

【10月28日月経イベントの報告】

10月28日（金）に高知大学朝倉キャンパス・人文社会科学部棟の1階の交流ラウンジにて、男女共同参画推進室と日本カルミック㈱様と共同で「月経と健康について考えるワークショップ」を実施しました。日本カルミック㈱様からは生理用ナプキン1800個、生理用ナプキンの配布用ボックスを無償でご提供頂いており、またサニタリーボックス（「サニッコ」）のトライアルも実施中です（10月15日～12月15日）。日頃から小学校や中学校でも月経教育をされていることから、大学生にも月経と健康について知っていただきたいということで、ワークショップが実現しました。朝倉キャンパスや物部キャンパスや学外の方も含め、総勢15名の参加がありました。

まずは月経の歴史についての大パネルを使ってのご紹介がありました。平安時代からの現代までの月経等についての様々な情報が掲載されており、大変勉強になりました。また月経に関する症状や対処のお話、そして実際にナプキンやタンポンを使っての吸水の実験なども行いました。男性にとってはあまり生理用品は馴染みがないかと思いますが、女性だけではなく男性にも知ってもらうことで、月経や衛生環境について、大学での女性の学習や勤務について考えるきっかけになりました。

月経については、女性の間でもその痛みなどについては個人差があり、例えば生理休暇についても考えが様々であることがわかりました。ディスカッションでは、生理のみならず、片頭痛や他の体調不良、そして男性にとっても体調不良の時に気軽に休むことができる別の休暇があってもいいのでは、などの話も出ました。

今回のイベントには男性教員や女性教員、男子学生や女子学生、学外の方など、多様な方がご参加下さいました。学内での生理用品無料配布についても知っていただくよい機会になったかと思います。

性別を問わず、自分とみんなのために。

月経と健康

について考えるワークショップ

生理の歴史



なぜ「生理」はタブー視されてきたのか？歴史をたどります！

リアル体験ワーク



様々なグッズを紹介。実験も行います！

日時：2025年10月28日（火）
時間：16時30分～17時30分
場所：高知大学人文棟1階交流ラウンジ
講師：日本カルミック㈱ 山入端 大 氏
(モデレーター 男女共同参画推進室 宮地歌織)

男子学生、女子学生、教職員や学外の方などどなたでもご参加いただけますので、ご家族、ご友人をお誘いの上お気軽にお越しください。formより事前申込をお願いします。(締切10月27日) #
<https://forms.office.com/LSU7Dd1d69>

日本カルミック㈱×高知大学男女共同参画推進室



性別を問わず、自分とみんなのために。

月経と健康

について考えるワークショップ

生理の歴史



なぜ「生理」はタブー視されてきたのか？歴史をたどります！

リアル体験ワーク



様々なグッズを紹介。実験も行います！

日時：2025年10月28日（火）

時間：16時30分～17時30分

場所：高知大学人文棟1階交流ラウンジ

講師：日本カルミック(株) 山入端 大 氏
(モデレーター 男女共同参画推進室 宮地歌織)



男子学生、女子学生、教職員や学外の方などどなたでもご参加いただけますので、ご家族、ご友人をお誘いの上お気軽にお越しください。formより事前申込をお願いします。(締め切り10月27日) ⇒ <https://forms.office.com/r/TSUTtDzUd0>



日本カルミック(株)×高知大学男女共同参画推進室

見て、聞いて、触れて。生理のことを一緒に考えてみませんか？

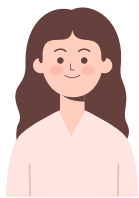
男女共同参画推進室では、ウェルビーイング環境整備を行っています。

10月～12月まで、日本カルミック㈱と共同でサニッコ・トライアル、生理用ナプキンの無料設置を行っています。
これをきっかけに、男性も生理のことを学んでみませんか？
参加後は、復習用のPDFや自分や周囲をケアするためのブックレット（SRHR Note）をプレゼント！



受講者の声（日本カルミック㈱の生理ワークショップ参加者より）

男性にも生理の辛さがわかってもらえてうれしかったです。



生理に対して全く知識がなかったので、自分にできることが何かを考えるようになりました。



私自身、タブー視していたので、今回のイベントで生理の大切さを理解できました。



生理の歴史を知れて、生理の考え方が変わりました。



女性特有の健康課題についての理解を深めることは、職場全体で健康について考えるよいきっかけになります。

日本では特に生理がタブー視されてきました。学生や教職員の皆さんがより健康になるために、ぜひこの機会に皆で学んでみませんか？

生理のことを話すのも、聞くのも、ほんの少しの勇気でも、それが未来を変える一歩になる



高知大学

男女共同参画推進室



<https://www.kochi-u.ac.jp/sankaku/index.html>

