

『女子トイレで学ぶ』 ～ 学生向け新メディア「プライベートメディア」～



株式会社オーシャナイズ(本社:東京都渋谷区 代表取締役:筒塩快斗)は、ライオン株式会社(本社:東京都墨田区 代表取締役:藤重貞慶)の協力のもと、大学生への新しい情報提供ツールを開発し、東京家政学院大学他、3大学、計 100箇所で開始いたしました。

「バファリンルナ」(医薬品:解熱鎮痛剤)を取り扱うライオン株式会社が、「生理のメカニズム」「生理中を快適に過ごすには」といった生理に関する情報を、学生に向けて、大学構内の女子化粧室にて発信いたします。

化粧室個室というプライベートな空間において、使用者に役立つ情報を使用者に受け入れられやすい形で提供する「プライベートメディア」は、企業、学生、大学の三者にメリットをもたらす情報提供ツールです。

企業

《企業イメージ向上》

自社で保有する情報を、潜在顧客に対して提供して企業イメージをあげることができる。
また、広告が溢れる街中と違い、空間内の唯一の媒体のため、確実に接触者に訴求できる。

学生

《情報収集》

生活に役立つ情報を、無償で、空いた時間を利用して吸収することができる。

大学

《学生支援》

学生のために情報吸収の場を用意することで、学生を支援することができる。

また、今回は弊社サービス『タダコピ』との連動性を活かし、学内での複合キャンペーンとして展開しております。
無料コピーサービス『タダコピ』 <http://www.tadacopy.com/>

【本プレスリリースに関するお問い合わせ】

株式会社オーシャナイズ <http://www.oceanize.co.jp/>

<広報> 板垣 愛 北山 哲朗

TEL : 03-6715-1640 FAX : 03-5489-5756 E-mail : press@oceanize.co.jp

< 添付資料：『プライベートメディア』紙面（一例） >

Luna

生理痛に負けルナ!

生理は美のバロメーター

— 生理を理解して、心も体も美しくなろう —

デリケートな悩みだから、人にはちょっと聞きにくい…「こんなこと悩んでるのって、私だけ?」
そんな生理に関する疑問や不安を解消して、まずは生理についてもっと理解しましょう。

Q. 生理の時、眠くなるのはなぜ?



A. 黄体ホルモン(プロゲステロン)の影響だとされています。あるいは、黄体ホルモンと卵巣ホルモン(エストロゲン)の分泌量が、排卵後から生理中の期間に変化するためだと考えられています。いずれにしても、ムリをしないで、ひどい場合は婦人科で相談をしてください。

Q. 生理中以外にも出血が…病院に行くべき?



A. 不正出血の一番の理由は、ホルモンバランスの乱れによるもの。その他の可能性として、排卵にともなう出血、膣炎、子宮筋腫、子宮ガンなどもないとは言えません。出血量も、原因や出血部位によってさまざまです。今は出血してなくても早めの受診をおすすめします。

Q. 痛みがひどい…就職したら会社を休んでもいいの?



A. 労働基準法には、「使用者は、生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求したときは、その者を生理日に就業させてはならない」という規定があります。(第68条)これが生理休暇です。有給が無給かなど運用は会社によって異なります。大学生の皆さんも痛みを我慢せず、保健室の先生などに相談してみてください。生理痛の時の痛みや辛さは本人にしかわからないもの。自分の体を守るためにも的確な判断をしましょう。

Q. 生理中、お酒は飲んでも平気?



A. 排卵後から、生理中にかけては、体の機能が全般に低下します。この期間は普段より酔いやすく、また味覚も鈍るため、いつもより飲んでしまいがちです。アルコールの分解機能も鈍るので、悪酔いすることもあります。体調を考え、お酒を飲むなら少量を心がけたほうが無難です。

Q. 生理中、髪を洗っても大丈夫?



A. 生理中は冷えの影響を受けやすいものです。ドライヤーなどがなかった時代には、髪が乾く際に熱が奪われて冷えることを嫌い、生理中は髪を洗わないようにしていたそうです。洗髪後、すぐに髪をかわかし、冷えないようにすれば問題ありません。入浴はいつもよりゆっくりつかって暖まったほうがいいでしょう。

Q. ナプキンのあたる部分が、蒸れたりかぶれたり…解決策は?



A. 外陰部から肛門にかけては、雑菌が繁殖しやすい部分です。通気性の高い綿素材の下着を着用し、ナプキンはこまめに取り替えて湿気をためないようにしましょう。入浴時には刺激の少ない石鹸で洗って、いつも清潔に。出血量の多い日や、活動量の多い日には、タンポンを使うのも良いでしょう。

🌸 生理との上手な付き合い方、心得てますか? 🌸

<p>見直そう、ふだんの暮らし</p> <p>生理と上手に付き合うための1つの手段、体を冷やさない、血行をよくするための簡単ストレッチをご紹介します! 日常生活に取り入れられる運動を試してみましょう。</p>	<p>からだが好きふ食生活</p> <p>好きなもの、美味しいものを食べられるのはもちろん幸せ。でもおいしさを追求するあまり、体が本当に求めているのはどんな食事なのか忘れていませんか? デリケートな体に必要な栄養素をご紹介します!</p>	<p>自分でできるプチ手当①</p> <p>辛い痛みは薬で治っても、イライラや憂鬱な気分は解消しない…そんな時は自分でできるちょっとした「手当法」がオススメ! 生理の諸症状に関連するツボを教えます!</p>	<p>自分でできるプチ手当②</p> <p>自分でできるプチ手当で第二弾! 辛い症状の軽減に、ヨガのポーズで、体の中からきれいに! 簡単なポーズを試してみることが、運動不足の解消になります。</p>
<p>👉 つづきは… タダコピ 11月号</p>	<p>👉 つづきは… タダコピ 12月号</p>	<p>👉 つづきは… タダコピ 1月号</p>	<p>👉 つづきは… タダコピ 2月号</p>

※ 無断転用禁止