



報道関係者各位

2021年2月5日

女性のための働き方改革！「生理快適プロジェクト」運営事務局

女性のための働き方改革！「生理快適プロジェクト」が

SHELLYさんと産婦人科医・甲賀かをりさんによる「生理痛」のオンライン・セミナー開催

～2月5日から見逃し動画配信スタート～

女性の体や生理についての正しい理解の促進、並びに社会全体のヘルスリテラシーの向上を通じて、女性が働きやすい社会の実現を応援したいという考えのもと、発足した『女性のための働き方改革！「生理快適プロジェクト」』（協賛企業：あすか製薬株式会社／バイエル薬品株式会社／富士製薬工業株式会社（50音順））。

女性の社会進出が日本より進んでいる諸外国では、生理に対する社会的な理解が進んでおり、婦人科のかかりつけ医を持つことや生理痛に対して低用量ピル*などを適切に服用する習慣が定着しています。残念ながら日本では、女性自身も企業も女性特有の問題への関心が薄く、生理のトラブルを放置することによる健康への悪影響や社会への影響について、あまり知られていません。さらに、生理痛は我慢すべきもの、といった考え方も残っています。

そこで、「生理快適プロジェクト」は、働く女性（男性も参加可能）を対象に、生理痛や婦人科との付き合い方をテーマに、1月22日（金）にオンライン・トークセミナーをライブ配信し、315名の方が参加しました。産婦人科医の甲賀かをりさんが、女性の体と生理のしくみや生理痛について治療法まで解説しました。また、2児の母として輝いて仕事をしているタレントのSHELLY（シェリー）さんが、自身の生理の悩みをどう解決したのか、仕事と体のケアのバランスをどのようにとっているのか、本音トークを繰り広げ、参加者からは多くの質問や様々な声が寄せられました。

このセミナーは2月5日（金）から、以下の「生理快適プロジェクト」ホームページでオンデマンド配信されます。

★生理快適プロジェクト Web：<https://special.nikkeibp.co.jp/atclh/DRS/20/seirikaiteki/>

*低用量ピルには、避妊目的で使われる経口避妊薬（OC）と治療目的で使われる保険適用のある低用量エストロゲン・プロゲステン製剤（LEP）があります。





<セミナー概要>

SHELLY さんと産婦人科医・甲賀かをりさんが語る 快適生理マネジメント術
「生理の悩みを解決して、仕事も私生活もパワーアップ！」

日時：2021 年 1 月 22 日（金）19:00～20:15

主催：日経 BP 総合研究所（生理快適プロジェクトコンソーシアム・事務局）

協賛：あすか製薬株式会社／バイエル薬品株式会社／富士製薬工業株式会社（50 音順）

<プログラム>

第 1 部：19:00～19:15

「働く女性が生理痛を放置してはいけないワケ」

講師：東京大学医学部附属病院 女性診療科・産科 准教授 甲賀かをり先生

<講師プロフィール>

東京大学大学院医学系研究科 産婦人科学講座准教授。千葉大学医学部卒、東京大学大学院修了、武蔵野赤十字病院などを経てプリンスヘンリー研究所・イエール大学留学。帰国後、東京大学医学部講師、2014 年より現職。日本生殖医学会生殖医療専門医、日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医、日本内分泌学会専門医・指導医、日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医など。



第 2 部：19:18～20:10

「シェリー流、生理と婦人科との付き合い方」（トークディスカッション）

講師：SHELLY（シェリー）さん×甲賀かをり先生

<講師プロフィール>

SHELLY（シェリー）さん 1984 年生まれ。14 歳でモデルデビュー。ラジオの DJ、バラエティー番組への出演のほか、情報番組のキャスターや司会としても活躍。2014 年に結婚し、2016 年、

第 1 子の女の子、2018 年、第 2 子の女の子を出産。出産後も子育てと仕事を両立しつつ、テレビ、ラジオで活躍中。



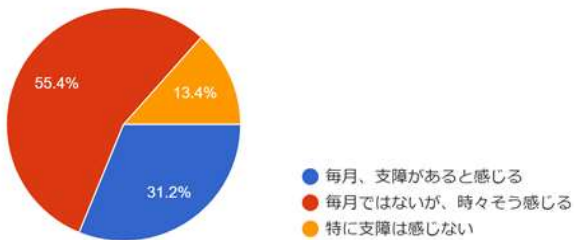
■セミナーの主なメッセージ

- ・生理痛があったら、それは治療の対象になる。我慢しないで婦人科へ。
- ・自分の体の相談先として、話しやすい婦人科のかかりつけ医を持とう。
- ・低用量ピル（L E P）はつらい痛みに悩む女性の治療の選択肢。
- ・もっと生理について、家族や職場の人と話せる雰囲気を作ろう。 など。



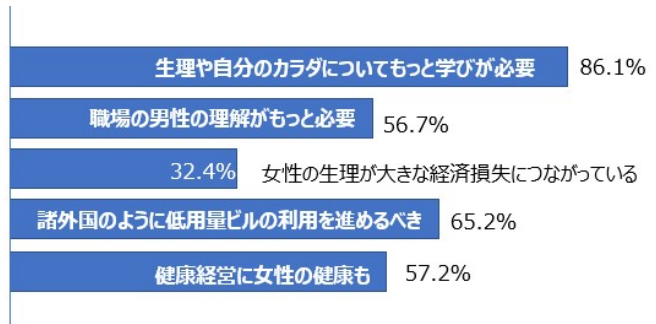
■参加者アンケートから (n=196)

・約 8 割の女性が生理のトラブルで
仕事や生活に支障があると感じている



・職場の男性にもっと理解を 56.7%

・諸外国のように低用量ピルの利用を進めるべき 65.2%



＜参加者の声から＞

- ・女性活躍、女性の社会進出などと謳いながら、日本社会は「生理」に向き合っていない。
- ・「本人が生理痛に悩んでいたら、それは病気としてとらえられ、治療が受けられる」との甲賀さんの話は目からうろこでした。
- ・低用量ピルの使用率が 4%と、外国と比べてあまりに低い数値に驚きました。
- ・生理痛は自分の行動や不注意から起こるものではないというお話を聞いて、心が軽くなりました。ありがとうございます。
- ・甲賀さんの、「生理痛は自分のせいではなく、日に焼けたら肌が赤くなるのと同じようなこと」という言葉がとても印象的でした。
- ・シェリーさんの話を聞き、なんとなくハードルが高かった婦人科を受診してみようと思いました。
- ・信頼できる婦人科を持っておくことが必要だと思いました。すぐに探そうと思います。
- ・もっと早く低用量ピルのことを知りたかった。
- ・オンデマンドの動画が配信されたら、5 歳の息子と一緒に見たいと思っています。
- ・生理痛をほうっておくと、子宮内膜症などの病気になるという話が印象に残りました。
- ・アメリカでは 16-18 歳になったら婦人科へ行くというのが素晴らしいと思いました。日本でもそうなるといい。
- ・海外ではピルを飲むことが一般的だということ。ピルを飲んでいれば毎月生理がこなくても問題ないということが意外でした。
- ・シェリーさんの子供への生理の伝え方や、生理バディ、婦人科医との出会いなど、生理との向き合い方が参考になりました。

●本件に関するお問い合わせ

〒105-8308 東京都港区虎ノ門 4-3-12

日経 BP 総研 女性のための働き方改革

「生理快適プロジェクト」運営事務局

菟原まで (k-uhara@nikkeibp.co.jp)