

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

佐野 陽香

(手塚恵子ゼミ)

目次

はじめに

第1章 女性たちの歩み

- 1 世界史から見た月経処置
 - (1) 月経処置の始まり
 - (2) 海外の生理用品の歴史
- 2 日本史から見た月経処置
 - (1) 使用するものとその方法
 - (2) 禁忌から管理の対象へ
 - (3) 布ナプキンという存在

第2章 フィールドワーク

- 1 比較（異なる世代）
 - (1) 若者
 - (2) お年寄り
- 2 経血コントロール
- 3 布ナプキン愛用者の声（20～40代）

第3章 身体感覚の変化

- 1 「選択できる」ということ
- 2 身体の声聞く

おわりに

はじめに

この研究テーマは中学の時に、私が初潮を迎えた時から気になっていたもので、今回卒業論文を作成するに至った。私は小学生の時に受ける性教育の授業もほとんど聞いていなかったため、恥ずかしながら月経に関して無知であった。調べてみると、女性だけにしかない特殊な習慣のようなものであり、人類が生き続け行く中でとても重要な役割を担っているものようだ。私が唯一知っていた処置に使用する紙ナプキン⁽¹⁾は、現在では薬局やスーパーで当たり前のように買えるし、お店の人も気を遣って当たり前のように色付きの袋に入れてくれる。周りを気にせず女同士で月経の

話をできるのもはや当たり前だが、この当たり前前に使われているナプキン、実は世の中に出回り始めて50年余りしか経っていないことをご存じだろうか。もちろんそれよりずっと前から女性の月経は月に一度身体に訪れていた。ではナプキンがない時代は？あるいは、最近では「紙ナプキン」の先を行く布ナプキン⁽²⁾なるものが若い女性の間で人気である。女性たちは月経をどのように乗り越えてきたのか。そして、それに伴い女性が持つ特殊な身体感覚がどのように変化していったのか、明らかにすることをこの論文の目的としたい。

第1章 女性たちの歩み

1. 世界史から見た月経処置

(1) 月経処置の始まり 紀元前3000年頃のエジプトの女性のミイラの膣から、タンポンが発見されたことにより、現在普及率の高い当て布よりも、タンポンが先に月経処置として使われていたのか、という考えが出てきた。しかし、先に使われていたのではなく、正確に言えば膣に詰め物をするという行為が当たり前だったのである。例えばアカシアにゴムの粉をつけたものや、ソーダにはちみつを混ぜたものを膣に挿入し、墮胎する方法が一般にとられていたりもしたらしい。また、タンポンはこの頃、生理用品というよりは避妊具として使われていた。当時のタンポンの原料はガガイモやパピルス草（和名カミガツリという多年性植物）という紙の材料になっている植物の髄を加工したものであった。

小野清美（小野清美2000年）によると、先史時代⁽³⁾の女性は、狩猟・漁猟や草木の実を採取しながら日の出とともに起き、日没とともに眠るという自然に任せた生活を送っていたとされるため、月経（今日の処置を）という概念がなく、また何もしないのに体から血液が流れ出ることは周囲の目から見れば驚異であって、月経を「さわり

事」として畏怖していたのではないかと考えられている。月経に対して人間たちは死の恐怖や血の呪い、魔力を感じながらも、今日の母性保護の意味とは異なった観念から、月経中の女を無理やり働かせようとはせず、時の過ぎるのをひたすら待っていたのではないだろうか。

ニューギニアの山岳民族をフィールドワークした人類学者のマーガレット・ミードは以下のように述べている。

ニューギニアの山岳民族の女たちは月経中じじめした冷たい地面の上にしいたうすっぱらな木の皮の上に座り、小屋とも呼べない木の葉でつくった雨漏りのする小屋の中で、イラクサのとげで身をこするのだから、月経痛など感じる暇も無いだろう。(ジャニス・デラニー 1979年 58頁)

これはミードが目撃したニューギニアの女性たちの月経処置の様子だが、未開社会の女性たちは今なおこのような形で月経を処置しているのである。だが、この習慣があることによって女性同士が一つの場所に集まり、若者は先輩からいろんな知恵を学ぶことができただろう。つまり月経は女性のためだけの特別な時間なのである。

(2) 海外の生理用品の歴史 海外のルネット(月経カップ)サイトによると、1839年にチャールズ・グッドイヤーがゴムを加硫処理するための技術を開発したことで、コンドームや避妊リング、ベッサリーなどの避妊具が作られるようになる。1873年、コムストック法が制定され、アメリカ国内でポルノや受胎に関連する物品や文章の販売や配

信することが連邦犯罪となる。そのため、「女性用衛生」という用語を新たに作り出し、市販の商品を新たなパッケージで宣伝するに至った。1896年、初めての商用ナプキンとしてリンスターのタオルの販売が開始される。ジョンソン&ジョンソン(不妊外科の先駆者であるジョセフ・リンスターにちなんで名付けられた)が産み出したこの商品は、上品ぶった時代では革新的すぎたため、全く受け入れられなかった。

20世紀初期になると多くのアメリカ人女性が、赤ちゃん用おむつに使用されていたのと同じ吸収性のあるコットン素材で作った、手作りナプキンを使い始める。コットン素材の布や端切れを、ピンで下着にとめたり、綿モスリン素材の手作りベルトなどを使って着用していた。洋服が汚れるのを防ぐためにデザインされた衛生用エプロンやブルマが通信販売されるようになったのもこの頃である。1911年マイドールが頭痛・歯痛の薬として販売されたが、後にマイドールは生理痛の薬として認知されるようになる。第一次世界大戦時にはフランスの看護婦が、戦士の傷に使っていたセルロース包帯が単なる綿よりも血液の吸収率が良いことに気づき、自分たちの月経時に使うようになる。

1920年代に、日本で最も知られている海外の使い捨てナプキンであるコーテックス(Kotex)の販売が開始される。便利さへの第一歩ではあったものの、衛生ベルトを着用しないと使用できなかった。キンバリー・クラーク氏は、コーテックスを店のカウンターにディスプレイし、料金を入れる箱を用意するように勧めた。そうすることで、客は「ナプキン」「月経」などの言葉を口にする必要がなくなったのである。また、ファッション業界に革命が起こったのもこの頃で、女性下着の股の部分が閉じた構造に変わったことで、ベルトやナプキンをきちんとした位置に保つことが容易になったのだ。1927年、ジョンソン&ジョンソンがModessを発売。何百とあるナプキン製造社の中でコーテックスの一番の競合となる。1930-1960年の間、何年にも渡り、ライゾール消毒薬が台所やお風呂の洗浄剤、そして女性の避妊薬として使用されていたが、実際には妊娠を防ぐものではなかった。同様にZoniteは、女性の臭いに

表1 欧米の近代社会における生理用品の歴史

1896年	リンスタータオル
1920年	コーテックス(ナプキンの原型となる)
1927年	Modess
1930年	月経カップ(使い捨てナプキンの方が好まれた)
1940年代になると、ナプキンの宣伝が始まる	
1969年	ステイフリー(粘着性有)
1970年	初めて小説で月経が取り上げられる
1975年	タンボン
1990年	Padette

これ以降、ピルが常用され、なるべく生理の回数を減らすことが当たり前になってしまった。

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

対する恐怖心を煽ることで商品を販売していたようだ。

1930年代になるとレオナ・チャルマーが最初の再利用できる月経カップを産み出し、特許を取る。使い捨て商品が全盛であった当時、多くの女性は自分の月経血を処理するよりも、トイレに流すか捨ててしまう方を好んだ。1931年、ドクター・アーリー・ハースが、初めてアプリケーターを使ったタンポンの特許を申請。これは、現在でも使われているデザインで、ゲートルード・テンドリッチはその特許を3万2千ドルで買い取り、1933年にタンパックス (Tampax) を設立。当初、彼女はミシンとドクター・ハースの圧縮機を使い家でタンポンを作っていた。

1940年代「Modess...because」という宣伝が開始されたことで、月経が高級感を持つ、ファッションとして宣伝されるようになった。

1950年代潤滑剤が先端にほどこされたアプリケーターなしのタンポンの販売が開始。同時期に販売され始めたタンポン持ち運び用のタンポンケースは、10代の女性をターゲットにしていた。1959年、月経カップが大々的な宣伝の下、2度目のチャンスを得るが、今度もまた女性たちの関心は低く、そのまま市場から姿を消した。1960年、最初のバースコントロール・ピルである Enovid がFDAにより承認される。ピルは、受胎を革命化し、性革命を勢いよくスタートさせたが、生命を脅かす血栓や心臓発作など危険な副作用があることが判明する。そのため1963年、新しい女性の創造が出版され、ベティ・フリーダが国中にある大勢の不満だらけの主婦に発言権を与えた。フリーダは、妻と母親という女性の伝統的役割が女性のアイデンティティーをもたらすという考えに、女性たちが犠牲になっていると仮定したそうだ。1969年、粘着テープがついた最初のナプキンであるステイフリーが販売。これによって多くの女性が、ベルト、クリップ、安全ピンなどを使用する必要がなくなった。1970年、小説、『Are You There God? It's Me, Margaret』が出版される。著者であるジュディ・ブルームは、思春期、ファーストキス、はじめての生理などの現実を小説を通じて伝えた。ブルームは、フィクションの話の中で、はじめての月経の問題を取り入れ

た最初の小説家であった。1972年、キンバリー・クラークは、New Freedom のナプキンでベルトなし世代に参画した。全美放送事業者協会は、ナプキン、タンポン、ビデの宣伝禁止をなくし、アメリカ最高裁は、マサチューセッツ州での未婚女性に対する避妊具の販売禁止を中止する判決を下した。1975年、「心配も吸収します」という謳い文句で、Rely タンポンが販売される。P & G は、タンポンの使用が毒素性ショック症候群に関連づけられた後、1980年に Rely の販売を中止。1985年、コートニー・コックス・アーケットが、テレビのコマーシャルで「生理 (period)」という言葉は初めて使用する。この頃から割と生理という言葉が恥じらいなく使用され始めた。1987年、月経カップの新たな商品としてキーパーが販売される。キーパーの販売は月経カップとしては初めてある程度成功を納め、今でも市場で販売されている。

1980年代後になると、半医療機関が、定期的な膣洗浄は膣内の pH のバランスを変えてしまうことで感染症につながる恐れがあることを発表した。それにも関わらず、女性たちは膣洗浄商品に多額の出費を続けているようである。

1990年代に新しい生理用品である Padette が販売される。軽い日用にスーパーミニは、大陰唇に水平に置くようにデザインされ、最初は女性の関心を集めたものの、その後すぐに市場から姿を消す。2003年、FDA は、最初の継続的バースコントロール・ピルを承認。このピルは、生理を抑え、バースコントロールを行うもので、Seasonale を服用した女性は、1年にたった4回だけ生理になるようになった。ただし、青年期に長期間の服用することが安全であるかどうかを確認した試験は行われなかったか、結果が発表されることはなかった。2007年、生理を完全になくしてしまうバースコントロール・ピルとして初めて、Lybrel がFDAに承認される。ところが、ウェブサイトでは、服用中の女性が「月経痛や膣からの出血」を経験する可能性があることを明記している。

上述したように、海外の商品や月経処置の方法は、日本と少し違って、詰める式のタンポンのような商品が多く出回っていることがわかる。日本の女性が気持ち悪いのを我慢して自分の身体を傷

つけない処置をしているのであれば、海外の女性たちは気持ち悪いことさえも取り払い、月経そのものを排除しようとしているように思えてならない。海外に旅行に行った女性が口をそろえて言うのは、いかに日本の生理用品が快適で優れているかという事である。後に述べるアンネナプキンの基礎となった商品が海外から発売されているのだが、やはり日本の技術は素晴らしという他ない。

2. 日本史から見た月経処置

(1) 使用するものとその方法 現在のように、市販の生理用品を用いて月経処置を行うようになったのは、昭和に入ってから発売された「アンネナプキン」以来のことである。それ以前は、各々で処置の仕方を工夫し、月経期間を過ごしていた。その方法は、詰め込み式や当て物式、または垂れ流しなどであった。

表2 日本における月経処置の推移

奈良時代	股ふさぎ→ガガイモやツバナの穂を織ったもの
平安・室町時代	貴族は紙や絹、庶民は麻などを使用
江戸時代	浅草紙という再生紙。お馬や蕘禪（もっこふんどし）
明治時代	脱脂綿が日本薬局方に認定される
大正時代	ビクトリヤ月経帯の登場
戦後	アンネナプキンの登場
現在	布ナプキンの普及

仏教の伝来とともに絹や麻の生産が始まると、それらの布を月経処置に用いたと考えられている。しかし仏教によって、女性に対する赤不浄（月経に対する穢れ）、白不浄（お産に対する穢れ）が説かれると、女性が月経小屋に籠ること⁽⁴⁾が、隔離へと位置付けられるようになってしまった。また、小屋に籠る際には家の火を穢れさせないようにと、「別炊き」「別膳」などの禁忌が徹底して行われ、このような習慣は明治維新頃まで続いたという。

平安時代には、薄い紙や綿を月経処置に使用し、その代用として、前にも使われていたガガイモやツバナの穂などといった植物を使用していた。ま

た、貴族社会の女性は、「姫の科」（紙や絹を縫い合わせ、その中に綿を入れたもの）を当て物にしていた。一方庶民は、麻を当てるか詰めるなどして対処していたという。このような処置法は江戸時代まで続いていたと考えられる。

江戸時代になると、手製の月経帯として「お馬」⁽⁵⁾や「もっこふんどし」⁽⁶⁾が使用されていた。それらの月経帯とともに、使い古したボロ布、浅草紙、すき返した再生紙などが当て物として使用されていた。また、この時代の遊女たちは、絹織物を裂いて紐にしたものを巻いて棒状のタンポンを作っていたという。それは、月経処置のためだけでなく、奥の方に詰めて精子を入れないようにするための避妊道具としても用いられていた。

明治・大正にかけて、股の部分がゴムでつくられた「ビクトリヤ月経帯」などが発売され、女性雑誌などを媒体に宣伝を行い、都心部の女性や女学生を中心に支持されていった。その一方で、地方都市や農村の女性は旧来のように、手製のお馬やもっこふんどしに、古紙や粗悪な紙を用いる処置を行っていたという。また、硬い紙や古い綿を詰め込んで使用する者も多かった。詰め込み式は膣内で経血を食い止めることから快適性や吸収性に優れていたが問題点もあった。「中に詰めたりすると繊維が残ってしまい、それを繰り返すと病気を引き起こすので注意するように。」（『主婦之友』六月号1940年 132頁）と当時の女性雑誌でも取り上げられている。このことから月経処理は「詰める」ことから「当てる」方が当り前ようになったのではないかと考えられる。当時「ハイカラ」なものとして注目を浴びたビクトリヤ月経帯にも欠点はあった。フィット性は格段に良くなったが、ゴムで当て布を押さえつけているだけだったため、通気性や快適さは果たして良かったのだろうか。しかも田中ひかる（田中ひかる2013年）によると、バスの中ではよく血のついた布が良く落ちていたというのだから、周りの人からすれば本当に迷惑な事であっただろう。

そして、それらを解消したのが、1961年にアンネ社が紙のみで製造した「アンネナプキン」である。大々的な宣伝と、ミニスカートやジーンズといったファッションの流行により、アンネ社が製造した薄型ナプキンは女性たちに好まれ、アン

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

ネナプキンは圧倒的な支持を得ていった。従来の月経処置は、脱脂綿やボロ布などを使い個人の努力で月経の処置をしていた時代であったが、アンネナプキンは、清潔で、簡便で、誰もができる均一的な月経の処置へ大きく変換させたのである。

表3 アンネ社年表

1961年（昭和36年）	アンネ株式会社設立、アンネナプキン発売
1963年（昭和38年）	ユニチャームが生理用品を発売
1964年（昭和39年）	アンネナプキン薬事法に抵触
1968年（昭和43年）	アンネタンポン o.b. を発売
1971年（昭和46年）	ライオンの系列会社となる（ユニチャームに売上高を抜かれる）
1978年（昭和53年）	ライオンがアンネの経営権を取得
1980年（昭和55年）	ライオンの子会社となる
1982年（昭和57年）	ブランド名をキャティに変更 その後エルディに変更、タンポンに特化
1993年（平成5年）	ライオンに吸収合併される
2002年（平成14年）	ライオンがエルディをユニチャームに譲渡

アンネ社の成功を皮切りに、その後様々な紙ナプキンが発売される。高分子吸収材といった、吸収・保水能力が高く、漏れの改善につながるものを使用したり、羽つきにせずれを防いだり、経血の量が多い時や少ない時に合わせ、様々な厚みや形状をしたものが製品化され、ユーザーが自身のライフスタイルに合わせて選択できるような商品展開を行ってきた。この頃には、生理用品は女性たちが「作る」ものではなくて「消費」していくことが主流になったと考えられる。

ちなみに、ナプキンが普及するその一方でタンポンの利用比率が低いのは、初経教育ではナプキンの当て方の指導が主体であることと、解剖学的な女性性器の知識がなければタンポンを使いこなすことが難しいことにあるのではないかと。特に

教育現場では、戦前の純潔教育⁽⁷⁾の影響を受け、処女膜尊重の意識がまだ残っているからだと考えられるため、ナプキン中心の指導になっているのであろう。

(2) 禁忌から管理の対象へ 前述したとおり、月経は穢れたものと見なされ、月経中は隔離されたり食事も別にされていたが、明治期になると、西洋医学を学んだ医者たちによって、月経は禁忌から管理の対象になっていく。

女子の月経を目して「不浄である」と云うたのは昔の事で、医学上から云えば生理上無くてはならぬ作用であれば、月経の時神仏に詣でも憚りなく、平然として心を落ち着け、物に怯ち事を苦慮するにも及ばない（『婦人衛生会』第219号 1908年 12頁）

何故このようなことが言われたのか、それは「富国強兵を達成するためには、強健な兵士や労働者を生むための〈母体〉の改善が不可欠」（田中ひかる 2013年 22頁）で、そのために月経を重要と見なし、（優秀な母体が望ましいため）医師が生理処置の発信源となり⁽⁸⁾、衛生的処置法の脱脂綿と月経帯によるナプキン式を説いていたという。（働く女性に対してはタンポン式を勧めていたこともあったそうだ。）これを前提として、医学的管理の妨げになる旧来の月経禁忌を払しょくするというに至ったようだ。

そうと決まれば管理は厳しく、「もしこれに反せば出血の増加又は疼痛等を烈しくし又これにより婦人科的疾病を起こす元凶となる」（『婦人衛生会』第177号 1904年 25頁）として月経時に禁じられたのが、「旅行」「悪路の歩行」「自転車」「長く体を屈して仕事をする」「長時間の直立」「ミシンを使う」「正座」などであるが、当時ほとんどの女性がこれらの禁止事項を守れる環境にいなかった。なぜなら、これら禁止事項は婦人衛生会の出す『婦人衛生雑誌』に記載されていたのだが、その読者対象が労働社会の婦人ではなく上流階級の女性であったために、労働に従事する庶民層の女性の多くはこのような知識を知り得なかったからである。

(3) 布ナプキンという存在 現在では使い捨てる紙ナプキンが販売される一方、インターネットや健康食品店などでは布ナプキンの取り扱いが広まりつつある。布ナプキンとは、1999年頃に発売され始めたオーガニックコットン⁽⁹⁾やネル生地で作られたナプキンのことで、使用後は洗って繰り返し使う事が出来るというものである。種類として、メイド・イン・アースやプリスティンなど国内メーカーやムーンフェイズ（オーストラリア製）やグラッドラグス（アメリカ製）といった海外のものも購入することが可能である。それらの製品には市販の紙ナプキンのように、ナプキンの両サイドに羽をつけ下着に固定できるタイプのものや、ハンカチのような形をして折りたたんで使用するタイプのものがある。羽つき布ナプキンには、保水力に優れた特殊な吸収体を内蔵したもの、生地を何枚か重ねて吸収力を高めたものや、防水シートを使って漏れを防ぐ工夫したものが見受けられる。

紙ナプキン発売以前には、「月経帯」や「もっこふんどし」といったゴムや布を用いた生理用品が使われていたが、それ自体に経血を吸収させるというよりも、経血を吸収させる当てものであるポロ布・脱脂綿・紙などを固定する役割が大きかったのではないだろうか。経血を吸収した布や綿は再利用可能だが、紙などは捨てるしかない。紙ナプキン発売以前に、日本でも布を月経処置に用いていたとはいえ、今日の布ナプキンとは使い方が多少異なると言える。近年では新聞や雑誌やインターネットなどの媒体でも布ナプキンが紹介されたりしている。常に楽に便利に手軽に進化し続けてきたナプキンであったが、ここにきて元に戻っているようにも思える。それは、日本の生理用品の歴史の新たな流れだと言えるだろう。

第2章 フィールドワーク

布ナプキンを使用している方たちを対象に、布ナプキンと紙ナプキンの使用感の比較と、それによって変化する身体感覚（経血コントロール）について、聞き取り調査をおこなった。

1、比較（異なる世代）

(1) 若者 実際に布ナプキンを使用している方

にいくつか質問をしました。（二人に聞き取りをしたので、AとBで表現します。A = 24歳女性、布ナプキン歴3年。B = 19歳女性、布ナプキン歴3ヶ月。）

Q1：布ナプキンに変えた理由は？

- A：生理痛がひどかったので、友人に勧められて布ナプキンにした。使い始めは布で大丈夫なの？と心配だったが、今では多い日用や夜用など色んな種類を使い分けている。
- B：姉が使っているのを見て、気になったので買ってみた。少し値段が高いので2枚程度しか持っていないが、使い心地はいい！

Q2：布ナプキンのメリットとデメリット

- A：メリットは何と言っても生理痛が緩和されたこと！私は色々試してコットンではなくシルク素材のものを使用しているが、吸収性も抜群だし、むれたりしないから付けていて不快感がない。鞆に入れていてもナプキンだと分かりにくいのもいいと思う。

デメリットは洗うのが面倒くさいこと。最初は本当に面倒くさかった。やっぱり冬は乾きにくいし、ちょっと外には干しにくいし、落ちにくい時もあるから洗濯は大変！

- B：なんか包まれてる感があって温かい。ずれたりしないし、お腹が冷えにくい気がする。出た瞬間にすぐ吸収してくれるから気持ち悪くない。ずっと布ナプキンだけを使い続けてたら、紙ナプキンを買わなくて済むから、節約にもなる、というのがメリット。

デメリットは、学校とか外出した時に、使用済みをずっと持っておかなくちゃならないこと！乾いちゃうと洗っても落ちにくいから面倒くさい。さすがに長時間つけていると漏れてしまう事がある。私はまだ慣れないので紙ナプキンも併用している。

Q3：手入れの方法、または道具について

- A：道具はとくに使用せずに、アルカリウォッシュを使用して洗うと綺麗になる。そのまま干すと時間がかかるから、ネットに入れて洗濯機で脱水している。
- B：石鹸水につけ置きして、他の洗濯物と一緒に洗濯してしまう。手洗いだから道具は使

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

用しない。

(2) お年寄り おばあさん世代に質問をしました。(C = 77歳 昭和11年/1936年生まれ。D = 89歳 大正12年/1923年生まれ。)

Q1：今布ナプキンという生理用品が流行っているのですが…

C：私が月経時に使っていたものと似ている。布ナプキンと言うけれど、だいぶしっかりしたナプキンですね。当時は脱脂綿を敷いてゴムパッドのようなもので止めるだけだったからね。なんでわざわざ洗わなきゃいけない方に戻ったの？

D：ナプキンと呼べるものは使ったことがない。ちり紙を小さく丸めて詰めておいただけの簡単なものだったから。紙ナプキンやら布ナプキンやら使う今時の子はなってない。

Q2：紙ナプキン発売後、使用してみてどうでしたか？

C：洗う必要もないし便利になったとは思ったけど、綿を洗って繰り返し使っていたので、※捨てるという行為が慣れなかった。(もつたいたいと思ってしまった。)

Q3：当時の話を教えてください

C：現在の性教育ではナプキンの使い方しか教えないみたいだけど、当時はみんな普通にタンポンを使用していた。もちろん今でいうナプキンと呼ばれるような当て物もしていたが、併用することが多かった。そうしないとすぐに脱脂綿がダメになってしまうから。娘が初潮を迎えた時は紙ナプキンを使わせていた。私も使うようになったが、洗って繰り返し使っていたのがあほらしく思えるほど進化していた。あれには本当に驚いた。

D：月経処置をするという考えがなかったように思える。当時ほとんどの人がそうではないかな。トイレに行って、小便や大便と一緒に血も流すといったようなやり方だった。だから膣の入口を軽く塞ぐだけで十分だった。そういうやり方だったから、自分の身体の状態はちゃんと把握できてい

た。

Q4：布ナプキンと紙ナプキンでは結果どちらがいいか

C：どちらも利点があるので気分を変えたいと思う。どちらも備えていて困ることはない。ただ、紙ナプキンが安い今の時代、布ナプキンは高価な気がする。

D：布ナプキン。自分で汚したものを洗うという習慣をつけた方がいいのではないかな。そうすることによって月経がただ面倒くさい一週間から変わるかもしれない。

若者は布ナプキンが最新の月経処置用品だと思っているのに対し、お年寄りは何故今更昔やっていたようなことを、と思っているようだ。

2. 経血コントロール

この身体変化、いわゆる「経血コントロール」は、全ての女性に備わっているものだとおっしゃるDさんに話を聞くことができた。

Dさんは、生理中は軽い詰め物をする程度で、ほとんどは経血をコントロールして過ごしていたという。現代の女性のナプキン慣れに、戸惑いと憤りを感じているようだ。その内容を記述する。以下の通り。(質問者を佐野、回答者をDと表記。)

佐野：私も含めて初潮を迎えた時から紙ナプキンを使ってる人が多いんですけど、それについてどう思いますか？

D：現代の女性は結婚も遅いし子供も余り産まないし、生理になる回数も量も増えているから、便利に月経処置をするのは当り前のことかも知れないね。こうやって話を聞かれるようになってから、そんな考え方もするようになったよ。

佐野：初めてお話を聞いた時はちょっと怒ってましたよね。

D：ちょっとだけね。

佐野：Dさんは当時経血をコントロールできてましたけど、周りの友達などはどうしていたんですか？

D：私が特別コントロールできるわけではないよ。女性はみんな、もちろん佐野ちゃんも

できることなんだよ。昔の人ができて、今の人ができないなんて勘違いさ。

佐野：私もできるようになるんですか?!でもトレーニングをしないとできませんよね。Dさんはトレーニングとかしたんですか?それとも初めからできていたんですか?

D：うちは農家だったからね、小さいころから両親のお手伝いをしていたんだけど、初潮を迎えたからって働かないわけにはいかなかったんだよ。畑仕事って結構大変で、それこそ自分が生理ってのをきにしてられないくらい。いちいち当て布を交換して…なんて面倒くさかったから、経血をコントロールした方が都合が良かったのかもね。昔は女性も体力勝負みたいなどころがあったし、なるべく自然に任せた方が健康で快適でしょ?

佐野：そうなんです。現代の女性も結構健康に気を使っていると思うんですけど…なんでコントロール力が衰えたんですかね。

D：現代の女性はみんな働き者でしょう?上司に怒られたり仕事に責任感したり。ストレスは身体に悪いかからね。あとほら、デスクワークが多いでしょう?パソコンと一日中にらめっこして。姿勢悪くなるし、座りっぱなしで体動かさないのも関係しているんじゃない?

佐野：勉強になります。私ももっと自分の身体と向き合いたいと思います。今日はありがとうございました!

Dさんが月経処置に使用していた軽い詰め物(綿を小さく丸めた物)のことを「気づき」と呼ぶらしい。Dさんは当て布やタンポンといった生理用品を一切使わずに、経血コントロールと「気づき」のみで処置していたそう。この「気づき」には経血を吸収する力は全く無く、膣の入り口を塞ぐ役割をしていて、ただ単に経血が漏れないように言わば蓋をしていたに過ぎない。経血が出てくるのが分かるから、それに気づいてコントロールする。ずっと昔から使われている処置法なのどうか、記載する文献がないため憶測にすぎないが、「気づき」の由来はここから来ているのではない

かと思う。当時「気づき」は公衆トイレに常備されていて、誰でも使用出来るようになっていたらしい。衛生面で気になる点が残るが、今のように月経はお金をかけること程でもなかったのであろう。小さいころから農家の手伝いをしていたDさんにとって、働くことは当たり前のことであって、月経だからという理由で手伝わないことはなかったという。もっと昔には、月経中の女性が働くことを禁じていたこともあったようだが、実際は働き手が多いに越したことはなかったらしい。それにしても働きながら経血にも気を遣って…私には到底できそうにもない。

現代の女性は自分のことで精一杯なのかな、とDさんは続けた。Dさんの若かりし頃は早くに結婚し子供をたくさん産み育てるのが当たり前な時代だった。ちなみにDさんはお子さんが5人いらっしゃるそうだ。子供を一人授かれれば約2年は月経が来ないのだと言う。少子化が懸念される現在を生きる女性たちと比べると、閉経までに月経になる回数はかなり違ってくる。その度に子宮にかかる負担は大きい。

現在では女性の社会進出は当たり前ようになってきていて、何時間もの同じ体制でのデスクワークなどは精神的にも体力的にも心身ともに影響を与えているに違いない。そのため、自分が月経中であるということを忘れてしまっているのではないか。そういった切羽詰まった習慣も今の女性が身体感覚を失ってしまった原因ではないかとDさんは言う。「月経だからって気にして憂鬱になってる暇なんてない!」という女性たちが、身体感覚を失わずに経血をコントロールできたのかもしれない。

3, 布ナプキン愛用者

布ナプキンの愛用者にその使用感と布ナプキンを使用するようになってからの身体感覚について聞きました。(20から40代)

E：これは私の場合、毎回いろいろ差があるのでハッキリとは言えないけれど、使い始めてから生理痛が若干軽減したように思う。それとガラガラ続かないで、割と早めに終わるみたい。

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

で、やっぱりモコモコしちゃうのは仕方ないんだよね。だから、これを使っているときは洋服に多少気を使うけど、思っていたほど洗濯も苦ではないし、生理時特有の匂いが気にならなくなった。布ナプを使っていて「イイ！」と実感するのは、まだ終わりかけとかの軽い日なんだけどね。紙ナプの、あのペトリ貼りつく感触がなくなっただけでも、だいぶすっきりする！

F : 布なぶ、すごくいい！会社ではやっぱり難しいから使い捨て（？）にしているけど、布ナプのあったかい感触は「やめられなくなる」の謳い文句どおり、いやそれ以上のキモチ良さ。

それに、期待通りのゴミ減量効果にニンマリ。これまで捨てるのに結構気を使っていたし、量的にもバカにならなかったなあ、と今更ながら実感してます…。

使い始める前にはいちいち洗うのは面倒かな、と思ってたけど、アルカリウォッシュの水溶液に漬け込んでおくだけであんなにきれいに落ちるなんて！友達はその言っていました、「そんなバカな。予洗いして漬けたってことでしょ？ あーめんどくさー、洗うの」とか思ってたんですよ。でも洗って干した後の乾燥も思っていたよりは早かったかな？フカフカの生地だから乾くのに時間がかかるかと勝手に想像してたけど、普通に下着とかと同じペースで乾いてくれた。乾くのに時間がかかると、たくさん布ナプを用意しておかないといけないと思ってたから、その点も満足してますよ。

G : まず、冷たくないというのが第一印象。血が出てても。あ～、リアルでごめんね。今までのナプキン、時間がたつとベタッとくっついてくるという感触があったけど、それがまったくと言っていいほどなかったの。つけてて気持ちいい！と思った。私がつけ始めたのが、すでに生理痛も山場を越していたから、生理痛が軽くなったかどうかはまだ分からないけど、これなら軽くなるはず！と自信を持てた。

確かに、スーっともれるというか、浸

透していくのでちゃんとしたサニタリーパンツは必要だし、洗濯するという手間もあるけど、洗濯については、まあ石鹸で落ちる落ちる！と言うくらい、きれいになったんだよ！ちょっと手放せません。夜用とかも欲しいかな～。やっぱりもれるのは心配だったから、夜は今までの紙ナプキンにしてる。

H : やっぱり肌触りはいい。モゾっとはするけれど、紙の不快感がないのがいいよ。少し厚めの下着を履いているくらいにしか感じないかなー。使ってみると、意外と生理の血って水っぽいんだなって思ったんだけど、たまたま？紙ナプキンだと水分吸い取ってるんで、ナプキンをみてもドロドロした血のように感じてたのが、布ナプキンだと水っぽく見えたの。そういうところに身体に良くないものが使われてるって聞いたことがあるなあ…。あ、洗濯に関してもセスキソーダにつけておくと、軽く洗うだけできれいに落ちた。外出していて、少し長めに使用したやつだけ石鹸でゴシゴシしたけど。

職場の子にも感想を言ってみただけど、生理の量とか多い子は「毎回たくさん紙ナプキンを使っていて、値段も結構するので、布の方が経済的にもいいかも」って言ってただけどね、その分、洗濯枚数も多いわけで…。「一長一短だね」って言う意見でした。私的には量も少ないし、日数も少ないし、周期も長いしで、経済的な利点はあまりないんだけど、かゆくならないのが最大の利点！いや、ほんとにかゆくならないの。結構お気に入りですね。ただ今回は土・日にきたから、終日布ナプキンを使用できたけど、平日はきついなー。職場のトイレに血だらけのバケツを置くわけには…。倉庫に隠すとか、色々考えてみてはいるんだけどね。会社とか、家の外でも布ナプキンを当り前に使えるようになってほしいな。

I : 布ナプキン愛用者の間では有名な『月経血コントロール』！まさか自分ができるよ

うになるとは思っていなかったんだけど、できたら良いなんて軽い気持ちでトイレで経血を出し切るよう意識するようになっていた。徐々に興味が増してきて色々本も読んで食生活を改善したり内臓をほぐす運動もしてみたりして楽しみながら生理生活を送れるようになってきて。少しずつコントロールできるようになり、5年たった今ではほぼ完璧！

J : 布ナプキンを使い始めて3年くらいたった頃からナプキンに出る血の量が減ってきた！その代わり、トイレに行くとドバっと出ます。最近では尿意を感じるのと同じように、そろそろかな？という感覚もあるから、ナプキンを汚すことはほとんどなくなった。(ときどき、くしゃみやお腹に力を入れると出てしまうことはあるけど) これを経血コントロールと言うことは知らなかった。私にもできたから、女性はみんな本当はできるものなんじゃないかな？

K : 毎月生理が来るたびに憂鬱になって、体調が悪くて生理がひと月来なかったりすると心配するどころからラッキーくらいに思っちゃってましたね～若い頃は。結婚後、友人からの薦めで布ナプキンを使うようになって、初めは自分で洗濯することにも抵抗がありましたが、やってみると意外と簡単だったし、何よりいずれ生まれるであろう赤ちゃんのために子宮をきれいに、ふかふかにしてあげている。という気持ちになってきました。今では生理も毎月安定して来ているけど、今ならひと月遅れはもちろん、少し遅れただけで病院に行くだろうなって思います。今の私にとって生理は月に一度の大切な日になりましたね。

M : 前は「生理なんてなければいいのに、男は楽でいいよね。」が口癖。布ナプキンを使い始めた今では毎月生理が来るたびに「来た来た！」と、洗濯が楽しみでたまりません！かわいいものも多いし、今日はどれを使おうって選ぶ楽しみもあるのはもちろん、経血チェックして自分が健康なことを実感できるのも嬉しい！今では女に生ま

れて良かった！と毎月の生理を楽しんでいます。生理に対しての考え方が180°変わりました！

N : 布ナプキンを使って初めての感想は、本当に下着みたいなきがして、血を漏らしたくない！って感じですかね…。でも生理中にそんなふうに思えたのって、布ナプキンに変えたからだと思う。いつもなら紙ナプキンをして、自分は何もしなくても血を受け止めて吸収してくれてたから、何も考えてなかったと思う！生理ってのを意識することがこんなにも大事なことだったなんて知らなかったな。自分の血も見るのがあまり苦じゃなくなりました。続けていったら本当に生理が楽しみになっちゃうかも！

KさんやMさんのように、生理が憂鬱なものから大切なものになったという心境の変化や、IさんJさんのような長期愛用者が実感する身体的な変化もあるようだ。Nさんのように、布ナプキンを使用して初めて新しい発見したりすることも多いらしい。

女性たちが各々布で当て物をしてきた時代から、より快適で便利な紙ナプキンを当たり前を使う時代になり、そしてまた布で月経を処置する時代に移りつつある。この変化はとても大きいだろう。紙ナプキンは、ただショーツに張り付けて一定の時間がたったら、自分から出た経血をゴミとして捨てておしまい。しかし布ナプキンは、紙ナプキンのように素晴らしく吸収性が良いわけではないので、経血が出るときは少し気を使うし、なるべく出ないようにコントロールしようとする力が働く。使用済みの布ナプキンは自分で洗わなくてはならないから、嫌でも経血を見て、触らなくてはならない。しかしそうすることによって、自分自身と向き合うことができる。自分から出たものは決してゴミなどではない。

ただ単に紙から布に変わったのではなく、女性たち自身がもう一度自分の体を取り戻そうとしている証拠なのではないか。

第3章 身体感覚の変化

わたしが聞き書きした女性たちは、女性はもと

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

もと経血をコントロールすることができたという。そして現代の女性たちはそれを失っているという。しかし、生理用品が進化してきた今、それに伴って身体感覚も変化してきているように思える。それは一体どういうことか。

1、「選択できる」ということ

昔は自分で作って処置して、使い終わったら洗ってまた使って。この繰り返しであった。もともと女性に経血をコントロールできる身体感覚があるのならば、この頃はまだそれを失わずに済んでいたのだろう。私が思うに、せっかく作った当て布を下手に汚してしまって使い物にならなくなってしまったら、また自分で作らなくてはならないから、そうならないように常に膣に神経を集中させていたため、女性の身体感覚は保たれていたのではないだろうか。それに、女性の地位も低かったことや、月経に対する穢れの意識もあった時代は、自分が月経中であることを隠すように見えないところに干したりしていたと聞く。当時の女性は、当て布を時間をかけて洗う事もできず、それなら汚さないようにすればいいという考えに至ったのかもしれない。そういった生活の違いも関わってきているのではないか。

それに比べ現在は、ナプキンだけで軽い日用、多い日用、夜用、昼用など豊富な種類があり、使い終わったら捨てる、新しいものを買う、次はまた違うものを試してみよう、という簡易的思考のサイクルができあがり、吸収性に優れたものばかりだから特に経血をコントロールする必要もなくなるし、気にしなくてもいい。いわば「垂れ流し」の状態なのである。しかしこれは今までの話にすぎないのだ。

布ナプキンが登場してから、今まで自分が「垂れ流し」状態であったことによりやく気付いた女性は少なくはないだろう。今までは月経中であってもそのことをあまり気にせず、気持ち悪くなったら変える、という風に処置していたのが、紙から布になるとまるで下着を汚すような気持ちになり、なるべく経血を出さないように気をつけるようになる。これが日常化すれば、間違いなく身体感覚は取り戻せるだろう。つまり、自分の選択次第で自分の身体を変えられる時代になったのであ

る。

2、身体の声を開く

布ナプキンが注目され始めたのは、震災後、紙が不足したことや、物を大切にしたいといった女性が増えたことによるものが大きいようだ。その他、紙ナプキンの原料が石油だとか、生理痛の原因が紙ナプキンにあるなどの情報がインターネットで出回ったことによることが挙げられる。そして布ナプキンにしない女性の多くは、自分が使ったナプキンを洗うのが面倒という理由で、布ナプキンに手が出せずにいるのであろう。そもそも何故洗う事を汚いだと面倒だと思ってしまうのか。角張光子によると、「自分の体から出てくる月経血、そして生理自体を何となく汚いものと思ってしまう。そんな女性が多いのではないのでしょうか。それは、市販の生理用ナプキンを使い続け、自分の月経血が自分の体から離れたとたんに汚物として処理されてしまう、こうしたシステムの中での結果なのではないかと思うのです。」(角張光子 2005年 12頁)

知らず知らずのうちに、自分の身体に起こることから目を背けてしまっていた、これでは身体感覚など失われて当然とでもいうべきであろうか。自分の経血と向き合う事で、経血の色や量を知ることができ、同時に自身の身体と向き合う事が出来るのである。経血の量が気になるという人こそ、あえて布ナプキンに挑戦し、一度自身の身体と対話してみるのがいいかもしれない。

こういった過程を踏めば、生理用品を使わずとも、用を足すようにトイレで経血を排せつできるようにもなるという。最近ではこういった経血コントロールのみによる月経処置が、インターネットで紹介され密かなブームになっている。なにもいらないというのは気が楽なようで、これを実践している女性は先ほどDさんが話してくれた「気づき」を自分で作って使用しているらしい。経血コントロールを行う事で、自分の身体にまだこんな力が残っていたのかと再発見もできるのではないだろうか。

昔の女性ができて、今の女性ができないということは何もなく、ただ自身の身体と向き合ってきた、身体が発する声を聞いてこなかった、

ただそれだけなのだ。こうしたブームによって「私も！」という声が増えてほしい。そしてこれが一時的なものではなく、これから先、生理用品というものが不要なくらいになってほしい。

おわりに

元々月経は自分が出産すること、更には世界と繋がっていることを自覚する大切な機会であるはずなのに、少子化や晩婚化が進む現代の日本では、いかに簡単に、便利に月経時を「やり過ごすか」ということに焦点を置きすぎて、自分の身体や産まれてくる新しい命のために自分自身を大切にすることを忘れてしまっているように思える。月経を毎月体験することへの否定的な意識が根づいてしまっているのが現状である。昔の女性は重労働を強いられながらもたくさんの子供を産み育て、働く夫の代わりに家庭を守ってきた。今と昔では何が違うのだろうと考えた時に、月経の処置法にたどり着き、「布ナプキン」という新しくも古き良き時代を生かした製品が普及しつつあるのではないだろうか。私自身この論文を書き上げるために布ナプキンを使用したけど、やはり最初は慣れずに困ることもたくさんあった。家にいる時でさえ漏れないか不安になるほどであった。それでも経血の量は減ったし、期間も短くなった。メリットの方がデメリットよりもはるかに多いのだ。しかし、経血コントロールができるような身体感覚が私にも戻るのだろうかとか半信半疑なところもある。私の場合、布ナプキンに経血が付着すると少し気持ち悪い感じがしたため、いかに経血を外に出さないようにするか、そう考えていると自然に自分の身体を気にするようになるし、膣が閉まって漏れを防ぐことができた。伴って、汚れが少なくなれば洗濯も何ら苦痛に感じることはなく、「今日は昨日より少ない！色も少し違う！」と新たな発見もあった。初めは面倒くさいと思っていたけど、日を追うごとに、本当に月経が楽しみになってきたのだ。きっとこれが身体感覚を取り戻す私なりの第一歩であると確信した。さらに現在ではナプキンに限らず、赤ちゃん用の布おむつも広く利用されており、紙おむつに比べておむつの外れが早いらしい。赤ちゃん自身も用を足したら気持ちが悪いのか、「おむつ変えて！」と泣い

て訴えるため、母と子のコミュニケーションがうまくとれるようになるらしい。小学校の性教育の授業でも、月経処置の方法に、紙ナプキンのみならず布ナプキンも紹介されているらしい。これから布ナプキンは、当たり前のように使われていくのであろう。女性にしても赤ちゃんにしても人それぞれ感じ方は違うが、より多くの人が布の素晴らしさを知り、使っていてほしいと思う。

しかし忘れてはいけないのが、「女性を物理的、心理的に開放してきた「実績」の上に布ナプキンがあるのだし、生理を快適に過ごせるようにするために、明治の頃から生理処置に必要な月経帯や当てるものや詰めるものが考え工夫され、昭和の一時期に発展が止まったことはあったが、進化、発展させたのは紙ナプキンなのだとということだ。そして世の女性を救ってきたのも紙ナプキンであるのだ。この論文は決して紙ナプキンを批判するものではない。どんなやり方で月経を処置しようとも、月に一度、自分の身体としっかり向き合っていてほしい。そして、この論文の「はじめに」で、月経のことを「どのように乗り越えてきたのか」と記述してしまったことを訂正させていただきたい。製作者である私自身が、月経をやり過ごすものだという考え方で臨んでしまっていた。この論文を通じて、月経がいかに大切な習慣であるのか気づくことができた。自分の身体を使う事は誰にでもできることである。私には無理と思っている人にも是非自分自身と向き合う喜びや楽しさを味わってほしい。今後全ての女性に経血コントロール力が戻り、より良い生活を送れるようになるとともに、女性特有の病気もナプキンのごみも減り…と、月経をブルーな気持ちで過ごす女性がほんの少しでもいなくなるよう願う。

(注)

- (1) 本論文では、市販で売られている使い捨てナプキンを「紙ナプキン」と表記する。
- (2) 本論文では、洗って何度も使用するナプキンのことを「布ナプキン」と表記する。
- (3) 考古学における時代区分の一つ。文献記録という意味での歴史が出現する前の時代。これに対して文献記録の不十分な時代を原史時代、豊富な時代を歴史時代と呼ぶ。日本

生理用品の変遷とそれに伴って変化する身体感覚

- では、弥生時代までを先史時代、古墳時代を原史時代として扱う。
- (4) 月経小屋に籠ることは、そこに住む共同体全体が、それに属している女性の身体の生産可能性を把握することでもあった。それは人口の調節や人口の再生産可能性を明示する必要があったからである。
- (5) 「お馬」とは、馬に用いる前垂れに似ていることからつけられた、月経帯の俗称である。これは、布の一端に紐をつけた越中褌のようなものだったという。
- (6) 布の両端に紐をつけたものは、土や石を運ぶモッコの形に似ていたことから、「もっこ」と呼ばれていた。
- (7) 仏教や儒教は、女性に対する不浄の意識をもたらした。特に江戸時代には、武家社会を維持していくために儒教の精神が採用され、身分秩序を厳しく管理する。中でも、家系の断絶を避け、女性に対し血統を守るために純潔が強要された。明治32年には高等女学校令によって良妻賢母教育が制度として確立し、純潔教育が徹底されていく。
- (8) 虚弱なる国民の繁栄を防ぐため、国家百年の基礎を確立するめに、女性には徹底した衛生管理が求められた。こうした国家的要請を背負っていたのが婦人衛生会であり、明治20(1887)年に設立された。
- (9) オーガニックコットンとは、農薬、除草剤、殺虫剤、枯葉剤を一切使わずに有機栽培され、加工の段階でも化学処理をせずに作られた綿のこと。商品とされ販売されている布ナプキンには、オーガニックコットンを使用と書かれたものが多くある。
- 角張光子 2005年『ひろがれ ひろがれ エコ・ナプキン』地湧社
- 川村邦光 1994年『オトメの身体』紀伊国屋書店
- ジャニス・デラニー 1979年『さよならブルー・デイ』講談社
- 田中ひかる 2009年『近現代日本の月経観<犯罪における月経要因説>の視点から』横浜国立大学博士論文
- 田中ひかる 2013年『生理用品の社会史-タブーから一大ビジネスへ-』ミネルヴァ書房
- 三砂ちづる 2004年『オニババ化する女たち-女性の身体性を取り戻す』光文社新書
- 三井善止編著 2005年『新・生と性の教育学』紀伊国屋書店
- 石鹸百科 <http://www.live-science.com/honkan/jissen/menspackkind.html>
- なぶろぐ <http://nunonapu.chu.jp/naplog/>
- 藤澤美和子「生理用品(ナプキン)の選択基準」PDFファイル http://blog.nikkeibp.co.jp/nb/academic/university/pdf/ryutsul_ryutsu_yamashita11.pdf#search=
- メイド・イン・アース <http://www.made-in-earth.co.jp/>
- Lunette <http://www.lunette.com/jp/index.php?id=1371>

引用・参考文献

- 小野清美 1989年『ナプキン先生の素敵なマンスリー・デイを』光雲社
- 小野清美 1994年『女のトイレ事件簿：ナプキン先生と性を語る』TOTO出版
- 小野清美 2000年『アンネナプキンの社会史』宝島社文庫
- 小野清美編著 2006年『生理用品の45年の軌跡』ふくろう出版