

18歳意識調査 「第44回 -女性の生理-」要約版

日本財団 2022年2月4日

目次

調査概要	3
生理について 意識	5
生理に関連する身体的・精神的な不調や負担、日常の不便	7
生理にまつわる出費	9
生理にまつわることで経験したこと	10
生理に関する知識 認知度	11
生理に関する知識 情報源	13
生理に関する授業	15
生理に関する授業 満足度	16
生理に関する情報で授業で習った記憶があるもの	17
学校の授業で教えるべき情報	18
生理について学ぶ機会があったら嬉しかった時期	20
生理についての見解	21
自由記述：生理に関連するストレス・問題	23
自由記述：生理に関連する要望・希望	24

調査概要「18歳意識調査」 -女性の生理-

調査対象 全国の17歳～19歳男女

回答数 1000

※下記の割付にて回収

	17歳	18歳	19歳	計
男性	166	167	167	500
女性	166	167	167	500
計	332	334	334	1000

調査除外 下記の関係者は調査から除外
印刷業・出版業/マスコミ・メディア関連/
情報提供サービス・調査業/広告業

実施期間 2021年12月10日（金）～12月15日（水）

調査手法 インターネット調査

※注記：調査協力者がインターネット利用者に限られるなど、回答者に何らかの偏りが生じる可能性があり、必ずしも日本全体の17～19歳男女に妥当するものではない。

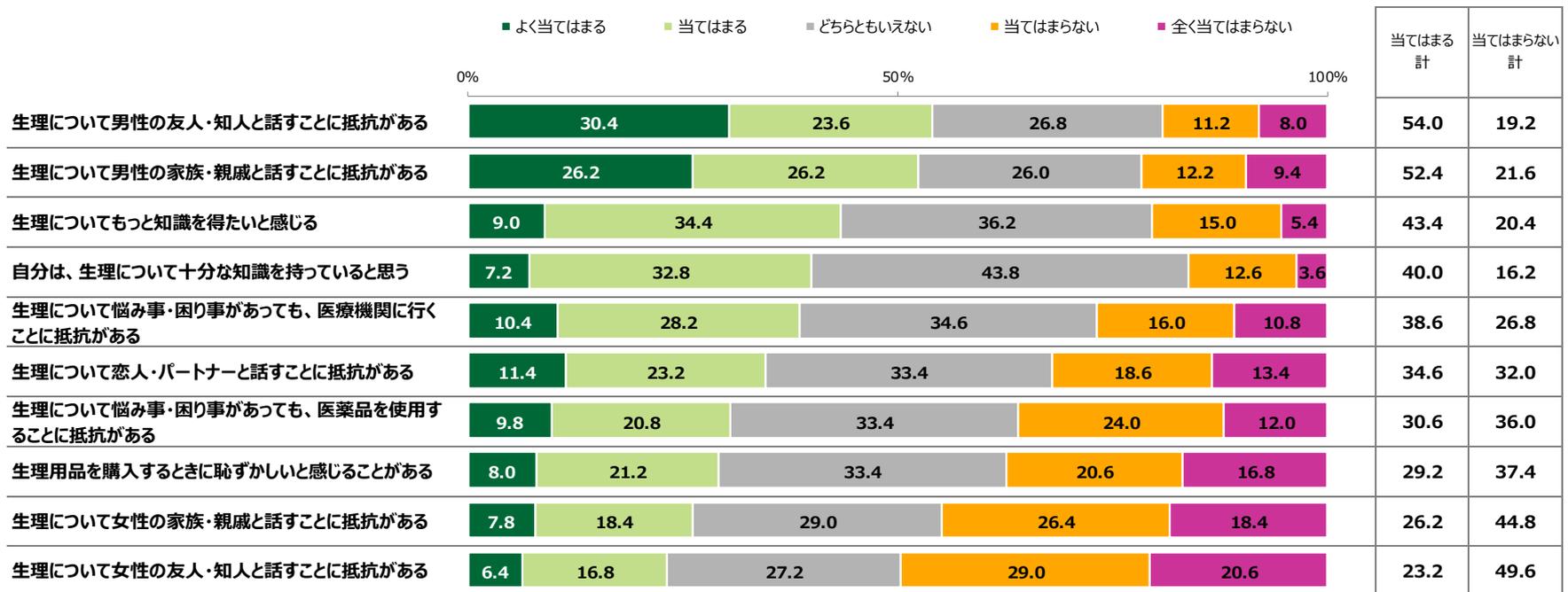
※注記：本編の図表の数値は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100%とはならない。

要約

生理について 意識（女性）

女性の中では、過半数が「生理について男性の友人・知人と話すこと」「生理について男性の家族・親戚と話すこと」に抵抗を感じていた。次いで「生理についてもっと知識を得たいと感じる」が多い（当てはまる・計：43.4%）。また、「自分は、生理について十分な知識を持っていると思う」は「当てはまる・計」は40.0%。

Q 以下の項目を読んで、各項目について自分に当てはまるものを回答してください。（各単一回答）（n=500）



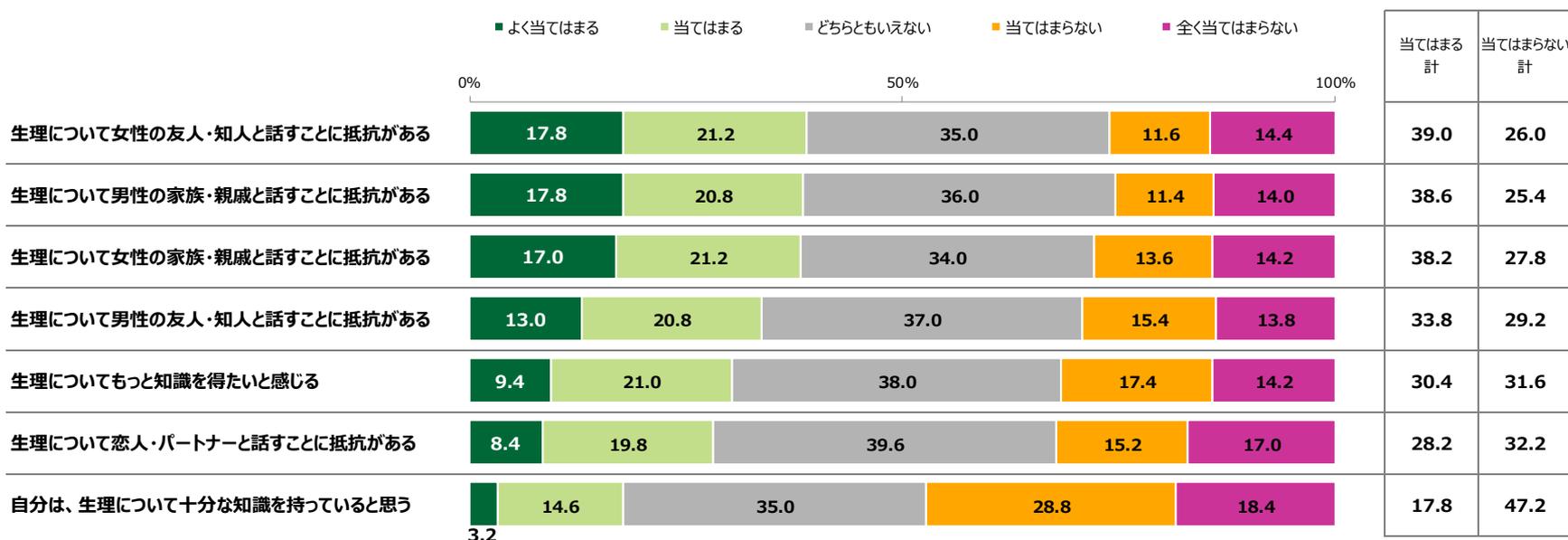
※「当てはまる・計」（「よく当てはまる」＋「当てはまる」）の比率の高い順に掲載

生理について 意識（男性）

男性は、「生理について女性の友人・知人と話すこと」「生理について男性の家族・親戚と話すこと」「生理について女性の家族・親戚と話すこと」について抵抗を感じるのはそれぞれ約4割。女性と比べると、異性と生理について話すことについて抵抗感は薄い。

また、「自分は、生理について十分な知識を持っていると思う」は「当てはまる・計」が17.8%にとどまる。

Q 以下の項目を読んで、各項目について自分に当てはまるものを回答してください。（各単一回答）（n=500）



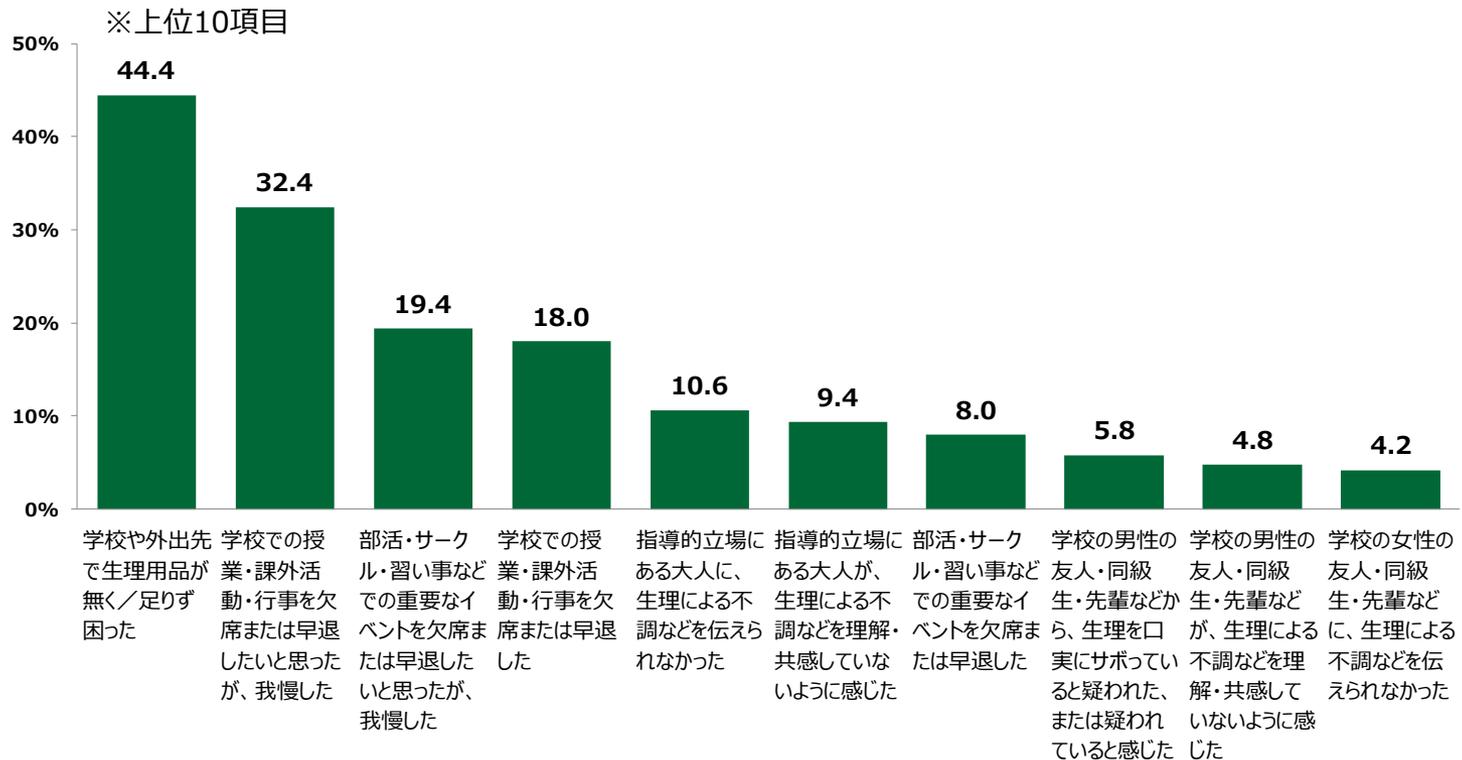
※「当てはまる・計」（「よく当てはまる」＋「当てはまる」）の比率の高い順に掲載

生理に関連する身体的・精神的な不調や負担、 日常の不便 1/2

生理に関連する日常の不便な内容は、「学校や外出先で生理用品が無く／足りず困った」が最も多く、44.4%。次いで、「学校での授業・課外活動・行事を欠席または早退したいと思ったが、我慢した」（32.4%）、「部活・サークル・習い事などでの重要なイベントを欠席または早退したいと思ったが、我慢した」（19.4%）、「学校での授業・課外活動・行事を欠席または早退した」（18.0%）が上位に挙がる。

■女性のみ

Q 生理に関連する身体的・精神的な不調や負担、日常の不便について伺います。
以下のうち、あなたが一度でも経験したことのあるものを全て選択してください。（複数回答）（n=500）



※本調査で「指導的立場にある大人」とは、「学校の先生、塾・習い事の講師、部活のコーチなど」を指す

生理に関連する身体的・精神的な不調や負担、 日常の不便 2/2

対人の精神的な不調や負担については、「指導的立場にある大人」に対する内容が最も多く17.6%。次いで「学校の男性の友人・同級生・先輩」（10.2%）が多い。

また、その内容は「生理による不調などを伝えられなかった」（16.2%）、「生理による不調などを理解・共感していないように感じた」（15.2%）が多い。

■女性のみ

Q 生理に関連する身体的・精神的な不調や負担、日常の不便について伺います。

以下のうち、あなたが一度でも経験したことのあるものを全て選択してください。（複数回答）（n=500）

誰に対して？		何を感じた？	
指導的立場にある大人（計）	17.6%	生理による不調などを伝えられなかった（計）	16.2%
学校の男性の友人・同級生・先輩（計）	10.2%	生理による不調などを理解・共感していないように感じた（計）	15.2%
学校の女性の友人・同級生・先輩（計）	8.0%	生理を口実にサボっていると疑われた、または疑われていると感じた（計）	9.2%
職場の男性の上司・先輩・同僚（計）	4.6%	生理による不調を我慢するように言われた（計）	4.8%
職場の女性の上司・先輩・同僚（計）	4.0%	体調管理ができていないと言われた（計）	4.4%

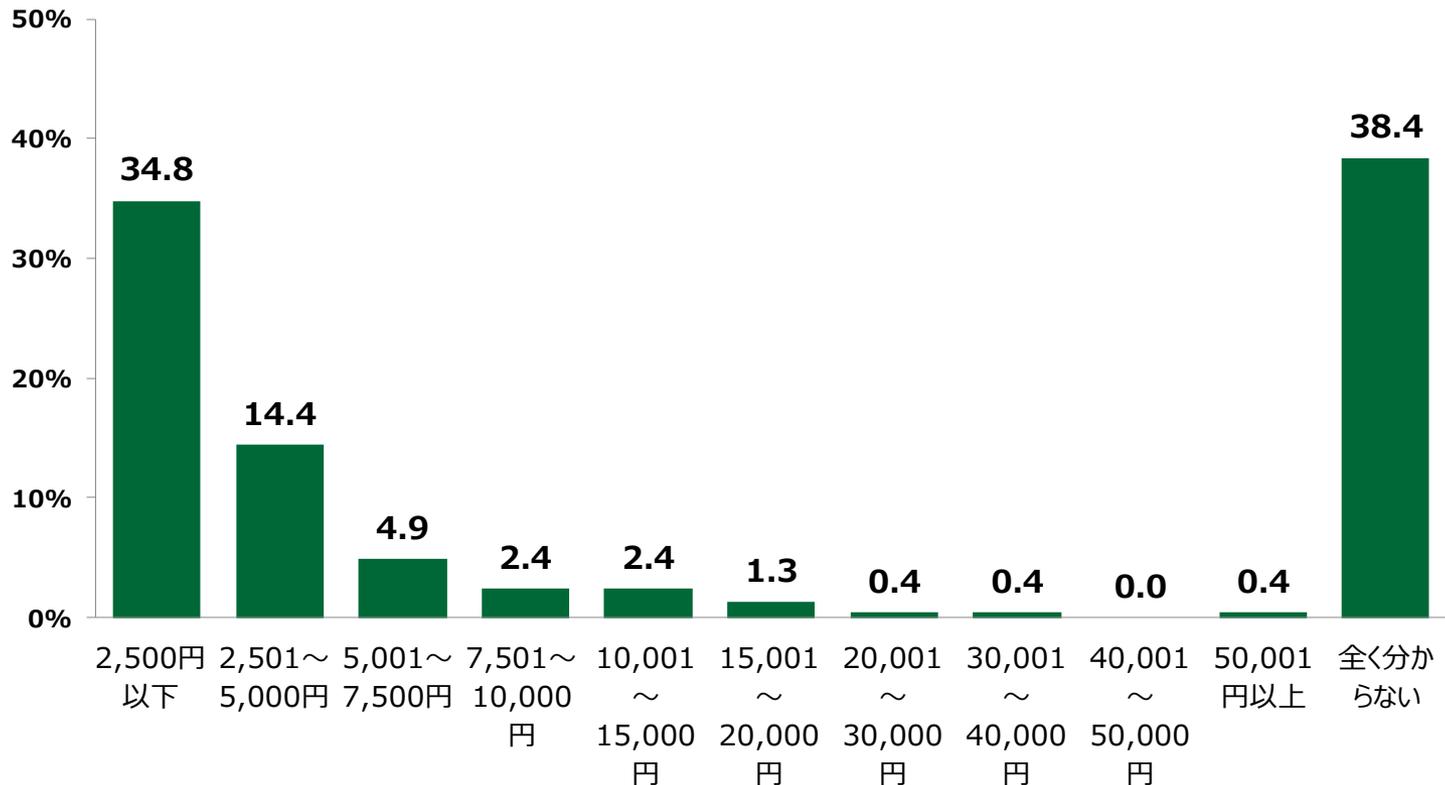
※前頁に掲載しているものと同設問。対人についての項目のみ「誰に対して」「何を感じた」の内容ごとに合算して算出。

生理にまつわる出費

1か月あたりの生理にまつわる出費は、「2,500円以下」が34.8%で最多。次いで、「2,501～5,000円」が14.4%。また、38.4%が「全く分からない」と回答。

■女性で過去1年間の生理経験者

Q 生理にまつわる出費について伺います。もし生理がなければ払う必要のないあらゆる費用負担が、過去1年間を振り返って、1か月あたり最大で何円程度かかったか、おおよその金額を選択してください。（単一回答）（n=451）

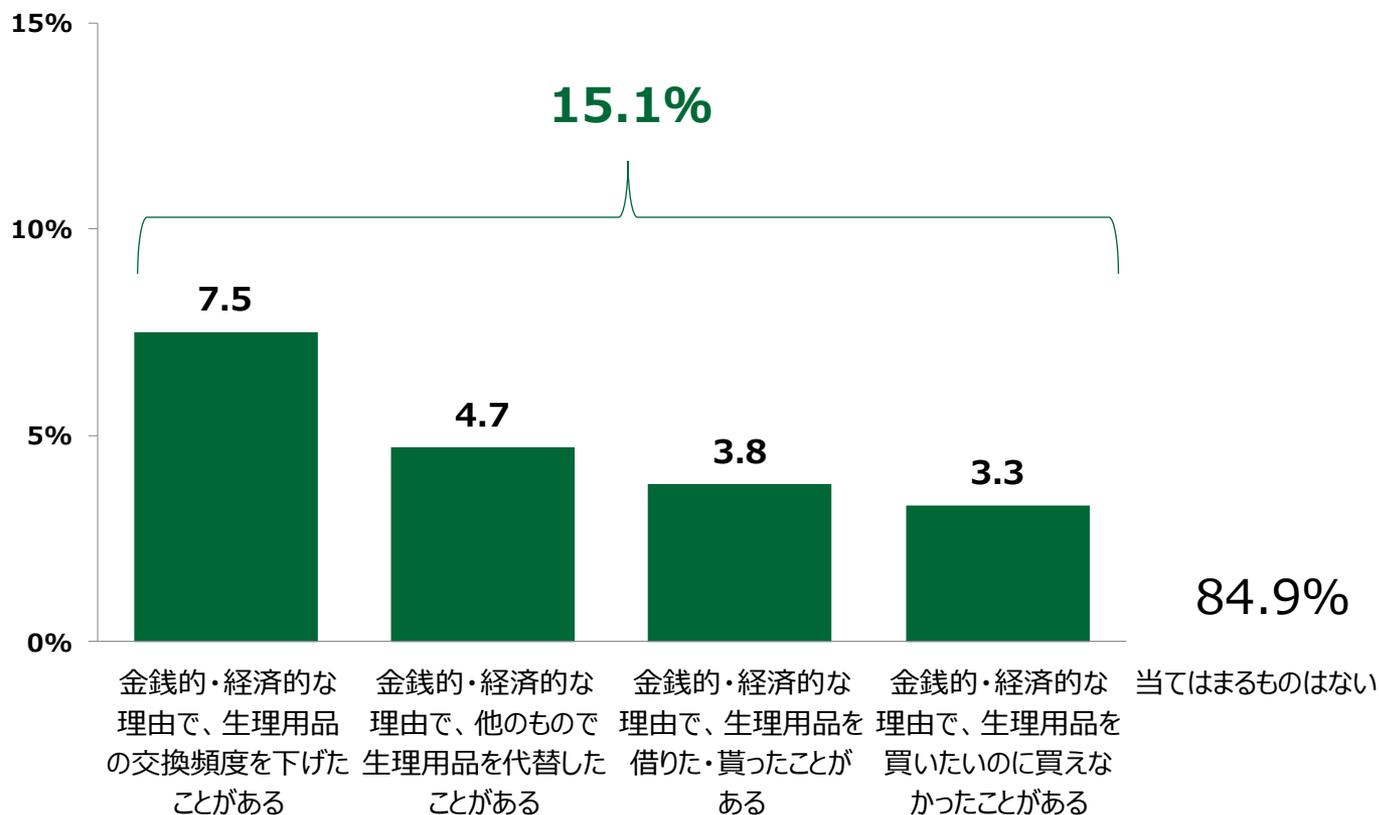


生理にまつわることで経験したこと

15.1%の人が、過去1年間で「金銭的・経済的な理由」で生理用品について不便を感じたと回答。その中では「金銭的・経済的な理由で、生理用品の交換頻度を下げたことがある」（7.5%）が多い。

■女性で過去1年間の生理経験者

Q 過去1年間を振り返って、あなたが一度でも経験したことのあるものを全て選択してください。（複数回答）（n=451）

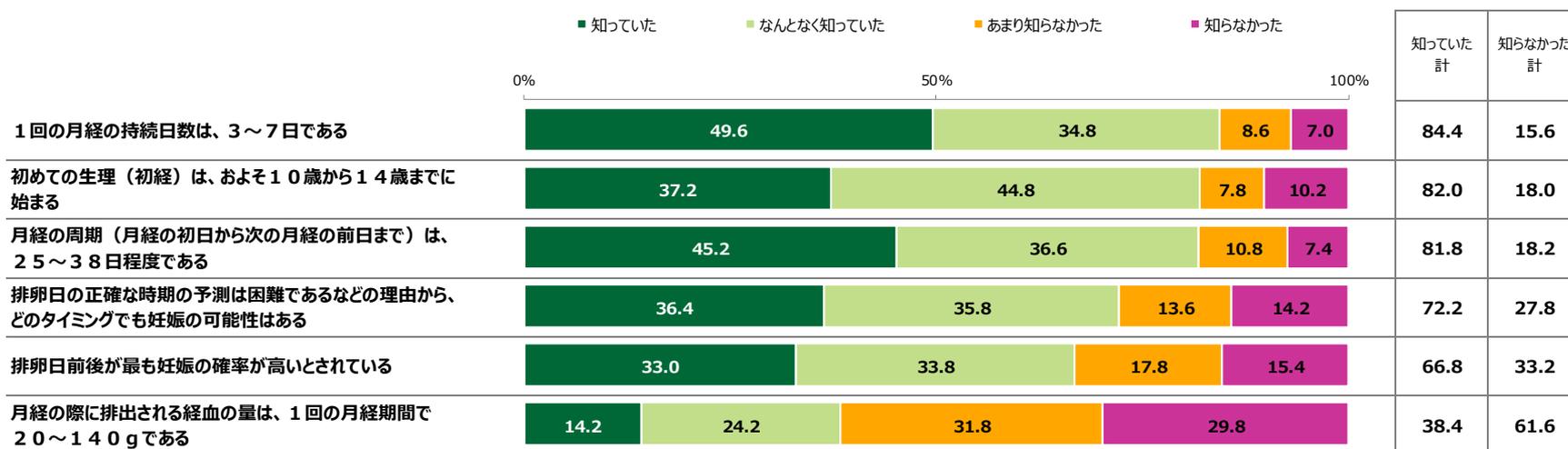


生理に関する知識 認知度（女性）

生理に関する基本的な知識では「1回の月経の持続日数は、3～7日である」「初めての生理（初経）は、およそ10歳から14歳までに始まる」「月経の周期（月経の初日から次の月経の前日まで）は、25～38日程度である」がそれぞれ8割以上の認知率。

次いで「排卵日の正確な時期の予測は困難であるなどの理由から、どのタイミングでも妊娠の可能性はある」（知っていた・計：72.2%）、「排卵日前後が最も妊娠の確率が高いとされている」（知っていた・計：66.8%）と続く。最も認知率が低いのは「月経の際に排出される経血の量は、1回の月経期間で20～140gである」（38.4%）。

Q 正常な生理（月経）の目安や、生理に関する基本的な知識について伺います。
以下の各項目について、知っていたかどうかを回答してください。（各単一回答）（n=500）

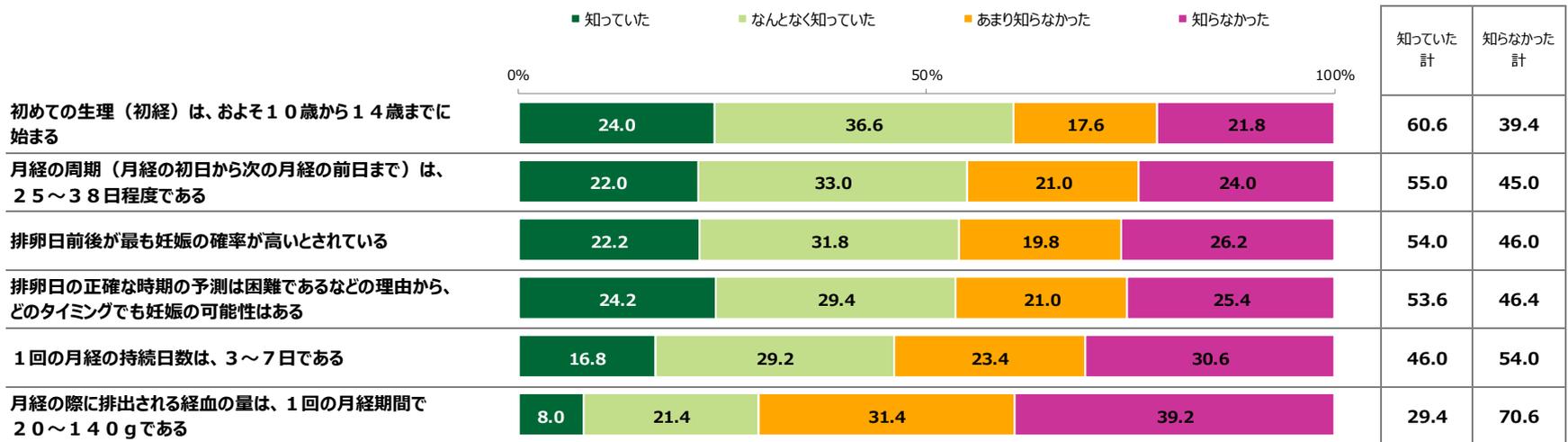


※「知っていた・計」（「知っていた」＋「なんとなく知っていた」）の比率の高い順に掲載

生理に関する知識 認知度（男性）

男性では「初めての生理（初経）は、およそ10歳から14歳までに始まる」が最も認知率が高く、60.6%。次いで、「月経の周期（月経の初日から次の月経の前日まで）は、25～38日程度である」「排卵日前後が最も妊娠の確率が高いとされている」「排卵日の正確な時期の予測は困難であるなどの理由から、どのタイミングでも妊娠の可能性はある」がそれぞれ5割台の認知率。「1回の月経の持続日数は、3～7日である」は46.0%。最も認知率が低いのは女性と同様で「月経の際に排出される経血の量は、1回の月経期間で20～140gである」（29.4%）。

Q 正常な生理（月経）の目安や、生理に関する基本的な知識について伺います。
以下の各項目について、知っていたかどうかを回答してください。（各単一回答）（n=500）

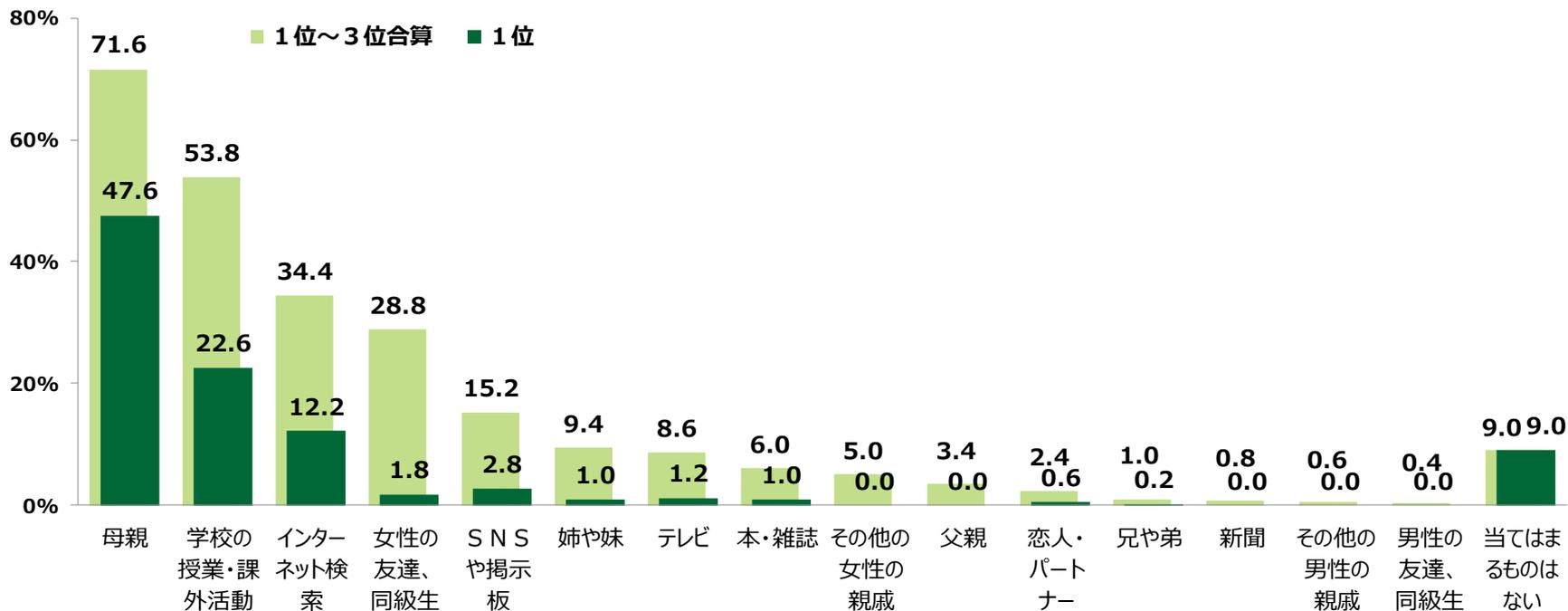


※「知っていた・計」（「知っていた」＋「なんとなく知っていた」）の比率の高い順に掲載

生理に関する知識 情報源 (女性)

生理に関する知識の情報源は、「母親」(71.6%)が最多。次いで「学校の授業・課外活動」(53.8%)、「インターネット検索」(34.4%)、「女性の友達、同級生」(28.8%)と続く。

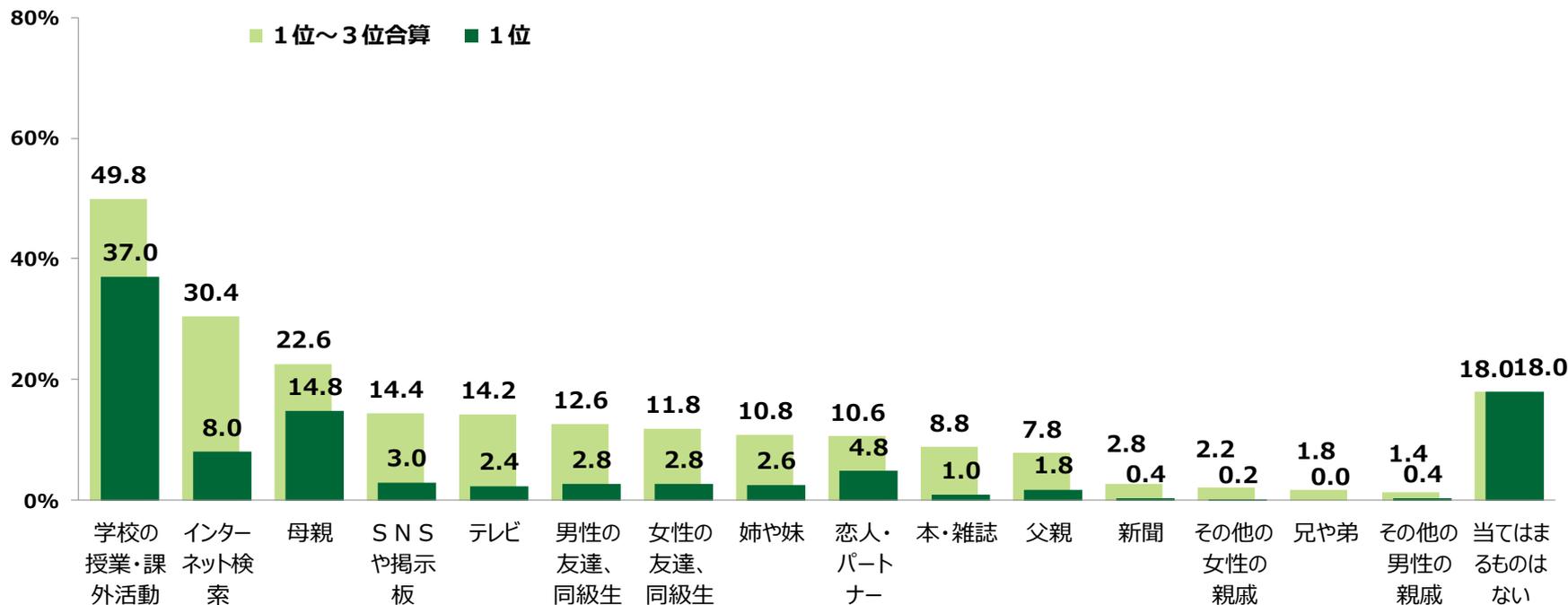
Q あなたが現在持っている生理に関する知識は、どこから得られたものですか。(1位~3位各単一回答) (n=500)



生理に関する知識 情報源 (男性)

男性の生理に関する知識の情報源は「学校の授業・課外活動」(49.8%)が最多。次いで「インターネット検索」(30.4%)、「母親」(22.6%)、「SNSや掲示板」(14.4%)と続く。

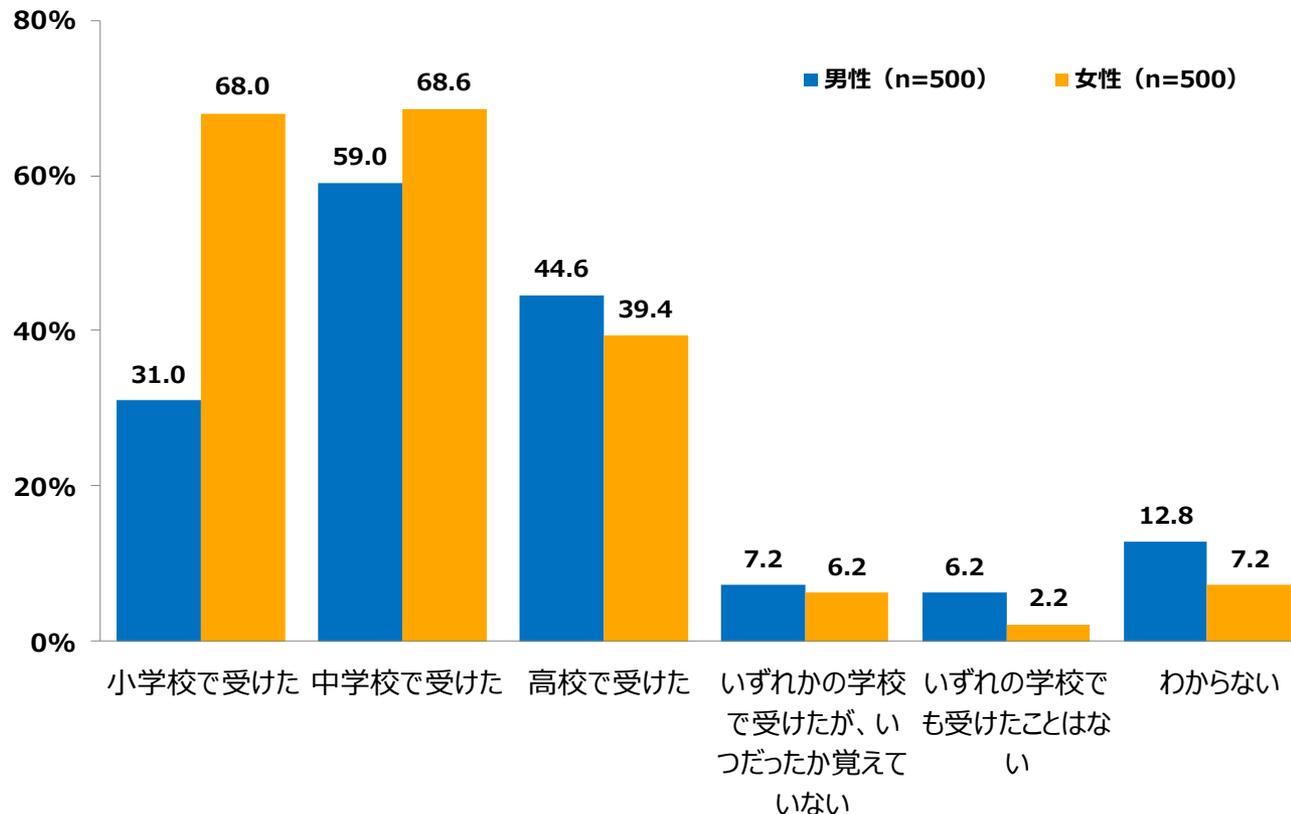
Q あなたが現在持っている生理に関する知識は、どこから得られたものですか。(1位~3位各単一回答) (n=500)



生理に関する授業

生理に関する授業は、女性の多くが「中学校」「小学校」で受けており、それぞれ7割近く。
男性は「中学校」が59.0%で最も多く、「高校」（44.6%）、「小学校」（31.0%）と続く。

Q あなたは、学校（小学校・中学校・高校など）で女性の生理に関する授業を受けたことはありますか。（複数回答）

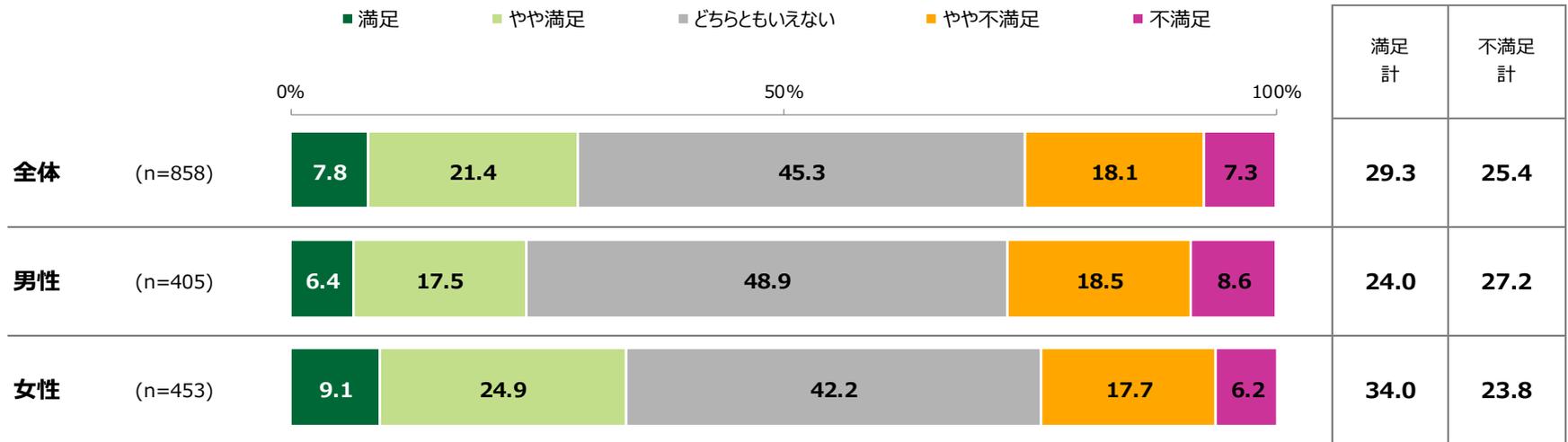


生理に関する授業 満足度

生理に関する授業の満足度は男女とも高くはなく、男性は24.0%、女性が34.0%の満足度であった。

■ 生理に関する授業を受けたことがある方

Q 学校（小学校・中学校・高校など）であなたが受けたことのある生理に関する授業は十分な量・内容でしたか。



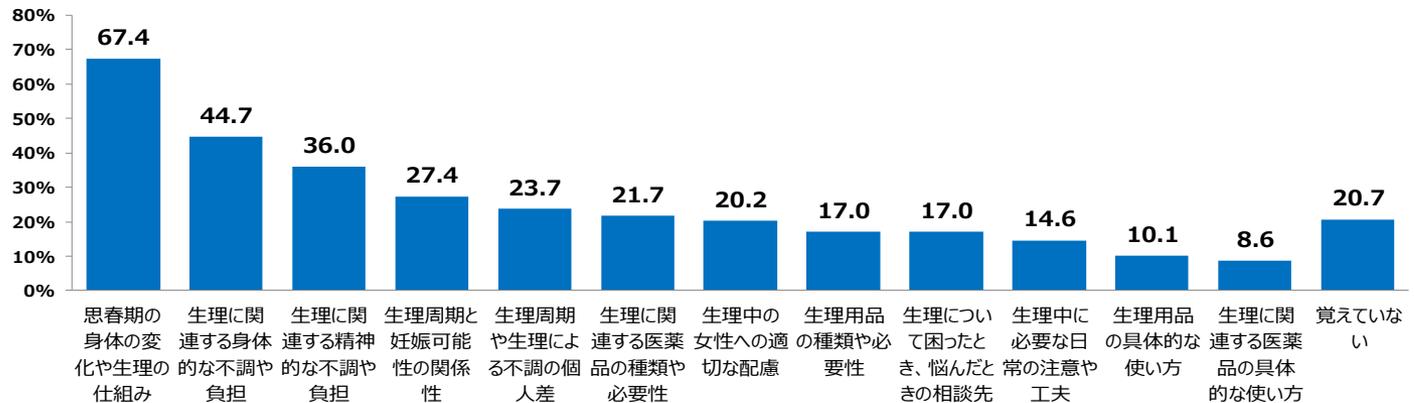
生理に関する情報で授業で習った記憶があるもの

授業で習った記憶があるものは、男女とも「思春期の身体の変化や生理の仕組み」が最多（男性：67.4%、女性：75.3%）。次に高いものも男女同じで「生理に関連する身体的な不調や負担」（男性：44.7%、女性：42.6%）。次いで、女性では「生理用品の種類や必要性」、男性では「生理に関連する精神的な不調や負担」が続く。

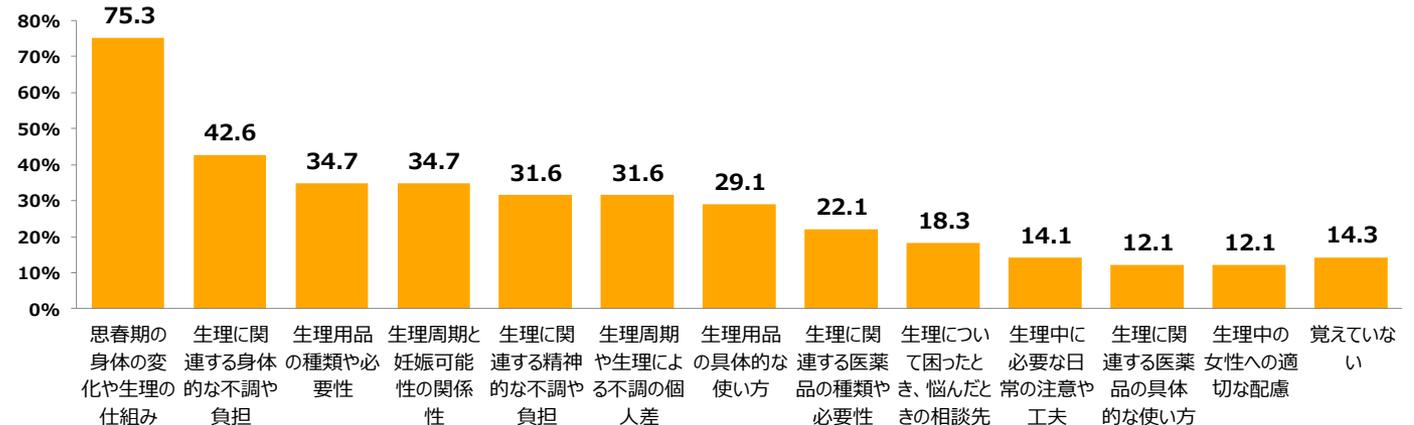
■生理に関する授業を受けたことがある方

Q 次の生理に関する情報のうち、あなたが学校（小学校・中学校・高校など）の授業で習った記憶があるものを全て選択してください。（複数回答）

男性（n=405）



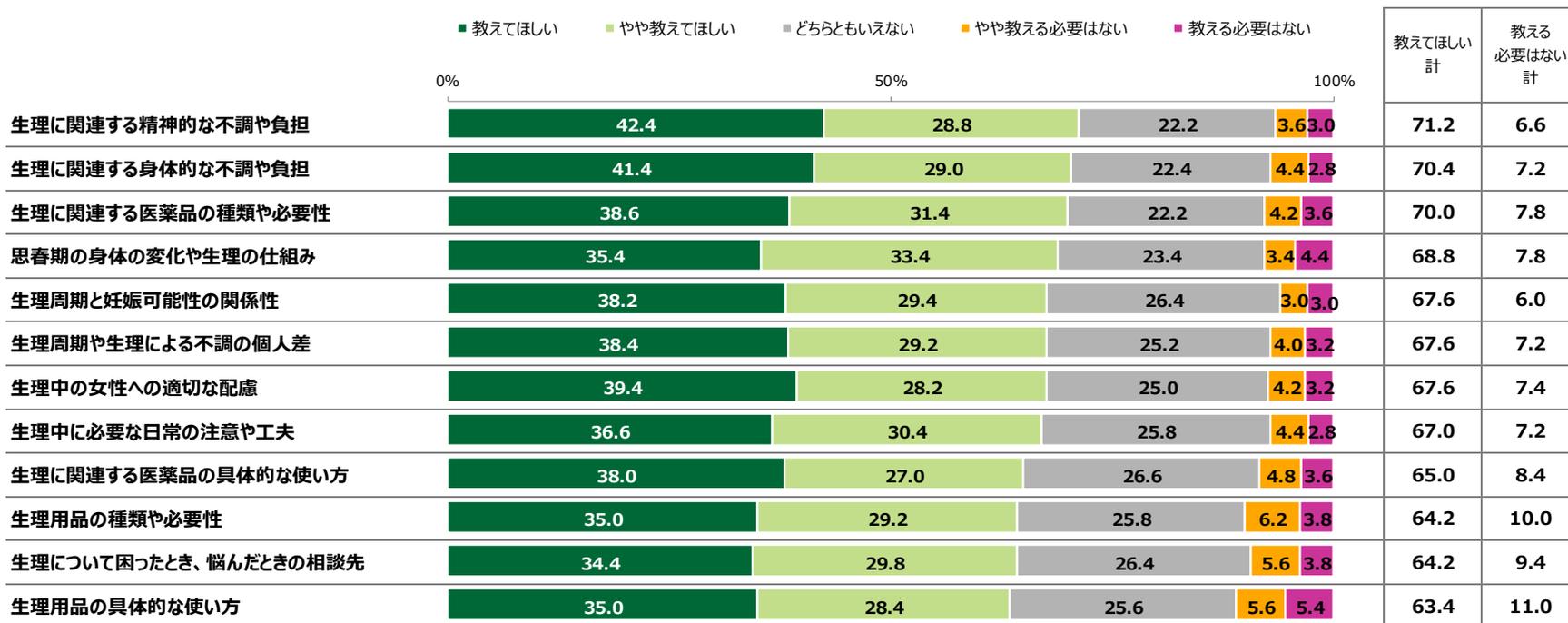
女性（n=453）



学校の授業で教えるべき情報（女性）

女性が学校の授業で教えてほしい情報は、「生理に関連する精神的な不調や負担」が最多（教えてほしい・計：71.2%）。ほか、「生理に関連する身体的な不調や負担」「生理に関連する医薬品の種類や必要性」がそれぞれ「教えてほしい・計」が約7割が多い。

Q 次の生理に関する情報について、あなたが学校の授業で教えるべき／教えてほしかったと思う程度を選択してください。
（各単一回答）（n=500）

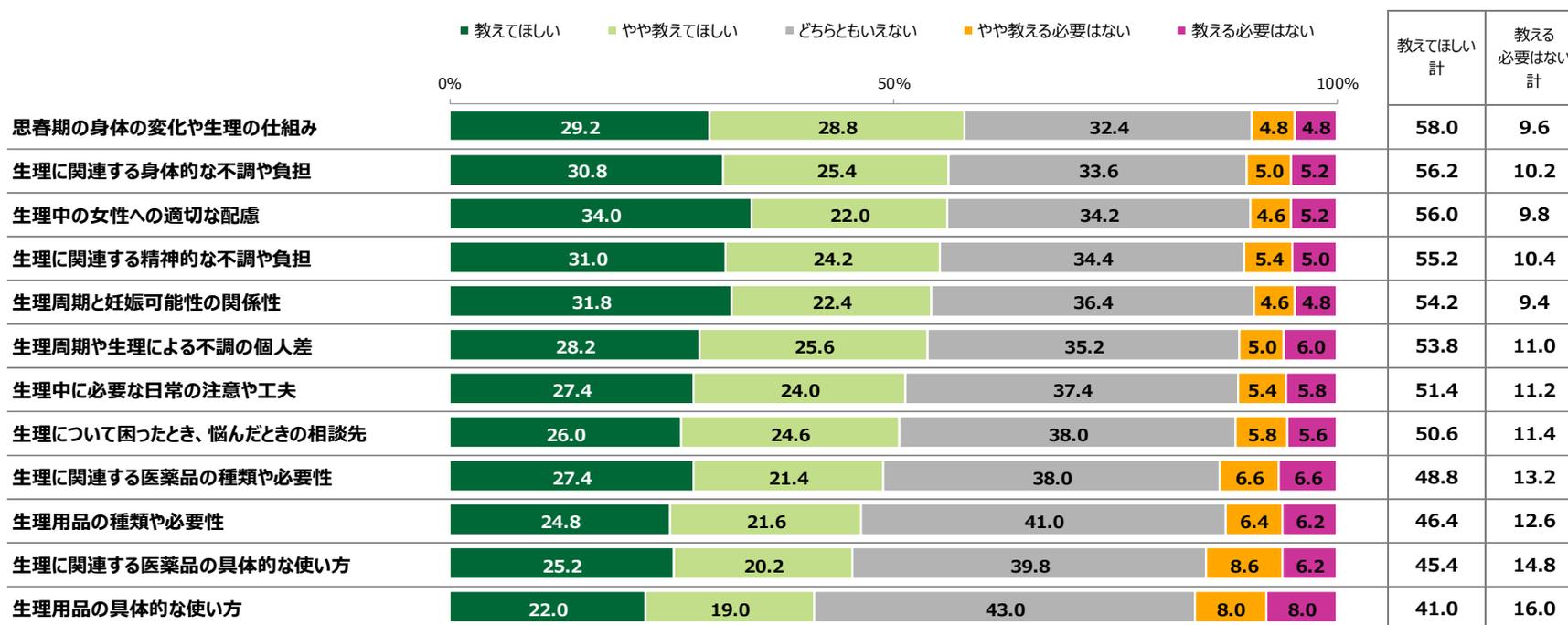


※「教えてほしい・計」（「教えてほしい」＋「やや教えてほしい」）の比率の高い順に掲載

学校の授業で教えるべき情報（男性）

男性が学校の授業で教えてほしい情報は、「思春期の身体の変化や生理の仕組み」（教えてほしい・計：58.0%）が最も多い。ほか、「生理に関連する身体的な不調や負担」「生理中の女性への適切な配慮」「生理に関連する精神的な不調や負担」「生理周期と妊娠可能性の関係性」の順が多い。

Q 次の生理に関する情報について、あなたが学校の授業で教えるべき／教えてほしかったと思う程度を選択してください。
（各単一回答）（n=500）

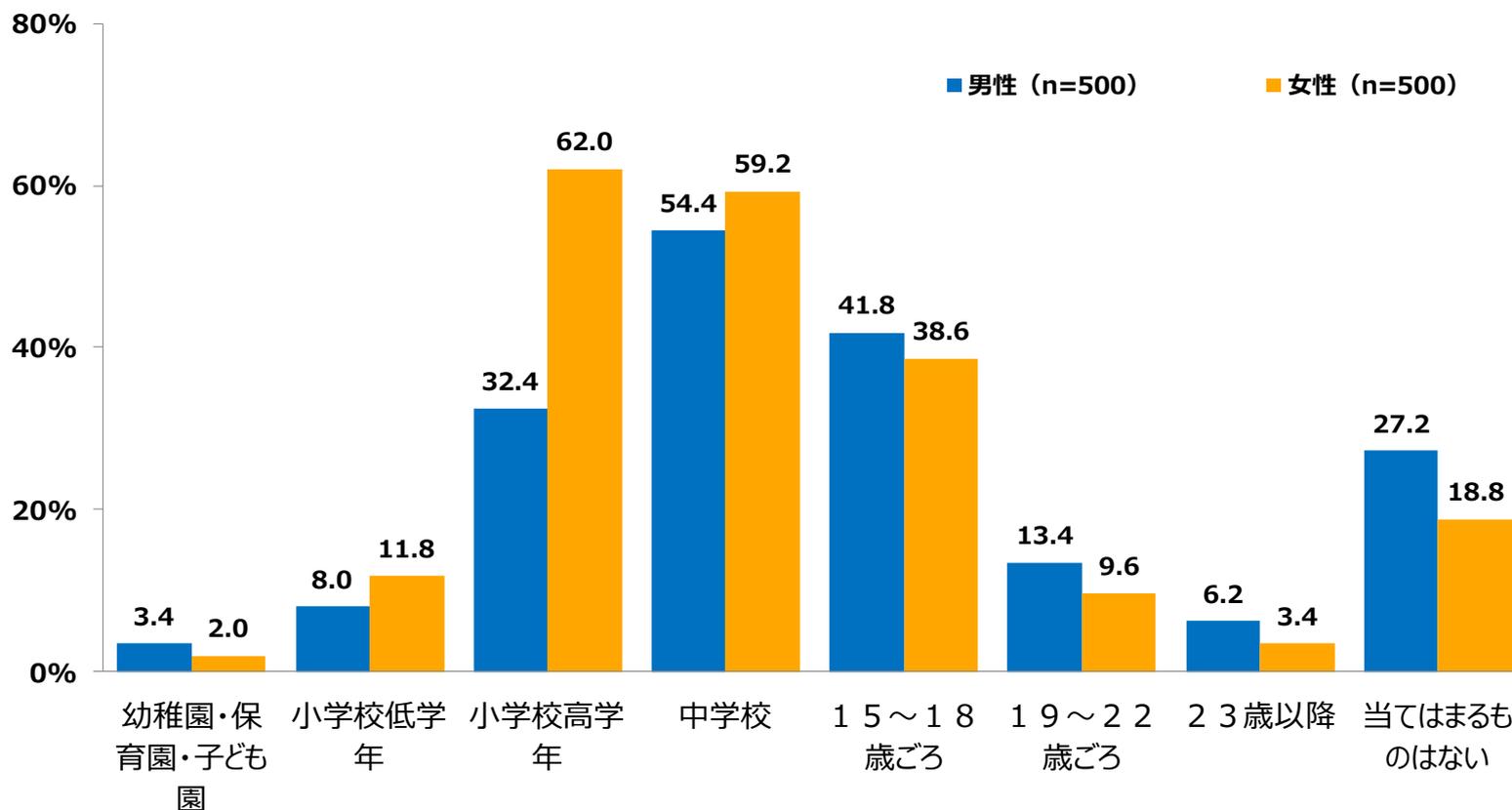


※「教えてほしい・計」（「教えてほしい」＋「やや教えてほしい」）の比率の高い順に掲載

生理について学ぶ機会があったら嬉しかった時期

生理について学ぶ機会があったら嬉しい時期は女性は「小学校高学年」（62.0%）が最も多く、次いで「中学校」（59.2%）。男性は「中学校」（54.4%）が最多で、「15～18歳ごろ」（41.8%）と続く。

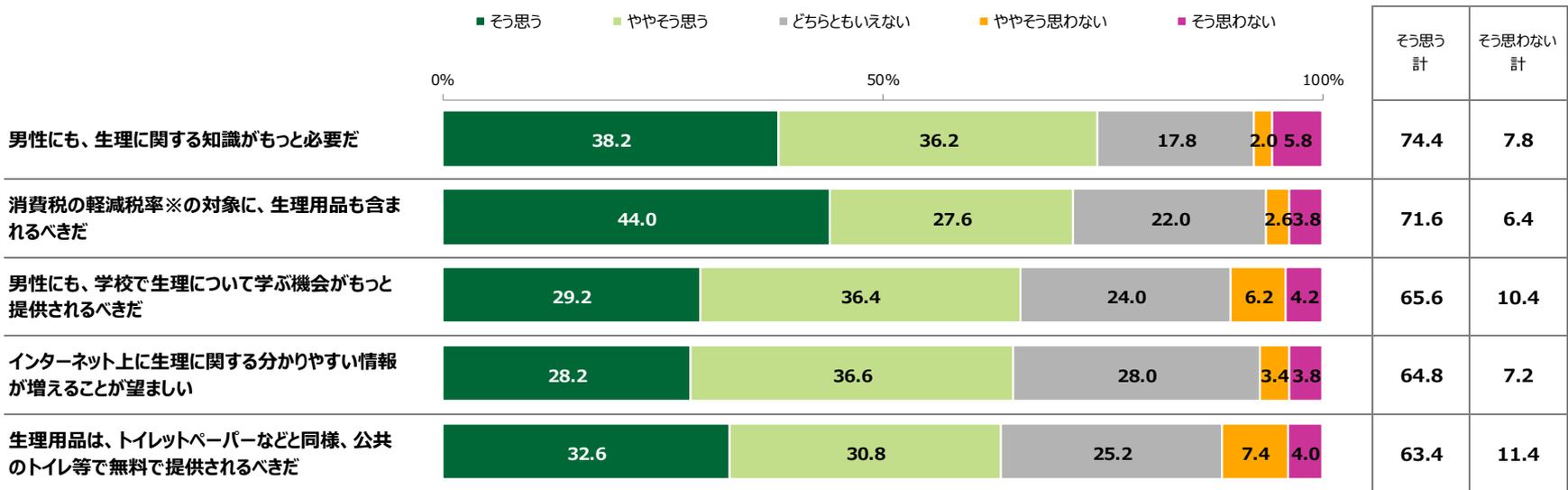
Q 以下のうち、生理について学ぶ機会があるべきと感じる、または自身が学ぶ機会があったら嬉しかった時期を全て選択してください。（複数回答）



生理についての見解（女性）

女性の生理についての見解では「男性にも、生理に関する知識がもっと必要だ」（そう思う・計：74.4%）が最も多い。次いで、「消費税の軽減税率の対象に、生理用品も含まれるべきだ」（そう思う・計：71.6%）が多い。「消費税の軽減税率の対象に、生理用品も含まれるべきだ」についてはTOP BOX（そう思う）が44.0%を占める。

Q 次の各項目について、あなたはどの程度賛同しますか。（各単一回答）（n=500）



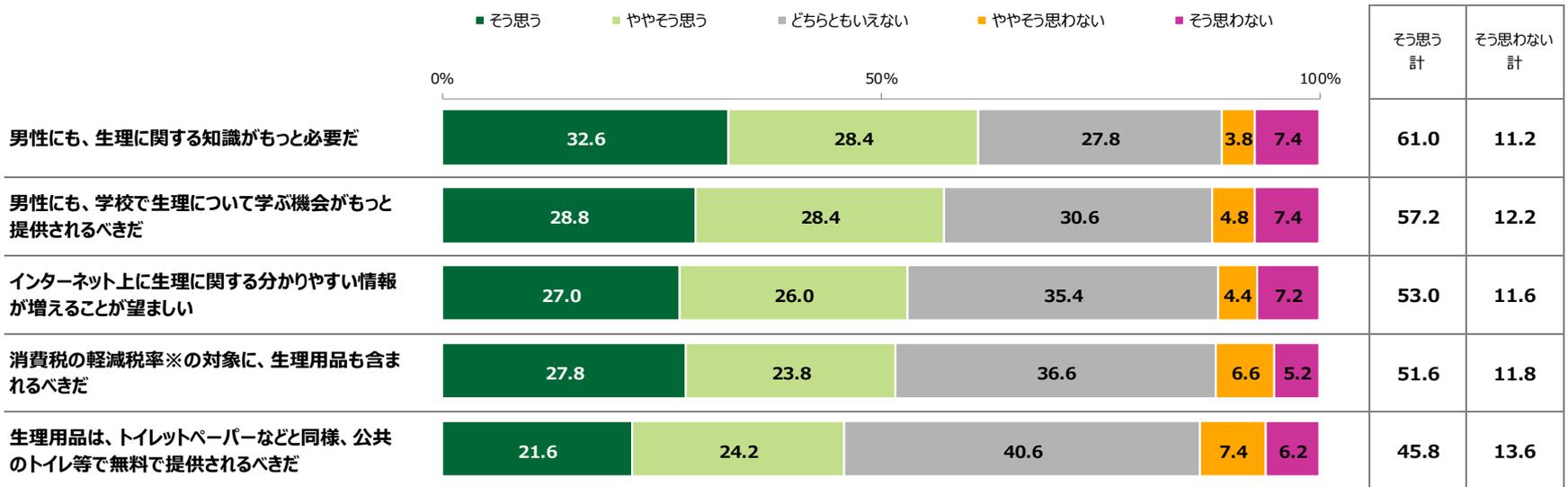
※消費税の軽減税率とは、「酒類・外食を除く飲食料品」及び「定期購読契約が締結された週2回以上発行される新聞」を対象に、通常10%の消費税が8%に軽減されている制度。

※「そう思う・計」（「そう思う」＋「ややそう思う」）の比率の高い順に掲載

生理についての見解（男性）

男性の生理についての見解では「男性にも、生理に関する知識がもっと必要だ」（そう思う・計：61.0%）が最も多い。次いで「男性にも、学校で生理について学ぶ機会がもっと提供されるべきだ」（そう思う・計：57.2%）、「インターネット上に生理に関する分かりやすい情報が増えることが望ましい」（そう思う・計：53.0%）と続く。

Q 次の各項目について、あなたはどの程度賛同しますか。（各単一回答）（n=500）



※消費税の軽減税率とは、「酒類・外食を除く飲食料品」及び「定期購読契約が締結された週2回以上発行される新聞」を対象に、通常10%の消費税が8%に軽減されている制度。

※「そう思う・計」（「そう思う」＋「ややそう思う」）の比率の高い順に掲載

自由記述：生理に関連するストレス・問題

Q 生理に関連して、日常の不便や不都合、ストレスになっていること、嫌な思いをした経験など、なにか問題に感じていることがあれば自由に記載してください。（全員、任意回答）

カテゴリ	項目
日常生活	学校にいる時や外出中に急に生理になった時に苦労した
	トイレ内に生理用品を置く清潔な場所がない
	生理前～生理中の精神的・身体的な諸不調・諸症状による日常への影響（授業・勉強に集中できない、旅行・外出が楽しめない、行動・服装への制約など）
生理用品	学校で生理用品を男子に見られたくない
	学校でナプキンを落としたら恥ずかしい
	学校で生理用品を隠すのに苦労した
	ナプキンのバリバリという音を隠すのに苦労した
周囲の理解	女性同士であってもタブー感があり話題にできない
	男性の知識がない言動・行動（相談相手になり得ない、生理中の性行為の要求、生理をネタにするような言葉など）
	生理痛を我慢していたら先生に態度が悪いと言われた
	生理周期の管理アプリを利用していることを揶揄された
	男子の友人に「生理？」などと聞かれた
学校等の制度	学校や授業を休むと欠席扱いになる
	欠席時などに体調不良の詳細を説明する必要がある
	男性の先生に生理について説明しなければならない
	授業中に生理痛が辛くなくても、薬を服用するのが難しい
	授業と授業の間の休み時間が短すぎる
医療・医薬品	ピルを毎日飲むのが面倒
	ピルを飲んでいたら「避妊のため？」などと言われた
	毎日ピルを飲んでいることを「薬物中毒」と揶揄された
	ピルを服用したくても親が許してくれない
	生理痛が辛くてもどの病院に行けばいいのかわからない
費用負担	女性だけが生理用品の費用を負担している
	生理の期間が長めなため、ナプキン・ショーツの使用量が多く負担

※要約、類似回答の集約、不備回答・他の質問と重複する回答の削除など抜粋・編集を行ったもの。全て女性による回答。

自由記述：生理に関連する要望・希望

Q 生理に関連して、欲しいと思う情報や物品、実現されると嬉しいこと、社会がもっとこうなるべきだと思うことなど、なにか希望があれば自由に記載してください。（全員、任意回答）

カテゴリ	項目
日常生活	生理用品を屋外やトイレで購入できる自販機を設置して欲しい（外出中の生理への対応）
	学校や公共施設、職場などにナプキンを常備して欲しい（外出中の生理への対応）
生理用品	バリバリ音が少ないナプキンを作って欲しい
	安価でもパッケージがお洒落な生理用品を作って欲しい（持ち運びやすさ、隠しやすさなど） 生理用品の性能がもっと良くなって欲しい（絶対漏れない、取れないなど）
周囲の理解	男性にもっと生理のことや生理の辛さを理解して欲しい
	生理痛の軽い女性にも、もっと辛さや個人差を理解して欲しい
学校等の制度	学校でも生理休暇を導入して欲しい
	学校や授業を休んだり早退したりしやすい空気作りをして欲しい
	年数日、欠席しても欠席とならない公休を予め付与して欲しい
医療・医薬品	低用量ピルに関する理解がもっと広がって欲しい
	痛みに効く医薬品などを学校でもっと教えて欲しい
	産婦人科に未成年がもっと気軽に行けるようにして欲しい
費用負担	生理用品の負担について補助が欲しい
	軽減税率の対象として欲しい
男性への情報提供	女性に対してどういう配慮をすればいいのか教えて欲しい（男性）
	男性が生理について知ることのできる機会が増えて欲しい（男性）
	学校の授業で正しい・詳しい情報を教えて欲しい（男性）
	情報がまとまったWebサイトがあれば直接女性に言いにくくても調べやすい（男性）

※要約、類似回答の集約、不備回答・他の質問と重複する回答の削除など抜粋・編集を行ったもの。
※末尾に（男性）と表示のある項目は男性による回答、それ以外は女性による回答。