

[第1回 これだけは知っておこう 留学／フィールドワークのリスクマネジメント]

女性のカラダとココロ ——性の自己決定権とケア——

Female Body and Mind: Sexual Self-Determination and Care

吉野 一枝
YOSHINO Kazue
よしの女性診療所
Yoshino Ladies Clinic

キーワード

性暴力 妊娠と中絶 緊急避妊ピル 低用量ピル ジェンダー 対等な関係

Keywords

Sexual violence; Pregnancy and abortion; Emergency contraceptive pill; Low-dose pills; Gender power relations

Quadrante, No.24 (2022), pp.107–124.

目次

1. はじめに：包括的性教育に程遠い日本
2. 同意ない性的行為はすべて性暴力
3. 性暴力に遭ってしまったら
4. 今どきの排卵・月経の知識
5. 妊娠と中絶について
6. 緊急避妊について
7. 女性のライフサイクルの変化と新たなヘルスケア
8. 女性の健康：子宮頸がんについて
9. 女性の健康：ピルの活用について
10. 婦人科外来で出会う性暴力
11. さいごに：性の自己決定——自分のからだは自分のもの

1. はじめに：包括的性教育に程遠い日本

みなさんのお話を伺っていて、本当にわなわなとからだが震えるような怒りを感じていました。ただ、留学・フィールドワークにかんしての実態のお話は、私にしてみたらびっくり、ではなくて、やっぱり、という感じです。たしかに、留学・フィールドワークでは環境が変わります。相談

相手が周りにいないというのもあるかもしれませんが、国内でも結構な数の性暴力は日々起きていますし、家族がいるから、じゃあ、といっても、家族にも言えないんです、被害者は。言えない方が圧倒的に多いのです。だから出てくるのは本当に氷山の一角で、とても少ないと思った方がいいと思っています。これは女性に対する人権侵害なんですね。性暴力というのは女性に対する人権侵害の最たるものなので、女性の人権が認められていない国ほど多く起こると思っていいんじゃないかと思っています。今日は、日本での実態のお話とか、基本的に、皆さんの自分のからだのことですとか、女性ホルモンや男性ホルモンを扱います。そういうお話って、あまりきちっと系統立てて聞いたことがないんじゃないかと思うんですね。そういう意味で日本は本当に性教育もとても遅れているんです。世界だって昔からそうだったわけではありませんけれども、包括的性教育というのが今、世界のスタンダードになりつつあるなかで、日本はまだまだとてもそんなところまでいいません。私も小中高大学と、性教育の



お話をしにいたりしてますけれども、系統立てて小さい時から聞いていくというシステムが日本にはないです。

ですので、特に女性の場合は、小学校の時に月経教育というのを、これはもう百年くらい前から行われていることで、聞いてるかと思うのですが、男性は聞いていない方が多い。中学校高校の保健体育の時間というのがありますけれども、今そこに力を入れている学校はまだまだ少なく、やはりカリキュラムの方が忙しいので、ただでさえコロナなどで授業日数が減ったりすると、もう全部とばされてしまい、普通の数学とか理科・英語・国語といった科目にカリキュラムが割かれてしまって、とても保健で授業をやるという余裕がないという学校も増えてきてしまっています。なので、ちょっと逆行してしまっているんじゃないかという感じもあるんですけど、今日は、一番知っておいていただきたい女性、男性、それ以外の性のカラダとココロのお話というのを後半でお話していきたいと思っています。

今日の私のお話もそうなんですけど、今までの登壇者のお話も、どうしたら被害に遭わないように自衛できるか、気を付けられるか、というお話になってしまうかと思います。もちろん、それはすごく大事だし、それを知らないで海外に出るのはとても危険なことです。なので、きちっと学んでほしい。ですが、私は、やるべきは加害者にならない、加害をする人への教育というのがすごく大事だと思っています。だから、どんな場所であれ、自由に研究ができたり、フィールドワークができたり、安全にできて、それが当たり前前の社会にならないとおかしいんです。例えば日本での例も、レイプ事件が起こりますと、「そんな夜中12時過ぎにそんな恰好して1人で歩いていたから悪いんじゃないの？」というセカンドレイプみたいな意見が必ず出るんですが、悪いのは100%レイプする側であってされる側に

悪いことは一点もありません。ですので、やる側のその人たちの考え方の問題、人権を侵害するという、意識なくやっている、そういうところが問題なので、そこを変えていかない限り、そうした社会を変えていかない限り、性暴力というのはなくならないと思います。もちろん男性の被害者もいらっしゃいます。でも、圧倒的に女性が被害者、男性が加害者という構図が9割以上なんですね。なので、やはりそれは女性が男性に比べれば弱者であるという社会の構造的な問題が背景にあるというように思っています。ちょっと前置きが長くなりましたけれども、「カラダとココロ——性の自己決定権とケア——」ということをお話させていただきます。

2. 同意ない性的行為はすべて性暴力

日本の国内も国外もそうですが、なにしろこれら、レイプはもちろん、痴漢、盗撮、子どもへの性虐待、ポルノ被害・AV出演の強要、セクハラ、これらすべて性暴力です。セクシュアルハラスメントというと何となくレイプなどに比べると軽いみたいな印象があるんですけど、決してそうではなくて、同意のない性的行為はすべて性暴力です。これが大事です。それから、やられた方の視点で判断します。つまり、例えばハグされた、それがすごく嫌だった、気持ち悪かったとその人が思ったら、もうそれは加害と被害が成り立っていることになるんですね。

これらはすべて性暴力です！

レイプ

痴漢

盗撮

子どもへの
性虐待

ポルノ被害・
AV出演強要

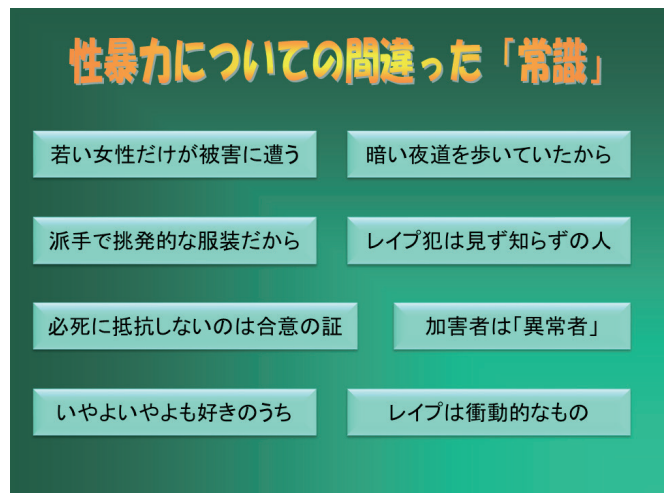
セクハラ

同意のない性的行為はすべて性暴力

ちょっとそんなハグしたくらい、海外ではこんな習慣だよ、ということは言えないんです。こちらが嫌だと思ったら、怖いと思ったらもうそれは全部暴力です。なので、すべて性暴力という言い方にした方がいいんじゃないかと私は思っています。

子どもへの性虐待も日本は海外に比べてもとても多いのではないかと考えています。実は、余談ですが、私は今年(2021年)4月から、東京都の児相で起きた、子どもへの性暴力・性虐待の診察をするとか、意見書を書くとか、そういう顧問医のような仕事をやり始めました。知り合いの弁護士さんに頼まれてその職に就いたんですが、4月から来るわ来るわ、あっという間に4、5件相談が入ってきまして、お子さんの診察も2、3人やりましてし、びっくりするような話なんですけれども、それが全部訴訟にはならないんですね。かなり厳しいです。刑法が改定になりましたけれども、110年ぶりかで、でもまだまだ足りないです。なかなか、所見があっても、それだけではレイプされたということにはならず、加害者の自白とか、写真を残しているとか、そういうことがないともう訴訟にすらならない、非常に加害者天国の国なんです。なので、本当にこの辺を変えていかない限りは、なかなかこれは根絶できない、ちょっと気が遠くなるような話なんです。けれども、やはり性暴力は人権侵害なんだということを小さい時からきちっと教えていく、そして対等な関係、ジェンダーイクオリティの関係をつくるということも、しっかり教えていくということが根絶に繋がっていくのではないかなと思っています。

性暴力についてのやはり間違った「常識」、これがセカンドレイプに繋がる。さきほども言いましたけれども、暗い夜道を歩いていたから、派手な格好をしていたからとか、若い女性だけが被害に遭う、レイプ犯は見ず知らずの人でいきなり車に引っ張られてとか、加害者は「異常



者」なんだ、精神的な「異常者」がそういうことをやるんだと、レイプっていうのは衝動的に行われる、これら全部違います。今日本の刑法では必死に抵抗しないのは合意の証になってしまいます。ちなみに、日本の性的合意の同意年齢というのは13歳です。13歳。だから13歳以下の子どもを同意があったと言ってもセックスが行われればそれは捕まるんですけども、13歳以上はそれをかなり証明しないと犯罪にならないということなんですよね。ふざけるなという話です。それでいて13歳というのは中学生です。中学校1年生から3年生には、学校の指導要領という性教育の縛りのようなものがあって、妊娠については教えてもよいが、それに至る過程には触れてはならない、という文言があるんですね。これはどういうことかと言えば、要はセックスについては教えてはいけないう。一方では合意年齢13歳。ものすごく矛盾しているんです。でもこれがまかり通っているのが今の日本なので、そういうことをみなさんご存知ないかもしれないけれども、1つ1つ見ていくと本当に加害者天国になるような国になっているんですね。

SAYNO! の方も言っていたけれども、ノーと言うのはすごく大事なんです。でもノーって日本人は言うのがすごく下手だし聞くのも下手なんです。そもそもノンバーバルなコミュニケーションが良しとされる日本文化があるので、「言

わずもがな」とか「目でものを言う」とか、それこそ「いやよいやよも好きのうち」とか、なんかこう、分からない、「以心伝心」とか、言葉で伝えなくても分かり合えるのが美しいみたいな、そういう文化があります。それはやっぱり間違いで、人間は言葉に出してやりとりしなければコミュニケーションはとれません。性行為だけではなくて、例えば一緒にお酒を飲みに行きましょう、一緒にご飯を食べに行きましょう、これ、曖昧なうちはノーなんですよ。でもそれを日本では曖昧だと恥ずかしがって「いい」と言えないのかな、とか勝手に考えて解釈するんですけど、ノーはノーです。で、イエスをちゃんと言わない限りイエスではないです。曖昧なのはノーです。なのでそういうことを本当に初歩的なことから、みんな知らないとコミュニケーションすら上手くとれないということになります。

他のことでもですね、人に対してノーを言うのって、その人を全人格否定してしまうみたいなことになってしまうのではないかと、言われた方も自分の全人格を否定されてしまったような気持ちになることがあるかもしれない。でもそれは間違いで、このことに対してはノーと言っているだけです、あなたのことは尊敬しているし、素晴らしいと思っているけれども、でも一緒にご飯を食べに行くのは嫌です、ということはありえるんですね。だからそういうふうにはっきりと言葉に出してイエスを聞かないとそれはダメですよ、ということを加害者の方は知らないといけなと思います。それから SAYNO! のお話でも、お母さんに相談したらお母さんに「そんなこと」って、言われたと。ちょっと前の世代、今の大学生のお母さん方っていうと私か私の前後くらいの年代の人が多いと思いますけど、そういう人がまだいるかなと思います。もっとちょっと上の世代だとみんなそうですね。被

害に遭う方が悪い、と。恥ずかしいことだから人に言うてはいけない、と。だから被害に遭ったことを母親に相談したら絶対に言うなと、そんなことを言ったらあなたは生きていけなくなるから、絶対に人に言ったらダメよ、誰にも相談しちゃダメよって、母親から口止めされたっていう20歳くらいのレイプ被害者の患者さんがいました。やはりそういうことが実際あります。こうしたことが二次被害を生んでいくし、どんどんどんどん加害者を増長させてしまう。もうそれはやった方が100%悪いので、被害者はもう本当に100%被害者なんです。だからそれはみんなです。守らなくてはいけない、なので、もちろんそういう相談する場所がどんどん増えてくれるのも大事なことだと思います。

3. 性暴力に遭ってしまったら

日本で性暴力に遭ってしまったら、一応相談窓口のワンストップセンター¹というのが全国の各都道府県に最低1つはつくらなければいけないということで、今一応全都道府県にあるんですね。内閣府の男女共同参画局というところのホームページを見ていただくと、一覧が載っております。ただやはり北海道で札幌に1つだけあっても、稚内で被害に遭って札幌まで行くのはとても大変で、東京で目白から池袋までのようなそういう距離感ではないので、なかなか大変かと思います。ただもちろん電話相談です

性暴力に遭ってしまったら

相談窓口

ワンストップセンター全国一覧

https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html


男女共同参画局
Gender Equality Bureau (GEB)

男女共同参画とは | 主な政策 | 推進本部・会議等 | 国際的広宣 | 広報・報道 | 基本データ

☒ 性暴力の防止の方

[政策メニュー](#) > [性暴力被害者支援センターメニュー](#) > [全国にある性暴力被害者センター](#) > [匿名通報・女性にやさしい暴力の相談窓口](#) > [性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター一覧](#)

まずは、知っていませんか？



性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター一覧

性犯罪・性暴力に関する相談窓口です。
 産婦人科医やカウンセリング、法律相談などの専門機関とも連携しています。

¹ https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html

【図 1】

私たちは、あなたの気持ちを一番
たいせつにして支援をしています。

被害にあったのは、あなたのせいではありません
あなたにはどんな責任もありません
被害の責任は、加害者にあります

いたみ、怒り、くやしき、悲し、
強い不安、恐怖、羞しん恥感、ふるえ...

あなたに出でたすべての感情や感覚は
被害にあった人がよく体験する反応です

・相手がよく知っている人でも、知らない人でも、
どんな場所でも起こったとしても、あなたが望まな
い性的な行為は性暴力です。

・ぶちう、どこに相談していいかわからない
そんな時はいつでもお電話ください。

・あなたはひとりではありません。あなたが回復す
るまで、あせらず、ゆっくり、私たちはより近い
ます。

・私たちは、あなたのかつた心の支援をいたしま
す。相談は匿名ですることができます。あなたの
秘密は必ず守ります。SARC東京は、急性期の
ワンストップセンター（1ヵ所ですべて相談でき
る場所）です。
私たち支援員が必要な場所へ、つきそっていくこと
ができます。（＝同行支援）

被害にあったらまずはお電話を
専門支援員があなたのお話をうかがいます

性暴力救援ダイヤル NaNa
24時間ホットライン

Not alone, Not afraid
(もう1人じゃないよ、恐れずに連絡して。)

03-5607-0799

特定非営利活動法人
性暴力救援センター・東京
(SARC東京)

Sexual Assault Relief Center Tokyo : SARC東京

SARC東京は、東京都及び協力医療機関等と連携して
「東京都性暴力・性暴力被害者ワンストップ支援事業」を
実施しています。

性暴力救援ダイヤル NaNa
24時間ホットライン
(東京都性暴力・性暴力被害者ワンストップ支援事業)

03-5607-0799

性 Sexual
暴力 Assault
救援 Relief
センター Center
東京 Tokyo

特定非営利活動法人
性暴力救援センター・東京
Sexual Assault Relief Center Tokyo : SARC東京

とか、今だとネットでの相談、チャットとか、色々な方法で、受けているところもあるので、一応こういうものがあるというのは知っておいた方がいいです。ですから海外で被害に遭って帰ってきてこういうところに相談するというのもありだと思います。それから性暴力救済ダイヤルというのも24時間ホットラインで、【図1】のように東京の「SARC 東京」という NPO が東京都と一緒にやっている事業で電話相談を一応24時間受けます、というのがあります。各都道府県で色々やっています。ワンストップセンターの始まりは大阪の阪南病院で私の尊敬する先輩の

産婦人科医師の加藤治子先生が開設されたのが第1号で、それ以来全国各地に色々できております。ただ万全とは言えないですし、どこもみんな予算がないです。国の予算がついているわけではなく、寄付などで賄ってますので、上手く運営ができなくなっていたりとか。だって24時間ホットラインで受ける人たちは大変ですよ。100人も200人も人員がいるわけではないので、みなさんやりくりしながら、お給料もほんの雀の涙ほどでボランティア活動といってもいいような状態で

やっています。ですから、やはり難しい面もあって、こういう研修会を定期的にやって対応の知識をもった人が相談を受けるのではなくて、ボランティアでやってもいいという方たちがやると、二次被害的なことが出てしまったことはあります。

これは別にこの話ではなくて、全国のワンストップセンターとか、あと婦人相談窓口というのも各都道府県でこれは自治体の運営でやっていますけど、そういうところに相談してもちょっととんちんかんことを言われてしまうという残念な結果にもなっていて、まだまだこれ

【図 2】

性暴力被害に遭った女性や子どもたちの多くは、
恐怖と屈辱と混乱の中で、昨日までの日常を失
い、被害に遭ったことを周囲にも相談できずに独り
抱え込むことにもなります。

私たちは、産婦人科医師の場で、カウンセリング
の扱い、産婦人科医師の場で、多くの性暴力被害者に
出たい、人間としての痛みに向き合うなかで、安全
で確かな初期対応が必要であることを痛感してきま
した。

こうしたことをふまえて、私たちは性暴力被害者
からの中長期にわたる総合的支援を行うための拠点
として、性暴力救援センター・東京を設立しました。

あなたの望まない性的な行為は
すべて性暴力です。
私たちは性暴力のない社会の
実現に向かって活動します。

性暴力は
人間としての
尊厳を脅かし
性的自己決定権を
奪います

性暴力は
地域・年齢
性別・国籍を
問わず活動して
います

性暴力救援センター・東京
(SARC東京)

ができる支援とは

性暴力や性犯罪の相談を24時間365日
受け付け、以下の支援を提供します。

1 電話相談・面談相談
2 医療機関の紹介と同行支援
3 警察への通報を希望された場合の
同行支援
4 専門家の紹介と同行支援

産婦人科
医師
精神科
医師
小児科
医師
SANE
ケース
ワーカー
カウンセ
ラー
自助
グループ
性暴力
被害者
支援員
あなた

※SANE: Sexual Assault Nurse Examiner (性暴力
被害者看護官) 心身に害を負った性暴力の被害者に適切
なケアをするための訓練を受けた、女性の看護師・助産師・
保健師です。

※相談機関: (公益社団法人被害者支援センター)「福祉
事務所」「児童相談所」などの専門相談機関

ご寄付のお願い

性暴力によりどれほどの苦しみと人権侵害を受け
たのか、それを十分に認識するのは、長い道のりと
時間がかかります。

それでも回復のために歩み始める人たちがいま
す。この活動に賛同して下さる皆さまの寄付は、
回復の道を歩み始めた人たちに私たちの活動への大
きなサポートになります。

振込先

◆郵便振替口座
口座番号: 00170-4-346418
加入者名: SARC東京

※1口100円から1口でも結構です。

※団体の活動報告書を送付させていただきたいので、
お名前・ご住所の明記をお願いします。

※銀行口座から振り込む場合は、下記までお名前・ご
住所をご連絡ください。

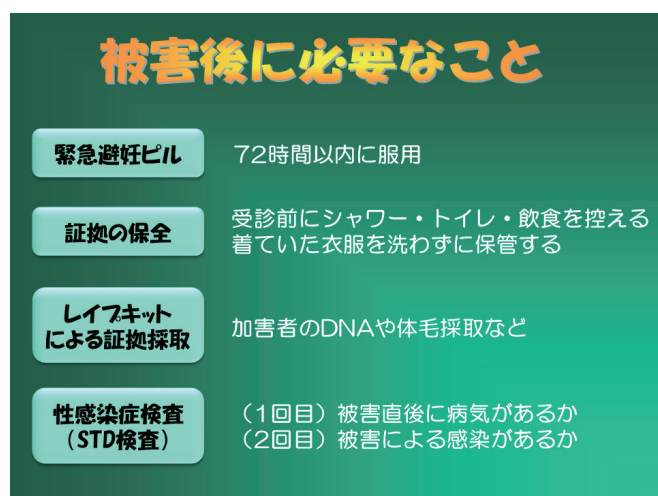
連絡・問い合わせ先

特定非営利活動法人
性暴力救援センター・東京
(SARC東京)

E-mail: t.0799@saq-en.jp
http://sarc-tokyo.org/

から先、整備が必要だなというところではあります。この【図2】のリーフレット裏に、「ご寄付のお願い」とあります。これなんです。寄付で成り立っているようなものなので、どこもみんな同じです。豊富に潤沢に資金があるわけではないんですね。では資金を得るために何をしたらいいのかというと、実はこれ、女性の健康のための包括的支援法というのが必要なんです。私たちは産婦人科医中心で、同志で5、6年前から女性の包括的支援法というのが必要だということで、自民党のな

かでプロジェクトチームをつくって、3回だけ、3回法案をあげたんですけど、国会が解散になったり、安保法案の件でだめになったり、3回ともなかなか俎上にのらなかったのです。この包括的支援法というのは日本はないんですけども、それができると、各法ができ、予算がつけられる、ということを目指して私たちは、諦めたわけではなくて今でも色々活動はしていますけど、そういう仕事も大事なかなと思っています。

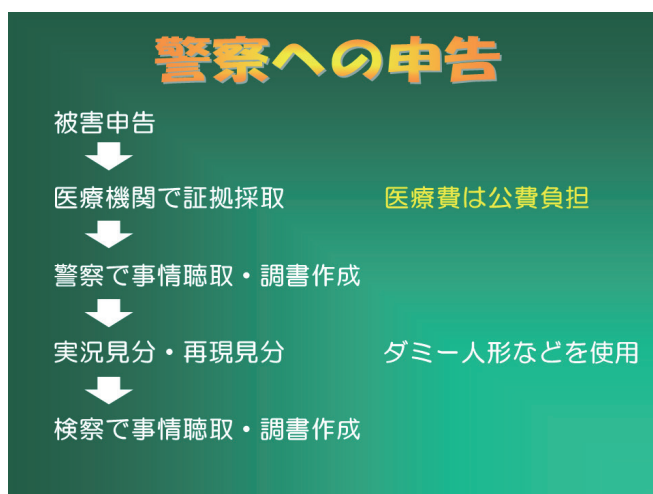


実際日本での話ですが、被害直後に、できれば産婦人科に来ていただくのが一番良いんですけども、もちろんワンストップセンターに繋がるとセンターの方が同行して連れてきてくれるケースもあります。最初から警察に駆け込む方はまだまだ少ないかと思いますが、一応妊娠を防ぐために行為があってから72時間、3日以内であればホルモン剤を飲むと100%ではないですけど妊娠を防ぐことができます。緊急避妊ピルの服用です。それから、訴えることを前提にすれば、証拠の保全が大事です。でもみなさんやはり被害に遭うとすぐにでももう着ていた服を脱ぎ捨てて、シャワー浴びて、それから身についたものを全部流したい、はき出したいと思われま。それは当然なので、なかなかそのまま保管しておいていただけることが少ないんですけども、できれば衣服なども洗わずにビニール袋に入れてそのまま触らずに置いて

おいていただけると、証拠物件になることがあります。衣服からDNA採取が今できますから、そういうことで犯人特定に繋がるケースもあります。

レイプキットというのは加害者のDNAや体毛採取など、洋服からとか実際にレイプされた場合は膣内の分泌物とかそういうものからとるケースもありますけれども、やはりそれは産婦人科でないとできないということですね。また、やはり性感染症をうつされることがあるので、性感染症はどの病気も潜伏期というのが一時期ありますので、2、3日から3週間とか、1ヶ月とか、長いと何ヶ月後になることもあります。ですので2回採取する必要があります。おりものの検査とか、頸管粘液といって子宮の入り口の粘液とかをとることで病気を見つけます。血液検査で見ることありますが、だいたいの場合、粘液などでとります。2回やるということですね。もし何かがあれば、もちろん緊急避妊のピルを飲んだり、薬を使ったりして、治療をします。

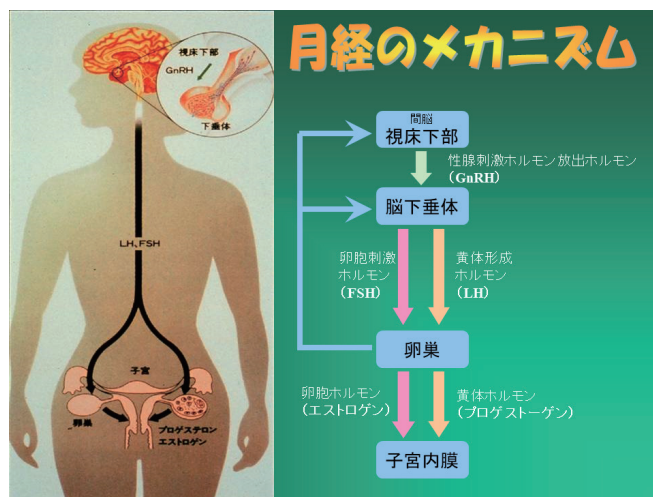
警察への申告はだいたいどうなっているかというと、最初から警察に訴えますと言っている人は少なく、やはりまずワンストップセンターなどに連れられて、うちのような医療機関に来られる方が一番多いのかも知れません。ですが、来られるだけましで、来られないでそのまま一っつと被害を自分の心のなかにしまって、



そして、そういうことがあると若いうちは月経の異常で出てきたりするんですね。月経痛が重くなる、PMS（月経前症候群）がひどくなる、それから、更年期になって更年期症状がひどい状態になる、そういうことで婦人科受診されて、よくお話を聴いていくと、実は昔性暴力被害に遭いまして、というとか。一番ひどい人は、実の父親に小学校1年生からずーっとレイプを受けて、18歳で家を飛び出したという方。その方は30歳過ぎてからうちに初めていらっしゃった方ですけど、ひどい鬱病の状態が長く続いていて、フラッシュバックでいろいろなPTSDで悩んでいる方でした。だからほとんどの方が被害をなかなか公にできないで、今まではいたかと思うんですね。でもなるべく早く被害を誰かに伝える、ということはとっても大事で、それによって将来の自分の心も救うことができますから、すごくそれは必要なことなんですね。ただそれを勇気をもってやれと本人にいうのはとっても酷な話で、そうじゃなくて、やはり相談できる環境、それからどこへでも簡単にちょっと相談できる、匿名でも相談できるとか、そういう話を聞いてもらえるところがたくさんあるというのはとても大事です。

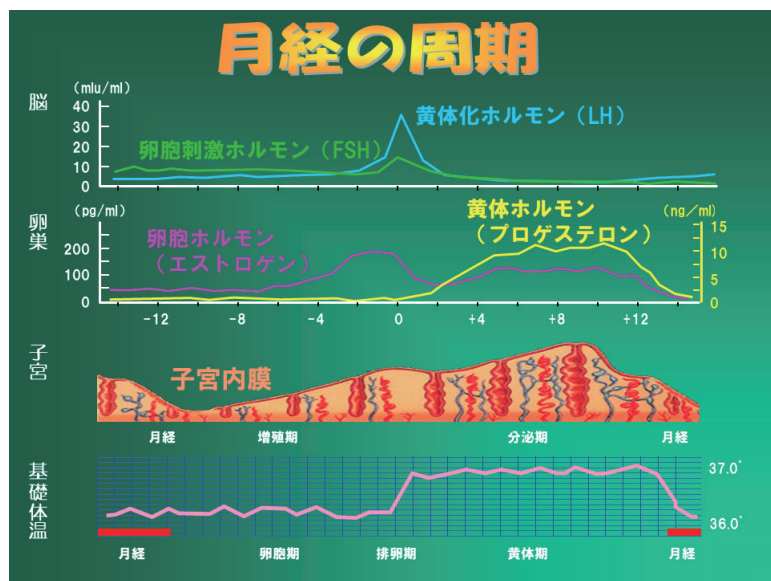
話がそれましたけれども、訴えるとなると警察で事情聴取、それから調書の作成というのがあるんですけれども、これがまた、起こったことを逐一どういうふうにとこを触られたとか、どういう状況だったとか、言わないといけない、これ自体が二次被害だと私は思うので、これもちょっと何とかしてほしいと思っています。さらに実況見分なんかやることがあるんですね。ダミー人形などを使って。性暴力被害を受けて実名で公表した伊藤詩織さんというジャーナリストの方が『Black Box』という御本を出されていて、この辺の流れやどういうことが行われているかというのがよく書かれていますので、一度読んでいただくといいのではと思います。こう

やって調書を作成して、起訴に至りますが、起訴しても、有罪になる方が少ないんですね。逆に、伊藤詩織さんもそうでしたけど、名誉毀損で訴えられるとか、とんでもないことが起こるんですね。なので余計に訴える人が少なくなるといふ悪循環になっていると思います。日本での状況はそういうことです。



4. 今どきの排卵・月経の知識

ここからはちょっと基本的なお話。多分みなさんが学校であまり聞いてないであろう、女性は排卵・月経の話は小学校くらいの時に1回は聞いてるんじゃないかと思うんですけども、あまりよく分らなかったというのが実情じゃないかなというふうに思います。そしてまた状況がどんどん日本は変わってますので、排卵・月経がちゃんと毎月あることが今いいことじゃなくなっているんだよという話をさせていただきます。これは覚える必要はないんですけども、女性は子宮と卵巣が大事な内性器ですね。子宮はみなさんがそこで育って外に出てきた場所ですけど、卵巣はその横にある親指の頭くらいの小さな臓器で2つありますが、実は子宮はホルモンをつくっておりません。ホルモンを出しているのは卵巣です。卵巣は勝手にホルモンを出すのではなくて、頭の方から、脳からホルモンの指令がおりてくると、卵巣から二種類の女性ホルモンが出て、これが上がったりと下



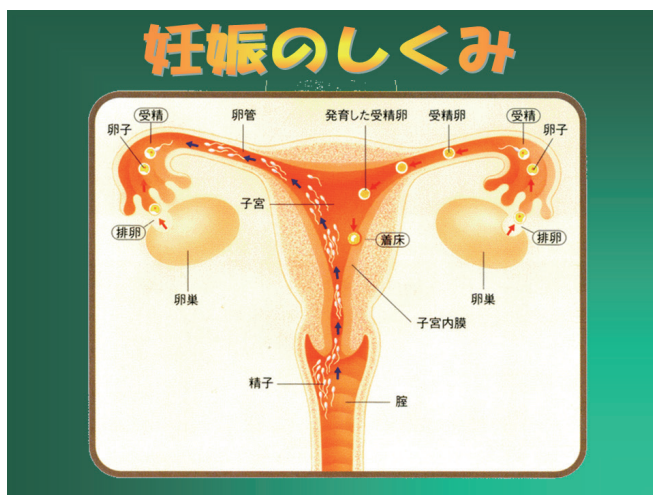
がったりを1ヶ月の周期で月経が始まってからしばらくはこういう周期で動くんですね。

卵胞ホルモンと黄体ホルモンの2つが上がったり下がったりして何をしているかというと、一番大事な役目は排卵なんですね。卵巣のなかに卵はだいたい生まれたときに100万から200万個詰まってオギャーと生まれてきます。卵子というのはとても分子量も大きくて複雑な構造をしているので、生まれてから新しくつくられるということはあまりにもエネルギーが大きすぎてできないんです。だから、持って生まれたものを一生使っていただけなんですね。なので女性は老化していきますとどんどん卵子も老化するという話なんですけど、一方で男性の精子、卵子に匹敵する精子は精巣のなかで毎日毎日新しくつくられてるんですね。精子はおたまじゃくしみたいなかたちをしていて、卵子よりもずーっと分子も小さいですし、コスパがいいですね。簡単にできるので、毎日毎日フレッシュなものがつくられていて、精のうというところに一旦ためられて、射精のときに出てくるというのを繰り返しているんですけども、精のうにどんどんどんどん精液がたまるんです。中学生くらいの男子の都市伝説で、3日間射精しないと爆発して死ぬんだぞっていうのが笑い話みたいによく言われているのを聞きますが、そ

れは間違いです。精子もたんぱく質ですから、たまっていくとどんどん分解されて消えていきます。なので、たまって破裂することはないです。マスターベーションを1日でも欠かすと危ないと思っている人がいるんだけど、そうではないですよというのは余談です。

この排卵というのが1つ大きな役目で、一方で子宮の内側の内膜という場所をどんどんフカフカとこう厚くして、受精卵がここに潜り込んで赤ちゃんをつくる場所ですね。これを準備するん

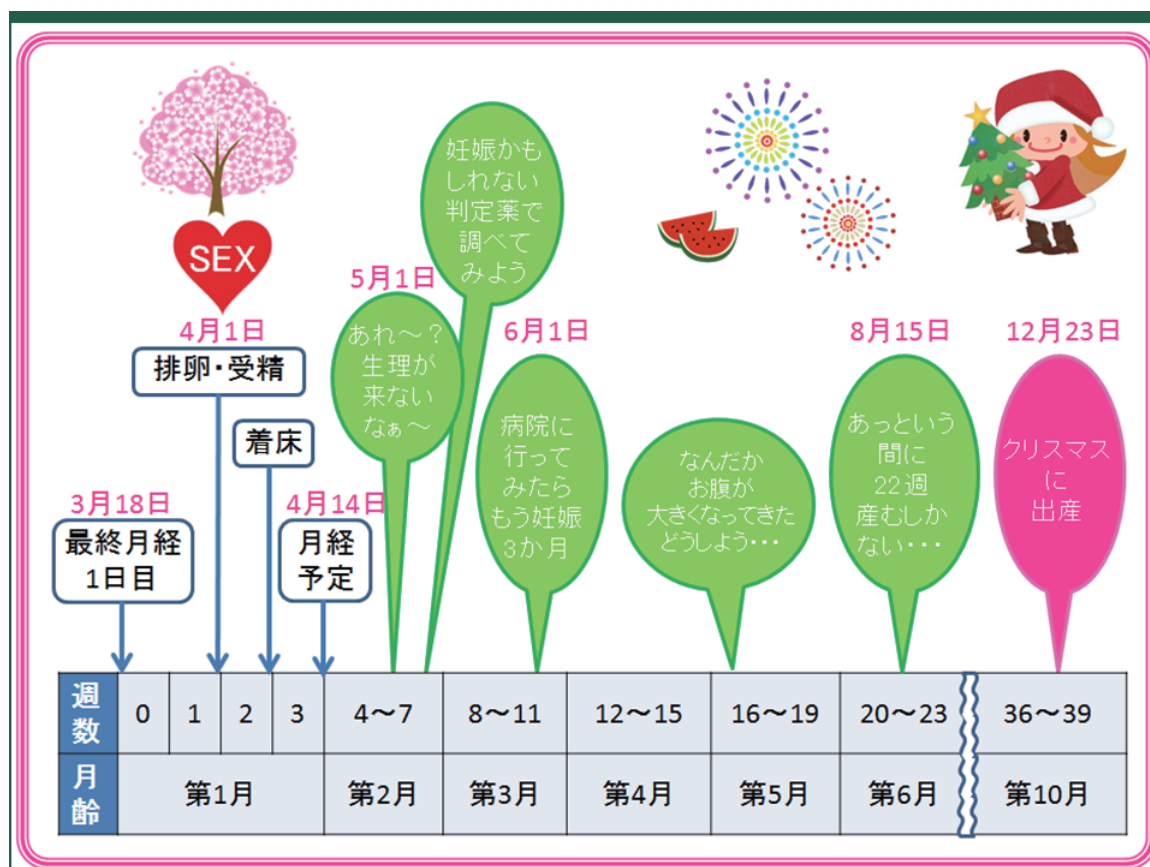
です。もちろん精子がそこに来なければ卵子だけではいくら排卵しても妊娠はしないので、そうすると厚くなった内膜が次の月に備えて、リフレッシュしようということでガラガラガラとはがれて出てくると。これが月経ですね。だから、排卵も月経も言ってみれば妊娠のためのものなんです。妊娠は下から泳ぎのぼってくる精子と、卵巣から排卵されて卵管の先っぽ、インギンチャクの手みたいになっていますけど、卵管采というところからキャッチされて卵管のなかに入っていく、そこで下から泳ぎのぼってきた精子と合体できれば受精が成立。受精卵はコロコロコロっと子宮のなかの方のフカフカ厚くなった内膜のところに戻って着床します。これで妊娠成立ということなんですね。



5. 妊娠と中絶について

妊娠から出産までというのをちょっとここでお伝えしておきますけど、意外と短い。1年くらいかかっていると思っている若い子たちがすごく多いんですけど、例えばこれは毎月大体生理がきちんときていた人の例で、3月18日に最後の生理が始まりましたと。終わって、4月1日エイプリルフールにセックスがありました。セックスの後、4月の予定日の月経があれ、ちょっと遅れているな、おかしいな、こないな、気が付いたらもう5月に入ってた、もしかして、セックスしたし妊娠したかも、と思って調べたら陽性だったと。どうしよう、病院に行って確認しないとかなんて、もたもたしているうちに6月にすぐなってしまう、やっとならしてみたらあなたはもう妊娠3ヶ月ですよ、と言われちゃうんですよ。「えっ、だってエイプリルフールからまだ2ヶ月しか経っていないのになんで?」と思うと、実は妊娠週数の数え方というのは、最終月経の最初の1日目を、0週0日というふうに振り返って数

えるんですね。だからもちろんこの3月18日のときはセックスもしていないわけだから、妊娠するかどうか分からない時期ですけども、後で妊娠した場合はここが0週0日になるんです。ですから、もう6月に行った時にはもう妊娠3ヶ月ですよと言われちゃうんですね。どうしよう、産もうか、産めないな、でも中絶も怖いなあなんて言っているうちにあっという間にお腹も大きくなってきて8月のお盆の頃にはもう22週という週数になるんですね。日本は中絶が合法化されていますけど、21週までなんです。だから22週に入った途端にもう産むしか選択肢はなくなるんですね。中絶はできません。ですので、結構これを知らない高校生や中学生が多いので、もたもたしているうちに産むしかなくなっちゃって、ということで、実は中学生以下で毎年40、50人の出産というのはあるんですね。それもまたお盆を過ぎてじゃあもう産むしかないか、といって生まれるのはいつかというクリスマスです。クリスマスには出産です。だから



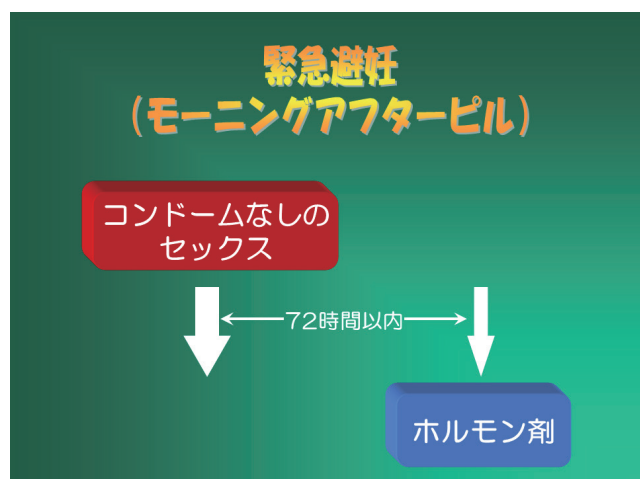
中絶できるのは 21週まで

エイプリルフールのセックスでクリスマスにはもう赤ちゃんが生まれちゃうんですね。意外ここは短いんだよという知っておいたほうがいいかなと思います。中絶できるのは21週まで、22週になった瞬間にアウトです。

6. 緊急避妊について

避妊は、もちろん普段から避妊を心がけているのがいいんですけども、それができていなかった場合は緊急避妊という方法があります。実はコンドームは避妊の道具ではないんですね。日本はそう思っている人が多いけど、コンドームは性感染症を防ぐための道具であって避妊の道具はピルかリングということですけど、日本ではね。そういう無防備なセックスがあった場合72時間以内、3日以内じゃないとダメなんですね。3日以内に、今黄体ホルモンの単剤なんですけど、レボノルゲストレルというホルモ

ン剤を1錠飲めば、妊娠が100%ではないけれども避けられるというのが緊急避妊の方法です。緊急避妊は72時間以内にとということで、土日、週末なんかにセックスがあって、コンドームが抜けちゃった、破れちゃったとかいう場合は、月曜日で間に合いますので、月曜日に婦人科のクリニックに来てもらって、このノルレボ錠というのを1錠飲んでもらうと。緊急避妊のお薬って日本では本当に高く、今ジェネリックが出たので8,000円くらいに下がったんですけど、前は15,000円以上していたんですね。1粒で仕入れ値が12,600円だったので、やはり15,000円以上せざるを得なかったんだけど、今ジェネリックが出て、安いところだと6,000円から、7,000円からとか、といふうになって、だいたい相場が8,000円から15,000円。今この緊急避妊薬を薬局で買えるようにしましょう、というOTC化の動きが厚生労働省の審議会で今年の春から審議されるようになっているんですけども、私たち産婦人科も6割くらいの医者は将来的には薬局で買えるようになったらいいねと思っている人が多いんです。ただ簡単に薬局で買えてしまって、妊娠する場合もあるわけですよ、100%じゃないから。妊娠した場合も、着床出血といって、さっき示した図で着床したときに出血が起きるケースもあって、それを生理がきたと勘違いして、ああ大丈夫だったよかったとなって、1ヶ月経ってまた次の生理がこない、あれーと言っていたらお腹がかなり大きくなってきてしまった、ということもあるので、やはり飲んだあとは必ず3週間以内に産婦人科で確認は必要なんです。買った人と産婦人科をちゃんと繋げてもらえるんだったら薬局で買えるのはいいのですが、産婦人科に行きたくないから薬局だけで済まそうなんて思っている人がいると、かえってリスクなこともあります。それから子宮のなかにちゃんと妊娠すればいいんですけども、子宮外妊娠といって、



緊急避妊ピルは、
避妊に失敗した72時間以内に飲むと
高い確率で妊娠を防げる





緊急避妊ピル
飲むのは1回だけでOK
薬代は高額
8000円から15000円程度
低用量ピルよりも失敗は多い

卵巣とか卵管とか変なところに妊娠が起きることがあって、子宮は赤ちゃんが大きくなっていけばのびてきますけど、卵管とか卵巣はのびませんから、破裂を起こすんですね。子宮外妊娠という命にかかわるような事態が起きることもあるので、やはりちゃんと産婦人科で確認をして、というのがとっても大事になるかなとは思っています。でも、こういう手段はあります。フランスなんかでは薬局で買えますけどね、日本よりももっとずっと安く。

7. 女性のライフサイクルの変化と新たなヘルスケア

ですから、排卵と月経というのは妊娠のためにあるもの、といっても過言ではなくて、やはり人類700万年の歴史はその繰り返しで私たちは今いるわけなんですけれども、ただこれが第二次世界大戦後の日本で大分変わりました。女性のライフサイクルは随分変わりましたよね。一番変わったのは出産回数です。初経とか閉経の年齢ってそれこそ700万年くらい前からそんなに何十年も変わったりはしてないんですよ。だいたい12、3歳で初経を迎えて、閉

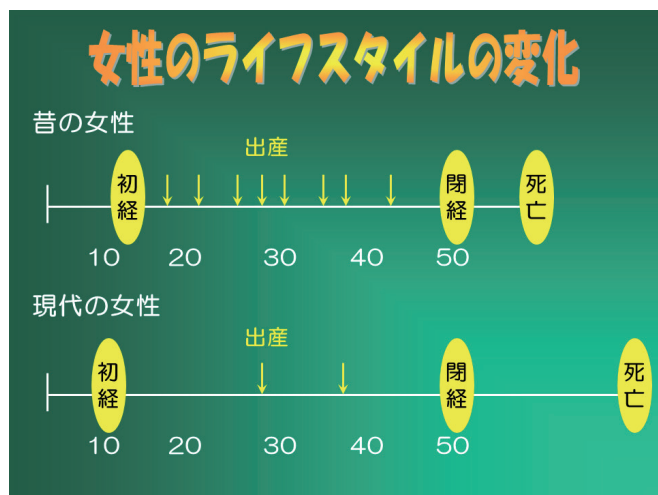
経は50歳から52歳くらいというのが、日本ではこんな感じで、昔はもっと初経が遅く閉経が早いっていう、でもそんな10年も違いません。なので、ここの間はあまり変わっていない。第二次世界大戦後大きく変わったのは平均寿命です。昔は本当に80代までなんか生きられなかったんですよ。戦後は抗生物質の発明で、お産で死ぬ人が激減したり、そういう医学の進歩、それから栄養状態がよくなった、いろんなことがあいまって、今平均寿命がどんどん延びています。延び続けるわけではないと思いますが、そして今あたりがピークなのかもしれないけれども、何しろ閉経してから死亡までが長く

「産まなくなった」現代女性の健康問題

毎月容赦なく繰り返される月経と排卵



- 子宮内膜症
- 子宮筋腫
- 子宮体癌
- 卵巣癌
- 乳癌



なった。この2つがすごく変わったんですね。出産回数が減ったということは、産まなくなった女性は毎月毎月排卵月経排卵月経、昔の女性の9倍から10倍きちゃうんです。排卵というのは卵巣が壊れますから、そういうところって卵巣癌が発生しやすくなるんです。子宮内膜症、子宮筋腫、子宮体癌、卵巣癌、乳癌、こういうホルモンと関係ある病気は増えたのです。だから出産回数が減ったことで、排卵月経の回数が10倍くらいになっているということです。昔はこのシステムを上手く使っていたので、12、13歳で月経が来ると14、15歳で結婚して子どもを産んでいたんですよ、つい100年くらい前まで。ポンポンポン産んで、50代まで産んで、大正の終わりに50代の出産が全国で3,000件以上あったというデータがあるんですけども、今50代で産んだらギネスブックものですよ。閉経の年齢はあまり変わらないんだけど、出産の人数も随分違う。今は14、15歳で産んじったら事件ですし、10人も産んだらテレビ番組ができるくらい珍しいことになっちゃったので、全くもって変わったということですよ。

8. 女性の健康：子宮頸がんについて

これに対してじゃあどうしたら女性の健康が守れるのだろうか。ということで、あともう1つ子宮頸がんについてちょっとお話しておきます。これはセックスで感染するヒトパピローマ

ウイルスというウイルスが原因で発癌することが1970年代に分かってきてました。それが今20代、30代でちょっと増えているんですね。ヒトパピローマウイルスの持続感染で早期発見すれば100%治療で死ぬことはないですけども、ウイルス感染なので、2009年にワクチンが日本でも認可、発売になっています。2013年から公費で小学校6年生から高校1年生まで無料で打てることになったんですけども、その同じ年にこんな副反応が起きたといったようなことがマスメディアでばーっと報道されて、打つ人が激減しちゃったんですね。ただ公費で打てるというのはそのままずっといけるので、うちなんかは毎年2、3人ほそぼそと打ってきたんですけども、コロナの蔓延でワクチンの重要性が見直されて、今年このヒトパピローマウイルスのワクチンを打つ人が増えました。コロナの特典で高校2年までOKという自治体も今何件かあるんですけども、高校1年生を過ぎると有料になってしまいますが、一応26歳くらいまではこのワクチンは打っておいた方がいいとは言われています。今、日本がもたもたしている間に世界では「シルガード9」という9種類防げるワクチンがスタンダードになりつつあって、今までの2つのワクチンは、2つの16型、18型というDNA型のヒトパピローマウイルスを防ぐワクチンだったんですけども、それが9種類防げるのが出てきています。ガー

子宮頸がん

セックスで感染するHPVが原因
20～30代で急増

- ・HPV（ヒトパピローマウイルス）の持続感染
- ・検診で早期発見すれば100%治療できる
- ・2009年10月、ワクチンが日本でも認可された。
- ・2009年12月、ワクチンが日本でも発売開始。

HPVワクチン

ガーダシル	9歳から接種可	16、18型HPV 6、11型HPV
サーバリックス	11歳から接種可	16、18型HPV

小学6年～高校1年まで公費（無料）で打てる

「シルガード9」 16、18型をはじめ、9種類の型のウイルスを予防できる。

ダシルの6型、11型というのは癌をつくるタイプではなくて、尖形コンジロームという外部にイボができる性病の原因が6型、11型でこれも防げますというものですが、ただ値段がすごく高くて、公費で打てるものを有料で、だから20歳過ぎましたからって大学生が打とうとすると、半年かけてみんな3回打つワクチンなんですけど、5万円くらいかかります。新しいシルガードはその倍くらい、10万円かかっちゃうので、それでも打ちたいと言って来る方もいらっしゃいますけれども、ちょっともうちょっと安くならないのかなと思っています。

9. 女性の健康：ピルの活用について

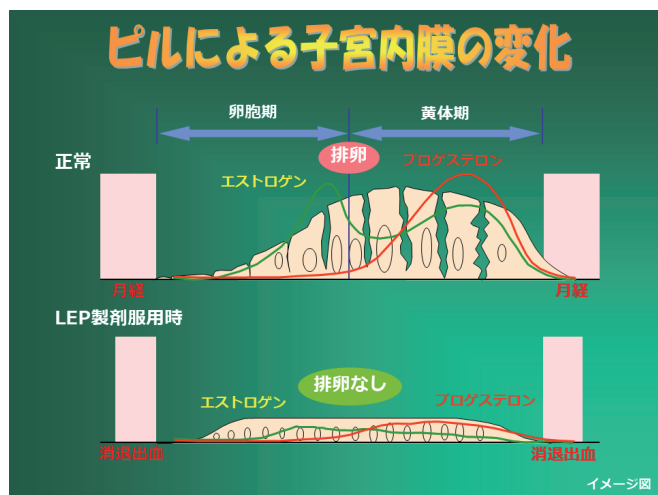
実際ピルの活用というのをちょっと知っていたきたいなと思って、ピルはみなさん避妊薬としての認識はあるかと思うんですけども、いろんなメリットが実はあるんですね。産まなくなった現代女性にとっては必需品と言っているのではないかというのがピルなので、ちょっとご紹介したいと思います。ピルのメリット、今低用量ピルといって、実はピルは67年前にアメリカで発売になったのが第1号なんですけど、そのときはホルモンがたくさん入っていたので、副作用もたくさんあったんですけど、どんどん低用量化されてきて、今日本で手に入るのは低用量型と超低用量型というのがあります。

メリットとしては月経をコントロールできちゃうんです。量がぐんと減りますし、周期の調整、フィールドワークに行く間は生理起こしたくないとか、そんなのもできちゃいます。あと痛みの軽減、量が減ることによって生理痛がぐんと軽減されるんですけども、生理痛の人には保険で出るピルが7種類あります。それから、月経、排卵、排卵はお休みになりますので、排卵とかをある程度休ませることで、子宮体癌、卵巣癌の予防になります。また、質のいい卵子をずっと持っていることができるので不妊症の予防になります。ホルモンが非常に安定しますので、体調とか気分も安定しますし、にきびなんかもできにくくなってお肌がすごく綺麗になります。もちろん開発の目的だった確実な避妊というのは当然できますし、今、月経痛治療薬で出ているピルも避妊の効果があります。メーカーさんに言うと、そう言っちゃいけないので避妊効果はありませんなどと言われてしまいましたが、ちゃんとあります。

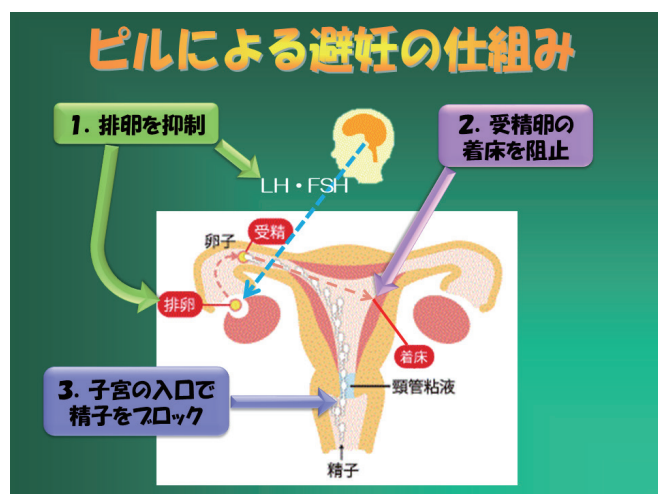
低用量ピルのメリット

- ・月経コントロール
（量が減る、**痛みの軽減**、周期調整、子宮体がんの予防、内膜症の予防・治療）
- ・排卵を休ませる
（質のいい卵子を保持、卵巣を傷つけない、卵巣がんの予防）
- ・ホルモンの安定
（体調・気分の安定、にきびの改善）
- ・確実な避妊

そもそもピルとは何かというと、エストロゲンとプロゲステロンの2つのホルモンが1粒に入っているんですね。[次頁左上の]スライドの図の上は飲んでいないときの正常というか普段の、若い方20代くらいの方の月経周期。下は飲んだ場合ですね。低め、一定になるんです。なので、卵巣が眠っちゃうんです。ホルモンが上がるから排卵するので、上がらないの



で排卵はないです。それから子宮の内膜もホルモンが上がるから厚くなるんだけど、厚くならない薄い状態。お薬飲んでる間はこれをキープして、お薬をお休みすると、消退出血といって、月経みたいな出血が起きます。なので、毎月出血させる意味は特にないので、1年に1回とか2年に1回とか半年に1回とか好きなようにコントロールもできます。ということで、内膜が薄くなること、排卵がお休みになること、それからもう1つ、排卵の時期ってば一っとしたおりものが出てくる経験をしたことのある方がいらっしゃると思うんだけど、あれは精子をなかに引き込むためのおりものなんですけど、それがピルを飲むことで固いおりものに変わって、妊娠しづらくなるというこの3点で避妊の仕組みです。避妊の仕組みプラス生理が軽くなる、痛くなくなる、いい卵子がとっておける、いろいろメリットがあるので、特に月経痛のある人はもち



ろんですが、月経痛のある人はこうした表にあるピルが全部保険で手に入ります。フリエルというシリーズがジェネリック、後発品なので、一番安くて、1ヶ月分が1,200円からです。一番高いのが月3,000円くらいですね。

みなさん、ピルは副作用が怖いと思っていられる方がすごく多いんだけど、ピルの副作用って飲み始めのマイナートラブル的な軽いものだけです。特に今のものは超低容量型とかホルモンの量がすごく少ないので、ほとんど何もないという人が8割方です。胃腸がすごく弱かったり、生理がすごく不順だったりするとちょっと出ますけれども、でも吐き気止めとか鎮痛剤なり使っても良いので、そのうちなくなります。頻度が非常に低い重篤な副作用として血栓というのがあります。これは血管の中で

保険適用のピル（LEP）

- ルナベルLD（21錠）
- フリウェルLD（21錠）
- ルナベルULD（21錠）
- フリウェルULD（21錠）
- ヤーズ（28錠）
- ヤーズフレックス（28錠）
- ジェミーナ（28錠・21錠）

いずれも、月経困難症の治療薬として保険が適用される。

血液が固まってしまうことで、固まりがとんでしまったり心臓から頭、胸、いろんなところにとぶと心筋梗塞、脳梗塞、肺梗塞と、ちょっと命にかかわるような重篤なことになることがあります。ですが実はピルで血栓を起こすリスクより、タバコで血栓を起こすリスクの方がずっと高いんです。何か起こったときはもちろんピルを出してもらっている婦人科で対応できますし、それからコールセンターも一応ありますので、何か分からないときはこういうところに聞いてみたらいいのかなと思います。血栓は妊娠したときのリスクが実はもっと高く、一番高いのはお産

ピルの副作用

吐き気、頭痛、不正出血、
倦怠感、乳房が張る、など

頻度が非常に低い重篤な副作用
血栓症、心筋梗塞
タバコのリスク！

EC・OCコール
03-3267-1404

(EC＝緊急避妊 OC＝経口避妊薬)

どこへ行けばいいかわからない時、
EC・OCコールに電話をして
医療機関を探してもらうことができます。

の後12週～13週目で30～40倍血栓のリスクが上がるので、毎年毎年お産の後に亡くなっている方がゼロにはできてない理由には、血栓があるんですね。

10. 婦人科外来で出会う性暴力

時間がないので1時間では話せないような内容なんですけど、40分でと言われたので駆け足ですみません、聞きづらいかもしれないけれども。婦人科外来でも、さっきもちよっと言いましたけれども、更年期がひどいとか、月経がひどいとか言うてくる方で、日常診療のなかでの主訴はこの辺が主なものです。生理痛が重い、不順だ、生理前に調子が悪くなっちゃう、更年期がひどい、性感染症かもしれない、と。ところが、これは私の友達の富山の先生のデータなんですけど、のちのちカウンセリングが必要になってしまったというメンタルのことが背景

にある人で初診の時に何を訴えてきたかという、更年期症状だったりPMSの症状だったり、がすごく多いんですね。だからただそれを治療するというだけではなくて、その後ろにあるものを私たちは見ていかないとけない、というふうに婦人科の医者、(みんながみんなそうではないですが、)は思っています。やはり一番の原因は、DVやジェンダーの問題。ジェンダーの問題というのはすべての基本なんですよ。パワハラ、セクハラ、性暴力、この後ろにはジェンダーアイデンティティがない女性の人権を踏みにじるような考え方があるから起こることであって、ジェンダーって本当に大事な考え方だと思います。日本ではやはり特に母役割、妻役割、娘役割、嫁役割、女性役割、これね、若い時からなんか刷り込まれちゃっているひとが結構いて、大体世の中変わってはきてますけど、まだまだそういう感じで、性暴力がなくならないのはやっぱりこういう考え方があるから。だからなんか無意識に加害者は被害者よりも力を持っているんだ、立場が上なんだ、だから何をしてもいいんだ、というふうになっちゃうんですね。

DVとかデートDVも今結構出てきていますが、DVとかデートDVという言葉自体がまだまだそんなに50年前にはなかった言葉ですから、それが言葉になって出てきただけでもいいとは言えます。けれども、そのなかでも性暴力

日常診療の中で多い主訴

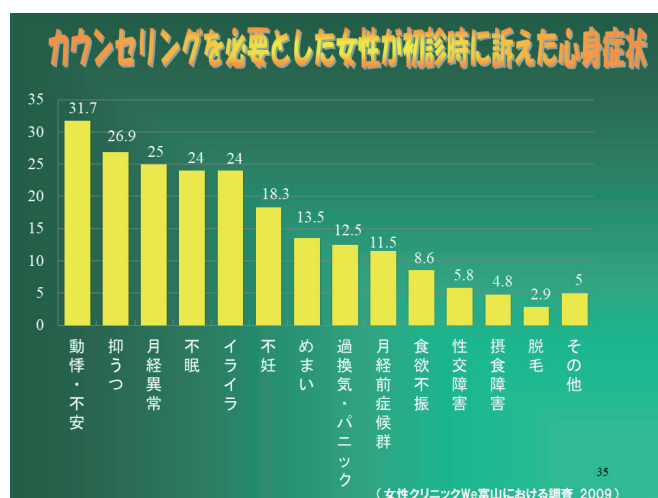
月経困難症

月経不順

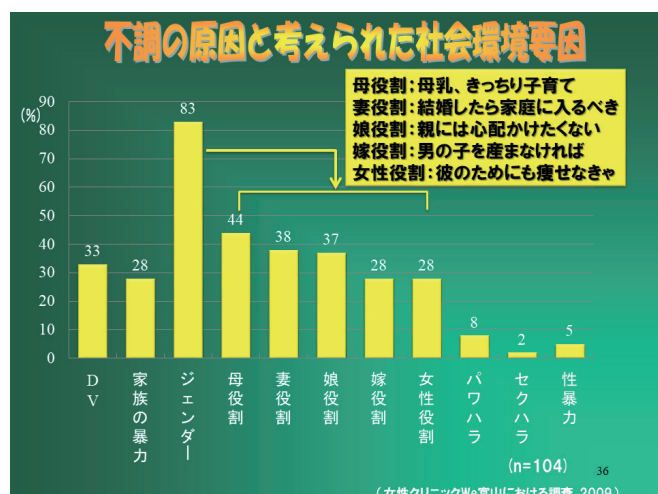
月経前症候群(PMS)

更年期症候群

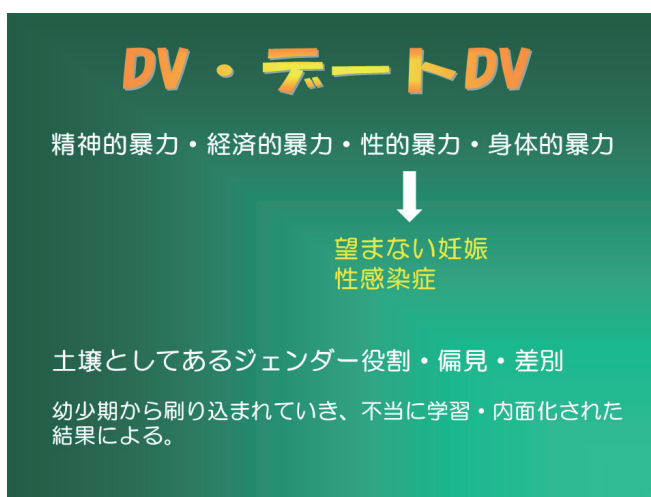
性感染症



というのは一番のDVだと私は思います。精神的暴力というのは日本では多いのですが、DVのなかでも性的暴力、望まない妊娠をしてしまったり、性感染症を起こしたりということで、身体的にも経済的にも精神的にもダメージを受けるので、すべてのオンパレードが性暴力だと思っています。やはりその土壌にあるのはそういうジェンダー役割・偏見・差別、女性の人権は人権とも思われていないという、そういう考えが不当に刷り込まれていったからだと思います。昔は20組に1組がDVカップルと言われていたのが今はもうちょっと増えて15、16組に1組じゃないかと思っています。やはり人との関係では対等な関係をつくるというのがとても大事だと思います。対等な関係をつくらなければやはりストレスを感じますから、子どもたちにも言うんですが、例えば避妊とか性感染症予防の方法をいくら知っていても、「使え

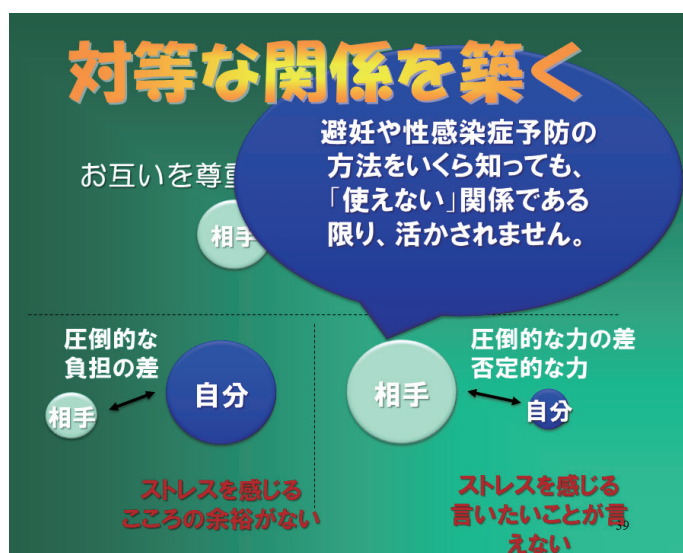
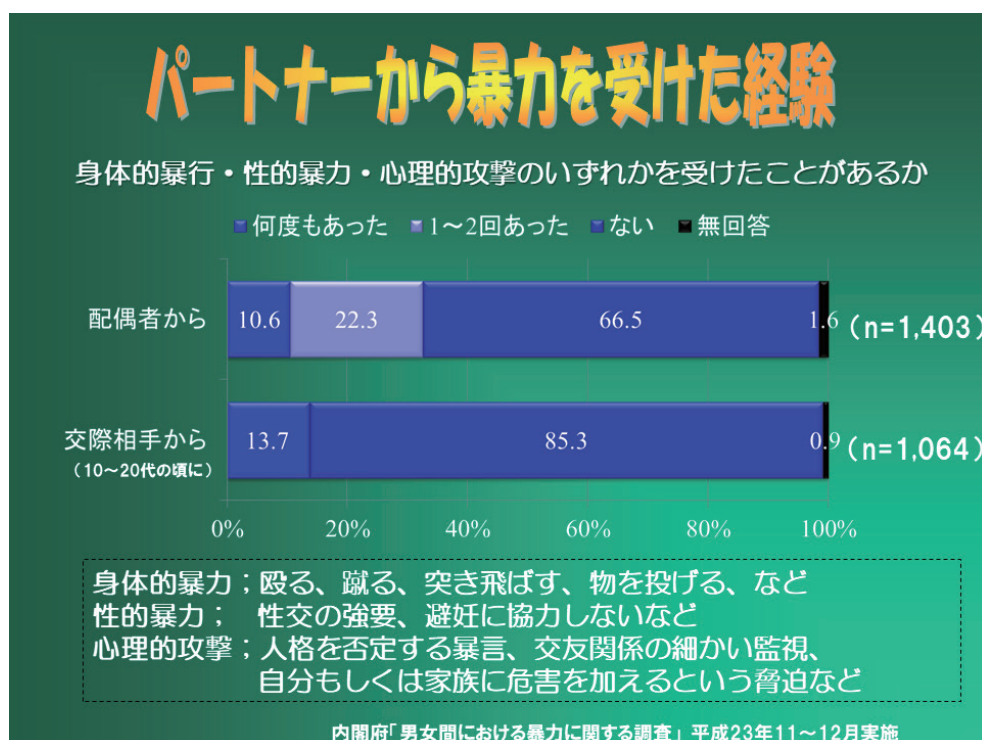


ない」関係である限り活かされません。だから例えばフィールドワークや留学に行くときも、知識を持っていく、これはとても大事です。けれども、その場になって、それが使えない関係だったら、意味ないですよ。結局被害に遭ってしまうということになります。日本のジェンダー格差指数って結構下の方なんです。だから性暴力がはびこっているんじゃないかと言ってもいいくらいで、2019年には153カ国中121位です。ジェンダー指数というのは経済界、政治界、教育界や医療などにおいて女性が活躍している、トップで決定権のあるところにいる割合ですよ。日本では女性の首相はまだ誕生して



いませんし、政治家だってまだまだ女性が少ないですし、医師もそうです。それから大学の教授、学校の校長、小中高の教員、小学校はまだ女性がちょっと多いんですが、それでも校長会とかそういうトップは全部男性ですよ。大学の教授、主任教授もまだまだ女性が少ないです。理系の方は特に少ないですね。医学部も女性教授は全国で今2人しかいないです。なので、本当にそういうところでやはり発言権がないというのはなかなかそういう社会ですよということです。

11. さいごに：性の自己決定——自分のからだ
は自分のもの
何しろ性の自己決定権というのはみんなが



みんな平等に持っている権利です。自分のからだは自分のものなんです。人の好きにされていいわけではないですよ。私たち産婦人科は、妊娠・出産にかかわる科で、もちろん妊娠・出産も、私はお産はやってませんけれども、妊婦健診はしていますので、妊娠の過程を見ていくことはあるんですけども、ただそれだけではないと思って仕事をしているんですね。やっぱり婦人科は女性が一生付き合う「ホームドクター」だと思って初経から死ぬまで婦人科とお付き合いしてくださいね、というのをお願いし

ています。うちの患者さんたちにもお嬢さんがいる方にはお嬢さんを初経が来たら連れてきてね、と言っていたら十何人か連れてきてくださいました。けれども、やはり、「学校で話聞いた？」と言うと、「うん」と言って、「分かった？」と言うと「うーん……」と言う子が多いので、そこで先程の妊娠の仕組みとか月経の話とかをして、生理が始まって痛ければ我慢しないでいいから、もちろん痛み止めを飲んでいいし、ピルだって早くから飲んだ方がいいんだよ、と言っています。お母さんがホルモン剤とか、お付き合いを更年期なんかでしている方は受け入れがよくて、私がしょっちゅうこんな話ばかりしているから、「娘に生理がきたのでピルを飲ませたいんですけど」というような方もいます。2021年1月29日のFENICSサロンでの講演で聴いてくださった女子学生さんが実はうちに来て、今ピルを服用している方がいらっしゃいます。うちじゃなくても他に行ってもらっている方もいるみたいなので、よかったなと思います。今すぐ妊娠というふうに考えていない女性は、すぐピルを飲んでください。最初から快適という方もいますけど、2、3ヶ月する

産婦人科とは？

産婦人科  妊娠・出産



女性が一生付き合う
「ホームドクター」

と当初のマイナートラブルも治まりますし、使うと便利で快適というのを実感していただけたと思います。海外で緊急避妊薬がすぐ手に入るような都市部だったらいいですが、アフリカの田舎とかでいきなり緊急避妊薬を3日以内と言ったって、手に入らない可能性の方が高いですよ。そういうときに普段からピルを飲んでいれば緊急避妊する必要はないのです。まず、少なくとも妊娠だけは避けられる。性感染症はちょっと無理でも、妊娠は避けられますので、普段からピルを飲んでいくというのが一番いいかなと思います。ちなみにスポーツ選手なんかでもピルを飲んでいる人は日本の女性アスリートではまだ少ないんですけど、ピルはドーピングにも引っかかりませんから、別に危険薬物でもないで飛行機で持って行くこともできます。

です。で、ぜひぜひ、日本にいる間にピルに慣れて、海外に出るときはピルを携帯していく、ということをぜひやってほしいなと思います。それから、先ほど学校の方のお話もありましたけれども、相談できるところをたくさんつくっておく、外語大は恵まれていてそういう相談窓口があったりしますが、そうした窓口がない学校でも、学生さんが、SAYNO! のグループのように立ち上がって声を上げていくと学校側も対処してくれると思います。やはりおとなしく黙って日本の女性のジェンダーが踏みにじられているような社会で、のうのうと生きていたらいけなく

て、声を上げましょう。声を上げないと変わっていかないし、たしかにトップダウンで変わっていくのは理想的なのですが、それを待っていたら100年、200年は無理だと思うので、私もほそぼそと街の片隅で産婦人科のクリニックをやりながら一人ひとりにもっと声を上げていいから、もう怒っていいんだよ、とか、それはDVだからね、とか語っています。やはりそうやって力をつけていく人が一人でも増えてくれると、日本の社会は変わっていくんじゃないかな。「これおかしいんじゃない？」って思える人は、「おかしいんじゃない」って声に出して、ぜひ言っていたきたいなと思います。長くなりましたが私の話は終わりとさせていただきます。ご清聴ありがとうございました。