



報道関係者各位

プレスリリース

『女性のための働き方改革！「生理快適プロジェクト」』が女性・企業・社会に向け

「アクションプラン・生理で悩まない社会を目指して！」を発表

2021年9月24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

女性のカラダや生理についての正しい理解の促進並びに社会全体の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方のもと、複数企業のコンソーシアムにより、女性のための働き方改革！「生理快適プロジェクト」が、昨年発足しました。本プロジェクトには、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)が協賛企業として参画しています。

女性の社会進出が日本よりも進んでいる諸外国では、生理に対する社会的な理解が浸透しており、産婦人科のかかりつけ医(Primary Care Doctor)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ことが定着しています。残念ながら日本では、女性特有の問題に配慮・対処する意識がまだ低いのが現状ですが、こうした問題にも目を向けようという機運が徐々に高まりつつあります。

一方、本プロジェクトのこれまでの展開を通じて、多くの女性たちが職場や家庭で生理の悩みを抱えており、その悩みを共有できず、「我慢」しているという実態が浮かび上がってきました。

そこで、本プロジェクトでは、「生理で悩まない社会を目指して！アクションプラン」をホームページ上に公開しました。

「アクションプラン」では、こうした女性たちを取り巻く状況を変えていくための具体的な方策や参考事例を、女性ご自身、企業・職場、社会の3つの視点から提言しています。また、生理による不調を確かめるチェックシートや生理に関する正しい知識を簡単に確認できるQ&Aシートをご利用いただけます。（監修：東京大学大学院医学系研究科産婦人科学講座 准教授 甲賀かおりさん）

本プロジェクトでは、今後、女性たちの切実な声を社会全体に伝えていくと同時に、このアクションプランに賛同していただける企業、団体、個人を募り、生理の不調に悩む人が減るようなアクションの輪を広げてゆきたいと考えています。

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

★生理快適プロジェクト「生理で悩まない社会を目指して！アクションプラン」の詳細は右のQRコード、下記のURLにアクセスしてください。

<https://nkbp.jp/3CB8g00>



女性のための働き方改革！

生理快適 プロジェクト



「生理で悩まない社会を目指して！アクションプラン」の概要

●全体メッセージ

- ・自分の生理にもっと関心を持ち、自律的に向き合おう
- ・女性の健康センター、産婦人科の「マイドクター」をみつけよう
- ・生理のつらさを我慢せずに産婦人科に相談しよう
- ・生理について正しく知り、女性の活躍を後押しする社会に

<女性編>

- ① 自分の生理と自律的に向き合おう
- ② 痛みやつらさを我慢しない
- ③ 産婦人科のかかりつけ医「マイドクター」をもつ

<企業・職場編>

- ① 生理や女性のカラダのことを尊重した社内風土づくり
- ② 女性がカラダのことを気軽に相談できる専門窓口を設置
- ③ 健康診断に女性のための項目の追加、治療がしやすくなる支援策

<社会編>

- ① 生理の学びを学校でも
- ② 家庭で生理について話しやすい雰囲気づくり
- ③ 生理に対する正しい理解と社会的な支援

監修者 甲賀かおりさんより

女性の生理やカラダのことを話すことが何となくはばかれる
という「空気」が、社会や家庭や、女性自身の中にもあった
ように思います。こうした具体的なアクションプランを示す
ことはそうした状況を変えていく貴重な一歩になると思います。
このアクションプランで提言された内容をぜひ、職場や家庭
女性たちにも考えていただき、開かれた議論のきっかけにして
いただければと思います。



★生理快適プロジェクト 「生理で悩まない社会を目指して！アクションプラン」の詳細は
右の QR コード、下記の URL にアクセスしてください。

<https://nkbp.jp/3CB8g00>

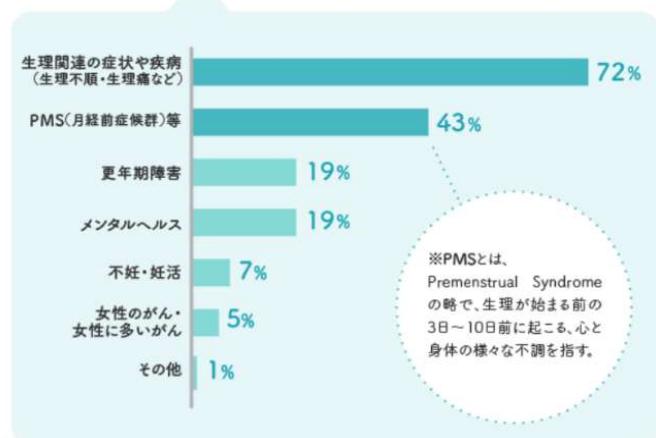


女性のための働き方改革！
生理快適
プロジェクト



■参考データ

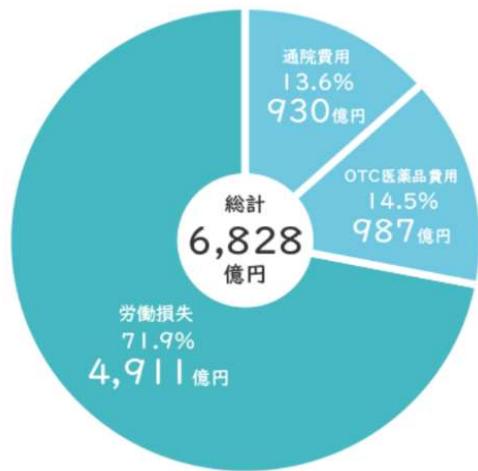
半数が生理のために仕事で困った経験を持つ



(データ：経済産業省『働く女性の健康推進に関する実態調査 2018』)

生理トラブルの放置は
年間、約5000億円の労働損失

月経随伴症状による1年間の社会経済的負担



(データ：J Med Econ. 2013;16(11):1255-1266)

●本件に関するお問合せ

〒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

宛原まで k-uhara@nikkeibp.co.jp