

はじめての包括的性教育

2～3面 性を通して自分らしく豊かな人生を
福田和子 #なんでないのプロジェクト代表

4面 横浜YWCA ユースが主役のSRHR

5面 大阪YWCA Rise Up! School Visits

6面 恋愛をする／しない権利はだれのもの？

The Young Women's
Christian Association

YWCA

10

OCTOBER
2026

No.794

〈第34総会期主題聖句〉

平和を実現する人々は幸いである
—マタイによる福音書5章9節—

〈ビジョン〉

女性がリーダーシップを発揮し、
人権・平和・環境を大切にする社会

〈ミッション〉

若い女性をエンパワーし、共に社会変革を進めます。

〈バリュー〉

キリスト教基盤 平和・環境 人権 セーフスペース

Since 1905

あなたのからだは、
あなたのもの

YOUR BODY YOUR CHOICE

包括的性教育のはなし

性を通じて、 自分らしく豊かな人生を ～MY BODY MY CHOICE～

#なんでないのプロジェクト代表

福田和子

子どもや若い女性の性を取りまく環境が変化するなか、近年、広がりつつある「包括的性教育」。YWCAでも取り組みが始まっています。一方で、知っているけどよく知らない……という人も少なくないようです。そこで、包括的性教育を含むSRHR（性と生殖に関する健康と権利）実現のための発信や、ユースフレンドリーなケアを推進する福田和子さんに教えてもらいました。

「大切にされるって、
こういうことなんだ」

このことを身をもって実感したのは、ちょうど10年前、スウェーデンで一年間の交換留学をしたときのことでした。日本で生まれ育ち、海外での長期滞在は初めてだった私にとって、スウェーデンで過ごした日々は、新しい気付きや発見にあふれていました。

平日の昼下がりに子どもと遊ぶ父親

の多さ、同性カップルのびのび結婚も育児もできる環境、目上の人が「対等でありたい」「自分でできることだから」とお酒を注がせてくれなかったこと、女性の党首も当然にいる政治番組。見るものすべてが新しく、こんな世界があるのかと思わされる瞬間の連続でした。

そのなかでも私が一番「こんなに大切にされてよかったんだ」と強く思った分野、それが、本号のテーマでもある「包括的性教育」、そしてそれを範

わたしのからだ
わたしが決める

嚙を含む「性と生殖に関する健康と権利（セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ＝SRHR）」でした。

まずは「性教育」に注目しましょう。性教育——どんな記憶があるでしょうか。講演で尋ねると、「男女別だった」「暗記した」「なかったに等しい」など、さまざまな答えが返ってきます。私はというと「あれはダメ、これもダメ」と一方的にお説教を受けるような感覚が、正直とても苦手でした。

スウェーデンで出会った「包括的性教育」は、性やからだに関する知識だけでなく、「人権」「ジェンダー平等」「多様性」を土台としながら、こころや社会、文化のこと、人間関係のつくりかたなどについて、幅広く扱う学びです。それにより、差別や暴力など、自分や周りの人の人権が侵害されるときには声を上げ、自分らしい人生を送るために必要な知識やスキルを身につけることを目標としています。

包括的性教育の国際的指針に、ユネスコをはじめとする国連機関が発行している『国際セクシュアリティ教育ガイダンス』があります。次の8つのキー

コンセプトについて、5歳から18歳以上の年齢を4段階に分け、年齢や成長段階にあわせて学びます。

- 1 人間関係
- 2 価値観、人権、文化、セクシュアリティ
- 3 ジェンダーの理解
- 4 暴力と安全確保
- 5 健康とウェルビーイング（幸福）のためのスキル
- 6 人間のからだと発達
- 7 セクシュアリティと性的行動
- 8 性と生殖に関する健康

こんなに多くのことを学ぶの？
難しそう、と思う方もいるかもしれませんがね。しかし、ここに通底するのは「MY BODY MY CHOICE」わたしのからだ、わたしの選択」ということです。

このことを包括的な権利として確立させたのが、SRHRです。
SRHRは広範に及ぶ人権で、次の内容を含みます。

- ・自分の身体は自分のものであり、プライバシーや個人の自主性が尊重されること
- ・自分の性的指向、ジェンダー自認、



『イトセトラ VOL.14 SRHR』

福田和子・
高井ゆと里 特集編集
イトセトラブックス
(2025年) 1,650円

あわせて
読みたい

イトセトラ（その他）とされてきた女性たちの無数の声、フェミニストの声を届ける出版社が発行するワンテーマ・マガジン『イトセトラ』のSRHR特集号。あらゆる人のSRHRが実現するために、私たちはどのように行動すればいいのか——。これまでの国による性と生殖の管理・抑圧や、支配に抗ってきた運動の歩みを振り返り、これからの道筋を探る。多角的な視点から多数の識者が、一般の読者が、特集編集の福田和子さんと高井ゆと里さんが、それぞれの経験や知見、熱い思いを寄せた一冊。



profile

ふくだ・かずこ

スウェーデン留学から帰国後2018年、SRHRの実現を目指し「#なんでないのプロジェクト」を開始。21年、スウェーデン・ヨーテボリ大学大学院で公衆衛生修士取得。国連人口基金（UNFPA）ルワンダ事務所に勤務後、現在は東京を拠点にユースフレンドリーなSRHRケアなどを広める活動を展開。政治分野のジェンダー平等を目指すFIFTYS PROJECT 副代表、東京大学多様性包摂共創センター（IncluDE）特任研究員。共訳著に『国際セクシュアリティ教育ガイダンス』（明石書店）。

- ・性表現を含めたセクシュアリティについて自由に定義できること
- ・性的な行動をとるかとならないか、とするなら、その時期を自分で決められること
- ・自由に性のパートナーを選ぶこと
- ・性体験が安全で楽しめるものであること
- ・いつ、誰と、結婚するか、それとも結婚しないかを選ぶこと
- ・子どもをもつかどうか、もつとしたらいつ、どのように、何人の子どもをもつかを選ぶこと
- ・これらに必要必要な情報、資源、サービス、支援を生涯にわたって得

一人ひとりに 保障されている権利

ここまでを読み、「当然のこと」と思う方もいれば、「性に関わることも人権の一部なんだ」と驚く方もいるか

られ、これらに關していついかなる時も差別、強制、搾取、暴力を受けないこと
*グットマッハー・ランセットコミッションの新定義（2018）による
ここでいわれる「必要な情報」の一部が、「包括的性教育」なのです。

もしも。私には。後者でした。自分を守るための知識は本来欠かせないものなのに、日本では十分に教えられず、時に「恥」とされることさえあります。しかし世界では、それは人権として保障されるべきものとされてきました。スウェーデンでは性の学びはもちろん、必要なあらゆるケア、たとえば避妊方法もさまざまな選択肢が公費で無料提供されています。そこには、大人たちが子どもたちの生きる環境に本気で向き合い、人権を保障しようとする真摯な姿勢がありました。

を豊かに生きられること。それはSRHR、そして包括的性教育の目指すところであり、先人たちが勝ちとった人権です。スウェーデンで感じた「大切にされている」という感覚は、本来特別なものではなく、私たち一人ひとりに当然保障されるべきものだったので。みなさんにとってこの特集が、「自分も大事にされていいんだ」そう感じる一歩となりますように。自分を自由にする学びを、ここから一緒に始めよう。

知識と居場所を 地域に届ける

ユースが主役の相談場所

10代、20代のころ、からだのことや関係性のことで何か相談したいことがあったとき、みなさんは誰に相談していましたか？

私自身の経験を振り返ってみると、少し年上のお姉さんに話してアドバイ



第4土曜日、いつもの場所、いつもの時間に「ここにいる」。こうした継続性も信頼につながる



女性の必需品を無料で提供。
定評のある良質なアイテムが並ぶ

スをもたらすことが多かったように思います。また婦人科へ行くというハードルもなかなか高く、初めて訪れたのは大学生のとき、それもそうだったお姉さんに背中を押されてのことでした。

このように考えると、正しい知識を得るだけでなく、困ったときに気軽に相談できる場所があるということは、同じくらい大切です。横浜YWCAでは、第4期LA（ローカルアクション）と、横浜市からの受託事業を通じて、そうした「相談できる場所」づくりに取り組んでいます。

第4期LAでは、熊本YWCAと共同で「Skill is Power〜自分たちのことは自分たちで創ろうプロジェクト〜」を今年度からスタートさせました。これまでのLAで学んできた、ユース世代が

政治や社会の意思決定に主体的に関わる北欧諸国の事例をさらに深め、ユース支援やSRHR（性と生殖に関する健康と権利）、ユースクリニック（*）について学びながら、横浜・熊本それぞれの既存の居場所事業を発展させていくことを目指しています。

主役はあくまでユース自身です。意思決定の中心に若者を置き、そのニーズやライフスタイルの変化に合わせて関わりやすい仕組みをつくることを大切にしています。居場所事業への新しい取り組みを1つ形にすること、他団体との新たなつながりなどを目標に掲げ、その中で北欧のユースクリニックのような、ユースが性やからだのことを気軽に話せる場のあり方も具体的に検討していく予定です。

仲間が増えて盛り上がる

もう一つの取り組みが、横浜市からの受託事業「横浜市若年女性支援事業」の一環として行っている、横浜駅周辺のアウトリーチ活動です。看護師資格

を持つ人を含む複数人で第4土曜日の夕方から夜にかけてブースを出し、また西口周辺を回って声かけをしています。生理用ナプキンやコンドーム、ショーツやコスメなど、女性が日常的に必要なものを手渡ししながら声をかけ、必要な人には、看護師が身体の悩みについての相談にも応じています。事業を通じて私たちが大切にしているのは「本人からの発信を待つのではなく、こちらから声をかけてつながる」という姿勢です。困難な状況にある人ほど、自ら支援窓口にあたりに着きにくいという現実があるからこそ、まず出向いていくことを大事にしています。

包括的性教育が育むのは知識だけではなく、自分のところからだを大切に感じる感覚、そして困ったときに助けを求めているのだという安心感も同じように育てていく必要があります。横浜YWCAは、LAとアウトリーチという二つの取り組みを通じて、「知識」と「居場所」の両方を、これからも地域に届けていきたいと考えています。

横浜YWCA会長 堀添里緒

大阪YWCAの包括的性教育

人生を主体的に
選び取れるように

自分を大切にしてほしい

大阪YWCAでは、おおむね25歳までの女性で構成される「RUSV」チー



RUSV(Rise Up! School Visits)は、世界YWCAの『Global Rise Up! Guide』に基づき、ユネスコの『国際セクシュアリティ教育ガイダンス』(P.2参照)に則った学びを提供
写真はメンバー以外も参加したスキルアップ研修



中高YWCAでのワークショップ

ムが、中高生を対象に包括的性教育のワークショップを企画し、実施しています。プログラムづくりから始まり、オンラインで会議やリハールを重ね、学校や団体へ出向いています。

企画会議では、RUSVメンバーが進行・記録・次回のアジェンダ作成を担当します。「私はこう思うけれど、みなさんの意見も聞かせてもらえない?」なるほど! 確かにそれもいいね」というように、互いを尊重し合うセーフスペースの中で話し合いが進みます。

企画と並行して、ジェンダーに関する基礎理解やワークショップのための実践的な学びなど、メンバーのスキル向上に取り組んでいます。

ワークショップをつくるときは、中

高生ならどう感じるか、より伝わりやすくするにはどのような方法があるか、などを悪戦苦闘しながら考え、「自分を大切にしてほしい」という中高生への共通の思いを形にしていきます。

2020年度からこれまで、「わたしのからだはわたしのもの」「わたしとあなたの同意のななし」「見た目で人を縛る『ルッキズム』」「同意のある関係性づくり」私のYesはあなたのYes?」「ありのままの私!」をテーマにワークショップを実施してきました。最初は中学高校のYWCAから始め、その後、公立中学校やガールスカウト大阪府連盟からの依頼も受けるようになり、少しずつ活動の場が広がっています。

いつか芽生える種をまく

プログラムが始まると、参加者の反応を見ながら臨機応変に対応していきます。想定よりも静かなときは、きちんと伝えられているだろうかと不安に

思うこともあります。それでも、目の前にいる一人ひとりの反応を感じ取り、その場に合ったセーフスペースをつくるように努めます。すると、少しずつ発言をしてくれるようになったり、アンケートで「今日学んだことを自分もできるようになっていきたい」と前向きな回答をしてくれたりします。それは確かに届いたものがある、とメンバーが感じられる瞬間でもあります。

ワークショップでの学びを中高生がどう受け取るかは、もちろん一人ひとり違います。しかし、それぞれに一つでも印象に残るものがあつて、将来どこかでふと思い出してもらえたら、それこそがRUSVメンバー冥利に尽きることです。参加した中高生も、メンバーとして学びを届ける若い女性も、この活動を通して自らをエンパワーし、自分の人生を主体的に選び取り、社会に向けて声を発する力を身につけることを願っています。

大阪YWCA女性エンパワメント部
RUSV担当職員 吉年唯音^{よどね}

恋愛をする／ しない権利は だれのもの？

うすき
横浜YWCA会員 白井ふたば

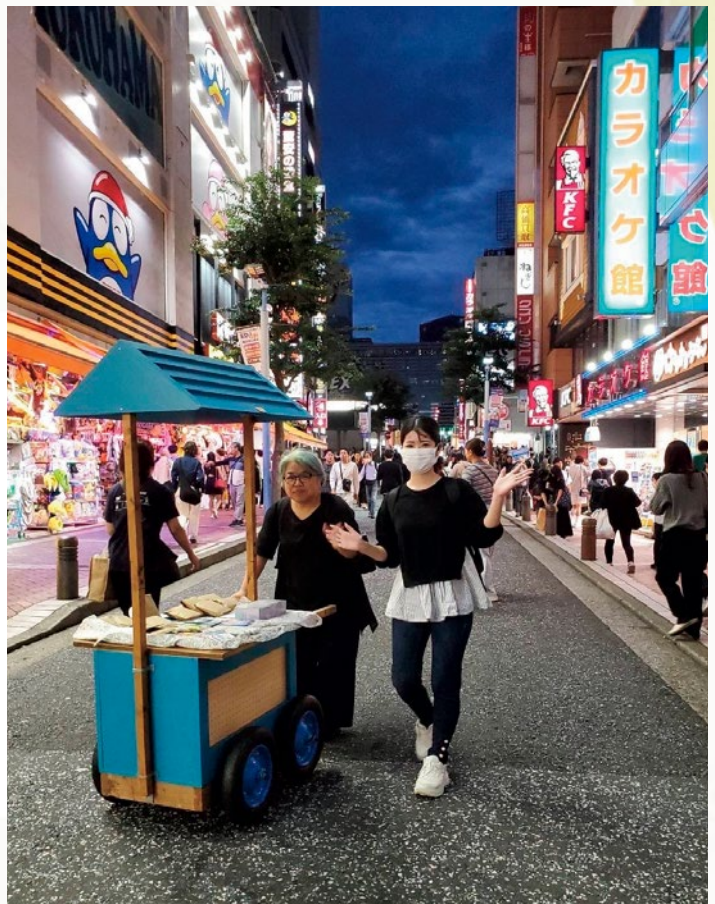
学生のころ、結婚していない先生を笑う同級生がいました。「いつ結婚するのか?」「そもそも付き合っている人がいないから結婚できないんじゃない(笑)」などと言うわけです。私は、むしろ趣味に熱心で、自分のために人生を楽しんでいるように見えたその先生が、かっこいいなと思っていました。

しかし、今の社会では、恋愛は幸せなもの、結婚はゴールと語られることもあります。このような規範(当

たり前とされる価値観)を「ロマンティック・ラブ・イデオロギー」といいます。けれども、女性やパートナーシップをめぐって生きづらさを感じる人の人生を考えたとき、この規範は必ずしもロマンティックではないかもしれません。DV(デートDVを含む)、避妊や妊娠をめぐる意思決定、共同生活における家事・育児の偏り……親密な関係が女性のからだや人生を脅かすリスクになることもあります。また、日本ではいま

だ同性カップルには法律上の婚姻が認められていません。他者に性愛感情を抱かない「アセクシュアル」を自認する人もいます。何気なく「彼氏いる?」と質問することも、異性愛を前提に恋愛することを当然とする規範につながっています。この点から、異性との恋愛や婚姻を人生の当然の選択肢とする考えを問い直すことも、SRHRを考えることにつながるのではないのでしょうか。

ちなみに、「婚姻をする(しない)」



他者との関わりについて多くのことを教えてくれたYWCAの先輩、故・白井一美さん(左)と横浜YWCAのアウトリーチ(P.4参照)に参加。「ビブ横」のユースたちに声をかけて歩いた

日本国憲法第24条

- 1 婚姻は、両性の合意のみに基いて成立し、夫婦が同等の権利を有することを基本として、相互の協力により、維持されなければならない。
- 2 配偶者の選択、財産権、相続、住居の選定、離婚並びに婚姻及び家族に関するその他の事項に関しては、法律は、個人の尊厳と両性の本質的平等に立脚して、制定されなければならない。

については、日本国憲法第24条で「個人の尊厳」と「両性の本質的平等」が規定されています。この条項は、戦前の家父長制のもとで女性の権利が制限されていた経験を背景に、ベアテ・シロタ・ゴードンらによって起草されました。

恋愛や婚姻をする／しないを決めるのは、あなた自身です。一人ひとりの尊厳と平等を出発点に、自分是他者とのような関係を望むのか、望まないのかを考えていい。そう覚えておくと、少し安心できるのではないのでしょうか。

YWCAアジア地域会議2026 in台北

2035年への道をパワフルに進む女性たち

5月18日から3日間、台北で開催されたYWCAアジア地域会議。今回のテーマは「Women on the Go: Road to 2035 行動する女性たちー2035年への道」。日本YWCAから3名をはじめ、インド、バングラデシュ、スリランカ、ミャンマー、シンガポール、マレーシア、タイ、フィリピン、香港、韓国、台湾の12か国から100名以上が集結し、多角的な視点で道筋を探りました。



若い女性へ 世代を超えた分かち合い

日本YWCA副会長 ^{ささべ} 雀部真理

7年ぶりに対面開催となったこの会議は、台湾のユースボランティアを含めると100名以上の集会となりました。

世界YWCA会長のミラさんは体調不良で出席を取りやめ、アジア地域選出の副会長クオさん（香港YWCA）と太平洋地域選出の副会長シャルロットさん（アオテアロア／ニュージーランドYWCA）が、世界YWCA総幹事のケイシーさん（米国出身）、職員のカテリーナさん（チリ出身）と共に、世界運動を代表して参加しました。

どの加盟YWCAも会員の高齢化と会員数の減少に向き合っている中、「YWCA運動の未来は、若い女性のリーダーシップのためにどれだけ投資できるか、いかにして組織統治力を強め、財政的に安定させられるかにかかっている」という点が強調されていました。

多くのYWCAが、若い女性の意思決定参加を制度として保証すること、「Rise Up!」を活用して若い女性をエンパワーすることに取り組んでいるのが印象的でした。また、若い女性にフォーカスしていることに加え、世代を超えたリーダーシップの分かち合いもYWCAの強みであり、他のNGOではあまり見られない“ニッチな価値”を放っている、という言葉に力をもらいました。

台湾YWCAのパワフルかつ行き届いたおもてなしに心から感謝しつつ。

タフなヤングウーマンたちとの出会い

日本YWCA職員 鶴山祐子

会議に参加したユース30名ほどが集い、昼食とアイスブレイクを経て、実施されたワークショップ。「若い女性のリーダーシップ課題」と「35歳の時、どこにいたいのか？」という2テーマが掲げられ、私は後者を選択しました。非常に限られた時間で、目的を把握し、全体共有へ向けた提言へとまとめあげるYWCAユースたちの圧倒的なパワーはさすが！の一言に尽きます。

なにより嬉しかったのは、地域を越えた同世代の仲間たちと、仕事や生活のことなどなど……拙い英語ながらも「ぶっちゃけ話」ができたこと。アジアのヤングウーマン(?)もタフだよねーと。状況や背景は違っても、それぞれの現場で奮闘する彼女たちと出会えたことは、国内の同世代スタッフの存在と同じように、大きな励みとなりました。

一方で、終始英語での会議進行には特権性を感じざるを得ません。YWCAのセーフスペースには、誰もがアクセス可能なことや誰をも排除しないこと、包摂性が不可欠なはず。より間口を広くするために、AIなどを駆使して誰もがつながれる工夫が必要です。その仕組みを考え、機会を模索し、創出していくことも課題。国際ネットワークを活かした日本YWCAの役割を改めて考えさせられました。



Envisioning2035 YWCAの 2035年への 共通目標

2035年には、1億人の若い女性と少女が、正義とジェンダー平等を実現し、暴力・戦争のない世界をつくるため権力構造を変革し、すべての女性にインクルーシブで持続可能なYWCA運動を先導します。

エンパワーするNGO



わたしのからだはわたしのもの

フェミニストカウンセラー／名古屋YWCA会員

増井さとみ

「わたしのからだはだれのもの？」

私がカウンセラーを務める「ウィメンズカウンセリング名古屋YWCA」のセルフディフェンス講座に参加している子どもたちに尋ねると、「自分のもの!」と大きな声で応えてくれます。しかし、私たち女性は、いつの頃からか、このように言えなくされています。「女はいつも愛想よく周りに気遣い、不快にさせてはいけない」「自分のことよりも相手に思いやりを持ち、ケアしていくものだ」「いつも好感を持たれるように、姿かたちを整えておく」……。知らず知らずのうちに、このようなジェンダー規範にとらわれてしまい、いつの間にか自分のことよりも他者を優先させ、目の前の行為にYESかNOか決められないまま、相手の望むような言動をしてしまいがちです。

フェミニズムでは「Personal is Political（個人的な

ことは政治的なこと)」の理念に基づき、かつて国家や社会の都合によってコントロールされていた女性の身体を、「個人の尊厳」を取り戻すために不可欠な概念として、SRHR（性と生殖に関する健康と権利）を最重要テーマの1つとして注目してきました。「わたし」を主体にすると、今起きている、あるいはこれから起きると考えられる出来事に対して、どんな気持ちになるのかに想いを馳せ、「したい」「したくない」という欲求がはっきりし、言語化し行動していくことができます。ちょっとでも迷うのはNOのサイン、積極的にYESと言えること以外は、立ち止まることができます。

「わたしのからだはわたしのもの」これを唯一無二の存在である「わたし」を守るキーワードとして、女性たちが心に留めていけるよう、伝え続けていきたいと考えます。

ご協力ありがとうございます

賛助費

- 青木恵子 秋元靖子 浅尾治子
浅野勇介 阿部幸子 阿部方子
荒川知子 石橋さなえ 伊藤眞代
上村愈巳子 宇都宮芳子 梅林宏道
遠藤洋子 大澤恵美子 尾崎敦子
加納美津子 木下由美子 熊江雅子
小泉陽子 小宮一子 金剛静慧
坂上信子 佐藤マリ子 篠原洋子
須部道子 関賢一 高橋礼子
田崎桂子 富沢寿美子 長尾眞理子
仁木三智子 長谷川恭子 花盛静子
原紀子 東根順子 比企敦子
平石あつ子 牧南 松岡信子
三股恵美子 三股まさ子 皆川悦子
森山和子 八木高子 山本貴美子
山本容子 渡辺修一
長崎YWCA
匿名
- ピースメーカーズ募金
(平和を創り出す女性のリーダーシップ養成)
青木恵子 井口諭 池田泉
板橋俊子 遠藤恵美子 大澤恵美子
嘉屋陽子 熊江雅子 小宮一子
小村明子 篠原道男 関むつみ
田崎桂子 田中綾 長尾眞理子
中平多恵子 仁木三智子
野崎誠一郎 東根順子 細川敦子
松下真佐子 三股まさ子 皆川悦子
山内明子 山本俊正 吉野恵子
渡辺修一
Rev. John A. Moss, Mrs. Hatsumi Moss,
Mrs. Patricia Roeser and Mrs. Carolyn Moss
みなも書房
東洋英和女学院中高部宗教委員会
匿名
- 災害時支援募金
(国内外の災害被災者支援)
飯嶋祐子 嘉屋陽子 久保マサ子
熊江雅子 坂上信子 仁木三智子
野崎誠一郎 東根順子 細川敦子
三股まさ子 山本貴美子 渡辺修一
(オリーブの木キャンペーン募金)
阿部幸子 市川真恵 宇都宮芳子
梅林宏道 川上哲 熊江雅子
- 坂上信子 関むつみ 田崎桂子
田中亜子 玉井恵子 富岡美知子
中山美知子 林育一郎 東根順子
福田公子 三股恵美子 横田昌三
吉岡眞紀子 渡辺修一 渡辺美智子
大阪YWCA千里委員会
匿名
- (ウクライナ支援)
青木恵子 加納美津子 長尾眞理子
山本貴美子 渡辺幸子 渡辺修一
公益財団法人神戸YWCA
公益財団法人東京YWCA
匿名
- (バレスチナYWCA支援)
青木恵子 上村愈巳子 宇都宮芳子
榎本みづ枝 大崎雅子 加納美津子
金剛静慧 小林聡 篠田茜
田崎桂子 長尾眞理子 服部さち
牧南 八木高子 山本貴美子
横田昌三 依田良子 渡辺修一
渡辺美智子
株式会社フレックスインターナショナル
日本キリスト教協議会女性委員会
世界祈祷日事務所
- (ビルマ/ミャンマー支援募金)
青木正彦 青木眞理 遠藤眞理
梶岡英之
日本長老教会第10西教会
女子学院中学校・高等学校
(レバノンYWCA支援募金)
北田道也 渡辺修一
(熊本地震被災者支援募金)
川村木綿子 シバタトモコ
関賢一 関むつみ 高橋え子
中村みゆき 仁木三智子
- 日本YWCAユースエンパワメント基金
青木恵子 五十畑誠子 嘉屋陽子
北原恵美 関むつみ 長尾眞理子
仁木三智子 東根順子 細川敦子
三股恵美子 森山和子 渡辺修一
セーフスペース事業への一般寄附
秋元靖子 吉良保子 小宮一子
柴田幸子 野崎誠一郎 東根順子
福田公子 細川敦子 渡辺修一
(2026年6月16日〜8月15日
敬称略)

発行所 公益財団法人日本YWCA 〒101-0062 千代田区神田駿河台1-8-11 東京YWCA会館302号室
Tel. 03・3292・6121 Fax. 03・3292・6122 office-japan@ywca.or.jp www.ywca.or.jp

編集発行人 藤谷佐斗子/偶数月1日発行

旬な情報発信しています メールマガ登録 y-net@ywca.or.jp にお名前を送ってください / フェイスブック www.facebook.com/YWCAJapan