**女性のメンタルヘルス**

3月8日は「国際女性デー」です。今月は、人生の大きな転機や課題に向き合っている女性のメンタルヘルスをサポートすることに焦点を当てます。

|  |
| --- |
| **今月のエンゲージメントツールキットには、以下のものが含まれています。**不妊との向き合い方に関する**特集記事**不妊に悩む大切な人を支える方法に関する**特集記事**女性のメンタルヘルスを育むための**ヒント**産後のうつ病と不安障害の兆候と症状に関する**インタラクティブなガイダンス****メンバー向け**「閉経とメンタルヘルス」**トレーニングコース****ポッドキャスト**「職場で女性のメンタルヘルスをサポートするリーダー」などの**マネージャー向けトレーニングリソース** |

[ツールキットを表示する](https://optumwellbeing.com/newthismonth/ja-JP)

**毎月の特集：**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **最新トピック** – 毎月、新しいトピックに焦点を当てた最新のコンテンツをご覧いただけます。 |
|  | **その他のリソース** – その他のリソースやセルフヘルプツールにアクセスできます。 |
|  | **コンテンツライブラリー** – お気に入りのコンテンツにいつでも気軽にアクセスできます。 |
|  | **サポート・フォー・エブリワン** – 情報が有意義だと感じてくれる方にツールキットを共有できます。 |