

**【FEMCATION プロジェクト】『ルナルナ』とカラダメディカ主催  
産婦人科医による「女性のカラダの知識講座」をサイバーエージェントにて開催！  
自身のカラダの理解向上と婦人科受診への意識の変化は8割以上に  
～新たな門出を迎えた女性新入社員へ贈る、女性のカラダとココロを知る大切さ～**

株式会社エムティーアイ(以下、「当社」)が運営する、ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サービス『ルナルナ』は、女性のカラダの仕組みや生理による揺らぎについての理解と意識向上を促す女性のカラダとココロの理解浸透プロジェクト「FEMCATION(フェムケーション)」を実施しています。

今回その取組みの一環として、当社のグループ会社でオンライン診療システムを提供する株式会社カラダメディカ(以下、「カラダメディカ」と)、一人でも多くの人が働きやすい環境づくりを実現するため、4月1日(木)に産婦人科医による「女性のカラダの知識講座」を、女性新入社員を対象に、株式会社サイバーエージェント(以下、「サイバーエージェント」)にて実施しました。

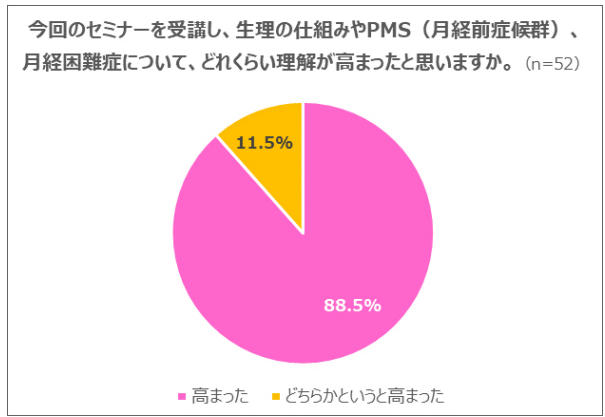
# FEMCATION

## Fem + Education

**◆医師から女性特有の健康課題を正しく理解することで、より自分らしい人生を歩む一歩を**

『ルナルナ』が行った「コロナ禍における女性の働く環境の変化による生理前後のココロとカラダへの影響についての意識調査※1」では、テレワークなどで働く環境に変化があった女性のうち、4割弱の人が生理痛やPMS(月経前症候群)など生理前後の症状に影響があると感じており、影響を感じている人の9割以上が生理痛(下腹部痛)やイライラするなどの悪影響を感じていることが分かりました。

このような結果から『ルナルナ』では、働く女性がコロナ禍によって女性特有の症状にも影響が生じていることや、正しい知識を啓発することで、一人でも多くの働く女性をサポートすることを目指しています。またサイバーエージェントでは、女性が出産・育児を経ても働き続けられる職場環境の向上を目指し、女性特有の体調不良の際に、月1回取得できる特別休暇「エフ休」や、妊活に興味がある社員や将来の妊娠に不安がある社員が、専門家に月1回の個別カウンセリングで相談できる「妊活コンシェル」など、8つの制度をパッケージ化した独自の女性活躍促進制度「macalon」※2を導入するなど、積極的にサポートし、女性社員が働きやすい職場づくりを強化しています。このような背景から、今回、新たに社会人としての門出を迎えた女性新入社員を対象に、『ルナルナ』が実施する女性のカラダとココロの理解浸透プロジェクト「FEMCATION」の取組みの一環として、『ルナルナ』と低用量ピルの服薬支援プログラムを提供するカラダメディカと共催で、東京大学医学部附属病院 産婦人科 准教授 甲賀かをり先生による「働く女性のためのカラダの知識講座～イキイキと働き、自分らしい人生を歩むために～」を、4月1日(木)に開催しました。



**◆講座受講後のアンケートでは、参加者全員が自身のカラダに対する理解が向上、8割以上が婦人科受診への意識が高まったと回答**

知識講座では、産婦人科医から女性特有の症状に関わる正しい知識を学び、少しでも不調や不安を感じる時は産婦人科を受診することの大切さを伝えることで、新たに社会人生活を迎えた女性新入社員が、より働きやすく、そして生活しやすくなるようなメッセージを発信しました。

また、受講した女性新入社員を対象に実施したアンケート<sup>※3</sup>では、生理痛や PMS などの症状が今後の仕事を  
する上で不安に感じるか聞いたところ、7 割近くの新入社員が不安に感じていることが分かりました。しかし、「今回のセ  
ミナーを受講し、生理の仕組みや PMS(月経前症候群)、月経困難症について、どれくらい理解が高まったと思いま  
すか。」という質問には、参加者全員から理解を高めることができたという回答が得られ、自身のカラダの理解を深め  
ることができたようです。さらに医師からは、「自分が少しでも“辛い”と感じたらそれは病気と認識しても良い」というメ  
ッセージもあり、「今回のセミナーを受講し、PMS(月経前症候群)や月経困難症の症状改善のために、婦人科を受診  
しようと思いましたか。」という質問には、「思った」51.9%、「どちらかかと思う」30.8%となり、8 割以上の人が婦  
人科受診への意識変容が見られるなど、婦人科受診の大切さが理解できたという声も挙がりました。

本講座を通して、新たな門出を迎えた新入社員が、自身のカラダと向き合う大切さを再認識することで、女性特有  
の健康課題を正しく理解し、自身のキャリアを築いていくことを考えるきっかけづくりとなりました。

今後も「FEMCATION」では、生理痛や PMS などの症状に対する理解と意識を向上し、一人でも多くの女性がより  
生き生きと働き、そして自分らしい人生が歩めるように貢献していきます。  
(アンケートの詳細は、別紙「参考資料」にてご確認くださいませ。)

### ■株式会社サイバーエージェントについて

会社名:株式会社サイバーエージェント

所在地:東京都渋谷区宇田川町 40 番 1 号 Abema Towers

代表取締役:藤田 晋

設立:1998 年

事業内容:メディア事業、インターネット広告事業、ゲーム事業、投資育成事業

URL:<https://www.cyberagent.co.jp/>

### ■『ルナルナ』について

ライフステージや悩みにあわせて女性の一生をサポートする健康情報サ  
ービスです。

アプリの累計ダウンロード数は 1,600 万以上(2020 年 11 月時点)で、蓄  
積されたビッグデータを用いて、独自の予測アルゴリズムを確立し、より  
精度の高い排卵日予測が可能です。生理日管理から、妊活・妊娠・出  
産まで女性の健康全般をサポートします。

2020 年 11 月の 20 周年を機に、複雑かつ多様性のある女性のカラダ  
とココロについて正しく学ぶ機会を創出し、年齢や性別を問わず、社会  
全体で寄り添いあえる環境を目指すプロジェクト「FEMCATION<sup>※</sup>」をスタートし、あらゆる女性たちが、より生きやす  
く、暮らしやすく、働きやすい社会の実現を目指しています。

★ルナルナ:<https://sp.lnln.jp/> ★FEMCATION:[https://sp.lnln.jp/brand/information/our\\_challenge](https://sp.lnln.jp/brand/information/our_challenge)

※「FEMCATION(フェムケーション)」(商標登録出願中)は、FEMALE(女性)と EDUCATION(教育)を掛け合わせた造語です。

### ■株式会社カラダメディカについて

当社と株式会社メディカルホールディングスの合併会社です。

予約・診療・決済・薬/処方箋の配送と、オンライン診療とオンライン服薬指導に必要な機能が充実した『CARADA  
オンライン診療』と、女性の健康情報サービス『ルナルナ』と一部の機能を連携した、産婦人科向けのオンライン診  
療『ルナルナ オンライン診療』<sup>※4</sup>の運営をしています。★カラダメディカ:<https://caradamedica.co.jp/>

※1:意識調査についてはこちら:<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000870.000002943.html>

※2:女性活躍促進制度「macalon」についてはこちら:<https://www.cyberagent.co.jp/way/info/detail/id=20350>

※3:エムティーアイによる、サイバーエージェントの女性新入社員に向けた生理痛や PMS に関するアンケート  
調査実施期間:令和 3 年 4 月 1 日(木)~4 月 2 日(金) 調査対象:20 代のサイバーエージェント在籍の女性社員 52 名

※4:『ルナルナ オンライン診療』についてはこちら

<医療施設向け><https://lp.telemedicine.lnln.jp/> <一般の方向け><https://lp.telemedicine.lnln.jp/p.html>

報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室

TEL :03-5333-6755 FAX: 03-3320-0189

E-mail:[mtipr@mti.co.jp](mailto:mtipr@mti.co.jp) URL:<http://www.mti.co.jp/>

講座に関するお問い合わせ先

株式会社カラダメディカ

TEL :03-5333-6404 FAX:03-3320-0189

E-mail:[pr@caradamedica.co.jp](mailto:pr@caradamedica.co.jp)

URL:<https://caradamedica.co.jp/>

LunaLuna  
FEMCATION  
Fem + Education

CARADA medica

《参考資料》

エムティーアイによる、サイバーエージェントの女性新入社員に向けた女性特有の健康課題に関するアンケート

調査実施期間:令和3年4月1日(木)~4月2日(金)

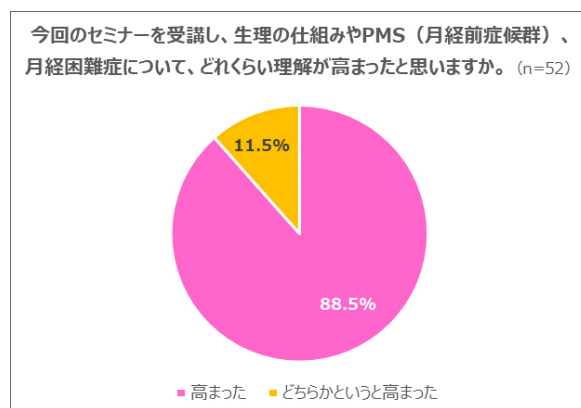
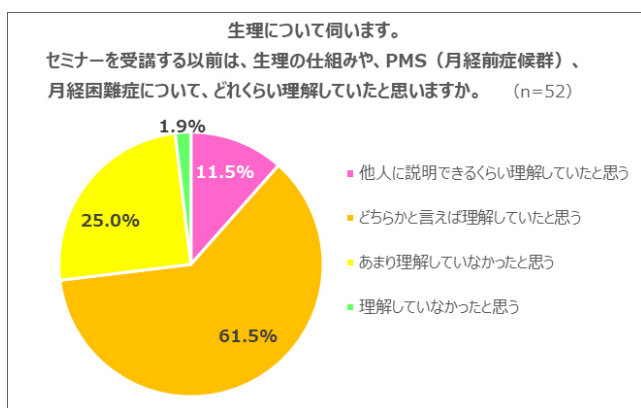
調査対象:20代のサイバーエージェント在籍の新入社員の女性52名

◆セミナー受講後、生理の仕組みやPMS、月経困難症についての理解向上は100%!

Q. 今回のセミナーを受講し、生理の仕組みやPMS(月経前症候群)、月経困難症について、どれくらい理解が高まったと思いますか。

女性社員に対し、セミナーを受講する以前の、生理の仕組みや、PMS(月経前症候群)、月経困難症について、理解度を聞いたところ、「他人に説明できるくらい理解していると思う」11.5%、「どちらかと言えば理解していると思う」61.5%と、約7割の女性は理解していると自覚があることが分かりました。

セミナー受講後の理解度について聞いたところ、「高まった」88.5%、「どちらかというが高まった」11.5%と、受講者全員から高まったと回答が得られ、講座をきっかけに自身のカラダを正しく知るきっかけとなったようです。



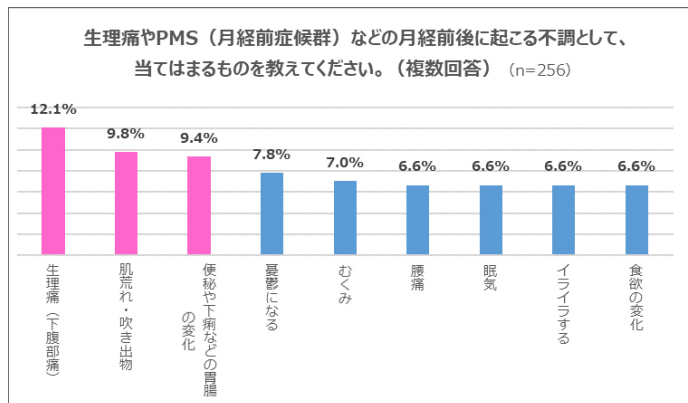
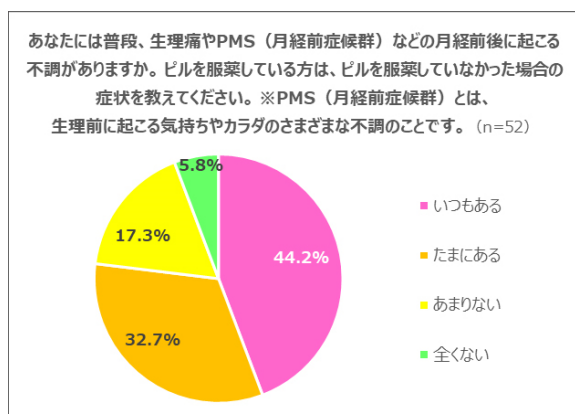
◆7割以上の女性が、普段から生理通やPMSなどの症状で不調を感じている!

Q. あなたには普段、生理痛やPMS(月経前症候群)などの月経前後に起こる不調がありますか。ピルを服薬している方は、ピルを服薬していなかった場合の症状を教えてください。

※PMS(月経前症候群)とは、生理前に起こる気持ちやカラダのさまざまな不調のことです。

続いて、普段から生理痛やPMSなどの症状があるか聞いたところ、「いつもある」44.2%、「たまにある」32.7%で、7割以上の女性は何らかの不調を感じていることが分かります。

「いつもある」「たまにある」と答えた人に、具体的な症状を聞いたところ、「生理痛(下腹部痛)」12.1%、「肌荒れ・吹き出物」9.8%、「便秘や下痢などの胃腸の変化」9.4%と、身体的に表れる症状が目立ち、日常生活に支障をきたしているようです。

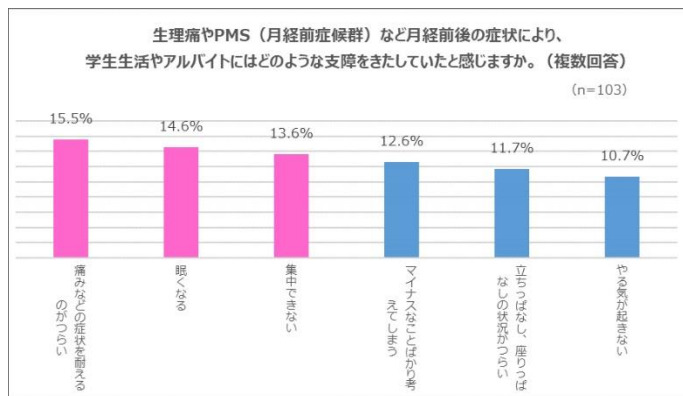
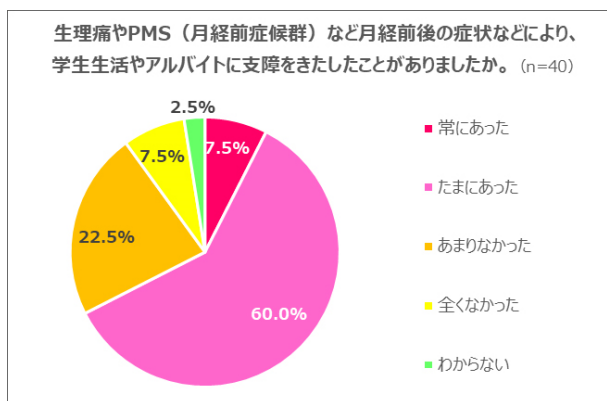


◆7割近くの女性が、学生時代から女性特有の症状で悩んでいる

Q. 生理痛やPMS(月経前症候群)など月経前後の症状などにより、学生生活やアルバイトに支障をきたしたことがありますか。

また、生理痛や PMS などの症状が、これまでの学生生活やアルバイトに影響があったか聞いたところ、「常にあった」7.5%、「たまにあった」60.0%と、7割近くの女性社員は影響があったという回答となりました。

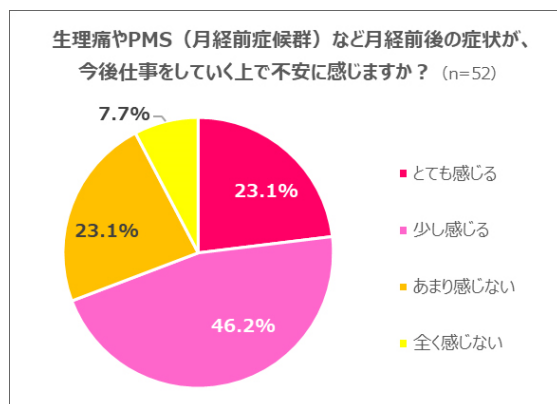
具体的な症状について聞いたところ、「痛みなどの症状を耐えるのがつらい」15.5%、次いで「眠くなる」14.6%、「集中できない」13.6%となり、生理痛や PMS などの症状は、試験などの学業や、日々のアルバイトにもパフォーマンスが低下するなどの影響が出ていることが分かります。



◆女性特有の症状が今後仕事をしていく上で不安と感じている女性は7割近くも…

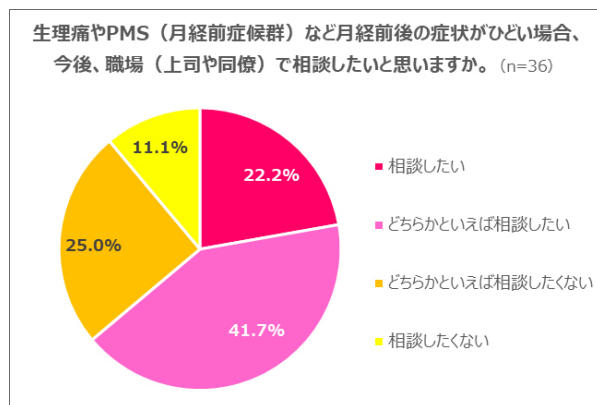
Q. 生理痛やPMS(月経前症候群)など月経前後の症状が、今後仕事をしていく上で不安に感じますか？

また、生理痛や PMS などの症状が今後の仕事をする上で不安に感じるか聞いたところ、「とても感じる」23.1%、「少し感じる」46.2%と、7割近くの方が女性特有の症状の仕事への影響に不安を感じていることが分かりました。コロナ禍によるオンラインでのコミュニケーションも増え、新社会人を取り巻く環境は大きく変化しているなか、新たな門出への期待と不安に加え、女性社員ならではの不安も明らかとなりました。



Q. 生理痛やPMS(月経前症候群)など月経前後の症状がひどい場合、今後、職場(上司や同僚)で相談したいと思いますか。

続いて、今後月経前後の症状がひどい場合に職場で相談したいと思うか聞いたところ、「相談したい」22.2%、「どちらかといえば相談したい」41.7%と、過半数以上の女性社員が職場へ相談したいと考えている結果となりました。「相談したい」「どちらかといえば相談したい」と答えた人に具体的な理由を聞いたところ、最も多かった回答が「相談することで自分が働きやすくなると思うから」35.3%、次いで「相談することで、周囲も働きやすくなると思うから」19.6%と、発言をすることで、自身、そして周りが働きやすい環境に変化することを期待しているようです。



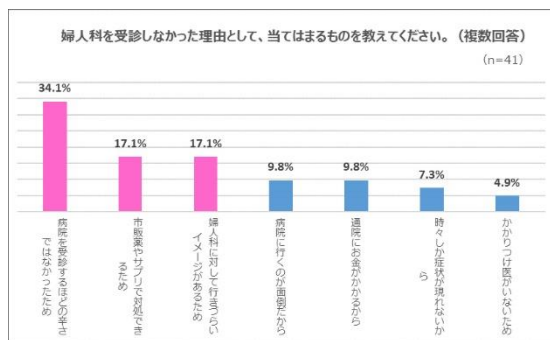
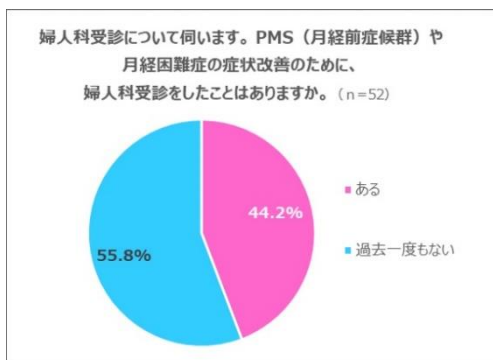
一方、「相談したくない」「どちらかといえば相談したくない」と答えた人に具体的な理由を聞いたところ、「上司に相談しづらいから」25.7%、「恥ずかしいから」14.3%という回答となりました。

◆20代前半女性の過半数が、婦人科受診が未経験！

Q. 婦人科受診について伺います。PMS(月経前症候群)や月経困難症の症状改善のために、婦人科受診をしたことはありますか。

PMS や月経困難症の症状改善のために、婦人科を受診した経験があるか聞いたところ、「ある」44.2%、「過去一度もない」55.8%となり、多くの女性が学生時代から不調を感じている一方、過半数以上が婦人科受診は未経験ということがわかりました。

「過去1度もない」と答えた人に具体的な理由を聞いたところ、「病院を受診するほどの辛さではなかったため」34.1%、「市販薬やサプリで対処できるため」17.1%、「婦人科に対して行きづらいイメージがあるため」17.1%と、「気軽に婦人科受診をする」という意識があまりないことが伺えます。

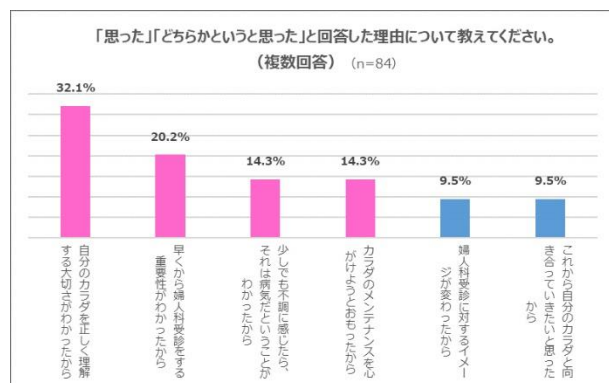
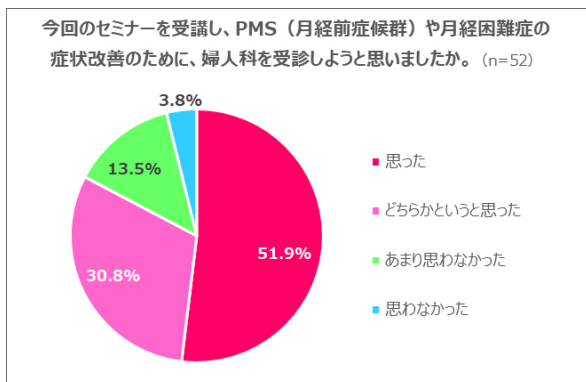


◆受講後、自身の健康のために婦人科を受診への意識の変化が見られた女性社員は8割以上！

Q. 今回のセミナーを受講し、PMS(月経前症候群)や月経困難症の症状改善のために、婦人科を受診しようと思われましたか。

講座を受講した女性社員に、女性特有の症状改善のために婦人科受診をしようと思ったか聞いたところ、「思った」51.9%、「どちらかというと思った」30.9%と、8割以上の女性社員が婦人科受診への意識が芽生えたようです。

「思った」「どちらかというと思った」と答えた人に具体的な理由を聞いたところ、最も多かった回答が「自分のカラダを正しく理解する大切さがあったから」32.1%、「早くから婦人科受診をする重要性がわかったから」20.2%、「少しでも不調を感じたら、それは病気だということがわかったから」14.3%となり、講座を通してPMSなどの女性特有の症状は、我慢したり一人で悩まず医師に相談することの大切さや、婦人科受診のハードルを低くするきっかけとなることができました。



Q. セミナーを受講した感想を教えてください。

最後に、講座受講後の感想が多く寄せられましたので、その一部を紹介します。

★なかなか相談しにくい女性特有の悩みを入社時に少しでも解決するきっかけになり、とても貴重な時間になりました。

★あまり自分の体のことについて、勉強する機会がなかったので、こういう機会を設けていただいて大変ありがたかったです。改めて、自分の体としっかり向き合って、自分のことを大切にできるようにしたいと思います。

★これまで婦人科に行くことにも少し抵抗がありましたが、これを機に行ってみようと思いました。とても大切で学びのある時間でした。

★改めて生理について知ることができたことに加え、質問コーナーで他の方達がどんな悩みを抱えていて、それに対する解決策を知ることができたのがすごく勉強になりました。