



世界人口白書, 2003  
**思春期の若者の健康と権利への投資は次世代に大きな利益をもたらす。**

一般社団法人 東京産婦人科医会  
学校専門医に関する講習会

講演1

「すぐに役立つDr北村の性教育実践講座」

(2021年11月28日)

一般社団法人日本家族計画協会  
会長 北村邦夫

**僕の初めての性教育**

それは、40年ほど前のことだった



その時の反応に、  
ショックを受けた僕。

僕のプライドは  
ずたずたに傷つけられた

- 生徒からの反応が鈍かった
- 講演の途中から、話に飽きてしまった生徒が騒ぎ始めた
- 眠り出した生徒もちらほら
- 話す側も時間が早く過ぎてくれないかなと思い始めた

この屈辱的な経験を踏まえて、僕はどんな努力をしたか

- 生徒の耳に届く声が発せられていただろうか
- 伝えたいことと、聞きたいこととは必ずしも一致しない
- 医学用語の多用により、理解できなかったことはないか
- 生徒の関心を高める努力を怠っていたのではないか

顔も大事だが、講演に際しては「声」はとても重要

## 発声トレーニング

皆さんも試みてください。  
まずは姿勢です。

- ①足を肩幅程度に広げて立つ。
- ②背筋を伸ばし、両腕は脇に自然に垂らす
- ③重心をほんの少しだけ前にかける
- ④アゴを上げすぎず、真っ直ぐ前を見る

次は、腹式呼吸の練習です。

- ①腹式呼吸で静かに息をする。
- ②息を吐くときに口を少しだけ開き、ため息をつくように「はあ〜」と息を吐く。  
※強く吐くと喉に力が入ってしまいます。喉に力が絶対入らないように練習しましょう。
- ③慣れてきたら、ため息に音をのせるように「あ〜」と声を出す。
- ④もっと慣れてきたら、「あ〜」を長く伸ばしたり、音を上げ下げしたりして自在に操れるようにする。

あ・え・い・う・え・お・あ・お  
か・け・き・く・け・こ・か・こ  
さ・せ・し・す・せ・そ・さ・そ  
た・て・ち・つ・て・と・た・と  
な・ね・に・ぬ・ね・の・な・の  
は・へ・ひ・ふ・へ・ほ・は・ほ  
ま・め・み・む・め・も・ま・も  
や・え・い・ゆ・え・よ・や・よ  
ら・れ・り・る・れ・ろ・ら・ろ  
わ・え・い・う・え・を・わ・を  
が・げ・ぎ・ぐ・げ・ご・が・ご  
ざ・ぜ・じ・ず・ぜ・ぞ・ざ・ぞ  
だ・で・ぢ・づ・で・ど・だ・ど

ば・べ・び・ぶ・べ・ぼ・ぼ・ぼ  
 ば・べ・び・ぶ・べ・ぼ・ぼ・ぼ  
 きゃ・きえ・き・きゅ・きえ・きよ・きゃ・きよ  
 しゃ・しえ・し・しゅ・しえ・しよ・しゃ・しよ  
 ちゃ・ちえ・ち・ちゅ・ちえ・ちよ・ちゃ・ちよ  
 にゃ・ね・に・にゅ・ね・によ・にゃ・によ  
 ぎゃ・げ・ぎ・ぎゅ・げ・ぎよ・ぎゃ・ぎよ  
 じゃ・じえ・じ・じゅ・じえ・じよ・じゃ・じよ  
 ひゃ・へ・ひ・ひゅ・ひえ・ひよ・ひゃ・ひよ  
 みゃ・め・み・みゅ・め・みよ・みゃ・みよ  
 ぴゃ・ぺ・ぴ・ぴゅ・ぺ・ぴよ・ぴゃ・ぴよ  
 びゃ・べ・び・びゅ・べ・びよ・びゃ・びよ  
 りゃ・れ・り・りゅ・れ・りよ・りゃ・りよ

## 滑舌を良くする練習：早口言葉

1. 青い家をおいおい売る。上へ青い葵をおいおい植える。
2. 新進議員 委員に新任、いちいち機敏に議事を審議。
3. 新設診察室視察。最新式写真撮影法。
4. 長町の七曲がり長い七曲がり、曲がつてみれば曲がりやすい七曲がり。
5. この竹垣に竹立てかけたのは竹立てかけたかったから竹立てかけたのです。
6. 抜きにくい釘、引き抜きにくい釘、釘抜きで抜く釘。
7. 踊り踊るなら踊りの道理を習って踊りの道理通りに踊りを踊れ。

顔は  
 が、  
 きる  
 初対  
 かつ



顔は  
 が、  
 きる  
 初対  
 かつ



LALAテレビ  
「パーフェクト♡H」から





どんなに優れた研究業績があっても  
どんなに優れた話術があっても  
聞く人の目を、耳を、顔を  
自分に向けさせることができなければ  
それは騒音にしかない！

# スピーチ 僕の工夫

これが僕の講演スタイルなのです・・・



## ハンドマイクは僕の必需品

場内を歩く、歩く、歩き回る

気乗りしていなそうな生徒を探し回る

おしゃべりが忙しい生徒にマイクを  
向ける

しかし、どんな回答があっても、  
すべてを受容する



導入



「いつもと違うぞ」と感じさせられるか

最初のひと言は、  
突拍子もなく・・・

「おはよう！」と突拍子もない言葉  
掛けをする

「なんだ？なんだ？何が始まるのか」と、前のめり  
になる生徒達・・・

静かな口調で・・・「僕（私）はね、  
ここにくるのがいつも楽しみなんだ」  
と語りかける。

落ち着き払って真剣な表情で・・・  
「僕（私）はね、前々から君たち（あ  
なたたち）に話をしてみたかったん  
だ」と語りかける。

会場がガヤガヤして  
いる時こそ、大きな  
声ではなく、聞き取  
れないほどの小さな  
声で語りかける

### 僕しか知らないことを

実はねえ、昨日のクリニックにね。  
高校1年生の妊娠不安がやって来てね  
え・・・ (間を置く)

レイプは、カラオケボックスでも起こ  
るんだねえ・・・ (間を置く)

昨日外来でねえ、受付が済んだ途端に  
待合室の長椅子に横になっちゃった女  
子高校生・・・ (間を置く)

生徒から寄せられた僕への  
質問を読みながら、「**そう  
か、こういうことが知りた  
かったのか?**」と教えられ  
ることがたくさんありまし  
た・・・

## 性教育講座事前質問 (都内某私立高校)

### ○北村先生への質問

- ➡ ・先生が考える「好き」と「愛している」とは何ですか？
- ・いつから性について学んでいますか？
- ・なぜ産婦人科医になったのですか？(複数)
- ➡ ・なぜ性教育に携わろうと思ったのですか？
- ・仕事のやりがいは何ですか？
- ・一番大変な患者さんはどんな人でしたか？
- ・中絶を希望する患者さんに中絶を断ったことはありますか？
- ➡ ・先生の性体験や恋愛の話を教えて下さい。
- ・冊子を読んだ際、若くして妊娠をしたり、性行為をしたりすることについて、男の方が女よりも悪いという印象をうけたが、男女どちらが悪いのか決めるべきですか？
- ・性犯罪は他の罪と比べて重いのですか

### ○妊娠・中絶について

- ・妊娠は何ヶ月まで中絶できますか？ ・中絶の後遺症はありますか？
- ・中絶はどのように行いますか？
- ・中絶にかかる費用はどのくらいですか？
- ・これから中絶をする人は減少すると思いますか？
- ➡ ・中絶後、その男女の関係はどうなることが多いですか？
- ・なぜ未成年の妊娠、出産は危険ですか？
- ・なぜ高齢出産は危険ですか？
- ➡ ・何歳での妊娠、出産がベストですか？
- ・つわりのつらさを教えて下さい。
- ・出産時、帝王切開になる時は母体にどのようなことが起こりますか？

### ○性病について

- ・性病に感染する人は年間で何人いますか？
- ・性病の種類や、罹患の確率を教えてください。



### ○自慰行為について

- 自慰行為はして良いのですか？
- 自慰行為をすることは恥ずかしいことですか？
- 自慰行為を一度もしない人はいますか？
- 自慰行為後、眠くなるのは何故ですか？
- マスターベーションは1日に何回行くと危険ですか？
- マスターベーションを行うと体に害はありますか？
- 性行為と自慰行為の違いは何ですか？

### ○性について

- 何故性欲があるのですか？
- 何故精子は毎日作られるのですか？仕組みも教えてください。
- 男女で性欲が違う理由を教えてください。(おとずれの時期など)
- 人は何歳まで性欲がありますか？
- 精通が遅い場合、人体に悪影響はありますか？
- 避妊具を使用しても妊娠することはありますか？
- 避妊方法について詳しく教えてください。
- 中高生が性行為をしていることについてどう思いますか？
- 男子はいつから射精が始まりますか？
- 性行為をするのは何歳からが一番良いですか？(複数)

### ○その他

- 人生において性とどう関わっていくべきですか？
- 思春期と反抗期の違いとは何ですか？
- 何故、18禁という言葉があるのですか？
- 何故、人を好きになるのですか？
- 女子と男子の「好き・愛し合う」の違いは何ですか？(複数)
- 生理は何歳までにこないと危険ですか？
- 彼女が生理痛で苦しんでいる時、男性がさりげなくしてあげられることは何ですか？
- 自分が親になった時、子供が思春期になったらどう接するのが良いですか？
- 思春期の妹への接し方を教えてください。
- 性犯罪は他の罪と比べて重いのですか？
- 周りの友人には全員彼氏がいるが、一度も彼氏が出来たことがない人は焦った方が良いのですか？
- 異性とのスキンシップで気を付けることはありますか？

伝えたいことと、  
聞きたいことは違  
う

これだけの質問が届いても、すべてに  
答えを出すことはできない。



それをいいことに、講師として、伝えよ  
うとしていることを、「皆さんから寄せ  
られた質問にあったのだけれど」と言っ  
て話す。



今日、皆で考えて欲しい、ワンメッセージをまず伝える。あるいは、黒板（白板）に大書する

例えば、それは・・・

先を読む

どんな意味？

先が読めなかったために、トラブルに巻き込まれたこととは？世の中にはたくさんあるよね。

●

●

●

●

●

41

●スピード違反をして捕まった。

●腹を立てて友人を殴った。

●欲望を抑えられず盗撮した。

●盗撮した写真をSNSにアップした。

●線路に石を置いて電車を止めた。

42

先を読めなかったために起こった問題とは？



妊娠、避妊、中絶、性感染症、無月経、などなど、僕たちが伝えたいと考えている話題は何でも該当する。

この話を聞くと、どんなメリットがあるかを語る

先を読むことで、体験しなくてもいいことがたくさん出てくる。

確かに、「**経験にマイナスなし**」だけれども、時間のロスにだっとなりかねない。

**知識**を持つことで、**行動**が慎重になる。

45

何を語るかではなく、  
誰が語るかが重要！

そのためには・・・

実体験を語る

実体験らしく語る

根拠を以て語る

スライドを使うときの・・・

僕の工夫

「何だ？この数字？」というように興味をスライドに向けさせ、前のめりにさせる。スライドの中ですべてを表わさない。

23 と 37

## 年齢階級別、出生数、中絶数、 妊娠数中の中絶割合

年齢	出生数 (A)	中絶数 (B)	中絶割合
			B / (A+B) %
～14歳	37	190	83.7
15歳	104	475	82.0
16歳	468	1,356	74.3
17歳	1,134	2,217	66.2
18歳	2,216	3,434	60.8
19歳	4,819	5,916	55.1
20歳未満	8,778	13,588	60.8
20～24歳	77,023	40,408	34.4
全年齢	918,400	161,741	15.0

★13歳未満の中絶は8名、13歳 34名。  
性交同意年齢は13歳（刑法）。多くの  
国では14～16歳に設定。  
児童福祉法の淫行条例では18歳未満

15歳：1名は第二子出産  
16歳：11名は第二子出産  
17歳：49名が第二子、3名が第三子出産

(2018年人口動態統計・2018年度衛生行政報告例)

20歳未満の女性の・・・

一日の出生数

23 と 37

一日の中絶数

スライドを使うときの・・・

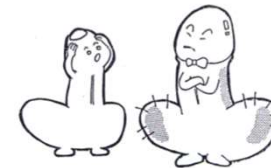
僕の工夫

リズムカルに覚えさせる

皮かぶりは包茎

それではみなさん  
で一緒にご唱和  
お願いします。

剥ければオーケー



剥いたら洗っ  
て、また戻せ

# スライドを使うときの・・・ 僕の工夫

事例を出して考えさせる。

# 衝撃

## 毎日新聞

### 死体遺棄容疑で高校生逮捕 自宅トイレで出産 茨城県警

社会 速報 事件・事故・裁判 茨城

毎日新聞 2021/9/27 17:32 (最終更新 9/28 08:28) 264文字



茨城県警本部＝水戸市で、並澤琴音撮影

自宅のトイレで出産した女児の遺体を放置したとして、茨城県警捜査1課は27日、県立高校3年の女子生徒（18）を死体遺棄容疑で逮捕した。容疑を認めており、同課は殺人容疑も視野に調べている。

逮捕容疑は、8月16日午後6時10分ごろ、自宅敷地内にある屋外トイレで女児を出産し、ビニール袋に入れてトイレのわきに放置、遺棄したとしている。女子生徒の父親が同月22日に見つけて警察に届け出た。1人で出産したとみられ、出産前は通院しておらず、家族にも相談していなかった。解剖の結果、女児は首の圧迫による窒息死の可能性があるという。【森永亨】

このような若年女性による新生児死体遺棄事件が後を絶ちません。背景に何があるのでしょうか？

- 妊娠に至った性交は、同意？ 暴力？
- 性交の結果として妊娠や性感染症が起こることの学びの場があったのか？
- 性交に際しては妊娠することを期待していたか？ していなかったとしたら、避妊はどうした？
- 性交後72時間以内に対処する最後の避妊法（緊急避妊薬）の存在を知る機会はなかったのか？
- 親を含む家族、教師、友人、性交相手などに彼女の相談相手はいなかったのか？ 出産に至るまでに、妊娠に気づき声を掛ける人はいなかったのか？
- 予期せぬ妊娠に直面した際、母体保護法に準じて、人工妊娠中絶を受けることができることを知っていたか？ 妊娠中に相談する人はいなかったのか？
- 妊娠には、必ず「男性」の存在があるはずだが、この事例に「男性」の存在が見えない。逮捕されるのは、女性だけであることに矛盾がないのか？

●妊娠に至った性交は、  
同意の上で行われた？  
暴力によるものか？



真実は、本人以外には知り得ないことであるが、時には父親や兄弟など近親者、教師、SNSなどで知り合った男性であることなども否定できない。

日本では、性犯罪に関して、罪が成立するのに要求されるハードル・要件が非常に高い。同意のない性交がなされたことが明らかでも、「暴行」「抗拒不能」などの要件を証明されない限り、加害者は罪に問われない。警察に届け出たとしても、約6割が不起訴になるなど、未だに性被害に遭っても泣き寝入りせざるを得ない人が多くいる。

NO MEANS NO

お付き合いの基本は・・・

愛情よりも同意



「Consent is Everything (同意がすべて)」

「同意のないセックスはレイプ」と定義  
イギリスの警察が制作

**SEX  
WITHOUT  
CONSENT  
IS RAPE.**

© CONSENT IS EVERYTHING  
www.consentiseverything.com



**CONSENT**

IT'S SIMPLE AS TEA



©2015 RockStarDinosaurPiratePrincess and Blue Seat Studios.

Thames Valley Police YouTubeより

あなたは誰かに紅茶をいれること  
にしました。

「紅茶はいかが？」とあなたが尋ねたとき、  
「飲みたかったんだ！ありがとう、ぜひ！」と  
答えたら、相手も紅茶が飲みたいことがわかりますね。

もしも「紅茶はいかが？」とあなたが尋ねた  
とき、「う～ん...どうしようかな...」と答  
えた場合、あなたは紅茶をいれてもいれなく  
ても構いません。



しかし、仮に入れたとしても相手が飲むとは限りませんよね。もし相手がそれを飲もうとしなかったら、ここが重要です。

**相手に無理やり飲ませない。**

あなたがわざわざ紅茶をいれてあげたとしても、相手がそれを飲まなければならない義務はないのです。相手が「要りません」と答えたなら、**紅茶をいれるのをやめてください。**

意識を失っている人に対して**無理やり紅茶を飲ませてはいけません。**

そして、「ほしくない人に紅茶を飲ませることがどれほど完全に馬鹿げたことか理解できて、相手が紅茶を飲みたくないことも理解できるのならば、**セックスも同じです。紅茶もセックスも、Consent（同意・承諾・納得）が全てなのです**」

NO MEANS NO

**嫌なことは嫌なんだ**

67

しかし、最近、「**ステルシング**」が話題に・・・  
stealthing

**「ステルシング」とは、性行為中に相手の同意なくコンドームを外すことを指す。**

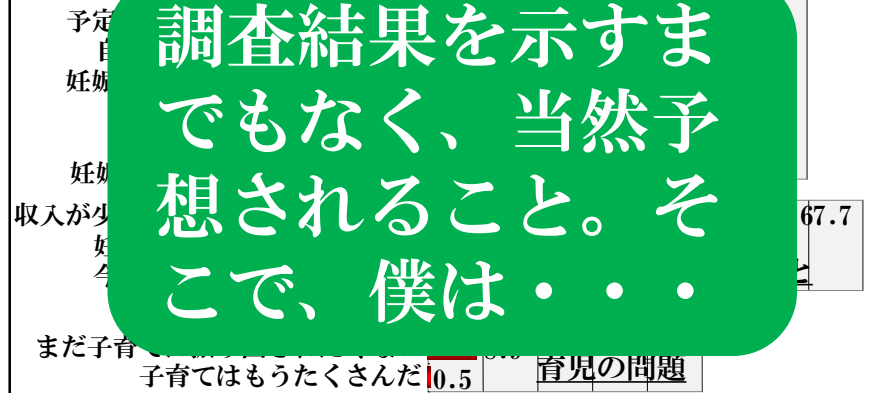
米・カリフォルニア州で「**ステルシング**」が性的暴行と位置づけられ、法律で禁止されることになった



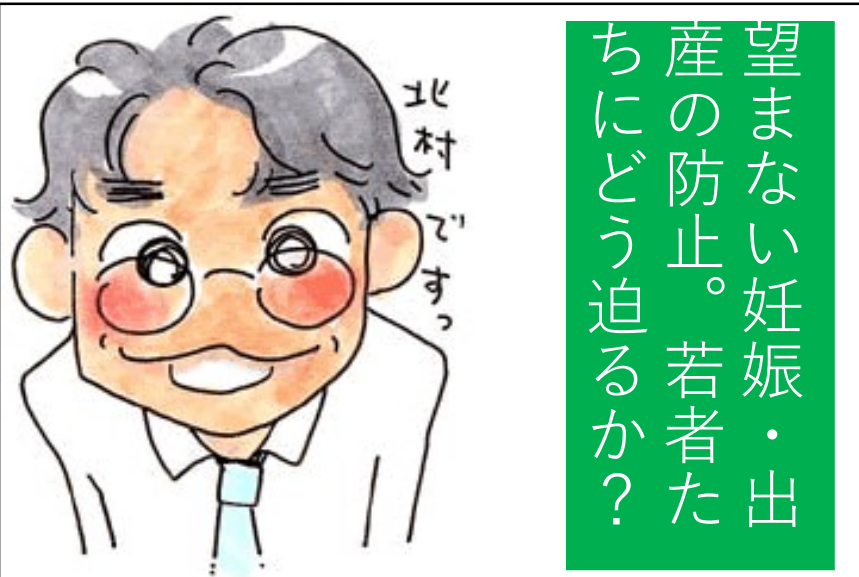
ステルシングに関する法案を提出したカリフォルニア州議会のクリスティナ・ガルシア議員 (PHOTO) Getty

今回、人工妊娠中絶を選択した理由について (複数回答、%)

(N=626) まだ若すぎる 63.7  
未婚のため 46.3



( (社) 日本産婦人科医会 「10代の人工妊娠中絶についてのアンケート調査」、2002.11)



セックスをしない

マスターベーションを楽しむ

コンドームだけで避妊とSTI予防を行う。失敗したら**緊急避妊法!**

女性が主体的に取り組める避妊法と性感染症予防にはコンドームを



スライドを使うときの・・・

## 僕の工夫

事例を出して考えさせる。

## これでいいのか 子宮頸がん予防

### 赤ちゃんと子宮を一度に失った、希さんの症例

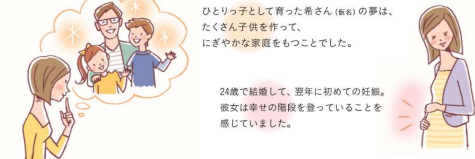
希さんは子宮頸がんは無警戒だったわけではありません。妊娠する3年前、自分の意思で子宮頸がん検診を受け、「異常なし」と診断されていたのです。それだけの準備をしていますが、子宮頸がんは希さんから夢を奪っていきました。

どうしても、子宮頸がんは希さんから夢を奪っていきました。  
(実際の症例を基にしています)

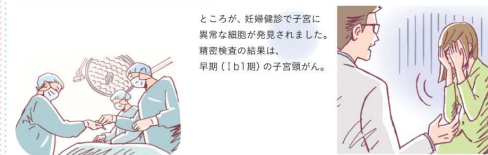


大阪大学大学院医学部産科婦人科学専攻 産科婦人科学教室 産科

### 赤ちゃんと子宮を一度に失った、希さんの症例



24歳で結婚して、翌年に初めての妊娠。彼女は幸せの階段を登っていることを感じていました。

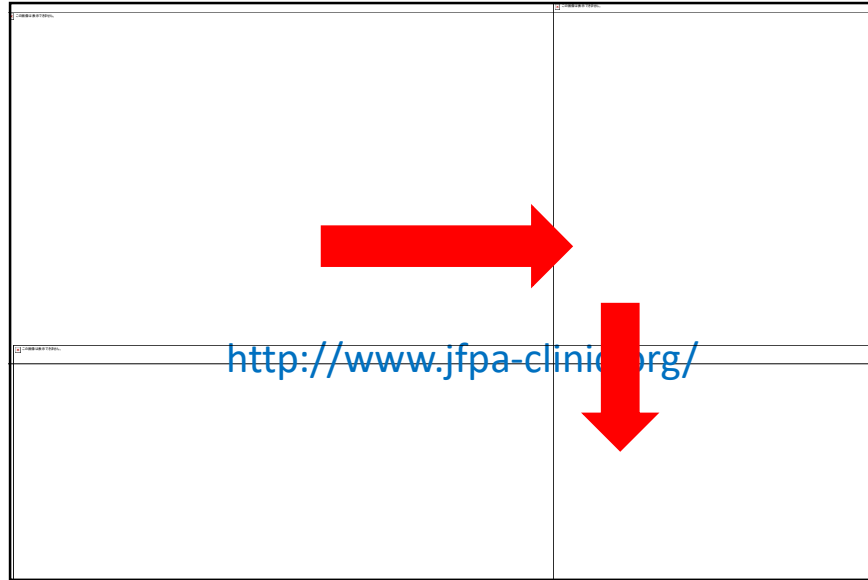


早期とはいえ、がん細胞だけを切除することはできませんでした。希さんの子宮は、16週の赤ちゃんが入ったまま、卵巣やリンパ節とともに摘出されました。

希さんは子宮頸がんは無警戒だったわけではありません。妊娠する3年前、自分の意思で子宮頸がん検診を受け、「異常なし」と診断されていたのです。それだけの準備をしていますが、子宮頸がんは希さんから夢を奪っていきました。  
(実際の症例を基にしています)



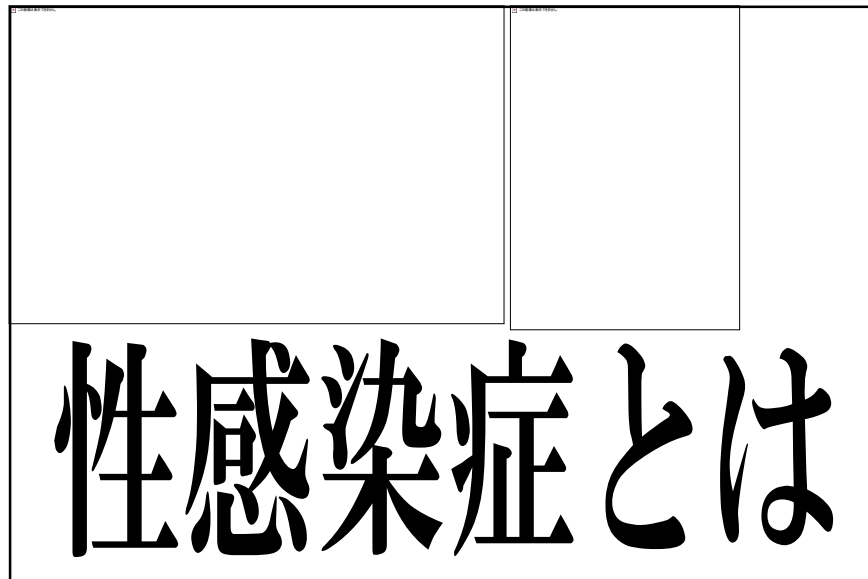
大阪大学大学院医学部産科婦人科学専攻 産科婦人科学教室 産科



スライドを使うときの・・

## 僕の工夫

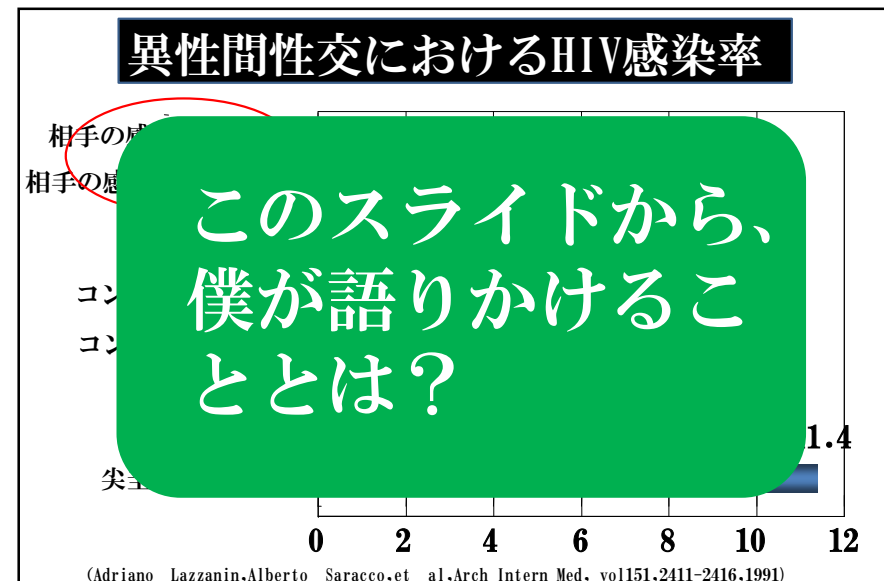
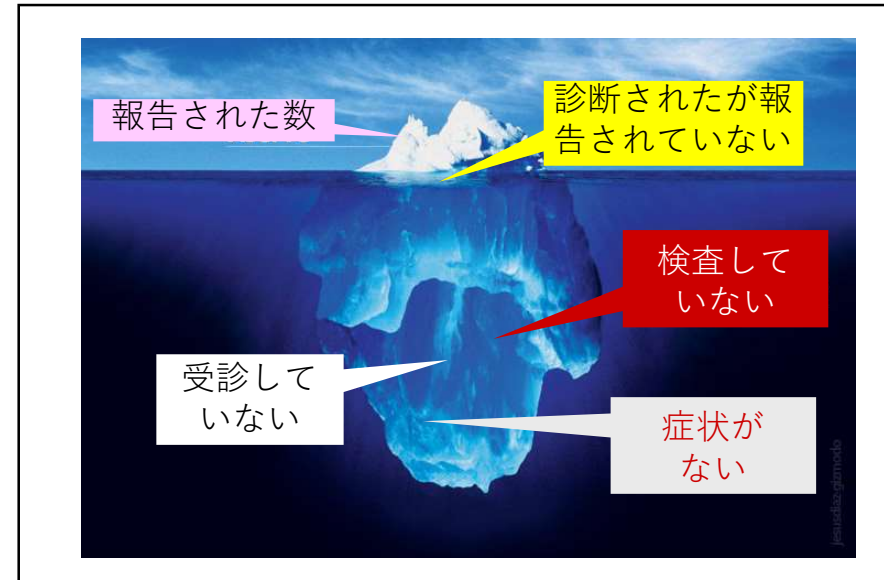
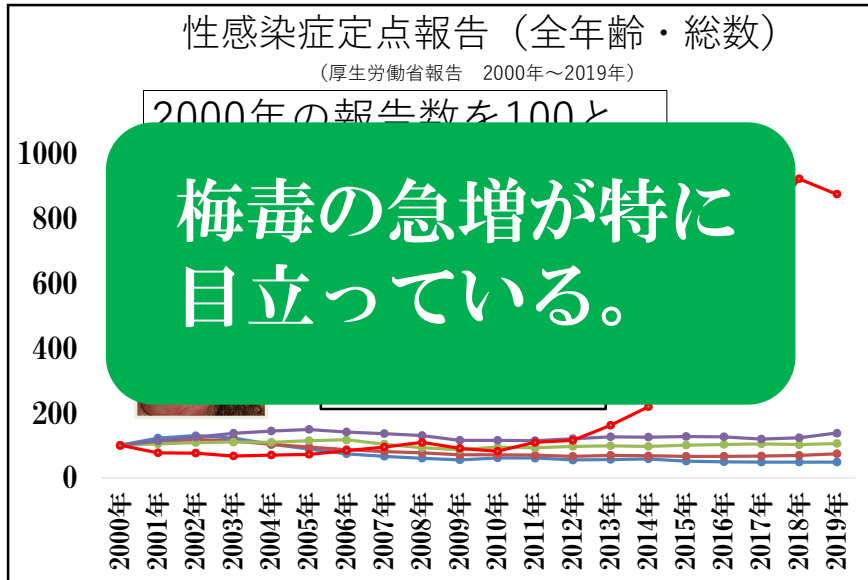
身近な問題として考えさせる。



## 性感染症の特徴

北村邦夫：「ティーンズボディブック」（複製版）  
中央公論新社

- 男女差別をしない
- 顔で選ばない
- お金があるなし関係なし
- 学歴不問
- セックスの経験に無関係
- 職業で選ばない
- 性器からだけうつるのではない



中学生・高校生のきみたちへ

**思春期って何だろう？  
性って何だろう？**

公益社団法人 日本産婦人科医会

日本産婦人科医会 思春期・性 2

0:00:48 10:56

産婦人科医の仕事って？

- 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援
- 女性アスリートのための健康支援
- 妊娠・出産
- 避妊の指導
- 性感染症の予防と治療
- 人工妊娠中絶
- 女性特有の病気
- 不妊

女性のからだ・男女の性と生殖

日本産婦人科医会 思春期・性 3

次のスライド

二次性徴

【中学生対象説明】  
産婦人科は、何を診てくれるところかご存じですか？妊娠や出産に関することは言うまでもありませんが、子宮がんや子宮筋腫のこと、性感染症や望まない妊娠についての相談、性についての悩み、月経が来なくなってしまったアスリートたちの相談などにも応じています。避妊や妊娠、性感染症には、女性だけでなく、男性も深く関わっていることから、男性の相談に応じることも決まっています。

スライド 3/22

できることから  
コツコツと！

  
for women's health

謝辞

今日は、一般社団法人東京産婦人科医会学校専門医に関する講習会にお招きいただきましたこと。山田正興会長、ご準備にあたった長岡美樹理事に深謝申し上げます。東京産婦人科医会の益々の発展をお祈りします

ご静聴ありがとうございました

