

ガマンしなくていいんだよ。

すべての女性が生理を前向きに捉えられるように。「生理痛専用薬」ならエルペインコーワ。

毎月やってくる生理。生理が毎月来るとは、女性にとって健康であることの証。けれど、カラダとココロのバランスが崩れやすいからこそ、生理の時期を憂うつと思う方も多いのではないのでしょうか。そして、もしかしたら、生理について話すことに恥ずかしさや抵抗感があって、周囲に相談できない、と思う方もいるかもしれません。

生理でしんどいときやツライとき、何か不安なことがあるときは、その痛みやしんどさをあなたひとりだけで抱え込まないで。ガマンせず、先生や、保護者の方など周りの人にも相談してみませんか。生理痛があまりにも重い時は、カラダからSOSのサインが出ているのかもしれないので、お医者さんにも相談してみましょう。

ツライ時はひとりで無理をしない、ガマンをしない。

そんなメッセージを届けられるように

エルペインコーワはこれからも生理に関する様々な情報を発信していきます。

周囲に生理で悩んでいる方がいるときは…

生理の悩みには、先生、保護者など大人の方々や、友人、クラスメイトなど周囲のみなさんの理解も必要です。

男性、女性を問わず生理のしくみを知っていただき、悩んでいる人がひとりでガマンしないようにぜひ声を掛けてください。

そして、生理時の症状や悩みはひとそれぞれ。

ひとりひとりに寄り添って、その人の悩みやツラさに耳を傾け、みんなで生理の悩みを共有できる環境を作っていきましょう。



ツライ時は、ガマンしなくていいんだよ。私たちも、あなたの生理の悩みに寄り添います。

