

## CONTENTS

- ・ 気になるセックスレス夫婦の行方
- ・ 仙台市産科セミオープンシステム
- ・ 私の健康法  
～フラフープを続けています～

Muraguchi Kiyomuraguchi Women's Clinic

## 気になるセックスレス夫婦の行方

患者情報管理担当 柴田 泰子



2010年「第5回男女の生活と意識に関する調査」(厚生労働科学研究)によると、「日本の夫婦の40.8%はセックスレスで、2004年31.9%、2006年34.6%、2008年36.5%と、調査が行われるたびに増加している」そうです。この報告に驚きましたが、今はそれがとても身近な数字に思えてきました。

先日、院長が代表を務める「リプロネットみやぎ(リプロダクティブ・ヘルス/ライツネットワークみやぎ)」という市民団体による「みやぎの女性と男性 からだと性のホンネ! それぞれ100名に聞きました」のアンケート調査の結果報告会が開催されました。未婚・既婚①(40代以下)・既婚②(50代以上)という3群に分けて分析されており、中でも私が注目したのは、既婚①の若い世代の結果です。「性にアクティブな女性が増えてきたか」の印象の一方で、「総じて40代以下の夫婦が冷めている」という結果です。「女性、男性いずれもすでに2割はセックスがない」「男性のマスターベー

ションは活発」「男性の風俗利用経験が高く(75.6%)、利用時期は4割が1年以内」「夫婦間のセックスの満足度は、特に女性において低い」などです。

私たちは、この日本で生まれ育ち、社会と歴史を背負って日々生きています。戦後、家制度が崩壊し、今日男女共同参画社会を目指していても、まだまだ「個」の意識は確立されていません。未婚時代はしっかり「二人」で向き合いますが、結婚をすると、それぞれが家族の構成員になってしまうのでしょうか、「夫婦の性」は他の問題に追いやられ、性生活は「子どもを作る時だけ」になってしまう、そんな夫婦が決して少なくないように思われました。男性の結果からは、「セックスは無くとも、マスターベーションは未・既婚問わず日常的行為である」ことも示されていました。最近では、それをサポートするさまざまな動画やゲームなどが進化し手軽に手に入るようになってきました。心を寄せ合い夫婦が向き合わなくとも、手っ取り早く性欲を処理してしまうことが、とくに若い世代では日常的になってきたのかもしれない。吉原・遊郭の話は周知のことであり、「快楽性」を外に求める文化があり、脈々とそのことは受け継がれ、売春やポルノ文化はまた形を変えて繁栄しています。最近では、女性でも性規範に拘らない行動が目だってきています。クリニックのデータでも婚外性交に関する数字は増えていますが、実際に私の周りにも夫以外に性的パートナーがいる友人がいます。それはカップルにとっては幸せなことではない? 豊かなセクシュアリティを目指していく過程での揺らぎ・・・などと考えてしまいました。

日本の労働の問題や住居の問題も大きいと思いますが、もし「夫婦の性を大切にしたい」との意識があれば、人は時間を作り出し方を練り出すでしょう。何よりは意識の問題であると考えます。小さい頃から川の字になり、子ども優先・家族優先の日本文化の中で、「夫婦のエロス」は育ちません。一度構築された意識を解体し、新たなものを創り上げることは、本当に先の長い作業だと思います。

アンケート結果報告を受けての「トーク&トーク」では、年代も立場も異なる5人のコメンテーターが、自分たちの言葉で今感じていることを語り、会場は大いに盛り上がりました。コメンテーターの一人として登場された村瀬幸浩先生(一橋大学講師)からは、「面倒くさいは悪魔のささやき」「リッスンこそ愛」「パッション(情熱)からインティマシー(親密性)へ」「慎重な結婚と大胆な離婚」など・・・示唆に富んだ話をいただきました。また、ご自分の夫婦関係についても、「思い込み」の関係から脱却すべく、並々ならぬ努力の末に新たな関係を築き上げられたというお話もされました。身近な市民がコメンテーターとなり、自己開示をためらう自らの性の問題を率直に語り合うという企画は、とても画期的だったと思います。こうすべきだという方向性に縛られることなく、まずは自由に語り合うことで楽になり、それぞれにとっての幸せな方向が見えてくるように思えた貴重な時間でした。

# 仙台市産科セミオープンシステム

一人ひとりの妊婦さんに寄り添って・・・

助産師 宮本由美子



当クリニックは「仙台市産科セミオープンシステム」の妊婦健診を行っています。これは「健診は通院が便利な近所のクリニックで、お産は設備が整った分娩施設で」をコンセプトに作られた仙台市独自のシステムです。クリニックでの妊婦健診は平日の午後や土曜日にも診療を行っているため受診しやすいです。働く女性が仕事帰りに寄ったり、小さいお子さんがいる方は土曜日にご主人に預けてゆったり来たり、またご主人と一緒に来たり、色々な形でご利用頂いています。中にはお子さんへの性教育として伝えたいと、ご家族みんなで来院される患者さんもいらっしゃいます。

新しいいのちを育み、次世代へつないでいく妊娠期は、健康面だけでなく心理面のサポートが重要だと言われています。個々をとりまく環境がみんな違うように、一人ひとりの悩み、ストレスもみんな違ってよいものです。妊娠・出産・育児期にある女性は、さまざまな揺れを体験しています。特に妊娠・出産は、一般的に喜びの側面からのみ語られ、母性は全面的に肯定的なものとして捉えがちですが、決してポジティブなだけの体験ではありません。自らの胎内でいのちが芽生え育つとき、いのちを育てている時の喜びと同時に自分の中で自分でないものが育つ違和感があっても不思議ではありません。妊娠も後期を過ぎると、自分は産めるのだろうか、育てられるのだろうかと自信をなくしたり、不安が高まっていくのも当然だと思います。ポジティブな思いとネガティブな思いとの両方あることを知って、どちらも排除せず圧倒されることもなく抱えていることが妊娠期は大切なのではないのでしょうか。それがいずれ、産み、「育てる力」につながっていくのだと考えます。

常時 50～70 名の妊婦さんにセミをご利用いただいております。仙台という土地柄、転勤で来ている方も多く、知人・友人がいない方には、仲間作りの場、子育て支援ネットワーク等を紹介しています。また、仕事が負担になっている方には、厚生労働省の「母性健康管理指導事項連絡カード」を使用し、安心して仕事が継続できるよう対処法を考えたりしています。その他にも、例えば上のお子さんがある方で、妊娠中からの赤ちゃん返りに悩んでいる方には、対応の仕方をアドバイスしたりもしています。一人ひとりの妊婦さんが母になり、その子を愛し、安心して抱っこができるよう、支援させていただきたいと思っております。

## 私の健康法 ～フラフープを続けています～

院長 村口喜代

5～6年前から就寝前にフラフープをやるようになった。1958年、中学生の頃、日本にフラフープが上陸し大流行した。私も姉たちと一緒にフラフープに夢中になった。フラフープ回しは私の身体の一部となったが、いつか忘れ去られていった。

更年期以降朽ちていく身体、健康管理のためにとスポーツセンター通いもしたが、長続きしなかった。自分の生活リズムの中で、無理せずに継続できそうなもの、そうかフラフープなら・・・と再浮上し、いつの間にか定着してきた。1000回連続回して10分間。有酸素運動であり脂肪を燃焼させる。お腹の周りのシェイプアップ効果はテキメンです。1ヶ月がっちりやれば5～6cmくらいは細くなります。普通に回して100回、手を挙げお腹を緊張させながら100回、それを交互にやって1000回し終えたところで就寝です。(今日もやったぞ・・・)

私の健康法は、佐々木南子さんの栄養講座で学んだ更年期以降の食事のポイントを実行することと合わせて、食事と運動、2本柱の取り組みです。「継続は力」なりのです。細く長く続けていきます。



撮影：夫・村口至

## 臨時休診

4月13日(金)～14日(土)、院長が第64回日本産婦人科学会・学術講演会参加のため休診となりますのでご了承ください。

## 編集後記

3月…春をこよなく愛する私にとって心弾む響きです。桜の季節もうすぐですね。今月は、院長の元気の秘訣を公開しちゃいました。ウエストシェイプをめざす方、継続できる健康法をお探しの方、フラフープはいかがですか。バランスの取れたお食事もお忘れなく 😊



発行元：村口きよ女性クリニック  
<http://www.muraguchikiyo-wclinic.or.jp>  
 e-mail:con@muraguchikiyo-wclinic.or.jp