

ワパる

さっぽろ



特集

若者に伝えたい ～思春期の性について

札幌医科大学看護学部准教授
杉山 厚子さん

インタビュー

さっぽろ ひと つながり

女性と子どもの元気の輪～NPOビーチハウス
志堅原 郁子さん



若者に伝えたい ～思春期の性について

札幌医科大学看護学部准教授 杉山 厚子さん



1950年、栗山で生まれる。1971年に看護師、1972年に助産師、保健師を取得。助産師として17年間勤務。その間フィリピン家族計画協会診療所で家族計画指導。1984年北星大学社会福祉学科卒業、90年日本女子大学大学院社会福祉科前期課程修了。1996年札幌医科大学保健医療学部看護学科講師、2006年准教授。母子の看護、思春期の性の健康教育。

思春期の性の健康教育ができる人たちのネットワーク構築のセミナーの開催、ピアカウンセラー養成に向けての活動をしている。

I. はじめに

思春期は、子どもから大人になる橋渡しの時期であり、体が大きくなると同時に体の中で大きな変化が起こり、性ホルモンが分泌され、男女の性差がはっきりしてきます。周囲の人が気になり、意識し始め、急にイライラしたりと自分でもどうしようもなくなります。そんな体や心の変化に戸惑い、溢れる情報が多く、なにが正確なのかを考えるひまなく通りすぎていきます。特に思春期の変わり行く体とこころの変化がこれでいいんだと誰に聞いたらよいかさえわからない状況の今日です。

II. 思春期のからだと心の変化を科学しよう

思春期になると男子は声変わり、精通が起こり、女子は皮下脂肪が厚くなり、月経が起こります。体の変化と同時に今までとは違って、男子の場合は急に怒りっぽくなり、あまり他の人と話さなくなります。男性ホルモンは17～18歳が最高になります。中学生頃になると性欲が強くなり、性的なことに興味がわいてきます。これは正常な事です但し相手がいることです。そんなときは気持ちを抑えたり、気分転換などをする事が大切です。

女子は月経が始まり、月経周期に生活が支配されます。月経前に急にイライラしたり、お腹や乳房が痛くなったり、月

経が始まると体がだるくなったり、集中力が切れるなどの状態が出てきます。80%の女子がこのような症状を経験します。

自分の月経周期をしっかりと覚え、健康の管理をする事が大切です。体は年々変化し、月経周期も変化します。卵巣や子宮も成熟するのは25歳位までかかります。成熟するに従い排卵するとお腹が痛くなったり、出血をするなど様々な変化がおこります。こころも、他者が気になり、急に怒り出したり、周囲が気になり出したり、異性と一緒にいたい、手をつなぎたい等の気持ちになります。女性ホルモンは20歳すぎから多くなります。

セックスをする年齢が低下し、子ども達は、愛しているから、断ったら嫌われるから、していいと考えているのが年々増えてます。仲間から「まだしてないんだ」等といわれる事もあります。

思春期のセックスは、身体的、精神的、社会的に未成熟な状態にあることから早いと考えます。自分の行動に責任を取るとはどんなことなのかを考え、妊娠、性感染症の予防ができることが大切です。嫌ならはっきりと相手に伝える勇気を持ちましょう。セックスは人間にとって、赤ちゃんをつくったり、信頼関係を深めるのに大切な事ですが一時的な欲望などで行うと失敗につながります。おたがいを良く理解し、自分たちの将来を良く考え行動しましょう。つき合うようになると、同じ時間を過ごすことが多くなります。そんなとき男子は、自分の気持ちを相手に押しつけたり、好きだからセッ

クスを迫ったりしていないでしょうか。相手が拒否したとき「自分を愛していないのではないか、別れる」と脅すことは、相手の気持ちを考えない、相手を尊重した行動ではないのです。お互いの気持ちをしっかり話し合い、尊重できる関係を築くことが素敵な大人への第1歩です。だからセックスをしたことが自慢にならないし、しないからといって遅れている事ではないのです。

Ⅲ. 性感染症や妊娠を避けるために

性感染症とはセックスでうつる病気で、クラミジア感染症、梅毒、ヘルペス、エイズなど100種類くらいあります。これらの多くはコンドームを使用することで防ぐことができます。この病気はかかっても症状があまりないこともあり治療しないままにおくと、将来赤ちゃんができなくなることもあります。また、子宮癌や陰茎癌の原因となるパピローマウイルスに感染することもあります。性感染症かなと思ったら、女性は産婦人科、男性は泌尿器科を受診しましょう。

避妊は完全なものはありません。どんなに避妊しても失敗することがあることも覚えておいて下さい。日本ではコンドームが最も多く使用されています。これは性感染症を防ぐこともできますが、きちんとつける事が大切です。

雰囲気や避妊をしないでセックスしたり、レイプされた時など妊娠を避ける方法が緊急避妊方法としてあります。48時間～72時間以内に産婦人科を受診し、ホルモン剤を出してもらい飲みさらに12時間後に飲みます。ホルモン量が多いので、吐き気等強く出ることもあります。本当に困ったときにのみ使用することが大切です。

Ⅳ. 若者たちへ

思春期は、性に関する様々な事が言われ、身近に迫ってきます。セックスをしたくなっても「しないこと」の勇氣です。セックスを「断ること」も勇氣です。人間は理性を持った動物です。だから我慢することも、勇氣を持つこともで

きます。「今さえよければ」で貴重な未来を失ったり、今からの人生に影響をおよぼさないために正しい知識とそれに基づいた行動をとり、自分の人生を大切に、そして他者の人生をも大切に生きて行く準備をしましょう。思春期の体と心の変化は、日々変化しています。その変化が時には不安になり、一人で困ったりします。困ったときぜひ、信頼できる大人に相談をしましょう。

Ⅴ. 若者のために大人ができること

思春期の子ども達は、大人になったことを認めてほしいと思う気持ちが強く、親に否定的なことを言われると反発をします。しかし、反発した後にあんなこと言わなければ良かったと思って謝れない状況にいたりします。反発は大人の第一歩と見守ることも必要です。さらに、最近は家族で言葉を交わすことが少なくなっているといわれています。セックスを低年齢で行うのは、家庭で親との話し合いが少ない子に多く、朝食を抜かす子に多いという調査があります。

家庭でしっかりと子どもと向き合い、話をする機会をつくってほしいです。家庭はみんながなんらかの役割を持ちながらお互いが気持ちを安らかに過ごせる場をつくる努力をしてほしいと考えます。

子ども達が、悩みや困ったとき親に必ず相談すること、どんな時でも子どもの味方であることを伝えてください。思春期の子どもが自分の体や心の健康を保つには、大人が自分のからだところの健康を管理できている事であり、すべて知っていることではなく、常に学びながら時に子どもと一緒に考えてみることも必要と考えます。

参考文献

- 平岩 幹男：いまどきの思春期問題、大修館書店、2008、東京
岩室 伸也：思春期の性、大修館書店、2008、東京
須藤なほみ：Dr.半熟卵のつばやき、ぜんにち出版、2006、東京

数字に見る男女共同参画

正しい性感染症の知識を持つ人6.0% (16歳～19歳、2006年)

図1は札幌市と全国の15歳から19歳の性感染症（性器クラミジア）にかかった報告数の推移を表わしています（「感染症発生動向調査」より）。2007年の札幌市の報告数は全国平均の3.6倍となっています。このような高い報告数は、性感染症に関する知識が正しく身につけていないことが要因の一つと考えられます。

図2の「思春期に関する市民意識調査」（札幌市保健福祉局、2006年）では、正しい性感染症の知識を持つ人（16歳～19歳）が全体の6.0%となっており、セックスをする可能性のある男女が、正しい知識を持たないままに危険なセックスをしている状況が伺えます。

また力の不均衡のある暴力的な関係ではなく、対等で豊かなコミュニケーションができる関係を構築することが必要です。思春期や子どもの時期から一人ひとりが個人として尊重される経験をするように大人たちも見守っていききたいものです。

図1

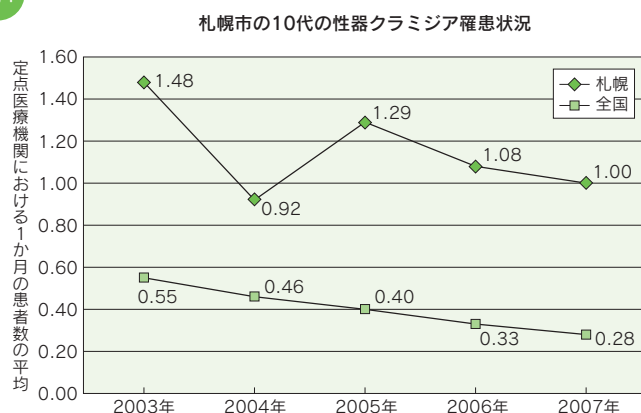


図1 札幌市の10代の性器クラミジア罹患状況（札幌市衛生研究所、国立感染症研究所）

図2

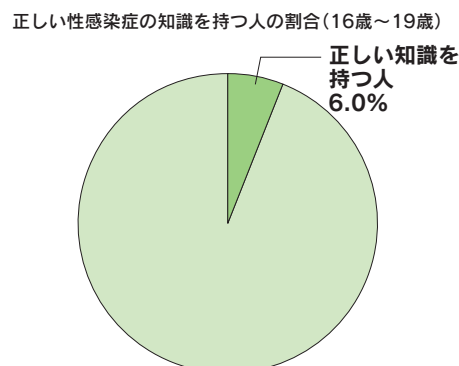


図2 正しい性感染症の知識を持つ人の割合【16歳～19歳】（札幌市保健福祉局「思春期に関する市民意識調査」）

気になる言葉

「デートDV」

配偶者や元配偶者など「親密な関係」にある間柄で起こる暴力を、DV（ドメスティック・バイオレンス）といいます。しかし実際には、婚姻関係にはない恋人の間でもDVは起きています。このような若者の間で起こるDVを「デートDV」といいます。

特に思春期の若者は「束縛＝愛情」という間違った恋愛観が刷り込まれています。そしてそれは嫉妬や思い込みで自分の思いを押し付ける行動につながります。例えば、セックス

の強要です。若者たちは彼氏や彼女ができると友だちから性的関係を持つことのプレッシャーを受けます。すると相手を尊重することなく「愛情」を理由に関係を強要してしまうことがあります。これもデートDVです。

お互いを尊重し合うことが健全で対等な関係を築くことであり、大人への第一歩であることを私たち大人が若者たちに伝えていかなければなりません。



デートDV チェックリストと相談窓口

デートDVチェック!!

みなさんの周りにデートDVの被害にあっている人はいませんか？
デートDVチェックリストで確認してみましょう。

殴る、ける、たたく、髪を引っ張るなどの身体に暴力を振るわれている。
殴る、ける、たたくまねや物を壊すことで脅される。
「バカ」「ブス」「デブ」など、バカにしたようなことを言われる。
何かほかの用事で相手に会えないと怒られる。
すぐ不機嫌になって、無視される。
物事を相談なしに勝手に決められる。
携帯電話のメールや通話履歴などをチェックされる。
頻繁に電話やメールをされたり、するように言われたりして行動をチェックされる。
異性と会うことを制限される。
服装や髪形、態度、交友関係など細かくチェックされる。
キスや性行為を無理に要求される。
避妊に協力してくれない。中絶を強要される。
別れようとする、と、「つきまといやめ」「自殺してやる」などと言って脅し、別れてくれない。

このような経験をしている人は、デートDVの被害にあっているといえます。
何か不安に思うことがあったら一人で悩まず相談しましょう。

DV・デートDVの相談窓口

相談内容	相談機関	電話番号	相談時間
デートDV	札幌市配偶者暴力相談センター	011-728-1234	平日8時45分から20時まで。 土日祝日11時から17時まで。
ストーカー行為など	警察相談センター	#9110	24時間毎日

※札幌市男女共同参画室発行「知っていますか？デートDV」より引用

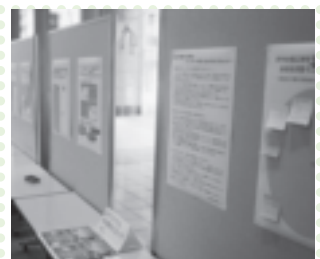
貸し出ししてます

女性に対する暴力をなくすための参加型パネル

札幌市男女共同参画センターでは、参加者をつくるパネル展を毎年実施しています。質問に対してYES/NOのどちらかを選んだり、自分の意見をふせんに書き出して貼ることで、意見を表明していきます。ただ見るだけではなく参加することで、暴力を自分に関わりある問題として考えることができ、参加者同士の相互の気づきもあります。

このパネルの貸出を関連施設や団体に行っております。貼り出すためのパネルや丸型シール、ふせん、鉛筆を用意していただくだけで、パネル展が実施できます。枚数は13枚、パネルの大きさはA1またはA2です。枚数、大きさ、内容に関しましては相談の上、調整可能ですので、ぜひ一度お問い合わせください。

■問合せ先：札幌男女共同参画センター
事業係電話 011-728-1255



さっぽろ ひと つながり



しげんばる いくこ
志堅原 郁子さん

（「女性と子どもの元気の輪～NPOピーチハウス」）

このコーナーでは、さまざまな分野で男女共同参画社会の実現を目指して取り組んでいる「人」や「団体」を紹介します。

今回は、1人ひとりが大切にされる社会を目指し様々な角度から活動している「女性と子どもの元気の輪～NPOピーチハウス」で「デートDV防止プログラム」に取り組んでいる志堅原郁子さんにお話を伺いました。

1. NPOピーチハウスとは どんな活動をしている団体ですか？

活動の2本柱のひとつは「デートDV防止プログラム」です。若者たちが暴力をふるったりふるわれたりせずに、相手を尊重する関係を学ぶプログラムを高校や大学で実施しています。もうひとつが「性の健康教育」です。健康で安全に過ごすために必要な体や心についての知識を伝えます。発達機能障がいを持っている子、持たない子、両方のプログラムを行っています。

2. 活動を始めたきっかけをおしえてください。

地域のつながりの中で「私たち女性そして子どもたち1人ひとりには力がある」という考えに立脚し「1人じゃできないこともみんなであいわいと活動しようよ」と私を含め4名が集まったのがスタートでした。メンバーそれぞれがやりたいことを他のメンバーの後押しによって活動しています。私は暴力を未然に防ぐことが大切で、もっと力をいれるべき分野ではないかずっと思っていました。物事が起きてからでは、その対応にかかる時間と労力は大変なものだと考え暴力の未然防止活動を始めました。

3. 「デートDV防止プログラム」を行う際に 大切にしていることはどんなことですか？

DVの現状を知ると、すぐに解答や解決策を求める生徒もいますが立ち止まって考えるための場と環境を整え、自ら選択することを大切にしています。そして「暴力は選択された行動であり、選択した人に全ての責任がある」ということをお話しています。

ある学校で実施後に「僕のやっていることは暴力だと気づきました」というアンケートを見ました。私はこれを見て生徒はきちんと聴いているのだ、伝わっているのだと力を与えられました。まず人は受容されることが大切です。私たちは対等な立場で、子どもたち、学生たちの声にこそ耳を傾け、真摯に受け止めなければならないと思っています。

4. 今後、デートDVを防止するために どうしたらよいと思いますか？

「教育現場での未然防止」と「社会全体の取組」その両輪と一緒にやっていかないとだめだと痛感しています。「社会全体の取組」には2つあると考えます。1つは法の整備です。法律上でDV被害者の責任と罰則を明確にし、暴力は犯罪だと社会的認知を高めること。もう1つは、社会のあらゆる場で男女の対等性を改善することです。相手を支配しようとする行動や言葉は暴力です。社会的な男らしさ、女らしさ、という決めつけが力と支配の関係を生み出している主要因です。

5. 団体の今後の展望を教えてください。

私たちは対等性、お互いがささえあうことを大切にしています。女性と子どもを軸に実現したい活動をみんなでささえあっていますので、広い活動の可能性を持っている団体だと思います。自分の話に耳を傾け、共感し、ともに考えていく人に出会ったとき私たちは自分の持っている大きな力に気づきます。この気づきが生き活きとした活動へとつながり、家庭に、学校に、職場に、地域に「元気」の輪となって、話を聞きあう関係を広めていければいいと思っています。

「女性に対する暴力をなくす運動」講演会

平成20年11月12日(水)

女性に対する暴力をなくす運動期間（11／12～25）にあわせて、「束縛は愛情？～子どもたちの恋愛観からデートDVを考える」というテーマで講演会を実施しました。

講師は「アウェア」代表の山口のり子さん。山口さんは、DV被害者の更正プログラムを行っています。お話は山口さんがDV防止の活動に関わるようになった経緯やこれまでに携わった事例など興味深いものばかりでした。さらに参加者のみなさんとジェンダーの刷り込みについて考えるワークショップも行いました。子どもたちの周りには間違った恋愛観



であふれています。私たち大人はそれを理解できないと突き放すのではなく、寄り添いながら根気よくサポートして見守ってあげることが大切だと確認しました。

ボランティア研修会

平成21年1月13日(火)

男女共同参画センターで活動する4つのボランティアの合同の研修会を実施しました。それぞれのボランティアでも話題になっている格差や貧困について学習する機会として、北海道大学公共政策大学院准教授の中島岳志さんをお招きして「この時代を生きる道を探る～『働く』ことと『つながり』を軸に～」というテーマでお話していただきました。

昨年起こった秋葉原の通り魔事件を通して、若者の雇用状況、そして共同体や関係性から疎外された孤独感について指摘されました。質疑応答の時間には市内のホームレスの方々



の現状などにも話が広がり、このような状況を改善するために自分たちがとるべき行動について考える機会となりました。

女性史研究会30年のあゆみ

平成21年2月21日(土)

男女共同参画活動団体企画事業として札幌女性史研究会の企画・運営による講座「札幌女性史研究会30年のあゆみ—学ぶこと、生きること」を開催しました。吹雪の悪天候にも関わらず23名の方が参加されました。ゲストの三浦章子さん（前北海道平和婦人会代表）、近藤恵子さん（NPO法人女のスペースおん代表理事）、加藤喜久子さん（北海道情報大学教授）から、札幌の女性の歴史やご自身の活動、研究会との関わりについてお話をいただいた後、研究会会員による入会の動機や各自の執筆テーマなどのスピーチを行いました。また、交流の時間では活発な意見交換がなされ、「女性が集



まり、女性の歴史を学ぶことの意義」という根源的な問題を共有することができました。若い方々の参加もあり、札幌に生きる女性たちの歴史を次の世代へ語り継ぐ重要性を再確認して閉会となりました。

＊札幌市男女共同参画センター主催事業の報告＊

平成21年2月18日(水)

ほろにが劇場～映画の中の女性たち

映画をととして女性の生き方をみつめる機会として「ほろにが劇場～映画の中の女性たち」を開催しました。3つのプログラムでは、映画を鑑賞後にワークショップやトークなど映画の内容に関するさまざまな催しを行いました。

1つ目のプログラムは「歌いましょう!愛の歌」というテーマで、エディット・ピアフの人生が描かれた映画を鑑賞後、シャンソン歌手の堀ひろ子さんの歌唱指導、ピアニスト宮澤洋子さんの伴奏のもと、『愛の讃歌』を歌いました。参加者のみなさんはピアフの激動の人生と情熱的な歌詞を重ね合わせて、心をこめて歌っていた様子でした。

2つ目の「“生きる”ために何をしますか?」というプログラムでは、参加者の皆さん一人ひとりが死ぬまでにしたい10のことを考えてリストを作るワークショップを行いました。死ぬまでにしたいことを考えることが、どのように生きていくかという問いにつながったようです。

最後のプログラムでは『花はどこへいった』の映画鑑賞後、監督の坂田雅子さんによるトークを実施しました。坂田監督は夫の死をきっかけに、ベトナム戦争における枯葉剤被害の映画を製作することになった経緯をお話くださるとともに、私たちがこれからどのように平和な社会をつくっていくかの問題提起をしてくださいました。参加者からは「戦争の悲惨さ、すばらしい家族愛で支えて生活している姿、いつの時代でも戦争は許されないと思います」などの感想をいただきました。夫の死という一人の女性の悲しみから平和という普遍的な問題を問うたこの作品に胸を打たれたようです。

男女共同参画センターでは今後も、映画という身近な題材を用いて男女共同参画意識の醸成や、女性の生き方を考える機会を提供していきたいと考えています。



シャンソン歌手堀ひろ子さんと一緒に「愛の讃歌」を歌いました。



映画「花はどこへいった」監督の坂田雅子さんのトークショーの様子。

相談窓口のご案内 ●●●●●●●●

新たな一歩を踏み出すきっかけとしてご利用ください。
相談は無料です。

相談窓口の種類		実施時間及び曜日	相談受付電話番号
女性のための	総合相談	火 15:00～17:00 (第2火18:00～20:00)	728-1225 (面接・電話)
		木 10:00～12:00	
		土 10:00～12:00	
	法律相談	金 13:00～15:00(要予約) (第2金18:00～20:00)	予約電話 728-1255 (面接／一人30分)
女性のための	心とからだ相談	火 14:00～16:00(要予約) (第1・3火 心理士、 第2火 精神科医、第4火 助産師)	予約電話 728-1255 (面接／一人50分)
	仕事の悩み相談	水 (第1・3・5水13:00～17:00) (第2・4水16:00～20:00)	728-1227 (面接・電話)
男女の人権相談		月 10:00～12:00	728-1226 (面接・電話)

編集後記

札幌市男女共同参画センターがオープンして5年が経ち、「りぶるさっぽろ」も今号で20号となりました。「りぶる」とは「さざ波」という意味です。[池に小石を投げると、水の輪が後を追うように広がっていきます。男女共同参画社会の実現に向けたひとつひとつの取組が広がっていきますように…。](創刊号編集後記より)今後も男女共同参画社会の実現を目指し、充実した紙面づくりに努めますので、どうぞよろしくおねがいします。

お便りお待ちしております

本誌のご感想、主催事業・施設利用に関するご意見をお待ちしています。はがき、封書、FAX等で、住所、氏名、電話番号をご記入のうえ**札幌市男女共同参画センター「りぶる さっぽろ」**係までご送付ください。(いただいた個人情報は、札幌市男女共同参画センター「りぶる さっぽろ」の制作の目的以外に無断で利用することや第三者に提供することはありません)

発行月：平成21年3月
発行：札幌市男女共同参画センター
【指定管理者：財団法人札幌市青少年女性活動協会】
所在地：〒060-0808
札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ内
電話：(011)728-1255
(札幌エルプラザ公共4施設事業係)
FAX：(011)728-1229
ホームページ：<http://www.danijo.sl-plaza.jp>