令和 8 年 1 月 28 日　教育委員会決定
令和 8 年 9 月 10 日　改定

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する。

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配慮する枠組みとして位置付ける。

2. 制度の基本的な考え方

- 本制度を利用した欠席は、公欠扱いとはしない。
- 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学修上の配慮を行う。
- 診断書等の提出は原則不要とし、学生の心理的負担、プライバシーに配慮する。
- 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する。
- 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する。
- 制度利用学生には、医療機関への受診を指導する。（専門医受診の有無について、前期からの制度利用学生は 10 月末までに、新規申請による後期からの制度利用学生は翌年 2 月末までに、保健管理センターへ報告すること。）
- 体調不良が継続する場合は、診断書の提出を求めたうえで、「合理的な配慮」など別制度の利用を案内する。
- 入学前に PMS、PMDD の診断があり、通院加療中の学生については、当初より学生特別支援室経由での「合理的な配慮」申請という形で、長期的なサポートを勧める。

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・改善を行う）
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、在学生も対象とする。

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する。なお、診断書等の提出は不要とする。

・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）前期からの継続利用者

①学務部教務課は、9 月末までに、前期に制度利用が認められた学生に対して、後期も継続利用が可能である旨を弘大メールで通知する。

②後期も制度継続利用が認められた学生は、指定された Forms から申請の上、制度を利用することができる。

後期の制度利用は、原則として、４回まで（10,11,12,1,月）とし、各回の利用期間は１日までとする（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。）。

③所属学部教務担当等は、②の利用申請があった場合、授業担当教員に通知する。

④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う。

（２）後期からの新規申請者

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する。

申請期間： 令和８年９月中旬～ 10 月５日（月）

②保健管理センターは、①の申込内容を確認し、面談実施の上、新規申請による後期からの制度利用対象学生を決定する。（10 月実施）

③保健管理センターは、申込者に対し、10 月末までに制度利用の可否結果を通知する。

また、可否結果を教務課及び所属学部教務担当等に情報共有する。

④制度利用が認められた学生は、指定された Forms から申請の上、制度を利用することができる。

後期の制度利用は、原則として、３回まで（11,12,1 月）とし、各回の利用期間は１日までとする（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する。

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う。

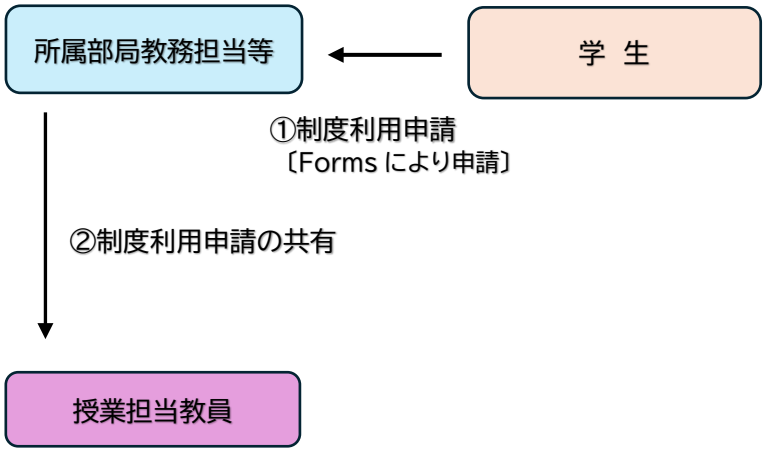
7. 想定される学修上の配慮

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る。
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
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する。

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
または、
jm3108@hirosaki-u.ac.jp
「なんでも相談」ではなく、
「教務課」へお問い合わせください。

（1）生理休養制度（試行）事務処理フロー　前期からの継続利用者用

時　期	申し込みから配慮までの流れ
～9 月末	学務部教務課から、前期に制度利用を認めた学生に対して、 後期も継続利用が可能である旨を弘大メールで通知
10 月～	 制度利用学生から保健管理センターへ専門医受診報告（10月末締切）

（2）生理休養制度（試行）事務処理フロー　後期からの新規申請者用

