

<連続勉強会：「国難」のなかのわたしたちのからだ> 第1回  
書き換えられる女のからだ——またも改ざん？  
「女性の年齢と卵子の数の変化」グラフとその言説の検証

# ライフプラン冊子には 何が書いてあるのか

田中 重人 (東北大学)

<http://tsigeto.info/18y>

(自治体資料集：<http://tsigeto.info/18n>)



# 問題意識

専門家に対抗するための

「常識」の強化

# 2015 副教材問題

## 副教材のメッセージ

- **ライフプラン**が大切
- **子供**は生きがい・喜び・希望
- **結婚の遅れ** → **不妊**

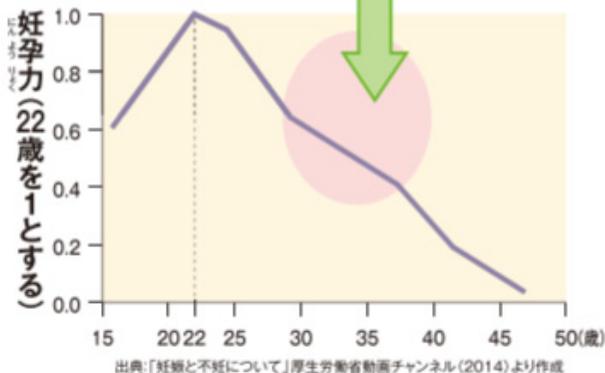
# 「妊娠・出産」には 適齢期ってホントにあるの？



生物学的に、「妊娠・出産」に適した時期はあります。



年齢が高くなると、妊娠・出産する能力  
(妊孕力)が低下します。



奈良県 (2015) 『今 伝えたい!! 将来のあなたへ』  
<http://www.pref.nara.jp/secure/139347/マイライフプラン冊子.pdf>

# 「妊娠・出産」には 適齢期ってホントにあるの？



「妊娠・出産」に適した時期はあります。



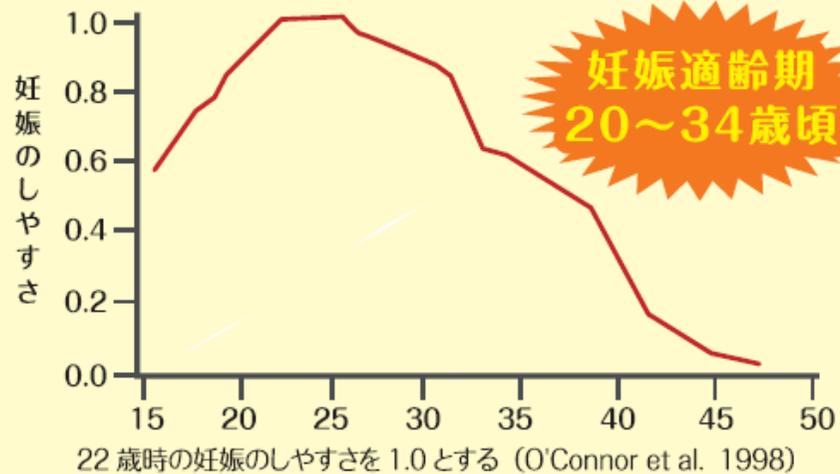
年齢が高くなると、妊娠・出産する能力  
(妊孕力)が低下します。



※妊孕力(にんようりょく)…妊娠・出産する能力

奈良県 (2015) 『今 伝えたい!! 将来のあなたへ』 第2版 (12月)  
<http://www.pref.nara.jp/39551.htm>

# 妊娠・出産について



妊娠適齢期  
20~34歳頃

女性にとって妊娠に適した時期は20代であり、30代から徐々に卵子の老化が始まり妊娠する力が下がり始めます。

一般に、40歳を過ぎると妊娠は難しくなります。

一方、男性も、年齢が高くなると妊娠に関わる精子の数や運動率が下がり始めます。

高知県 (2016) 『思春期ハンドブック』 (改訂版)

[http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/files/2012112100125/shisyunki\\_handbook.pdf](http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/130401/files/2012112100125/shisyunki_handbook.pdf)

## MEMO 妊娠・出産には“適齢期”があります。

妊娠する力(妊よう性)は30代から徐々に弱くなります。

女性の妊娠のしやすさの年齢による変化

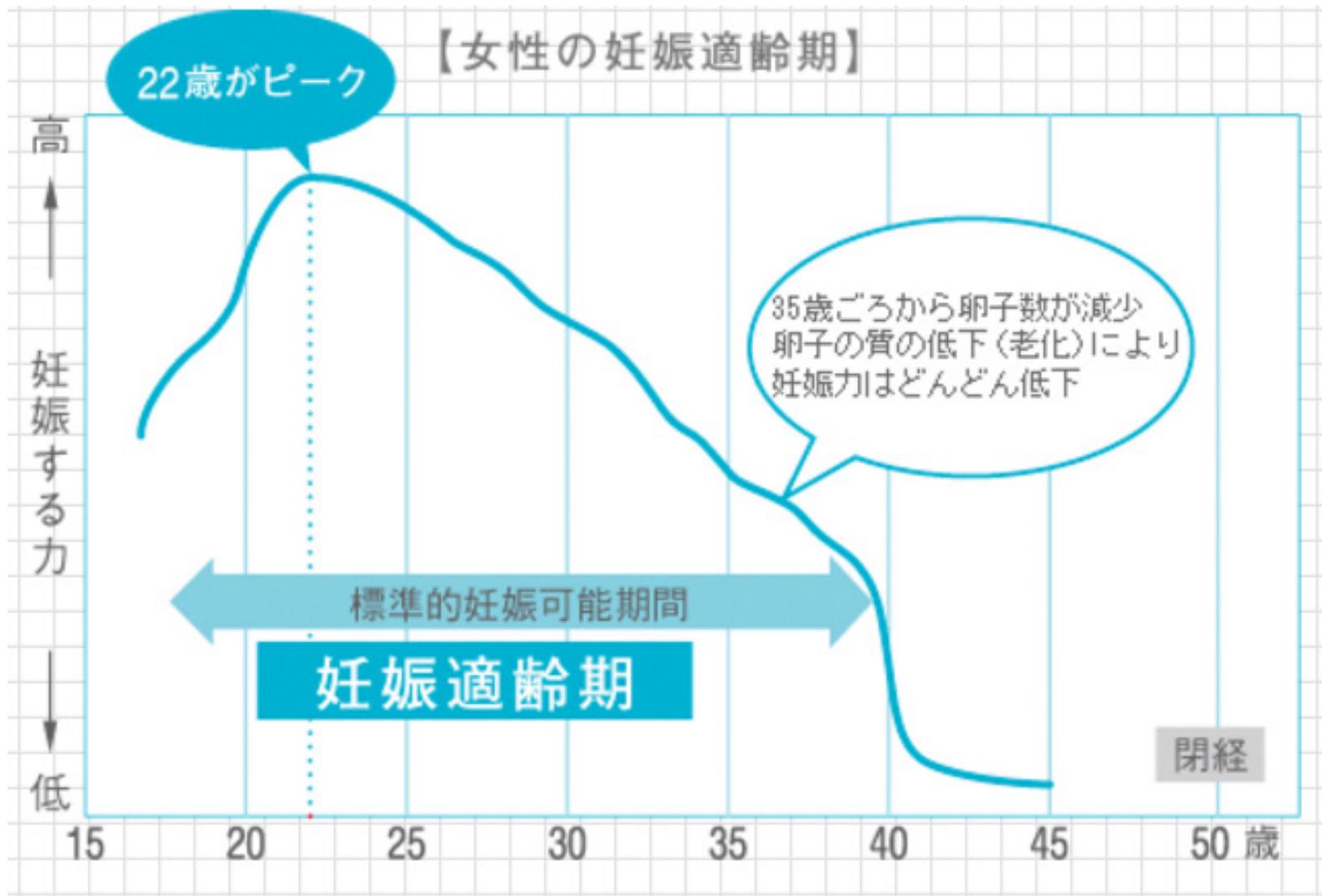


22歳時の妊娠のしやすさを1.0とする 出典:「健康な生活を送るために(高校生用)」(文部科学省)

妊娠する力は20代が高く、30歳を超えると緩やかに、そして37歳前後から急激に低下して、だんだんと妊娠しにくくなっていきます。一般に、40歳を過ぎると妊娠は難しくなります。一方、男性も、年齢が高くなると妊娠に関わる精子の数や運動率が下がり始めます。

鳥取県 (2017) 『LIFE IS DESIGN 自分の未来を自分で描くために: 考えてほしいあなたの将来について』

[http://www.pref.tottori.lg.jp/secure/249461/1life\\_is\\_design.pdf.pdf](http://www.pref.tottori.lg.jp/secure/249461/1life_is_design.pdf.pdf)



三重県 (n.d.) 「将来のために知っておきたい妊娠のこと」

<http://www.pref.mie.lg.jp/D1KODOMO/sisyunki/000125751.htm>

# ライフプラン冊子とは

妊娠や出産の知識を身につけさせる狙いで  
自治体が出している情報

# 地域少子化対策強化交付金 (2013-)

## 3 事業内容

### (1) 普及啓発媒体の作成

若い世代が妊娠・出産について理解し自ら考え行動することができるよう、学校等における健康教育で活用するための普及啓発媒体を作成する。

作成にあたっては、保健師、助産師等の専門家にも携わってもらい、連携構築にも資するものとなる。

ア 作成部数：健康マイプランテキスト（ライフプラン編）50,000 部

イ 配布対象：高校生

ウ 内容：妊娠・出産に関する正しい知識、女性のからだと妊娠、望まない妊娠のリスク、高年齢妊娠・出産のリスク、卵子の老化、男性不妊、ライフプランニングの進め方等について

兵庫県 平成 26 年度地域少子化対策強化交付金事業 別紙 補足資料 (p. 4)

<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf11/documents/h26hosoku.pdf>

# 収集状況

## 30 都道府県：

北海道， 秋田， 山形， 福島， 茨城， 群馬，  
千葉， 東京， 神奈川， 富山， 山梨， 長野，  
岐阜， 静岡， 愛知， 三重， 奈良， 鳥取，  
岡山， 広島， 山口， 徳島， 愛媛， 高知，  
福岡， 佐賀， 大分， 鹿児島， 新潟\*， 埼玉\*

\*： 小規模なウェブサイト。

<https://ameblo.jp/lifedesignstructure/> などの情報を参考にした

## 17 府県で未発見:

兵庫?, 熊本?, 青森, 岩手, 宮城, 栃木,  
石川, 福井, 滋賀, 京都, 大阪, 和歌山,  
島根, 香川, 長崎, 宮崎, 沖縄

?: 作ったという記述はある。

# 形態

- 冊子
- リーフレット
- ウェブサイト
- DVD, 動画
- スマホアプリ

**想定読者層:** 中学生～若者、カップル

**用途:** 講演などでの使用

# 作り手

- 自治体
- 医師会、産婦人科医会、助産師会、専門家
- イベント会社、NPO
- イラストレーター、漫画家

# テーマと構成

- 生殖・妊娠
- その他の健康情報
- ライフプラン
- 平等
- 地元の産業や魅力
- 婚活
- 自治体の制度やサービス
- 人口動態

- イラスト + グラフ + 写真 + 文章説明
- 文章中心
- 漫画

- 書き手 → 読者
- 専門家キャラ → 読者
- 教師キャラ → 生徒キャラ
- 主人公の自己探求

# 定番アイテム

- ライフプランシート
- 年齢 — 妊孕力
- 不妊治療成績
- 卵子の数
- ホルモン
- 「卵子」の表象

● 将来設計図を作ってみましょう

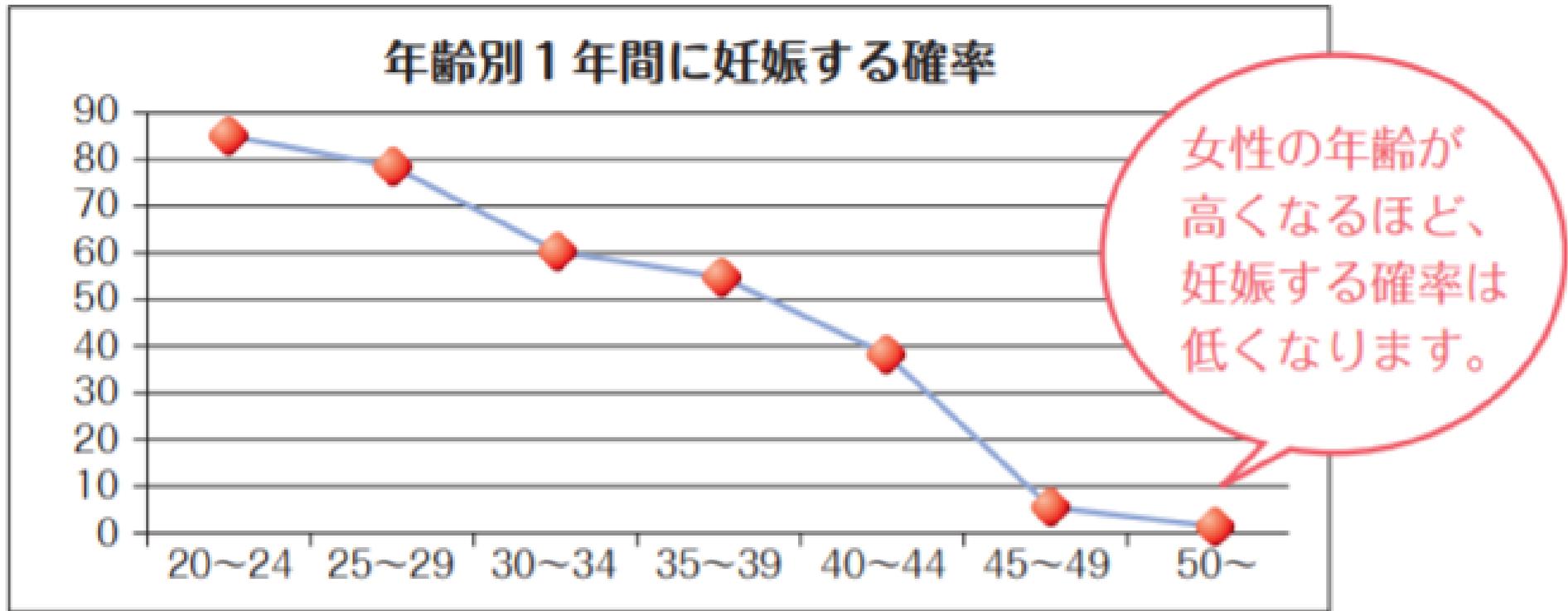
年 組 氏名:

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代以降
学校 仕事							
家庭 家族							
趣味 スキルアップ							
社会活動							

福岡県 (2017) 『My Life Design』  
<http://www.pref.fukuoka.lg.jp/uploaded/attachment/28276.pdf>



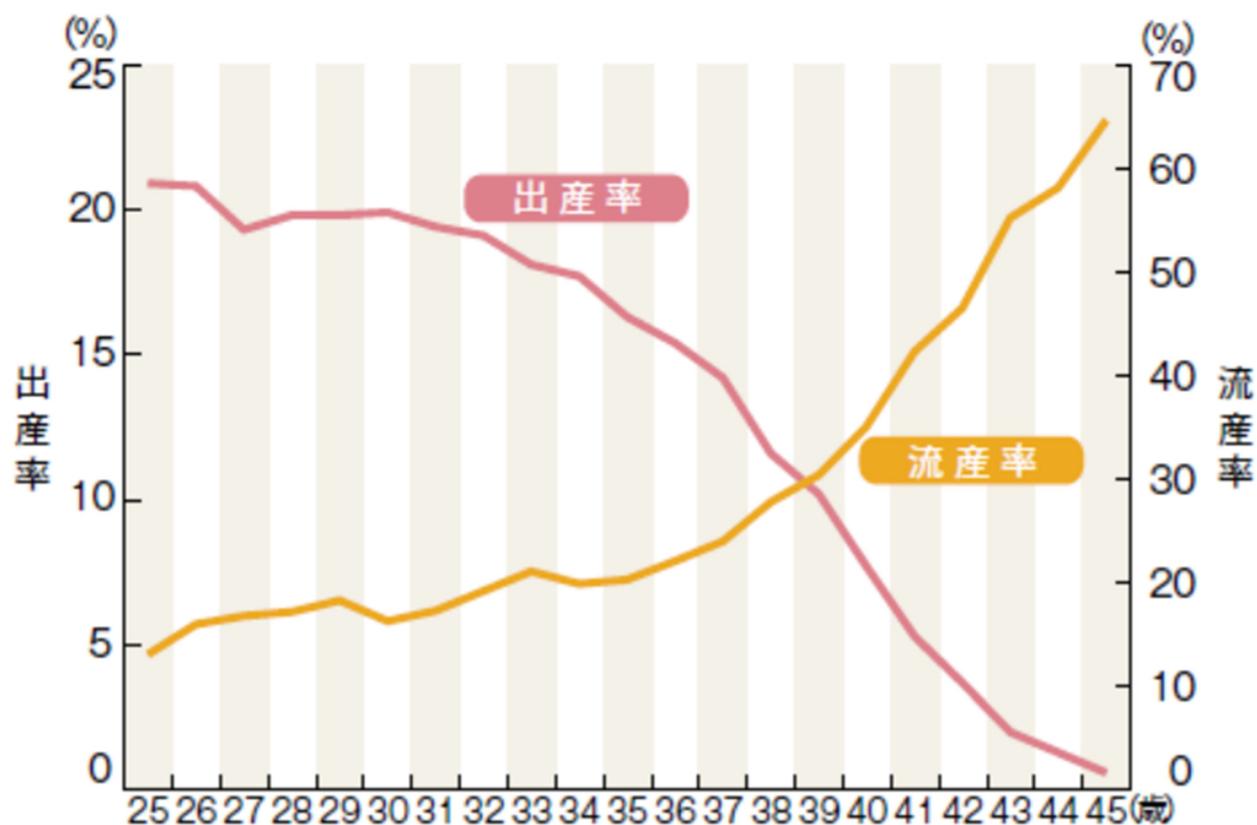
長野県 (2015?) 『健やかな妊娠&出産サポートBOOK』  
[https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/boshishika/documents/tekisuto\\_1.pdf](https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/boshishika/documents/tekisuto_1.pdf)



鳥取県 (2010) 『女と男の幸せガイド: 健やかなパートナーシップをめざして』

<http://www.pref.tottori.lg.jp/secure/531020/otokotoonna.doc.pdf>

## 7 不妊治療における年齢別の出産率と流産率



日本産科婦人科学会2010年データをもとに厚生労働省政策統括官付政策評価官室作成  
資料：平成25年版厚生労働白書

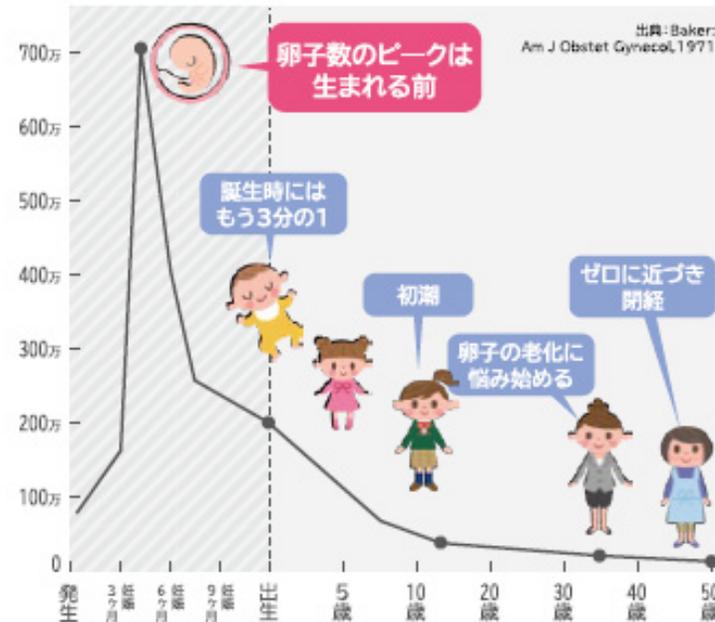
秋田県 (2017) 『考えよう ライフプランと地域の未来』 p. 20

[http://common3.pref.akita.lg.jp/babywave/n\\_img/editor/files/fukudokuhon/H29/resize150H29\\_syoushika-21.pdf](http://common3.pref.akita.lg.jp/babywave/n_img/editor/files/fukudokuhon/H29/resize150H29_syoushika-21.pdf)

聞いてびっくり!!!

## 卵子の数のピークは胎児の頃!

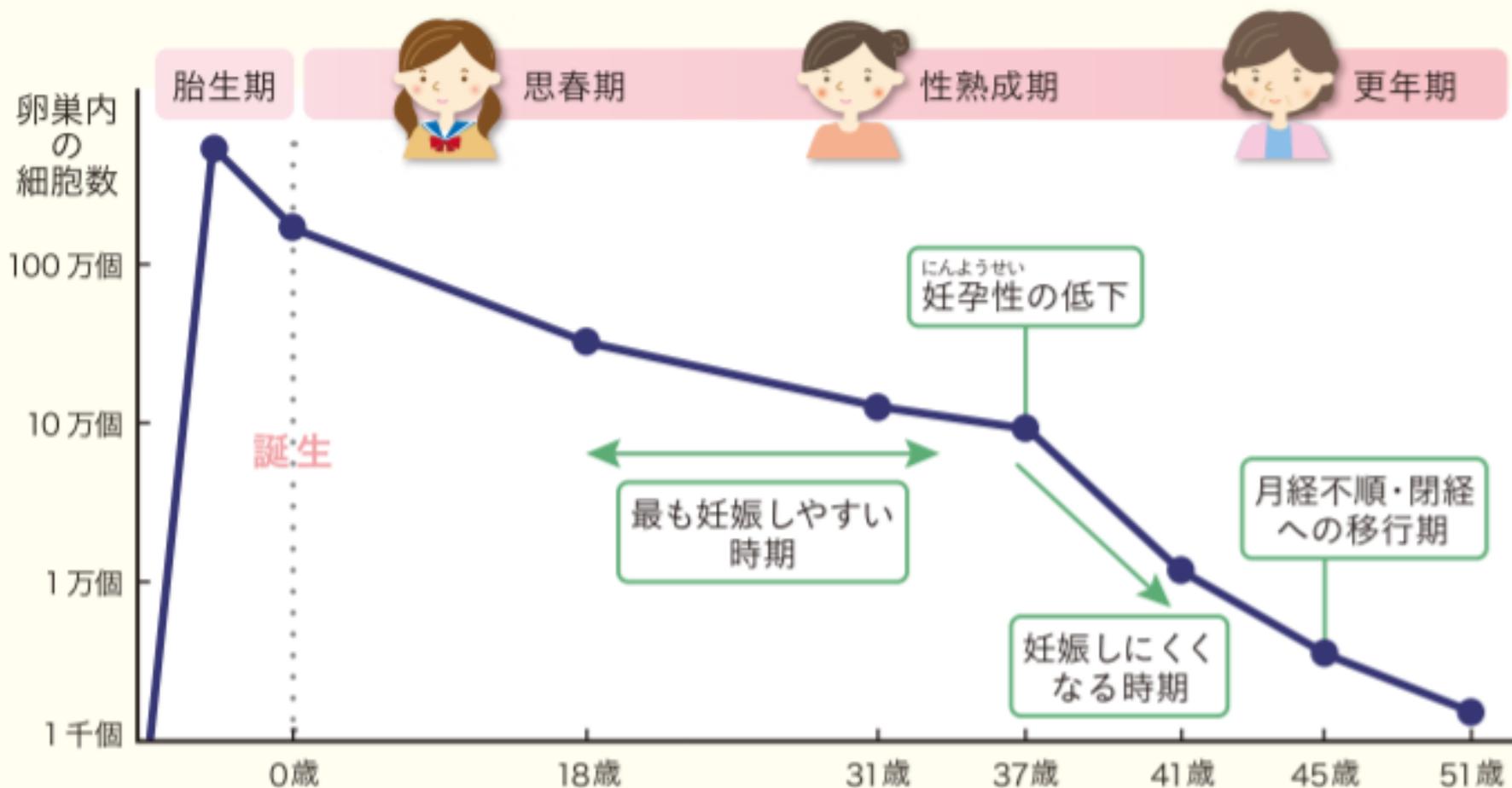
卵子の数のピークは胎児のころ、母親のお腹の中にいるときです。出生時には体内に約200万個の原始卵胞をもっていますが、毎月約1,000個ずつ減っていきます。



岡山県 (n.d.) 『年齢と卵子や精子のかんけい』

[http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/514246\\_misc1.pdf](http://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/514246_misc1.pdf)

## ■ 女性の年齢の変化による卵子の数の変化

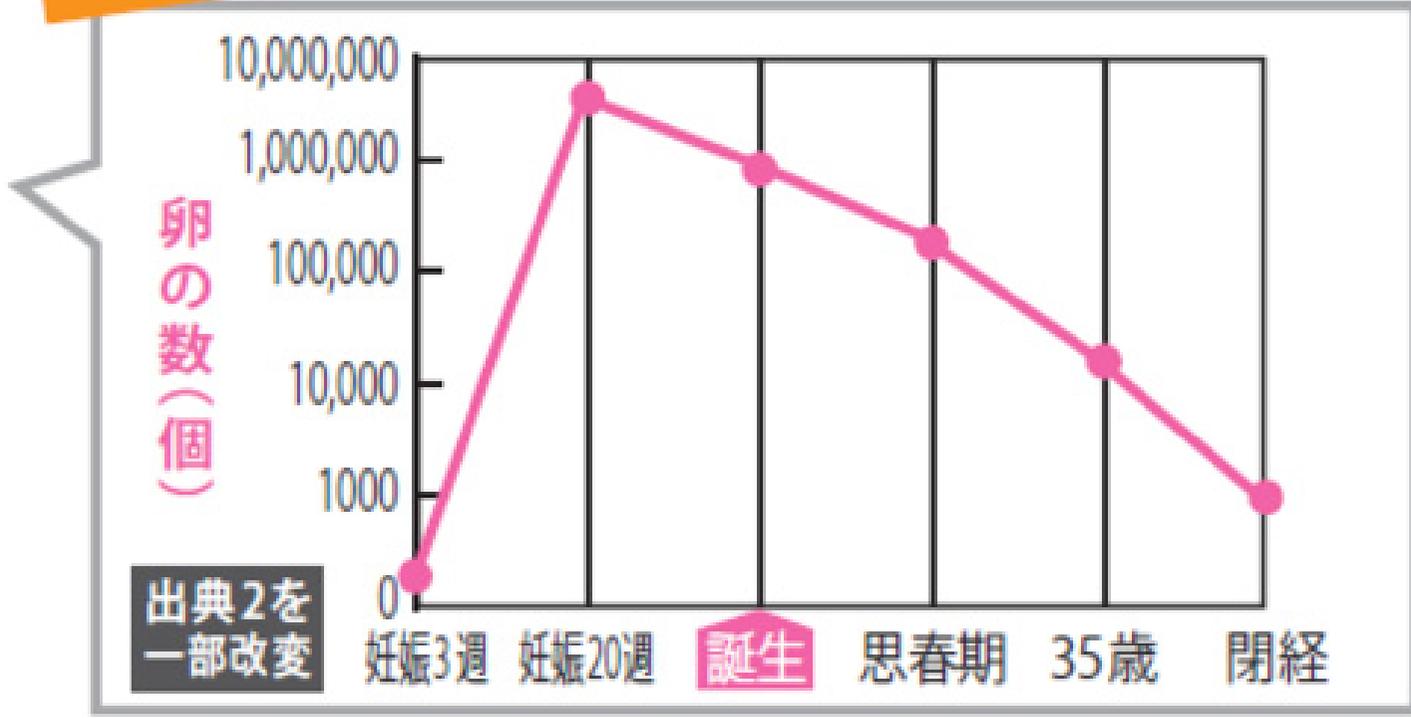


資料 : Faddy. et.al. 1992 and te Velde and Pearson. 2002

富山県 (n.d.) 「自分自身のライフプランを考えよう！」

[http://www.pref.toyama.jp/sections/1205/mie.net/images/mie\\_lifeplansheet.pdf](http://www.pref.toyama.jp/sections/1205/mie.net/images/mie_lifeplansheet.pdf)

ご存知ですか？



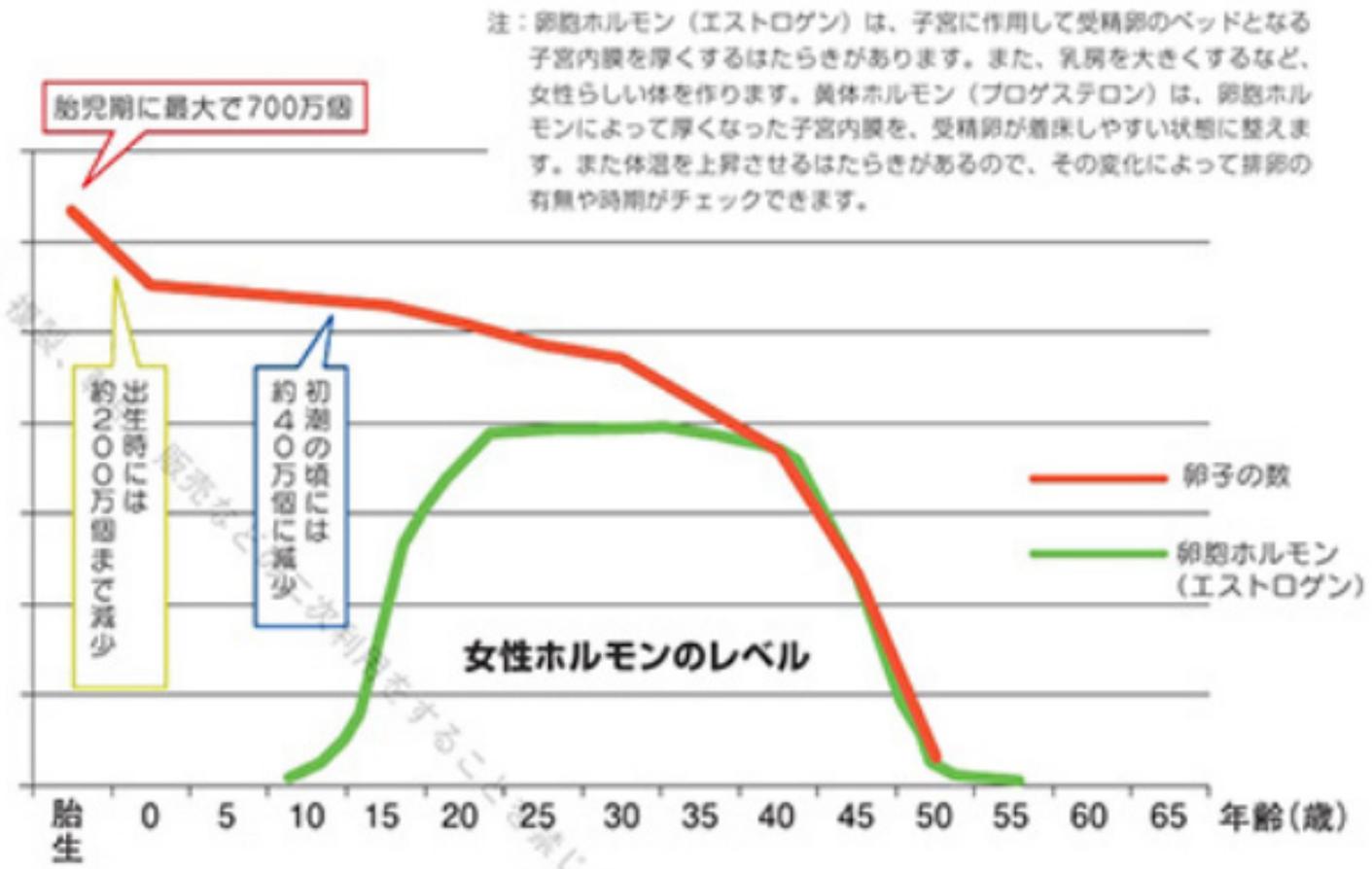
出典2を一部改変

出典2：「たまごは、待ってくれません」（原 鐵晃）

広島県 (2016) 「今から考えてみませんか？妊娠・出産のこと」

<http://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/248/ninsinsyusan.html>

女性が持つ卵子の数(個)

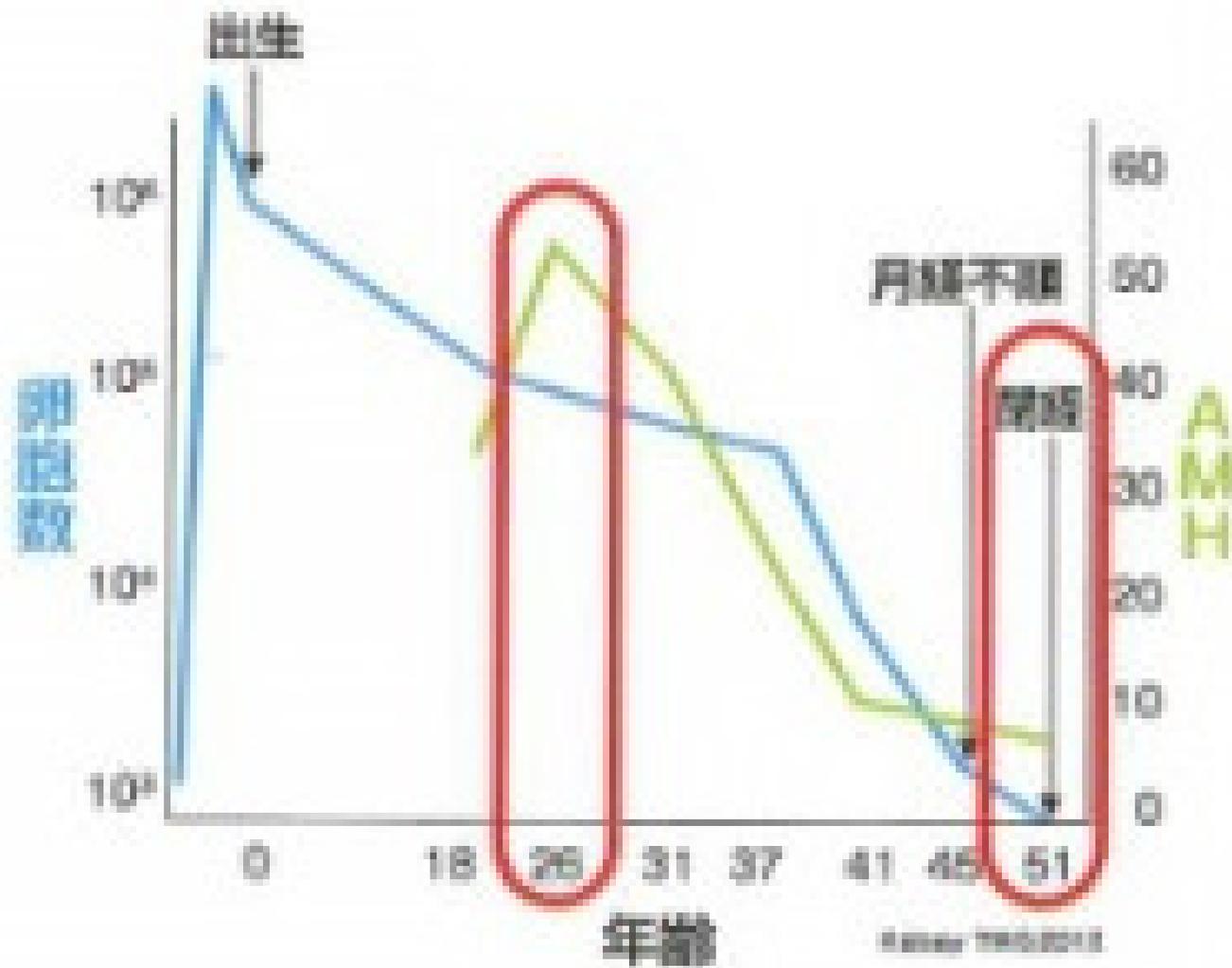


注：卵胞ホルモン（エストロゲン）は、子宮に作用して受精卵のベッドとなる子宮内膜を厚くするはたらきがあります。また、乳房を大きくするなど、女性らしい体を作ります。黄体ホルモン（プロゲステロン）は、卵胞ホルモンによって厚くなった子宮内膜を、受精卵が着床しやすい状態に整えます。また体温を上昇させるはたらきがあるので、その変化によって排卵の有無や時期がチェックできます。

女性ホルモンのレベル

日本家族計画協会 (2014) 『いつか子供がほしいと思っているあなたへ: 実は身近な不妊の話』

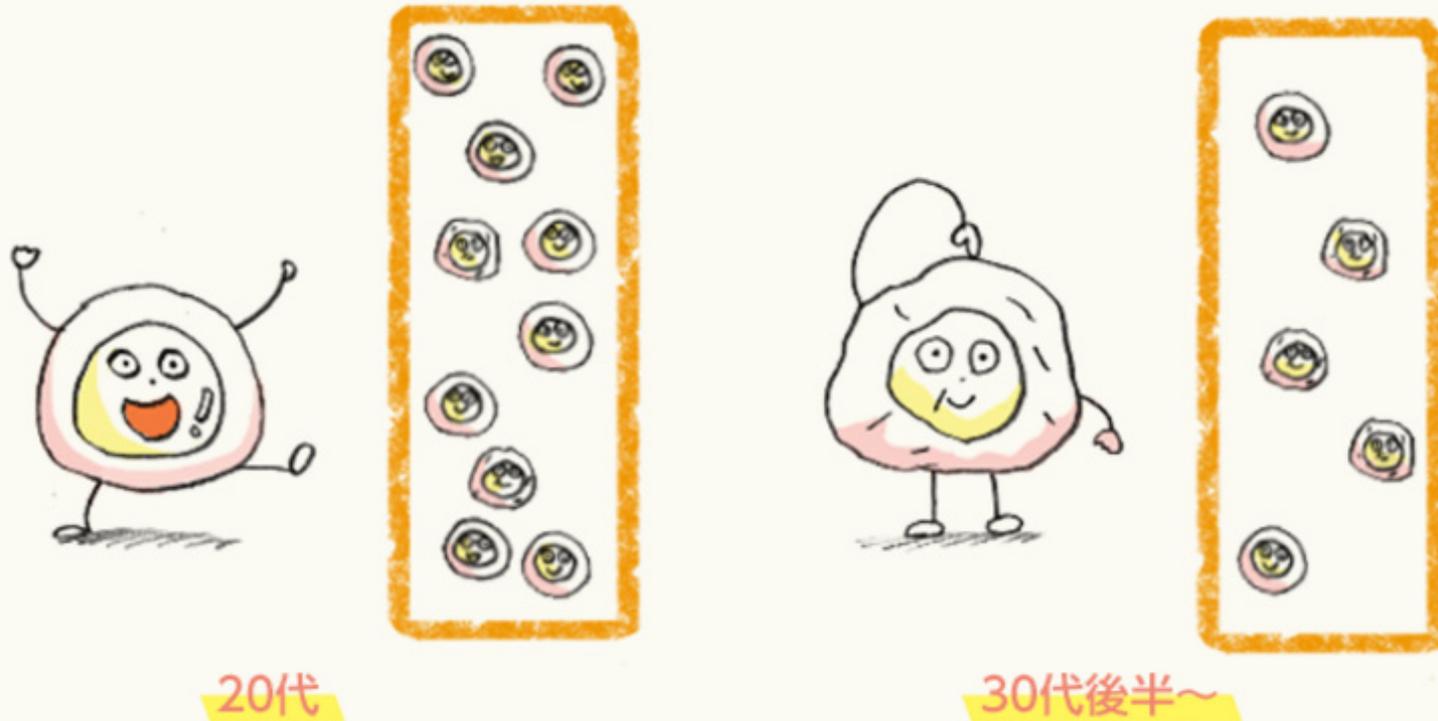
[http://www.jfpa-clinic.org/book/itsuka\\_alt/](http://www.jfpa-clinic.org/book/itsuka_alt/)



静岡県 (2015) 『「いつか」のために「いまから」できること』

<https://ameblo.jp/lifedesignstructure/entry-12255059838.html>

## 04. 卵子は老化する



神奈川県 (c2015) 「卵子は老化する」 『丘の上のお医者さん』  
<http://www.okanouenooisyasan.com/knowledge/ovum/04/>

若い人の卵子は周囲が鮮明でツヤがあり、ピチピチしています…… 35 歳頃になると卵子の表面的なツヤや弾力性が失われ、カタチもいびつになります。カタチが整っていない卵子は、受精しにくいと言われていています。……ただ、卵子の老化と生まれてくる子どもの能力や資質とは関係がありません。

## 産婦人科業界の販促活動

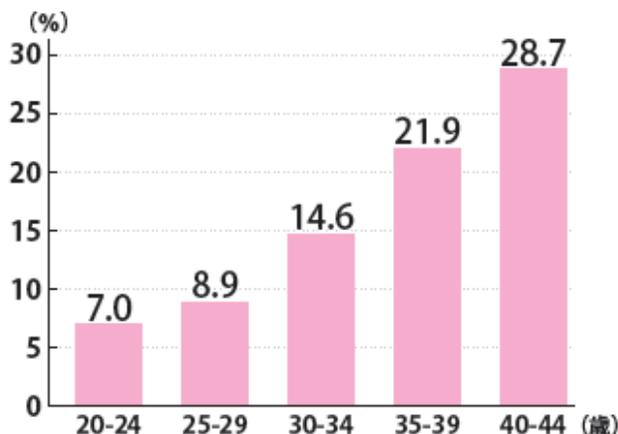
大切なのは、若いうちから自分の身体を知り、定期的に産婦人科にかかり、子どもを産みたいと思った時に、スムーズに妊娠できる体を準備しておくこと。そのためには、月経の調子を整えるための女性ホルモンの働きを整える「低用量ピル」の服用も有効です。

## 2 妊娠には「適齢期」がある



ここからは、妊娠と年齢の関係をさらに詳しく見ていきましょう。  
図3-2は、女性の年齢と「不妊率」の関係を表したものです。

図3-2 既婚女性の不妊率



出典: Menken J, et al: Science, 233,1389,1986  
〔注〕避妊をしなかった既婚女性のうち、過去1年間に子どもができなかった割合を示すグラフ

20代のうちはそんなに差はないけど、30歳を過ぎると、5歳年齢が上がるだけでも、差がはっきりしてくるね。



年齢が高くなるにつれて、不妊率が上がってるね。不妊は特別なことかと思っていたけど、こんなにもはっきりと年齢の影響が出るなんて…。欲しければいつでも子どもは持てる、というわけではないんですね。



そうですね。晩婚化によって、女性は妊娠しやすさが下降し始める年齢にさしかかってから、妊娠・出産のタイミングを迎えるようになってきました。身体的な「妊娠適齢期」と、実際に子どもが欲しいと思う時期がずれてしまった結果、不妊の問題にも直面するようになってきたのです。

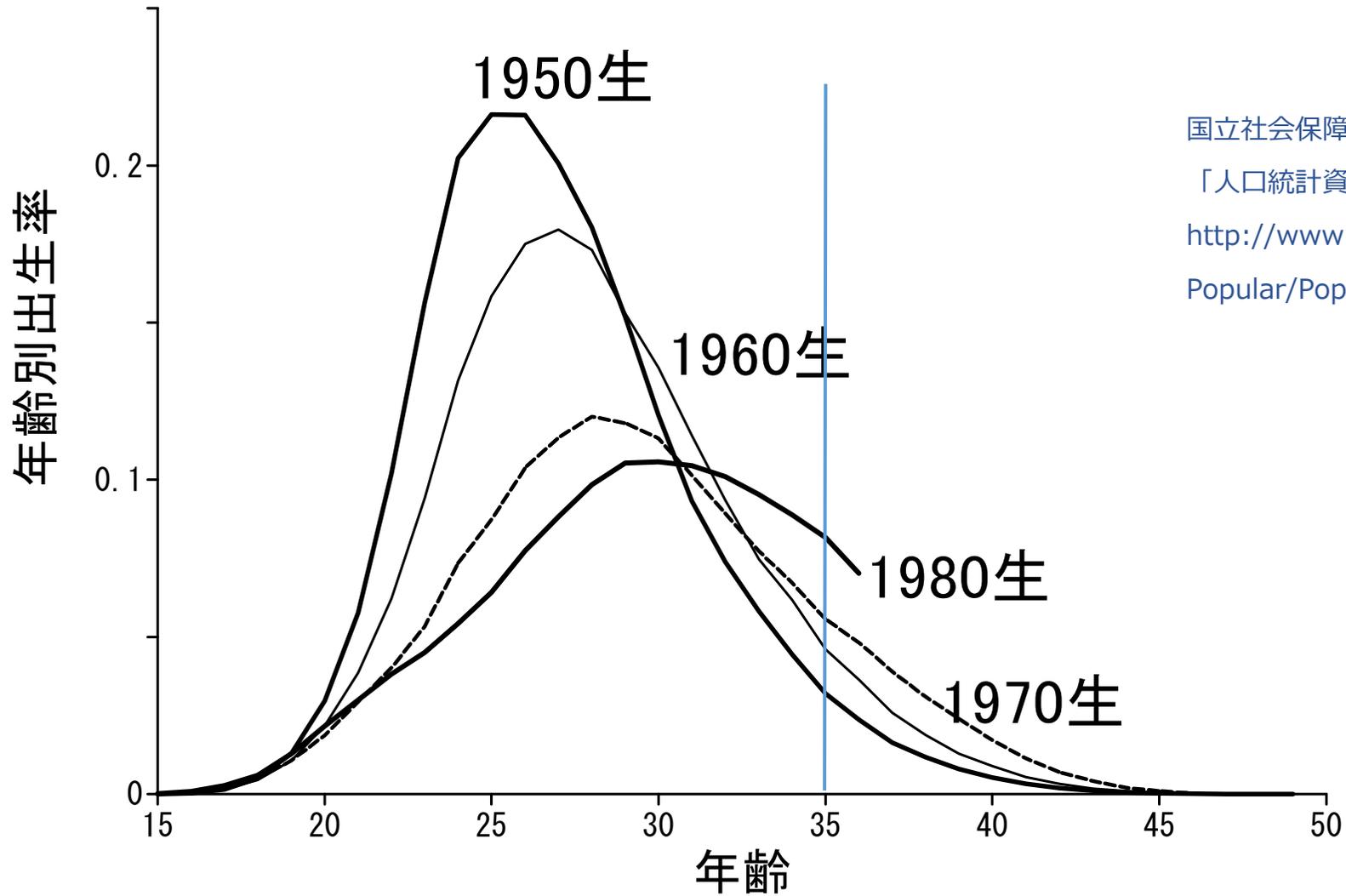
岐阜県 (2017) 『未来の生き方を考える: Life Planning Booklet』  
<http://www.pref.gifu.lg.jp/kodomo/kekkon/shoshika-taisaku/11236/lifeplanningbooklet.data/2903ninshin.pdf>

カリフォルニアのクルミ協会の研究によると、3カ月間に渡って、1日75gのクルミを食べ続けた人は、食べなかった人に比べて精子の質が高まるというデータがあるそう。

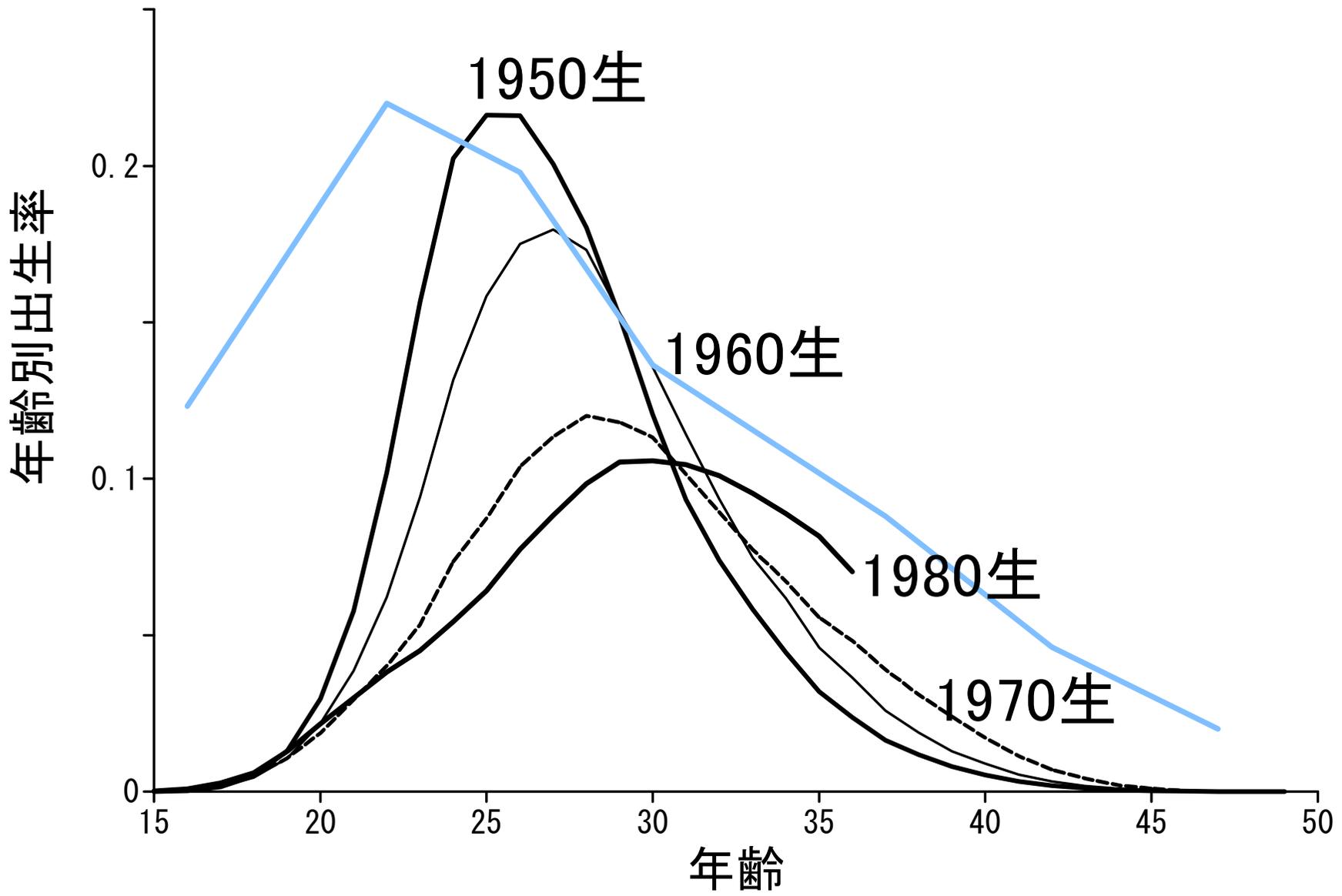
関口 由紀 + 水浦 裕美 (2017-11-10) 「話題のスーパーフードは妊活中にも効果的!」 (ちば My Style Diary 「妊活コラム」)

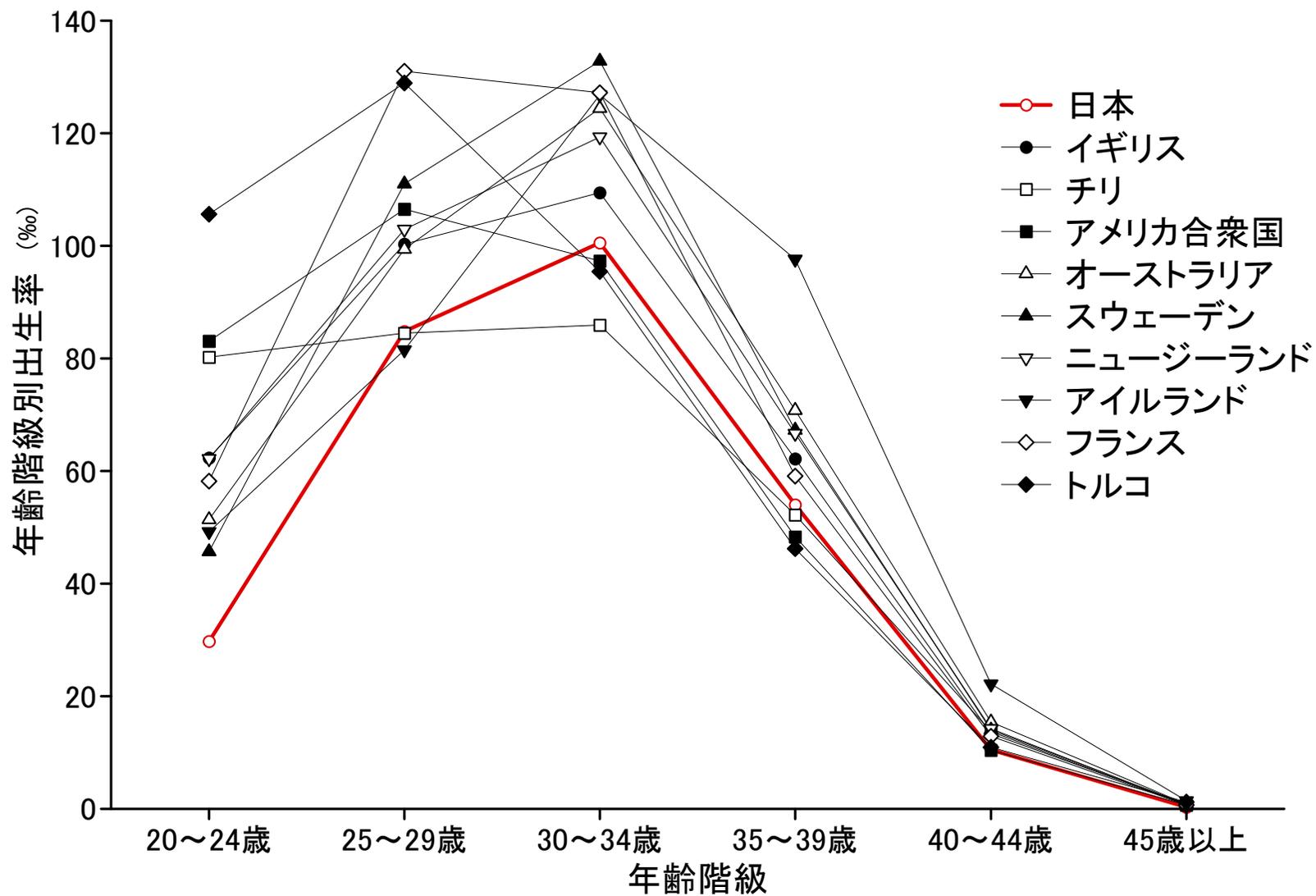
<http://mystyle-diary.jp/apps/>

# 「少子化対策」の政治利用



国立社会保障人口問題研究所 (2018)  
「人口統計資料集 2018」表 4-10  
<http://www.ipss.go.jp/syoushika/tohkei/Popular/Popular2018.asp?chap=4>





国立社会保障人口問題研究所 (2018)「人口統計資料集 2018」表 4-6

<http://www.ipss.go.jp/syoushika/tohkei/Popular/Popular2018.asp?chap=4>

日本以外は、 $1.8 < TFR < 2.1$  の国を選択。2012-2014年。

# アーカイブ化と情報共有のお願い

-Archive.org

-Archive.is

-Gyo.tc