

資料

男性労働者における女性の月経に伴う症状等への知識と年代、 職位、配偶者・パートナーの有無との関連：横断研究

ヤマダ ヒデヒコ イワサ ハジメ イシイ カヨコ イダカ タカユキ
山田 秀彦* 岩佐 一* 石井佳世子^{2*} 井高 貴之^{3*}
ヤスマラ セイジ
安村 誠司^{4*}

目的 女性労働者は就労上で月経に関する様々な困難感を抱えている。先行研究では5割の女性労働者は、職場が月経による体調不良者への理解がないことなどを報告している。一方、男性労働者における女性の月経に伴う症状等への知識の現状等を明らかにした知見は多くない。本研究では、男性労働者における女性の月経に伴う症状等への知識と基本属性（年代、職位、配偶者・パートナーの有無）との関連および産業保健実践の示唆を検討することを目的とした。

方法 2023年8月7～28日に福島県内の製造業である2つの事業所に勤務する男性労働者へ無記名自記式質問紙調査を実施した。調査項目は、基本属性、月経に関する知識（月経前や月経中に出現する症状、月経異常に関すること、月経に関する社会の動向）で、知っているまたは知らないの2件法で尋ねた。対象者の基本属性と月経に関する知識の有無を記述統計で把握し、月経に関する知識の有無と基本属性との関連を χ^2 検定および残差分析で検討した。

結果 2つの事業所をあわせて311人へ配布し、190人（回答率61.1%）より回答があり、165人を分析対象とした。月経前や月経中に出現する症状および月経異常に関する知識は、「怒りっぽくなる」「大量の出血」「倦怠感」「気分の落ち込み」「下腹部痛」「月経不順・無月経」を7割以上が知っていた。一方、「かゆみ」「発汗」「ホットフラッシュまたはのぼせ」を知っている人は、約2割であった。月経異常は、「過長月経」を知らない人が約7割であった。「月経に関する社会の動向」は、9割前後の人が知らなかった。月経に伴う症状等の知識と基本属性との関連は、10歳代では「食欲の増進」、20歳代では「胸の張り」「眠気」「食欲の増進」を知っていた。一方、50歳代では「眠気」「食欲の増進」、60歳代では「胸の張り」「食欲の増進」を知らなかった。管理職では、「怒りっぽくなる」「大量の出血」「下腹部痛」「集中力の低下」「発汗」を知っていた。配偶者・パートナーがいる方が「ホットフラッシュまたはのぼせ」を知っていた。

結論 月経前や月経中に出現しやすい症状は知っている人が多かったが、出現しにくい症状や月経異常、月経に関する社会の動向は知らない人が多かった。男性労働者の月経に関する知識向上に向けて、社内研修における月経に関する情報提供が考えられるが、効果的な方策について更なる検討が必要である。

Key words : 月経に関する知識, 月経, 男性労働者, 職域

日本公衆衛生雑誌 2026; 73(2): 188-198. doi:10.11236/jph.25-010

I 緒 言

日本は人口減少と少子高齢化の進展により¹⁾, 将

来の労働力不足が懸念されている。そのような中、2016年4月施行の「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）²⁾」により、国、地方、公共団体、民間事業主における女性の活躍推進に関する責務が定められた。また、男女共同参画白書（平成29年版）³⁾では、あらゆる分野への女性の参画拡大や生涯を通じた健康支援について示され、女性の社会参画が推進されている。一方、女

* 福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座

^{2*} 福島県立医科大学看護学部母性看護学・助産学部門

^{3*} 福島県立医科大学附属病院医療情報部

^{4*} 福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター
責任著者連絡先：〒960-1295 福島市光が丘1
福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座 山田秀彦

性は就労上において様々な困難感を抱えている。その一つが月経に関することである。Tanakaら⁴⁾は、月経のある15歳から49歳の女性19,254人のうち、74%が月経中に不快症状を、50%が痛みを経験していると報告している。また、働く女性の健康推進に関する実態調査報告書⁵⁾によると、対象者2,400人のうち、36.9%が月経関連の症状や疾患で、22.1%が月経前症候群を理由に勤務先で困った経験があると回答している。月経に伴う症状への支援策として生理休暇はあるが、2019年度に生理休暇を請求した女性労働者は0.9%であり⁶⁾、ほとんどの女性労働者が月経に伴う症状により困難感を抱えながら就労していることが推察される。生理休暇取得割合の低さは、事業所における課長職以上の管理職の多数を男性が占めている⁷⁾ことが要因の一つとして考えられる。先行研究⁵⁾では、生理休暇について、活用されていないと回答した317人のうち27.4%が上司や周囲の理解が浸透しておらず活用しづらいと報告している。また、20~40代の月経の悩みと仕事、生活について調査した報告書⁸⁾では、働く女性1,893人のうち55%が職場の月経に関連する体調不良者への理解がないことや20%が月経についての理解を深める男性対象の研修を職場に求めていることが報告されている。これらから、女性労働者は男性労働者へ女性特有の健康課題に対する理解を求めていることが推察される。

一方、約800人の男性中間管理職を対象に女性特有の疾患に対する認識を調査した研究⁹⁾では、月経痛について54.8%は知っていたが、過多月経、頻発月経、月経困難症、月経前症候群については、約60~70%が知らないと報告している。また、職場において月経関連の症状や疾病により、会社を休むほどではないが、仕事の能率が落ちると回答した割合は女性では39.9%に対して男性は23.2%³⁾と男性の理解度の低さが明らかとなっている。

女性労働者が月経に伴う体調不良時に、職場から適切なサポートを受けながら仕事を継続できることは、女性の働きやすさの向上につながる可能性がある。そのためには、男性労働者が女性の月経に伴う症状等の知識を持っていることが必要である。しかし、男性労働者における女性の月経に伴う症状等の知識の現状を明らかにした研究は、調べ得る限り見当たらない。

そこで本研究では、男性労働者における女性の月経前や月経中に出現する症状や月経異常、月経に関する社会の動向についての知識の現状やそれら知識と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連を明らかにし、産業保健実践の示唆を検討すること

を目的とした。

II 方 法

1. 対象者

2023年8月7日から8月28日にかけて、福島県内の製造業である2つの事業所に勤務する男性労働者を対象に無記名自記式質問紙による調査を実施した。事業所の選定は、福島県労働保健センターの協力を得て、労働者の男女比が等分である各男女従業員数100人以上の事業所への調査協力を依頼した。なお、月経に関する知識を問うため、すでに知識を得ている可能性のある医療関係の事業所は除外した。

2. 調査項目

基本属性、月経に関する知識とした。各項目の測定方法は次のとおりである。

1) 基本属性

年代、職位、職種、配偶者・パートナーの有無とした。なお、分析するにあたり職位については、「経営者・役員」「部長」「課長」を「管理職」、「スタッフ」「パート・アルバイト」を「管理職以外」として2群に分類した。

2) 月経に関する知識

先行研究を参考に、月経前や月経中に出現する症状¹⁰⁾〔「下腹部痛」「下痢や便秘」「腰痛」「胸の張り」「大量の出血」「かゆみ」「頭痛」「食欲の増進」「肩こり」「集中力の低下」「気分の落ち込み」「怒りっぽくなる」「倦怠感」「無気力」「ホットフラッシュまたはのぼせ」「発汗」「冷え」「むくみ」「眠気」〕、月経異常に関すること¹¹⁾〔「頻回に月経が来たり、普段より遅く来たり、月経が来なくなってしまうこと」(以下、「月経不順・無月経」)、「月経持続日数が8日以上となること」(以下、「過長月経」)、「月経血量が異常に多いこと」(以下、「過多月経」)〕および月経に関する社会の動向〔「現代は出産の高齢化や回数の減少により、生涯で経験する月経数が増えている¹²⁾」(以下、生涯月経回数の増加)、「仕事の生産性等に与える影響の第3位が『月経不順・月経前症候群』に関することである³⁾」(以下、仕事の生産性への影響)、「月経随伴症状などによる社会経済的負担は、年間6,828億円である⁴⁾」(以下、社会経済的負担)〕について「知っている」または「知らない」の2件法で尋ねた。

3. 統計解析

調査結果の妥当性を高めるため、調査回答者から不正回答とみなした者を除外し、分析を行った。すなわち、月経前や月経中に出現する症状について、前述の項目に加え「視力が低下する」の項目を設

け、これを“知っている”と回答・未回答だった者を不正回答とみなし、すべての分析から除外した。

統計解析は、分析対象者の基本属性や月経に関する知識の有無を記述統計で把握し、月経に関する知識の有無の関連要因を χ^2 検定および残差分析を用いて検討した。分析に際しては、SPSS statistics Ver29 (IBM Corp) を用い、有意水準は5%とした。

4. 倫理的配慮

本調査の実施に際し、各対象者には調査の趣旨、知見の公表の範囲、回答は任意であること、調査用紙の回答・投函をもって調査協力に同意したものとみなす旨を通知した。また、本調査は、無記名で行われ、個人の識別は不可能であった。本調査研究は、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」の適用範囲に該当しないため、審査の対象外と判定された。(福島県立医科大学倫理審査委員会 整理番号: REC2023-028, 通知日: 2023年5月17日)

Ⅲ 研究結果

2つの事業所をあわせて対象者311人へ配布し、190人(回答率61.1%)より回答があり、165人(有効回答率53.1%)を解析対象とした。解析から除外した25人のうち、不適切な回答をした人は16人、未回答だった人は9人であった。解析対象者の特徴を表1に示す。年代は、30歳代が53人(32.1%)、40歳代が47人(28.5%)と全体の6割を占めていた。職位は、スタッフが121人(73.3%)と最も多くを占めていた。職種は、専門的・技術系が70人(42.4%)と最も多く、輸送・機械運転系が30人(18.2%)、事務系が25人(15.2%)、その他が24人(14.5%)だった。配偶者・パートナーは、ありが107人(64.8%)だった。

1. 男性労働者の月経に関する知識について

月経前や月経中に出現する症状に関する知識について、結果を図1に示す。「怒りっぽくなる」「大量の出血」「倦怠感」「気分の落ち込み」「下腹部痛」を知っている人は、7割を超えていた。一方、「かゆみ」「発汗」「ホットフラッシュまたはのぼせ」を知っている人は、2割程度であった。

月経異常および月経に関する社会の動向についての知識について、結果を図2に示す。「月経不順・無月経」を知っている人は、7割を超えていた。「過多月経」については、知っている人と知らない人の割合はほぼ同程度だった。「過長月経」については、知っている人が3割程度であった。「生涯月経回数の増加」「仕事の生産性への影響」「社会経済的

表1 解析対象者の特徴 (n = 165)

		n (%)
年代	10歳代	5 (3.0)
	20歳代	24 (14.5)
	30歳代	53 (32.1)
	40歳代	47 (28.5)
	50歳代	26 (15.8)
	60歳代	10 (6.1)
職位	経営者・役員	1 (0.6)
	部長	16 (9.7)
	課長	16 (9.7)
	スタッフ	121 (73.3)
	パート・アルバイト	11 (6.7)
職種	事務系	25 (15.2)
	専門的・技術系	70 (42.4)
	輸送・機械運転系	30 (18.2)
	製造系	14 (8.5)
	その他	24 (14.5)
	無回答	2 (1.2)
	配偶者・パートナー	あり
なし		53 (32.1)
無回答		5 (3.0)

負担」のいずれについても9割前後は知らなかった。

2. 月経に関する知識と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連について (表2)

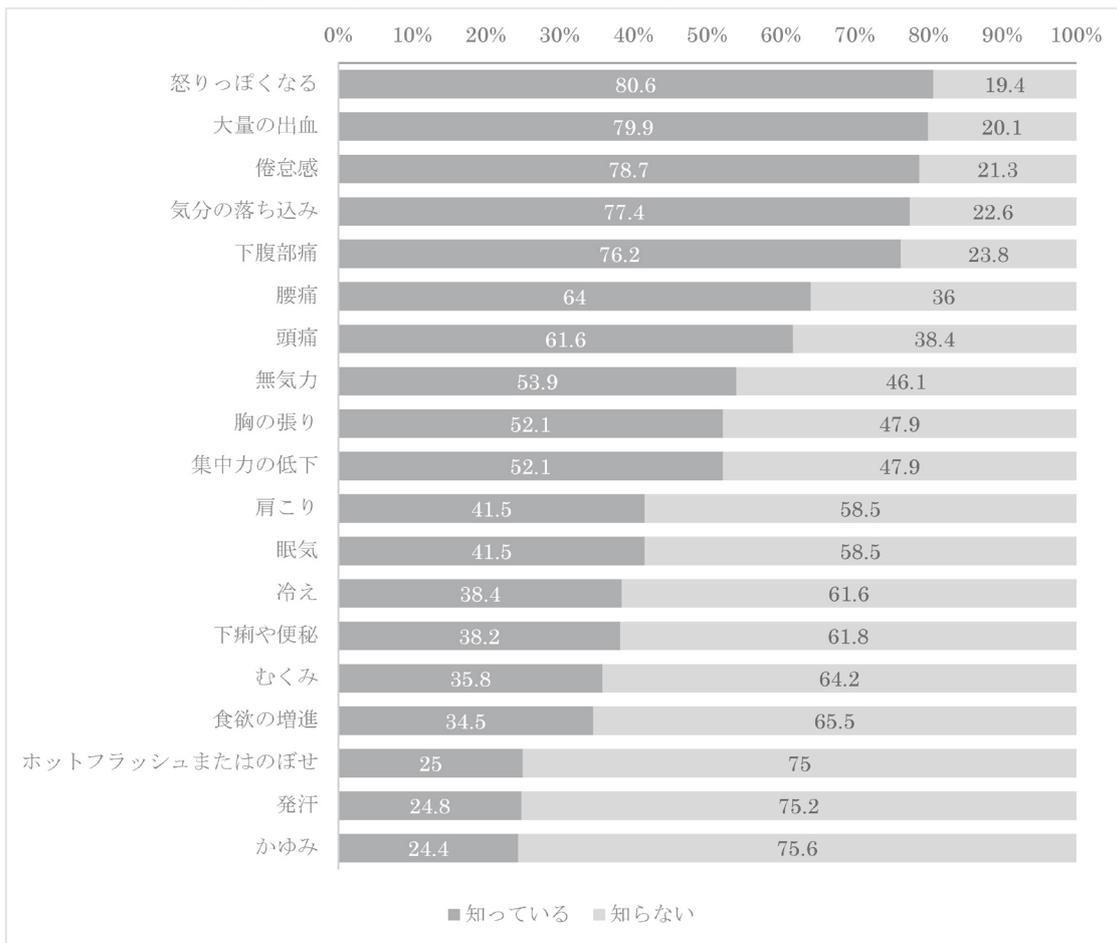
月経に関する知識の有無と年代との関連について、10歳代では、「食欲の増進」、20歳代では、「胸の張り」「眠気」「食欲の増進」において、知っているが期待値より有意に多かった。一方、50歳代では「眠気」「食欲の増進」、60歳代では「胸の張り」「食欲の増進」において、知らないが期待値より有意に多かった。職位との関連について、管理職では、「怒りっぽくなる」「大量の出血」「下腹部痛」「集中力の低下」「発汗」を知っていること、「食欲の増進」を知らないこととそれぞれ有意に関連した。配偶者・パートナーの有無との関連について、配偶者・パートナーがいる方が「ホットフラッシュまたはのぼせ」を有意に知っていた。

Ⅳ 考 察

1. 対象者の特性

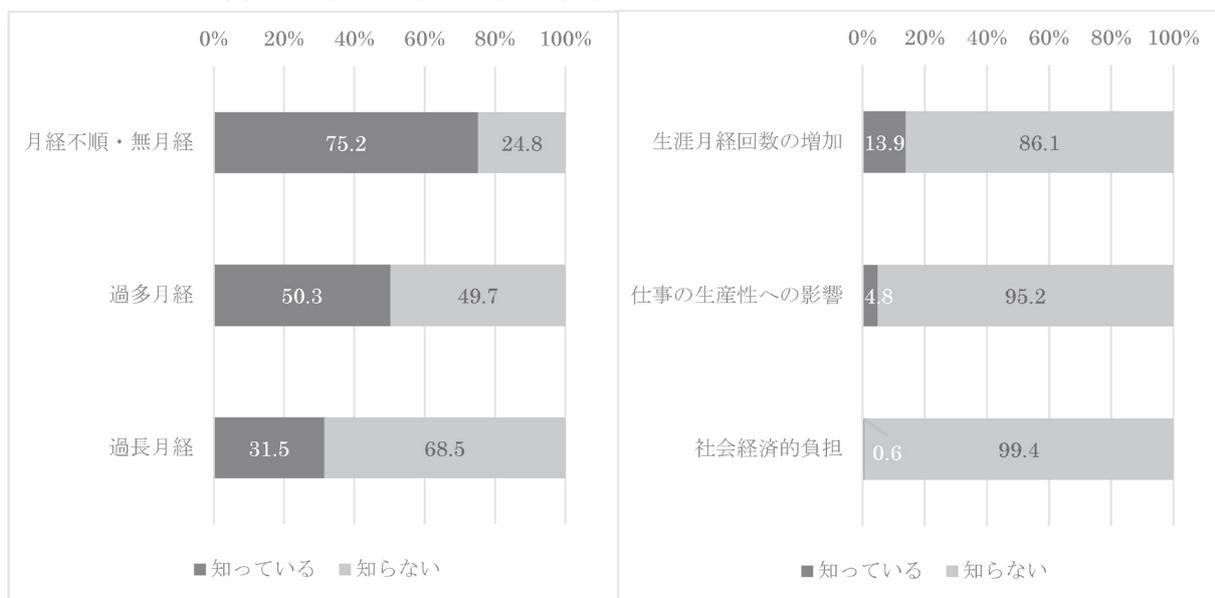
本調査の対象者は、月経など女性に多い健康課題について報告された令和5年度男女の健康意識に関する調査報告書¹³⁾と比較して、年代において30歳代が多く、60歳代が少なかった。課長以上の職位

図1 月経前や月経中に出現する症状に関する知識 (n = 165)



※下腹部痛、腰痛、大量の出血、かゆみ、頭痛、肩こり、気分の落ち込み、倦怠感、ホットフラッシュまたはのぼせ、冷え、眠気のみ1人の未回答を除いた164人

図2 月経異常および月経に関する社会の動向についての知識 (n = 165)



は、ほぼ同じ割合であった。職種は、専門的・技術系および輸送・機械運転系が多く、配偶者・パートナーありも多い集団であった。調査対象事業所が製

造業であり、専門的・技術系および輸送・機械運転系の割合が多い集団であると考えられた。

表2 月経に関する知識と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連 (χ^2 検定および残差分析)

項目	年代										職位			配偶者・パートナー	
	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	P値	管理職	管理職以外	P値	あり	なし	P値		
	知っている 知らない	知っている 知らない	知っている 知らない	知っている 知らない	知っている 知らない	知っている 知らない									
怒りっぽくなる	5 (3.8) 0 (0.0)	23 (17.3) 1 (3.1)	39 (29.3) 14 (43.8)	39 (29.3) 8 (25.0)	21 (15.8) 5 (15.6)	6 (4.5) 4 (12.5)	0.097	31 (23.3) 2 (6.3)	102 (76.7) 30 (93.8)	0.029	85 (65.9) 22 (71.0)	44 (34.1) 9 (29.0)	0.590		
大量の出血	4 (3.1) 1 (3.0)	22 (16.8) 2 (6.1)	38 (29.0) 14 (42.4)	38 (29.0) 9 (27.3)	22 (16.8) 4 (12.1)	7 (5.3) 3 (9.1)	0.471	31 (23.7) 2 (6.1)	100 (76.3) 31 (93.9)	0.027	84 (66.7) 22 (66.7)	42 (33.3) 11 (33.3)	1.000		
倦怠感	5 (3.9) 0 (0.0)	23 (17.8) 1 (2.9)	41 (31.8) 11 (31.4)	33 (25.6) 14 (40.0)	20 (15.5) 6 (17.1)	7 (5.4) 3 (8.6)	0.153	29 (22.5) 4 (11.4)	100 (77.5) 31 (88.6)	0.233	81 (65.3) 25 (71.4)	43 (34.7) 10 (28.6)	0.499		
気分の落ち込み	5 (3.9) 0 (0.0)	23 (18.1) 1 (2.7)	39 (30.7) 13 (35.1)	33 (26.0) 14 (37.8)	20 (15.7) 6 (16.2)	7 (5.5) 3 (8.1)	0.156	29 (22.8) 4 (10.8)	98 (77.2) 33 (89.2)	0.161	79 (64.2) 27 (75.0)	44 (35.8) 9 (25.0)	0.228		
下腹部痛	4 (3.2) 1 (2.6)	19 (15.2) 5 (12.8)	39 (31.2) 13 (33.3)	34 (27.2) 13 (33.3)	21 (16.8) 5 (12.8)	8 (6.4) 2 (5.1)	0.965	31 (24.8) 2 (5.1)	94 (75.2) 37 (94.9)	0.006	86 (70.5) 20 (54.1)	36 (29.5) 17 (45.9)	0.063		
腰痛	2 (1.9) 3 (5.1)	15 (14.3) 9 (15.3)	30 (28.6) 22 (37.3)	33 (31.4) 14 (23.7)	19 (18.1) 7 (11.9)	6 (5.7) 4 (6.8)	0.555	25 (23.8) 8 (13.6)	80 (76.2) 51 (86.4)	0.155	70 (69.3) 36 (62.1)	31 (30.7) 22 (37.9)	0.351		
頭痛	3 (3.0) 2 (3.2)	18 (17.8) 6 (9.5)	31 (30.7) 21 (33.3)	30 (29.7) 17 (27.0)	13 (12.9) 13 (20.6)	6 (5.9) 4 (6.3)	0.623	24 (23.8) 9 (14.3)	77 (76.2) 54 (85.7)	0.164	64 (66.0) 42 (67.7)	33 (34.0) 20 (32.3)	0.818		
無気力	3 (3.4) 2 (2.6)	19 (21.3) 5 (6.6)	24 (27.0) 29 (38.2)	27 (30.3) 20 (26.3)	11 (12.4) 15 (19.7)	5 (5.6) 5 (6.6)	0.090	20 (22.5) 13 (17.1)	69 (77.5) 63 (82.9)	0.439	54 (62.1) 53 (72.6)	33 (37.9) 20 (27.4)	0.159		
胸の張り	1 (1.2) 4 (5.1)	17 (19.8) 7 (8.9)	31 (36.0) 22 (27.8)	26 (30.2) 21 (26.6)	9 (10.5) 17 (21.5)	2 (2.3) 8 (10.1)	0.017	19 (22.1) 14 (17.7)	67 (77.9) 65 (82.3)	0.561	54 (65.1) 53 (68.8)	29 (34.9) 24 (31.2)	0.613		
集中力の低下	4 (4.7) 1 (1.3)	16 (18.6) 8 (10.1)	22 (25.6) 31 (39.2)	23 (26.7) 24 (30.4)	15 (17.4) 11 (13.9)	6 (7.0) 4 (5.1)	0.240	24 (27.9) 9 (11.4)	62 (72.1) 70 (88.6)	0.011	55 (65.5) 52 (68.4)	29 (34.5) 24 (31.6)	0.693		
肩こり	3 (4.4) 2 (2.1)	12 (17.6) 12 (12.5)	21 (30.9) 31 (32.3)	20 (29.4) 27 (28.1)	10 (14.7) 16 (16.7)	2 (2.9) 8 (8.3)	0.628	15 (22.1) 18 (18.8)	53 (77.9) 78 (81.3)	0.693	40 (61.5) 66 (70.2)	25 (38.5) 28 (29.8)	0.254		
眠気	3 (4.4) 2 (2.1)	17 (25.0) 7 (7.3)	23 (33.8) 29 (30.2)	16 (23.5) 31 (32.3)	6 (8.8) 20 (20.8)	3 (4.4) 7 (7.3)	0.012	10 (14.7) 23 (24.0)	58 (85.3) 73 (76.0)	0.170	42 (65.6) 64 (67.4)	22 (34.4) 31 (32.6)	0.819		
冷え	3 (4.8) 2 (2.0)	12 (19.0) 12 (11.9)	21 (33.3) 31 (30.7)	18 (28.6) 29 (28.7)	7 (11.1) 19 (18.8)	2 (3.2) 8 (7.9)	0.378	11 (17.5) 22 (21.8)	52 (82.5) 79 (78.2)	0.553	39 (63.9) 67 (68.4)	22 (36.1) 31 (31.6)	0.564		
下痢や便秘	3 (4.8) 2 (2.0)	12 (19.0) 12 (11.8)	20 (31.7) 33 (32.4)	17 (27.0) 30 (29.4)	8 (12.7) 18 (17.6)	3 (4.8) 7 (6.9)	0.638	13 (20.6) 20 (19.6)	50 (79.4) 82 (80.4)	1.000	41 (66.1) 66 (67.3)	21 (33.9) 32 (32.7)	0.873		
むくみ	0 (0.0) 5 (4.7)	13 (22.0) 11 (10.4)	17 (28.8) 36 (34.0)	17 (28.8) 30 (28.3)	10 (16.9) 16 (15.1)	2 (3.4) 8 (7.5)	0.167	12 (20.3) 21 (19.8)	47 (79.7) 85 (80.2)	1.000	37 (64.9) 70 (68.0)	20 (35.1) 33 (32.0)	0.695		
食欲の増進	4 (7.0) 1 (0.9)	19 (33.3) 5 (4.6)	19 (33.3) 34 (31.5)	14 (24.6) 33 (30.6)	1 (1.8) 25 (23.1)	0 (0.0) 10 (9.3)	<0.001	6 (10.5) 27 (25.0)	51 (89.5) 81 (75.0)	0.039	32 (58.2) 75 (71.4)	23 (41.8) 30 (28.6)	0.091		

月経前や月経中に出現する症状に関すること

表2 月経に関する知識と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連 (χ^2 検定および残差分析) (つづき)

項目	年代						職位		配偶者・パートナー			
	10歳代	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	管理職	管理職以外	あり	なし	P値	
現月経不調に関する前症や状態に絡むことに関する	知っている	0 (0.0)	3 (7.3)	12 (29.3)	12 (29.3)	8 (19.5)	6 (14.6)	10 (24.4)	31 (75.6)	33 (80.5)	8 (19.5)	0.029
	知らない	5 (4.1)	21 (17.1)	40 (32.5)	35 (28.5)	18 (14.6)	4 (3.3)	23 (18.7)	100 (81.3)	73 (61.9)	45 (38.1)	
発汗	知っている	1 (2.4)	5 (12.2)	10 (24.4)	13 (31.7)	8 (19.5)	4 (9.8)	13 (31.7)	28 (68.3)	29 (72.5)	11 (27.5)	0.383
	知らない	4 (3.2)	19 (15.3)	43 (34.7)	34 (27.4)	18 (14.5)	6 (4.8)	20 (16.1)	104 (83.9)	78 (65.0)	42 (35.0)	
かゆみ	知っている	1 (2.5)	5 (12.5)	12 (30.0)	15 (37.5)	6 (15.0)	1 (2.5)	10 (25.0)	30 (75.0)	27 (67.5)	13 (32.5)	0.897
	知らない	4 (3.2)	19 (15.3)	40 (32.3)	32 (25.8)	20 (16.1)	9 (7.3)	23 (18.5)	101 (81.5)	79 (66.4)	40 (33.6)	
月経不順・無月経	知っている	3 (2.4)	18 (14.5)	41 (33.1)	35 (28.2)	20 (16.1)	7 (5.6)	29 (23.4)	95 (76.6)	85 (69.7)	37 (30.3)	0.178
	知らない	2 (4.9)	6 (14.6)	12 (29.3)	12 (29.3)	6 (14.6)	3 (7.3)	4 (9.8)	37 (90.2)	22 (57.9)	16 (42.1)	
過多月経	知っている	2 (2.4)	10 (12.0)	29 (34.9)	21 (25.3)	15 (18.1)	6 (7.2)	22 (26.5)	61 (73.5)	56 (69.1)	25 (30.9)	0.538
	知らない	3 (3.7)	14 (17.1)	24 (29.3)	26 (31.7)	11 (13.4)	4 (4.9)	11 (13.4)	71 (86.6)	51 (64.6)	28 (35.4)	
過長月経	知っている	1 (1.9)	5 (9.6)	17 (32.7)	16 (30.8)	9 (17.3)	4 (7.7)	13 (25.0)	39 (75.0)	37 (72.5)	14 (27.5)	0.297
	知らない	4 (3.5)	19 (16.8)	36 (31.9)	31 (27.4)	17 (15.0)	6 (5.3)	20 (17.7)	93 (82.3)	70 (64.2)	39 (35.8)	
生涯月経回数の増加	知っている	0 (0.0)	5 (21.7)	9 (39.1)	5 (21.7)	3 (13.0)	1 (4.3)	7 (30.4)	16 (69.6)	16 (69.9)	7 (30.4)	0.767
	知らない	5 (3.5)	19 (13.4)	44 (31.0)	42 (29.6)	23 (16.2)	9 (6.3)	26 (18.3)	116 (81.7)	91 (66.4)	46 (33.6)	
仕事の生産性への影響	知っている	0 (0.0)	2 (25.0)	2 (25.0)	2 (25.0)	1 (12.5)	1 (12.5)	2 (25.0)	6 (75.0)	4 (50.0)	4 (50.0)	0.298
	知らない	5 (3.2)	22 (14.0)	51 (32.5)	45 (28.7)	25 (15.9)	9 (5.7)	31 (19.7)	126 (80.3)	103 (67.8)	49 (32.2)	
社会経済的負担	知っている	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	0.480
	知らない	5 (3.0)	24 (14.6)	52 (31.7)	47 (28.7)	26 (15.9)	10 (6.1)	33 (20.1)	131 (79.9)	106 (66.7)	53 (33.3)	

人数 (%)

分析: χ^2 検定および残差分析有意水準0.05未満 調整済み残差の絶対値1.96を判断基準

↑: 期待値よりも実測値が有意に多い ↓: 期待値よりも実測値が有意に少ない

※対象者は165人だが、欠損値は除外して総計処理を行ったため各項目の合計は一致していない。

2. 男性労働者の月経に関する知識

月経前や月経中に出現する症状および月経異常に関する知識について、「怒りっぽくなる」「大量の出血」「倦怠感」「気分の落ち込み」「下腹部痛」「月経不順・無月経」は7割を超える人が知っているという回答した。男子大学生を対象とした研究¹⁴⁾では、月経に関する知識の情報源として、中学校、高校と回答したものが多く、覚えている内容は、月経が何のためにあるのか(妊娠、女性の役割など)、月経のメカニズム、月経の正常(周期、持続日数、量など)の順に多かった。これらに加え月経随伴症状についても教示された可能性がある。また、石川ら¹⁵⁾の研究によると、月経に関する情報源として、学校の次に家庭と回答した割合が多かったと報告し、Allenら¹⁶⁾は、ほとんどの男性が最初に月経について、家族の会話、とくに姉妹の初経を通して知っていたと報告していた。今回の調査では、姉妹の有無について尋ねていないが、母親や姉妹と生活し、女性のライフサイクルに触れる中で、自然と知識を得た可能性がある。「かゆみ」「発汗」「ホットフラッシュまたはのぼせ」を知っている人は、2割程度であった。大須賀ら¹⁰⁾は、日常生活に影響する月経随伴症状の出現率として「かゆみ」は1.3%、「発汗」は1.0%、「ホットフラッシュまたはのぼせ」は1.8%と報告しており、出現率はわずかであるが故に、本研究においても知っているという回答した人が2割程度だったと考えられる。しかし、いずれも不快症状であり、男性労働者は月経随伴症状としてそれらを理解しておくことは重要である。月経異常について、「過多月経」は、約半数が知らないという回答とし、「過長月経」は約7割が知らないという回答した。先行研究¹⁷⁾では、通常月経周期が28日であることを正解した男性は30.2%と報告している。また、17歳から19歳の男女を対象にした調査結果¹⁸⁾では、男性の45%は月経周期が25~38日であることを知らず、70.6%が1回の月経期間中に排出される経血量が20~140gであることを知らなかった。これら月経周期および経血量は正常な月経と言われており¹⁹⁾、正常な月経を知らないことで月経に関する異常が分からなかった可能性がある。「過多月経」は、「過長月経」と随伴することが多く²⁰⁾、同一の原因で起こることが多いと言われており、過多月経による月経用品の頻回な交換が必要となることや漏れ等への不安から仕事に集中できない¹³⁾という身体的・精神的な負担を理解しておくことは、男性労働者が女性労働者とともに仕事を進めていくうえで重要であると考えられる。

月経に関する社会の動向についての知識について

は、9割前後が知らなかった。前述したとおり月経前や月経中の症状のうち「怒りっぽくなる」「大量の出血」「倦怠感」「気分の落ち込み」「下腹部痛」「月経不順・無月経」は7割以上の人を知っていたが、仕事の生産性への影響を知っている人は1割にも満たなかった。これは、女性の健康を自分事として捉えることができないこと、月経を経験できないことによる痛みや不快感などの辛さを理解できないことなどが考えられる。男性5人を対象にした職場における月経に関する支援についての質的研究²¹⁾では、就業時に月経について考えたことがないなど「考えたことがない・男性には関係ない」がサブカテゴリーとして抽出された。また、白井らの研究²²⁾では、対象は高校生ではあるが、月経に対するイメージにおいて男子は「つらいもの」「いやなもの」「腹立たしいもの」という困難因子が女子よりも低く、女子が体験している月経の不快感に対する共感期待できないことを述べられている。経済産業省の報告書³⁾においても、職場において月経関連の症状や疾病により、会社を休むほどではないが、仕事の能率が落ちると回答した割合は女性では39.9%に対して男性は23.2%と報告されていることから男性労働者は、月経に伴う辛さを理解できていないと考えられる。一方でChengら²³⁾は、男性が月経についての知識を持つ必要性について、男性と女性の両方が人間のセクシャリティにおいて役割を果たしているため、双方がそのセクシャリティの生理学を理解しなければならないと述べていることから、男女がそれぞれの性について関心を持ち、積極的に理解する姿勢が必要であると考えられる。

3. 月経に関する知識の有無と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連

年代と月経に関する知識の有無との関連について、10歳代、20歳代が月経に伴う症状のうち3項目(「胸の張り」「眠気」「食欲の増進」)について知識を有していた人が多かったことに関しては、中学校学習指導要領解説²⁴⁾における月経に関する記述で、異性への尊重など、適切な態度や行動の選択が必要となることを理解できるようにすることが明記されている。また、先行研究²²⁾において、初回の月経教育の受講平均年齢が13.1歳と中学生の時に学んでいるという報告から、本調査対象の10歳代、20歳代は、中学校で月経教育を受けてからの期間が短いため、月経に関する知識を有していた可能性がある。また、月経に関する知識の情報源として、学校の授業に次いで、30.4%がインターネット検索、14.4%がSNSや掲示板と報告されており¹⁸⁾、近年急速に進歩しているICTなどの発展による情報の得やす

さも要因として考えられる。一方、50歳代、60歳代が、月経に伴う症状のうち3項目（「胸の張り」「眠気」「食欲の増進」）について知識を有している人が少なかったことに関して、昭和53年に初潮指導の実態を調査した研究²⁵⁾では、初潮指導は女子のみを集めて行われるのが約90%であったと報告されており、本調査対象の50歳代、60歳代の男性では月経についての知識を得る機会がほとんどなかったことが推察される。

職位と月経に関する知識の有無との関連について、管理職は5項目（「怒りっぽくなる」「大量の出血」「下腹部痛」「集中力の低下」「発汗」）について知識を有していた人が多かった。これについては、部下の健康を管理する立場として、女性の部下から月経に伴う体調不良での休暇申請を受け付けるなどした経験から知識を有していた可能性がある。また、男女の健康意識に関する調査報告¹³⁾において、女性特有の健康課題に関する知識を得る取組を勤務先で受けたことがある男性管理職は13%であり、男性正規雇用労働者／非管理職の9.8%より多いことから、本知見においても管理職では管理職研修等を通して、女性の健康課題に関する理解を深めていた可能性がある。一方で、職場において月経を理解する管理職研修がある割合が1.5%⁸⁾という報告もあり、今後は管理職が月経に関する知識をどのようにして得てきたかについての調査、検討が必要である。

配偶者・パートナーの有無と月経に関する知識の有無との関連について、「ホットフラッシュまたはのぼせ」のみ有意な差を認めた。先行研究¹⁰⁾で月経関連症状として調査されている本症状は、更年期の特徴的な症状としても知られている。日本では更年期を「閉経前の5年間と閉経後の5年間をあわせた10年間」²⁶⁾と定義されており、更年期に差し掛かる配偶者・パートナーを持つ調査対象者が、傍で見て把握できたことにより女性特有の症状として知識を有していた可能性がある。一方、「ホットフラッシュまたはのぼせ」以外の項目で有意な差を認めなかったことについては、月経をタブーとされてきた時代背景や男性が月経の話題を出すことに抵抗があることが考えられる。日本では、奈良時代には月経を「けがれ」として扱われるようになっており、その後、赤不浄と説かれ、忌みの生活を強いられたと言われている²⁷⁾。その長い歴史において、月経は隠されたものとなっていったと考えられる。現代においても、月経について男性の39%が女性の友人・知人と話すことに抵抗がある、28.2%が恋人・パートナーと話すことに抵抗があると回答しており¹⁸⁾、

男性が月経について女性と話すことに抵抗があることが分かる。一方、インドで13~17歳の男性を対象に、月経に関する知識と理解について調査した研究²⁸⁾では、女子が自分の状況をオープンにできれば、問題を共有し必要な時に助けを受けることができるため有益であると多くの男性は信じていると報告している。また、久多良木ら¹⁴⁾は、男子大学生の89.7%が月経教育は必要だと回答し、月経時に配慮したいと思う人は96.6%であったと報告している。以上のことから、男性は女性の月経に伴う体調不良時に助けたいと思っており、そのためにも知識を習得する機会の必要性を感じていると考えられる。

4. 事業所における男性労働者の月経に関する知識の向上に向けて

本研究結果より、月経時に出現しやすい症状を知っている割合は多かった。一方で、年代が50、60歳代は、知らない項目が多いことや、「下腹部痛」や「大量の出血」「集中力の低下」など仕事に支障がある症状を管理職以外では知らないこと、管理職ではそれらを知っているにも関わらず、仕事の生産性への影響は知らないことが明らかとなった。また、配偶者・パートナーの有無が月経に関するほとんどの知識と関連を示さなかった。以上を踏まえ、配偶者・パートナーの有無に関わらず、全男性職員を対象に月経に伴う症状等への知識習得の機会の創出が望ましい。具体的には、多くの企業で取組が進められているメンタルヘルスケアに係る研修²⁹⁾において、月経に関する困難感やそれに伴う仕事の生産性の低下などについて情報提供することや月経痛を体験できる装置³⁰⁾を活用した社内研修の実施などが考えられるが、効果的に知識を高めるため方策については、更なる検討が必要である。

5. 強みと限界

本研究の強みは、これまであまり報告の多くない男性労働者の月経に伴う症状に関する知識の現状を明らかにしたことである。本知見は、男性が女性の月経に伴う症状について理解を進めることに寄与すると考えられる。本研究の限界と今後の課題は以下3点である。第1に、本研究は各男女従業員数が100人以上の製造業である2つの事業所で調査を行い、回答者の4割が専門的・技術系であった。このことから、属性に偏りがあるため、知見の一般化は慎重にすべきである。今後は、様々な事業所および業種に対して調査・検証を行う必要がある。第2に、回収率が61.1%と低くはないが、本調査に関心がある人が回答したという偏りが生じた可能性がある。第3に、月経に伴う症状等についての知識の有

無を尋ねているが、月経について知識を得た情報源、知識の習得方法は尋ねていない。家族や学校、インターネットなどを通して知識を得たかや習得方法として学校の授業や職場の研修などについて尋ねることで、月経に伴う症状等の知識が多い人における情報源、知識の習得方法を明らかにすることができ、男性労働者に対する有用な情報源についての情報提供および教育につなげたり、効果的な知識の習得方法を示唆できる可能性があると考えられる。

V 結 語

本研究は、男性労働者の月経に伴う症状等の知識の有無と年代、職位、配偶者・パートナーの有無との関連について検討した。男性労働者は月経前や月経中に出現しやすい症状を知っている割合は高かったものの、月経前や月経中に出現しにくい症状や月経異常、月経に関する社会の動向は知らない割合が高かった。また、年代が50、60歳代では知らない項目が多かった。管理職では、月経前や月経時に出現しやすい症状を知っている項目が多かったが、仕事の生産性への影響はほとんど知らなかった。配偶者・パートナーの有無は、月経に関するほとんどの知識の有無と関連を示さなかった。男性労働者の月経に関する知識の向上に向けての効果的な方策については、更なる検討が必要である。

本調査は、公益財団法人福島県労働保健センター研究助成により実施したものであり、ご協力いただきました事業所ならびに福島県労働保健センター関係者の皆様に深く感謝します。

なお、本研究に関して開示すべきCOIはない。

(受付 2025. 2.10
採用 2025. 7.29
J-STAGE 早期公開 2025.10.15)

文 献

- 1) 総務省統計局. 人口推計 [2022年(令和4年)10月1日現在]. 2023. <https://www.stat.go.jp/data/jinsui/2022np/pdf/2022gaiyou.pdf> (2025年1月14日アクセス可能).
- 2) 厚生労働省. 女性の職業生活における活躍の推進に関する法律. 2016. <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000095827.pdf> (2025年1月14日アクセス可能).
- 3) 男女共同参画局. 男女共同参画白書 平成29年版. 2017. https://www.gender.go.jp/about/danjo/whitepaper/h29/gaiyou/pdf/h29_gaiyou.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 4) Tanaka E, Momoeda M, Osuga Y, et al. Burden of menstrual symptoms in Japanese women: results from a survey-based study. *Journal of Medical Economics* 2013; 16: 1255–1266.
- 5) 経済産業省. 働く女性の健康推進に関する実態調査報告書. 2018. https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/H29kenkoujumyou-report-houkokusho-josei.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 6) 厚生労働省. 令和2年度雇用等基本調査結果の概要. 2021. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-r02/03.pdf> (2025年1月14日アクセス可能).
- 7) 厚生労働省. 令和4年度雇用等基本調査結果の概要. 2023. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/71-r04/02.pdf> (2025年1月14日アクセス可能).
- 8) 日経BP総合研究所. 「働く女性1956人の生理の悩みと仕事と生活2021」調査(日経BP刊). 2021. https://special.nikkeibp.co.jp/atclh/DRS/20/seirikaiteki/news_20211213.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 9) 宮内文久, 大角尚子, 香川秀之, 他. 女性特有の疾患に対する男性中間管理職と女性中間管理職の認識の差. *日本職業・災害医学会会誌* 2017; 65: 350–357.
- 10) 大須賀穰, 太田郁子, 北脇城, 他. 女性の活躍・健康と妊孕性・月経関連疾患についての社会的現状調査小委員会. *日本産科婦人科学会雑誌* 2017; 69: 1429–1434.
- 11) 望月善子. 月経不順, 無月経. *最新女性医療* 2017; 4: 68–74.
- 12) 百枝幹雄. 月経困難症とは. インフォームドコンセントのための図説シリーズ 月経困難症 月経痛とその関連疾患を知る. 大阪: 医薬ジャーナル社. 2015; 6.
- 13) 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報告書. 2024. https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/pdf/kenkou_r05s/03.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 14) 久多良木詩歩子, 千場直美. 男子大学生の月経に対する認識と月経教育のあり方についての検討. *兵庫県母性衛生学会雑誌* 2018; 27: 11–15.
- 15) 石川康代, 杉浦絹子. 男性のもつ月経観と月経に関する知識の現状—男子大学生および既婚男性への調査—. *母性衛生* 2011; 52: 237–248.
- 16) Allen KR, Kaestle CE, Goldberg AE. More than just a punctuation mark: how boys and young men learn about menstruation. *Journal of Family Issues* 2011; 32: 129–156.
- 17) Nor Asyikin Y, Nani D, Nor Azwany Y, et al. Knowledge of and attitudes towards of menstrual disorders adults in north-eastern state of Peninsular Malaysia. *Malaysian Family Physician* 2015; 10: 2–10.

- 18) 日本財団. 18歳意識調査「第44回—女性の生理—」詳細版. 2022. https://www.nippon-foundation.or.jp/wp-content/uploads/2022/02/new_pr_20220204_02.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 19) 綾部琢哉, 板倉敦夫. 月経. 標準産科婦人科学. 第5版. 東京: 医学書院. 2021; 57–80.
- 20) 岡庭 豊. 病気がみえる vol.9 婦人科・乳腺外科. 第4版. 東京: メディックメディア. 2018; 26.
- 21) 山口琴美. 男性から女性への職場における月経に関連する支援に関する質的記述的研究: 男女共同参画社会の実現へ向けて. 労働科学 2024; 100: 12–23.
- 22) 白井瑞子, 内藤直子, 益岡享代, 他. 高校生<男女>の月経イメージ—初めての月経教育時の月経観, 月経痛との関連—. 母性衛生 2004; 45: 87–97.
- 23) Cheng CY, Yang K, Liou SR. Taiwanese adolescents' gender differences in knowledge and attitudes towards menstruation. *Nursing and Health Sciences* 2007; 9: 127–134.
- 24) 文部科学省. 中学校学習指導要領解説(保健体育編)平成29年告示. https://www.mext.go.jp/content/20210113-mxt_kyoiku01-100002608_1.pdf (2025年1月14日アクセス可能).
- 25) 瀬之口スミ, 尾沢彰宣, 高橋光子, 他. 高等学校における保育教育の研究 7. 初潮指導の実態調査. 日本家庭科教育学会誌 1980; 23: 59–64.
- 26) 産科婦人科用語集・用語解説集 改訂第4版. 公益社団法人日本産科婦人科学会, 編. 東京: 公益社団法人日本産科婦人科学会事務局. 2018; 74.
- 27) 松本清一. 古代から中世の月経に関する概念. 日本性科学大系Ⅲ 日本女性の月経. 東京: フリープレス. 1999; 15–20.
- 28) Mason L, Sivakami M, Thakur H, et al. 'We do not know': a qualitative study exploring boys perceptions of menstruation in India. *Reprod Health* 2017; 14: 174.
- 29) 厚生労働省. 令和5年労働安全衛生調査(実態調査)結果の概要. <https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/r05-46-50b.html> (2025年4月13日アクセス可能).
- 30) Asada C, Tsutsumi K, Tamura Y, et al. Electrical muscle stimulation to develop and implement menstrual simulator system. *Journal of Robotics and Mechatronics* 2021; 33: 1051–1062.
-

Knowledge of menstrual health issues among male workers in relation to their age, job position, and marital status

Hidehiko YAMADA*, Hajime IWASA*, Kayoko ISHII^{2*}, Takayuki IDAKA^{3*} and Seiji YASUMURA^{4*}

Key words : menstrual knowledge, menstruation, male workers, workplace

Objectives Female workers have various work-related challenges associated with menstrual health. A prior study has revealed that 50% of surveyed females reported a lack of understanding of menstrual health issues in their workplace. To date, only a few studies have evaluated menstrual health knowledge among male workers. This study aimed to examine the relationship between knowledge of menstrual health issues among male workers and their basic attributes (age, job position, and marital status), as well as implications for occupational health practice.

Methods A self-administered, anonymous survey was conducted between August 7 and August 28, 2023 among male workers in two manufacturing establishments in Fukushima Prefecture. The survey included demographic questions and assessed knowledge of menstruation-related topics, such as the presence of health issues before and during menstruation, menstrual abnormalities, and social trends. Participants were requested to select, “know” or “don’t know”, for each item. Participant demographics and knowledge of menstruation were evaluated using descriptive statistics, and the associations between knowledge of menstruation and basic attributes were analyzed using chi-square tests and residual analysis.

Results Of the 311 distributed questionnaires, 190 were returned (response rate: 61.1%), and 165 were included in the analysis. More than 70% of the respondents were familiar with health issues appearing before and during menstruation, and menstrual abnormalities, including “becoming angry”, “heavy bleeding”, and “amenorrhea”. However, only 20% of the respondents were aware of menstrual health issues such as “itching”, “sweating”, and “hot flashes”. Approximately 70% of the respondents did not identify “prolonged menorrhoea” as a menstrual abnormality, and 90% were unaware of social trends related to menstruation. Age of the respondents was associated with the presence or absence of knowledge of menstrual health issues. Teen-aged respondents were aware of “increased appetite”, and respondents in their 20s identified “breast tenderness”, “sleepiness”, and “increased appetite”. Respondents in their 50s were less aware of menstrual health issues such as “sleepiness” or “increased appetite”, and those in their 60s were not aware of “breast tenderness” or “increased appetite”. Additionally, managers demonstrated knowledge about “becoming angry”, “heavy bleeding”, “lower abdominal pain”, “difficulty concentrating”, and “sweating”. A significant association was observed only between knowledge of “hot flashes” and marital status.

Conclusions Most respondents were aware of the common health issues associated with menstruation. However, many were unaware of the less common menstrual health issues, menstrual abnormalities, and social trends associated with menstruation. Further studies are required to identify effective measures for improving menstrual knowledge among male workers.

* Department of Public Health, Fukushima Medical University School of Medicine

^{2*} Department of Midwifery and Maternal Nursing, Fukushima Medical University School of Nursing

^{3*} Department of Medical Information, Fukushima Medical University Hospital

^{4*} Radiation Medical Science Center for the Fukushima Health Management Survey