



リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

～自分のことはもっと自分で決められる～



©frente-mie_2017



Reproductive Health and Rights



リプロダクティブ・ヘルス／ライツとは？



わたしたちの人生（生き方）は、
みんな自分で選び、自分で決めていくものです。

「生き方」を考える上で、切っても切り離せないもの。

それは、私たちの「性」と「健康」です。

これらが、私たちの生き方のベースと言っても過言ではありません。

「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」という言葉を
聞いたことがありますか？

それは、「性と生殖に関する権利と健康」と訳されます。

「思春期」「月経」「恋愛」「セックス」
「性感染症」「避妊」「妊娠」「中絶」「出産」
「不妊」「男性不妊」「婦人科疾患」など…

そのすべてが、「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」に
まつわるできごとです。

「I LADY.」ホームページより抜粋



個人、特に女性が自分の身体の健康や性を主体的に守り自由に生きること、
この権利は保証されているのです。

この知識を身につけること

それは性別に関係なく自分自身を性にまつわる危険から守ること、
そして相手も守ること、そしてそれは

自分のことをもっと自分で決める人生に
つながっていくのです。





自分の身体は自分のもの

自分のからだを自分が大切にすること、
自分の健康を守ることに積極的であること
いつ、誰と性的な関係を持つのかは自分で決めること
子どもをいつ産むのか、産まないのか
それも自分自身が、そしてパートナーとも、
お互いの意思を尊重しながら決めること

**これらはすべての人が持っている大切な権利なのに、
この権利が尊重されないことが、
多く起こってしまっています。**



例えば、自分の意思が無視された性行為
そして、相手に嫌われるのが怖くてセックスに応じてしまうこと
結婚したら、子どもを産むべきという意識による苦しさ など

この大切な権利が尊重されないがために、
性感染症や気づかれない性被害の拡大、望まない妊娠など
『自分』が『自分』を大切に扱えていない出来事が起こるのです。

どうしてこんなことが起こってしまうのでしょうか。





権利をおびやかす「ジェンダー」意識

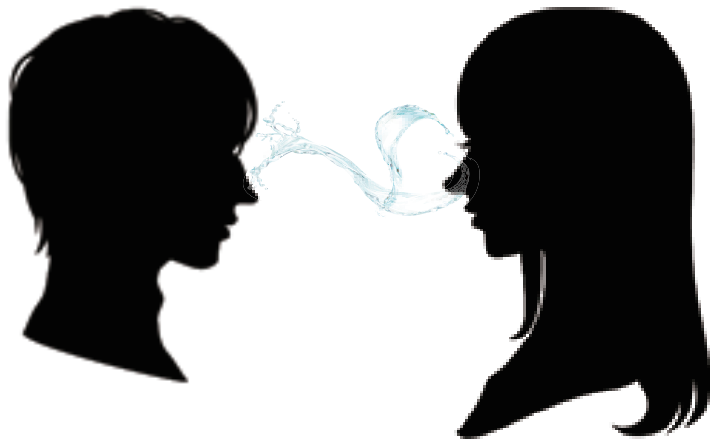
『女性は、かわいらしく、従順であること』

『男性は、強く、たくましく、リーダーシップがあること』

さまざまな場面でまわりから求められたり
そして自分自身も持っていたり感じたり…
性別にまつわるこの意識は、社会や文化・慣習から生まれ
「ジェンダー」と言われています。

そして「ジェンダー」から感じるこれらの意識は、
親密な関係になるほど強くなってしまいます。

デート代は男性が払う
夫が妻を養う



パートナーからのお願いは
無理にでもきいてしまう
家事も育児も妻がやる

このジェンダーの意識が、夫婦間・パートナー間で
「上下関係」につながってしまいます。

嫌なことに「No」と言えるか、自分の意見を安心して言えるか。
これは、パートナーとの関係で、とっても大切なことです。



わたしたちのころと身体 ①

わたしたちの身体はホルモンの影響を受け、
年齢により変化していきます。

特に女性は月経による毎月のころと身体の変化や、
妊娠・出産によりライフプランが変わっていく、
女性ホルモンの影響をより受けやすいのです。

思春期

身体が子どもから大人に大きく変わり、自分らしさを確立する時期。
だからこそ他の人と自分を比べて、コンプレックスや不安を抱くことも。

成熟期

仕事や結婚、子供を産む・産まないなど、
多くの人々が様々な生き方を選択し決めていく大切な時期。
わたしたちは、このことを自分自身で決めることができます。

更年期

40歳を過ぎたころから、ころと身体に変化を感じ始める時期。
今までなかった感情や身体の変化に戸惑うことも。
「更年期障害」のこと

「夫や子どものことを優先して、自分は後回し」という人、
実は女性には多い傾向があります。

ちょっと、体調が悪いけれど、なんとかやり過ごしてしまう…。
更年期の症状には個人差がありますが、本人に自覚症状があっても、
周囲が気づかないまま症状が悪化して
深刻になることも多いようです。



わたしたちのこころと身体

②



性感染症



「性感染症」の問題は、男性、女性ともに感染者が増加しています。その背景にあるのは、日本人の性に対する『恥ずかしい』という意識。性についての会話は少なく、特に女性が性行為について主体的に考え、行動することは『はしたない』とされる風潮があり、ジェンダーの意識が働くのです。

性行為の際、コンドームを使うことは、希望しない妊娠を避けることだけでなく、大切な自分の体を、そして相手の体を性感染症から守ることにつながります。

これは、異性間・同性間も同じです。

自分にも相手にも、心地の良いそして安全な性の関係を持つためにできること。

まずは、自分を尊重すること・相手を尊重すること
そして、性のことや大切なからだのことについて、正しい知識を得ること。

相手としっかり話し合うことがとても大切なのです。

婦人科疾患



子宮筋腫、子宮内膜症、そして子宮がん、卵巣がん
このような婦人科疾患を発見するには検診が有効ですが、日本女性の婦人科検診率は先進国の中でも最低レベル。病気の予防や早期発見のチャンスを逃しているのです。

少し主体的に性のこと、健康のことを考え行動する
そうすることでわたしたちは自分自身の力で、
もっと自分の身体の健康や性を主体的に守り
自由に生きることができるようになります。





自分のことはもっと自分で決められる

自分の体を大切にすること、
そして、自分の健康を守ることに積極的であること。
自分のからだやところに不調があれば、まず自分が気づいてあげること。
そして、適切なケアをすること。相談を利用すること。受診すること。
定期的に検診を受けること。相談しやすい医師を見つけること。
必要な情報にアクセスすること。

正しい知識を得ることは、自分を知り守ること、そうすることで
なりたい自分の「ライフプラン」を描くことができるのです。
思ったとおりにいかないこともあるけれど、大切なのは自分のことを
自分が責任をもって決めていくことです。

必要なことは、パートナーや家族など大切な周りの人と話し合うこと。
話し合ってお互い尊重しあえば、きっと納得できる自分に近づけます。



一生付き合う自分のところと身体を大切にするために。できること、
必要な知識や手段を広め共有することで、
守れるものがたくさんあります。

あなたにとって、わたしにとって、大切なことは？
そのために自分は何ができるのか、考えてみませんか？

