

2024年1月17日

株式会社ポーラ・オルビスホールディングス

株式会社 LIFEM

## ポーラ・オルビスホールディングス 『ルナルナ オフィス』の「男性更年期プログラム」を実証導入

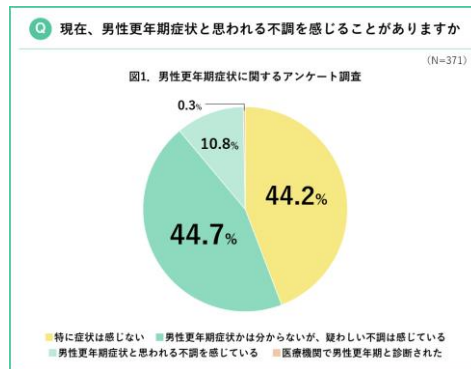
株式会社ポーラ・オルビスホールディングス(本社:東京都中央区 社長:横手喜一)と株式会社 LIFEM(ライフエム)(本社:東京都新宿区 代表取締役:菅原誠太郎)は、LIFEM が提供する働く女性の健康課題改善をサポートする法人向けフェムテック<sup>※1</sup> サービス『ルナルナ オフィス』の「男性更年期プログラム」を、3月6日(水)よりポーラ・オルビスグループへ実証導入することに合意しました。

既に導入している女性従業員を対象にした「月経プログラム<sup>※2</sup>」、「更年期プログラム<sup>※3</sup>」に加え、ポーラ・オルビスグループの男性従業員へ対象を拡充し、医療機関と連携したオンライン診療サービス「男性更年期プログラム」を提供することで、女性のみならず、働く男性が直面する健康課題の改善を支援します。

### 35歳以上の男性従業員の半数以上が、更年期と思われる症状や疑わしい不調を感じると回答。業務への影響も

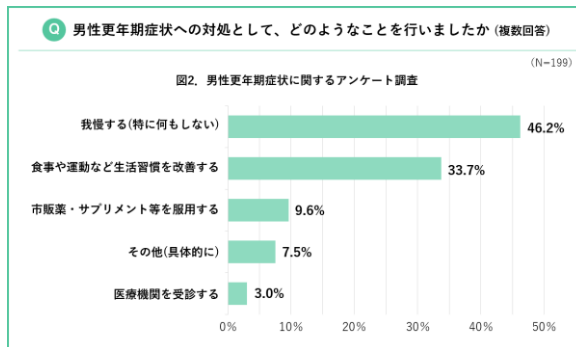
今回の「男性更年期プログラム」の導入にあたり、ポーラ・オルビスホールディングスでは、35歳以上のグループ男性従業員を対象に男性更年期症状に関するアンケート調査<sup>※4</sup>を実施しました。

実際に更年期と診断された人を含め、半数以上が更年期症状と思われる何らかの不調を感じていることが分かりました(図1)。また、このような更年期症状による仕事への影響は「集中できない」58.8%、「労働時間が減った」26.6%、「ミスが増えた」22.1%が上位に挙げられました。自由回答では「やる気が起きない」「眠気に襲われる」という声が寄せられるなど、業務に支障をきたしているようです(補足資料:図7)。



### 男性更年期症状への対処について半数近くが「我慢する」と回答。医療機関への受診はわずか3%

更年期の症状への対処方法について、「我慢する(特に何もしない)」と回答した人が46.2%と最も多く、一方で「医療機関を受診する」はわずか3.0%にとどまり、不調を抱えながらも医療機関を受診する人は非常に少ない現状が明らかになりました(図2)。さらに、症状の改善策として漢方薬があることや、医療機関で男性ホルモン補充療法が受けられることへの認知が25%以下と低いことが分かり、医療機関の受診や治療方法など男性更年期に関する知識啓発の必要性がうかがえます。(補足資料:図9,10)  
(アンケートの詳細は、「補足資料」にてご確認いただけます。)



このような背景から、ポーラ・オルビスグループの男性従業員の生産性向上を目的として「男性更年期プログラム」の実証導入が決定しました。さらに、男性の更年期にも着目した「男女の更年期セミナー」を実施し、従業員同士の相互理解と健康に関するリテラシー向上なども実施してまいります。

ポーラ・オルビスホールディングスと LIFEM は、引き続き働く男性が抱える更年期の症状改善における効果検証をはじめ、職場全体の理解促進を図り、男女ともにより働きやすい職場環境の整備を進めます。

※1 フェムテック:女性(Female)と技術(Technology)を組合わせた造語。女性が抱える健康課題をテクノロジーの力で解決するもの。

※2 『ルナルナ オフィス』をポーラ・オルビスグループ健康保険組合へ導入(2022年5月19日)

[https://ir.po-holdings.co.jp/news/news/news5923116766774200122/main/0/link/20220519\\_POHD\\_lunaluna.pdf](https://ir.po-holdings.co.jp/news/news/news5923116766774200122/main/0/link/20220519_POHD_lunaluna.pdf)

※3 『ルナルナ オフィス』の「更年期プログラム」をポーラ・オルビスグループ健康保険組合が導入(2023年9月1日)

[https://ir.po-holdings.co.jp/news/news/news8300234408226155565/main/0/link/20230901\\_lunaluna%20office.pdf](https://ir.po-holdings.co.jp/news/news/news8300234408226155565/main/0/link/20230901_lunaluna%20office.pdf)

※4 LIFEMによるインターネット調査 有効回答数:ポーラ・オルビスグループ 35歳以上の男性従業員 371名(調査実施期間:2023年10月2日~10月16日)

【報道関係者の皆さまからのお問い合わせ先】

(株)ポーラ・オルビスホールディングス コーポレートコミュニケーション室  
広報担当 Tel 03-3563-5540 / Mail [webmaster@po-holdings.co.jp](mailto:webmaster@po-holdings.co.jp)

※在宅勤務を推奨しておりますので、お電話が繋がらない場合はメールにてお問い合わせください。

(株)エムティーアイ 広報室内

(株)LIFEM 広報担当

Tel 03-5333-6755 / Mail [mtipr@mti.co.jp](mailto:mtipr@mti.co.jp)

## ポーラ・オルビスホールディングスが導入する「男性更年期プログラム」概要

男性更年期障害とは、概ね40歳以降に男性ホルモンであるテストステロンの減少により心身に様々な症状が引き起こされる病気のことで、全身の倦怠感や不眠、性機能減退、ほてり、イライラなどの症状があります。更年期症状の治療としては、漢方薬や男性ホルモン補充療法が有効とされています。

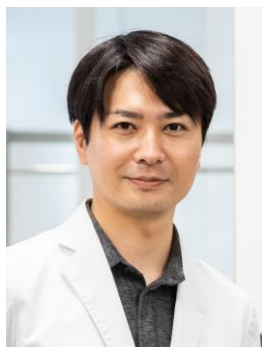
今回、ポーラ・オルビスホールディングスが導入する『ルナルナ オフィス』の「男性更年期プログラム」は、『ルナルナ オンライン診療』を活用し、男性更年期外来の受診と漢方薬などの処方・配送まで行うことで症状改善をサポートします。

また、泌尿器科医師によるセミナーの実施とアーカイブ動画を提供することで全社的な知識啓発を図るとともに、プログラムの効果検証を通じ、より働きやすい職場環境の構築を支援します(プログラム開始日:2024年3月6日(水))。

### ◆「男性更年期プログラム」セミナー講師

千葉大学大学院医学研究院 泌尿器科／みらいメディカルクリニック メンズヘルス外来

田村 貴明医師からのコメント



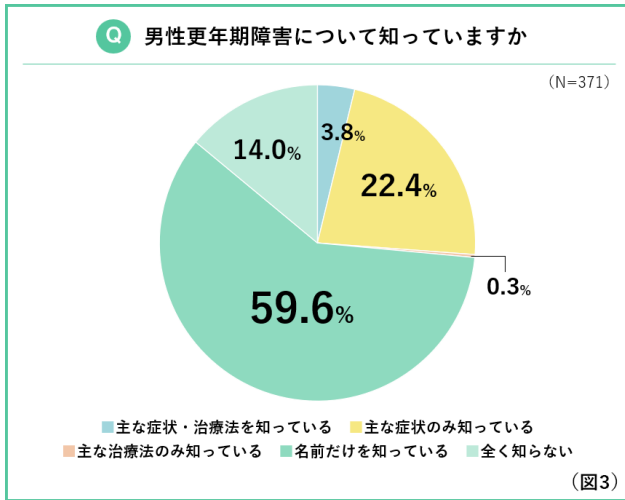
テストステロンの分泌は個人差が大きいうえに、ご本人がストレスを感じるポイントも様々であり、治療において重視する点も仕事のパフォーマンスや性機能など、人によって大きく異なります。働き方を含めた生活習慣の改善指導や治療に関しても、多様化した個々の生活スタイルや価値観を考慮して組み立てる必要があると感じています。ご自身の症状に思い当たる節がある方は医療機関へのご相談をお勧めします。

わたしは、日本男性医学の父と呼ばれた故・熊本悦明先生に師事して研鑽を積みました。先生が常に掲げていたのは「日本をもう一度元気に！」という言葉。いまいちど自分の心身の声に耳を傾け、上を向いて歩いてまいりましょう。

## 【補足資料】LIFEMによる、男性更年期症状に関するアンケート調査

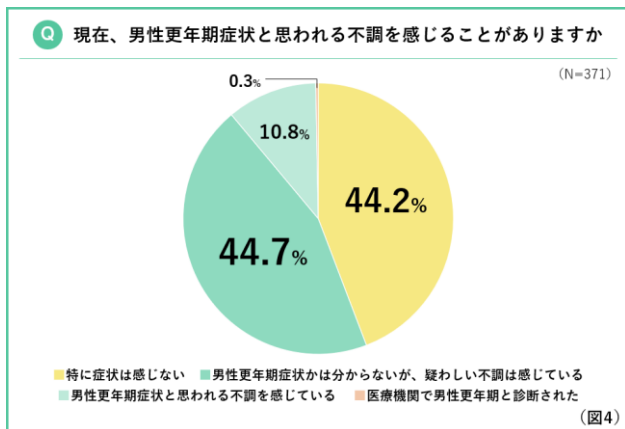
調査実施期間:2023年10月2日～10月16日 有効回答数:ポーラ・オルビスグループ 35歳以上の男性従業員 371名

### Q1. 「男性更年期障害」について知っていますか？



「男性更年期障害」についての認知度を聞いたところ、「名前だけを知っている」が59.6%と最も多く、次いで「主な症状のみ知っている」22.4%、「主な症状・治療法を知っている」3.8%、「主な治療法のみ知っている」0.3%、「全く知らない」14.0%となり、8割以上は男性更年期障害について何かしら知っているという結果になりました。

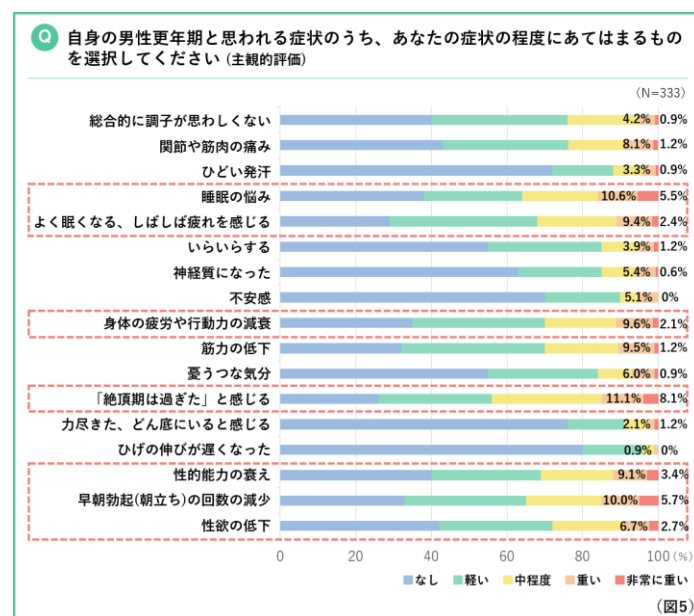
### Q2. 現在、男性更年期症状と思われる不調を感じることがありますか。もっとも当てはまるものをご選択ください。



続いて、更年期症状と思われる不調を感じることがあるかを聞いたところ、「特に症状は感じない」と回答したのは44.2%でしたが、「更年期症状かは分からないが、疑わしい不調は感じている」44.7%、「更年期症状と思われる不調を感じている」10.8%、「医療機関で更年期と診断された」0.3%となり、実際に更年期と診断された人を含めると半数以上が何らかの不調を感じていることが分かりました。

### Q3. ご自身の男性更年期と思われる症状のうち、あなたの症状の程度にあてはまるものを選択してください。

※ご自身で感じる症状の程度を主観でご回答ください。

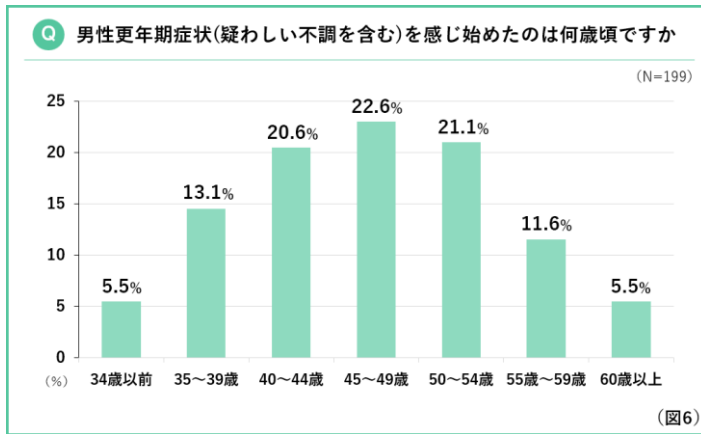


さらに、男性更年期として挙げられる主な症状について、「なし」「軽い」「中程度」「重い」「非常に重い」の5段階評価でセルフチェックを実施しました。「重い」「非常に重い」を合わせた割合が高かった症状は「絶頂は過ぎたと感じる」19.2%、次いで「早朝勃起の回数の減少」15.7%、「性的能力の衰え」12.5%、「よく眠くなる、しばしば疲れを感じる」11.8%、「身体の疲労や行動力の減衰」11.7%という結果になりました。

また、更年期症状と思われる不調を感じることがあるかの質問に「特に症状は感じない」と回答した44.2%の人を対象に、同様のセルフチェックを実施し、セルフチェック後に改めて同じ質問をしたところ、12.5%の人が「更年期症状かは分からないが、疑わしい不調は感じている」と回答しました。

更年期の具体的な症状を知ることで、1割以上の人々が疑わしい不調があることを自覚したようです。

#### Q4. 男性更年期症状(疑わしい不調を含む)を感じ始めたのは、何歳ごろですか。



更年期症状を感じ始めた年齢を聞いたところ、最も多かった回答が「45～49歳」が22.6%、次いで「50～54歳」21.1%、「40～44歳」20.6%となりました。

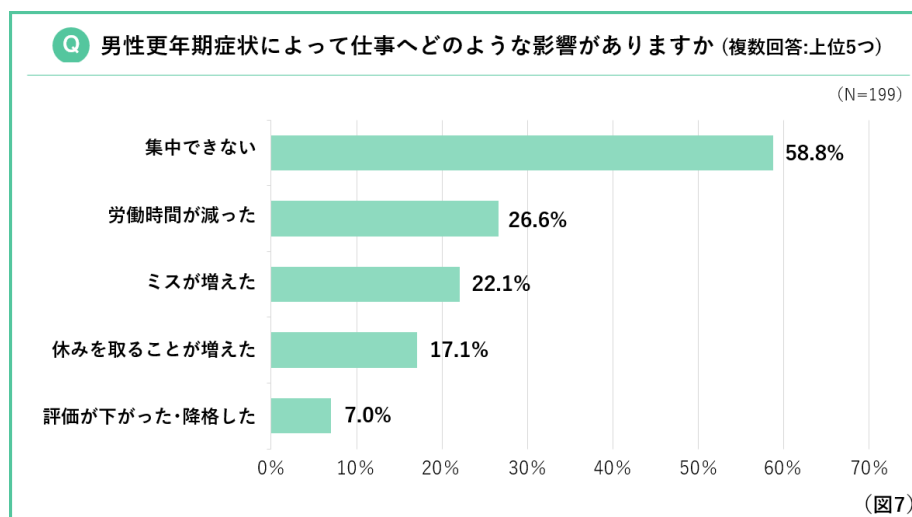
一般的に40歳を過ぎた頃から更年期症状があらわれる<sup>※5</sup>とされているように、40歳から54歳までの間がボリュームゾーンとなりましたが、30代前半など若いうちから不調を感じている人もいます<sup>※6</sup>。

※5 厚生労働省「更年期症状・障害に関する意識調査」基本集計結果(2022年7月26日)P.2 <https://www.mhlw.go.jp/content/000969166.pdf>

※6 男性更年期障害が疑われる不調には、うつ病などの精神疾患や甲状腺機能低下など、ホルモン分泌異常が原因となる他の疾患の可能性も考えられるため、まずは医療機関で相談していただくことを推奨します。

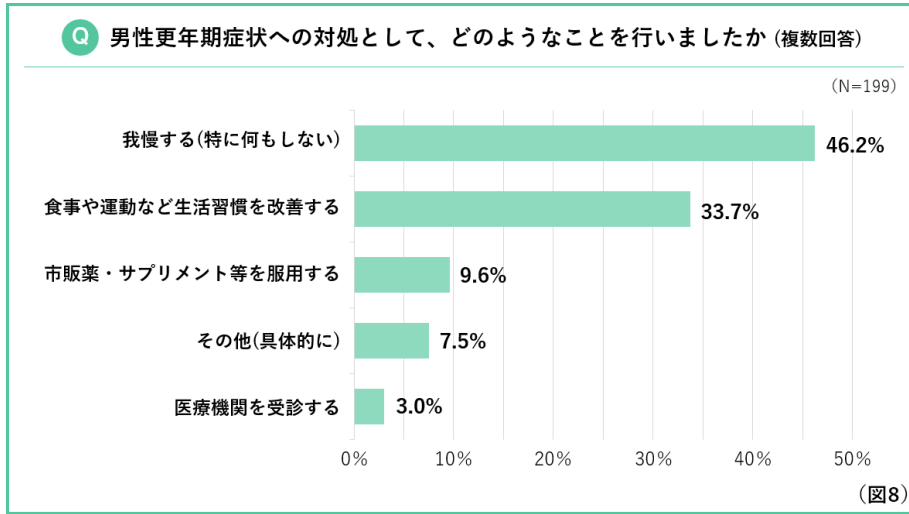
#### Q5. 男性更年期症状によって仕事へどのような影響がありますか？当てはまるものを全て教えてください。

更年期の症状が仕事へどのような影響があるかを聞いたところ、「集中できない」58.8%が最も多く、「労働時間が減った」26.6%、「ミスが増えた」22.1%と続きます。「その他」の自由回答には「やる気が起きない」「眠気に襲われる」「目覚めが早く、朝から疲れてしまう」という声があげられるなど、更年期症状によって業務へ支障をきたしていることが分かりました。



**Q6. 男性更年期症状への対処として、どのようなことを行いましたか。**

では、更年期症状を感じている人はどのように対処しているのでしょうか。「我慢する(特に何もしない)」と回答した人が46.2%と最も多く、「食事や運動など生活習慣を改善する」33.7%、「市販薬・サプリメント等を服用する」9.6%と続きました。一方で、「医療機関を受診する」と回答した人はわずか3.0%にとどまり、多くの人が不調を抱えながらも医療機関は受診せず、我慢したり市販薬やサプリメントを服用したりするなど自身で改善を試みているという現状が明らかになりました。



**Q7. 男性更年期症状の改善を期待できる漢方薬があることを知っていますか。**

**Q8. 男性更年期症状の治療法として医療機関で男性ホルモン補充療法が受けられることを知っていますか。**

さらに、更年期症状の改善を期待できる漢方薬があることや、医療機関で男性ホルモン補充療法が受けられることについて知っているかを聞いてみました。漢方薬については、「知らなかった」79.4%、「知っているが服用したことはない」20.1%、「知っており、市販薬を服用したことがある(現在服用している)」0.5%となり、男性ホルモン補充療法については「知らなかった」74.9%、「知っているが受けたことはない」24.6%、「知っており受けたことがある(現在治療している)」0.5%という結果になりました。

いずれも7割以上の方が「知らなかった」と回答しており、更年期の症状だけでなくその治療法などについても正しい知識を知る機会の必要性がうかがえます。

