

思い合うVR

Perionoid

教育機関および自治体に対する
生理痛VR体験デバイスを用いた研修事業の効果検証

令和6年度 フェムテック等サポートサービス実証事業費補助金
最終報告会資料

大阪ヒートクール株式会社

事業概要・目的

女性の健康課題への理解を深め、相互理解による働きやすい環境を推進する。

課題認識

生理痛は、多くの女性が経験する一方で、その苦痛が個人間で共有・理解されることが少ない課題がある

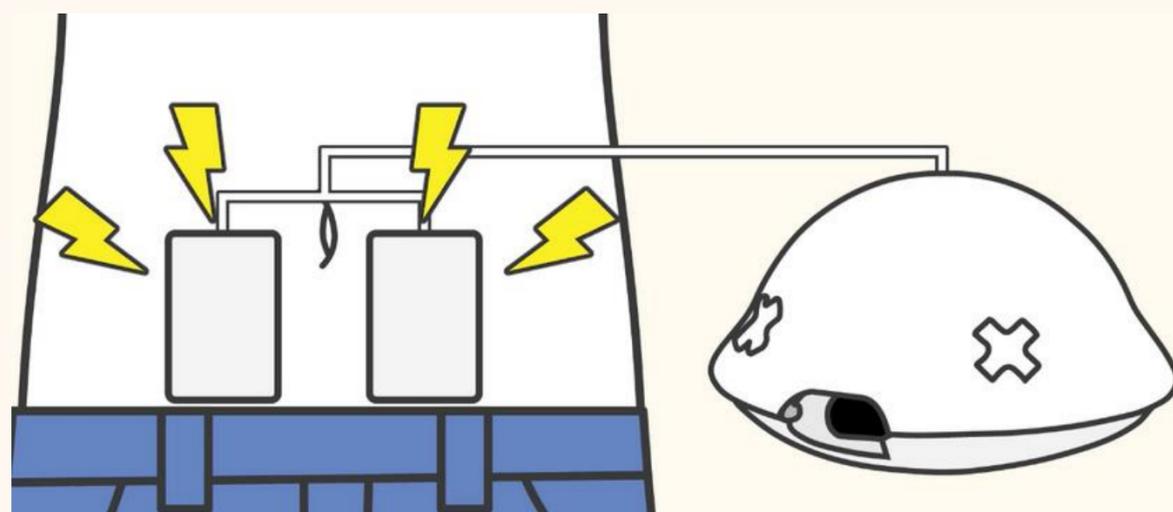
技術・アプローチ

疑似的に生理痛を体験する技術“ピリオノイド”を用いて、女性の労働環境改善に寄与する研修を提供する

生理痛VR体験デバイス“Perionoid”

当社が開発した本デバイスはEMS技術による腹筋刺激を使用し、生理痛を疑似的に再現している。男性や、生理痛の辛さを共有できなかった女性に体験いただくことで、目的達成に向け実証を行なった。

安全性にも考慮



医師による監修



同意書へのチェック



提供価値

教育機関

女性教員比率が過去最高に達し、女性の働きやすい環境を整備する必要があるが、実際には多くの課題がある。管理職員や男性職員の生理に対する理解や共感を促すことで、女性教員の職場環境改善に寄与する。

自治体

女性職員の比率が低いため、住民女性の健康や活躍支援事業を男性職員が担当するケースも多くなっている。女性の健康や活躍を促進する職員が、当事者の苦痛を理解できないため、芯を食った施策を打てないという課題がある。本研修を通じて、女性が抱える課題を文字通り体験し、より柔軟な支援事業を推進できるように意識変化を促す。

研修実施

1

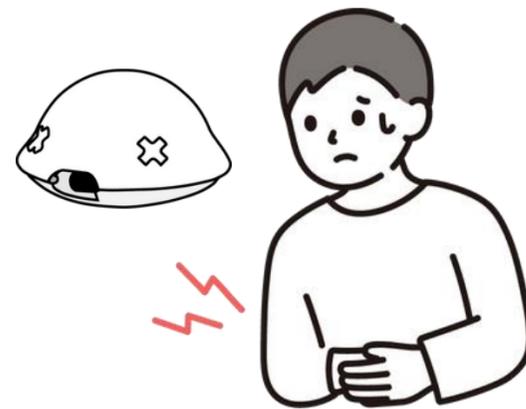
セミナー



生理痛含め女性の健康基礎知識、生理中の困りごとの紹介

2

生理痛体験



ピリオノイドを用いた生理痛疑似体験

3

ディスカッション



痛みについてのディスカッションを通して、働きやすい職場環境を考える

目標・効果

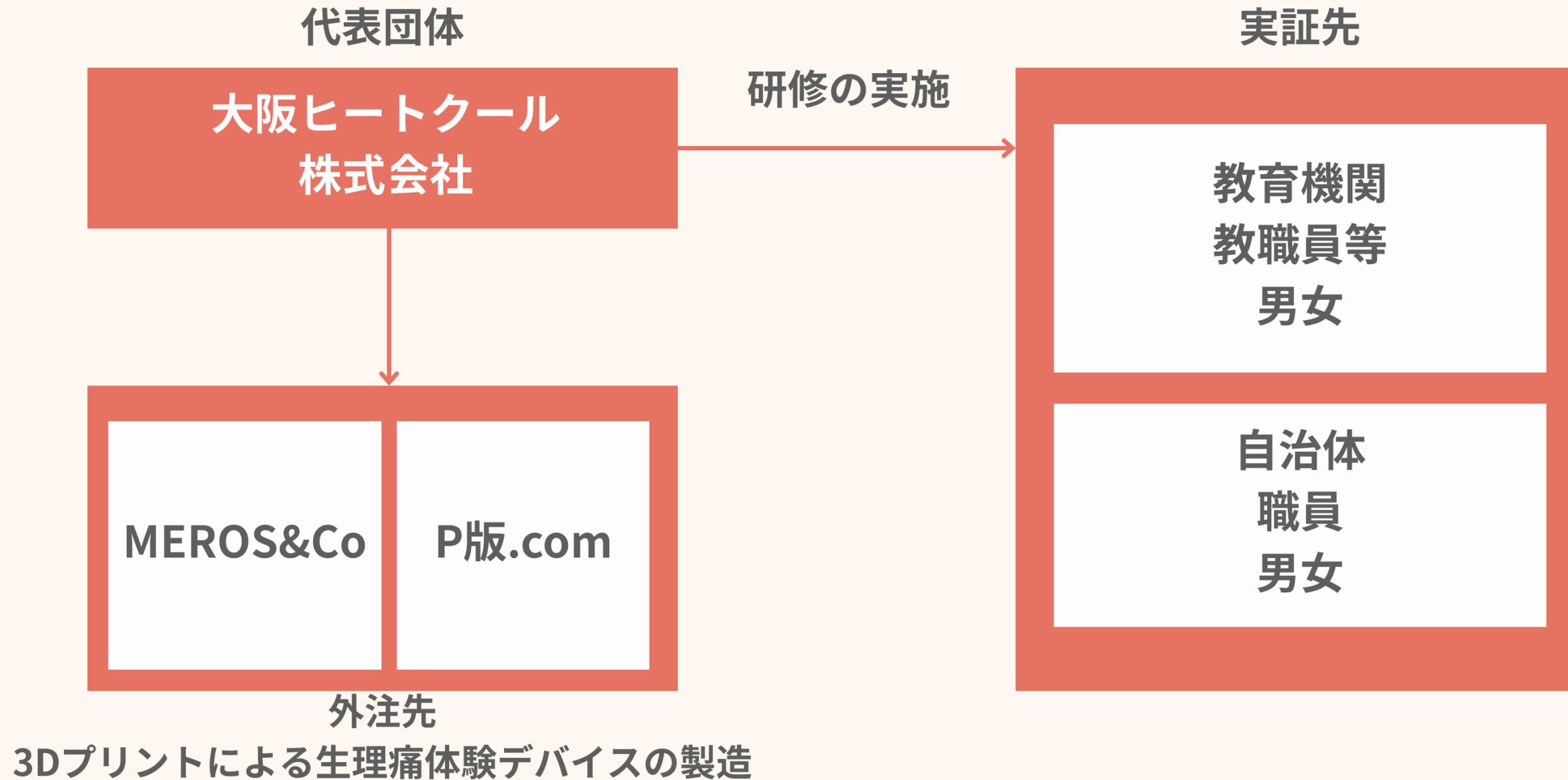
研修効果

生理痛への理解や共感を通して働きやすい環境を一人一人が考えていく機会創出

事業持続効果

機関の予算確保や実施許諾の課題に対し、研修の価値を伝えるための事例創出

実施体制



実証の様子



体験の様子（志摩市消防本部）

- 順番に2名ずつ同時に体験。人により痛みの感じ方が様々であることを身をもって知る。立ったり座ったり姿勢を変えることでも感じ方は異なる。
- この痛みがある時に自分はどうしたいか、痛みをもつ人にどう接したいかを問いかける。
- 女性職員は、自身の普段の辛い程度を話すきっかけにもなり「辛い時は、我慢せず伝えていいんだ」「もしかしたら自分の生理痛は重いかもしれない」という発見から、産婦人科を受診したいと思う等、自身の健康について向き合う時間となる。
- 男性職員は、経験したことのない感覚に対し、驚かれることが多い。女性職員に、普段どのように辛いかな等を伺う機会にもなり、支援すべきことのヒントを得る。

実証の様子



- 講師が体験者に「どのようにつらいですか？」などと声をかけ、痛みの言語化を促すことで、参加者同士の会話のきっかけをつくる。
- 非常に痛みを感じる方が無理をしないよう講師が監督し、すぐに停止できるように安全に価値提供できるように体制を整えている。

体験の様子（駒澤大学）

達成状況

月	実施実績	人数
9月	1件 教育機関	75名
10月	1件 教育機関	46名
11月	3件 教育機関 1件 自治体	131名 教育機関：42名+48名+11名 自治体：30名
12月	2件 教育機関	47名 27名+20名
1月	2件 教育機関 3件 自治体	141名 教育機関：21名+30名 自治体：30名+30名+30名

サービス普及人数合計
教育機関320名
自治体120名
合計 440名

サービス提供における発見

教育機関においては、機関により研修課題が様々

- ・ ディスカッション形式に不慣れであり**職場課題に対するアイデアを考えることが難しい**機関がある一方で、普段から職場課題に向き合われている機関においてはスムーズに対話をされた。
- ・ 一部、研修参加者の確保が難しい課題があった。

自治体は受講者の一体感が高い傾向

- ・ 部署単位での参加という傾向もあり、**対話の進行が非常にスムーズで、かつ職場課題の解像度が高い**機関が多かった。
- ・ 対話の進行がスムーズな一方で、体験については痛みの強制につながるリスクが潜んでいるため、講師の監督が重要であることを再認識した。

実証先による外部発信が非常に活発

- ・ ほとんどの実証機関が研修実施前や後、また両方で外部向けに発信をされた。
- ・ 実施前のプレスリリースにより、報道関係者による研修の見学および取材もあった。それによる近隣機関等からの当社研修の発見および問い合わせもある。
- ・ 自治体においては、**地域企業に対しても広がってほしい**目的も持たれていた。
- ・ 当社連携先が行なっている企業向け生理痛体験研修でも多々報道があり、より多くの働く女性に対する健康支援への相互効果が見込める。

サービス提供における発見②

研修受講者のグループ割り調整

- どの機関も**男性の参加比率が高く**、グループディスカッションの際に生理痛に対する対話が進みづらい可能性があり、グループ編成の相談を受けることが多々あった。**各グループに1名以上女性が入ることを推奨することで、参加者への呼びかけ等がスムーズにできた機関もあった。**

カスタマイズ研修プログラムでの連携工夫

- 当社の研修プログラムをカスタマイズする要望があった。例えば、学校医によるセミナー＋当社の生理痛体験という構成とし、知識インプットをより詳しくする等、実証先のご要望に合わせた。
- 当社が**重要視している「知識インプット」「体験」「ディスカッション」**の進行すり合わせが必要であり、準備時間が別途必要になるケースがあると感じた。

工夫した点

実証先の確保

- ・ 生理痛体験希望で問い合わせを頂戴した機関の予算感にばらつきがあり、元々の設定より低価格のライトプランを用意したところ、決裁を取ることのできた機関が増えた。
- ・ **予算確保時期が合わない**ことが分かったため、補正予算等により実施可能で、かつ企画を強く希望されている機関中心に実証ご協力をいただき事例を集めることにした。

【予算確保において】

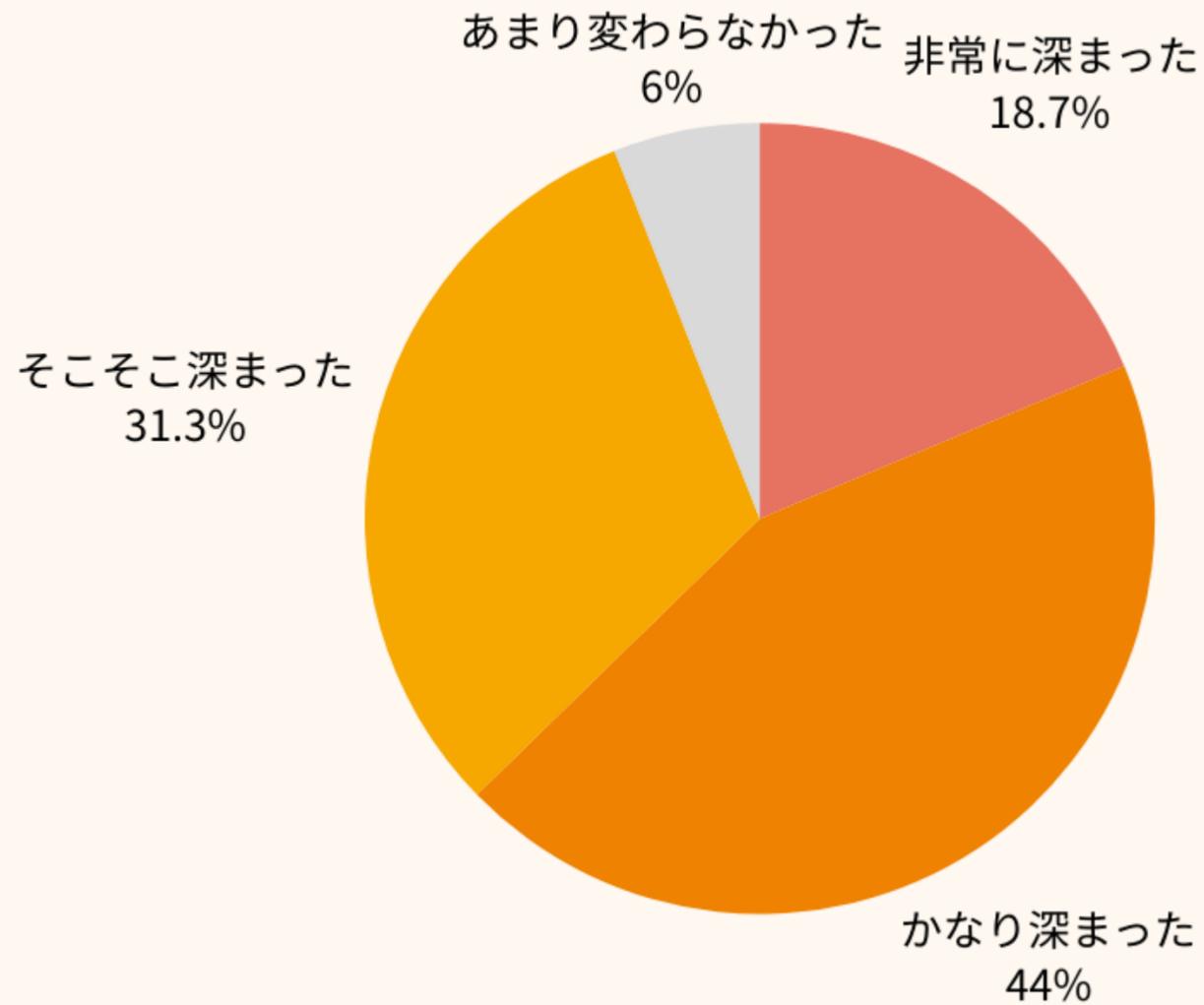
- 来年度予算を秋/冬に策定する傾向
- 教育機関は、生徒/学生に対する予算枠のみ持たれている機関が多い

参加者の確保

- ・ 実施に向けた機関決裁だけでなく、参加者へのアナウンスの際にも、生理痛体験研修を課長職以上の方々へ案内することへの抵抗をお持ちの機関がいくつかあった。「**多様性理解の一環**」や「**女性活躍推進の当事者意識醸成**」という切り口で案内をしていただくことにより、参加を促すことができた。定員数を集めることができて、特に冬場はインフルエンザの流行などで当日欠席が頻発した。そのため当日代理参加者を予め確保いただく案内をすることで参加人数を確保した。実証先としても予定を下回りたくない意向が強かった。

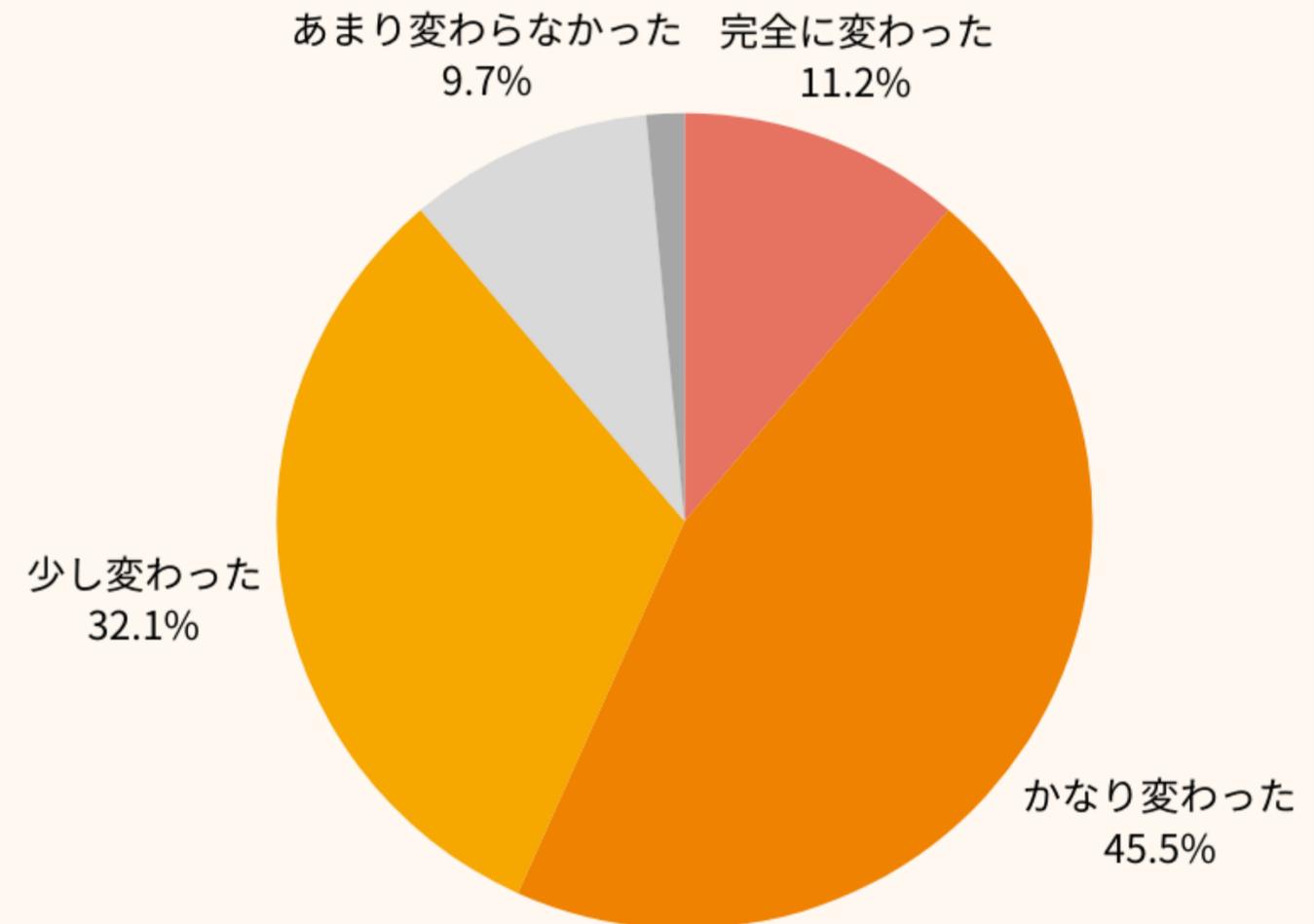
成果 研修受講による意識調査

生理痛に関する知識の深まり



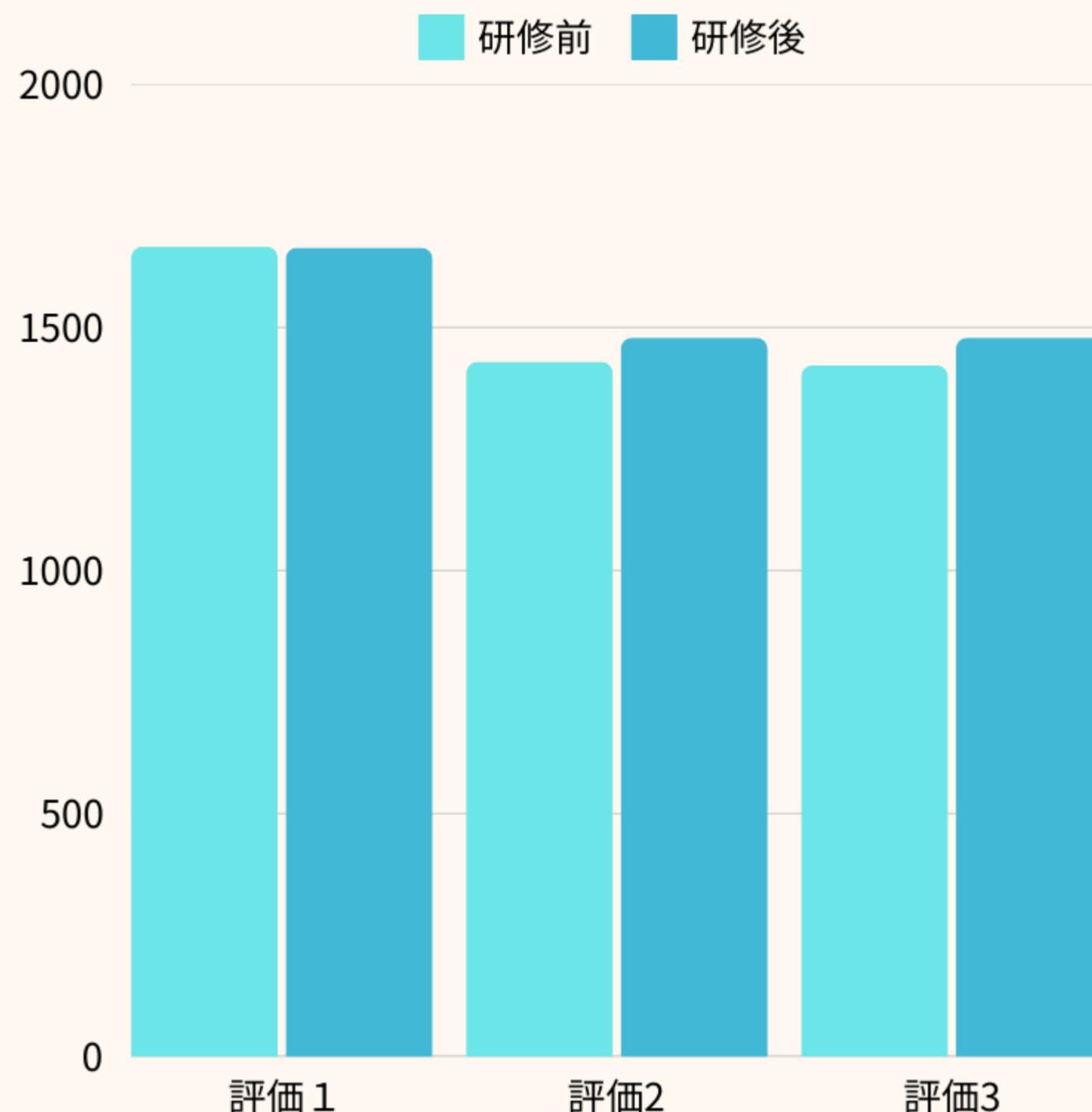
94%
が深まったと回答

休憩室の必要性や使用についての意識変化



88.8%
が変わったと回答

成果 研修受講によるWHO-HPQスコア



評価1：他の社員の普段の仕事ぶり評価

スコアが増加した人の割合は約**25.7%**

⇒全体としてはほぼ変動なく、他者の仕事ぶりに対する評価は安定していると考えられる。スコアが増加した群がいる一方で、減少した群もあった。本研修では「**他者理解の難しさ**」を問いかける面もあるため、評価軸を悩まれたことが考えられる。

評価2：過去1-2年の自身の仕事ぶり評価

スコアが増加した人の割合は約**30.4%**

評価3：過去4週間の自身の仕事ぶり評価

⇒生理痛に対する意識が変化し「自身の仕事ぶり」をより前向きに評価する傾向が強まったと考えられる。

スコアが増加した人の割合は約**32.3%**

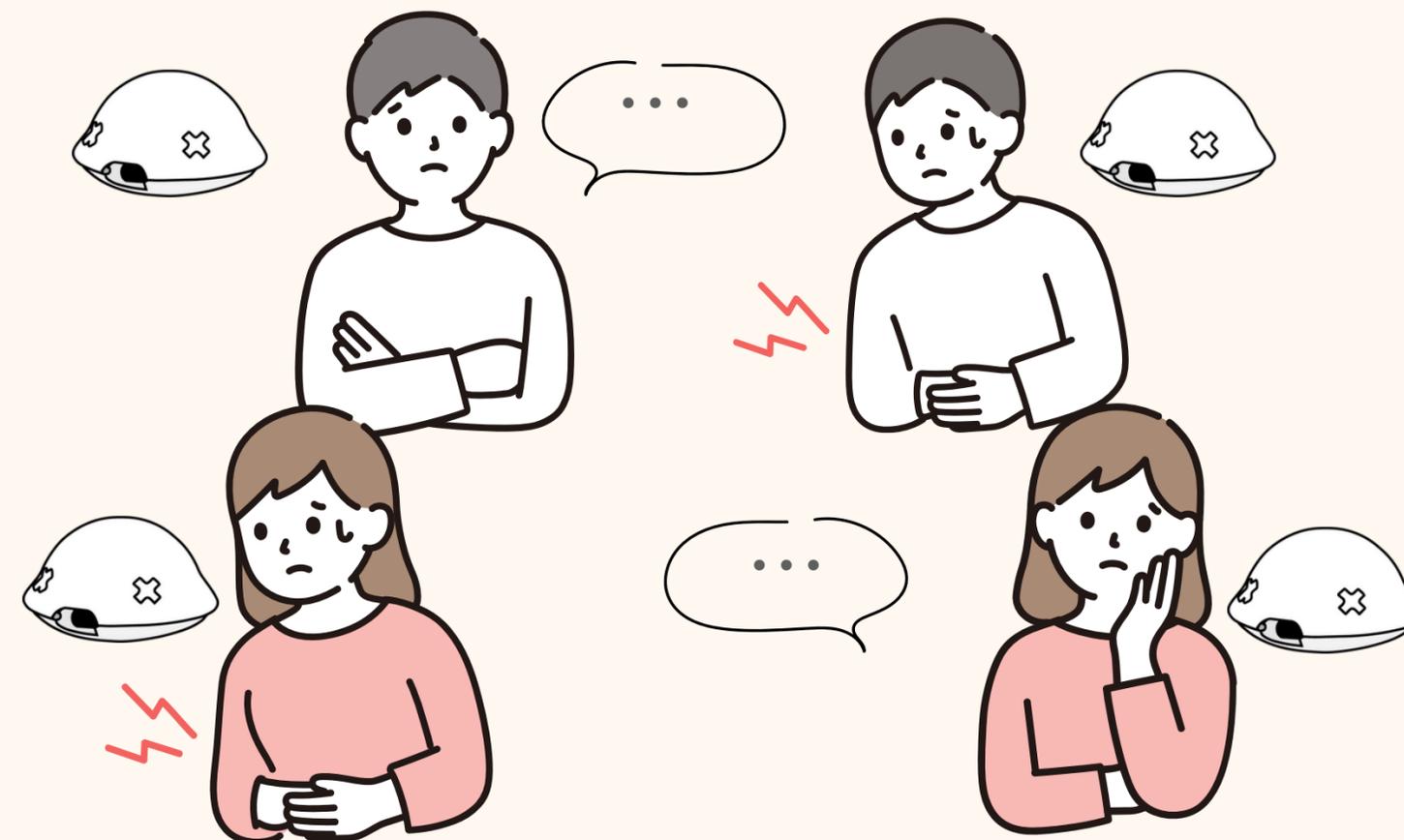
実証先からのご感想

個人差があることへの理解が深まった

- ・ 痛みの程度が様々であるため、生理痛の程度が異なる女性同士の理解促進、また男性による生理痛への理解および**他者理解の難しさ**を認識する機会となった。

継続実施を希望

- ・ 既に**来年度の実施も検討**いただいている機関が3件ある。
- ・ 単発ではなく、継続的な学びを希望する体験者もいた。



実証先において研修後取り組まれたこと

機関として

- 職場トイレにナプキン設置
- 職場でのコミュニケーション工夫の取組
- 休憩室の設置
- 休暇制度の拡充（有給の簡易化、半休の拡充、生理休暇の導入）
- 研修に参加できなかった職員を含め、生理痛のある女性職員への配慮等についてディスカッションを実施
- 取得しやすい環境整備の検討
- 女性職員及び男性管理職に対しアンケートを実施課題の抽出

参加者個人として

- 健康管理アプリの使用を開始した
- 同僚、上司、部下の体調を理解しようと日々意識している
- 友人やパートナー、家庭で相手に対する接し方を変えた
- 生理痛に対して調べるなど、さらに理解を深めることをした

事業化課題・対応策

課題

現設定価格での継続が難しい

- ・ 企業研修時より低価格プランの設計を行なうことで講師費用を減少できたが、営業コストは変わらず、また機関により増加する

提供体制の限界

- ・ 教育機関および自治体からの問い合わせはこれまでに200件ほど頂戴しているが、教育機関は学生向けの希望が多く、設計している少人数制の受講体制では実施が難しい
- ・ 地方での需要が高く、効率的な講師確保の必要がある

対応策

プランおよび体制を見直す

- ・ 機関属性により、プランを最適化する
 - 大学および自治体は、予算確保しやすい機関が多い
 - 中学高校は、予算確保のハードルが高いため低価格プランを磨く
- ・ 学生向けは専門プラン設計を別途行なう
- ・ 女性ヘルスケア研修専門企業との連携により、効率的な実施体制を図る

今後の展開（2025年3月～）

プランの見直し

本実証および、さらに実施数を重ねることで、機関ごとに適したプラン設計を検討する。

女性ヘルスケア研修専門企業との連携

自治体および企業、また教育機関および企業との相互作用も期待でき、実施拡大にあたり、営業体制および講師配置を検討する。