



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

株式会社ロッテ

2023年7月14日(金)

調査・研究

## 女性の悩み「PMS(月経前症候群)」の解決を目指し、 ロッテとテックドクターが共同研究を7月より開始

株式会社ロッテ(代表取締役社長執行役員:牛腸 栄一)と株式会社テックドクター(代表取締役:湊 和修)は、2023年7月より、ロッテ社員及び社員の同居家族を中心に、PMS定量指標の構築を目指した研究をスタートいたします。

この研究を足掛かりとしてロッテでは、PMSに悩む女性の身体でどのようなことが起こっているのかを科学的に解明し、それらの知見をフェムテック分野での商品・サービスの開発に繋げることで、女性に寄り添う企業を目指した活動を進めてまいります。

※ PMSとは女性の生理開始3~10日前にイライラ、頭痛、むくみなどの精神的・身体的症状が現れることです。

### ■取り組みの背景と目的

- ロッテが実施したアンケートによると、89.9%もの女性が生理開始3~10日前に何らかの精神的・身体的症状を抱えていることが明らかになりました(3ページ目参照)。更に生理前の不調について、症状は「頭痛や腹痛など体の痛み」「イライラ・泣きたくなるなど情緒不安定になる」「食欲が増えたり甘いものが欲しくなったりする」など多岐に渡り、また感じている症状の強さも「何となく感じるが気にならない程度」の人から「月経前は必ず生活や仕事に支障が出る程度」の人まで多様な回答がありました。「PMS」と一括りにされている症状の中でも、女性個人によって悩んでいる症状の種類や強さが異なることが、この分野の課題解決を難しくしていると考えられます。
- PMSに悩む女性の課題解決のためには、その多種多様な症状を個別に理解していくことが求められます。そこでロッテとテックドクターでは、どのような症状の時にどのような生体指標が動くのかを明らかにすることを目標に研究を実施し、女性が抱える悩みの解決を目指して取り組んでまいります。
- またロッテ社員を含む本研究参加者は、ウェアラブルデバイスの装着により毎日の運動量や睡眠データを閲覧することが可能です。参加者が自分の身体状態を可視化することで、健康管理に役立てられるような取り組みを目指します。

お口の恋人

LOTTE

 TECH DOCTOR

株式会社テックドクターは、“データで調子をよくなる時代へ”をミッションに掲げ、ウェアラブルデバイス等で取得できるデータの企業・医療機関向けソリューション「SelfDoc.」と、医療・製薬・食品関連企業や研究機関向けのデジタルバイオマーカー開発プラットフォーム「SelfBase」を展開する会社です。



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

## 調査・研究

### ■本研究の概要

PMSは、毎月現れる症状が生活や労働に与える負担の大きさから早期解決が望まれている分野ですが、メカニズムに関して未解明な部分が多く残っています。今回の研究では、主観アンケートのスコアと、ウェアラブルデバイスを用いて連続的に取得された生体指標の間に相関を見出すことを目的としています。

またウェアラブルデバイスを用いたヴァーチャル臨床試験方式で行うため、遠隔地にお住まいの方も施設来訪することなく試験に参加することが出来ます。

#### 【対象】

株式会社ロッテの社員、及び社員の同居されているご家族のうち、希望する方を中心とした 18-60歳の女性

#### 【方法】

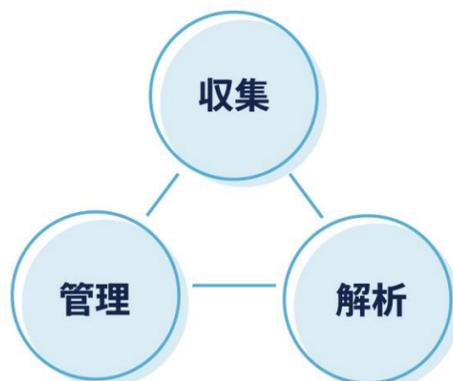
Fitibit(スマートウォッチ)などのウェアラブルデバイスを約3か月間装着し、同時にPMSの症状をスコア化する主観アンケートに回答していただく。

#### 【評価】

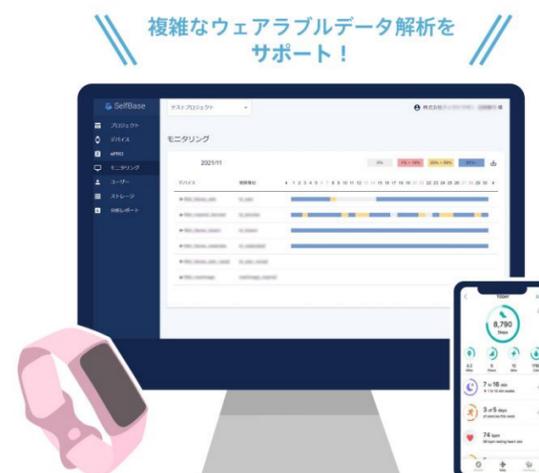
PMSの症状の重い人のデータと軽い人のデータを比較することで、PMS症状の主観評価と生体指標に相関が見られないか探索し、症状の定量化を目指す。

**SelfBase**  
デジタルバイオマーカー開発プラットフォーム

ウェアラブルデバイスから取得した大量のデータを解析する研究者向けのサービスです。



TECH DOCTOR



### 監修医師 吉野 修 先生コメント

月経前症候群(PMS)、それは女性であればあって当たり前、は間違った認識です。どれほどご本人が辛い思いをされているか、なかなか想像できないと思いますが、PMSは苦しんでいる女性のQOLおよび労働生産性を著しく低下させ、日本の経済損失は年間6兆円を超える、との試算もあります。本研究はご本人の辛さを「見える化」する試みであり、周囲の正しい理解を引き出し、そしてPMSによる苦しみが、改善に繋がることを目指しています。今回、このような試みを一般企業がされること、PMSに対して社会で取り組もう、という思いの表れであり、本当に心強く感じます。

山梨大学 産婦人科 吉野 修

### ■今後に向けて

本取り組みをはじめとしてロッテでは、「女性の抱える悩みを科学的に明らかにする」「女性に寄り添う商品やサービスの開発」の両輪で、女性が健康に活躍できる社会の推進に向けた活動を進めてまいります。



社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

<参考> ロッテ調べ PMSに関する“ホンネ”意識調査結果

全国の女性910名を対象に、PMSに関する“ホンネ”について意識調査を実施しました。

【調査概要】

調査テーマ：PMSに関する”ホンネ”意識調査

調査対象：20-69歳 女性 合計910名

調査方法：インターネット調査

調査期間：2023年5月19日(金)～5月22日(月)

調査地域：全国

※調査結果の数値は小数点以下を適宜四捨五入して表示しているため、積み上げ計算すると誤差が出る場合があります。

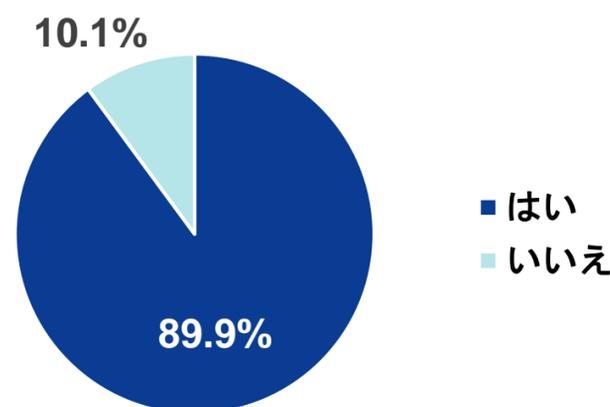
【調査結果サマリー】

●PMS様の症状に悩んだことがある女性は約9割

Q. 月経前症候群(PMS)のような症状が現在見られたり、過去に経験したりしたことがありますか？

PMSとは：女性の生理開始3～10日前にイライラ、頭痛、むくみなどの精神的・身体的症状が現れることです。

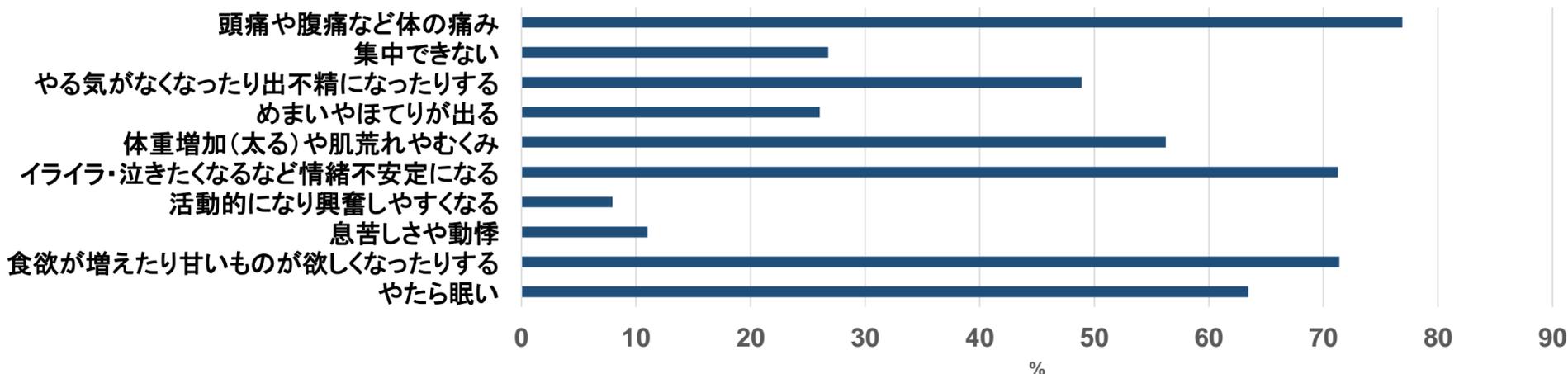
(N=910)



●人によって経験する症状の種類や程度は様々

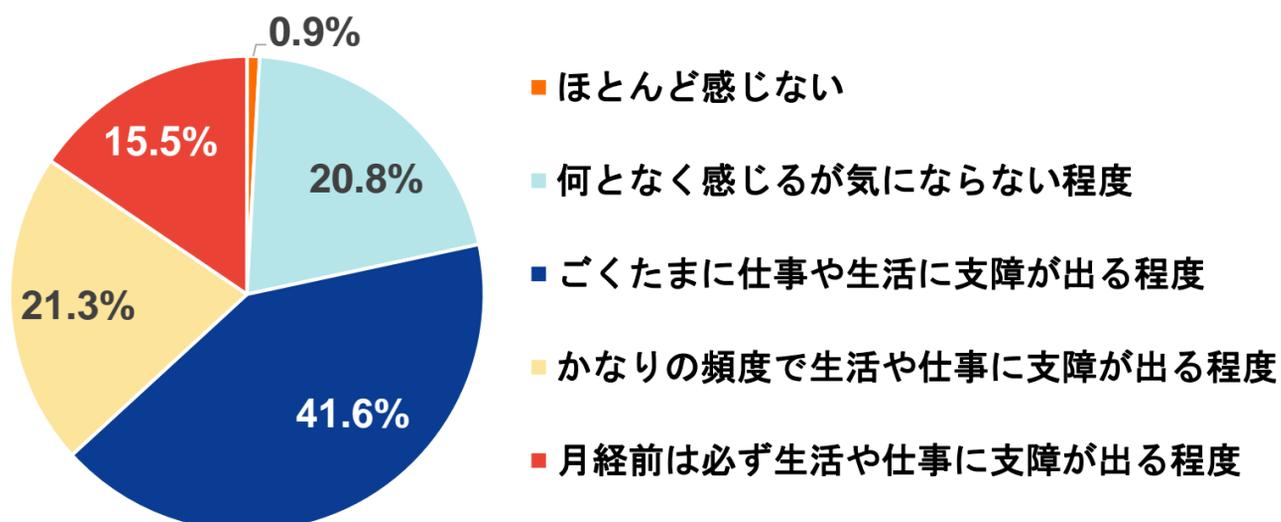
Q. どのような症状がありますか、又は以前ありましたか？

(N=818 ※PMSのような症状が現在見られたり、過去に経験したりしたことがある、と答えた人を対象に質問)



Q.. 普段感じる、又は感じていたPMSの症状の強さはどの程度ですか？

(N=818 ※PMSのような症状が現在見られたり、過去に経験したりしたことがある、と答えた人を対象に質問)



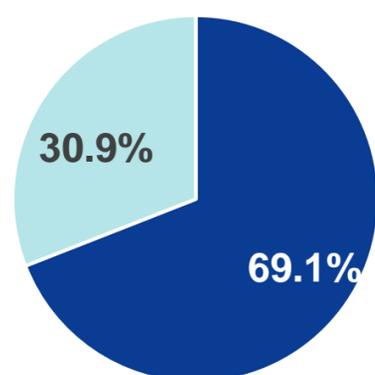


社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロッテ」

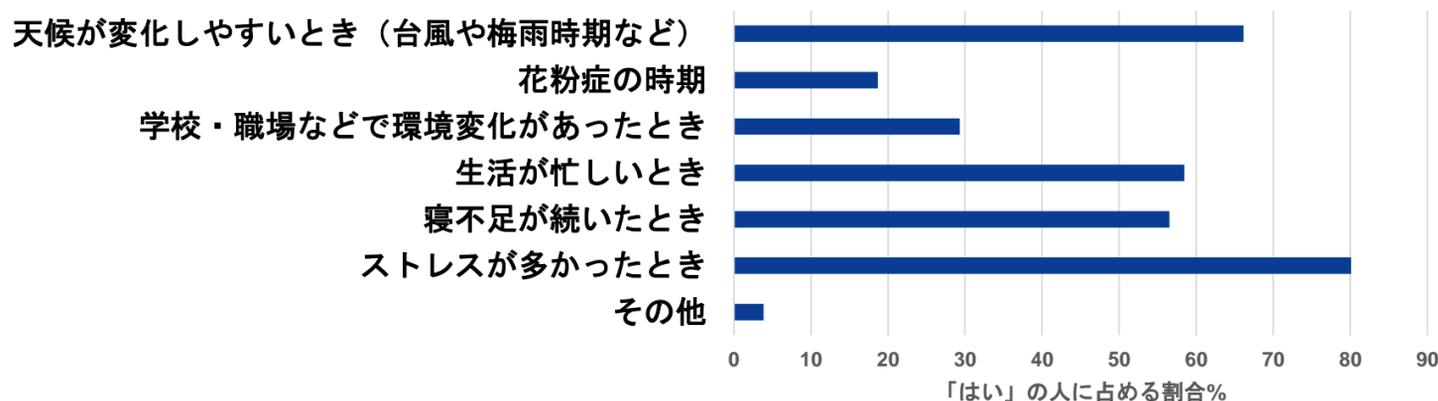
<参考> ロッテ調べ PMSに関する“ホンネ”意識調査結果

## ●ストレス量の変化や、梅雨・台風など天候の変化によっても症状の感じ方が変わる？

Q. PMSの重さや症状の種類が何らかの原因(季節や天候、生活の変化など)で変化することはありますか？又はありましたか？どのようなときに症状が悪化しましたか？(N=818 ※PMSのような症状が現在見られたり、過去に経験したりしたことがある、と答えた人を対象に質問)



■ はい ■ いいえ



## ●「普段なら気にならないようなことで怒ってしまう」- 皆さんのPMSエピソード -

Q. PMSについてのエピソード(受験日と重なって大変だった、旅行中だったが気持ちが凹んだなど)ありましたらご記入をお願いします。(自由記述より一部抜粋)

「腹痛が酷く薬を飲んでも冷や汗をかきながら仕事をして大変でした」

「イライラして子どもに当たってしまって落ち込んだ」

「毎月夫や子供にキツク当たってしまい、自己嫌悪が酷かった」

「行こうと思っていた展覧会やライブ、イベントなどのチケットを購入して金銭を支払っていたにも関わらず行けなくて無駄にした事は何度もあります」

「バリバリ仕事するのに、急に能率が下がるとサボってると思われて辛かった」

「いくら寝ても眠い。普段は6-7時間でも眠くなかったりするのに10時間以上寝ても眠い」

「生理前は体重5キロ増加は当たり前。人と会うのも嫌でした。浮腫で瞼はパンパンだったので、人と目を合わせるのを避けていました」

■ アンケートにご協力頂いた女性のうち、89.9%がPMSのような症状を経験したことがあると回答。また症状については、頭痛や腹痛などの身体の痛み、イライラしたり泣きたくなったりなどの精神的な症状を経験している人が多い一方で、活動的になり興奮しやすくなるという方や、食欲の増加などを感じている人もいらっしゃいました。

■ また感じている症状の程度についても、気にならない程度という人が20.8%の一方で、15.5%の方は生理前に必ず生活や仕事に支障が出てしまうと回答しました。

■ PMSの症状は同じ女性の中でも常に一定ではなく、梅雨・台風などの季節の変化やストレスに伴って症状が悪化するという声が半数以上にのぼりました。

■ イライラしてしまったり、集中できなかつたりする、そんな自分に自己嫌悪してしまった、というエピソードが数多く寄せられました。