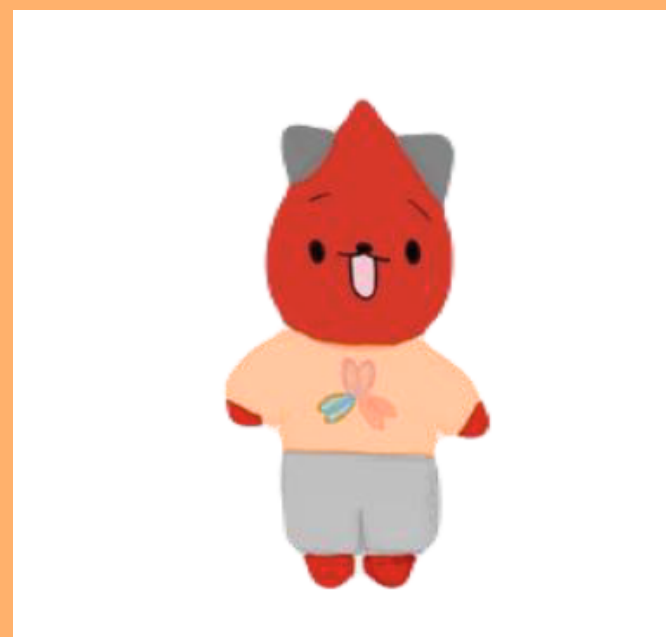




仙台赤門短期大学 まちかど保健室

ぴあミーティング活動報告



2026年3月10日

CONTENTS

- 01 活動目的
- 02 期待される効果
- 03 活動内容①～④
- 04 アンケート結果
- 05 協働課との連携内容と活動
- 06 活動による成果
- 07 課題
- 08 今後の活動について

1

活動の目的

PMS（月経前緊張症）や月経困難症、望まない妊娠、性感染症など、若者たちの性と健康に関する問題が山積みしています。それに伴い、私たちと同世代の若者は月経や身体の変化などに対して、様々な悩みを持っています。しかしそれを誰にも相談できず、悩みを自分だけで抱え込む人も少なくありません。それは正しい知識を学ぶ機会がないことが原因だと考えました。そのため、私たちは若者の同世代の若者に対し、看護を学んだ私たちが性や健康に関する正しい知識を伝えることにより、自分自身の身体とこころに向き合い、プレコンセプションケアや自分にあったライフプランを考えていけるように支援をすることが、活動の目的です。



2

活動により期待される効果

この活動で得られる効果を次の7つ挙げました

性に対する身体と心の仕組みを理解し、正常と異常の判断ができること

月経周辺のマイナートラブル（PMS、月経困難症など）に対するセルフケア方法を獲得できること

相談できる環境を整えることで、性や健康に関する悩みを持っている人を減少させること

若い世代の人々が、自身のライフプランを考える機会を持てること

男性の月経に対する理解を高めることができる

正しい知識を発信できる
→私たちの知識をより向上させることができる

正しい知識を得た人が、さらにそれを周辺に広げる効果がある

3

活動の内容

目的から分析し次の活動をおこないました

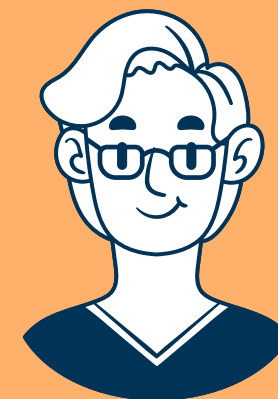
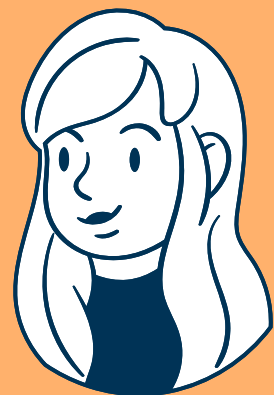
1.赤門まちかど保健室を利用した相談会・健康教室の開催

2. 赤門祭（学園祭）でのブース出展

3. SNSの活用

4. オリジナルキャラクターを作成

5. アンケートの実施



3-1

活動内容①

第1回
ぴあミーティング

「人に相談しづらい悩みがある」
「自分についてもっと知りたい」
など「身体や心」の気になることがある方ぜひご参加下さい！！
お菓子・ジュースもでるよ！！

対象年齢:15歳~22歳
相談対応者:仙台赤門短期大学の看護学生
日時:2025年8月18日 月曜日10時~15時
場所:仙台赤門短期大学 園分町サテライト校舎
参加費無料で予約制ではございませんので
好きな時間にご参加ください☆

11時・14時の2回 生理についてのミニ講座あるよ!!!
他には相談ブースや展示ブースもあるよ!!!

仙台市「ユースチャレンジ」コラボプロジェクト(若者部・若者協働事業推進制度)令和7年度実施事業

赤門まちかど保健室を利用した相談会・健康教室の開催

来場者数 3名

第1回目 内容

ミニ講話：生理についての話
(展示)

フェムケアグッズ

コンドーム

身体の仕組みを知るための絵本

プレコンセプションケアに関するタペストリー
アンケート



協働課との活動の振り返り

周知不足：学内・地域団体への直接告知が不十分であった

活動の内容が伝わりにくいのではないかと性や生理に関する相談は、入りづらいテーマではないか

目的の再確認

参加者の視点で考える

次回へのプラン

- ・新たな広報先の開拓
- ・相談出来る場づくりの前にまずは、「話せる・知れる場」づくり
- ・行きたいと思える場づくり

3-2

活動報告②

赤門祭（学園祭）でのブース出展（第2回）

✓ 展示

生理用品・フェムケアグッズ・
コンドーム・体の仕組みを知る
絵本・理想の献立

（目的）

知ってもらおう・そこから悩みを
相談できるきっかけとする

✓ アンケート回収 90名

✓ ミニ講話

テーマ：思春期・青年期の栄養

目的:将来の健康な体づくりのため
食事に対する正しく理解をする



✓（誕生体験）巨大骨盤模型 を使用

巨大骨盤模型を使い生命誕生の不
思議と尊さを学ぶ機会を提供

産道通過を疑似体験することで、
出産側・産まれてくる側双方の思
いを知るきっかけ

✓ タペストリー展示

プレコンセプションケアに関する
タペストリー

✓ アンケート

第2回

ぴあミーティング

in 赤門祭

性・健康に関する
悩み等

「人に相談しづらい悩みがある」
「自分についてもっと知りたい」

など「身体や心」の気になることが
ある方ぜひご参加下さい！！

お菓子・ジュースもでるよ！！

将来の
自分について

対象年齢:15歳~22歳

相談対応者:仙台赤門短期大学の看護学生

日時:2025年10月11日(土)

場所:仙台赤門短期大学1号館

参加費無料・予約制ではございませんので
好きな時間にご参加ください☆

生理についてのミニ講話あるよ!!!
他には相談ブースや展示ブースもあるよ!!!



オリジナルキャラクター
にょんくん

3-3

活動内容③



広報活動（SNSの活用含む）

☑ Instagram開設

ぴあミーティングの活動に発信

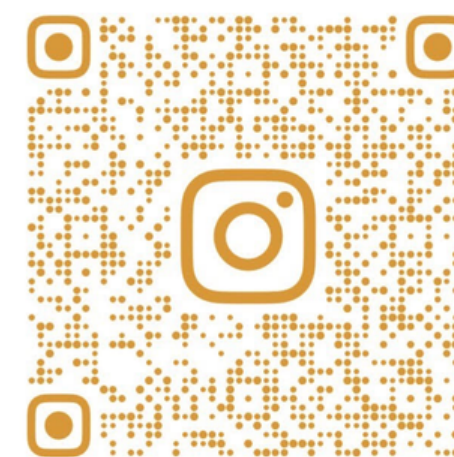
☑ 赤門Instagramに掲載

活動開催の前後に掲載依頼

☑ 活動チラシ作成・配架

仙台市民活動サポートセンター
を始め骨プロでの配架

商店街への配架



@PEER_MEETING

3-4

活動内容④



オリジナルキャラクターを作成



なまえ
によんくん

✓ 誕生秘話

月経にまつわる経血の不調や悩みが少しでも緩和できるよう、温かみのあるやさしい表情で寄り添うキャラクターとして誕生しました。
デザインはメンバーがおこない、メンバーの母親の手づくりによって生まれた、世界で唯一の貴重なマスコットです。

✓ こめられた願い

本学の理念「尊厳」「自立」「融和」のシンボルマークを身につけ、同世代の若者に対するプレコンセプションケアや地域貢献を通して、私たちも豊かな看護師に成長できるよう、願いを込めています

4



アンケートの内容

☑ アンケート内容 第1回目

- ぴあミーティングに対する感想
- 生理に関するミニ講話や展示に対する説明への理解度
- ミニ講話の分かりやすさについて
- 今後ぴあミーティングで取り上げて欲しいテーマについて

☑ アンケート内容 第2回目

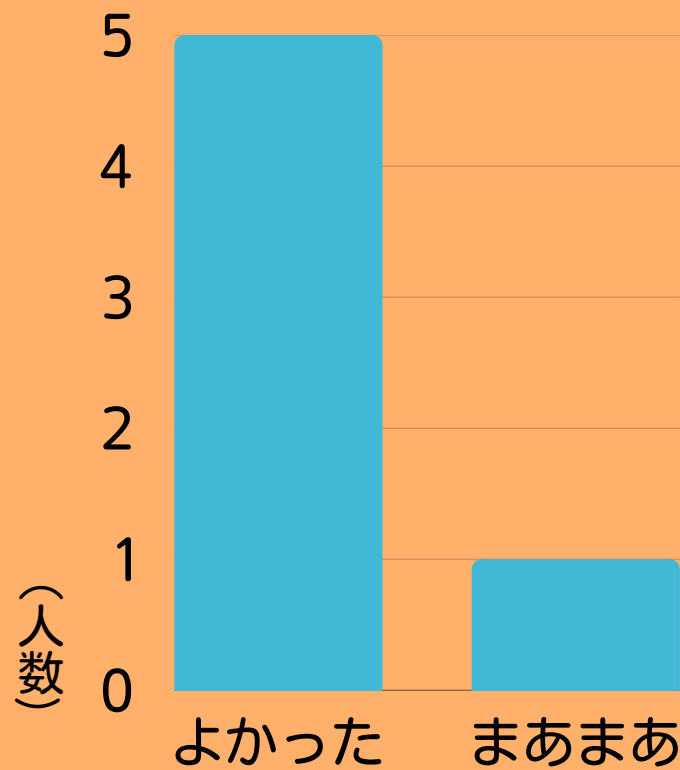
- 年齢
- 印象に残った展示や内容
- ミニ講話の参加の有無
- ミニ講話の感想
- 性や生理についての悩み

4-1

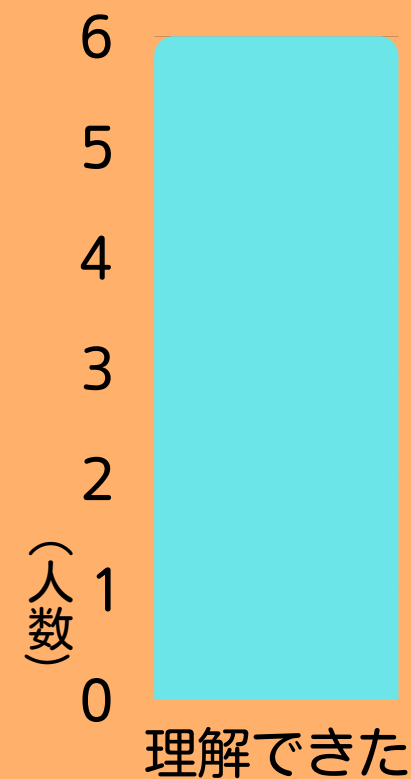
アンケート結果 (n-6)

第1回目のアンケート結果です

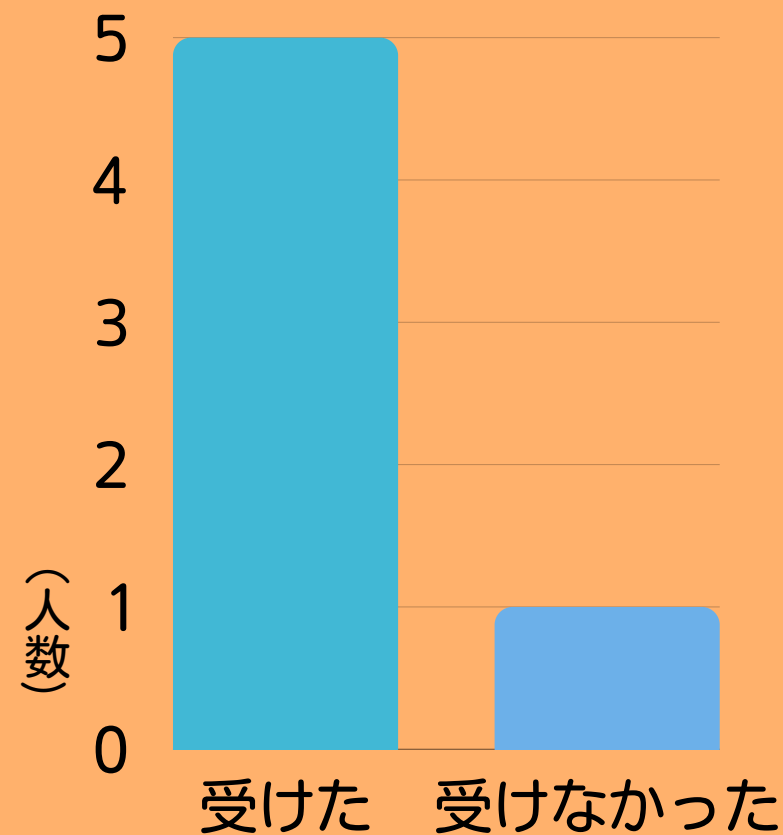
ぴあミーティングは
どうでしたか？



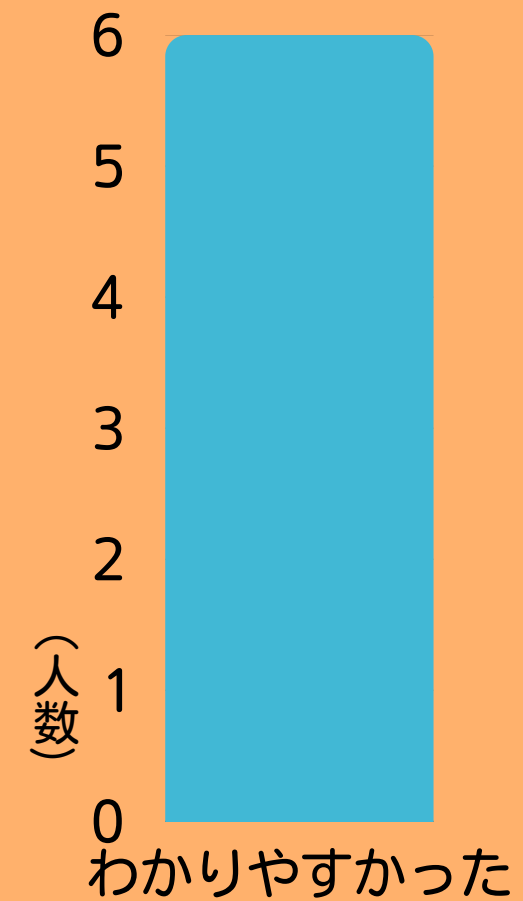
ミニ講話や説明は
理解できましたか？



ミニ講話は受け
ましたか？



ミニ講話は分かり
やすかったですか



取り上げて欲しい
テーマについての
希望

- 思春期の心理発達について
- 心理について
- 勉強の仕方の講座

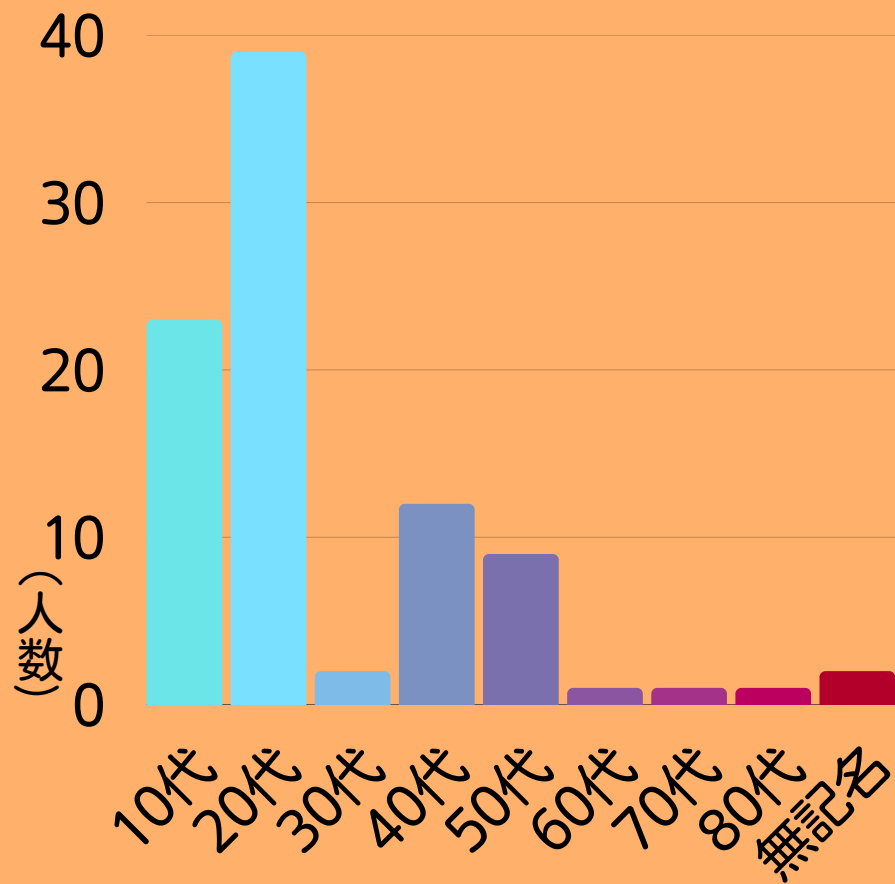
4-2 アンケート結果 (n-90) ①

第2回目のアンケート結果です

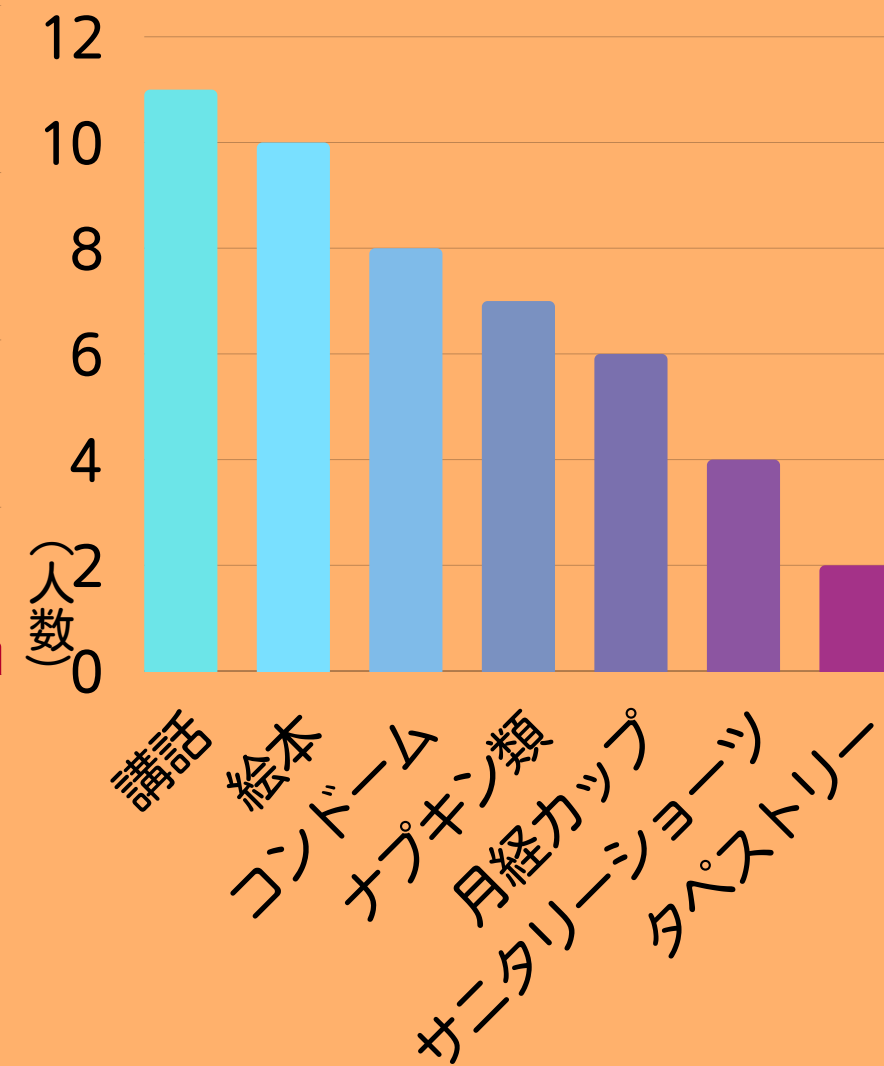
年齢区分

15歳～22歳：22名

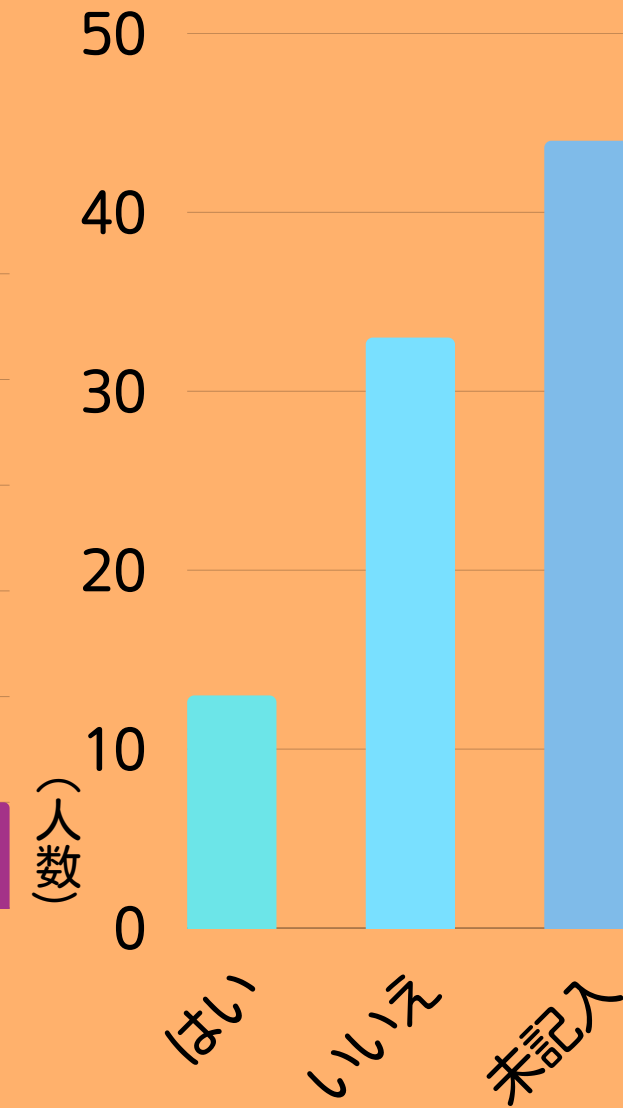
平均年齢：19.5歳



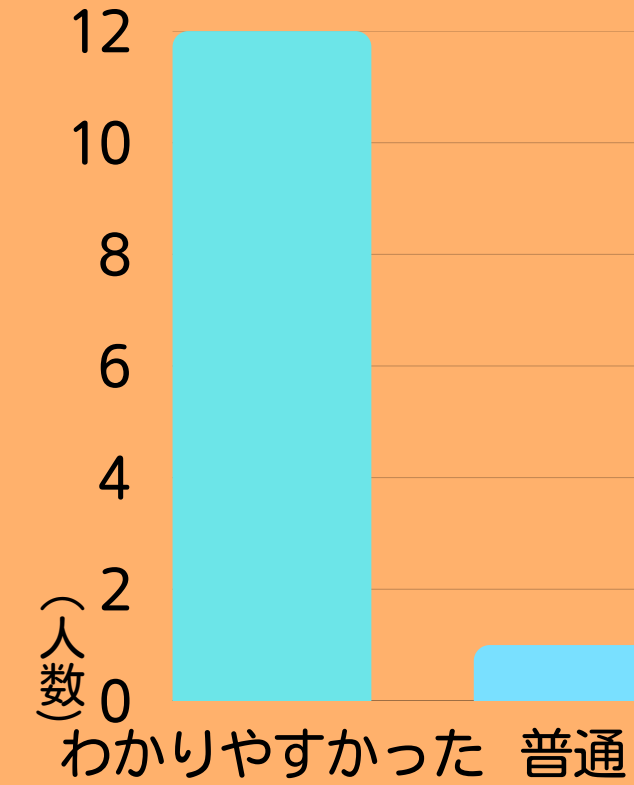
印象に残った展示や内容 (複数回答可)



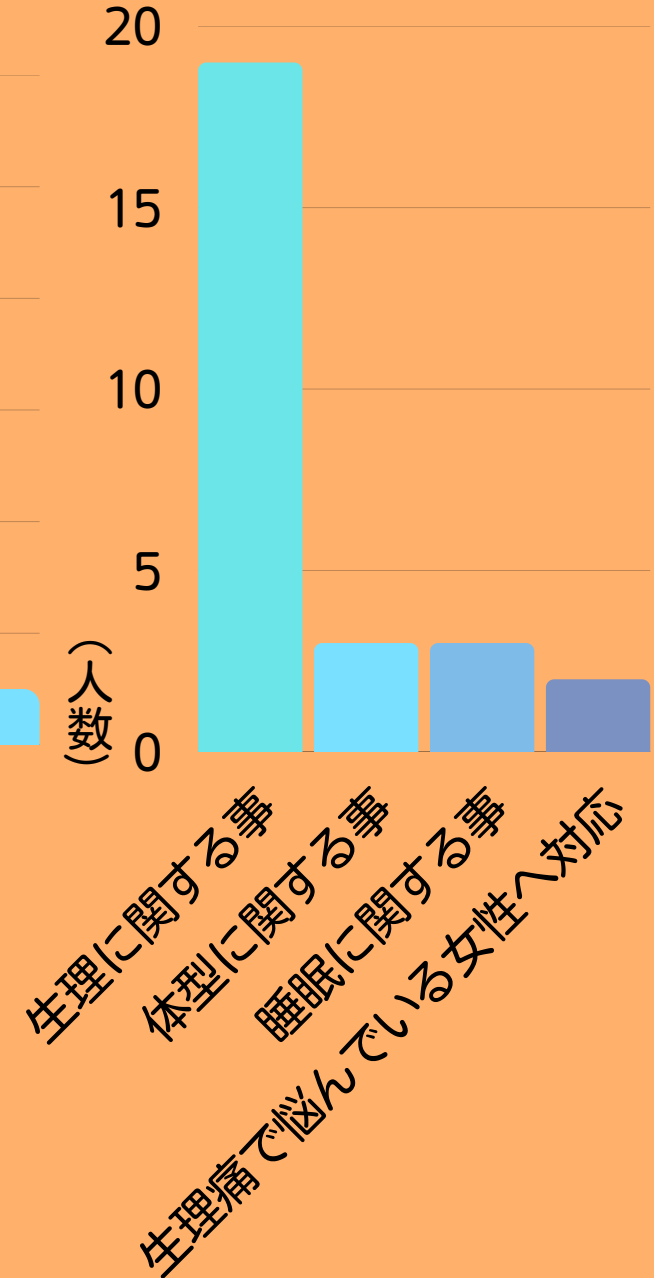
ミニ講話参加有無



ミニ講話の感想



性や生理についての悩み



4-2

アンケート結果 ②

取り上げて欲しいテーマについての希望

- 男性コーナーの拡張
- 月経の痛みを少しでも和らげる方法
- 体調不良時のセルフケア方法
- 恋愛について
- フットケア
- イライラするときの対処方法

自由記載



改善しつつ、自由な活動をお願いします

生理の時女性がつらそうな姿を見て何かしてあげたいけど、何をしてもあげて良いのかわからない

5 協働課との連携内容と活動 協働課：仙台市こども若者局こども家庭課保健課

- ①活動内容の関する打ち合わせ（7回開催）主旨と活動内容に齟齬が無いか検討/活動内容の協議
- ②協働課からの附帯意見に係る事業実施への反映状況
 - ・支援対象者を15歳～22歳と設定：相談内容が広がりすぎず学生の対応可能な範囲とした
 - ・医療,制度,支援窓口の情報を準備：学生は一次的な相談対応に専念し、相談者が自ら適切な専門機関へ繋がる機会を提供した
 - ・学生に対する学校側の支援体制の構築：担当教員より学生の心理的負荷の有無を確認し、いつでも相談に乗れるように配慮した
- ③参考意見に対する事業への取り入れ内容
 - ・展示品のセレクト：活動目的に合致する展示品の助言
 - ・広報エリアの拡大：仙台市イベント掲示板（骨プロ）の紹介
 - ・開催場所や日時の検討：人通りが多く、集まりやすい日時を検討
 - ・アンケート実施目的の整理：アンケート内容の微調整

2 協働課作成のプレコンセプションケアに関するチラシ配架、借用したタペストリーを活動に活用

3 仙台市内にあるフェムケア専門店へのつながりを作っていたいただき、展示品の購入、チラシ配架や店頭サインージへの掲載を継続的にお願いしている

6

活動の成果



1 若者の性や健康に関する悩みをリアルに理解できた

来場者からの話やアンケートなどから、生理痛や月経前の心身の変化について悩んでいることが直接伝わり、今後の活動を考えるきっかけとなった

2 悩みを相談できる相手（場所）の少なさを理解した

抱え込み悩む状況にある方に対し、正しい知識を伝える役割の必要性を再認識した

3 プレコンセプションケア活動の必要性を再認識した

同世代の若者に対する活動を継続していく必要性を感じた

4 自然に相談が始まった

展示している生理用品を見て「初めて知った」と興味を持つ高校生が自然に悩み事の相談になっていった。

5 対象者だけではなく、保護者への関わりができた

保護者が抱える子どもの悩みの相談への対応をしたこともあった

6 自身に向き合うきっかけになった

私達自身の知識を深めることやライフプランを考える機会となった

7

課題



活動を維持向上させるための提案の検討

1

活動周知方法

活動内容をより広く知ってもらうため、現在の配架先に加え新たに協力いただける場所を検討

2

人材・財源の確保

鍼灸手技療法科学生への声かけ及び4月入学生に対し活動を理解し主旨を理解し共に活動するメンバーを募集
4月からの活動費の確保のため、助成金申請の検討

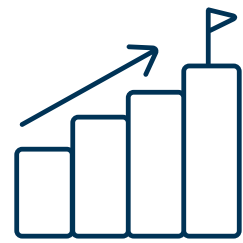
3

メンバーの知識の向上

定期的な学習の場を設け相談時に自信をもって乗れるようにする

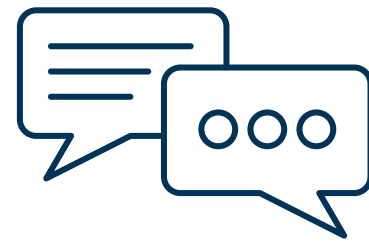
8

今後の活動について



出前講座

ぴあミーティングメンバー出身
高校へ出向いて、後輩へ正しい
知識を得てもらうための活動



活動を客観視し、心身への の悩みに対応

若者たちの心身の健康に対する
ニーズを把握し、ニーズに沿っ
た対応を計画

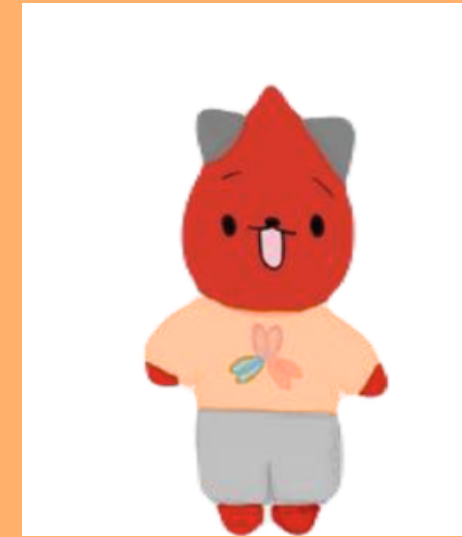


男性向けの活動の検討

男性特有の悩みに対する教育・
支援

次回開催：第4回ぴあミーティング
場所：イオン仙台泉大沢店
時間：10時～15時

最後に



今回の活動を通して、日頃友人と話している悩みが、同じ年代の多くの人にも共通していることを強く感じました。相談に向き合う力を高め、幅広い内容に寄り添えるよう成長していきたいと思っています。

参加者の皆さんからいただいた声は、活動をより良くする大切な気づきとなりました。アンケートにご協力いただいた皆さん、来場してくださった皆さん、本当にありがとうございました。そして、活動に対する的確なアドバイスをいただき、未熟な私たちをあたたかく導いてくださいました関係機関の皆様には、こころから感謝いたします。

今後も皆さんの声を大切にしながら進めていきますので、あたたかい応援をどうぞよろしくお願いします。