

2026年3月6日

オルガノン株式会社、「国際女性デー」に向けて 「製造・物流など出社を要する現場等で働く女性の月経に関する調査」を発表 — 生理中71%、生理前後61%が勤務中のパフォーマンス低下を自覚 —

オルガノン株式会社（本社：東京都港区、代表取締役社長：アルパ・アルプテキン、以下、オルガノン）は、3月8日の「国際女性デー」に合わせて、製造・物流の現場など出社を前提とする職場で働く女性正社員を対象に、月経に関連する症状や困りごと、その対処方法、職場での健康支援の現状について調査を実施しました。本調査では、働く場所や勤務時間に一定の制約がある業種や職種において、月経に起因する健康課題が仕事のパフォーマンスや就業に及ぼす影響を調査するとともに、職場の健康支援の現状と女性従業員のニーズとのギャップを明らかにすることを目的としました。

■ 7割以上が月経に関する困りごとを抱え、月経中は7割、月経前後でも6割以上が勤務中の生産性の低下を感じている

月経に関連して職場で経験した困りごとでは、「月経痛やだるさ、集中力の低下などによる仕事への影響（38%）」という他人からは見えにくい困りごとを回答した人が最多となりました【Q6】。これに次いで、「経血漏れ・衣服の汚れが気になった、あるいは実際に起きた（36%）」、「必要なタイミングでトイレに行けなかった（24%）」、「生理用品の持ち合わせがなくて困った（21%）」などが挙がっています。

月経に関連して特に気になる症状としては、「腹痛（62%）」、「腰痛（48%）」、「頭痛（34%）」などの痛みの症状や、「便秘・下痢（37%）」といった消化器症状に加え、「疲れ・だるさ（48%）」、「イライラ感・情緒不安定（46%）」、「眠気（43%）」などの全身的・精神的な症状も多く報告されており、本調査においても、月経に関連する症状が多岐にわたることが確認されました【Q4】（図1）。仕事の生産性への影響については、普段と比べて「やや低下する」「大きく低下する」と答えた人は、月経中では71%、月経前後でも61%に上りました【Q5】（図2）。

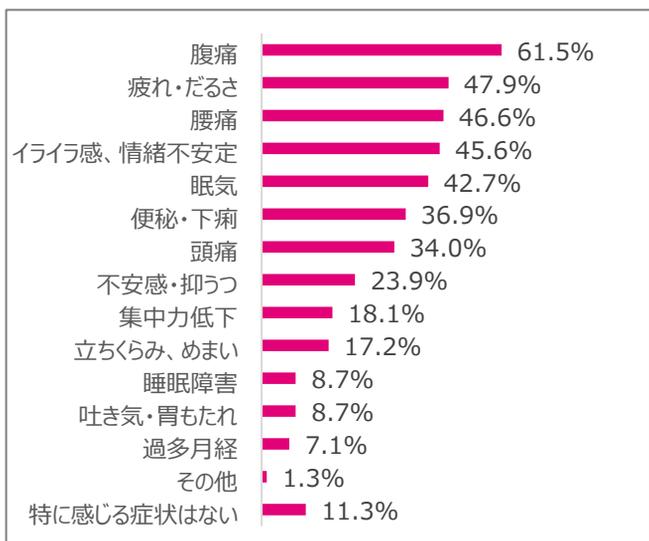


図1: 月経中や月経前後に特に感じる症状【Q4】

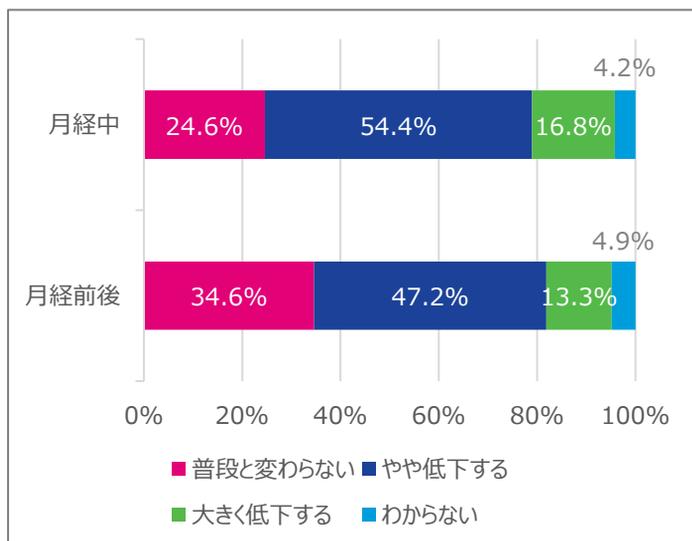


図2: 月経関連症状の仕事の生産性への影響【Q5】

■ 月経に関連した症状の軽減のために日常的にケアを行う人では、6割以上が症状の軽減を感じている。しかし、7割以上は日常的なケアを行っていないのが実態

月経に関連する症状の軽減を目的とした日常的なケアについては、「低用量ピルの服用（10%）」、「サプリメントの服用（8%）」、「月経困難症治療薬の服用（7%）」、「漢方薬の服用（5%）」という回答が得られたのに対し、72%は「特に対処していない」と回答しました【Q9】（図3）。日常的なケアを行う人に対し、そのケアが症状の軽減にどの程度役立っているかを聞いたところ、「かなり役立っている」「ある程度役立っている」と答えた人は、低用量ピル*で94%、サプリメントで80%、月経困難症治療薬*で76%、漢方薬で60%でした【Q11】（図4）。

症状がづらい時に行っている対処では、「痛み止めの頓服（51%）」、「身体を温める・リラックスする（18%）」という対処が中心で、症状発現時も、40%は「特に対処していない」と回答しました【Q10】。

*低用量ピル、月経困難症治療薬は、医師の適切な診療のもと使用されるものです

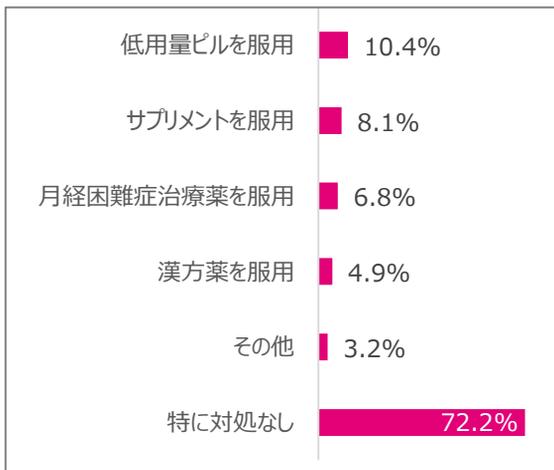


図3: ふだんから行っている対処【Q9】

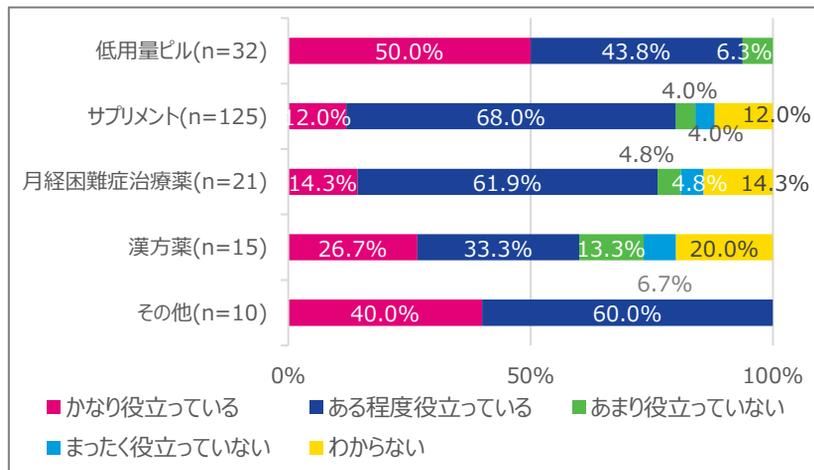


図4: 対処が症状の軽減に役立っているか【Q11】

■ 制度があっても利用しにくい実態が明らかに—利用には心理的・環境的なハードルが残る

働き方や職場の健康に関連して導入されている制度としては、「休憩時間の柔軟な取得（18%）」、「短時間勤務や時間単位の休暇などの「勤務時間の調整（20%）」、「有給の生理休暇（19%）」など、勤務時間の柔軟性を高める取り組みや休暇制度が一定数存在していました【Q12】。一方、「該当する制度や取組みはない（38%）」、「わからない/知らない（16%）」を合わせると半数以上となり、制度が十分に浸透していない、または認知されていない状況も見受けられました。

導入済み制度の使いやすさでは、「休憩取得の柔軟な取得」や「勤務時間の調整」など、勤務中に個人で調整しやすい取り組みは必要な時に利用しやすいと回答されています【Q14】。一方、「医療受診や薬剤費の補助」、「有給の生理休暇」、「相談窓口の利用」など、上長や人事への申請が必要と推測される制度では、「利用しにくい」「利用したことがない」が50%を超えました。制度を利用しにくい理由としては、「男性上司だから言いにくい（50%）」、「職場の雰囲気として利用の希望を伝えづらい（41%）」、「自分が利用すると、同僚や周囲に迷惑をかけてしまうと感じる（36%）」、「代わりに業務を引き受けてくれる人がいない、または少ない（35%）」などが挙げられ、制度自体の存在よりも、周囲への遠慮や申し出にくさが制度利用の障壁となっている様子が見えられます【Q15】。

代表取締役社長のアルパ・アルプテキンは次のように述べています。

「労働人口が減少する日本において、誰もが健やかに働ける環境づくりは企業にとって重要です。経済産業省の試算では、女性特有の健康課題による社会的損失は年間3.4兆円、そのうち月経関連が0.6兆円を占めます※1。月経にともなう不調はプレゼンティーズム（健康上の問題によって出勤しても本来のパフォーマンスを発揮できない状況）の一因となり、企業にとっても見過ごせない課題です。医療的ケアや職場環境の整備によって不調が軽減される可能性があることから、本調査が、心身の不調と向き合いながら働ける職場づくりを進めていく上での一助となればと考えています。」

※1 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」（2024年2月）
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/jyosei_keizaisonshitsu.pdf
(最終アクセス日：2026年3月6日)

オルガノンは「すべての女性に、より豊かで、より健やかな毎日を。」というビジョンのもと、医薬品やその他のソリューションをお届けするとともに、健康についてのジェンダー平等の推進に取り組んでいます。今回の調査結果が、女性がより安心して働ける環境づくりを進める参考となることを期待しています。今後も、女性の健康の向上を通じて、より良い社会の実現に貢献してまいります。

■ 「製造・物流などの現場等で働く女性の月経に関する調査」

調査手法：インターネット調査

調査時期：2026年2月25日～27日

調査対象：製造・物流・研究の現場など出社を前提とした職場で働く女性正社員
(原則出社必須・週1回程度のリモート勤務可、月経あり) 309名

実施主体：株式会社マクロミル ケアネット

調査レポート：<https://www.organon.com/japan/stories/iwd2026/>

■ Organon & Co. (Organon)およびオルガノン株式会社 について

Organon は、女性の生涯を通じた健康の向上に注力するグローバルヘルスケア企業です。ウィメンズヘルス領域をはじめ、バイオシミラーや幅広い疾患領域の長期ブランド製品群において、70以上の製品を世界中にお届けしています。現在の製品ポートフォリオに加え、ウィメンズヘルスやバイオシミラー領域における革新的なパイプラインに投資していくことで、将来の成長機会を拡大させていきます。さらに、成長し続けるグローバル市場でOrganonが持つスケールと存在感を挺に、商業化を目指すバイオ医薬品イノベーターとの協働機会も追求していきます。Organonは、本社を米国ニュージャージー州ジャージーシティに置き、世界中に約1万名の従業員と販売網を持つグローバル企業です。詳細については、www.organon.com をご参照ください。Organonの日本法人であるオルガノン株式会社の詳細については、www.organon.com/japan/、[LinkedIn](#)、[Instagram](#)の公式アカウントもご参照ください。

本リリースに関するお問い合わせ

オルガノン株式会社 エクスターナルアフェアーズ部門 植木 陽子

TEL : 080-3213-4624 (携帯) MAIL : yoko.ueki1@organon.com

参考資料：

「製造・物流の現場等で働く女性の月経に関する調査」

【調査概要】

■ 調査目的：

製造・物流の現場等、出社を前提とし、休憩の取り方などに一定の制約のある働き方をしている女性が、月経や月経に関連する症状によって業務や働きやすさにどのような影響を受けているのかを明らかにすることを目的とする。また、現場で生じる月経に関連した困りごとや職場制度の利用状況やニーズを把握し、職場環境の改善に向けた基礎的な情報を得ることを目指す。

■ 調査地域：全国

■ 調査手法：インターネット調査

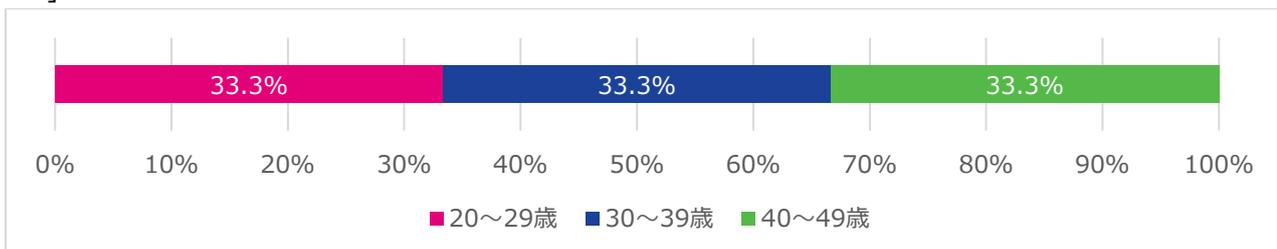
■ 調査期間：2026年2月25日～27日

■ 調査対象：製造・物流など出社を要する現場等で働く女性正社員 309名

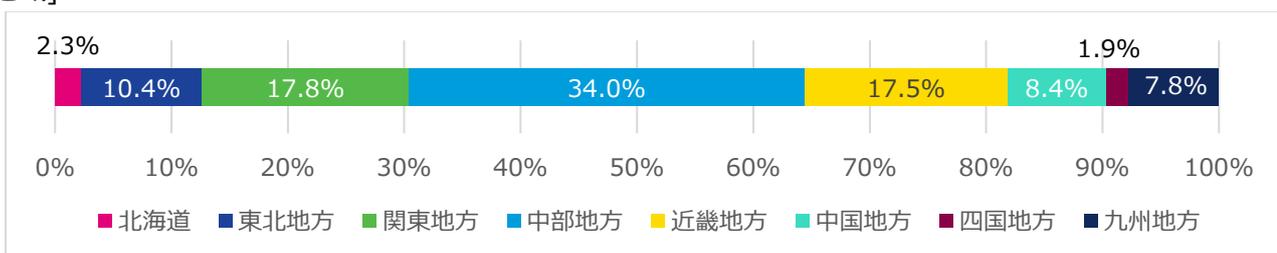
■ 実施主体：マクロミルケアネット

【調査対象詳細】

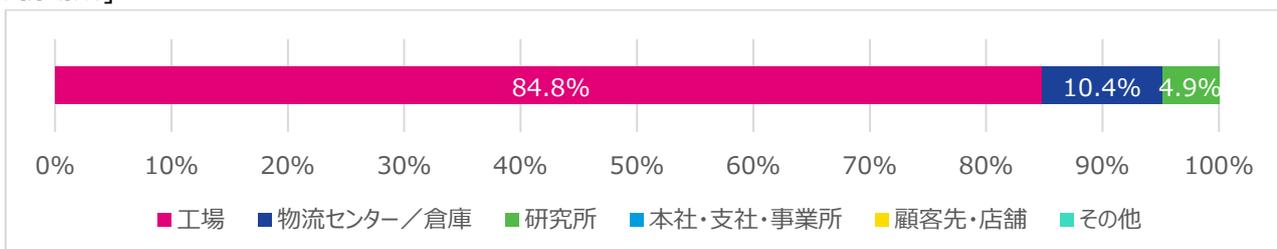
[年齢]



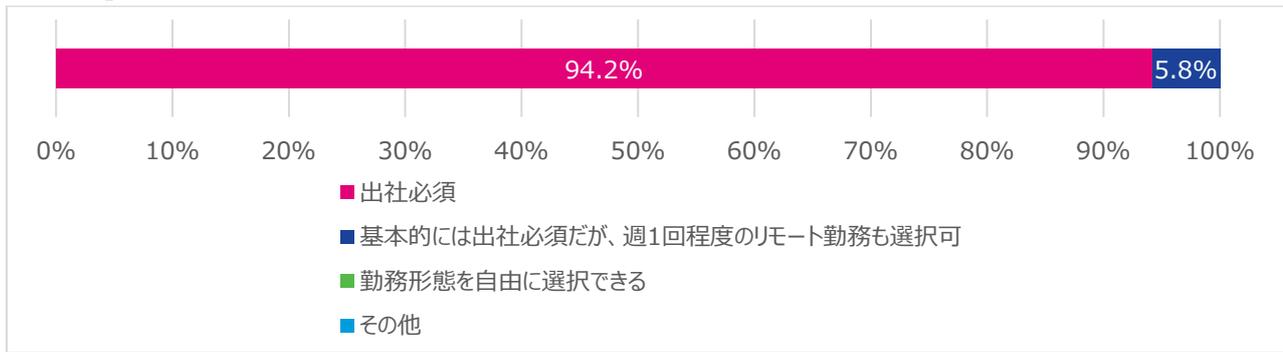
[地域]



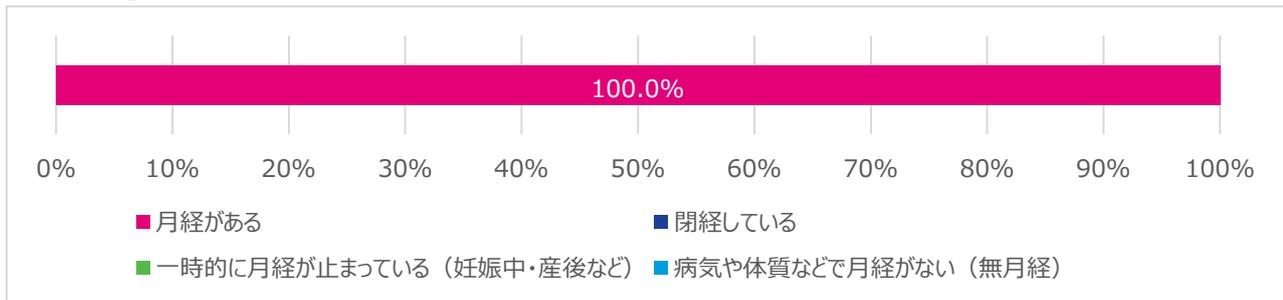
[勤務場所]



[勤務形態]



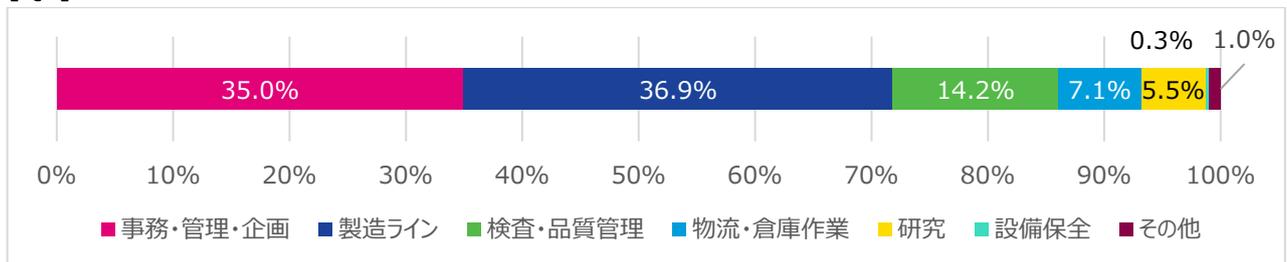
[月経の状況]



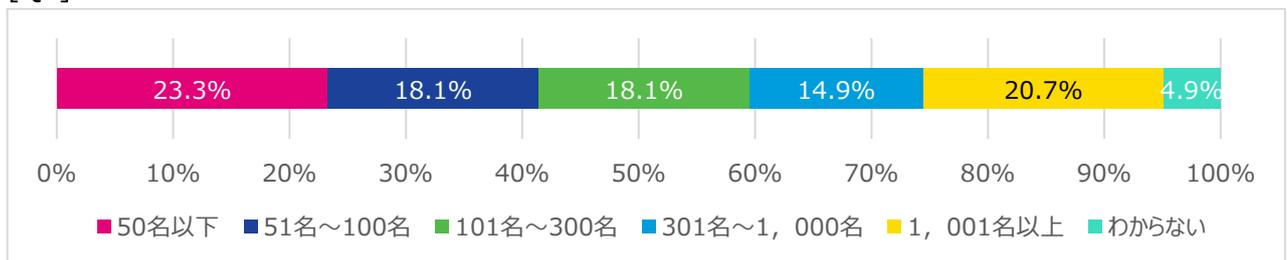
【結果詳細】

セクション 1: 職場環境について

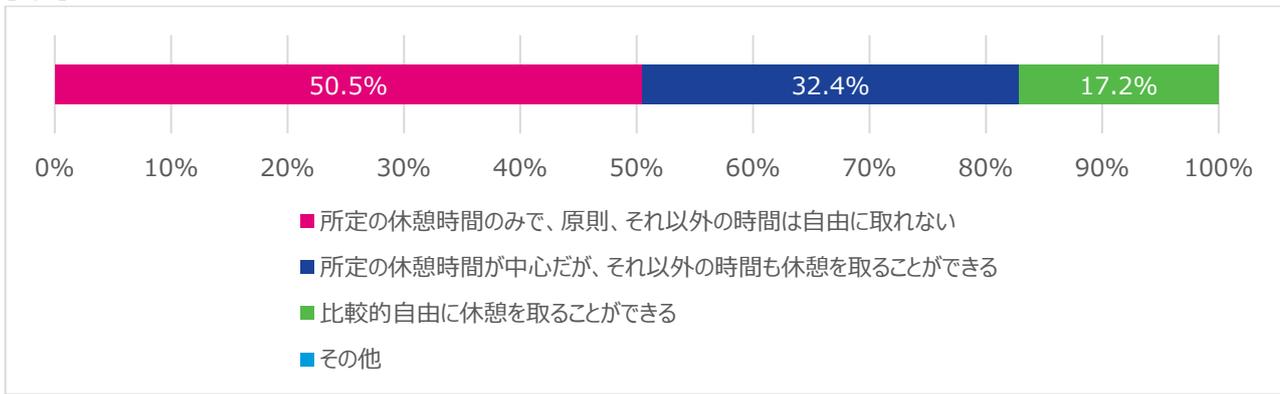
[Q1]あなたの主な業務内容について、最も近いものをお選びください。（単一回答） n=309



[Q2]あなたの勤務先の従業員数について、あてはまるものを一つお選びください。（単一回答） n=309

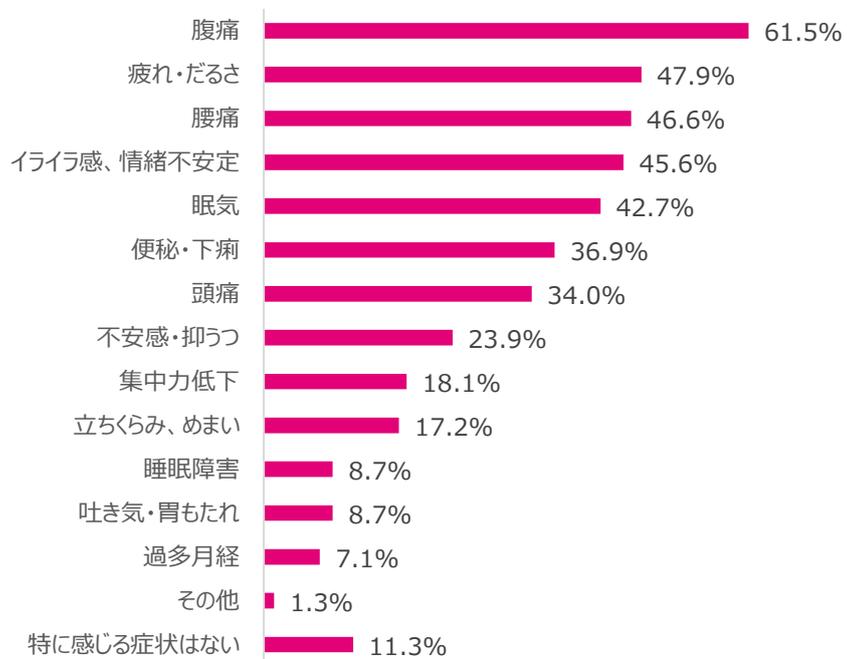


[Q3] あなたの休憩の取り方として、最も近いものをお選びください。（単一回答） n=309

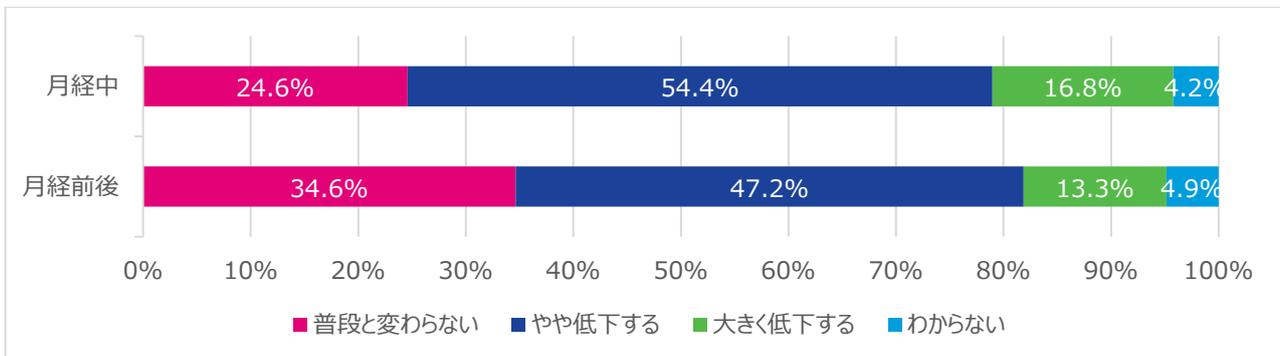


セクション 2 : 月経・月経前後の症状について

[Q4] ふだんの体調と比べて、月経中や月経前後（月経に関連した症状がみられる期間）にあなたが特に感じる症状について、あてはまるものをすべてお答えください。（複数回答） n=309

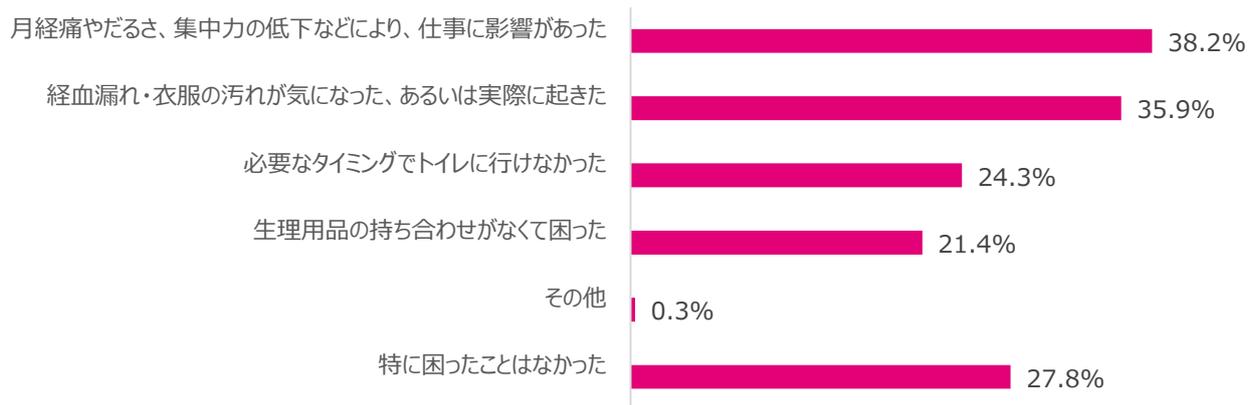


[Q5] 月経中や月経前後にあなたが実際に感じる症状は、仕事への集中力や生産性にどの程度影響していますか。それぞれについて、最もあてはまるものをお選びください。（単一回答） n=309

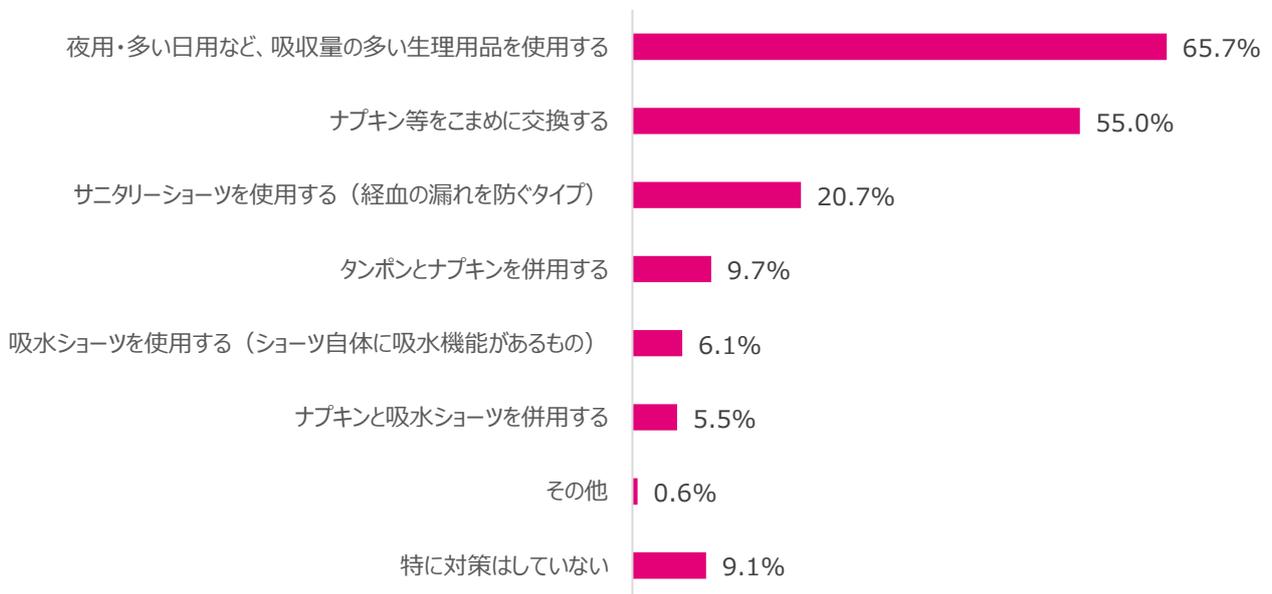


セクション 3 : 月経に関連する職場での困りごとについて

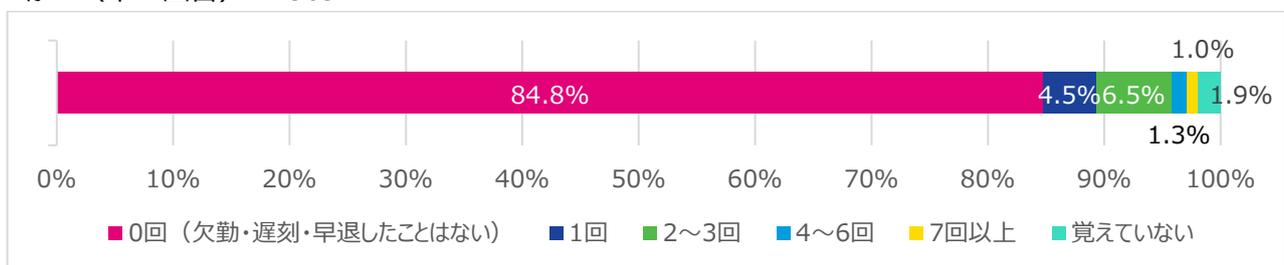
[Q6] 過去 6 カ月の間に、職場で月経に関連して困ったことがありましたか。(複数回答) n=309



[Q7] 月経時、とくに経血が多い日に勤務する場合、どのような経血対策をしていますか。(複数回答) n=309

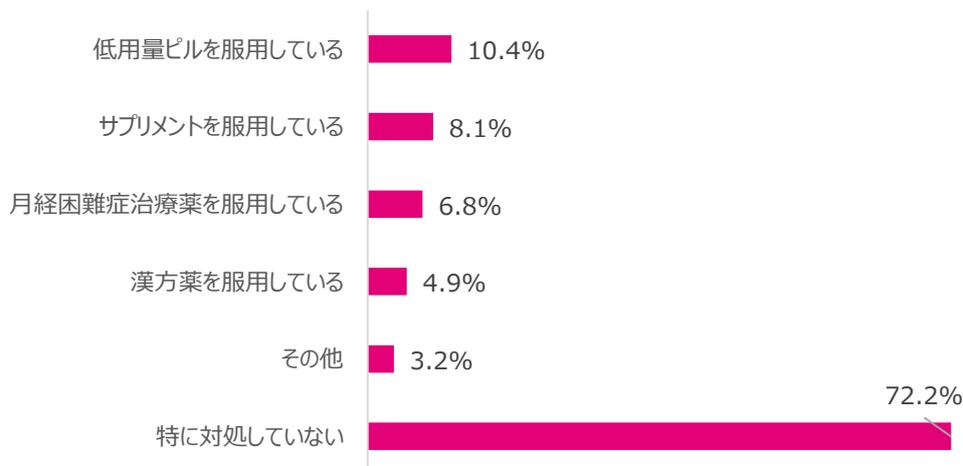


[Q8] あなたは過去 6 カ月間を振り返って、月経や月経にともなう症状が原因で、どの程度欠勤・遅刻・早退をしましたか？(単一回答) n=309

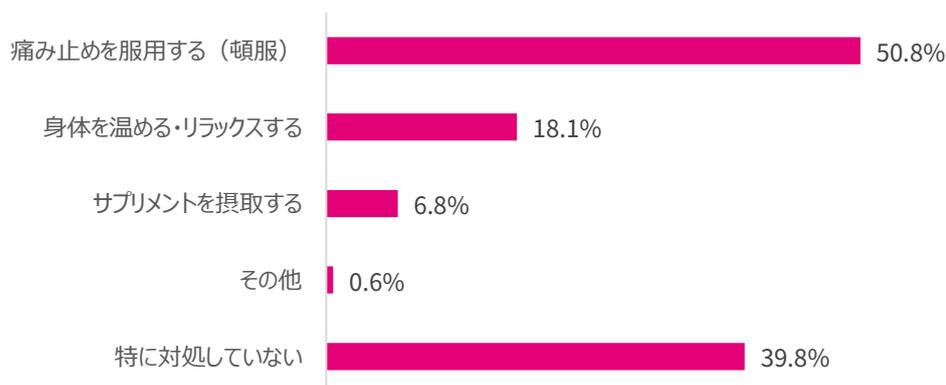


セクション 4 : 月経に関連した対処方法

[Q9] 月経痛や月経にともなう症状に対して、ふだんから行っている対処をすべて教えてください。（複数回答） n=309

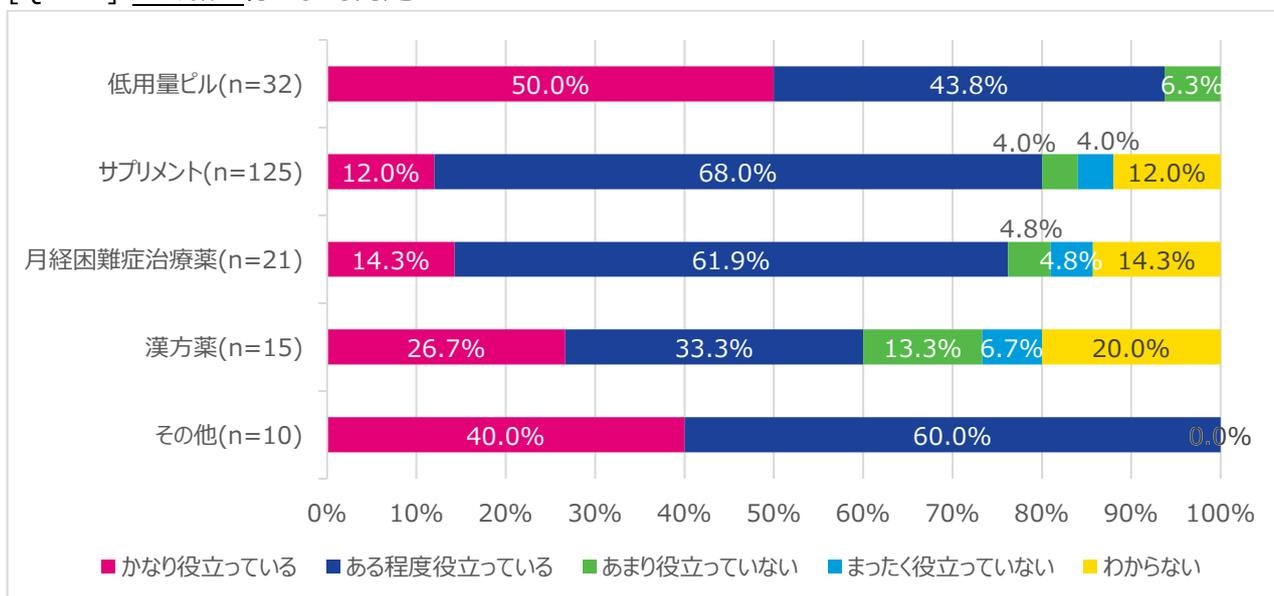


[Q10] 月経痛や月経にともなう症状に対して、症状が辛い時に行っている対処をすべて教えてください。（複数回答） n=309

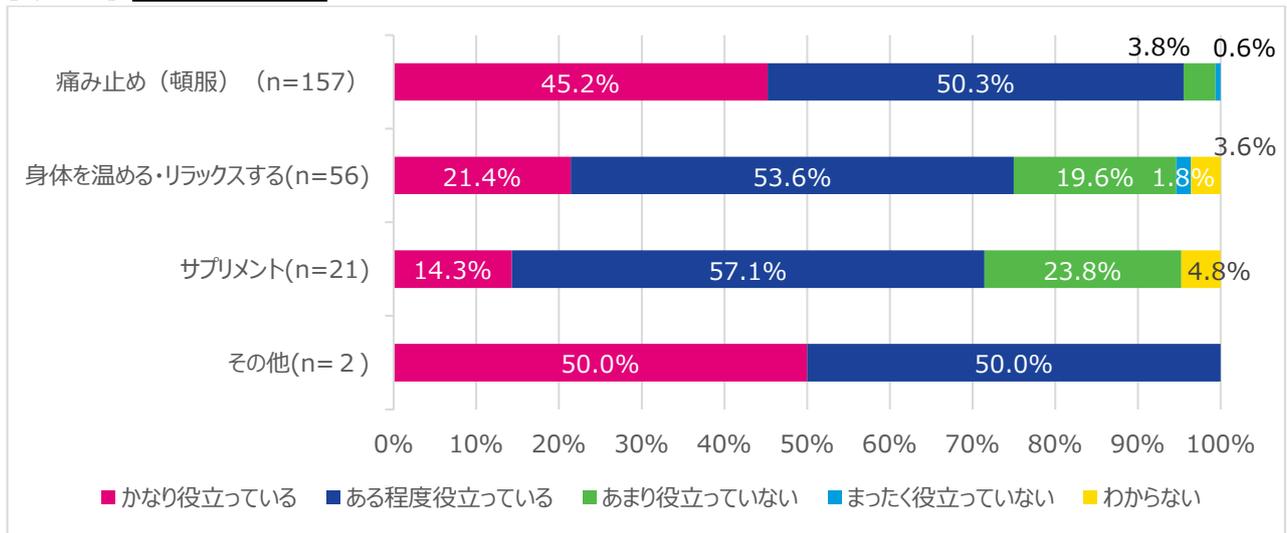


[Q11] 現在行っている対処法は、月経痛や月経にともなう症状の軽減にどの程度役立っていますか。（単一回答）
（Q9、10で、何らかの対処をしていると回答した人）

[Q11-1] ふだんから行っている対処



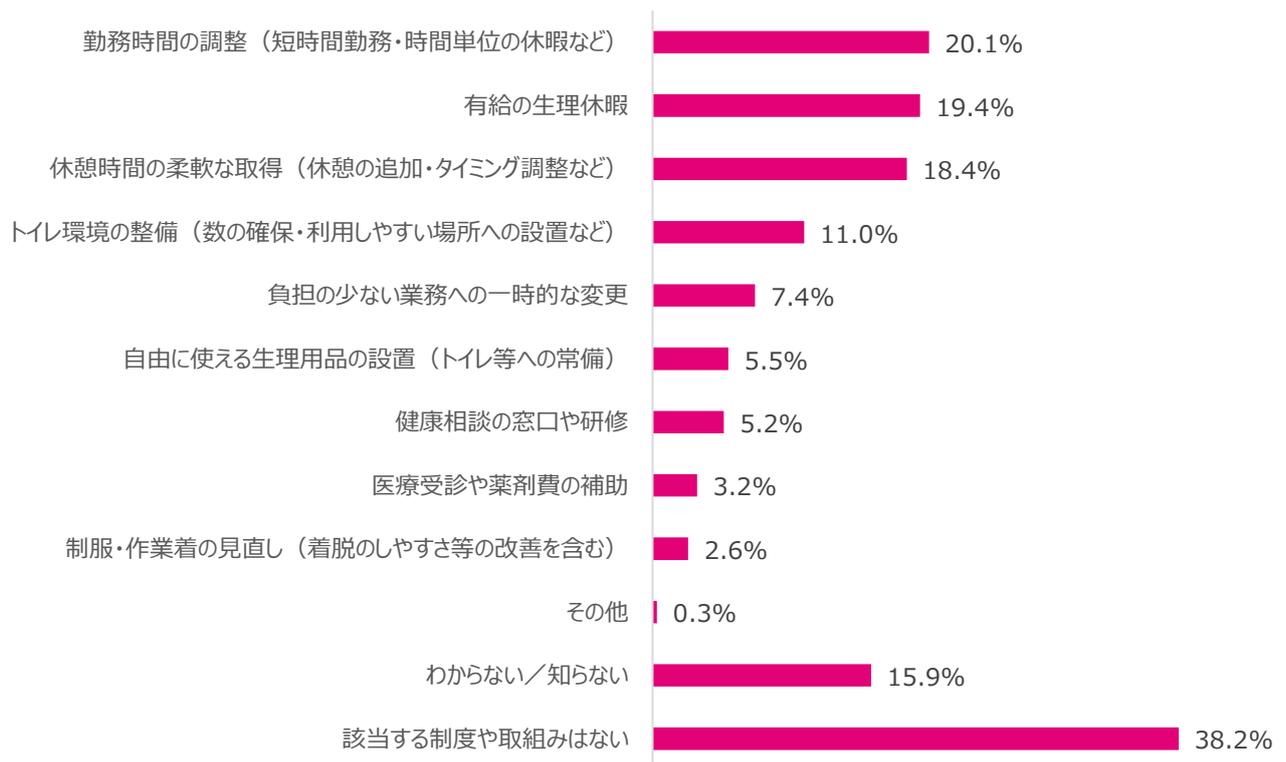
[Q11-2] 症状が辛い時に行っている対処



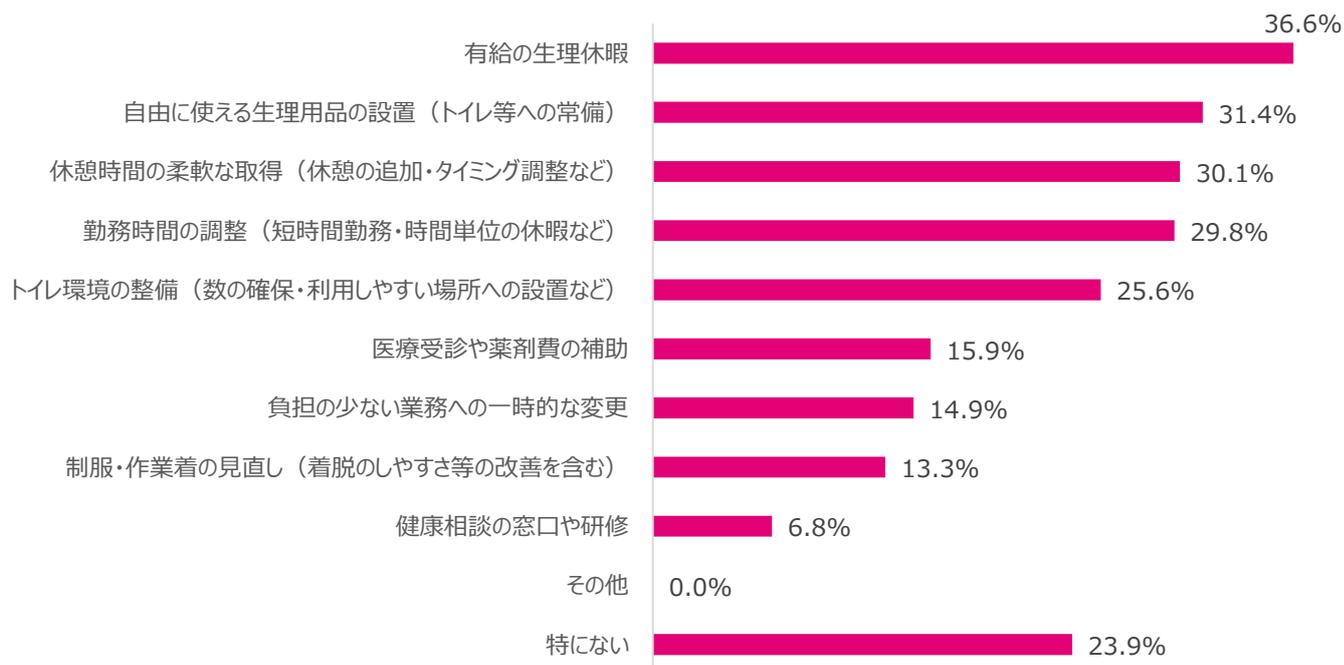
セクション 5 : 月経に関連する制度・運用について

[Q12] 働き方や職場の健康に関連して、現在あなたの職場で導入されている制度や取組みをすべてお選びください。

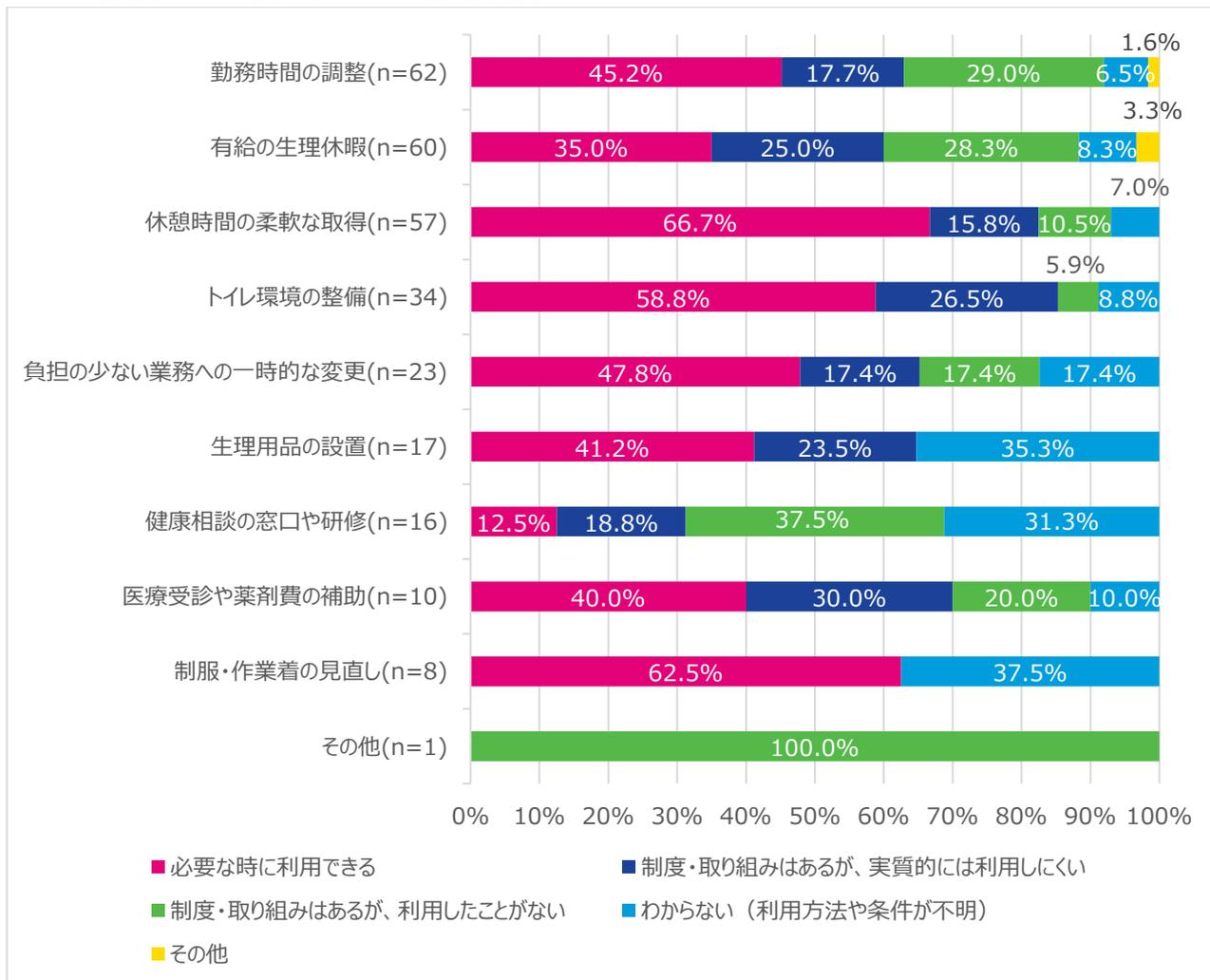
(複数回答) n=309



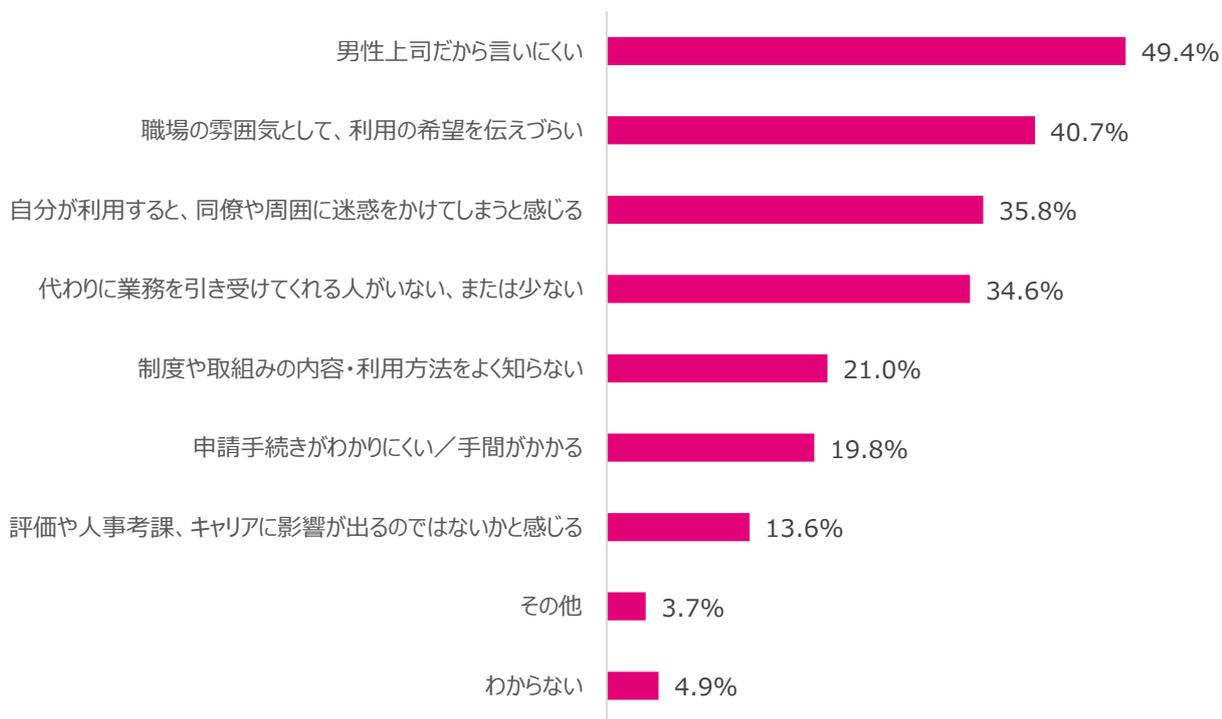
[Q13] 働き方や職場の健康に関連して、あなたの職場に「あると良い」と思う制度や取組みをすべてお選びください。（複数回答） n=309



[Q14] 働き方や職場の健康に関連して、現在あなたの職場で「導入されている」と回答した制度や取組みについて、それぞれの利用しやすさを教えてください。（複数回答）



[Q15] 働き方や職場の健康に関連する制度のうち、月経に関連する制度を利用しにくいと感じる理由として、あてはまるものをすべてお選びください。（複数回答） n=81（Q14で、「制度・取り組みはあるが、実質的には利用しにくい」または「制度・取り組みはあるが、利用したことがない」と回答した人）



以上