

7. その他

(1) 業務内容特有の生理の悩みごと

問 24.
あなたの現在の業務内容特有の生理に関する悩みごとがあればご記入ください。(自由記載)

業種	回答内容
建設業	・男性社員との同行営業と重なると精神的につらい。
	・電話対応は座っていても生理中は辛いので女性に限らず、職場内みんなで電話に出てほしい。
	・事務所内に休憩室がないので、生理が辛い時に休めない。
	・朝礼で長時間の立ちっぱなしが辛い。
	・業務中にトイレに頻繁に行けなくて心配な事があった。
	・窓口対応時に込み合って長時間になることがあり、経血が漏れたことがあり、困った。
教育、 学習支援	・座りっぱなしの事務職の為、集中して仕事をしていてトイレに行くのが遅れた時、経血が漏れていないか心配。不快なおいがしていないか心配。
	・基本話して動いて止まることがない為、腰の痛みやイライラが溜まる。
	・鎮痛剤を飲むと眠くなるが、事務職であるため気分転換に外出したり身体を動かしたりすることが難しい。
	・トイレに行く時間がなかなか取れない。
	・保育の途中トイレに行きたくても1人担任のため離席しづらい。
	・授業や行事が詰まっていると、お手洗いにいく時間が取れない。
その他サービス業	・現場調査中や営業中で、生理になると辛い。他の人(男性)と一緒にいる時は特にトイレに行きにくい。トイレが近くに無い場合もあるのでトイレの場所をいつも確認して、行けるようにしていた。道の駅があったり、コンビニでトイレを借りられるのはとてもありがたかった。コンビニが無いような所では、郵便局でトイレを借りたこともあった。生理痛は、仕事の締切りの都合や「女だから」と言われることは無かったけど、足手まといに思われるのも嫌なので、言い出せず、服薬と我慢とで乗り切っていた。
	・歯科医院での業務なので、中々トイレに行きづらい(患者とトイレ共用のため)。
	・イライラなど心のバランスの崩れによる接客力の低下。お客様からの何気ない言葉にダメージを受ける。
	・シフト制なのでなかなかトイレ休憩に(特に接客時は)行けない事がある。
	・観光業なので急に休めない。
	・トイレが少し行きづらいところにある。
医療、福祉	・立ちっぱなしの時間が長い。人数が少ないため休みを取りづらい。
	・立ち仕事で動き回ることが多く、患者様への対応続きでなかなかトイレに行けないことがある。
	・出血が人より多いのでトイレに行く回数が増えてしまう。
	・受付をしているので、行きたい時にトイレにすぐ行けない時があり、困る。
	・車移動の多い仕事ですが、移動時間がギリギリでトイレに寄る暇もない。

医療、福祉	・外回りをしているときに気軽にトイレに行きにくい。誰でも自由に使えるトイレがあれば嬉しい。
	・腰痛がひどい時は体勢が辛い。
	・2時から7時まで休憩がないため途中にお手洗いに行ったり薬の服用ができるようにしたりしてほしい。
	・介護職なので歩き回ったりしゃがんだりして下腹部の負担は多い。
	・職場に職員専用トイレがないのでトイレを我慢する事が多々ある。男性も女性も同じ場所を使うのでにおいなどが気になる。特に夏場は蒸れやすくににおいなどが気になる。
	・職場の人員が足りず、気軽に年休を取ったり、トイレに行ったりしにくい。
	・座りっぱなしの作業なので、血液が漏れて椅子を汚したことがある。清拭可能な椅子だったのでよかったが、男性もいるので見られたのではないかと恥ずかしい思いをしたことがある。
	・出血過多なので動くのも辛くて困っている。
	・介護の現場で時間に追われる仕事なのでトイレに行きにくい。ゆっくり休憩を取る時間の確保が難しい。
	・頭痛がある。休めない。
	・保育士は運動会などずっと外で変える時間がなく、漏れるかが心配。
	・若い頃、生理の出血が多い日にトイレに行く余裕がなくて白衣が汚れることがあったのが辛かった。
	・介護職(老人福祉施設)の一人事務なので生理痛で痛みが酷くても、来客や電話応対を求められるのが、体調的にとてもつらいです。しかも、一人のため休みづらいです。せめて、あと一人事務がいってくれたら、休みやすいのですが、法律で人数が決まっているらしいので、その法律が緩和されたらいいと思います。
金融業、保険業	・男性が多い職場だった時は、トイレに行きづらかった。
運輸業、郵便業	<p>・緊張感が高い業務の日に生理だと、能力が十分に発揮できないと感じる。</p> <p>・生理中に出張や長時間の会議に入ることがあり、周りは男性社員ばかりなのでトイレに行きたいと言いつらく、席を立つたびに漏れていないか心配になる。出張移動中も生理用品を持って回らないといけないため、荷物が増えるし、ただでさえ生理で気分も落ちているので余計につらい。</p>
情報通信業	・同僚は生理休暇を使っているようです。
	・出社時は周りに人がいるため、作業中トイレに行きにくい。
	・現在はIT業界で座っての仕事が中心であり、かつフルリモート・フルフレックスが基本の職場なので、生理に関して特に業務内容特有の悩みはありません。
	<p>・生理痛はないが、更年期で生理不順(日数や量が多い)。テレワークができる職種だが、月の日数が決められているためできない。痛くないので仕事はできるし、通勤(ヒヤットする)リスクも防ぎたいし、落ち着いてトイレに行きたい。</p> <p>・座りっぱなしのことが多いので、多い日は特に不安になることがある。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ・お客さまのところで作業することや、男性と作業することが多いので頻繁にトイレに行きづらい。生理を知られたくない。
製造業	<ul style="list-style-type: none"> ・工場なので、1日中立ち仕事である事、また夏は暑く蒸れて大変だったり、冬は寒いのでお腹が冷えない様にカイロを使用したりしている。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・職場にいる女性の方でも生理痛が軽いのか、自分が苦しんでいる際にわかってもらえない。生理の症状については人それぞれだとわかってほしい。 ・生理中はお腹を下すことが多いので、頻繁にお手洗いに行きたいが、事務所内の人数が少ないと行けないことがある。何度もお手洗いに行くことに対しての他の方の目が気になり、罪悪感を覚える。 ・デスクワークと取引先巡回が主なため、デスクワーク中はこまめにトイレに行くことになるので不調を知られるのではないかと思う。取引先巡回では車での長距離移動もあるため、上司や同僚(特に男性)と一緒にトイレ休憩を取りたいと言い出しにくく、外出時の休憩の規程があれば言いやすいかなと思う(例えば、1時間毎にトイレ休憩推奨等)。 ・スカートは足が冷えたり、お腹を締め付けるので、制服は選択制にしてほしかったです(昨年より選択制に変わりました)。 ・頭痛がひどいときにパソコンの画面を見るのはつらい。 ・男性の多い職場なので、生理用品の携帯には気を遣います。 ・休んでも仕事がたまらないようにサポートして欲しいし、生理だけではなく更年期障害についても会社が理解して欲しいし、つらい時は休憩や特別休暇を設けて欲しい。 ・頑張りたいときに2日目だと頭がガンガンして頑張れない。 ・生理前に酷い眠気がある。デスクワークのため、業務にかなり支障が出る。 ・忙しく、お客様が途切れないため、長時間お手洗いに行けない。

(2) 生理に関して、言われて嫌だったこと、不要な配慮など

問 25.
生理に関して、言われて嫌だったこと、不要な配慮など、思うことがあれば自由にご記載ください。(自由記載)

業種	回答内容
建設業	・生理痛などの不調には個人差があるので、同じ女性でも辛さを理解出来ない人がいて、「私は大丈夫」みたいな発言をしていて、いかにもそれを理由にサボりたいのでは？みたいな事を言う人がいた。同性からのその発言は、「生理は病気ではない」と言う無理解極まるものだと感じた。生理について理解がない男性が聞けば、生理での体調不良は、それにかこつけて甘えていると捉える者もいるので、そのあたりの認識について周知できる様にすべきだと思います。
教育、 学習支援	・気を遣ってくれているのはありがたいが、顔色を見て生理？と聞いてくる人は配慮が足りないと思う。
その他サービス業	・人それぞれ生理痛等の重さが違うので、理解されにくい。同じ女性でも症状が軽い人からしたらさぼっているように見られるから、生理休暇として休みを取得したことはない。
医療、福祉	・生理痛で薬を服用しても痛みがある時に男性職員に「そんなに辛いものなの？薬を飲んでいるなら効いているんじゃないの。大げさすぎない？」って言われたことが悲しかったです。
金融業、 保険業	・生理を理由にさぼっている、生理休暇はずる休みではないかと言われたこと。
運輸業、 郵便業	・女性特有の体調を気合が不足しているとか、使えないと言われる事。
情報通信業	<p>・イライラを全て生理(更年期)のせいで片付けられる。</p> <p>・私は PMS や生理がひどくないため、女性社員からの話に共感できないことがあり、どう対応したら良いか困る。</p> <p>・自分が言われたわけではないのですが、以前働いていた職場で(いまの勤務先ではないです)、ある男性管理職が「生理休暇を申請してきた女性社員がいるけど本当にそんなにひどいのかな？」と懐疑的な様子だったので、「生理の悩みは人による」ということが十分に理解されていなくて残念だなと思いました。また、女性同士でも「人による」という点が互いに理解されていなかったり、生理の悩みはなかなか人に言いにくいという風潮はあるのかなと感じています。また、私自身は以前生理痛軽減のために婦人科を受診し低用量ピルを飲んでおり周囲の友人とも情報交換していましたが、いま痛み悩んでいるけど病院受診はハードルが高い方にとって社内に相談窓口があるのは良いだろうと思います。</p> <p>・車内でなんかにおうとクンクンされたとき。</p> <p>・PMSなどで月に何度か不調があることを理解してほしい。生理痛は1日だけだと思っている人がいる。病院に行けと男性管理職から言われた。</p>

製造業	<ul style="list-style-type: none"> ・20代の頃、男女雇用機会均等法が施行された際、対等に働く気なら生理休暇は取るなど上司から言われた。言葉には出さないがそう思っている男性が現在もいるのではないかと思う。また、生理も更年期も女性特有で理解されにくいのが現状だと思う。共働きが増える中、より理解し合える環境づくりを切に望む。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレの回数が多く、長くなることを白い目で見られたり、サボっていると思われたりする。 ・過去に現職場以外で、早退する時に上司から「生理？」とニヤニヤされ言われた。子宮筋腫で多量に出血し、何度もトイレに行くと不審に思われた。 ・生理休暇という名称を変えて欲しい。女性同士でも症状に個人差があり理解が得られない場合がある。男性上司にも申請しづらい。 ・50歳を過ぎてもまだ生理があがっていなかったのも、まだ？みたいな感じで言われた。 ・また？よくお腹痛くなるよね？みたいな言い方をされたことがあるのでつらかった。