



2026年3月11日

リポビタンファイน์連続調査企画「頑張るあなたの疲れ実態調査」第五弾

—国際女性デーに考える、女性の疲れとプレゼンティーイズムの実態—

働く女性の約2人に1人 疲労で本来の力を発揮できていない！

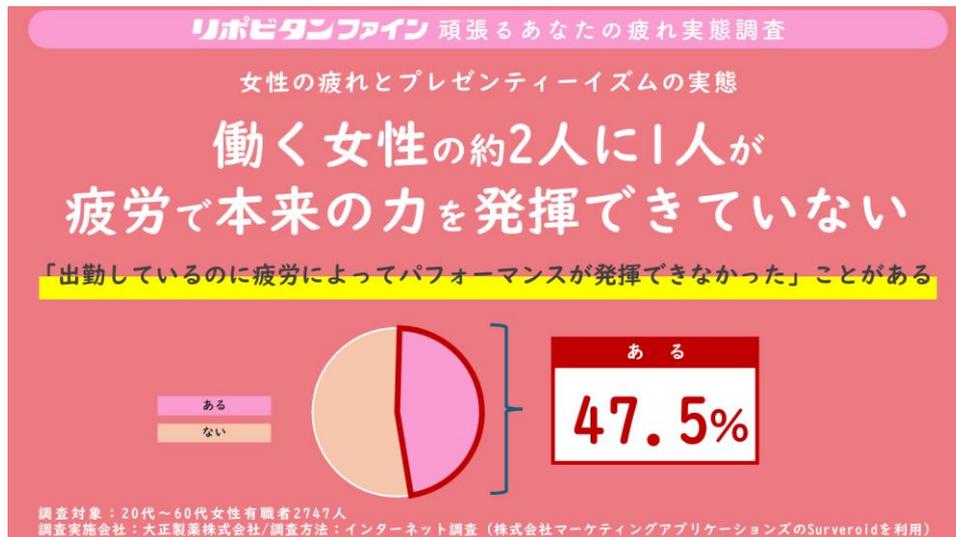
大正製薬株式会社の、朝や日中の疲れや体のだるさを感じる女性におすすめするリポビタンファイน์は、様々な女性の生活に潜む多様な“疲れ”の実態を明らかにする連続調査企画「頑張るあなたの疲れ実態調査」を複数回にわたり実施・公開しています。

第五弾となる今回は、3月8日の国際女性デーに向けて、“疲れ”と“プレゼンティーイズム＝出勤はしているが、生産性が低下している状態”の実態について調査しました。プレゼンティーイズムはアブセンティーイズム(欠勤による損失)よりも見えにくい一方、企業や社会にとって大きな損失につながり*1、その経済損失は約37兆円におよびます*2。

調査の結果、女性のプレゼンティーイズム(出勤時の生産性低下)には、“疲労”という見過ごされがちな要因が大きく関わり、働く女性の約2人に1人が疲労により本来のパフォーマンスを発揮できていない実態が明らかになりました。

*1:厚生労働省保険局「コラボヘルスガイドライン」

*2:一般社団法人日本リカバリー協会「リカバリー(休養・抗疲労)白書2025」



<調査結果サマリ>

- 働く女性の、約2人に1人(47.5%)が、
「出勤しているのに疲労によってパフォーマンスが発揮できなかった」ことがある！
- 「プレゼンティーイズム」を知っていたのは1割以下(7.3%)！
- 働く女性の、「疲労によるプレゼンティーイズム」が最も多いのは月曜日！

<調査概要>

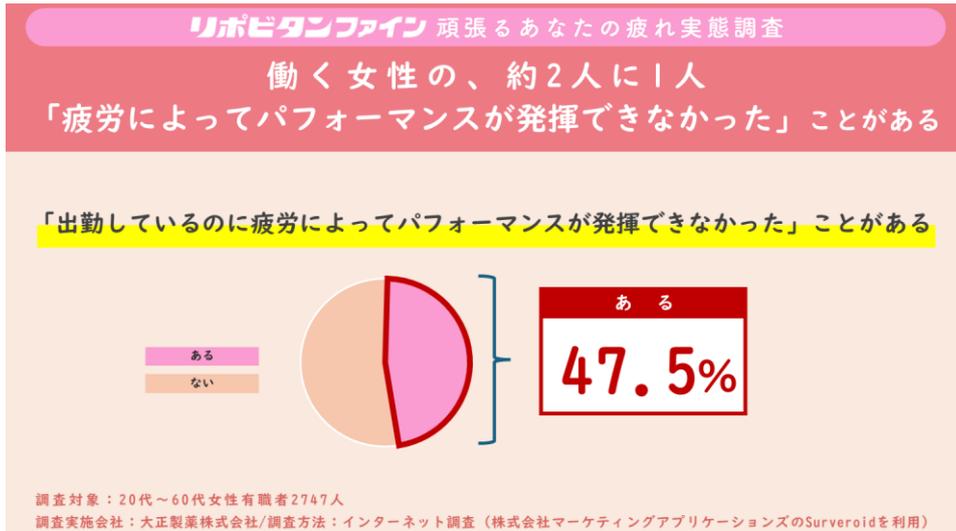
調査実施会社：大正製薬株式会社/調査方法：インターネット調査(株式会社マーケティングアプリケーションズのSurveroidを利用)/調査期間：2026年2月3日～2026年2月4日/対象者：20代～60代女性有職者 2747人

<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>
大正製薬株式会社 メディア推進部 03-6382-7304
梶田 寛文 h-kajita@taisho.co.jp
田中 秀治 shuj-tanaka@taisho.co.jp

【調査結果詳細】

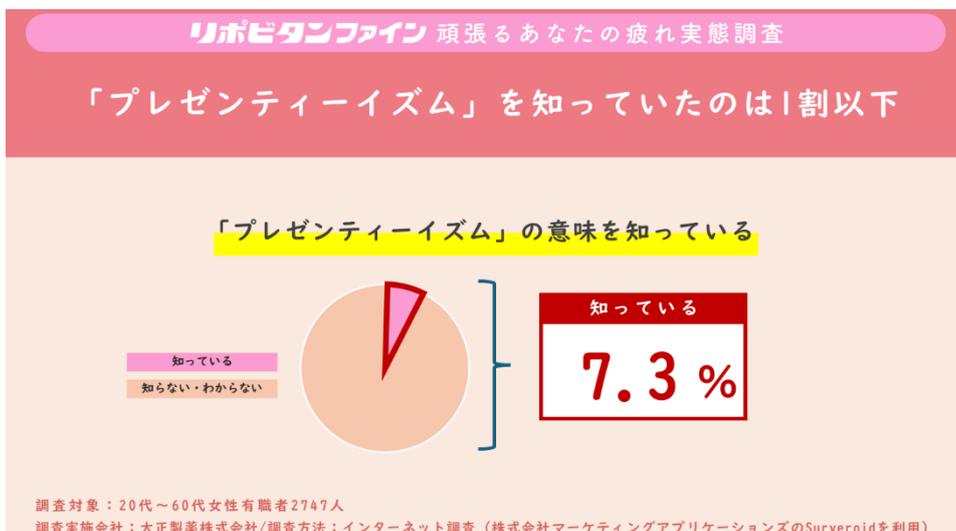
1. 働く女性の、約2人に1人(47.5%)が「疲労によってパフォーマンスが発揮できなかった」ことがある!

働く女性(20代~60代女性有職者 2747人)に「出勤しているのに疲労によってパフォーマンスが発揮できなかったことがありますか?」と尋ねたところ、「ある」と回答された方が47.5%となりました。働く女性の約2人に1人が、「疲労」による出勤時の生産性低下を経験している実態がわかりました。



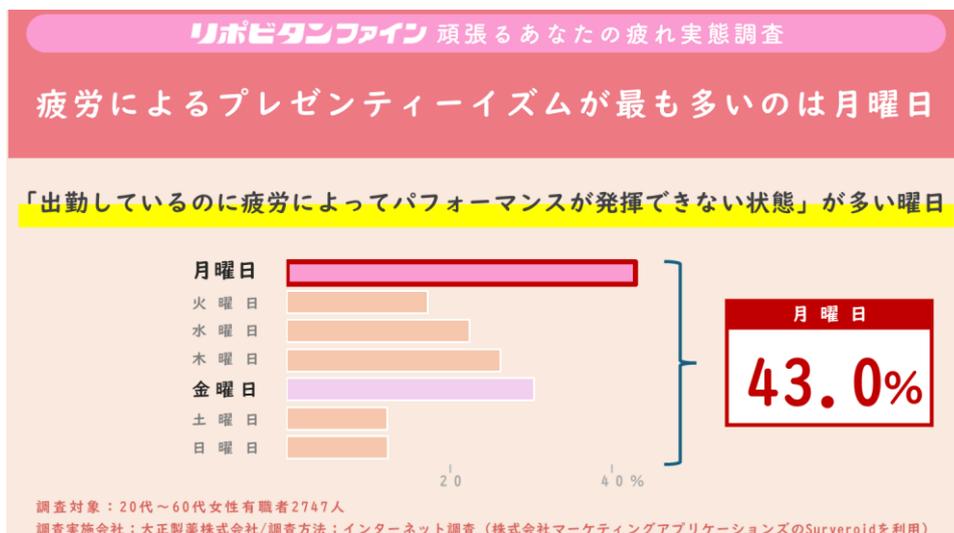
2. 働く女性、「プレゼンティーイズム」を知っていたのは1割以下(7.3%)!

同様に働く女性に、「プレゼンティーイズム」の意味を知っているかを尋ねたところ、「知っている」は7.3%、「知らない・わからない」は92.7%となりました。疲労により本来の力を発揮できない「プレゼンティーイズム」を経験された方が多い一方で、その状態を示す概念や言葉の認知は、まだ十分に浸透していない実態が示唆されました。



3. 働く女性の、「疲労によるプレゼンティーイズム」が最も多いのは月曜日！

さらに働く女性に、「出勤しているのに疲労によってパフォーマンスが発揮できない状態」が多い曜日について尋ねたところ、最も多かったのは月曜日(43.0%)で、次いで金曜日(30.4%)となりました。疲労によるプレゼンティーイズムは、平日の始めと終わりに生じやすい傾向が明らかとなり、快適な一週間のスタートや週末に向けたパフォーマンスの発揮のためにも、疲労への対策が重要であることが推測されました。



“プレゼンティーイズム”は、月経症状など女性特有の悩みが要因として注目されがちですが、今回の調査を通じて、これまで見過ごされやすかった“疲労”にも目を向ける必要があることが示されました。

大正製薬は20年以上女性の疲労に着目した研究開発を進めています。働くシーンでの疲れはそのままにせず、疲労回復・予防、そして栄養不良に伴う身体不調の改善にもおすすめのリポビタンファイน์(指定医薬部外品)を飲むことから、日々の疲れの対処をはじめてみてはいかがでしょうか。

「リポビタンファイน์」はこれからも、家庭や職場、地域コミュニティといった様々な生活シーンに潜む、女性の多様な疲れの実態にフォーカスを当てるとともに、毎日がんばる方々に寄り添い、応援するブランドを目指してまいります。

これまでの、リポビタンファイน์「頑張るあなたの疲れ実態調査」

第一弾:働くお母さんの9割が疲れを感じるが、特に対処出来ていない!「疲れた“ママ”」の常態化が明らかに!

URL <https://www.taisho.co.jp/company/newsletter/2025/20250508001903/>

第二弾:「疲れた“ママ”」の常態化が明らかに!働く女性の8割以上が“疲労スルー”状態!

URL <https://www.taisho.co.jp/company/newsletter/2025/20250522001918/>

第三弾:働く女性が体力低下を最も実感するのは40代!女性体力の“40代の壁”が明らかに!

URL <https://www.taisho.co.jp/company/newsletter/2025/20250529001993/>

第四弾:働く女性の“押し活”には体力が必要!?押し活女性の3人に1人が“推しトレ”に取り組む!

URL <https://www.taisho.co.jp/company/newsletter/2025/20250605001918/>

<参考情報>

「リポビタミンファイン」製品概要



販売名:リポビタミンファインN2

製品区分: **指定医薬部外品**

希望小売価格:180 円(税込)

<用法・用量>

15 才以上 1日 1回 1本

<効能・効果>

- ◆ 疲労の回復・予防
- ◆ 体力、身体抵抗力又は集中力の維持・改善
- ◆ 日常生活における栄養不良に伴う身体不調の改善・予防:疲れやすい・疲れが残る・体力がない・身体が重い・身体がだるい、肌の不調(肌荒れ、肌の乾燥)、目の疲れ、肩・首・腰又は膝の不調、二日酔いに伴う食欲の低下・だるさ
- ◆ 虚弱体質(加齢による身体虚弱を含む。)に伴う身体不調の改善・予防:骨又は歯の衰え
- ◆ 病中病後の体力低下時、発熱を伴う消耗性疾患時、食欲不振時、妊娠授乳期又は産前産後等の栄養補給

<その他特徴>

- ◆ 糖類ゼロ
- ◆ ピーチ&グレープフルーツ風味

◇商品のご購入はこちら

[リポビタミンファイン 商品 Amazon サイト](#)



<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

大正製薬株式会社 メディア推進部 03-6382-7304

梶田 寛文 h-kajita@taisho.co.jp

田中 秀治 shuj-tanaka@taisho.co.jp