

## 低用量ピルについて知っているか？

- よく/ある程度 知っている; 66.6%
- あまり/全く 知らない; 31.6%

## 低用量ピルを使ってみたいか？

- 既に使っている; 3.3%
- ぜひ使いたい; 9.8%
- 使いたくない; 71.4%

## 使いたくない最も大きな理由は？

- 副作用が心配; 50.5%

# 緊急避妊ピル!!



1錠だけ  
飲むお薬

# 緊急避妊法

72時間以内の  
避妊が可能。

飲み薬

産婦人科で処方  
(5000～  
16000円)

あくまでも緊急法で普段には使いません

**万が一レイプ被害などに  
逢ってしまった**

**場合は。。。**

**シャワーなどを浴びず  
にすぐ警察に連絡する。**

# 緊急避妊ピルを知っている

高校生

22.6%

大学生

43.9%

出典：若い男女の結婚・妊娠時期計画支援に関するプロ  
モーションプログラムの開発に関する研究2014年

先生！今日はありがとうございました  
ました。 Condom を使ってピルを  
飲む。万が一の時は緊急避妊  
ピルを飲めば病気も妊娠も大  
丈夫なんですね！！

**ちがいます！**

**確実に**

**妊娠も、性感染症も**

**100%予防できる方法は**

**セックスをしないということだ、**

**ということとは**

**伝えておかななくてはいけない**

**NO SEX**

## 思春期

卵巣からの卵胞ホルモンの**分泌が始まる**



就職

## 性成熟期

卵巣機能が高まると、卵胞ホルモンの**分泌も順調になる**



出産

## 更年期

卵胞ホルモンの**分泌低下**とともに生理の周期が乱れはじめ、閉経する



育児

## 老年期

卵巣からの卵胞ホルモンの**分泌がなくなる**



退職

月経異常

子宮内膜症・子宮筋腫

子宮頸がん

乳がん

子宮体がん

卵巣がん

更年期障害

骨粗鬆症

性感染症

(STD) 不妊

女性の  
年齢に伴う  
トラブル



**妊娠出産適齢期を念頭に置いて  
「妊娠するため」「妊娠しない  
ため」に必要な知識  
を持ったうえで  
自分のライフプランを立てる**

産婦人科受診は怖いものではありません。ぜひ受診を勧めてください。



# 男性膣内射精不全症候群 とマスターベーション

# 不妊の原因 割合



男性に何らかの不妊の原因がある場合は約**50%**もあります。

男性の不妊症の原因

- ・ **性機能障害 14%**
- ・ 精液性状低下
- ・ 高度の精液性状低下、無精子症 **83%**

**性機能障害？**

# 性機能障害

主に男性において、生殖や性行為に支障を来す症状のこと。大きくは勃起不全と射精障害に分けられる。

## 勃起障害の後天性の原因

ストレス、アルコール、喫煙、肥満、薬や病気などの影響

セックスをしない・できない

マスターベーションの仕方也不知道

間違った  
マスターベーション  
による膣内射精障害



男性が増えている

「正しい」マスターベーションの仕方とは

自分の手を使って陰茎・亀頭部を刺激

して射精すること

その目的は

将来、正しい性交をし、射精、そして

受精ができるようにすること

# 正しいマスターベーションの仕方を 知らない弊害

間違ったマスターベーションの仕方とは

ペニスを床、ベッド、机、等にこすり  
つける

その結果の弊害は

腔への挿入ができない

意図的な射精ができない

# マスターベーションのルール

1. イライラしたり怒っているときはしない。  
するなら気分がよく、機嫌も良い時。
2. 愛情に満ちた関係を想像すること。
3. グリップはゆで卵をつぶさない握力で。
4. 性器が痛くなり始めたらもっと優しくするか、しばらく止めること。
5. 少し我慢してから、必ず勃起した状態で射精して、射精を自在にコントロールできるようにすることを目標とする。



# 射精に対するイメージ

	北海道(2010年)		愛知県(2011年)	
	Yes	No	Yes	No
射精は汚らわしいもの	14.3%	85.7%	15.1%	75.4%
射精は恥ずかしいもの	19.5%	80.5%	18.4%	70.9%
射精は大切なもの	75.0%	25.0%	69.8%	21.2%
射精は気持ちいいもの	66.7%	33.3%	69.8%	19.0%

# 射精に対するイメージ

射精に対してネガティブな  
イメージを持つ若者が2割  
弱存在する

# 大人になってから性に関する問題で困らないための最低限の知識を思春期のうちに得ておく必要がある

- 精通が始まるころから射精について学習するべき
- 射精を肯定的に捉えるようになるような教育が望まれる
- ただ出ればいいだけではなく、射精のコントロールの仕方を体得しなければならない

# ピルの避妊以外の有効 な使い方

# 避妊以外の ピルのメリット

子宮内膜症  
の予防・治療

月経痛を  
緩和

月経周期  
を整える

貧血の  
改善

吹き出物  
や多毛の  
改善

PMSの  
改善





# 月経前症候群 (PMS)

- **おなかのはりやイライラなど生理前に起こる不快な症状。月経が終わると消失する。**
- **学校や仕事に行けないなど、日常生活に支障をきたす**
- **精神的な症状が強くあらわれることも**

# どうしてもつらいときは ピル





# 月経量が減って痛みが楽になる

生理痛が本当に軽くなりました。我慢せずにもっと早く使えばよかったです。

生理が来るのが怖くなくなりました。

生理の量がすごく減ったので、仕事中にナプキンから血が漏れないか心配しなくてすむようになりました。

# 月経が28日周期になる

月経がいつくるかわかるのでとても便利です

遊びやデートのスケジュールがたてやすくなりました

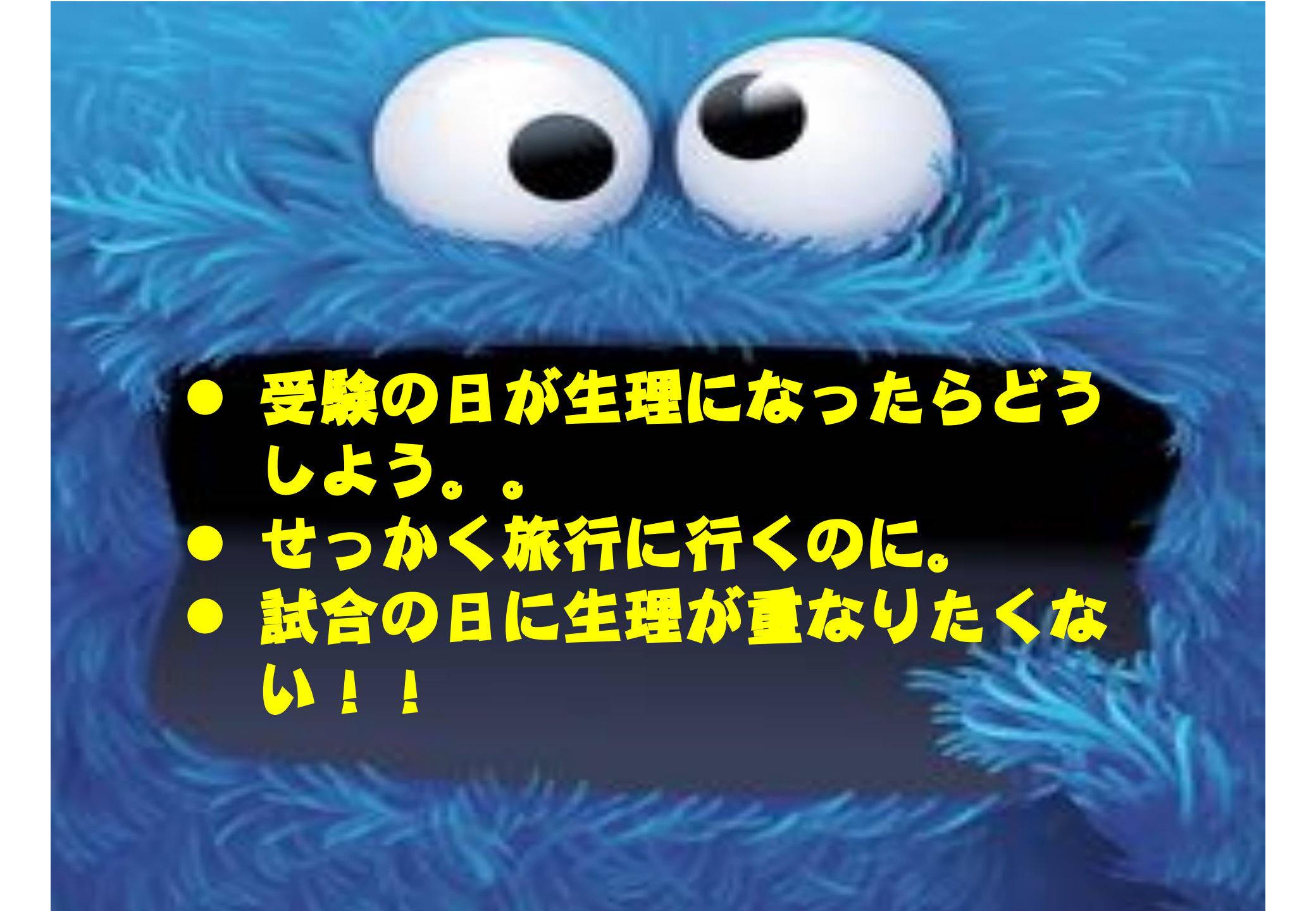
月経をずらせるので便利です

月経前がとてもらくになりました

**肌がすべすべに  
なりました**

**毛深いのを気にして  
いましたが、毛が薄く  
なった気がします**

**顔色も良くなって  
肌のつやが出てきました**

- 
- **受験の日が生理になったらどうしよう。。**
  - **せっかく旅行に行くのに。**
  - **試合の日に生理が重なりたくない!!!**



**太る???**

**高い???**

**将来不妊症  
になる???**

**気持ち悪く  
なる???**

太りま  
せん

2500円  
ぐらいです

なりません

約3か月で  
消失します

OC・LEP(ピル)と出会うかどうかでこんなにも  
人生が違ってきます！

多くの女性がOCと出会い、  
パートナードクターと出会い  
悔いのない人生を送って欲しい、  
心からそう思っています！





# 自傷行為と 処方箋薬について

現状と対策

自分を傷つける行為とは  
リストカットだけ？

『消えたい』『死にたい』と考え  
生きづらさを抱えた若者が  
一時的に意欲を高めるために  
市販薬を乱用するケースが増加

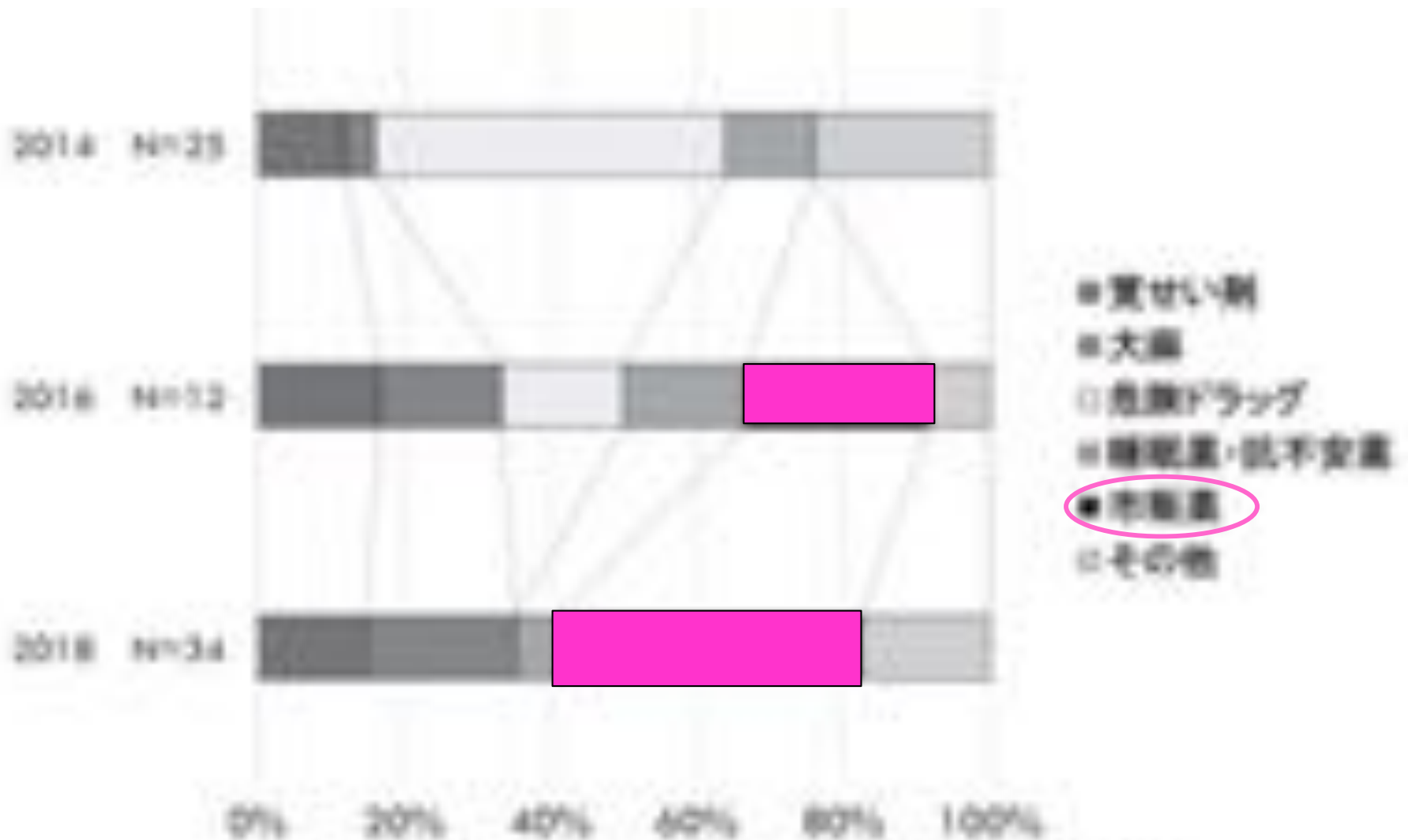


図4：10代における「主たる薬物」の経年推移

薬物依存と聞くと、覚せい剤や危険ドラッグ、精神科薬を思い浮かぶかもしれない。。。

しかし、覚せい剤や危険ドラッグは入手困難。精神科薬は保険証などにより親にバレてしまうため、10代の若者の薬物依存は主に市販薬の多量摂取。

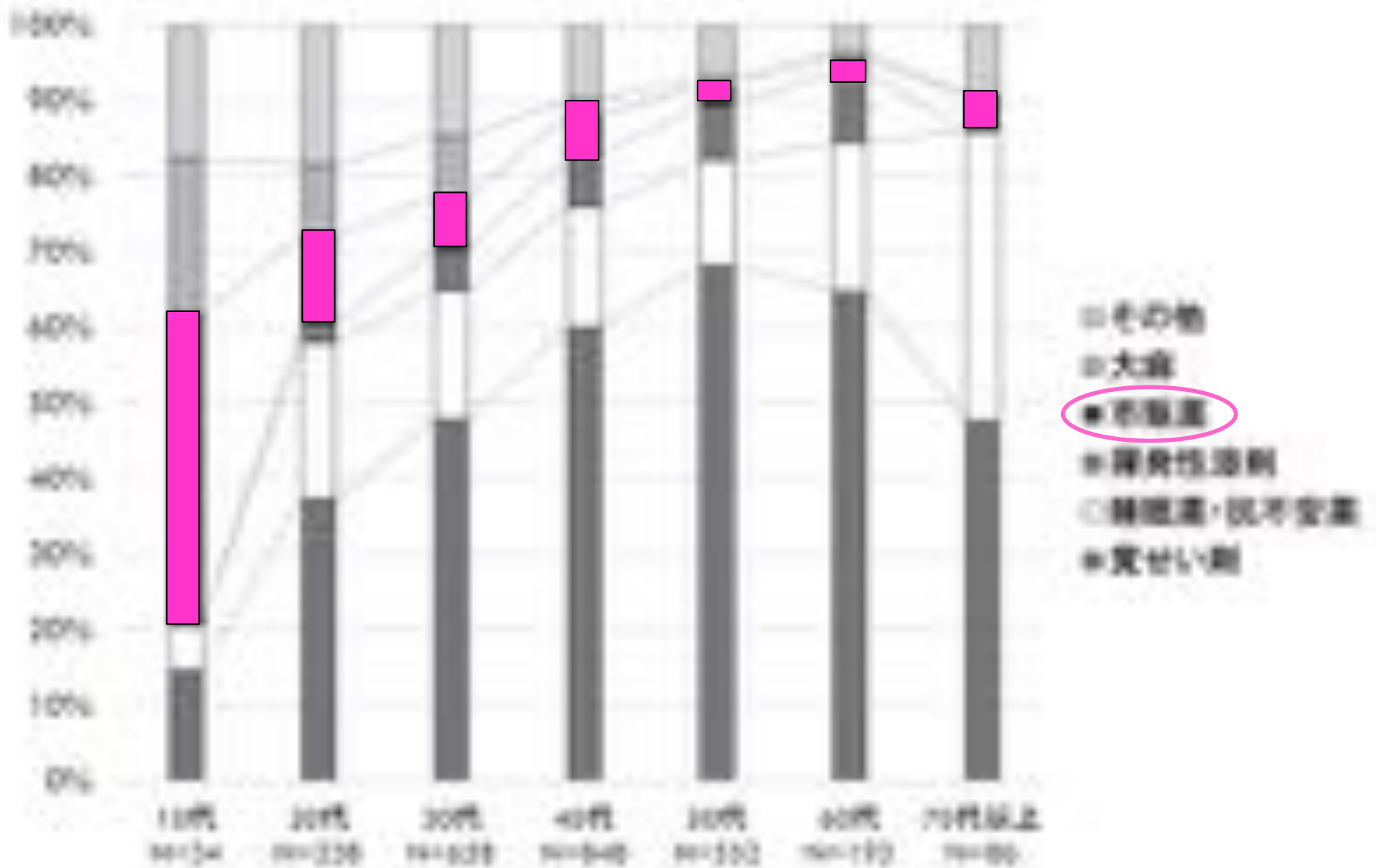


図3：年代別に見た「主たる薬物」の割合

# 10代の薬物依存のトレンド



**せき止め薬！！！！**



# その他にも。。。

商品名	症例数	商品名	症例数
ブロン錠／ブロン液(鎮咳・去痰薬)	158	コンタック(総合感冒薬)	10
パブロン／パブロンゴールド(総合感冒薬)	34	トニン／新トニン／シントニン(鎮咳・去痰薬)	10
ウット(睡眠薬)	32	セデス(鎮痛薬)	6
ナロン／ナロンエース(鎮痛薬)	16	ベンザ／ベンザブロック	6
イブ／イブクイック／イブプロフェン(鎮痛薬)	15	レスタミン(抗アレルギー薬)	6
ドリエル(睡眠薬)	12	ロキソニン(鎮痛薬)	6
バファリン(鎮痛薬)	12		

**市販薬に依存  
するとその後  
どうなるか??**



- 学業成績の不振や学校中退
- 早すぎる就労や失業
- 薬物酩酊状態での無謀な運転や暴力行動のため、繰り返し司法的対応を受けるようになる
- 反社会的な集団との接触の増加
- 女性の場合には危険な性行動による望まない妊娠や早すぎる離婚、児童虐待の加害者となる可能性も高まる

**たとえ本人が薬は  
大丈夫だと思っても、  
最悪の場合、事故で  
亡くなることも  
あります。**

## 対策は？

- たとえ治療薬であったとしても、指示外・適用外の使用は『薬物乱用』であることを伝える。
- 骨がボロボロになるなどの身体への害を強調するのではなく、依存によってもたらされる不利益を強調する。この場合の不利益とは、思考や感情が薬物に支配され、大切な約束を反故にし、隠し事と嘘にまみれた生活になること。

## 対策は？

薬物乱用の最大の危険因子は、『親や周りの大人に悩みを相談できないこと』。

- 忍耐強いことは美德ではなく、つらい時には信頼できる大人に相談できることこそが望ましいと伝える。
- もしも友人が悩んでいたたり、自分を傷つけたりしているのを見つけたら、悩みを聴いたうえで、信頼できる大人につなげる必要性を伝える。

今までお話したことは全て本来であれば10代のうちに身に着けておくべき知識だと産婦人科医師の立場から考えます。なぜならば、大人になって大事になってから改善しようと思っても、大変困難を要するからです。

だから適切な性の健康教育を行うことが大切なのです。

# 性教育を取り巻く日本での歴史

- 1990年代

1980年代のエイズ・パニックをきっかけとして性教育ブームが起こる

- 1992年「性教育元年」

学習指導要領が改訂・施行されて、小学校から性を本格的に教えるようになった。

- 2003年

都立七生養護学校事件

# 七生養護学校事件

一部保守系の都議が中心になって過激な性教育と糾弾し、七生養護学校に関わる教育関係者が都の教育委員会によって処分、その後性教育バッシングが続く。



ちなみに……  
知的障害のある人の  
性暴力被害、  
加害の状況について





被害者; **主に女性**。身近な存在からの被害も少なくなく, 支援困難な事例では深刻な被害(妊娠など)も少なくない。

性加害トラブル; **主に男性**



# 被害

## 主に女性

性被害に遭ったり、大人になってもだまされて風俗店で働かされたり、望まない妊娠をしたりするケースが多い。

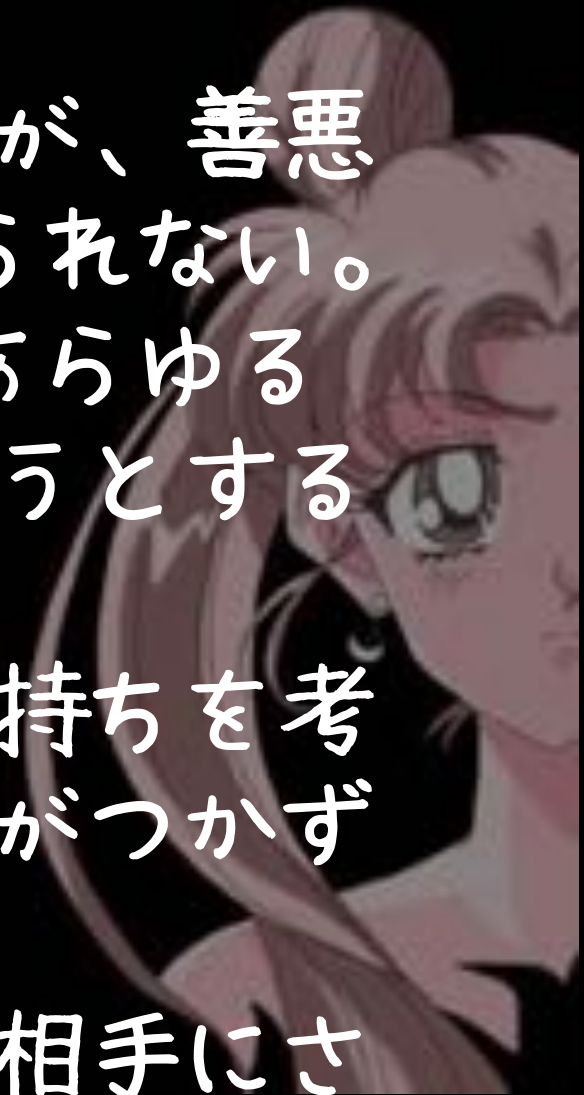
第三者が現場にいたとしても、被害に遭った女性の外見では障害が分かりづらく、男が「合意の上」などと言い張ると、被害を受けたとは分かってもらえない。



# 加害

## 主に男性

- 正常な異性への興味関心はあるが、善悪の判断力の欠如や衝動が抑えられない。
- 暴力を小さい頃から受けて、あらゆる欲求の障害を暴力的に解決しようとする傾向がある（非虐待体験）
- 自閉症の子どもなど、相手の気持ちを考えることが難しく、善悪の判断がつかずに行動してしまうことがある。
- 同世代の異性に興味はあるが、相手にされず幼児に加害をする。



2004年；東京都教育委員会が性教育の手引きを改訂。文科省の定める学習指導要領も、中学校で「性交」「セックス」は扱わないことになった。

2013年；最高裁で教員らの実質的な勝訴が確定。都議および教育委員会が教育の自主性を阻害し、不当な支配を行ったと認定された。

性教育バッシングは一見終わったように見えました

**2018年；東京都の中学校での性教育の授業で、学習指導要領にないと言って待ったをかけた。**



**ちょっと  
まった！！**

# 世界での性教育事情

## ・ 国際基準（ユネスコ）

2009年に国連教育科学文化機関（ユネスコ）はWHOと協力し、「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」を発表。2018年1月に改訂版が出る。

# 国際基準（ユネスコ）

## レベル1（5～8歳）

### 赤ちゃんがどこから来るのか説明

- 卵子と精子が結合して赤ちゃんができる
- 排卵、受精、受胎、妊娠、分娩など多くの段階がある

# 国際基準（ユネスコ）

## レベル2（9～12歳）

### 妊娠の過程、避妊方法の確認

- 無防備な性交は、妊娠やHIVなど性感染症にかかるとの可能性がある
- 常にコンドームや避妊具を正しく使用すると、意図しない妊娠や性感染症を防げる
- 低年齢での結婚、妊娠、出産には健康上のリスクがある
- HIV陽性の女性も健康に妊娠でき、赤ちゃんへの感染リスクを減らす方法がある



国際基準（ユネスコ）

レベル3（12～15歳）

妊娠の兆候、胎児の発達、分娩  
過程の説明

- 妊娠は検査で判定できる兆候や症状がある
- 妊娠中の栄養不足、喫煙、アルコールや薬物使用は胎児の発達へリスクがある

国際基準（ユネスコ）

レベル4（15～18歳）

生殖、性的機能、性的欲求の違い  
を区別する

- パートナーとの性的な関係で、双方の合意は  
いつも必要
- 意図しない妊娠や性感染症を防ぐ方法を事前  
に考えることが必要
- すべての人に生殖能力があるわけではない。  
不妊に取り組む方法がある

# 世界での性教育事情

世界中の多くの国では  
ユネスコの国際基準に  
則って性の健康教育を  
行っています。

## 何が性暴力かを教える

→性暴力加害者も被害者も作らない

## 被害にあったらどうすればよいか

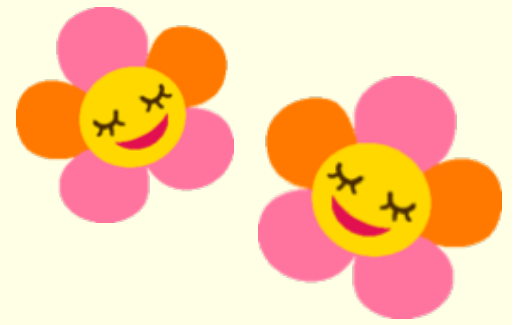
→泣き寝入りを防いで、  
自己肯定感の低下を防ぐ

## いつから教えるか？

→幼少期から

**小学校4～5年生から性に対しての恥ずかしさが生まれるので、それまでに性の話をしておかないと、伝えにくく、子供も受け取りにくくなってしまふ。。**

**性虐待被害は  
小学校低学年で  
すでに  
始まっている  
ケースもある**



**セックスは自分の快感だけではなく、パートナーに喜びや幸せを与えることのできるコミュニケーションの最終段階なのです。**





だから無防備  
な性行為で  
悲しい思いを  
したり、させ  
てはいけない



# 教える必要はない

- 寝た子を起こすな
- 自然にわかる

性教育は寝た子を  
起こすのでしょうか？



# 科学的な性教育を行った場合 初めてセックスをする年齢

早まった 0%

遅くなった 37%

特に変化なし 63%

正しい知識を身につけた子どもは  
慎重に行動するようになる

# 各国の性交同意年齢

## ・ アメリカ

州によって異なる（例：ミシガン州は16歳未満、ニューヨーク州は17歳未満、カリフォルニア州は18歳未満）。

・ イギリス：16歳未満

・ フランス：15歳未満

・ ドイツ：14歳未満

・ 中国：14歳未満

・ 韓国：13歳未満

・ 日本：13歳未満

刑法では、「性行為に同意する能力がある」とみなされる年齢（性的同意年齢）は、13歳とされている。それならば13歳までにプライベートゾーンや性行為の仕組みや影響について伝えるのが大人の側の責任。または性的同意年齢を引き上げる必要がある。

# わが国は性情報で氾濫しています



インターネット、スマホ、アダルトビデオ  
週刊誌、マンガ、ファッション雑誌等々

**ほとんど、女性を無視した男性目線の情報**

私たち大人は間違った情報を  
野放しにしています



**正しい性の知識を教える  
ことは、大人の責任**



「女性は『嫌だ』と言っても  
本当はそんなに嫌がっていない」

- 一般男性（対象688人）；2.5%
- 性犯罪の容疑者（対象553人）；21.1%

10倍近い開きあり

警察庁科学警察研究所で主任研究官を務めた内山  
絢子目白大非常勤講師（犯罪心理学）の調査


警察庁科学警察研究所が1997~98年、  
強姦や強制わいせつの容疑で逮捕された  
553人に行った調査

**33・5%**

「AVを見て自分も同じことを  
してみたかった」と回答

少年に限れば、その割合は  
**5割近く**に跳ね上がる。





**ポルノへの若年者の  
アクセスを難しくする  
(フィルター、年齢制限)**

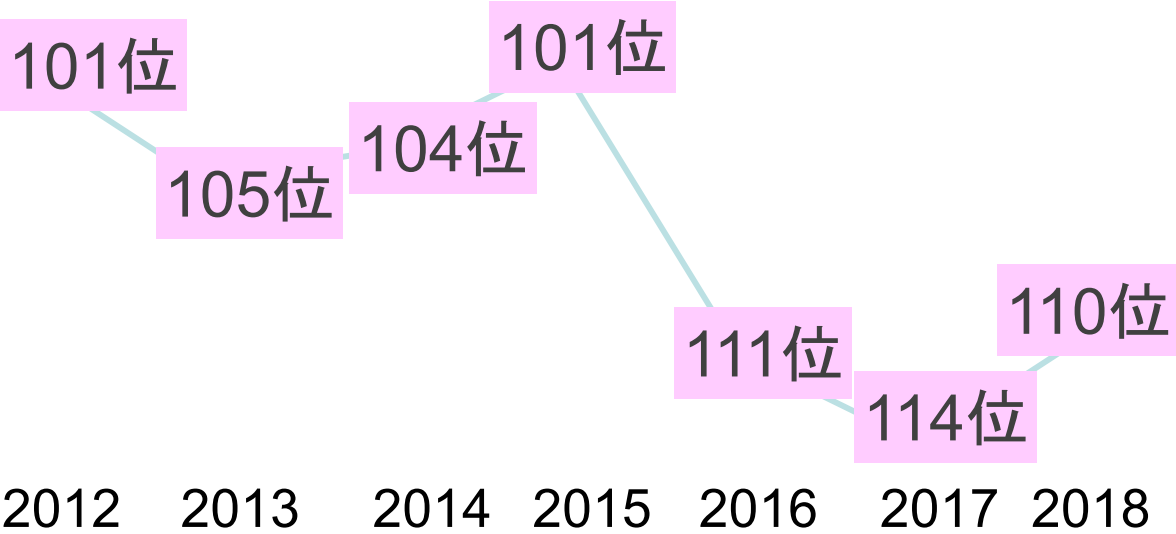


ジェンダー・ギャップ指数 (2018)  
上位国及び主な国の順位

順位	国名	値
1	アイスランド	0.858
2	ノルウェー	0.835
3	スウェーデン	0.822
4	フィンランド	0.821
5	ニカラグア	0.809
6	ルワンダ	0.804
7	ニュージーランド	0.801
8	フィリピン	0.799
9	アイルランド	0.796
10	ナミビア	0.789
12	フランス	0.779
14	ドイツ	0.776
15	英国	0.774
16	カナダ	0.771
51	アメリカ	0.720
70	イタリア	0.706
75	ロシア	0.701
103	中国	0.673
110	日本	0.662
115	韓国	0.657

「健康と生存率」、「教育」、  
「経済活動への参加と機会」、  
「政治への参加」の4つの領域で見た  
男女間の格差

**日本のジェンダーギャップ  
指数はG7で最低**

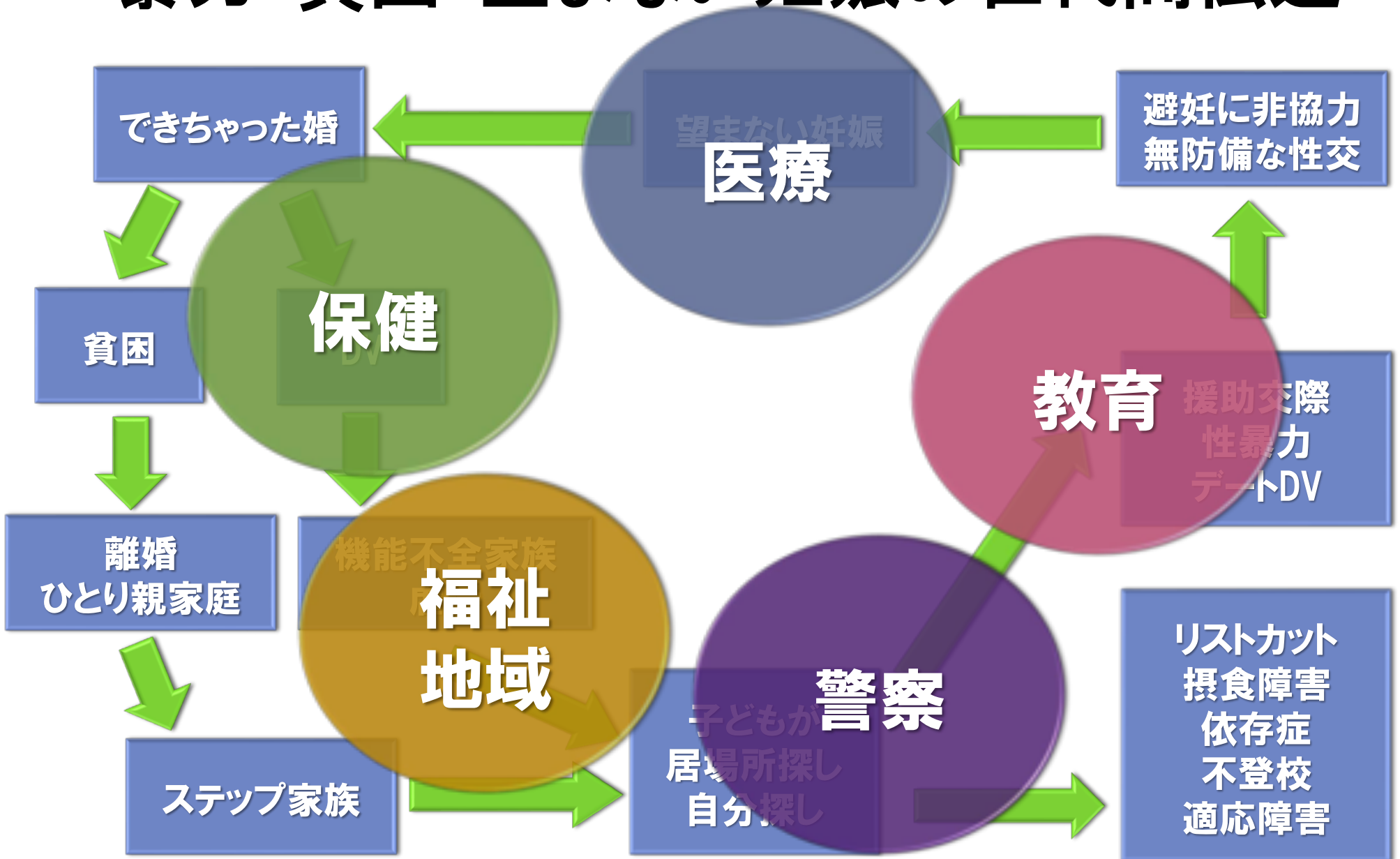


# 男尊女卑指向が刷り込まれた社会では認知のゆがみが是正されず加害者は生産され続ける



近年は、ネットで違法なわいせつ動画や画像が流通。多くは海外のサーバーを經由しており、国内の刑法では取り締まりが難しいという問題も出てきている。

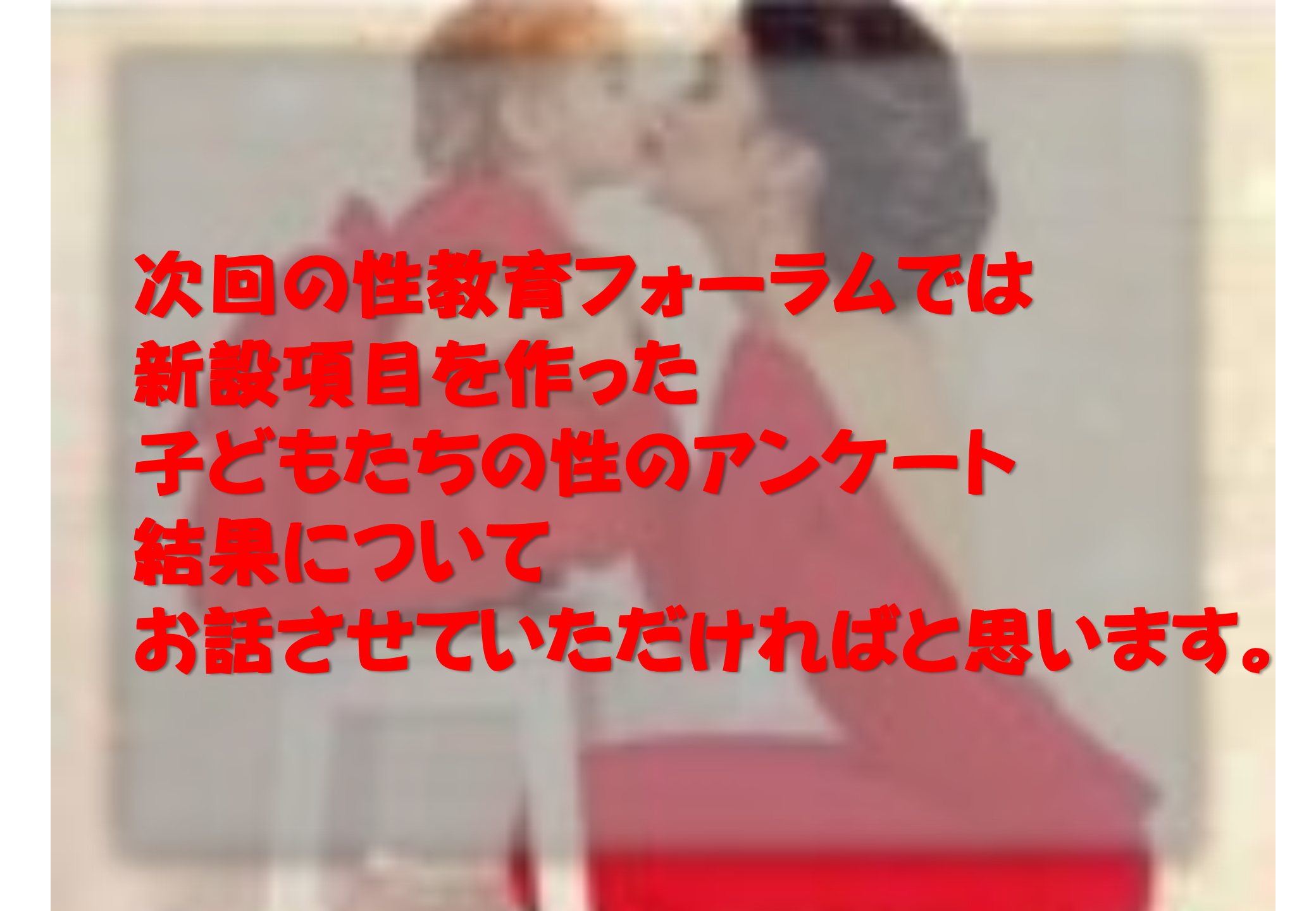
# 暴力・貧困・望まない妊娠の世代間伝達



# 暴力・貧困・望まない妊娠の世代間伝達



暴力の連鎖を止めるために  
最も有効なものは**教育**です



**次回の性教育フォーラムでは  
新設項目を作った  
子どもたちの性のアンケート  
結果について  
お話をさせていただければと思います。**



〜静聴あ〜が〜ん〜び〜  
ぞ〜お〜た〜  
♪