

(概要版)

---

## 生理に関する女子児童生徒アンケート調査結果

---

江別市教育委員会  
令和7年11月



# 生理に関する女子児童生徒アンケート調査結果(小中学校合計)

## (1) 目的

女子児童生徒の生理に関する困り事や相談先のほか、生理用品の携帯状況等を把握し、今後の取組の検討材料にすること。

## (2) 調査対象者

小学4年生から中学3年生までの女子児童生徒(2,894人)

## (3) 調査期間

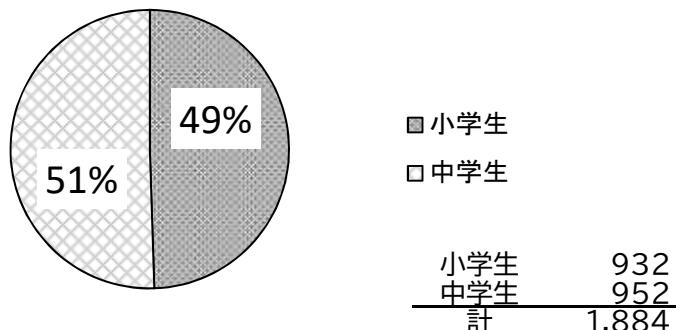
令和7年9月26日(金)から10月10日(金)まで

## (4) 回答者数(回答率)

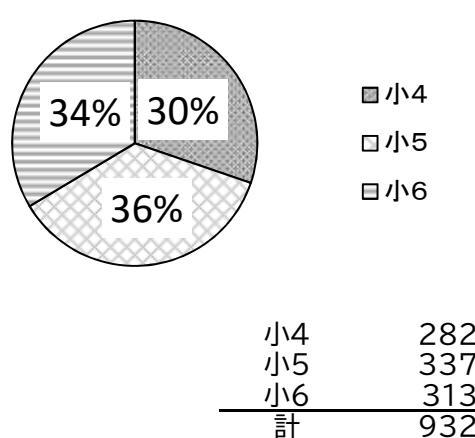
- ・小学生932人(64.6%)
- ・中学生952人(65.6%)
- ・全体1,884人(65.1%)

## (5) 調査結果(以下のとおり)

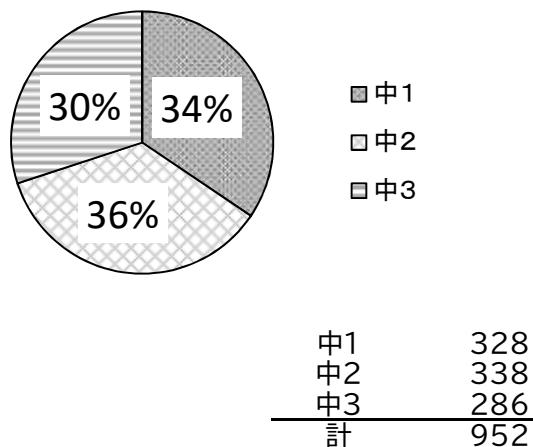
- 小学生か中学生かを教えてください。



- 小学校の学年を教えてください。



- 中学校の学年を教えてください。



## 【小中学校合計】

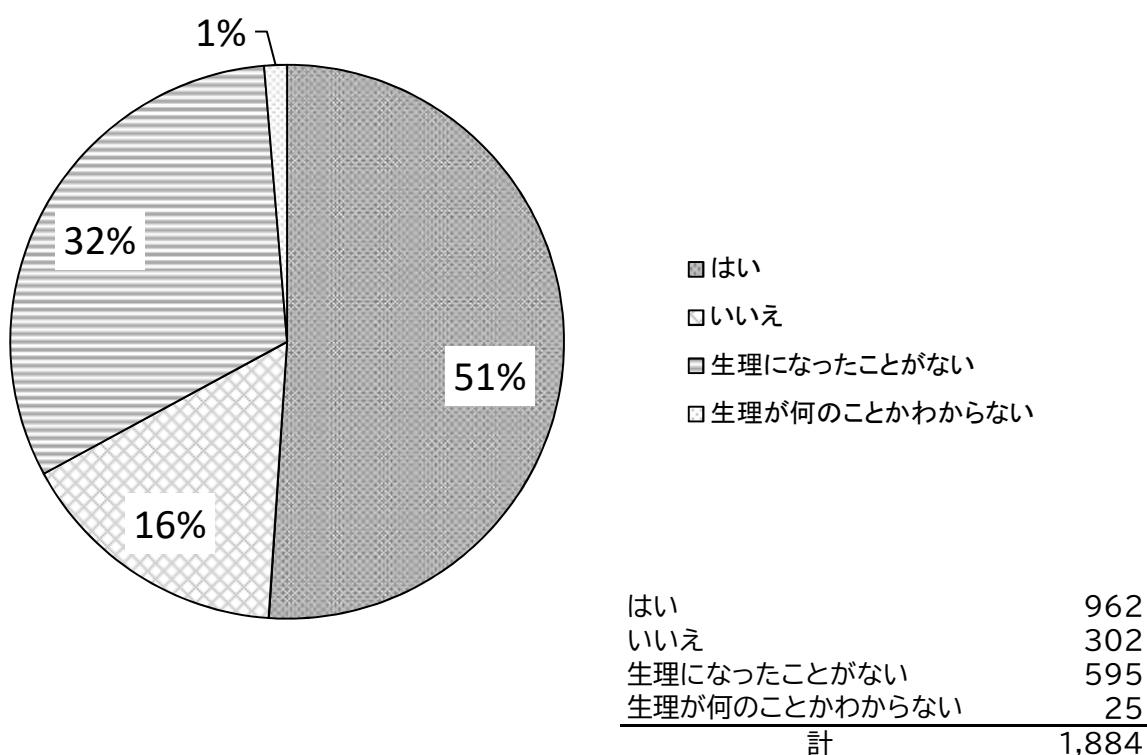
問1 ふだんから生理用品を持ち歩くようにしていますか。

### 【調査結果の概要】

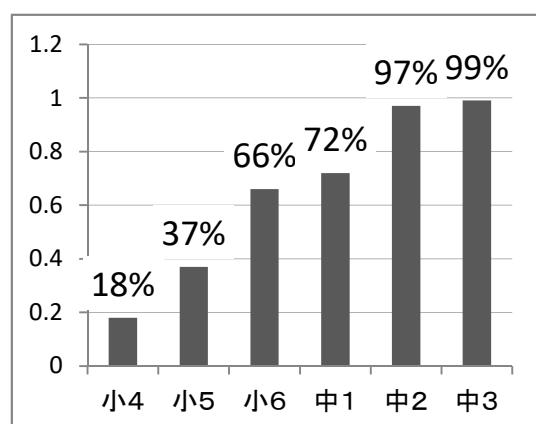
ふだんから生理用品を持ち歩いている割合は51%、持ち歩いていない割合は16%でした。

しかし、これは、まだ生理が始まっている児童生徒が含まれるため、生理が始まっている児童生徒だけで見ると、持ち歩いている割合は76%、持ち歩いていない割合は24%となり、約8割の児童生徒が、ふだんから生理用品を持ち歩いていることがわかりました。

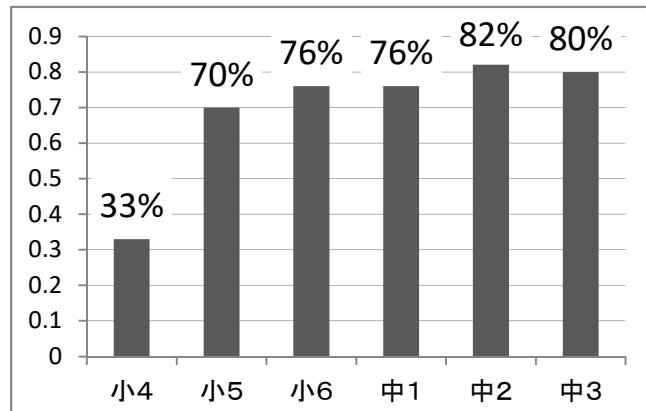
なお、この設問から算出した、「生理が始まっている児童生徒の割合」と、「生理が始まっている児童生徒のうち、ふだん生理用品を持ち歩いている割合」の学年ごとの集計結果は、下の棒グラフのとおりです。



### 【生理が始まっている児童生徒の割合】



### 【生理が始まっている児童生徒のうち、ふだん生理用品を持ち歩いている割合】

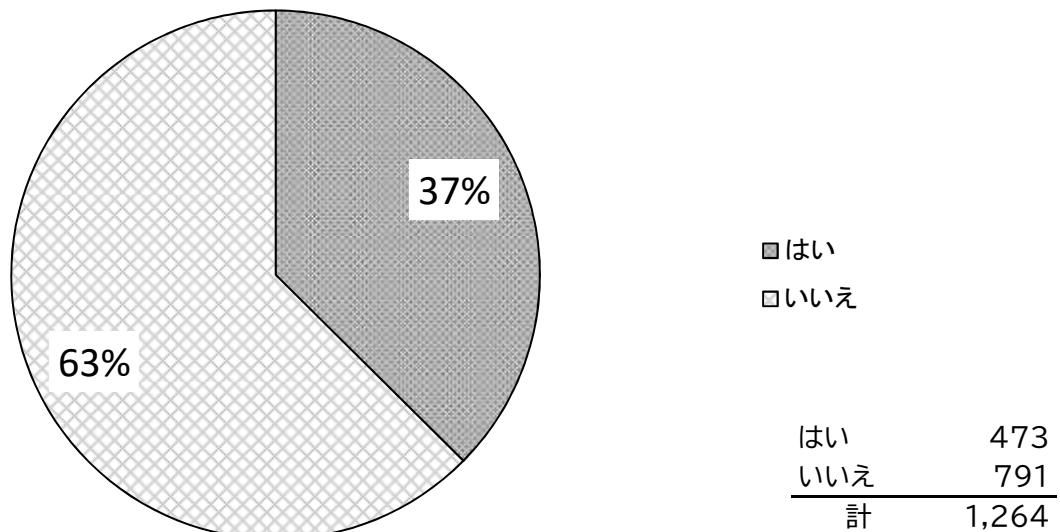


## 問2 これまで、生理中に学校で生理用品を持っていなかったことはありますか。

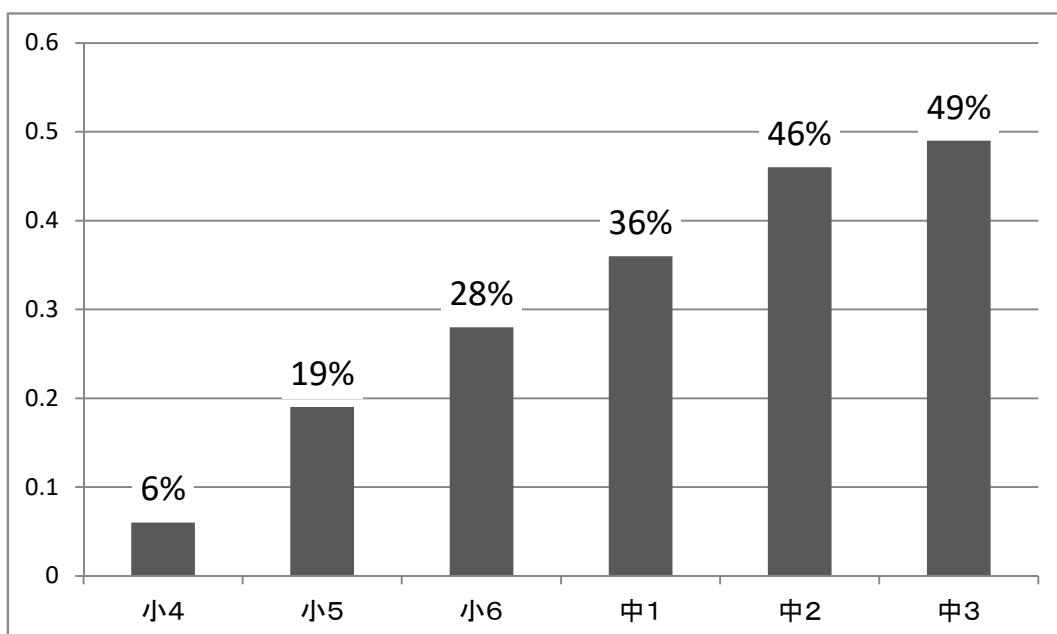
### 【調査結果の概要】

生理中に学校で生理用品を持っていなかったことがある児童生徒の割合は37%で、約4割が生理中に学校で生理用品を持っていなかった経験があることがわかりました。

また、学年別に見てみると、学年が上がるにつれて、持っていないかった経験をしている割合が高くなり、中学2年生・3年生で約5割が持っていないかった経験をしていることがわかります。



### 【生理中に学校で生理用品を持っていなかったことがある児童生徒】



## 【小中学校合計】

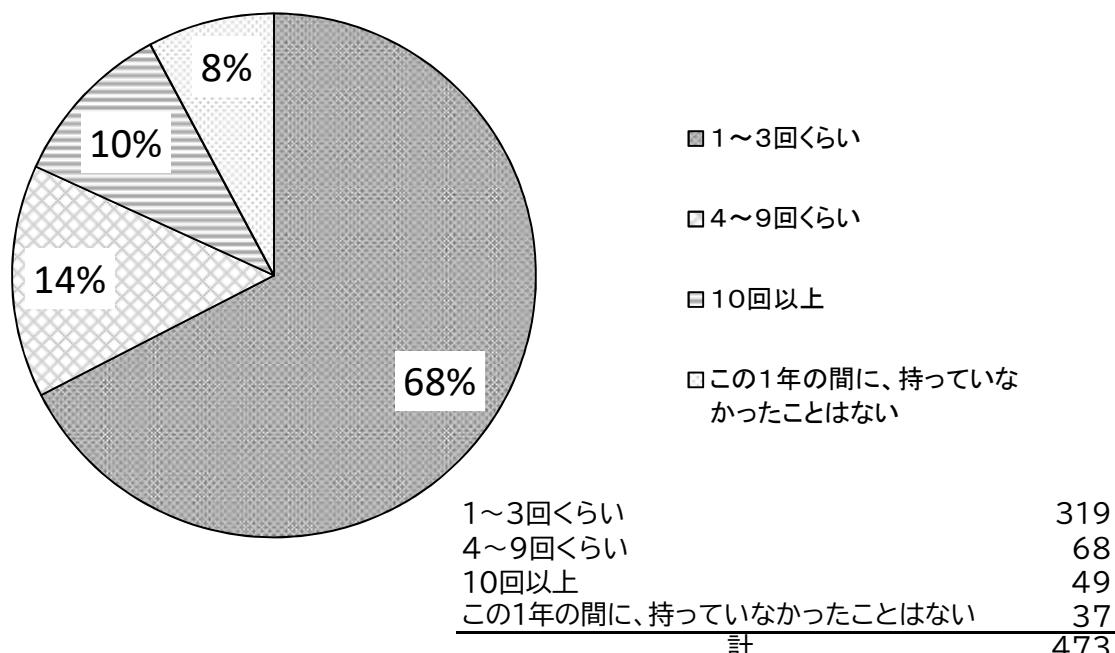
問3 この1年の間に、学校で生理用品を持っていなかったことは、どれくらいありましたか。

### 【調査結果の概要】

この1年間に、学校で生理用品を持っていなかった頻度で最も割合が高かったのは、「1～3回くらい」で約7割となりました。

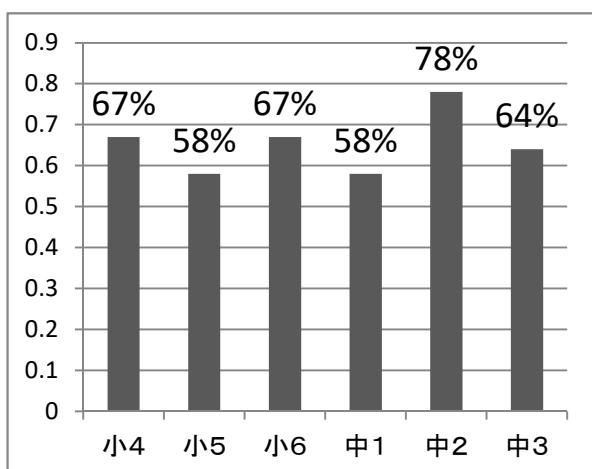
また、「4～9回くらい」、「10回以上」の割合も1割程度いることがわかりました。

なお、この1年間で、4回以上、生理用品を持っていなかった割合の学年別の集計結果は、下の棒グラフのとおりで、母数の少ない小学4年生（3人）を除くと、中学2年生が最も低く15%でした。

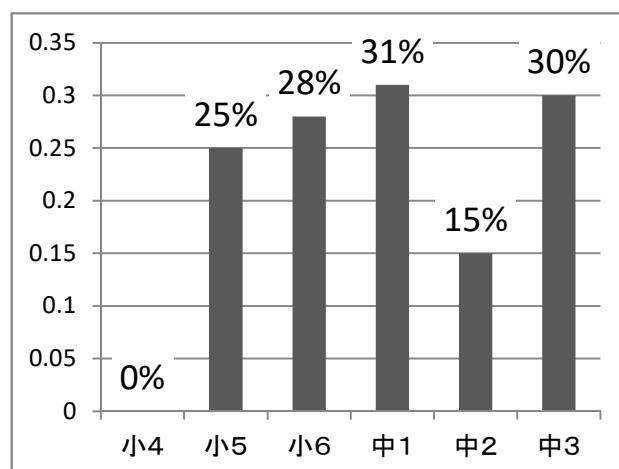


### 【この1年間に生理用品を持っていなかった回数】

#### 【1年間で1～3回程度持っていたなかった】



#### 【1年間で4回以上持っていたなかった】

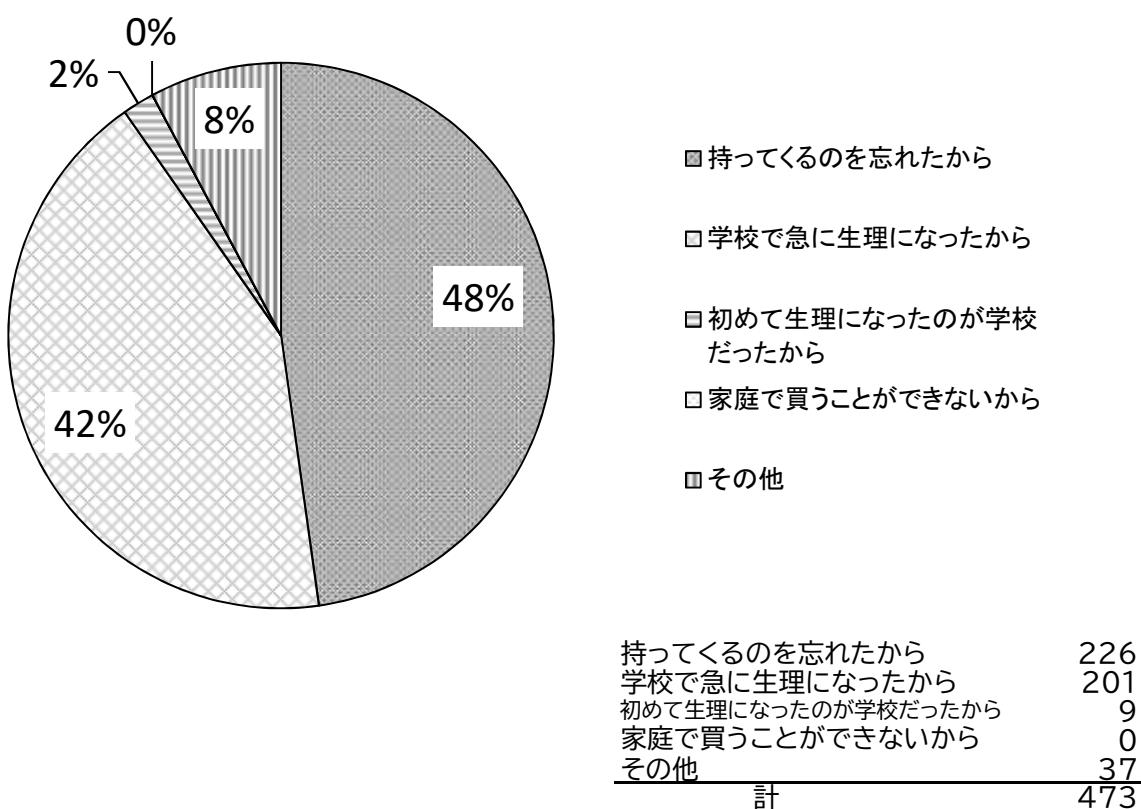


## 問4 学校で生理用品を持っていなかった理由を教えてください。

### 【調査結果の概要】

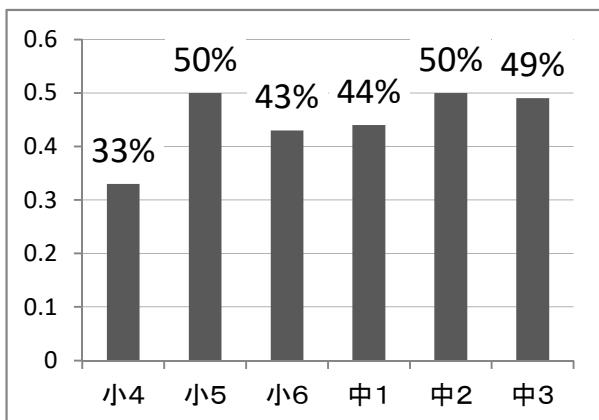
※ 学校で生理用品を持っていなかった理由について、「生理の貧困」の把握のための選択肢である「家庭で買うことができないから」を選んだ児童生徒はいませんでした。

また、「持ってくるのを忘れたから」と「学校で急に生理になったから」の回答が多く、学年別の集計結果は下の棒グラフのとおりで、生理期間中に生理用品を忘れてしまった児童生徒は、どの学年でも約半数いることがわかりました。

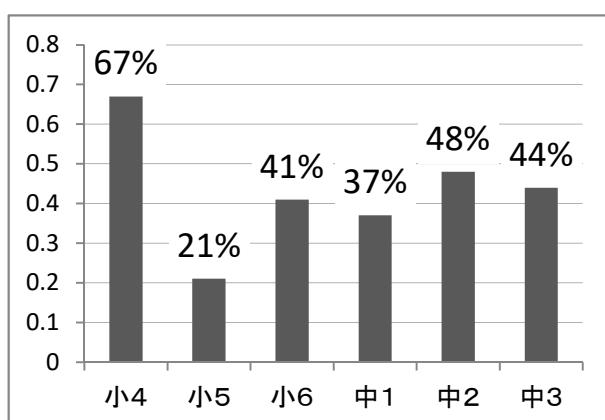


### 【学校で生理用品を持っていなかった理由】

#### 【持ってくるのを忘れた】



#### 【学校で急に生理になった】



※ 上記の二つの棒グラフについて、小4の母数は、3人であることに留意

## 【小中学校合計】

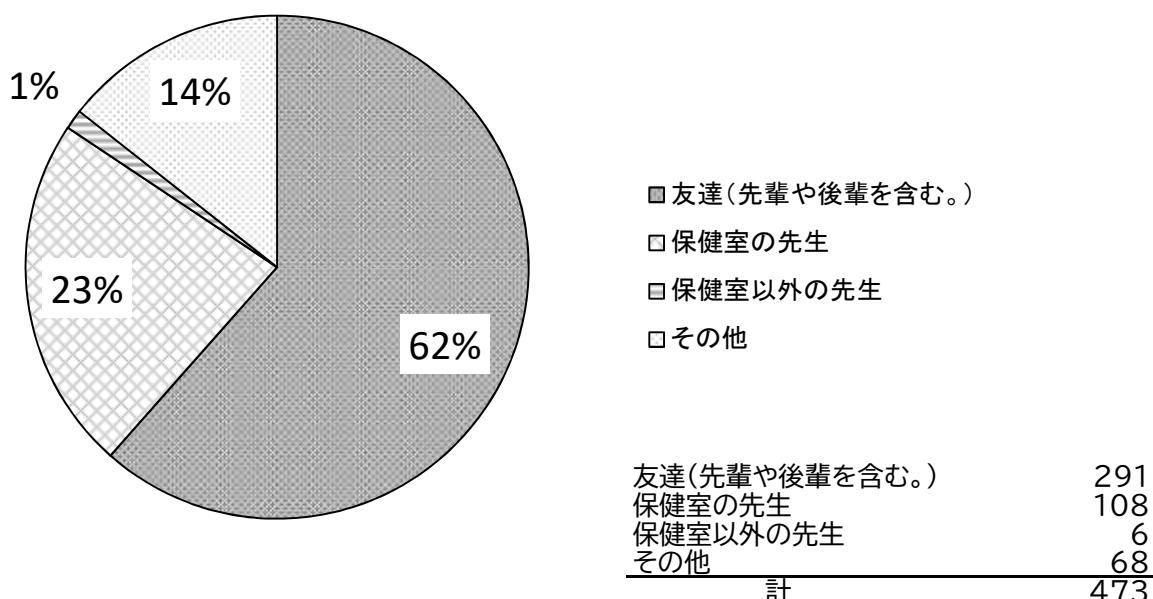
問5 学校で生理用品を持っていなかったとき、どこで(誰に)もらいましたか(借りましたか)。

### 【調査結果の概要】

生理用品を持っていなかったとき、約6割の児童生徒が「友達」から生理用品をもらって（借りて）おり、学年が上がるにつれて、この割合が高くなることがわかりました。

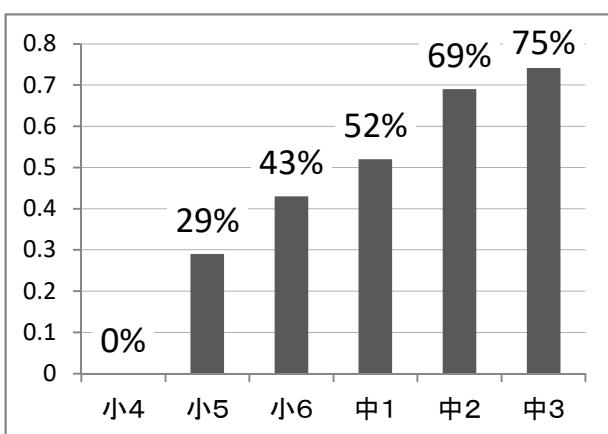
また、次に多かった回答の「保健室の先生」は、比較的、小学生（児童）からの回答が多い結果となりました。

そのほか、小学5年生については、「その他」の回答割合が46%と高く、その大半が「もらっていない」、「借りていない」と答え、各学年においても、充分な対処がなされていない可能性があることがわかりました。

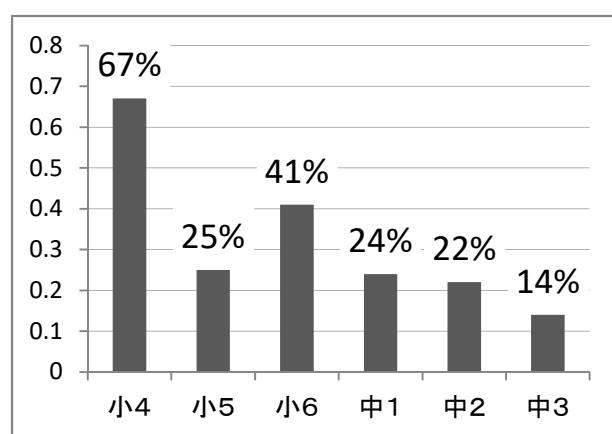


### 【学校で生理用品をどこで(誰に)もらったか(借りましたか)】

#### 【友達(先輩や後輩を含む。)】



#### 【保健室の先生】



※ 上記の二つの棒グラフについて、小4の母数は、3人であることに留意

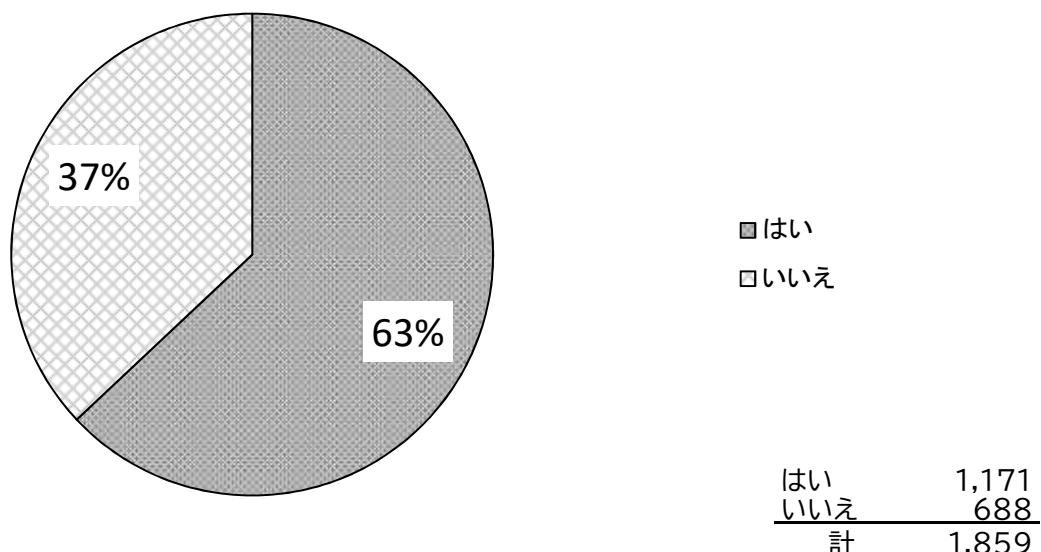
問6 学校で生理用品を持っていないときに、保健室で  
もらう(借りる)ほか、相談することができることを知っていましたか。

【調査結果の概要】

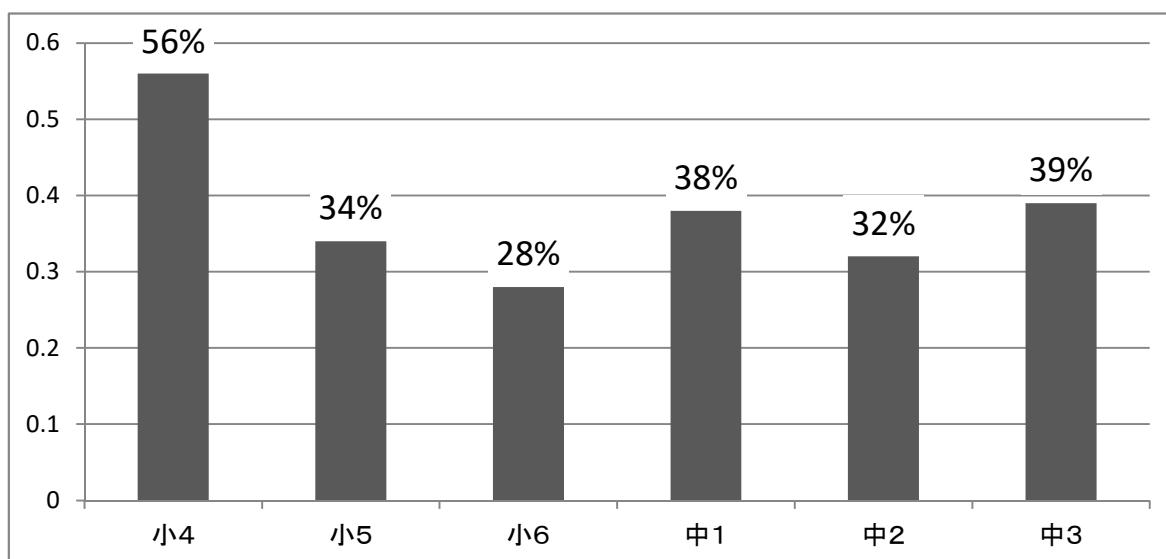
現在、市内小中学校では、保健室で養護教諭の先生から生理用品をもらう(借りる)ことができ、また、その際に、生理に関してわからないことや困り事について相談することができる体制があります。

この、保健室で生理用品をもらう(借りる)ことができることについて、約6割は知っていますが、一方で、残りの約4割は知らないことになります。

また、学年別に見ると、小学4年生は半数以上が知らなかつたと答え、また、各学年でも約3割から4割の児童生徒が知らなかつたと答えています。



【保健室で生理用品をもらえることが知らなかつた割合】



## 【小中学校合計】

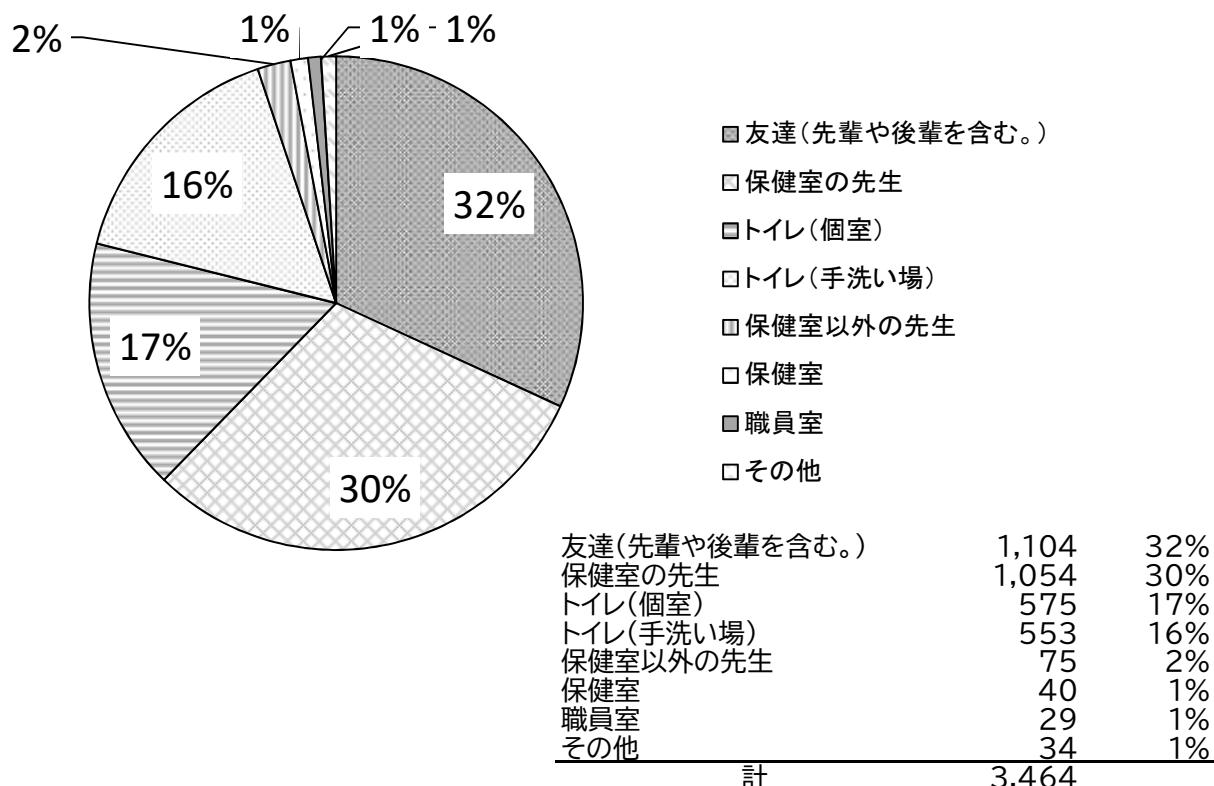
問7 学校で生理用品をもらう(借りる)としたら、  
誰に(どこで)もらいたい(借りたい)ですか。(二つまで)

### 【調査結果の概要】

学校で生理用品をもらう(借りる)としたら、「友達」、「保健室の先生」からもらい(借り)たいとの回答が、それぞれ約3割でした。

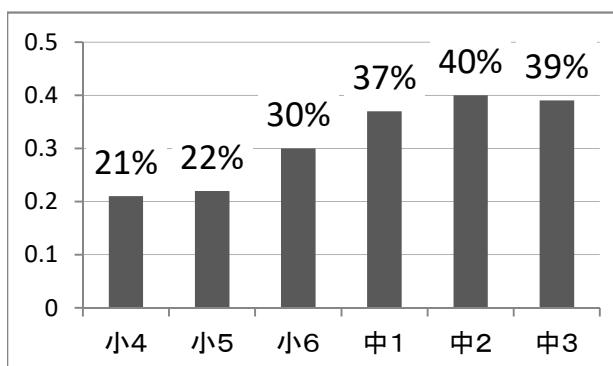
また、トイレ(個室)が17%、トイレ(手洗い)が16%であり、合わせると約3割となりました。

学年別に見ると、「友達」と答えた割合は、学年が上がるにつれて高くなる一方で、「保健室の先生」と答えた割合は、学年が下がるにつれて高くなることがわかりました(学校別では、小学生40%、中学生21%)。

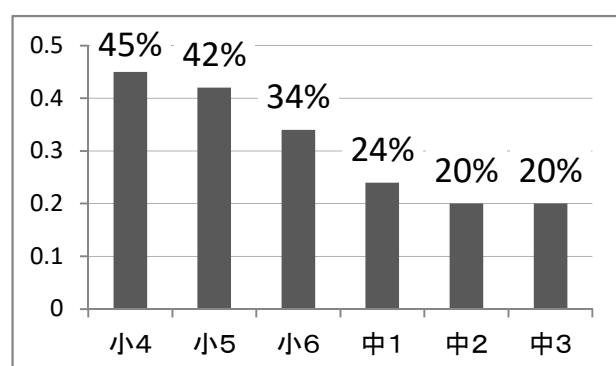


【学校で生理用品をもらえるとしたら、誰に(どこで)もらいたい(借りたい)か】

#### 【友達(先輩や後輩を含む。】



#### 【保健室の先生】



【続き】

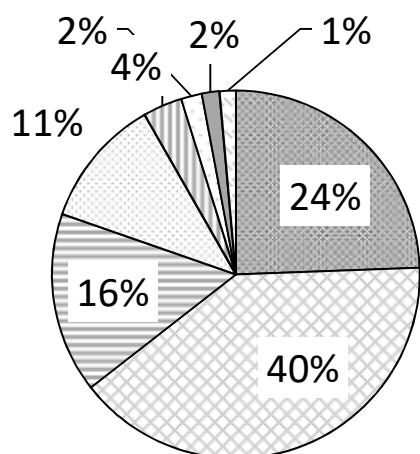
### 【調査結果の概要】

学校で生理用品をもらう（借りる）としたら、トイレ（個室）・トイレ（手洗い場）と答えた児童生徒の学年別の割合は、児童（小学生）が27%、生徒（中学生）が37%と、中学生が小学生を10ポイント上回りました。

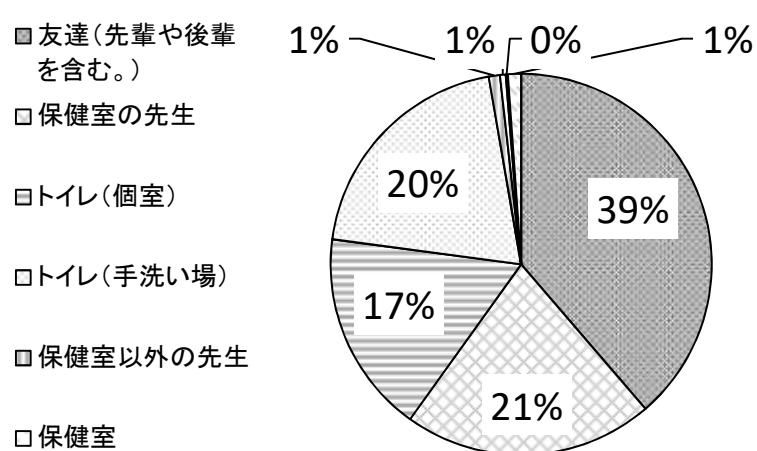
また、学年別に見ると、学年が上がるにつれて、トイレで生理用品をもらいたいと考える割合が高くなることがわかりました。

これは一方で、小学生は、保健室の先生（40%）のほか、友達（24%）から生理用品をもらい（借り）たいと思っている割合が高いと言えます。

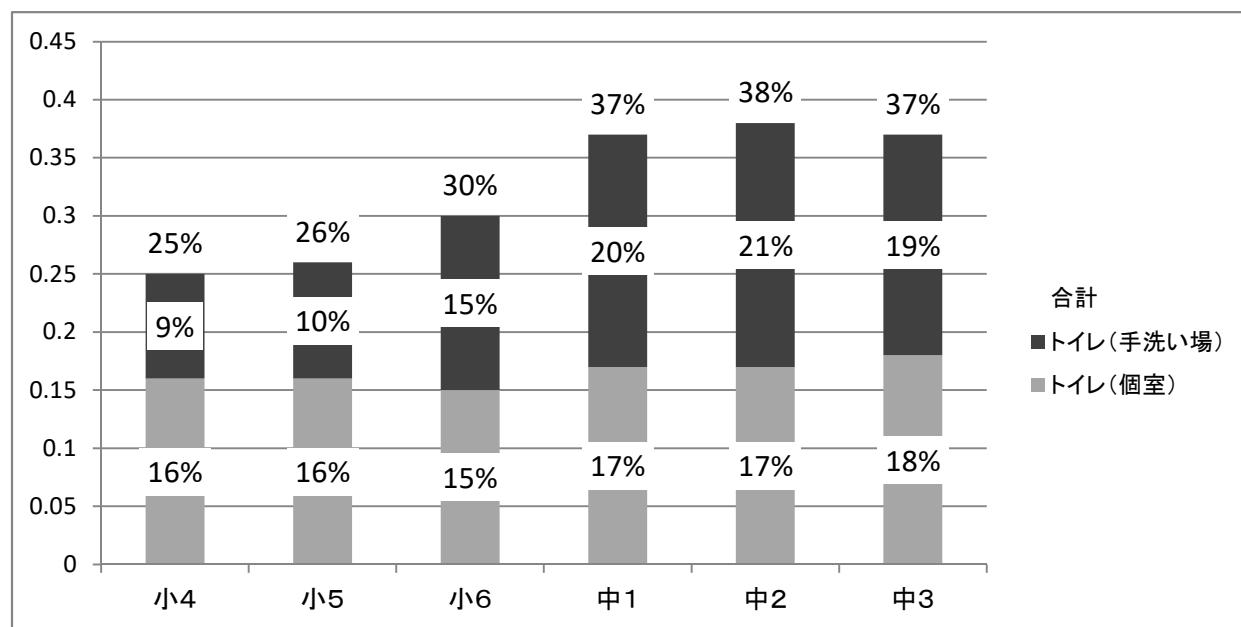
【小学4年生～小学6年生】



【中学1年生～中学3年生】



【学校で生理用品をもらえるとしたら、誰に(どこで)もらいたい(借りたい)か】



## 【小中学校合計】

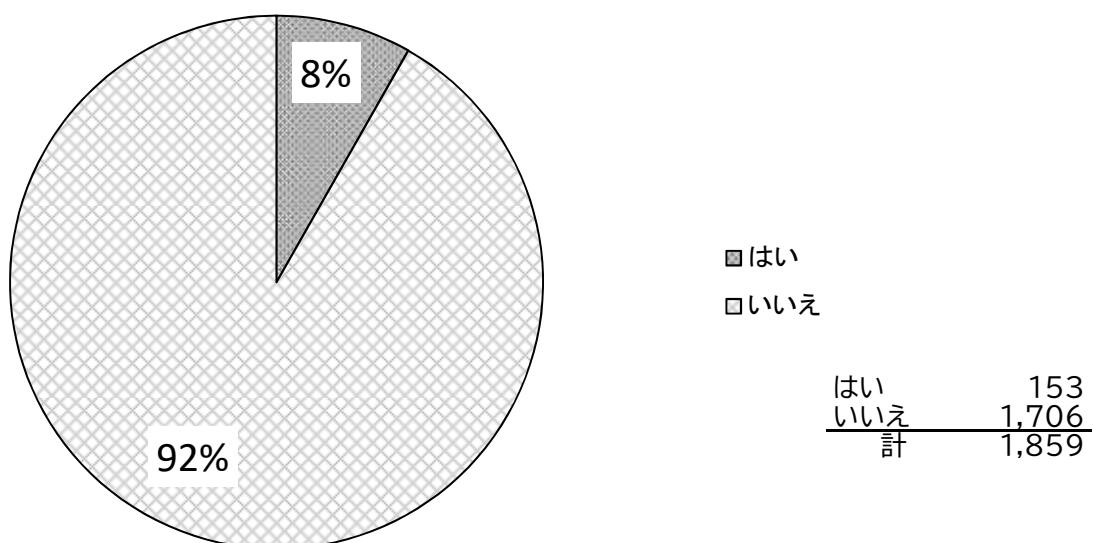
問8 これまで、生理のことで、わからぬことや、困ったことがありましたか。

### 【調査結果の概要】

これまで、生理のことで、わからぬことや、困ったことがなかった割合は、92%（全学年で90%以上）でしたが、「あった」と答えた8%の児童生徒からは、多くの意見を得ることができました。

小学生からは、知識がなくて困ったことや、不安なこと、また、中学生からは、体調不良や生理不順などの意見が多く寄せられました。（P14～17）

1割に満たない中でも、100件以上の不安や悩みを把握することができました。



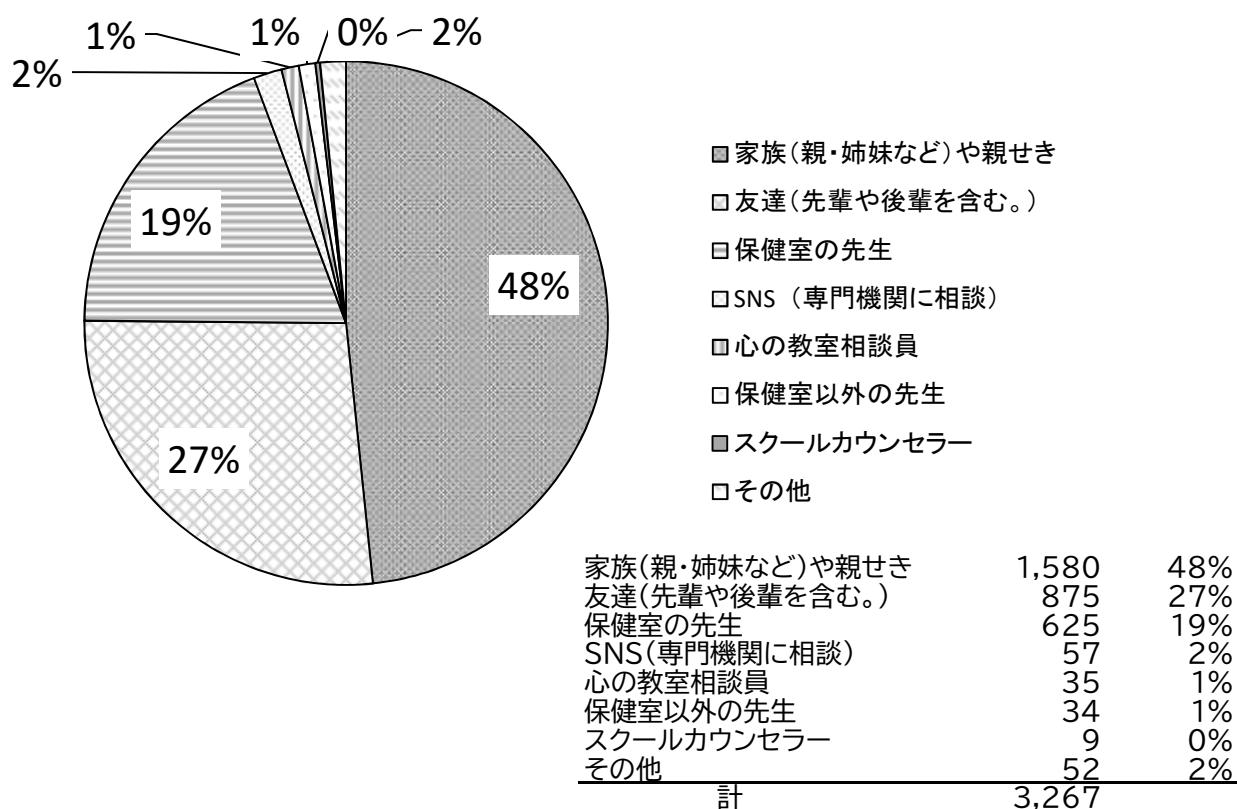
NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
1	生理に関してわからぬことがある 【54件】
2	体調不良・生理不順等 【41件】
3	生理がいつくるのかわからぬ不安 【13件】
4	衣服等が汚れた等 【12件】
5	まだ生理になったことがないので、わからぬ 【7件】
6	テストやイベントと重なった等 【6件】
7	休み時間での対応に間に合わない 【5件】
8	生理用品を持っていなかった 【3件】
9	トイレの数・構造等 【2件】
10	その他 【1件】

問9 生理のことでの、わからないことや、困ったこと、なやみごとがあるとき、どこで(誰)に相談したいですか(していますか)。(二つまで)

### 【調査結果の概要】

生理に関する相談ごとは、「家族や親せき」に相談したいとの回答が約5割で、次いで、「友達」で約3割、「保健室の先生」で約2割となりました。

学年別に見ると、全学年で最も多かったのは「家族や親せき」でしたが、次に多いのは、小学6年生以上の学年で「友達」だったのに対し、小学4年生と5年生では「保健室の先生」となり、児童は、保健室の先生を特に大切な相談先と認識していることがわかりました。



学年	第1位		第2位		第3位	
小4	家族や親せき	50%	保健室の先生	27%	友達	16%
小5	家族や親せき	50%	保健室の先生	27%	友達	19%
小6	家族や親せき	48%	友達	28%	保健室の先生	20%
中1	家族や親せき	48%	友達	33%	保健室の先生	14%
中2	家族や親せき	47%	友達	33%	保健室の先生	14%
中3	家族や親せき	47%	友達	31%	保健室の先生	13%

## ● その他の記載

・学校で生理用品を持っていなかった理由を教えてください。

NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
● 必要がないため等 【9件】	
1	大きいナプキンを使っているから
2	持っていないでもいいから
3	持っていないなくても大丈夫だったから
4	家でかえれば十分だから。
5	経血を吸収する下着を着用している為
6	取り替える事がないから持つていこうと思わない
7	家で大きいのをつけて、学校で変えないから。
8	1年に一回程度しか生理が来ないから
9	そんなに長い時間学校にいないから
● なくなった・足りなかつた等 【6件】	
1	足りなかつたから
2	午前中になくなってしまったから
3	最近生理が始まったから
4	パンツは持ち歩いていなかつた
5	生理用品がなくなっていたから
6	その日の前日に使い切つたからです
● まだ生理になっていなかつたため等 【5件】	
1	家でも出でていなかつたから
2	生理になっていなかつたから
3	まだ来ていないから
4	まだなっていないから
5	なつてないから
● 面倒くさいため等 【5件】	
1	めんどくさかつたから
2	めんどくさいから
3	めんどくさいから
4	めんどくさいから
5	必要ないと思ってるし、持つてくのがめんどくさいから。
● 経血の量が少ないとみ等 【3件】	
1	出る量がとても少ないから
2	量が少ないから
3	生理は3ヶ月に一回とかしか来ないし来ても血が出ないから
● その他 【4件】	
1	わかんないから
2	生理用品を持っていくという発想がなかつた
3	家になくて用意できなかつた
4	学校で生理用品を替えるのがやだから

・学校で生理用品を持っていなかったとき、どこで(誰に)もらいましたか(借りましたか)。

NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
● もらっていない・借りていない 【37件】	
1	もらっていない (26件)
2	借りたことがない (7件)
3	特にもらったりも借りたりもしていない
4	帰り際であったため、借りていない。
5	ぎりぎり大丈夫だったので借りなかった。
6	借りず、耐える
● トイレットペーパー等で代用した 【12件】	
1	トイレットペーパーで代用した (11件)
2	ティッシュペーパーで代用した。
● 何も使わなかった・我慢した・何とか対応した等 【8件】	
1	少しの量だったので使わなかった
2	初潮で少量だったのでそのまま下校
3	もうすぐで下校だったので、誰にも相談せずにしのいだ。
4	我慢しました
5	学校で取り替えていない
6	なんとか一個を使いまわした
7	学校が終わる頃だったので、少量の血がパンティライナーに留まる程度で済んだ。
8	自分でなんとかした
● 親族 【2件】	
1	トイレでお母さんに
2	親
● その他 【1件】	
1	そもそもトイレにいかない

・学校で生理用品をもらう(借りる)としたら、誰に(どこで)もらいたい(借りたい)ですか。

NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
● 保健室 【40件】	
● 誰にも見られない場所等 【7件】	
1	誰にも見られない場所
2	人に見られない場所
3	人気のないところ
4	男子がいないとこならどこでもいいからもらいたい
5	男子のいないところ。
6	保健室など人目につきにくいところ
7	目立たずに、見づらい場所なら、多分教室でもいいから
● お母さん・親族等 【7件】	
1	お母さん (3件)
2	家族 (2件)
3	家族(女人の人)

4	親
● 教室 【6件】	
● 女性の先生等 【6件】	
1	クラスの担任(女性)
2	担任の女性先生。又は信頼できる女性先生
3	女の先生
4	女性の先生
5	その他先生(女性に限る)
6	教室の先生
● どこでもいい 【4件】	
1	どこでも
2	どこでもいい
3	どこでもいいです
4	どこでも構いません
● その他 【4件】	
1	備え付けてあればよい
2	そのままくれたほうがありがたいかもです。
3	トイレに置いておいてほしい。(※「その他」での回答。場所の特定なし。)
4	ない

・これまで、生理のことでの、わからないことや、困ったことがありましたか。

NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
● 生理に関してわからないことがある 【54件】	
1	すべて
2	いつ、トイレで変えれば良いのかどんな生理用品があるのかなどがよくわからなかつた。
3	ちょっとだけおりものが茶色いことがあったが、その後3ヶ月過ぎても生理は来ない。あれは何だったのかな?と思うことがあった。
4	生理用品の使い方
5	どういう風にナプキンをつければいいのか。
6	どうしてお腹が痛くなるのか。
7	どのくらいの頻度でトレイに行けば良いのか
8	どのような生理が、一般的で、どのような生理が問題なのかがわからず、自分が生理になつたとき本当に大丈夫かがわからないこと
9	ナプキンにはどういう種類があるのか。どのような状況に応じてナプキンを使い分けるのか。
10	ナプキンの捨て方 (2件)
11	包み方がわからない
12	ナプキンの付け方がわからない (5件)
13	ナプキンの付け方と捨て方
14	ナプキンの付け方など
15	生理用品の付け方がわからなかつた
16	ナプキンをどう使えばいいか
17	生理のときに使うタンポンがわからないです。
18	なつた時にどう相談したらよいかわからない。
19	何ヶ月も来なかつたり、すぐに終わるのは正常なのか

20	外した後どういたらいいかわからない
21	学校で生理がきて、どうしたらいいか分からなくなつた
22	学校で生理になつてしまつた時の対応方法
23	学校にいるときに生理痛になつた時、初めて生理になつた時
24	急に来たときにどうすればよいか
25	経血がついたときの洗い方、急にきたときにナプキンをもつていなかつたとき
26	血液など、ナプキンの付け替え
27	最後に使つたナプキンの片付け方がわからなかつた
28	最初どうすればよいかわからなかつた
29	最初に生理になつたとき、どうしたらいいかわからなかつた。
30	最初の方、どのタイミングでナプキンを変えればよいかわからなかつた(今は大丈夫)
31	最初來たときは、家だったからお母さんに助けてもらえたけど普通に学校で過ごしてるときに來たらどうすればよいかわからなくなる。
32	始めて整理が來た時にどうしたらいいのかが分からなくて困つた
33	初めて急に学校で來たとき、最初の頃はわからなかつたです。
34	初めて生理が來たときはどうしたらいいか何もかもがわからなかつた。
35	詳しくはわからぬ
36	人によってかもしれませんが大体の子はどれぐらいの年齢で生理が来るのかが知りたい。
37	生理がきたばかりのころは、ナプキンの変え方や使い方などがわからなかつた。
38	生理か生理ではないのかわからぬ
39	生理が来る前にベタベタな液体があつてこまりました
40	生理ではなく、おりものが出来た時にどうしていいかわからなかつた
41	生理なのかわからぬ位の量のとき
42	生理について、血が出ることやお腹が痛くなることしか、まだわからぬ。
43	生理になつたときの対処方法
44	生理のことを知らなかつた。(生理自体知らなかつた)ただ、痛いということだけ知つてゐる。
45	生理の血を寝返りなどで漏らさないようにする方法はなんですか。
46	生理の症状
47	生理の知識があまりない
48	生理中はどんな食べ物を食べればいいのか、何を食べてはだめなのか、どこを温めればいいのか
49	家族の生理になつたことを言い出しづらくて、どうやって言えばよいか困つた。

### ● 体調不良・生理不順等 【41件】

1	お腹が痛くなること
2	お腹が痛いけど言えないこと
3	ひどい腹痛で学校を休まなきゃいけなくなる。
4	お腹が痛くて授業に集中できず、痛みで立てないことや保健室にいけないこと、保健室で休ませてもらえない教室まで戻れない、戻るのに時間がかかる。
5	まだ周期が安定していない。
6	一日目の生理痛がひどくて、動きにくくなる。
7	気分の落ち込みが激しいのでとても困る
8	生理痛がおもすぎて月1か2ヶ月に2回ほど動けなくなつてしまつます。薬をのんでもあまり効かないときがあるのでどうしたらいいかわからぬです。
9	月に数回きたり、腹痛がひどい
10	生理痛がひどくて体育で見学したり、授業に集中できなかつたことがあつた。
11	月経血が多い
12	最初のうちの生理不順
13	授業中、お腹痛くて体勢が悪くなつてしまつて評価が下がつてしまふか心配。
14	生理がなり始めた時期は 不順だったりで困つた記憶があります

15	生理が近くなると精神的に不安定になり、体調が優れないこともよくある。
16	生理が初めて来てから次の生理が来るまでの間が数ヶ月空き、その後も周期が安定するまで時間がかかる不安になったことがあります。
17	生理が来たり来なかったりして、来てもすぐに(2日、3日で)終わる
18	生理が来るのが約月に一回だと想っていたので生理が終わったあと一ヶ月たってないのに生理が来たり、逆に一ヶ月以上たってから生理が来たのでとても不安になった。
19	生理で眠過ぎて授業に集中できること
20	生理の量が異常じゃない、生理痛がひどい、体育が苦痛
21	生理痛が酷すぎてしんどい
22	生理痛が辛い時があって困った。
23	生理痛が痛すぎて眠れないことがあった
24	生理痛に困る日もあった
25	生理痛重症です困ります
26	生理不順
27	生理不順で悩んでいたが始まつばかりは安定しないことを知った。
28	体調が悪くなりやすいこと。
29	体調が悪くなる。
30	茶色の血が出る頻度が高くて、何が原因かわからない。生理痛がひどすぎて、薬飲んでも聞かない時があったり、学校のジャージに漏れた
31	痛くて動けなかったりして学校に行けない。でも授業とかで外せないものがあったらもう行くしかないし、休んだら授業が遅れる。それが辛い。
32	定期的に来ないことが困っています
33	不定期過ぎて困ってます
34	部活中にお腹が痛くなる
35	腹痛と頭痛と貧血がつらい
36	腹痛や頭痛や貧血がつらい
37	毎回不規則
38	薬を飲んでも腹痛が続く
39	薬を忘れた
40	予定日を全然過ぎているのに生理が来なくて焦ったこと
41	とても量が多く、友達から借りられない、または、借りることができても足りないところ。
● 生理がいつくるのかわからない不安【13件】	
1	いつ来るのかわからない
2	1ヶ月毎に来ないからいつ来るかわからない。
3	いつくるか分からないから不安
4	いつ生理になってどうしたらいいか
5	いつ来るかわからない
6	いつ来るかわからなかつたとき
7	いつ来るのか(細かい日程が)わからなくて困った。
8	いつ来るのかがわからなかつた
9	お母さんと本は読んだけど、ちょっと不安。ナプキンつけるかな。お腹痛くなるの嫌だな
10	生理がいつくるのか
11	生理は、いつ来るのか分からぬいため、とても不安です,,,。
12	生理はどうやってくるのか
13	学校で急に始まったことが困りました。保健室に行くといいと親に言われていましたが、いざそうなると保健室に行くことを思いつけませんでした。
● 衣服等が汚れた等【12件】	
1	スカートに血がついたとき家に帰るまで耐えるしかないこと。近くに男子がいるからナプキン取りづらいこと

2	めっちゃパンツが汚れる時がある（血ではない）
3	以前は、血がズボンやシーツについた時にどうしたらよいかわからなかった。（今はわかる。母のやり方を見学して）
4	下着が汚れてしまった
5	学校でたまに漏れたりすることがあった
6	血の量が多くて大きいサイズのものにつけても漏れてしまうこと
7	適度にシートを変えていても、ジャージが汚れてしまったこと。
8	突然来たとき、ナプキンをしていない時があり、汚れてしまうことがあった。
9	服が汚れた
10	服やシーツが汚れたりすること
11	保健室のナプキンだと小さいから漏れちゃう
12	漏れて服に付いた
● まだ生理になったことがないので、わからない【7件】	
1	そもそもなったことがないのでわからない。
2	なったことがないからわからない。
3	なったことがないからわからないことだらけ
4	まだなっていないので、生理がよくわからない。
5	まだ生理になったことがないから、生理になった時にどうすればいいかがあまりわからない
6	まだ生理になっていないこともあります、分からぬことが分からないです
7	まだ来てないので、あまりわかりません。
● テストやイベントと重なった等【6件】	
1	経血の量が多くて、生理中は普段通りの生活を送るのが困難。特に遠足・スキー授業などは難しい。
2	遠足の目的地にトイレが少ないか、和式しかないと生理中は参加が難しい。
3	テスト前日に来て当日が2日目だったとき
4	テスト中などで言いに行きづらくて困った。
5	宿泊学習と重なった
6	宿泊学習や修学旅行の時の入浴など
● 休み時間での対応に間に合わない【5件】	
1	休憩時間が短すぎて、ナプキンを変える時間がない
2	ナプキンを付けていたら、授業合間の休けいのおわりに間に合わなかった。
3	学校で5分休憩の時に時間がない
4	休み時間が短くて生理中はトイレに行くのに困る
5	休み時間に生理用品を付けるのに手間どること。
● 生理用品を持っていなかった【3件】	
1	急に生理になってナプキンを持っていなかった
2	持ってくるのを忘れたとき
3	私は今生理中ですが、始まってすぐはナプキンを持ってきていないくて、学校で来ちゃったことがあります。その時はすごく焦ったけど友達にナプキンを1つもらいました。今は持ってくるようにしています。
● トイレの数・構造等【2件】	
1	学校で洋式トイレの数が少なくて困る(和式ではナプキンの交換ができない)
2	ナプキンのテープを剥がす音が聞かれそうのがいやなので音姫をつけてほしい
● その他【1件】	
1	担任の先生が男の先生なので聞きづらい。

- ・生理のことや、わからないことや、困ったこと、なやみごとがあるとき、どこ(誰)に相談したいですか(していますか)。

NO.	内容(類似の記載を集約して区分)
<b>● インターネット等で自分で調べる 【10件】</b>	
1	自分で調べる
2	迷惑かけたくないから相談しないで自分で調べます
3	調べる
4	グーグルで調べます。
5	検索
6	Ai
7	chat gpt (3件)
8	インターネット
<b>● 相談しない等 【10件】</b>	
1	そもそも絶対に相談したくないです。特に困ったこともないし
2	相談しない (4件)
3	誰かに相談するつもりはないです。
4	相談しない(できない)
5	誰にも相談しない
6	誰にも相談しない
7	あんまり相談しない
<b>● 医師等 【4件】</b>	
1	病院
2	病院の先生
3	婦人科の医師に相談しています
4	産婦人科
<b>● いまのところ困っていない等 【4件】</b>	
1	今のところ特に困ってない
2	まだわかりません
3	ありません
4	いない
<b>● 家族等 【3件】</b>	
1	家
2	家族
<b>● 学童の先生 【3件】</b>	
1	学童の先生
2	学童の先生
3	学童の先生
<b>● 学校の女性の先生 【1件】</b>	
1	担任の女の先生
<b>● その他 【2件】</b>	
1	安心して相談できる人に相談したい
2	小学校の頃の保健授業でもらった冊子