

## 女性の月経及び月経周期に関する意識調査

○長谷真理\* 富田守\*\*

\*お茶の水女子大院 \*\*お茶の水女子大

【目的】 女性には、個々の月経周期が存在し、またそのリズムが生体に与える影響にも個人差がある。高温期・低温期では、女性は温度感覚あるいは身体作業能力も変わってくるという。またそれらに対し、何らかの悩みを持つ女性は少なくはないと思われる。そこで、心身への月経による影響を、生活レベルにおいて現代女性はどのように捉えているかという実態を観察し、問題点あるいは改善策を見いだすことを目的として、本調査をおこなった。

【方法】 東京都内の大学に在籍する女子大生268名（18-22歳）に対し1998年7月アンケート調査を実施した。調査用紙は、3カ所の女子大学に配布し回答率は100%であった。質問内容は、被験者の生活状態及び月経全般に関するものでA4サイズ3枚にわたるものであった。

【結果】 今回のアンケート調査では、自分の月経の程度及び周期に対して、かなり正確に把握しているという傾向が認められた。また、月経中あるいは月経前に身体に起こる変調に対する不満をあげている女性が大半を占めた。さらに、月経中に心身への大きな不調のため、日常生活をこなすことが容易でないと訴える女性もいた。初潮年齢、居住状態と月経全般における関係は観察されなかった。また、今回調査を実施した3校の間には、月経及び月経周期に関し、特に顕著な差は認められなかった。