

うらやす P-Life

すべての人が互いを認め合い 共にかがやくまち うらやす

特集

一緒に話し合ってみませんか？

大切にしたい身体と性の話

あなたは大切にしていますか？ 家族や友達や知り合いのみんな、そしてあなた自身の心と身体、性のこと。他の人の意見によってではなく、自分自身の身体と性に関することを自分で決めて、自分を守る。それは立派なあなたの権利。情報があふれる今だからこそ、大切にしたい自分の身体と性のお話です。





自分自身の身体と性を守るために 知っておきたいこと



身体と性を大切にする権利

自分自身の心身と性を大切にする権利を「性と生殖に関する健康と権利 (セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ : SRHR)」と言います。これは、年齢や性別にかかわらず誰もが持つ権利です。

自分の身体と性のことを自分で決めて守るための権利で、すべての人の「幸福な生き方」に関わるものです。

SRHRで尊重されるべきこと

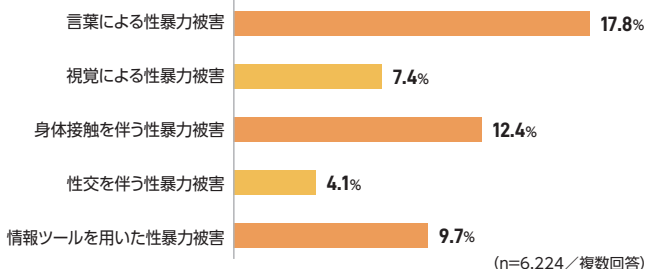
- 自分の性別や好きになる相手を自分で決めること
- 安全で楽しい関係性を持つこと (性体験を含む)
- いつ誰と結婚するか (しないか) 選択できること
- 子どもを持つ (持たない)、持つとしたら、いつ何人持つか選択できること
- 上記を実現するにあたって、人から差別や強制されたり、暴力を受けたりしないこと など

他人事じゃない! 4人に1人が性暴力の被害者

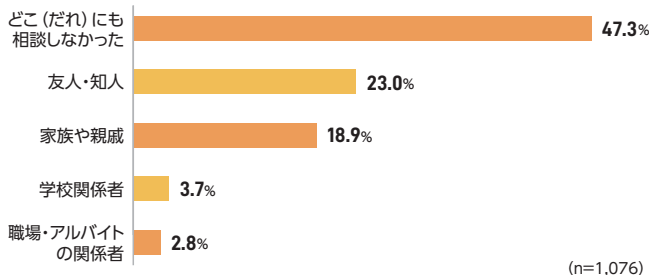
内閣府の調査から、性暴力の被害の状況が分かってきました。その調査によると、16~24歳の4人に1人以上 (26.4%) が何らかの性暴力被害に遭っていることが明らかになりました。

また、加害者は学校の関係者 (教職員、先輩、同級生等) や、SNSなどインターネット上で知り合った人が多く、被害にあっても半数近くの人が相談していないことが分かりました。

遭遇した性暴力被害の内訳



最初に相談した人・機関 (上位5件)



被害者にも加害者にもなる危険性

性の情報は、自分が見たいと望むかどうかに関係なく、世の中にあふれています。そのような状況で、子どもは大人から「気を付けて」「怪しい人にメッセージを送ってはいけない」と教えられても、「気を付けなかった自分が悪い」と受け止めて、相談するのが難しくなってしまふことがあります。また、インターネットやSNSなどで得た性に関する情報を誤って理解し、相手に暴力を振るったり、

相手を尊重しない関係性を強いたりしてしまう場合もあります。性暴力は、自分が被害者にも加害者にもなり得るもの。この前提に立って、自らを守り、さらに暴力の加害者にならないために、一人ひとりが性と生殖の健康と権利に関する正しい知識を持つことは非常に重要です。性暴力の多くが「ノー」と言いづらい関係性の中で起こったり、パワーを示すために性行為をツールとして使ったりするので、注意が必要です。

Information

若い人も親世代も知っておきたい 生命 (いのち) の安全教育とは?

文部科学省において、性暴力が及ぼす影響を理解し、生命や他者を大切に尊重する考えや態度を身に付ける「生命の安全教育」が推進されています。

若い人はもちろん、保護者世代や、自分自身やパートナーのことを大切にしたいと思うすべての方に参考になる内容です。ぜひ一度目を通してみてはいかがでしょうか?



生命 (いのち) の
安全教育
ホームページ



望まない妊娠を防ぐために 緊急避妊にアクセスするには?

妊娠したか不安なときの対策として「緊急避妊薬」があります。緊急避妊薬は72時間以内の服用で妊娠阻止率約8割の効果がある薬のこと。使用にあたっては医師の処方箋が必要となります。2024年12月時点で、一部薬局での試験販売が実施されています。緊急避妊に対応している施設については、右記の「医療情報ネット (ナビイ)」を参照ください。



医療情報ネット
(ナビイ)

※キーワード欄に「緊急避妊」と入力して
検索してください。

自分を守るための第一歩 性に関する正しい情報を得ることの大切さ

性に関する正しい知識を得るには、どこから情報を得ているかも重要です。中高生の男女のほぼ半数は、友達や先輩などの身近な人から情報を得ていることが分かりました。一方、保護者世代は、性に関する知識に自信がなく、子どもから質問されたときに困った経験をしたことがある人が4人に1人の割合でいることが分かりました。

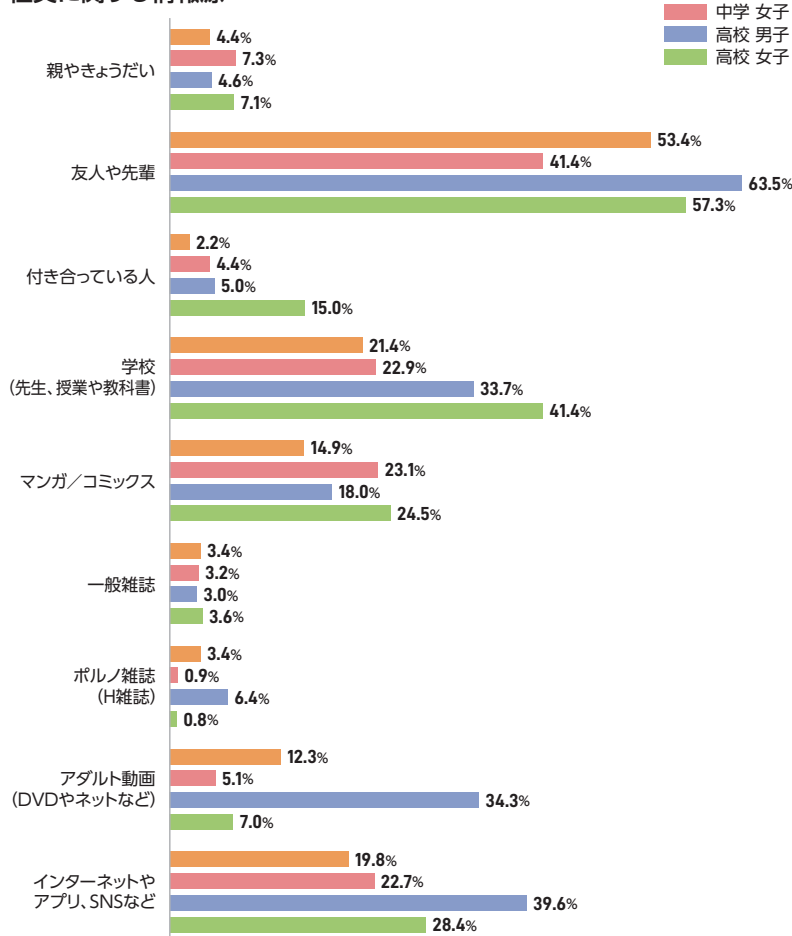
親子で話し合える関係を築くことが大切

子どもが性に関する情報に接するのは早く、中学校で性教育の授業が始まる前の小学校5～6年生には、友達やインターネットなどを経由して入手していると思われます(NPO法人ピルコン調べ)。

思春期が始まる頃には、普通の話でも親と面と向かって話をするのが難しくなります。そのような状況において、親子で性について話し合うのは簡単ではありません。できれば思春期になる前から性に関する話を始めていくのが大切と言えるでしょう。

また、親世代が性の情報を正しく得られていない状況も見受けられますが、「1回話せばおしまい」というものでもありません。幸いなことに現在は身体と性について正しく学べる本や情報がたくさんあります。そうした情報を親子で見つけ、共有していくことから始めていくのも良い方法ではないでしょうか。

性交に関する情報源(複数回答)



LET'S TRY!
レッツ・トライ!

性と生殖に関するクイズ

「性と生殖に関する健康と権利」について、どれくらい知っているかチャレンジしてみましょう! 「正しい」または「誤り」にチェックを入れ、何問正解できるか確かめてみましょう。

※クイズの答えは裏表紙をご覧ください。

質問

- 喫煙は女性の妊娠する能力を下げる
- 喫煙は男性の受精する能力を下げる
- 健康なライフスタイルを送っていれば妊娠することができる
- 夫婦5～6組のうち約1組は不妊である
- 今日では40代の女性でも30代の女性と同じくらい妊娠する可能性がある
- 月経があれば妊娠することができる
- 男性が勃起できることは、受精能力があるといえる
- 性感染症に罹ったことのある人は妊娠する力が低下する可能性が高くなる

正しい

誤り

☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

「高校生と親世代の生殖や性に関する意識と実態調査」(メルクバイオフアーマ株式会社)をもとに作成

自分と相手を大切に作る対等なコミュニケーションに向けて

提唱されてから30年経つ「性と生殖に関する健康と権利 (SRHR)」を、もっと身近に感じて、より自分事として理解するにはどうすればよいでしょうか？ 科学的に正確な性の知識と人権尊重に基づいた情報発信を行うNPO法人ピルコンの理事長 染矢明日香氏に聞きました。

変化する社会と性教育の今

SRHRは、自分の心身と性を大切に、社会的にも人間関係においても満ち足りている状態を意味する、ごく当たり前の権利です。この権利を伝える方法の1つが性教育ですが、当NPO法人が学校から性教育の講演を依頼される際、性交や避妊に関する一部の表現は使えない場合があります。

妊娠や性に関する健康について不思議に思ったり、疑問を抱いていたりする生徒は多くいます。でも、それに応える側の言動が制限されてしまっている、どちらも困るし、性に関する正しい知識も広がりません。

近年、SRHRに関連して、人間関係や性の多様性、ジェンダー、健康と幸福など、幅広いテーマを取り扱う「包括的性教育」という考え方が出てきており、性教育は転換点を迎えているとしています。デジタル性暴力の増加など、社会も大きく変化している今、性教育の在り方は見直すべき時期にあるのではないのでしょうか？

互いを大切に思い、尊重する機会として

長きにわたって性教育の内容に制限が課せられてきたことで、今、親世代になっている人も性に関する知識が十分あるとは言えない可能性があります。ただ、性と生殖に関する健康は、妊娠や避妊、性感染症、ジェンダーのことなど、とても身近なことで、普段から知っておくべき大切なことばかり。特に、子どもがいる家庭の場合は、家庭の中でコミュニケーションを深めておきたいテーマです。

その際、気を付ける点としては、難しいテーマやハードルが高いトピックを選ばないこと。大人として、親として、自分

が話せそうな、自身の体験にもとづく範囲から始めてみるのが良いかもしれません。例えば、生理に関することだったら、「私のときはこうだったけど、あなたは？」というように、ごく自然に切り出してみると会話のキャッチボールが弾みやすくなります。

気を付けたいのは、「教育」というと、どうしても「教える側」と「教えられる側」に分かれてしまうこと。親子の場合は、子ども自身が何を求めているか、親がしっかり受け止めて言語化していくことが欠かせません。そのためには、親子であっても人それぞれ人格が異なることを互いに理解し、対等なコミュニケーションを意識していく必要があります。「いつでも相談していいんだよ」というメッセージを発信していくことが大切になります。

互いを大切に思い、尊重した関係性を築くこと。それが性教育の本質にあることだと考えています。

染矢 明日香

(NPO法人ピルコン 理事長)



NPO法人ピルコンは、多くの大学生や社会人がボランティアとして参加し、性に関する正しい知識と情報を自ら学び、自ら発信するスタイルで、誰もが自分らしく生き、豊かな人間関係を築ける社会の実現を目指して活動する団体。産婦人科医や助産師、性教育研究者、LGBTQ支援団体などと協力・連携して、中高生・保護者向けの性教育講演や性教育教材の製作など、性の健康に関する啓発や政策提言を行っている。



NPO法人ピルコン
ホームページ

浦安市パートナーシップ宣誓制度のお知らせ

お互いを人生のパートナーとする2人の意思を尊重し、市が2人の関係を公に証明する制度です。2024年4月より宣誓できる対象者を上げました。

- 事実婚の方も宣誓ができるようになりました。
- 未成年のお子さまがいいらっしゃる方は、宣誓書受領証にお子さまの名前を記載できるようになりました。

「浦安市パートナーシップ
宣誓制度」の詳細は
市HPをご覧ください



性と生殖に関するクイズの答え ①正しい ②正しい ③誤り ④正しい ⑤誤り ⑥誤り ⑦誤り ⑧正しい

多様性社会推進課・ルピナス information

多様性社会推進課・ルピナスでは、「講座の開催や図書の貸出し等を通じての情報提供」「相談事業」「市民の交流・ネットワークづくりの支援」をしています。

開所時間／場所

時間：月～金 8:30～17:00
(土・日・祝・年末年始休み)

場所：文化会館2階 TEL：047-712-6803

相談

女性が抱えるさまざまな問題を自ら解決するための支援をしています。

- 女性のための相談 (予約制)
… 第1～第4 火・木 10:00～16:00 ※14:30～20:00の場合あり
- 女性のための法律相談 (予約制) … 月2回 10:00～15:30

人権に関するさまざまな問題について、法務大臣から委嘱された人権擁護委員が相談に応じます。

- 人権相談 (予約制) … 毎月 第2月 13:00～15:00



相談室

個室で相談が受けられます
※秘密は守られます