

『ルナルナ オフィス』の実証導入企業 JAL グループ社員合計 6,000 人以上に
女性の健康課題に関する実態調査アンケートを実施

約 7 割の女性は月経不調が仕事に影響、約 9 割の男性は女性の健康課題の理解が必要と回答
5 月から『ルナルナ オンライン診療』を活用した月経・妊活・更年期の各プログラムを開始

株式会社カラダメディカ(以下、「当社」)が丸紅株式会社と共同開発し、株式会社エムティーアイと提供する、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サービス『ルナルナ オフィス』は、本年 2 月より実証導入企業として参画する日本航空株式会社を含む JAL グループの社員を対象に、女性の健康課題に関する実態調査アンケート※1 を実施しました。(有効回答数:女性社員 2,854 人、男性社員 3,519 人の合計 6,373 人)

本調査では、女性の 7 割以上は月経による不調が仕事に影響を与えていることや、月経や更年期による不調が女性社員の業務におけるパフォーマンスに大きな影響を及ぼしていることが分かりました。また、男性の 9 割以上は男女問わず女性の健康課題への理解が必要と感じているという結果になりました。

5 月からは、産婦人科に特化したオンライン診療システム『ルナルナ オンライン診療』※2 を活用した「月経プログラム」「妊活相談プログラム」※3 「更年期プログラム」の実証を開始し、女性社員が抱く健康課題改善へのサポートを通じて、女性社員がいきいきと働くことができる職場環境の実現に向けた取り組みを進めます。

◆女性からの回答では月経や更年期による不調で 3 割以上のパフォーマンスが低下！月経の影響は最も大きく

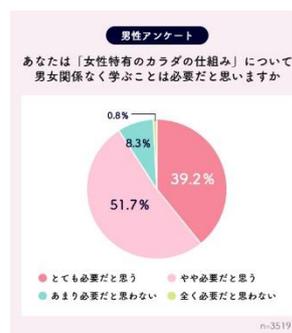
『ルナルナ オフィス』が JAL の社員に実施した月経・妊活・更年期に関する実態調査アンケートにおいて、「女性特有の健康課題による不調が仕事に影響があると感じたことはありますか。」と質問をしたところ、「よくある」「たまにある」の回答を合わせると、月経前症候群(以下「PMS」)や生理痛の不調により仕事への影響を感じている女性社員は 74.3%となり、最も影響があることが分かりました。

また、月経に伴う症状があると回答した 2,386 人に、月経に伴う不調がないときに発揮できる仕事のパフォーマンスを 100%として、「不調を感じている状況での自身の仕事のパフォーマンス」を評価してもらったところ、平均で 61.7%となりました。月経に伴う症状によるプレゼンティーズム(出勤はしているが、パフォーマンスが低下している状態)により、1 人あたり平均 38.3%のパフォーマンスが低下すると考えられます。さらに、更年期症状がある 1,034 人に同様に質問をしたところ、1 人あたり平均 31.6%のパフォーマンスが低下していることがわかりました。



◆男女問わず女性の健康課題を学ぶことで、仕事にプラスの影響を期待する男性も多数

男性社員を対象に、「あなたは“女性特有のカラダの仕組み”について男女関係なく学ぶことは必要だと思いますか？」と質問をしたところ、「とても必要だと思う」39.2%、「やや必要だと思う」51.7%と、90.9%の男性が必要と回答しました。続けて「男女性別関係なく“女性の健康”について同じ知識をもつことで、より良くなると思うものは何ですか？」と聞いたところ、「パートナーとの関係」61.8%、次いで「働き方」59.3%、「職場環境」55.9%、「同僚との相互理解」46.7%となり、女性の健康についてリテラシーを高めることで、働き方や職場環境にプラスの影響があるのではないかと多くの人が感じていることが分かりました。



男女性別関係なく「女性の健康」について同じ知識をもつことで、より良くなると思うもの(複数回答)

パートナーとの関係	61.8%
働き方	59.3%
職場環境	55.9%
同僚(上司部下含む)との相互理解	46.7%

※アンケートの詳細は、別紙「参考資料」にてご確認いただけます。

本調査結果を踏まえ、5月1日より、JALにて『ルナルナ オンライン診療』を活用した月経・妊活・更年期の各プログラムの実証を開始します。JALの女性社員が感じている健康課題の改善をサポートし、効果検証を行いながら、より自分らしく輝ける職場づくりに貢献していきます。

【JALでの実証内容について】

<概要>

JALにおける女性の健康課題に関する実態調査を行い、各プログラムでは、男女全社員に産婦人科医による女性のカラダやココロについて理解を深めるFEMCATION^{※4}セミナーと、『ルナルナ オンライン診療』を活用した婦人科受診や相談を行い、働きやすい職場環境の構築や症状改善のサポートと効果検証を行います。

期間:2022年2月~12月(予定)

<各プログラム詳細>

I.「月経プログラム」	
「女性のカラダの知識講座」	女性のライフスタイルの変化や女性のカラダの仕組み、月経随伴症状などについて医師による講演
オンライン診療を活用した婦人科受診と低用量ピルの服薬支援	オンラインによる婦人科受診と診療を行い、PMS・月経困難症の改善策のひとつである低用量ピルの処方を行うサービス
II.「妊活相談プログラム」	
「妊活の知識講座」	妊娠の仕組み、加齢による変化、さらに不妊治療の具体的な方法など、妊娠や不妊治療に関する基礎知識について医師による講演
オンライン診療を活用した婦人科への不妊・妊娠に関する相談	社員とそのパートナーを対象に、婦人科へ不妊・妊娠に関するオンライン相談が可能なサービス(現在、妊活を行ってなくても相談可)
III.「更年期プログラム」	
「更年期知識講座」	更年期症状に関する心身の不調などの基礎知識について医師より講演
オンライン診療を活用した婦人科受診と漢方薬等の服薬支援	オンラインによる婦人科受診と診療を行い、更年期症状に関する相談や、漢方薬などの処方を行うサービス

【『ルナルナ オフィス』について】

『ルナルナ オンライン診療』を活用し、女性の健康課題改善から効果検証までを一気通貫でサポートする法人向けサービス。月経やPMSの症状から、妊娠や不妊、更年期症状に関するセミナーや産婦人科医への相談まで、幅広いライフステージの働く女性をサポートしています。

詳細はこちらから URL: <https://office.lnl.n.jp/>

LunaLuna
オフィス

※1:カラダメディカによる調査

調査時期:2022年2月7日(月)~2022年2月22日(火)

調査対象者:JALで働く全社員(有効回答数:女性社員2,854人、男性社員3,519人)

※2:『ルナルナ オンライン診療』についてはこちら

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

※3:「妊活プログラム」では、女性とそのパートナーが参加対象となります。

※4:FEMCATION®:エムティーアイの登録商標。FEMALE(女性)とEDUCATION(教育)を掛け合わせた造語。

※5:QOL=quality of lifeの略。「生活の質」や「人生の質」のこと。

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

カラダメディカ 広報担当

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

E-mail: mtipr@mti.co.jp URL: <https://www.mti.co.jp/>

サービス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 URL: <https://caradamedica.co.jp/>

《参考資料》

◆女性社員へのアンケート(有効回答数:女性社員 2,854 名)
 <月経・妊活・更年期の女性の健康課題全般に関する質問>

Q. 女性の健康課題による不調が、仕事に影響があると感じたことはありますか？

仕事に影響が「よくある」「たまにある」の回答を合わせると、「PMS や生理痛の不調」は 74.3%、「妊活・不妊治療」29.4%、「更年期症状」30.1%、「その他女性疾患」31.6%という結果になり、月経に伴う不調が最も影響があることが分かりました。



Q. 女性の健康課題により、仕事を休んだこと(または休もうと思ったこと)はありますか？

女性の健康課題により仕事を「休んだことがある」と回答した人は 28.3%、「休もうと思ったが出勤した」32.3%を合わせると、60.6%が仕事を休みたいと思うほど影響を感じていることが分かります。



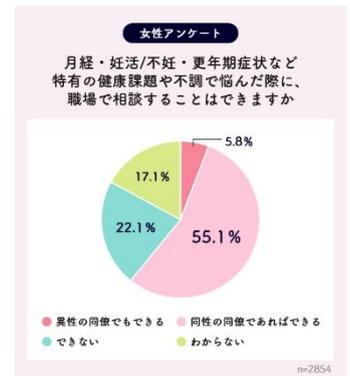
Q. 女性の健康課題による不調が原因で、仕事を続けることや昇進を諦めようと思ったことがありますか？

続けて、キャリアへの影響度に関する質問をしたところ、「仕事を続けることを諦めようと思ったことがある」は 23.1%、「昇進を諦めようと思ったことがある」8.0%、「昇進を諦めたことがある」は 3.5%となりました。女性の健康課題がキャリアに対しネガティブな要素になっている人も一部いることがうかがえます。



Q. 月経・妊活/不妊・更年期症状など女性の健康課題や不調で悩んだ際に、職場で相談することはできますか？

職場で女性の健康課題に関して相談できると回答した人は 60.9%となり、そのうち「同性の同僚であれば相談」できる人は 55.1%と全体の半数以上にのぼりました。一方、「できない」と回答した人は 22.1%となり、職場で悩みを打ち明けることが難しいと感じている社員も一定数いることがうかがえます。



<月経に関する質問>

Q. 生理痛やPMSなど月経前後の症状は、仕事に影響があると感じますか？

月経に伴う症状で仕事に影響があると回答した人は「とても感じる」41.6%、「少し感じる」44.1%を合わせると85.7%にもものぼりました。またどのような場面で影響があるのか(複数回答)を質問したところ、回答が多い順に「仕事に集中できない」69.2%、「業務効率が普段より低下する」63.3%、「仕事へのモチベーションが上がらない」54.0%という結果になりました。



Q. 月経に伴う体の不調が無いときの仕事の出来を100%として、月経に伴う不調を感じている状況での仕事のパフォーマンスは何%程度になりますか？

続けて、月経に伴う症状があると回答した2,386人に、月経に伴う不調がないときに発揮できる仕事の出来を100%として、「不調を感じている状況での自身の仕事のパフォーマンス」を評価してもらったところ、平均で61.7%となりました。月経に伴う症状によるプレゼンティイズム(出勤はしているが、パフォーマンスが低下している状態)により、1人あたり平均38.3%のパフォーマンスが低下すると考えられます。



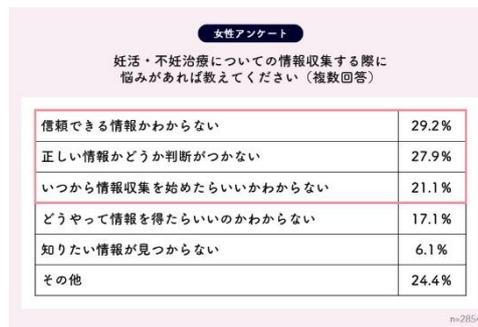
<妊活に関する質問>

Q. 妊娠・出産や不妊治療と仕事を両立することに不安を感じますか(感じていましたか)？

妊娠・出産や不妊治療と仕事との両立に関する不安感について、「強く感じる(強く感じていた)」27.4%、「感じる(感じていた)」34.8%を合わせると、62.2%が不安を感じていることが分かりました。

Q. 妊活・不妊治療についての情報収集を行なったことがありますか？

妊活・不妊治療についての情報収集を行なったことがあると回答した人は全体の23.5%にとどまりました。妊活・不妊治療の情報収集における悩み(複数回答)としては回答が多い順に「信頼できる情報源がわからない」29.2%、「正しい情報がどうか判断がつかない」27.9%、「いつから情報収集を始めたらいいかわからない」21.1%となりました。現在はインターネットなどで簡単に情報収集できる反面、正しい情報を判断することが難しいと感じている人が多くおり、妊活や不妊治療に関する正しい知識啓発を行う機会を創出することが必要であることがうかがえます。



<更年期に関する質問>

Q. 更年期に伴う症状は、仕事に影響があると感じますか？

更年期に伴う症状があると回答した女性 1,034 人のうち、「とても影響があると感じる」が 27.4%、「多少影響があると感じる」54.1%となり、合わせて 81.5%の人が仕事に影響を感じていることが分かりました。また、どのような場面で影響があるか(複数回答)を質問したところ、回答が多い順に「仕事に集中できない」65.9%、「業務効率が普段より低下する」62.5%、「仕事へのモチベーションが上がらない」47.5%となり、影響がある場面は月経の場合と同様であることがうかがえます。



Q. 更年期に伴う不調が無いときの仕事のパフォーマンスを 100%として、更年期に伴う不調を感じている状況での仕事のパフォーマンスは何%程度になりますか？

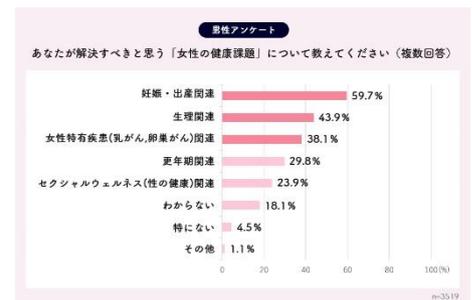
続けて、更年期症状に伴う不調がないときに発揮できる仕事の出来を 100%として、「不調を感じている状況での自身の仕事のパフォーマンス」を評価してもらったところ、平均で 68.4%となりました。更年期によるプレゼンティーイズム(出勤はしているが、パフォーマンスが低下している状態)により、1人あたり 31.6%ほどのパフォーマンスが低下すると考えられ、月経と同様にパフォーマンスに大きな影響を及ぼしていることがわかりました。



◆男性社員へのアンケート(有効回答数:男性社員 3,519 名)

Q. あなたが解決すべきと思う「女性の健康課題」について教えてください。(複数回答)

複数ある女性の健康課題の中から、男性社員から解決すべきと回答があったのは「妊娠・出産関連」が 59.7%と最も高く、続けて「生理関連」43.9%、女性特有疾患(乳がん・卵巣がん)関連38.1%となりました。



Q. 女性社員から、生理痛や PMS(月経前症候群※生理前の不調・イライラ等)・妊活/不妊治療・更年期などの女性特有の不調について相談をされた経験はありますか？

職場の女性社員から女性特有の不調に関して相談を受けたことがある人は 13.9%となり、女性社員から相談されたことがある男性社員は少ないことが分かりました。

相談された場合の対応としては、「生理休暇を使用するように勧めた」が 70.2%と最も多く、続けて、「話を聞いてカラダの不調を理解しようとした」48.4%となりました。



Q. あなたは「女性のカラダの仕組み」について男女関係なく学ぶことは必要だと思いますか？

「“女性特有のカラダの仕組み”について男女関係なく学ぶことは必要だと思うか」と質問したところ、「とても必要だと思う」39.2%、「やや必要だと思う」51.7%を合わせると、90.9%以上の男性が必要と回答しました。

続けて「男女性別関係なく“女性の健康”について同じ知識をもつことで、より良くなると思うものは何ですか？」(複数回答)と質問したところ、「パートナーとの関係」61.8%が最も多く、次いで「働き方」59.3%、「職場環境」55.9%、「同僚(上司部下含)との相互理解」46.7%となり、女性の健康についてリテラシーを高めることで、働き方や職場環境にプラスの影響があるのではないかと多くの人が感じていることが分かりました。

