

# 令和8年度生理休養制度の実施について(概要)

## 1. 目的・趣旨

本制度は、生理に伴う体調不良(PMS(月経前症候群)を含む)により、学修活動への参加が困難な学生が休養できる環境を整えるとともに、学修機会の確保を図ることを目的として導入します。

欠席を免責する制度ではなく、授業の到達目標や評価の公平性を確保しつつ、代替的な学修機会の確保を通じて、成績評価において過度な不利益が生じないように配慮する枠組みとして位置付けます。

## 2. 制度の基本的な考え方

- ・本制度を利用した欠席は、公欠扱いとはしません。
- ・生理に伴う体調不良時に、学生が安心して休養し、成績評価において過度な不利益が生じないように学修上の配慮を行います。
- ・診断書等の提出は原則不要とし、心理的負担、プライバシーに配慮します。
- ・授業の到達目標・内容を損なわない範囲で、代替的な学修機会の確保を基本とします。
- ・本制度は、学生が自身の健康状態を適切に把握し、必要な医療支援につながることを目的とします。
- ・制度利用学生には、医療機関への受診を指導します。  
(制度利用学生は、10月末までに保健管理センターへ専門医受診の報告が必要です。)
- ・入学前に PMS、PMDD の診断があり、通院加療中の学生および体調不良が継続する場合には、診断書の提出を求めた上で、「合理的配慮」など別制度の利用を案内します。

## 3. 実施時期

令和8年度: 試行(利用状況や意見等を踏まえ、検証・改善)

令和9年度: 本格実施(予定)

## 4. 対象者

原則として新入生。ただし、令和8年度は試行のため、在生も対象とします。

## 5. 申請要件

PMS(月経前症候群)を含め、生理中の症状は多様であることを前提とし、以下の状態を基本要件とします。なお、診断書等の提出は不要とします。

- ・身体的に動けないくらいつらい
- ・起き上がることはできるが、大学に通学することが困難

## 6. 申請・利用の流れ(別添フロー参照)

①制度の利用を希望する学生は、申請期間内に申込フォームにより申込みをしてください。

<https://forms.cloud.microsoft/r/Y5mxCy6QY6>

申請期間: 在生 令和8年2月下旬～3月末

新入生 令和8年4月中旬～4月末

②保健管理センターは、①の申込内容を確認し、事前に設定した日時に面談実施の上、制度利用対象者を決定します。(在生は4月実施、新入生は5月実施)

③保健管理センターは、申込者に対し、制度利用の可否結果を通知します。

(在生には4月末まで、新入生には5月末まで)

④制度利用が認められた学生は、所属学部教務担当等に申請の上、制度を利用することができます。

制度利用は、在學生は3回まで(5,6,7月)、新入生は2回まで(6,7月)  
各回の利用期間は1日までとします(当日の全授業の欠席を義務付けるものではなく、参加可能な授業への出席は可能)。

⑤所属学部教務担当等は、④の利用申請があった場合、授業担当教員に通知します。

⑥授業担当教員は、利用申請のあった学生に対し、成績評価において過度な不利益が生じないよう学修上の配慮を行います。

## 7. 想定される学修上の配慮

授業の到達目標や内容に基づき、以下のような対応が想定されます。

オンデマンド授業の提供、追試験の実施、実験・実習における補講または代替課題の提供、講義資料の提供、代替課題の提示。

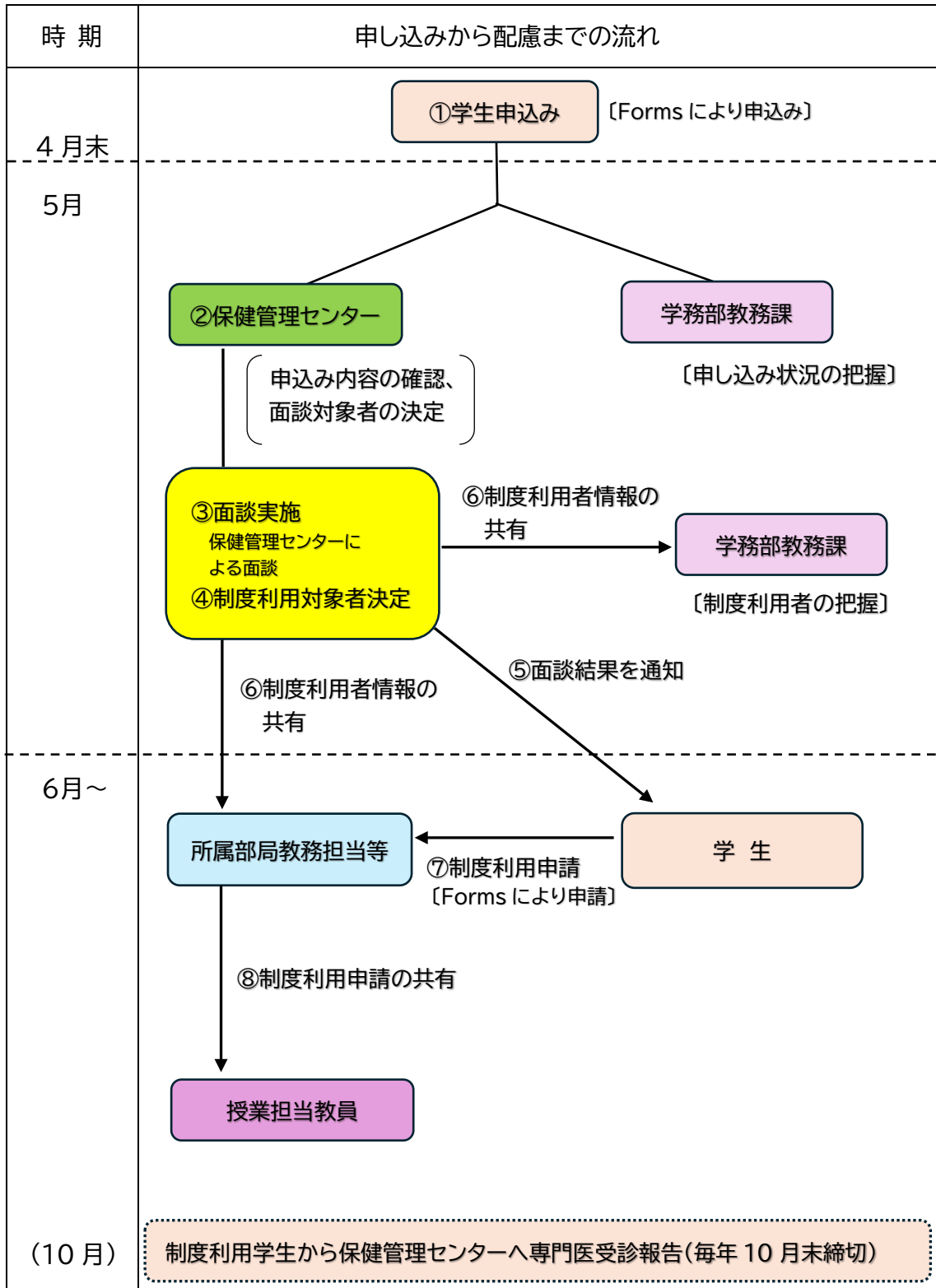
なお、授業の特性上、十分な配慮が難しい場合もありますので、あらかじめご理解ください。

具体的な対応方法については、授業の性質等を踏まえ、授業担当教員が判断します。

ご不明点がありましたら、下記担当へメールにてご相談ください。

<お問い合わせ先>  
学務部 教務課 教務企画担当  
[jm2105@hirosaki-u.ac.jp](mailto:jm2105@hirosaki-u.ac.jp)  
または、  
[jm3108@hirosaki-u.ac.jp](mailto:jm3108@hirosaki-u.ac.jp)

生理休養制度(試行)事務処理フロー 新入生用



生理休養制度(試行)事務処理フロー 在学生用(2026年度のみ)

