第一三共ヘルスケア株式会社

令和7年10月吉日

ロキソニン®×養護教諭

「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」が全国の中学・高校養護教諭向けセミナー・ワークショップを開催 生徒が安心して相談できる環境づくりを目指して特設ページ「保健室と生理」を公開

～「ほけんだより」へ活用いただける情報提供も～

第一三共ヘルスケア株式会社（本社：東京都中央区）の解熱鎮痛薬ブランド「ロキソニン®」（OTC医薬品）は「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」の新たな取り組みとして、**8月20日（水）に初の中学・高校の養護教諭向けセミナー・ワークショップ「生理痛会議」を開催**しました。そしてこの度、10月19日「国際生理の日」にあわせて、セミナーを通じて寄せられた声をもとに、ほけんだより等に活用いただける情報提供を行う特設ページ「保健室と生理」（ https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site_loxonin-s/special/project/teen/report07/ ）を公開しました。

●「みんなの生理痛プロジェクト」とは

2023年3月、つらい生理痛に速くよく効く「ロキソニンSプレミアムファイン」の発売に合わせて始動した「みんなの生理痛プロジェクト」（https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site_loxonin-s/special/project/）。「生理痛と正しく向き合える社会へ」をコンセプトに、石原さとみさんを起用したブランドメッセージ広告をはじめとして、性別を問わず一人でも多くの方に生理痛と正しく向き合っていただくための活動に取り組んでいます。

●「生理痛について“学び・考える授業”」とは

2024年3月、生理痛経験のある高校生の多くが学校生活に支障をきたしながらも生理痛を我慢している実態を受けて、ティーン世代が性別に関係なく、なるべく早い段階で生理・生理痛の正しい情報に触れることを目的とした「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」を始動。活動の一環として、高校生や教員、保護者を対象に「生理痛について“学び・考える授業”」を実施しています。 2023年秋から複数の学校にて授業やワークショップを開催し、今までに計451名の方々にご参加いただきました。いずれの授業も参加者の満足度が高く、性別を問わず生理・生理痛に対する理解度が深まったとの声が寄せられています。

<過去の授業の様子>

教員向けセミナー・ワークショップ： https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000086.000005551.html

生徒向け授業：https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000147.000005551.html

保護者向けセミナー・ワークショップ： https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000125.000005551.html

●養護教諭向けセミナー・ワークショップ開催の背景

上記の授業を実施する中で、高校生へアンケートを実施したところ、生理痛の相談相手として保健室の先生が挙がっていました。そこで、普段、学校で生徒の生理・生理痛悩みに向き合われている中学・高校の養護教諭の皆様にアンケートを実施したところ「産婦人科医から専門的な知識を学ぶ機会」や「他校の養護教諭と学校教育における生理・生理痛との向き合い方について意見交換を行う機会」のご要望を多くいただき、本セミナー・ワークショップを実施する運びとなりました。

●養護教諭向けセミナー・ワークショップ「生理痛会議」を開催

2025年8月20日（水）、プロジェクト初の取り組みとして、養護教諭向けセミナー・ワークショップ「生理痛会議」を開催し、全国の中学・高校の養護教諭 計310名が参加しました。（会場参加12名・オンライン参加298名）

当日は、ティーン世代の生理・生理痛に関する悩みや実態を知っていただいた後、産婦人科医・高尾美穂先生から学校生活に支障をきたすことが多い生理痛や月経困難症などの症状・対処法などについて教えていただきました。さらに、学校で生理・生理痛についてどういった情報やアクションがあると指導しやすいか考えるワークショップを実施し、活発な意見交換が行われました。

◇生理・生理痛のメカニズムや対処法を学ぶセミナー

まず最初に、ロキソニンのブランド担当者が今回のセミナー・ワークショップの趣旨を説明。続いて、産婦人科医・高尾美穂先生から生理・生理痛のメカニズムや生理痛の対処法だけでなく、月経困難症や子宮内膜症、子宮筋腫などより深い内容までご説明いただきました。さらに、2025年5月に実施した全国の養護教諭向けアンケートで多くご質問いただいた「生徒の不調に合わせた対処法を養護教諭としてどう指導していくのが良いか」や「どうやって生徒へ婦人科受診を勧めたら良いか」などについても、高尾先生から解説いただき、生徒が生理痛で保健室に来たときの対応方法や受診を勧めるときの伝え方など、養護教諭として生徒へ何ができるのか具体的な対応のヒントとなる内容を学びました。さらに、月経前症候群（PMS）や生理痛が原因で、学校生活や友達との楽しい時間に影響が出てしまう生徒も少なくない実情にも触れ、生徒にとって身近な存在である養護教諭が生理周期に伴う体調の変化を理解し、我慢しないために必要な情報を伝えることの重要性についても教えていただきました。参加者は高尾先生の講義に熱心に耳を傾け、鎮痛薬を服用する効果的なタイミングや低用量ピルについてなど、質疑応答も盛んに行われました。

◇「どういった情報があると指導しやすいか」養護教諭同士で話し合う

続いて行われたワークショップでは、「今後、養護教諭としてどういった情報があると生理・生理痛について指導しやすいか」をテーマに、グループに分かれてディスカッションを行いました。「生徒へナプキンを渡す際に薬の飲み方を伝えるカードを添える」との意見や「毎月継続的に情報発信できる仕組みが必要」など具体的な提案が寄せられました。さらに「指導時に活用できる生理・生理痛に関する情報がまとまったツールが欲しい」といった意見も挙がり、活発な意見交換の場となりました。高尾先生からは「生徒は未成年であり、保護者の理解を得られないケースもあるため、養護教諭が一方的に勧められない難しさがあります。先生や保護者など周囲の大人たちのサポートが、生徒の未来に大きな影響を与えるので、ぜひ次の世代を育てていってほしい」とのメッセージとともに生徒が安心して相談できる環境づくりの大切さを伝えました。参加者からは、「医学的な内容を生徒にも伝えやすい言葉で言ってもらったのが活用しやすくてよかった」「保健室を頻繁に訪れる生徒が保健室をし信頼してくれているということを初めて知った」といった声や、「毎年この時期（夏休み期間）に実施してほしい」「生徒への対応だけでなく、教職員に向けた研修のモデル案などがあるとありがたい」といった声が寄せられ、生理・生理痛に悩む生徒や保護者、他の教員との向き合い方について、改めて考える機会となった様子でした。

当日の様子

●養護教諭の皆さんからの声をもとに、特設ページ「保健室と生理」を公開

本セミナー・ワークショップで寄せられた意見をもとに、学校で養護共有の皆さんが情報発信を行う際に活用いただける情報をまとめた特設ページ「保健室と生理」をロキソニン「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」サイト内に公開しました。本ページでは、生理痛に関する正しい情報や実際に学校で取り組んでいる事例を紹介するとともに、生徒へ配布する「ほけんだより」等でも活用可能なデータや保健教材・冊子をダウンロードいただけます。

「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」ではこれからも、より多くの生徒が安心して相談できる環境づくりをサポートする活動を続けていきます。

特設ページ「保健室と生理」URL：https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/site_loxonin-s/special/project/teen/report07/

「保健室と生理」掲載内容（抜粋）

●「みんなの生理痛プロジェクト for TEEN」養護教諭向けセミナー・ワークショップ実施概要

◇名　称：みんなの生理痛プロジェクト for TEEN「養護教諭向けセミナー・ワークショップ　“生理痛会議”」
◇日　時：2025年8月20日（水）
◇場　所：大手町プレイス(イーストタワー) 1F（東京都千代田区大手町2丁目3番1号 ）
◇講　師：産婦人科医　高尾美穂先生
◇受講者：中学・高校の養護教諭 310名（対面参加：12名 オンライン参加：298名）
◇目　的：・ティーン世代の生理・生理痛に関する悩みや実態を知る
・産婦人科医による講義や、参加者様同士のディスカッションを通じて、生理・生理痛のメカニズムだけでなく、学校生活に支障をきたすことが多い生理痛や月経困難症、月経前症候群（PMS）の症状や対処法について理解を深め、生徒の皆様のサポートに活かす
◇内　容：第 1 部
―セミナー・ワークショップの趣旨説明
―産婦人科医 高尾美穂先生による生理・生理痛に関するセミナー
第 2 部
―ワークショップ（学校教育における生理・生理痛との向き合い方に関するディスカッション）

◇セミナー・ワークショップに参加した養護教諭　コメント

今回の講義を通して、生理痛で保健室に来室した際の生徒への声かけやセルフケアの方法、ほけんだよりでの周知など、まだまだ学校でできることがあることを実感しました。また養護教諭として、生徒に対してだけでなく、教職員や保護者にも生理についての情報を積極的に発信し、理解が広がるように働きかけていきたいと思いました。

◇ロキソニン解熱鎮痛薬シリーズ　ブランドマネジャー 鈴木ひかる　コメント

普段から生徒に寄り添っておられる養護教諭の皆様ならではのお悩みも多く寄せられ、痛みの当事者だけでなく、その周囲の方々にも生理・生理痛に関する情報をお届けする重要性を改めて感じました。今後も、本プロジェクトを通じて、生理痛について正しく知り、考える機会を提供することで、生理痛への理解と思いやりのある社会の実現を目指してまいります。

第一三共ヘルスケア株式会社

製品紹介　「ロキソニン®Sプレミアムファイン」について

つらい生理痛のメカニズムに着目した独自処方の鎮痛薬で、生理に伴うしめつけられるような下腹部の痛みや、血行不良・冷えに伴う腰痛、生理周期に伴う頭痛に速くよく効きます。

《製品特長》

- 痛みをすばやく抑える鎮痛成分「ロキソプロフェンナトリウム水和物」と、つらい生理痛のメカニズムを考えた成分（シャクヤク乾燥エキス・ヘスペリジン）を配合。痛みの原因と悪化要因を考えた独自の処方設計で生理に伴う痛みによく効きます。
- 胃を守る成分※1を配合し、胃への負担を軽減します。
- 眠くなる成分※2やカフェインを含まないので、仕事中やお休み前などタイミングを気にせず服用いただけます。

※1：メタケイ酸アルミン酸マグネシウム　※2：鎮静成分等

◇分類：第1類医薬品（OTC医薬品）
◇効能・効果：
●月経痛（生理痛）・頭痛・歯痛・抜歯後の疼痛・咽喉痛・腰痛・関節痛・神経痛・筋肉痛・肩こり痛・耳痛・打撲痛・骨折痛・ねんざ痛・外傷痛の鎮痛
●悪寒・発熱時の解熱

この医薬品は、薬剤師から説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。アレルギー体質の方は、必ずご相談ください。

「ロキソニン」は、第一三共株式会社の登録商標です。

第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、第一三共グループ*1　の企業理念にある「多様な医療ニーズに応える医薬品を提供する」 という考えのもと、生活者自ら選択し、購入できる OTC 医薬品の事業を展開しています。
現在、OTC　医薬品にとどまらず、機能性スキンケア・オーラルケア・食品へと事業領域を拡張し、コーポレート スローガン「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」を掲げ、その実現に向けて取り組んでい ます。
こうした事業を通じて、自分自身で健康を守り対処する「セルフケア」を推進し、誰もがより健康で美しくあり 続けることのできる社会の実現に貢献します。

＊1　第一三共グループは、イノベーティブ医薬品（新薬）ワクチン・OTC医薬品の事業を展開しています。