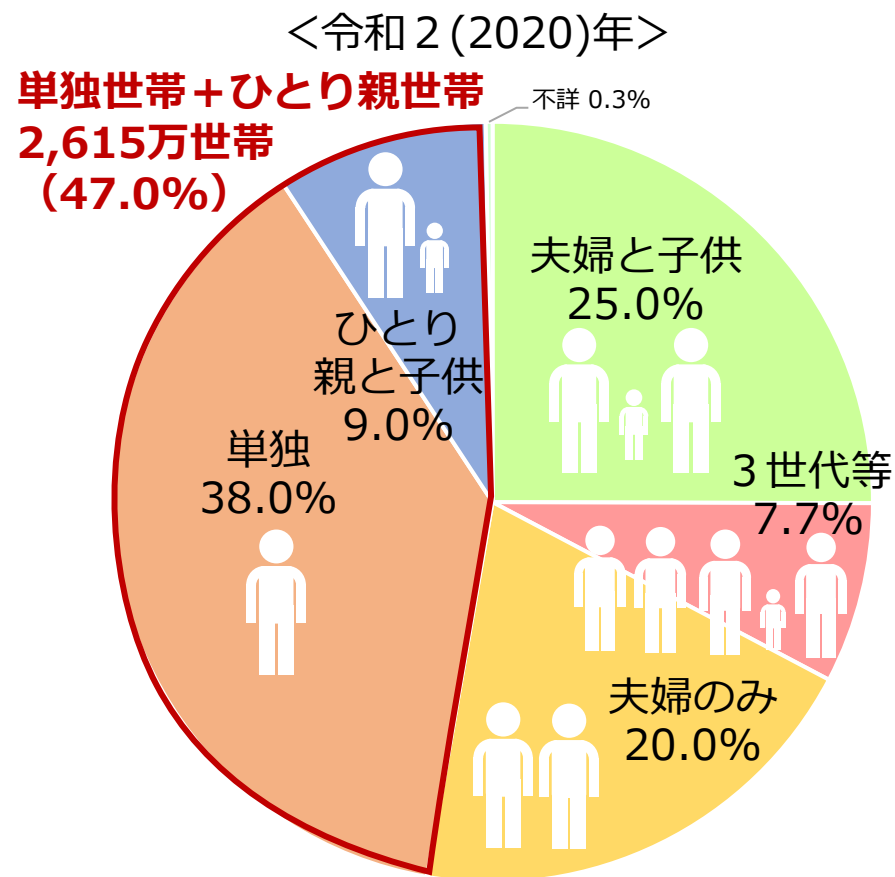
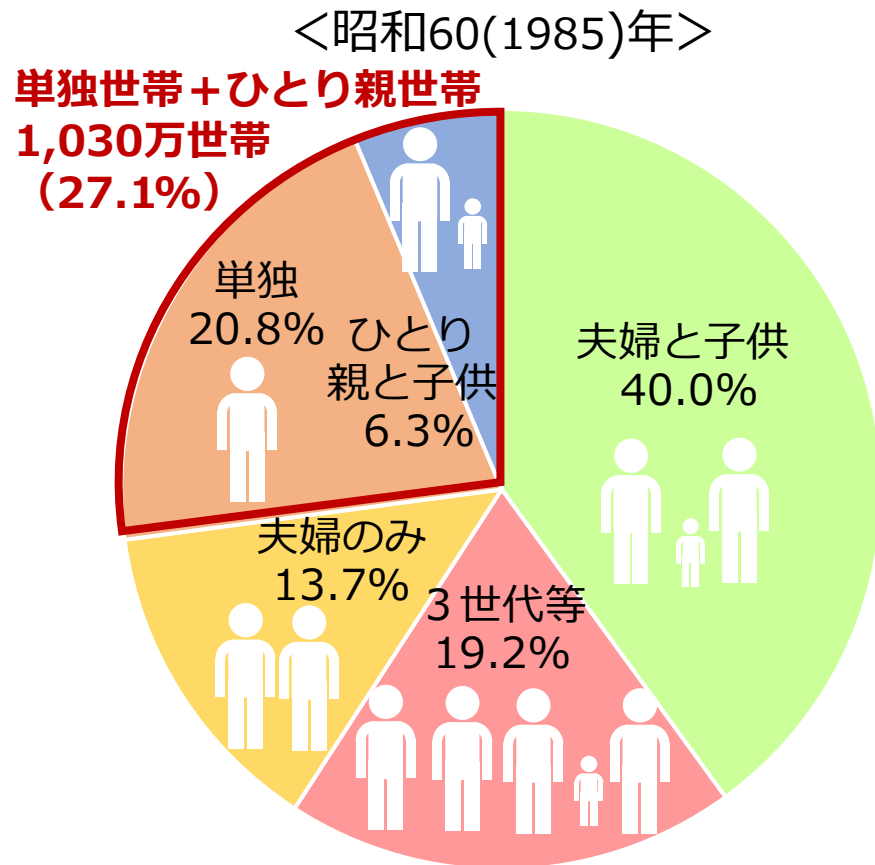
- 健康に関する正しい知識の習得
- 男女の特性を踏まえた互いの健康課題への理解
- 適切な通院や健診の受診
- 心身の健康状態の改善に向けた適切な対処（治療との両立含む）

全ての人が希望に応じて、家庭でも仕事でも活躍できる社会
「令和モデル」の実現には、**「健康」が基盤**

(補足) 家族の姿の変化

- 人生100年時代を迎え、我が国における**家族の姿は変化し、人生は多様化**。
- 昭和60(1985)年には全世帯の4割を占めていた「夫婦と子供」の世帯は、令和2(2020)年時点では全体の25%となり、単独世帯とひとり親世帯が全体の約半数を占めるようになった。

家族の姿の変化

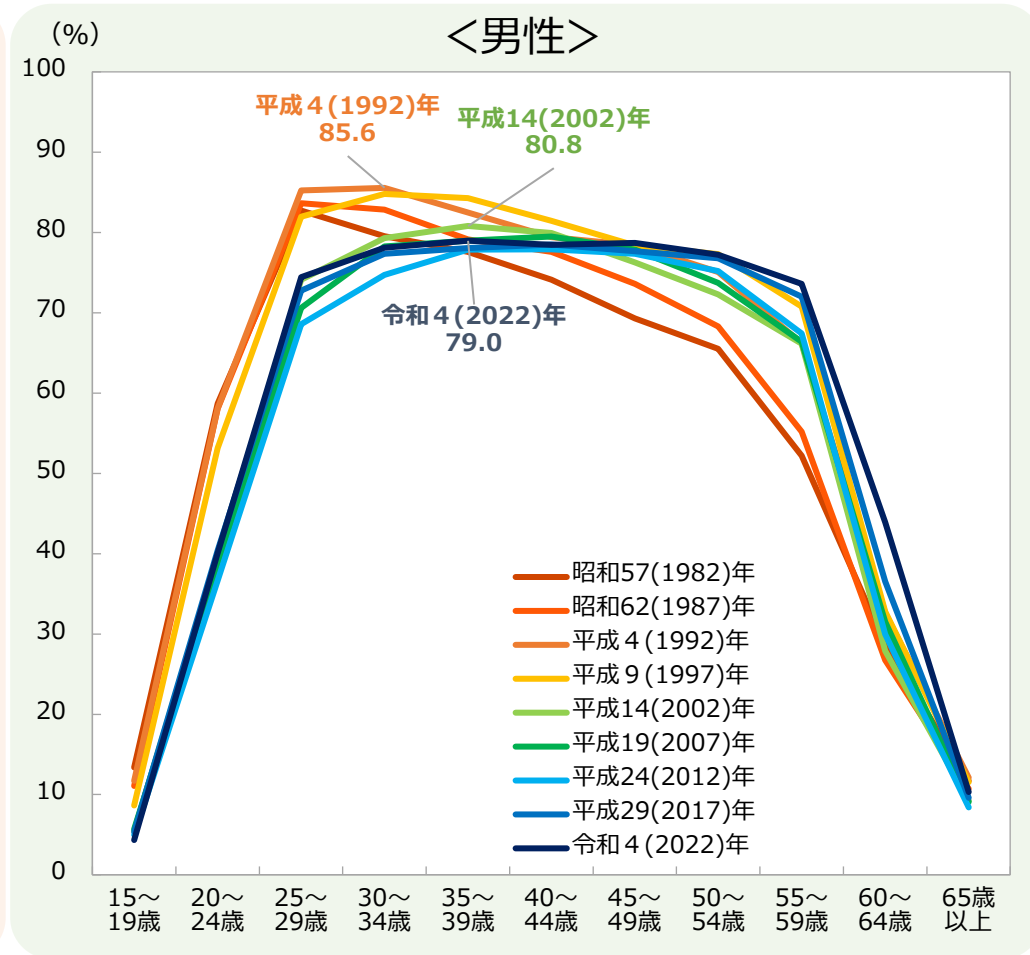
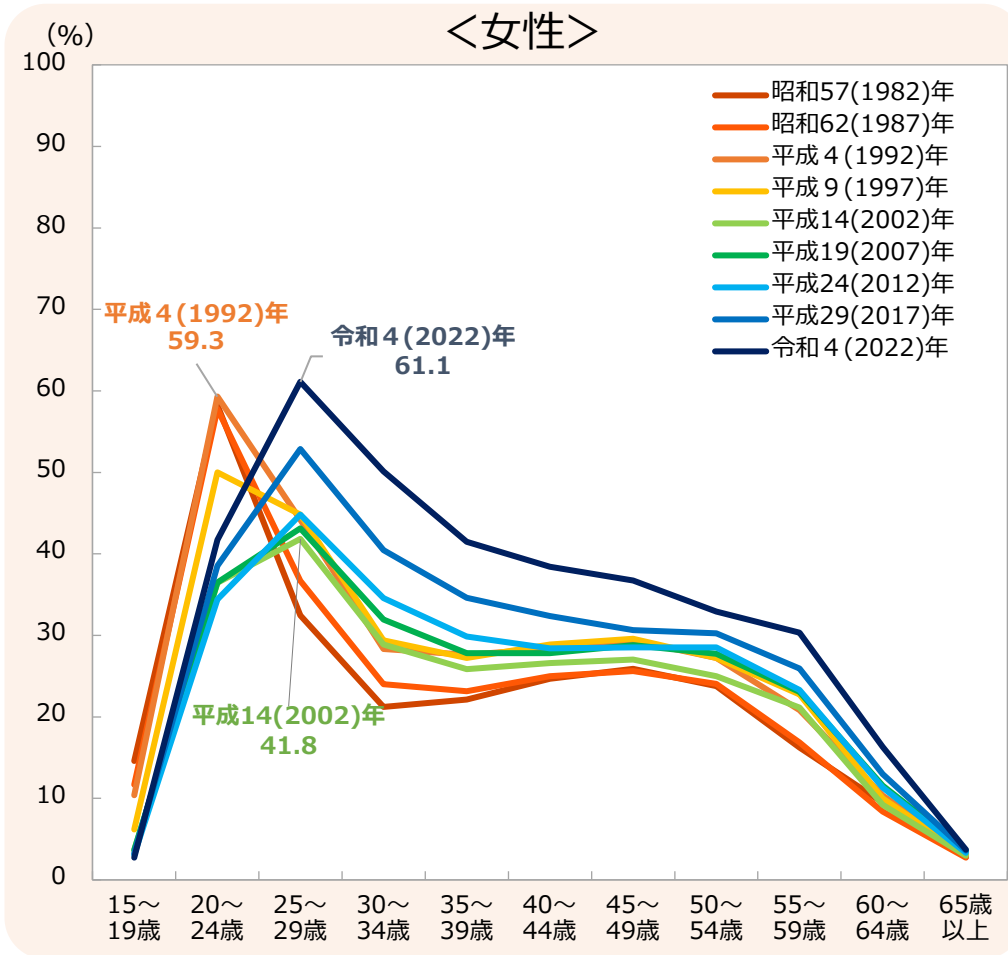


(備考) 1. 総務省「国勢調査」より作成。
2. 一般世帯に占める比率。施設等に入っている者は含まれない。「3世代等」は、親族のみの世帯のうちの核家族以外の世帯と、非親族を含む世帯の合算。
3. 「子」とは親族内の最も若い「夫婦」からみた「子」にあたる続柄の世帯員であり、成人を含む。

(補足) 正規雇用比率 (L字カーブ) の推移

- 女性の正規雇用比率は、20代後半をピークに、年代が上がるとともに低下するL字カーブを描いている。
- 一方、近年、20代から40代を中心に女性の正規雇用比率が上昇している。

特-3図 正規雇用比率の推移 (男女、年齢階級別)



(備考) 1. 総務省「就業構造基本調査」より作成。
2. 正規雇用比率は、当該年齢階級人口に占める「役員」及び「正規の職員・従業員」の割合。