

## わたしと「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」

リプロネットみやぎ事務局 村上由美子さん



リプロ「女性の健康」連続講座

「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」は「性と生殖に関する健康と権利」と訳され、1994年にカイロで開かれた国連人口開発会議で提唱されました。カップルや個人が差別や暴力、強制を受けることなく安全に妊娠・出産することができ、すべての性が尊重される。そのための適切なケアやサービスを利用できるというものです。

「リプロネットみやぎ」はその理念を広く知ってもらい、宮城に生きるだれもがよりよい人生を送ることができることをめざして、1998年に創設された市民活動グループで、現在村口喜代先生が代表を務めています。

創設当初からその事務局スタッフとして関わることになったのですが、「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」を自分の問題として考えられるようになったのは、46歳の時に子宮筋腫と卵巣のう腫（チョコレート膿腫）、子宮内膜症と診断され、手術を受けたことがきっかけでした。

手術を告げられた時には「来るべきものが来た」と思いました。からだが発している異変のサインはずっと感じていたからです。一度も妊娠しないことは、「自然にまかせる」と夫と話し合っていたこともあって、仕事が続けられると都合よく考え、月経痛は痛いのが当たり前、月経血が固まって出てくるのは体調のせい、貧血は過労が原因と、おかしいと思いつつも「大丈夫！」と自分に思い込ませて放置してきました。その結果が、子宮全摘、右卵巣の摘出、腹部に散らばっていた内膜症部位の処置、10日間の入院です。それまで自分のからだときちんと向き合っていなかったことを思い知らされました。自分のからだについての知識不足も痛感しました。

三つの病院を受診し、診断はどれもほぼ同じでしたが、治療については、ホルモン療法で筋腫を小さくして手術を回避できる可能性もあること、手術となった場合もからだへの負担が少ない腹腔鏡手術を選択できることなどの方法もあることを知りました。

それぞれのメリット、デメリット、入院期間、生活や仕事への影響などを考えて開腹・全摘手術を希望し、手術に望みました。この時の私を後押ししてくれたのは、リプロネットみやぎの集まりで何度も耳にしていた、「自分のからだのことは自分で決めていい」という言葉だったように思います。その時は理解できませんでしたが、手術という現実と直面して、次第に「納得して決めることが大事」と実感するようになりました。これが「リプロダクティブ・ヘルス／ライツ」で伝えたいことなのかと、少しわかったような気がしました。

術後は心身の不調が続きました。村口先生から更年期障害の疑いを指摘され、診察の結果は更年期うつでした。手術の次は更年期障害。自分のからだに翻弄されているようでした。

まずやったことは夫への説明です。急にイライラし始めても、ふさぎこんでも、それはホルモンの変化にせいで、あなたが原因ではない。でも私は辛い。理解して、協力してほしい…。夫にとっては理解するにも限界はあって、いろいろ大変だったと思いますが、支えてもらってあの長かった嵐の時期を乗り切れたと思っています。

収穫もありました。「自分のからだについて話すことは『私』を知ってもらうこと」「パートナーの性について知ろうとすることが関係性をよりよいものにする」を実感できたことです。これらは、リプロネットみやぎのセミナーなどで、村口代表がくり返し話されていることでした。

女性なら特別とはいえないこうした出来事のどこを切りとつても、リプロダクティブ・ヘルス／ライツの大きなテーマがありました。たぶんまだ先のある人生には、次のテーマが待ち構えているはず。その時のよすがとできるように、これまでの体験とリプロネットみやぎの活動を通じて学んだことを、気持ちにとめておきたいと思っています。

## 小豆島旅日記

院長 村口喜代



連休の5月3～5日小豆島に旅した。仙台―伊丹の往復航空券、宿泊の確保だけを早々に手配しただけで、小豆島についての予備調査もほとんどなく出かけた。同伴者は夫と、そしてもう一人、福井市在住でクリニックの影の立役者の男性である。姫路港で合流し、3人で小豆島に向かった。福田港で小豆島に住む彼の元同僚が迎えてくれた。

小豆島を初めて身近に感じたのは、あのそーめんを食べた時だったように思う。真っ白で、「二十四の瞳」ブロンズ像の前にて 絹糸を束ねたような極細の麺、食感も格別であるが、美観もまた優しい。まさに見てよし、食べてよしの一品である。戦国時代の終わり頃から造られ始め、400年後の今も昔と変わらない製法をかたくなに守り続けているとのこと。島のあちこちに“我が家（生産）の手延べそうめん”を食べさせる店があるのには驚きでした。

そしてもう一つ小豆島に拘ってきたことがある。かなり以前からオリーブオイルを小豆島の農園から購入してきた。私は悪玉コレステロール値が要注意なので、薬には頼りたくない一心でサラダオイルは一切使わず、オリーブオイルだけです。天ぷらを揚げるには安いオリーブオイルを使い、サラダや食パン（バターを使わない）などには良質のオリーブオイルを使うのだが、それが小豆島産です。今回知ったことは、小豆島は日本で初めてオリーブの栽培に成功した所でした。明治政府が明治41年、三重、香川、鹿児島を指定してアメリカから輸入した苗木で試作を始めたなかで、香川（小豆島）だけが栽培に成功した。暮らしに身近なものになるまでの苦節100年、生産者のたゆまぬ努力があったとのことでした。

小豆島は、400年の伝統を持つ醤油製造も有名です。機械を使わない「木桶仕込み」（木の樽に棲みついている100種類もの酵母菌や乳酸菌の助けを借りながら職人技で造る、添加物なし）の拘りの醤油造りが継承されており、醤油を生かして戦後始まったとされる佃煮製造・・・豊かな食材の宝庫でした。醤油を絞った後のもろみが製品化されております。マヨネーズと合わせるといいと教えられ、早速試してみました。なるほどまろやかな味になり、この”もろきゅう”は簡単に野菜を美味しく食べられて忙しい私には好都合・・・、今も楽しんでいます。食道楽の私にとって、小豆島の食材は、とても優しく・奥深く、安心・安全、魅力満載でした。

小豆島は温暖な気候に恵まれ、美しい瀬戸内海に囲まれ、島全体が一つの大きな山とも言えます。今回驚いたことには、小豆島にも弘法大師空海が開いた真言宗の寺院「88箇所霊場」があります。四国88ヶ所はあまりにも有名ですが、ここはミニお遍路とも呼ばれています。山道が多く普通の人で歩いて2週間かかるとのこと。今回は車で一番高所の33番霊場・長勝寺に連れて行ってもらいました。眼下にみた雄大な瀬戸内海はまさに絶景でした。

ちょっと気になったことです。島の北東部には、山を切り出し花こう岩がむき出しになった“禿山”が広がっていた。石材産業は島を代表する産業とのことですが・・・。遡れば豊臣秀吉が大坂城を築城した際に、石垣として献上したことはよく知られている。石切場に残されたままの石（残念石と呼ぶ）を集めた「大坂城残石記念公園」を訪ねた。これほどの巨石を当時大阪までどのように運んだのか・・・驚きである。

2泊3日の短い旅だったが、とても満たされた時間でした。美味しいオリーブ牛も食べた。オリーブの薄塩漬けもなかなか味わい深かった。美しい自然と美味しさに出会い、親交を温められたことが何より嬉しかった。小豆島の人口は約3万人弱なのに、年間100万人の観光客が訪れるという。島民が一丸となり、伝統・歴史に拘り続け生きてきた。その情熱・誇りは今年の選抜高校野球・21世紀枠で選ばれた小豆島高校のエピソードが物語っている。第一試合で惜敗したものの、フェリー臨時便で未明に2000人が大移動、応援団賞の最優秀校に選ばれた。島の歴史に長く残ることでしょう。



長勝寺より瀬戸内海を望む

## 臨時休診

- 8月15(月)～16日(火)は、お盆休みのため、
- 8月26日(金)～27(土)は、クリニック研修旅行ならびに第35回日本思春期学会参加のため休診となります。

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

