

2025年11月20日
持田製薬株式会社

生理のツラさをついつい我慢してしまう女性に向けた体験型イベント

『Renew me ! ワタシのカラダ・ラボ』

みんなのホンネを知れる投票ゾーンや自分の生理ストレス度をチェックできるエリアなど、
生理について理解を深められるコンテンツをご用意

2025年12月6日(土)・12月7日(日)
JUNCTION harajuku(東京都渋谷区)にて開催

持田製薬株式会社(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:持田 直幸、以下「持田製薬」)は、“見えにくい・語られにくい”生理の悩みへの意識や関連疾患の認知向上、および婦人科受診のハードルを下げる目的とした体験型イベント『Renew me ! ワタシのカラダ・ラボ』を2025年12月6日(土)・7日(日)の2日間、「JUNCTION harajuku」(東京都渋谷区)にて開催します。

自分のカラダについて知りたい女性はもちろん、生理について理解を深めたいと思っている方やパートナーの方など、どなたでも気軽にご参加いただけるイベントです。



『Renew me ! ワタシのカラダ・ラボ』とは

「生理のツラさ、つい我慢してしまう…」

そんな悩みに寄り添い、自分のカラダと向き合うきっかけを届ける体験型イベントです。

イベント内では、みんなの生理に関するホンネを投票してもらうゾーンや、自身の生理の悩みを選んで“ストレス度”を可視化してみる体験エリア、生理に関するウワサのウソ?ホント?を医学的にひも解く学びのエリアなど、楽しみながら気付きが得られるコンテンツをご用意しています。

また、婦人科受診にハードルを感じる方へ、少しでも身近に婦人科を感じていただけるように、映像を通して受診の流れを疑似体験できるコーナーも。

来場者の皆様には全員もらえるプレゼントもご用意しています。さらに会場アンケート回答者には抽選で300名様にデリケートゾーン洗浄にも使える『コラージュフルフル泡石鹼ピンク(150ml 現品)』がもらえるWチャンスもあります！！

<開催概要>

開催期間: 2025年12月6日(土)~7日(日)

開催時間: 10:00~19:00

会 場: JUNCTION harajuku(東京都渋谷区神宮前6丁目35-3)

料 金: 入場無料

主 催: 持田製薬株式会社

後 援: 東京都、渋谷区

監 修: 宋 美玄 先生(丸の内の森レディースクリニック)

特設サイト: <https://www.mochida.co.jp/woman/watashi-lab> ※11月28日公開予定

お問い合わせ: mochida_da_link@mochida.co.jp (持田製薬 疾患啓発推進室)

<企画背景>

本イベントは、16~49歳の3,000名の女性を対象に行った「生理や婦人科受診に関する実態調査」を元に企画しました。

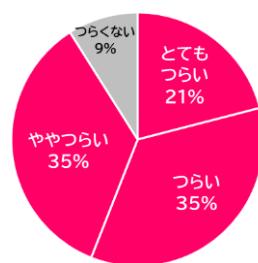
調査では、普段の生理の悩みを総合的にみたとき、どのくらい”つらい”と感じていますか？との質問に対し、とてもつらい～ややつらいと答えた人は2,722人(91%)で、9割以上の方が生理の悩みに対してつらいと感じていることがわかりました。

さらに、普段の生理痛への対処はどうしていますか？との質問に対し、『基本的に我慢している』と答えたのは1,133人(38%)で、対処している人の中でも『市販の鎮痛剤を服用』と答えたのは1,563人(84%)と最も多く、『婦人科を受診して処方薬を服用』と答えたのは280人(15%)でした。

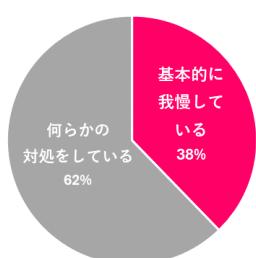
また、婦人科の受診経験がない女性(610名)に婦人科受診のハードルについて聞いたところ、多く挙がったのが、『行くべきタイミング(症状など)がわからない(43%)』、『診察(内診)への抵抗感がある(43%)』、『なんとなく怖い、恥ずかしい(40%)』でした。

この調査から“生理のつらさは当たり前”という我慢の意識の高さや、“婦人科を受診する必要性の判断の難しさ”や、“診察における抵抗感”など、情報不足による様々なハードルが存在していることが分かりました。

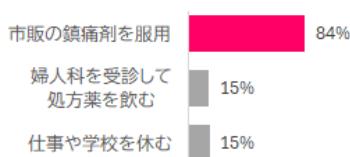
普段の生理の悩みをどれくらい”つらい”と感じていますか？



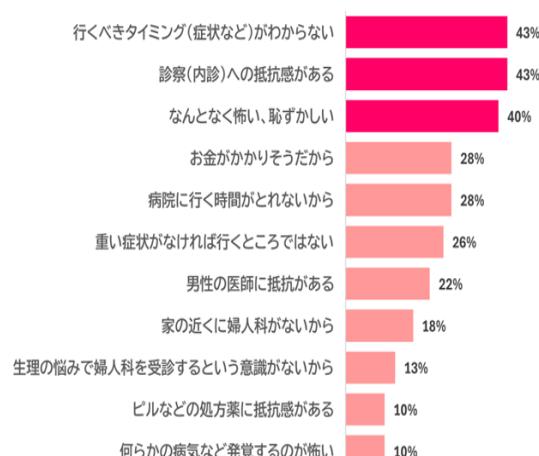
普段の生理痛への対処はどうしていますか？



具体的にどんな対処をしていますか？(複数選択可)



婦人科受診のハードルとして当てはまるものを教えてください。(複数選択可)



「生理や婦人科受診に関する実態調査」

■実施時期: 2025年9月18日~21日 ■対象: 全国の16~49歳の女性3,000人 ■調査手法: インターネット調査

そこで本イベントは、生理や自分のカラダを“知る”、正しい情報を“学ぶ”、自身のカラダの状態に“気付く”ことを目的に企画しました。

これらのコンテンツをめぐることで、自身の生理について客観視し、つらい生理痛は婦人科で相談できることを知ってもらい、新しい自分に出会えるきっかけになればと考えています。

<展示内容>

◆コンテンツ① 教えて！みんなのホンネ

生理に関するあるある投票！

「あなたの生理あるあるを教えて」「生理前のイライラ…誰にあたっちゃう？」などの質問ごとに投票＆共有し、自分とみんなのあるあるについて考えるきっかけを提供します。

◆コンテンツ② 知って欲しい生理のキホン

3000人の調査結果や女性のカラダ、生理に関する基礎知識を学べる

「どんな生理の悩みがある？」「普段の生理どれくらい？」などの調査結果を大公開します。

また生理の仕組みや女性ホルモンの働き、注意したい女性疾患について、ご来場いただいた方にわかりやすく解説します。

◆コンテンツ③ 生理ストレス度見える化メーター

さまざまな生理の症状から自分の生理ストレス度をチェック！

自分の生理のつらさや重さを意識したことはありますか？ここでは普段感じているお悩みを選んでもらうことで、自身の生理の「ストレス度」を“見える化”します。

普段の生理のツラさは人と比べる機会もなく、抱えこんでしまいがち。普段抱えているお悩み症状を「ストレス度」で判定してもらうことで、自分の生理について考える機会にしてみてください。

◆コンテンツ④ ホントなの？！生理のウワサ

聞いたことある？そのウワサ、ホントかウソかのぞいてみよう！

「生理はうつる？」「生理はデトックスになる？？」など誰しもが一度は聞いたことのある生理のウワサ。そんな巷に流れるさまざまなウワサを医学的見解から回答します。

のぞき穴から解説を見ることで、ただ学ぶだけではない楽しさも！

◆特別コンテンツ 婦人科ってどんなところ？

婦人科の診察室を再現。婦人科に行ってみるとこんな感じ、を知れる！

「婦人科に行くのはハードルが高い」、「なんとなく怖い…」そんなイメージから婦人科受診をしたことがない方は多いのでは？このエリアでは一般的な婦人科の診察室を再現し、婦人科受診の流れや検査について映像で疑似体験することが出来ます。

★来場者には全員プレゼントをご用意！

アンケート回答者には、抽選で300名様に豪華プレゼントも！！

ご来場いただいた方全員にオリジナルポーチやスキンケアサンプルセット、
生理や婦人科について学べる冊子をプレゼントいたします（数量限定）。

また来場者アンケートにお答えいただいた方には、デリケートゾーン洗浄に使える

コラージュフルフル泡石鹼（150ml 現品）を抽選で300名様にプレゼントいたします！

是非お早めにお越しください！



イベント監修 宋 美玄(ソン ミヒョン)先生からのメッセージ



生理のつらさを「仕方ない」「みんな我慢しているから」と受け止めていませんか？

実は、その我慢は、治療やケアで改善できることがたくさんあります。

このイベントは、「自分のカラダを知る」「正しい情報を学ぶ」「体験を通して気づく」ことで、自分自身を丁寧に見つめ直すきっかけを届けたいと思っています。婦人科は、特別なときにだけ行く場所ではありません。

日常の「ちょっと気になる」「少しつらい」という違和感を、気軽に相談できる場所です。

このイベントを通じて、「私、ちょっと無理していたかも」と気づき、新しい自分に出会う第一歩になればうれしいです。

自分のカラダに、少し優しくできる時間を過ごしてもらえたたらと思います。

宋 美玄(ソン ミヒョン)先生 産婦人科専門医・医学博士・丸の内の森レディースクリニック 院長

医学博士・FMF 認定超音波医・日本産科婦人科遺伝診療学会認定医

株式会社 Crumii 取締役 女性のための新しい医療メディア「crumii」編集長

2001年 大阪大学医学部医学科卒業

大学卒業後、大阪大学医学部附属病院、りんくう総合医療センターなどを経て川崎医科大学講師就任

2009年 ロンドンの Fetal Medicine Foundation へ留学。

胎児超音波の研鑽を積む

2015年 川崎医科大学医学研究科博士課程卒業

周産期医療、女性医療に従事する傍ら、テレビ、インターネット、雑誌、書籍で情報発信を行う

産婦人科医の視点から社会問題の解決、ヘルスリテラシーの向上を目的とし活動中

2017年 丸の内の森レディースクリニックを開業

2024年 医療法人社団ベラフォレスタを設立

<持田製薬グループについて>

持田製薬株式会社は、1913年の創業以来、独創的な医薬品の研究開発により、特色ある医薬品を医療の場に提供してまいりました。現在は、循環器、消化器、産婦人科、精神科の重点4領域をはじめ、難治性疾患の治療剤、バイオシミラーを含む後発品、ヘルスケア事業、バイオマテリアル事業など、医療ニーズに応えた取り組みを行っています。

とくに長年、産婦人科領域に注力しており、女性の病気や健康トラブルに悩む人々を救うために、患者さんやお客様にとって価値あるものを創造し、提供していくことが、わたしたちの存在意義であると考えています。また、疾患の正しい理解と早期受診促進が、悩みを抱える方のみならず、社会全体のQOL向上に不可欠であると考え、“見えにくい・語られにくい”女性特有の悩みへの意識や疾患の認知向上、および婦人科への早期受診促進を目的に啓発活動を行っております。

■ 持田製薬株式会社 <https://www.mochida.co.jp>

■ 疾患啓発活動 情報発信サイト「Link」 <https://www.mochida.co.jp/link/>

【本件に関するお問合せ先】

持田製薬株式会社 疾患啓発推進室 E-mail:mochida_da_link@mochida.co.jp