

～「生理への理解を深める」プロジェクト～
世界月経衛生デー（5月28日）を前に、ベビーカレンダーで働く男性社員を対象に
第2回「生理に関する理解度チェック」を実施
男性社員の平均点が65点から77点に！1年間で平均点が約10点UP
生理への理解度UPのきっかけは「男性社員のナプキン体験」
 2022年5月27日（金）

専門家から直接アドバイスを受けられる日本最大[※]の育児支援サイトを運営する株式会社ベビーカレンダー（旧社名：株式会社クックパッドベビー、本社：東京都渋谷区、代表取締役：安田啓司、以下「ベビーカレンダー」）では、生理情報サイト「ムーンカレンダー」(<https://moon-calendar.jp>)の運営を行っています。「ムーンカレンダー」では、「世界月経衛生デー（5月28日）」を前に、ベビーカレンダーで働く男性社員14名を対象に、2回目となる「生理に関する理解度チェック」を実施しました。

※2021年11月時点において各メディア（当社選定競合サイト4社）が発表している月間PV数（当社調べ）において

■「生理に関する理解度チェック」実施の背景

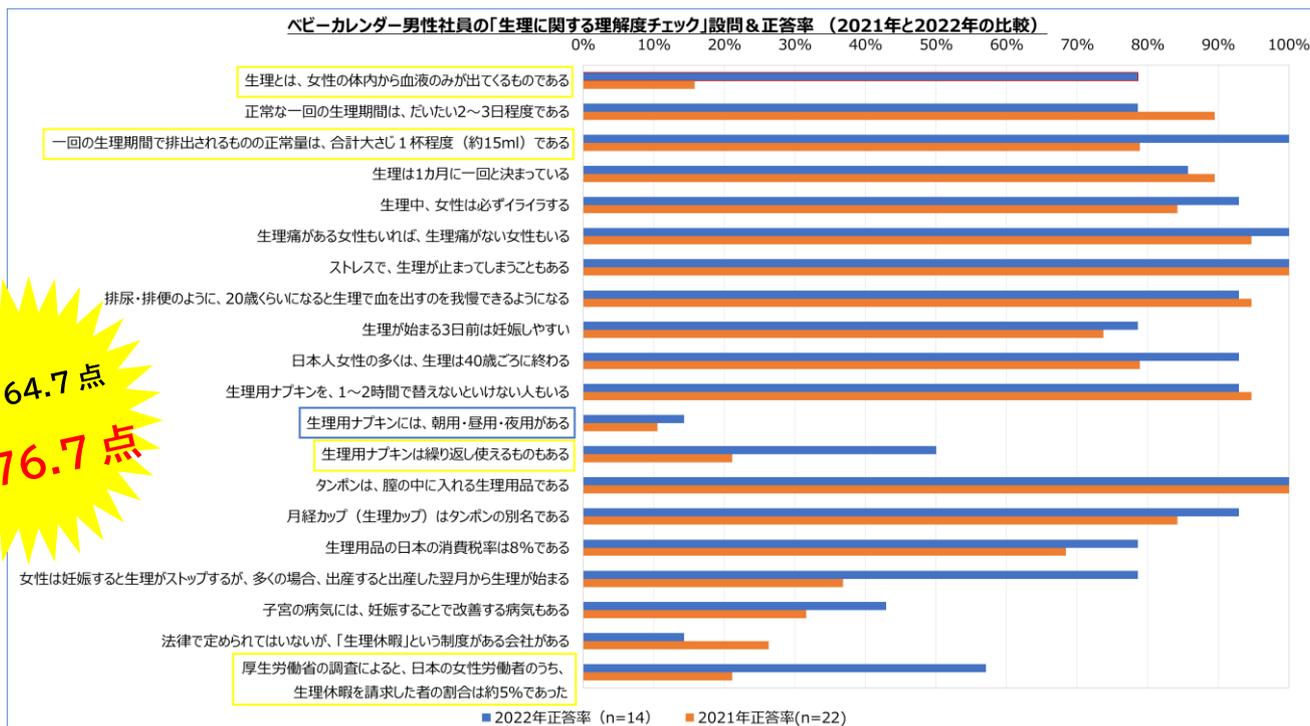
「ムーンカレンダー」の運営にあたり、女性の生理がいまだタブー視されることがあること、男性の理解が進んでいない世の中の状況があることを改めて実感したことから、「女性の生理を男女で理解し合うための情報発信には、まずは社内の男性への意識改革が必要では？」と考え、「生理への理解を深める」プロジェクトを発足しました。

■「生理への理解を深める」プロジェクト

2021年6月に、第1回の取り組みとして、「生理の理解度チェック」と「男性社員のナプキン体験」を実施しました。第1回の取り組みから1年が経過し、男性社員の生理に関する意識や理解度に変化があったかを調査するべく、第2回「生理についての理解度チェック」を実施しました。

■男性社員を対象に「生理に関する理解度チェック」を実施！結果は！？

○か×で答える生理に関するクイズを出題。1問5点、全20問の100点満点形式で行いました。初回の「生理の理解度チェック」から1年が経過し、生理への理解が変化しているかをチェックするため2021年と同様の問題を出題しました。結果は以下の通りです。



【本件に関するお問い合わせ先】

ベビーカレンダーPR事務局<株>イニシャル内> 担当：青木、伊藤、倉田、三木

TEL：03-5572-7332 FAX：03-5572-6065 MAIL：babycalendar_2021@vectorinc.co.jp

※本リリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。

2021 年度の平均点が 64.7 点であったのに対し、2022 年度は 76.7 点と全体的に正答率が上がりました。また、平均点が増えるだけでなく、全問正解者も出て、男性社員の理解度は比較的上昇したという結果になりました。しかし、一部の設問は、2021 年に引き続き、正答率が低い結果となりました。

【正答率が上がった設問は？】

「生理とは、女性の体内から血液が出てくるものである」→正解は「×」

78.6%の方が正解である「×」を選択！この結果は、2021 年度の正答率（15.8%）を大きく上回る結果となりました。経血には、血液だけでなく剥がれ落ちた子宮内膜などが含まれており、1 回目の「理解度チェック」を通して、知識が深まったことがわかります。

「生理用ナプキンは繰り返し使えるものもある」→正解は「○」

50%の方が正解の「○」を選択。2021 年度の理解度チェックの際は、正答率が 21.1%だったことから、30%ほど正答率が上がったという結果となりました。

「厚生労働省の調査（※調査期間：平成 26 年4月1日から平成 27 年3月 31 日）によると、日本の女性労働者のうち、生理休暇を請求した者の割合は約 5%であった」→正解は「×」

57.1%の方が正解の「×」を選択。2021 年度は 21.1%だった正答率が、2022 年度は 57.1%と、こちらでも約 30%以上も正答率が上昇。女性の生理について、職場での理解が進んでいないことも認識しはじめていることがわかります。

【まだまだ課題のある設問は？】

「生理用ナプキンには、朝用・昼用・夜用がある」→正解は「×」

14.3%と低い正答率となりました。2021 年度も正答率は 10.5%と低い結果に。ナプキンには薄型で動きやすい「昼用」と、寝ているときもしっかり吸収してくれる「夜用」があり、「朝用」はありません。その時々で適したナプキンの種類があるということを男性に理解してもらうためにも、より情報発信していく必要があるということがわかりました。

これらの結果から、「生理への理解」を深めるプロジェクト発足から 1 年が経過し、ベビーカレンダーで働く男性社員の間で、生理に関する理解が進んでいるということがわかりました。しかし、一部の質問に対しては、昨年と変わらず正答率が低いという結果が出ていることから、浸透している知識に偏りがあることも明らかになりました。

※設問の正解についての詳しい解説は、以下の記事でご確認ください。

➔ <https://baby-calendar.jp/smilenews/detail/19603>

【本件に関するお問い合わせ先】

ベビーカレンダーPR 事務局<株>イニシャル内> 担当：青木、伊藤、倉田、三木

TEL：03-5572-7332 FAX：03-5572-6065 MAIL：babycalendar_2021@vectorinc.co.jp

※本リリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。

■男性社員の「生理」への理解度が深まった最大の理由は「男性社員のナプキン体験」！

2021年に実施した「男性社員のナプキン体験」では、ベビーカレンダーの男性社員全員が濡らした生理用ナプキンをつけて6時間過ごし、実際に女性が生理のときに感じている感覚を男性にも感じてもらうという目的で行いました。

※体験対象：ベビーカレンダー男性社員22名（※2021年時の人数。ナプキンをつけてみるのは、1名以外初めて） 体験内容：生理用ナプキン（羽なし・昼用）を開封し、大きじ1杯強の水（20ml）を生理用ナプキンに吸水させて装着し、そのまま6時間ほど過ごす。6時間後、トイレで生理用ナプキンを新しいものに取り換える

【ナプキン体験をした男性社員はどう思ったのか？】

●ナプキン装着後のファーストインプレッション

実際の男性社員のコメント

「心地いいものではない。交換できるなら早くしたい」

「思っていたよりも肌に密着する感じ。違和感があった」

「単純に気持ち悪かったです。なんだかおもらししてしまったような感覚があった」

「心地よくない」「違和感がある」という意見が多数。下着だけの状態と大きく異なる感覚に戸惑った人が多かったようです。水を吸水させた状態（経血が出た状態の再現）で体験したため、気持ち悪さを感じた人も多く、「肌にあたるものなのに大丈夫なのか」と、肌への影響を心配する声もありました。

●ナプキンを装着しての生活

実際の男性社員のコメント

「常に違和感があって座りにくかった。漏れてはなかったけど装着中ずっと下着が濡れてないか気になって仕方なかった」

「歩いた時の、モサモサしたナプキンそのものの肌触りと、ちょっと湿った感じが気になりました」

「漏れないか気になった」「動くときにナプキンの存在感が気になる」などの声がありました。ナプキンをつけた状態でしばらく過ごしてもらうことで、女性が生理中に感じる不快感をリアルに体感した人が多かったようです。

●ナプキンの取り替え

実際の男性社員のコメント

「面倒。気持ちのいいものではないと思った。多分、取り替える動作だけでも不快感を覚えるのではないかと思った」

「上着ではないので、取り替えにも場所やタイミングを気にしないといけない点がつらいと思いました」

生理中の女性が1日に何度もすることになるナプキンの交換にもチャレンジしてもらいました。「面倒くさい」「手間」などの声が多く、「実際に経血であればもっと大変なのでは」と、交換時の大変さや配慮すべきことに想像力を働かせた人も。

【本件に関するお問い合わせ先】

ベビーカレンダーPR事務局<㈱イニシャル内> 担当：青木、伊藤、倉田、三木

TEL：03-5572-7332 FAX：03-5572-6065 MAIL：babycalendar_2021@vectorinc.co.jp

※本リリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。

●生理痛や情緒不安定を伴うことについて

実際の男性社員のコメント

「この違和感が数日続くと思うとそれだけでストレス。外出中はトイレを探すだけでもストレス。CMでデリケートゾーンのかゆみがあることも知りましたが、肌が弱いとさらにストレスが重なるのかと思うとげんなり。ホルモンによる情緒不安定はわからないけど、少なくともナプキンだけでもこれだけのストレスを感じるなら情緒不安定になるなと感じた」

「生理痛等の痛みを伴うことについては、想像しかねる部分がありますが、**自分に置き換えて考えると、風邪の頭痛状態が数日続き、且つ毎月やってくることを考えると、かなりのストレスだなと思いました**」

今回は、ナプキンの装着のみですが、実際の生理中には下腹部に痛みを伴ったり、情緒不安定になったりとさまざまな症状が現れる女性が多いことについて考えてもらいました。すでに抱えている不快感の上に、痛みやイライラなどがダブルパンチ・トリプルパンチで襲ってくることについて、「ストレスが重なるのかと思うとげんなり」「同時期にさまざまな症状が生じるかと思うと想像を絶する」「理解することは難しいが、大変だと思う」など、「想像できない」という声が多く聞かれました。

●今回のナプキン体験の前後で変わったこと

実際の男性社員のコメント

「会議やセミナーなど仕事中に長時間拘束されることがあるが、**生理の女性が参加することを考えると休憩をこまめにとるなどの配慮が必要だなと感じた**」

「オムツと同様の認識だったが、そこまで単純な物ではないと思いました。**継続的に生理痛と付き合いながらの、ナプキンの取り替えなど、一定の配慮が必要になるのは当然という認識に変わりました**」

「気持ちが変わった、とまでは言えないが、**疑似体験をして大変さを以前より気にかけるようになった**」

「長時間の会議にはこまめな休憩を取ることが必要」「一定の配慮が必要になるのは当然」「これまでの学習方法では、職場での生理休暇や配慮の仕方もおざなりになってしまう」など、今回のトライアルを単なる「体験」で終わらせるのではなく、仕事やプライベートにおいて活かそうという声も聞かれました。

実際に生理用ナプキンを使用してもらうことで、生理中に女性が感じる不快感や、定期的なナプキンの交換の必要性などを感じてもらうことが出来ました。知識として学ぶだけでなく、実際に自らが体験することにより、女性社員への配慮の必要性が腹落ちしたとの声が多数寄せられました。

この「ナプキン体験」を実施した事で、男性社員が生理について理解する必要性を感じ、継続的な情報のインプットを行ったことにより、今回の「生理に関する理解度チェック」の正答率上昇に繋がりました。

<ベビーカレンダー編集部コメント>

「生理への理解を深める」プロジェクトの第一弾として、「生理に関する理解度チェック」「男性社員のナプキン体験」を実施すると生理中の女性にとっては当たり前のことでも新鮮に感じている男性社員の言葉に、決してこれは衝撃的なことではなく、むしろ男性にも知っておいて欲しいことばかりだったと感じました。つらさも大変さも、実際に体験してみないと心に響かないものです。

今後も、このプロジェクトを足掛かりに、「ベビーカレンダー」「ムーンカレンダー」は社内外の男性へ生理への理解を広める情報を発信していきます。

【本件に関するお問い合わせ先】

ベビーカレンダーPR事務局<㈱イニシャル内> 担当：青木、伊藤、倉田、三木

TEL：03-5572-7332 FAX：03-5572-6065 MAIL：babycalendar_2021@vectorinc.co.jp

※本リリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。

<「ベビーカレンダー」サイトに関して>

『ベビーカレンダー』は、月間PV数2.4億PV、会員登録数が年間約36万人、総勢約40名の医師・専門家が監修する妊娠・出産・育児の情報を網羅した日本最大の育児支援サイトです。妊娠してから赤ちゃんが1歳になるまでの間、赤ちゃんの成長に合わせ、元雑誌編集経験者を中心とした約20名の編集者が質の高い記事を毎日提供します。

※2021年11月時点において各メディア（当社選定競合サイト4社）が発表している月間PV数（当社調べ）において
 ニュースリリースはこちら▶<https://baby-calendar.jp/smilenews/release>

<運営会社「ベビーカレンダー」に関して>

社名： 株式会社ベビーカレンダー (<https://corp.baby-calendar.jp>)

※2021年3月25日 東証マザーズ上場

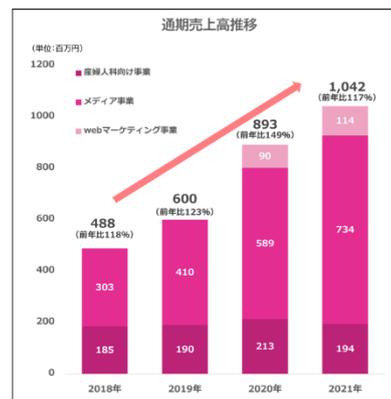
本社所在地： 〒151-0053 東京都渋谷区代々木1-38-2

ミヤタビルディング10F

代表者： 代表取締役 安田啓司

設立年月日： 1991年4月

主要事業： メディア事業、産婦人科向け事業、
 webマーケティング事業



多くの医療専門家監修による、日本最大のPV数を誇る育児支援サイト「ベビーカレンダー」を運営。ベビーカレンダー以外にも、女性のライフスタイルにあわせた情報提供サイトを展開し、事業を拡大中。2021年に東証マザーズ上場。

運営メディア一覧

■ベビーカレンダー：医師・専門家監修の妊娠・出産・育児の情報サイト

URL：<https://baby-calendar.jp/>

■ウーマンカレンダー：オトナ女子によるオトナ女子のためのアンチエイジングサイト

URL：<https://woman-calendar.jp/>

■介護カレンダー：高齢者向け介護施設検索サイト

URL：<https://kaigo-calendar.jp/>

■赤ちゃんの名づけ・名前ランキング：赤ちゃんの名前、よみのランキング検索サイト

URL：<https://nazuke-nameranking.jp/>

■ムーンカレンダー：女性の毎月をもっとラクにする生理サイト

URL：<https://moon-calendar.jp/>

公式 SNS から最新情報更新中！

Facebook：<https://www.facebook.com/babycalendar/>

Twitter：https://twitter.com/baby_calendar

Instagram：<https://www.instagram.com/babycalendar/>

YouTube：<https://www.youtube.com/channel/UCFbISCmHFCKHiFXsrcksuhA5>

【本件に関するお問い合わせ先】

ベビーカレンダーPR事務局<株>イニシャル内> 担当：青木、伊藤、倉田、三木

TEL：03-5572-7332 FAX：03-5572-6065 MAIL：babycalendar_2021@vectorinc.co.jp

※本リリース内容をご使用いただく際は、出典の記載をお願い申し上げます。また、画像データ等の改変はご遠慮ください。