

令和4年度（2022年度）

学校における生理用品の先行配置（モデル）事業
取組事例報告書

北海道教育庁学校教育局健康・体育課

はじめに

生理用品は生活になくってはならないものであり、家庭の経済的理由等で購入できない場合はもとより、急遽必要となった場合も含めて、児童生徒の心身に影響を与えるものであり、「女性活躍・男女共同参画の重点方針 2021」においても、「生理の貧困」は、女性の健康や尊厳に関わる重要な課題と明記されております。

学校トイレへの生理用品に配置の、他都府県立学校での広がりですが、全学校で配置しているのが 15 県、一部に配置が 13 県と全国での配置の動きが広がっている状況で、道内市町村においても配置をする動きが広がっています。

こうした状況を踏まえまして、学校への生理用品の配置については、経済的な理由で購入できないことはもとより、急遽必要になった場合も含め、全ての子どもたちが心身の健康を維持し、安心して学校生活を送ることができる環境整備の一環との認識のもと、各学校における効果的な取組の在り方を検討するため、道立学校の女子トイレ等へ生理用品を先行して配置するモデル的な取組を道立学校 11 校において行いました。

生徒からのアンケート調査の結果では、次のことなどが明らかとなり、

- ・生理用品が手元に無く困った経験がある生徒が8割程度いる
- ・生理用品を利用したと回答した全ての生徒が、今後も利用したいと希望している

教職員の意見も配置に肯定的であることを踏まえると、トイレ等への生理用品の配置は、子どもたちが心身の健康を維持し、安心して学校生活を送るための環境整備の一環として必要であることから、道教委としては、今回のモデル校の取組を踏まえ、令和5年度の4月から、全ての道立学校のトイレに生理用品を配置することしました。

この度、各学校での効果的な取組に資するよう、実施にご協力頂いたモデル校の取組事例とともに、生徒アンケートの結果をまとめましたので、取組の参考としていただき、各学校の実情に応じて女子トイレに生理用品を配置し、心身とも健康で、安全安心な教育環境づくりにご配慮頂けるよう、よろしくお願いいたします。

令和5年（2023年）3月10日

北海道教育庁学校教育局健康・体育課長

今村 隆之

目 次

第1 学校のトイレ等への生理用品の配置に係るアンケート調査結果

- 1 学校のトイレへの生理用品の配置について
- 2 トイレに設置した生理用品の利用について
- 3 手元に生理用品が無く困った際の対処について

第2 モデル校の取組

- 1 モデル校の取組の概要
- 2 モデル校別の取組事例
 - 事例1～事例11

第3 モデル校以外の既実施校の取組

第4 参考資料

- 1 モデル事業の周知用リーフレット（案）
- 2 モデル校が利用した生理用品一覧

各学校での生理用品配置の参考となるよう、モデル校等の取組事例をまとめました。設置場所、購入個数、補充方法等、各学校の実情に応じてご活用ください。

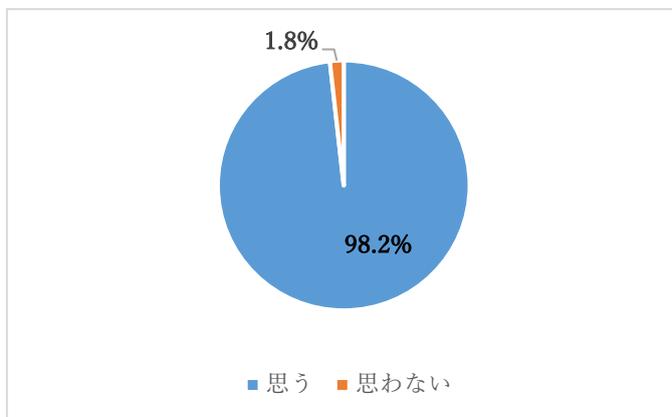


第1 学校のトイレ等への生理用品の配置に係るアンケート調査結果

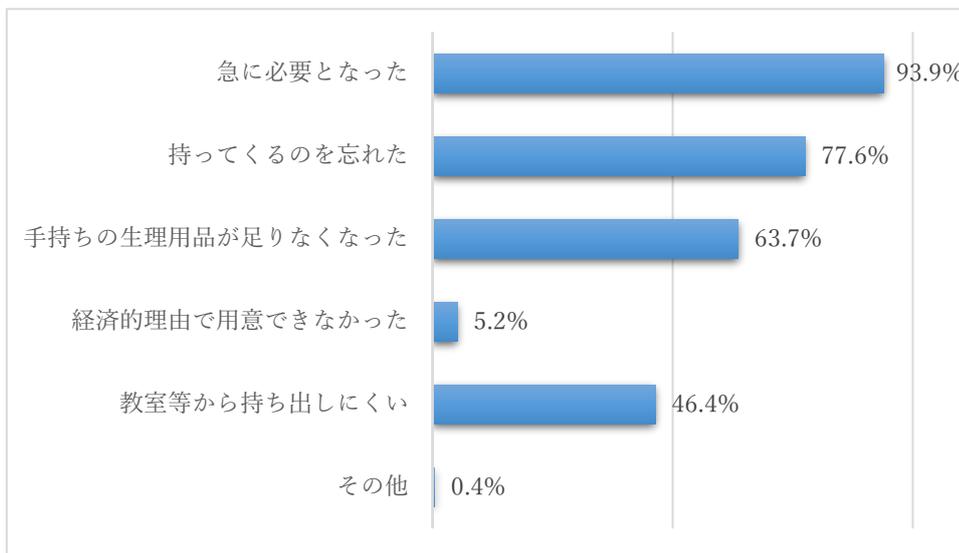
(n : 454)

1 学校のトイレへの生理用品の配置について

(1) 学校のトイレに生理用品あったら利用したいと思いますか。



(2) (1)で「思う」と回答した場合、どのような場合に利用したいと思いますか。

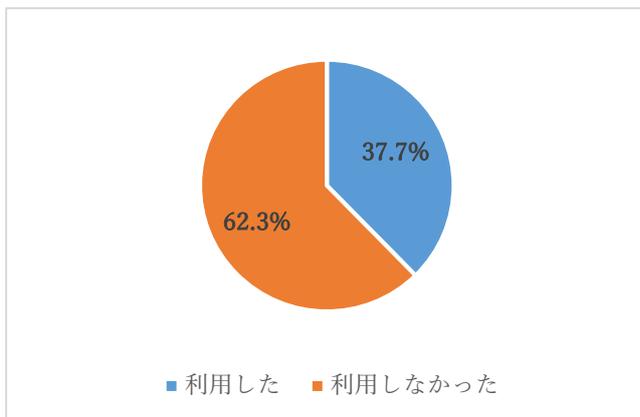


(3) 学校に生理用品を置くとしたら場所はどこがいいですか。

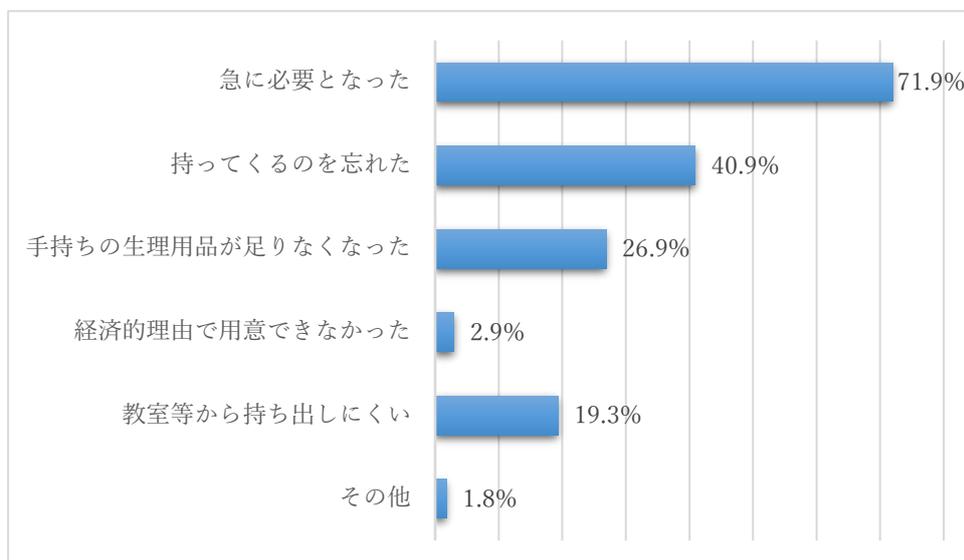


2 トイレに設置した生理用品の利用について

(1) トイレ等に設置した生理用品を利用しましたか。



(2) (1)で「利用した」と回答した場合、利用した理由を教えてください。

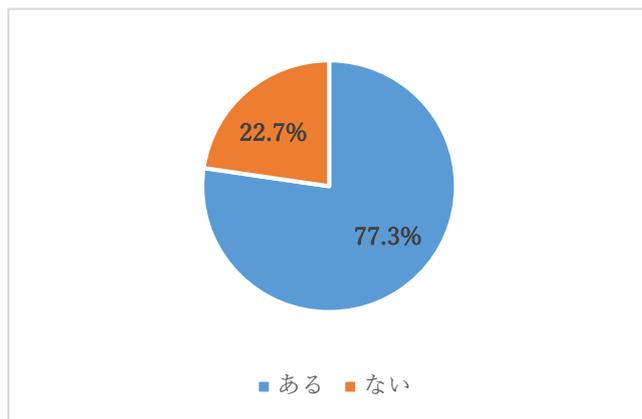


(3) (1)で「利用した」と回答した場合、今後も利用したいと思いますか。

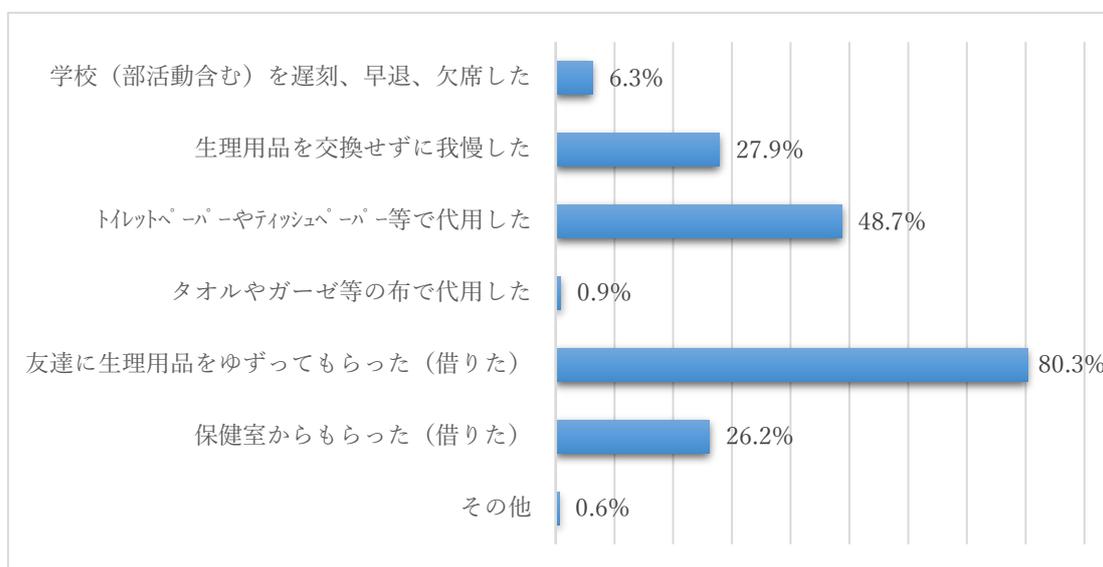


3 手元に生理用品が無く困った際の対処について

(1) 学校で生理用品が手元になくて困った経験がありますか。



(2) (1)で「ある」と回答した場合、どのように対処しましたか。



★アンケートまとめ

- 生理用品が手元に無く困った経験がある生徒が8割程度おり、その際の対処方法として、「トイレットペーパーやティッシュペーパー等で代用した」が48.7%、「生理用品を交換せずに我慢した」27.9%、「学校（部活動含む）を遅刻、早退、欠席した」が6.3%の回答があり、全ての生徒の健康など学校生活に影響がある状況がうかがえます。
- 生理用品を利用したと回答した全て(100%)の生徒が、今後も利用したいと希望しており、また、その理由としては、「急に必要となった」が71.9%、「経済的理由で用意できなかった」が2.9%と、いわゆる「生理の貧困」問題だけではなく、全ての生徒の安全安心な環境整備が必要であることがうかがえます。
- 生理用品の配置場所として、トイレ個室への希望が94.7%と多数となっておりますが、学校からは補充等の管理面での負担を懸念する意見が寄せられており、学校の実情に応じて設置場所を考えることが必要です。

第2 モデル校の取組

1 モデル校の取組の概要

学校名	女子生徒数	設置場所	使用枚数 (4週間)	生徒1名当 使用枚数	摘要
事例1	440	共用	238	0.54	
事例2	430	共用	243	0.57	
事例3	413	共用	190	0.46	
事例4	362	共用	318	0.88	
事例5	265	個室	392	1.48	
事例6	160	共用	211	1.32	
事例7	146	共用	199	1.36	
事例8	117	共用・個室	252	2.15	
事例9	66	共用	34	0.52	
事例10	44	共用	27	0.61	
事例11	24	共用	27	1.13	
合計	2,467		2,131	0.86	
設置場所別	2,085	共用	1,487	0.71	9校
合計	382	個室	644	1.69	2校

★モデル校からの意見

- ・急に生理になったときの生徒の安心に繋がる等、学校（教職員）も取組を評価。
- ・卒業後を見据え、基本は自分で用意するものという意識や健康管理の意識が薄れていけないような指導が必要。
- ・職員による補充等、学校の負担を懸念する意見も寄せられた。

（トイレ清掃を委託している学校においては、既契約（業務委託処理要領）の中で衛生消耗品（トイレットペーパー等）の交換をお願いしており、既契約内で対応可能な場合がありますので、事務室を通じて委託業者と相談してください。）

2 モデル校別の取組事例

各モデル校の生理用品の設置概要をまとめました。なお、生徒の声で上記のアンケート結果と重複するものは掲載を省略し、設置に関する意見を主に掲載しています。

事例1

学校規模	女子生徒数 440 名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (手洗い場→後方の棚)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none">• ふつうの日用 羽あり サイズ 21cm• 多い昼～ふつうの日用 羽あり サイズ 21cm• 特に多い昼用 羽あり サイズ 23cm• 多い夜用 羽あり サイズ 29cm• 夜用 羽あり サイズ 29cm			
利用実績	区 分	合計	生徒 1 名当	期 間
	使用枚数	238	0.54	1/17～2/13 (4週間)
	<ul style="list-style-type: none">• 昼用と夜用では昼用の使用数が多く、スリムタイプより通常タイプの使用数が多かった。			
補充の方法	<ul style="list-style-type: none">• 養護教諭が担当 (1 回 20 分程度、週 2～3 回)			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none">• 周期が不安定で不意にくることがあり、登校してから気がついて買いに行くことができないので、ぜひ今後も配置を継続してほしい。• 大きめのも置いといてくれると嬉しいです。			
教職員の意見	<ul style="list-style-type: none">• 一般には消毒液の点検・補充・管理等と同様、養護教諭が担当する印象と思われるが、健康診断の繁忙期等には負担が大きく、適切な管理が難しい時もあるように感じた。• 例えば、生徒の委員会活動やボランティア部の活動、清掃当番の一環として行うことは可能だろうか。			
学校の意見	<ul style="list-style-type: none">• 生理用品の交換もトイレ清掃と同様に、生理用品補充を業者に委託する等の手立の検討が必要と考えられる。			
その他	<ul style="list-style-type: none">• 「手を洗っている人がいて取りにくい」との意見から、中間経過後、設置場所を手洗いシンクからトイレ後方の棚に変更。利用しやすくなったとの感想が聞かれ、実際に後半は 1 年生で使用数が増えた。• 1 週目～3 週目までは毎週スキー授業 (4 クラス程度不在) であった。			

<事例1 画像>

○当初は共用部（手洗い場）に設置



設置カゴ



トイレ手洗い場

○設置場所を手洗いシンクからトイレ後方の棚に移動（3週目～4週目）
※手洗いシンク前は手を洗っている人がいて取りにくいとの意見が聞かれたため



設置場所をトイレ後方の棚に移動

事例2

学校規模	女子生徒数 430 名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (手洗い場)			
設置種類	・昼用 羽あり サイズ 20.5 cm ・多い日の夜用 羽あり サイズ 29 cm			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	243	0.57	1/24~2/20 (4週間)
	・夜用の方が、減りが早い。			
補充の方法	・養護教諭 (総務部) が1週間に2~3回全てのトイレを回って補充。			
生徒の声 (アンケート等)	・普段は自分の好きなものを用意するので、本当に困った時に使わせてもらいたい。			
学校の意見 (教職員含)	・使用頻度が高い感じではなく、困った時に使っている様子。 ・補充業務については、トイレ清掃を業務委託している業者をお願いできれば、設置数を増やしたとしても大変助かる。 ・「トイレにあることが当たり前」になると生徒が困るのではないか。			

<事例2 画像>

○共用部 (手洗い場) に設置



共用スペース (手洗い場、外側からほぼ見えない範囲) に設置している。

事例3

学校規模	女子生徒数 413名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (手洗い場)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> ・多い昼用 羽あり サイズ 22.5cm ・特に多い日の夜用 羽あり サイズ 36cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	190	0.46	1/23~2/17 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・複数の養護教諭でフロアを分担して補充 			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none"> ・洗面台付近に設置すると、鏡を見ている生徒がいたとき、気まずくなる。 ・出血の量が多いと下着や服にもにじみ出ることが有るので 普通サイズと大きいサイズも置いて欲しい。 			
学校の意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> ・保健体育の授業で生理の貧困について取り上げたところ、男子生徒の理解も深まったとの意見があった。 ・生徒や保護者へは「普段から自分で生理用品を準備することが基本である」「急に必要となった場合に使用してほしい」ということを伝えていかなければと思います。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・地元市町村で、生理の貧困の事業の一環で高校へ無償で配布しており、そちらも活用している。 			

<事例3 画像>

○共用部分 (手洗い場) に設置

設置箱

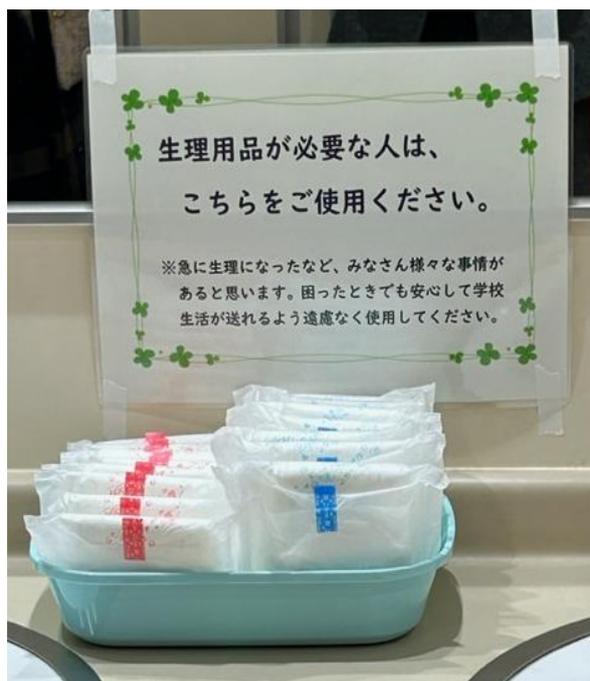


事例4

学校規模	女子生徒数 362 名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (手洗い場)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> ・ふつうの日用 羽あり サイズ 21cm ・夜用 羽あり サイズ 29cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	318	0.88	1/23~2/17 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・複数の養護教諭が、6時間目 (授業中) に補充 ・今後は、保健委員が補充することも考えられる。 			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none"> ・生理用品をトイレ手洗い場に置くのも良いと思うが、手洗い場にたまって話したりしている生徒が多いので、すぐに生理用品を取れない。 ・手洗い場に置いてあり、水が飛んだり、髪の毛が周りに落ちていて不衛生だと思う。 			
学校意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> ・設置場所など、他校のよい事例があれば情報提供いただきたい。 			

<事例4 画像>

○共用部分 (手洗い)



事例5

学校規模	女子生徒数 265 名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ個室内			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> • ふつうの日用 羽あり サイズ 21 cm • 夜用 羽あり サイズ 29 cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	392	1.48	1/18~2/14 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> • 清掃担当の生徒と養護教諭で担当、2日に1回程度の補充。 			
生徒の声 (アンケート)	<ul style="list-style-type: none"> • 置いてあるとほんとに急に来た時にありがたかったし、量が多いタイプだから、多い日用置いてあるのもめちゃくちゃ助かった。 			
学校の意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> • 生徒の反応は良い、保健室に生理用品を取りに来る生徒はいなくなった。 • 生徒の利用状況から継続実施を望みます。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> • 外にもトイレが1箇所あるため、夏季は配置が必要と考えている。 			

<事例5 画像>

○トイレ個室に設置



事例6

学校規模	女子生徒数 160名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (トイレ奥の窓側・机上)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> • ふつうの日用 羽あり サイズ 21 cm • 多い日の夜用 羽あり サイズ 29 cm 			
利用実績	区 分	合計	生徒1名当	期 間
	使用枚数	211	1.32	1/16~2/10 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> • 掃除担当の先生がトイレ清掃の点検時に補充。 			
生徒の声 (アンケート)	<ul style="list-style-type: none"> • 共有スペースに置いているが取りづらくはない。置いてもらえるだけでありがたい。 • 本来は個人で持ってくる物と思っている。もっと大きいサイズがあるといい。 • サイズとか人それぞれだから自分で持ってきたほうが一番だと思う。 			
学校の意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> • ありがたく使っている様子がある。闇雲に使っている感じはしない。 • 急に生理になってもトイレに生理用品があるという安心感がある一方、基本は自分で用意するものという意識が薄れていかないようにしなければならない。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> • トレイの手洗い場に置くと、水がはねたりと衛生面が不安であったため、窓際に机を置いて、その上に蓋付きの箱に入れて置いている。 			

<事例6 画像>

○共用部分（トイレ奥・窓側）



机の上に設置



設置かご (ふた付き)



生理用品の案内



事例7

学校規模	女子生徒数 146名（R5.1.1 現在）			
設置場所	女子トイレ共用部（壁に吊り下げ）			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> ・多い昼～ふつうの日用 羽あり サイズ 20.5cm ・特に多い昼用 羽あり サイズ 25cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	199	0.54	1/23～2/17（4週間）
	<ul style="list-style-type: none"> ・夜用の減りが早い。 			
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭や事務生が、週1，2回巡回、使用数を確認し補充。 			
生徒の声 （アンケート等）	<ul style="list-style-type: none"> ・生理用品が盗まれたりするという心配があるけれど設置してあると助かるし嬉しい。もっと会社や学校への設置が広がって欲しい。 			
教職員の 意見	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレ内に生理用品を設置したので、利用する生徒が多いと予想していたが、自分が使用している生理用品と種類が違からか利用者が少ない。 			
学校の意見	<ul style="list-style-type: none"> ・当初、生徒指導上の理由から、本当に必要な生徒に届かない可能性を心配したが、生徒は、常識的に使用している。 			

<事例7 画像>

○トイレ共用部分（壁）に設置



壁に吊り下げ



下から取り出す

事例8

学校規模	女子生徒数 117名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ個室及び共用部 (手洗い場)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> • 多い昼用 羽なし サイズ 22.5cm • 多い昼用 羽あり サイズ 22.5 cm • しっかり夜用 羽あり サイズ 30 cm • 特に多い夜用 羽あり サイズ 40 cm 			
利用実績	区 分	合計	生徒1名当	期 間
	使用枚数	252	2.15	1/17~2/13 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> • 養護教諭が補充している。生徒が足りないと保健室に来ることもある。 			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none"> • 今置いてくれているのは、羽付きのナプキンなので少ない日用のナプキンもあると便利だと思った。 • トイレの掃除箱にあらかじめ生理用品が置いてあるといいと思います。個室のナプキンがなくなった場合でもすぐ使えるのでいいと思います。 			
教職員の 意見	<ul style="list-style-type: none"> • 生理用品を設置するようになってから経血で制服やジャージを汚して保健室に来室する生徒はいなくなった。 • 人によって経血量にかなり差があるので、いろいろな生理用品を選べるようにするとさらによいと思われる。 			
学校の意見	<ul style="list-style-type: none"> • 元々女子トイレ個室に配置しており、トイレへの配置は良いと思う。全道実施にあたっては、学校間で差が生じないように周知して欲しい。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> • 各階、各棟、各個室、共用部にそれぞれ同数ずつ設置しているが、科ごと、学年ごとに利用数が違う (女子の割合の違いや、なじみのあるなしの違いと思われる)。 • 共用部分に置いた物から、個室へ生徒が移動している様子が見られる。 			

<事例8 画像>

○個室と共用部分（手洗い場）に設置



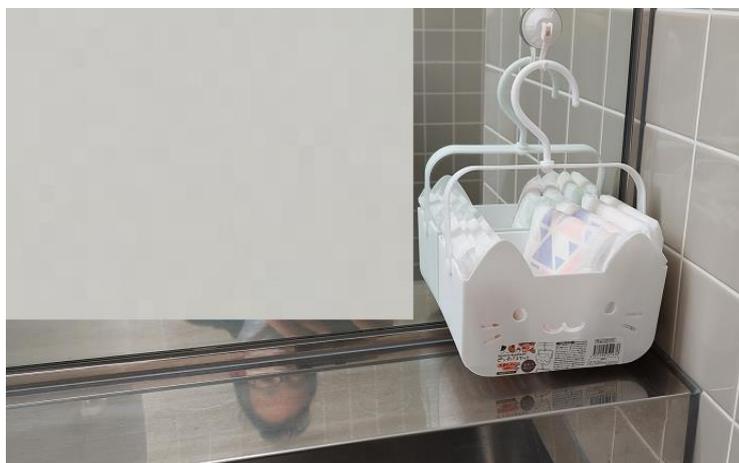
トイレ個室
【最終時】



設置かご（トイレ個室）
【最終時】



設置紙袋（トイレ個室）
【開始時】



トイレ共用部（手洗い場）



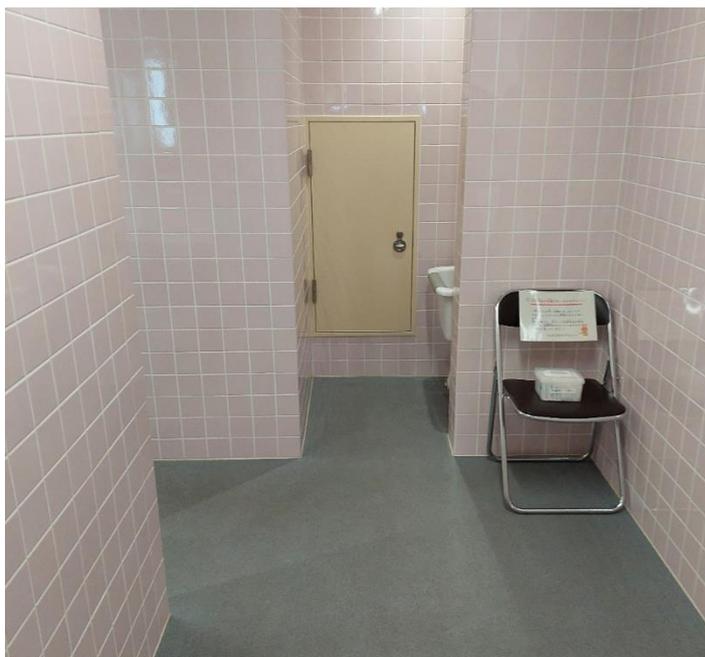
設置かご

事例9

学校規模	女子生徒数 66名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (通路の隅)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> • ふうふうの日用 羽あり サイズ 21 cm • 夜用 羽あり サイズ 29 cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	34	0.52	1/20~2/16 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> • 健康体育部の教諭が、それぞれで各階 (1~4階) を担当。 			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none"> • 生理用品を忘れたときに利用した。設置されていて、良かったと感じた。 • 授業の途中で抜け出せないので大きめの生理用品があると嬉しい。 			
学校の意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> • 急に生理になり、生理用品をもってきていない生徒には、必要な対応とを感じる。 • 気軽に使用できる利点はあるが、自分で常に携行する意識が薄くなるのが懸念される。 • トイレ清掃業者等にトイレットペーパーの補充と同様に生理用品の補充等を行ってもらえると良い。 			

<事例9 画像>

○トイレ共用部 (通路の隅)



椅子の上に配置



事例10

学校規模	女子生徒数 44名（R5.1.1 現在）			
設置場所	女子トイレ共用部（手洗い場）			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> ・多い昼～ふつうの日用 羽あり サイズ 20.5 cm ・特に多い昼用 羽あり サイズ 25 cm 			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	27	0.61	1/19～2/15（4週間）
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレ清掃担当の教諭が補充 			
生徒の声 （アンケート等）	<ul style="list-style-type: none"> ・昼休みに手洗いで人がいたりその他の休み時間も人と被ったときに取りづらいと思った。 			
学校の意見 （教職員含）	<ul style="list-style-type: none"> ・急に生理がきてしまった生徒にとって、安心材料になる。 ・ぜひ今後も継続して設置していきたい。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・3年生が家庭学習期間に入っているため、3年生の教室がある2階の使用頻度は減少。3階（1・2年生）の使用数に大きな変動はなかった。 ・地元市町村も対策に乗り出しており、中学校で対応。 			

<事例10 画像>

○手洗い場に設置



設置箱

事例 1 1

学校規模	女子生徒数 24 名 (R5.1.1 現在)			
設置場所	女子トイレ共用部 (手洗い場付近)			
設置種類	<ul style="list-style-type: none"> ・ふつうの日用 羽なし サイズ 20.5 cm ・多い昼用 羽なし サイズ 22.5 cm ・ふつうの日用 羽あり サイズ 20.5 cm ・多い昼用 羽あり サイズ 22.5 cm ・特に多い夜用 羽あり サイズ 34 cm 			
利用実績	区 分	合計	生徒 1 名当	期 間
	使用枚数	27	1.13	1/17~2/13 (4週間)
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭が毎日減った分を補充。 			
生徒の声 (アンケート等)	<ul style="list-style-type: none"> ・当初「羽なし」を購入したが、多くの生徒から「羽あり」希望が出て、追加購入した。「夜用」も購入希望あり。 ・「羽あり」を追加したら「羽なし」が減らなくなった。 			
学校の意見 (教職員含)	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒は概ね喜んでおり、節度をもって利用している。 ・生徒からの要望もあるので今後も継続して設置したい。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・地元市町村の小中学校でも生理用品の貸出をしている。 ・2月は3年生の家庭学習期間に入るため2学年分の調査となっている。 			

<事例 1 1 画像>

○トイレ共用部 (手洗い場付近)



設置かご



第3 モデル校以外の既実施校の取組

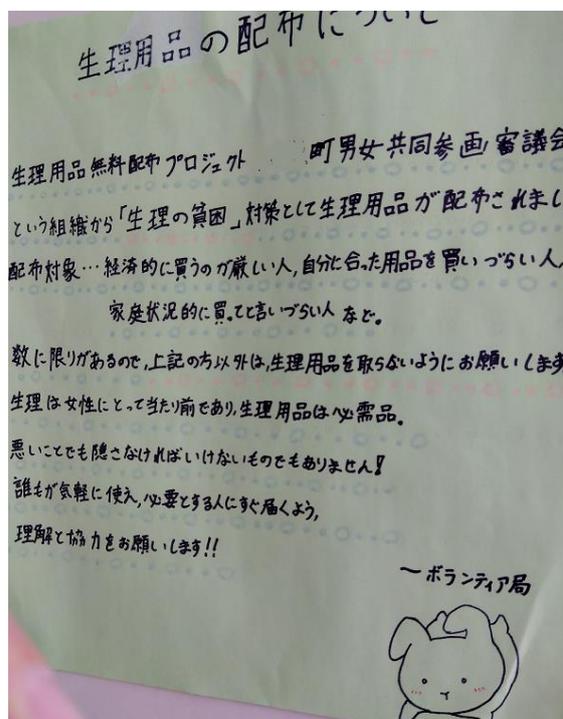
学校規模	女子生徒数 136名 (R4.5.1 現在)			
設置場所	女子トイレ個室 (一番奥)			
利用実績	区分	合計	生徒1名当	期間
	使用枚数	140枚程度	1.03	1ヶ月
経緯	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレの回数が少ない生徒が多いため大サイズが必要。 			
	<ul style="list-style-type: none"> ・地元市町村の匿名の高校生から、生理用品配付プロジェクトの実施団体に連絡があり、同団体から同校に連絡。 ・その後、同団体及び地元市町村から生理用品を寄附してもらうことになった。 ・ボランティア局で話し合い、トイレに設置することとした。 			
	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア部の女子生徒が担当。当初、都度補充していたが、使いすぎと考え、月に1回程度の補充に変更した。 			
補充の方法	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア部の女子生徒が担当。当初、都度補充していたが、使いすぎと考え、月に1回程度の補充に変更した。 			
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・無くなったら、実施団体に連絡し、補充を受けている 			

<画像>

○トイレ個室内



ボランティア局の案内



第4 参考資料

1 モデル事業の周知用リーフレット（案）

生理用品が必要になったみなさんへ

「予定よりも早く生理になった」など、
みなさん、いろいろな事情があると思います。
困った時でも、安心して学校生活を送れるよう、
生理用品を置いてありますので、
遠慮なく使ってください。



【アンケートへのご協力をお願いします】

学校トイレ等への生理用品の配置について、今後の検討の参考としたいので、みなさんの率直な意見を聞かせてください
(右のQRコードから回答してください)。



※「QRコードは(株)ゲンソーウェーブの登録商標です」

2 モデル校が利用した生理用品一覧

メーカー	品名	用途	羽	サイズ (cm)	個数	利用 校数
花王	ロリエ肌きれいガード	ふつうの日用	なし	20.5	30	1
花王	ロリエしあわせ素肌	多い昼用	なし	22.5	24	2
花王	ロリエ肌きれいガード	ふつうの日用	あり	20.5	40	1
花王	ロリエスリムガード	多い昼～ふつうの日用	あり	20.5	28	2
エリエール	エリス新・素肌感	昼用	あり	20.5	20	1
ユニチャーム	ソフィ ボディフィット	ふつうの日用	あり	21	44	5
ユニチャーム	ソフィはだおmoi極うすスリム	多い昼～ふつうの日用	あり	21	24	1
花王	ロリエしあわせ素肌	多い昼用	あり	22.5	20	2
花王	ロリエしあわせ素肌通気超スリム	多い昼用	あり	22.5	20	1
ユニチャーム	ソフィはだおmoi ふんわりタイプ	特に多い昼用	あり	23	20	1
花王	ロリエスリムガード	特に多い昼用	あり	25	19	2
ユニチャーム	ソフィボディフィット	夜用	あり	29	18	3
ユニチャーム	ソフィはだおmoi極うすスリム	多い夜用	あり	29	15	1
ユニチャーム	ソフィボディフィットスーパーナイトガード	夜用	あり	29	18	1
エリエール	エリス新・素肌感	多い日の夜用	あり	29	9	2
花王	ロリエ スリムガード	しっかり夜用	あり	30	15	1
花王	ロリエ朝までブロック340	特に多い夜用	あり	34	16	1
エリエール	エリス朝まで超安心 360	特に多い日の夜用	あり	36	12	1
ユニチャーム	ソフィ超熟睡	特に多い夜用	あり	40	10	1