

女性と男性が互いの身体的性差を十分理解し合って人権を尊重しつつ、相手に対する思いやりを持って生きていくことは、男女共同参画社会を形成する前提といえます。

これまで女性の健康は、子どもを産み育てるという観点から、主に妊娠、出産、授乳期を中心に捉えられ、生涯を通じて重要な時間であるとはあまり考えられていませんでした。しかし、子どもを産む、産まないにかかわらず、女性には生涯を通して男性とは異なる健康上の問題があります。

心身及びその健康について、正確な知識、情報を得ることは、一人ひとりが自分らしく行動し、健康を維持していくためにも必要なのではないのでしょうか。

今回の特集では生涯を通じた「女性のからだと健康」について考えてみました。

※清瀬市の男女平等推進条例の基本理念（8頁）にも、明記されています。（下神）



## トーク & トーク

### 女性のからだ

からだのことって家庭でも会社でもなかなか言えない…。でも気になりますよね。そこでさまざまな年代の女性たちが「自分のからだ」について語り合いました。

- A …30歳代
- B …60歳代
- C …70歳代
- D …40歳代
- E …50歳代
- F …60歳代
- G …50歳代
- H …60歳代

H 私たち女性のからだって産むためだけにあるのかな？

A 月経がはじまった時に親がお赤飯を炊いてお祝いしてくれたのが、すごく嫌だった記憶があるんです。

F うちでは特に何もなかったかな。

G でも、なぜ月経がはじまったらお祝いするのでしょうか。

C 産めるからだになるから？

B 私の祖母の世代は平均寿命が50歳くらいで、月経を迎える15～16歳ころには、親の決めた結婚相手について、出産する準備ができていたんですね。

E でも今は、仕事のキャリアを積んでから妊娠、出産を考える女性たちが増えて、20歳代後半～30歳代で初産という人も珍しくなくなりましたよね。

D 初経を迎えてから10～20年も、妊娠、出産とは関係なく月経と付き合いわなくてはなりません。

A 人によっては、おなかや腰に痛みがあったり、気分が不安定になりイライラしたり、落ち込んだり…。

ライラしたり、落ち込んだり…。

E 『思春期の性とからだの本』（丸本百合子・村瀬幸浩共著）の中でこのようなことが書かれています。

思春期を迎える女の子たちに「月経が始まることは、お母さんになる準備なんだよ」と教えても、不安になるだけで、理解できるわけがありません。

### —中略—

若者の性的な成熟と社会的な成熟との間にギャップがあることを念頭に置いたうえで、月経を迎える女の子たちに「妊娠、出産の機能はからだにそなわったけれども、それを将来に向けて、大切に温めておく時期なんだよ」という教え方をしていく必要があると思います。

B 月経がはじまった時のお赤飯は、成長したあかしでもあり、産めるからだになったことのお祝いなのではないか、その時に疑問に思ったり、嫌な気持ちになることは、不思議なことではないですね。

E それに女性であれば子どもを産むのが当たり前という意識が、まだまだありますよね。

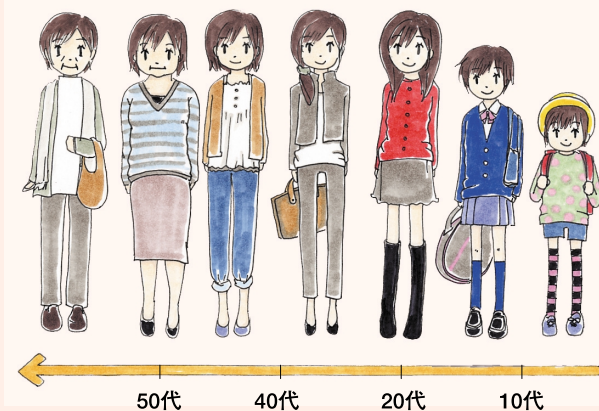
C 子どもを産む、産まない、いつ、何人持つかの選択も含めて「私のからだは私のもの」ですものね。

F 女性のからだは「出産に絡んだこと」だけにとらわれがちですが、幼少期から老齢期まであるんですね。

A 平均寿命がほぼ86歳に延びて、閉経後30年以上はあります。

G それぞれのライフステージに合わせた健康について、考えていきたいですね。

### 女性のライフステージの変化



D 自分のからだについて、もっとよく知るべきですよ。