

2022年4月1日

## #OneMoreChoice プロジェクト 社員が不調を「隠れ我慢」しない企業へ。 「#OneMoreChoice アクション」をスタート

**4月1日より、婦人科検診は全社員が費用負担なしで受診可能、  
生理休暇の社内名称変更、社員の休暇制度拡充等を社内に導入**

株式会社ツムラ（以下、当社）では、誰もが不調を無理に我慢することなく、心地よく生きられる健やかな社会を目指し、2021年から#OneMoreChoice プロジェクトに取り組んでいます。このプロジェクトの一環として、当社では社員が不調を「隠れ我慢<sup>※</sup>」しない企業を目指して、社内に#OneMoreChoice ワーキンググループ（以下、WG）を発足し、課題解決に取り組み、職場環境の改善策として、以下の「#OneMoreChoice アクション」を4月1日に施行します。

### 【#OneMoreChoice アクション】

1. 婦人科検診は全社員が費用負担なしで受診可能
2. 生理休暇の社内名称を「Female ケア」へ変更
3. 社員の休暇制度の拡充 –誰もが不調でも休みやすい制度へ–

当社は、引き続き#OneMoreChoice プロジェクトに取り組み、「隠れ我慢」のない心地よい健やかな社会を目指していきます。

※隠れ我慢：心身の不調を我慢していつも通りに仕事や家事を行うこととツムラが定義

## #OneMoreChoice アクションの内容

当社では、WG（次頁参照）活動の結果、社員が不調を我慢しないための施策として、下記①-③を導入しました。また、本 WG による各種施策の総称を「#OneMoreChoice アクション」とし、今後もさらに内容を拡充させていきます。

### #OneMoreChoice アクション

#### ① 婦人科検診<sup>\*</sup>は全社員が費用負担なしで受診可能

従来 ) 35 歳以上の社員は、婦人科検診を年 1 回の健康診断の検査項目に含む  
4/1~) 35 歳以上に加え、希望する 35 歳未満の社員も婦人科検診の費用負担なしで  
受診可能

婦人科検診は、希望する全社員が費用負担なしで受診可能とし、費用負担の年齢制限を撤廃します。当社社員の婦人科疾患に対する健康促進に加え、日本の婦人科検診受診率の低さを踏まえ、検診受診の大切さについても発信していきます。

※婦人科検診：子宮頸がん検診、乳がん検診

#### ② 生理休暇の社内名称を「Female ケア」へ変更

従来 ) 社内名称：「生理休暇」

4/1~) 社内名称：「Female ケア」

生理休暇という名称では、休暇申請をためらう社員の声をもとに「Female ケア」に変更します。#OneMoreChoice プロジェクトでは、生理（月経）は隠すべきものではないと考えています。生理に伴う不調を抱えている人が、無理な我慢をせずに、休むという選択肢をとりやすくするため、新たな名称を WG で検討しました。

#### ③ 社員の休暇制度の拡充 -誰もが不調でも休みやすい制度へ-

- 2022 年 4 月 1 日から、入社時に失効年休積立休暇 6 日を新たに付与
- 失効年休積立休暇の使用条件に、新たに体調不良（診断書不要）を追加
- 従来、診断書とともに申請が必要であった通院休暇は、申請不要で年間 12 日まで取得可能

性別にかかわらず社員が、診断書のない不調でも「隠れ我慢」せずに働ける環境づくりとして、上記施策を導入しました。

## ■ #OneMoreChoice ワーキンググループについて： ボトムアップで社員の「隠れ我慢」に取り組む

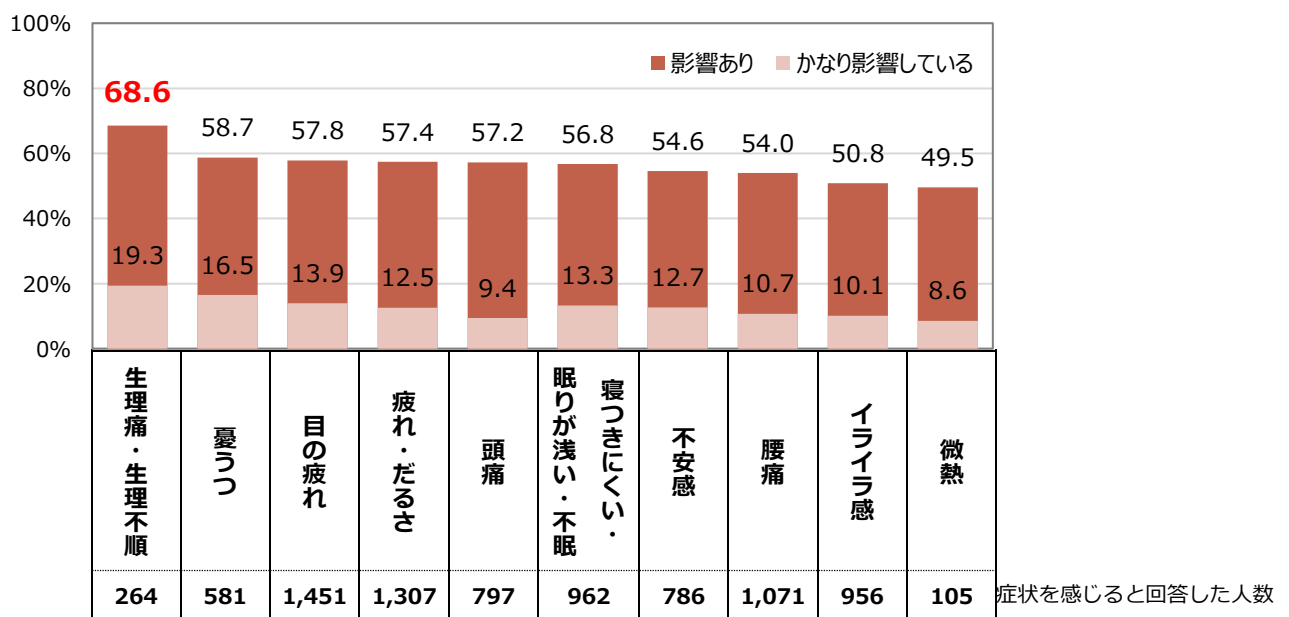
2021年の5月、#OneMoreChoice プロジェクトの社内活動としてWGを発足しました。WGメンバーは性別や年齢、部署、役職を問わず22人が参加しています。WGでは、社員の健康アンケート調査等から抽出された課題に対して、社員が隠れ我慢しないために必要な施策をディスカッションし、#OneMoreChoice アクションの決定にいたしました。

## ■社員の健康アンケート結果：「隠れ我慢」が生産性に影響

2021年1月に、全社員を対象に健康アンケート調査を実施しました。その結果、最も生産性に影響していると感じる症状は「生理痛・生理不順」68.6%でした。さらに2位以降の「憂うつ」や「目の疲れ」、「疲れ・だるさ」などの不調症状では、性別にかかわらず5割前後から6割近い社員が生産性に影響していると回答しました。

この結果から、WGでは不調を感じたときに、休むなどの我慢に代わる選択肢をとれる環境やサポート体制づくりに取り組み「隠れ我慢」のない企業を目指そうと、今回の#OneMoreChoice アクションに至りました。

【図表1】症状による業務の生産性への影響 TOP10



「ツムラ社員の健康に関するアンケート調査」

調査概要 ■実施時期：2021年1月7日（木）～2021年1月21日（木） ■調査手法：インターネット調査 ■調査対象：ツムラで働く全社員 ■有効回収数：1,858ss

## #OneMoreChoice プロジェクトとは

すべての女性が不調を無理に我慢することなく、心地よく生きられる健やかな社会を目指して、#OneMoreChoice プロジェクトを、2021年3月8日の国際女性デーにスタートしました。

当社が目指すのは、誰もが心地よく生きられる健やかな社会です。不調の際、治療だけではなく、休む、少しでも働き方を変える、誰かに相談するなど、それぞれが我慢以外の自分に合った選択ができるようになり、そしてその選択肢を提示できる社会こそが、「隠れ我慢」のない健やかな社会につながると考えています。

今後も#OneMoreChoice プロジェクトを通じて、健やかな社会の実現に向け取り組んでまいります。

### ■プロジェクトステートメント

#### 女性の不調に、我慢に代わる選択肢を。

すべての女性が、心身の不調を無理に我慢することなく、いつでも心地よく生きられるように。

100年以上、女性の不調に寄り添ってきたツムラが、健やかな社会のあり方を考えます。



#One More Choice

### ■#OneMoreChoice プロジェクトサイト

プロジェクトムービー、隠れ我慢チェッカー、各種調査結果を掲載しています。



### ■公式 Twitter #OneMoreChoice プロジェクト

WGの活動は#ツムラ社内ワーキング活動報告として公式 Twitter から発信していきます。

