



特集

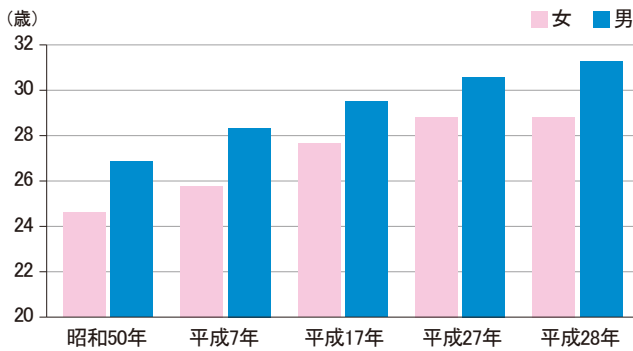
# 不妊治療の今 知ることが支えになる

「不妊治療」という言葉は知っていても、その実態までは知らない方も多いのではないのでしょうか。近年、女性の社会進出やライフスタイルの変化による晩婚化・晩産化、禁煙やストレス、加齢に伴う精子・卵子の減少などさまざまな原因で、不妊検査・治療をする夫婦が5.5組に1組と増加しています。

今回の特集では、夫婦を取り巻く環境の変化や、不妊治療についての現状、また、治療を経験した方の話から、夫婦それぞれの思いとその選択に向き合います。

問合せ: こども保健課 (☎ 39・9160)

図1) 平均初婚年齢の推移

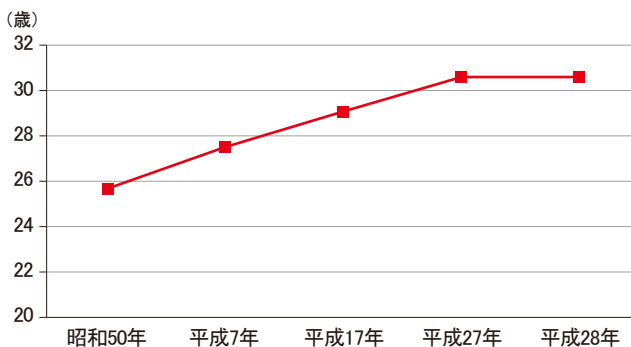


出典: 厚生労働省「人口動態統計」

国内で不妊治療や検査を受ける夫婦の年齢は、上昇傾向にあります。この背景には、女性の社会進出やライフスタイルの多様化などが挙げられます。こうした社会環境の変化に伴い、結婚する時期が遅くなり、妊娠する時期も先延ばしになる「晩婚化・晩産化」が進んだことが、不妊の原因の一つとも言われています。実際、平均初婚年齢は、昭和50年には男性が27歳、女性が24・7歳でしたが、平成28年には、それぞれ31・1歳、29・4歳と高くなっています(図1)。

社会環境の変化による  
晩婚化・晩産化

図2) 第一子平均出産年齢の推移



出典: 厚生労働省「出生に関する統計」

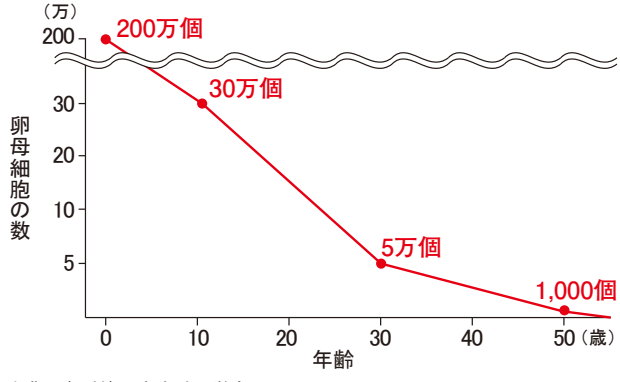
また、初婚年齢の上昇につれ、第一子の出産年齢も上昇しています。昭和50年では25・7歳だった平均出産年齢が、平成28年では30・7歳と高齢化が進んでおり、結婚や子どもを望む方の環境が大きく変化していることが分かります(図2)。社会進出の中心となる30〜40代の女性は、キャリアを積み上げ、責任ある仕事を任される時期と重なるため、仕事と不妊治療の狭間で苦しんでいる方も少なくありません。



### 加齢に伴う卵母細胞の減少

晩婚化・晩産化により妊娠の確率が下がるのは、加齢に伴う生殖機能の低下が原因とされています。女性でいえば、卵子の元となる卵母細胞は、母親の胎内にいる頃に約700万個とピークを迎えますが、その後は減少の一途をたどり、排卵が起こり始める10代前半には、約30万個まで下がります。そして、30代後半になると急速に減少し、卵母細胞の数が約1千個を下回ると閉経に至ると言われています(図3)。

図3) 女性の年齢と卵子の数



出典：(一社)日本生殖医学会

ただし、不妊の原因は加齢に限りません。不規則な生活や、過度なストレス

などが与えるホルモンバランスの崩れのほか、子宮内膜症や子宮筋腫といった女性特有の病気など、さまざまな要因が不妊に影響します。いざという時に焦ることなく、日頃から産婦人科を受診し、自分の体を知っておくことが大切です。

### 女性だけではない不妊の原因

不妊の原因は、女性側の問題だけではなくありません。WHO(世界保健機構)は、不妊の原因は女性、男性共に半数ずつと示しています。また、(一社)日本生殖医学会によると、30代と50代の精子を比較した研究で、加齢と共に精子の数は3〜22%減少、精子の運動率は3〜37%低下するという結果が出ています。さらに、男性にも無精子症や勃起障害などを抱える方が増加しており、夫婦で不妊について考える必要があるのです。

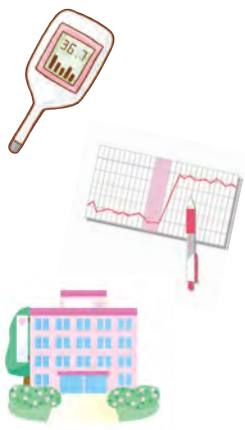


# 不妊治療とは？



**一年経過しても妊娠しない場合は夫婦で受診を**

避妊をせずに性交渉を一年以上、継続的に行っているにも関わらず、妊娠しない場合は不妊と判断されます。しかし、妊娠率は加齢と共に低下するため、一概に1年とは言えず、体の状態に合わせて不妊治療の開始時期が早まる場合もあります。不妊の原因は多岐にわたるため、検査を受け、医師と相談しながら、それぞれの夫婦に合った不妊治療を進めていきます。



## 主な治療法

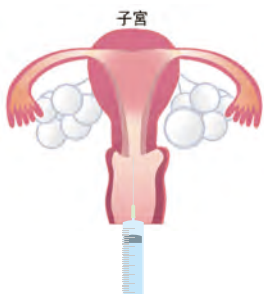
タイミング法、人工授精、体外受精・顕微授精があり、手段や方法をより高度なものへ段階的に進めていくのが一般的です。

### ❁ タイミング法

排卵日の前にタイミングを合わせて性交渉を行う方法で、不妊治療の始めの段階です。場合によっては、排卵しやすくするための薬や注射などの治療が必要になることもあります。保険が適用され、1回の受診につき3千円程度がかかります。

### ❁ 人工授精

採取した精液から活発に運動している精子のみを回収し、排卵日に合わせて管で直接、子宮内へ注入します。保険が適用されず、1回1〜2万円程度がかかりますが、市の補助を受けられます。体への負担や経済的負担が比較的軽いことから、回数を重ねることができます。



### ❁ 体外受精・顕微授精

体外受精は、卵巣から卵子を採取して培養液に入れ、精子を加えて受精を待ちます。一方、顕微授精ではガラス針の先端から精子1個を、直接、卵子に注入して受精させます。どちらも数日後、受精卵をカテーテルで子宮内に送り込み、移植します。保険が適用されず、1回20〜60万円程度かかりますが、市の補助を受けられます。

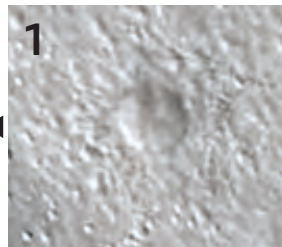
## ■ 顕微授精の経過



受精した状態



精子を直接、卵子に注入



取り出した卵子

## 昔と今の変化を感じて

昔は20代で出産する女性が多くなりましたが、昨今、病院を受診する方は30代後半が大半で、「まだ大丈夫だと思っていた」「自分の体に構えなくて」などと嘆きながら駆け込んでくる女性が増えています。自分の体を顧みなかった結果、不妊という病気に直面し、思い描くライフプランと現実とのギャップに悩む方も多くいると感じています。

しかし、かつては手段が限られていた不妊治療も、この半世紀で医療の進歩により飛躍的に発展しました。平成28年には、人工授精や体外受精、顕微授精などの方法で5万4110人の命が国内に誕生しました。全出生児の18人に1人にも上るこの数字は、不妊に悩む夫婦に大きな希望を与える結果と言えます。

今や、不妊は他人事ではありません。まずは、多くの夫婦やカップル、そして周りの方が不妊に関して知識を得て、今後の出産や子どもについて考える機会を持つことが、不妊への理解を深める一歩につながるのと期待しています。



市民病院総合生殖医療センター長 安藤 寿夫





私たちの体験談をいかしてほしい

# 不妊治療を受けて

(左から)  
夫: 卓矢さん(41歳)、  
子: 佑星くん(3歳)、  
妻: 純子さん(39歳)  
不妊治療期間8年

不妊治療を受けた方々に、当時の治療過程や悩み、葛藤を伺いました。

## 命を授かる方法の一つとして理解を

子どもは2人欲しいと思い描いていた卓矢さんと純子さん。しかし、結婚を機に病院を受診して突きつけられたのは、卓矢さんが精液中の精子の数が少ない「乏精子症」、純子さんが子宮の内膜に類似した組織が子宮筋の中にできる「子宮腺筋症」という現実でした。「顕微授精でないと妊娠は難しいと聞き、ショックで涙が止まりませんでした。」と純子さんは当時を振り返ります。

子どもを望む気持ちが強かった純子さんは、可能性があるならとすぐに顕微授精を始めます。一度の採卵で得られた卵子は10個。この10個の卵子を受精させ、受精卵を1個ずつ子宮内に移植するのですが、1回の移植が約15万円と高額な上、血液検査などの検査費や通院費もかさみます。さらに、治療経過が思うようにはいかず、受精卵が一つ、また一つと減っていき、純子さんは焦りばかりが募っていました。「一時は、市販の妊娠検査薬を1日に5回も自分で

試したり、スマートフォンで何度も『顕微授精 妊娠』と検索したりするほど、精神的に追い詰められていました。その結果仕事も辞めました。」

そんな時、支えになったのは卓矢さんの存在でした。「妻の辛さはよく分かっていたので、多くは語らず話を聞くようにしていました。」

治療を始めて5年が経った平成28年、6回目の移植で、純子さんはついに妊娠。無事に佑星くんを出産しました。「何度も治療をやめようと思いましたが、夫婦で支え合い、ようやく息子に出会うことができました。」

それまで、不妊治療に対して複雑な心境だった純子さんの両親も、今では理解を示していると言います。「ただただ子どもが欲しいと願い、不妊に悩む私たちのような夫婦も多くいます。そんな時、選択肢の一つとして不妊治療があり、自然でも不妊治療でも命を授かることができる喜びは同じだということ」を理解してもらえるといいなと思います。」

## 卓矢さん、純子さんのSTORY

平成23年	11月	結婚
	12月	不妊治療開始
平成24年	3月	採卵、顕微授精で受精卵10個を凍結
	7・11月	移植1・2回目
平成25年	5・12月	移植3・4回目
平成27年	11月	移植5回目
平成28年	1月	移植6回目で妊娠
	9月	第一子出産
平成29年	10月	移植7回目で妊娠→流産
平成30年	6・10月	移植8・9回目
令和元年	5月	移植10回目
	8月	再採卵、顕微授精で受精卵18個を凍結
現在		2人目の不妊治療中

## Information

### 不妊治療費を補助します

#### ■一般不妊治療費(人工授精)

**補助額:** 自己負担額の2分の1で、1年あたり上限45,000円

#### ■特定治療支援費(体外受精・顕微授精、精子を採取する手術)

**補助額:** 体外受精・顕微授精は、1回上限15万円など

**[共通事項] 対象:** 次の全てを満たす方①夫婦の合計所得が730万円未満②治療開始時の妻の年齢が43歳未満③法律上の夫婦で、どちらかが市内に住民登録がある **その他:** 助成回数など詳細はホームページ参照 **申請:** 3/31(火)までに直接、申請書などを、こども保健課(☎39・9160)※申請書などはホームページ、こども保健課で配布 **HP**52863

### ピアサポート交流会

不妊や不育に関する悩みを話し合い、情報交換をします。

**とき:** 2/21(金) 14:00~15:00 **ところ:** 保健所・保健センター **申込み:**

2/20(木)までに、こども保健課(☎39・9160) **HP**51813





橋本祥子さん  
(仮名。48歳)  
不妊治療期間1年



### 寄り添ってくれる存在の救い

橋本さんが不妊治療を始めたきっかけは、結婚前に受けたブライダルチェック。女性ホルモンや甲状腺機能など体の状態を把握する検診で、8cmもの子宮筋腫が見付かりました。「自覚症状はありませんでしたが、早めに自分の体を顧みていれば。」と橋本さんは検診の大切さを訴えます。

子宮筋腫の摘出手術後、不妊治療を開始します。タイミング法から始め、人工授精、体外受精へと進めていきました。「42歳という年齢を理解した上で、できる治療法は試そうと夫婦で決めましたが、1年半に全ての治療を詰め込んだせいか、自分の気持ちが治療に追いついていなかったんです。」

努力しても思い描くゴールにたどり着かず、終わりが見えない不安を感じた橋本さんは、4回目の移植で区切りをつけ

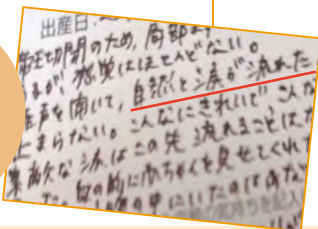
ました。しかし、気持ちの落ち着きどころが見付からず、すぎる思いで訪れたのが、保健所内にある不妊・不育専門相談センターでした。「センターの助産師さんに、『二年間よく乗り切りましたね』と声を掛けられ、今まで押し殺していた気持ちが一気に吹き出しました。気持ちが不安定になっていた私にとつて、その言葉が一番の救いになりました。」

その後は、自分自身の健康に心掛けたり、仕事を始めたりと視点を変えるようにしました。そんなある日、妊娠が判明。橋本さんが44歳の時でした。「すぐにあの助産師さんの顔が浮かび、妊娠を報告しました。専門知識があることはもちろんですが、私の気持ちに寄り添い、いろんな方法を示してくれました。不妊治療中是不安だらけです。その不安に対して一人一人に答えてくれる人がいる、それが何より助けになります。」

### 橋本さんのSTORY

- 平成25年
  - 6月 ブライダルチェックを受ける
  - 8月 結婚
  - 10月 子宮筋腫の摘出手術
  - 11月 タイミング法で不妊治療開始
- 平成26年
  - 2・4・5月 人工授精3回
  - 7月 採卵、体外受精で受精卵2個を凍結移植1回目で妊娠→流産
  - 11月 再採卵、体外受精で受精卵2個を凍結移植2回目
- 平成27年
  - 2・4月 移植3・4回目
  - 4月 不妊治療終了
- 平成28年
  - 2月 妊娠が判明
  - 8月 第一子出産

母子健康手帳には、出産直後の橋本さんの思いがつつられている。



### Information

不妊・不育専門相談センターをご利用ください



助産師や保健師などへ不妊、不育に関して相談できます。

と き: 月～金曜日(祝日を除く)  
と ころ: 保健所・保健センター内  
問 合 せ: こども保健課(☎39・9160)  
☎ 51813

一人で悩まず、  
一緒に考えましょう。  
なんでもご相談ください!

こども保健課  
(左から) 林、伊藤、日達







坂本美月さん  
(仮名。28歳)  
不妊治療期間1年

## 欠かせない職場の理解

まだ20代だから大丈夫と、不妊とは縁遠いと思っていた坂本さん。しかし、不妊治療の経験があった友人や姉の勧めもあり、病院を受診した結果、タイミング法からの治療を始めることになりました。「結婚から1年経っていませんでしたが、周りに妊活をしている友人も多くいたので、早い方が良いと思い、夫婦で決意しました。」

治療としては始めの段階と言われるタイミング法ですが、坂本さんの場合は卵胞を育てる薬の服用や、排卵誘発剤の投与、性交渉後3時間以内の受診、受精卵を着床しやすくする薬を1日3回服用するなど、時間的、経済的、精神的にも想像をはるかに超える厳しい治療でした。当時、正社員として働いていた坂本さんは、仕事をしながらの治療は難しいと判断し、上司に辞職の相談をします。「始めは、『なぜ辞めないといけないの?』と理解

できないようだった上司も、通院回数や投薬による副作用などを全て話すと、初めて聞く内容に驚きながらも理解を示してくれました。」

坂本さんは話し合いの末、仕事量や勤務時間に配慮してもらい、パート勤務として働くようになりました。不妊について考えすぎないようにしながらも、自分のための時間を持つようになったほか、夫との時間も増え、少しずつ気持ちが楽になっていったと言います。「通院回数が増えると職場に迷惑がかかり、仕事を辞めるという選択をする方もいます。私も職場の男性に話すことに初めは抵抗がありました。でも、不妊治療は子どもを授かる一歩であって、特別なことではありませんし、これから働く女性が増えるにつれて、同じような悩みを持つ方も多くなると思います。こうした社会環境の変化に理解を示してくれる職場が増えていくことを願っています。」

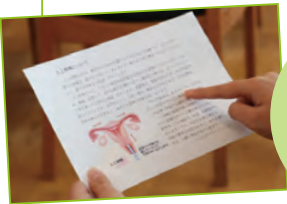
## 坂本さんのSTORY

- 平成29年 10月 結婚
- 平成30年 6月 自己流で妊活開始
- 令和元年 1月 病院を受診、タイミング法で不妊治療開始
- 8月 甲状腺刺激ホルモンの数値に異常が見付き、不妊治療を中断
- 令和2年 1月 不妊治療再開

授かりたい気持ちから、いくつもお守りを持ち歩く。



次の段階に進もうと、人工授精の資料を読んでいる。



「妊娠は自然とできるもの」「不妊治療は年齢が高齢になってから」など、自分の価値観で判断していませんか。女性の社会進出などによる晩婚化・晩産化など、社会環境の変化の中で、希望や不安、悲しみといったさまざまな感情、葛藤を乗り越えながら不妊治療に取り組む方、また子どもを授からず治療を終えた方などが、私たちの周りにはいます。

不妊という現実と対峙し、自分なりの選択をした方たちのその決断に理解を深めてみてください。その一歩が、今後、誰かの心の支えになるかもしれません。