

mederi

Love yourself. Love one another.

mederi

FACT BOOK

誰もが 愛でりあえる社会へ

mederi が目指すのは、
お互いの違いを認め合い、尊重し合える社会です。

そのためにも、みんなに、自分の体のことをきちんと知ってほしい。
そして大切に、愛でてほしい。

私たちは、安心、安全を追い求めながら、
心と体のバランスを整えるためのサービスを展開していきます。

mederi のプロダクトを通して、
すべての人がより健やかに、幸せに暮らせる未来を実現します。

Our vision

もくじ

01	世界と日本の性教育・法制度 Sexuality education / legal system	p.3
02	女性のライフスタイルの変化 Change in women's lifestyle	p.7
03	ピルについて About pills	p.12
04	オンライン診療の普及 The spread of telemedicine	p.18
	女性の健康と人生をサポートするブランド mederi	p.21

01

世界と日本の性教育・法制度

Sexuality education / legal system

01 世界と日本の性教育・法制度

Sexuality Education / legal system

性教育とは

性教育の目的は、人々が自身の性や人間関係に関して、最適な決断を下すために必要な情報と手法を身に付けることを手助けする機会と考えられています。

世界的にも、性教育はどの段階で開始されるべきなのか、どこまで深く踏み込んだ内容を扱うべきのかなど、様々な議論が行われています。



世界における性教育の方向性

1990年代後半から人権をめぐる運動が活発化し、1999年には世界性科学学会によって「性の権利宣言」が出され、性教育の方向性をまとめた文書が複数作成されました。世界の国々で性教育は性の生理学的な側面だけではなく、健康にかかわるすべての知識、広範囲な学びを目指していくことになりました。

● 諸外国における性教育の方向性をまとめた文書

参考文献 1.2 をもとに作成

文書	包括的性教育ガイドライン	国際セクシュアリティガイダンス	ヨーロッパにおけるセクシュアリティ教育スタンダード
出版年	1991年初版、2004年第3版	2009年初版、2018年改訂版	2010年
作成元	SIECUS アメリカ性情報・教育協議会	UNESCO	WHO欧州地域事務所 ドイツ連邦健康啓発センター

セクシュアリティが人間関係における社会的側面も含むという考えを広めた

5～18歳を4段階に分け、性教育での学習目標を示す

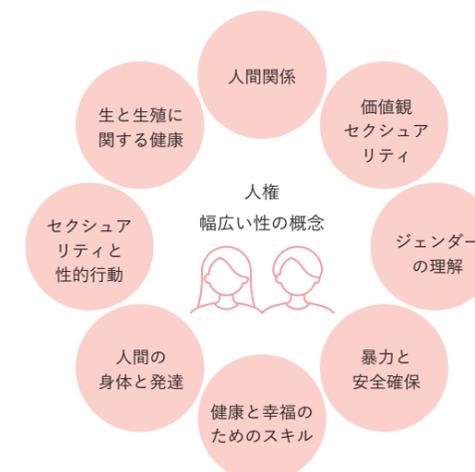
0～6歳までもが性教育の対象になっている

関心が高まる「包括的性教育」

包括的性教育 (CSE : Comprehensive Sexuality Education) とは、子どもや若者がセクシュアリティについて前向きに考え、受け入れ、実践することができるように応援する学習プログラムのことです。

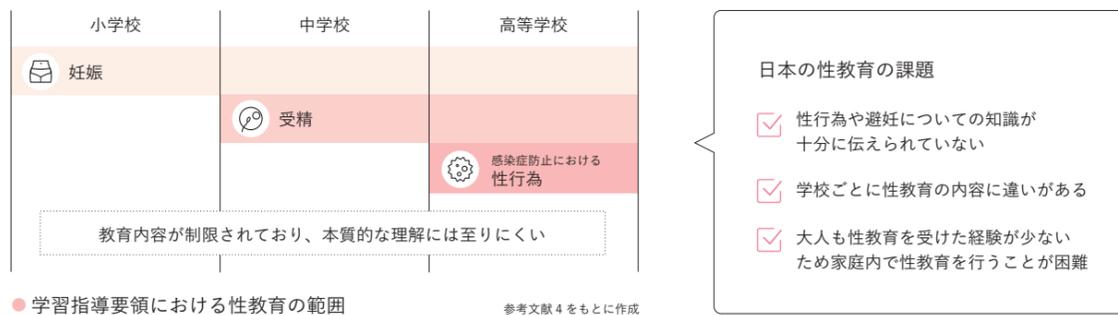
例えば、UNESCOの「国際セクシュアリティガイダンス」では8つのキーコンセプトに基づくトピックや学習の目標が立てられています(右図)³。

健康、幸福と尊厳を理解し、お互いを尊重できる社会的・性的な人間関係を築けるよう、性を生殖・性交のことだけでなく、人権教育を基盤に人間関係を含む幅広い内容を体系的に学ぶ教育であるといえます。



日本における性教育の現状

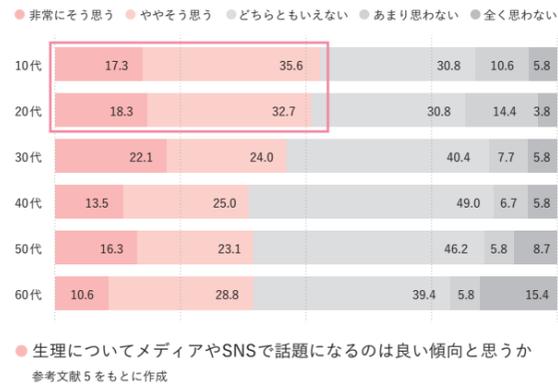
日本の学校教育における性に関する指導は、学習指導要領に基づき、児童生徒が性に関して正しく理解し、適切に行動を取れるようにすることを目的に実施されています。しかし、教育課程の中に組み込まれてはいるものの、生殖機能や性感染症をメインに取り上げており、妊娠の経過や避妊の選択肢、性感染症への対処法など詳細な情報は取り扱っていない場合もあり、性教育の内容はかなり限定的です。また、包括的性教育(p.4で説明)は導入されていません。そのため日本の性教育では「どうしたら妊娠するのか」、つまり性交について正しい知識を得ることができず、「なぜコンドームを使う必要があるのか」など、避妊について正確に理解することが難しいとされています。



日本における性教育の今後

学校教育で生理について学習する一方で、「生理中の人への適切な対応」や「生理に関する精神的・身体的な不調や負担」についてより知識を得たかったという声が見られました。学校教育にとどまらず、生理に対する理解を深める機会や新たに性教育を受けられる機会が求められています。

直近はメディアやSNSでも生理に関する発信が増えており、とくに10～20代の若年層は、上の年代に比べて生理を話題にすることをポジティブに捉えている傾向があります。



高校生を対象とした「生理/PMS」に関する特別授業を実施

mederi株式会社／愛知県立半田商業高等学校（2022年10月17日）

高校3年生の課題研究生徒15名（男女）へ向けて、産婦人科医の柴田綾子先生と mederi 代表 坂梨が「生理と長く上手に付き合う方法」をテーマに特別授業を実施。生理/PMSに関する正しい知識・具体的な対処法、自身の身体を知る大切さなど幅広い知識を紹介。多様な生理用品に触れる時間を設けるなど、身近に考えるきっかけを提供しました。

性をめぐる法制度

性教育が遅れている日本と他国（代表例）では法制度にも違いがあるのか比較してみます⁶。すると、性的同意年齢（性的行為に対して同意する能力があるとみなされる年齢）は日本が13歳なのに対して、他国は15,16歳と高いことがわかります。

ピルの認可は欧米に比べ約40年も遅れをとり、国連加盟国の中で最も遅い認可となりました。現在多くの諸外国では低用量ピルを薬局で購入でき、アフターピル（緊急避妊薬）も90カ国以上で薬局で購入できます。一方で日本では、病院・オンライン診療による医師による処方が必要です。加えて、多くの諸外国では妊娠初期の人工妊娠中絶では内服薬による中絶の方法がありますが、日本では子宮に器具を挿入して内容物を掻き出す「掻爬（そうは）法」での中絶が行われているなど、安全な中絶の保障制度の観点でも遅れをとっていることがわかります。

	日本	フィンランド	イギリス	フランス
性的同意年齢	13歳 （16歳に引き上げる 改正試案を示し、議論中）	16歳	16歳	15歳
避妊の合法化（ピルの認可）	1999年	1961年	1973年 避妊具を公費または無料提供	1967年
中絶の合法化	1948年 優生保護法から 1996年 母体保護法へ	1970年	1980年代の裁判以降 16歳未満でも 保護者の同意なしで可能	1975年 2001年以降、未成年でも 保護者の同意なしで可能
同性婚の合法化	未	2017年	2013年	2013年

● 性をめぐる法制度の比較

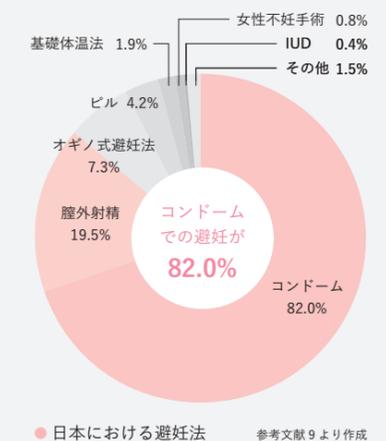
参考文献6,7をもとに作成

正しい避妊法について知っておくことが大切

予期しない妊娠や望まない妊娠は、女性の体や心に大きな負担を与えます。予想外の妊娠を防ぐには、正しい知識に基づく避妊が重要です。避妊法として日本で最も主流であるコンドームは、確実な避妊法とは言えず失敗しやすい方法です。コンドームの間違った使用方法により避妊率が落ちるので注意が必要です。

いっぽう、毎日正しく飲むことで99.7%^(※)以上の避妊効果が得られる低用量ピルや、医師が子宮内に装着することで高い避妊効果が得られるIUD（子宮内避妊具）など、女性が主体的に行える避妊法もあります。

※一般的なデータであり、効果を保証するものではありません（出典：参考文献8）



参考文献

- 1 浅井春夫『包括的性教育 人権、性の多様性、ジェンダー平等を柱に』（2020）
- 2 池谷壽夫『ヨーロッパにおけるセクシュアリティ教育スタンダード』—その背景と特徴』（2014）『季刊セクシュアリティ』65:92-101
- 3 Revised edition International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach (March 2020 / 10 JANUARY 2018)
- 4 林知念・永野真希・林奈穂子編著『児童養護施設から考える子どもの性と生』（2021）p39
- 5 大王製紙株式会社「生理に関する意識調査」（2020年）
- 6 橋本紀子・池谷壽夫・田代美江子編著『教科書に見る世界の性教育』かもがわ出版（2018）
- 7 厚生労働省「緊急避妊薬に関する海外実態調査」（2022）
- 8 Hatcher, RA et al. : Contraceptive Technology : Twentieth Revised Edition, New York : Ardent Media, 2011
- 9 北山邦夫「男女の生活と意識に関する調査」2002-2016, 2016年のデータ

02

女性のライフスタイルの変化

Change in women's lifestyle

02 女性のライフスタイルの変化

Change in women's lifestyle

女性の社会進出と健康管理サポート

日本では、女性人口に占める女性就業者の割合(51.8%)は諸外国と大差ないものの、管理的職業従事者に占める女性の割合(13.3%)や上場企業の女性役員の割合(10.7%)は著しく低い状況です¹。

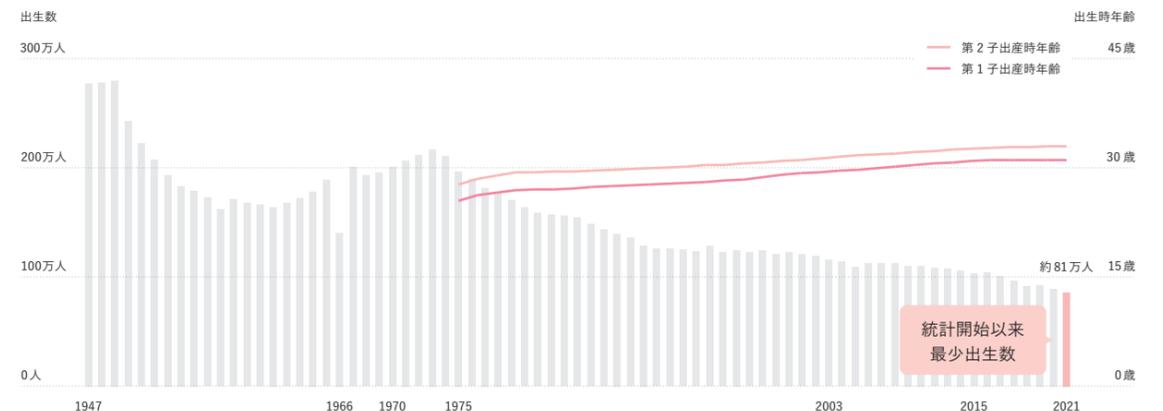
経済産業省の調査²によると、女性特有の健康課題などにより「職場で何かをあきらめなくてはならないと感じた経験がある」と回答した女性従業員は約4割に上ります。

少子高齢化により人材不足が深刻化する中、女性特有の健康課題によってキャリアを諦めることは、女性自身だけでなく企業にとっても大きな損失です。女性の社会進出やライフスタイルの変化とともに、女性の健康管理について国や企業としても様々なサポートが求められています。

出生数の減少と初産の遅延

2021年の出生数は、前年より2万9213人減少し81万1622人となっており、統計開始以来最少となっています³。

また母の出産時平均年齢は上昇傾向にあり、初産年齢が年々上昇しています。2003年には第2子が30.7歳でしたが、2015年には第1子が30.7歳と12年間で1人分の差が生じています⁴。



● 出生数・母の出生時年齢の年次推移

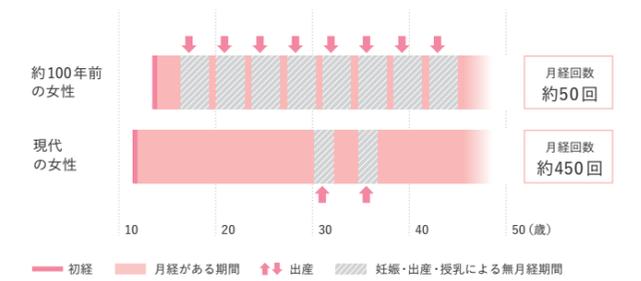
参考文献 3.4 を元に作成

生涯生理回数が増加

母の出産時年齢の上昇、晩婚化、初経が早いなどの理由により、生涯生理回数(一生の生理の回数)が増加しているというデータがあります。

昔の女性の生涯生理回数は50回~100回に対し、現代女性は450回と昔の約8~9倍にもなります⁵。

生理回数が増え、卵巣や体に負担がかかりやすい現代女性だからこそ、生理ケアを意識する必要があります。



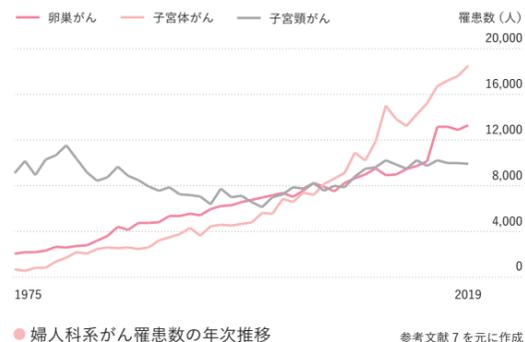
● 昔と現代の女性の生涯生理回数の比較

参考文献 5 から算出

近年増えている婦人科系疾患

出産数の減少や初産年齢の上昇により生理回数が増加したことで、子宮内膜症・子宮筋腫・卵巣がん・子宮体がんの4つの疾患の患者数が増加しています。

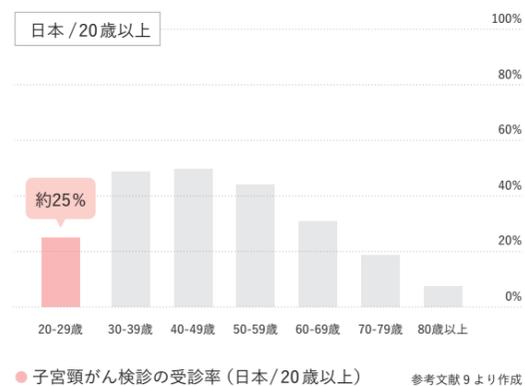
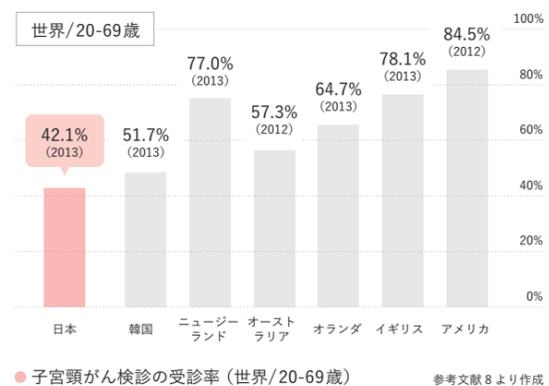
1984年～2017年の約30年間で、子宮内膜症は3.4万人増加、子宮筋腫は2万人増加しています⁶。また、1975年から2015年にかけて、卵巣がんは約2倍、子宮体がんは約5倍に増加しています⁷。卵巣がん・子宮体がんの予防には、低用量ピルが有用だといわれています(詳しくは p.16)。



婦人科検診受診率

日本の子宮頸がん検診の受診率は、OECD(経済協力開発機構)加盟国30カ国の中で最低レベルに位置しています⁸。

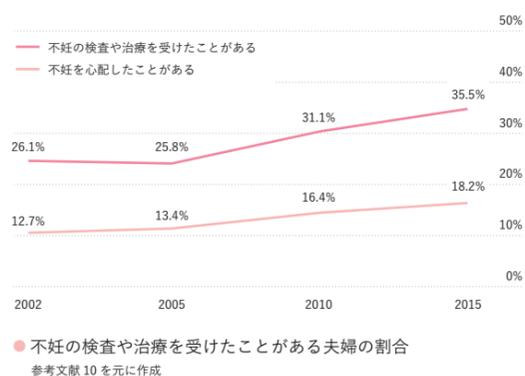
日本では、2004年から子宮頸がん検診は20歳以上が対象となりました。理由としては、若年層でのがんや前がん状態が増加傾向にあることと、若い人こそ妊孕性(にんようせい)温存のために、できるだけ早くがんを見つける必要があるからです。しかし、20代の受診率は約25%と低い状況です⁹。



不妊治療の増加

日本では、実際に不妊の検査や治療を受けたことがある(または現在受けている)夫婦は18.2%で、これは夫婦全体の約5.5組に1組の割合になります¹⁰。

近年の晩婚・晩産化で、第1子出産時年齢が上がり、女性の年齢が上がると卵子も老化し、不妊症の増加につながっていると考えられます。また婦人科疾患や性感染症を治療せず、長期間放置してしまうことも不妊につながると言われており、定期的な婦人科検診の受診が重要です。



性感染症

性感染症(STD)とは、セックスをはじめとする性行為などによって感染する病気です。性交渉の経験がある方は誰でもかかる可能性があります。ほとんどは無症状で経過しますが、症状の有無にかかわらず感染のリスクがある行為があった際には検査を行う必要があります。性感染症はパートナーに感染させてしまうだけでなく、放置して悪化してしまうと不妊症の原因につながることもあり、早期発見・早期治療が大切です。性感染症(クラミジア、淋菌、梅毒、ヘルペスなど)は免疫ができない病気が多く、1度治療しても再感染しますので、コンドームの着用と定期的な検査が必要です。

mederiでは自宅で簡単に性病検査が受けられる mederi STD Check kit を販売しております。(詳しくは p.22)

- 主な症状**
- おりものの量が増えた
 - 悪臭が強いおりもの
 - 外陰部のかゆみ、腫れ
 - セックスの時痛みや出血がある
 - 不正出血がある
 - 膀胱炎症状(頻尿・排尿痛) など

近年増加傾向の梅毒

近年、性感染症の一つである「梅毒」が全国的に増えています。

国立感染症研究所感染症疫学センターが2021年12月に公表した内容によると、2021年医師の届け出があった症例数は前年の約1.4倍だったと報告されています。2022年には10月下旬の時点で10,000例を超える報告があり、注意が必要です¹¹。

妊婦が梅毒に感染していると流産や死産、新生児死亡、奇形などの問題が起こることがあります。梅毒は血液検査でわかり、薬での完治が可能な感染症です。リスクのある性行為があったときは、婦人科・泌尿器科・内科などにご相談ください。



婦人科系疾患の発生に関わる HPV

ヒトパピローマウイルス(HPV)は、性的接触のある人であれば50~80%以上が生涯で一度は感染するとされている一般的なウイルスで、感染から数年~数十年、症状が出ません。子宮頸がんを始め、肛門がん、膣がん、中咽頭がんなどのがんや尖圭コンジローマ等多くの病気の発生に関わっています。特に、近年若い女性の子宮頸がん罹患が増えています。

HPVワクチンの接種によって子宮頸がんをおこしやすいタイプである HPV16型と18型の感染を防ぐことができ、子宮頸がんの原因の50~70%を防ぎます。すでに性交渉の経験がある方でも一定の効果があるとされています¹²。

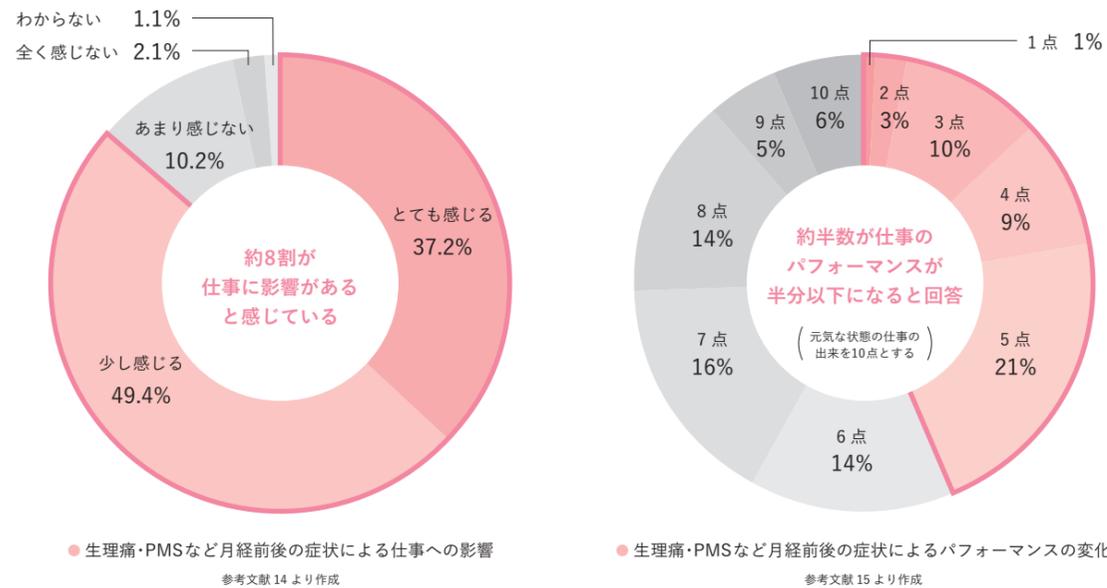
日本における女性の健康に関する国のサポート制度

- がん検診**
子宮頸がん検診(20歳以上)、乳がん・大腸がん・肺がん検診(40歳以上)、胃がん検診(50歳以上)の費用助成
- ピル保険適用**
月経困難症、子宮内膜症の治療のために処方する場合には保険適用内で低用量ピルの処方が可能です。
- 不妊治療**
タイミング法や体外受精などの基本的な治療の保険適用が開始されました。(※年齢、治療回数などの要件あり)

働く女性が抱える課題

女性の社会進出が進む中、PMS（月経前症候群）を含む婦人科系疾患を抱えながら働く女性において、年間の医療費支出は1兆4,200億円、生産性損失は4兆9,500億円と計算されており、少なくとも6兆3,700億円の経済損失があるといわれています¹³。

生理トラブルによって、約8割の女性が仕事に影響があると感じています¹⁴。さらに、約半数の女性が仕事のパフォーマンスが半分以下になる¹⁵と回答しており、生理が働く女性に与える影響はかなり大きいことがわかります。



03

ピルについて

About pills

福利厚生プランの導入

女性従業員の月経関連の症状に対して対応方法に悩む管理職も多く、医師やカウンセラーなど専門家のサポートを求める声も増えています。

mederiでは、女性従業員の健康課題をサポートする福利厚生プラン mederi for bizを展開中。IT企業をメインに、女性が活躍する企業様に導入していただいています。

▶ 詳しくは p.24

医師や専門家への相談窓口	53.0%
総務部・人事部のアドバイスサポート	33.0%
休暇制度や柔軟な勤務形態	30.0%
業務分担・人員配置しやすい環境	30.0%
女性の健康課題に関する管理職研修	20.0%

● 女性の健康課題への対応で職場で必要と感じたもの
参考文献 16 より作成 (上位5件)

参考文献

- 国土交通白書 2021
- 経済産業省「働く女性の健康推進」に関する実態調査 2018
- 厚生労働省「令和3年人口動態統計月報年計」
- 厚生労働省「令和3年度「出生に関する統計」の概況」
- Short RV: Proc R Soc Lond B Biol Sci. 1976; 195(1118): 3-24.
- 厚生労働省「平成29年 患者調査 傷病別年次推移表」
- 国立がん研究センターがん情報サービス「地域がん登録罹患データ(1975年～2015年)」
「全国がん罹患データ(2016年～2019年)」
- OECD, OECD Health at a Glance 2015, Nov 2015
- 厚生労働省「平成28年 国民生活基礎調査の概況」
- 国立社会保障・人口問題研究所「社会保障・人口問題基本調査」(2002) (2005) (2010) (2015)
- 厚生労働省「梅毒の発生について報告」2010～2011年
- 日本産婦人科学会『子宮頸がんとHPVワクチンに関する最新の知識と正しい理解のために』
- 日本医療政策機構「働く女性の健康増進調査」(2016)
- 生理痛やPMSの仕事への影響とピル服用に関するアンケート (2020実施)
- 日本医療政策機構「働く女性の健康増進に関する調査 2018」
- 「ホルモンの健康増進プロジェクト」によるインターネット調査

03 ピルについて

About pills

なぜ日本ではピルが普及しないのか

日本では1999年にピルが承認されました。これは国連加盟国で最も遅く、アメリカから約40年遅れた承認でした。この時から既にピル後進国だったといえます。

ピルが普及しない理由の一つとして、副作用への心配が挙げられます。また「副作用が強く怖いもの」「ピルは遊んでいる人が飲む」などの偏見や誤解もあります。

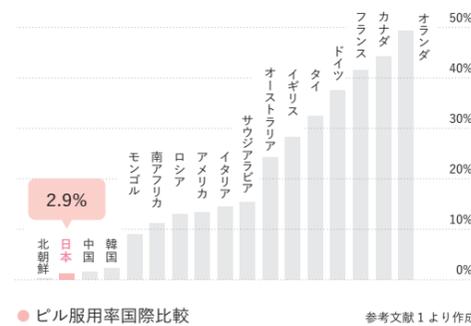
また、日本では産婦人科を受診しなければピルを入手できず、気軽に利用できないことも服用のハードルになっていると考えられます。



ピルの服用率

日本のピルの服用率は2.9%で、世界から見て圧倒的に低いことがわかります。発展途上国であるサウジアラビア、南アフリカなども日本の服用率を大きく上回っています¹。

直近は、生理に関する話題がメディアやSNSでも取り上げられやすくなったことや、オンライン診療でのピルの処方サービスが増えており、服用率もかなり上がっているのではと考えられています。



● ピル服用率国際比較 参考文献1より作成

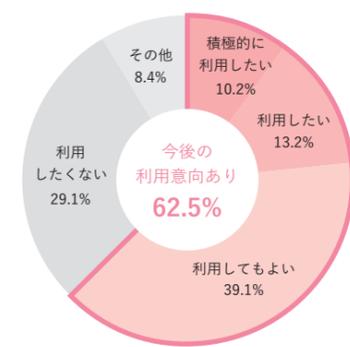
低用量ピルの利用意向

mederi が実施した独自アンケート²によると、18-39歳の女性のうち、現在低用量ピルを服用している方は10.3%という結果となりました。服用率はかなり上がっているものの、他国と比べると未だ低い状況です。年代別に見ると20代の利用者が最も多く、ピルの服用が広がっていることがわかります。10代はピルの認知は最も高いが利用者は少なく、金銭的な観点や親の同意確認などが服用のハードルになっている可能性があります。

一方で、今後の利用意向は62.5%と高く、今後、ピルの利用拡大が期待できる結果となりました。特に10代は75.4%、20代前半は68.7%と高い利用意向があり、若い世代はピルの有用性を理解していると考えられます。



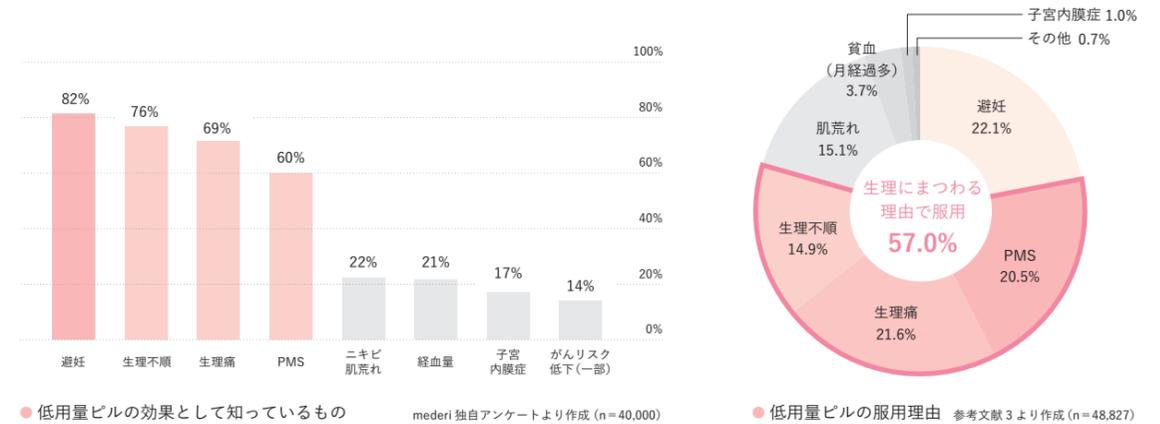
● ピル服用経験の有無 mederi 独自アンケートより作成 (n=40,000)



● ピルの利用意向 mederi 独自アンケートより作成

低用量ピルの服用目的

一般的に低用量ピルの効果として最も知られているのが「避妊」ですが²、実際は、生理痛やPMSなど生理にまつわる理由により服用するケースが半数以上を占めています³。生理トラブルや生理日コントロールなど生理にまつわる症状に悩む女性が多いことがわかります。低用量ピルが避妊だけでなく、生理痛・PMS緩和などの効果を持っていることの認知が広まることで、ピルの利用率向上にもつながるのではと考えられます。



● 低用量ピルの効果として知っているもの mederi 独自アンケートより作成 (n=40,000) ● 低用量ピルの服用理由 参考文献3より作成 (n=48,827)

低用量ピルの主な効果

正しく服用すれば、低用量ピルの避妊効果は99%以上^(※)と言われており、コンドームやアフターピルよりも高い効果が期待できます。

効果は避妊だけでなく、重い月経痛や月経不順、PMS(月経前症候群)やホルモンの変化による肌荒れの改善も期待できます。また、月経周期を調整できるというメリットもあるため、大事な予定や旅行のスケジュールと月経のタイミングをずらすことも可能です。

また、子宮内膜症改善、卵巣がん・子宮体がんの予防にも有用だといわれています(詳しくはp.16)。

※一般的なデータであり、効果を保証するものではありません。(出典:参考文献4)



低用量ピルの種類

世代	第一世代	第二世代	第三世代	第四世代
黄体ホルモンの種類	ノルエチステロン	レボノルゲストレル	デソゲストレル	ドロスピレノン
特徴	月経量の減少、生理痛緩和効果に優れている	不正出血が起こりにくく安定した周期を作りやすい	男性ホルモンを抑えられるためニキビ治療や多毛症の改善が期待できる	月経困難症や子宮内膜症の治療目的で保険適用される
ピルの名称	シンフェーズ	トリキュラー、ラベルフィーユ、アンジュ	マーベロン、ファボワール	ヤーズ、ヤーズフレックス

● 低用量ピルの種類

低用量ピル服用のハードル

mederi が実施した独自アンケート²によると、ピルを利用しない理由は、「お金がかかる」という回答が最も多い結果となりました。日本では1シート約3,000円、1年間でおおよそ3万6,000円(自費診療の場合)の支出となり、若い女性にとっては決して安い金額ではありません。

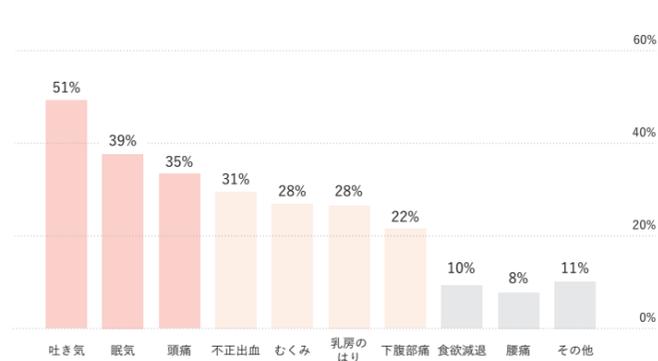
次に「病院に行くことが面倒だから」という意見が多くみられました。日本では、ピルの処方には医師との診療が必須です。「ピルの服用目的で婦人科に行きづらい」「ピルの処方だけに待つ時間がもったいない」などの意見が多くあります。

お金がかかる	71.0%
病院に行くのが面倒	58.0%
ピルの副作用が怖い	38.0%
周りに飲んでいる人がいない	20.0%
ピルについて相談できる人がいない	18.0%
服用方法を守る自信がない	12.0%
ピルは避妊のためのものでイメージが良くない	10.0%

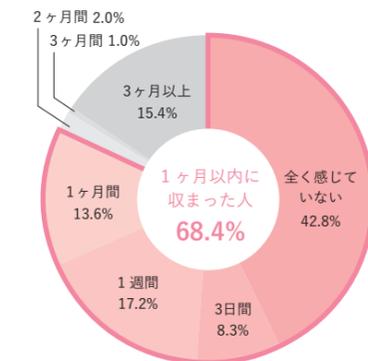
● ピルを服用しない理由
mederi 独自アンケートより作成 (上位7件)

低用量ピルの副作用

低用量ピルは、服用することで体内のホルモンバランスが変わるため、吐き気、食欲減退、乳房の張り、不正出血、頭痛、下腹部痛、腰痛、眠気、むくみなどのマイナートラブル(副作用)が起こる可能性があります。多くの場合は飲み始め、2~3ヶ月目以降は落ち着いていくといわれています。それ以降も落ち着かない場合は体にあっていない可能性があり、ピルの変更や中止を相談します。ピルにも複数の種類があるので自分に合うピルを見つけることが重要です。



● 低用量ピルの副作用として感じたもの
参考文献5より作成 (n=321)



● 副作用はいつまで続いたか
参考文献5より作成 (n=551)

間違った認識 01 | ピルを飲むと太る？

ピルの服用で太るという噂がありますが、ピルと体重増加との因果関係は立証されていません⁶。飲み始めの副作用であるむくみによる一時的な体重増加や、体調が改善して食欲が増進することが低用量ピルを飲むと太ると噂される原因です。



間違った認識 02 | ピルを飲むと将来、不妊になる？

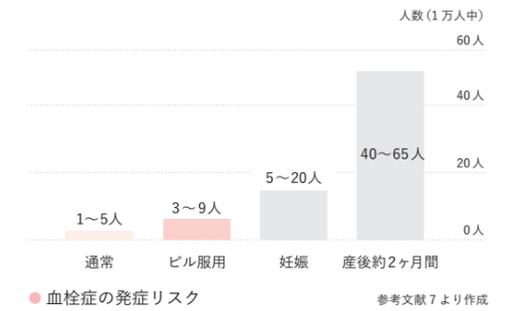
ピルの服用中は避妊効果があるので、妊娠はしませんが、服用停止後3ヶ月程度で元の状態に戻ります。将来的な不妊に関係することはありません。むしろ、ピルにより排卵を抑えることで卵巣の傷つく回数を減らすことができ^(*)、子宮内膜症の予防や治療、不妊のリスクの軽減にもつながります。

※卵子の数が減らないというわけではありません

低用量ピルの服用リスク

低用量ピルの服用リスクとして、「血栓症」が挙げられます。血栓症とは血管の中に血の塊(血栓)が出来ることにより、血管が詰まってしまう病気です。

ピルの服用により血栓症の発症リスクはわずかに高くなるものの、発症率は極めて高いわけではありません⁷。ちなみに、ピルの服用よりも、妊娠・出産時の方が血栓症のリスクが高いことが分かっています。



● 血栓症の発症リスク
参考文献7より作成

低用量ピルとがんの関係

低用量ピルの服用により、子宮内膜症の改善、卵巣がん・子宮体がん・大腸がんのリスク低下の効果があるとされています⁷。ピルの服用により排卵を抑えることで卵巣の傷つく回数を減らすことができるため^(*)、ピルの服用年数が長いほど病気のリスクが減少するといわれています。子宮内膜症の予防や治療、不妊のリスクの軽減にもつながります。

※卵子の数が減らないというわけではありません

一方で、子宮頸がん・乳がんの発症率がわずかに高くなるという報告があります⁸。どちらも発症率は高くなるものの、差はごくわずかです。定期検診によって早期発見が可能ですので、1年に1回、検診を受けることを推奨します。

リスクが低下する症状	● 子宮内膜症 ● 卵巣がん ● 子宮体がん ● 大腸がん	リスクが高まる症状	● 子宮頸がん ● 乳がん
------------	----------------------------------	-----------	------------------

ピルの種類

ピルは経口避妊薬とも呼ばれ「卵胞ホルモン(エストロゲン)」と「黄体ホルモン(プロゲステロン)」の2つの女性ホルモンが主成分となって、避妊をサポートする薬のことを指します。このうち、卵胞ホルモン含有量の違いによって以下の5種類に分類され、そのときの服用者の状況によってピルの種類を使い分ける必要があります。

ピルは卵胞ホルモンの含有量が多くなればなるほど副作用のリスクが高くなる傾向にあります。

	超低用量ピル	低用量ピル	中用量ピル	アフターピル
卵胞ホルモン含有量	30 μ g未満	50 μ g未満	50 μ g以上	—
期待できる効果	月経困難症 子宮内膜症の治療	避妊 副作用あり	月経移動 不正出血・無月経の治療 月経困難症の改善	緊急避妊 服用までの時間が 短いほど避妊率は高い

アフターピルの販売状況

日本ではアフターピルは病院・オンラインで医師によって処方される必要がありますが、薬局での購入が可能な国もあります。アフターピル(緊急避妊薬)に関しては、日本でも処方箋なしで購入ができるよう検討することが政府の男女共同参画基本計画に盛り込まれたほか、薬局での販売を求める声を受け、厚生労働省は有識者による議論を始めています。

	日本	アメリカ	イギリス	インド
処方箋	必要	不要 (ウリプリスタルの場合必要)	不要	不要
入手方法	医師による処方のみ	薬局・小売店	薬局(16歳以上) クリニック	病院・クリニック・薬局 公的機関など
ネット販売	特例的に可	可	可	国としてオンライン薬局 の規制が未整備
特徴	公的保険適応外であり 100%自己負担	OTC化されており 棚に在庫が陳列されている	薬局用医薬品として販売 薬剤師の立ち会い・ 指導の下で購入可能	薬剤師以外の 医療従事者も販売が可能

● アフターピルの販売状況(国別)

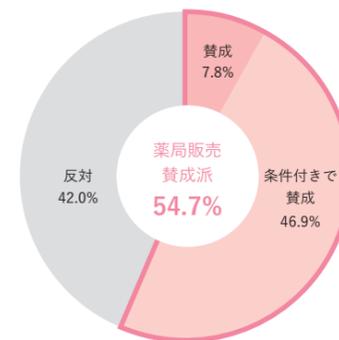
参考文献9より作成

議論が続く「アフターピルの薬局販売」

アフターピル(緊急避妊薬)の市販薬としての販売(処方箋なしでの薬局販売)を求める声を受け、厚生労働省は2022年6月から有識者による議論を開始しました。

日本産婦人科医会の産婦人科医に対する調査¹⁰によると、アフターピルの薬局販売賛成派の医師は54.7%でした。薬局での販売開始には、以下の懸念点の解消や性教育の拡充を行い、正しい知識を得ることが重要だと考えられます。

- | |
|---|
| <p>薬局販売のメリット</p> <ul style="list-style-type: none"> ● アフターピルを手軽に入手できる/値段が下がる可能性 ● 受診の時間や地理的距離のハードルが無くなる など |
| <p>薬局販売の懸念点</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 薬の転売 ● 性感染症のリスクの拡大 ● 薬局での準備と薬剤師の服薬指導力が必要 など |



● 処方箋なしでの薬局販売 参考文献10より作成

参考文献

- 1 避妊法 2019 (Contraceptive Use by Method 2019)
- 2 mederi が 2022 年 5 月に実施した独自アンケート (全国の 18-39 歳の女性 (高校生を除く))
- 3 mederi 事前問診のデータ (期間 2022 年 1 月 12 日 ~11 月 28 日)
- 4 Hatcher, RA et al.: Contraceptive Technology: Twentieth Revised Edition, New York: Ardent Media, 2011
- 5 mederi ユーザー SA アンケート (期間 2022 年 1 月 12 日 ~11 月 28 日)
- 6 Mayeda ER, Torgal AH, Westhoff CL. Weight and body composition changes during oral contraceptive use in obese and normal weight women. J Womens Health (Larchmt). 2014 Jan;23(1):38-43. doi: 10.1089/jwh.2012.4241. Epub 2013 Oct 24. PMID: 24156617; PMCID: PMC3880912.
- 7 産婦人科 診療ガイドライン 一婦人科外来編 2020
- 8 OC/LEP ガイドライン 2020
- 9 厚生労働省医薬・生活衛生局医薬品審査管理課「医療用から要指導・一般用への転用に関する評価検討会議」開催要綱
- 10 日本産婦人科医会「薬局で処方箋なしに販売することについて医師を対象に行ったアンケート

04

オンライン診療の普及

The spread of telemedicine

04 オンライン診療の普及

The spread of telemedicine

オンライン診療とは

コロナウイルス蔓延による特別措置として広まった“オンライン診療”。スマートフォン、PC、タブレット端末を通じ、医師による診療を受診することができます。

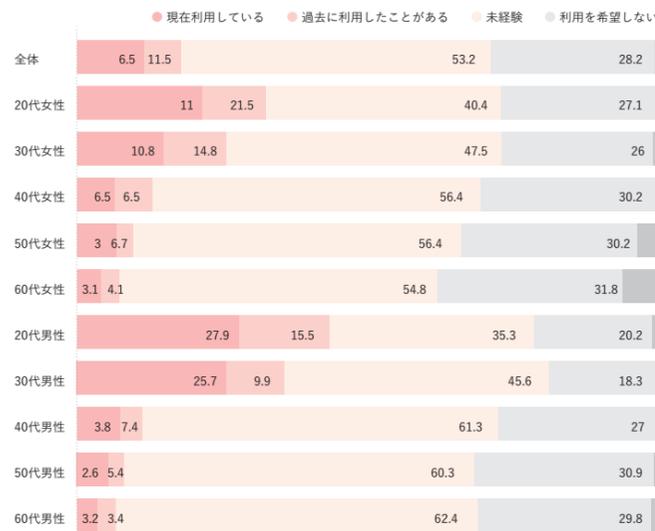
産婦人科によるピル処方、新型コロナウイルスでの対症療法薬、また禁煙治療など幅広い分野で注目を集めています。対面診療と組み合わせて賢く利用していくことで、忙しい世代の味方になると考えられています。



オンライン診療の普及率

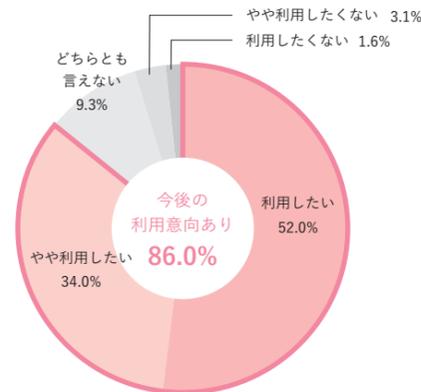
2022年時点での調査ではオンライン診療の認知度は84.1%と年代問わずかなり多くの認知を得られていますが、実際に利用経験のある方は18.0%と低く、まだ普及しきれていない状況です¹⁾。しかし、利用してみたいと思う方は53.2%と半数以上がオンライン診療に興味をもっており、特に年齢が若いほどオンライン診療の経験や関心が高いという結果になっています。

利用経験者のうち86.0%が今後の利用意向を示しており、初回の利用ハードルが高いものの、利用後は利便性や感染症のリスク軽減をメリットに感じられる方が多いことがわかっています。



● オンライン診療の利用経験

参考文献1より作成



● オンライン診療の利用意向

参考文献1より作成

実際のオンライン診療の声

待ち時間がなく、説明も端的で分かりやすく、時間通りにすぐ終わる点もとても便利です。
- 22歳

非対面なので、いままで相談しづらかった悩みも抵抗なく医師に質問できました。病院に行く手間が省けて嬉しいです。
- 34歳

先生が笑顔で対応してくださり安心しました。看護師さん等も居らず、先生と1対1で話せて良かったです。
- 22歳

mederi Pili ユーザーアンケートより引用

オンライン診療に関するガイドライン

オンライン診療に関して厚生労働省によりガイドラインがいくつか定められています。医療の質のさらなる向上に結び付けていくことを目的とし、医療を必要とする患者に対して、医療に対するアクセシビリティ(アクセスの容易性)を確保し、よりよい医療を得られる機会を増やすことを基本理念としています。

また、オンライン診療においては、患者が医師に対して、心身の状態に関する情報を伝えることが重要になるため、医師と患者が相互に信頼関係を構築した上で行われるべきであると考えられています。医師側の都合で行うものではなく、患者側からの求めがあってはじめて成立するものとなります。



● オンライン診療の基本的流れ

オンライン診療との付き合い方

ガイドラインにもあるように、オンライン診療はよりよい医療を得られる機会を増やすために利用されるものです。そのため、オンライン診療のメリット・デメリットを正しくとらえ、対面診療と組み合わせて賢く利用していく必要があります。

- オンライン診療のメリット**
 - 待ち時間・通院時間の短縮
 - 感染症などのリスクが減る
 - 医師により気軽に相談できる など
- オンライン診療のデメリット**
 - 薬の転売 ● 保険適用されない場合がある
 - 直接的な検査・治療を行えない ● 診療・診断が不十分なリスク
 - 実施している医療機関が少ない など

感染症などのリスクが減る	45.4%
待ち時間の短縮	44.2%
通院時間の短縮	40.8%
都合のつく時間に診療が受けられる	35.2%
交通費の節約	30.8%
通院が楽になった	29.0%
遠方の病院の診療が受けられる	28.3%

● オンライン診療を利用して良かったこと
参考文献1より作成(n=321)(上位8件)

オンライン診療を適切に使用すれば、受診の時間や手間を解消でき、新型コロナの感染リスクも減らすことができます。一方で検査ができないために、不十分な診療による誤診のリスクや、自分に合った治療や薬なのかを確かめる方法が少ないなどのリスクもあります。厚生労働省の指針では、命にかかわるような病状や一刻を争うような重症な状態では、直接の対面診療が勧められていますので、ご自身の状態に合わせてオンライン診療と対面診療を上手く使い分けるのが理想的です。月経痛が重い方は子宮筋腫や子宮内腺症が隠れていることがあるので、一度は産婦人科での内診(エコー検査)も受けてください。また子宮頸がん検診は2年に1回、忘れずに受けてください。
from 監修医師 柴田 綾子医師

参考文献

Our services

女性の健康と人生をサポートするブランド mederi

女性の健康と人生をサポートするブランド mederi

Our services

VISION

より女性が生きやすく暮らしやすく、働きやすい社会にむけて。
すべての女性が自分の体のことをきちんと知り、大切に、愛でられるように。
mederi では女性のライフステージに合わせたプロダクトをお届けしております。



PRODUCT



mederi Pill

mederi Pill (メデリピル) は、いつでもスマホから簡単に受診できる、「誠実」と「続けやすい」を大事にしたオンラインビル診療サービス。スマホで簡単予約～診療まででき、産婦人科医による丁寧なオンライン診療でユーザーの悩みや体調に合ったピルを提案し、最短翌日にお届けします。



mederi STD Check kit

mederi STD Check kit (メデリ エスティディーチェックキット) は、自宅で簡単にチェックできる、性感染症検査キットです。自宅で採取した検体を郵送するだけで、最短7営業日でWEBで結果を確認できます。診療後は産婦人科とのオンライン診療で抗菌剤の処方も可能です。



mederi Baby

mederi Baby (メデリベイベー) は、妊娠・出産準備を迎えるお客様の気持ちやニーズを第一に、専門家と共に「自宅のできる」視点で商品を開発しています。知らないことや不安な気持ちでいっぱいな妊娠・出産準備をより楽しく前向きな時間にするため、品質最優先の商品でサポートいたします。

mederi

- メデリピル -



メデリピル4つのポイント



産婦人科医が診療

診療を担当するのは全て現役の産婦人科医。生理や婦人科の病気について専門知識をもつ専門医が寄り添います。



何度でも診療代無料

服用中の不安や相談など、いつでも気軽にご相談いただけるように、診療代は回数問わず無料です。



初月ピル代無料

負担なく利用いただけるように、初月ピル代無料です。[※] 2ヶ月目以降は定期便配送でピル切れの心配がありません。



予約から診療までLINEで簡単

診療予約、服薬管理、お届け日/プラン変更等、LINE1つで行うことができます。

[※] 低用量ピルのみ対象です [※] 送料は別途550円(税込)がかかります [※] 3シート目お受け取りまで解約は不可となります



[※]1: 調査概要: オンラインピル処方サービスを提供している10社を対象としたサイトイメージ調査/調査対象: 10代~30代の女性 111,068名, 20代~50代の女性 122,670名, 20代~50代の女性 122,865名 (左から順に表記) /調査期間: 2023年8月7日 [※]2: 調査概要: 2022年8月期_ブランドのイメージ調査/調査期間: 2022年5月9日~8月17日/調査対象: 全国 20代~50代の男女産婦人科医 111人

法人プラン mederi for biz

法人向けプラン「mederi for biz」は、女性の健康課題をトータルサポートさせていただき、福利厚生サービスです。お申し込みから最短1週間で簡単に導入可能。導入内容は、以下の3つのサポートメニューからご希望によってカスタマイズが可能です。



support 1

オンライン診療

現役産婦人科医による丁寧な診療を、ご都合の良い日時にオンラインで受診いただけます。



support 2

ピル処方

一人ひとりの悩み・体質に合わせたピルを処方。診療後、最短当日発送でご自宅のポストにお届けします。



support 3

ウェルネスセミナー

産婦人科医監修のもと、月経困難症やPMSなどの正しい知識を学ぶことができる場をご提供いたします。

お申し込みから、最短1週間で導入可能!



導入企業のお声

安心・丁寧なサポート体制を評価いただき、女性活躍推進・ダイバーシティ推進目的で多くの企業に選ばれています。



GMOインターネットグループ株式会社
グループ執行役員 グループ広報・ファシリティ担当
グループコミュニケーション部長 福井 敦子



株式会社パン・パシフィック・
インターナショナルホールディングス
総務本部 総務部 総務企画課
ダイバーシティ・マネジメント委員会 渡辺 みゆ紀

男女関係なく1人ひとりが 女性の健康問題に向き合うきっかけに

女性の身体のサイクルには個人差もあり、周囲に相談しにくいなど精神的・身体的な負担が見えにくい形で顕在化しています。プライベートと経済負担に配慮することで、安心して専門医に相談しながらココロと身体のコンディションを整えられる選択肢が増えたことを大変嬉しく思っています。

月経による負担を軽減することで 女性社員の本来の力を発揮

月経トラブルが軽減することで、エンゲージメントや生産性の向上、また労働損失の低減を期待して導入を決めました。男性従業員のパートナーも対象としているので、これを機に男性従業員の、月経や女性特有の不調等への理解が深まることも期待しています。



MESSAGE

mederi 株式会社は、私の長年の不妊治療経験がきっかけではじまりました。
1人でも多くの女性に、早くからご自身の体に興味を持っていただき、
納得できる人生を歩むためのサポートをしたいと、
プロダクト及びサービス提供をさせていただいております。

生理にまつわる不調、妊娠をするための不妊治療、更年期症状など、
女性として自分が全て体感してきたからこそ築けるサービスがあると信じています。

女性の生き方が変わっても、女性の身体は変わっていません。
だからこそ、mederi は女性の人生に点ではなく線で寄り添い、
多くの女性が納得できる人生を歩むためのサポートをするブランドでありたいです。

忙しい女性でも自分と向き合う時間を楽しめる社会をつくるため、
誠実なプロダクト・サービスを提供する。それが私、そして mederi 社のミッションです。
これからも、お一人おひとりに誠実に向き合っていくことを第一に、日々努力をしております。



mederi 株式会社 代表取締役
坂梨 亜里咲

mederi FACT BOOK

初 版	2023年1月16日発行
第 2 版	2024年6月24日発行
第 3 版	2025年2月12日発行
発 行 元	mederi株式会社
監修医師	柴田 綾子 産婦人科医

会 社 概 要	
会 社 名	mederi株式会社
代 表 者	代表取締役 坂梨 亜里咲
所 在 地	東京都渋谷区渋谷2-24-12 渋谷スクランブルスクエア24F/25F
設 立 日	2019年8月1日
ウェブサイト	https://mederi.jp/company/

お問い合わせは
こちらから

