

私たちの更年期を
たのしい10年に

アフタヌーン エイジ Project

株式会社 主婦の友社
2022年 ダウンロード用ver.

なぜ？

「更年期」という言葉を聞くと
重い気持ちになるのだろうか？

「更年期」は誰にでも起きる体の変化です。

人生100年としたら、45才～55才は人生の折り返し地点。

一日に例えたら、アフタヌーン・ブレイクの時間。

ならば、もう少し優雅にゆったり過ごしてみませんか？



更年期から、「アフタヌーンエイジ」へ。

誰もが悩みをオープンに語り合える社会へ。

主婦の友社はこれからの人生を前向きに生きる女性を応援します!



現状

日本で更年期に悩む女性は、約300万人。

この数字は、日本の人口の約2%。

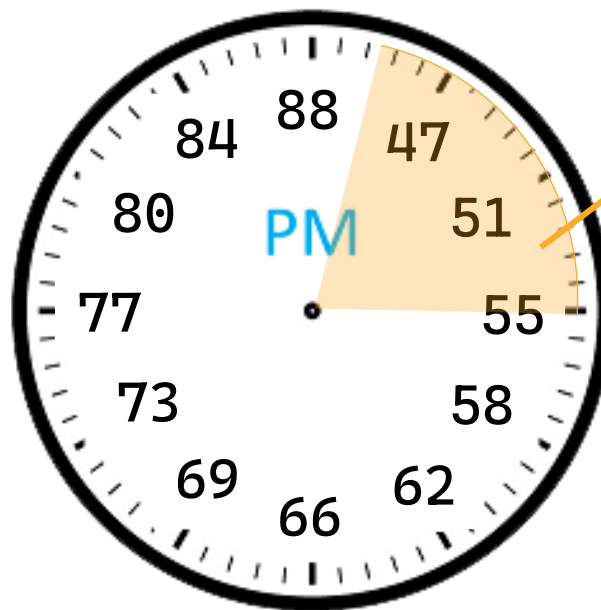
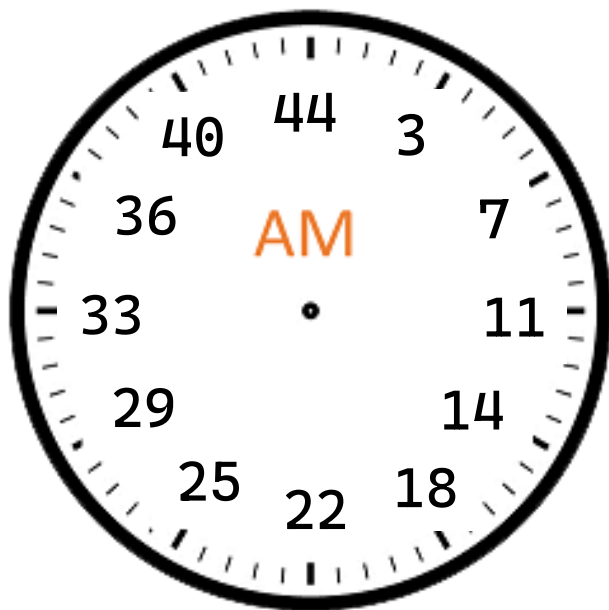
ちなみに今年の主要私立大学の志願者数は、約200万人。

大学受験生より多いとされる更年期の女性が
個人では解決が難しい身体的・経済的・制度的な要因で
誰にも悩みを打ち明けられず閉じこもってしまっています。

そんな今こそ、すべての更年期を迎えた女性が
前向きに生きられる社会にするためのサポートが
企業には求められているのです。



アフタヌーン エイジ とは



時刻でいうと
大体13時~15時

人生時計（人の一生を24時間に例える考え方）によると、
「更年期」と言われる45~55歳は、「アフタヌーンブレイク」の時間帯に当たります。
誰にでもある人生の折り返し地点なのです。



「After moon」（月経の終わり）が「Afternoon」にあるような
ゆっくり・優雅・ブレイクタイムといった豊かさを含んだ時になるように思いを込めて
私たちは“アフタヌーン エイジ”と名付けました。

企画の経緯: Webメディアに寄せられた声

弊社が運営する、40代の働く女性向けのWebメディア「OTONA SALONE」には更年期女性の悩みや不安が多く寄せられており、内的な不安面についての声は約8割を占めます。

症状鑑別の難しさ

この不調、更年期なの？
それとも老化？
怖い病気？

医療の敷居

この程度のこと
で病院なんて
行っていいの？

周囲の無理解

こんなに辛いのに、
職場でも家族にも
理解してもらえないんです

内的な不安面

外的扶助の欠如

私の更年期、
本当に終わりが
くるのか
不安です

先行きの見えなさ

誰に相談すれば
いいか
わからない...

相談先がない

情報共有できる場所・体験の共有・理解され
選択肢が広がる社会をつくる必要性

更年期女性の具体的悩み

Web「OTONA SALONE」で公開している読者の体験漫画は「共感できる」と人気です。

症状鑑別の難しさ



先行きの見えなさ



医療の敷居



周囲の無理解



相談先がない



いずれも「OTONA SALONE」連載「マンガ100人の更年期」より

更年期女性の現状

職場・家庭で身体的・経済的・制度的サポートがないため、更年期障害を抱え込む人が多い状況があります。

職場

休暇・休憩を
とりづらい

更年期に対する
偏見・嫌がらせ

降格など
労働条件の劣化

昇進辞退
自主退職・強制退職

更年期症状で仕事にマイナス影響があった人は
働く40～50代男女で100万人を超える。

また、更年期離職による経済損失は
年間約6,300億円にもものぼる。

出典：NHK「更年期と仕事に関する調査2021」

家庭

体調不良で
家事ができない

医療機関に行きづらい
(診療科がわかりづらい)

医療費などで
家計が深刻になる

家族の理解不足による
孤独感

40～60代女性のそれぞれ約3割が自分に
「更年期障害の可能性あり」と考えているが、
実際に受診する人はどの年代も
約1割にも満たない。

参考：厚生労働省「更年期症状・障害に関する意識調査」



更年期とSDGs

更年期障害の課題を解決することは、SDGsの4つのゴール達成への大きな取り組みにもなります。

更年期の人が安心して
医療機関を診療できるように
啓発とサポートを行う。

医学的知識や商品サービス
などの情報を提供。

3 すべての人に
健康と福祉を



8 働きがいも
経済成長も



更年期障害がきっかけの
昇進辞退や降格、退職を
なくすため労働環境を整備。

企業向けの研修プログラムで
更年期障害の理解を促進。

更年期の人が家庭や職場で
性別に起因する差別や
孤独感を感じないようにする。

5 ジェンダー平等を
実現しよう



イベント事業、キャンペーン施策で
更年期を誰にとっても身近なものに。

17 パートナースhipで
目標を達成しよう



企業や自治体、専門機関が
協力し、あらゆる角度から
更年期の人をサポート。

フェムテックアイテムの商品開発や
相談機関、コミュニティの創設。

目指すべき姿

全ての更年期の人が悩みを抱え込まず生きるために、周囲が協力してサポートする社会を目指します。

全ての更年期の人々が更年期の悩みを分かちあえる
周囲が更年期を合理的にサポートする社会



症状が出ても不安なく
生活を送ることができる

更年期の人のための
商品・(法)制度が充実

職場・家庭・医療機関で
更年期の悩みを相談できる

行政機関による
更年期のための制度拡充・
地域コミュニティの創設

企業・団体による
商品・サービスを活用した
更年期の啓発活動・サポート
フェムテックアイテムの拡充

更年期の有識者と協力し
更年期の相談機関を設置・
情報の普及拡散

更年期の全ての人々が前向きに語り合える みんなで安心できる社会に!

全ての更年期を迎えた人、
そしてAfter moon (閉経) を迎えた女性が
悩みを前向きに語り合える、安心して生きられる社会。
そんな社会にするには家庭、職場、地域、そして国による
関心・理解・サポートが必要不可欠です。

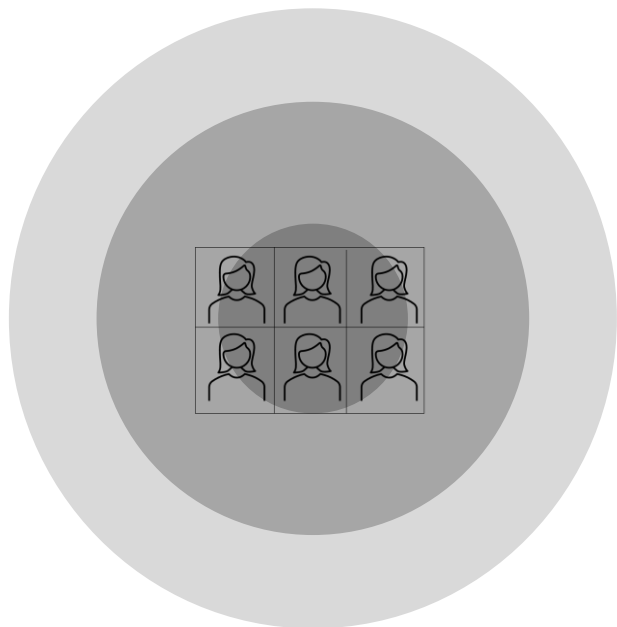
安心して生きることができれば、多様に選択肢が広がり、
エンパワーメントの促進、家庭・企業・日本経済の発展にまでも
つなげられると信じ、更年期をポジティブな価値として刷新するのが当プロジェクトです。

理念に共感していただけるパートナー企業を募集しています!

#AfternoonAge

▷Vision

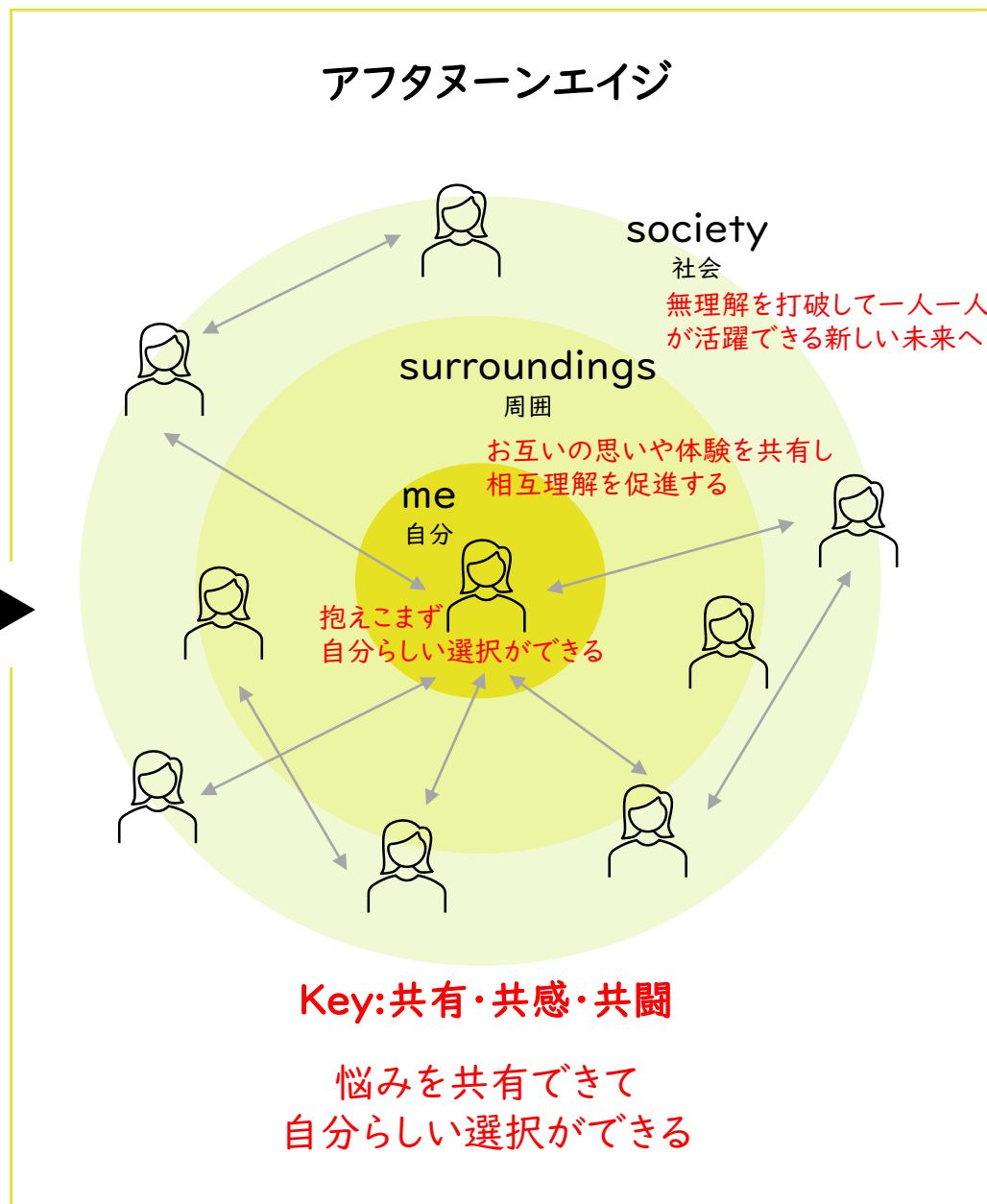
更年期



Key:痛み・悩み・不安

誰にも相談ができない
200万人がそれぞれで閉じこもり
抱え込んでいる

アフタヌーンエイジ



Key:共有・共感・共闘

悩みを共有できて
自分らしい選択ができる

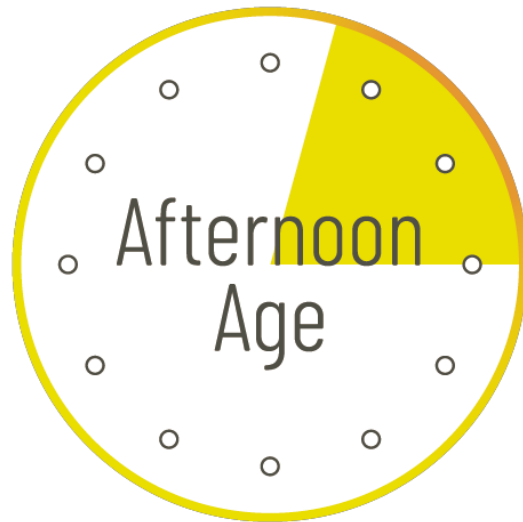


アフタヌーンエイジ 協賛メニュー

実施内容 \ プラン	ゴールドパートナー	シルバースポンサー	オフィシャルスポンサー
OTONA SALONE タイアップ記事 (PV保証・合計値)			
アフタヌーンエイジサイト 誘導枠			
アフタヌーンエイジサイト 企業ロゴ掲載(1年間)			
認定ロゴ提供/使用期間1年間 (オンライン限定使用)			
アフタヌーンエイジサロネ	○		×
イベント	○		×
サンプリング	○		×

パートナーシップに関しては個別に対応させていただきますので
お問い合わせフォームよりお問い合わせください。

私たちの更年期をたのしい10年に
アフタヌーンエイジ Project



私たちはお客さまのために奉仕する精神で

世の中の声を編み

発見と感動を届け、

女性ひとりひとりの毎日に

灯りをともし続けます。

主婦の友社

▷お問合せ 主婦の友社 コンテンツ営業ユニット 西小路・奈良部
メディア営業ユニット 小林・北嶋

03-5280-7567 / afternoonage@shufutomo.com