

利用者名 : デザイン学部 講師 相野谷 威雄

Scopus

Title : Designing for Women's Health Condition Sharing and Emotional Support

(女性の健康状態共有と感情的サポートのためのデザイン)

Authors : Zhuo Xiaotong, Keiko Kasamatsu, Takeo Ainoya

(卓 晓彤 (首都大学東京 大学院生)、笠松 慶子 (首都大学東京 教授)、相野谷 威雄 (東京工科大学 講師))

Conference : HCI International 2025, Lecture Notes in Computer Science, Springer

掲載年月 : 2025 年 5 月

研究概要 : 本研究は、女性の月経に関連する健康管理において、情報共有と感情的サポートを促進するデザインのあり方を探求した。日本・中国・米国の女性を対象に、UX 分析手法 (半構造化インタビューおよびアンケート調査) を用いて、月経健康管理に対する文化的・個人的影響要因を調査した。11 名のユーザーへのインタビューから、(1) プラットフォームが情報共有と感情的つながりを促進すること、(2) プライバシーとコミュニティ参加を効果的にバランスさせるカスタマイズ機能をユーザーが重視することの 2 点が明らかとなった。これらの知見から、プライバシーへの懸念に対処しながら感情的ウェルビーイングを支援するユーザー中心のデザイン機能の重要性を論じた。

研究背景 : 世界中で約 7 億人の女性、すなわち 4 人に 1 人が、日常生活に支障をきたすほどの身体的苦痛や健康問題を経験しているにもかかわらず、月経健康は十分に優先されていない。米国では毎年 450 万人の女性が少なくとも 1 つの婦人科的健康問題を抱えており、その多くは月経健康に関連する。月経にまつわるタブー視はジェンダー差別と結びついた世界的な偏見であり、多くの国で月経中の女性は「不浄」とされ、スティグマや制限に直面している。また、学校・家庭での月経教育の欠如は、初潮時の恐怖や羞恥心を生み出し、情報へのアクセスを妨げている。日本では、月経関連症状が月に 5 日以上に影響するとの回答が約 50% を占め (日経 BP リサーチ)、経済産業省の推計では月経症状による損失は年間 0.6 兆円に上る。さらに 2021 年の調査では約 32% の女性が婦人科を一度も受診したことがなく、約 50% が月経症状は治療可能であると知らないことが示された。

研究成果 : 【定量調査・定性インタビュー分析】20 名の日本在住女性 (12~40 歳) を対象に実施したアンケートでは、月経中に身体的影響を受けた人が 14 名、月経前後に不快感を経験した人が 16 名に上った。一方、健康問題への対応として「無視する」を選択した回答者が 13 名と最多で、「医療機関を受診する」は 3 名にとどまり、受診回避の実態が浮き彫りになった。UX マッピングツールを用いた行動分析では、女性の健康行動を「問題認識→教育内容の想起→情報収集→解決策の試行→専門家への相談」の 5 段階に分類した。

【文化横断的分析】日本・中国・米国の 3 개국比較から、各文化圏に固有の課題が確認された。日本では月経休暇制度の未普及・婦人科受診率の低さ、中国では都市農村間の教育格差・婦人科疾患へのスティグマ、米国では学校教育の深度不足・所得・人種による格差が主要課題として抽出された。11 名へのインタビュー分析では、65% 以上が学校で習得した月経知識では複雑な問題に対処できないと回答し、72% がインターネット検索に頼りながらも情報の断片化・専門性過多に不満を感じていた。プラットフォームに対しては、情報共有機能と感情的つながりの両立、およびプライバシーとコミュニティ参加を両立するカスタマイズ機能への需要が強く示された。

社会への影響：本研究の知見は、女性向け健康アプリ・支援プラットフォームの設計指針に直接貢献する。特に、文化的背景やプライバシーニーズを考慮したユーザー中心設計の重要性を示したことで、日本・中国・米国など異なる社会的文脈に適応可能なインクルーシブな健康支援サービスの開発を促進できる。また、月経健康教育の質的向上（成人期への継続・実践的内容の充実）、信頼性の高い情報プラットフォームの整備、婦人科受診の心理的バリア低減といった政策提言の根拠を与える。年間 0.6 兆円規模の経済損失の抑制という観点からも、社会経済的インパクトは大きい。

専門用語：

月経前症候群（PMS） / 月経前不快気分障害（PMDD）：月経開始数日前から生じる身体的・心理的症状の総称を PMS と呼び、その重症型でうつ・不安・易怒性が日常生活に支障をきたすほど激しい場合を PMDD という。ホルモンバランスの変動、ストレス、生活習慣等が誘因となる。

UX マッピング（User Experience Mapping）：ユーザーが特定の目標を達成するまでの行動・感情・思考を時系列で可視化する手法。本研究では「問題認識→教育内容の想起→情報収集→解決策の試行→専門家への相談」の 5 段階を設定し、女性の月経健康行動を分析するために用いた。

半構造化インタビュー（Semi-structured Interview）：あらかじめ設定した質問項目を基盤としながら、対象者の回答に応じて柔軟に追加質問を行う定性的調査手法。本研究では月経健康に関する経験・ニーズ・心理的反応を深く掘り下げるために採用した。

プライバシーとコミュニティ参加のバランス：月経健康に関するデリケートな情報をオンライン上で共有する際、個人情報の保護と他者との情報・感情共有の促進を同時に実現するための設計上の課題。ユーザーが自らの開示範囲をカスタマイズできる機能が重要とされる。