

---

〈実践研究報告〉

# 「生理の貧困」に関する認識と学びがもたらす意識の変化

## —医療・福祉分野を学ぶ学生へのアンケート調査から—

福山平成大学 教授

中嶋裕子

---

### I. はじめに

2020年コロナ禍において、「生理の貧困」が取り上げられ、各政府関係、各自治体が様々な取り組みを実施した。そして女性性にまつわる様々な課題も共有されるに至り、新聞や雑誌などにも頻繁に取り上げられた。「生理の貧困」が社会的に共有された意義は大きく、今後の社会の在り方を考えるうえでも重要な意味合いを持っている。

そこで改めて心身の健康や社会の不平等に高い関心を寄せているであろう医療・福祉分野で学ぶ学生を対象に生理の貧困への意識調査を実施し、生理の貧困に向き合い、解決していくための今後の課題について言及したいと考えた。

### II. 研究の背景

#### 1. 「生理の貧困」が認識された始まり

我が国で生理の貧困が取りざたされる端緒は、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、その後、コロナ禍における「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。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%<sup>1)</sup>になった。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わかったのであった。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れ渡ることとなった。

その後、各研究機関や各自治体による調査が実施され、「生理の貧困」が注目されるに至った。

#### 2. 「生理の貧困」の定義

我が国で「生理の貧困」というと経済的な側面でのナプキンの購入の困難さが強調されることが多くみられる。しかし、アメリカ医療女性協会（American Medical Women's Association：AMWA）では生理の貧困を「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、生理へのスティグマも含むもの」と定義している<sup>2)</sup>。生理の貧困とは、「生理用品が買えない」「鎮痛剤が買えない」といった経済的な課題だけでなく、「生理の知識がない」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、「生き方」に制限を感じてしまうと言った人生の質に関する諸問題を包括する概念であることが示されている。

本論においても「生理の貧困」について言及する際は、多面的な理解に基づいての言葉として使用する。

本文において生理と月経という表現があるがいずれも同じものを指している。

### III. 研究の目的

コロナ禍において身近なところで「生理の貧困」

についての対応・対策が話題となり、経済・教育・社会的側面からその実態を明らかにする調査、支援がなされてきた。そこで、本論では本分野において将来を担うことになるとと思われる医療・福祉分野で学ぶ学生の「生理及び生理の貧困に対する意識」を明らかにすること、そして、「生理の貧困」の現状について講義を実施し、受講後の彼らの学びや気づきについて分析することを目的とした。

#### IV. 研究の方法

福祉職、医療職の養成校に通う学生ら1年生を対象（90名：男15、女72、無回答3）に生理の貧困についての認識を問うアンケートを実施した。本調査は自記式で集合調査であった。アンケートは2部に分かれており、一部目では、生理の貧困についての認識を問うた。2部では、生理の貧困についての認識を問うた後、60分程度の「生理の貧困」についての講義を実施し、気づきや学びについての回答を得た。回答として記述された内容の内、学びや新たに得られた知見の部分を抜き出してコード化し、内容によって分類し、コードからサブカテゴリー及びカテゴリーを作成した。

尚、講義内容は、拙著論文「生理の貧困が浮き彫りにした諸課題」において分類した概念に基づいたものであった。

#### 倫理的配慮

アンケート実施時は、協力者に不利益が生じな

いよう匿名で記し、協力者を特定できるような情報収集方法をとらないこと、回答せずとも何ら不利益は被らないことを口頭と書面にて説明し、同意を得られた者のみを対象とした。

#### V. 調査の結果

社会を構成する当事者でもあり、心身の健康や社会の不平等に高い関心を寄せていると考えられる福祉職、医療職の養成校に通う学生らが「生理の貧困」をどのように捉えているのかを知るため、生理についての知識の認識度や生理の貧困についての現状についての考えを尋ねた。

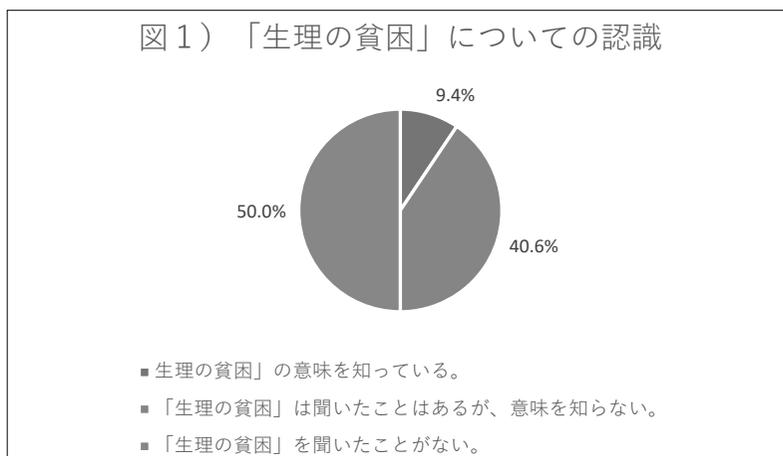
##### 1. 生理の貧困についての認識・理解度

###### 1) 言葉の意味、現象の理解について

生理の貧困についての認識度を尋ねたところ、「生理の貧困」を聞いたことがない（50.0%）、「生理の貧困」は聞いたことはあるが、意味を知らない（40.6%）、「生理の貧困」の意味を知っている（9.4%）、という結果になった。「生理の貧困」について聞いたことがない、聞いたことはあるが意味を知らない、と回答した者が全体の90.6%となった（図1）。

###### 2) 「生理の貧困」についてのイメージ

我が国では、生理の貧困を経済的な理由からナプキンや生理用品などを購入することが困難な状況として扱うことが一般的であるが、実際には、心理・社会・教育面の課題として多岐にわたり、人生の質に関する諸問題を包括する重



要な概念である。そこで、「生理の貧困」ときいてイメージする項目を選択してもらったところ（複数回答）、下記のような結果が得られた図2）。

経済的な理由で生理用品を購入できない（31%）、生理を衛生的に迎えるための環境や設備が十分でない（27%）、生理を衛生的に迎えるために必要な生理用品の入手が十分にできない（22%）、生理を衛生的に迎えるための生理に関する教育が十分でない（21%）、であった。

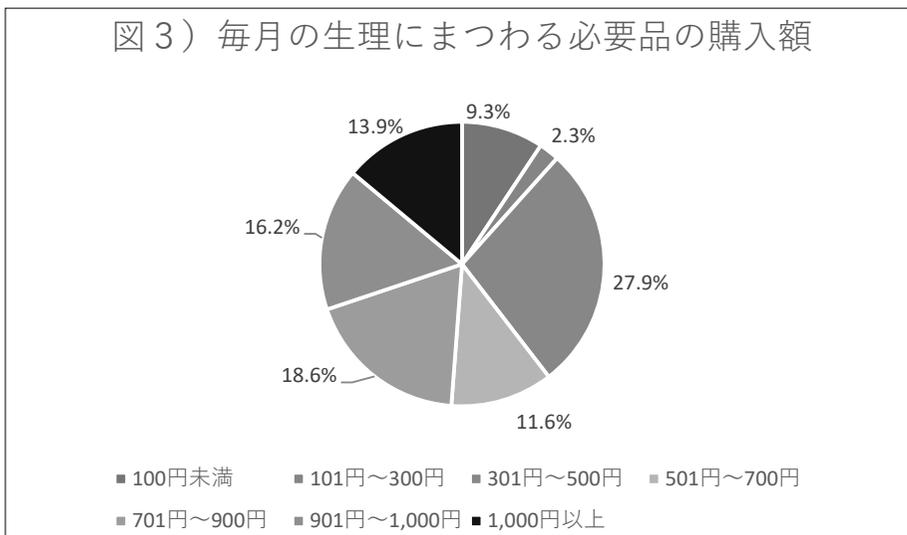
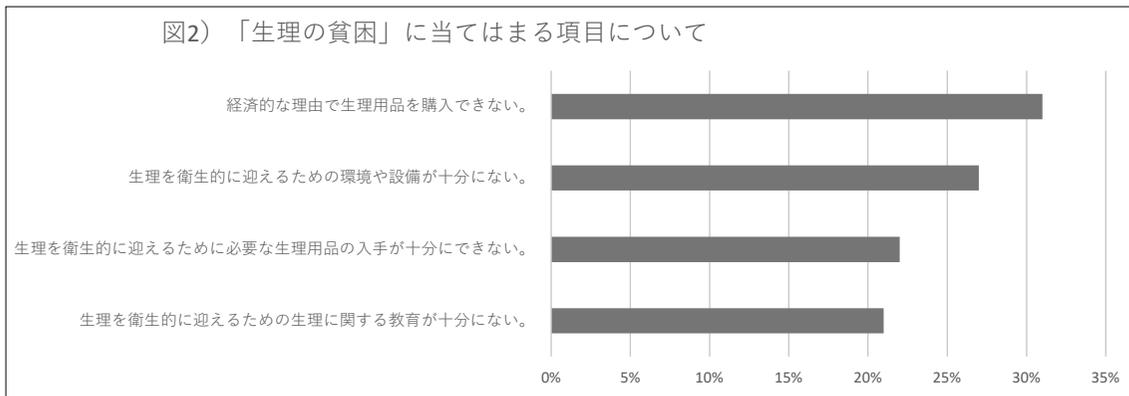
貧困という意味合いから経済的な理由での用品購入ができないことをイメージする者が一番多くあがったが、次に、環境や設備についての設備不備があげられた。具体的に聞いたところ

ではトイレによっては使用済みナプキンを処理するサンタリーボックス（汚物入れ）がなかったことや、学校のトイレ掃除などで見た使用済みの生理用品の「汚物入れ」のイメージの反映があった。

## 2. 経済的側面における生理の貧困の実態

### 1) 生理用品の購入費用

1 か月にかかる生理用品の購入金額（低用量ピルや痛み止めなど生理に必要な薬の代金も含む）に近いものの値段を尋ねたところ、301円～500円（27.9%）、701円～900円（18.6%）、901円～1,000円（16.2%）、501円～700円（11.6%）、1,000円以上（13.9%）、100円未満（9.3%）という結果になった図3）。



## 2) 生理用品の活用について

女性のみを対象として生理用品の購入及び使用にまつわる経験について尋ねたところ、(金銭的理由で)生理用品を交換する頻度・回数を減らした(64.2%)、(金銭的理由で)生理用品を買うことに苦労した(32.1%)、(金銭的理由で)生理用品を友達等にゆずってもらった(32.1%)、(金銭的理由で)生理用品ではないもの(トイレットペーパー等)を代用した(16.0%)という内容であった(図4)。

### 3. 社会的側面における生理の貧困の実態

生理を迎えることで日常生活に何らかの制限を感じたことがあるかについて、複数回答で尋ねたところ、生理が原因で体育や部活など、運動を伴う活動を休んだことがある(28.2%)、生理が原因で学校を遅刻や早退したことがある(24.3%)、生理が原因で学校を欠席したことがある(20.5%)、特になし(17.9%)、生理が原因でアルバイトを休

んだことがある(8.9%)という回答であった。以上の結果から、約3-4人に1人の割合で就学に影響があったことがわかった(図5)。

### 4. 教育的側面に関する生理の貧困の実態

生理に関連する教育を受けた機会について複数回答で尋ねたところ、小中学校での授業(37.5%)、高校での保健体育での授業(28.6%)、家族(親族含む)(16.1%)、インターネット、雑誌など(10.7%)、友人(5.4%)、その他(1.8%)との回答であった。初めて性教育を受ける場所は多くが小中高等学校での授業であり、その重要性が示された(図6)。

しかし、「学校(小・中・高)での教育内容は十分なものであったと思うか」との問いに対しては、はい(46.3%)、いいえ(53.7%)と、半数が十分なものでなかったとの認識を持っていた。

また、生理に関する知識について十分な知識があるか自分自身の認識を問うところ、生理についての正しい知識は十分にある(27.2%)、生

図4) 生理用品の購入及び使用にまつわる事柄

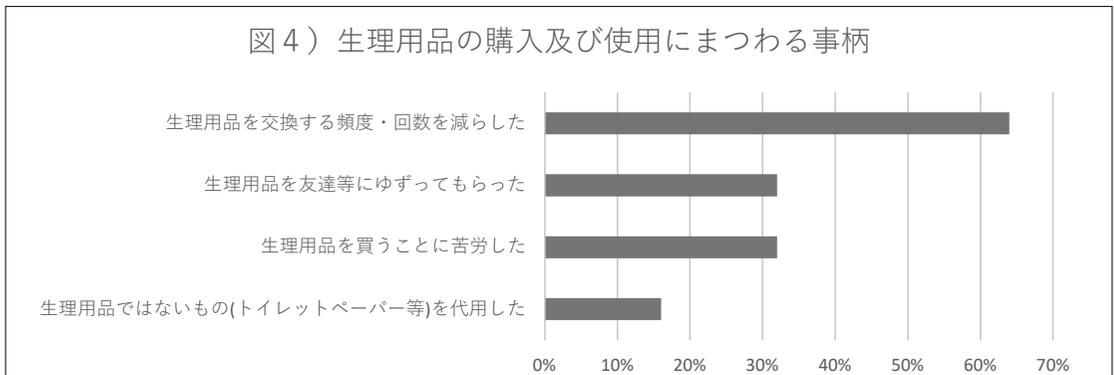
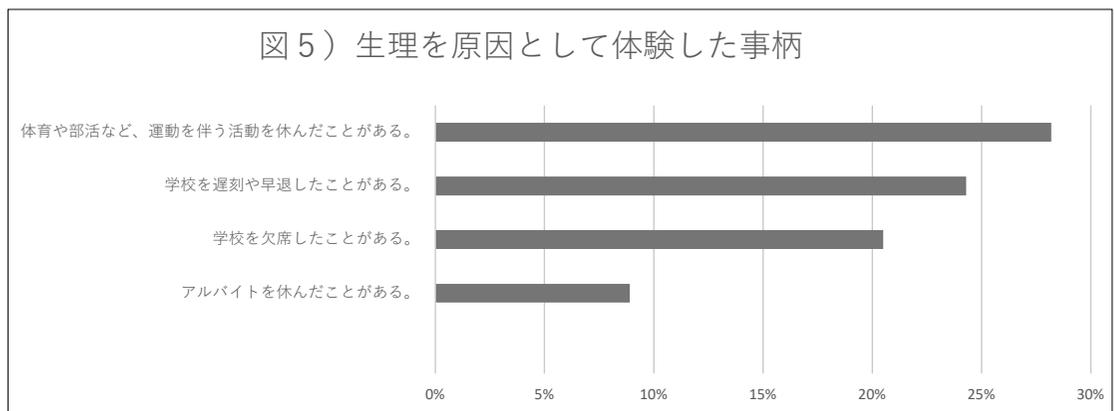


図5) 生理を原因として体験した事柄

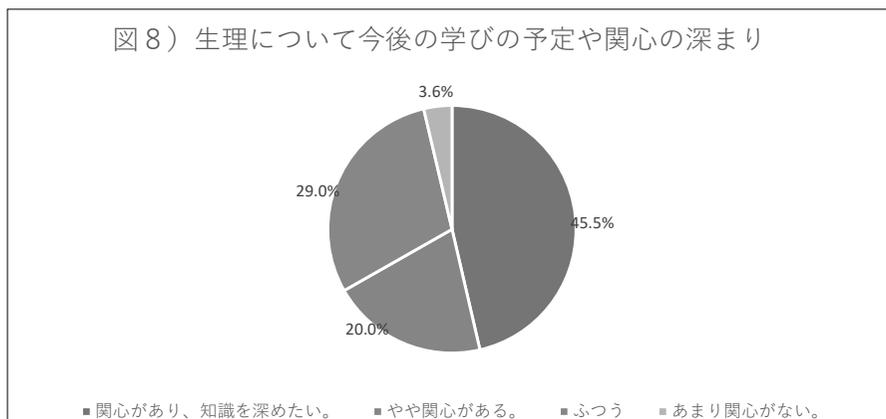
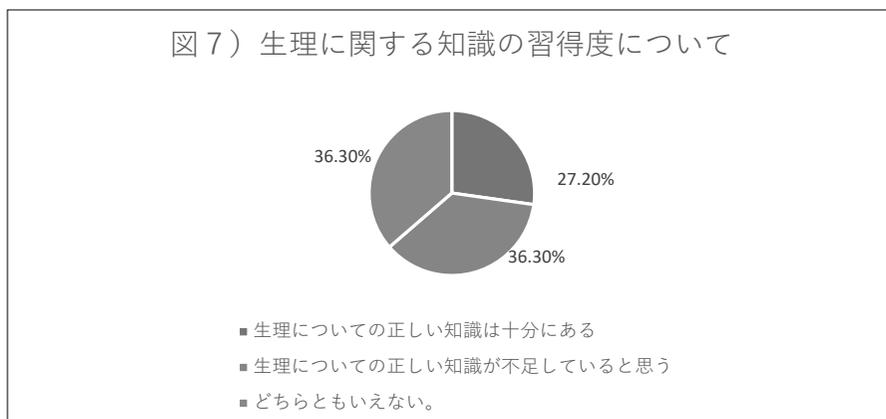
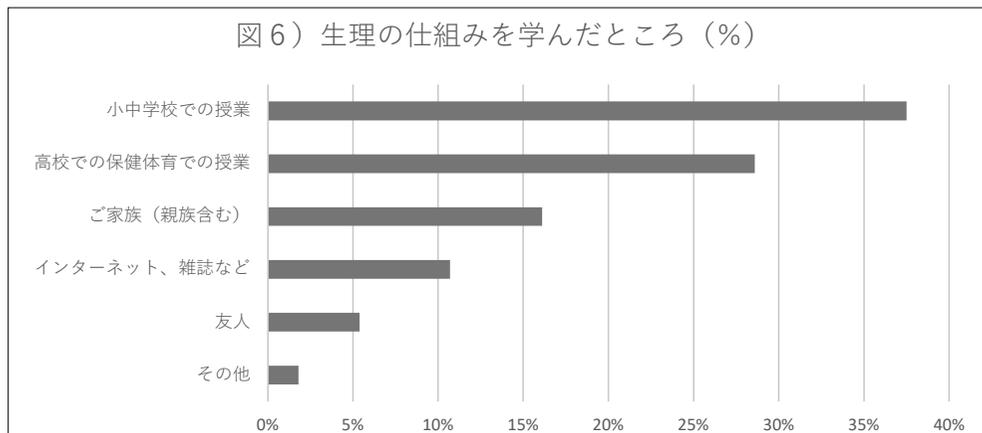


理についての正しい知識が不足していると思う (36.3%)、どちらともいえない (36.3%) という回答で、7割が正しい知識を得られているかについて不安を抱えていることが分かった図7)。

生理や女性性について今後の学びの予定や関心の深まりについて尋ねたところ、関心があり、知

識を深めたい (45.5%)、やや関心がある (20.0%)、ふつう (29.0%)、あまり関心がない (3.6%)、全く興味がない (1.8%) であった図8)。

次に、生理に関連する症状 (月経前症候群) について及びその対処について学んだかについて問うた。月経前症候群 (Premenstrual Syndrome :



PMS)とは、月経周期に伴い、多くの女性が経験する、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。それらの症状について学んだかについての問いは、はい(53.1%)で、いいえ(46.8%)と、約半数が学んだことがあると回答した。どこで学んだかについては、家族(親族含む)(37.0%)、小中学校での授業(25.9%)、高校での保健体育での授業(16.0%)、インターネット、雑誌など(12.3%)、友人(6.2%)となっており、家族がその知識を与える中心者となっていた図9)。

### 5. 学校や社会の取り組みとして希望すること

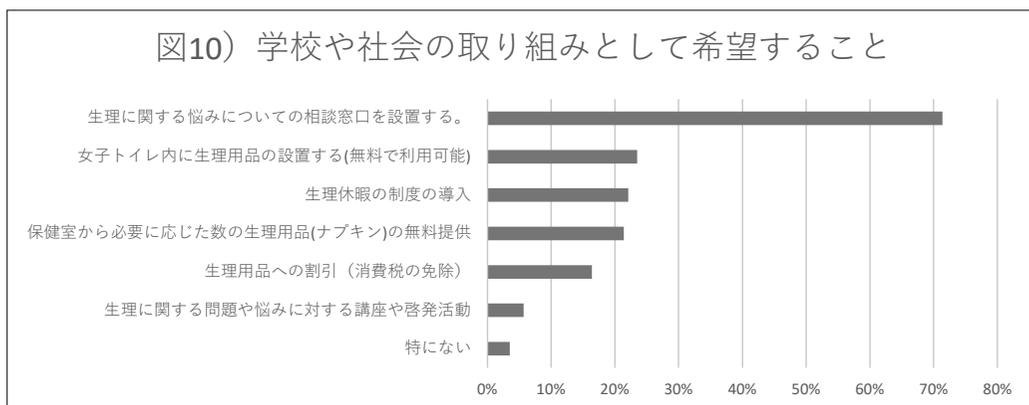
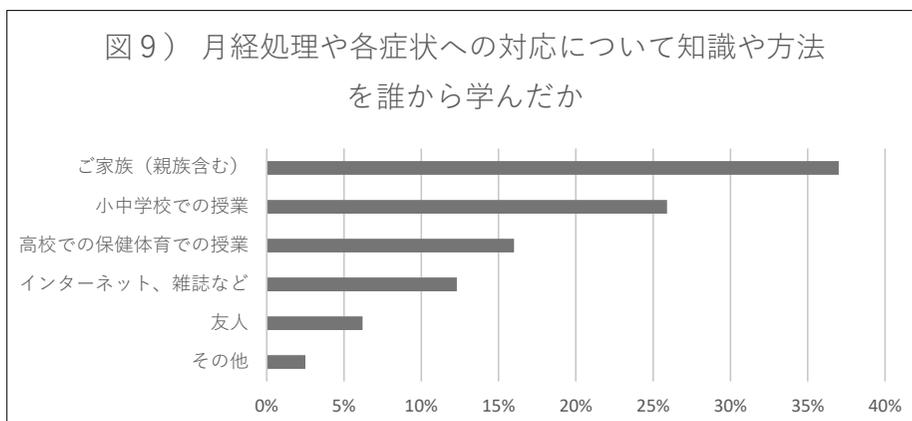
学校や社会の取り組みとして希望することについて複数回答で尋ねたところ、生理に関する悩みについての相談窓口を設置する(71.4%)、女子ト

イレ内に生理用品の設置する(無料で利用可能)(23.5%)、生理休暇の制度の導入(22.1%)、保健室から必要に応じた数の生理用品(ナプキン)の無料提供(21.4%)、生理用品への割引(消費税の免除)(16.4%)、生理に関する問題や悩みに対する講座や啓発活動(5.7%)、特にない(3.5%)という回答であった図10)。

### 6. 生理の貧困についての受講後の学び

一部目のアンケート実施後、「生理の貧困」という概念について講義を実施した。

講義内容は、「生理の貧困」についての1) 経済的側面：生理用品を経済的な理由で購入できないなどに代表される「生理用品の購入などからみる経済的な困窮」、2) 心理的側面：生理について話題を共有しにくい状況などから芽生えてしまう「生理に関する否定的な意識」、3) 教育的側面：義務教育、中等教育において月経教育の不十分さに代表される「生理用品や生理に関する情報への



アクセス制限)、4) 社会的側面：学校や職場でほとんど実現されていない生理休暇保障などに代表される「社会制度の不備」の四側面に、SDGsの視点を加えた内容であった。

その講義の実施後、学びや気づきについて自由記述をさせ、それらを意味ごとに分類、コード化し、カテゴリー化した。その結果、カテゴリーとしては4つに分けられた表1)。

一つ目は【知識不足の自覚と当事者性の発露】でサブカテゴリーとして『社会問題への理解不足に関する気づき』、『身近な問題としての再発見』、『個別配慮の必要性の気づき』があった。

二つ目は【正しい知識の普及と啓蒙の必要性】でサブカテゴリーとして『正しい知識の共有』、『男女問わない学びの機会の保障』、『タブー視しない雰囲気づくり』があった。

三つ目は【経済的支援の在り方の考察】でサブカテゴリーとして『施設・学校での生理用品の常備の必要性』、『割引制度（税の控除、補助金適用、保険適用など）の導入』、『無料配布』があった。

四つ目は、【行政の積極的な発信】でサブカテゴリーとして『各家庭への生理キット（ナプキンや教材など）の配布』や『学校・企業などへの啓発活動』があった。

## Ⅵ. 考察

### 1. 生理の貧困についての学生の認識・理解度

「生理の貧困」については毎日のように報道があったことや看護・福祉分野を将来の職業として選択としている学生らであることから、筆者は大半の学生がこの状況について関心を持っていると考えていた。しかし実際には、聞いたことがない、聞いたことはあるが意味を知らない、と回答した者が全体の90.6%であった。社会問題に対して日常的に意識を向けさせる仕掛けの必要性を感じさせられる結果となった。

### 2. 経済的側面における生理の貧困の実態

本調査では、1か月にかける生理用品の購入金額で多かったのは、500円程度であったが、約10%が節約のためにナプキンの交換頻度を減らしたりトイレットペーパーなどを代用したりしていた。

厚生労働省の調査(2022年3月)<sup>3)</sup>によると、生理用品の購入・入手に苦労したことについて、「よくある」「ときどきある」(以下、「ある」)を合計した割合が、8.1%で、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なっていった。また、プラン・インターナショナルジャパン(2021年3月)の調査<sup>4)</sup>では、生理用品の購入や入手をためらったり、購入できな

表1) 「生理の貧困」に関する講義で得た学び

カテゴリー	サブカテゴリー
知識不足の自覚と当事者性の発露	社会問題への理解不足に関する気づき
	身近な問題としての再発見
	個別配慮の必要性の気づき
正しい知識の普及と啓蒙の必要性	正しい知識の共有
	男女問わない学びの機会の保障
	タブー視しない雰囲気づくり
経済的支援の在り方の考察	施設・学校での生理用品の常備の必要性
	割引制度（税の控除、補助金適用、保険適用など）の導入
	無料配布
行政の積極的な発信の提案	各家庭への生理キット（ナプキンや教材など）の配布
	学校・企業などへの啓発活動

かったりしたことがあると答えた人が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、低収入や用品にかかる費用を理由に挙げていた。

生理用ナプキンほとんどの女性が必ず毎月必要とするものであることからケニア（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、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）で始められている<sup>5)</sup>。しかし、我が国においては、生理用品は「医薬部外品」としての扱いで、雑費として扱われるおむつよりも高額である。厚生労働省からも納得できる説明がなされていないが<sup>6)</sup>、このような分類にも再検討の必要がある。

### 3. 社会的側面における生理の貧困の実態

生理を迎えることで日常生活に何らかの制限を感じたことがあるかについては、クラブ活動を休んだり学校で休暇をとらざるを得なかったなど20 - 30%の割合で就学になんらかの影響があったことがわかった。同様の調査結果は、いくつか報告されており、「#みんなの生理」の調査では、生理を原因として学校を欠席・早退・遅刻したり（48.7%）、部活や体育など運動を含む活動を休んだ（47.4%）のは、約半数にのぼった<sup>7)</sup>。また、日本若者協議会と#みんなの生理の調査（2021）<sup>8)</sup>においても、92.7%が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ったが、「成績や内申点に悪影響が出るといった」ことから68.3%が休暇をとらず、内9割以上が「体調が悪化した」、「我慢して倒れた」などの経験をしていた。同調査では92%が学校での「生理休暇」導入を支持していた。本調査においても生理休暇の導入の要望があがったことから、学校における生理休暇の導入が検討されるべきと考えられた。

### 4. 教育的側面に関する生理の貧困の実態

生理に関連する教育を受けた場所は、小中学校での授業（37.5%）、高校での保健体育での授業（28.6%）、と、公教育での学びがメインとなって

いた。しかし、半数以上が十分な内容ではなかったと回答しており、生理についての知識について7割が正しい知識を得られているかについて不安感を持っていることが分かり、その教育内容の充実が求められる結果となった。

特にPMSなどについては十分な教育がなされておらず、それらへの対処についての学びは家庭に任されている現状が明らかになった。このように家庭での教育が重要な役割を担っているようすがえるが、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<sup>9)</sup>によると、2人に1人の母親が知識不足を認識し、子供への月経（生理）に関する教育に不安を感じていた。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より大きな不安と混乱を抱えることになるであろう。また、あすか製薬による調査（2020年9月）<sup>10)</sup>においては、生理について「知識がある」と答えたのは、女性80.0%に対し、男性は42.3%で、「生理中だけでなく排卵日前後や生理前などにもつらい症状が起こる」と認知する男性は36.8%程度であったことが報告された。

教育の形態について、学校によっては、一部では今も女子のみに月経教育（主にメカニズムのみ）を実施している様子があったが、本調査結果では生理に関して、男性も理解しておくべきという意見は9割を超えており、男女共に学校における性教育、自分自身の心身に関する学びのニーズが確認された。

学校（小・中・高・専門学校）の取り組みとして希望することについても、要望として一番多く上がったのは、相談窓口の設置であった。生理に関することだけでなく、性全般に関して語り相談できる場所を欲していることが考えられた。オープンに語られる雰囲気づくりや学びの場の保障が急がれる結果となった。

### 5. 「生理の貧困」に関する講義で得た学びのまとめ

この度のアンケート後に、講義を実施することで多くの学生に「生理の貧困」が身近な問題であることを認識させることができた。福祉や医療に携わる者として、様々な事象に考えを巡らせる必

要性を改めて感じた者も多かった。

以下、4つのカテゴリーで彼らの学びをまとめることができた。一つ目は【知識不足の自覚と当事者性の発露】であった。多くの学生が、ニュースで「生理の貧困」という言葉を聞いたことはあるものの、実際にはそれが包含する様々な課題について理解していなかったことから、知ることの重要性について認識させることができた。また、他者の問題として関心を持っていなかった者も、自身に深く関連する事柄であること（当事者性）を感じる事ができていた。

二つ目は【正しい知識の普及と啓蒙の必要性】で、自身と重ね合わせながら、知識不足が偏見につながることを追体験していた。「男女共に学ぶことがより良い関係の構築のために必要だ」、など今後の継続的な学びへの意欲の高まりがあった。

三つ目は【経済的支援の在り方の考察】で、その必要性について言及するものも多かった。諸外国での軽減税率の導入や課税外としての扱いなどを知ることで我が国としての方策に言及する者もいた。

四つ目は、【行政の積極的な発信】で、「思春期前から市などからの通知や指導が必要」、「ナプキンを取りに行くのでなく送る」、など行政への提案とみられる発言も見られ、自分自身もその啓発する側の一員であることの自覚に目覚めた者もいた。

最後に、「生理の貧困」として、当事者の体験・意識がよくわかる記述の一部を抜粋し紹介する。

「自分自身も生理は恥ずかしいものだと感じていた。私の場合は、母親に言うのでさえ躊躇していた時期もある。なぜそのように感じていたのかわからない。年齢を重ねるうちにその気持ちは薄れ、恥ずかしさは無くなっていった。周囲に生理の経験者が増え、生理に対して知識が増えていったことが理由だと考えられる。私1人が苦しんでいるわけではないことがわかり、痛みの対処やナプキン利用に関する知識など友人や母親と共有することが増えた」。

「バイトで自分が生理で体力的にきついことを社員さんなどに伝えることもあり、自分の体調管理のためにも他人に話す機会が多くなった。社員さんは男性ということもあり、男女問わず小さな頃から知識を得ておく必要性を感じる。痛みや辛さがわからない分、生理による体調の変化を知っておいてほしい。」

## Ⅶ. おわりに

本調査を実施することで学生らに改めて生理や自身の状況について考える機会を提供できた。これまでタブーとして触れられなかった事柄の中にも重要な課題があることに改めて気づききっかけともなった。

今後、筆者は国際ソロプチミスト福山と共に「生理の尊厳プロジェクト」を実施予定である。その報告については後日稿を改めるが、プロジェクトを通じて、「生理の尊厳」、「女性性の尊厳」を引き続き考えていきたい。

## <註及び参考文献>

- 1) 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> (2022.8.11 アクセス)
- 2) American Medical Women's Association <https://www.amwa-doc.org/period-poverty/> からの引用” Period poverty refers to the inadequate access to menstrual hygiene tools and educations, including but not limited to sanitary products, washing facilities, and waste management. Through education and advocacy we can greatly improve access to hygiene facilities and products, reduce stigma and shame, and encourage education about menstruation.”(2022.8.11 アクセス)
- 3) 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> (2022.8.11 アクセス)

- 4) 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](https://www.plan-international.jp/activity/pdf/0413_Plan_International_Ver.03_01.pdf) (2022.8.11 アクセス)
- 5) 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)  
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。
- 6) 北原みのり、水野哲夫 (2022) 「生理の貧困を考える」『Sexuality』104.12.
- 7) # 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)
- 8) 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)
- 9) 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> (5 歳から 19 歳の娘をもつ母親 1,109 人を対象、オムロン ヘルスケア株式会社実施) (2022.8.11 アクセス)
- 10) 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](https://www.asaka-pharma.co.jp/mint/library/pdf/askapharme_release0928.pdf) (2022.8.11 アクセス)