

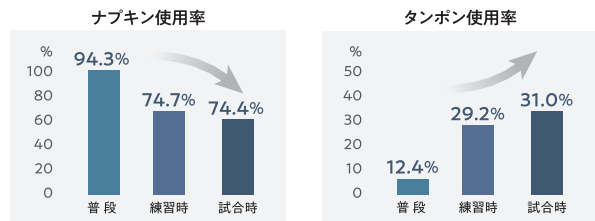
# 女性アスリート・パラアスリートのための Be Active Products

## 生理用品が原因で、自分のパフォーマンスが下がっていると感じている 女性アスリート・パラアスリートは47.8%。

女性アスリート・パラアスリートの身体・生理的課題に関する多くの研究テーマは、「無月経」および「月経周期とパフォーマンス」がほとんどです。しかし、正常月経を有する女性アスリート・パラアスリートも、月に一回の「煩わしい月経」にストレスを抱えています。月経のたびにパフォーマンスが下がっているのは、競技力の向上どころではありません。

## どんな生理用品を使っている？

女性アスリート・パラアスリートは、ナプキンの使用率が、普段の生活では94.3%、練習時は74.7%、試合時は74.4%でした。タンポンの使用率は、普段の生活では12.4%、練習時は29.2%、試合時は31.0%でした。



ヨーロッパでは70%、米国では42%の一般女性がタンポンを使っているという報告があります。それに比べると、日本人はタンポンの使用率が非常に低いことがわかります。

## 3大「れる」問題って知ってる？

女性アスリート・パラアスリートは、練習や試合の時、生理用品によるストレスを感じています。



これらの3大「れる」問題は、いずれもナプキンを使用することによって起こると考えられます。タンポンを正しく使用することで軽減・解決される可能性が高まります。

## タンポンを使用している理由

タンポンは女性アスリート・パラアスリートの抱える「ムれる」「ズれる」「モれる」を解決し、スポーツ活動に適しているといえます。

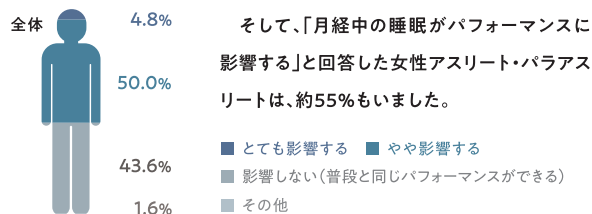
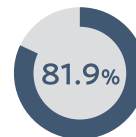
動きやすいから	72.6%	肌への負担が少ないから	18.5%
長時間使えるから	56.8%	ユニフォームや練習着にラインが透けて見えるから(ひびく)	17.1%
吸収力が高いから	46.6%	携帯に便利だから	16.4%
取り替える回数が少ないから	39.0%	ニオイが気にならないから	8.2%
かぶれにくいから	25.3%	その他	13.0%

### トッパアスリートのタンポンユーザーの声

- 練習中の安心感が違います
- 運動していてもむれないからいい!
- 水泳の時はやっぱりタンポンです

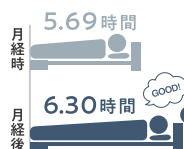
## 月経中は、睡眠の質がわるい!?

女性アスリート・パラアスリートの約82%が遠征中に自宅以外で寝る際、「経血がもれないように気をつかいながら寝ている」ことがわかりました。



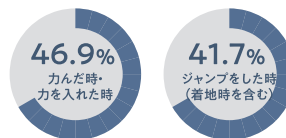
### 中途覚醒を除いた、「総睡眠時間」

また、夜中に目が覚めてしまった時間を除いた総睡眠時間は、月経中よりも月経後の方が長いことが明らかになりました。  
(脳波解析による睡眠調査より)



## 運動中の汗と尿モレ

運動中に尿モレ(軽失禁)を経験したことがあるアスリートは21.2%、パラアスリートは43.6%、全体の平均では24.8%でした。女性アスリート・パラアスリートは、様々な競技種目において、ふとした瞬間に尿モレを経験していることがわかっています。



また、そのうち47.4%が、運動時の「汗や尿モレ」に何も対処していませんでした。薄くて吸水性の高いパンティーライナーはとても有効です。

# Everyday, Be Active!

これまで、なんとなく人に相談したり、選択する余地すらなかった「生理用品」。もう、月経や尿モレを我慢しなくても大丈夫です。女性アスリート・パラアスリートは、いつでも全力で競技に集中できるプロダクトを活用することで、身体・生理的課題を克服し、安心して長時間スポーツに情熱を注ぐことが可能となるでしょう。



スポーツ庁委託事業「女性アスリートの育成・支援プロジェクト(女性アスリートの戦略的強化に向けた調査研究)」により順天堂大学女性スポーツ研究センターが開発したアスリート用生理用品「ソフトタンポンATHLETE」を、スポーツを

している小・中・高・大学生・社会人の方(アスリート・パラアスリート)を対象に試供品を提供いたします。下記のURLからお申込み下さい。

[https://www1.unicharm.co.jp/enq/jpn/201902sofy/tp\\_jun/](https://www1.unicharm.co.jp/enq/jpn/201902sofy/tp_jun/)

