

Article

Comment les féministes japonaises ont-elles réagi à propos de la pilule ?¹

— Vision du corps et du couple au sein du mouvement *Ūman-ribu* —

Nobuyo AIZAWA

RÉSUMÉ : Le Japon a longtemps hésité à donner un libre accès à la pilule aux femmes alors qu'il avait légalisé l'avortement dès 1948. Dans cette histoire, paradoxalement, les féministes japonaises n'étaient pas favorables à l'utilisation de la pilule contraceptive. Cet article pose la question de savoir pourquoi elles ont eu ce type de réaction par rapport à la pilule. Pour y répondre, nous allons observer les débats féministes des années 1970-1980 et analyser leurs arguments sur la pilule. Nous pourrions y relever deux discours typiques anti-pilule : l'un qui insiste sur l'importance de garder la *naturalité* du corps féminin et d'être « soi-même naturelle », et l'autre qui qualifie la pilule d'obstacle pour atteindre l'égalité femme-homme. Notre conclusion est qu'elles étaient trop idéalistes négligeant la réalité des femmes.

MOTS-CLÉS : féminisme japonais, *Ūman-ribu*, contraception, pilule, politique de population

Nobuyo AIZAWA est maître de conférence à la Faculté d'Administration de l'Université Tokyo Keizai. E-mail : aizawa@tku.ac.jp

¹ Cet article est basé sur mon article paru en japonais : Aizawa Nobuyo, "Piru to Watashitachi — Josei no Shintai to Hinin no Rinri —", Fujita Hisashi et al. (eds.), *Sei*, Kyoto, Edition Nakanishiya Shuppan, 2016.

La contraception orale a été inventée en 1955 et elle s'est généralisée dans de nombreux pays occidentaux dans les années 1970. Cependant, un pays industrialisé en a interdit l'usage jusqu'en 1999 ; c'est le dernier pays dans le monde à l'avoir légalisé — et actuellement l'usage de la pilule n'est toujours pas répandu dans ce pays — : il s'agit du Japon.

Le Japon a longtemps hésité à donner un libre accès à la pilule pour les femmes alors qu'il avait légalisé l'avortement dès 1948. Ce qui attire notre attention dans ce paradoxe est le fait que les féministes japonaises n'étaient pas favorables à l'utilisation de la pilule. Dans beaucoup de pays occidentaux, notamment en France, ce sont les féministes qui ont manifesté le désir d'utiliser la pilule. Pourquoi les féministes japonaises ont-elles eu une réaction inverse par rapport à la pilule ?

Dans cet article, nous allons observer les débats féministes des années 1970-1980 et analyser leurs arguments pour expliquer leur réaction. Notre propos se développera en trois parties. Pour commencer, nous allons rapidement voir le contexte historique. Ensuite, nous allons examiner les débats féministes sur la contraception. En conclusion, nous pourrions critiquer leurs arguments du point de vue d'aujourd'hui.

1. Contexte historique du mouvement *Ūman-ribu*

Au Japon, le code pénal a interdit l'avortement en 1907. Pendant la Deuxième Guerre Mondiale, le gouvernement a fortement encouragé les femmes à procréer.

Le changement de la politique de natalité au Japon est intervenu suite à la défaite du Japon en 1945. Sous l'effet du rapatriement de nombreux expatriés, le baby-boom s'est enclenché, et le gouvernement a été obligé de prendre des mesures pour éviter une surpopulation.

Cependant, la première mesure mise en place n'était ni la contraception, ni l'éducation sexuelle, mais l'avortement. En 1948, avec la loi de protection eugénique (*Yūsei hogo hō*), le gouvernement l'a décriminalisé sous certaines conditions. En fait, cette loi était destinée à défendre la vie de la mère en cas de danger physique et en cas de viol. C'était la commission eugénique qui évaluait la situation des demanderesses.

Cette loi a été réformée en 1949, puis en 1952. À cette dernière date il est devenu possible d'avorter non seulement en cas de viol et de danger physique, mais aussi pour des raisons économiques, sans l'aval de la commission. Depuis cette date, la plupart des femmes peuvent avoir recours à l'avortement pour raison économique, sans qu'il n'y ait de critère précis et chiffré. En pratique, les femmes japonaises ont eu le droit d'avorter librement.

C'est dans les années 1950, toujours après la légalisation sur l'avortement, que le gouvernement a préconisé la propagation des méthodes contraceptives, dont notamment les préservatifs, auprès du peuple. Pour la majorité de la population, la contraception et l'avortement étaient tous les deux des moyens pour contrôler les naissances, mais c'était l'avortement qui restait le choix le plus répandu.²

COMMENT LES FÉMINISTES JAPONAISES ONT-ELLES RÉAGI À PROPOS DE LA PILULE ?

Dans les années 1960, est survenu le problème de la baisse du taux de natalité. Ainsi, le gouvernement a pensé légiférer en imposant des restrictions pour l'avortement au début des années 1970. Le mouvement féministe japonais de la deuxième vague³ a été organisé notamment pour protester contre cette réforme. On appelle ce mouvement *Ūman-ribu* (abréviation de « women liberation » en japonais).

En 1972, le gouvernement a présenté un projet de loi qui rendait les conditions de l'avortement plus rigoureuses. Plus concrètement, il a envisagé d'interdire l'avortement pour des raisons économiques alors qu'il préconisait l'autorisation en cas de malformation du fœtus. Comme nous l'avons déjà vu, avec cet article, les Japonaises avaient pu bénéficier de l'avortement pratiquement libre. Si le projet avait été adopté en l'état, il était probable que les Japonaises auraient eu des difficultés pour y avoir recours. Beaucoup de groupes féministes qui avaient milité séparément se sont regroupés pour lutter contre ce projet de réforme. C'était dans ce contexte que l'autorisation de la pilule a été mise en question.

Ainsi, pour les féministes, le sujet principal de discussion était l'avortement et leur intérêt pour la pilule était déjà annexe. Elles voulaient garder le droit d'avorter librement, mais ne s'intéressaient pas tellement à la question d'éviter une grossesse inattendue. C'est dans ce contexte qu'elles se sont opposées à la pilule. Nous allons ci-dessous expliquer, de deux points de vue, la façon dont elles voyaient la pilule.

2. Deux discours typiques des féministes japonaises

Il y a deux sortes de discours typiques des féministes japonaises. Le premier est qu'il est important de garder la *naturalité* du corps féminin et d'être « soi-même naturelle ». Le second est que la pilule fait obstacle à l'égalité femme-homme au sein des couples. Voyons ce qu'il en est dans le détail.

² Selon *World Contraceptive Use 2018*, la statistique publiée par l'ONU, le préservatif reste toujours le premier choix contraceptif au Japon de 1952 jusqu'à 2015.

³ Nous pouvons constater la première vague féministe au Japon dans les années 1910 avec la publication de la revue *Seitō*. Ce mouvement demandait principalement le droit politique et social, notamment le droit de vote des femmes. Nous pouvons citer comme représentantes de ce mouvement Hiratsuka Raichō (1886-1971) et Ichikawa Fusaé (1893-1981). Le *Ūman-ribu*, la deuxième vague féministe au Japon, s'intéressait aux problèmes de reproduction. Les activistes du *Ūman-ribu* essayaient de mettre en mots les difficultés qu'elles avaient vécues en tant que femmes, en évitant la logique du droit, qui leur paraissait être le langage des hommes. C'était particulièrement le cas de Tanaka Mitsu (1943-), une figure charismatique du mouvement.

2-1. L'importance de garder la *naturalité* du corps féminin et d'être « soi-même naturelle »

« Urufu no Kai » est un groupe féministe important qui s'est formé au début des années 1970 et qui s'est auto-dissout à la fin de l'année 1974. Ce groupe a organisé plusieurs études sur la contraception et a publié ses résultats dans leur magazine *De la femme aux femmes* (*Onna kara Onna tachi he*), no. 2 en 1972, enquête spéciale sur « la sexualité féminine ». Au cours de ces études, les membres ont testé l'utilisation de la pilule et à partir de cette expérience, elles ont débattu sur les avantages et les inconvénients de ce moyen contraceptif.

Akiyama Yôko (1942-2016), membre de ce groupe, a contribué à la rédaction d'un article intitulé « Est-ce que la pilule est vraiment une bonne méthode ? » (Akiyama : 1993). Akiyama et d'autres membres qui ont elles-mêmes pris la pilule, ont émis un avis positif pour l'autorisation de la pilule parce que cela permettait aux femmes d'avoir plus de choix en matière de contraception. Cependant, elles ne l'ont pas recommandée. Regardons de plus près les arguments d'Akiyama.

« Bref, nous voulons être naturelles autant que possible. Même sans prendre la pilule, nous les femmes sommes déjà exposées aux phénomènes physiologiques qui influencent non seulement notre physique, mais aussi notre état psychique : tels sont notamment les règles et l'éventualité d'une grossesse. La pilule, un traitement hormonal dont on ne connaît pas encore très bien les effets sur le long terme, ne fait que déformer ou perturber notre rythme de vie ordinaire. Elle ne servira jamais la vie des femmes qui veulent être naturelles, être elles-mêmes, alors que nous pouvons avoir la liberté de choisir d'avoir ou de ne pas avoir d'enfant, et aussi être libérées dans la sexualité, à la condition d'être "soi-même". » (Akiyama : 1993, p. 264)

Ici, Akiyama propose aux femmes d'accepter leur corps tel qu'il est, à savoir, subir les règles et admettre l'éventualité de tomber enceinte. D'après elle, même si les femmes ont physiquement et psychologiquement des difficultés à cause de leurs règles et de leur éventualité de grossesse, ce n'est pas quelque chose qu'il faut chercher à vaincre. Il faut plutôt qu'elles restent naturelles, qu'elles soient « elles-mêmes » et qu'elles acceptent ces changements.

Et si une femme prenait la pilule tous les jours, elle « déformerait » ou « perturberait » constamment son cycle menstruel et son état psychique. Toujours selon Akiyama, même si la pilule peut libérer les femmes de leurs contraintes physiologiques, celles-ci ne seraient plus « elles-mêmes ».

L'expression « être soi-même » est attirante, mais ce qu'elle signifie n'est pas très clair. Pourtant Akiyama insiste sur le fait que « la pilule ne servira jamais la vie des femmes qui veulent être naturelles, être elles-mêmes ». Pour elle, cette expression veut dire que les femmes ne sont ni physiquement ni psychologiquement sous l'influence de la pilule.

Les féministes comme Akiyama avaient pour but de donner aux femmes la liberté de

COMMENT LES FÉMINISTES JAPONAISES ONT-ELLES RÉAGI À PROPOS DE LA PILULE ?

choisir d'avoir ou de ne pas avoir d'enfant et de libérer les femmes, tout cela étant fondé sur la subjectivité féminine. Cependant ici, Akiyama a émis qu'il y avait un risque au sujet de la prise de la pilule; en effet elle entraînerait la perte du côté naturel du corps féminin et en conséquence la perte de la subjectivité féminine, alors que l'on pensait qu'elle était un moyen de déployer le sujet qui contrôle sa fécondité.

C'est à cause de cette notion de *naturalité* du corps et du sujet féminin que les féministes se sont opposées à l'utilisation de la pilule.

2-2. La pilule empêche de réaliser la relation idéale au sein des couples

Quand nous réfléchissons sur la contraception, il y a forcément deux personnes concernées : une femme et un homme. Les féministes japonaises ont réfléchi sur l'inégalité femme-homme dans un couple, notamment dans la sexualité. Et c'est sur ce dernier point qu'elles s'opposaient à l'usage de la pilule.

Nous prenons ici comme exemple un groupe féministe des années 80, nommé *l'Association pour créer un cabinet médical pour les femmes* (Onna no tameno Kurinikku Junbikai). Ses membres ont publié un livre intitulé *La pilule, nous ne la choisissons pas* (*Piru, watasitachi ha erabanai*, 1987).

Ce livre contient une partie composée d'un recueil d'interviews des utilisatrices de la pilule et d'une analyse de ces données. Et en conclusion, elles ne recommandent pas la pilule, mais préconisent l'utilisation du préservatif. Pourquoi cette conclusion ? Tout simplement parce que prendre la pilule implique que la femme seule subit les désagréments physiques et psychiques et qu'elle seule assume la responsabilité du contrôle des naissances.

C'est la femme qui prendra ce médicament tous les jours à l'heure précise et qui subira les effets secondaires, alors que l'homme ne profitera que du résultat. Selon ce livre, la prise de la pilule génère des inégalités et cause une disparité au sein du couple.

Regardons le témoignage d'une utilisatrice.

« La pilule est une méthode qui suppose le moins de communication avec son partenaire, parmi tous les autres méthodes contraceptives. C'est une méthode qui ne contraint que les femmes, en les obligeant de prendre un médicament tous les jours, alors que les hommes ne font rien. Et si jamais la pilule masculine était inventée, on pourrait dire qu'elle resterait toujours une méthode inégalitaire. Même s'il s'agit d'un couple où l'homme et la femme s'aiment et vivent en parfaite harmonie, leur relation serait faussée car les obligations ne seraient pas partagées et cela créerait un(e) oppresseur(e) d'un côté et un(e) opprimé(e) de l'autre. » (Onna no tameno Kurinikku Junbikai : 1987, p. 127)

Contrairement au préservatif, la pilule n'exige pas de la collaboration du partenaire masculin. Avec la pilule, les femmes peuvent elles-mêmes contrôler leur fécondité. En tenant

compte de ce fait, nous sommes tentés de penser que la pilule permet aux femmes de prendre l'initiative dans la sexualité et la reproduction. Cependant, l'évaluation dans ce livre est tout à fait contraire. Comme le montre bien ce témoignage, selon la vision de cette association, les femmes sont obligées de prendre la pilule et de la continuer en permanence. L'association s'inquiète beaucoup de ce risque. Voyons l'avis d'un autre témoin.

« La pilule, ce n'est pas ce qui libérera les femmes. Au contraire, à cause de sa grande efficacité contraceptive, on perd beaucoup de choses. Si les méthodes contraceptives sont des moyens qui permettent aux femmes de choisir leur propre mode de vie, elles doivent tout d'abord être basées sur les relations de couple où les femmes et les hommes parlent sincèrement de la contraception, et il est important de faire des efforts pour réaliser ces relations. Pourtant, la pilule peut s'utiliser sans ce genre de coopération au sein du couple. Il me semble que la pilule contraint les femmes à tous les soucis physiques et psychiques. Elle masque une relation déformée avec le partenaire sur le plan de la sexualité, ce qui est important pour la vie des femmes. Je pense que la pilule n'est qu'une méthode pour éviter la grossesse en cas d'urgence. » (Onna no tameno Kurinikku Junbikai : 1987, p. 103)

D'après ce témoignage, la décision d'une femme de prendre la pilule ne signifie pas qu'elle décide de sa propre vie. En réalité, son choix sera la conséquence de sa relation déformée avec son partenaire où ils ne peuvent pas discuter de contraception. Dans les relations inégales entre les femmes et les hommes, les hommes ne pensent pas à la contraception, et les femmes n'osent pas leur en parler ni les faire participer à ce choix. Il en résulte que les femmes sont obligées de prendre la pilule, parce qu'elles n'ont pas trop de choix. Ce n'est donc pas une décision positive. En tenant compte de ce genre de témoignage, l'association indique que la pilule peut non seulement rendre la relation des couples inégale, mais qu'elle conserverait, voire renforcerait la relation de pouvoir au sein du couple. C'est ce qui est préoccupé ces féministes japonaises qui affichent leur hostilité à l'utilisation de la pilule.

Ce point inquiétant a déjà été mentionné par le *Ūman-ribu*, mouvement emblématique des féministes des années 1970.

« Le point fort de la pilule, c'est que les femmes ne tombent pas enceintes en la prenant, même si cela se fait sans la collaboration de leur partenaire, ou bien sans rien lui dire. Cependant, dans la société actuelle, cet aspect n'est pas intéressant pour les femmes, mais il l'est plus pour les hommes. Il est possible que l'on dise que les femmes ont pour obligation de prendre la pilule, et que les hommes ont comme droit de faire l'amour sans penser à la contraception. » (Akiyama : 1993, p. 261)

Donc, la question est de savoir si la pilule permet aux femmes de prendre l'initiative

COMMENT LES FÉMINISTES JAPONAISES ONT-ELLES RÉAGI À PROPOS DE LA PILULE ?

dans la sexualité et la contraception, ou bien si elle dispense les hommes de prendre des mesures contraceptives, obligeant ainsi les femmes à prendre la responsabilité de ne pas tomber enceinte. Ces deux évaluations contraires ont été attribuées à la pilule. Mais si la pilule empêche les femmes et les hommes de partager les charges et la responsabilité de la contraception, comment peut-on faire ? Quel moyen contraceptif doit-on choisir ? C'est en réponse à ces questions que l'association recommande l'utilisation des préservatifs.

« Nous avons beaucoup réfléchi sur la pilule et discuté sur les moyens contraceptifs. Ainsi, nous trouvons que les préservatifs et les diaphragmes dont on dit souvent que leur efficacité n'est pas suffisante, peuvent faire très bien l'affaire si on les utilise de manière correcte. En plus, dans notre perspective, il est important de s'efforcer d'être plus efficace en matière de contraception et de choisir ce qui est vraiment efficace et bon pour nous-même.

Quand on nous demande quelle méthode à choisir, la plupart d'entre nous répondons que c'est le préservatif. Voici l'explication de notre réponse. C'est un moyen de contraception bon marché et efficace sans aucun effet secondaire. Mais le plus important, c'est que nous pouvons partager la responsabilité de la contraception avec notre partenaire.

Avec les méthodes féminines, parmi lesquelles la méthode de la température basale, le diaphragme et l'abstinence périodique, nous pouvons avoir un moyen contraceptif efficace. Alors, nous recommandons aux femmes d'utiliser simultanément un préservatif et l'une des méthodes classiques féminines en guise de pilule.

Pour ne pas tomber enceinte avec ces méthodes, il faut absolument bien connaître les mécanismes et le fonctionnement de son corps, de même que la sexologie. Il faut aussi maîtriser l'emploi des méthodes contraceptives. Enfin et surtout, il faut avoir une bonne relation avec son partenaire. Il semble que ce soit un détour, mais nous pouvons nous sentir vivre vraiment en faisant ces efforts. » (Onna no tamenō Kurinikku Junbikai : 1987, pp. 128-9)

Ici, l'association conseille d'utiliser les préservatifs parce qu'ils permettent de partager la responsabilité dans le couple pour éviter toute grossesse inattendue. C'est vrai qu'il est impossible d'utiliser un préservatif sans la coopération de son partenaire masculin. On peut donc dire que, le préservatif peut servir de symbole de la volonté de son partenaire qui aura sincèrement réfléchi à la problématique de la contraception. Néanmoins, il en résulte que les femmes laissent aux hommes l'initiative de la relation sexuelle. C'est donc très inquiétant. À ce propos, les féministes favorables à l'usage de préservatifs répondraient certainement de la façon suivante.

« Certaines disent facilement qu'en prenant la pilule, les femmes peuvent jouir pleinement de leur sexualité. Mais elles s'y attendent trop. L'intérêt de la pilule ne tient qu'à sa grande efficacité contraceptive, ne jamais tomber enceinte si on n'oublie pas de la prendre. La pilule n'est qu'un

médicament hormonal utile, quand les femmes choisissent leur vie. Il faut bien reconnaître qu'elle n'est plus qu'un médicament contraceptif efficace. C'est votre décision qui compte et ce n'est pas la pilule qui décide de votre vie. Au lieu de donner trop d'importance à la pilule, il faut toujours se demander ce qui est important. Vous êtes maître de votre vie quand vous pouvez demander à votre partenaire de mettre le préservatif, plutôt qu'utiliser la pilule. » (Ribu Shinjuku Center Shiryôhonzonkai : 2008, p. 76)

Selon l'auteure de cet article, on peut avoir une maîtrise sur sa vie quand on peut demander à son partenaire de participer à la contraception, et non pas quand on prend la pilule. Mais on peut se demander si les femmes ne peuvent pas maîtriser leur vie sans la collaboration de leur partenaire ? Pourquoi les femmes qui décident elles-mêmes de prendre la pilule pour se protéger d'une grossesse inattendue, ne maîtriseraient-elles pas leur destin ?

C'est vrai que le moyen contraceptif choisi par chacune, reflètera bien un aspect de leur relation. Aux yeux des féministes japonaises, les relations de couple femme-homme étaient tellement inégales que les femmes étaient nécessairement obligées de prendre la pilule malgré elles. Alors, pour s'opposer à cette inégalité, elles n'étaient pas favorables à l'utilisation de la pilule, mais favorables au préservatif. On peut donc dire que c'était un discours politique et stratégique contre la pilule.

3. Critique des deux discours anti-pilule

Jusqu'ici, nous avons vu deux arguments typiques des féministes défavorables à la pilule. Le premier est basé sur l'idée de rester soi-même, d'être naturel et le second, sur l'égalité au sein des couples. Elles admettent une grande efficacité contraceptive de la pilule, mais accordent plus d'importance à leurs idéaux quant à la féminité et à l'égalité femme-homme. Comment peut-on évaluer ces arguments d'un point de vue actuel ?

Tout en reconnaissant que ces arguments sont persuasifs surtout sentimentalement, nous pouvons les critiquer si nous apprécions beaucoup la valeur pratique de la pilule. Elle permet notamment aux femmes de maîtriser leur corps, leur fécondité et leur sexualité.

Le plus important pour les femmes qui ne veulent pas tomber enceinte, c'est évidemment la sûreté contraceptive. Le préservatif a moins d'efficacité que la pilule. Si une femme utilise les préservatifs dans le but de rester elle-même naturelle ou dans le but d'avoir une bonne relation avec son partenaire, et si elle tombe enceinte en cas d'échec, elle serait la seule à souffrir physiquement et mentalement. Finalement, les hommes ne peuvent pas partager les désagréments que subit le corps d'une femme. Les féministes que nous avons mentionnées ci-dessus ne voyaient pas cette réalité. Si le mouvement féministe a empêché les femmes d'avoir plus de choix, du coup, cela a certainement eu pour conséquences de nombreuses grossesses non désirées, ce qui souligne ironiquement l'inefficacité de cette position.

COMMENT LES FÉMINISTES JAPONAISES ONT-ELLES RÉAGI À PROPOS DE LA PILULE ?

Et nous remettons surtout en question l'argument anti-pilule pour s'opposer à la disparité dans le couple. C'est un argument très paternaliste qui déprécie la décision des femmes. Premièrement, cela veut dire que les femmes qui prennent la pilule y seront toujours obligées. Mais les femmes sont-elles si passives en réalité ? Dans ce sens-là, on ne tient pas compte sérieusement de la décision des femmes. Deuxièmement, cela suppose que les femmes et les hommes doivent s'aimer et communiquer parfaitement quand ils ont des relations sexuelles, que chacun souhaite vraiment le meilleur pour l'autre, sans égoïsme. Les féministes imposent aux femmes cette vision du couple et de l'amour idéalisés, alors que les relations de couples peuvent être beaucoup plus complexes et houleuses. C'est très aléatoire et restrictif à l'encontre des femmes.

Il est certain que des années 1970 aux années 1980, où ces féministes étaient actives, la disparité entre les femmes et les hommes étaient bien plus présente qu'aujourd'hui. Cependant, même si on tient compte de ce contexte historique, nous pouvons dire que les féministes japonaises renforçaient paradoxalement l'oppression des femmes alors qu'elles auraient pu choisir et conseiller une autre voie.

Vingt ans après la légalisation de la pilule, c'est à nous de choisir la bonne voie maintenant.

Bibliographie

- Akiyama Yôko, "Piru ha hontô ni yoimono ka", *Ribu shishi nôto*, Edition Impact syuppankai, 1993 (Première parution dans *Onna kara onna tachi he*, vol. 2, Urufu no kai, 1972)
- Matsumoto Ayako, *Piru ha naze kangê sarenainoka*, Edition Keisô shobô, 2005
- Mizoguchi et al. (eds), *Nihon Ūman-ribu shi*, vol. 1, Edition Shôkadô shoten, 1992
- *Nihon Ūman-ribu shi*, vol. 2, Edition Shôkadô shoten, 1994
- *Nihon Ūman-ribu shi*, vol. 3, Edition Shôkadô shoten, 1995
- Norgren, Tiana, *Abortion Before Birth Control : The Politics of Reproduction in Postwar Japan*, Princeton University Press, 2001
- Ogino Miho, *Onna no karada-feminism igo-*, Edition Iwanami shoten, 2014
- *«Kazoku keikaku» he no michi*, Edition Iwanami shoten, 2008
- Onna no tameno Kurinikku Junbikai, *Piru, watashitachi ha erabanaï*, Edition Onna no tameno kurinikku junbikai, 1987
- Ribu Shinjuku Center Shiryôhonzonkai, *Ribu shinjuku sentâ siryôho syûsei "Ribu news Konomichi hitosuji"*, Edition Impact shuppankai, 2008
- United Nations (Department of Economic and Social Affairs, Population Division, Fertility and Family Planning Section), *World Contraceptive Use 2018*, <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/dataset/contraception/wcu2018.shtml>, 2018