

「『生理の貧困』が女性の心身の健康等に及ぼす
影響に関する調査」単純集計結果
(2022 年 3 月 28 日)

注) 本結果の単数回答の%表示については、小数第 2 位を四捨五入しているため、合計が 100%にならない場合がある。

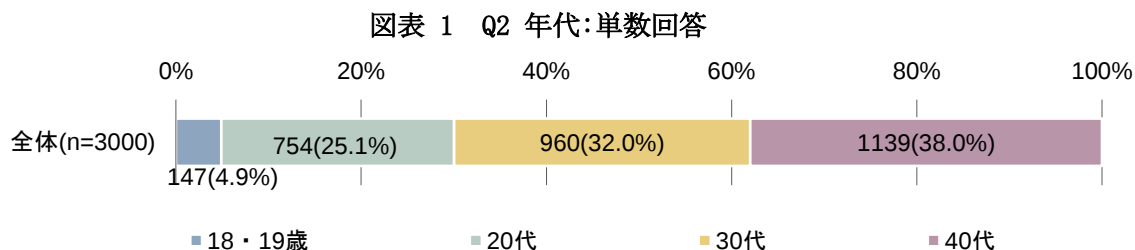
目次

1.	基本情報	3
2.	生理の状況及び医療機関の受診の状況.....	9
3.	生理用品等の購入・入手に苦労したこと・理由.....	19
4.	心身の健康への影響.....	23
5.	社会生活への影響	26
6.	生理に関する情報の入手先・相談先	33
7.	支援制度の認知・利用状況.....	40

1. 基本情報

(1) 年代

3000 人のうち、「40 代」が 1139 人（38.0%）で最も人数が多く、次いで「30 代」が 960 人（32.0%）となっている。

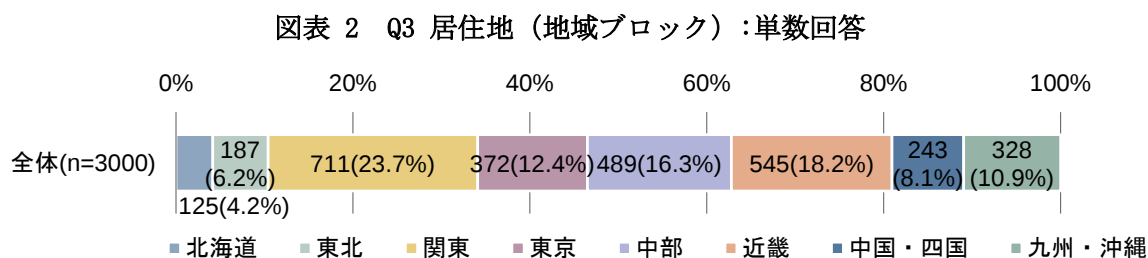


(注1) 構成比の数値は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、個々の数値の合計は必ずしも 100% とならない場合がある。以下、同様。

(注2) 図表内の数値は、「選択した人数（割合%）」を示している。以下、同様。

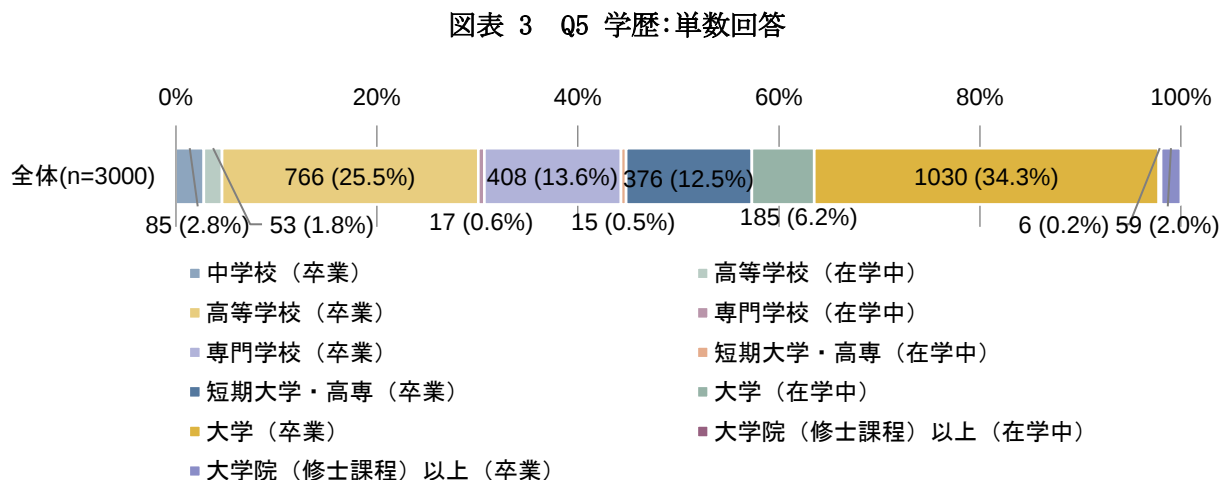
(2) 居住地（地域ブロック）

3000 人のうち、「関東」が 711 人（23.7%）で最も人数が多く、次いで「近畿」が 545 人（18.2%）となっている。



(3) 学歴

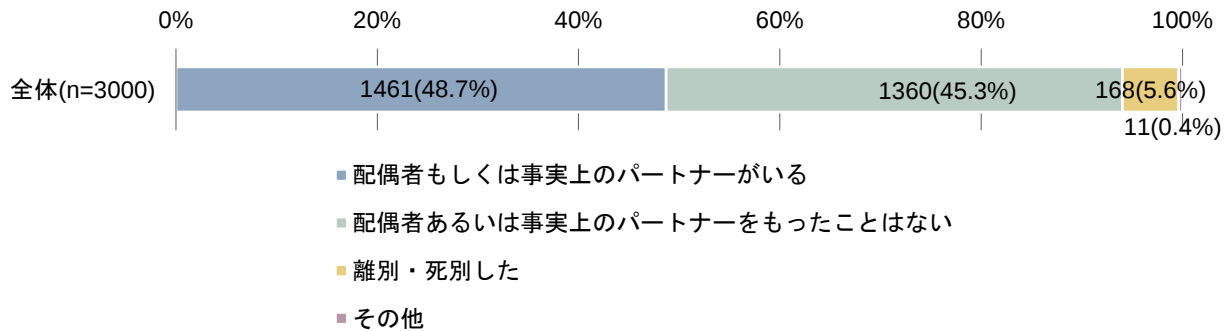
3000 人のうち、「大学（卒業）」が 1030 人（34.3%）で最も人数が多く、次いで「高等学校（卒業）」が 766 人（25.5%）となっている。



(4) 配偶者の有無

3000 人のうち、「配偶者もしくは事実上のパートナーがいる」が 1461 人 (48.7%) で最も人数が多く、次いで「配偶者あるいは事実上のパートナーをもったことはない」が 1360 人 (45.3%) となっている。

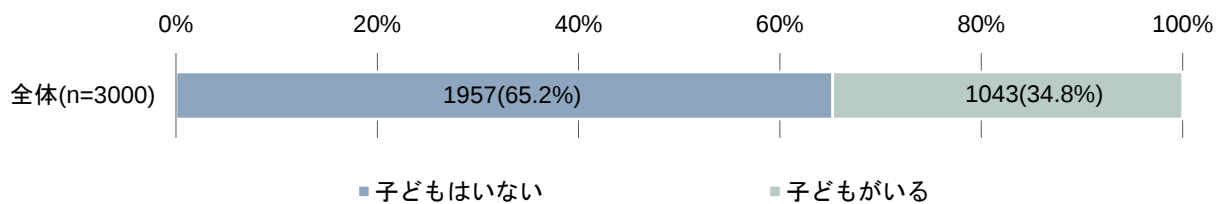
図表 4 Q6 配偶者の有無:単数回答



(5) 子どもの有無

3000 人のうち、「子どもはいない」が 1957 人 (65.2%)、「子どもがいる」が 1043 人 (34.8%) となっている。

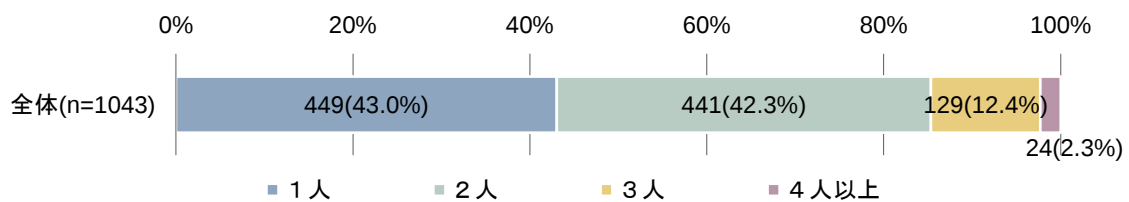
図表 5 Q7 子どもの有無:単数回答



(6) 子どもの数

「子どもがいる」回答者(1043 人)について子どもの人数を把握したところ、「1 人」が 449 人 (43.0%) で最も人数が多く、次いで「2 人」が 441 人 (42.3%) となっている。

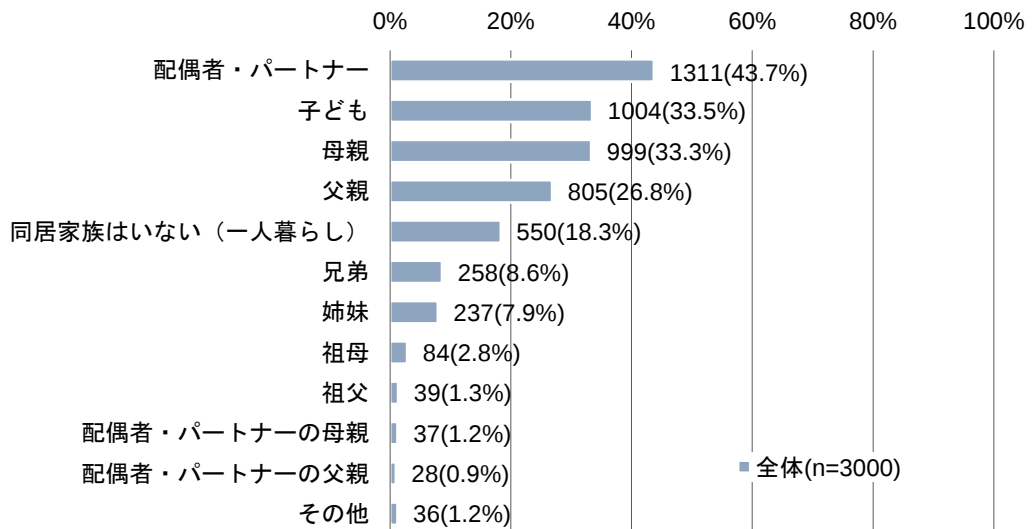
図表 6 Q7_1 子どもの数:単数回答



(7) 同居している人

3000 人のうち、「配偶者・パートナー」と回答した者が 1311 人（43.7%）で最も人数が多く、次いで「子ども」と回答した者が 1004 人（33.5%）となっている。

図表 7 Q8 同居している人:複数回答

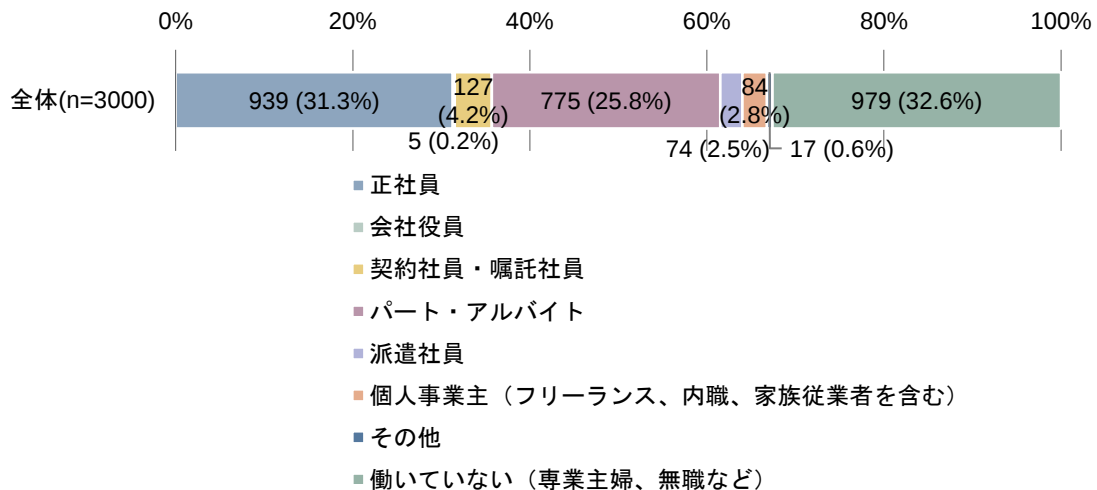


（注）複数回答のため、個々の数値の合計は 100%と一致しない。以下、同様。

(8) 就労形態

3000 人のうち、「働いていない（専業主婦、無職など）」が 979 人（32.6%）で最も人数が多く、次いで「正社員」が 939 人（31.3%）となっている。

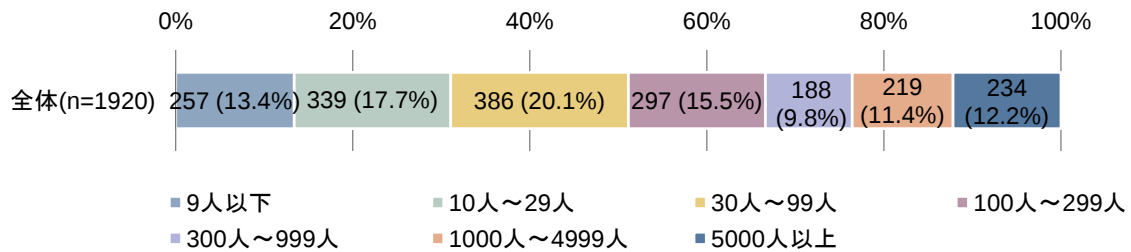
図表 8 Q9 就労形態:単数回答



(9) 勤務先の従業員規模

「正社員」「会社役員」「契約社員・嘱託社員」「パート・アルバイト」「派遣社員」として働いている回答者（1920人）について、勤務先の従業員規模をみると、「30人～99人」が386人（20.1%）で最も人数が多く、次いで「10人～29人」が339人（17.7%）となっている。

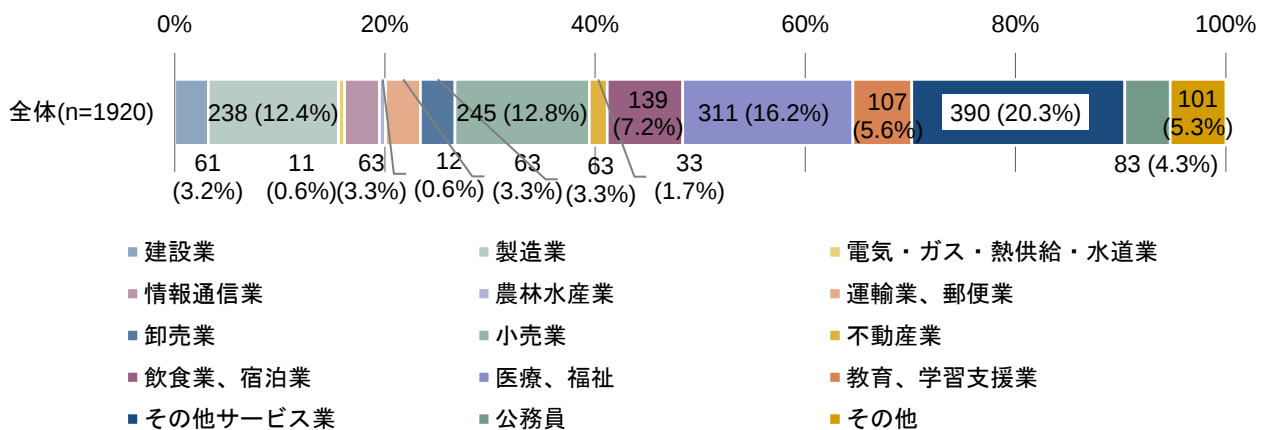
図表 9 Q10 勤務先の従業員規模：単数回答



(10) 勤務先の業種

「正社員」「会社役員」「契約社員・嘱託社員」「パート・アルバイト」「派遣社員」として働いている回答者（1920人）について、勤務先の業種をみると、「その他サービス業」が390人（20.3%）で最も人数が多く、次いで「医療、福祉」が311人（16.2%）となっている。

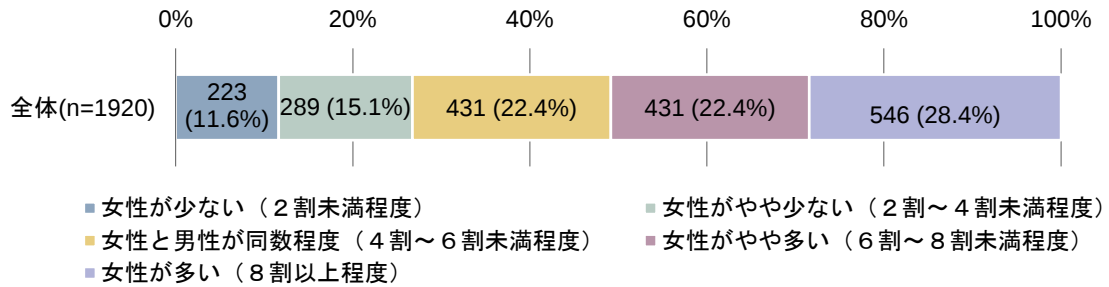
図表 10 Q11 業種：単数回答



(11) 職場の女性従業員比率

「正社員」「会社役員」「契約社員・嘱託社員」「パート・アルバイト」「派遣社員」として働いている回答者(1920人)について、職場の女性従業員比率をみると「女性が多い(8割以上程度)」が546人(28.4%)で最も人数が多く、次いで「女性と男性が同数程度(4割～6割未満程度)」「女性がやや多い(6割～8割未満程度)」がそれぞれ431人(22.4%)となっている。

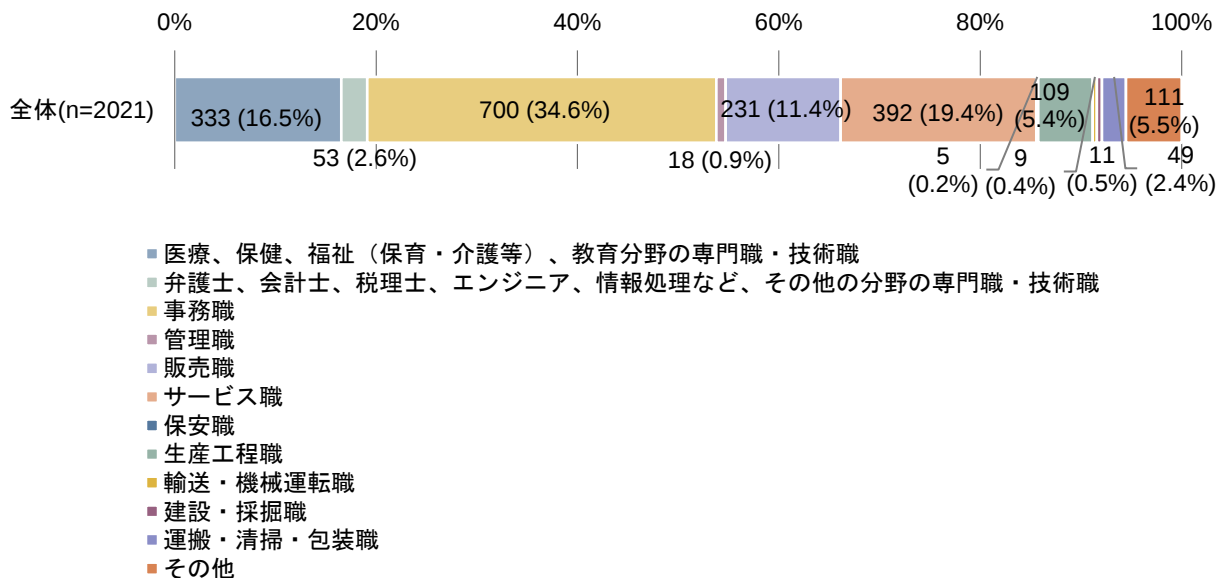
図表 11 Q12 職場の女性従業員比率:単数回答



(12) 職種

「正社員」「会社役員」「契約社員・嘱託社員」「パート・アルバイト」「派遣社員」「個人事業主(フリーランス、内職、家族従業者を含む)」「その他」として働いている回答者(2021人)について職種をみると、「事務職」が700人(34.6%)で最も人数が多く、次いで「サービス職」が392人(19.4%)となっている。

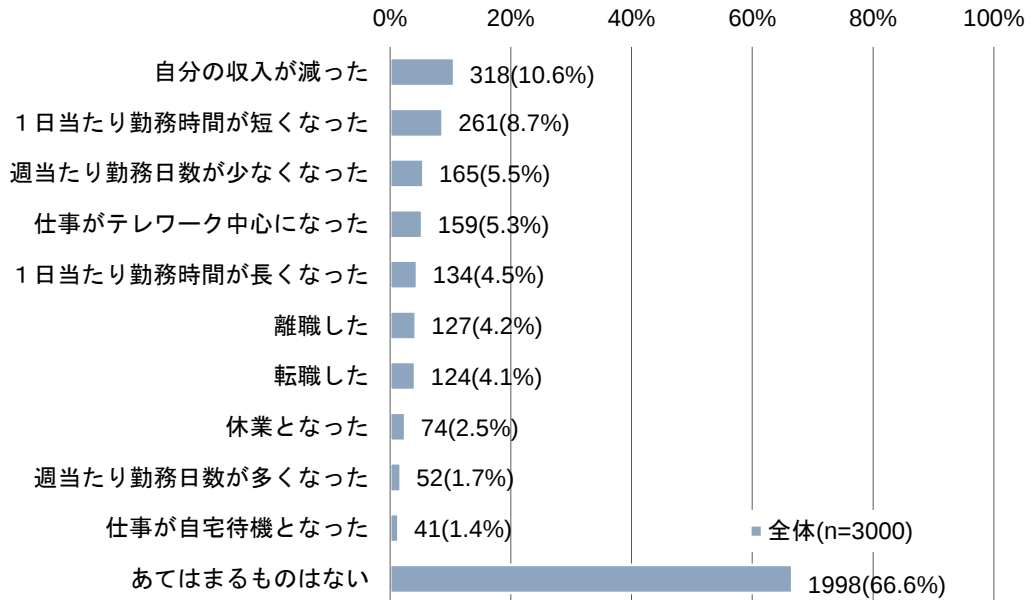
図表 12 Q13 職種:単数回答



(13) 新型コロナウイルス前後の働き方の変化

新型コロナウイルス発生前（2020年1月）と比べて、現在の働き方や就労状況に変化があったかをみると、3000人のうち、「自分の収入が減った」が318人（10.6%）、「1日当たり勤務時間が短くなった」が261人（8.7%）と多くなっている。その他、「あてはまるものはない」の回答が1998人（66.6%）みられる。

図表 13 Q14 新型コロナウイルス前後の働き方の変化：複数回答

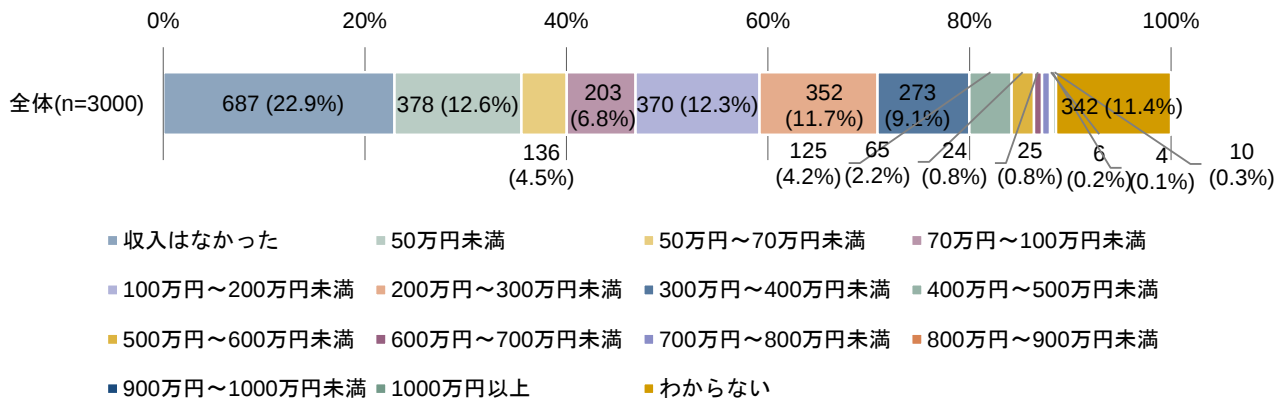


(14) 2021年の年収

1) 2021年の自身の年収

2021年の回答者自身の年収をみると、3000人のうち、「収入はなかった」が687人（22.9%）で最も人数が多く、次いで「50万円未満」が378人（12.6%）となっている。

図表 14 Q15_1 2021年の自身の年収：単数回答

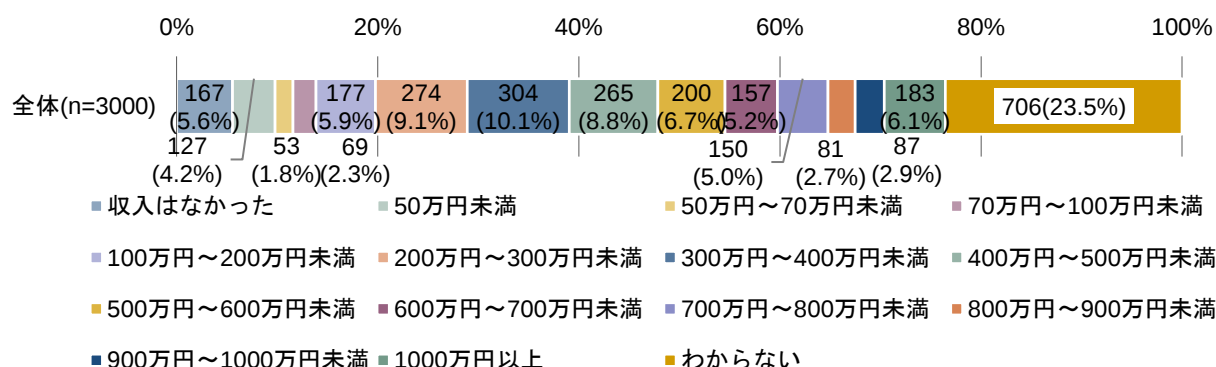


(注) 図表内の構成比は小数点以下第2位を四捨五入しているため、表示されている割合が同じでも人数が異なる場合がある。以下、同様。

2) 2021 年の世帯年収

2021 年の世帯年収をみると、3000 人のうち、「300 万円～400 万円未満」が 304 人（10.1%）で最も人数が多く、次いで「200 万円～300 万円未満」が 274 人（9.1%）となっている。その他、「わからない」が 706 人（23.5%）みられる。

図表 15 Q15_2 2021 年の世帯年収:単数回答



(注) Q8 で「同居家族はいない（一人暮らし）」と回答した人については本人年収にて集計している。

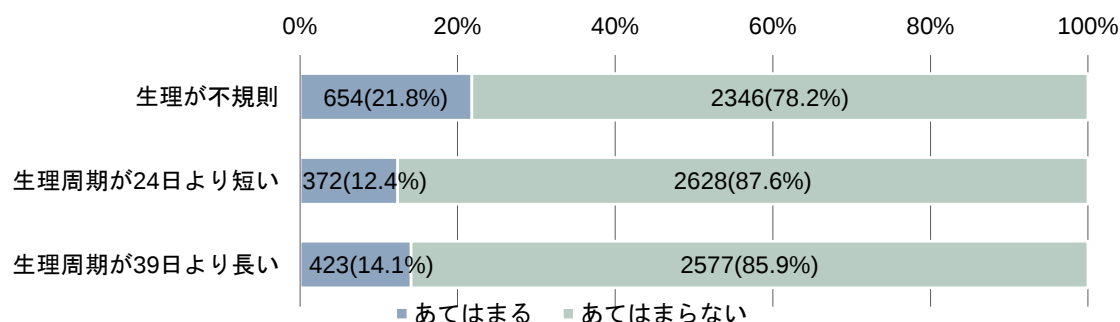
2. 生理の状況及び医療機関の受診の状況

(1) 生理の状況

「生理が不規則」「生理周期が 24 日より短い」「生理周期が 39 日より長い」のそれぞれについて現在該当する人を把握した。

3000 人のうち、「あてはまる」と回答した人は、「生理が不規則」では 654 人（21.8%）、「生理周期が 24 日より短い」では 372 人（12.4%）、「生理周期が 39 日より長い」では 423 人（14.1%）となっている。

図表 16 Q16 生理の状況:それぞれについて単数回答 n=3000



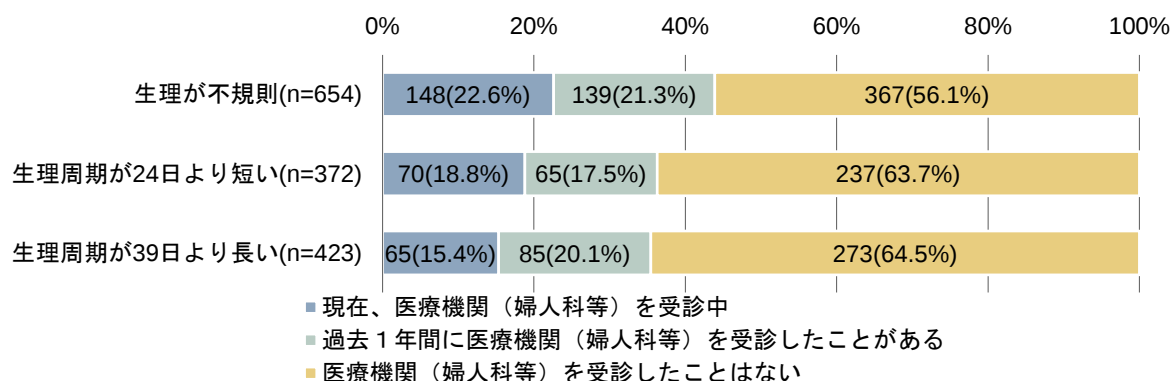
(注) Q16 は、「生理が不規則」「生理周期が 24 日より短い」「生理周期が 39 日より長い」のそれぞれについて、「あてはまる：現在、医療機関（婦人科等）を受診中」「あてはまる：過去 1 年間に医療機関（婦人科等）を受診したことがある」「あてはまる：医療機関（婦人科等）を受診したことはない」「あてはまらない」のいずれかを回答する設問であるが、図表 16 では「あてはまる：現在、医療機関（婦人科等）を受診中」「あてはまる：過去 1 年間に医療機関（婦人科等）を受診したことがある」「あてはまる：医療機関（婦人科等）を受診したことはない」を「あてはまる」とカテゴリ化している。

(2) 生理に関する受診状況

「生理が不規則」「生理周期が 24 日より短い」「生理周期が 39 日より長い」のそれぞれについて「あてはまる」に分類される人（それぞれ、654 人、372 人、423 人）について、受診状況を把握した。

医療機関を受診した経験がある人（「現在、医療機関（婦人科等）を受診中」と「過去 1 年間に医療機関（婦人科等）を受診したことがある」の合計）は、「生理が不規則」では 287 人（43.9%）、「生理周期が 24 日より短い」では 135 人（36.3%）、「生理周期が 39 日より長い」では 150 人（35.5%）となっている。

図表 17 Q16 生理に関する受診状況:それぞれについて単数回答



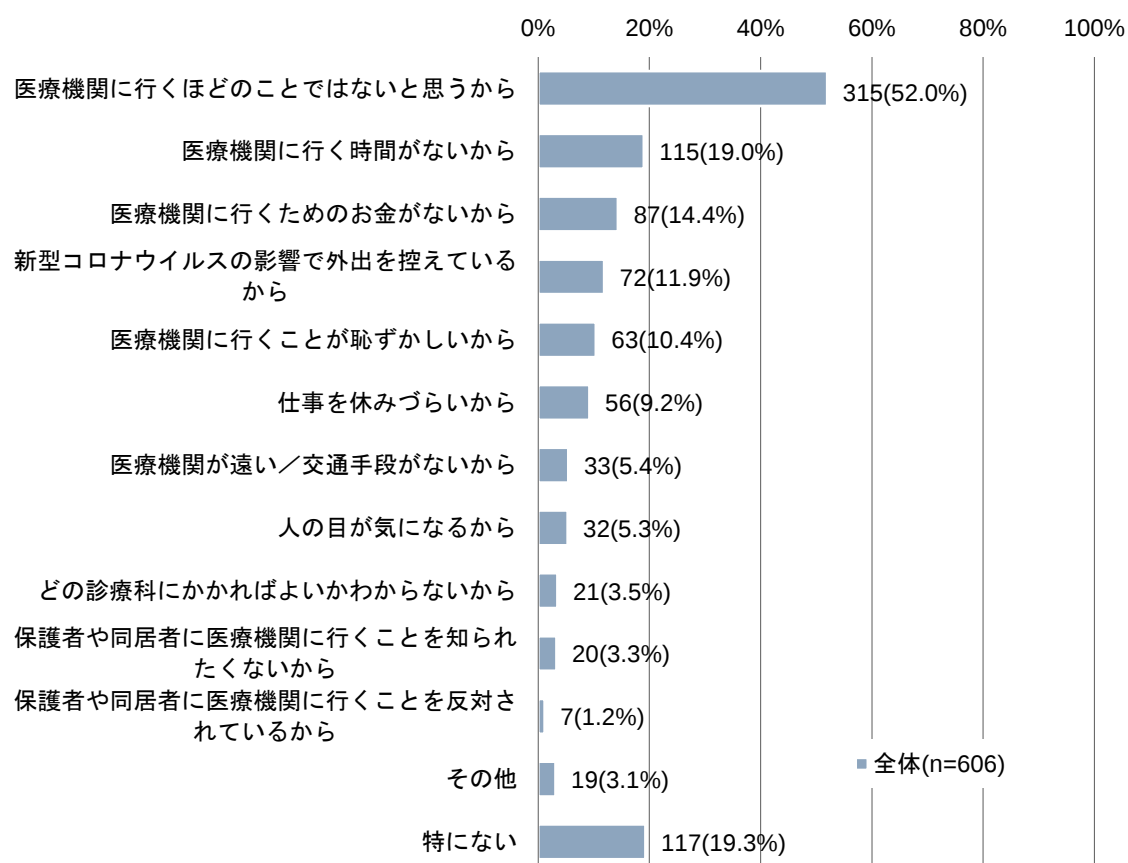
(注1) Q16 は、「生理が不規則」「生理周期が 24 日より短い」「生理周期が 39 日より長い」のそれぞれについて、「あてはまる：現在、医療機関（婦人科等）を受診中」「あてはまる：過去 1 年間に医療機関（婦人科等）を受診したことがある」「あてはまる：医療機関（婦人科等）を受診したことはない」「あてはまらない」のいずれかを回答する設問であるが、図表 17 では、「あてはまる：現在、医療機関（婦人科等）を受診中」「あてはまる：過去 1 年間に医療機関（婦人科等）を受診したことがある」「あてはまる：医療機関（婦人科等）を受診したことはない」と回答した人に限定して、それぞれの回答者数及び割合を示している。

(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(3) 生理の状況に関して受診しなかった理由

Q16の「生理が不規則」「生理周期が24日より短い」「生理周期が39日より長い」のいずれかについて「あてはまる：医療機関（婦人科等）を受診したことはない」を回答した人（606人）について受診しなかった理由をみると、「医療機関に行くほどのことではないと思うから」が315人（52.0%）で最も人数が多く、次いで「医療機関に行く時間がないから」が115人（19.0%）となっている。その他、「特にない」が117人（19.3%）みられる。

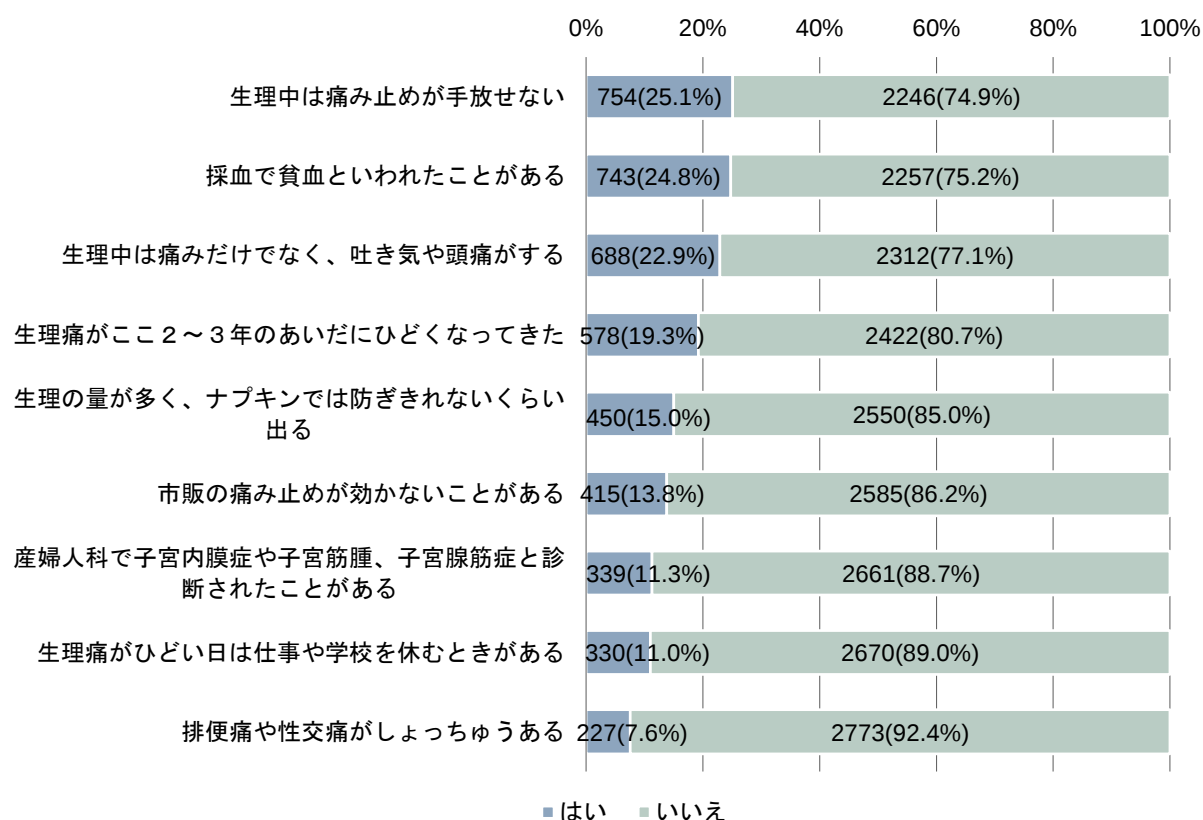
図表 18 Q17 生理の状況に関して受診しなかった理由：複数回答



(4) 生理痛の状況

生理痛の状況について、「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」（厚生労働省研究班ホームページ）内の「これって病気かな？女性の病気セルフチェック 生理痛チェック」¹に掲載されている9項目について現在該当する人を把握した。3000人のうち、最も「はい」が多いのは、「生理中は痛み止めが手放せない」で754人（25.1%）となっている。次いで、「採血で貧血といわれたことがある」が743人（24.8%）となっている。

図表 19 Q18 生理痛の状況:それぞれについて単数回答 n=3000

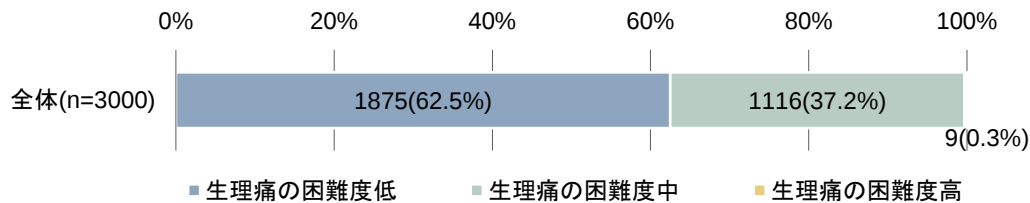


¹ https://w-health.jp/self_check/self_check_09/ (2022年3月17日最終確認)

(5) 生理痛の困難度

図表 19 に挙げた生理痛の状況を示す 9 項目の回答状況をもとに、生理痛の困難度を 3 段階に分類したところ、3000 人のうち、「生理痛の困難度中」が 1116 人 (37.2%)、「生理痛の困難度高」が 9 人 (0.3%) となっている。

図表 20 Q18 生理痛の困難度

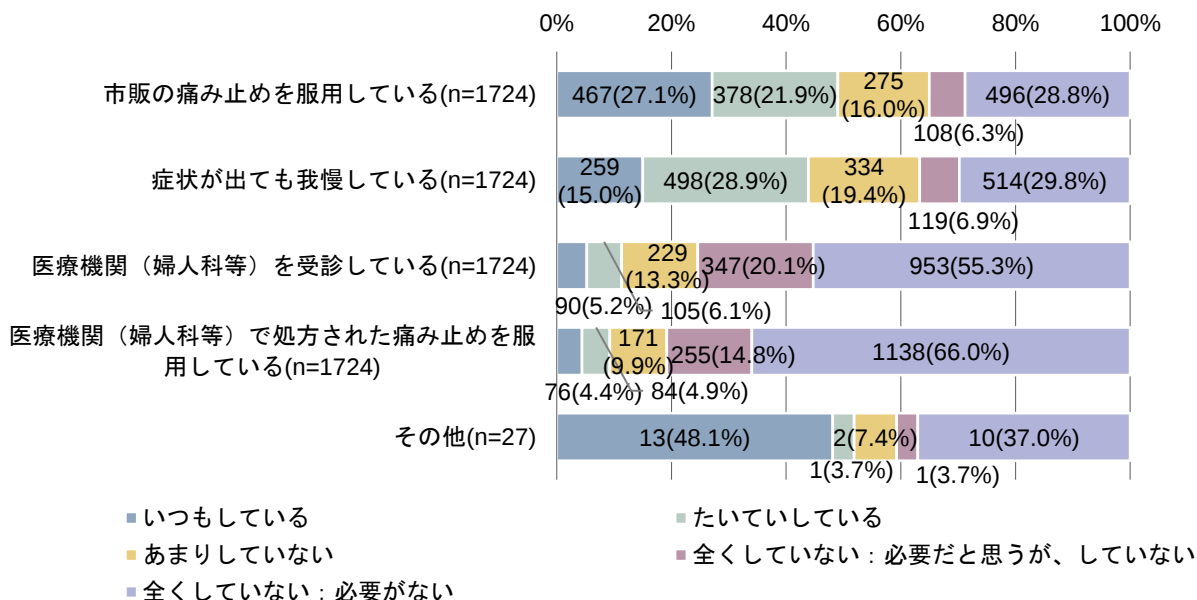


(注)「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」(厚生労働省研究班ホームページ)内の「これって病気かな?女性の病気セルフチェック 生理痛チェック」の診断結果を参考に、図表 19 で挙げた生理痛の状況を示す 9 項目について、「はい」が 1 項目以下の回答者を「生理痛の困難度低」、「はい」が 2～8 項目の回答者を「生理痛の困難度中」、9 項目全てで「はい」を選択した回答者を「生理痛の困難度高」とカテゴリ化している。なお、このセルフチェック自体は、診断受診推奨を目的としていることから、診断基準等には基づいていない。

(6) 生理痛があるときの対処方法

Q18 で挙げた生理痛の状況を示す 9 項目のうち 1 つ以上の項目で「はい」と回答した人 (1724 人) について、普段生理痛があるときの対処方法をみると、「いつもしている」と「たいていしている」の合計が最も多いのは、「市販の痛み止めを服用している」で 845 人 (49.0%) となっている。次いで、「症状が出て我慢している」が 757 人 (43.9%) となっている。

図表 21 Q19 生理痛があるときの対処方法:それぞれについて単数回答



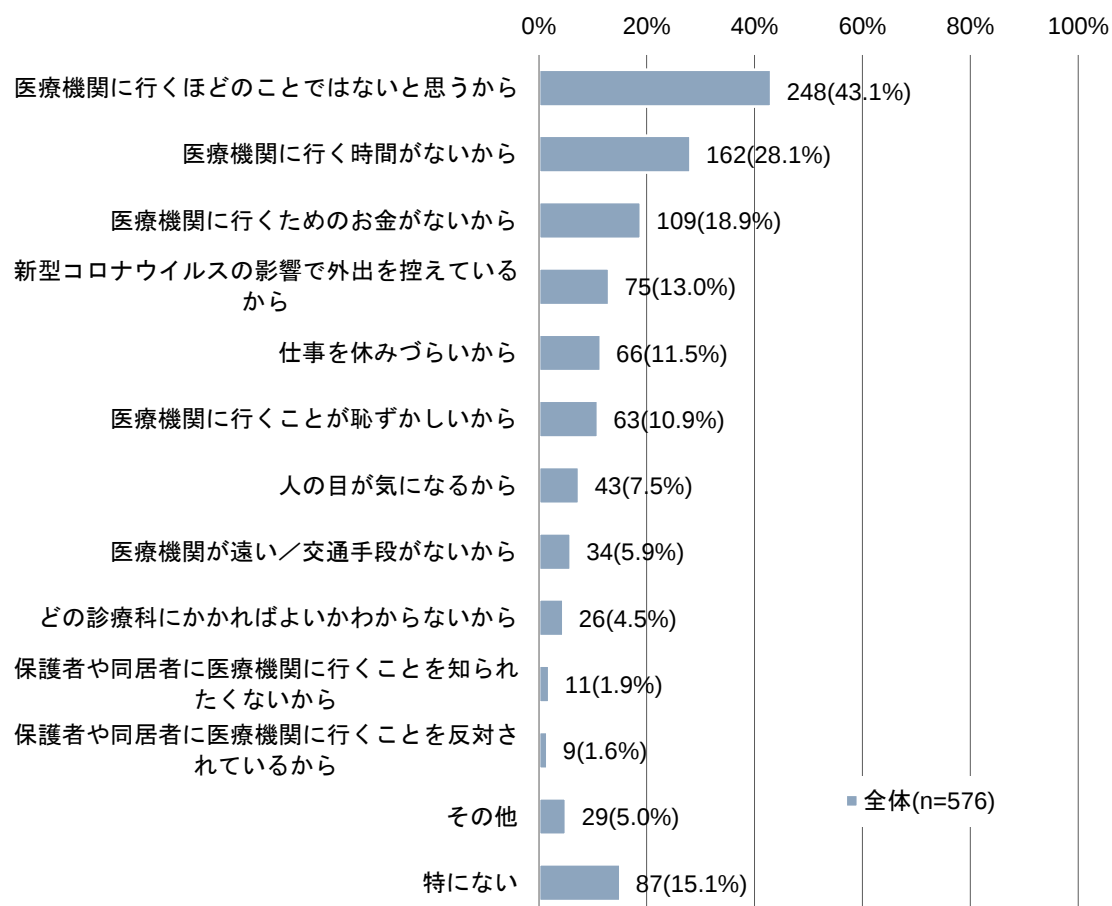
(注 1)「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

(注 2) 図表内の構成比は、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(7) 生理痛に関して受診しなかった理由

Q19 普段生理痛があるときの対処方法のうち「医療機関（婦人科等）を受診している」について「あまりしていない」「全くしていない：必要だと思うが、していない」と回答した人（576人）について受診しなかった理由をみると、「医療機関に行くほどのことではないと思うから」が248人（43.1%）で最も人数が多く、次いで「医療機関に行く時間がないから」が162人（28.1%）となっている。

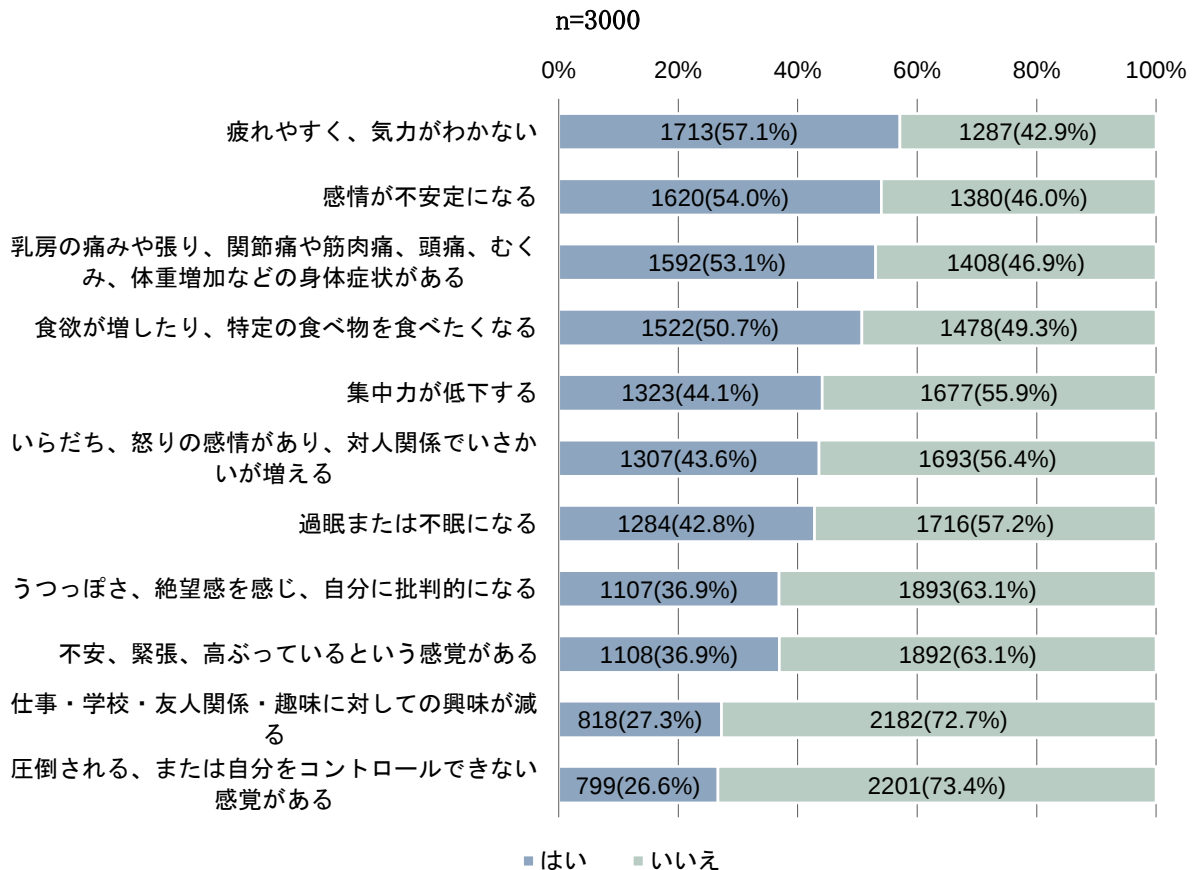
図表 22 Q20 生理痛に関して受診しなかった理由：複数回答



(8) 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況

月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況について、「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」(厚生労働省研究班ホームページ)内の「これって病気かな?女性の病気セルフチェック 月経前症候群(PMS)／月経前不快気分障害(PMDD)チェック」²に掲載されている11項目について現在該当する人を把握した。最も「はい」が多いのは、3000人のうち、「疲れやすく、気力がわかない」で1713人(57.1%)となっている。次いで、「感情が不安定になる」が1620人(54.0%)となっている。

図表 23 Q21 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況:それぞれについて単数回答

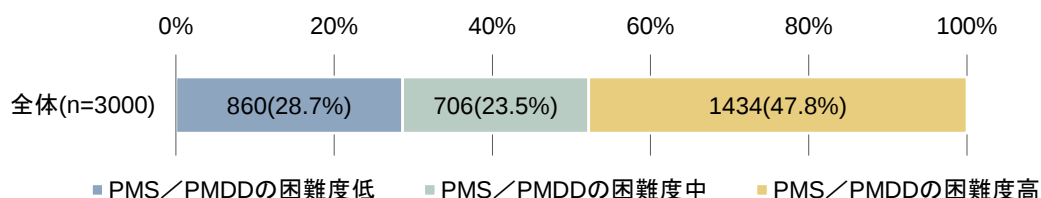


²https://w-health.jp/self_check/self_check_08/ (2022年3月17日最終確認)

(9) 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の困難度

図表 23 に挙げた月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況を示す11項目の回答状況をもとに、月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の困難度を3段階に分類したところ、3000人のうち、「PMS/PMDDの困難度中」が706人(23.5%)、「PMS/PMDDの困難度高」が1434人(47.8%)となっている。

図表 24 Q21 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の困難度

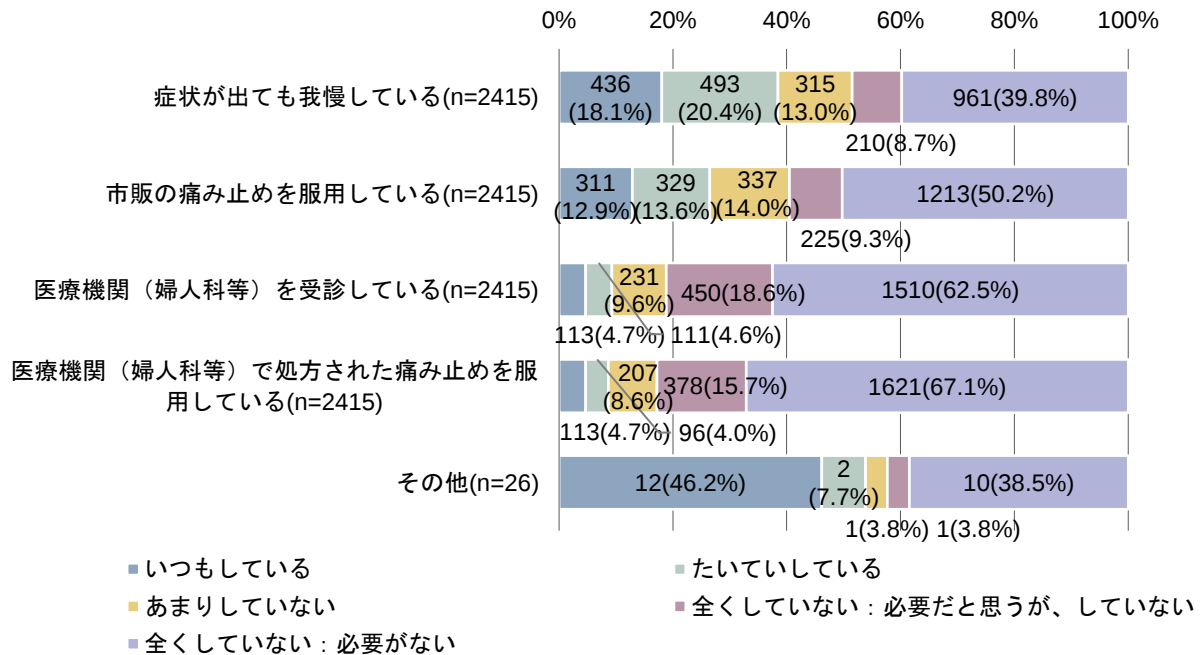


(注)「女性の健康推進室 ヘルスケアラボ」(厚生労働省研究班ホームページ)内の「これって病気かな?女性の病気セルフチェック 月経前症候群(PMS)/月経前不快気分障害(PMDD)チェック」の診断結果を参考に、図表 23 で挙げた月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況を示す11項目について、「はい」が1項目以下の回答者を「PMS/PMDDの困難度低」、「はい」が2～4項目の回答者を「PMS/PMDDの困難度中」、「はい」が5項目以上の回答者を「PMS/PMDDの困難度高」とカテゴリ化している。なお、このセルフチェック自体は、診断受診推奨を目的としていることから、診断基準等には基づいていない。

(10) 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)があるときの対処方法

Q21 で挙げた月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)の状況を示す11項目のうち1つ以上の項目で「はい」と回答した人(2415人)について、月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)があるときの対処方法をみると「いつもしている」と「たいていしている」の合計が最も多いのは、「症状が出て我慢している」で929人(38.5%)となっている。次いで、「市販の痛み止めを服用している」が640人(26.5%)となっている。

図表 25 Q22 月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)があるときの対処方法:それぞれについて単数回答



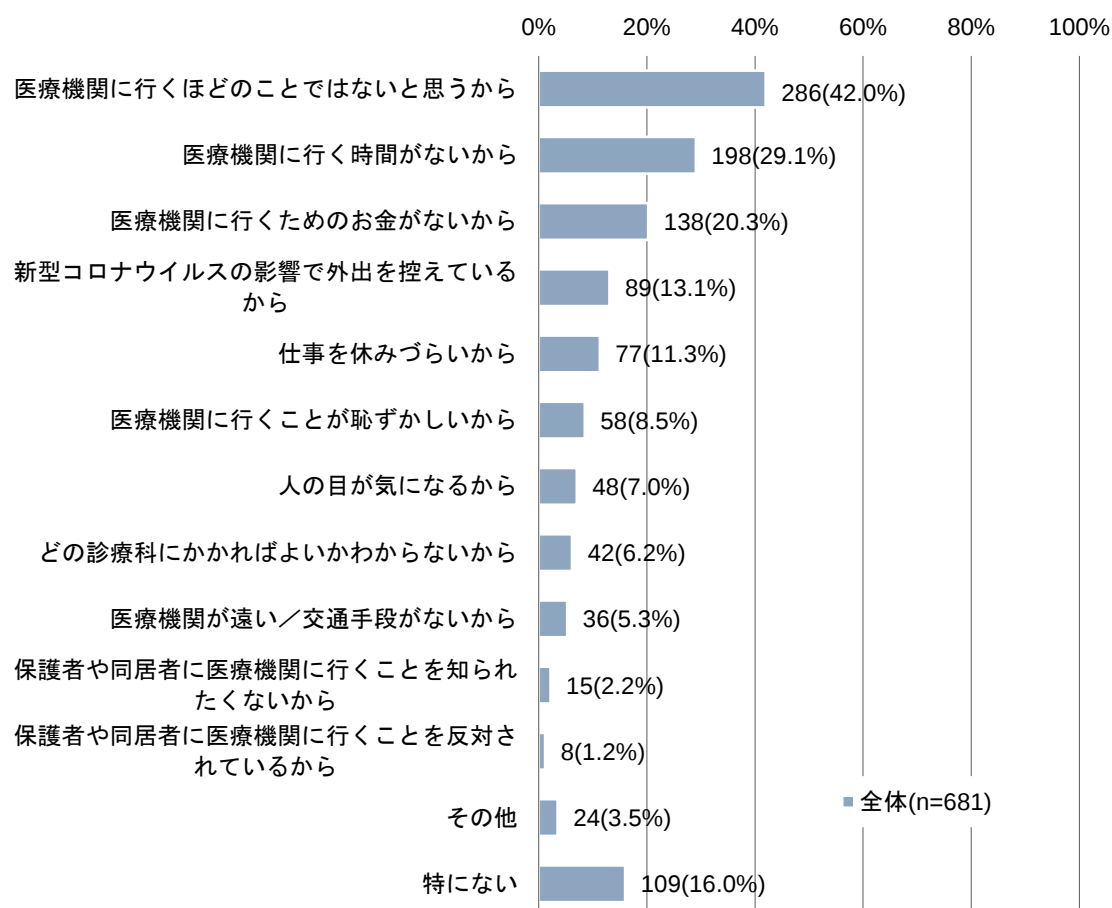
(注1) 「その他」は任意回答としたため、nが小さく参考値である。

(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(11) 月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）に関して受診しない理由

Q22 月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）があるときの対処方法として「医療機関（婦人科等）を受診している」で「あまりしていない」「全くしていない：必要だと思うが、していない」と回答した人（681人）について受診しなかった理由をみると、「医療機関に行くほどのことではないと思うから」が286人（42.0%）で最も人数が多く、次いで「医療機関に行く時間がないから」が198人（29.1%）となっている。

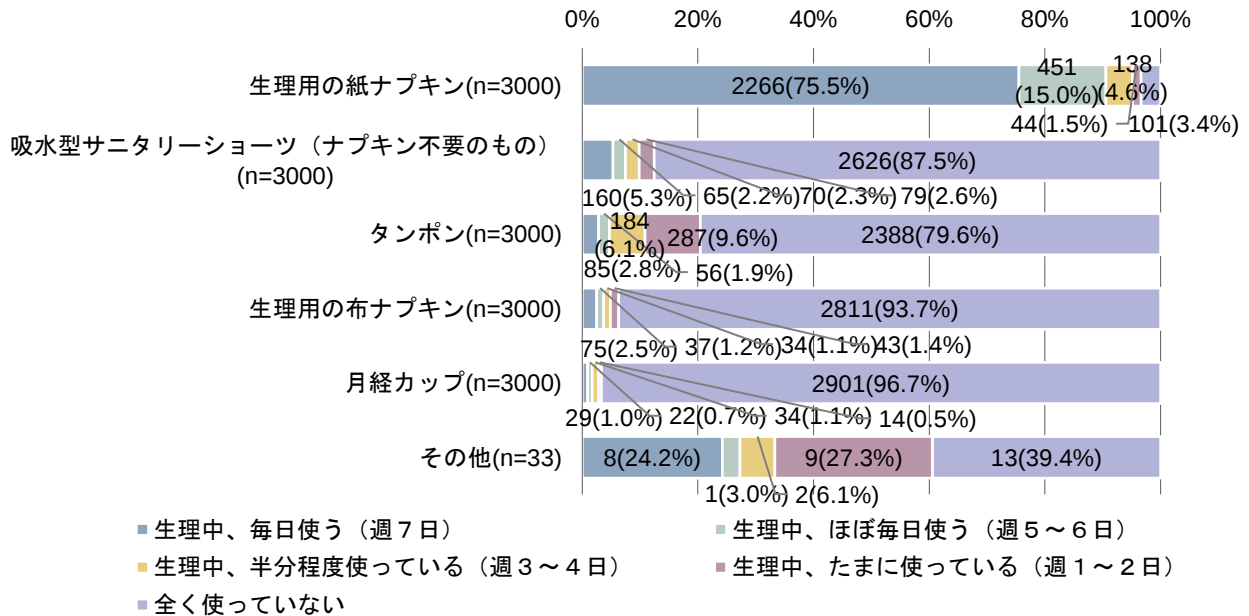
図表 26 Q23 月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）に関して受診しない理由：複数回答



(12) 生理用品の利用状況

普段利用している生理用品についてみると、3000 人のうち、「生理用の紙ナプキン」で「生理中、毎日使う（週 7 日）」が 2266 人（75.5%）と最も多い。

図表 27 Q24 生理用品の利用状況:それぞれについて単数回答



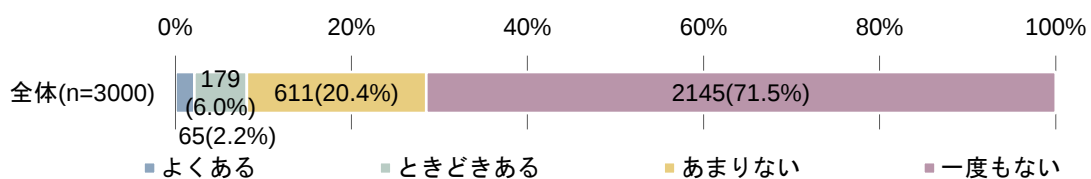
（注）「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

3. 生理用品等の購入・入手に苦労したこと・理由

(1) 生理用品の購入・入手に苦労したこと

新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に生理用品の購入・入手に苦労したことをみると、3000 人のうち、「一度もない」が 2145 人（71.5%）で最も人数が多く、「よくある」が 65 人（2.2%）、「ときどきある」が 179 人（6.0%）となっており、これらを合計した人数は 244 人（8.1%）となっている。

図表 28 Q25_1 生理用品の購入・入手に苦労したこと:単数回答

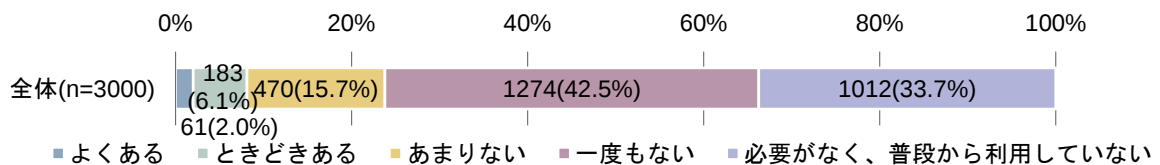


（注）図表内の構成比は、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(2) 医療機関（婦人科等）の受診に苦労したこと

新型コロナウイルス発生後（2020年2月頃以降）から現在までの間に医療機関（婦人科等）の受診に苦労したことをみると、3000人のうち、「一度もない」が1274人（42.5%）で最も人数が多く、「よくある」が61人（2.0%）、「ときどきある」が183人（6.1%）となっており、これらを合計した人数は244人（8.1%）となっている。

図表 29 Q25_2 医療機関（婦人科等）の受診に苦労したこと：単数回答

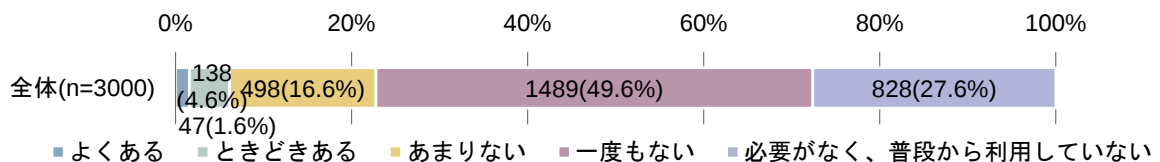


（注）図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(3) 市販の痛み止めの購入・入手に苦労したこと

新型コロナウイルス発生後（2020年2月頃以降）から現在までの間に市販の痛み止めの購入・入手に苦労したことをみると、3000人のうち、「一度もない」が1489人（49.6%）で最も人数が多く、「よくある」が47人（1.6%）、「ときどきある」が138人（4.6%）となっており、これらを合計した人数は185人（6.2%）となっている。

図表 30 Q25_3 市販の痛み止めの購入・入手に苦労したこと：単数回答



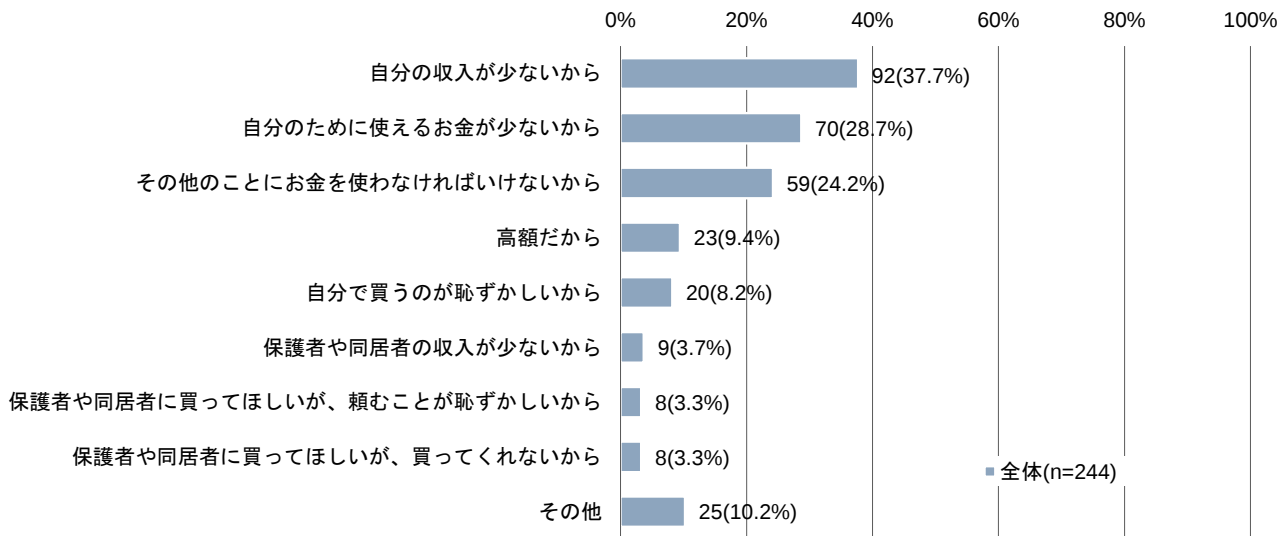
（注2）図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(4) 生理用品の購入・入手に苦労している理由

Q25_1 で新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に生理用品の購入・入手に苦労したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（244 人）についてその理由をみると、「自分の収入が少ないから」が 92 人（37.7%）で最も人数が多く、次いで「自分のために使えるお金が少ないから」が 70 人（28.7%）となっている。

その他については、理由の記載があった 22 件のうち、「品薄・売り切れ」が 15 件と多くを占めている（世帯年収や年代による違いはみられない）。

図表 31 Q26_1 生理用品の購入・入手に苦労している理由:複数回答

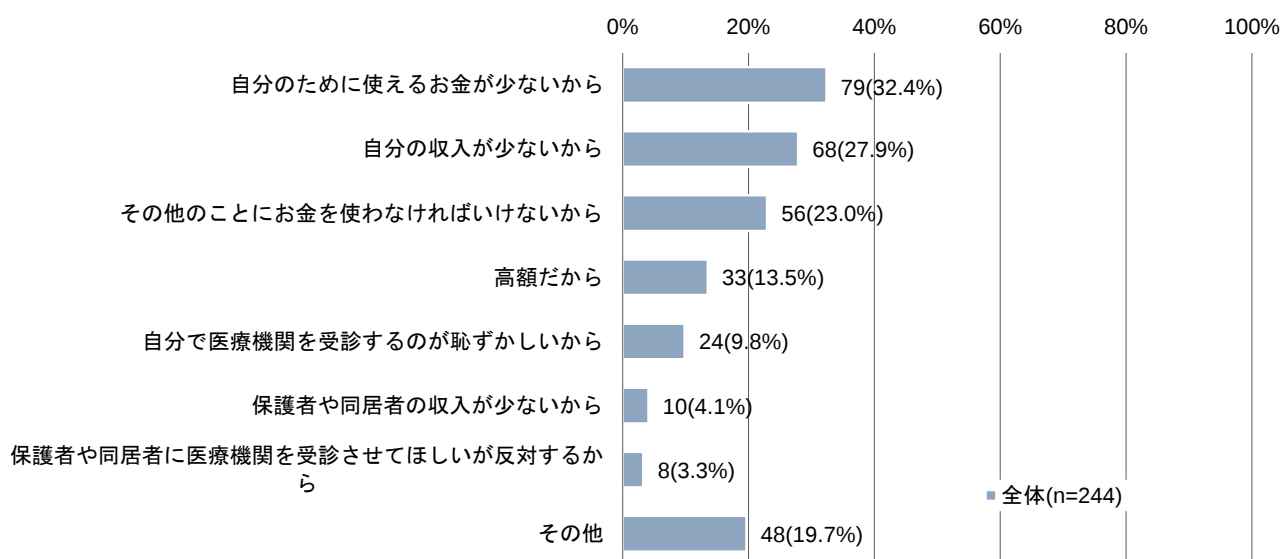


(5) 医療機関（婦人科等）の受診に苦労している理由

Q25_2 で新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に医療機関（婦人科等）の受診に苦労したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（244 人）についてその理由をみると、「自分のために使えるお金が少ないから」が 79 人（32.4%）で最も人数が多く、次いで「自分の収入が少ないから」が 68 人（27.9%）となっている。

その他については、理由の記載があった 41 件のうち、「コロナ禍で行きづらい、感染リスクがあるから」が 12 件、「予約が取れない」が 11 件、「自分の時間がとれない」が 7 件と多くなっている。このうち、「コロナ禍で行きづらい、感染リスクがあるから」については、年代による違いはみられないが、「予約が取れない」、「自分の時間が取れない」では 40 代の回答が多くなっている。また、いずれの理由も世帯年収が「300 万円以上」で多くなっている。

図表 32 Q26_2 医療機関（婦人科等）の受診に苦勞している理由：複数回答

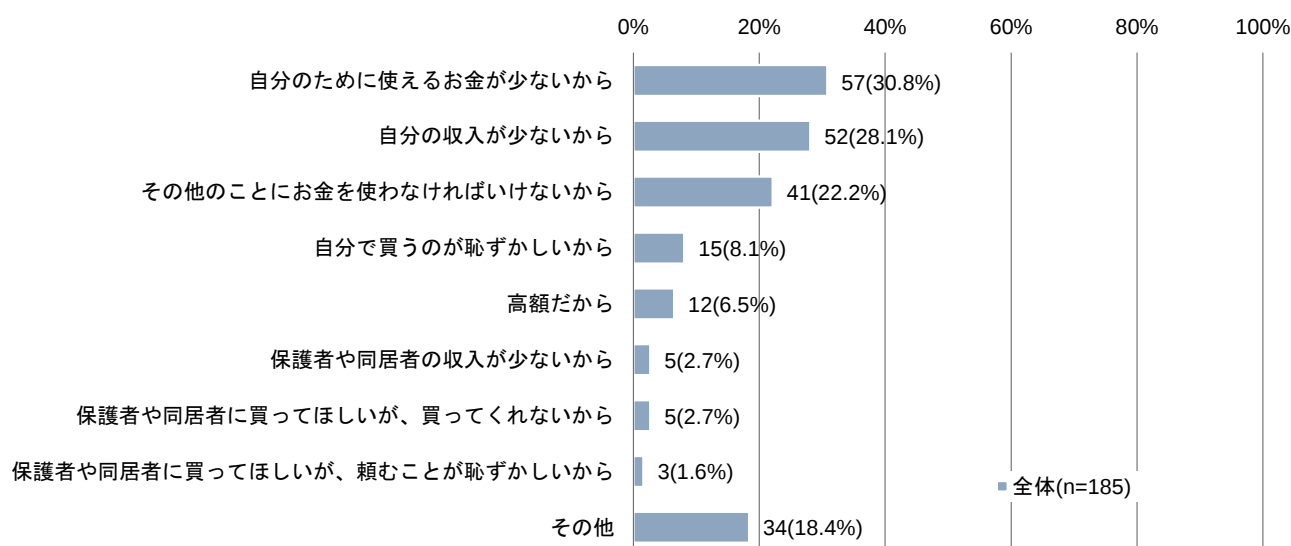


(6) 市販の痛み止めの購入・入手に苦勞している理由

Q25_3 で新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に市販の痛み止めの購入・入手に苦勞したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（185 人）についてその理由をみると、「自分のために使えるお金が少ないから」が 57 人（30.8%）で最も人数が多く、次いで「自分の収入が少ないから」が 52 人（28.1%）となっている。

その他については、理由の記載があった 33 件のうち、「品薄・売り切れ」が 24 件と多くを占めている（世帯年収や年代による違いはみられない）。

図表 33 Q26_3 市販の痛み止めの購入・入手に苦勞している理由：複数回答

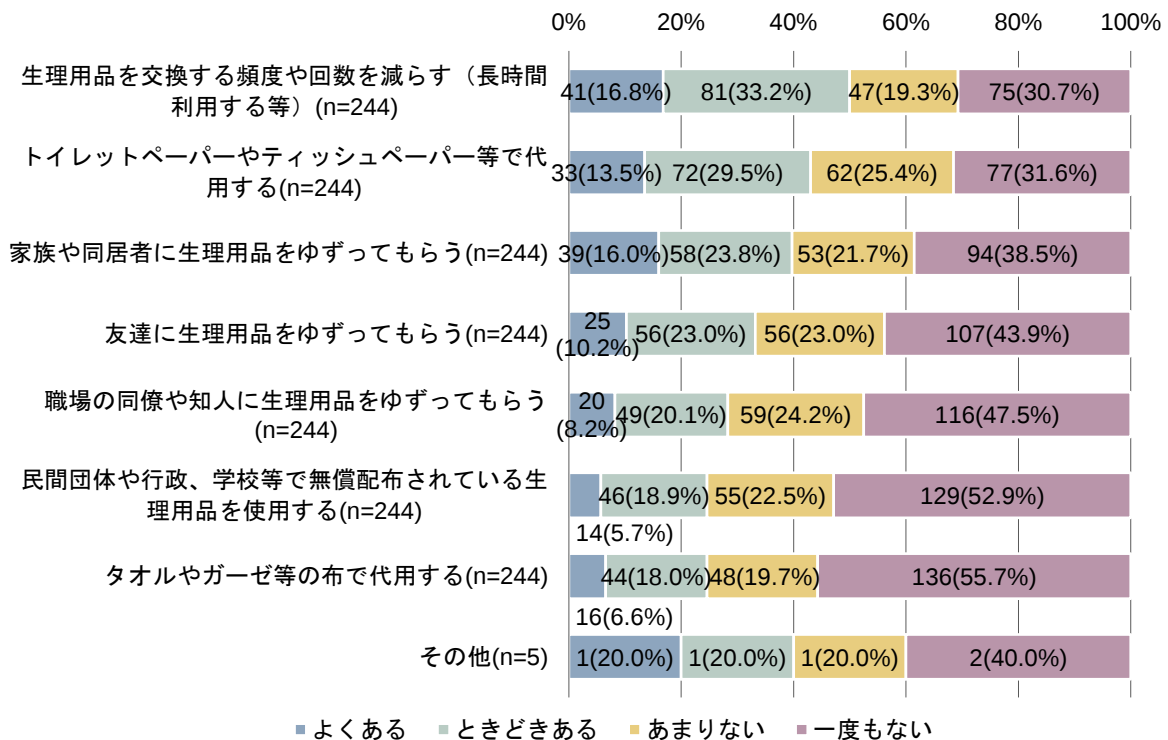


4. 心身の健康への影響

(1) 生理用品を購入・入手できないときの対処

Q25_1 で新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に生理用品の購入・入手に苦労したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（244 人）について、そのときの対処方法をみると、「生理用品を交換する頻度や回数を減らす（長時間利用する等）」で、「よくある」「ときどきある」を合計した人数が 122 人（50.0%）と最も多い。次いで、「トイレットペーパーやティッシュペーパー等で代用する」において「よくある」「ときどきある」を合計した人数が 105 人（43.0%）となっている。

図表 34 Q27 生理用品を購入・入手できないときの対処:それぞれについて単数回答



(注1) 「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

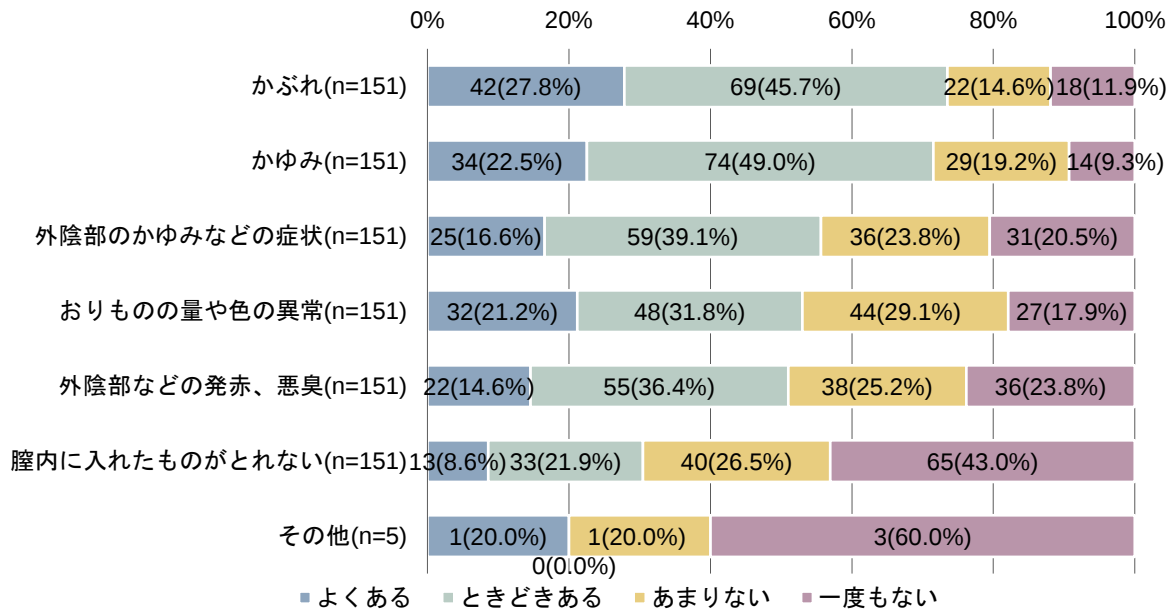
(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(2) 生理用品を購入・入手できないときに経験した症状

Q27で生理用品の購入・入手に苦労したときの対処法として、「生理用品を交換する頻度や回数を減らす（長時間利用する等）」、「トイレットペーパーやティッシュペーパー等で代用する」、「タオルやガーゼ等の布で代用する」のいずれかについて「よくある」または「ときどきある」と回答した人（151人）に対して、生理用品を購入・入手できないときに経験した症状を把握した。

「よくある」「ときどきある」を合計した人数は、「かぶれ」で111人（73.5%）と最も多く、次いで、「かゆみ」での人数が108人（71.5%）となっている。

図表 35 Q28 生理用品を購入・入手できないときに経験した症状:それぞれについて単数回答



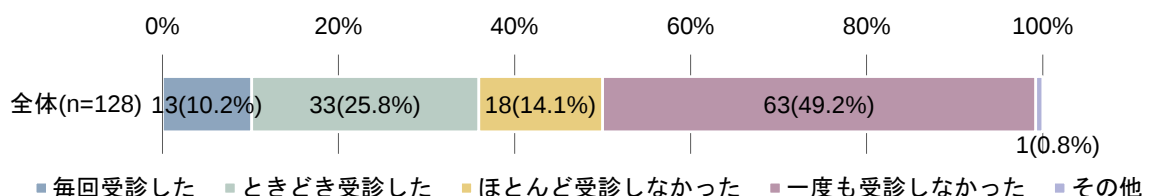
(注1)「その他」は任意回答としたため、nが小さく参考値である。

(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(3) Q28の症状が出たときの受診状況

生理用品を購入・入手できないときにQ28に挙げた内、1つ以上の症状を経験したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（128人）について、症状が出たときの医療機関（婦人科等）の受診状況をみると、「一度も受診しなかった」が63人（49.2%）で最も人数が多く、次いで「ときどき受診した」が33人（25.8%）となっている。「毎回受診した」は13人（10.2%）となっている。

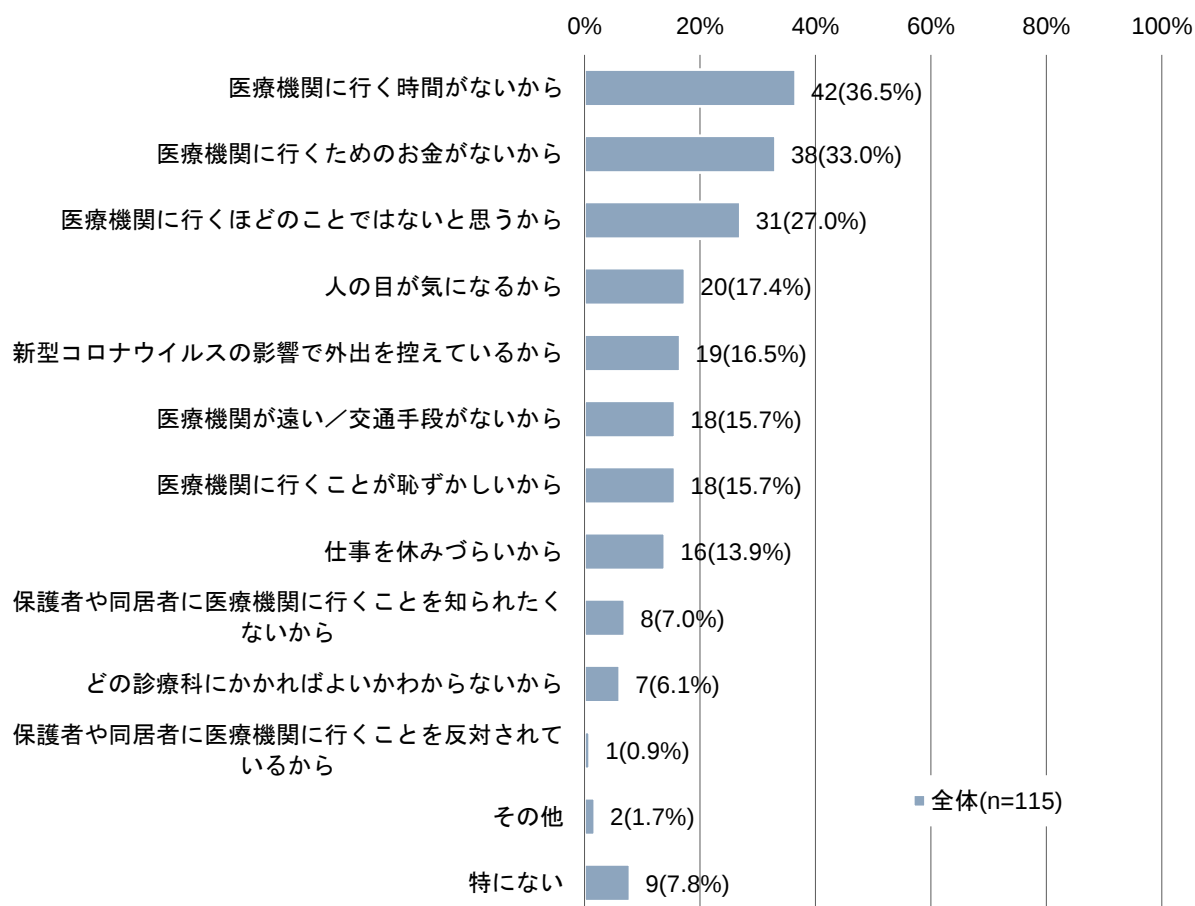
図表 36 Q29 Q28の症状が出たときの受診状況:単数回答



(4) 症状が出たときに受診していない理由

Q29 で生理用品を購入・入手できず症状が出たときに「ときどき受診した」「ほとんど受診しなかった」「一度も受診しなかった」「その他」と回答した人（115 人）について受診していない理由をみると、「医療機関に行く時間がないから」が 42 人（36.5%）で最も人数が多く、次いで「医療機関に行くためのお金がないから」が 38 人（33.0%）となっている。

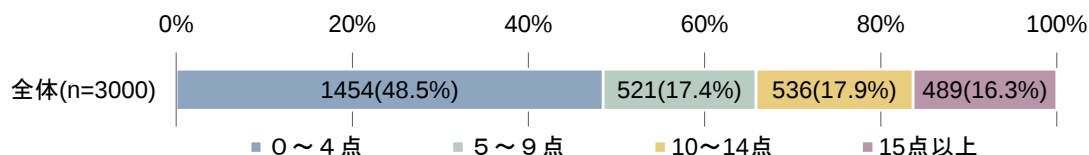
図表 37 Q30 症状が出たときに受診していない理由：複数回答



(5) 悩みやストレスの状況 (K6 得点)

悩みやストレスの状況について「K6 得点³⁾」を用いて測定した。3000 人のうち、全体では、「0～4 点」が 1454 人 (48.5%) で最も人数が多く、10 点以上⁴⁾の人数は 1025 人 (34.2%) となっている。

図表 38 Q38 悩みやストレスの状況 (K6 得点) 0～24 点:単数回答



(注) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

5. 社会生活への影響

(1) 生理用品を購入・入手できないことが理由で経験したこと

Q25_1 で新型コロナウイルス発生後 (2020 年 2 月頃以降) から現在までの間に生理用品の購入・入手に苦労したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人 (244 人) に対して、生理用品を購入・入手できないことが理由で経験したことを、「新型コロナウイルス発生後 (2020 年 2 月頃以降)」と「ここ 6 か月」の状況について把握した。

³⁾ K6 はうつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的に、Kessler ら (2003) ※1 によって開発された尺度である。「神経過敏に感じましたか」、「絶望的だと感じましたか」、「そろそろ、落ち着かなく感じましたか」、「気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」、「何をしても骨折りだと感じましたか」、「自分は価値のない人間だと感じましたか」の 6 つの設問について、過去 30 日間の状況を 5 段階 (「まったくくない」 (0 点)、「少しだけ」 (1 点)、「ときどき」 (2 点)、「たいてい」 (3 点)、「いつも」 (4 点)) で点数化し、合計得点が高いほど精神的な不調が深刻な可能性があるとされている。なお、日本語版は Furukawa ら (2008) ※2 によって開発されている。

※1 : Kessler, R.C., Barker, P.R., Colpe, L.J., Epstein, J.F., Gfroerer, J.C., Hiripi, E., Howes, M.J., Normand, S-L.T., Manderscheid, R.W., Walters, E.E., Zaslavsky, A.M. (2003) Screening for serious mental illness in the general population Archives of General Psychiatry. 60(2),184-189.

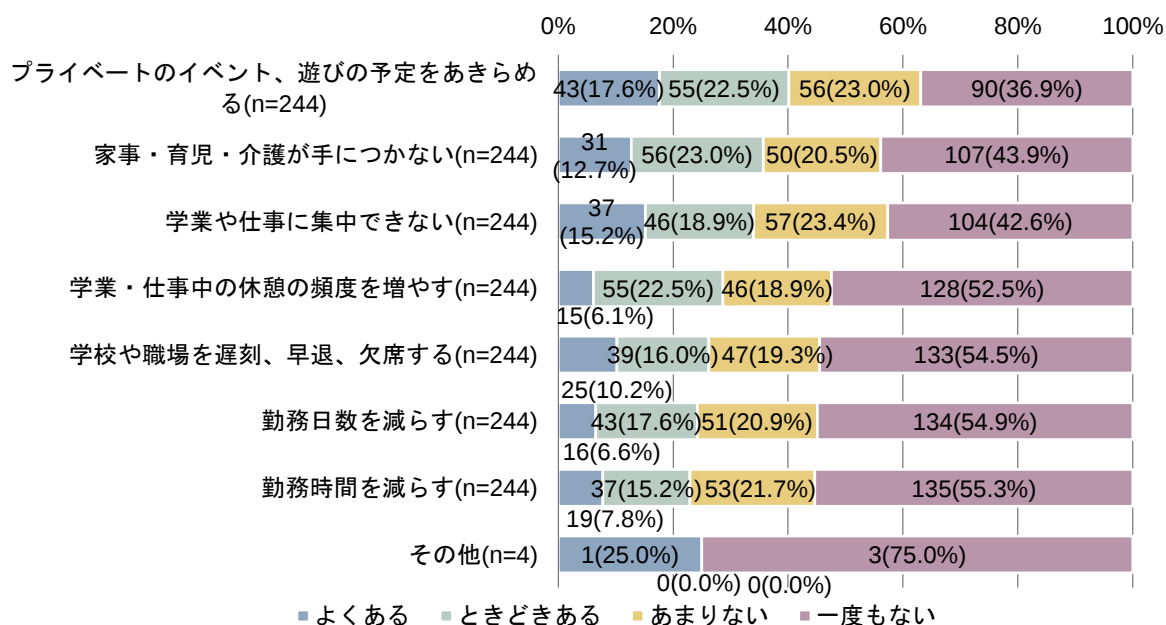
※2 : Furukawa TA, Kawakami N, Saitoh M, Ono Y, Nakane Y, Nakamura Y, Tachimori H, Iwata N, Uda H, Nakane H, Watanabe M, Naganuma Y, Hata Y, Kobayashi M, Miyake Y, Takeshima T & Kikkawa T (2008) The performance of the Japanese version of the K6 and K10 in the World Mental Health Survey Japan. Int J Methods Psychiatr Res, 17, 152-158.

⁴⁾ 厚生労働省「健康日本 21 (第二次)」では、「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合の減少」を目標に掲げているが、その達成状況を、国民生活基礎調査の「20 歳以上で、こころの状態に関する 6 項目の質問 (K6) の合計点 (0～24 点) における 10 点以上」の割合によって確認している。なお、令和 4 年度の目標値は 9.4% である。

1) 新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月以降）の状況

新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月以降）の状況をみると、「プライベートのイベント、遊びの予定をあきらめる」で「よくある」「ときどきある」の合計が 98 人（40.2%）と最も多く、次いで「家事・育児・介護が手につかない」で 87 人（35.7%）となっている。

図表 39 Q31_1 新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月以降）に生理用品を購入・入手できないことが理由で経験したこと：それぞれについて単数回答



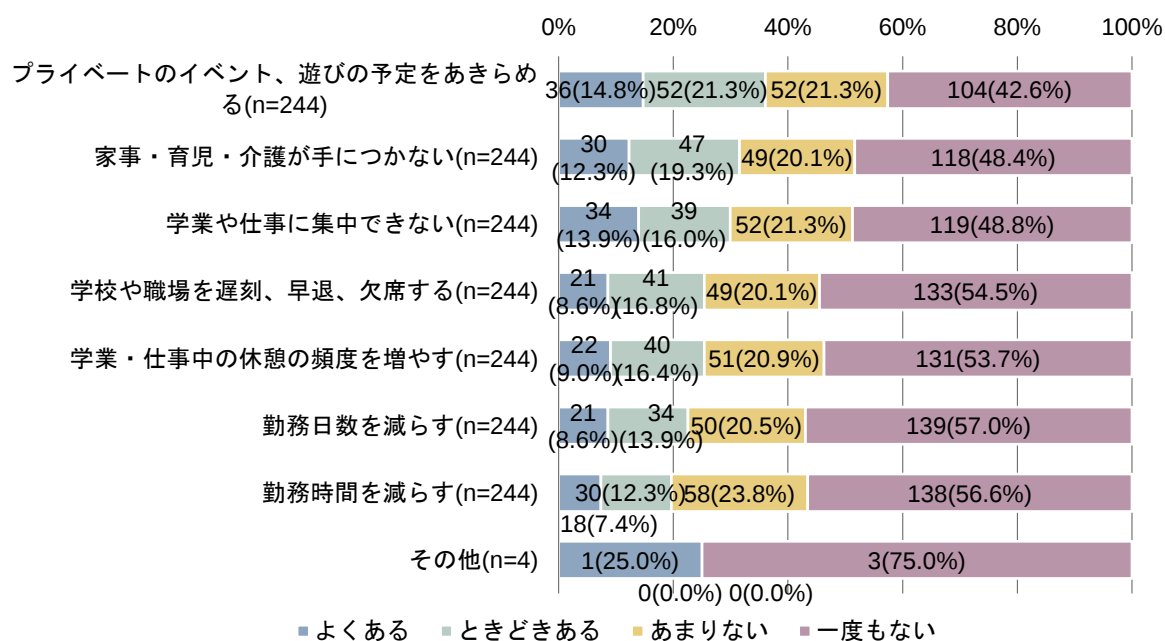
(注1) 「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

2) ここ6か月の状況

ここ6か月の状況をみると、「プライベートのイベント、遊びの予定をあきらめる」で「よくある」「ときどきある」の合計が88人(36.1%)と最も多く、次いで「家事・育児・介護が手につかない」で77人(31.6%)となっている。

図表 40 Q31_2 ここ6か月に生理用品を購入・入手できないことが理由で経験したこと:それぞれについて単数回答



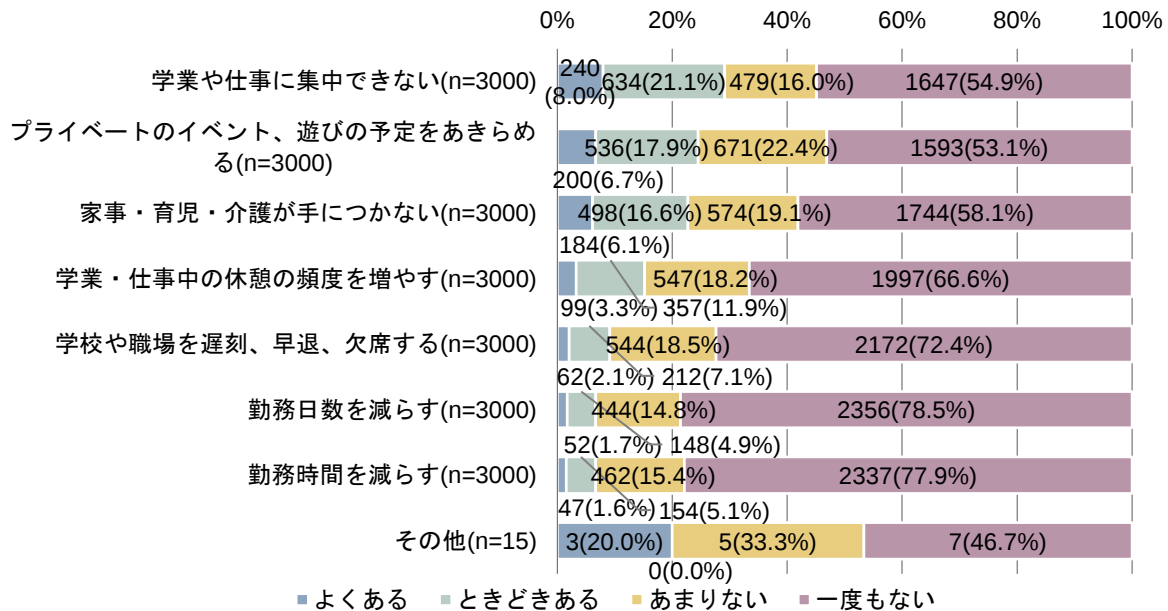
(注1) 「その他」は任意回答としたため、nが小さく参考値である。

(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(2) ここ 6 か月の間に生理があることや生理による体調不良が理由で経験したこと

ここ 6 か月の間に生理があることや生理による体調不良が理由で経験したことをみると、「学業や仕事に集中できない」で「よくある」「ときどきある」の合計が 874 人（29.1%）と最も多く、次いで「プライベートのイベント、遊びの予定をあきらめる」で 736 人（24.5%）となっている。

図表 41 Q32 ここ 6 か月の間に生理があることや生理による体調不良が理由で経験したこと：それぞれについて単数回答



（注 1）「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

（注 2）図表内の構成比は、小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(3) 生理にかかる 1 か月のおおよその出費

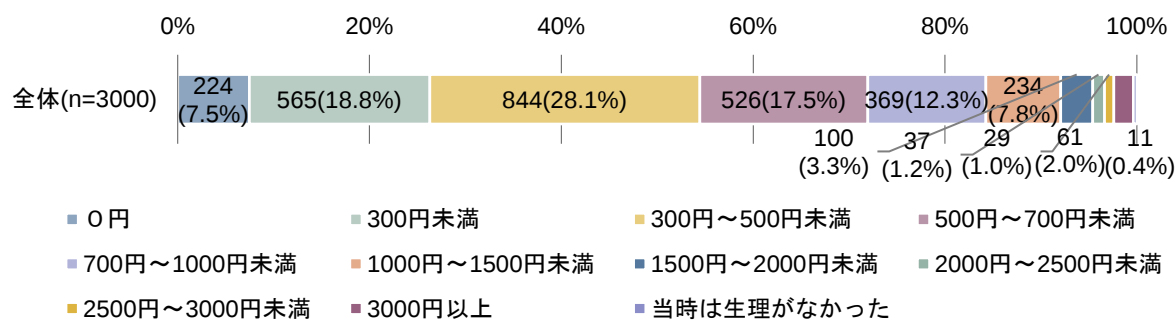
1) 生理用品の購入にかかる 1 か月あたりの平均的な費用

生理用品の購入にかかる 1 か月あたりの平均的な費用を「新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）」と「ここ 6 か月」について把握した。

① 新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）

新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）の生理用品の購入にかかる費用をみると、3000 人のうち、「300 円～500 円未満」が 844 人（28.1%）で最も人数が多く、次いで「300 円未満」が 565 人（18.8%）となっている。

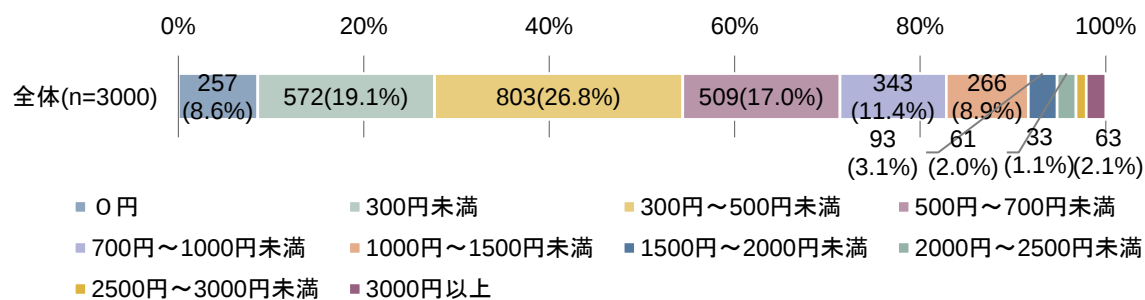
図表 42 Q33_1_1 生理用品の購入にかかる費用（新型コロナウイルス発生前）：単数回答



② ここ 6 か月

ここ 6 ヶ月の生理用品の購入にかかる費用をみると、3000 人のうち、「300 円～500 円未満」が 803 人（26.8%）で最も人数が多く、次いで「300 円未満」が 572 人（19.1%）となっている。

図表 43 Q33_2_1 生理用品の購入にかかる費用（ここ 6 か月）：単数回答



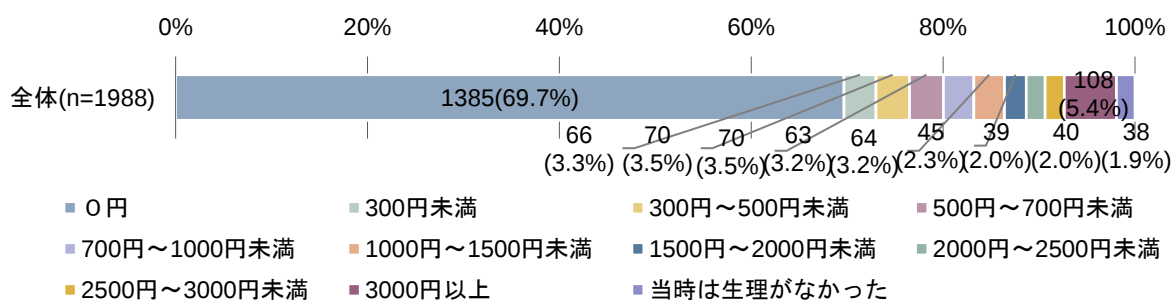
2) 医療機関（婦人科等）の受診にかかる1か月あたりの平均的な費用

Q25_2で「医療機関（婦人科等）の受診」について「必要がなく、普段から利用していない」以外を回答した人（1988人）について、医療機関（婦人科等）の受診にかかるひと月あたりの平均的な費用を「新型コロナウイルス発生前（2020年1月以前）」と「ここ6か月」について把握した。

① 新型コロナウイルス発生前（2020年1月以前）

新型コロナウイルス発生前（2020年1月以前）の医療機関（婦人科等）の受診にかかる費用をみると、「0円」が1385人（69.7%）で最も人数が多く、次いで「3000円以上」が108人（5.4%）となっている。

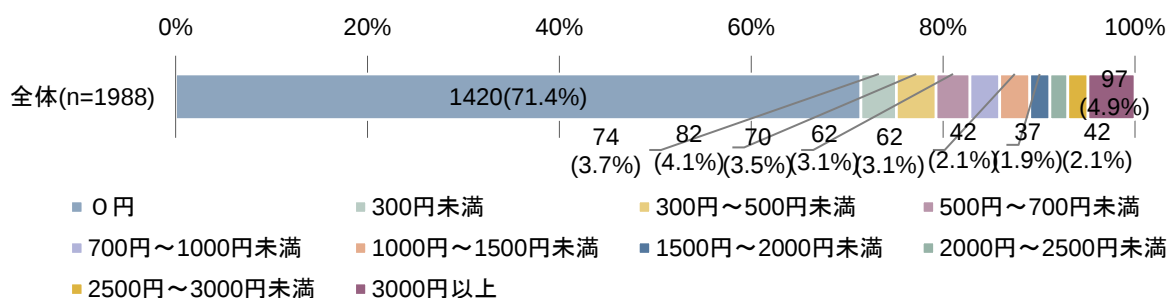
図表 44 Q33_1_2 医療機関（婦人科等）の受診にかかる費用（新型コロナウイルス発生前）：単数回答



② ここ6か月

ここ6か月の医療機関（婦人科等）の受診にかかる費用をみると、「0円」が1420人（71.4%）で最も人数が多く、次いで「3000円以上」が97人（4.9%）となっている。

図表 45 Q33_2_2 医療機関（婦人科等）の受診にかかる費用（ここ6か月）：単数回答



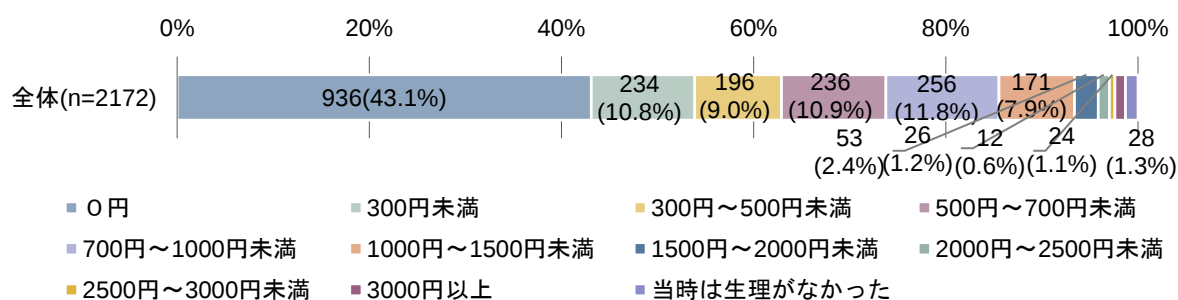
3) 市販の痛み止めの購入にかかる 1 か月あたりの平均的な費用

Q25_3 で「市販の痛み止めの購入」について「必要がなく、普段から利用していない」以外を回答した人（2172 人）について、市販の痛み止めの購入にかかるひと月あたりの平均的な費用を「新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）」と「ここ 6 か月」について把握した。

① 新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）

新型コロナウイルス発生前（2020 年 1 月以前）の市販の痛み止めの購入に欠ける費用をみると、「0 円」が 936 人（43.1%）で最も人数が多く、次いで「700 円～1000 円未満」が 256 人（11.8%）となっている。

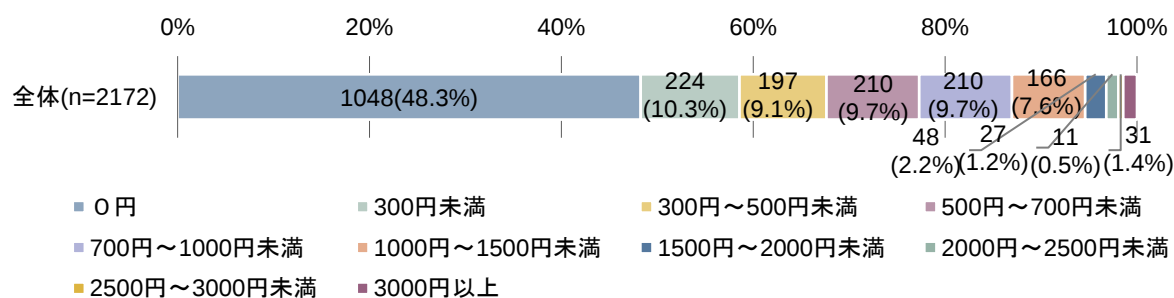
図表 46 Q33_1_3 市販の痛み止めの購入にかかる費用（新型コロナウイルス発生前）：単数回答



② ここ 6 か月

ここ 6 か月の市販の痛み止めの購入に欠ける費用をみると、「0 円」が 1048 人（48.3%）で最も人数が多く、次いで「300 円未満」が 224 人（10.3%）となっている。

図表 47 Q33_2_3 市販の痛み止めの購入に欠ける費用（ここ 6 か月）：単数回答



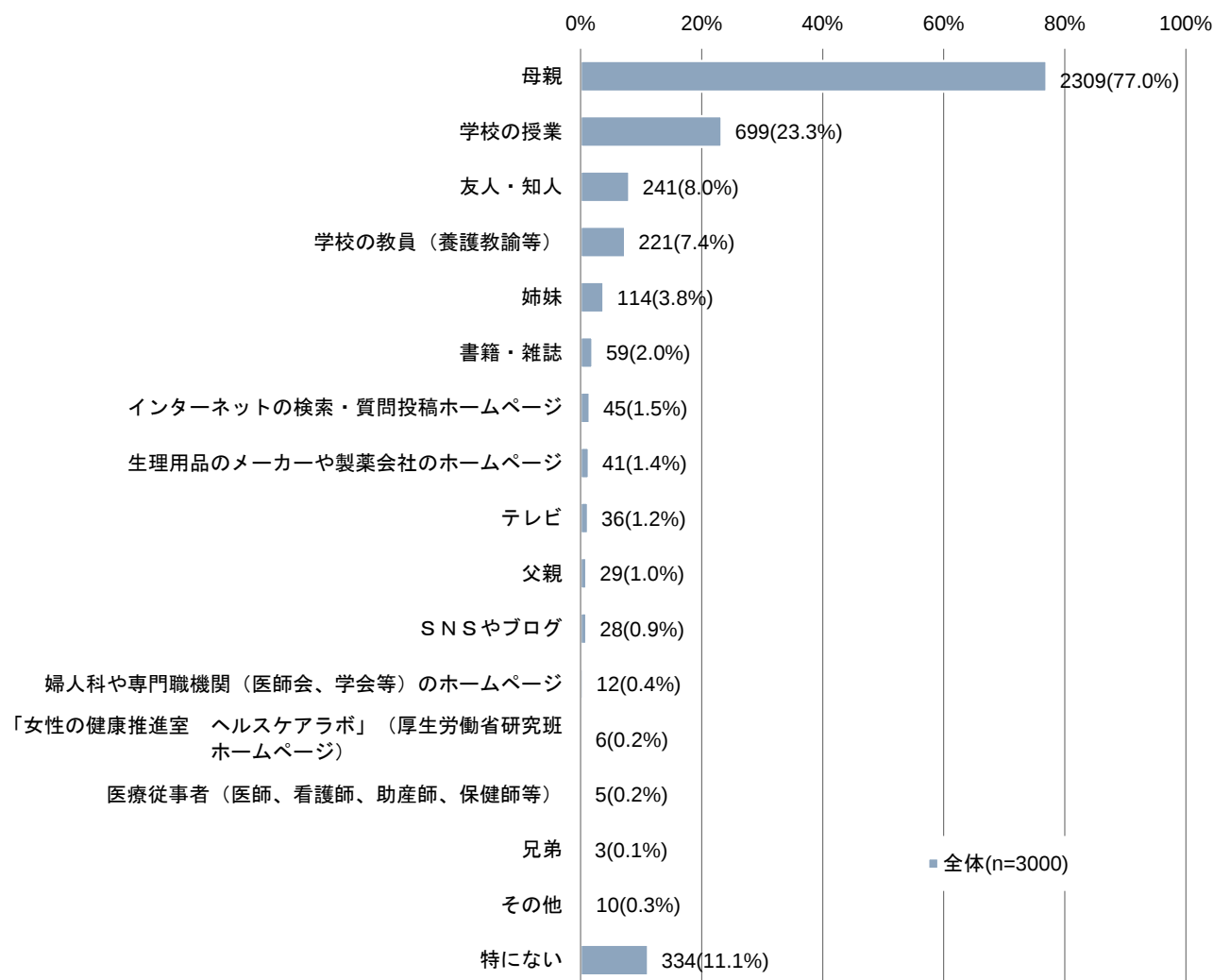
6. 生理に関する情報の入手先・相談先

(1) 生理に関する情報の入手先

1) 初めて生理になったときの情報の入手先

初めて生理になったときの生理に関する情報の入手先をみると、3000 人のうち、「母親」が 2309 人（77.0%）で最も人数が多く、次いで「学校の授業」が 699 人（23.3%）となっている。

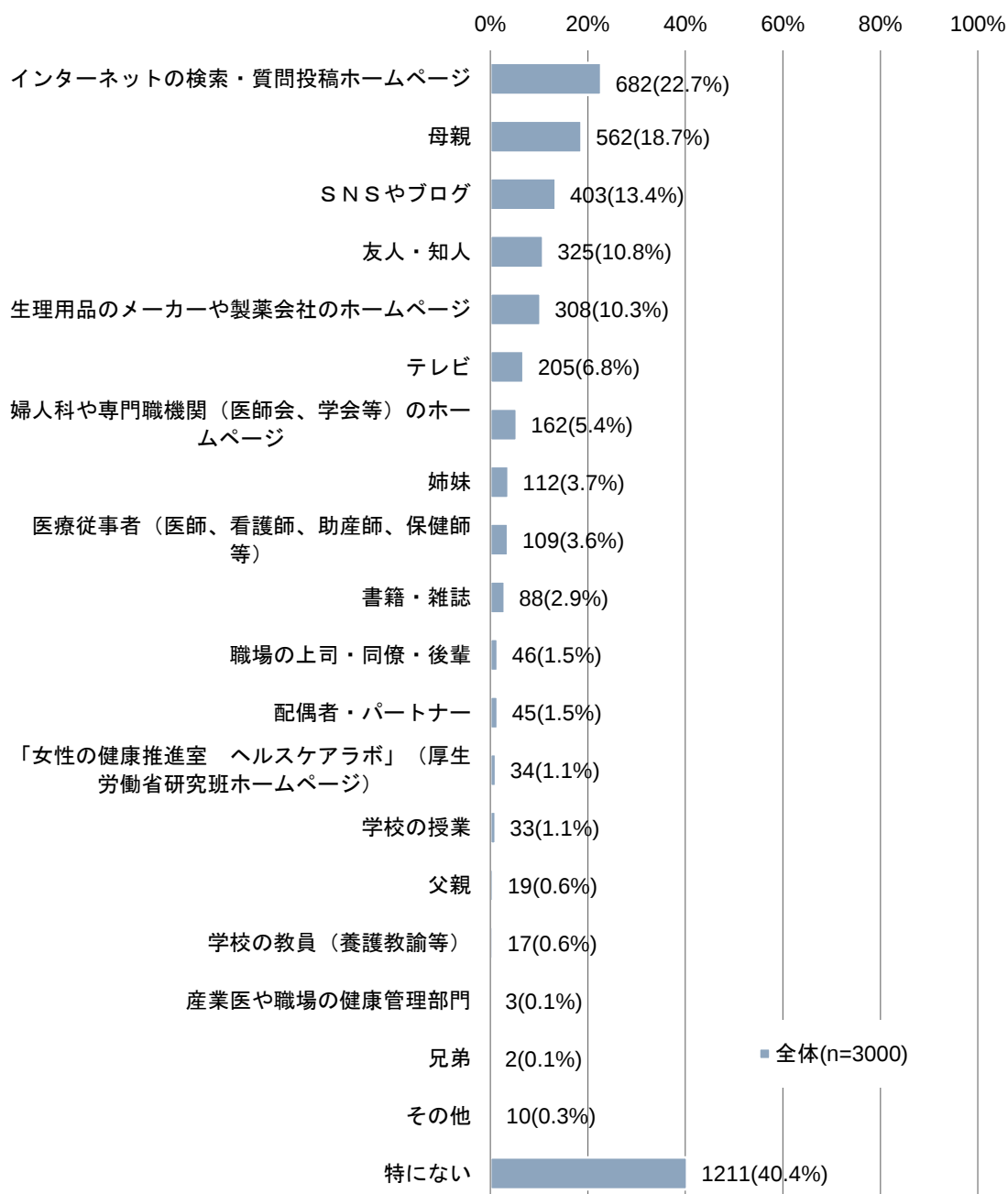
図表 48 Q34_1 初めて生理になったときの情報の入手先:複数回答



2) 現在の情報の入手先

現在の生理に関する情報の入手先をみると、3000 人のうち、「インターネットの検索・質問投稿ホームページ」が 682 人（22.7%）で人数が多く、次いで、「母親」が 562 人（18.7%）となっている。その他、「特にない」が 1211 人（40.4%）みられる。

図表 49 Q34_2 現在の情報の入手先:複数回答

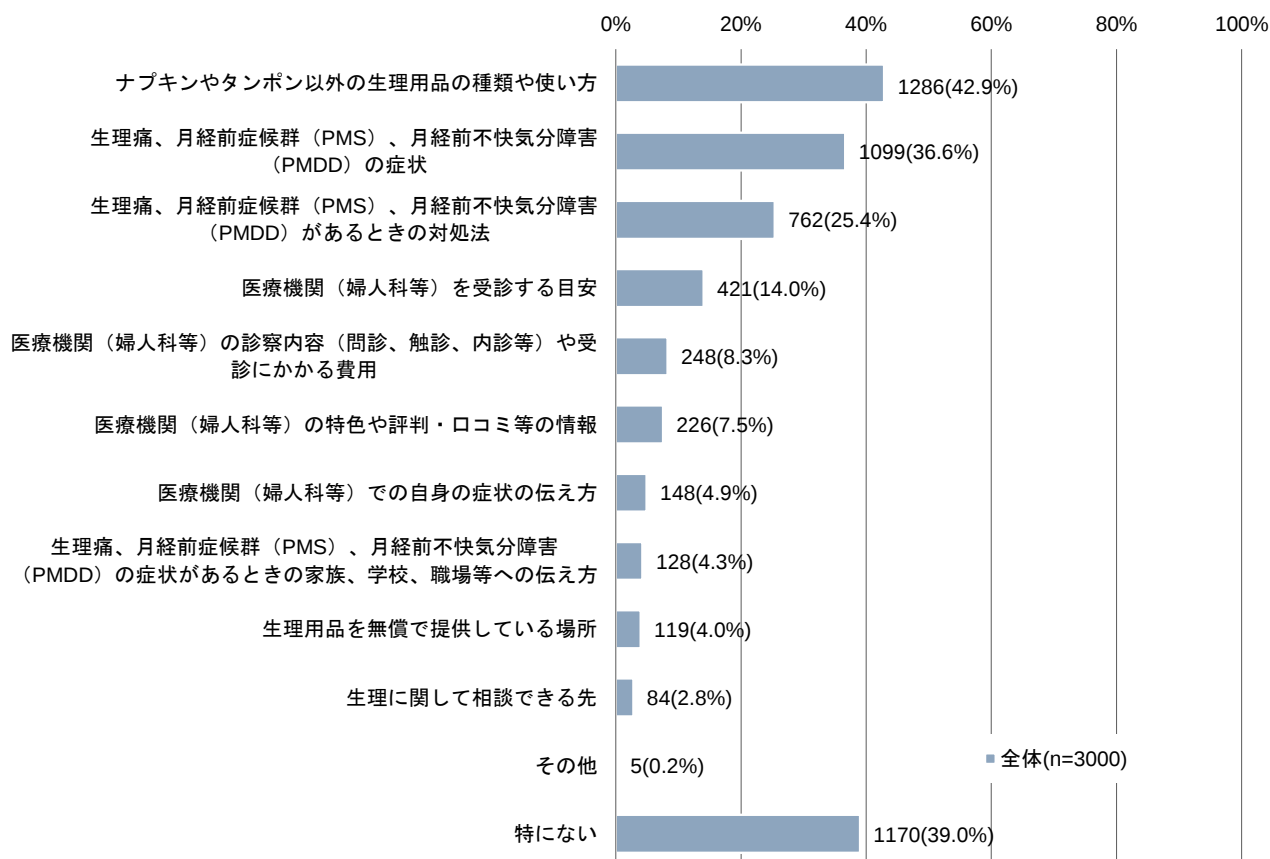


(2) 生理に関する情報

1) これまで情報を得たことがある生理に関する情報

生理に関する情報の中でこれまでに情報を得たことがあるものをみると、3000 人のうち、「ナプキンやタンポン以外の生理用品の種類や使い方」が 1286 人（42.9%）で最も人数が多く、次いで「生理痛、月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）の症状」が 1099 人（36.6%）となっている。なお、「特にない」が 1170 人（39.0%）で人数が多くなっている。

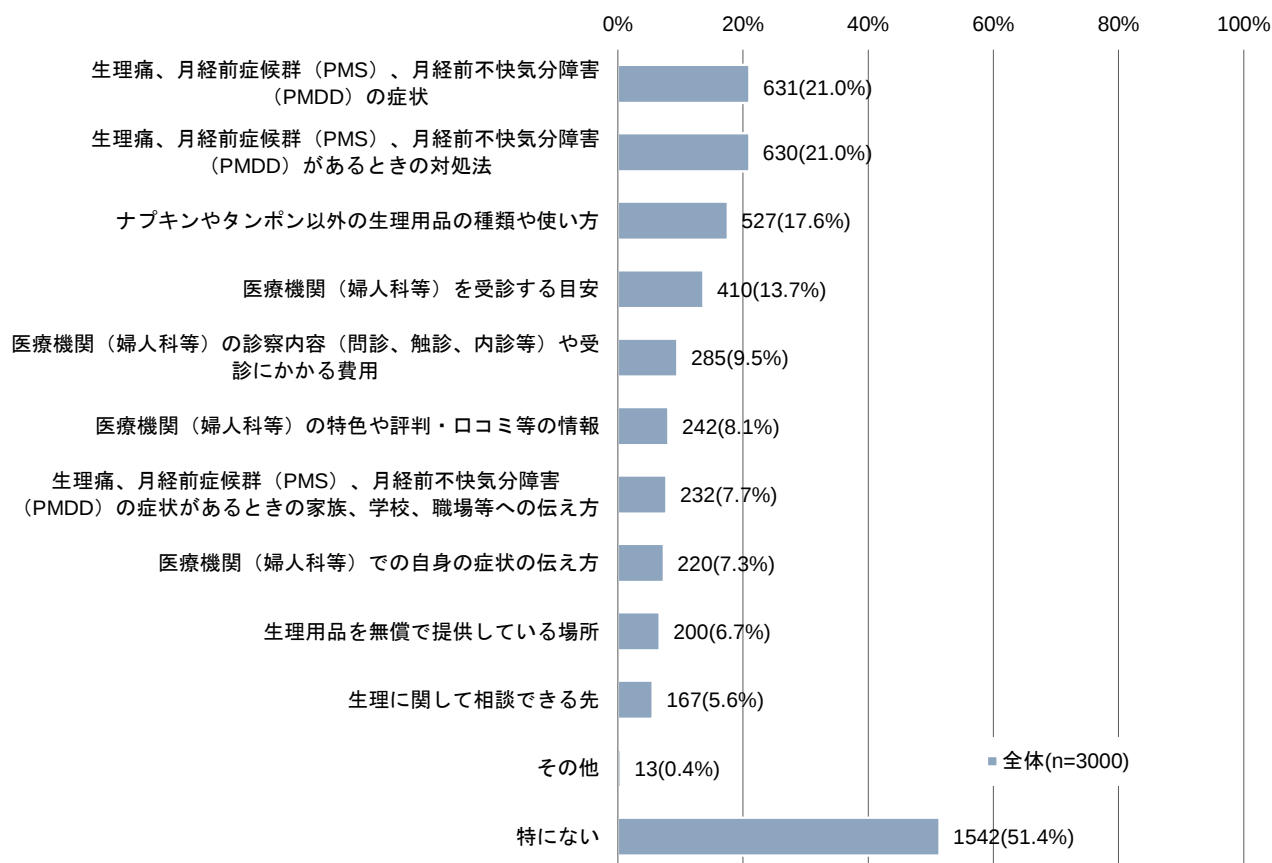
図表 50 Q35_1 これまで情報を得たことがある生理に関する情報:複数回答



2) もっと情報を得たい生理に関する情報

生理に関する情報の中でもっと情報を得たいものをみると、3000 人のうち、「生理痛、月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）の症状」が 631 人（21.0％）で多い人数となっている。次いで、「生理痛、月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）があるときの対処法」が 630 人（21.0％）となっている。なお、「特にない」が 1542 人（51.4％）で人数が多くなっている。

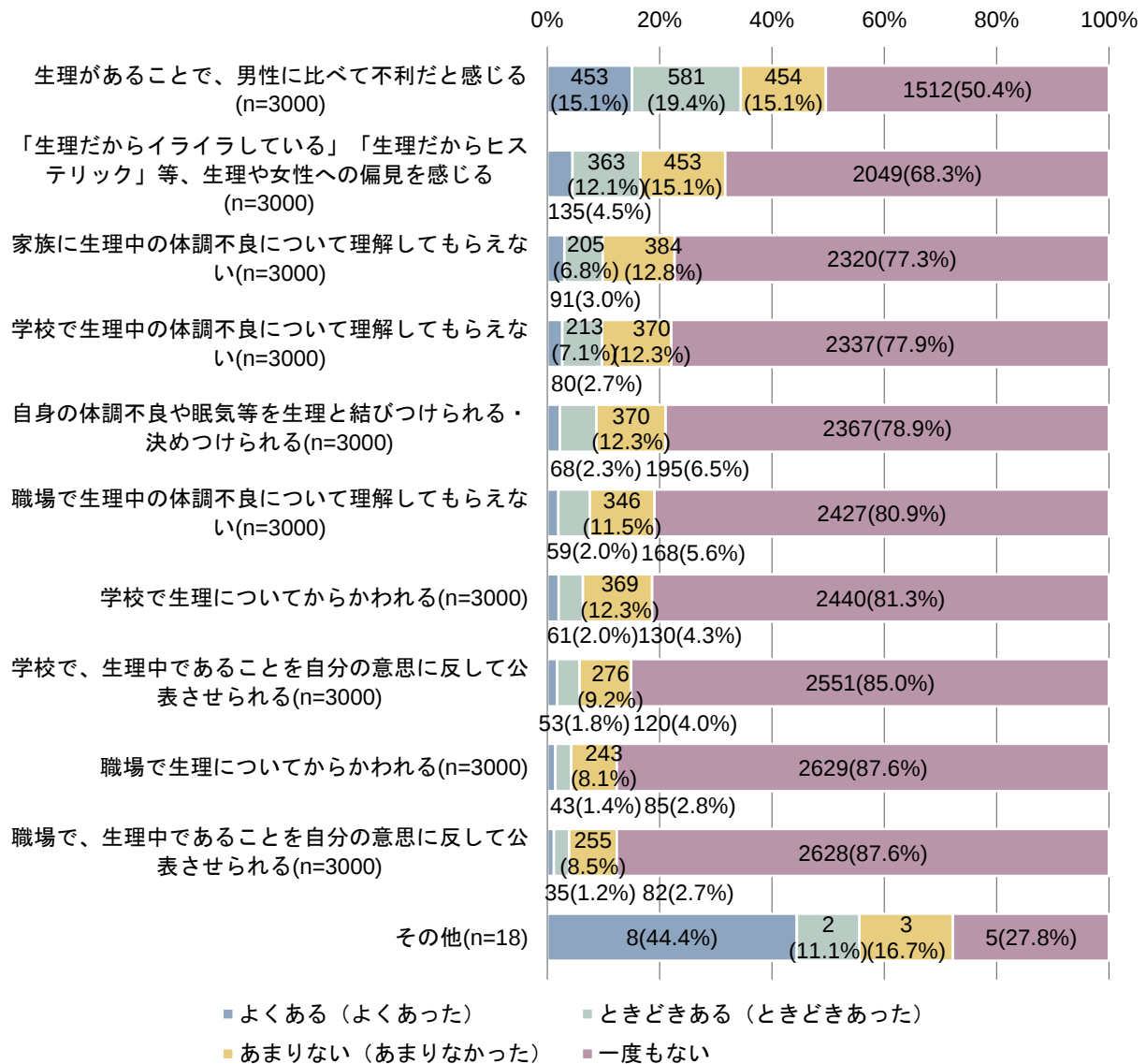
図表 51 Q35_2 もっと情報を得たい生理に関する情報:複数回答



(3) 生理について経験している、または経験したこと

生理について経験している、または経験したこととして以下の 10 項目について把握した。3000 人のうち、「生理があることで、男性に比べて不利だと感じる」で「よくある（よくあった）」と「ときどきある（ときどきあった）」を合計した人数が 1034 人（34.5%）と最も多い。次いで、『生理だからイライラしている』『生理だからヒステリック』等、生理や女性への偏見を感じる」で 498 人（16.6%）となっている。

図表 52 Q36 生理について経験している、または経験したこと：それぞれについて単数回答



(注1) 「その他」は任意回答としたため、n が小さく参考値である。

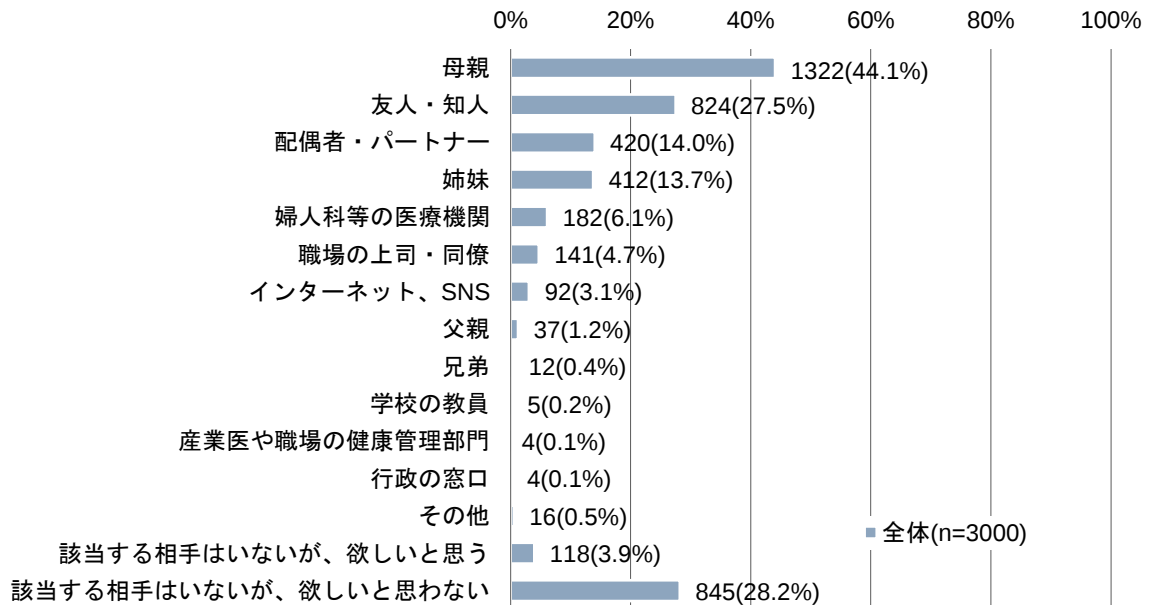
(注2) 図表内の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、本文中で言及している割合の合計と一致しない場合がある。

(4) 生理について話す・相談する相手

1) 生理全般について気軽に話せる相手

生理全般について気軽に話せる相手は、3000 人のうち、「母親」が 1322 人（44.1%）で最も人数が多く、次いで「友人・知人」が 824 人（27.5%）となっている。なお、「該当する相手はいないが、欲しいと思わない」が 845 人（28.2%）となっている。

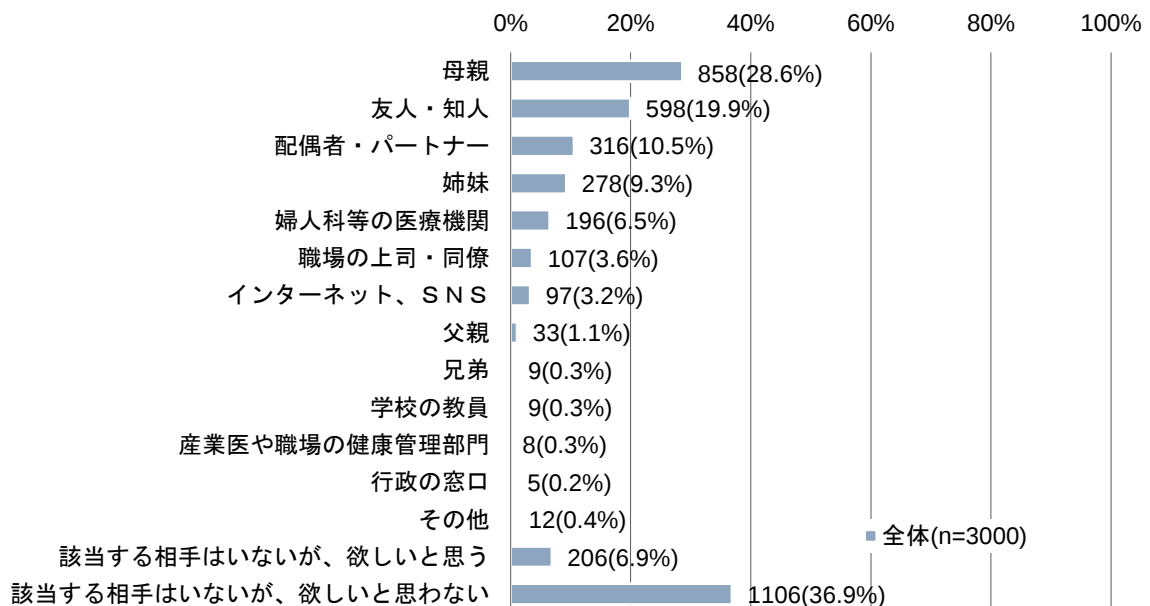
図表 53 Q37_1 生理全般について気軽に話せる相手:複数回答



2) 生理痛、月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)について相談できる相手

生理痛、月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)について相談できる相手は、3000 人のうち、「母親」が 858 人（28.6%）で最も人数が多く、次いで「友人・知人」が 598 人（19.9%）となっている。なお、「該当する相手はいないが、欲しいと思わない」が 1106 人（36.9%）で人数が多い。

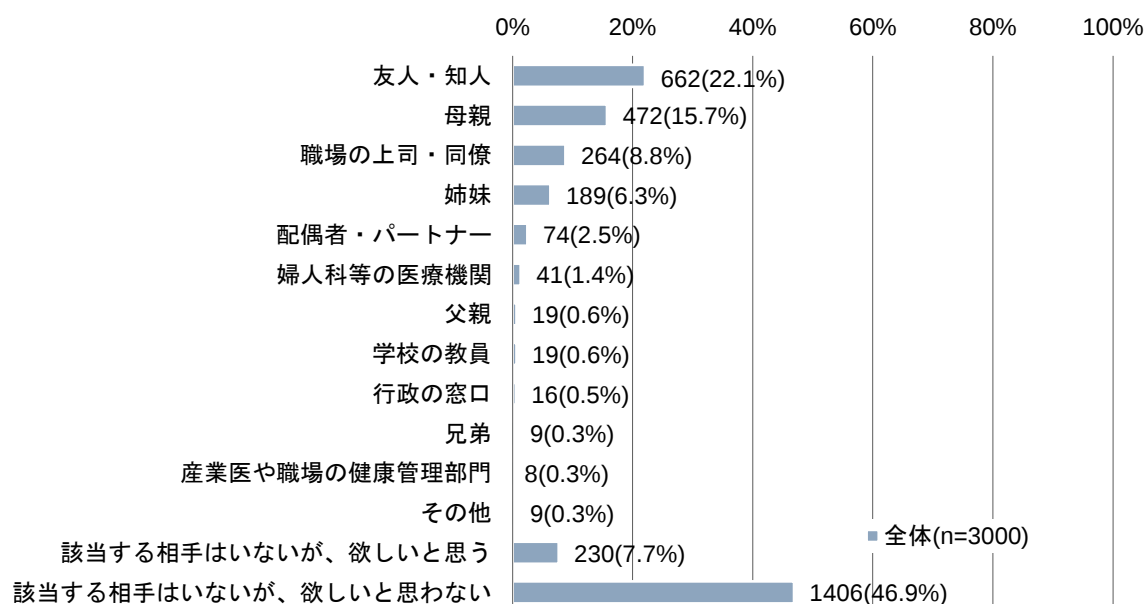
図表 54 Q37_2 生理痛、月経前症候群(PMS)、月経前不快気分障害(PMDD)について相談できる相手:複数回答



3) 学校、職場、外出先等で生理用品が不足したときに譲ってくれる相手

学校、職場、外出先等で生理用品が不足したときに譲ってくれる相手は、3000 人のうち、「友人・知人」が 662 人（22.1%）で人数が多く、次いで、「母親」が 472 人（15.7%）となっている。なお、「該当する相手はいないが、欲しいと思わない」が 1406 人（46.9%）で人数が多くなっている。

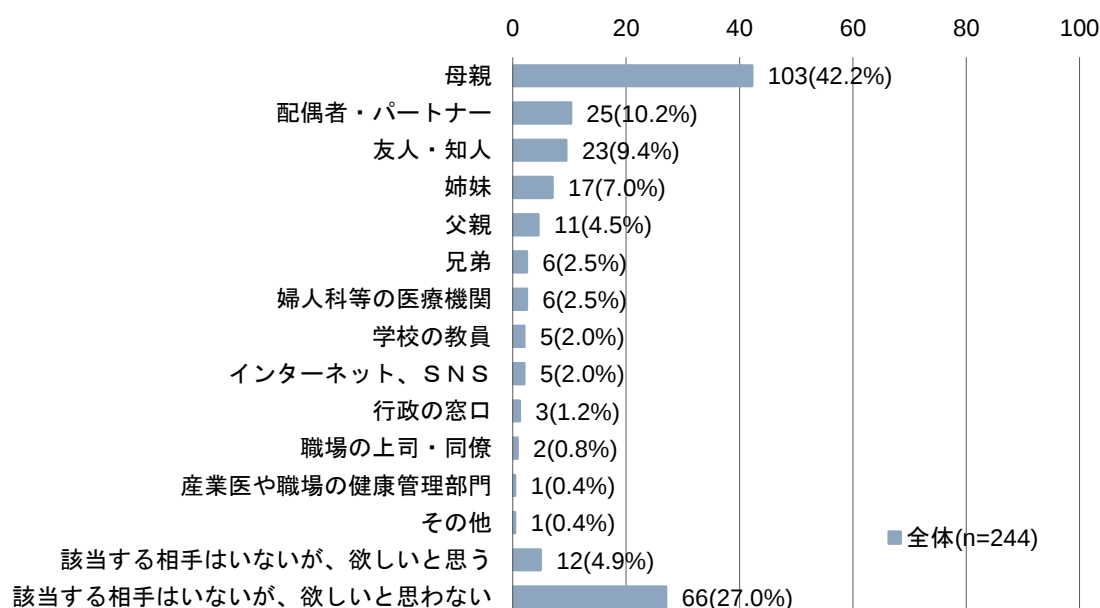
図表 55 Q37_3 学校、職場、外出先等で生理用品が不足したときに譲ってくれる相手:複数回答



4) 日常的に生理用品を購入することが難しいことを相談できる相手

Q25_1 で新型コロナウイルス発生後（2020 年 2 月頃以降）から現在までの間に生理用品の購入・入手に苦労したことが「よくある」「ときどきある」と回答した人（244 人）について、日常的に生理用品を購入することが難しいことを相談できる相手をみると、「母親」が 103 人（42.2%）で最も人数が多い。なお、「該当する相手はいないが、欲しいと思わない」が 66 人（27.0%）と人数が多い。

図表 56 Q37_4 日常的に生理用品を購入することが難しいことを相談できる相手:複数回答

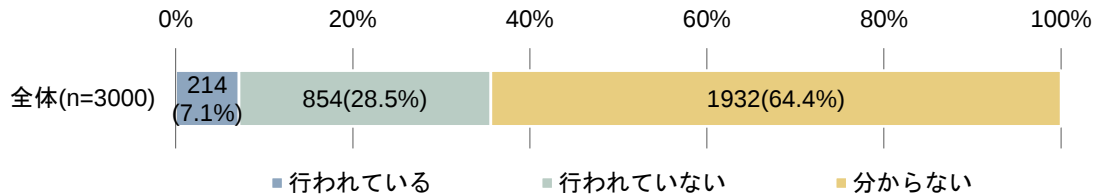


7. 支援制度の認知・利用状況

(1) 生理用品の無償提供の認知状況

住んでいる地域で生理用品が無償提供されているかを把握したところ、3000 人のうち、「分からない」が 1932 人（64.4%）で最も人数が多い。「行われている」の回答人数は 214 人（7.1%）となっている。

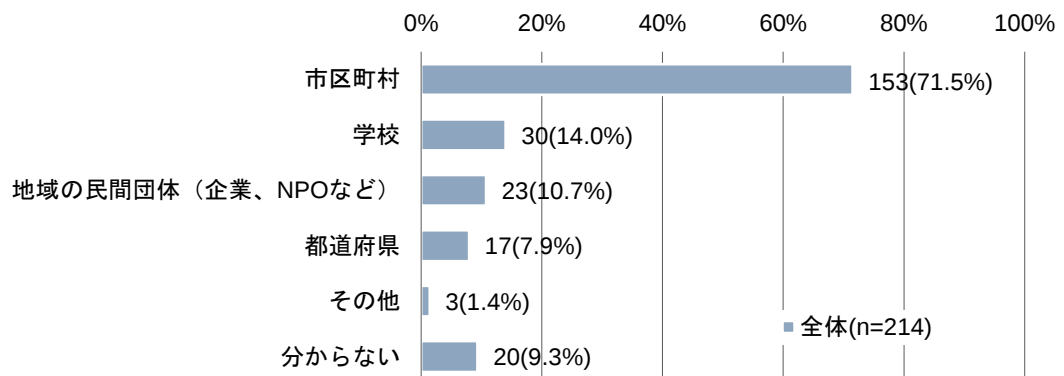
図表 57 Q39 生理用品の無償提供の認知状況:単数回答



(2) 無償提供を行っている団体

Q39 で生理用品の無償提供が「行われている」と回答した人（214 人）について、無償提供を行っている団体をみると、「市区町村」が 153 人（71.5%）で非常に人数が多くなっている。次いで「学校」が 30 人（14.0%）となっている。

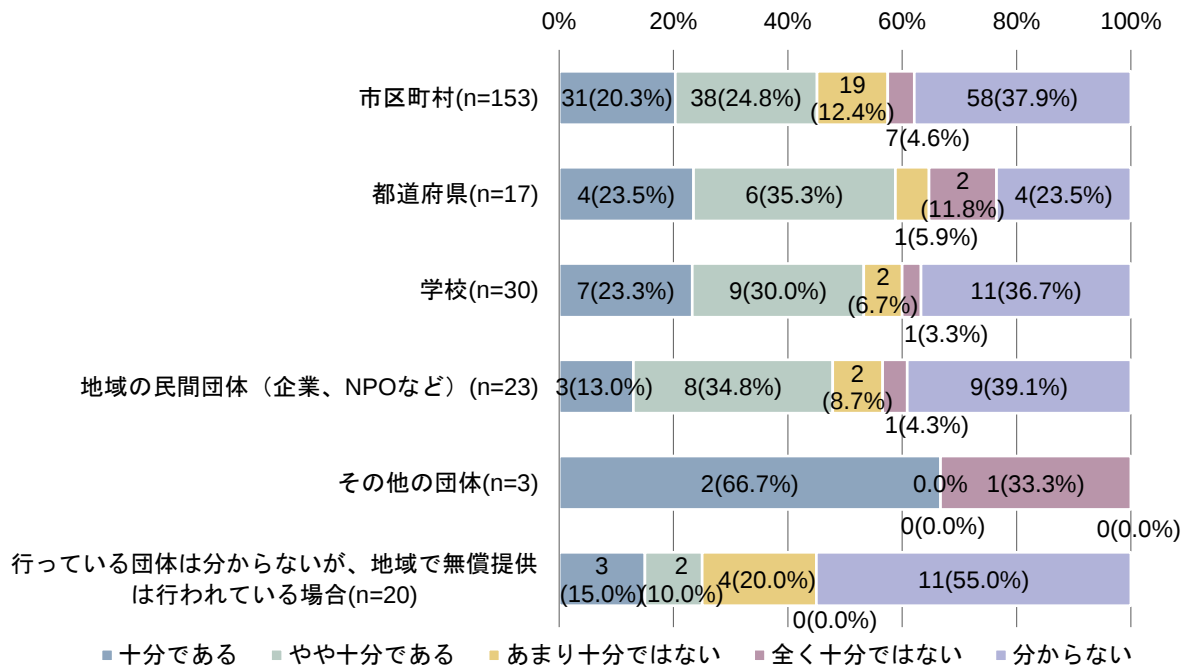
図表 58 Q40 無償提供を行っている団体:複数回答



(3) 無償提供の充足度

Q40 にて各団体が生理用品の無償提供を行っているとは回答した人について、それぞれの団体が行っている無償提供の充足度を把握したところ、「市区町村」では、153 人中 31 人（20.3%）が「十分である」となっている。

図表 59 Q41 各団体からの無償提供の充足度：単数回答

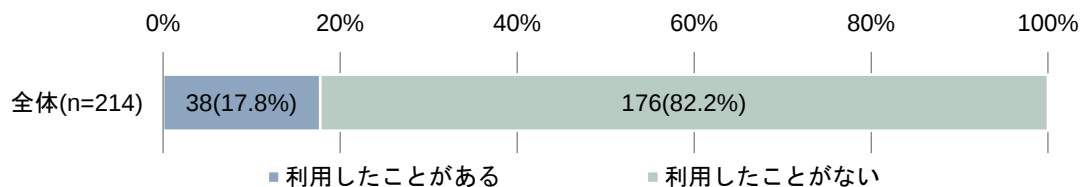


(注)「都道府県」「学校」「地域の民間団体（企業、NPO など）」「その他の団体」「行っている団体は分からないが、地域で無償提供は行われている場合」は n が小さいため参考値である。

(4) 生理用品の無償提供の利用状況

Q39 で生理用品の無償提供が「行われている」と回答した人（214 人）について、市区町村、都道府県、学校、地域の民間団体（企業、NPO など）等の各団体から行われている無償提供を利用したことがあるかを把握したところ、いずれかの団体からの無償提供を利用したことがある」の回答人数は 38 人（17.8%）となっている。

図表 60 Q42 生理用品の無償提供の利用状況：単数回答

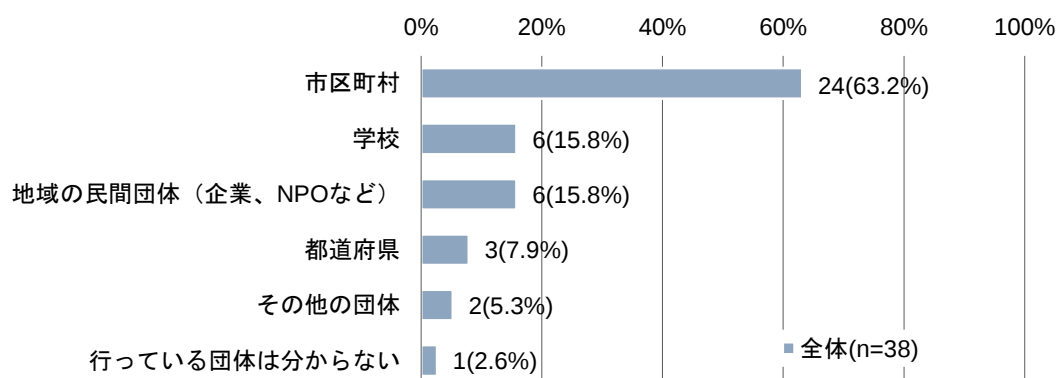


(注) Q42 は、無償提供を行っている主体（市区町村、都道府県、学校、地域の民間団体、その他の団体、行っている団体は分からない）別に利用状況を「利用したことがある」「利用したことがない」を単数回答する設問であるが、少なくとも 1 つ以上の主体からの無償提供を利用した場合は「利用したことがある」、いずれの団体からの無償提供も利用していない場合を「利用したことがない」と分類した。

(5) 利用したことのある無償提供の提供主体

Q42 でいずれかの団体による無償提供を「利用したことがある」と回答した人（38 人）について、その提供主体をみると、「市区町村」が 24 人（63.2%）で最も人数が多くなっている。その他、「学校」「地域の民間団体（企業、NPO など）」がいずれも 6 人（15.8%）となっている。

図表 61 Q42 利用したことのある無償提供の提供主体:複数回答



（注）Q42 は、無償提供を行っている主体（市区町村、都道府県、学校、地域の民間団体、その他の団体、行っている団体は分からない）別に利用状況を「利用したことがある」「利用したことがない」を単数回答する設問であるが、ここでは、少なくとも 1 つ以上の団体からの無償提供を利用したことがある人に対して、提供された主体をまとめている。

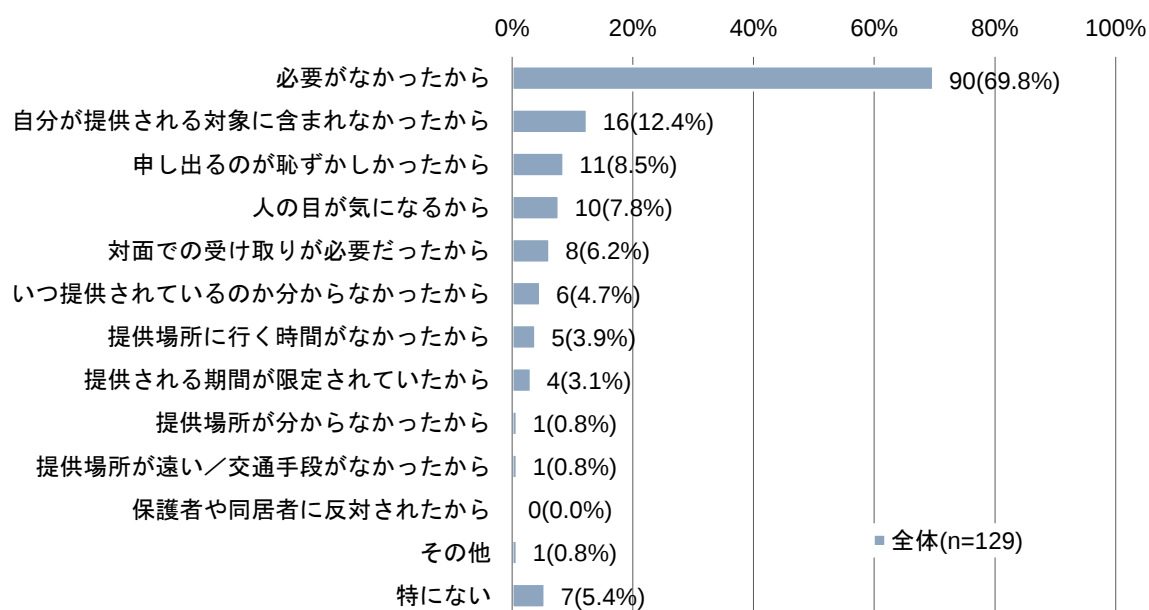
(6) 生理用品の無償提供を利用していない理由

Q40 にて市区町村、学校、地域の民間団体（企業、NPO など）、都道府県、その他の団体からの無償提供が行われていることや、行っている団体は分からないが無償提供が行われていること自体を認知しており、かつ Q42 にて「利用したことがない」と回答した人について、各団体から行われている無償提供を利用していない理由を把握した。なお、「市区町村」以外の「学校」「地域の民間団体（企業、NPO など）」「都道府県」「団体は分からないが無償提供が行われている場合」は回答数が少ないことから留意が必要である。また、「その他の団体」については n=1 のため、結果は掲載していない。

1) 市区町村からの生理用品の無償提供を利用していない理由

129 人のうち、「必要がなかったから」が 90 人（69.8%）で最も人数が多く、次いで「自分が提供される対象に含まれなかったから」が 16 人（12.4%）となっている。

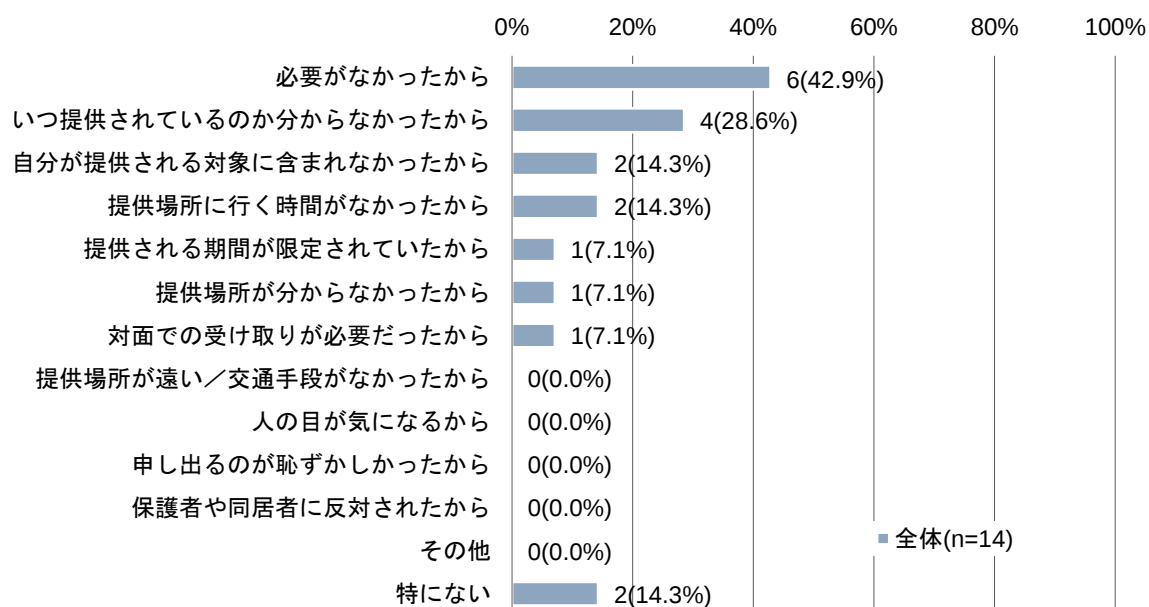
図表 62 Q43_1 市区町村からの生理用品の無償提供を利用していない理由：複数回答



2) 都道府県からの生理用品の無償提供を利用していない理由

14 人のうち、「必要がなかったから」が 6 人で最も人数が多く、次いで「いつ提供されているのか分からなかったから」が 4 人となっている。

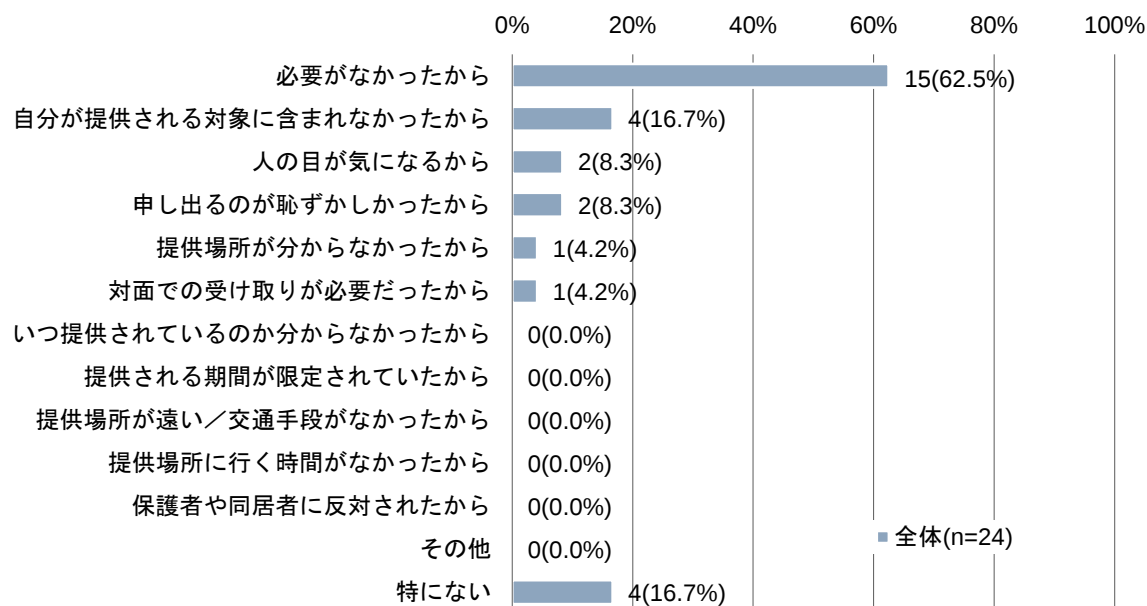
図表 63 Q43_2 都道府県からの生理用品の無償提供を利用していない理由：複数回答



3) 学校からの生理用品の無償提供を利用していない理由

24 人のうち、「必要がなかったから」が 15 人で最も人数が多く、次いで「自分が提供される対象に含まれなかったから」が 4 人となっている。その他、「特にない」を回答した人は 4 人となっている。

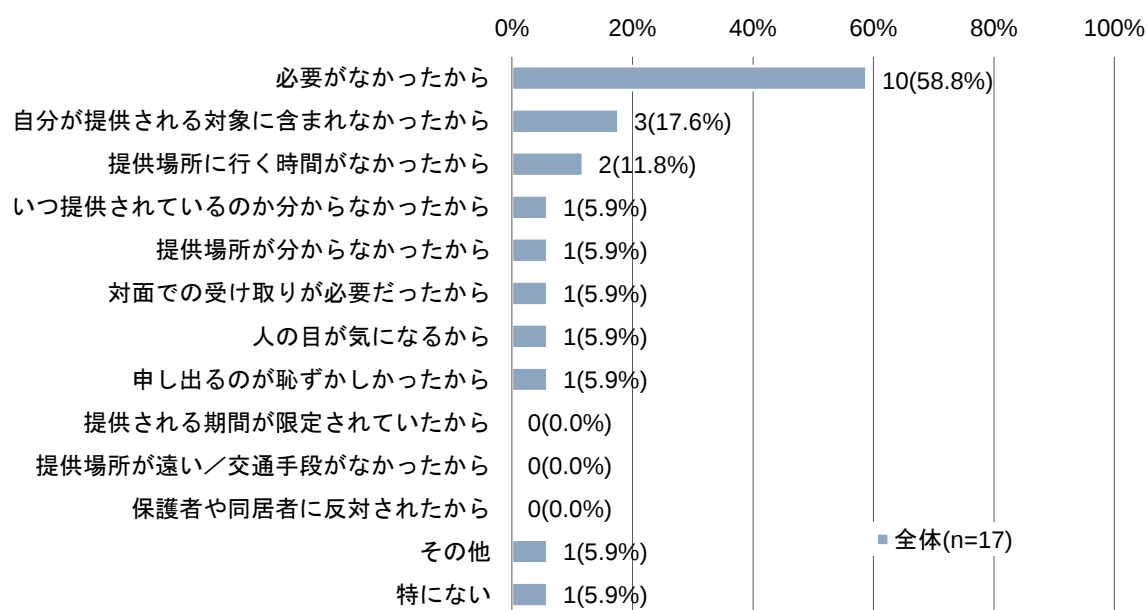
図表 64 Q43_3 学校からの生理用品の無償提供を利用していない理由:複数回答



4) 民間団体（民間企業、NPO など）からの生理用品の無償提供を利用していない理由

17 人のうち、「必要がなかったから」が 10 人で最も人数が多く、次いで「自分が提供される対象に含まれなかったから」が 3 人となっている。

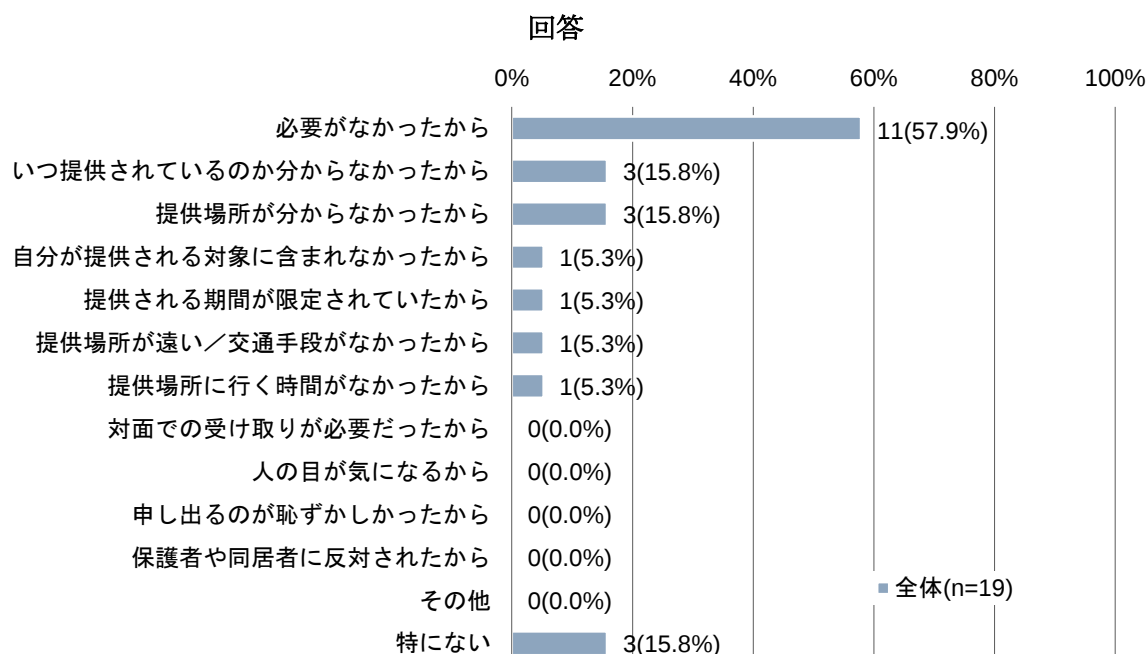
図表 65 Q43_4 民間団体（民間企業、NPO など）からの生理用品の無償提供を利用していない理由:複数回答



5) 団体は分からないが、地域で無償提供は行われている場合に利用していない理由

19人のうち、「必要がなかったから」が11人で最も人数が多く、次いで「いつ提供されているのか分からなかったから」「提供場所が分からなかったから」が3人となっている。その他、「特にない」を回答した人が3人みられる。

図表 66 Q43_6 団体は分からないが、地域で無償提供は行われている場合に利用していない理由:複数

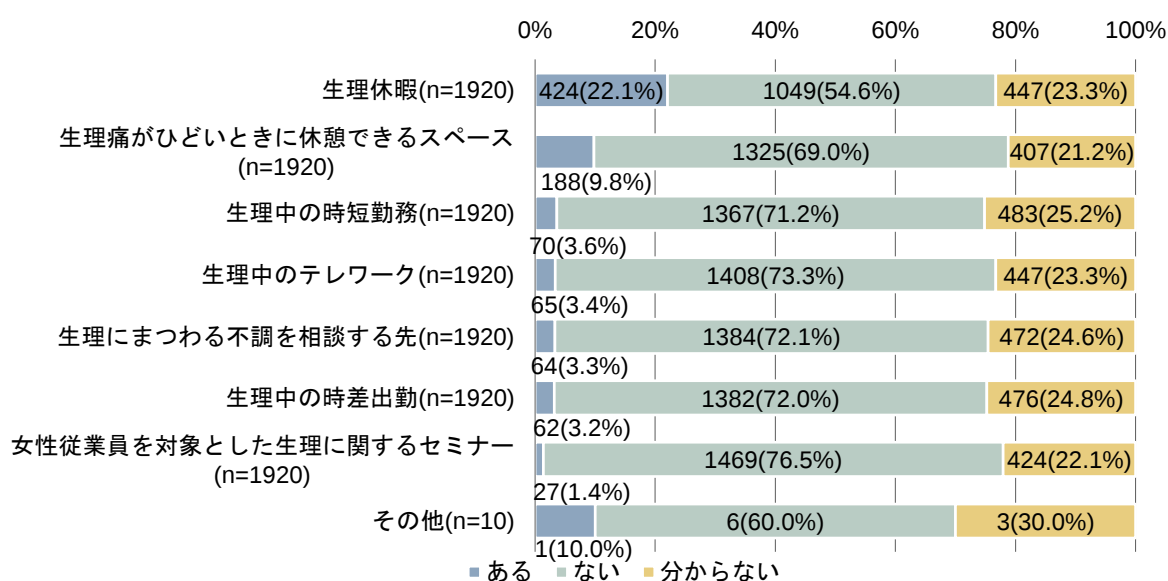


(7) 職場の支援策の認知状況

「正社員」「会社役員」「契約社員・嘱託社員」「パート・アルバイト」「派遣社員」として働いている回答者（1920人）について、職場の支援策の認知状況を把握した。

職場の支援策として、「生理休暇」で「ある」と回答した人数が424人（22.1%）で最も多い。次いで、「生理痛がひどいときに休憩できるスペース」で188人（9.8%）となっている。

図表 67 Q44 職場の支援策の認知状況:それぞれについて単数回答



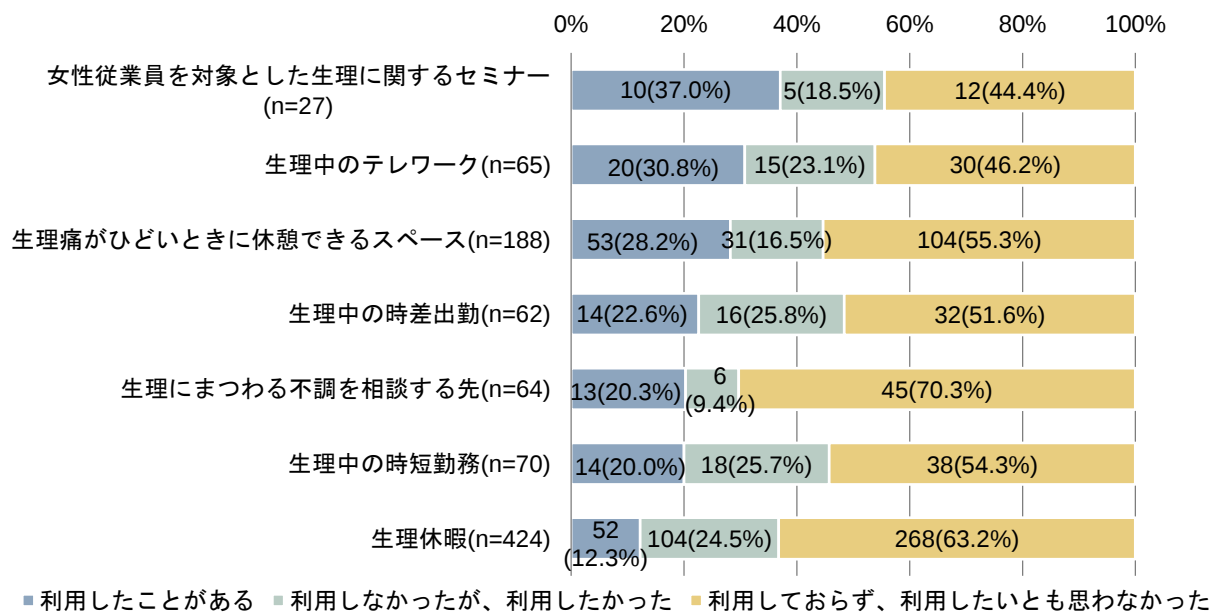
(注)「その他」は任意回答としたため、nが小さく参考値である。

(8) 職場の支援策の利用状況

Q44 で職場における各支援策が「ある」と回答した人について、それぞれの利用状況を把握したところ、「女性従業員を対象とした生理に関するセミナー」で 27 人中 10 人 (37.0%) が利用しているが、回答数が少ないため留意が必要である。その他、「生理中のテレワーク」では 65 人中 20 人 (30.8%)、「生理痛がひどいときに休憩できるスペース」では 188 人中 53 人 (28.2%) が支援策を利用していると回答している。

職場の支援策として「ある」の人数が最も多い「生理休暇」については、424 人中 52 人 (12.3%) が「利用したことがある」と回答している。

図表 68 Q45 職場の支援策の利用状況:それぞれについて単数回答



(注1) 「女性従業員を対象とした生理に関するセミナー」は n が小さいため留意が必要である。

(注2) 「その他」の利用状況も把握したが、n=1 のため掲載していない。

(9) 経済的理由から生理用品を購入することが難しい場合、支援してほしいこと

経済的理由から生理用品を購入することが難しい場合、支援してほしいことをみると、3000人のうち、「生理用品に軽減税率（消費税率8%など）を適用してほしい」が1531人（51.0%）で最も人数が多く、次いで「公共施設のトイレに無償で使える生理用品を設置してほしい」が811人（27.0%）となっている。なお、「特にない」が918人（30.6%）となっている。

図表 69 Q46 経済的理由から生理用品を購入することが難しい場合、支援してほしいこと：複数回答

