

(様式) 社内意向調査票

## 都内に勤務する従業員の皆様へ 社内意向調査ご協力のお願い

生理やPMS（月経前症候群）、更年期症状、産後のホルモンバランスの乱れなど女性特有の体調不良は、女性が仕事を続け、活躍していく上でハードルとなることがあります。

この調査は、女性特有の健康課題（月経、妊娠・不妊、産後の不調、更年期、婦人科系疾患）について、当社の女性従業員の状況や抱える悩みについて把握し、女性従業員はじめ、周囲の従業員の皆様の認識や要望を伺うために実施します。

なお、本調査は、東京都産業労働局の「フェムテック導入による職場環境の整備等奨励金」の取組事項として行うものです。本調査の結果を踏まえ、フェムテック（※）の製品・サービス導入による福利厚生制度等を整備する予定です。

ぜひご協力をお願いいたします。

※ フェムテックとは、Female（女性）と Technology（技術）からなる造語であり、月経や更年期などの女性特有の健康課題について、先進的な技術を用いた製品・サービスにより対応するものをいいます。



女性特有の健康課題を知る、学ぶ！

**働く女性のウェルネス向上委員会**



特設サイト「働く女性のウェルネス向上委員会」（<https://women-wellness.metro.tokyo.lg.jp/>）では、働く女性の健康課題と仕事の両立を支援するため、体験談や専門家コラム、企業の取組事例、セミナーなどの情報を掲載しています。

アンケートに回答する上での参考にしたり、身近な情報源としてご活用ください。

### <留意事項>

- ・回答は任意です。差し支えない範囲で回答してください。
- ・情報の収集にあたっては、漏洩等の防止に適切な対策を講じるなど、十分留意・配慮の上実施します。
- ・回答いただいた内容は集計結果としてまとめ、社内に周知します。また、「フェムテック導入による職場環境の整備等奨励金」に必要な範囲で東京都に報告します。

（様式）社内意向調査票

＜ 問１～問６は、すべての方にお伺いします。＞

## I 基本情報について

問１ あなたが所属する部署（事業所）の名称を教えてください。【自由記述】

|  |
|--|
|  |
|--|

問２ あなたの性別を教えてください。【○はひとつ】

1. 女性
2. 男性
3. 回答しない

## II 女性特有の健康課題について

女性特有の健康課題（「月経」「妊娠・不妊」「産後の不調」「更年期」「婦人科系疾患」）についてお伺いします。

問３－１ 月経・PMS（月経前症候群）の症状についてどの程度知っていますか。【○はひとつ】

1. ほとんど知っている
2. 半分程度知っているものがある
3. 少し知っているものがある
4. 全て知らない

### 【月経・PMS（月経前症候群）の主な症状】

下腹部痛、腰痛、頭痛、吐き気、下痢、貧血、めまい、倦怠感、疲労、不眠、気分の落ち込み、イライラ 等  
※症状の種類や程度には個人差がある。また、毎回同じとは限らない。

問３－２ 妊娠中の症状や不妊治療等の負担についてどの程度知っていますか。【○はひとつ】

1. ほとんど知っている
2. 半分程度知っているものがある
3. 少し知っているものがある
4. 全て知らない

### 【妊娠中の主な症状】

つわり（吐き気・嘔吐・食欲不振）、頻尿、立ちくらみ、一時的な聞こえにくさ（耳閉感）、腰痛、腹痛、浮腫、静脈瘤、睡眠不良、眠気 等  
※症状の種類や程度には個人差がある。

### 【不妊治療・卵子凍結等の負担】

頻繁な通院、精神的ストレス、出血・感染の懸念、  
卵巣過剰刺激症候群（卵巣腫大、腹水・胸水、血栓・塞栓、腎不全）の懸念 等

(様式) 社内意向調査票

問3-3 産後の不調についてどの程度知っていますか。【〇はひとつ】

1. ほとんど知っている
2. 半分程度知っているものがある
3. 少し知っているものがある
4. 全て知らない

【産後の不調の主な症状】

マタニティブルーズ(\*) (情緒不安定、涙もろさ、抑うつ気分、不安感等)、産後うつ、乳房の張り・つっぱり感・痛み、乳腺炎、睡眠不足、肩こり、腱鞘炎、骨盤のゆがみ、腰痛、子宮脱、排尿障害 等

\*産後数日から2週間程度に起こる精神症状。

※症状の種類や程度には個人差がある。

問3-4 更年期の症状についてどの程度知っていますか。【〇はひとつ】

1. ほとんど知っている
2. 半分程度知っているものがある
3. 少し知っているものがある
4. 全て知らない

【更年期の主な症状】

ホットフラッシュ (発汗、のぼせ、ほてり)、イライラ、肩こり、腰痛、頭痛、手足の痛み、関節痛、冷え、不眠、息切れ、動悸、めまい、気分の落ち込み、疲れやすい、吐き気、下痢、便秘、ドライアイ、尿失禁 等

※症状の種類や程度には個人差がある。

問3-5 婦人科系疾患について、どの程度知っていますか。【〇はひとつ】

1. ほとんど知っている
2. 半分程度知っているものがある
3. 少し知っているものがある
4. 全て知らない

【主な婦人科系疾患】

子宮内膜症、子宮筋腫、乳がん(\*)、子宮頸がん、子宮体がん、卵巣のう腫、卵巣がん、甲状腺の病気(\*) 等

\*乳房の悪性新生物、甲状腺中毒症は、男性も罹患する病気だが、患者は女性に多い。

問4 フェムテックについて知っていますか。【〇はひとつ】

1. 言葉も内容も知っている
2. 言葉は聞いたことがあるが内容は知らない
3. 知らない

「フェムテック」

フェムテックとは、Female (女性) と Technology (技術) からなる造語であり、月経や更年期などの女性特有の健康課題について、先進的な技術を用いた製品・サービスにより対応するものをいいます。

（様式）社内意向調査票

問5 職場において、女性特有の健康課題を原因として、困っていたり、仕事を諦めたり、トラブルが発生した事例などを見聞きしたことがあれば具体的に教えてください。【自由記述】

問6 女性特有の健康課題に関連して、あなたが同僚・上司・部下への対応で困ったり、トラブルが発生した経験があれば具体的に教えてください。【自由記述】

＜問7～問12は、女性の方にお伺いします。その他の方は、[問13](#)にお進みください。＞

問7-1 あなたは月経が原因で仕事に支障が出たことがありますか。【○はひとつ】

1. はい
2. いいえ
3. 回答しない

→「はい」と回答した方は、職場で困った経験、仕事に支障が出た事例があれば具体的に教えてください。【自由記述】

（例：制服が薄い色で経血漏れが目立ってしまった。職場近くに店がなく、急に生理になった時に生理用ナプキンを手でできず困った。等）

問7-2 月経に関連し、職場にどのようなサポートがあればよいと思いますか。【○はいくつでも】

1. オンライン婦人科相談、検診、診察
2. 低用量ピル服薬支援
3. トイレにおける生理用品の供給
4. 生理痛やPMS等、月経の症状を緩和する製品の提供
5. 経血漏れを防止する製品の提供
6. 女性特有の健康課題について学ぶ研修サービス（体験型を含む）
7. 女性用トイレ、更衣室、休憩室における設備
8. サポートは特に希望しない

→上記について導入してもらいたい製品・サービス及び設備、又は上記以外のサポートで

(様式) 社内意向調査票

希望するものがあれば具体的に記載してください。【自由記述】

問 8－1 あなたは妊娠・不妊が原因で仕事に支障が出たことがありますか。【○はひとつ】

1. はい
2. いいえ
3. 回答しない

→「はい」と回答した方は、職場で困った経験、仕事に支障が出た事例があれば具体的に教えてください。【自由記述】

(例：不妊治療と仕事のスケジュール調整がうまくいかず、1 か月分の治療の機会を無駄にしてしまった。等)

問 8－2 妊娠・不妊に関連し、職場にどのようなサポートがあればよいと思いますか。  
【○はいくつでも】

1. オンライン婦人科相談、検診、診察
2. AMH 検査（卵巣予備能検査）キットの提供
3. 排卵日予測や基礎体温管理アプリの提供
4. 妊娠中の症状を緩和する製品の提供
5. 不妊治療を記録・管理するアプリの提供
6. 女性特有の健康課題について学ぶ研修サービス（体験型を含む）
7. 女性用トイレ、更衣室、休憩室における設備
8. サポートは特に希望しない

→上記について導入してもらいたい製品・サービス及び設備、又は上記以外のサポートで希望するものがあれば具体的に記載してください。【自由記述】

(様式) 社内意向調査票

問9-1 あなたは産後の不調が原因で仕事に支障が出たことがありますか。【○はひとつ】

1. はい
2. いいえ
3. 回答しない

→「はい」と回答した方は、職場で困った経験、仕事に支障が出た事例があれば具体的に教えてください。【自由記述】

(例：夜間授乳による睡眠不足のため、日中の職務に集中できない。等)

問9-2 産後の不調に関連し、職場にどのようなサポートがあればよいと思いますか。  
【○はいくつでも】

1. 助産師等の専門家による産後ケアの解決や支援を目的としたWEB等を用いた相談サービス
2. 産後の不調を緩和する製品の提供
3. 女性特有の健康課題について学ぶ研修サービス（体験型を含む）
4. 女性用トイレ、更衣室、休憩室における設備
5. サポートは特に希望しない

→上記について導入してもらいたい製品・サービス及び設備、又は上記以外のサポートで希望するものがあれば具体的に記載してください。【自由記述】

問10-1 あなたは更年期の症状が原因で仕事に支障が出たことがありますか。【○はひとつ】

1. はい
2. いいえ
3. 回答しない

→「はい」と回答した方は、職場で困った経験、仕事に支障が出た事例があれば具体的に教えてください。【自由記述】

(例：ホットフラッシュで会議中に汗が出ることが恥ずかしく、会議で発言しづらくなった。管理職で休むわけにもいかず、市販薬を飲み続けながらなんとか働いているが、誰にもその状況を話せない。等)

(様式) 社内意向調査票

問 10-2 更年期に関連し、職場にどのようなサポートがあればよいと思いますか。

【〇はいくつでも】

1. オンライン婦人科相談、検診、診察
2. 更年期症状に備える検査キットの提供
3. ホットフラッシュ等の更年期症状を緩和する製品の提供
4. 女性特有の健康課題について学ぶ研修サービス（体験型を含む）
5. 女性用トイレ、更衣室、休憩室における設備
6. サポートは特に希望しない

→上記について導入してもらいたい製品・サービス及び設備、又は上記以外のサポートで希望するものがあれば具体的に記載してください。【自由記述】

|  |
|--|
|  |
|--|

問 11-1 あなたは婦人科系疾患の不調が原因で仕事に支障が出たことがありますか。【〇はひとつ】

1. はい
2. いいえ
3. 回答しない

→「はい」と回答した方は、職場で困った経験、仕事に支障が出た事例があれば具体的に教えてください。【自由記述】

(例：多忙で病院を受診する時間がなく、病気の発見が遅れてしまった。等)

|  |
|--|
|  |
|--|

問 11-2 婦人科系疾患に関連し、職場にどのようなサポートがあればよいと思いますか。【〇はいくつでも】

1. オンライン婦人科相談、検診、診察
2. 婦人科系疾患の症状を緩和する製品の提供
3. 女性特有の健康課題について学ぶ研修サービス（体験型を含む）
4. 女性用トイレ、更衣室、休憩室における設備
5. サポートは特に希望しない

(様式) 社内意向調査票

→上記について導入してもらいたい製品・サービス及び設備、又は上記以外のサポートで希望するものがあれば具体的に記載してください。【自由記述】

|  |
|--|
|  |
|--|

問 12 あなたが一番会社に取り組んでもらいたい女性特有の健康課題等を1つ教えてください。  
【〇はひとつ】

1. 月経
2. 妊娠・不妊
3. 産後の不調
4. 更年期
5. 婦人科系疾患
6. ヘルスリテラシー（女性特有の健康課題に関する正しい情報の収集・活用）
7. 特に希望はない

＜問 13 は、全ての方にお伺いします。＞

### Ⅲ ご意見・ご要望

問 13 本意向調査や女性特有の健康課題への支援について、ご意見・ご要望がありましたらご記載ください。（自由記述）

|  |
|--|
|  |
|--|

社内意向調査は以上で終了です。ご協力ありがとうございました。  
調査結果については、別途ご案内いたします。