

市政記者クラブ 様

健康福祉局健康部健康増進課

担当：加藤（純）

電話：972-2636

## 女性の健康相談 特設 web サイト「MiKaTa」の開設について

厚生労働省が定める「女性の健康週間（3 月 1 日から 3 月 8 日）」に合わせた本市初の取り組みとして女性の健康相談特設ウェブサイト及び公式 LINE アカウ  
ントを下記のとおり開設いたします。より多くの市民にご活用いただけるよう周知  
にご協力をお願いします。

### 記

#### 1 特設 web サイト「MiKaTa」

##### (1) 女性の健康相談

PMS（月経前症候群）や更年期障害に伴う悩み、冷えや腰痛など自身の心身の不調に悩む女性が専用フォームで相談できる機能です。それぞれの悩みに応じて医療専門職が解決に向けた必要なアドバイスを行います。（1 営業日以内にメール送信）

##### (2) セルフケア動画の配信

女性が抱える不調の中でも代表的な「むくみ／冷え」「肩こり」「腰痛」の対策について、医療専門職が監修した動画を掲載

##### (3) 特設 web サイト URL

<https://mikata-nagoyacity.backtech.co.jp/>



#### 2 公式 LINE アカウ

「名古屋市女性の健康」公式 LINE アカウを登録すると、上記特設 web サイトに掲載する動画とは別に、不調の改善に役立つ動画を登録から 7 日間毎日配信します。

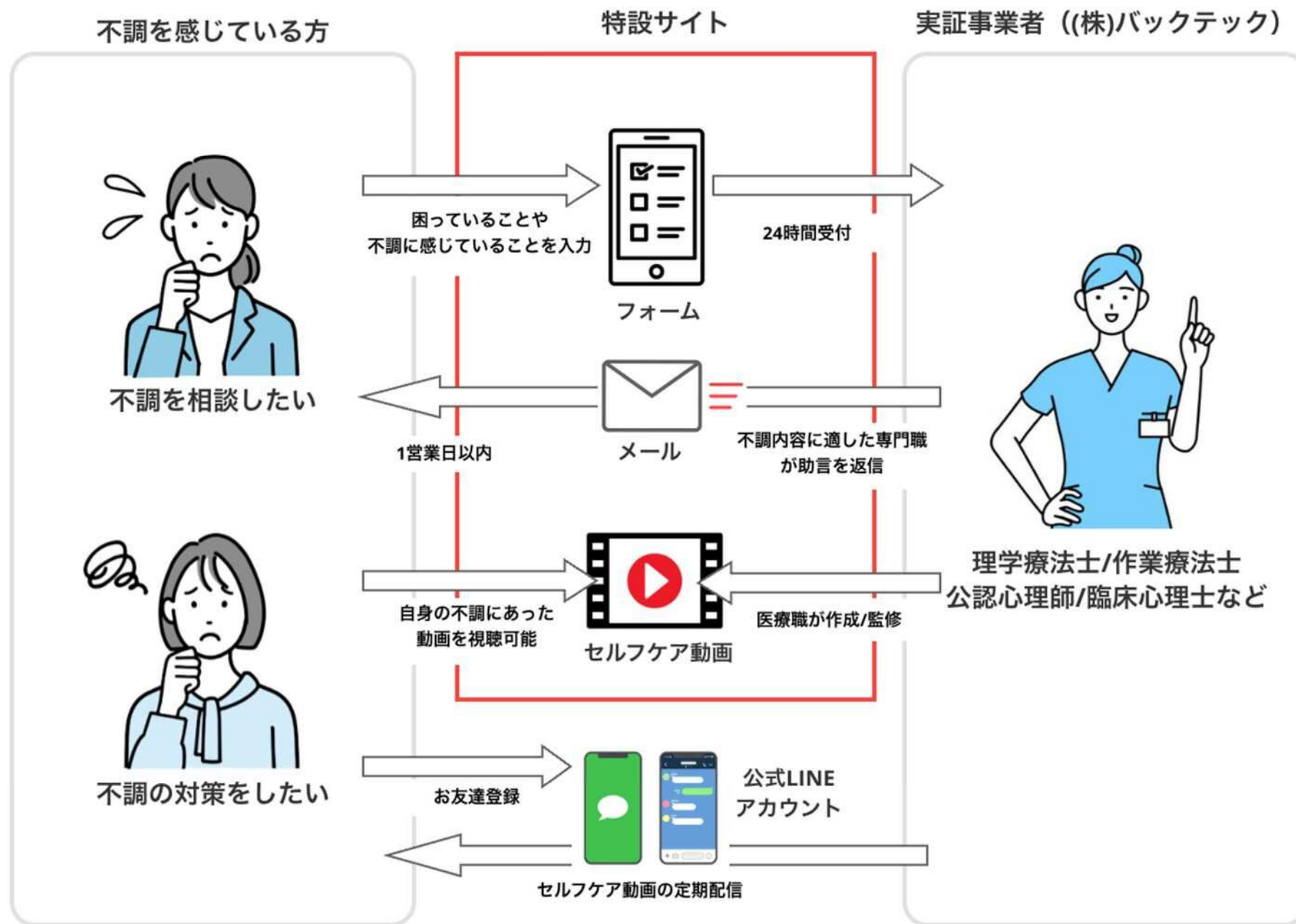
#### 3 開設期間

令和 7 年 3 月 1 日（土）～31 日（月）

#### 4 その他

本事業は令和 7 年度の本格実施にむけて、働く世代や育児中など幅広い年代の女性が相談しやすい相談体制の構築を検討するための実証実験として、名古屋市公民連携ポータルサイト「NAGOYA FRONTIER」に寄せられた提案に基づき、株式会社バックテックが無償で実施するものです。

## 事業の全体像



## 名古屋市 女性の健康応援事業

いきいきとした女性の毎日を  
カラダやココロの健康からサポートします

# MiKaTa

## - nagoya -



名古屋市に住んでいる、名古屋で働いている、名古屋市に通学している

**女性をカラダとココロの健康に強い医療専門職がサポート！**

女性のいきいきとした毎日のために、悩みの相談への回答や  
個別のアドバイスを通して、セルフケア方法をお届けします。

※本特設サイトは、名古屋市と株式会社バックテックが共同で運営し、2025年3月度限定で公開しています。

ココロやカラダのちょっとした不調・悩みを

### 医療専門職に相談

「病院に行ってもわからない、通院の時間が取れない」  
「周りの人に話づらい、誰に話せばいいかわからない」

さまざまな健康のお悩み、気軽にご相談ください。  
あなたが抱えているお悩みに、**医療職**がアドバイスします！



腹痛/腰痛



肩こり



むくみ・冷え



自律神経



眼精疲労

### 今、辛い・悩んでいるを改善したい 医療職監修 お悩み別セルフケア動画

「辛い不調に、今すぐできる対策方法を知りたい」  
「悩みに合わせて気軽に取り組めるケアを知りたい」

PMS(月経前症候群)、生理痛に伴うカラダやココロの不調や  
女性特有の健康のお悩み向けのケア方法が見つかる  
**医療職監修 お悩み別セルフケア動画**



※本動画は一例です



公式ラインをお友達登録で  
1週間全身ケア動画を毎日配信！

LINE IDで登録

@987xehwe

二次元バーコードで登録

