

「生理の貧困」が浮き彫りにした諸課題

—経済・心理・教育・社会的側面からの検討—

福山平成大学 教授
中 嶋 裕 子

要旨

2020年に始まったコロナ禍において、「生理の貧困」がキーワードとなり、国や自治体が支援策を講じることとなった。「生理の貧困」は、一般的に、経済的な理由などで生理用品を十分に入手できないこととして説明されるが、それだけではない。女性の人生、権利と密接に関連し、社会に生きる我々の生活に様々な課題を示す概念でもある。

そこで、本論では「生理の貧困」という課題について次の4側面（要素）から言及した。それは、1）経済的側面：経済的困窮による生理用品や医療へのアクセス制限、機会費用、2）心理・精神的側面：月経や女性性に関する否定的な意識、3）教育的側面：生理用品や月経、性に関する情報へのアクセス制限、4）社会的側面：生理休暇保障制度の不履行など社会制度の不備などの4側面である。

「生理の貧困」について言及するにあたり便宜上4側面としたが、これらは連続し関係しあっている。これはコロナ禍における一時的な課題ではなく、今後においても継続的かつ構造的な課題であり、社会を形作る全ての人々の人生に大きくかかわる問題である。「生理の貧困」の解消のためにはこれらの課題に包括的に向き合う必要があることを論じた。

キーワード

生理の貧困、経済的困窮、女性性に対する意識、情報へのアクセス保障、社会保障制度の整備

I. はじめに

月経は、命をつないでいくために必要不可欠な生理現象であり、命そのものでもあるといえる。しかし、過去の血を穢れとする認識の中で、ひと月に一度経血のある女性は歴史的に、政治・宗教において、「穢れた存在」とされてきた。その差別的な扱いは世界各地で見られる。自身の生理現象によって否定され蔑まれた女性はその価値観を内面化し社会的にも力を奪われてきた。

現在の月経についての社会的概念は「穢れ」から「生理的な現象」として人々に認識されるに至ったものの、我が国においては2020年までは生理用品の購入や月経にまつわる心身の不調については、公に語られることはなく、個人的な課題とし

て認識されていた。しかし、国際的には2000年代から軽減税率が実施されたり、生理用品の無料配布がなされたりするなど月経にまつわることは個人に帰結させるものではなく、社会的に共有し解決すべきとの動きもあった。

II. 生理の貧困をめぐる動き

「生理の貧困」という言葉は2022年現在、多世代、多分野において広く認識・共有されるようになったが、その経緯について整理する。

1. 生理の貧困の活動の端緒

2000年代より国外では“periodpoverty（生理の貧困）”が社会問題として注目され始め、各国において生理用品の税率の軽減、無償配布などが

始まった。2004年以降、ケニア（2004年）、カナダ（2015年）、インド（2018年）、オーストラリア（2019年）、イギリス（2021年）などが生理用品を課税対象外とし、ドイツでも税率を大幅に引き下げた。スコットランドでは、2018年、全ての学校に無料ナプキン・タンポンを置くことを義務化し、2020年には、世界で初めて生理用品を必要とする全ての人に無料で提供する「生理用品法」も可決した¹⁾。生理用品の無償配布はニュージーランドやスコットランド（2020年）、フランス（2021年）で実施されている²⁾。

しかし、我が国において、「生理の貧困」という言葉が聞かれるようになったのは2020年に入ってからであった。その言葉が知られることになった契機は、2019年12月に当時大学生の谷口歩実氏（当時国際基督教大学（ICU）大学生）らがインターネットの署名サイト「Change.org」で始めた生理用品の軽減税率を求める署名活動であった。この時点では話題になることはなかったが、これを契機に、彼女らは20代の若者を中心とした「#みんなの生理」プロジェクトを立ち上げ、「全ての人の生理に関するニーズが満たされどんな人も自分らしく暮らせる社会」をビジョンに掲げて月経に関する啓発活動を続けてきた。

その後、コロナ禍による「女性の貧困」が深刻化し「生理用品を十分に買えない」という声を受けて、#みんなの生理が、「生理の貧困」の実態調査を実施した。この調査結果の公表により、全国に「生理の貧困」の状況と支援の必要性が共有されたのであった。

尚、2021年3月に発表された調査結果によると、過去一年以内に「生理用品を買うのに苦労した」と回答した割合は20%、「生理用品ではないものを使った」と回答した割合は27%、「生理用品を交換する頻度・回数を減らした」と回答した割合は37%³⁾であった。つまり、学生の5人に一人が「生理の貧困」を抱えていることが社会的認知を得たのであった。

2. 政府の政策

2021年3月に「#みんなの生理」が先の調査

結果を公表し、全国に支援の必要性が知られることとなった。

それぞれの自治体の動きは早く、2021年5月には、全国255の自治体が生理の貧困に関する支援を実施した（内閣府による2021年5月の調査結果）。具体的には、自治体が備蓄する生理用品や衛生用品の民間団体への委託配布や、学校や公共施設のトイレでの生理用品の無料配置、適切な相談支援窓口の設置、情報提供、現状の調査などであった⁴⁾。

国家レベルにおいての動きも比較的迅速であったと言える。2021年3月には1億総活躍担当相の坂本氏が、「『生理の貧困』は従来の男社会の中で政治や行政も十分に理解ができず、支援が行き届かなかった問題だ。そのような社会の壁が支援の諦めとなり孤独・孤立の要因になる」⁵⁾と述べ、孤独・孤立対策に取り組むNPO（民間非営利団体）などへの財政支援に関し、生理用品の無料配布を補助対象として認めることを発表した。また同年5月には、コロナウイルス感染禍の中で孤独や困窮状態にある女性を支援するため、内閣府の「地域女性活躍推進交付金」を拡充し、使途に生理用品の無料配布を加えることを決めた。これらの策は「生理の貧困」を社会として解決する意思を表明したものであった。

その他、毎年6月に発表される国の重要課題や政策の方向性を示す「経済財政運営と改革の基本方針（骨太の方針）」において「『生理の貧困』への支援など女性に寄り添った相談支援、フェムテック⁶⁾の推進」と、「生理の貧困」への対策が初めて明記された⁷⁾。また、「女性活躍・男女共同参画の重点方針2021」（内閣府）においても、「地方公共団体に対し、生理用品の提供だけではなく、それを一つのきっかけとして、『生理の貧困』にある女性の背景や事情に丁寧に向き合い、きめの細かい寄り添った相談支援を充実するよう促す」と、女性の貧困の背景に向き合った支援の必要性が明記された⁸⁾。

3. 厚生労働省による「生理の貧困」の調査結果

2022年3月には厚生労働省が、「『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」を全国規模で実施し、その結果が報告された⁹⁾。

調査結果として、「新型コロナウイルス感染症発生後（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」について、回答者全体では、「一度もない」が、71.5%で、「よくある」「ときどきある」（以下、「ある」）を合計した割合は、8.1%であった。

年代別にみると、18・19歳、20代以下で「ある」の割合が他の年代より高く、世帯収入別では、「100万円未満」、「収入なし」、「100万円～300万円未満」の順に「ある」の割合が高くなっていた。

精神的な健康状態の測定においては、生理用品の購入・入手に苦労したことが「ある」人の、「心理的苦痛を感じている」人が69.3%であった。

居住地域で行われている生理用品の無償提供の認知については、生理用品の購入・入手に苦労したことが「ある」人のうち、制度があるかが「分からない」は49.6%であった。また、制度を知っている人のうち、利用したことがある人は「17.8%」のみであった。市区町村での無償提供を知っていたが利用しなかった理由として「申し出るのが恥ずかしかったから（8.5%）」「人の目が気になるから（7.8%）」「対面での受け取りが必要だったから（6.2%）」等が挙げられた。

生理用品を購入・入手できないことを理由とする社会生活への影響については、「プライベートのイベント、遊びの予定をあきらめる（40.1%）」「家事・育児・介護が手につかない（35.7%）」「学業や仕事に集中できない（34.1%）」などが挙げられた。

Ⅲ. 問題の所在と本研究の目的

以上のように「生理の貧困」についての現状が国家レベルで調査され、国家政策の中に位置づけられ、自治体レベルでも個々様々な支援策が立ち上がったことは画期的なことであった。しかし、これらの調査内容や、政策・対応が生理用品の購入などに関する経済的側面に焦点が当てられ、社会的・構造的な課題として捉えるには至っていな

いように見受けられる。経済的な側面からの理解や支援も必要であるが、生理の貧困の提示する課題はそれだけではない。「生理の貧困」が示す課題は、女性の人生、権利と密接に関連した事柄であり、社会を構成するすべての人々の生き方・人生を考えるうえでも重要な概念である。

本稿では、「生理の貧困」をキーワードに、それがどのように語られ、共有されていったかを整理し、「生理の貧困」を経済、心理、教育、社会保障制度の4側面（要素）から分析し、「生理の貧困」を立体的に立ち上げさせ、その課題と課題解決として持つべき視点について言及する。

本論では文脈によって「生理」、「経血」、「月経」と表現の使い分けをしているが、いずれも同じ事柄を指している。

Ⅳ. 生理の貧困とは

アメリカ医療女性協会（American Medical Women's Association：AMWA）は生理の貧困を「月経を衛生的に迎え、対処するための環境（洗浄や廃棄物管理も含む）や生理に関する学びや知識、教育の機会が乏しい状況、生理へのステイグマも含むもの」と定義している¹⁰⁾。

生理の貧困とは、経済的な困難により「生理用品が買えない」「鎮痛剤が買えない」「病院に行けない」といった経済的な問題だけでなく、「月経や性に関する知識がない」がゆえに、自分自身の心身の理解が促進されず、自身の性を否定的に捉え、社会的な制度の不備もあいまって「生き方」への制限を含む人生の質に関する諸問題を包括する概念である。

そこで、本論では「生理の貧困」を次の4側面（要素）から分析した。4側面（要素）とは、1. 経済的側面（要素）、2. 心理・精神的側面（要素）、3. 教育的側面（要素）、4. 社会的側面（要素）である。図1）に示したように、いずれの側面も関連しあい、複合的な課題を生み出している。

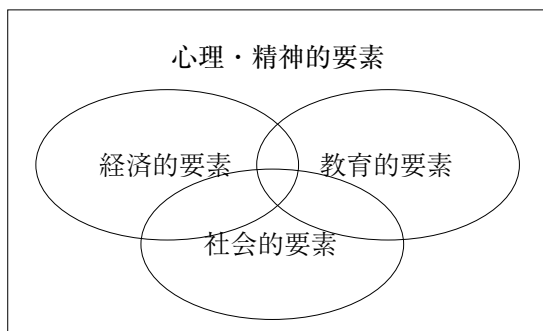


図1)「生理的貧困」をもたらす各側面(要素)についての概念図

1. 経済的側面(要素): 経済的困窮による生理用品や医療へのアクセス制限、機会費用

月経に必要な経済的負担は少なくない。女性が一生に月経に費やす時間と費用は、初潮が12歳で閉経が50歳、毎月7日間経血があると仮定すると、時間的には約3200日間(およそ8年半)、月経を経験することになる。必要となる生理用品(ナプキン)の購入に月1000円が必要となると仮定すると、生涯の生理用品代は約50万円となる。この金額は、月経に必要な生理用ショーツ、痛み止めなどを除いた額であり、月経時に実際に必要となるナプキン、下着、鎮痛剤、などを含めると一人の女性が生理関連に払う費用は生涯で1万4680ドル(150万円)¹¹⁾という試算もある。

先にも示したが「#みんなの生理」による調査結果では、過去1年間に「金銭的な理由で生理用品の入手に苦労したことがある」と答えた人は20%、節約のために交換頻度を減らした人は37%、生理用品ではないものを使った人は27%であった。

2021年3月にプラン・インターナショナル・ジャパンが15～24歳の女性2000人を対象に行った調査¹²⁾では、何らかの理由で生理用品の購入や入手をためらったり、購入できなかったりしたことがあると答えた人が717人(35.9%)で、その内の8割は、「収入が少ない」「生理用品が高額」「お小遣いが少ない」など、低収入や生理用品にかかる費用を理由に挙げている。

2021年版「男女共同参画白書」によると、2020年4月の就業者数がその前月と比べ、男性は39万人減少、女性は70万人減少した。女性の生涯平均年収が男性の約70%であるうえに、女性の失業者が増加、シングルマザーの完全失業率も増加した。女性の貧困問題が深刻化する中、経済的な理由で購入をためらうケースが増加したことが伺える。

加えて、機会費用の面では、「#みんなの生理」によると過去1年以内で、月経を原因として学校を欠席・早退・遅刻した若者の割合は48.7%、部活や体育など運動を含む活動を休んだ割合は47.4%。また、重要なイベントや大会などへの参加を諦めた割合は20.0%に上がることが明らかになった。約半数の者が生理によって学校生活に十二分に参加できず、教育を受ける機会も損なわれる結果が示された¹³⁾。

就業している女性も同様で月経の期間中、体調の不良などにより就業することができず、収入が途絶え、貧困に陥る実態も数多く報告されている。

2. 心理・精神的側面(要素): 月経と女性性に関する否定的な意識

1) 月経への否定的な意識の醸成の過程

月経については、日本国内にとどまらず公に語るものではないという認識は未だ強い。古来より出血は死を連想させ、人々は経験的に血液が病を媒介することを知っていた。そのことから経血に対する「恐れ」「穢れ」の意識が形成されていったのではないかと考えられている¹⁴⁾。

日本では、月経禁忌は平安時代に始まったという説がある。平安初期に大陸から入ってきた律令の考えと共に施行された弘仁式(820年ごろ)で初めてお産が穢れと規定され、さらに貞観式(871年)や延喜式(927年)においても月経が穢れとの認識が記された。同時代の日本最古の医学書「医心方」には、「月帯(けがれぬの)」という布製の経血処置用品が紹介されており、当時より「月の穢れ」などと呼ばれていたことがわかる。穢れとしての意識は当時、まだ宮中祭祀などに限られて

いたが、やがて仏教の世界にも広がり、徐々に貴族社会にも定着していった。さらに、室町時代に入ると、血盆経なる偽経が伝来し、女性は血で穢れているので血盆教に帰依しなければ成仏できないと女性たちに布教し信者を獲得していった。そのような過程の中で神社でも血穢について言及するようになり、月経への穢れの認識は広く浸透していくことになった。それに伴い、月経時及び、お産の前後には家の離れに建てられた粗末な小屋、月経小屋（不浄小屋、忌み小屋ともよばれた）で生活することを強いられたり、夫もその期間中は公の場に出ることを控えたりするなどの習慣が一般にみられるようになった。

このような生活行動が法的に禁じられたのは1872年（明治5年）であった。政府が発布した太政官布告「今より産穢憚り及ばず候事」（1872）によって、「月経禁忌」は公に廃止されたのである。しかし、西日本などの一部では、1970年代初めまで月経小屋が使用されていた¹⁵⁾。法的に禁止されても人々の意識がすぐには変わるわけでもなかったことから、現在でも月経のことを「あれ」ということばに置き換えたり隠語を使ったりと、月経に対する不浄感、タブー意識は根強い。

2) 否定的な意識のもたらすもの

こうした状況の中で月経に対する否定的な認識が醸成されていくことは想像に難くない。

2017年と2020年にプラン・インターナショナルUKが実施した「Period Poverty（生理と貧困）」に関する調査¹⁶⁾によるとイギリスでは回答者の48%が月経を「恥ずかしい」と考えており、71%は生理用品などを購入するときに「恥ずかしい」と感じていた。2021年にプラン・インターナショナルUSAが公表した調査では、生理を迎えて「自分に自信を無くした」（58%）、「怯えた」（47%）とネガティブな反応を示していた。我が国でも同様の反応が見られる。

その背景には、月経やそれにまつわる話題を共有しにくい雰囲気があると考えられる。プラン・インターナショナルUSA（2021）による「生理についてオープンに話せるかどうか」の意識調査

の結果によれば、日本は「オープンに話せる」としたのが32%で、3人に2人が月経について「オープンに話せない」と考えていることが明らかになった。この数字は27カ国中25位の低さであり（27カ国平均62.2%）、G7諸国でも最低であった。

「日本のユース女性の生理をめぐる意識調査結果」（2021.4）¹⁷⁾の報告書では「生理に関して嫌な思いをしたことがあるか」という質問に対し、「経血が服などについたり、シミになったりしたこと」という物理的に困難な状況のほか、「学校や職場で、教員や同僚に生理であることを伝えなければいけなかったこと」、「『生理だからヒステリック』『生理だからイライラしている』など、生理や女性に対する偏見を感じたこと」など、他者とのコミュニケーションに関する回答が多く挙がった。また、「生理になりたくない・生理を止めたい」と回答した者は全体の30.19%を占めており、月経への否定的な受け止めが表れていた。

「『生理だからヒステリック』、『生理だからイライラしている』など、生理や女性に対する偏見」という項目については女性ホルモンの変動という医学的知見から説明できる。

女性ホルモンの変動とメンタルヘルスは非常に強く関連しており、月経周期に伴い、多くの女性が月経前症候群（PMS：Premenstrual Syndrome）を経験している。月経前症候群とは、月経開始前に繰り返し出現する多彩な身体・精神症状のことで、乳房痛、頭痛や下腹痛、腰痛、イライラや抑うつなどの身体・精神症状から、集中力、意欲の低下や作業能率の低下といった社会行動上の変化に至るまで幅広い症状を指す¹⁸⁾。

甲村（2011）は、PMSの軽症が40%程度、中等症は25%、重症は10－15%、日常生活に著しい障害を持つのは3－5%と報告しているが、他の研究報告によってはPMSの出現率は88%¹⁹⁾－98.4%²⁰⁾とされている。PMSのなかでも強度の抑うつ、不安などの精神症状を示し、日常生活に支障をきたした状態を月経前不快気分障害（PMDD：Premenstrual Dysphoric Disorder）というが、その発症率も3－8%²¹⁾から35.3%²²⁾

との報告があり、決して少数ではない。上記の結果から、月経を経験するほぼ100%の女性は何らかの身体・精神症状を感じていることがわかる。

しかし、これにより、不快な身体・精神症状が、月経に対する否定的な意識を育むと結論付けるべきではない。それは、厚生労働省の調べ(1999)²³⁾において「月経痛については、相当な女性が体験しているが、必ずしも適切な対処が行われているとは言えない。これは、月経障害についての知識が不足しているとともに、健康相談の場が不足していることによると考えられる」との指摘と、泉澤ら(2008)の「月経のメカニズムの理解や月経時のトラブル、月経痛への対処の知識の不十分さは月経をネガティブにとらえさせる可能性が高い」²⁴⁾とした指摘で説明される。詳細は次の項に譲るが、月経やそれに関する症状についての知識や情報不足、相談の場の不足が否定的な意識を醸成していると考えられるのである。同様の指摘は佐藤(2018)においても見られる²⁵⁾。

3. 教育的側面(要素): 生理用品や性、月経に関する情報へのアクセス制限

1) 学校における月経教育

では、月経や月経前症候群に関する情報へのアクセスはどのような状況なのであろうか。

月経に関する学びは、義務教育によっても保障されている。文部科学省の学習指導要領によると、小学においては思春期における、体つきの変化や、「初経、精通などが起こったりすること」について理解させ、中学においては、「生殖にかかわる機能の成熟」、高校においては、「異性の尊重や情報への適切な対処」について指導することと示されている。

いずれも子供の理解度に合わせて段階的に享受するとしているが、内容が時代やニーズに合致していないという指摘も多い。小学校保健教育の手引き(文部科学省)において、現状としては月経について「難しく教えすぎていることが懸念される」ため、肯定的に受け止められるような配慮を要すると記載されている。

高橋(2013)は「月経教育の現状として、小

学校中学年で初経教育を受けた後、中・高校においてはあまり実施されておらず、その内容について満足しているとは言い難い状況」²⁶⁾と指摘した。

西頭知子ら(2012)の調査によると中学生の内、約8割が性教育を受けたと回答したが²⁷⁾、その教育内容が役立ったかとの質問には【()内は男子・女子の割合】、非常に役立つ(35.6%、38.7%)に対し、あまり・全然役に立たない(28.8%、20.0%)、役に立ったかわからない(35.6、41.3%)と回答していた。当時の性教育の有用性について否定的な回答が男子64.4%、女子61.3%と6割を越していた²⁸⁾。

関根ら(2018)は、多くの大学生が過去に性教育を受けたと認識しているものの、役に立ったと回答した者は半数にとどまっていることや、性教育を担当する教員高校教員の半数以上が知識不足を感じていることを明らかにしている²⁹⁾。

竹内ら(2019)は、教員養成課程に属する大学生を対象に女性の月経周期について習ったかを尋ねたところ過去に学んだことがあると答えた学生は86.2%であったが、自分以外の人に説明できると答えた学生は16.7%、そして、生理周期について自分以外の者に説明できると答えた者の割合が16.7%にとどまったこと、そして性知識に関する調査の正解率も34 - 39%とイギリス、フィンランドなどの対象国と比較して低かったことを報告している³⁰⁾。

教育内容について、月経の仕組みについて指導された人は多い(84.5%)が、月経痛の対処法(23.1%)や月経の記録(19.9%)といった月経の状況を観察するための項目や、自己管理のための項目は少ないという指摘もある³¹⁾。

佐藤ら(2018)の報告では、医療系の女子学生においても約6割の学生がPMS、PMDDについて「知らない」と回答しており、自身の月経周期の変化についても認知度が低かった。

筆者が医学及び福祉を学ぶ女子学生89人に調査した結果(2022)においては、月経の仕組みについて小中学校で学んだ、としたのは59%、高校においては47%、家族は19%、と高校までに

なんらかの学びをしたと回答したものが約6割であり、学校教育における教育の重要性が示された。しかし、月経の処理や各症状への対応について知識や方法を誰から学んだかの問いについては、家庭が75%、次いで小中学校41%、高校19%との回答があり、月経への処理や各症状への対応について学校における教育内容が不十分であることと家庭での月経教育が重要な役割を担っていることが伺えた。

2) 家庭での月経教育

2020年7月に実施された家庭における「月経」の教育に関する意識調査(5歳から19歳の娘をもつ母親1,109人を対象にオムロンヘルスケア株式会社が実施)によると、「教育の仕方がわからない」(54.9%)、「知識不足とを感じる」(39.6%)であり、月経に関する教育に「とても不安を感じる」(6.0%)、「多少は不安を感じる」(43.3%)というように、2人に1人の母親が自身で月経を経験していても知識不足を認識し、子供への月経に関する教育に不安を感じていた³²⁾。父子家庭で相談できる人が身近にいないければ親も子も大きな不安と混乱を抱えることになるであろう。

泉澤ら(2008)に指摘されるように、月経のメカニズムの理解や月経時のトラブル、月経痛への対処の知識の不十分さは月経をネガティブにとらえさせる可能性が高い。

一方で、「月経周期についての認識を高め、自分の周期を理解させて発達途上に生じる月経周期以上に対する不安や心配を解消させ、あるいは月経をネガティブに捉える原因になる月経痛その他の月経随伴症状をセルフケアできるよう仕向けることが女性の受容、ジェンダー同一性の確立、ひいては自己同一性の確立に役立つ」³³⁾、ことや、「女性が月経を肯定的に捉えることができるようにすることは、女性としての自己を受け止め、母性を育み人間として成長していくために、非常に大切なこと、そして多くの場合、18歳まで月経に対する否定的感情を抱きながら生活していることから、思春期女子ができるだけ速やかに肯定的感情に転じることができるよう考えていく必要

がある」³⁴⁾こと、また、月経教育の実施が、セルフケアの認識を改善させセルフケア行動の促進にもつながる³⁵⁾ことが、指摘されている。

このことは、生きていくうえで月経や月経前症候群に関する情報を十分に提供することの重要性を示している。

4. 社会的側面(要素): 生理休暇保障制度の不履行など社会制度の不備

1) 労働者の生理休暇

わが国には生理日の体調不良により、就業が著しく困難な女性が休暇を請求した場合に与えられる休暇として、生理休暇(1985年の男女雇用機会均等法制定に伴う労働基準法改正の際に「生理休暇」ではなく、「生理日の就業が著しく困難な女性に対する措置」に改められたが本稿では「生理休暇」として記す)があり、労働基準法第68条により、「使用者は、生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求した時は、その者を生理日に就業させてはならない」と定められている³⁶⁾。

生理休暇は労働基準法に定められており、どの会社でも利用できる制度であるが厚生労働省が2021年7月に発表した「雇用均等基本調査」によれば、女性労働者がいる事業所のうち、2019年度中に生理休暇の請求者がいた事業所の割合は3.3%(2015年度は2.2%)であった。そして、女性労働者のうち、生理休暇を請求した者の割合は0.9%(同0.9%)しかなかった³⁷⁾。

その要因として挙げられるのが、「生理休暇の実態に関する市場調査」³⁸⁾によって示された、約6割の女性が「労基法に定められていることを知らなかった」という結果、つまり休暇制度の存在を知らないということ、そして、たとえ知っていても会社の人員不足や無給になる(有給か無給かは労使契約による)、言い出しにくい(遠慮)などが理由で申請できない現状である。

そもそも生理休暇を導入したのは日本が世界初である。「生理休暇」規定は1947年、我が国の労働基準法において盛り込まれた。当時の女性労働者たちの過酷かつ劣悪な労働条件や労働環境、トイレなどの衛生環境の不備(併設されないこと

も多く、あっても男性と共有）や、脱脂綿などの生理用品も手に入れられなかった時代、生理のある女性にとって切実に必要とされた念願の休暇であった。

現在、生理ナプキンが普及し女性の働く環境も整えられてきた。しかし、先に見た通り、重篤な月経痛や月経前症候群（PMS）に悩む女性たちは多く、この制度を周知させ、より活用できるような働きかけが不可欠である³⁹⁾。

2) 学生の生理休暇

生理休暇の保障は労働者だけの問題だけではない。日本若者協議会と#みんなの生理が2021年10月に学校（小・中・高校、専門学校、大学など）に在籍している人を対象に生理休暇の導入についてアンケートを実施したところ⁴⁰⁾、生理を原因として学校や授業を休みたいと思ったことがある（83%）、部活や体育など運動を含む活動を休みたいと思ったことがある（88%）。（どちらかを休みたいと思ったことがある人は92.7%）との回答であった。しかし実際には、生理によって授業を休んだことはない（52%）、部活・体育も休んだことがない（42%）との回答であった。つまり、生理を要因として学校や授業、部活・体育を休みたいと思った人のうち、68.3%は休むのを我慢していたということである。我慢した理由としては、「成績や内申点に悪影響が出ると思った」（実際に成績や内申点が下げられた経験がある）が最も多く、休暇を取らなかったがために9割以上が「体調が悪化した」「授業などに集中できなかった」「我慢して倒れた」などの経験をしていた。

この調査において、調査対象者が「生理休暇」を学校で導入することに92%が賛成していたことも踏まえ、制度的に休暇を整えていく必要があるだろう。しかし、生理休暇を周知徹底するにあたって田中（2017）は「『生理休暇』という呼称については一考の余地がある」とする。なぜなら、「『生理』を理由に休むことが恥ずかしいという女性もいまだに多く（恥ずかしいことではないと伝えることは簡単だが、羞恥心にも個人差があり強要することはできない）、女性の不調には、つわ

りや更年期障害もあること、さらには男性にも更年期障害に苦しむ人がいること、そもそも心身の不調に枠などないことを考えると、月経による不調だけを対象とした休暇は現実に即していないから」⁴¹⁾である。

3) 更年期症状への対応

「更年期」とは平均閉経年齢（50 - 51歳）を挟んだ前後約10年間のことを指し、個人差はあるものの、「更年期症状」が表れることが多い。「更年期症状」とは、更年期に現れるさまざまな症状の中で他の病気に伴わないものを指し、体力の低下や精神的落込み、倦怠感、発熱、頭痛、睡眠障害、体の痛みなどの諸症状を総称したものである。

2021年7月にNHKが各機関と合同で実施した「更年期と仕事に関する調査」（2021）⁴²⁾によると更年期特有の症状を過去3年以内で経験した女性の割合は全体で36.9%で、年代別では50代前半で52.3%、50代後半で42.8%、40代後半では34.9%であった。男性では全体の8.8%が更年期症状を経験しており、年代別では50代後半が11.7%、50代前半は9.9%、40代後半が7.6%であった。つまり女性では約5人に2人、男性では約10人に1人が更年期症状を経験しているということになる。

40 - 50歳代の労働者で、更年期症状が原因で、雇用劣化（非正規化、降格・昇進辞退、退職）した労働者の割合は女性で15.3%（約75.3万）、男性では20.5%（約29.2万人）を占めた。総合サポートユニオン他の調査⁴³⁾では、「更年期特有の症状のために、仕事で悩みを抱えたり、職場トラブルや労働問題に遭ったりしたこと」のある人の割合は37%（106件／285件）であり、更年期症状を抱える3人に1人が職場での悩みや労働問題を抱えていたことが報告された。

仕事への影響として仕事を辞めることを検討した女性は10.2%、男性は15.3%で、実際に仕事を辞めたのは女性9.4%、男性7.4%であった。周（2021）の分析によると更年期離職率は、40代が8.1%、50代が10.1%、45-54歳層が9.0%となっており、発症当時、非正規社員だった更年期離職の

割合は正規職員のより 3.3 ポイント高くなっていた⁴⁴⁾。その他、人事評価が下がった（女性 1.9%、男性 7.8%）、雇用形態が変わった（女性 1.2%、男性 0.9%）などに直面させられていた。その結果、食費を切り詰めたり（女性 18.8%、男性 21.5%）、貯蓄を取り崩したり（女性 15.1%、男性 21.8%）、消費者金融から借りた（女性 2.8%、男性 6.0%）などさまざまな支障が生じていた。

しかし、このような問題を抱えた時に「誰にも相談していない」人が男女ともに一番多く（女性 60.8%、男性 47.2%）、上司に相談したとする人は（女性 9%、男性 18.3%）しかなかった⁴⁵⁾。

これまで更年期症状によってもたらされるさまざまな困難は生理と同様「個人の問題」とされてきたが、上記に確認したように、社会的な認知と制度及び人的支援が不可欠である。

V. まとめ

以上、「生理の貧困」という課題を経済的・心理・精神的、教育的、社会的側面（要素）から分析し言及した。

コロナ禍の影響もあり約半数の女性が金銭的余裕のなさから生理用品の購入や医療へのアクセスのためらいを見せていた。機会費用という面でも生理用品の購入ができないがゆえに、また、月経前症候群の諸症状により学校生活や就労生活を継続できず就学および就労の機会を喪失したケースもあった（経済的側面）。人生の設計にも多大な影響があり、心理・精神的な負荷も大きい（心理・精神的側面）。この時に経済的支援に加えて周囲の人々の理解があり（教育的側面）、制度として「生理休暇」の取得が保障されていれば（社会的側面）このような状況の発生を防げると考えられた。

また、「生理の貧困」には月経や女性性への否定的な意識が醸成されているという課題があった。その背景には月経について語ることへのタブー視もあった。実際にホルモンバランスが崩れ

ることで不快な症状を伴うことは事実であるがそれも適切な医療ケアにつながることで、また、男女問わず適切な性教育、月経教育が実施されることで肯定的感情に転じさせることができることもわかっている。

以上、「生理の貧困」について 4 側面（要素）から言及してきたが、これらは互いに関係し関連しあっている。「生理の貧困」の解消のためにはこれらを連続したものとして包括的に捉え、向き合わねばならない。

VI. おわりに

「生理の貧困」はコロナ禍における一時的な課題ではなく、過去、現在、今後においても継続的な課題であることが示された。また、生理の貧困は、構造的に発生するものであり、社会を形作る全ての人々の人生に大きくかかわる問題であることも確認できた。

女性特有の不調について理解を広めるうえでハードルになっているのは、男女ともに「オープンな話題にしにくい風潮」である。あすか製薬の調査（2020）によると月経に関する情報源について、小中高の「学校教育」を選ばなかった男性は 48.4%で男性の 2 人に一人が月経を学校で学んだ記憶がないことが分かった。また、月経の知識がある、と回答した男性は 4 割程度でしかなかった。一方で、女性特有の辛い症状について理解したいと思っている男性は 79.6%と関心の高さも伺えた⁴⁶⁾。

男女ともに社会を構成する一員として月経に関連した事柄を理解することは重要である。また、同性でも個人差があることから正しい知識の習得が不可欠である。月経の諸症状や更年期への理解を男女問わず社会的に認識していくことがより良い社会生活の実現に貢献するのである。

<註及び参考文献>

- 1) BBC ニュース (2020.11.25)「生理用品、あらゆる人に無料提供へ 英スコットランドで世界初」
<https://www.bbc.com/japanese/55068287> (2022 年 7 月 27 日アクセス)
- 2) ニュージーランドでは 18 歳までを対象に、すべての学校で生理用品を無料配布とし、フランスでも 2021 年 9 月からすべての大学や学生寮で生理用品を無料で配布されている。
- 3) 杉田真衣 (2021)「生理の貧困」をとおして考える性の学び『日本の学童はいく』46-51.
NHK (2021)「学生の 5 人に 1 人が「# 生理の貧困」<https://www.nhk.or.jp/gendai/comment/0020/topic022.html> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 4) NHK (2021)「社会が動いた「生理の貧困」が国の方針に明記されるまでの 4 か月」
NHK (2021)「「生理の貧困」全国の 30% 余りの自治体で無料配布などの支援策」
<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20210804/k10013179201000.html> (2022 年 7 月 8 日アクセス) 支援策の実施率は高い地域から広島 (79%)、東京 (76%)、神奈川 (74%) であった。群馬県では全ての県有施設で生理用ナプキンの無料提供を決定した。各施設のトイレにナプキン提供機械が設置され、スマホをかざすと広告が流れると同時にナプキンを取得できる仕組みも取り入れた。
- 5) 産経ニュース (2021.3.23)「生理用品の無料配布、補助対象に「生理の貧困」で坂本担当相」<https://www.sankei.com/article/20210323-YD653NECSVJFVO33ZP235FRED/> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
新潟日報モア (2021.5.4)「生理の貧困対策 女性の尊厳を守る支援だ」<https://www.niigata-nippo.co.jp/articles/-/7099> (2022 年 7 月 8 日アクセス)
- 6) フェムテック (Femtech) とは、「Female (女性)」と「Technology (技術)」を掛け合わせた造語で、テクノロジーの活用により性や健康に関する女性特有の問題の解決を目指す分野を指す。
- 7) 閣議決定 (2021.6.18)「経済財政運営と改革の基本方針 2021 について」
https://www5.cao.go.jp/keizai-shimon/kaigi/cabinet/2021/2021_basicpolicies_ja.pdf (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 8) 男女共同参画 推進本部 (2021)「女性活躍・男女共同参画の重点方針 2021」
https://www.gender.go.jp/policy/sokushin/pdf/sokushin/jyuten2021_honbun.pdf (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 9) 厚生労働省 (2022)「「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」
<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000917682.pdf> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 10) American Medical Women's Association <https://www.amwa-doc.org/period-poverty/> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 11) アニタ・ダイヤモンド (2021)「生理の貧困の不条理」『NEWSWEEK』36 (20), 53-56.
- 12) プラン・インターナショナル (2021)「日本のユース女性の生理をめぐる意識調査結果」日本の若年層の女性 2000 人を対象にした、生理と生理に関係する日常生活についての調査結果である。
https://www.plan-international.jp/activity/pdf/0413_Plan_International_Ver.03_01.pdf (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 13) # みんなの生理 Official ウェブサイト <https://minnanoseiri.wixsite.com/website> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 14) 小林明子 (2019.6)「日本で生理用品が進化しなかったわけ 昔の女性も悩んでいた」『buzz news』
<https://www.buzzfeed.com/jp/akikokobayashi/femtech9> (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 15) 馬場まみ (2015)「近代における月経観と女性の身体認識」『世界人権問題研究センター研究紀要』(20), 259-276.
- 16) 国際 NGO プラン・インターナショナル (2021.4.6)「『生理』をキーワードに現状を浮き彫りに 3 カ国の調査」
https://www.plan-international.jp/news/girl/20210406_27794/ (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 17) 公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン (2021.4)「日本のユース女性の生理をめぐる意識調査結果」
https://www.plan-international.jp/activity/pdf/0413_Plan_International_Ver.03_01.pdf (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 18) 甲村弘子 (2011)「若年女性における月経前症候群 (PMS) の実態に関する研究」『大阪樟蔭女子大学研究紀要』1, 223-227.
- 19) 櫻田美穂、平澤裕子、近藤和夫ほか (2004)「20-30 歳代女性の月経前症候群 (PMS) 実態調査」『母性衛生』45 (2), 285-294.
- 20) 野田 (2003) は、若年女性については 98.4% に症状があるとしている。野田洋子 (2003)「女子学生の月経の経験：第 2 報月経の経験の関連要因」『日本女性心身医学会誌』8. (1), 64-76.
- 21) 石原二三代 (2019)「女子大学生の月経にともなう対処行動とメンタルヘルス」『大阪城南女子短期大学研究紀要』(54), 53-66.
- 22) 渡邊香織、奥村ゆかり、西海ひとみ (2011)「女子学生における月経随伴症状と月経サポート機能、およびセルフケアとの関連」『女性心身医学』15 (3), 305-311.
- 23) 厚生労働省 (1999.7.21) 生涯を通じた女性の健康施策に関する研究会報告書について
https://www.mhlw.go.jp/www1/houdou/1107/h0721-2_18/h0721-2.html#d (2022 年 7 月 21 日アクセス)
- 24) 泉澤真紀、山本八千代、宮城由美子ほか (2008)「思春期生徒の月経痛と月経に関する知識の実態と教育的課題」『母性衛生』49 (2), 347-356.

- 25) 医療系の女子学生においても約6割の学生がPMS、PMDDについて「知らない」と回答しており、自身の月経周期の変化についても認知度が低いことがわかる。
佐藤珠江、吉田茜、長谷川葉生ほか（2018）「本学女子大学生における月経前症状の実態と認知度調査」『理学療法科学』33（5）,801-805.
- 26) 高橋佳子（2013）「思春期女子への月経教育の今後の課題」『青森中央短期大学研究紀要』26, 59-65.
- 27) 受けた教育内容は男女の身体の違い・仕組みが男女それぞれ93.1%、97.3%と多く、次に妊娠の仕組み、(43.1%、55.4%)、性感感染症・HIV（29.3%、44.6%）であった。
- 28) 西頭知子、佐々木くみ子（2012）「過疎地に住む中学生の性行動と性意識に関する調査研究」『母性衛生』53（1）, 81-88.
- 29) 関根志奈子、土肥真奈、廣瀬幸美ほか（2018）「高等学校における性教育の実態と学校体制」『日本健康医学会雑誌』27（2）, 125-136.
- 30) 竹内日登美、古木隆寛、原田哲夫（2019）「教員養成系大学生を対象とした生物分野からの性教育の試み」『日本科学教育学会研究会研究報告』33（5）, 53-56.
- 31) 辻本裕子、末原紀美代、柏戸弘子ほか（2011）「青年期女性の月経に関する知識・行動の実態と健康教育の課題」『地域保健福祉研究助成報告集』, 202-206.
- 32) オムロンヘルスケア（2020）「母親1,000人に聞いた「月経」の教育に関する意識調査」
<https://www.healthcare.omron.co.jp/corp/news/2020/0730.html>（2022年7月21日アクセス）
- 33) 松本清一（1996）「豊かなセクシュアリティの育成と月経教育」『産婦人科の世界』48（10）, 61-70.
- 34) 高橋佳子（2013）「思春期女子への月経教育の今後の課題」『青森中央短期大学研究紀要』26, 59-65.
- 35) 松竹ゆには、永橋美幸（2020）「高校生における月経教育が月経痛に対するセルフケアの変容に与える効果」『日本助産学会誌』34（1）, 69-80.
- 36) 田中ひかるのウェブサイト（2017）「生理休暇」の今日的あり方とは？」<http://tanaka-hikaru.com/archives/687>（2022年7月21日アクセス）
- 37) 厚生労働省（2021）『令和2年度雇用均等基本調査』結果 <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-r02/07.pdf>（2022年7月21日アクセス）
- 38) 調査キャリア転職センター（2021）による2400人の女性を対象とした「生理休暇の利用有無や生理休暇は労働基準法に定められていることへの認知などを実態についての調査」<https://tenshoku-center.com/menstrual-leave-research/>（2022年7月21日アクセス）
- 39) 経済産業省（2019）「健康経営における女性の健康の取り組みについて」は、月経に伴い、1年間の労働損失は4,911億円であったことを報告している。経営的な観点からも月経にまつわる知識を共有し、女性が働きやすい環境を整えることは重要である。
- 40) 日本若者協議会×＃みんなの生理（2021.10）「学校の「生理休暇」についてのアンケート結果」
<https://youthconference.jp/wp/wp-content/uploads/2021/11/b579180648f7f7ec2ccc80bc44588174.pdf>（2022年7月21日アクセス）
- 41) 田中ひかるのウェブサイト「生理休暇」の今日的あり方とは？」上掲
- 42) NHK（2021）「更年期ロスとは」更年期症状を経験した40～59歳有業男女5,334人（うち、男性1,038人、女性4,296人）の調査結果である。
<https://www.nhk.or.jp/gendai/comment/0029/topic042.html>（2022年7月21日アクセス）
- 43) 総合サポートユニオンとNPO法人POSSEが、任意団体「＃みんなの生理」の協力を得て、2021年4月30日～5月29日にかけて実施した「更年期の症状に関わる職場での悩み・労働問題に関するアンケート調査」（回答件数：285件）
- 44) 周燕飛（2021.11.5）「JILPTリサーチアイ第70回「働く女性の更年期離職」」
https://www.jil.go.jp/researcheye/bn/070_211105.html?mm=1728（2022年7月21日アクセス）
- 45) 職場での更年期症状の扱いについて、男女ともに40%近くが「職場の誰もが更年期症状や対処法について理解できる研修（職場の全員への研修）」を望み、相談しやすい環境の整備をあげていた。また、国や職場への要望として女性からは「育児休暇や生理休暇の使いやすさ」が43.6%で最も多く、次いで「休んだときの収入補償」41.6%が挙げられた。男性で最も多かったのは「休んだときの収入補償」40.2%、次いで「治療の経済的支援」34.3%であった。
- 46) あすか製薬株式会社（2020.9.28）「生理（月経）をはじめとする女性ホルモンに関する男女の意識調査」
https://www.asaka-pharma.co.jp/mint/library/pdf/askapharme_release0928.pdf