

生理（月経）について

女性是一生で450回～500回ぐらい生理があります

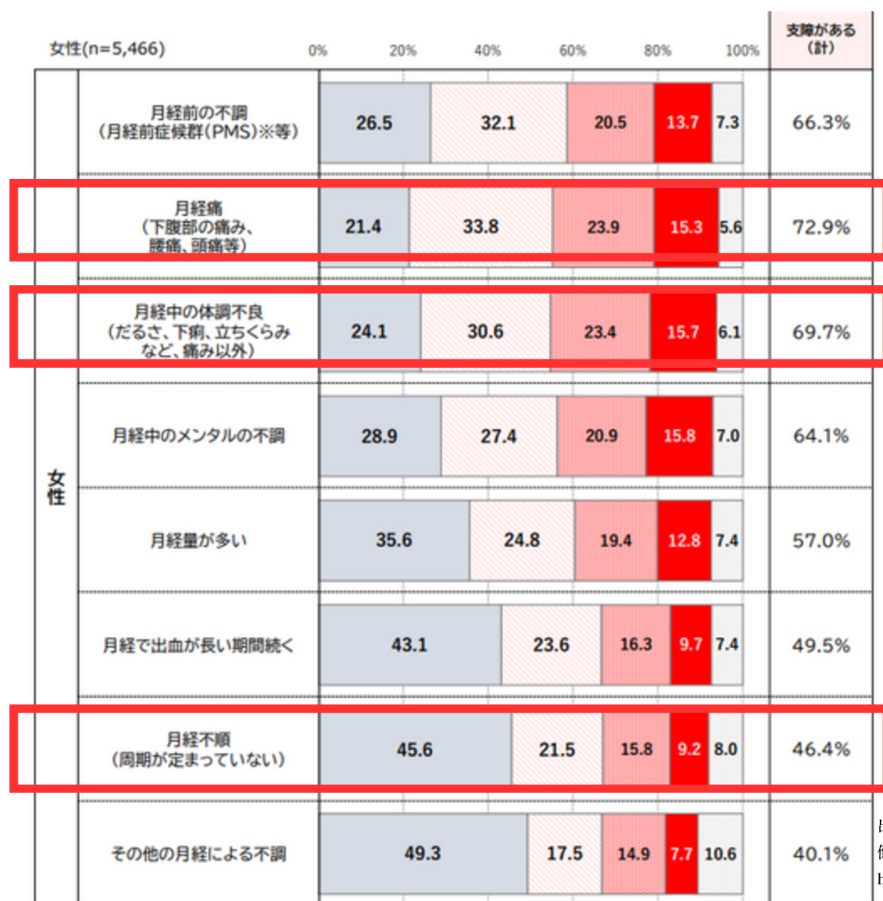
個人差はありますが、初潮の平均年齢は12歳、閉経は50歳で、女性は約38年間も生理(月経)があります。平均周期で数えると、一生のうち、450回～500回程度生理（月経）があることになります。

長い期間女性の生活に関わってくる生理ですが、生理によって、日常生活にどのような支障があるのでしょうか？

出典：厚生労働省「働く女性の心とからだの応援サイト」

<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/health/menstruation.html> (2025.11.6)

生理に関わる不調



出典：内閣府男女共同参画局「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」第2章 調査結果, P60
https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/kenkou_r05s.html (2025.11.6)

□全く支障はない □少し支障はある ■ある程度支障がある ■かなり支障がある □よくわからない・何とも言えない

※「支障がある(計)」は「少しは支障はある」+「ある程度支障がある」+「かなり支障がある」の計

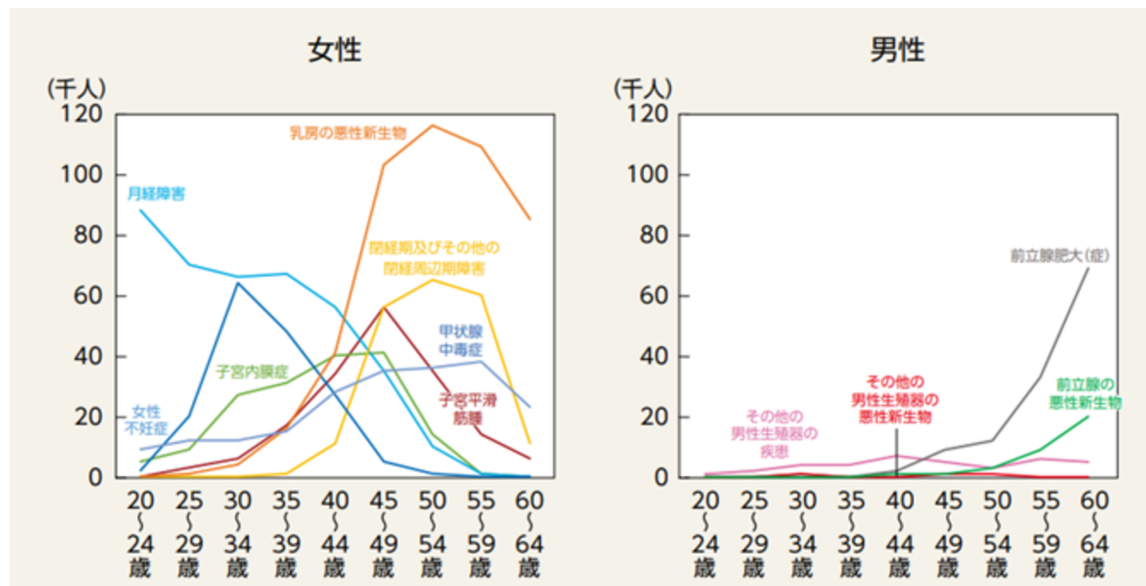
図は、生理にかかわる不調が、仕事や家事、育児などの生活にどの程度支障があったかを調査したものです。「支障がある」という回答は、下腹部痛などの「月経痛」で7割以上、だるさや下痢、立ちくらみなど、「痛み以外の体調不良」も7割近くの割合となっています。

また、生理の間隔が定まっていない「月経不順」は、「支障がある」が46.4%となっています。

これらの月経不調に関し、生活への支障のイメージを調査したところ、「仕事や家事等に支障があると思う」と回答した男性の割合は52.8%（※）でした。性別によって異なる健康課題に対し更なる理解が必要です。

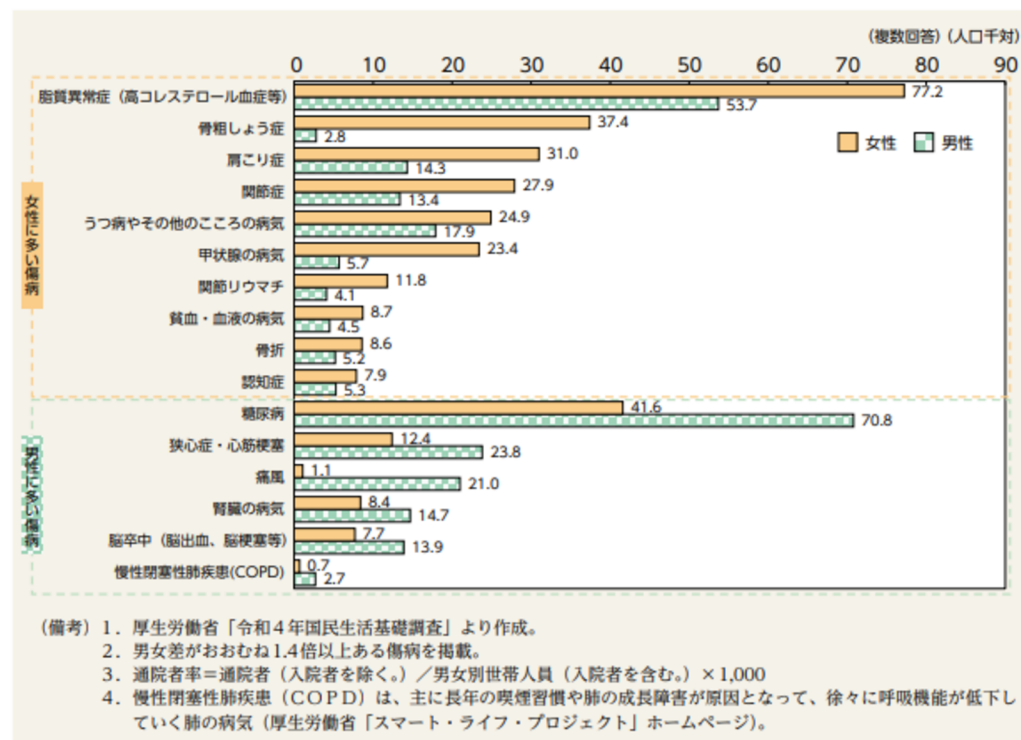
性別によって異なる健康課題

女性特有、男性特有の病気の総患者数（年齢階級別・令和2年）



出典：内閣府男女共同参画局「男女共同参画白書 令和6年版」
特集「仕事と健康の両立～全ての人が希望に応じて活躍できる社会の実現に向けて～」P18

通院者率の男女差が大きい傷病（令和4年）



出典：内閣府男女共同参画局
「男女共同参画白書 令和6年版」
特集「仕事と健康の両立～全ての人が希望に応じて活躍できる社会の実現に向けて～」P19

上の図のように、女性と男性では、健康課題の内容や課題を抱えやすい時期が異なります。生理に限らず、男女ともに、自分自身と互いの性別の身体の特長・健康課題についての正しい理解と、それぞれの特性に応じた配慮や健康支援が必要です。

経済損失とフェムテック

女性特有				男女双方※3	(参考) 男性特有	
月経 随伴症	更年期 症状	婦人科 がん※2	不妊治療	前立腺 がん	更年期 症状※4	
経済損失計 (A+B) (年間)※1 計3.4兆円						
約0.6兆	1.9兆	0.6兆	0.3兆	0.06兆	1.2兆	
A うち労働生産性 損失総額	約5,700億円	約17,200億円	約5,900億円	約2,600億円	約530億円	約10,900億円
欠勤	約1,200億円	約1,600億円	約1,100億円	約400億円	約110億円	約1,100億円
パフォーマンス低下	約4,500億円	約5,600億円	約150億円	約50億円	約10億円	約4,000億円
離職	—	約10,000億円	約1,600億円	約2,200億円	約100億円	約5,800億円
休職	—	—	約3,000億円	—	約300億円	—
B うち追加採用 活動にかかる費用	—	約1,500億円	約500億円	約340億円	約50億円	約1,100億円

経済産業省の試算によると、女性特有の健康課題による労働損失等の経済損失は、社会全体で**約3.4兆円**と推計されています。

同省は、「多様な人材が心身ともに健康に働けるよう経営者が戦略的に投資する『健康経営』の意義は高まっており、より質の高い健康経営を実践していくためには、従業員一人一人の状況を丁寧に把握し、必要な対応をとっていく必要がある」とし、「その重要な要素の1つである女性特有の健康課題は、業務効率や就業継続にも大きな影響を与えており、経営者が十分に理解し、職場環境などを適切に整備することで改善が期待される重点的テーマといえる」としています。

※なお、男性特有の健康課題による経済損失は約1.3兆円と試算されるが、男性の更年期障害については病態が複雑でまだ十分に解明されていません。

出典：経済産業省「女性特有の健康課題による経済損失の試算と健康経営の必要性について」

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/jyosei_keizaisonshitsu.pdf (2025,11,6)

フェムテックとは

Femtech (フェムテック) = Female (女性) + Technology (テクノロジー)

政府による「女性版骨太の方針2025」では、「フェムテックの推進と更なる利活用」に関する内容が盛り込まれています。

Femtech (フェムテック) とは、Female (女性) と Technology (テクノロジー) をかけあわせた造語で、生理をはじめとする女性特有の健康課題をテクノロジーの力で解決するための製品・サービスを指し、体調を記録できるアプリや、女性特有の症状についてのオンライン診療サービスなど様々なものがあります。

経済産業省では、フェムテックやヘルスリテラシーの向上などに向けた実証事業に係る費用の一部を補助する事業を行っていて、様々な企業や自治体がこの事業を活用しています。



フェムテック等サポートサービス
実証事業HP (経済産業省)

生理用品を試行的に設置しています

シャープ株式会社のディスペンサー todokuto(トドクト)を設置しました



画像：シャープ株式会社

期間 令和7年11月から1年程度

場所 本庁舎1階女子トイレ

全て寄附により実施しています。

①生理用品

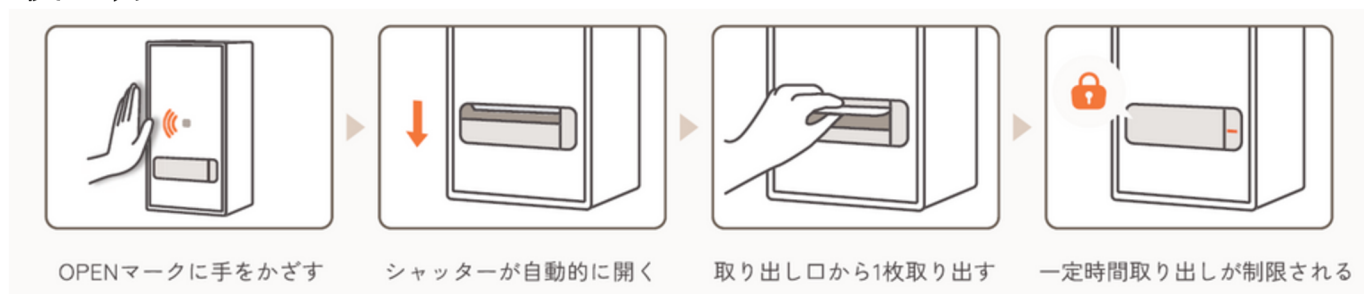
生活協同組合コープみえ様からの寄附品

(公社) 2025年日本国際博覧会協会様からの寄附品

②ディスペンサー

ネットワンシステムズ株式会社様からの寄附金で購入

使い方



アンケートを実施しています

生理用品の設置についてアンケートを実施しています。

みなさまのご意見を聞かせてください。



回答はこちらから

生理をはじめ、性別によって異なる健康課題について考えてみませんか

Information

フレンテみえ相談室

三重県男女共同参画センターフレンテみえでは

「女性相談」や「男性相談」など

専門の相談員による相談を行っています。



WEB限定 男女共同参画ゼミ

フレンテみえのHPにて、県内外の専門家が

「スポーツと女性の健康」など、男女共同参画に

関する様々な話題について

分かりやすく解説しています。



お問い合わせ：環境生活部 ダイバーシティ社会推進課 男女共同参画班

TEL：059-224-2225 Email：iris@pref.mie.lg.jp