



新しい“男”の生き方、  
身体から考える。

## ▶京都市からのお知らせ

### 京都市男女共同参画センター ウィングス京都での相談事業

#### 女性相談

**一般相談** 日常生活の中で女性が直面する様々な悩みや問題について、電話相談・面接相談を行っています。まずはお電話ください。相談は無料です。

**面接日時** 平日の月・木・金・土曜日 午前11時～午後6時30分(受付は午後6時まで)  
平日の火曜日 午前11時～午後8時(受付は午後7時30分まで)  
※毎週水・日曜日、祝日及び年末年始(12月29日～1月3日)は休室

**直通相談電話** 075-212-7830 ※面接相談は予約が必要です。

#### 女性への暴力相談(面接)

DVやセクシュアル・ハラスメント、ストーカー等の女性への暴力の問題に女性カウンセラーが助言します。

※上記開室時間内にお電話でお問合せください。

#### 男性相談

##### 男性のための相談(面接)

多様化する社会の価値観の中で、生き方や夫婦の問題、人間関係や職場のことで悩む男性を対象とした相談を行います。

**面接日時** 月4回 土曜日 午後3時～午後6時 ※完全予約制

**対象** 京都市在住・在勤の18歳以上の男性 **相談員** 男性カウンセラー

**内容** 面接による相談 ※要予約

**予約受付時間** 平日の月・木・金・土曜日 午前11時～午後6時30分(受付は午後6時まで)  
平日の火曜日 午前11時～午後8時(受付は午後7時30分まで)  
※毎週水・日曜日、祝日及び年末年始(12月29日～1月3日)は休室

**面接予約専用電話** 075-212-7830

##### 男性のためのDV電話相談

DVから抜け出したいと悩んでいる男性を対象とした相談を行います。

**開室時間** 平日の第2・第4火曜日 午後7時～午後9時(受付は午後8時30分まで)

**直通相談電話** 075-277-1326

**相談員** 男性カウンセラー

**対象** 男性

**内容** 電話による相談

### 男性不妊治療費助成制度

特定不妊治療(体外受精、顕微授精)に係る精巣内精子採取術の男性不妊治療を受けている御夫婦の経済的負担の軽減を目的として、その男性不妊治療に要した医療費の一部を助成する事業です。

#### 1 対象となる治療

健康保険適用外の以下に掲げる医療

- (1) 精巣内精子生検採取法(TESE)又は、その他精子を精巣から採取するための手術
  - (2) 精巣上体内精子吸引法(MESA)又は、その他精子を精巣上体から採取するための手術
- ※ただし、「不妊に悩む方への特定治療支援事業」の指定医療機関において、特定不妊治療を実施する場合に限りです。

#### 2 対象となる方

京都市内の市町村に1年以上住所を有する法律上の婚姻をしている夫婦のうち、京都市内に住所を有している間に男性不妊治療を受けた方

**お問合せ先** 京都市 保健福祉局保健衛生推進室保健医療課(京都市保健所)

**電話** 075-222-3420 **ファックス** 075-222-3416

#### <発行>

京都市文化市民局共同参画社会推進部男女共同参画推進課  
〒604-8571 京都市中京区寺町通御池上る上本能寺前町488番地  
TEL: 075-222-3091 FAX: 075-222-3223  
<http://www.city.kyoto.lg.jp/menu1/category/18-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0-0.html>

#### <企画・編集>

公益財団法人京都市男女共同参画推進協会  
〒604-8147 京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地  
TEL: 075-212-7490 FAX: 075-212-7460  
<http://www.wings-kyoto.jp>



自分の性を、真面目にポジティブに語れる文化を！

NPO法人ピルコン理事長 そめやあすか  
染矢明日香さん

4

不妊治療は男を変える！夫婦も変える！

リプロダクションクリニック大阪CEO いしかわとももと  
石川智基さん

6

ストレスに気づく身体をつくる！

今すぐできる5つのこと

8

「からだ」と「らしさ」は、グラデーションでできている

漫画家 ろくはな  
六花チヨさん

10

男性学からの発信 これからの生き方、これからの多様性

武蔵大学社会学部助教 たなかとしゆき  
田中俊之さん

12

自分の性・身体を知るためのブックガイド

14

京都市からのお知らせ

16

近年、男性の「生きづらさ」という言葉をよく耳にするようになりました。様々なメディアで、男性が男性ゆえに辛くなるという事態が取り上げられています。男性は、就職、仕事、結婚、家庭、子育て、介護などの様々な場面で、「あなたはどうするのか」という選択を突きつけられています。それは逆に言えば、「こうしてさえいれば良い」という答えがもう既に存在しないからかもしれません。

特に男性の働き方について、元アナウンサーの小島慶子さんは、自分の夫が仕事を辞めたときのことを、著書の中で次のように記しています。

「誰だってどんな働き方をしてもよく、それはその人が決めることだと言いたい。(略) こんなふうを考えるようになったのは、自分が大黒柱になってみて、大黒柱として生きることのしんどさと、これまで男性に課せられてきた選択の余地のない人生の息苦しさを思い知ったからです。男に生まれたからには、“働いて、養って、休まない”人生を生きねばならないなんて、理不尽なこと」と。(出典:『大黒柱マザー』小島慶子著)

実際、2013年のデータ(「データブック国際労働比較(2015年版)」)で、週49時間以上働いている男性の割合は、日本では30.5%ですが、イギリスでは17.7%、スウェーデンでは日本の半分以下の10.5%です。また、平成27年度の厚生労働省の調査(出典:「労働経済白書(平成27年度)厚生労働省編)では、子育て世代の30代において、週60時間以上働いている男性が約5人に1人もいるのです。これでは、仕事以外の生き方を楽しむ以前に、考えることすら難しい状況です。

自分自身の生き方を見直そうとすると、いったい、何が手掛かりとなるのでしょうか。趣味、興味のある本、好きな音楽といった自分を取り巻くもので、自分自身が見えてくることもあるでしょう。

そして、そんな自分を創っているものとは何かと考えていくと、「身体」という切り離せない存在に気付くはず。しかし一方で、身体は一番身近であるがゆえに、無視したり、そのサインを見逃したり、ぞんざいに扱ってしまいがちです。特に男性は、自分の身体と向き合う機会が少なく、「自分=身体」とは考えにくいということもあるかもしれません。

そこで、今回は男性の生き方を考える手助けとして、自分の「身体」や「性」について、いつもとは違った目線で捉えるための提案をしています。少し立ち止まって自分自身を振り返りたいとき、積極的になりたいとき、その葛藤にヒントを示してくれるものが、自分自身の身体や性かもしれないのです。

さあ、自分自身に怖がらず近づいてみませんか。その「当たり前」の存在に耳を傾け、踏み込んでみれば、今より楽に、自由になれるかもしれません。

# 自分の性を、真面目に ポジティブに語れる文化を！

主に中高生を対象に、性の健康教育を広めているNPOがある。男女ともにオープンに性について話し合い、自分自身の身体や性を知ること、お互いのことを良く知ろうとする。そのような相互理解を目標にする活動について、染矢明日香さんに聞いた。

## Profile

染矢明日香さん



NPO法人ビルコン理事長。石川県出身。慶應義塾大学在学中にビルコンを設立。「これからの世代が自分らしく生き、豊かな人間関係を築ける社会の実現」をビジョンに、民間企業に勤めながら2013年にNPO法人化。中高生への性知識を伝える講座や一般向けの性教育の勉強会、若者の性行動の研究・調査を行っている。

## 自分の選択に価値を与えるために

NPOの立ち上げは、私自身が大学生の時に経験した中絶がきっかけでした。学校で性教育はありませんでしたが、当時は自分が妊娠するなんて思ってもみなかったし、避妊も相手任せでした。そのとき日本の中絶件数が出生数の5分の1にも及ぶと知り、同じ思いをしている人がこんなにもいるんだと思いました。私が中絶を選択して辛かったとき、親から「自分の選択に対してだけ前向きになれたか、その価値が変わるよ」と言われたのがすごく心に残っていて、私はこのことで学んだことを生かしたいなと思った

んです。また、そういう経験を経て、親にちゃんと感謝しないといけないなと思えるようになりまして、人に流されていうのではなく、自分の人生を主体的に生きよう、自分の身体のことを知ろうという気持ちで、NPOを立ち上げるきっかけになったんです。

## 子どもたちも、性を知りたい！話したい！

中高生のプログラムでは、年齢の近いスタッフからピアエデュケーション<sup>※</sup>という手法で、主に妊娠と性感染症の予防の話や男女一緒に聞いてもらいます。そしてグループになり、性や恋愛について

あってこそ、よりお互いを知ることができると、自分自身も生きやすくなるはず。実際、プログラムを受けた後で、男子から「妊娠、中絶のリスクがすごくあるんだなって初めて分かった」とか、「女子からも、「男子がこんなことに悩んでいることを知れて良かった」という声もある、やはり一緒に聞いたり学んだり、考えたり話し合うことが良い人間関係につながる」と改めて思います。でも、日本では義務教育の中でちゃんと性を学ぶ機会がないですし、性教育についても取り扱って、行政の話題にも上っていない。それで結局、若い人が辛い思いをするというのは、おかしいと思いません。

## 自分の性に不安がある男性こそ、 ポジティブに真面目に性を語ってほしい

親御さんたちの中でも自分が性教育を受けてこなかったで、親になつてどう教えていいかわからないとか、息子の性について父親が関わってくれないという方が多いですね。よくよく話を聞いてみると、親も自分自身の性についてポジティブに捉えられていないというのが根底にあると感じます。中には、私の話を聞くことで子どもと話すことができたという方もいらっしゃるんですが、やはり大多

数の方は、なかなか子どもと話せない。特に男性は自分の性が「これでいいの」という不安があって、他の人と同じで普通だよと言ってももらいたい、というのを感じます。なので、まずは自分自身の性と向き合ってみる、そこからだと思います。自分の性のは自分で管理していいし、それこそマスターベーションで快感を得ることは全然おかしくないという考えが、まだ足りないですね。あと男性は、人前で性について話るとき、下ネタや「エロい」とふざけることが多く、思春期の時も「真面目に性を語る文化がない」と聞きます。例えば、子どもの電話相談では、男子の方が女子より相談が多く、それは性器の悩みやマスターベーションについてだそうです。男子は悩んでいること自体を格好悪いという雰囲気がある、ジェンダーが沁みついていいるのかなと思います。

## 性教育の根底には、 個人の尊重がある

海外の例を見ると、それこそ幼稚園の時から、自分の身体を大事にする、清潔にするということをやちゃんと教えられています。主に西洋圏と日本の違いで言うと、個人の権利をどれだけ尊重し

真面目にオープンに話し合うという体験をしてもらいます。初めは笑ったり、そわそわしてる子が多いですが、10代で妊娠、出産した子、中絶した子のエピソードを紹介すると、すごく真剣に聞いてくれます。同じ世代の子が悩んだり、その子の生活がどうなっていたかということに、すごく関心を持っていますね。

中高生からよく聞かれるのは、「性についてはネットでも調べられるけれど、情報がありすぎてどの情報が正しいかわからない」とか「真面目に知りたいのに、どうしてもエッチな情報にばかりたどり着いてしまう」という声です。男女ともにそれぞれの身体や心のことを知る機会が

ているのかという土壌の違いがあると思います。性の健康も、個人の権利の保障の中に含まれるということが、日本ではないがしろにされていますし、海外だとセクシュアルプレジャー、性的な喜びをどう思春期の子どもたちの性教育で保障していくかという、日本では、大人でもなかなか語れないことにも取り組んでいます。確かに大人も子どもも、男女互いの性について当事者意識を持つことは難しいですし、性についての教育結果というのも見えづらいですが、性について正しく知りたいという需要はすごく感じています。これからはネットを使った啓発や情報を整理して発信できるサイトを作るなど、ボランティアの力を生かして性を知る機会を増やしていきたいです。

※ピアエデュケーション  
学生同士が様々なテーマについて互いに学び合う手法。「仲間（ピア）の教育」

## 著書紹介

『マンガでわかる オトコのコの「性」  
思春期男子へ13のレッスン』  
合同出版

13歳の男子中学生“さっしー”と、悩める男子の解決策を次々と繰り出すあすか先生。二人のやり取りを通して、思春期の性のこと、体や心の変化についての知識や情報を楽しく知ることができる。他にも恋愛や自傷行為、ネットとの付き合い方に至るまで丁寧に取り上げている。もちろん女子も大人も楽しめて、ためになる。



# 不妊治療は男を変える！ 夫婦も変える！

不妊治療を夫婦二人で一緒に受けられる、画期的なクリニックを作った男性不妊の専門医、石川智基さん。大阪・梅田の超高層ビルにある明るい雰囲気のカリニックで、自分の身体に向き合うことや男性不妊に悩む夫婦へのメッセージを聞いた。

**不妊治療で受けるべきは  
ストレスじゃなく、サポートだ！**

不妊治療を受けている女性は大きなストレスを感じていますが、本当はストレスではなくサポートを感じるべきなんです。やはり女性にとって、夫と一緒に来てくれるというのは、ものすごく大きなサポートになっている。それはすごく感じますね。しかも不妊治療は時間がずるずると延びるというのが一番しんどいし、結婚や出産の年齢が上がつてきているから猶予のない人も多い。そんな中で、男性が全然治療に参加せず「自分は仕事があるし、お金は出す」という人が多いん

夫婦同時進行できるし、それが時間の短縮にもつながります。カルテも両方同時に見られるようになっていきます。だから日本の男性不妊の医者では一番女性不妊について詳しいし、この院長は男性不妊について一番詳しい婦人科の医者だと思えます。男性の専門医が片方だけじゃなく、両方を知って知識もあつた上で、夫婦一緒に話をする。それを全くしてなかったのが今までの男性不妊治療で、こういう夫婦一緒に来られるクリニックというのもまだ全国にここだけなんですよ。

それと精液中に精子がない無精子症は、よくある話ということも、もっとオープンにならないといけない。100人に1人、結構な割合です。だから今まで自分が健康体で何の病気もしたことがないのに、いきなりそんなことを言われてショックだったと言われるんですけど、それは普通によくある話です。精巣も臓器の一つなんです。

**ふたりでの治療が、男性を変える！  
不妊治療は夫婦お互いを知る機会**

男性もものすごく変化する人がいます。実際、夫婦一緒に来ると自分も参加しているという意識があるので、男性も自分ができることはないかと積極的になって

ですね。僕は、女性ばかりの家系で育って、だからといって女性の気持ちがかかるわけではないけれども、最近では、働いている女性も非常に多く、女性が社会に進出して頑張っている中で、妊娠は女性にしかできないから、それが幸せと思えるようなことをしないとだめだと考えています。そのためには社会全体を変えなきゃいけないし、社会を変えていくためにはまず僕ら医療従事者ができること、つまり、こういう夫婦二人で受ける不妊治療は海外では当たり前のことだから、その当たり前のことをしようと思ったんです。

きます。それと男性の見栄やプライドは確かに障壁で、最初は恥ずかしいとか、俺は関係ない、俺は大丈夫という思いがあるんですけど、一旦、自分の身体を知ると違います。それは妻が妊娠してからもそうだと思います。自分は全くしんどい思いをしないままに子どもが産まれたのと、不妊治療して自分がちゃんと参加してだと、その後の子どもの可愛がり方が違ってくると思います。

夫婦が一緒になって子どもを持ちたいという同じ目標に向かって走っていくというのは、やはり、お互いを知るいい機会だと思っんです。でもそれがなかなかできない人が多い。それと女性にも、自分だけが悩みを抱えてストレスと感じる必要もないと言いたいですね。夫に問題があるのに、男性のプライドを傷つけてしまっんじゃないかと不妊治療を言い出せない女性がいる。けれど、結婚して年月の浅いところで一番最初に起こった困難な局面かもしれないから、すごくぎくしゃくするんだけど、一緒にやってそれを乗り越えるというかね。治療できることも増えているし、お互い主体性を持つて、当事者意識を持つてほしいですね。

**男性も気負いなく来られる  
理想のカリニックを**

「レディースクリニック」とか「ウイメンズクリニック」という名称だと男性は行きづらい。しかも平日の午前中に会社を休んでまでとなると、なかなか日本の社会ではそれができない。だから、男性も来やすいように、このクリニックは雰囲気明るくして、診療時間も土日や夜もやっています。それと商業施設でやるというのも僕にとっての絶対的な条件でした。診療が終わった後に夫婦と一緒にご飯を食べたり、遊んだりして帰れますよね。ここでは初診の時から治療は

**自分の身体を知るといのは、  
自分のルーツを知ること**

一番伝えたいことは、やはりまず自分を知らないといけないということ、自分のルーツを知ること。自分の身体は一体どういう仕組みでできているのか、それを知れば、親への感謝とか、妊娠、出産という奇跡で自分は今、ここにいるんだとか、自分がこの社会の中で何か還元できることはないかというところまで考える機会になるんです。不妊治療ひとつでも、そうやって自分の起源を知ること、その後の人生にだいぶ違いが出てくるかなと思います。不妊治療から見えてくるものって多いんです。

## 著書紹介

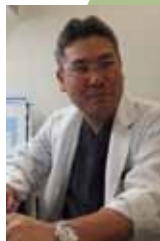
『男性不妊症』

幻冬舎新書

不妊の原因の半分は男性にある！男女ともに不妊治療をすすめていくための、最先端の男性不妊治療と精子の基礎知識が紹介されている。不妊という治療の視点からだけでなく、男性が生殖や精子について理解を深めることは自分自身を知ることになる、そして女性も男性の身体を知ること互いの関係はもっと良くなる、深くなるはず。



いしかわとももと  
石川智基さん



リプロダクションクリニック大阪 CEO。兵庫県出身。2000年神戸大学医学部卒業後、米国ロックフェラー大学、コーネル大学にて最新の男性不妊治療研究、治療を学ぶ。その後、神戸大学病院、蒙州モナッシュ大学を経て、2013年大阪・梅田グランフロントに男性不妊と女性不妊を同時に診療できる不妊専門クリニックを開院。

## 働くあなたの疲労蓄積度チェックリスト

### 自覚症状

最近1箇月間の自覚症状について、それぞれ、最も当てはまる項目をチェックしてください。

	ほとんどない(0)	時々ある(1)	よくある(3)
1 イライラする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 不安だ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 落ち着かない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 ゆううつだ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 よく眠れない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 体の調子が悪い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 物事に集中できない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 することに間違いが多い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 仕事中、強い眠気におそわれる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 やる気がでない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 へとへとだ(運動後を除く)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 朝、起きるとき、ぐったりした疲れを感じる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 以前と比べて、疲れやすい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

それぞれの答えの( )内の数字をすべて加算してください。

### 判定

あなたの疲労蓄積度の点数は  点

点数	疲労蓄積度
0～4	低いと考えられる
5～10	やや高いと考えられる
11～20	高いと考えられる
21以上	非常に高いと考えられる

疲労蓄積度が5点以上の人は、勤務状況を見直すことが大切です。長時間労働や不規則な勤務など、個人の裁量では解決できない難しい問題があれば、上司や産業医に相談して勤務状況を改善するようにしましょう。疲労が蓄積すると心身の健康状態の低下を招き、健康障害を引き起こすことがあります。疲労の蓄積を防ぐために働き方と休養について改善を心掛けてください。また必要に応じ、産業医や医療機関などへの相談・受診をお勧めします。時間外労働時間が月45時間を超えているような場合は、疲労蓄積を招きやすくなりますので、労働時間の短縮を検討してください。

参考：『心が折れそうなビジネスマンが読む本』中森勇人著 吉岡俊介監修  
参考：厚生労働省「労働者の疲労蓄積度自己チェックリスト」

## 自分を変えたい あなたに

# ストレスに気づく身体をつくる！ 今すぐできる5つのこと

参考：『産業カウンセラーが教える「つぶれない働き方」の教科書』吉岡俊介著

## 01 息を吐く

「肩の力を抜いて」とよく言われますが、ストレスを感じているときには難しいもの。だからまずは、両手をだらりと垂らすようにして、はっと息を吐いてみましょう。感じたストレスを身体の中から吐き出してしまうような感覚です。これで不安・緊張・怒り・恐怖を感じると興奮する「交感神経」を鎮めることができます。緊張した場面でも条件反射でできるよう、繰り返し息を吐いてみましょう。

## 02 食事を気づかう

うつ病に関係している脳内神経物質に「セロトニン」があります。セロトニンが増えると落ち着いた気分になり、不足すると疲れやすい、暗い気持ちになる、イライラするという心身の不調が現れると言われていました。セロトニンは食事でしか摂れないものですが※1、よく噛んでゆっくり食べること、太陽の光を浴びること、一定のリズムで筋肉を動かすことでも活性化します。

※1 セロトニンを作るために必要なのは3つの要素。「トリプトファン」(大豆製品、乳製品、ナッツ類、卵)「ビタミンB6」(赤身の魚、玄米、生姜、ニンニク、唐辛子など)「炭水化物」(白米などの穀類、イモ類、麺類)

## 03 アナログな時間を持つ

休みが取りづらい時、コーヒーを飲みながらボーッとする、遠くの景色を見る、とにかく歩いてみるなど、「何もしない時間」を作ってみましょう。このとき大事なのが、不安・緊張・怒り・恐怖を感じると興奮する「交感神経」を刺激してしまうパソコン・スマートフォン・携帯電話を見ないこと。他にも料理や弁当作りなどの手作業も、気持ちを切り替える良い方法です。

## 04 横になる

イライラしたり、落ち込んだ時は「早く帰って寝てしまおう」こともお勧めです。「ぐっすり眠らないといけない」「8時間も取れない」と思う必要はありません。心身を休ませることが大切です。

また、リラックスできる簡単なヨガのポーズもあります。仰向けに寝て手のひらを上にし、脇を40度くらいに開きます。足は肩幅程度に広げ、軽く目を閉じそのままゆっくり腹式呼吸をします※2。そのまま眠っても大丈夫です。

※2 腹式呼吸とは、仰向けでお腹を上を持ち上げるようにして息を静かに鼻から吸い込み、お腹を静かに引っ込め鼻から息を吐く呼吸法。このとき息を吸い込んだ時よりも2倍程度長い時間をかけて吐き、これを繰り返します。

## 05 相談する

ある報告書で※3「悩みがあったら、気軽に誰かに相談するほうである」という調査項目に対し、肯定した男性は約17%。また、「男は弱音を吐くべきではない」という項目には4割以上が肯定、「家族のために、仕事は継続しなくてはならない」という項目では8割近くが肯定という結果が出ています。誰にも気持ちを吐き出せず、一人で悩みを抱え込み働き続ける男性の姿が見えてきます。親しい間柄だからこそ話せないこともあるでしょう。そんなときは、お近くの「男の悩み相談室」に電話してください。

※3 『男性にとつての男女共同参画』に関する意識調査報告書 内閣府(2012年実施)

# 「からだ」「らしさ」「は、 グラデーション」でできている

漫画家六花チヨさんが、IS（インターセクシュアル）※をテーマに「コミックを描き始めたのは2003年。非常に難しいテーマを当事者への丁寧な取材を通して描きあげた。コミックという表現を通してこそ見えてきた、社会にある「当たり前」の「男性」、「女性」のカテゴリーについて聞いた。

## Profile

ろくはな 六花チヨさん



19歳の時より漫画を描き始め、24歳の時にデビュー。2003年、IS（インターセクシュアル）を題材とした短編、その後、長編が講談社コミック「Kiss」にて掲載され、足掛け6年、全17巻の長期連載となった。2007年には第31回講談社漫画賞少女漫画部門受賞。2011年にはテレビドラマ化され注目を集めた。現在、「結婚」をテーマに構想中。

## 当事者じゃないからこそ、描けた

ISについて当事者やご家族の方が書かれた本を読んで、読後感が辛かったです。同時にこの辛さを前面に出して、興味ない人が読むとされているのかなという疑問もありました。興味ない人に読ませて知ってもらう、理解してもらうところが大事なのに、ほとんどの人が拒否反応を示すだろうと感じたんです。だからこれを描けるのは当事者以外の人しか無理かもしれないし、ISについて知ってほしいという私自身の欲ではなく、広く知ってもらおうとするなら、この方法だろうと思います、「ミックとして娯楽とし

て楽しめるギリギリの線を考えて描きましたね。

私が漫画を描き始めたころは性分化疾患という言葉すらなくて、当事者もどこに相談していいか、医療者もどういう方法で診察したらいいかも分からない状態でした。2011年にコミックがドラマ化された頃に、性分化疾患の治療のガイドラインができて、それまで漫画を使って世の中に認識もしてもらって、ちょっとでも当事者の方が自分自身を説明する負担が減ったと聞いて、私も役に立ったかなと思いました。

かったです。だから、自分の子どもは残せなくても、主人公のようになりたいて思わせるくらいまで超前向きな子を描いていかないと、読者にも当事者の方にも残るものも返ってくるものもないなと思っていましたね。

## 男女というカテゴリーが押し付けるもの

私が取材をしていて、社会的に「女性」、「男性」というカテゴリーがなければ、このままの身体で生きたいというのはよく聞きました。でもカテゴリーがあって、このままの身体では生きにくい。例えば、男性側で生活している方で看護師さんなんですけど、もともと女性の戸籍の方で胸があるんですね。で、「そんな男が女かわからないやつには治療して欲しくない」と患者さんから言われてしまっ。だから、身体にメスを入れるし、それによって仕事も中断するし、体調が悪くなることもある。「魔法みたいに無くなるなら、（未分化という身体を）無くしてほしい。でもこのままで許されるんだったら、このままでいい」と。それは自分の身体に違和感があるんじゃないかと、社会に合わせてるんです。当事者の方全員が全員ではないけど、そういう意見を多く聞きました。

## そびえていた男女の壁は、 案外低い

男女ってというのは、私の中では明確な境界線があって、それは飛び越えられない堀みたいなものだったんです。それを基に男女の役割があって、絶対に男性は子どもを産めないし、女性は男性のように筋力はないと。なので、社会的に女性が認められたからと言って、その変えられない部分がある限り、女性は子どもを産むべきとか、働かないのは男性ではないという考えは揺るがないような気がしていました。でも、そのどちらにも分化できない方を間近で見るときに、女性の中にも色んな女性がいて、男性の中にも色んな男性がいて、本当にグラデーションみたいにどちらの要素も持っている方もいて、私の中でそびえていた男女の壁は案外低いのかな、越えてもいいのかなと、ふっと受け入れられたんです。

全員が全員、女性らしいこと、男性らしいことを好むわけではないということは、自分自身を縛っているものがちょっと緩

## 自分の身体に違和感を「持たされている」ということ

一番印象に残っているのが、取材後、当事者の方に「さっき、色々話をさせてもらったけど、結局、私たちは淘汰される人間だと思えます」って笑いながら言われたことでした。「だから自然界にいたら子どもも残せないし、消えてなくなる存在で、何の意味もないのかもしれないね」って。私は何も答えられなくて「そうではないですよ」とか、そんな安っぽい言葉はかけられなかった。でもそれを聞いて、「意味がないということはない。意味があるとしたらこうじゃないのか」という答えを、読んでいる人に提示した

むと言えはいいのでしょうか。だから子育てや介護、家事を通じて、「らしさ」の中で孤独になっていく人もいるし、「あるべき姿」に必要以上に縛られてる、がんじがらめになっている人もいると思うので、みんなを楽にするという意味でも、多様性って当事者だけの問題じゃない気がするんです。

※IS（インターセクシュアル）  
現在は、性分化疾患（通常は男女どちらかで統一される性器や性腺、染色体の性別があいまいだったり、一致しなかったりする疾患の総称。70種類以上あり、2000人から4500人に一人産まれるとされる）という用語で統一されている。

### 著書紹介

『IS ～男でも女でもない性～』

講談社コミックス

主人公の星野春（はる）は医学的に男女両方の特徴を持って産まれる。不安定な心と健康、そして社会からのまなざしと様々な問題を抱えながらも、家族との絆、恋愛、友情を通して前向きに成長する姿を描き、多くの人がその存在を知るきっかけとなった。



©六花チヨ / 講談社

# 男性学からの発信 これからの生き方、これからの多様性

男性だからこそ抱えてしまう問題がある。それを研究する男性学が今、注目を集めている。女性学から生まれた知を、積極的に社会に還元していこうとする若手研究者、田中俊之さんに、現代を生きる男性の生き方について聞いた。

## 今、注目が集まる男性学とは

僕が研究している男性学という分野では、当たり前を疑うんですね。例えば、男と女と二つに分けて社会を回しているところに、その分け方が乱暴すぎるんじゃないかと物申ししている。例えば、閣僚に女性をという話で、少子化担当大臣等いかにも「これは女の役割」というものに就くとか、役職でも「女性ならではの細やかな気遣いで」という発言には、女性側から異議申し立てを行う勢力が一定程度あり、研究成果も出ているんですね。ところが、僕が教えている学生からは、「思ったよりジェンダー論（男性学

や女性学の専門分野）ってフラットなんだ」という感想が来たりします。要するにジェンダーという問題は、偏っている。フェアじゃないというのが若者の認識なんです。もちろん、わざと偏って、今まで見えてない問題をあぶり出したという功績はあったし、70年代、80年代を通じて社会は確かにそれで動いた面もありました。でも性別に関わらず、男性、女性両方に光を当てないと女性の問題も解決しないんですね。男性の長時間労働を解消しなかったら、女性の社会進出もないし、男性の家庭、地域への参画もあり得ない。また標準家族モデルにあてはまらない多くのシングルにも目を向けなきゃ

いけない。その中で、男性学というのは男性ゆえの問題に光を当てるということをしているんですね。

## 仕事中心の生き方しか選べない男性

学生に調査すると、プロポーズや告白は男性からして欲しいと答える女子学生が多いですね。そこで僕が、それはできる能力がある人、ない人がいるという話をする時、「向上心がないのは嫌だ」と言う女性が必ずいる。ただそこで言う「向上心」というのは、例えば子育てや地域活動を頑張るとかじゃないんですね。要するに男性が「企業における出世競争みたいなものに興味がない」とか、「男でも

一般職でもいい」と言うと、そこに「向上心がないと私は感じる」と言うんですね。男性も同じように思ってしまうが違います。例えば「あのお父さん、イクメンでいいよね」というのは、その人が無職だったらダメで、「立派に」お認めされている上でイクメンだと素晴らしいんです。だから男性は、フルタイムで40年ノストップで働かなきゃいけないという働き方を辞める、降りるという選択肢がない中で、働かなければならない。これはとても重いことですし、拙書『男がづらいよ』では、男性のこれまでのそういう仕事中心の生き方に限界があるんじゃないかという問いかけをしています。実際、今は社会の変わり目でもあると思いますし、特に20代、30代は何かおかしいと思っている人が増えたように感じますね。

## 思い通りに行かない葛藤に力を与えたい

ジェンダーを考えると、例えば学生にとって結婚は、何となくいつかは自分もするもの、しなければ恥ずかしいに違いないくらいの発想です。でも現実には今の20代後半や30代前半は結婚していない人が多いので、そこで思っていたイメージと違うと気付くと思うんです。それがジェンダーというもので、男ってこ

## 男性も自分の中に多様性があることを知る

やはり、人間って相手を枠にはめようとしてますが現実はずう。同じことに対しても違う感じ方をしたり、意見や価値観が変わることもある。だから自分の中の多様性を認める、理解することができれば、他人が色々あることに寛容になる

うだ、女ってこうだ、人生ってこう進んでいくんだと思っていたものが初めて大きくずれる。そこで初めて葛藤を経験する人たちに、具体的には「シングルでも間違っているわけではない」とか「子どもができないこともあります」とか、セクシュアルマイノリティの方もいるので、「同性愛が気持ち悪いみたいなことを言うのはどうなんだ」と伝える。そこで「当たり前を疑う」ということに、ピンと来るんじゃないかなという気がするんですね。これまで女性学、男性学からは、「これでいいのよ」と葛藤を抱えている人に対して自己肯定感を与える、あなたが置かれている現状が間違っているわけではないと言いつつきた。だから、これからは男性だろうが女性だろうがセクシュアルマイノリティであろうが、エンパワメント<sup>※</sup>していくメッセージをどんどん発することがとても重要だと思えますね。

## 田中俊之さん



武蔵大学社会学部助教。主な研究分野は社会学・男性学・キャリア教育論。著書に『40男』はなぜ嫌われるか』（イースト新書）『男性学の新展開』（青弓社）『大学生と語る性』（共著 見洋書房）『ソシオロジカル・スタディーズ』（共著 世界思想社）『揺らく性/変わる医療』（共著 明石書店）など。

## Profile

## 著書紹介

『男がづらいよ  
絶望の時代の希望の男性学』  
KADOKAWA

多くの男性が抱える「生きづらさ」がなぜ起こるのか、そして、これから男性が希望を持って生きやすくなるための様々なアイデアを解説。マスコミやメディアが取り上げるジェンダー像に言及しつつ、ユーモアとシニカルさを盛り込み、読みやすい工夫が多い。男性にとっては、厳しく課題が示されているがエールを送る1冊である。



※エンパワメント  
力をつけ連帯して行動することによって自分たちの置かれた不利な状況を変えていこうとする考え方

## 自分の言葉で性を語ろう

Book



ジェームズ・ドーソンの下半身入門  
ジェームズ・ドーソン著  
太郎次郎社エディタス



男子の性教育  
村瀬 幸浩 著  
大修館書店



男子の貞操  
坂爪 真吾 著  
筑摩書房



はなそうよ!  
恋とエッチ  
すぎむら なおみ+えすけん 著  
生活書院

## 身体が気づかせてくれること

Book



男もつらいよ!  
男性更年期  
石蔵 文信 著  
ソシム



タネナシ。  
ダイヤモンド☆ユカイ 著  
講談社



ヒキタさん!  
ご懐妊ですよ  
ヒキタ クニオ 著  
光文社



不妊治療、  
やめました。  
堀田 あきお&かよ 著  
ぶんか社

## 性の“常識”を見つめ直してみる

Book



境界を生きる  
毎日新聞「境界を生きる」  
取材班 著  
毎日新聞社



『性別がない!』  
ということ。  
新井 祥 著  
ぶんか社



性別なんて  
決められない!  
矢吹 レオ 著  
竹書房



セクシュアル  
マイノリティ  
セクシュアルマイノリティ  
教職員ネットワーク編  
明石書店

## 自分の中の多様性に気づくために

Book



新しいパパの  
働き方  
NPO 法人ファザーリング・  
ジャパン 著  
学研教育出版



オランダ流ワーク・  
ライフ・バランス  
中谷 文美 著  
世界思想社



産業カウンセラーが  
教える「つぶれない  
働き方」の教科書  
吉岡 俊介 著  
彩図社



仕事と家族  
筒井 淳也 著  
中央公論新社

# 自分の性・身体を知るためのブックガイド Book Guide

これらの資料はウィングス京都図書情報室で借りることができます。



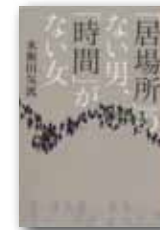
減速して生きる  
高坂 勝 著  
幻冬舎



主夫になって  
はじめてわかった  
主婦のこと  
中村 シュフ 著  
猿江商會



<40男>は  
なぜ嫌われるか  
田中 俊之 著  
イースト・プレス



「居場所」のない男、  
「時間」がない女  
水無田 気流 著  
日本経済新聞出版社

Book

ウィングス京都  
図書情報室

【利用時間】平日 10時30分～20時30分、日祝日 10時30分～17時  
【休室日】水曜日、12月29日～1月3日、特別整理期間  
【住所】〒604-8147 京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262  
京都市男女共同参画センターウィングス京都1F  
【TEL】075-212-0606