

生理とは…

出血を伴って子宮の膜が体外に排出されること。その時に子宮が収縮するので生理痛になるんだね！

生理中はおなかが痛かったり、腰が痛くて動きづらいの

生理が来る前にイライラしちゃう人も多いよ。

体がだるくて起き上がれなかったら、お母さんに「生理ぐらいで」って言われちゃったの…

テスト期間中に生理があたっちゃって勉強に集中できなくて思うように解答できなくて悔しかった！！



※引用元：学校での生理休暇
(著者 室橋祐貴 氏)

支援策

海外では…

スコットランド		世界で初めて生理用品の無償提供を開始
ニュージーランド フランス		全ての学校で生理用品の無償提供
アメリカ		州によって学校等で生理用品の無償提供
イギリス		生理用品に対する税金を撤廃

日本では…

- ・内閣府が生理の貧困を取り上げる
- ・東京都では公立校のトイレに生理用品を配備



社会全体での理解が不十分です。今後みんなで考えていかなければいけない大事なことです。

今すぐ私たちにもできること！！

- ①正しい知識を持つ。
- ②身近な人と共有する。
- ③支援団体に生理用品やお金を寄付する。

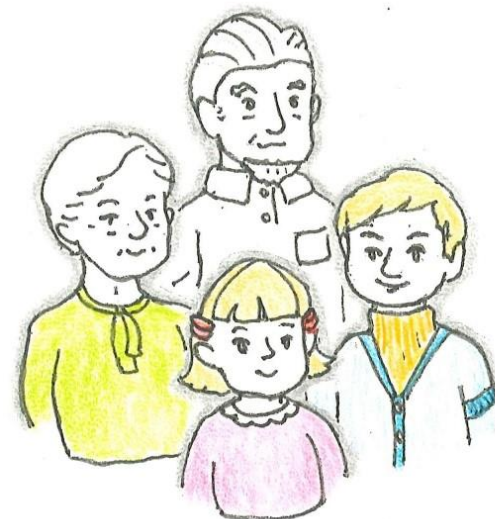
このリーフレットをきっかけに「生理の貧困」だけでなく、お互いのことを理解し、みんなで考え、誰もが輝く世の中になることを望みます。

第9期 甲斐市男女共同参画推進委員会
事務局 甲斐市役所 市民活動支援課

TEL055-278-1704

みんなで考えよう 生理の貧困

～お互いの理解を深めるために～



女性が初潮を迎えてから閉経するまでの期間は平均で 35～40 年間。

毎月 5 日間は生理期間とすると、なんと生涯で約 6 年 9 ヶ月間は生理と付き合うことになります。

第9期 甲斐市男女共同参画推進委員会

生理についてどう思う？

～男女共同参画推進委員で考えてみました～



自分は生理痛が軽く娘が痛がっているのを理解してあげられなかった…

生理について正しい理解はされているの？



小さい頃からの性教育が必要だと思う



生徒たちには生理休暇がなく試験の時に成果を発揮できない



生理の時、どんな言葉をかけてよいか分からない…



いろいろな意見が出ました
あなたはごどう思いますか？



生理にかかるお金

生涯でかかる費用

約 40 万円 !!

※1ヶ月あたり 約 500～1200 円

一般的な例

- ・ナプキンなどの生理用品
- ・1～3 日間は鎮痛剤を使用
(スマルナ調べ)
- ・生理の時の下腹部痛に
悩んでいる人は、92%!!
そのうち 47%が鎮痛剤を
飲んでいる (花王調べ)



医療・衛生

- ・ナプキンを適切に替えないことで、感染症になる可能性があります。
- ・月経の痛みが辛い時は子宮内膜症などの疾患が隠れている場合があります。婦人科などへ相談してください。



甲斐市は高校 3 年生まで
医療費窓口無料だよ！

生理は恥ずかしいことではないよ！
がまんしないで！
一人で悩まないでね！

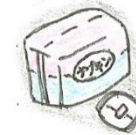
生理の貧困

———経済的な理由で生理用品や
痛み止めなどの薬が買えない———



○生理用品の入手に困っている人とは

- ・年齢別では 10～20 代
- ・世帯収入別では 300 万円未満が多い (国の調査)
(新型コロナウイルスの感染流行による収入格差の拡大も一つの原因)



○困った時の対処法

- ・ナプキンなどの長時間利用
トイレットペーパーやティッシュなどで代用

その結果、70%以上の女性がかぶれやかゆみなどの病状に悩まされる。(国の調査)

- ・生理を「恥ずかしい」「隠すべき」
ものだと考える風潮がある。



背景には生理に対する社会全体の理解不足がある。
性教育が不十分であったり、女性の体調の変化が激しいことについて知る機会がそもそもなかったり…

※生理の貧困について専門家の意見
(引用元：朝日新聞社)

