

後期募集中！

福岡県内にある企業・事業所の事業主、人事労務担当者向け

生理痛疑似体験セミナー

— 職場に広げる生理休暇への理解 —

開催 **11月後半** 募集締切 **11月15日(日)**

参加費
無料

定員到達次第、受付終了

本セミナーでは、女性特有の健康課題について、生理痛疑似体験等を通じて理解を深め、女性が安心して働ける職場環境の整備に向けた一歩を踏み出すきっかけを提供します。

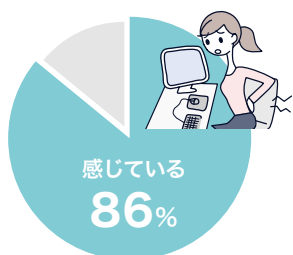
詳細/
申込は
こちら



本セミナーは、福岡県の競争入札資格審査における地域貢献活動(36働き方改革の推進)の加点を受ける要件の対象セミナーです。

多くの女性が生理に伴う症状が仕事に影響すると感じている一方で、
生理休暇の取得率は低く、女性の健康課題に対する支援環境は十分に整っていません。

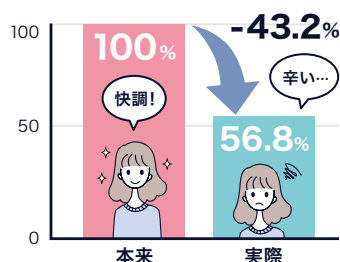
生理に伴う症状が仕事に
影響すると感じている女性 ※1



仕事に影響すると感じている
86%

n=2,010(リナルナ調べ)

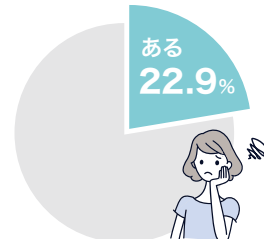
生理に伴う症状による
パフォーマンスの低下



1ヶ月のうち不調の影響日数
平均 **3.54日**

(株式会社LIFEM調べ)

生理に伴う症状の
女性のキャリアへの影響



月経・更年期に伴う不調により
離職や昇進辞退を考えた事がある
22.9%

n=6,443(株式会社LIFEM調べ)

一方で… 生理休暇取得率は **1.1%** ※2

※1:株式会社エムティーアイ「女性の健康課題と働き方に関する意識・実態調査」 ※2:厚生労働省「雇用均等基本調査」

女性が安心して働くことのできる職場環境の構築には、女性特有の健康課題への理解を深めるとともに、
生理休暇を「ある制度」から「使える制度」にすることが重要です。

本セミナーでは、メディアなどでも注目されている「生理痛疑似体験」をお試しいただけます

月経痛(生理痛)は多くの女性が経験している不調で、仕事や日常生活に影響を与えることも多くあります。
本セミナーでは、機器を使用して男女問わず生理痛を疑似体験することができます。



こんな方に
おすすめです

- 女性特有の健康課題に対する取組みを検討している
- 健康経営や採用力向上の取組みを進めたい
- 女性の生理休暇取得に課題を感じている

セミナーの
詳細は裏面へ

セミナー概要

対 象

県内にある企業・事業所の事業主、人事労務担当者等（男女ともに受講可能）

開催時期・締切

2026年11月後半 応募締切:11月15日(日)

定 員

各回50名程度 **参加無料** ※定員は申込状況を踏まえて変更の可能性があります。

地区	会場	日時
北九州	TKP小倉駅前カンファレンスセンター 北九州市小倉北区浅野2-14-2 小倉興産16号館	2026年11月27日(金) 10:00～
		2026年11月30日(月) 15:00～
福岡	TKP ガーデンシティ博多 福岡市博多区博多駅前3-4-8 サットンホテル博多シティ内 5階	2026年11月25日(水) 15:00～
		2026年11月26日(木) 15:00～
筑後	久留米シティプラザ 久留米市六ツ門町8-1	2026年11月26日(木) 10:00～

所要時間:100分(予定)

座学研修 (30分)



女性特有の健康課題の基礎
解説・先進企業事例紹介

生理痛体験 (30分)



生理痛体験機器を使用した
疑似体験

グループワーク (30分)



体験を通じて必要な支援や
行動変容を話し合う

国の助成金紹介 (10分)



両立支援等助成金(不妊治療
・女性健康課題対応コース)

セミナー参加特典

セミナー受講後、自社での職場環境に関する施策の実現に繋げるための各種サポートが受けられます。
本セミナーにご参加いただいた企業・事業所は、通常は有償の以下のサービスが無償で利用することが可能です！

1 従業員向け月経基礎知識セミナー

全従業員が視聴可能な専門医監修のeラーニング動画を提供
社内のリテラシーを向上、健康経営度調査票にも記入可能

2 担当者・決裁者向け理解促進セミナー

生理痛体験セミナー参加者に代わり、社内関係者向けに理解促進
セミナーを開催、経営層・管理職の理解を効率的に促進

3 従業員向け実態調査

女性特有の健康課題に関する実態調査を実施、レポート提供
自社の課題を可視化し、社内施策の検討・説明材料として活用可能

お問い合わせ

株式会社LIFEM（本事業受託者） 令和8年度 生理休暇取得促進のための企業向け啓発セミナー運営業務 運営事務局
✉ fukuoka_fem@lifem.co.jp

主 催

福岡県人材育成・活躍推進部 労働政策局就業支援課 雇用環境係
☎ 092-643-3592

詳細 / 申込はこちら

