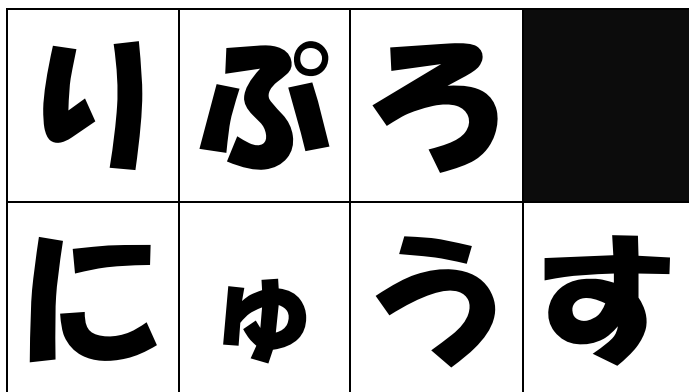




2016 年 12 月号 Vol. 44

編集・発行／リプロネットみやぎ

## CONTENTS

■2016 年 リプロ「性の健康」を守る基礎講座

第 2 回・第 3 回 開催報告

■若者のための市民活動体験 開催報告

リプロ「性の健康」基礎講座

## 第 2 回 軽視できない「月経痛」のこと ～月経痛は病気のサイン？～

2016 年 10 月 22 日(土)／仙台市市民活動サポートセンター研修室

講師：船山由有子さん(リプロネットみやぎ役員、産婦人科医)

参加人数：8人(一般2人、会員6人)

### 【女性のライフステージの変化と月経】

女性の生涯未婚率は年々高まり(1960 年 1.88%→2010 年 10.61%)、初産年齢は年々遅くなっています。すなわち、少産化、晩産化が進んでいます。さらに、現代女性は昔に比べて初経年齢が早まり、閉経年齢が若干遅くなっています。したがって、生涯に経験する月経の回数が昔の女性に比べて増加し、このことが女性の健康に大きな影響を及ぼしています。月経異常、月経痛、月経困難症、子宮内膜症といったトラブルや病気のリスクにさらされているのです。



### 【月経異常】

平均的な月経周期は 25～38 日、月経期間は3～7日、月経血量は 50～180ml。この範囲を超えていたら、さまざまな疾患が考えられます。月経痛は、排卵によって増殖した子宮内膜でプロスタグランジンという成分が増加し、子宮を収縮させることで起きます。軽い腹痛や腰痛、頭痛があるのは通常の状態ですが、生活に支障をきたすほどの痛みや吐き気がある場合は月経困難症といわれます。

### 【月経困難症】

月経困難症の総患者数は 800 万人以上といわれますが、そのうち治療を受けている人はわずか 10%。日本では「月経痛は病気じゃない。我慢するもの」という考える人が少なくありません。けれども、その陰に病気が隠れていることがあるので、ぜひ我慢せずに婦人科を受診してください。

月経困難症は「機能性」と「器質性」に大別されます。

機能性月経困難症は子宮の強い収縮や骨盤内の充血、過多月経による経血の排出困難、子宮發育不全、ストレスなどの原因で起き、10 代後半から 20 代前半に多く見られます。月経痛で医療機関を受診した女性の約

46%がこの機能性月経困難症だというデータがあります。治療法は薬物療法(鎮痛薬・ホルモン薬・漢方薬)や精神面の指導などです。

一方、器質性月経困難症は子宮内膜症、子宮腺筋症、子宮筋腫、子宮の形態異常、性器の炎症、クラジミア感染などが原因で、20～40代に多く、原因となっている病気の治療(薬物療法・手術)を行わなければなりません。最も多い原因は20～30代の場合、子宮内膜症で5～6割、40代の場合は子宮筋腫が5割です。

## 【子宮内膜症・子宮腺筋症・子宮筋腫】



子宮内膜症:子宮内膜に似た組織が子宮以外の臓器(卵巣や腹膜)にでき、月経のたびに増殖・剥離を繰り返すことで炎症や癒着を引き起こす病気。ライフサイクルの変化によって年々増加しており、患者の30～50%が不妊症、不妊症患者の25～50%が子宮内膜症患者というデータがあります。ホルモン療法や手術によって治療します。

子宮腺筋症:子宮内膜組織が子宮筋層の中にでき、月経のたびに増殖・剥離を繰り返す病気。病気が進むにつれて、子宮筋層が厚くなります。

子宮筋腫:子宮筋層にできた良性の腫瘍。

## 【婦人科を受診しよう】

月経困難症の段階で治療をし、子宮内膜症への進展を防ぐことが重要です。若い人たちはなかなか婦人科を受診してくれないので、情報が伝えられません。月経がひどい場合は、ぜひ早めに婦人科を受診するよう皆さんの周りに発信してください。



=====

リプロ「性の健康」基礎講座

### 第3回 現代女性のライフスタイルと「妊娠適齢期」とのズレ

～私の“妊活”も少し振り返って～

2016年11月26日(土)／村口きよ女性クリニック

講師:柴田泰子さん(リプロネットみやぎ会員)

参加人数:9人(一般1人、会員8人)

## 【初婚年齢、初産年齢ともに上昇している】

「妊娠適齢期」について具体的な定義はありませんが、一般的には「20～34歳」頃と言われています(北村邦夫監修:「将来、ママにパパになりたいあなたへ」より)。内閣府から発行されている少子化社会対策白書(平成27年度版)を見ると、2013年は平均初婚年齢(妻)が29.3歳、平均初産年齢は30.4歳であり、1980年と比べるとそれぞれ約4歳上昇しています。第一子出生時年齢の「平均」が30.4歳ですから、その後、二人目、三人目と考えた時、「妊娠適齢期」に子どもを産み終えるのはやはり難しい状況です。また、生涯未婚率も男女ともに上昇しており、男性は1980年2.6%だったのが2010年には20.14%と約10倍にも増加しました。

## 【恋愛・結婚、正規雇用・非正規雇用では大きな差が・・・】

次は、恋愛への意識や恋人の有無、または結婚意識についてのデータです。20代独身男性で正規雇用労働者と非正規雇用労働者を比較すると、「将来結婚を希望する意識」に約20%もの差が見られました。「恋人が欲しいか」についても、年収400万円以上の男性とそれ以下の方で比較すると20%の差があり、収入が高い人ほど「恋人が欲しい」と答えています。女性にも同じ傾向が見られました(平成26年度「結婚・家族形成に関する意識調査」報告書より「恋人がいない20・30代の独身男女対象」)。つまり恋愛・結婚というとても個人的な問題には、働き方の問題、経済力の問題という社会的な問題が深く関係しているのです。

## 【非正規雇用・失業率、若者層に高い】



日本では、非正規雇用労働者が年々増えており、その問題は、これからまさに未来を創り上げていくであろう「若者層」に重くのしかかっています。少子高齢化が加速するわが国にとって、出生率を上げていくことが喫緊の課題となっていることはよく分かりますが、この「雇用」の問題に切り込むことなしに問題の解決は見えてこないと思うのです。他にも、仕事と子育てを両立できるための社会保障の見直しや、高すぎる教育費の問題など、課題は山積

しています。どんな政治・社会を私たちは望んでいるのか、よく考えて投票していくことが大切だと考えています。

### 《参加者の感想》

恋愛・結婚と職業との関連性があるということで、非正規職の若者の結婚に対する意欲が落ちることと合わせて「恋人が欲しいと思わない」若者が増えていることは、なんと悲しいことかと思います。非正規雇用の問題が、若者の結婚や恋愛の夢さえも奪っている事実、悲しさといら立ちを感じてしまいます。

「個人的なことは社会的なこと」というのは、まさにその通りですね。単に「妊娠適齢期に妊娠しなさい」と話して解決する問題ではありません。女性の社会進出と晩婚化が進む今、現実の問題として「妊娠適齢期」があることは事実なので、それを「自分の問題」としてとらえて人生を選択する必要があると思います。その選択のための情報として「年齢別自然流産率」などの情報は重要でインパクトが大きく、しっかり伝えたい情報だと思います。講師の個人的な体験も、明るくお聞かせいただき、よく分かりました。(50代・男性)



## 2017年度 若者のための市民活動体験 開催報告

### 性の健康について大学生と語り合う

2016年11月10日(木)午後7:00、今年で8回目になる「若者のための市民活動体験」をエル・ソーラ仙台大研修室で開催しました。在仙の大学生を対象にさまざまな市民活動を体験する機会を提供する事業で、主催はせんだい男女共同参画財団です。この企画にリプロネットみやぎは初回から参加しています。

今回は東北学院大、仙台白百合大、東北福祉大、東北生活文化大から女性8人、男性 4 人が参加しました。昨年より参加人数は少ないものの、男女別に3グループに分かれて、熱心な話し合いがなされました。

プログラムのはじめに、リプロネットみやぎの村口喜代代表が「リプロダクティブ・ヘルス/ライツを知っていますか？」と題して講話を行いました。続いて、会員の 3 名がファシリテーターとなり、それぞれのグループに分かれて、テキストを読みながら、自分の生き方にも関わる「性の健康」について意見や感想を語り合いました。

最後は、グループ毎に前に出て、この体験で学んだこと、初めて知ったこと、その重要性などについて学生たちが、一人ずつ発表しました。

## 《参加者からの感想》

○今日は本当に自分の性に関する知識が不足していると実感した。女性の気持ちを尊重せず自分勝手な態度で性行為をすることは、ケースにあったT君の事例のような事があるので、そのような人間になるのは絶対によくないと感じた。性に関することは初めて聞くことばかりだったため、もっと知識を深めるとともに女性に対して本当に優しく接するべきである。性に関する知識が不足しているのは自分だけではないと思うので、もっとこのような場を設けることが必要だと思います。(20 歳 男性)

○こういった考えを発表できる場はあまりなく、たくさんのことを教えてくれる先生やファシリテーターやチームの方々の意見を聞いて本当に勉強になりました。講座を通して自分のこれからを見れるようになったし、相手ともしっかり話し合ってお互いが気持ちいい関係でいれるようにしていきたい。(21 歳 女性)

○実際に同年代の女性とディスカッションをし、いろいろな意見が聞け、先生を交えて深く考えることが特に良かった。また、リプロダクティブ・ヘルス/ライツについてと、今までの歴史について理解することができました。性についてのトラブルは多岐にわたっており、マナーを守ること、パートナーとの信頼関係を築くことをしっかりと考えていかなければならないと学びました。(21 歳 女性)

○とてもいい体験ができた。学校で学んできたつもりになっていた性について、自分はちゃんとした知識がないのだなと思った。これから社会人となり結婚などパートナーと向き合う時に非常に大切な知識だなと思った。(21 歳 男性)

## お願い

「みやぎの女性と男性 からだと性のホンネ！100 名に聞きました」 アンケート のご返信にご協力ください。10 月にお送りしたアンケートの回収率が低く、皆様のご返信をお待ちしております。

リプロネットみやぎ事務局

FAX:022-292-0167

e-mail:repro@muraguchikiyo-wcklinic.or.jp