

宝島社「もっと話そう！ Fem&」プロジェクト「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査を実施

7割以上の女性が過去に「避妊に不安を感じた経験」があるが、  
そのうち6割超は「緊急避妊薬」の使用経験なし

緊急避妊薬の使用に「将来の妊娠への影響」という誤った不安を抱く人が半数以上



株式会社宝島社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:関川誠)が発行する女性誌10誌(※)と男性誌2誌の12媒体によるフェムテック・フェムケア啓発プロジェクト「もっと話そう！ Fem&(フェムアンド)」は、2026年1月14日～1月20日に、全国の20～30代女性905名(20代331名、30代574名)を対象に「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査を実施しました。 ※女性誌10誌のうち、otona ROSYはWEBメディアです

「もっと話そう！ Fem&」プロジェクト「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査サマリー

- 9割以上の女性が緊急避妊薬の存在を認知も、実際に使用した経験がある人は3割以下
- 7割以上の女性が過去に「避妊不安を感じた経験」あり  
→その最初の経験が10代のときだったという人が27.5%
- 避妊の不安を経験した人に限っても、その6割超が「緊急避妊薬」使用経験なしと回答  
→使用しなかった理由、トップは「入手方法がわからなかった(32.1%)」。「選択肢として浮かばなかった」も3割超
- 緊急避妊薬の使用に関する不安、トップは「副作用(吐き気、頭痛、腹痛など)が心配」で7割超  
→「将来の妊娠への影響」という誤った認識から不安を抱く人が半数以上も
- 緊急避妊薬を使用した人の3割超が「事前にパートナーに相談しなかった」  
→心理的・経済的負担が女性に偏重
- 緊急避妊薬が市販化され、薬局で購入できるようになることの認知率は5割超  
→市販化にあたり「通常の避妊をおろそかにしてもよいとの風潮になること」への不安が露呈

【調査概要】 調査名：「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査 / 調査手法：当社メルマガ読者を対象としたインターネット調査 / 調査エリア：全国  
調査期間：2026年1月14日～1月20日 / 回答者数：20-30代女性905名(20代331名、30代574名)

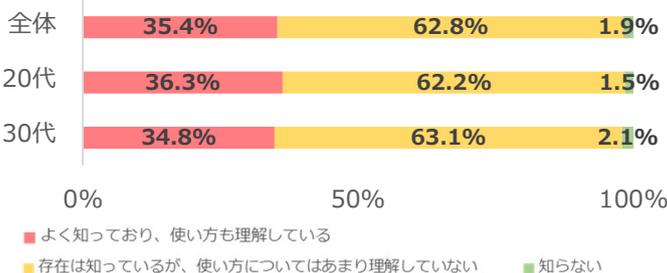
宝島社「もっと話そう！ Fem&」プロジェクト「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査

●9割以上の女性が緊急避妊薬の存在を認知、「使い方まで理解している」という人は約35%

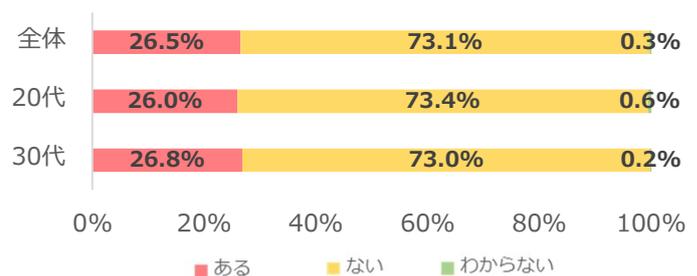
※端数処理の都合上、合計が100%にならない場合があります

●実際に緊急避妊薬を使用した経験がある人は3割以下

Q.緊急避妊薬(アフターピル)の存在・使用方法について知っていますか？

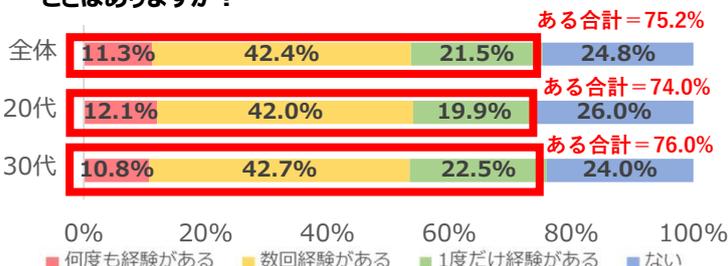


Q.緊急避妊薬を、実際に使用したことはありますか？

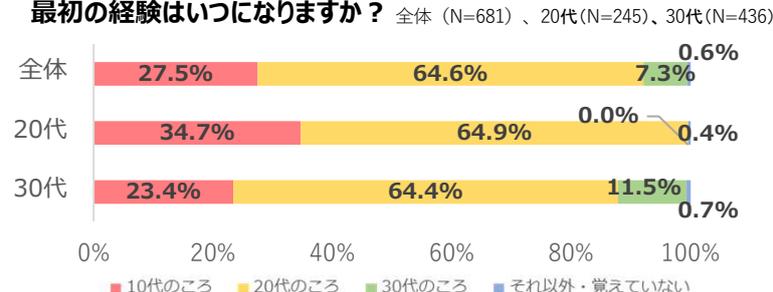


●7割以上の女性が過去に「避妊不安を感じた経験」あり。その最初の経験が10代のときだったという人が27.5%

Q.過去に避妊が十分でなかった可能性を感じて不安になったことはありますか？



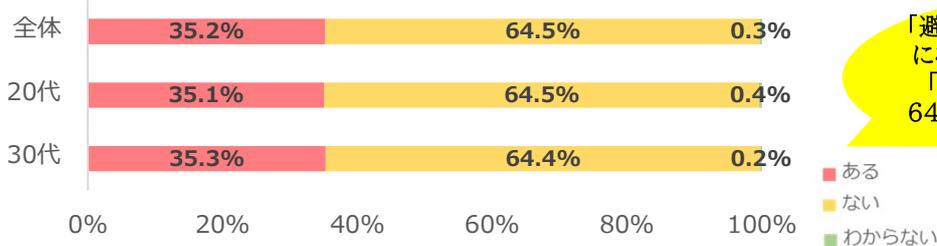
Q.避妊について「失敗したかもしれない」と不安を感じた最初の経験はいつになりますか？



●**避妊不安を経験した人に限っても、その6割超が「緊急避妊薬」使用経験なしと回答**

Q. 「避妊が十分でなかった可能性を感じて不安になったことがある」人の「緊急避妊薬の使用経験」について

全体 (N=681)、20代(N=245)、30代(N=436)

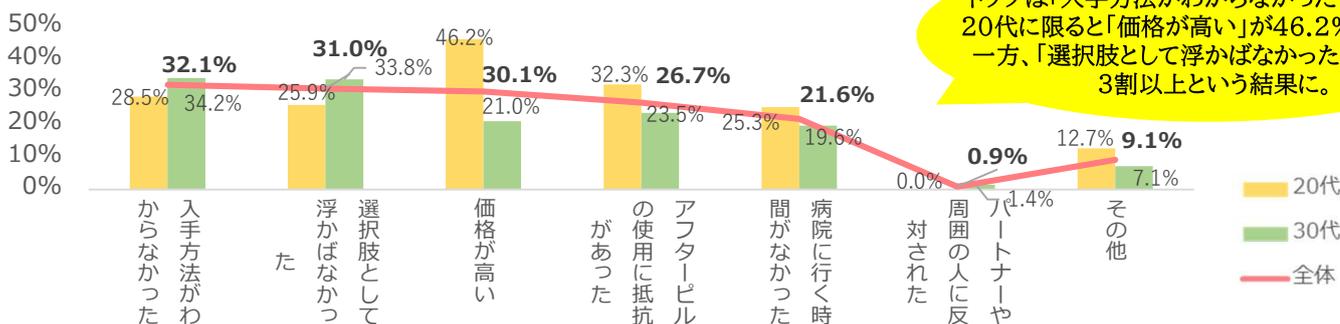


「避妊が十分でなかった可能性を感じて不安になったことがある」と回答した女性のうち、「緊急避妊薬を使用したことがない」人が64.5%と、「使用したことがある(35.2%)」を大きく上回る結果に。

●**避妊不安を経験した際でも「緊急避妊薬を使用しなかった」理由、トップは「入手方法がわからなかった」**

Q. 過去に、避妊が十分でなかった可能性を感じて不安になった際、緊急避妊薬を使用してこなかった理由は何ですか？ (複数回答)

全体 (N=439)、20代 (N=158)、30代 (N=281)

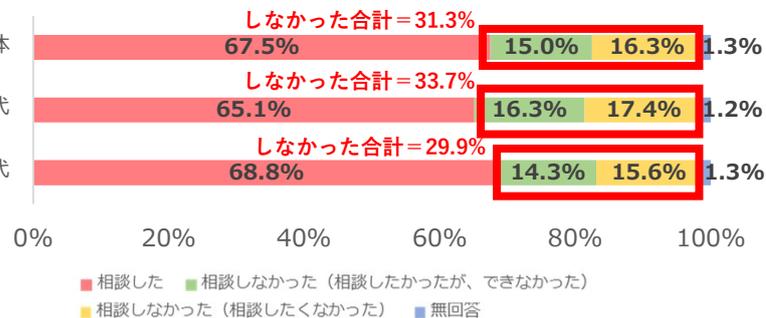


トップは「入手方法がわからなかった(32.1%)」。20代に限ると「価格が高い」が46.2%でトップに。一方、「選択肢として浮かばなかった」という人も3割以上という結果に。

●**緊急避妊薬を使用した際、パートナーに相談しなかった人が3割超**

Q. 緊急避妊薬を実際に使用した際、パートナーに相談しましたか？

全体 (N=240)、20代 (N=86)、30代 (N=154)



Q. 緊急避妊薬を実際に使用した際、パートナーに相談しなかった(できなかった)理由があれば教えてください。

■ 相手の無理解な態度

- ・相手の人が重要なことのように感じている様子がないと言えなかった。
- ・向こうが何も気にして無さそうだったので言えなかった。

■ 関係性が崩れることへの不安

- ・相談したら振られてしまうと思ったから。
- ・付き合いだてで、付き合ってから初めてのタイミングだったので。

■ 相手との関係性

- ・真剣な交際ではなかったので伝えても無駄だと自己判断し言わなかった。
- ・彼と別れた後で、もう会いたくなかったから。
- ・相手の連絡先を知らなかった。

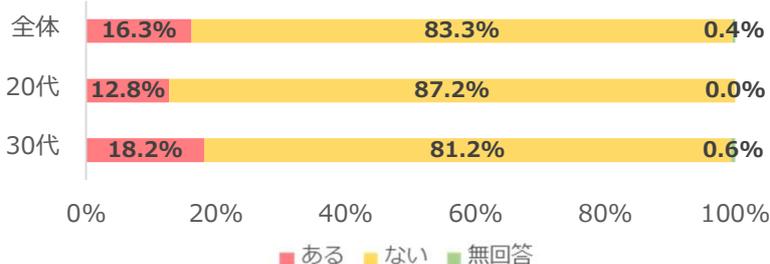
■ 自己解決

- ・自分で解決できる問題だから。
- ・妊娠したくない理由が自己都合だったから。

●**緊急避妊薬を使用した際、その処方にあたって嫌な経験をしたことがある人が16.3%**

Q. 緊急避妊薬の処方にあたり、嫌な経験をしたことはありますか？

全体 (N=240)、20代 (N=86)、30代 (N=154)



Q. 緊急避妊薬の処方にあたり、嫌な経験をした具体的なエピソードがあれば教えてください。

■ 医師の態度・言動

- ・避妊してくれなかったのは男性側の責任もあるのに、医療機関の男性医師からすべて私が悪いかのように責められ怒られた。
- ・同意のない性行為のせいで貰いこいたのに無責任な行動は周りにも迷惑かけるから、と医者に言われた。
- ・医者に相手を聞かれ主人と答えると「なんで結婚してるのに妊娠したらダメなんですか？」と詰められた。

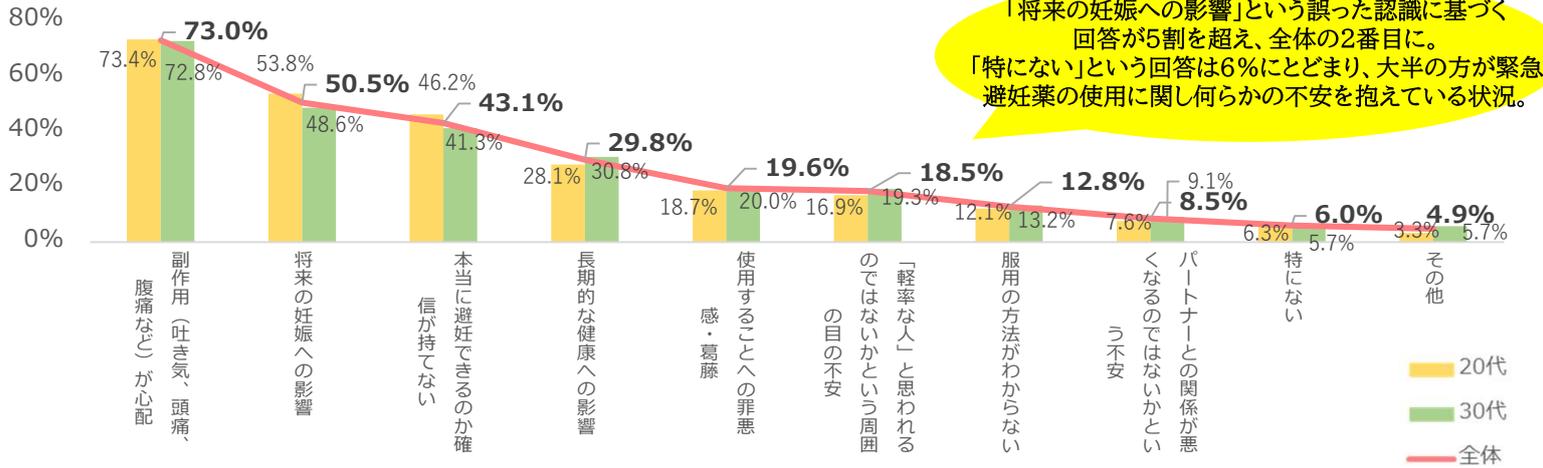
■ その他・診察体制など

- ・どのような理由で処方を希望するか問診票に記入する欄があったのが辛かった。
- ・パートナーと一緒に病院に入らず、ひとりで不安だった。
- ・男性の医師に実際の行為の時間帯など伝えなければならぬ嫌だった。

宝島社「もっと話そう！Fem&」プロジェクト「緊急避妊薬(アフターピル)」に関する意識調査

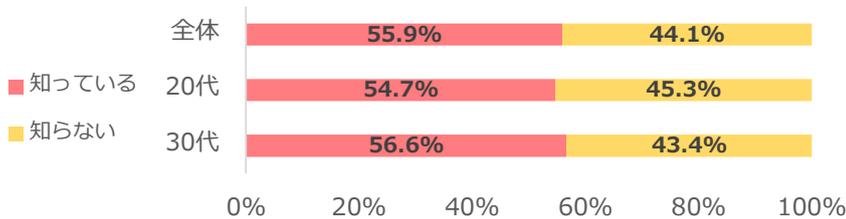
●緊急避妊薬の使用に関する不安のトップは「副作用(吐き気、頭痛、腹痛など)が心配」で7割超  
「将来の妊娠への影響」という誤った不安を抱く人が半数以上も

Q.緊急避妊薬の使用について、心配や不安を感じることはありますか？(複数回答)



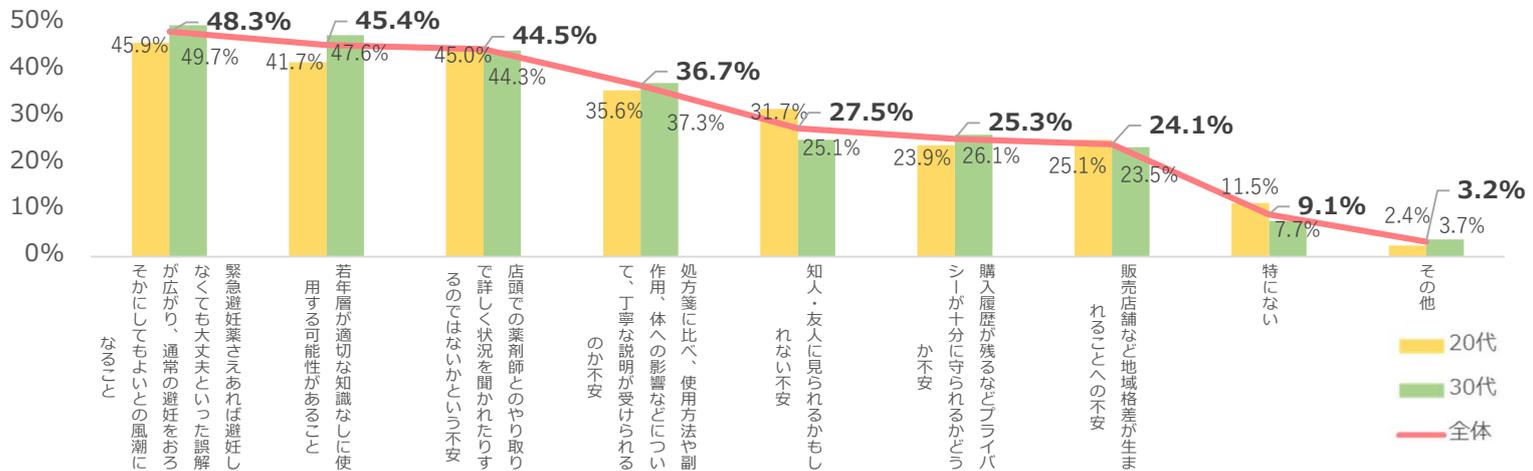
●緊急避妊薬の市販化、薬局で購入できるようになることの認知率は20代・30代とも5割超

Q.緊急避妊薬が市販化され、薬局で購入できるようになることを知っていますか？



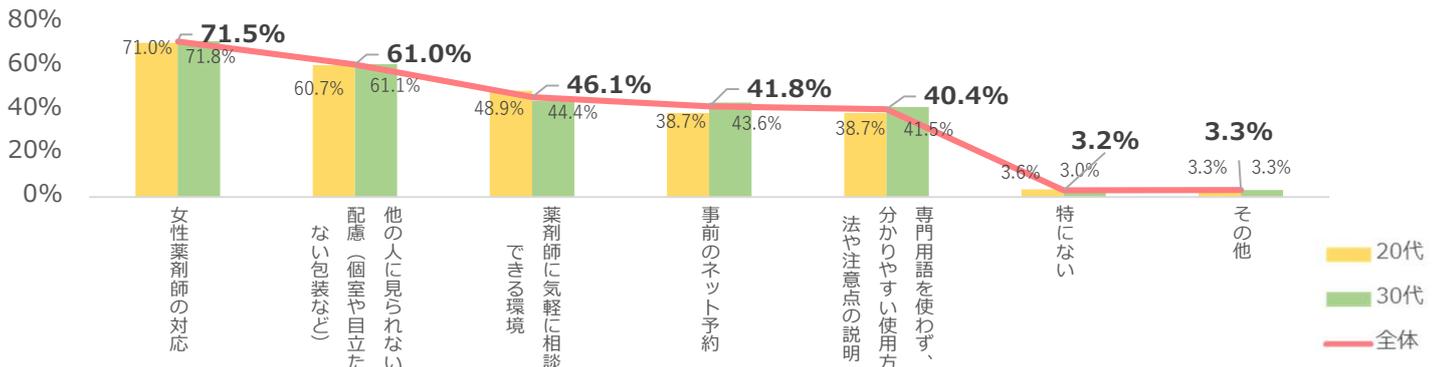
●緊急避妊薬の薬局販売にあたって女性が感じる不安のトップは、「緊急避妊薬さえあれば避妊しなくても大丈夫といった誤解が広がり、通常の避妊をおろそかにしてもよいとの風潮になること」(48.3%)

Q.緊急避妊薬が市販化され、薬局で購入できるようになることについて、不安に思うことはありますか？(複数回答)



●「女性薬剤師による対応」や「他の人に見られない配慮」など、相談しやすい環境やプライバシーへの配慮を重視

Q.薬局で緊急避妊薬を購入する際、どのような配慮があれば買いやすいと感じますか？(複数回答)



# 宝島社「もっと話そう！ Fem&」プロジェクトの活動

## ◆「もっと話そう！ Fem&」プロジェクトとは

宝島社の女性誌10誌（※）、男性誌2誌の合計12媒体によるフェムケア・フェムテック啓発プロジェクト。長らくタブー視されてきた女性の健康問題について知る機会や話すきっかけを提供することで、女性がより活躍できる社会に繋げ、ひいては男女に関係なくヒトが生きやすい社会を目指すための活動です。プロジェクト5年目に入る2026年は、「自分を知って、まわりを知ろう」をテーマに、「女性の体を知ること」「課題に気づくこと・課題として捉えること」を目指して活動。関心の高い層だけでなく、より広い層の方たちにも興味を持っていただくきっかけ作りや、話しにくい「女性の健康課題」について考えたり、話す機会を提供することで、女性のみならず社会全体のウェルビーイング向上に寄与できるよう取り組んでまいります。

※女性誌10誌のうち、otona ROSYはWEBメディアです

女性誌10誌&男性誌2誌で、各世代に向けたテーマを提案していきます！



## ◆宝島社の女性誌10誌・男性誌2誌でPMS、妊活、更年期、男性理解など各世代にあわせた特集を実施



『MonoMax』企業視点・男性視点からみるフェムテック

『SPRING』女性ホルモンとのつきあいかた

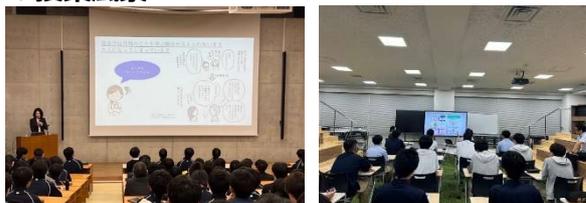
『大人のおしゃれ手帖』更年期

『InRed』パートナー理解

## ◆男子校での性教育特別授業

プロジェクトを続けるなかで、教育、男性理解の重要性を実感したことから、これからの未来を担う世代への啓発として男子校での性教育授業を実施。これまで6回にわたり、生理や更年期などをテーマに、宝島社の各雑誌の編集部員と婦人科医師が授業を行っています。

### ▼授業風景



### 授業に参加した生徒の感想

- ・今までタブーとされてしっかりとした教育が行われなかったことは明らかなので今後今回の授業のように適切な知識を学生に教える機会が重要になってくるかもしれないと思う。
- ・ディスカッションに携わったことで、ほぼ初めて、生理について真剣に考える機会になりました。
- ・母の機嫌が悪いのはよくある。更年期について今回学んだので、その点を考えてイラつかせないようになりたいと思う。
- ・女性は体調のことなど、気を使って言い出せないことがあると知ったので、今後は周りを見る観察力が必要だと思った。
- ・異性のことは気になるけれど、自分の性に対しては深く考えたことがなかった。
- ・女子校でも男子のカラダについて知る勉強会があったらいい。

## ◆「更年期川柳」大賞

多くの方が抱える問題でありながら、友人同士でも話題にしにくく、情報交換ができる機会が少ないことに危機感を感じた『大人のおしゃれ手帖』編集部が「皆で共有しやすい世の中のきっかけを作りたい」「モヤモヤを言葉にして吹き飛ばし、少しでも前向きな気持ちで更年期を過ごしてほしい」という思いから創設した川柳の公募賞。2023年からスタートし応募数は初年度1454作品、2024年は2721作品、2025年は5307作品と年々増加しています。



## ◆Femtechアワード

フェムテック分野の啓発に貢献している人物やサービス、プロダクトを表彰する目的で2022年より年に一度「Femtechアワード」を開催しています。読者を招待し、表彰式やトークイベント、商品展示等を実施しています。

