

生理痛の話は、誰かの話じゃない。 私たちみんなの話だ。

#生理痛を甘く見ないでほしい

単位を取らなきゃ
いけないから休めなくて、
学校まで親に送ってもらった。

お腹が痛くなっても
すぐ保健室に行けない。

みんな意外と悩んでる！

水泳の授業と
生理が重なった。

体育座りはきついし
持久走つらすぎ！

いいえ
33.3%

はい
66.7%

Q. 生理痛が学校生活に
悪影響を与えたことある？

対象：生理痛の経験があると回答した183名

Q. 学校生活で生理痛を
ガマンしたことある？

いいえ
3.3%

はい
96.7%

対象：生理痛が学校生活に悪影響を
与えたことがあると回答した122名

ガマンしないで自分に合った対処法を見つけてね。

自分に合うのは？ 生理痛の対処法



お腹を温める



軽いストレッチ



婦人科で相談



市販の鎮痛薬を試す

詳しくはこちら！



みんなの生理痛



プロジェクト
for TEEN

produced by ロキソニン®



痛理のなさん



プロジェクト
for TEEN