A TOUGH PERIOD

PLAN INTERNATIONAL

世界の複合的危機により浮き彫りになった、隠されてきた生理衛生危機と、ユースの安全かつ尊厳を持った生理の管理への影響

目次

4. はじめに

6. 複合的 危機:

7. 複合的危機がどのように生理用品への支払い能力に影響したか

12. 生理用品購入能力が低下した場合、女の子はどのように対処しているか

16. 生理中の清潔を保つための水へのアクセスに、複合的危機はどのような影響を与えたか

19. 生理の健康状態の悪さが保護リスクを高めている理由

22. 提言

22. 生理の健康 を普遍的な人権として認識し、尊重する

23. 安全で抱摂的な水と衛生、保健サービスおよび施設に対する投資を優先する

23. 生理用品の無償提供

23. 生理の健康をすべての分野の横断的な優先事項として統合する

25. 巻末資料

はじめに

世界は、21世紀最大の家計の危機に直面している。食費、燃料費、医療費、住居費の高騰は、個人、家族、コミュニティを直撃し、多くの人びとを困難な決断に追い込んでいる。贅沢品よりも必需品を優先させる人もいる。また、生理用品をはじめとする必需品の中で選択を迫られている人も数え切れないほどいる。

世界の3分の1を超える国で、家計の危機は紛争、政情不安、気候変動、急性食料不安によって悪化し、いわゆる「複合的危機」に至り、約3億5000万人が故郷からの避難を余儀なくされている[1]。思春期の女の子やユース女性、その他生理のある人にとって、その結果、安全を失い、水や収入を得る機会、教育、医療、その他の必須サービスへのアクセスの減少は、隠された生理衛生危機を悪化させ、また生理衛生危機によってさらに深刻な事態を引き起こしている。

生理は、健康的で自然な、人間の生殖システムにとって不可欠なものだ。しかし、それは選択ではない。生理は、人口の約半数（思春期の女の子、生理があるトランスジェンダーの男の子やノンバイナリーである思春期のユース）が、平均して月に一度、人生の約40年間経験する身体機能である。

本報告書は、44の国統括事務所と4つの地域拠点にいる168人の専門家のデータをもとに、思春期の女の子や生理のある人が生理用品（生理用ナプキンなど）の購入や生理中の清潔さを保つための水を利用する能力、彼らの対処戦略、生理の健康管理の不備が彼らに与えているさまざまな保護リスクに対する複合的危機の影響を調査している。

この報告書は、安全で尊厳のある生理衛生と月経衛生管理に対する権利が明示され、人道的な政策、実践、資金調達の中心に置かれることの緊急の必要性を強調している。本報告書では、思春期の女の子について言及しているが、プラン・インターナショナルは、性的指向、性自認や表現、性徴にかかわらず、生理があるすべての人の経験と権利を認めている。

マリでの訓練ワークショップで、再利用可能な生理用ナプキンを披露する女の子たち。

良質で手頃な価格の生理用品、生理中に**体を清潔に保つための水**、生理用品を交換する（そして廃棄するか、洗って乾燥させる）ための**安全な専用のトイレ**へのアクセスは、人間の尊厳ある生活とすべての人間がその固有の尊厳によって有する平等かつ譲ることのできない人権の実現に不可欠である[2]。

思春期の女の子にとって、アクセスの欠如は、以下のような人権侵害につながる可能性がある。

1. **健康への権利**：生理中に体を清潔に保つための生理用品や水の欠如は、思春期の女の子の健康を著しく損ない、下部生殖管や尿路の感染症を引き起こし、将来的に不妊や出産合併症を引き起こす可能性がある。(UDHR25条、CRC24条）

2. **水を得る権利**：十分で、安全で、許容でき 、物理的にアクセス可能で、手頃な価格の水がなければ、女の子と女性は、しばしば水を求めて安全ではない地域を長距離歩き、性暴力およびジェンダーに基づく暴力（GBV）に身をさらすか、水を含む資源を節約するために生理の健康を犠牲にする。(CRC24条、CEDAW14条)

3. **社会生活に参加する権利**：多くの思春期の女の子が生理中は家に閉じこもり、生理用品がないために社会的に孤立し、あるいは清潔な水を利用できないために生理に関連する感染症にかかる。(UDHR21条および27条)

4. **教育を受ける権利**：生理用品の不足や清潔な水へのアクセスの欠如による生理関連の感染症は、学校欠席や中途退学の主な原因のひとつである。学校に通い続けられる者も、教育施設における水と衛生設備が不十分であるため、中途退学のリスクは依然として高い。(UDHR26条、CRC28条)

5. **奴隷的拘束と苦役からの自由と保護の権利**：多くの文化では、生理の開始は、女の子が結婚や性行為を行う準備ができたことを意味する。生理用品がなければ、生理は世帯主の目につきやすくなり、早すぎる強制された結婚のリスクが高まる。また、思春期の女の子が学校に通ったり、仕事に従事したりするためには生理を管理する必要があるため、生理用品が高額であることは、生理用品の購入代金と引き換えに性的搾取を行う重要な要因となっている。(UDHR第4条、CRC第19条、第34条)

6. **非差別とジェンダー平等への権利**：生理に関連した社会的汚名と、教育、雇用、健康、保護、社会生活への参加といった権利を得る上で思春期の女の子が直面する独特の障壁は、否定的な社会規範と差別的慣行を例示し強化するものである。(UDHR第2条、CRC第2条)

複合的危機

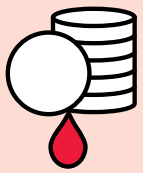
紛争、気候変動、家計の危機は相互に関連し、相互に補強し合い、個人でも集団でも、食料不安の最大の要因となっている[3]。現在、深刻な飢餓状態にある人の70%超が、戦争や暴力の影響を受けた地域に住んでいる[4]。一方、気象災害によって作物と生計が荒廃し、人々の自給能力が弱まっている[5]。2022年には、気候危機に最も脆弱な15カ国中12カ国において国際社会主導の人道支援が発動している[6]。

ロシアのウクライナ侵攻は、COVID-19パンデミックの社会経済的影響を悪化させ、供給ラインを寸断し、食料価格をさらに上昇させ、より多くの人びとを急性食料不安に追い込んでいる。2023年の「食料危機に関する世界報告」では、2022年に58の国や地域で2億5800万人が危機レベル（またはそれ以上）の急性食料不安に直面したことが明らかになった。国連は、2023年を通じて、これが2020年の2倍超の3億4500万人に増加すると予測している[7]。

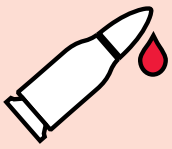
プランのデータは、複合的危機が相互に強化し合う性質を持っていることを裏づけている。「複合的危機のどの側面が、自身が働いている状況を最もよく表しているか」を尋ねたところ、75%の専門家が2つ以上の回答を選択した。最も多く挙げられたのは家計（回答者の84%）であったが、気候変動と家計（回答者の94%）、家計と飢餓（回答者の92%）の間に最も強い相関が見られた。一方、気象災害と飢餓の間には、66%の回答者が相関関係を示している。

例えば、エチオピアでは現在、北部ティグライ地方で紛争が、南部オロミア地方、ソマリア地方、北西部アファール地方では深刻な干ばつと食料不安が、そして国全体で家計の危機が発生している。

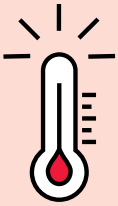
本調査の対象国に最も大きな影響を与えた複合的危機の側面：



84%
家計

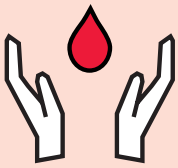


60%
紛争



52%
気候変動

58%
飢餓



5.5%
その他
(社会的不平等、政情不安、汚職、麻薬密売)

COVID-19パンデミック時に衛生習慣を促進し、子どもたちの学校復帰を支援するため、プランはタンザニアの子どもに生理用品、固形石鹸、エクササイズブック、筆記用具を配布した。

複合的危機が生理用品への支払い能力にどのような影響を及ぼしたか

96.3%

が、複合的危機以前と比較して、現在は生理用品の購入が難しくなっていると回答した。

飢餓の影響

「インフレ率の上昇は、多くの女の子や女性にとって生理用品を手の届かないものにしています。大規模な食料不安や紛争のある社会では、食料や避難場所を確保する方法を見つけることが、生理用品の入手のような他の重要なニーズよりも優先されます。特に生理の健康は、女の子や女性だけの問題とみなされ、すべての人の問題とはみなされません。そのため、多くの女の子や女性が生理を恐れ、生理に対処するために不衛生または不快な解決策を講じなければならないのです。」

ジェンダー・保護担当者、ナイジェリア

家計の影響

「高い家計は、女の子やユース女性が生理用品を入手する能力に影響を与えています。特に地方では問題になっています。」

性と生殖に関する健康プロジェクトマネージャー、東ティモール

「ほとんどの女の子は、生理用品がとても高価なため、買うことができません。紛争の影響を受けた地域の女の子は、生理の健康管理に関する情報や製品にさえアクセスできないため、さらに影響を受けています。」

監督・評価マネージャー、ナイジェリア

「西・中央アフリカの活動国で女の子にインタビューしたところ、家族のニーズは、食料、住居、健康、水といったいわゆる死活的ニーズを満たすことが優先され、生理の健康はこの優先順位に含まれていないことがわかりました。」

ジェンダーアドバイザー、カメルーン

「物価の上昇により、個人や家族が生理用品を含む基本的な生活必需品を購入することが難しくなっています。これは、生理がある人が経済的な制約のために生理用品を利用できない、生理の貧困の増加につながる可能性があります。また、生理の健康や衛生に関連する医療サービスを利用することも難しくなっています。」

ナレッジマネジメント担当、フィリピン

紛争の影響

「紛争や避難生活では、多くの人道支援団体が、生理の健康を優先してプログラムを組んでいないこともあるため、生理用品や情報を入手することが困難な場合があります。また、生理を管理するために安全で専用の空間にアクセスすることも難しく、健康や安全に関する潜在的なリスクにつながる可能性があります。」

ナレッジマネジメント担当、フィリピン

「思春期の女の子やユース女性の多くは、紛争の影響を強く受けています。彼らは避難生活を送っており、基本的な生活必需品だけでなく、医療サービスにもアクセスできないため、生理を適切に管理することが困難です。そのため、尊厳キットの提供は非常に重要です。これは、GBVや性と生殖に関する健康リスクを特定し、予防と対応支援を提供するために、女の子や女性と協力する入口としても機能します。」

インクルージョン専門家、エチオピア

「私の国、ミャンマーは軍事クーデターと紛争が続いており、状況はどんどん悪化しています。商品価格の上昇、電気へのアクセス制限や欠如、清潔な水へのアクセス制限や欠如、紛争による国内避難民(IDP)の状況などにより、生理用品へのアクセスや生理中の清潔さを保つことが難しくなっています。」

性と生殖に関する健康専門家、ミャンマー

「リベリアの紛争によって、生理がある思春期の女の子やユース女性の50%超が生理用品を手に入れることができなくなっています。彼女たちは一枚の布を使用します。布を洗うための清潔な水や石鹸が手に入らないと、感染症につながる可能性があります。」

ガールズ　リーダーシッププロジェクトマネージャー、リベリア

気候変動の影響

「サイクロンFreddyや2019年のサイクロンIdaiとKennethは、人びとを自宅から避難させました。思春期の女の子も同様に避難したため、生理用品や下着などの持ち物を失いました。また、避難したことで、プライバシーが制限され、水源が遠かったり、多くの人が使っていたり、入浴用具が限られています。」

子ども保護マネージャー、マラウイ

「私のコミュニティは、天水農業に依存して生活しています。しかし、気象災害の影響により、収穫量が少なく、収入がわずかか、あるいは全くありません。その結果、貧困レベルが上がり、生理用品や石鹸を手に入れることができなくなり、女の子の生理の健康に影響を及ぼしています。」

ジェンダーと性と生殖に関する健康専門家、タイ

「気候変動は、生理用品の入手に大きな影響を与えています。特にフィリピンの島嶼部では自然災害が発生した際に、サプライチェーンやインフラが阻害され、製品を必要としている人に届けることが難しくなります。また、頻発する自然災害は政府の資源を縮小させ、月経衛生プログラムの提供に影響を与える可能性があります。」

ナレッジマネジメント担当、フィリピン

「気象災害によって、農家は収穫できていません。そのため、食料難に陥り、生理用品の購入能力に影響を及ぼしています。」

性と生殖に関する健康プロジェクトマネージャー、東ティモール

「現在、この国は気候危機に苛まれており、土砂崩れで住民が孤立し、生理用品へのアクセスが困難になっています。」

プロジェクトファシリテーター、ペルー

ソマリア出身の15歳のHamdaは、12歳のときに初めて生理を経験したが、それは衝撃的な体験だったという。「それが何なのか全くわからず、予想もしていませんでした。」

「生理用品を買う余裕のある女の子だけが学校に行き、教育を受け続けることができました。他の女の子には、そのような機会はありません。たとえ試験を受けなければならなくても、生理用品がなければそれができず、家にいなければなりません。」

Worke、14歳、エチオピア

ティグライの紛争で避難した女の子が尊厳を守って生きるための支援

エチオピアのティグライ地方では、2020年11月から2022年にかけて、紛争の影響で200万人近くが避難しており、14歳のWorkeは、この7カ月間アムハラ州北ゴンダールのキャンプで兄と姉と一緒に暮らしていた。

エチオピア国防軍とエリトリアのティグレイ人民解放戦線の戦闘員が戦闘を開始したとき、Workeとその家族は着ていた服だけを持って身の危険を感じながら逃げ出した。

キャンプでの生活は、プライバシーがほとんどなく、過密な状況で大変である。食料は乏しく、配給は不定期で不十分であり、生理の健康管理も課題だ。お金がないWorkeは、石鹸や生理用品、基本的な衣類など、個人の健康や尊厳を保つために必要なものを買えない。

Workeはキャンプに到着したとき、尊厳キットを受け取ったが、含まれていた30枚の生理用品はもうなくなってしまった。*「もう生理用品がないんです。どうしたらいいんだろう。古着を破いて使おうかな。ティグライにいたときは、生理用品を買うことができたんです。今はお金がないので買えません。以前は生理用品に使っていたお金で、ここでは1キロのタマネギが買えたんです」*とWorkeは説明する。

生理は、キャンプの女の子や女性の間ではタブー視されている。彼女たちの多くは、自身の体についてほとんど知らず、性と生殖に関する健康や権利について教育を受けたことがない。また、多くの人は、女の子が初潮を迎えたら、結婚できる年齢になったということだと信じている。

「私が住んでいた地域ではジェンダー教育が実施されていないため、女の子が生理になると、恥ずかしさや屈辱を感じるのです。」

「生理用品を買う余裕のある女の子だけが学校に行き、教育を受け続けることができました。他の女の子には、そのような機会はありません。たとえ試験を受けなければならなくても、生理用品がなければそれができず、家にいなければなりません。」

Workeは、彼女や友人が生理中に屈辱的な経験をすることがよくあると言う。*「生理中の女の子がベンチに座って血痕がベンチについてしまったら、誰もそのベンチに座らなくなります。また、生理が始まると、以前のように友人と会うこともできなくなります。」*

プランは、ティグライ、アムハラ、アファール地域のキャンプで、子どもとその家族の生活環境を改善し、子どもの保護に関する懸念に対処するために活動している。私たちは、何千人もの女の子に、生理を管理するための尊厳キットを提供してきた。各キットには、石鹸や洗剤などの基本的な衛生用品や、生理用ナプキン、生理用下着といった生理用品、その他の必須アイテムが含まれている。

「尊厳キット」は、女の子を潜在的な健康問題から守るだけでなく、心理社会的・身体的な幸福感を向上させるものだ。過密な環境で生活し、収入創出活動を奪われた避難民の女の子や女性が、尊厳と正常な感覚を取り戻すのに役立つ。

そして、Workeのような女の子たちにとって、生理用品、石鹸、下着が入った「尊厳キット」は、他の必需品と同様に不可欠なものだ。*「現在、シェルターで生活している女の子たちには、食料と一緒に生理用品も提供する必要があります。」*

ザンビアで配布準備中の生理用品キット。

生理用品購入能力が低下した場合、女の子はどのように対処しているか

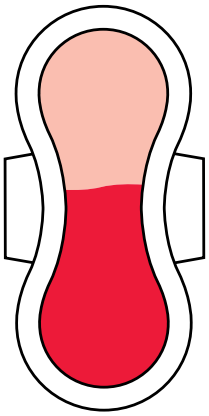
生理用品を購入できない思春期の女の子は、その場しのぎの材料で生理用品を作ることから、極端な手段として生理用品と引き換えに性的搾取を受けたりするなど、さまざまな問題に直面している。

生理用ナプキンなどの生理用品の代わりに、51.6%の女の子や女性が生理中に使用済みの衣類、タオル、古布、綿毛、ボロ布などのその場しのぎの材料を使用していると報告した。エチオピアのあるインクルージョン専門家は、「彼らは最低限の洗濯で、その場しのぎの再利用可能な材料として服を使うことを余儀なくされている」と話している。

回答者の約3分の2(62%)は、女性がお金を節約するために再利用可能な生理健康用品に切り替えていると報告した。その中には、地元の材料を使って再利用可能な生理用品を自作している例もある。インドネシアの水と衛生の専門家は、母親が自身のために再利用可能な生理用品を作り始め、娘に使い捨てのナプキンを買い与える余裕ができ、生理中の教育の継続も容易になったと報告している。

再利用可能な製品は、高価な使い捨ての生理用品に代わる経済的で環境にやさしいものだが、女の子が教育を受け続けるためには、洗濯と乾燥のためにプライバシーを守る必要がある(学校内も含む)。さらに、水へのアクセスが制限されている状況では、再利用可能な製品の清潔さを維持することが問題になる。マラウイのジェンダー・コンサルタントは、*「生理のある女の子や女性は、生理のために使えるぼろ布を何でも使うので、カンジダ皮膚炎などの感染症にかかります」*と報告している。女性性器切除(FGM)を受けた女の子の健康リスクはさらに高く、膣口の閉塞は、痛みや生理不順とともに、膣や子宮に生理血を蓄積させることになる(WHO)。生理時の衛生状態が悪いと、出産時の合併症や不妊の原因となる生殖器や尿路の感染症など、さまざまな深刻な健康リスクにつながる可能性がある(世界銀行)。

生理用品、石鹸、下着を含む「尊厳キット」の提供は、人道支援や地域開発の現場では一般的であり、回答者の45.2%が、女の子たちが尊厳キットや国内で寄付された生理用品に頼っていると報告している。生理用品は、紛争環境では特に入手が困難である。ある回答者によると、紛争の影響を受けた地域の女の子には、2つの選択肢しかないという。



51.6%

が、女の子や女性は生理中にその場しのぎのものを使っていると報告した。

「古布を切って折りたたんで生理用品として使ったり、紛争時には脚に経血がつたうままにすることもあります。」

生理用品が手に入らない場合、ネガティブな対処戦略をとる可能性が高くなる。レバノンのGBVと性と生殖に関する健康プログラムマネージャーは、次のように述べている。*「国の経済状況の悪化は、家計負担の増加や高値な生理用品と相まって、思春期の女の子やユース女性の生理用品へのアクセスに悪影響を及ぼし、彼女たちはネガティブな慣習に頼らざるを得なくなっています。」*

女性に生理を管理する資源がない場合、専門家の報告によれば、*「生理中は学校や市場などの公共の場から遠ざかる」*、つまり本質的に社会から引き離される人もいる。また、南スーダンの性と生殖に関する健康担当者は、思春期の女の子やユース女性が、生理とそれに伴うコストを避けるために、少なくとも妊娠・出産して授乳をしている期間中に、意図的に妊娠する事例があると報告している。

22.9%

が、生理用品を購入するために女の子が性的搾取を受けていると報告している。

専門家のほぼ4分の1（22.9%）が、思春期の女の子が生理用品の代金を支払う代わりに性的搾取を受けていると報告している。この行為はそれ自体が危険なだけでなく、性感染症(STI)や望まない妊娠など、他のリスク要因につながり、悪化させる恐れがある。ケニアの性と生殖に関する健康アドバイザーは、生理用衛生用品が高額であることや、学校を通じて入手できないことを要因として挙げている：*「生理用品は女の子にとってとても購入できないものになっており、干ばつのため、多くの女の子が学校から離れざるを得ず、政府から支給される生理用品を手に入れることができません。そのため、今では搾取的なセックスのようなネガティブな対処法が増え、高い10代の妊娠率につながっているのです。」*

FGMを経験した、19歳のBarwaageは次のように語る。他の女の子たちと同様、彼女はその経験から心に深い傷を負った。「私は決してその瞬間を忘れることはなく、いつも頭の中に浮かんできます。また、常に生理が不規則になりました。」

課題

カメルーンにおける性的搾取の原動力となる希少性と渇望

長引く紛争の影響を最も受けているカメルーンの2つの英語圏の地域では、思春期の女の子が生理の健康管理に関して、増大したリスクに直面している。多くのビジネスが閉鎖され、コストと失業率が上昇し、多くの家族が生活するのに苦労している。

紛争前は、使い捨ての生理用ナプキンを用意できる家庭がほとんどで、女の子の生理の健康をサポートする体制は整っていた。しかし、現在では食料が優先されている。このような要因が重なり、生理用品や石鹸、下着のためのお金を得るために女の子が性的搾取を受けるようになった。特に子どもが世帯主である場合、思春期の女の子が弟妹の生活必需品を買うために搾取されることはよくあることである。これはそれ自体リスクの高い対処法だが、早期妊娠やSTIに感染する可能性も高くなる。

しかし、現在では食料が優先されている。このような要因が重なり、生理用品や石鹸、下着のためのお金を得るために女の子が性的搾取に走るようになった。

紛争の影響を受けた地域では、武装集団による性暴力やGBVが多発しており、水を汲みに行く旅はさらに危険なものとなり、生理中の女の子の清潔を保つ能力を妨げている。

運営されている学校は50%未満であり、生理を管理することができないため、高い中途退学率につながっている。学校の閉鎖の広がりに伴い、女の子は教育を受けられないだけでなく、学校が提供する保護も受けられず、早すぎる強制された結婚のリスクが高まっている。また、生理用品が高額なため、娘を持つ家族が経済的負担を軽減するために、対処策として結婚に踏み切るケースもある。

2022年、プランは、世界の生殖と妊産婦の健康の向上を目指す国連機関である国連人口基金と協力し、カメルーン北西部の思春期の女の子に尊厳キットを提供した。GBVを受けた女の子たちを対象に、石鹸、下着、地元NGOが開発した再利用可能な生理用品が提供された。しかし、女の子の性と生殖に関する健康を優先的に考えるドナーはほとんどいない。もし私たちが、こうした紛争の影響を受けた地域の女の子たちをGBVや早すぎる結婚、性的搾取から守ることを真剣に考えるなら、生理用品で彼女たちを支援し、地元政府やコミュニティの関係者と提携して生理用品を無償で配布する必要がある。私たちは本当にドナーに協力を呼びかけているのだ。

カメルーン、プラン・インターナショナルの国際本部の性と生殖に関する健康の専門家からの引用。

解決策

エチオピアの女の子のための、女の子による現地の解決策

エチオピア北部のアムハラ地方で、プランの性と生殖に関する健康と権利のクラブに参加した思春期の女の子たちは、生理の健康についてのトレーニングを受けた。しかし、使い捨て生理用品を購入する余裕がないという大きな問題が存在した。

そこで、彼女たちは独創的なアイデアに至った。彼女たちはプランに、自身で再利用可能な生理用品を作れるようにミシンを提供してほしいと頼んだのだ。また、作って余ったものを販売するための地元のキオスクとの連携についても、プランに支援を依頼した。プランはミシンを提供し、地元のキオスクと連携することで、彼女たちは再利用可能な生理用品を作り始めた。また、彼女たちは余ったものを販売し、自身と家族の収入を得るようになった。

プランは現在、この計画をホスト・コミュニティから拡大し、IDPの女の子も支援できるかどうかの評価を行っている。深刻な干ばつ、洪水、紛争により、エチオピアでは推定460万人がIDPとなり、そのうち27%が女の子である[8]。この取り組みを拡大することで、より多くのIDPの女の子と女性が、生産、自己使用、収入の増加から利益を得ることができる。

これは、思春期の女の子やユース女性が自らで問題を解決し、差し迫った問題に対する革新的な解決策を考え出した力強い例である。適切な支援と資源があれば、コミュニティは根本から前向きな変化を生み出すことができることを示すものだ。

エチオピア、プラン・インターナショナルの性と生殖に関する健康専門家から引用

生理の健康に革命を起こす：女の子がデジタルアプリで主導権を握る

フィリピンでは、プランの支援を受けた女の子が、女の子による女の子のための世界初の生理記録アプリを開発した。このアプリはOkyと呼ばれ、楽しく、創造的な方法で生理に関する情報を提供する。彼女たちは、生理にまつわる恥ずかしさや知識不足と戦う必要性を感じ、女の子が自身の体をコントロールできるようにするために、このアプリを開発したのだ。

だが、このプロジェクトは単なるアプリではない。プランと教育省との画期的なコラボレーションなのだ。学校での水や衛生、再利用可能な生理用品の作成プログラムなどの教育省のプログラムをアプリに統合している。持続可能性を促進し、生理用品の不足に対処することは、バンサモロ・ムスリム・ミンダナオ自治区のように、生理用品の入手が制限されうる地域においては特に重要である。

オフラインでのキャンペーンやパートナーシップの計画が進む中、Oki Philippinesは、ユース主導の改革の力と、意義ある変化を生み出す国家機関と草の根組織との協働の可能性を証明している。

フィリピン、プラン・インターナショナルの性と生殖に関する健康専門家の話から引用

自宅から1時間離れた川で汲んだ水を運ぶソフィアナ（13歳、ハイチ）。

生理中の清潔を保つための水へのアクセスに、複合的危機はどのような影響を与えたか

清潔で安全、かつ便利な場所にある水源へのアクセスは、生理の健康を適切に管理する上で不可欠だが、回答者の81%が、複合的危機が思春期の女の子が生理中に清潔に保つために水を利用する能力に悪影響を与えていると報告している。

国の状況によって、水の供給はいくつかの理由で制限されることがある。ソマリアのような干ばつや紛争に見舞われた国では、雨季が6回なかったことが水不足につながり、同国の飢餓危機の主要因のひとつとなっているが、生理衛生管理のための水の確保危機に関しても、大きな要因になっている。専門家の半数以上（57.4%）が、コミュニティのいつもの水源が枯渇したと報告している。また、雨不足のために水の配給が増えたと報告する専門家もおり、ギニアのジェンダー＆インクルージョン・アドバイザーは、水を*「乾季の希少品」*と呼んでいる。

水が不足している場合、家庭は限られた供給量を一般的な用途（飲料、調理、洗濯）に優先させることが多く、53.2%の専門家が、思春期の女の子が生理の健康のために水を利用するのが難しいもうひとつの理由としてこのことを挙げている。

気候変動に関連した洪水が水質に影響を与えている場所もあり、38.3%が、思春期の女の子が生理中に清潔に保つための水を見つけるのが難しい理由のひとつとして、地域の水質汚染を挙げている。ペルーのある専門家は、気象災害の影響で激しい雨が降り、川が氾濫して、洗浄に使う水が汚染されたと報告している。

コロンビアのある回答者は、*「インフラの欠如が、生理衛生に必要な水を入手する際の問題をさらに悪化させた」*と報告している。

*「多くの女の子が暮らす地域、集落、セクターには、飲料水を確保するための水道管網すらない。」*ペルーのプロジェクトファシリテーターも、*「家や学校は公共の給排水網に接続されていないため、衛生状態が悪くなる」*と同意した。また、タイとミャンマーで活動する専門家は、衛生を保つための安全な水のない地域に住む女の子にとって、ろ過システムがもたらす違いを認め、更なる洞察を示した：*「雨季には水が濁り、人びとはろ過システムを持たず、家族で使うための簡単なろ過システムの作り方の知識もありません。」*

また、公衆トイレや飲料水へのアクセスに料金を課す都市もあり、コストも問題である。コロンビアのテクニカルアドバイザーは、*「都市部では、清潔な水を利用できる公衆トイレの利用は無料ではなく、脆弱な状況にある思春期の女の子やユース女性にとってはアクセスが困難である」*と述べている。一方、水輸送の価格上昇は、水へのアクセスをさらに困難にしている。*「今年は雨が少ないので、家庭へのきれいな水の配給が多く、タンクローリーの価格も上がっています」*と、ホンジュラスのジェンダー専門家は話す。

避難民や強制移動中の人びとにとって、水へのアクセスは限られている。特に、多くの人に水を分配する必要がある非公式なテント村や、紛争から逃れてきた人びとには水が不足している。マラウイからの回答者は、*「避難民キャンプにいる場合、水を求めて奔走することになる」*と述べている。

安全性についても、専門家のほぼ4分の3が懸念を示している。回答者の73%によると、水を求めて移動する距離が長いと、誘拐から性的暴行に至るまで、思春期の女の子やユース女性がさまざまな外的リスクにさらされることになる。また、地域の治安状況が悪化すると、48%が思春期の女の子やユース女性が水を集めるのは危険だと考えている。ギニアのジェンダー・包摂アドバイザーは、*「女の子が水を求めている間に森の道で誘拐されることがある」*と指摘している。

「今年は雨が少ないので、家庭へのきれいな水の配給が多く、タンクローリーの価格も上がっています。」

避難民の女の子に尊厳キットを配る途中のMulki（26歳）。

緊急時に生理は止まらない：干ばつ時の生理管理

ソマリアの極度の干ばつ状況は、女の子と女性に特別な困難を強いている。清潔な水を確保することは日に日に難しくなっており、貧困レベルの深化と医療施設への近接性の欠如により、多くの人が生殖や生理を含む必要な保健サービスを受けることができないでいる。

生計を失った何千もの家族が、食料、水、その他の基本的なサービスを求めてIDPキャンプに移動している。

26歳のMulkiは、ソマリランドのトグディール地方でコミュニティ・ボランティアとしてプランのために働いている。干ばつが女の子の生理の健康に与えた影響や、コミュニティで女の子に生理や衛生について教える仕事について教えてくれた。

「食料と水のような基本的なものがない場合、生活全体に影響を及ぼします」とMulkiは語る。「日常的に使う水が足りないと、衛生状態も悪くなる可能性があります。場合によっては、再利用可能な生理用品のキットを提供することもあります。しかし、水がなければ、結局は捨ててしまうのです。キットを洗うことができなければ、二度と使うことができないのです。」

そして、Mulkiによれば、再利用可能な生理用品を清潔に保つことができないことは、短期的にも長期的にも、それ自体が健康上のリスクとなるという。*「…感染症によって引き起こされるあらゆる病気を発症する可能性があるため、女の子の健康に直接影響します。病院へ通う女の子もいます。しかし、病院に行き、薬をもらい、医師に自身の問題を説明するためのお金がないこともあり、それが彼女たちの生活 に影響を与えています。」*

Mulkiは、水へのアクセスの欠如が女子教育に与える影響も見てきた。*「生理に関連した病気で中途退学してしまったり、尊厳が損なわれ、勉強を続けられなくなったり。このようなケースはたくさん見受けられます。」*

プランと協働し、Mulkiは避難民の女の子や女性たちとともに、生理に関する健康教育への意識を高め、スティグマを減らすために活動している。また、*IDP*キャンプで水にアクセスすることが難しいにもかかわらず、*Mulki*は尊厳キットの提供を強く支持している。*「尊厳キットは、正しく使用されれば、女の子が勉強を続けられるようになります」*と彼女は言う。*「彼女たちは質の悪い製品を使っていたかもしれません。尊厳キットは、女の子の生活スタイルや衛生状態を改善し、教育を受け続ける可能性を高めてくれるのです。」*

生理の健康状態の悪さが保護リスクを高めている理由

既存のジェンダー不平等により、女の子やユース女性は、紛争、危機、不安定な状況の中で不平等な影響を受けている。困難な状況下で生理を管理することは、彼女たちにとって新たなリスクと不利な状況をもたらす。交差するアイデンティティを持つ人びとは、視界に入ること、生理用衛生用品や生理中に清潔に保つための水へのアクセスにおいて、さらに大きなリスクと問題を抱えている。フィリピンの保健・栄養担当の国別プログラムマネージャーによると、*「レズビアンやトランスジェンダー、先住民、障害者の女の子は考慮されていない」という。*

44.5%

が、家庭内、家族、親密なパートナーからの暴力のリスクが高まり、生理中は社会的スティグマを受けやすいと答えた。

生理の健康状態の悪さや生理にまつわるスティグマは、思春期の女の子たちの日常生活への積極的な参加能力に影響を与える。回答者の半数弱（44.5%）が、家庭内、家族、親密なパートナーからの暴力のリスクが高まり、生理中は社会的スティグマを受けやすいと答え、3分の2（67.7%）がこれをリスクとして挙げた。ペルーのあるコミュニケーション・スペシャリストは、*「私の国では、生理に関する多くの偏見や神話があり、それが女の子の生理体験を害している」*と話す。

このようなスティグマは、女の子や女性の生理に関する知識や、より経済的な生理用品への認識を妨げている。これは、多くの国で生理やその管理について話すことがタブーとされているためだ。ペルーの専門家は、*「生理カップや吸収性ショーツは、貧困にあえぐ多くの女性や女の子にはまだ知られていません。生理カップについて言えば、それを入れると処女を失うと信じられているため、この生理用品にはまだ多くのスティグマがあります」*と話した。

ウガンダの別の回答者は、スティグマ、恥、いじめが、生理中の女の子を社会から完全に引き離し、教育、仕事、その他の機会へのアクセスに影響を与えていることを話した：*「私たちのコミュニティは、スティグマを助長する否定的な社会規範や神話と、いまだに大いに闘っています。最も悪いのは、高齢の女性たちが最も推進していることです。このため、女の子の学校からの中途退学が増え、有意義な経済活動への女性の参加も制限されています。」*

回答者の3分の2（67%）が、生理用品の入手が困難であることが、早すぎる強制された結婚を増加させる一因であると述べている。

多くの文脈では、生理の開始は、女の子が結婚や性行為をする準備ができたことを示すサインである。女の子が生理を管理する手段を持っていれば、家長に見られることも少なくなる。フィリピンの性と生殖に関する健康の専門家は、女の子が生理用品を買うことができない場合、「思春期の女の子を傷つける文化的慣習…幼い頃に結婚しないために生理を秘密にする必要がある」ことに対してより脆弱になると述べている。

半数超の回答者（53%）が、生理中に生理用品や清潔に保つための水を入手することが困難なため、生理中に孤立する思春期の女の子が増えていると回答した。

回答者の68.3%によると、女の子たちが生理用品を入手することが困難なため、学校への中途退学や欠席が増え、教育が保護要因として機能することが多い早すぎる強制された結婚のリスクをさらに高めているという。ニカラグアのある回答者が、*「関連症状 やユース女性が生理痛を和らげるために使用する 薬を入手できず、ひどい痛みのために日常生活を送れないことが多い」*と述べているように、学校の中途退学や欠席は、ナプキンなどの生理用品へのアクセスの欠如だけでなく、痛みの管理不足にも起因している。

生理用品へのアクセス、適正な価格、供給の問題は、地域だけの問題ではない。コロンビアからのある回答者は、政府にも責任を課している：*「必要な要素に自由にアクセスできるような公共政策がないのです。医療制度は、生理の健康が重要な問題であることを認識していないことがよくあります。彼らは、生理に関することはすべて汚いもの、隠すべきもの、痛みは「普通」なものだと思い込むべきだという考えを私たちに売っています。」*

「私たちのコミュニティは、スティグマを助長する否定的な社会規範や神話と、いまだに大いに闘っています。最も悪いのは、高齢の女性たちが最も推進していることです。このため、女の子の学校からの中途退学が増え、有意義な経済活動への女性の参加も制限されています。」

ナイジェリアの政策研究・提言マネージャーは、この点について次のように述べている。*「政府による生理の健康への注目と提供は限られており、その結果、思春期の女の子やユース女性が適切な生理の健康施設を利用できないでいます。このことは、特に生理中の女の子が教育やその他の自己啓発の機会を得ることに悪影響を及ぼしています。また、複合的危機から生じた生理の貧困の程度のひどさは、女の子や女性をさまざまな形態の搾取に対してより脆弱にさせています。」*

調査結果から、生理の健康状態の悪さは一般的な健康状態の悪さと密接に関係していることが示唆され、49.4%の回答者が、生理を安全に管理できない女の子たちの間で下部生殖器感染症が増加していることを報告した。

18歳のMaryは、ザンビアのユースにやさしい場所で、生理について多くを学んだ。

生理衛生教育のための安全な空間づくり

生理の健康は、ザンビアの女の子にとって大きな課題である。一部の女の子にとって生殖年齢への移行は、生理に関する知識や自身の体に起きている変化についての認識が欠如しているため、しばしば恐怖や不安とともに迎えられる。

*「私が初潮を迎えたのは14歳の時でした」*と18歳のMaryは話す。*「市場から帰ってきたときで、それが何なのかわかりませんでした。友達に電話して、何が起こったのか説明してもらったんです。」*

多くの学校では、生理中の女の子を適切にサポートするために必要な施設、物資、知識、理解がないため、疎外されたコミュニティの学齢期の女の子は、生理衛生に対する最大の障壁に直面している。そして、これは不十分な水と衛生環境と相まって、生理衛生を維持することがほとんど不可能となり、女の子にストレスと恥ずかしさを与え、教育や学校にとどまる能力に影響を与える。

*「月に3日ほど、生理中は家で過ごしています。友達のノートを使って遅れを取り戻すようにしているので、あまり学校を休まないようにしています」*と説明するMaryは、*「水が問題です。我が家には水へのアクセスがありません。時々、近所の人の水道を使うこともできますが、週に3～4日は、近くの井戸まで15分ほど歩かなければなりません。衛生状態を良好に保つのはとても難しいのです。」*と付け加える。

プランのGeneration Change!プログラムは、ザンビアで、ジェンダー平等を高め、ユース、特に女の子に性と生殖に関する健康サービスへのアクセスを提供するために活動している。学校を拠点とする子どもクラブや、全国の多くの保健施設にユースに優しい場所が設置され、ユースとユースに優しいヘルスケアやカウンセリングの訓練を受けた保健師がスタッフを務めている。

ここでは、ユースは生理の健康管理を含む生殖に関する健康に関する情報やサービスを自由に利用でき、性と生殖に関する健康、性暴力、FGMなどの有害な慣習、さらには早すぎる結婚、早期妊娠、STIに関するリスクについ話すことができる。

「友人に紹介され、ユースに優しい場所で、生理の健康や10代の妊娠について、多くを学びました。また、2人の友人をこのクラブに紹介しました。スポーツなどの楽しい活動をしたり、授業を受けたりして、とても役に立っています。」

また、学校には子どもクラブが設置され、女の子たちが抱えている問題や懸念について話し合い、安全で快適な環境の中で自身の経験を共有できるようになっている。このクラブは、生徒が直面する問題をよりよく理解するための研修を受けた教師によって運営されている。

また、女の子は、自身の体をコントロールする権利や教育を受ける権利など、自身の権利を要求する方法を学ぶ。そして何よりも、女の子は自身でより良い未来を切り開くことができることを学ぶのだ。

提言

「生理は、権利と尊厳の観点から見られていません。そして、このことが、生理に関する情報へのアクセス、多様な製品へのアクセス、スティグマや固定観念にとらわれない扱いへのアクセスを制限しています。生理を衛生面だけで見て、汚いものとするにとどまるのではなく、代わりに権利に基づくアプローチから生理と人体について話し始めることが重要です。女の子や女性、生理がある人には、尊厳と尊敬をもって生理を生きる権利があるのですから、生理教育にフェミニズムのアプローチを取り入れましょう。」

ジェンダー平等アドバイザー、カナダ

生理の健康を普遍的な人権として認識し、尊重する

生理の健康は、不可欠の人権として認識され、尊重されるべきだ。すべての開発・人道支援団体は、思春期の女の子が尊厳ある生理の権利を確保できるよう、あらゆる手段を講じるべきである。生理の健康はそれ自体が権利であると同時に、健康、教育、栄養、生計、保護といった他の分野や人権における人道的目標を達成するために不可欠なものである。

そのためには、生理中に清潔に保つための水や石鹸へのアクセスの保障とともに、良質で手頃な価格の、文化的・文脈的に適切な生理用品への普遍的なアクセスを確保する必要がある。また、生理の健康は、生理用品の配布にとどまらない。生理に関連するスティグマや差別と闘い、痛みの管理や栄養の必要性など、生理の健康をサポートする知識を広めることも含まれる。

性的指向、性自認や表現、性特性にかかわらず、また障害者も含め、すべての思春期の女の子が見えるようにし、平等にアクセスできるようにする、交差的なものの見方をすることが重要である。

Rinkuは、学校に行っている間に初潮を迎えた。家に帰ると、母親は「病気だから、家から出てはいけない」と言った。

25歳になったRinkuは結婚し、2人の子供と義理の家族と同じ村で暮らしているが、生理にまつわるタブーへの恐怖はもうない。

安全で抱摂的な水と衛生、保健サービスおよび施設に対する投資を優先する

特に資源に制約のある環境において、良好な月経衛生へのアクセスを支援する最も効果的な戦略のひとつは、水と衛生システムを含む中核的な公衆衛生インフラに投資することだ。家庭、コミュニティ、保健センター、学校などの施設や公共の場で一貫して適用される、良質な水、衛生設備、廃棄物管理の実践は、思春期の女の子の健康と尊厳を促進する上で不可欠である。

生理中に体を清潔に保つための水への安全なアクセスは、必須であり人権である。水が不足または汚染されている場所で、思春期の女の子の生理の健康が任意事項と見なされることはあり得ず、そうであってはならない。特にFGMを受けた人にとって、直接的かつ長期的な健康リスクはあまりにも大きく、普遍的に合意された人権を侵害するものである。また、女の子は生理の健康を維持するために、安全でない地域を長距離歩いて水を入手する必要もない。水へのアクセスは、すべての思春期の女の子が生理の健康のニーズを満たすために、十分で、安全で、受け入れられるもので、物理的にアクセス可能で、かつ安価でなければならない。

生理用品の無償提供

思春期の女の子とユース女性が危機の時に、手頃な価格の生理用品にアクセスできるようにすべきである。人道支援者は、生理用品キットや物品の配布を通じてこれらを無償で提供するか、現金やバウチャーによる支援を通じてアクセスを可能にするべきである。

思春期の女の子やユース女性に尊厳キットを供給することは、他の介入策と組み合わせることで、基本的な物資を入手するための他人への依存を減らし、性暴力およびGBVのリスクを軽減し、性を売ったり交換する性的搾取や早すぎる結婚などの否定的な対処戦略のリスクも減らすことができる。尊厳キットに生理用ナプキン、下着、石鹸、洗濯バケツなどの必須物資を入れて提供することで、女の子や女性が限られた資源を使って、食料など他の重要な品目を購入できるようになる。

生理用品の選定は、他の生理用品や尊厳キットの物品とともに、安全で個人的な洗濯や乾燥、廃棄の選択とともに、女の子のニーズや好みに合うように、女の子との協議を反映しなければならない。配布は、年齢に応じた女性スタッフまたはコミュニティ・ワーカーによって管理されるべきであり、生理のスティグマをなくすための支援を含む、生理の健康管理に関する情報提供も伴うべきである。

また、政府は、学校や保健所で生理用ナプキンを無料で提供し、女の子が生理用品を交換するための安全で尊厳のある水や衛生設備も提供することで、学校の欠席や中途退学を減らすことができる。

遠隔地、到達困難な地域に住む思春期の女の子のために、革新的な解決策が求められている。

生理の健康をすべての部門の横断的な優先事項とする

生理の健康と衛生管理は、特に人道的対応において、各分野の対応に統合されなければならない。

例えば、女の子や女性が所有・運営する小規模事業を優先し、現地で商品を調達することで生活を向上させることができる。思春期の女の子やユース女性が経済的なエンパワーメントを強化するために生計の機会を得ることを支援することで、資源が乏しいときには優先されない生理用品を購入することができる。

また、活動家は、思春期の女の子やユース女性に、布、糸、パッド、ミシンなどの材料を提供し、教育ツールとして、また自ら使うために、再利用可能な生理用ナプキンを作ることができる状態にする。

13歳のSarahは、学校の子どもクラブに参加し、生理や思春期について学び、自身の体に起きている変化に対する意識を持つようになってから、自身の権利について詳しく知るようになった。

シェルター施設、水、衛生設備は、身体障害者を含む生理がある人のニーズを考慮したものでなければならない。思春期の女の子は、特に生理中、男の子や男性よりも衛生面でプライバシーを守る必要がある。安全性と尊厳の維持は、生活環境が制限される人道危機の際に特に課題となる。シェルター関係者や水・衛生関係者は、思春期の女の子と、好み、プライバシーに関する懸念、文化的タブー、スティグマの経験について相談する必要がある

教育部門では、生理、生殖に関する健康、生理痛の管理に関するトピックを含む包括的性教育を、国の学校カリキュラムや学校外で取り組み、緊急環境では仮設学習スペースやライフスキル・プログラムに組み込む必要がある。性と生殖に関する健康の専門家は、教育省、保健省、ジェンダー・社会福祉省と提携して、学校に通う女の子やそうでない女の子に、再利用可能な生理用ナプキンを自ら制作する職業訓練を提供することもできる。さらに、学校や学習スペースでは、女性に優しい安全で尊厳のある水、衛生設備（女性教師を含む）と共に、生理用衛生用品を無料で利用できるようにしなければならない。

健康と栄養の関係者は、鉄分不足、生理痛の増加、下部生殖管感染症、妊娠合併症など、悪い生理の健康状態から生じる健康への悪影響を理解し、これらを「生活の一部」「女性の問題」ではなく、深刻な状態として扱う必要がある。特にFGMを受けた女の子に対しては、専門的な支援が必要な場合がある。

巻末資料

1. OCHA: Global Humanitarian Needs Overview 2023 (339 million people across 69 countries)

2. Universal Declaration of Human Rights (1948); United Nations Declaration on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women (1981); United Nations Convention on the Rights of the Child (1989).

3. Food Security Information Network (FSIN) and Global Network Against Food Crises (GNAFC), Global Report on Food Crises 2023, mid-year update, May 2023

4. Food Security Information Network (FSIN) and Global Network Against Food Crises (GNAFC), Global Report on Food Crises 2023, mid-year update, May 2023

5. WFP: A global food crisis – 2023: Another year of extreme jeopardy for those already struggling to feed their families

6. OCHA: Global Humanitarian Needs Overview 2023

7. WFP: A global food crisis – 2023: Another year of extreme jeopardy for those already struggling to feed their families

8. OCHA: Ethiopia Humanitarian Response Plan 2023 https://reliefweb.int/report/ethiopia/ethiopia-humanitarian-response-plan-2023-february-2023

The charity for girls' equality

TOWARDS
A BETTER TOMORROW

報告書執筆者:

Dr. Leilani Elliott
シニア・アドバイザー(ジェンダーと緊急事態担当)、
プラン・インターナショナル・オーストラリア

Hannah Pronesti
コミュニケーション・アドバイザー、
プラン・インターナショナル・オーストラリア

13 75 26

PLAN.ORG.AU

Plan International Australia
18/60 City Road, Southbank VIC 3006
GPO Box 2818, Melbourne VIC 3001
Tel: 13 75 26 Fax: +61 (3) 9670 1130
Email: info@plan.org.au

ABN 49 004 875 807

/planaustralia
@PlanAustralia
@plan_australia