

2026 年 9 月 30 日
持田製薬株式会社

ツライを知れば、ミライは変わる。

『ワタシのカラダ・ラボ』

女性のカラダや女性特有の疾患についてのクイズラリーを楽しみながら
知っておきたい知識について理解を深めるための体験型イベント

〈開催日〉

【東京】 2026 年 10 月 24 日(土)・10 月 25 日(日)

【大阪】 2026 年 10 月 31 日(土)・11 月 1 日(日)

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ことを目的とした体験型イベント『ワタシのカラダ・ラボ』を東京と大阪の2会場にて開催します。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。



『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お届けする体験型イベントです。イベント内では、女性のカラダや女性特有の疾患に関するクイズラリーに挑戦していただきます。クイズを解いた後は、解説パネルをみて答え合わせをして、楽しみながら女性のヘルスケアに関する正しい知識を学べる仕掛けになっています。

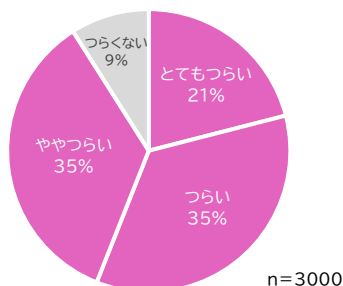
来場者の方には、プレゼントもご用意。さらに会場でのアンケート回答者には、抽選で計400名様にデリケートゾーン洗浄にも使える『コラージュフルフル泡石鹸(150ml 現品)』がもらえるWチャンスも！！

特設サイト: <https://www.mochida.co.jp/woman/watashi-lab2026/>

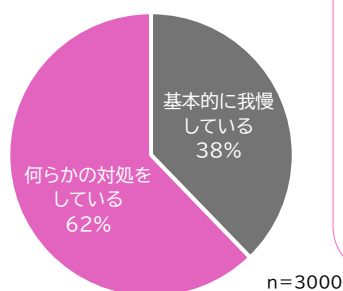
<企画背景と展示内容>

本イベントは、3,000名の女性(16～49歳)を対象に行った調査をもとに企画しました。
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91%にのぼることがわかりました。
さらに、普段の生理痛への対処については、『基本的に我慢している』と回答した人は38%でした。
また、何らかの対処をしていると答えた方で具体的な対処として最も多かったのは『市販の鎮痛剤を服用している(84%)』である一方、『仕事や学校を休む』や『婦人科を受診して処方薬を飲んで』と回答した人は15%にとどまりました。

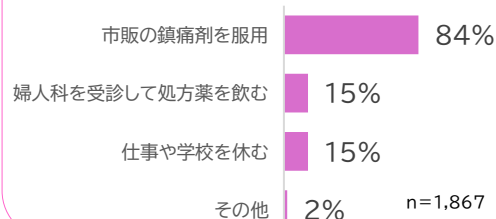
Q. 普段の生理の悩みをどのくらい“つらい”と感じていますか？



Q. 普段の生理痛への対処はどうしていますか？

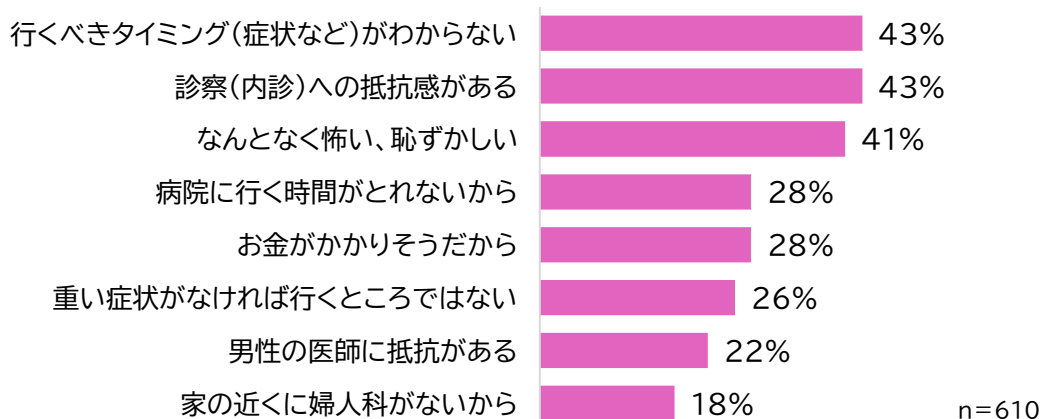


<何らかの対処をしていると答えた方>
Q. 具体的にどんな対処をしていますか？
(複数選択可)



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、『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(41%)』でした。

Q. 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) ※上位8項目



「生理や婦人科受診に関する実態調査」実施時期:2025年9月 対象:16～49歳女性3,000人 調査手法:WEB調査

こうした実態を踏まえ、生理や女性のカラダ、女性特有の疾患に関する“正しい知識”を身につけることが、自身の現在の健康状態を理解し、将来起こり得る病気のリスクを考えるきっかけになるとともに、必要に応じた婦人科受診などの適切な行動につながることを目的として本イベントを開催します。
より自分らしく健やかに過ごすための第一歩として、新しい自分に出会うきっかけとなれば幸いです。

<イベントコンテンツ>

◆ワタシのカラダ・クイズラリー

女性のカラダや女性特有の疾患について楽しく学べる全 8 問のクイズラリーです。

「知っているようで知らない」女性のカラダについて、クイズを解きながら自身の理解度をチェック！

女性はもちろん、パートナーやご家族、男性にもご参加いただける内容です。

全問正解を目指してトライしてみてください！

クイズを解いたら、以下の各パネルをみて、回答を探し出し、ミライの扉を開けよう！

◇ 数字で見る女性のカラダあれこれ

さまざまな「数字」から、ライフステージによって変化する女性のカラダにまつわる情報を知ることができるコーナーです。

◇ ワタシたちのカラダの教科書

生理の仕組みや女性ホルモンの働き、女性特有の疾患について解説しています。

「生理痛はなぜ起こるの？」「つらい生理痛の背景にはどんな原因が隠れているの？」など、毎月の生理をより深く理解するための知識を学ぶことができます。

◇ その悩み、婦人科で話そ。

「婦人科はどんなときに受診すればいいの？」「初めての婦人科受診で気をつけることは？」といった疑問にお答えし、婦人科をより身近に感じてもらうための情報をご紹介します。



◆ちょっと教えて、アナタのこと。

生理に関する悩みや日頃感じていることについてシールを貼っていただくことで、自分と同世代の傾向や、世代ごとの違いを知ることができます。

「自分だけだと思っていた悩み」が実は多くの人に共通していることに気づくきっかけを提供します。

★来場者にはプレゼントをご用意！

アンケート回答者には、抽選で計 400 名様に豪華プレゼントも！！

ご来場いただいた方に自宅でホッとできる入浴剤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も使える
コラーゲンフルフル泡石鹸(150ml 現品)を抽選で計 400 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！



★さらに！SNSキャンペーンも実施！

フォトスポットで撮った写真やイベントの感想を
SNS 投稿していただくとニシズミさん描き下
ろしのオリジナルステッカーをプレゼント！

〈イラストレーター紹介〉

ニシズミ ユカ

静岡県浜松市出身。東京在住。
2018 年よりフリーのイラストレーターとして活動中。
専門学校桑沢デザイン研究所 イラストレーションコース 講師。
ファッションデザイナーの経験を生かし、色数を絞ったメリハリのあるイラストや、ファッションを楽しむ人々を通して『日常の中に潜むトキメキ』を描く。



<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

生理による不調は、人それぞれ症状も感じ方も異なります。
そのため、「みんなも我慢しているから」と不調を抱え込んでしまう方も
少なくありません。

本イベントでは、女性のカラダや女性ホルモン、婦人科疾患について楽しく学びながら、自分のカラダを見つめ直す機会を提供しています。正しい知識を得ることは、自分の状態に気づく第一歩です。そして、その気づきが必要な相談や受診につながることもあります。
このイベントを通じて、自分のカラダに少し目を向ける時間を持てただけなら幸いです。



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

<開催概要>

【東京会場】

開催期間：2026年10月24日(土)・25日(日)

開催時間：10:00～19:00

会場：OMOTESANDO MUSEUM(東京都港区南青山 3-18-19 フェスタ表参道ビル新館1F)

【大阪会場】

開催期間：2026年10月31日(土)・11月1日(日)

開催時間：10:00～19:00

会場：なんば CITY ガレリアコート(大阪府大阪市中央区難波 5-1-60)

料金：入場無料

主催：持田製薬株式会社

後援：東京都、港区、大阪府、大阪市

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-lab2026/>

女性特有の健康課題解決を目指す啓発活動 『ワタシのカラダ Project』



本プロジェクトでは、さまざまな悩みを抱える女性が、正しい知識に触れ、自分自身のカラダと向き合うきっかけを提供します。健康に関する正しい情報をわかりやすく届けるとともに、不調を感じたときに「婦人科を受診する」という選択肢を、より自然に持てる社会の実現を目指してまいります。

<持田製薬について>

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、特色ある医薬品を提供してまいりました。特に長年、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>

◆ 疾患啓発推進室 情報発信サイト「Link」 <https://www.mochida.co.jp/link/>

【本件に関するお問い合わせ】

持田製薬株式会社 疾患啓発推進室

E-mail mochida_da_link@mochida.co.jp