

まんがで読む

せん たく し

# 未来への選択肢

拡大版



岡山大学大学院保健学研究科  
岡山大学生殖補助医療技術教育研究 (ART) センター  
岡山県不妊専門相談センター

## この本を手に取ったあなたへ

この本を手に取ったあなたは、子どもですか？大人ですか？

学生ですか？教師ですか？お仕事をしていますか？お仕事は好きですか？

人にやさしい職場で働きたいですか？

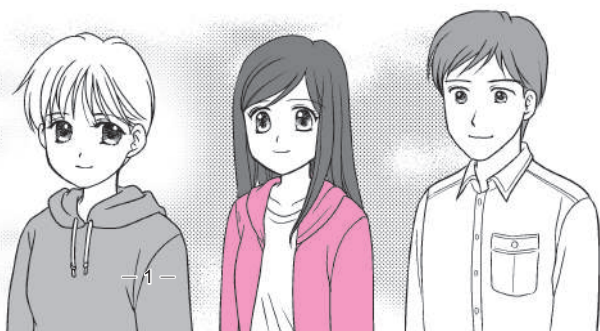
好きな人はいますか？結婚していますか？子どもを持ちたいですか？

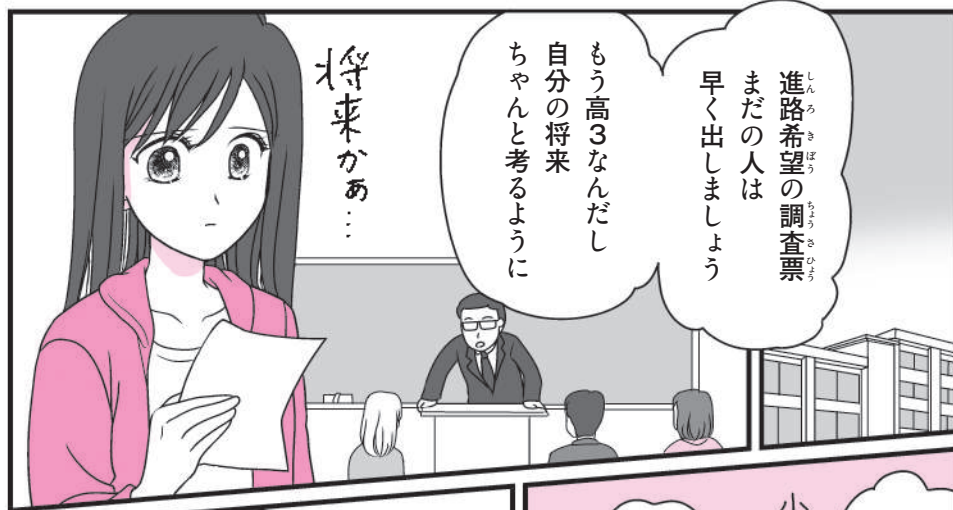
どんな相手と一緒に住みたいですか？仕事に生きるパートナー？家庭的なパートナー？

恋愛、結婚、妊娠、子育てには、「する」「しない」も含めていろいろな選択肢せんたくしがあります。ライフプランを考えるのに、どの年齢でも早すぎることも遅すぎることもありません。もちろん、プランを考えても、気持ちが変わったり、予測できない事態が起きたりすることもあります。でも、一度、これからのライフプランを考えてみても悪くはないと思います。運命もあるかもしれませんが、自分で選択できることも多くあります。

もちろん、思った通りにはいかないのが人生です。でも、「知らなかった」「誰も教えてくれなかった」と後悔するのはいやだ…、自分で決めたかったのに…と思う方は多いでしょう。また、誤まちがった情報や知識のみでは適切な選択をすることはできません。いろいろ知り、自身で判断さだめたうえで、素敵すてきな生き方をしたくありませんか？

では、この本を読まれた後で、また、お会いしましょう。

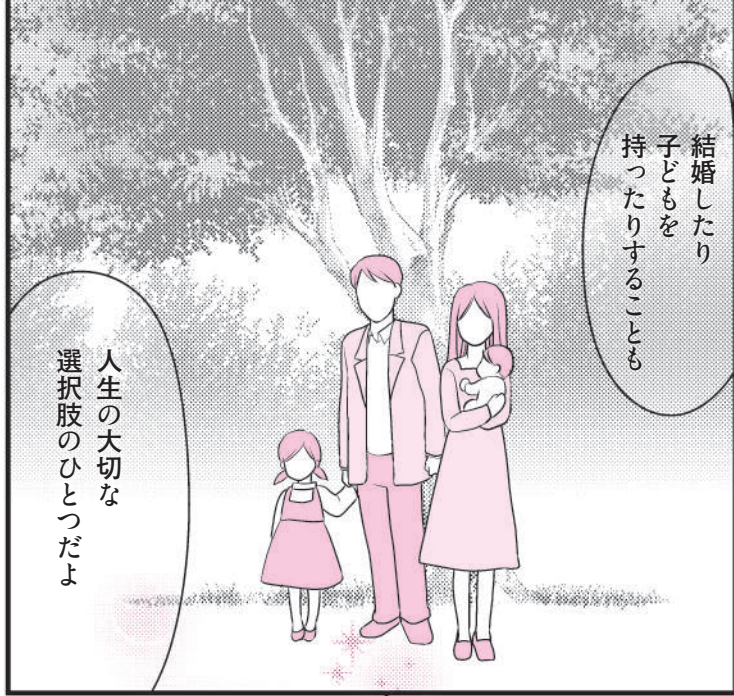




contents

3	未来について考えてみよう
6	Case ① 20代で出産 専業主婦に
12	Case ② 30代で出産 働くママに
22	Case ③ キャリアウーマン 40代で出産？
35	不妊は思春期から予防できる！
40	性別を判断するたくさんの要素
43	性の多様性と子どもを持つこと
53	あとがき





人生の大切な  
選択肢のひとつだよ

結婚したり  
子どもを  
持つたりすることも



「将来」ってのは  
大学や就職のこと  
だけじゃない



とりあえず  
入れそうな大学を  
ピックアップして…

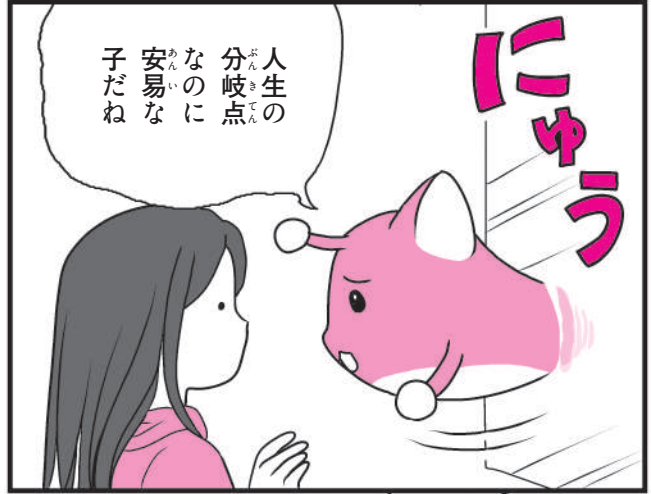


— 短大に行つて  
すぐ結婚するのも  
悪くないなあ

英語の成績はまだマシだし  
外国語大学とかも  
カッコイイ？



なっさけない  
なあ！



にゅーう

人生の  
分岐点  
なのに  
安易な  
子だね

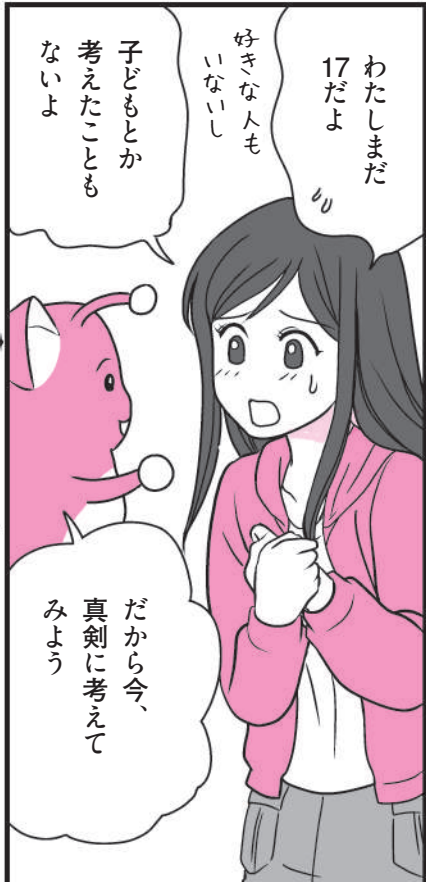


あ、ボク  
いわゆる  
宇宙人ね

未来から  
きたの



せっかくタイムトラベル中  
だったのに  
見てらんなくて  
出てきちゃったよ



わたしまだ  
17だよ

好きな人も  
いないし

子どもとか  
考えたことも  
ないよ

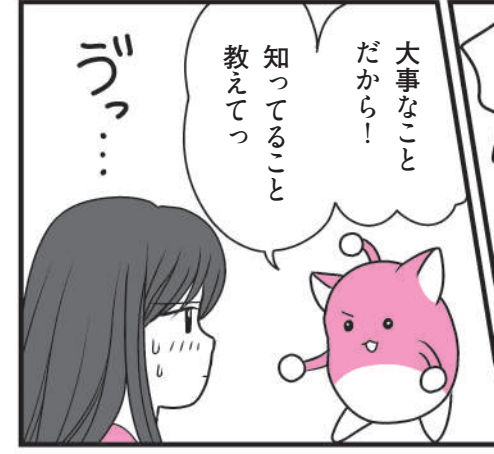
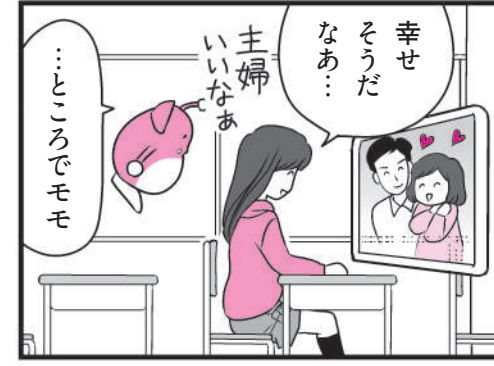
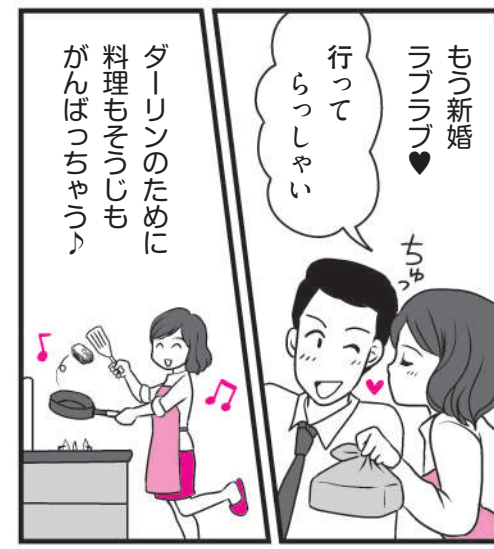
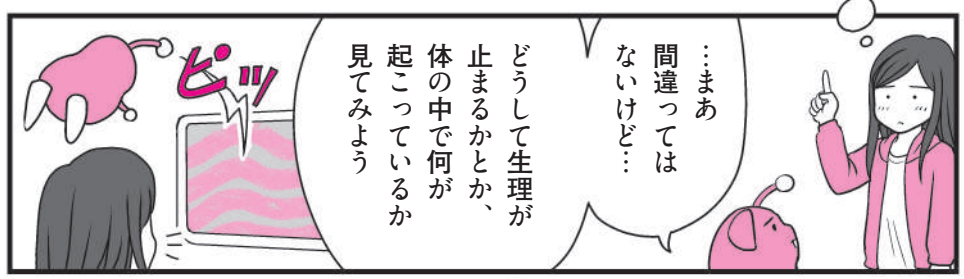
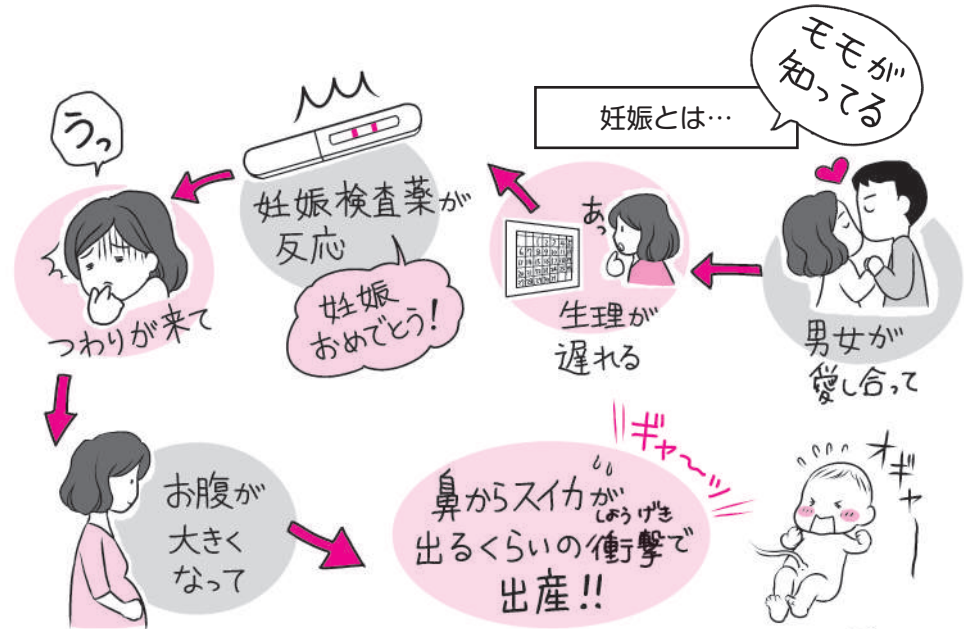
だから今、  
真剣に考えて  
みよう

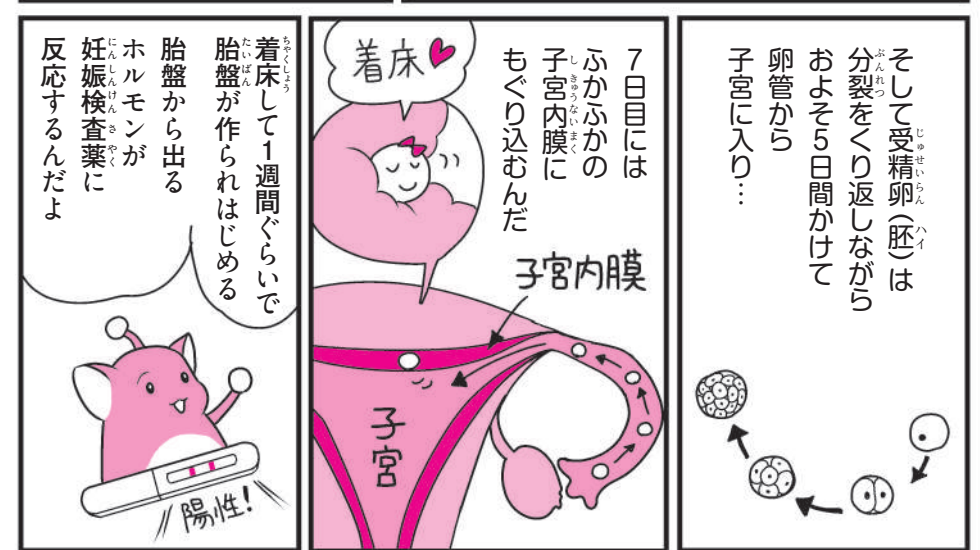
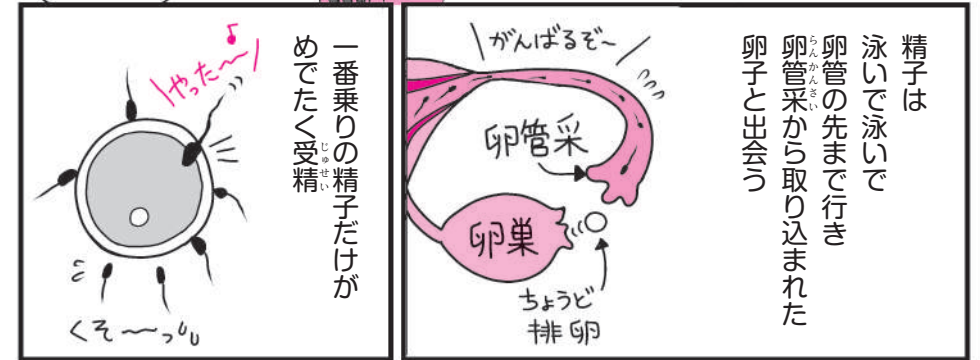
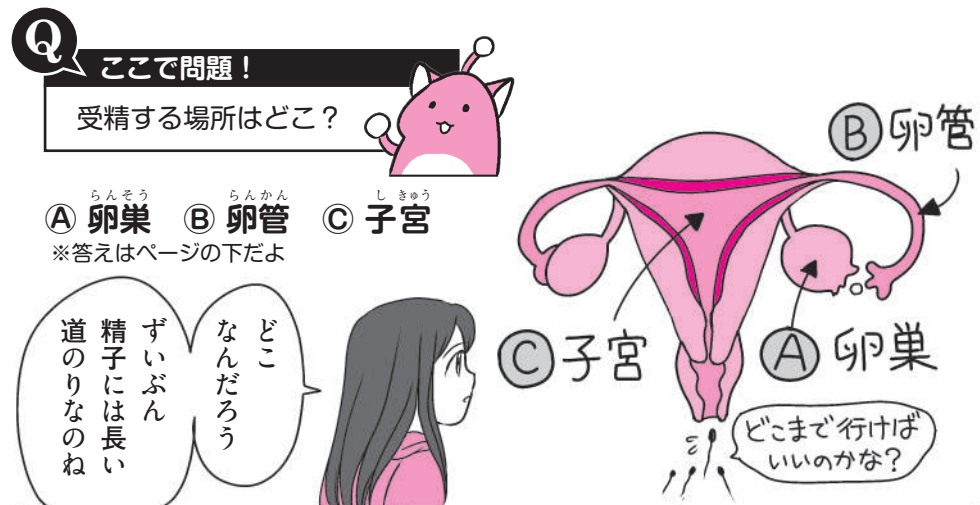
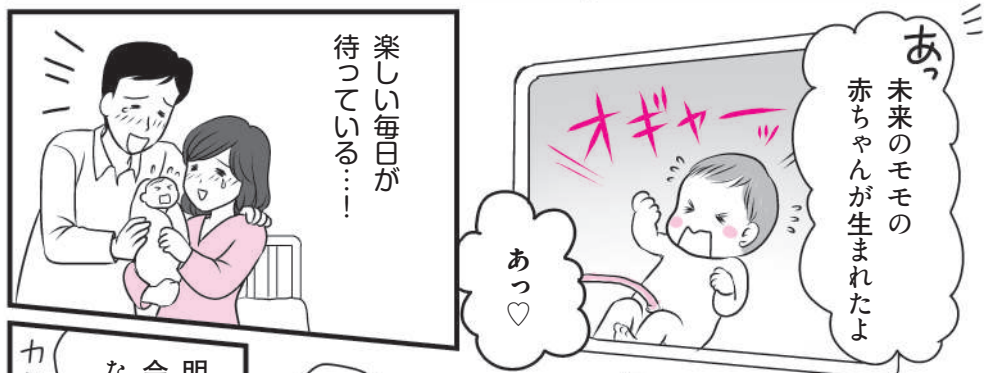
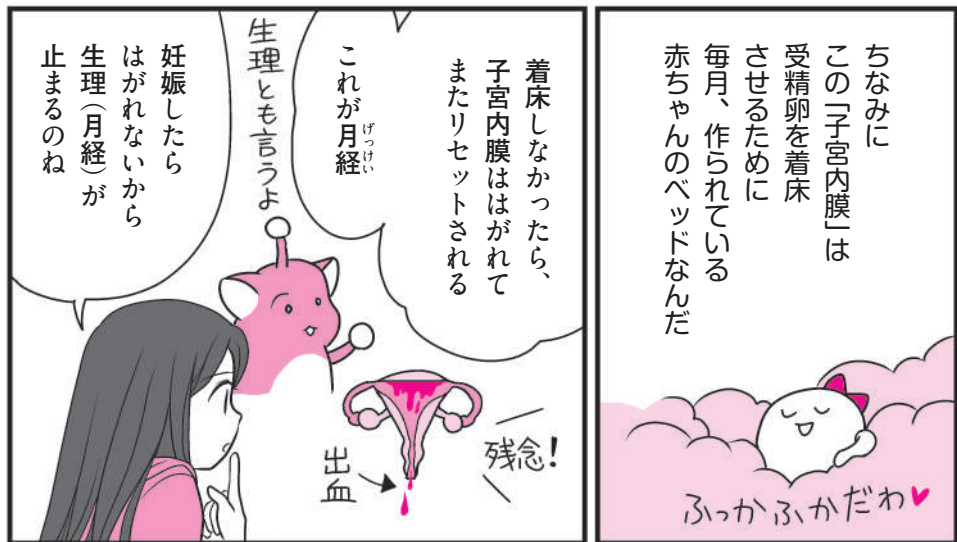
未来が見える  
テレビで



いろんな選択をした  
モモの未来を  
見せてあげる



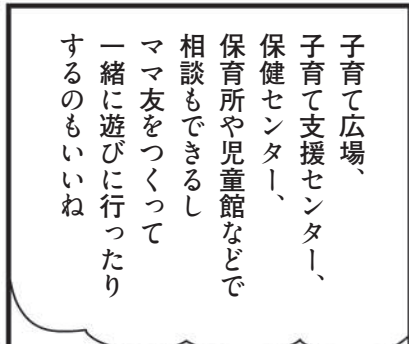




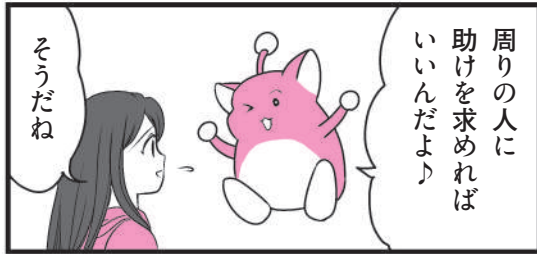




一時保育に預けて  
たまにはリフレッシュ  
するとかね

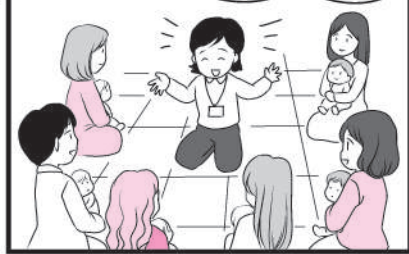


子育て広場、  
子育て支援センター、  
保健センター、  
保育所や児童館などで  
相談もできるし  
ママ友をつくって  
一緒に遊びに行ったり  
するのもいいね



周りの人に  
助けを求めれば  
いいんだよ

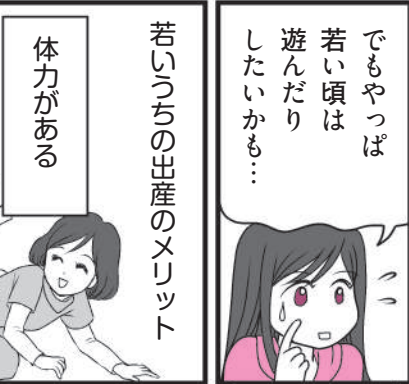
そうだね



妊娠しやすい

歳とってこそ  
妊娠しにくくなる

家族計画が  
立てやすい



若いうちの出産のメリット

体力がある

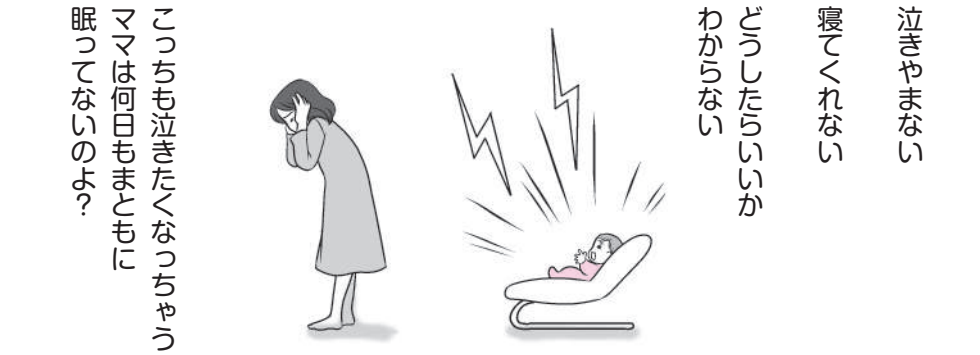
でもやっぱ  
若い頃は  
遊んだり  
したいかも…



子どもや孫の成長を  
長く見守られるのも  
素敵だと思わない？

早く出産すると  
子どもと  
過ごせる時間が  
その分長いね

なるほど…



泣きやまない  
寝てくれない  
どうしたらいいか  
わからない

こっちは泣きたくなっちゃう  
ママは何日もまともに  
眠ってないのよ？



誰も解って  
くれない

忙しいん  
だよ

子どもの世話だけ  
してりやいんだから  
楽だろ？

みんなが  
わたしの事を  
忘れていく

モモとは  
もう  
遊べないねー

飲み会  
とかも  
ムリだよわね？



大好きな人との子どもなのに  
うまく愛してあげられない

ダメな  
ママで  
ごめんね…

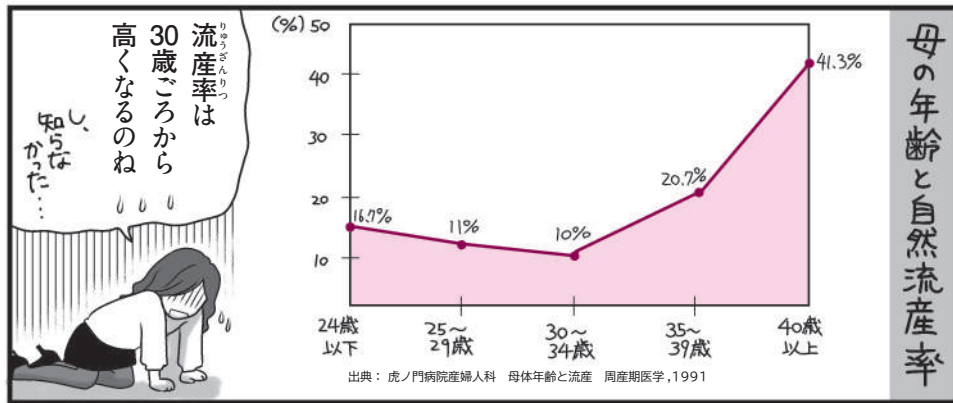
主婦も  
大変なんだね

24時間  
子育てで  
思いつめ  
ちゃったんだ



周囲との  
係わりが少ないと  
虐待に  
つながりやすいんだ

一人で抱えこまない  
事が大切だね



卵巣年齢を推定することもできます

**抗ミュラー管ホルモン (AMH)**

卵子が入っている袋(卵胞)から分泌されるホルモンで、残存する卵子の数が推測できる

そ、そうか...  
もう卵子があまり残っていない可能性もあるのね

ヤバイ...

実年齢よりも卵巣年齢が高い場合も

35歳のモモは不妊治療専門クリニックに通っています...

不妊原因を色々と調べていきますね

まずは次回精液検査をします

←夫も連れていく

不妊原因は男性にあるかもしれないよ

精子が少なく泳ぎが下手だったら妊娠しにくいよ

精液検査

精液の量、濃度、運動率、前進率、正常形態率などを調べます

次は仕事をしながら子どもを持つ未来を見てみよう

結婚3年目の35歳  
アパレル企業で主任として働くモモ

毎日とても充実してるんだけど...

あ...

今月も生理来た...

そろそろ子どもが欲しいのに...なかなか授からない

えっ!!

加齢により卵子の質が低下??

37歳くらいから妊娠率は急激に下がるんですって!?

卵子の老化

高年齢出産 リスク

妊娠しにくい!?

女性は生まれた時すでに卵巣の中に一生分の卵子が作られています

20歳の卵子

人間の生殖能力は20代前半がピークで...年をとった卵子では妊娠率が低下します

若いつもりだったのに...

ガーン





年齢とともに  
男性ホルモンをつくる力は  
徐々に低下...



やはり若い頃は  
精子も元気で  
数も多いのですが...

ピッチピチ〜



流産を繰り返す  
不育症の原因は  
女性にあると  
思われていますが...



若い頃



年齢とともに



精子の数も減って  
機能も低下して  
いきます

体外受精でも  
受精する率が  
悪くなります



それから  
タバコも

あと...  
子どもがほしいなら  
太りすぎもダメです



う...うん

生活習慣にも  
気をつけて  
いこうね



3回以上続けて流産した  
パートナーを持つ男性の  
精液を調べた研究では  
精子のDNAの  
損傷がある割合が  
2倍だったんです

38歳↓

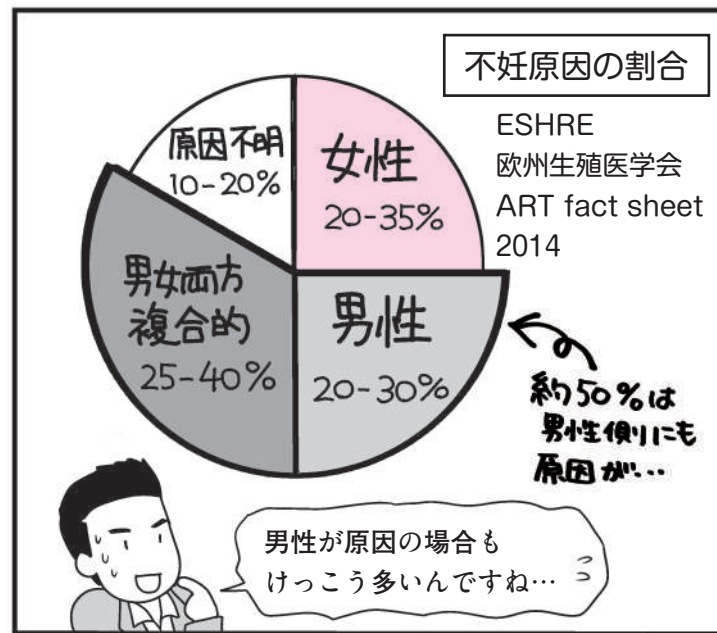


ここで問題!

精子ができるには何日かかる?

① 約7日  
② 約70日  
③ 約700日

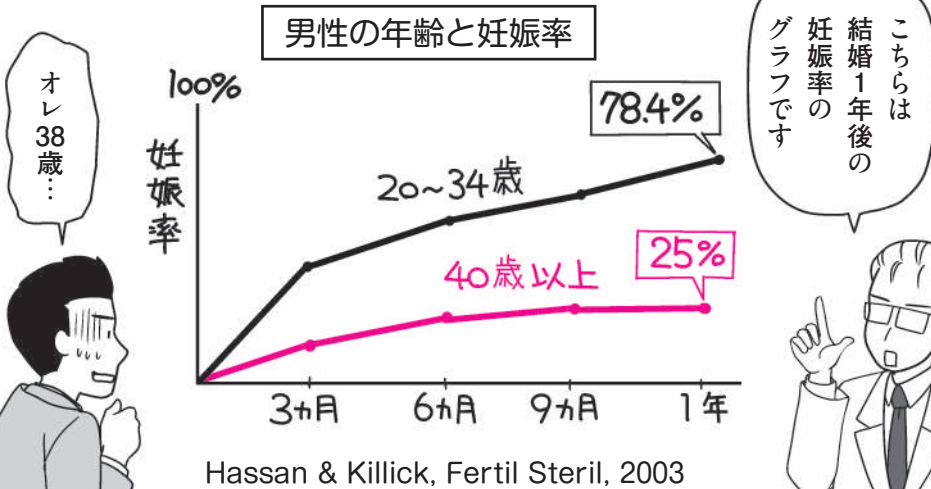
1億とされます。通常、1日に作られる精子の数は数千万〜数億に約74日間かかります。精液中の精子の元(精母細胞)から精子が



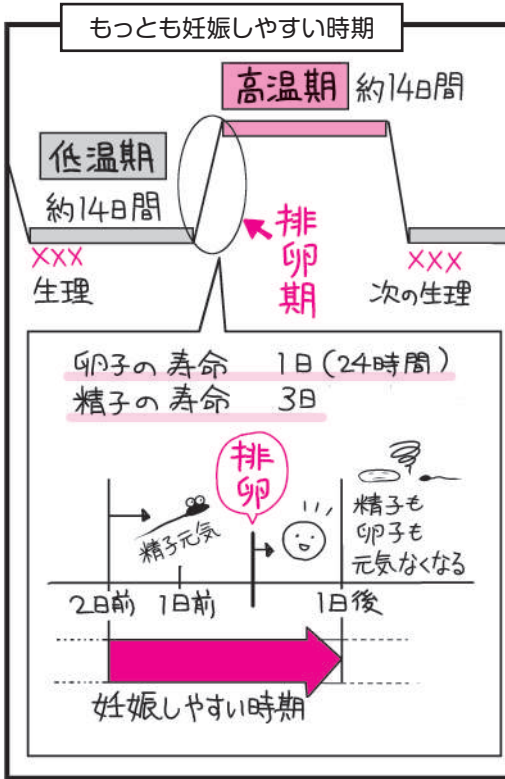
不妊は  
女性の問題だと  
思ってませんでした?



更に...  
男は何歳に  
なっても  
子どもを  
つくれると  
思ってませんか?



**Q** **ここで問題!**  
排卵はいつごろ起きる?



- ①生理中  
②生理の初日の14日前頃  
③次の生理の直前
- ※答えはページの下だよ

高温期になった日の前日が高もつとも妊娠の確率が高い日  
ちなみに生理不順の人は低温期が長くなるよ

高温期になった日の前日が高もつとも妊娠の確率が高い日  
ちなみに生理不順の人は低温期が長くなるよ

ふーん

お二人とも検査でわかる異常はありません  
しばらくタイミング法を試してみよう  
モモさんだけ通院してください

タイミング?

うまく排卵ができていない場合…  
排卵誘発剤<sup>はいらいゆうはつざい</sup>を使う  
(飲み薬・注射)

卵巣を刺激し排卵を起こす

副作用  
卵巣が腫れてお腹が痛くなったり  
排卵されすぎてふたつやみづがでるのも…

卵巣  
あれ

①生理の初日の14日前頃 ②答え

モモさんは基礎体温を測ってください  
これに記入してきてね

—ところでモモ、基礎体温って知ってる?

平熱なら36度くらいだよ

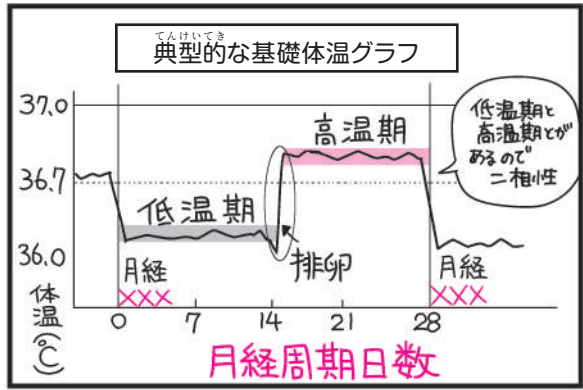
?

基礎体温は安静時の体温のこと

朝、目覚めたら起きあがる前に舌の下に体温計を入れて測るんだ

PiPi

はい



婦人体温計  
薬局などで購入可能だよ

普通のより目盛りが細かい

基礎体温表  
ネットでダウンロードもできる  
便利なスマホアプリもあるよ

用意するもの

基礎体温から色々なことが分かるよ

- ✓ 排卵の有無
- ✓ 月経が来そうな時期
- ✓ 妊娠しやすい時期

無排卵月経かも

低温期が続くと…

高温期が短い… 妊娠しにくい体質かも (黄体機能不全)

月経が遅れて高温期が続くと… 妊娠かも!

月経周期が短くなると… 子宮内膜症や子宮筋腫かも



タイミング指導とは

超音波検査で  
卵胞の大きさを  
チェックし  
より正確な排卵日を  
予測します



直径が  
20ミリくらいに  
なったら排卵



左の卵巣に18ミリの  
卵胞があります  
尿中LH  
(排卵を促すホルモン)も  
上昇してますね

明日か明後日に  
排卵するでしょう

今夜、タイミング  
とってください



はっ  
はいっ  
ぐっ

ーと言う  
ことで...

今夜  
よろしくね



えっ

明日じゃ  
だめ?

ダメよ!  
排卵が  
終わっちゃう!



疲れてて...

くっなんだよ  
その言い方

お前、男の心理  
わかってない

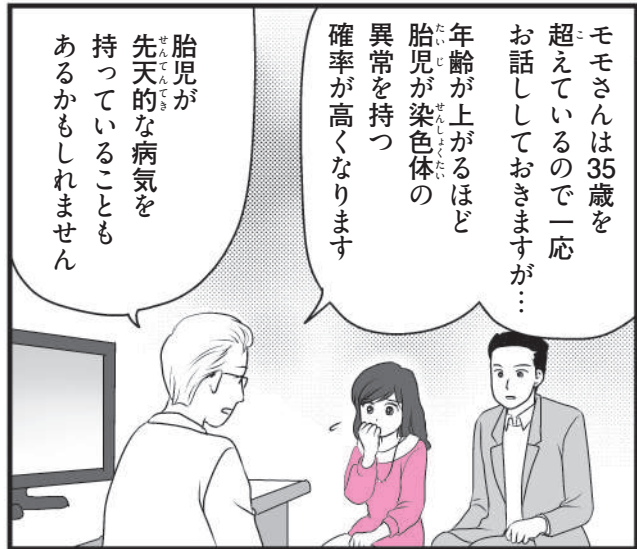
なによ!  
2人の  
問題でしょ!?



色々あったけど、その後  
仲良くクリニックに通い続け...



なんとか半年後、  
妊娠することが  
できました



モモさんは35歳を  
超えているので一応  
お話しておきますが...  
年齢が上がるほど  
胎児が染色体の  
異常を持つ  
確率が高くなります

胎児が  
先天的な病気を  
持っていることも  
あるかもしれません



受けるかどうか  
夫婦でよく話し合っ  
てください  
命の選別に  
つながることも  
あるのでね

すべての病気が  
わかるわけでは  
ありませんが  
「出生前検査」  
というものもあります



出生前検査

超音波検査  
血液検査などの  
スクリーニング検査  
(ある程度確率が分かる検査)  
や羊水検査などの  
赤ちゃんの染色体を  
調べる確定診断がある

夫婦でしっかりと  
話し合った結果

わたしたちは  
出生前検査を  
受けませんでした



...うっ

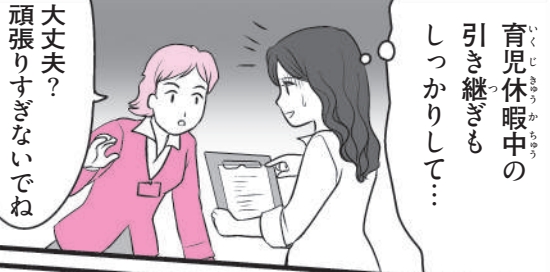


妊娠したらしたでいろいろ大変

ちょっとしたことで疲れるし...



育児休暇中の引き継ぎもしつかりして...



大丈夫？ 頑張るすぎないでね

産休を取ってなんとか無事に産休できたけど...



仕事に家事に育児に...



とにかくとにかく忙しい

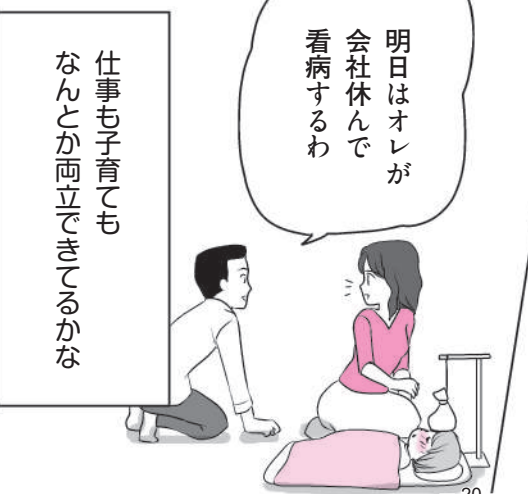
でも夫も一緒に頑張ってくれるので

今夜はオレがメシ当番



明日はオレが会社休んで看病するわ

仕事も子育てもなんとか両立できてるかな



仕事と育児の両立はパートナーとの連携が大事



家事も育児も「手伝い」だと思わず、自分の仕事としてちゃんと分担する

頑張れイクメン!



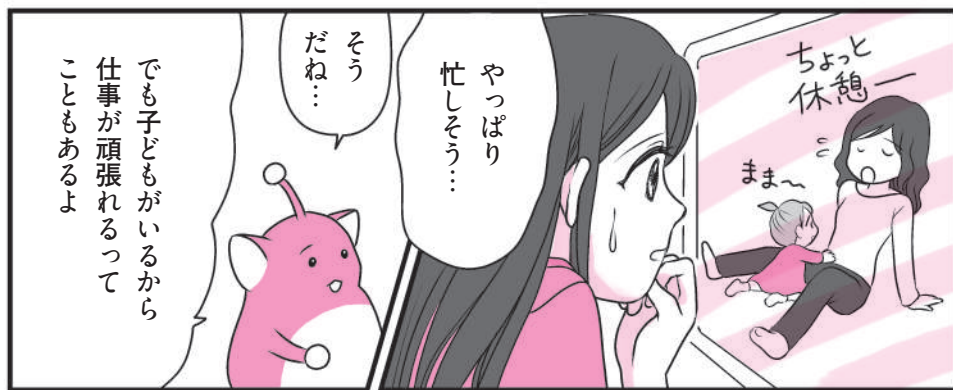
ちょっと休憩



やっぱり忙しそう...

そうだね...

でも子どもがいるから仕事頑張るってこともあるよ



子どもが大きくなったら手がかからなくなってくるし

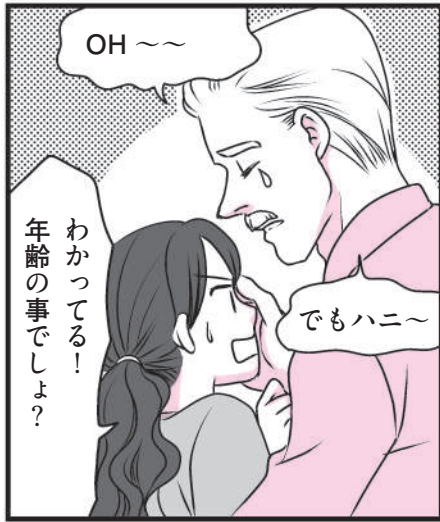
夫だけに経済的な負担をかけるより自分も仕事にやりがいを持てるし、共働きの方が安心かもしれない

頼れるならおじいちゃん、おばあちゃんにも助けてもらおう

交流が増え、絆も深まるよ

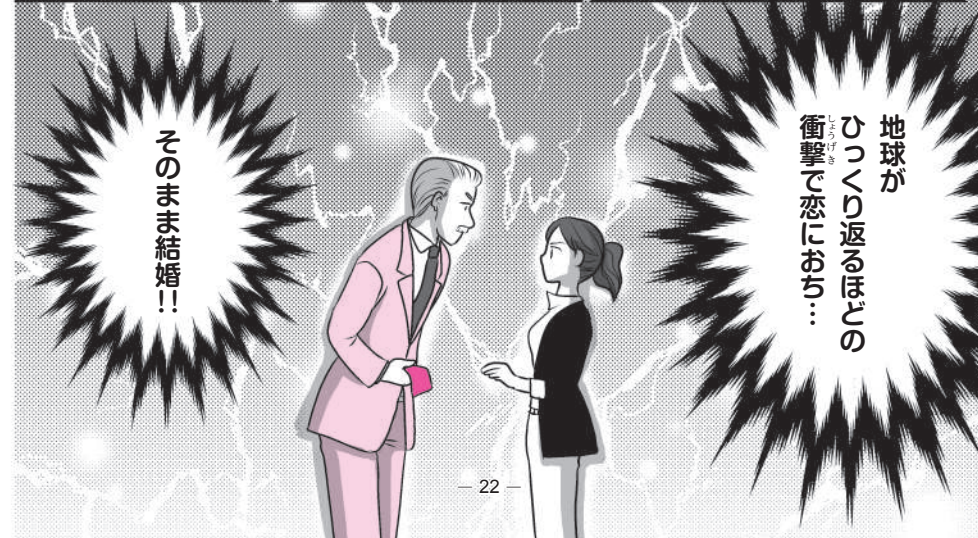
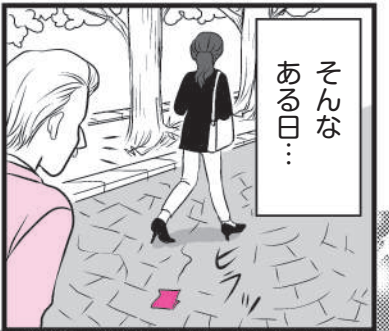
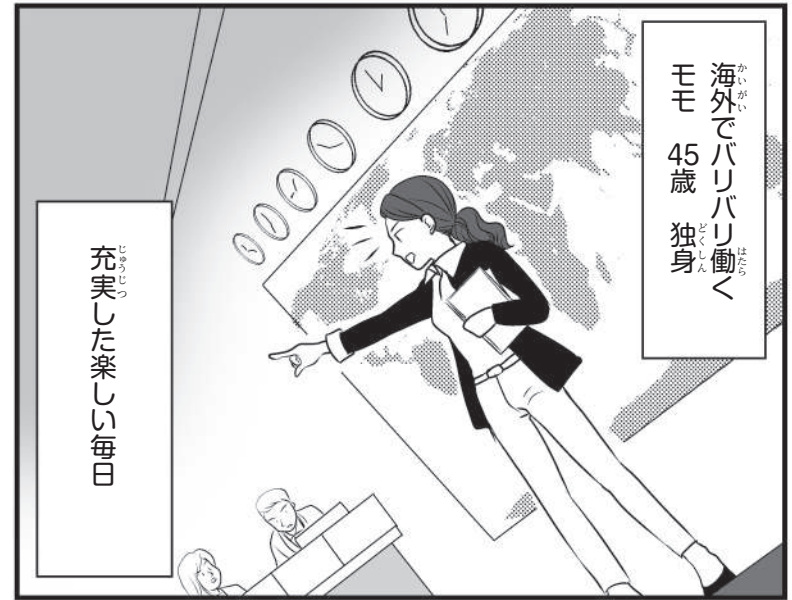
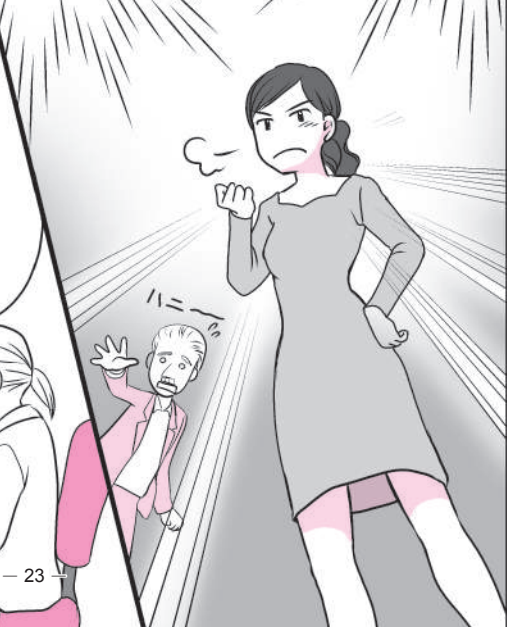


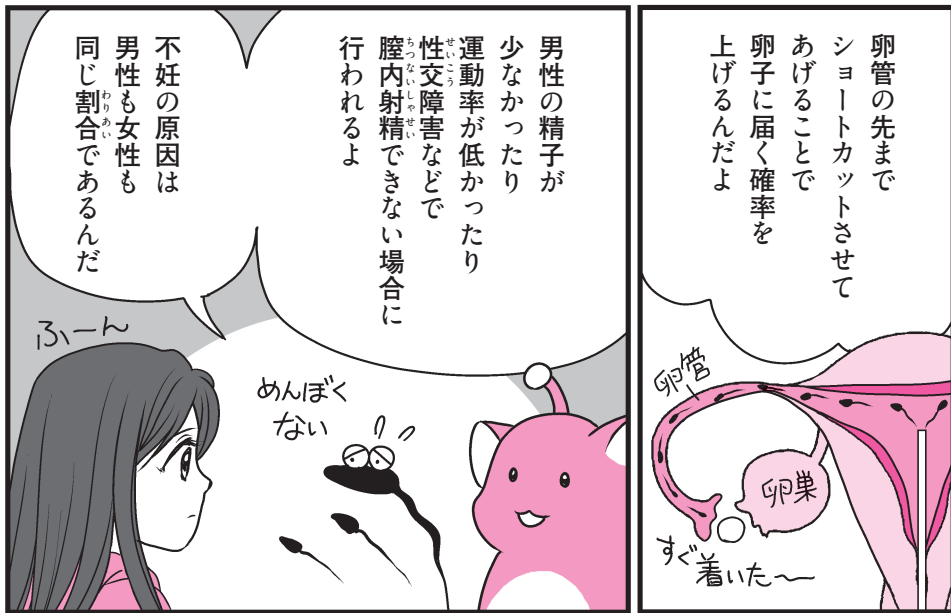




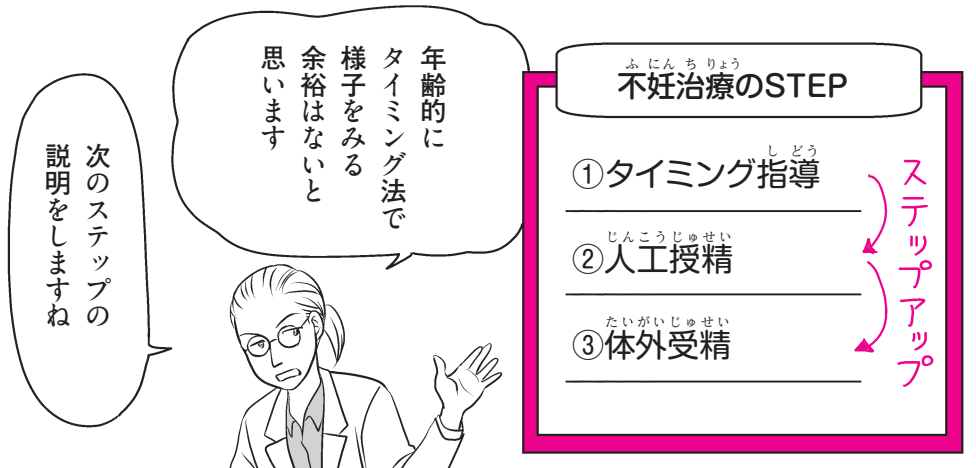
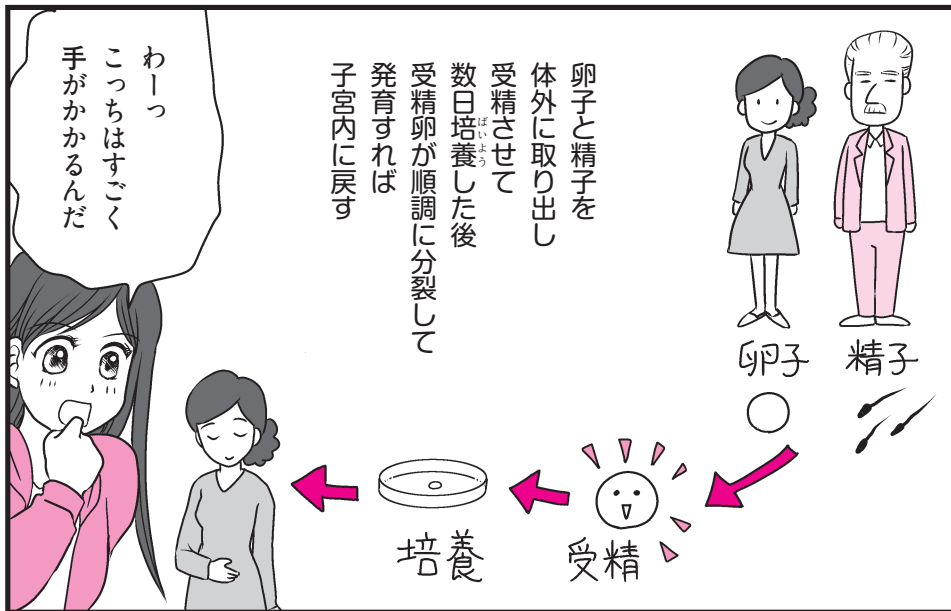
50歳で  
ほぼ0%になると  
思ってください

145歳という年齢で  
妊娠する可能性は  
体外受精でも  
ほんの2~3%です

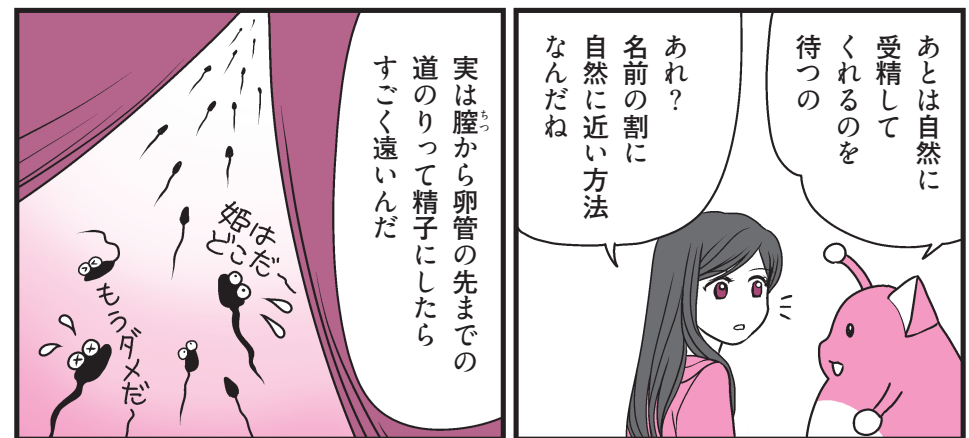
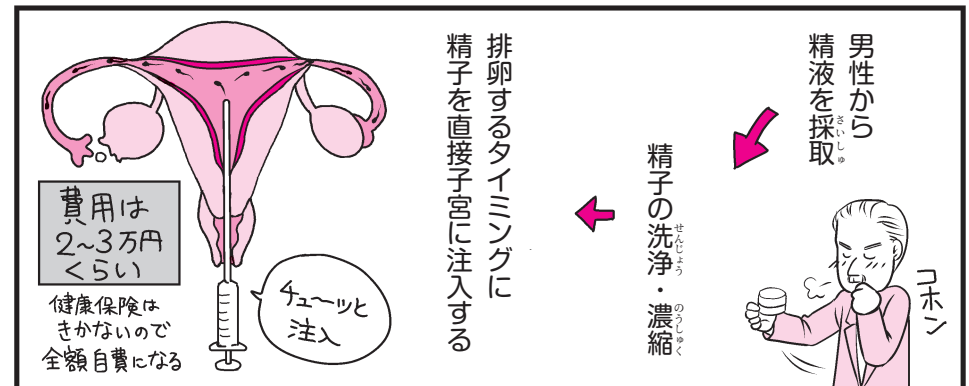




体外受精とは



人工授精とは







一方、45歳のモモは…

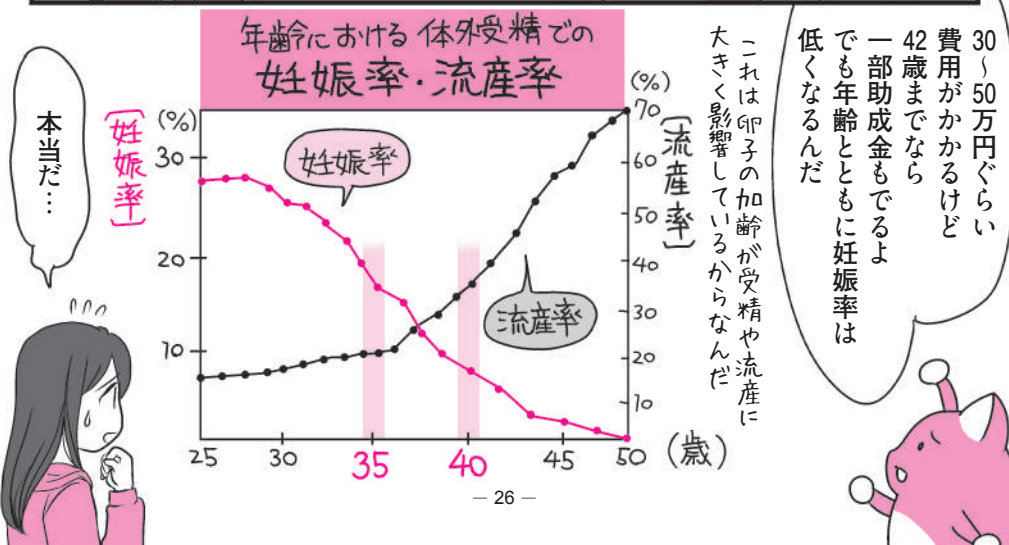
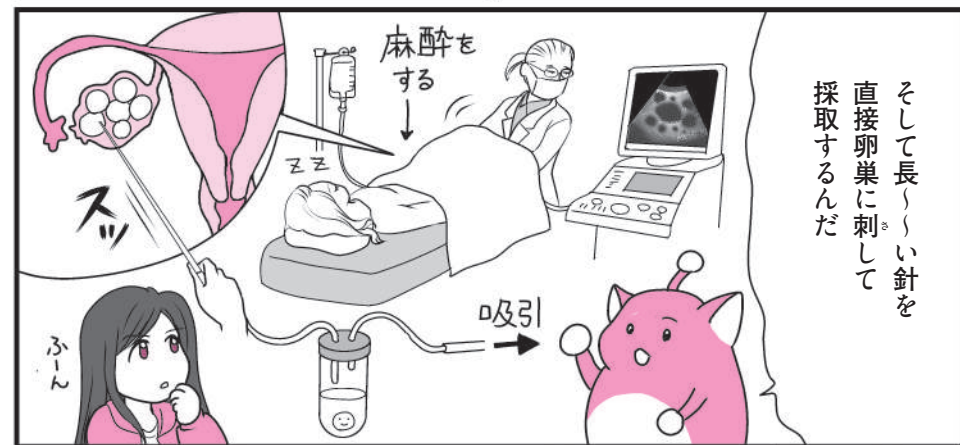
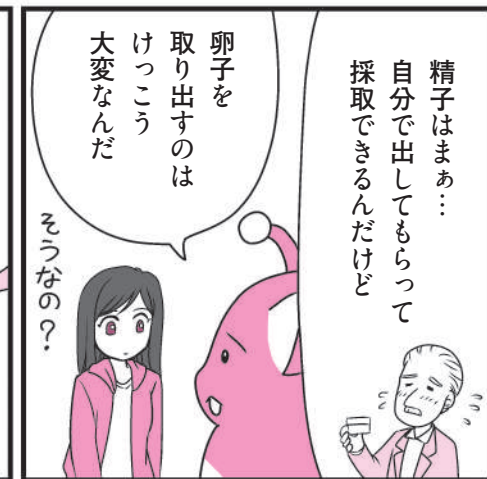


### 卵子の凍結保存

- ・卵子を凍結して保存すること
- ・がんなどの治療の前に行うことが多いが近年は健康な女性が「仕事に打ち込みたい」「今はパートナーがいない」などの理由で、自分の卵子を若いうちに採取・保存しようとする例が増えている
- ・将来の妊娠に備えたい女性が海外に渡っていることも報道されている

実際は

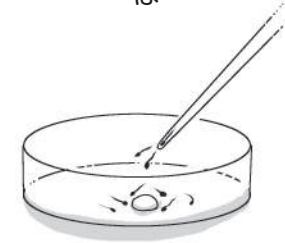
- ・受精卵に比べて未受精の卵子は凍結すると壊れやすい、高齢での妊娠出産になるため母体の病気が発症しやすいなどリスクもある
- ・卵子1つ当たりの妊娠率は低い
- ・倫理的・医学的課題が多い



## 体外受精 (通常法)

卵子ひとつに  
濃度を調整した  
精子を振りかける

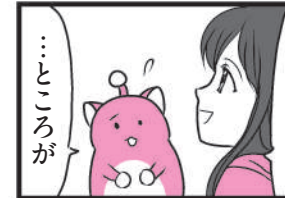
精子の数は  
数万個!



後は  
シャーレ(ディッシュ)  
の中で  
自然に受精するのを  
待つ



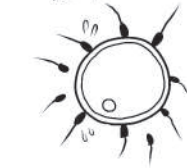
これなら  
絶対  
受精するね



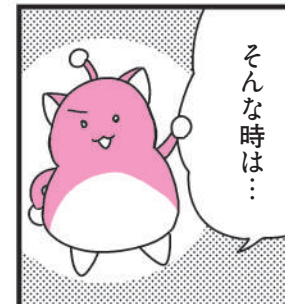
精子の状態が  
極端に不良の  
場合など

受精しない  
場合もあるんだ

なぜか  
精子が入って  
行けない



そんな時は...



## 顕微授精

卵子にひとつの精子を吸った  
ガラス針 (インジェクションピペット)  
を注入



よく運動していて  
元気そうな精子を選ぶ

強制的に  
受精  
させちゃうんだ

すごい

受精卵に  
なっちゃったら  
その後は同じだよ



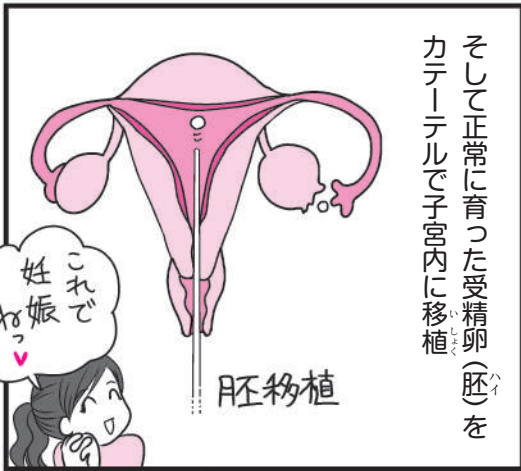
受精卵(胚)は  
シャーレ(ディッシュ)の中で  
培養される



そして正常に育った受精卵(胚)を  
カテーテルで子宮内に移植

胚移植

これで  
妊娠



ところが...

残念ながら  
着床  
しません  
でした...

今回は  
失敗です



若い時の採卵でしたから  
妊娠率は20%くらい  
でしょうか...

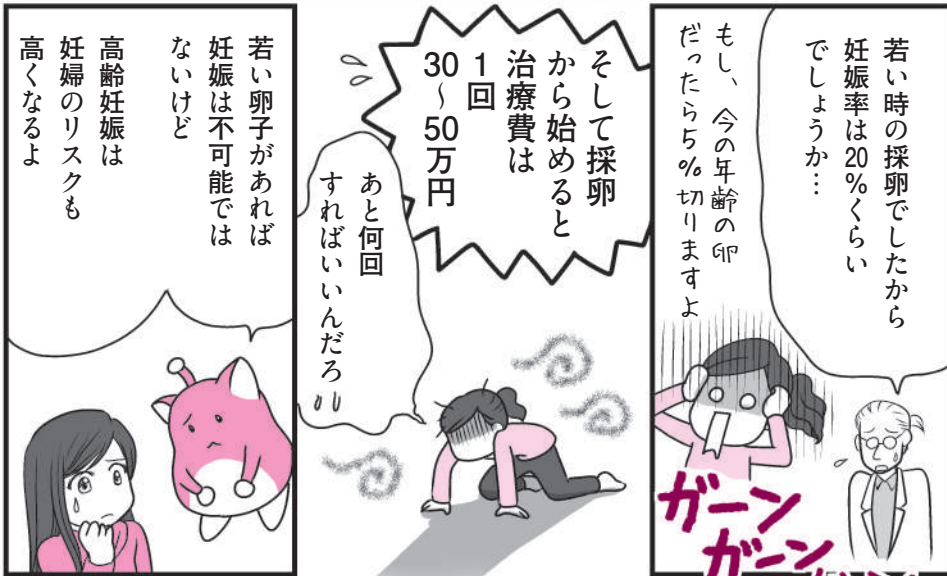
もし、今の年齢の卵  
だったら5%切りますよ

そして採卵  
から始めると  
治療費は  
1回  
30~50万円

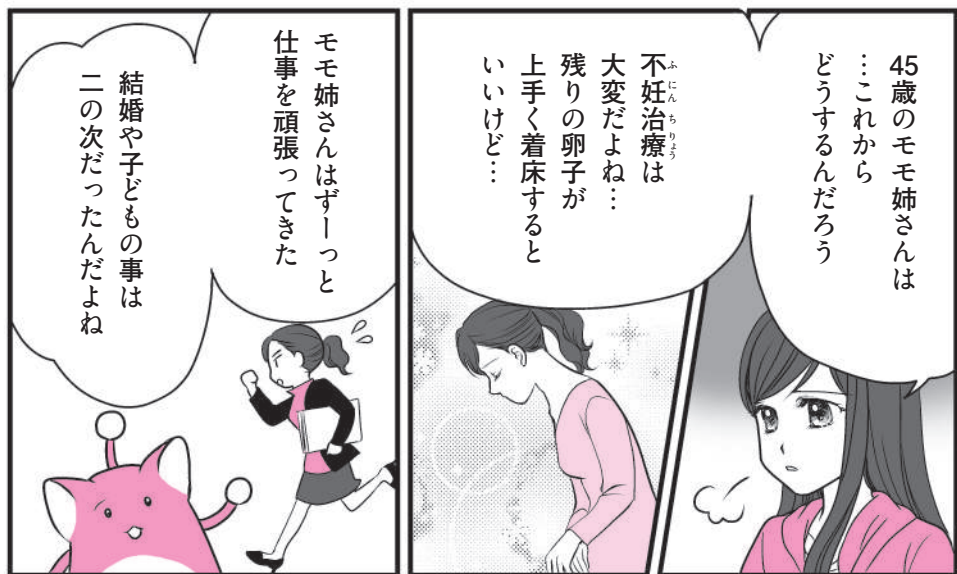
あと何回  
すればいいんだろう

若い卵子があれば  
妊娠は不可能では  
ないけど

高齢妊娠は  
妊婦のリスクも  
高くなるよ







どうしても  
自分で妊娠できない場合  
また違う選択肢も  
あるけど…色々な  
倫理的な課題もあるよ

**卵子提供**

日本では現在  
認められていない  
**精子提供**  
日本でも何十年前から  
行われている

病気などで  
自分の卵子や精子が  
使えない場合、  
第三者から  
提供してもらう  
事もある

日本では  
無償提供じゃ  
ないよダメ

45歳のモモ姉さんは  
…これから  
どうするんだろう

不妊治療は  
大変だよね…  
残りの卵子が  
上手く着床すると  
いいけど…

モモ姉さんはずーっと  
仕事を頑張ってきた

結婚や子どもの事は  
二の次だったんだよね

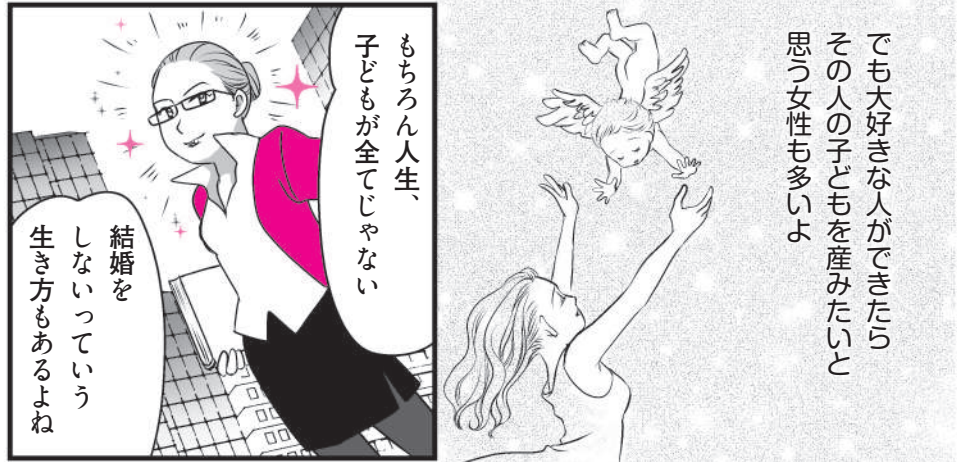


よく  
考えなさい

生まれつき  
子宮がなかったり、  
子宮頸がんや  
子宮を摘出したりした人も  
道がないわけじゃないよ  
現にスウェーデンで子宮の  
ない女性が子宮移植をして  
子どもを産んだと  
ニュースにもなったよ



20~30代女性で  
子宮頸がんが増加!  
がん検診受けようね!



でも大好きな人ができたら  
その人の子どもを産みたいと  
思う女性も多いよ

もちろん人生、  
子どもが全てじゃない

結婚を  
しないっていう  
生き方もあるよね



**代理出産**

体外受精させた受精卵(胚)を  
別の女性の子宮に移植

代理母



他人に産んでもらう  
わけだけど…  
遺伝子的には  
自分の子だね



でも命の問題だから  
安易に考えちゃ  
いけないよね

出産には危険もあるし  
現実もよく知らなければね



受精卵を凍結  
しておけば  
何歳でも子どもが  
産める事になる

…すごいなあ

難しい  
問題だね…



子どもがいなくても  
幸せな夫婦も多いよ

ふたりの時間が  
たくさん持てる

養子として  
きてくれた子どもが  
家族に加わることも  
あるかも

それぞれ  
素敵な選択だね

※代理出産は現在日本では認められていない



3つの未来を  
見てみたけど…  
どう？

うーん  
みんな  
頑張っていたけど  
大変そうだったね



共通して言えることは  
「子どもを持つこと」に対して  
ビジョンがしっかりして  
なかったことだね

こんなはずじゃ  
なかった〜り



こういう現実が  
あることを知って  
少しでも  
考えておくと  
いいよね

いろんな選択肢と  
可能性があるよ

うん…



しかし  
わたしに子どもが  
育てられるかなあ

赤ちゃんは  
かわいけど…



なんか  
無理な気が  
してきた

そりゃあ  
楽しいかかも  
しれない

でも  
モモのご両親だって  
同じだったんだよ

えっ？



初めてのことがばかりで  
不安なのはみんな一緒だよ



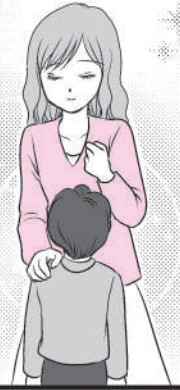
でも子どもは  
とにかく可愛いし  
毎日の成長は  
ほんと嬉しい！



生きることに  
張りが持てるよね

子どもを持って  
わかる事も  
いっぱいある

子育てを通じて  
親も人生勉強できるんだ

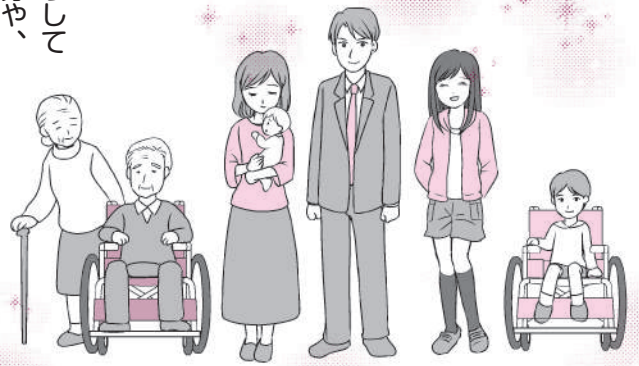


例えば  
「こんな風に育ててもらったんだ」と  
自分の親に対する  
感謝の気持ち  
深まるとかね

肩でも  
もみます



身近な人とのつながりを通して  
命がかげがえのないものだ  
と改めて気がつくよ



そうして  
自分や、  
自分以外の命も  
大切にしたいと  
思うんだね



思春期はからだが変化する大事な時。この時期の生活リズムや食生活の乱れが、知らず知らずのうちに将来の妊娠に影響する可能性があります。

ここでは代表的な病気を、チェック項目形式で紹介합니다。自分にあてはまるところがないか、チェックしてみよう！

# 不妊は 思春期から 予防できる！



—からだに聞いてみよう—

## こんなお悩みがある人は クラミジア感染症

**どんな病気？**

日本で一番多い性感染症で特に10代20代にかけて感染者が多い傾向に。感染していても気がつかないことが多く、パートナーにも感染させてしまうことがあります。女性の場合、不妊症や子宮外妊娠の原因となることも。



の可能性があるかも…

男性Check!

- 尿道からの分泌物
- 軽い排尿痛
- 尿道のかゆみや不快感
- 精巣上体の腫れ

女性Check!

- おりものの増加
- 下腹部の痛みや不快感
- 性交時の痛み

あまり症状がないことが多いよ  
気になったら検査を受けることだね



不特定多数の人と  
性交は行わない!



コンドームを  
正しく  
使用する

予防が大切だよ



いろいろな形があるけれど  
家族をつくるのもいいんだよ

自分以外にも  
大切な命がある人生って…  
素敵でしょっ?!



END

Check!

- 月経不順である
- にきびやむだ毛が気になる
- 少し太った・もしくは痩せた

こんなお悩みがある人は

## 多嚢胞性 卵巣症候群

の可能性があるかも…

どんな病気？

卵巣内でたくさん卵胞が成長し始めますが、中途半端なところで止まってしまう。排卵できる成熟卵胞まで成長しにくいことから、月経異常や不妊を引き起こすことがあります。卵胞の中で少し多めに男性ホルモンが作られることがあるため、症状として、**多毛**や**にきび**などがみられます。将来、**肥満**や**糖尿病**、**高脂血症**も起こりやすくなるので、生活にも注意が必要です。

Check!

- ずきずきと耐え難い生理痛が長く続く
- 月経時以外でも下腹部に違和感がある
- ひどい貧血がある

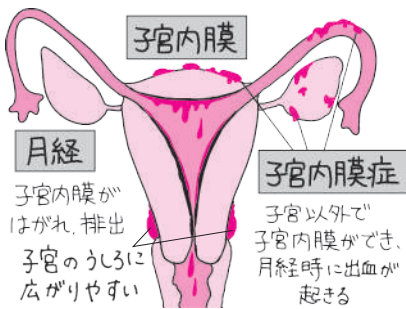
早い人は10代からはじまります

## 子宮内膜症

の可能性があるかも…

どんな病気？

毎月、不要になった子宮内膜を血液とともに子宮口から排出する、これが月経です。子宮内膜症は、子宮の内腔以外の場所で子宮内膜と似た組織ができ、その場所でも月経が起きてしまいます。出血と吸収を繰り返すうちに溜まった血液により周囲の臓器と癒着し、広がっていきます。比較的若い世代に多くみられます。



がまんしているうちにひどくなり、ゆくゆくは不妊症につながることも！  
もしも辛いときは早めに病院へ行こう

気をつけたい！

— 思春期のダイエット・交際・タバコについて —

どんな病気？

## 思春期やせ症

現代日本のスリム志向とともに増加している思春期の子どもに発症する摂食障害、心の病気のひとつとされています。中学生から高校生の女子に多くみられますが、最近では小学生にも広がっています。ストレスを拒食や極端なダイエットで解消しようとしてしまうことで体重が減少し、生命に関わる場合もあります。無月経などの症状が現れ、不妊の原因になることもあります。海外では「やせ過ぎ」は10代少女への悪い見本になるとして、ファッションショーに出演禁止になったモデルもいます。

BMI計算

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

BMI 値	や	せ	18.5 未満
	ふ	つ	18.5 以上 25 未満
	つ	ぽ	25 以上 30 未満

要注意!

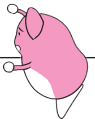
## デートDV

デートDVとは交際相手からの暴力のこと。身体的なことだけでなく、精神面などの暴力もあります。メールやチャットや他の友達と会うことへの制限など「束縛系」のデートDVも多く「愛でられている」と勘違いされることもあります。



不妊を心配する前に  
つき合い方から考えようね

ひとりど  
かかえなきゃだ



Check!

- 完璧主義
- 負けん気が強い
- 自分に厳しい
- 他人の目が気になる
- 他人に頼らず解決しようとする

「思春期やせ症」になりやすい人の主な特徴

真面目な性格の人に多いんだね



□ 自分の希望を、気軽にパートナーに伝えることができない

□ パートナーを怖いと思うことがある

□ 自分の気持ちよりもパートナーが怒らないかが基準で行動する

□ パートナーの言動には意見できないと思っている

□ 自分がしたいことでもパートナーの機嫌をうかがって行動する

□ パートナーとの約束に縛られた気持ちになる





# 性別を判断する たくさんの要素



性別を判断する要素はたくさんあります。

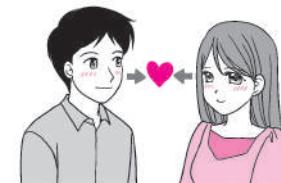
## 身体の性

身体の性は、①性染色体(男性はXY、女性性はXXなど)、②外生殖器や内生殖器の状態(ペニスや精巣があるか、子宮や卵巣があるか)、③性ステロイドホルモン(男性ホルモン、女性ホルモン)などの要素から成り立っています。思春期には、二次性徴により男性的、あるいは、女性的な体形へと変化します。自身や他者が認識する外見的な性的特徴は、ホルモン療法や手術などにより変化します。

## 好きになる性(性的指向)

どの性を好きになるかを「性的指向」といい、その人に固有のもので、無理矢理に変えることはできませんし、変えようとする必要もありません。ただし、成長期はいろいろと揺れ動く時期でもあり、自分ももつ性的指向を断定するには、少し時間をかけて見ていくことも必要です。

同性愛の男性に「なぜ男性を好きになるの?」と尋ねるとは、異性愛の男性に「なぜ女性を好きになるの?」と尋ねるのと同じことです。別に理由があるわけではありません。

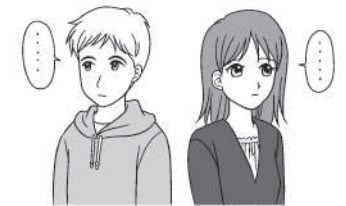


**異性愛(ハテロセクシュアル)**  
異なる性の人(男性なら女性、女性なら男性)を好きになる。

**同性愛(ホモセクシュアル)**  
同じ性の人を好きになる。男性が男性を好きな場合はゲイ、女性が女性を好きな場合はレズビアン。



**両性愛(バイセクシュアル)**  
男性も女性も好きになる。



**無性愛(アセクシュアル/エイセクシュアル)**  
ア(エイ)は否定の意味。どの性にも恋愛感情を持たない。

## 心の性(性の自己認識)：性自認

心の性(性の自己認識)：性自認とは「自分は男あるいは、自分は女」という認識です。あなたは自分を男性だと思えますか、女性だと思えますか。

性別には、「身体の性」と「心の性」がありますが、多くの人はこれが一致しているため、ふだんは意識することもなく過ごしています。しかし、全くの人が一致しているとは限りません。

心の性を否定することは自分を否定することにつながり、生きることが困難になります。誰だって「からだ」よりも「こころ」の性の方が自分自身と感じると思います。

身体の性と心の性とは異なるトランスジェンダーの人が自分の心の性に従って生きていくためには、まわりの理解と協力が必要です。

トランスジェンダーの人々のうち、身体の性を変えるための治療を行う人々の診断名として「性同一性障害」があります。ジェンダークリニックなどの専門の医療施設で支援が行われます。

## 表現としての性別

髪形や服装などにより表現される性別のこと(性別表現)。他にも言葉使用や声の出し方などいろいろな方法で表現されています。

## 役割としての性別

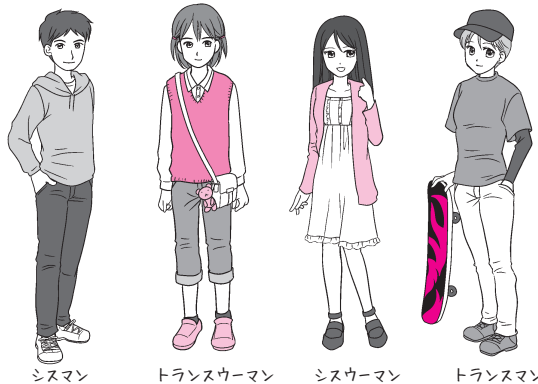
性別は、社会で役割を果たさなければならなくなるときにも強く自覚されます(性別役割)。家庭で娘や息子として過すとき、また、学校で女子生徒として、あるいは、男子生徒として活動するときには、性別を自覚せざるを得ません。

## 社会に割り当てられた性別

戸籍の性別や保険証の性別など社会の中で指定された性別もあります。

## 他にもいろいろな社会的な性別が…

社会的な性別は、検査ではわかりません。他の人々との関わりの中で明らかになってくるものです。



## シスジェンダーとトランスジェンダー

心の性と身体の性が一貫している場合はシスジェンダー、一致していない場合はトランスジェンダーと呼ばれます。



# 多様な性のあり方

性のあり方は多様です。人間社会も、お互いの多様性を尊重することで、人々は生きやすくなります。

## 性的マイノリティ、LGBT

性別を決定する要素は多く存在していますが、性的指向、性自認、その他の性別などが多数派ではない人々は、広く、性的マイノリティと呼ばれます。

「LGBT」(L: Lesbian、レズビアン、G: Gay、ゲイ、B: Bisexual、バイセクシユアル、T: Transgender、トランスジェンダー)という言葉もあります。性的マイノリティ、LGBTの人々は約8% (約13人に1人)ともされます。

## 身体の性別に違和感が強くなったら

心の性と身体の性が一致しないトランスジェンダーの人々の多くは、思春期になり二次性徴で身体が変化すると辛い気持ちになります。心の性が男性の場合、月経が来ると「自殺したい」などと話す場合もありますし、心の性が女性の場合、ひげが生え、声が低くなることには恐怖感を持ちます。

現在、トランスジェンダーの子どもに対して、GnRHアナログと呼ばれる薬を使うことで、思春期の身体の変化(二次性徴)を一時的に止めておく治療が行われています。

## LGBTの人々が結婚したり、子どもを持つたりするに

ゲイ(男性を好きになる男性)やレズビアン(女性を好きになる女性)の人々の結婚(同性婚)を認める国は増えていますが、日本では認められていません。しかし、2015年には日本でも東京都渋谷区で、同性カップルがパートナーであることを公的に認める制度が始まりました。他にも全国でこのような制度を持つ自治体が増えています。

LGBTの人々が子どもを持ちたいと考えたとき、養子や里子を迎える以外にも、海外では、第三者から、精子や卵子の提供を受けて生殖医療で子どもを持つことも行われています。また、一部のケースでは日本でも提供精子や提供卵子による生殖医療が行われています。

人工授精や体外受精については24〜29ページを、また、第三者の助けをかりる生殖医療については30ページと48〜51ページをご覧ください。

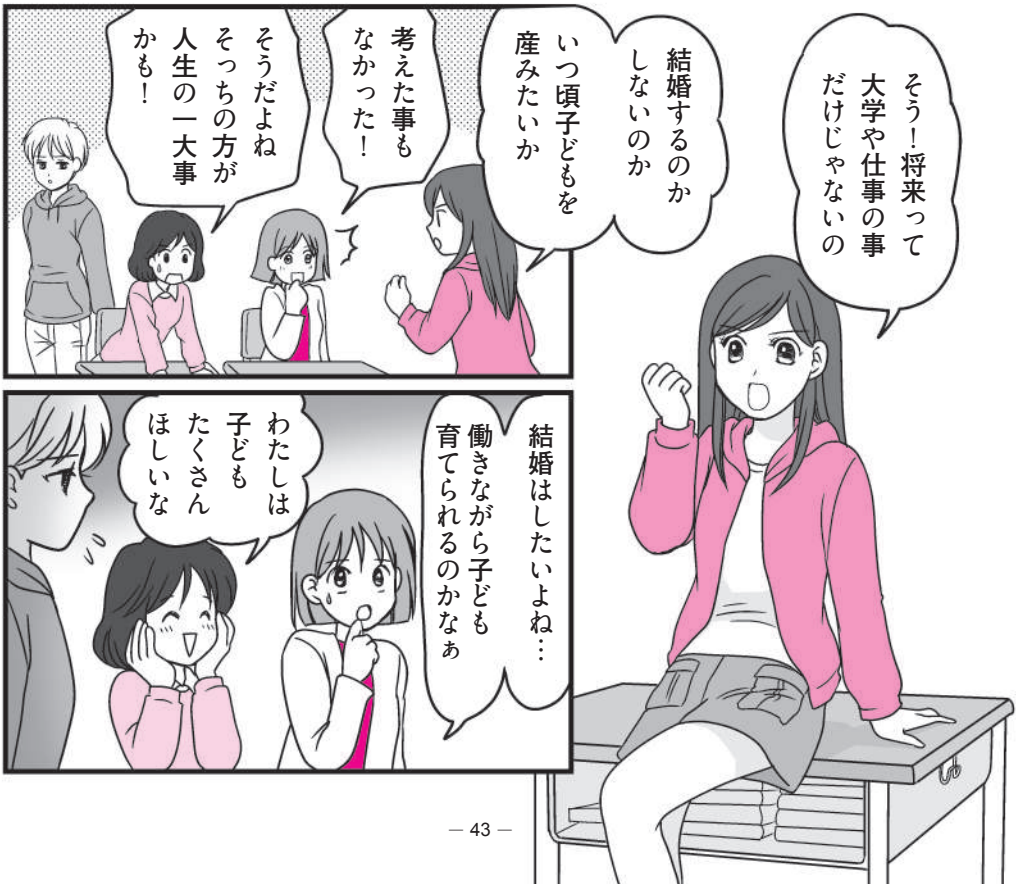
# 性の多様性と子どもを持つこと



性別のことで悩むこともあるかもしれませんが、多くの専門家が相談に乗ってくれます。悩んでいるのは一人ではありません。また、日本においても多様な性のあり方が受け入れられつつあります。

未来への選択肢として知っておくことよいこともたくさんあります。子どもを持ちたいと思った時にはいろいろな方法があります。養子や里子の制度などに加えて、生殖医療も利用されています。

モモの友だちの中にもこのような悩みを持っている子がいるようです。一緒に見ていきましょう。

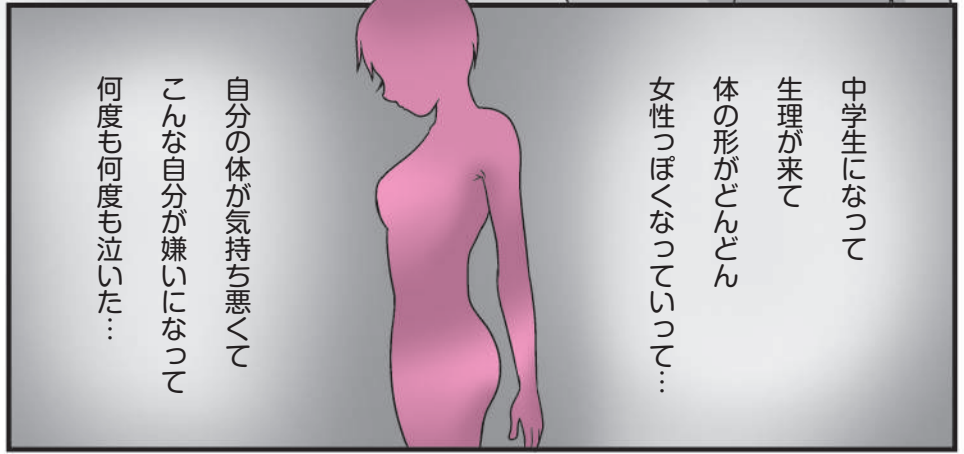




…違和感を持ったのは  
幼稚園の頃からかな

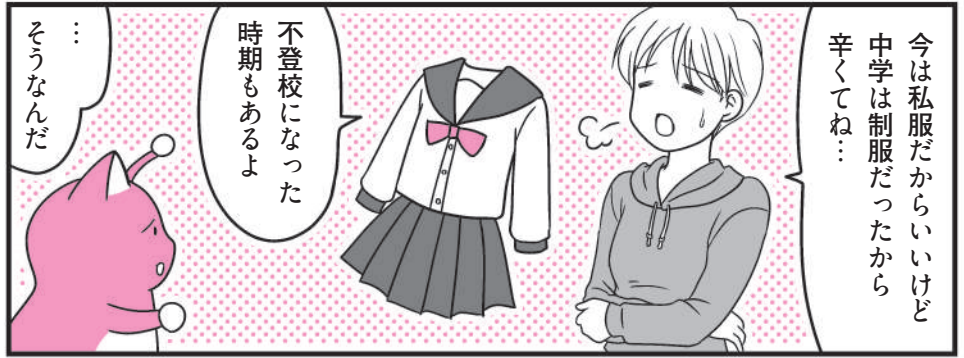
ママごとは嫌い  
自動車のおもちゃで  
遊ぶ方が好き

女の子の服や  
かわいい物に  
興味がない



中学生になって  
生理が来て  
体の形がどんどん  
女性っぽくなっていくって…

自分の体が気持ち悪くて  
こんな自分が嫌いになって  
何度も何度も泣いた…



今は私服だからいいけど  
中学は制服だったから  
辛くてね…

不登校になった  
時期もあるよ

…  
そうなんだ



ゆうちゃんは どう思う？

いや…  
ちよつとトイレ

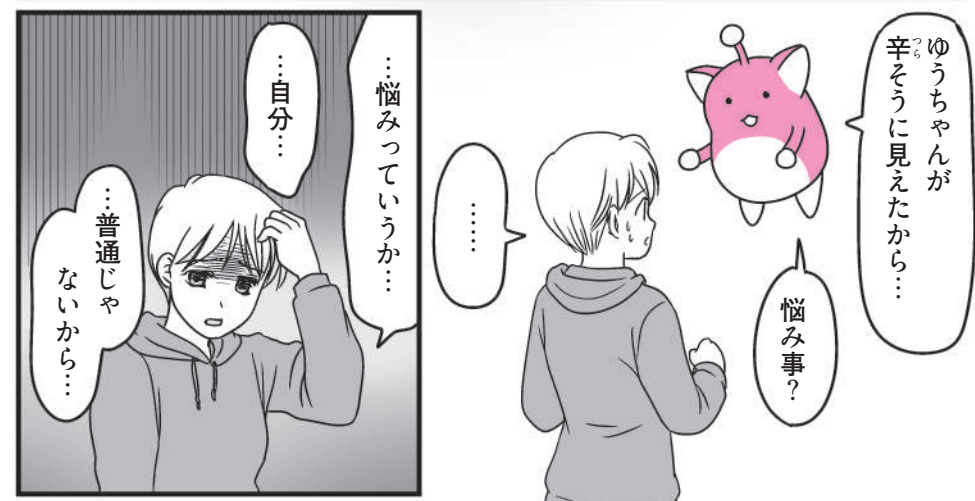
ゆうちゃん

どうしたの？



あーボク  
宇宙人で…  
以下略

そんな  
驚かないで



ゆうちゃんが  
辛そうに見えたから…

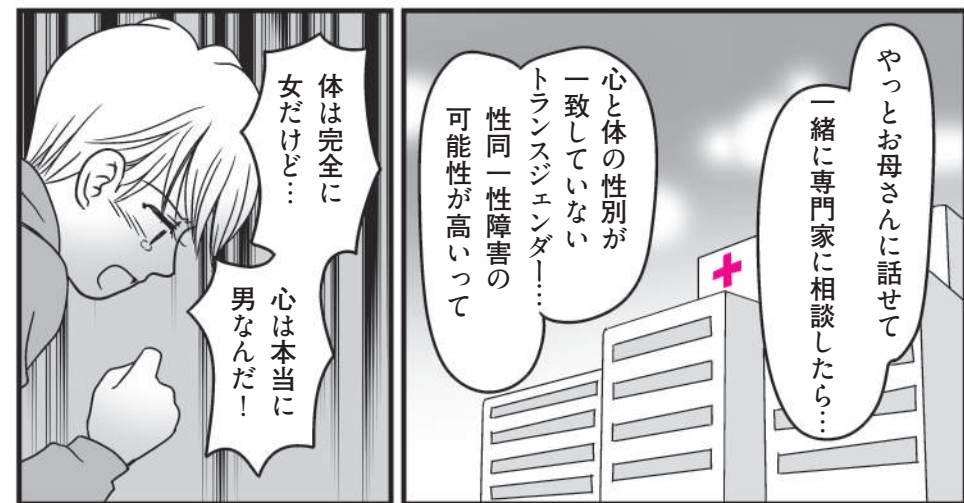
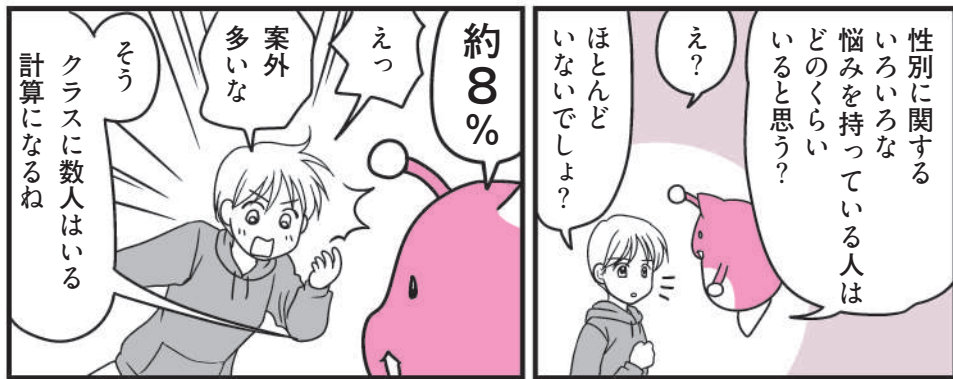
悩み事？

…悩みっていうか…

…自分…

…普通じゃ  
ないから…





性の多様性

**B** バイセクシャル

男も女も、どちらも好き

**G** ゲイ

男性を好きな男性

**L** レズビアン

女性を好きな女性

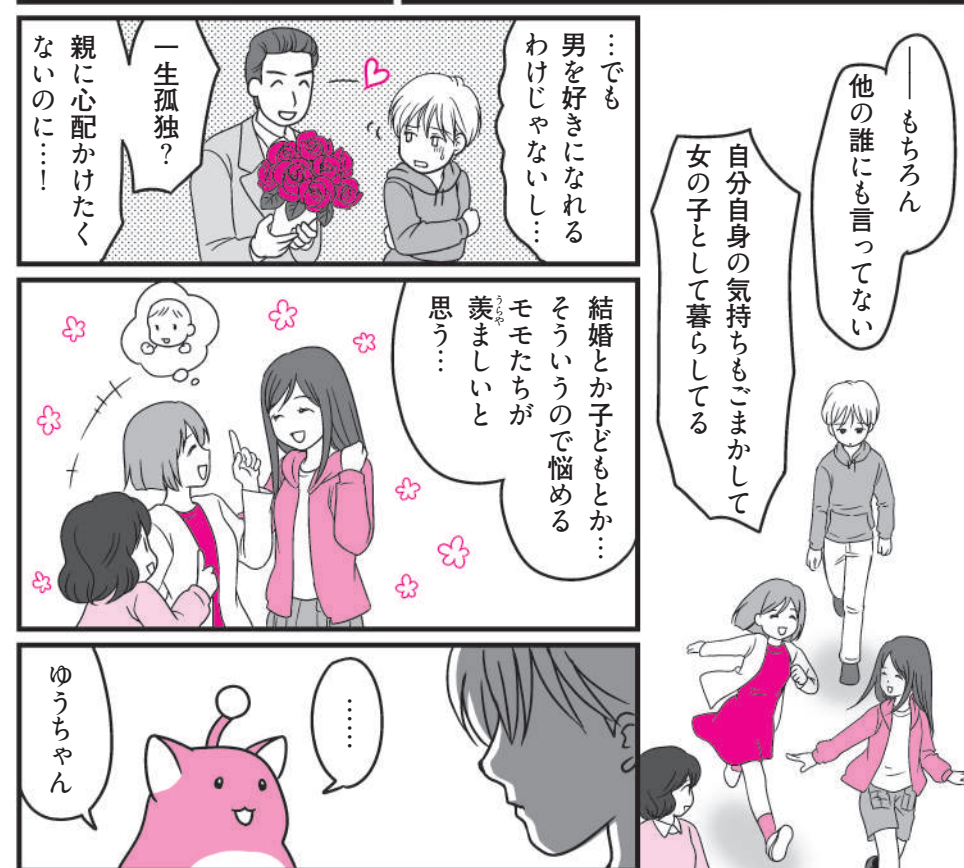
**T** トランスジェンダー

トランスウーマン トランスマン

心的指向 (男女どちらを好きになるか) はその人による

心は女性で体は男性 心は男性で体は女性

男性も女性も好きにならない人もいます



女性同士の  
カップルの場合



誰かから  
精子の提供を受けて  
妊娠することができる



提供精子

人工授精

出産

日本のトランスジェンダーのうちでも、性同一性障害の人々は「特例法」という法律に基づいて戸籍上の性別を変更することが



ゆうちゃん  
は男性になっ  
て女性と結  
婚すること  
ができるん  
だ



そうなんだ

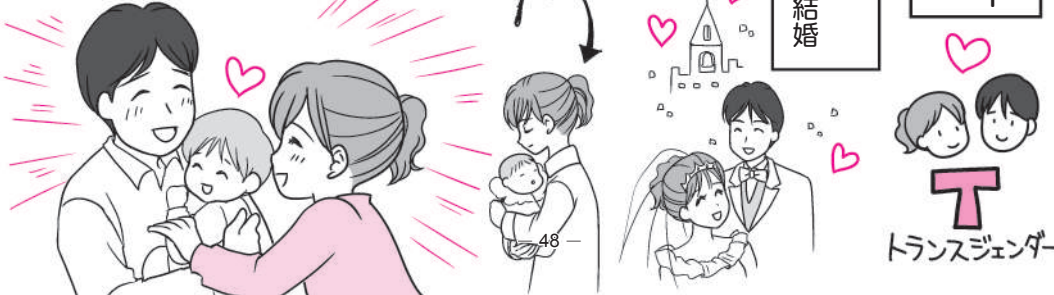
トランスジェンダー  
の場合

性別を男性に変更した  
トランスマンが女性と結婚

精子提供を受け  
妻が出産

2013年  
性別変更をした夫が  
戸籍上でも子ども  
の父親であると  
認められた！

今は裁判をしなくても  
ふつうに出生届けを  
出すだけでOK  
正式に父親



男性同士の  
カップルの場合



日本では認められていないが  
海外では「代理出産」で  
子どもを持つカップルも



精子を代理母へ  
代理母が排卵する頃に

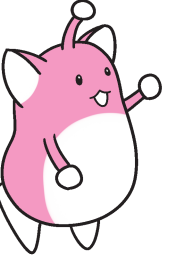
人工授精  
or  
体外受精

精子と卵子で体外受精した  
受精卵を代理母へ

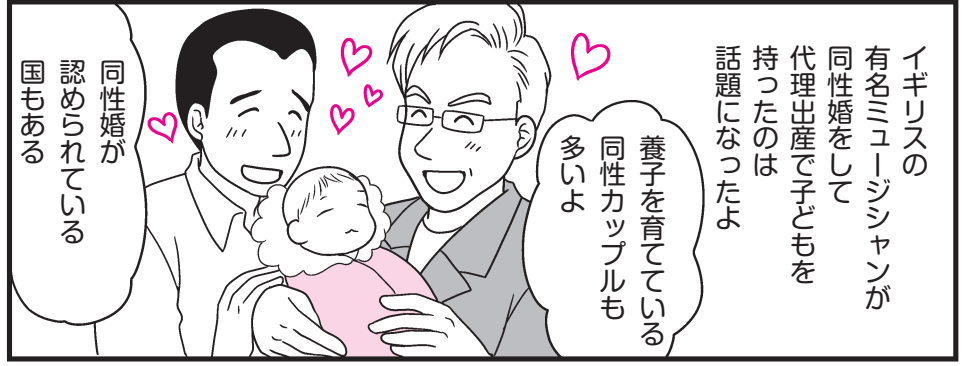
代理母



日本人の中にも渡航  
してこのサービスを  
受ける人もいる



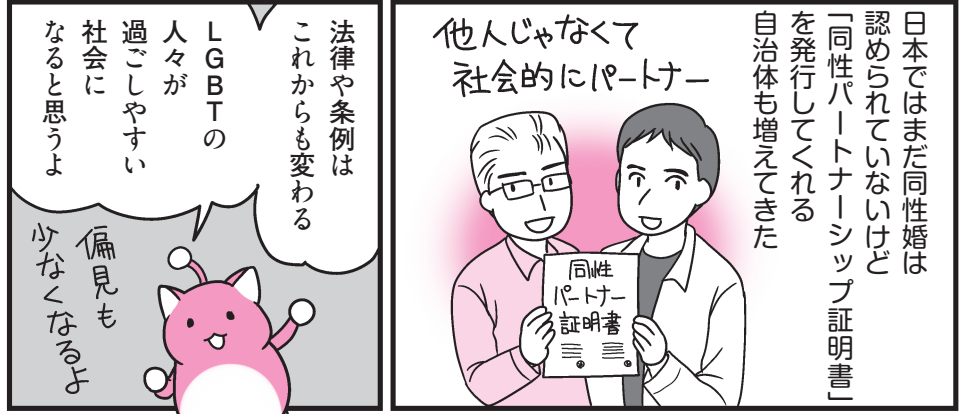
倫理的・金銭的・いろんな課題はあるから、  
よく考えてからじゃないといけないけど...



イギリスの  
有名ミュージシャンが  
同性婚をして  
代理出産で子どもを  
持ったのは  
話題になったよ

養子を育てている  
同性カップルも  
多いよ

同性婚が  
認められている  
国もある



日本ではまだ同性婚は  
認められていないけど  
「同性パートナーシップ証明書」  
を発行してくれる  
自治体も増えてきた

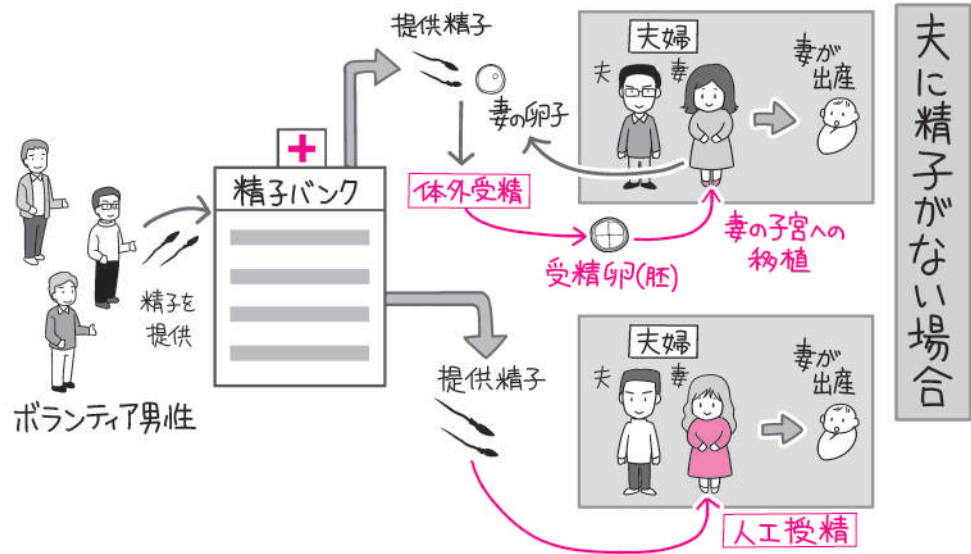
他人じゃなくて  
社会的にパートナー

法律や条例は  
これからも変わる

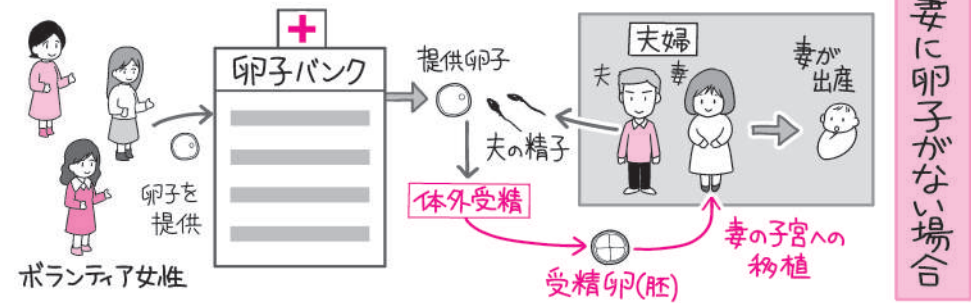
LGBTの  
人々が  
過しやすい  
社会に  
なると思うよ

偏見も  
少なくなるよ





夫に精子がない場合



妻に卵子がない場合

海外でもすべての医療機関で提供精子や卵子を扱ってくれるわけではないけど…

生殖医療の進歩や市民の考え方の変化によって未来への選択肢が広がっている国も多い

いろいろな意見もあるし、行う場合にはリスクもある

情報を集めたりみんなで議論したりして自分の考えを持つとうね

うん！

## ターナー女性

女性型の性染色体はX染色体が2本(XX)ですが、ターナー女性ではX染色体が1本です。思春期に身長が伸びにくいため、成長ホルモンなどで身長を伸ばすこともあります。

約8割のターナー女性では月経が起ころず、残りの約2割の女性も早い年齢で月経がなくなることも多いため、妊娠しにくくなります。

月経がある場合には、将来の妊娠のために卵子を凍結保存しておくことも行われます。また、月経がない場合には、卵巣内に卵子がなくなっていることもあります。子どもを持ちたいターナー女性の場合、海外では、第三者から卵子の提供を受けて体外受精で子どもを持つことも行われています。

2017年、日本のNPO法人「卵子提供登録支援団体(OD・NET)」は、第三者のボランティア女性から卵子の提供を受けた体外受精により、卵子のない女性が無事に出産したことを発表しました。

いろいろな情報を持つことで自分の身体を守ったり、自分らしい選択をしたりすることができそうですね。

## 無精子症

精液中に精子が全く見られない状態を無精子症といいます。現在、日本人男性の約1%が無精子症と言われています。無精子症には精巣からの精子の通過路が閉じている場合と、精巣で精子を作る力が低下している場合があります。

精子の通過路が閉じている場合は、手術的に開通させ、精子を得られる可能性があります。また精巣から直接精子を採取することもできます。

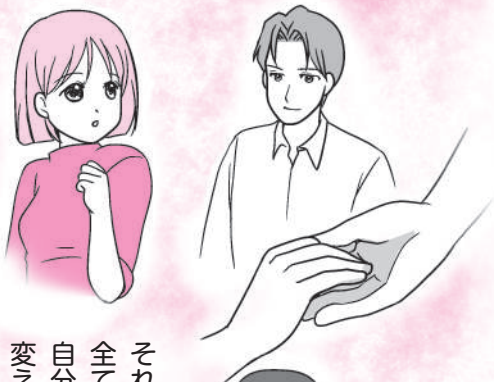
精巣で精子を作る力が低下している場合は、顕微鏡を用いて精巣内の精子を探し出す、顕微鏡下精巣内精子採取術(Microdissection TESE)が行われます。

この方法でもうまくいかない場合は精子の提供を受けて子どもを持つカップルもいます。もちろん、子どもを持たないことや養子縁組を選ぶカップルもいます。

自分の性別は何なのか



男女どちらの性を好きになるのか



それはLGBTの人々だけではなく  
全ての人々にとって  
自分の本質にかかわることなので  
変えられないし  
無理に変える必要もない

## あとがき

この本は、単に知識を持つてもらおうという目的で作られたわけではありません。ライフプランの選択肢は、年齢によっても、住んでいる地域によっても異なります。国の経済状況や平和かどうかによっても、また、時代とともに変わる生殖医療の進歩やそれに伴う倫理的な考え方や法律によっても異なります。

新聞、テレビ、インターネットなどの中で、情報はあふれています。だまそうしたり、偏った考えを押し付けようとしたりする情報もあります。新しい情報に対して自分の考えを持って、適切な判断をするという経験を早いうちから、また、日頃からすることが重要です。この本は、その契機にしてもう一つを目的に作りました。

自分一人の意見では、考えが偏ってしまいます。多くの人々と話してみてください。そして、それぞれの意見を尊重してください。この本を読み終わった後で、あなたはライフプランには「正解や不正解がない」ことがわかりになったかと思います。でも、「知って、考えておくべきである」「こともおわかりになったかと思います。

この本は、2014年度「岡山県妊孕性等普及啓発標準プログラム」等作成事業により作った本をもとに、性の多様性についての情報を追加した拡大版です。さらに多くの人が手に取ってくれることを願います。従来版も引き続きご利用ください。

LGBTの話だけじゃなくてね

「人は多様である」ということを受け入れることで誰もが生きやすい世の中になると思うよ

がんばれ  
ゆうちゃん

みんなの選択が  
幸せな未来に  
つながります  
ように



END

初版 2018年 春  
改訂版 2019年 春

岡山大学大学院保健学研究科・岡山大学医学部保健学科  
岡山県不妊専門相談センター「不妊・不育とこころの相談室」  
おかやま妊娠・出産サポートセンター「妊娠・安心相談室」  
岡山大学生殖補助医療技術教育研究（ART）センター  
岡山大学病院リプロダクションセンター

中塚 幹也



## 個「性」ってなんだろう？



## 封じ込められた子ども、その心を聴く



## 知っておきたいシリーズ

- ①いのちのはじまりの旅
- ②年齢と卵子や精子のかんけい
- ③妊娠・出産・子育て事情
- ④出生前検査

## ライフプランを考えるあなたへ —まんがで読む— 未来への選択肢



動画教材



YouTube

中塚研究室

検索



岡山県、岡山大学では、  
妊娠や不妊症、LGBT などについて知りたいという方に、  
いろいろな相談窓口を用意しています。  
どなたでもご利用いただけます。  
また、保健教育、性教育などに関与している方への  
支援も行っています。  
お気軽にご相談ください。



もっと情報がほしい。  
仲間で打合せをしたい。セミナーを開きたい。



岡山大学鹿田キャンパス・医学部保健学科棟 2階「リプロカフェ」  
岡山大学「たまり場」構想  
Phone & FAX: 086-235-6538  
E-mail: josan@cc.okayama-u.ac.jp  
<http://www.okayama-u.ac.jp/user/josan/>

相談したい。情報がほしい。

岡山県不妊専門相談センター「不妊・不育とこころの相談室」  
Phone & FAX: 086-235-6542  
E-mail: funin@cc.okayama-u.ac.jp  
<http://www.cc.okayama-u.ac.jp/~funin/>

おかやま妊娠・出産サポートセンター「妊娠・安心相談室」  
Phone & FAX: 086-235-7899  
E-mail: ninshin@okayama-u.ac.jp、または、anshin@okayama-u.ac.jp  
<http://www.okayama-u.ac.jp/user/ninshin/>

ライフプランを考えるあなたへ

まんがで読む

# 未来への選択肢

拡大版

2018年3月 初版発行

2019年3月 改訂版発行

JSPS 日本学術振興会 科学研究費助成事業

挑戦的研究（萌芽）17K18639

性同一性障害の子どもに対する学校での

メンタルヘルス対策と医療連携の確立

基盤研究（B）（一般）17H04096

配偶子凍結保存の増加と「ライフプラン」「ジェンダー観」

の変化に関する学際的研究

岡山大学SDGS（持続可能な開発目標）推進事業

発行 岡山大学大学院保健学研究科 中塚研究室

監修 岡山大学大学院 教授 医学博士 中塚幹也

編集 岡山大学大学院保健学研究科

マンガ 山吹あらら

印刷 友野印刷株式会社



ライフプランを考えるあなたへ

—— まんがで読む ——

未来への選択肢



拡大版