

家庭向け性教育手引書

すこやかに



駒ヶ根市教育委員会

こまがね 子育て10か条

1 アルプスに 響くあいさつ 心が通う

「おはよう」から始まる家族のあいさつ、地域の人たちとのあいさつは、心をつなぐ架け橋となります。アルプスに響く元気な声であいさつをしましょう。

2 早寝 早起き 家族で愛の朝ごはん

生活リズムを整えることは、子どもの体や心の成長にとっても大切です。栄養バランスのよい愛情たっぷりの朝ごはんをみんなで食べて、一日のスタートを切りましょう。

3 「ありがとう」 「ごめんなさい」 言葉で伝える 素直な気持ち

わかっているけど、言葉に出せば何倍も伝わる気持ちがあります。家族の中でも言葉に出して、感謝や思いやりの気持ちを伝えましょう。

4 ほめてしかって抱きしめて 目を見てうなずき 最後まで

子どもが親の愛情を実感できるよう、たくさんほめて抱きしめて、甘やかすだけでなく、しかることも忘れずに。子どもの話は、目を合わせて最後まで聞いてあげましょう。

5 家事・育児 家族みんなで協力を できることからお手伝い

家の仕事や子育てに、家族・父母みんなが役割を持って協力しましょう。子どもは、お手伝いから生活体験と、自分が必要とされている実感を得ることができます。

6 メディア漬けに御用心 テレビやゲームは 時間を決めて

テレビやビデオ、パソコン、ゲームに長時間向かうことは、子どもの脳の発達に影響を及ぼします。テレビを消して、読育(*)や家族の会話の時間を持ちましょう。
*読育(よみいく): 本を読むことで、考える力、生きる力、豊かな心を育てること。

7 外遊び 群れ遊び 自然に身につく がまんやルール

子ども同士の遊びや自然の中の遊びは、子どもの社会性や生きる力を育てます。駒ヶ根の豊かな自然の中、小さな頃からたくさんの体験をさせてあげましょう。

8 顔出せば 広がる人の輪 で近所づきあい

いざというとき、頼りになるのは同じ地域に住む人たちの助け合いです。地区の行事等への積極的な参加や近所づきあいから、地域の皆さんとの絆や支え合いが生まれます。

9 生まれでた 一つの命 大切に

自分の命、みんなの命、生き物の命、どれも、かけがえのない一つの命です。自分自身を大切に、人に優しくしたり、いたわったりする心を伝えましょう。

10 わが家の1条を 家族で決めましょう

監 修

長野県伊那保健所

所長 山崎 宗廣

長野県看護大学

教授 清水 嘉子

表紙イラスト：片桐 美登

はじめに

子どもたちが健やかに育ってほしいという思い、性に関わる事柄は、殊更、親や社会のねがいであり、一面、心配な事でもあります。

残念なことに、先進国のエイズ感染者は減っている中で、我が国だけが増えており、しかも長野県は、東京都に次いで全国ワースト2位という状況にあります。

一般的に、ウラマチキョウイク裏町教育（雑誌、週刊誌の記事、携帯電話等で交換される信じない方がよいと思われるもの）の弊害を上まわるだけの正規の性教育が不十分だという、明らかに教育の遅れであると言えます。

性教育は、心の教育、全人教育、社会教育でもありますが、中には、性器教育だと誤解し、純潔教育にこだわったり、雄シベ雌シベ等とずれた事を扱ったり、まだまだ、自然に分かる事だから、そっとしておくのが良いという方もいるのが実情です。

学校と違って、家庭で性を話題にすることは、気恥ずかしく思うのは当然で、時と折により、年齢等発達段階を考慮することも必要でしょう。

このようなことから、ご家庭で行う性教育の一助となることを願ってこの手引書を作成しました。ぜひ、皆様のご家庭でご活用いただきますようお願いいたします。

また、市では“こまがね子育て10か条”を制定しました。家族や地域を中心に市民や企業がみんなで力を合わせて子育てをし、子どもたちが大事にされる元気なまちづくりめざして活動していくことを願っています。

平成20年3月31日
駒ヶ根市教育委員会 教育長 中原 稻雄

目次

■この本を読まれるみなさんへ 1

第Ⅰ章

性教育を考える

■1. 私たち人間の性とは 3~4

- (1) 精神の性とは
- (2) 生殖の性とは
- (3) 快楽の性とは
- (4) これからの性教育の目標

■2. 親の心配 子どもの不安 5~6

- (1) 子どもの性にむきあうために
- (2) お父さんとお母さんと話しましょう

■3. 変わっていく私たち 7~8

- (1) — 幼児～思春期～成人～熟年・老年 —
 - ① 一生を通して素敵な性を受け入れる人に
 - ② 思春期の精神的な特徴
 - ③ 男女の性意識の違い

■4. 家庭にある性教育 9~10

- (1) 家庭(保護者)の役割
- (2) 家庭で心がけたいポイント
- (3) 学校で行う性教育に関心を持ちましょう

■5. 子どもたちをとりまく性環境はいま 11~12

- (1) 容易に手に入る性情報と正しい性の理解

■6. 家庭づくりと性教育 13~14

■7. 心を育てる 15~18

- (1) 命を大切にすることを育てましょう
- (2) 思いやりの心を育てましょう
- (3) 自分をコントロールし、自分で判断・行動できる子を育てましょう
- (4) あたたかい人間関係を築くために

第Ⅱ章

こう教えた家庭での「性」教育の実際

- 1. お腹の中の赤ちゃんの成長 21~22
- 2. 各発育期の特徴 23~28
 - (1) 心とからだの成長
 - ① からだの変化
 - ② 心の変化
 - ③ 相手との関わり方の変化
 - (2) 「どうして?」「どうして?」と聞かれたときは
 - ① 「幼児期」Q & A
 - (3) こんな事を見かけたときは
 - ① 「幼児期・小学校低学年」
- 3. 女の子のからだ 29~32
 - (1) 月経(生理)とは
 - (2) よくある女の子の相談Q & A
- 4. 男の子のからだ 33~36
 - (1) 精通とは
 - (2) よくある男の子の相談Q & A
- 5. 男女交際 37~38
 - (1) 親の質問Q & A
- 6. 性的接触 39~41
 - (1) 性的接触とは
 - (2) 子どもに伝えるいのちの話
 - (3) 思春期を迎える頃には
- 7. 避 妊 42
 - (1) 望まない妊娠を避けるために
 - (2) 避妊とは
- 8. 人工妊娠中絶 43
- 9. 妊娠と出産 44~47
 - (1) 妊娠とは
 - (2) 子どもの質問(年齢別)Q & A

| | |
|-----------------------|-------|
| ■10. 性感染症 (STI) | 48~50 |
| (1) 性感染症とは | |
| (2) おもな性感染症 | |
| (3) STIの予防 | |
| ■11. エイズ (AIDS) | 51~54 |
| (1) エイズとは | |
| (2) エイズの予防 | |
| (3) 子どもの質問Q&A | |

第三章

性被害の防止

| | |
|----------------------------------------|-------|
| ■1. 性被害の防止 | 57~63 |
| (1) 被害にあわないために | |
| (2) 被害にあいやすいこんな行動 | |
| (3) 不幸にして被害にあってしまった時の対応 | |
| ■2. 性非行の実情 | 64~65 |
| (1) 事例 | |
| (2) 特別法犯少年補導の概況 | |
| ■3. 性非行の防止～お子さんを加害者・被害者にさせないために～ | 66~70 |
| (1) お酒の危険・タバコの危険・薬物の危険 | |
| (2) どんな家庭が子どもを守れるか | |
| (3) こどもを守るために | |
| ■4. 性虐待の防止 | 71~72 |

資料

| | |
|------------|-------|
| ■ 資料 | 74~83 |
| ■ おわりに | |

この本を読まれるみなさんへ

《この本が作られた目的》

この本は、すべての子どもたちの健全な成長を願って作られました。子どもたちが大人になる過程で必ず通る性の問題を、「どのように」「だれが」「いつ」「なにを」「どんな時に」伝えていくかを中心にまとめたものです。

各家庭の保護者がお子さんの成長段階や興味・関心、疑問に応じて生じる問題に、人生の先輩として、より確かな知識をもって取り組んでもらうときの参考になることを願って作られた本です。

《利用の仕方》

一度、全体像をつかむために通してお読みください。読むことによって、家庭でのお子さんからの質問や疑問にも、お子さんにあった言葉で容易に伝えることができると思います。

学校では、子どもの成長段階に応じて、学年・各クラスで指導していますが、学校の学習の他、家庭での手引き書としてご利用ください。

また、末尾にはQ & Aと学校（各学年）での指導内容を簡単にまとめてあります。



お願い

お子さんの成長には心身ともに個人差があります。その個人差を一番よく知っているのが保護者です。それぞれの家庭のなかでこの本を参考にさせていただきながら、お子さんを慈しみ大切に、また、正しい知識を伝えながら育ててほしいと願っています。

この本は、専門的な説明はできるだけ簡潔にしてありますので、場合によっては、専門家との相談や、専門医の診断及び治療が必要なこともあります。ご留意ください。

第Ⅰ章

性教育を考える



1. 私たち人間の性とは

人間の性は、「精神の性」「生殖の性」「快樂の性」があると考えられ、性教育は、それらを通して人格形成、人間愛、人権尊重などの基本を教える教育です。

性教育は、すべての人に行われるものと考えています。

(1) 精神の性とは・・・

—性をめぐる男女や親子の心の結びつきが深まること—

たくさんの方の心と心の結びつき、人格と人格のふれあいの中でかけがえのない一人の自分を大切に育てる心を育てます。自分らしさ、人間らしさを大切にしましょう。



(2) 生殖の性とは

—生命を次世代につなぐ—

命は永遠ではありませんが、生殖によって何世代にもわたり、受け継いでいくことができます。どの人にも親がいて、その親にもそれぞれ親がいてといった具合に、生命は今、生きている私たちに受け継がれてきています。



(3) 快樂の性とは

—性的欲求の充足—

喜びと楽しさを互いに分かち合い慈しみ、より深くお互いを知り、愛を育てるためにあります。



■過去において性教育は次のような考え方がありました

禁欲主義・・・倫理的立場を重視し、性を罪悪として遠ざける考え方

純潔主義・・・精神的なものを重視し、性の営みを切り離れた考え方

性科学主義・・・性知識を教えることを重視し、人間の生理や性行動を科学的に教えようとする考え方

こうした考え方の中で、一般的には「寝た子を起こすな」という風潮があり、現在でも根強く残っていると考えられます。しかし、様々な情報が氾濫している社会の中で、子どもたちが性について何も知らずに、または教わらずに過ごすことができるでしょうか。加えて、子どもたちを取り巻く性環境は、「性の快樂的側面」のみを強調して、手軽な遊びとして性をとらえさせてはいないでしょうか。「後天性免疫不全症候群（エイズ）の存在、性感染症などの広がり」「十代の人工妊娠中絶件数の増加」「性風俗・不確かな性情報の氾濫」「性犯罪の増加」



「性の快樂への興味」など私たちを取り巻く性環境の問題は山積されています。こういった状況だからこそ私たちは、性の問題を正面から見据え、正しい知識を子どもたちに教えていかなければなりません。

(4) これからの性教育の目標

次の点が重要になってきます

- 男性・女性としての自己の認識を深める。自己肯定感(*)を高めるとともに、性について科学的知識を身につける。
- 人権尊重・男女平等などお互いの性を尊重し、よりよい男女関係を築けるようにする。
- 家庭・社会の一員として必要な性に関する基礎的な事項を学び、性的な問題に対する適切な意思決定ができるようにする。自制心、自己決定力を育てる。

性教育は、生命への慈しみや生命を尊重する心を育て、諸問題を責任ある態度で解決できるような人間性を向上させるものでなくてはなりません。さらに、だれもがそれぞれ目指している「こうありたい自分」(自己実現の達成)に到達するための、必要な要素の一つといえるでしょう。



*自己肯定感・・・自分にもいいところがあり、社会や家族から受け入れられている。

2. 親の心配 子どもの不安

(1) 子どもの性にむきあうために



このような性についての心配が問題になったことはありませんか。性の開放化が進み、子どもたちは、いろいろなところから性の知識を得てきています。昨今の性に対する感覚の差は、親としても計れないことが多いのではないのでしょうか。

(2) お父さんとお母さんと話しましょう

僕（私）の体、少し皆とちがっているような気がするけど、大丈夫？

最近モヤモヤして、悲しくなったり、うれしくなったり…異性にドキドキしたりするよ…

赤ちゃんはどこから生れるの？
結婚すると自然に赤ちゃんってできるの？性的接触って何？

おしっこと精子は混じらないのかなあ

好きなら性的接触をしてもいいの？

あの子（あの人）が気になって、話してみたい。
いっしょにいてみたい。

子どもの不安

妊娠ってわかるのはいつ？



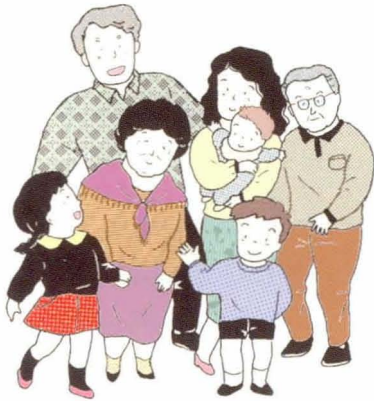
子どもたちは、内心、自分の身体の発達に伴いからだにおこる変化に動揺し、少しの変化にも不安になっています。小さな疑問でも聞きづらく、手軽な情報源（雑誌、ネット、友だちなど）に頼り、誤った知識をもってしまう場合もあります。

3. 変わっていく私たち

(1) — 幼児～思春期～成人～熟年・老年 —

① 一生を通して素敵な性を受け入れる人に

人間は生まれたときから『男』または『女』としての『性』を、幼児期から思春期・成人期・老人期と発達しながら一生を過ごします。



ここでは人間が心身ともに一番発達する思春期をとりあげて、一緒に「性」を考えてみましょう。

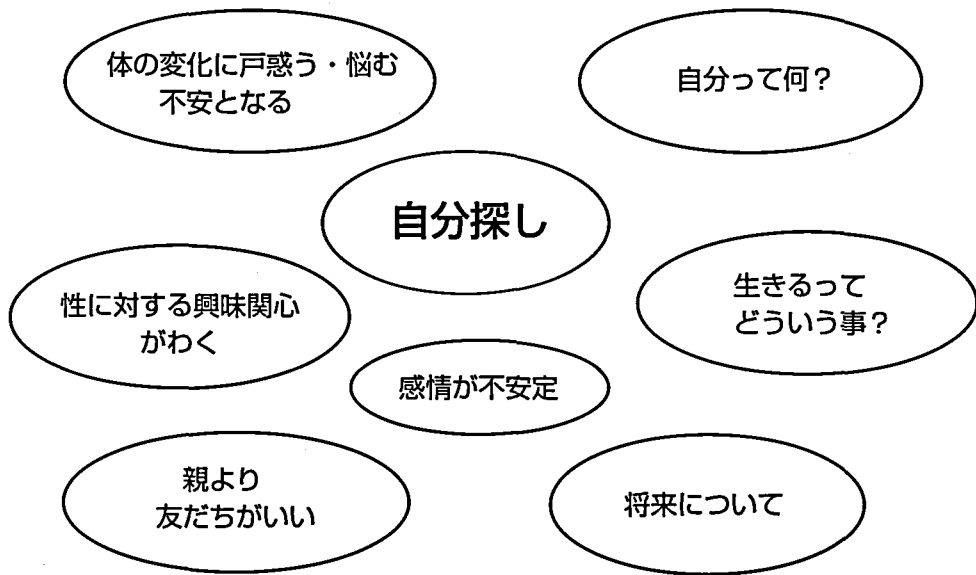
はじめに自分が幼いときの遊びの場面を思い出してみましょう。幼いときは誰とでも手をつなぎ、肩を組み、男女の区別なく一緒に遊んでいました。ところが個人差はありますが、成長と共に小学校中学年頃から異性を意識するようになり、それまでのような遊びが容易にできなくなってしまったことに気づくのではないのでしょうか。

私たちは、大人の体になるために少しずつ体の形や声変わり、乳房の発達、精通や初経といった今までにない新しい自分との出逢いを経験していきます。それと同時に性に対する関心も高まり、疑問、不安など今までにない心の動揺も覚えます。

このような時期、私たち大人は、子どものデリケートな感情に配慮して「成長には個人差があり、早い遅いがあること」や、「羞恥心や抵抗感、否定感などあるけれどそれは誰にでもあること」などを話し、「安心して心を安定させるには、正しい知識を得ることが一番の近道であること」へと導いてあげましょう。

そして、命の大切さや家族、相互に愛すること、愛があって「あなたがここにいる」ことなども合わせて話しておきましょう。

② 思春期の精神的な特徴

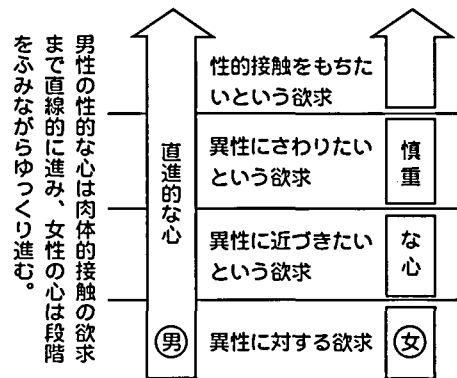


- ・思春期の子どもたちは、身体の変化にとまどったり、悩んだり、不安になったりします。また、ホルモンの分泌によって、感情が不安定になったりもします。性に対する興味、関心も出てきます。
- ・「自分がどんな人間なのか」「生きるってどういうこと」「将来はどうなるの」などを真剣に考え悩んだりします。

*出典 助産師が行う思春期教育教材

③ 男女の性意識の違い

女子は単に漠然とした異性に対するあこがれや接近欲であり、ロマンチックな精神的な愛で満足し接触欲までの進み方が大変遅いのが普通です。それに対して男子は刺激に対し敏感に反応し興奮します。そして接触欲まで直進するのが普通です。この大きな性差を理解して行動しないと、妊娠や中絶など大変な悔いを残すことがあります。



*出典 性教育の手引 長野県教育委員会

4. 家庭にある性教育

生きるという漢字に、りっしんべんの心と書いて『性』という字が成り立っています。性は人間の日々の生活になくってはならない存在で、生活を豊かで幸せなものにしてくれるものといえます。したがって性教育はその基盤である家庭にこそあるといえるでしょう。

(1) 家庭（保護者）の役割

性教育で果たす役割は具体的にどう考えたらよいでしょう。保護者の生き方や人間関係、夫婦関係等がそのまま家庭に反映し、家庭の雰囲気明るくなったり暗くなったりし、また心も嬉しくなったり、悲しくなったりします。子どもたちは敏感に家庭、家族から好むと好まざるとに関わらず、そのような基本的な部分を多く学んでいます。



その中で保護者は、男性、女性として良きモデルとなり互いに認め合い、子どもたちには「お父さんのような人がいい」、「お母さんのような人になりたい」と思われるような家庭をつくっていかねばならないといえるでしょう。

(2) 家庭で心がけたいポイント

○性は大切なものとして話しましょう

性は、決していやらしいものでも恥ずかしいものでもなく、また印象として、うしろめたいものとか、不潔なものとして伝わってもよくありません。人間の生活を家庭という形で豊かで幸せにしてくれるものです。性は慎み深く大切なものとして伝えましょう。



○愛情あふれた家庭をつくりましょう

赤ちゃんは、お腹にいるときから外のことが聴こえていると言われます。



小さいから分からないということではなく、成長とともに日頃から環境や変化に気をつけ、機会をとらえて望まれ愛されてきた事などを伝えていきましょう。

○ 性について良い相談相手となり、質問には、先輩として向き合ってあげましょう

性に関する疑問は、子どもにとってはほとんどが初めてのことばかりです。それだけに不安や悩みも大きなものです。人生の先輩として相談にのることや、言い出せないことに気づいたら親の方から先に声をかけることも必要です。そうしてあげることが相互の安心にもつながり、後の話しやすさにもつながります。

質問された場合は、隠したりせず、成長段階に応じて納得できるように話してあげましょう。すぐに答えられないときは「ちょっと調べてみるね」とか、本でよいのであれば「読んでみてね」などと先輩として保護者として、対応できるよう心がけていきましょう。



(3) 学校で行う性教育に関心を持ちましょう

学校では成長に合わせて性教育の学習時間を設けています。しかし、個々の成長には差がみられます。家庭でも学習内容に関心をもって話題にしましょう。

* 参考資料参照

小学校・中学校・高等学校 性教育の手引き



5. 子どもたちをとりまく性環境はいま

(1) 容易に手に入る性情報と正しい性の理解

○あふれる性情報と学校・家庭での性教育

テレビや週刊誌などのマスコミによる影響がますます大きくなっている現在、家庭や学校での性教育がとても大切です。

○性情報の氾濫

週刊誌やDVDなど、商品化された性情報がコンビニやレンタルビデオ店で簡単に手に入ります。



○性風俗の氾濫

ソープランドやストリップ劇場などに加え、最近の傾向は、店舗型から通信販売やインターネットを利用したの風俗営業が大幅に増加しています。



○高まる性への関心

中学生の約半数、高校生生の80%以上が携帯電話を持っている現在、子ども同士での情報のやりとりも影響し、

10代前半から急激に性への関心が高まります。

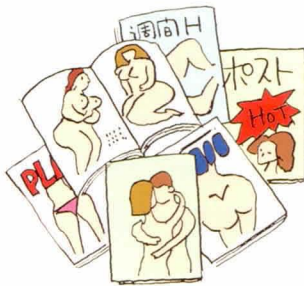


○増える性犯罪・性非行

子どもたちが被害者となる性犯罪や、不特定の異性との交遊や援助交際など、性にたいするモラルの低下が見られます。

また、インターネットを利用した「出会い系サイト」が事件・事故を誘発し、被害者は未成年者と女性が大半です。

*詳しくは性被害の防止の章をご覧ください。



いま、子どもたちをとりまく性環境は決して良いものとはいえません。また、子どもたちの身体の発育は目覚ましい反面、心の発育がそれにとまなわず、未熟なまま本能的な性行動に走りやすい環境にあります。

そして、子どもたちは興味本位にあつかわれ、商品化された性情報の中で性を軽く考えるようになり、かつてとは比較にならないほど開放的になってきています。

こうした性環境の中で、周囲の大人が正しく等しい性情報を届ける事が必要になります。

そして、人間の生き方やあり方としての性の問題を、一人ひとりが理解できるようにしていくときではないでしょうか。

6. 家庭づくりと性教育

子どもは、保護者の生活態度や考え方、心がまえなどを知らず知らずのうちに学び、身につけていきます。

子どもには心身ともに安心できる、あたたかい家庭が必要です。

信頼の芽

- 子どもの欠点も含めた存在自体を無条件に認め、尊重しありのままの子どもを受け入れることが大切です。
- 自分はたっぷりと愛されているという思いが、子どもの心を安定させます。
- どんな苦境に立っても、それを乗り越えようとする意欲を生み出します。
- 人を信頼する心も、自分が十分に愛された経験があって初めて生まれるものです。

子育てではほめることから

- 子どものいいところを見つけ、具体的にほめましょう。
- 子どもをほめる時は、親のうれしかった気持ちも伝えましょう。
- 謙そんのもつりて人の前で我が子の欠点を言ったり、けなしたりしないようにしましょう。他人からのほめ言葉に対しては素直に受け入れて、子どもと一緒に喜びましょう。
- 兄弟姉妹を比較しないようにしましょう。

社会のルールは家庭から

- 社会のルール（人と人との関わり方の基本）を、家庭の中でも教えましょう。
- 子どもが悪いこと間違っただけをした場合には、きちんと正しましょう。
- 家庭が全員同じ基準で判断し、子どもに接しましょう。

子どもに対しての禁句

- 愛情を否定することば
「産まなければよかった」
「大きいな子」・「なんて憎たらしいことをする子」
- 養育を放棄することば
「育てる気がしない」・「どこへでも行きなさい」・「出て行け」
「もう顔を見るのもいや」
- 子どもの人格を非難することば
「なんてできのわるい子」
「どこまでバカなの」
「ほんとうに いやな性格ね」

家族で食べよう朝ごはん

- 早寝早起きをして、朝食もきちんと食べましょう。
- 朝食を食べることで、生活リズムが整い、体調の良い毎日が送れます。



清潔は性教育の第一歩

- なるべく毎日お風呂に入りましょう。月経中でもシャワーやかけ湯を浴びて、清潔に心がけましょう。
- うがい・手洗い・歯みがきなどは習慣化させましょう。
- 下着は毎日とりかえるようにしましょう。少なくとも小学校高学年になったら、自分で洗う習慣をつけましょう。
- 性器はきれいに大切にしましょう。性器は将来赤ちゃん（生命）を生み出すところです。汚れた手でさわったりしないようにしましょう。

子どもの成長を見守りましょう

- 子どもであっても一人の人間として認め、接するようにしましょう。
- 子どもも親もそれぞれに秘密にしたい、隠しておきたいこともあるはずです。とくに個人の愛や性については侵されない面、踏み込めない線があります。こうしたことは、本人が話さない限り、聞かないというのがエチケットです。
- たとえ子どもの部屋であっても声をかけたり、ノックをしてから入りましょう。また子どもあての手紙や日記などを無断で見ることなどはよほどの事情がない限りしない方がよいでしょう。なお、プライバシーを侵害してしまったときなどは、謝ることも必要です。

7. 心を育てる

(1) 命を大切にすることを育てましょう

地球上の生物は、みな同じ仲間であり、人間もその一員として生きていくことが求められています。私たち一人ひとりの生命、また私たちをとりまく自然界のすべてのものがかけがえのない大切な存在です。

○誕生の話をしましょう

誕生日など機会があるごとに生まれてきたときのようす、まわりの人の気持や期待などを話してあげましょう。お母さん一人が頑張っただけでなく、赤ちゃんも頑張っただけでなく、生まれてきた大切な命であることを話してあげましょう。子どもはいくつになっても自分が誕生したときの様子をくり返し聞くことで、幸福な気持ちになるのです。



子ども自身が自分の存在を喜びと感ずるように話してあげましょう

- どんな子どもが生まれてくるかみんな待っていたよ。
- 元気に生まれてくるようにと、おじいちゃんはお宮参りをしてお守りをもたらってきてくれたのよ。
- お腹の中で動くと、とてもうれしかったよ。
- お父さんはお仕事を休んで、あなたが生まれるのを待っていたのよ。
- お母さんは「この子が私の子なのね」と涙が出るほど嬉しかったわ。
- あなたの名前にはお父さん、お母さんの気持ちがこめられているのよ。
- おねえちゃん（おにいちゃん）もすごくよろこんで手やほっぺをそとなでたのよ。
- お母さんとあなたはへその緒でつながっていたんだよ。今でもみえないへその緒でつながっているんだよ。

(2) 思いやりの心を育てましょう

性教育で一番大切なこと、それは思いやりの心を育てることです。自分を大切にすると同じように、相手を大切にする気持ちです。思いやりの心はどうしたら育つのでしょうか。それは、たっぷりと愛を与えられることにより育つのです。

○思いやりの心を育てる必要条件

- ・ 献身的な無償の愛をたっぷり与えられて育った子どもは「こんなに大事にされる自分は大切な存在にちがいない」という自分への信頼が生まれます。
- ・ 子どもは、深い満足感と自分は愛され守られているという安らぎの感情を体験します。
- ・ 自分自身を肯定できると、自分以外の人や自分をとりまく世界についても肯定し、信頼できます。どの人も自分と同じように大切な存在であることがわかってきます。
- ・ 家族が互いに思いやりを持ち助け合っている姿が子どもの心を安定させ、やさしい心を育てます。



家族のために役立っているという経験をさせていきましょう。

○休日や長い休みに、家族がいっしょになって何かを作ったり行動をしましょう。

○子どもに家庭内での役割を持たせましょう。

- たとえば
- ・ 玄関はき
 - ・ 風呂そうじ
 - ・ 食事の手伝い
- など毎日する仕事をつくりましょう

(3) 自分をコントロールし、自分で判断・行動できる子を育てましょう

自分をコントロールする力は意志を決定する上でも、行動を選択する上でも非常に重要な役割を果たします。

○がまんする心を育てましょう

子どもたちの欲求は、雑誌やテレビ、ビデオやDVD、その他いろいろな情報の中でどんどん膨れ上がっています。わがままは、子どもの問題であると同時に親の問題でもあります。親は子どもにせがまれたとき「与えずにおいて悪いことでもされたら困る」「よその子も持っているのだから自分の子どもがなくてはかわいそう」と、何でも与える傾向はないでしょうか。

どんなに欲しがっても、我慢させる時は我慢させることも大切です。子どもの要求を受け入れられないときは、その理由をわかりやすく説明しましょう。我慢の練習は乳幼児期からが大切です。

○乳幼児期から養われた力によって、思春期の性と自分の気持をコントロールする力が育ちます。

- ・小さい頃からがまんする力が育っている。
- ・社会のルールが身についてきている。
- ・相手を思いやる心が育っている。
- ・将来にむけての希望や夢を持っている。
- ・自分の考えで行動や態度を決めている。



(4) あたたかい人間関係を築くために



心のあり方

- 生命尊重の心
- 愛と思いやりの心
- 自己をコントロールできる心
- 男女共同参画の考え方

○性行動を選択するとき考慮すること

- ・その性行動が自分にとって、また相手にとって、そして二人にとって、
 どのような影響（精神的、身体的、社会的、経済的）を及ぼすかを考える。
- ・自分や相手、まわりの人、さらに新しい生命にとって望ましいことは何かを考える。
- ・現在のみならず、数年後、数十年後の長い幸せを考える。

性行動を選択するためには、可能な限りたくさんの選択できる情報や知識が必要です。いろいろな考え方、いろいろな事実、いろいろな理解の仕方があることを知った上で、自分でよく考え責任ある行動選択が望まれます。そして難しい選択のときは、親や周囲の大人の人に相談することも大切です。子どもが思春期を迎える頃になって、突然、性について話そうとしても、あるいは問題が起きてから話し合おうとしても、日頃から何でも話し合える親子関係ができていなければなかなかうまくいきません。幼い頃からのふれあいの積み重ねが大切です。

親の考え方、願いをきちんと整理しておき、子どもの年齢に応じて機会あるごとにくり返して話し、よい相談相手になりましょう。性教育は子どもに与えるだけでなく私たち親も一生かけて学ぶものといえそうです。

すゝやかに

第Ⅱ章

こう教えたい 家庭での「性」教育の実際



1. お腹の中の赤ちゃんの成長

誕生前の赤ちゃんもかけがえのない存在です。お子さんの誕生について話すときなど、いっしょにご覧ください。

お腹の中の赤ちゃん



妊娠12週ごろ



20週ごろ

22週ごろ

妊娠経過

| 妊娠区分 | 妊娠初期 | | | | 妊娠中期 | | |
|------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 妊娠月数 | 第1月 | 第2月 | 第3月 | 第4月 | 第5月 | 第6月 | |
| 妊娠週数 | 0週～3週 | 4週～7週 | 8週～11週 | 12週～15週 | 16週～19週 | 20週～23週 | |
| | <ul style="list-style-type: none"> 受精の瞬間に性別が決定 | <ul style="list-style-type: none"> 移動し、子宮内膜に着床する 受精卵が分裂をくりかえしながら子宮に向かって | <ul style="list-style-type: none"> 脳の原形が完成 頭と胴体に別れる 手足の区別がつく | <ul style="list-style-type: none"> 機械で胎児心音を確認できる 男女の区別ができる | <ul style="list-style-type: none"> 胎盤が完成 外性器の性差が明らかになる 羊水の中で運動を始める | <ul style="list-style-type: none"> へその緒が完成する 動きが活発になり胎動が親にわかる 羊水を飲んで尿を出す 胎児呼吸様運動が増加する 筋骨格系が発達する | <ul style="list-style-type: none"> 皮下脂肪が増加してくる 眉毛や頭髮が生える |
| | | 器官形成期 | | 胎芽 | | | |



32週ごろ



40週ごろ

| 妊娠末期 | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第6月 | 第7月 | 第8月 | 第9月 | 第10月 |
| 1週~2週 | 3週~27週 | 28週~31週 | 32週~35週 | 36週~39週 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・眉毛や頭髮が生える ・身体<small>（胎児）</small>の全器官が<small>（胎児）</small>できる | | <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸様の運動をするようになる ・外の光や音に反応するようになる | <ul style="list-style-type: none"> ・肺の機能が成熟する | <ul style="list-style-type: none"> ・37週すぎると内臓全てが完成する ・児頭が骨盤内へ下降する |
| <ul style="list-style-type: none"> ・分娩予定日（40週0日） | | | | |
| 胎児 | | | | |

誕生

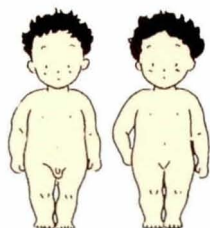


2. 各発育期の特徴

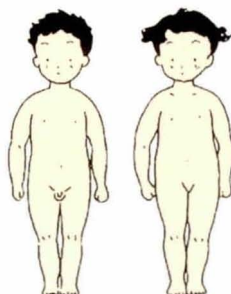
(1) 心とからだの変化

① からだの変化

(男女の差がほとんどない)



(女子が男子の体格を上まわることが多い)



② 心の変化

- ・いろいろなことをひとりでできるようになる。
- ・男の子、女の子としての意識が出てくる。

- ・知的探究心が発達し、よく質問するようになる。
- ・仲間としての意識が強くなり、集団で遊ぶようになる

③ 相手との関わり方の変化

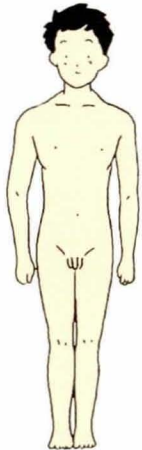
| 幼 児 期 | | | | 児 童 期 | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|----|------------------------------------------------------------------|-------|----|-------------------------------------------------------------------|----|----|
| 0歳 | 1歳 | 2歳 | 3歳 | 4歳 | 5歳 | 6歳 | 7歳 | 8歳 |
| | | | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・仲間と遊べない。 ・自分のことしか考えない。 | | | <ul style="list-style-type: none"> ・いっしょに遊ぶようになる。 | | | <ul style="list-style-type: none"> ・男女が別々に遊ぶようになる。 | | |

〔 からだが大きくなり、がっしりとしたからだつきになる 〕

〔 からだが大きくなり、まるみをおびたからだつきになる 〕

男

- ・ひげがこくなる。
- ・声が低くなる。
- ・ぼっ起する。
- ・射精がある。
- ・すねに毛が生える。



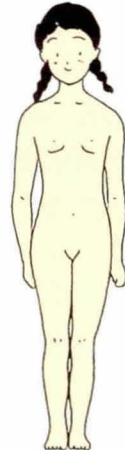
共通

- ・ニキビのできる人もいる。
- ・わき毛が生える。
- ・性器が発達し性器のまわりに毛が生える。

二次性徴

女

- ・乳房がふくらむ。
- ・月経がある。



- ・第二次反抗期
- ・自我の確立に伴い、権威に対する反抗や自己顕示欲が高まる。
- ・異性への関心が強まったり、性的欲求が高まったり、性に関する悩みが増えるなど性に対してめざめる。

思 春 期

9歳

10歳

11歳

12歳

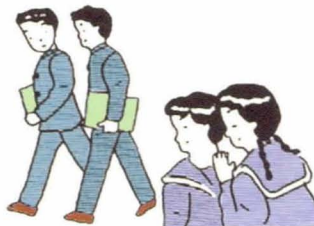
13歳

14歳

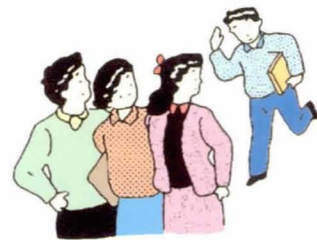
15歳



・行動は男女別々ですがお互いに関心を持つようになる。



・異性に対し興味関心は強いが素直に表すことができず反発しあうこともある。



・異性に強く心がひかれ、男女での共同学習などを好んでするようになる。

(2) 「どうして?」「どうして?」と聞かれたときは

① 「幼児期」 Q&A

この時期は身近なことに疑問をもつようになります。子どもに性について話すときは、ごまかしたり、はぐらかしたりせず「さりげなく」「ためらわず」「恥ずかしがらず」が大切です。目や歯、うんちへの興味といっしょで、いやらしいことではありません。聞かれるたびに話してあげましょう。話すことに抵抗がある人は、絵本を一緒に読みながら話すのもいいでしょう。

Q1

どうして女の子にはおちんちんがないの?

「おチンチンってどういうところ。」と、まずたずね、答え（おしっこが出るところ）を待って

A そうね、おしっこが出るところね。男の子はおしっこが出るところが外に出ているわね。女の子もおしっこが出る場所があるわね。どうして男の子は外に出ているかというと、男の人と女の人ではからだが違うの。女の人の方が大きいところもあるし、男の人が大きいところもあるでしょ。そういうふうにはからだは、男の人と女の人では違うのよ。

「神様にチョコキンと切られた。」とか「お母さんのおなかに忘れてきた。」などと、からかい半分の答えはやめましょう。

Q2

「おまたのことを『だいいだいい』っていうのはどうして?」

A 「女の子のおまたは赤ちゃんが通る道とつながっているし、赤ちゃんが通る道はきれいにしておかなくちゃいけない所だから、大事にしなくちゃいけないんだよ。」

Q 3

どうしてぼくのおっぱいは小さいの？

A 「〇〇君だけのおっぱいが小さいのかな。お父さんだって小さいよ。でもお母さんは違うね。それは、お母さんは赤ちゃんにおっぱいを飲ませるからだよ。だから女の方は大きくなるとおっぱいが大きくなるけど、お父さんや〇〇君は男だから赤ちゃんにおっぱいを飲ませないので大きくなりませんだよ。」

Q 4

どうして女の子は立っておしっこをしてはダメなの？

A 「男の子のおしっこの出るところと、女の子のおしっこの出るところが違ってわね。男の子はおしっこの出るところが外にでていいるから立ってすけど女の子はしないのよ。」

Q 5

どうして大人はおチンチンに毛が生えているの？

A 「おチンチンだけではなく、わきの下にも毛が生えてくるんだよ。それはね、あなたのからだはもう大人になりましたよ、というしるしなんだ。だから大人になるとみんな生えてくるんだよ。」

(3) こんな事を見かけたときは

① 『幼児期・小学校低学年』

子どもの性的な遊びを見かけたとき

1. あわててしなかったりしないようにしましょう。
2. 原因をよく確かめましょう。
3. 他のことに関心が向くようにしましょう。
4. 人のいやがることはしないようにしましょう。

性器いじり



性器いじりの原因として考えられるのは、お母さんにかまってもらえなかったりする場合が多いようです。心理的要因をよく考えてみましょう。

性器いじりをやめさせるときには、「さわってはダメでしょう」とすぐには叱ったりせず、「そこはおしっこが出る大切なところだからきたない手でさわってはだめよ。傷がついたり、バイキンが入ったりしたらこまるのよ」と、やさしく声をかけましょう。

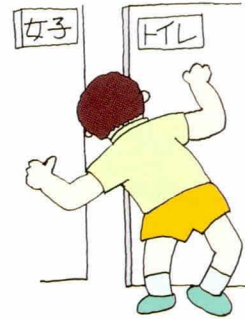
お店やさんごっこやバスごっこなどの遊びと同じで、役割を決めて遊んでいるだけですから心配はいりませんが、性器をさわるなどしはじめたら「大切なところだからさわったりするのはやめようね。」と話しかけ、外で遊ぶように仕向けてあげましょう。

お医者さんごっこ



おとなが想像するような動機からこうしたことを行うことはありません。そこで、「もしあなたのがぞかれたらどうかしら。恥ずかしかったり、いやだったりするでしょ。そういう気持ちは他の人も同じなはずよ。だから自分がされていやなことは他の人にもしないようにしましょうね。」といったしつけが大切です。

トイレのぞき



スカートめくり



この遊びは相手の女の子が「キャーキャー」言うのがおもしろくてする一時的なものです。「人のいやがることはやめようね。」と話してあげましょう。

1. これらの行為は大人のような性意識や性的な欲求からではなく、誰も相手にしてくれなかったり、そばに遊ぶものがなかったりする場合があります。また、大人の気を引こうとして性器をみせたりする場合がありますので、原因をよく確かめましょう。
2. 「いやらしいことはしないの。」というような性行動を前提にした叱り方はやめましょう。人のいやがることはしないというように、相手への思いやりの気持ちや男女のエチケットの芽を育てるようにしてあげましょう。

おっしこの仕方もしっかり教えてあげましょう。

- * 男の子はおチンチンを手で持ってひっぱってしたり、おなかを前に出してするといいでしょう。お父さんと一緒にトイレに入り、見せるのも良いでしょう。
- * 女の子は前から後ろに拭くように教えます。和式トイレも機会を作って慣れておくとよいでしょう。

3. 女の子のからだ

初経は女の子なら誰にでも必ず訪れるものです。そして自分が女性であることを実感して意識するときでもあり、女性として順調に成長しているしるしです。月経を喜びとして、受け入れられるように家族でみまもってあげましょう。そして、同時に、赤ちゃんを生むことができるからだになりつつあることや、それに伴う責任を子どもに話してあげましょう。

(1) 月経(生理)とは

○いつごろからおこるの？

早い人で10歳くらいから、普通14歳から15歳までにはほとんどの人におこります。

○どうしておこるの？

体の成長が一定のレベルに達すると、脳から指令（性腺刺激ホルモン）が出て卵巣の機能が発達し排卵が起きます。子宮の内膜は卵巣から分泌される女性ホルモンの作用でふかふかのベッドのように厚くなり、受精卵が着床（妊娠）しやすいように準備を始めます。卵巣着床がおこらない場合は内膜が子宮の壁からはがれ落ち、血液といっしょにからだの外に出されます。これが月経です。



○いつごろ話せばいいのかしら？

10歳くらいになるとそろそろ大人のからだになる準備が始まります。身長や体重の急激な増加や乳房のふくらみなどのからだの変化がみられたら、月経について話しましょう。同性であるお母さんが話すのが一番ですが、事情があって無理な場合は、ご近所や親戚のおばさんや学校の先生などに頼んで、話してもらうのも良いでしょう。



○ナプキンの処理はだいじょうぶ

月経(生理)中のエチケットとして、ナプキンは紙に包んで、トイレ専用の入れ物(エチケットボックス)に捨てることを教えておきましょう。最初が大切です。

○月経を迎えた日に

初経を迎えた日は、本人は不安や気恥ずかしさがまじりあって、かなり複雑な心境になっています。その微妙な心と触れ合ってあげましょう。自分の体験を話してあげ、ひとりで悩まないで、何でも話せば相談にのってもらえるのだと、安心させてあげましょう。

また、同時に、「月経が始まったということは妊娠する可能性がある」ことについてもふれてください。

お赤飯を炊いたり、ケーキを買ってきたりして、家族でお祝いすれば、大人になった喜びがもてるでしょう。



(2) よくある女の子の相談 Q&A

Q 1 月経が不規則で心配です。

A 月経は周期的にくり返されますが、周期は一定ではなく25~38日くらいの範囲内でくり返され、幅があります。月経の始まったばかりの頃は、不規則でも心配ありません。環境が変わったり心配ごとがあったりすると、周期がくるうこともあります。まずだいじょうぶですが、3ヶ月以上月経がなかったり、からだの調子が悪かったりしたら、専門医に相談しましょう。自分の周期を知るために記録をつけるといいでしょう。

Q 2 月経中でもスポーツをしてもいいですか？

A 月経中のからだの状態は人によって違います。ふだんと変わらない人から寝込んでしまう人までさまざまです。月経は病気ではなく生理的な事なので軽い運動程度ならかまいません。気分転換や月経痛をやわらげる効果もあります。

Q 3 おりものが多くて気になります。

A おりものとは、女性腔からの分泌物のことです。透明から薄いクリーム色で、下着につくと酸化して黄色っぽくなります。また、甘酸っぱいにおいがします。排卵の始まる前から増え始め、排卵のときには多くなることもあります。個人差もありますから、あまり心配いらないと思います。

Q 4 月経痛が強くて困っています。

A 月経痛は、子宮の筋肉の伸び縮みによっておこるものや、子宮頸管(出口のところ)がまだ十分に発達していないために狭く、月経血が通りにくいのが原因でおこるものがあります。あまり無理をせず、ゆっくり休むことが一番です。あたたかいものを飲んだり、おなかをさすると楽になることもあります。とにかくゆったりと明るく過ごすことが大切です。どうしても我慢できないことが続くようなら専門医に相談しましょう。

Q 5 月経がみんなより遅いと悩んでいます。

A 同年齢の子どもがどんどん初経を迎える中で、自分だけがないと、どうしてだろうと不安になります。人間の成長には個人差のあることを理

解させて、心配しないよう話してあげましょう。ただし、初経があまり遅くて心配なときは専門医に相談しましょう。15歳の誕生日までに初経がない場合は、受診したほうがいいでしょう。

Q 6 胸が大きい(小さ)くて恥ずかしい。

A 乳房の大きい女子も、小さい女子もそのことで悩む子どもが少なくありません。いずれの場合にも順調に発達しているので心配ありません。

乳房の大きさは脂肪が多いか少ないかによるのであって、乳房本来の機能である乳汁の分泌をつかさどる乳腺とは関係ありません。乳房は妊娠すると大きくなります。この場合は赤ちゃんにお乳を与えるための乳腺が大きくなるためです。このように、乳房の目的は次代を担う子どもを育てることにあります。

思春期の子どもにはややゆったりした服装をさせるなど工夫して、自然な発達を助けてあげたいものです。ブラジャーをつけることは、容姿をととのえるためにもなりますが、激しい運動をする時などに乳房を保護する意味もあります。

また、乳房の発達は男性に対する性的刺激にもなりますので、衣類に気を配るなど配慮が必要です。

Q 7 体型をととも気にしています。

A 思春期は身体の発達の最も盛んなときですから、食欲が旺盛になるのが普通です。成長期のからだは身長や体重の増加がアンバランスで、そのために一時的に肥満体型に見えるのです。太りすぎは問題ですが、思春期の肥満体型は必要以上に気にしなくてもいい場合が多くあります。

からだづくりの必要な時期の子どもたちが、雑誌の「ダイエット特集」など世の風潮におどらされて、食事を制限することはむしろ心配なことです。

ダイエットによるホルモンのアンバランスや栄養の偏りのため、貧血や骨粗しょう症を引き起こすこともあります。

また、ダイエットをしている子どもたちの中には、拒食症や過食症に代表される摂食障害を呈する子どももいます。このような場合は専門家の助けを必要とします。短期間に急激な体重減少をしたため月経がなくなった場合は、体重が回復しても、排卵を伴う月経周期をつくりだすことが容易でないことがあるので、注意が必要です。

4. 男子のからだ

思春期になると、性腺ホルモンの分泌が盛んになり、性的成熟のしるしとして男子が経験するのが精通です。精通があるということは、からだ順調に成長しているしるしであり、赤ちゃんができるからだになったことを示しています。成長の喜びと行動に対する責任の重さを話してあげましょう。

(1) 精通とは

○いつごろおこるの

早い人で11歳ごろ、遅い人で15、16歳ごろと言われています。中学生から高校生のほとんどの男子が体験します。

○どんなしくみでおこるの

男性ホルモンのはたらきで、精巣で作られた精子が体外に排出される生理現象のことです。身長、体重などのからだの成長が目立ち始めたころ、脳から指令（性腺刺激ホルモン）が出て、精巣で精子が活発につくられるようになります。精子は精のうや前立腺からの分泌物といっしょになり、精液となって精巣上体や精管に蓄えられます。

毎日、何億個もの精子が精巣でつくられ、いっぱいになると排出欲がおこります。ペニスが刺激されるとペニスの海綿体の血管に血液が大量に流れ込み、勃起（ペニスが硬く大きくなること）し、精液はペニスの先から外へ飛び出します。これが射精です。初めての射精を精通といいます。

たまった精子は必ず外へ出さなければならないというものではありません。古くなった精子は途中で吸収されるものもあります。男子は精通によって性的快感を体験しています。男子は意識的にこの性的快感を体験する点が女子の初経とは大きく違います。この体験を経て、男子は意識的にこの快感を味わおうとマスターベーションをするようになっていきます。

男子はこんな精通体験をしています

夜、ふとんの中で腹ばいになって本を読んでいたら、なんだかペニスがムズムズしてきた。ふとんにこすりつけていたら射精してしまった。おしっこかと思ってトイレにかけこんだら、まだペニスから白い液がポタポタ出た。パンツにも付いていたので紙で何度もふきながら、なんであんなに気持ちよかったのだろう。親には言えないって思った。仲の良い友だちに話したら同じだったので安心した。

(2) よくある男の子の相談 Q&A

Q 1 よく夢精して困っています。

A 思春期に入った男の子が、睡眠中に精液を体外に放出することを夢精といいます。健康な大人になっているあかしで、心配することはありません。下着が汚れて不快ではありますが、汚れた下着は自分で洗うマナーも大切です。

Q 2 友だちと比べてペニスが小さい気がするのですが。

A 男の子にとってペニスの大きさはとても気になるようです。同じ年齢でも体格にずい分と差があるように、ペニスにも早成型と晩成型があります。日常生活に差し支えなければまず心配ありません。

Q 3 包茎じゃないかと心配です。

A 包茎とは亀頭部が皮膚（包皮）におおわれている状態をいいます。生まれたばかりの男の子は、ほぼ全員が包茎ですし、20歳でも約半数の人は包茎であると言われていいます。

包皮におおわれている亀頭はペニスの発育や勃起によって先の方が露出してくるのですが、時期には個人差があります。手を使って露出すれば心配ありません。

包皮の内側には汚れがたまりやすいのでペニスを清潔にしておくようにしましょう。お風呂に入ったら、むくー洗うー戻す（お湯でさっと汚れを洗い流すだけで十分です。）を繰り返し、清潔なペニスを保つようにする事が大切です。

Q 4 マスターベーションって何？

A 自分で自分の性器を刺激して快感を得ることを、マスターベーション（自慰）といいます。また、オナニーということもあります。

思春期に入ると、男子の性欲は非常に高くなり、積極的になります。これは思春期以後の男子の精子は絶えず生産され続け、精のうにこれが満ちたときに、排出して快感を得たいという欲求が強く起こるといふ生理的現象に由来しているのです。思春期の男子の強くつきあげてくる性衝動に対し、マスターベーション（自慰）は安全弁の役割を果たしているのです。

男子は16歳頃までに、ほとんどが経験します。これは、女性の体を見たい、女性に接触したい、愛撫したい、性的接触をしたいという欲求と一連のものです。そのきっかけは、自然に覚えたり、先輩や友だちから教わったりすることが多いようです。

女子のマスターベーションは男子に比べ、その割合は、はるかに少ないです。これは、男子が射精で性的快感を体験するのに対して、女子にはそれが無いことにもよるものです。女子は生理的欲求よりも、精神的色合いが強いようです。

マスターベーションは、自然な生理的欲求です。

自分のからだを自分で刺激することは悪いことではありませんし、身体への害は全くありません。むしろ、からだが成熟しつつある証拠であって、健全な生活の一部と言えるのです。

その理由として

1. 自分の性器と自分のからだを認知できる。
2. 欲望を自分でコントロールできる。
3. 欲望を他人に迷惑をかけないでコントロールできる。
4. 自分の秘密を持つことができる。
5. 親から心理的に離れることができる。
6. 欲望とのたたかいの中で、自己を見つめることができる。

などがあげられます。

妊娠しない、させない。性感染症の心配がないことなどから、マスターベーションは性的欲求を満たす手段として肯定できることなのです。

○女子の場合、気をつけることは

女子は男子より尿道が短いので、マスターベーションにより膀胱炎をおこしやすいという医学的事実があります。ばい菌が入ったりしないよう、清潔には常に気を配ることが大切です。

○回数は1日何回までいいの？

回数にこだわる事ではありません。自分がそうすることを望み、性的に快感を得られるなら、回数の多い少ないは心配しなくてよいのです。自分のからだや他の事との時間配分を考えて自分で決めましょう。欲求がない

のに無理にすることではありません。自分の意思でがまんしたり、趣味やスポーツに気持ちを傾ける事も大切です。

○現場を目撃してしまったら

我が子がマスターベーションしているところを目撃してしまっても、決して罪悪視する必要はありません。女子についても同様です。見なかったふりをするか、たとえ親であっても「ごめんなさい」の一言が必要です。このことが原因で、親子関係がぎくしゃくしてしまうことにもなりかねません。マスターベーションをいやらしい行為のように決めつけると子どもは罪悪感に苦しみます。このようなトラブルを起こさないようにするためにも、プライバシーを尊重するうえからも、子どもの部屋などに入るときは、必ず声をかけたり、ノックしたりすることを心がけましょう。

保護者の方へ一言

もしお子さんの部屋などで精液のついたパンツを見つけた時など、精液のついたパンツは汚れたもの、汚いものという言い方で話すのはやめましょう。射精は男性にとっての生理であり、月経(生理)と同じものですからマイナスイメージを与えないようにしましょう。



5. 男女交際

健全な男女交際

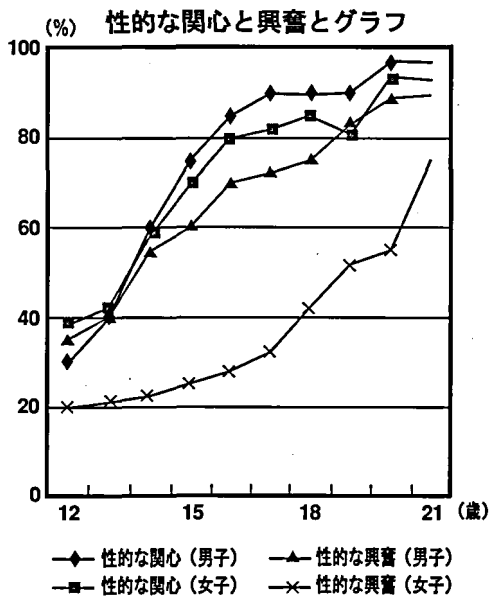
思春期になると、異性に関心を持ったり異性と付き合うことを望む子が増えます。このようなとき「交際を始めようと思うんだけどいいかな。」というような話を子どもがするような親子関係ですとすばらしいことです。

その時に、必要以上に干渉せず、日頃から何でも話せる関係づくりに努めることが必要です。

またすぐ1対1の交際になるのではなく、大勢の異性とグループの交際等も経験しながらお互いを大切にするという思いやりの心も育てたいものです。

男女の欲求の現れ方の違い

1. 思春期になれば、男女とも、異性に関心が強くなり、異性の友だちが欲しいという欲求が生まれます。
2. 女子の場合、ボーイフレンドといっしょにいて、会話を楽しんだり、見つめあったりしていることで欲求は満たされ、一般的には、性的接触を持ちたいという欲求はすぐにはおこらないものです。
3. 男子の場合、異性への関心が接近欲、性的接触欲へとストレートにつながりがちです。



*出典 「すばらしい青春」1992発行

下校途中の男女が公園のベンチで会話を楽しんでいます。時間がたつに従って、男子は手を握り、肩を抱き、体に触れることを思いえがき、そういうチャンスがこないかなあと考えています。しかし、女子はそんな思いはまるでなく、会話がはずみ、夕日をながめながら見つめあっていればいいと考えています。自分がこうだから相手もそうだろうと早合点すると、お互いに傷つけあう結果になってしまいます。

我が家の方針としてこんなことを約束しておきましょう。

異性との交際はプライベートなものです。親が全てを知っておこうとするのも無理があります。しかし、親の願いやけじめとしての約束ごとを確認しておくといでしょう。



例

- 秘密にしないで家族にも話をする（紹介する）
- 夜、遅くまで外出しない（○時までには帰宅する）
- 無断で外泊はしない

(1) 親の質問Q&A

Q 1 机の上に異性からの手紙がおいてあったのですが。

A 夕食後のだんらんのときなど、楽しい雰囲気の中で、「相手はどんな人？」「返事は出したのかな？」「もう、そんな年齢になったんだね。」とさりげなく聞いてみるのがよいでしょう。人間関係を学ぶチャンスとしてとらえ、見守るのがよいでしょう。

Q 2 特定の異性からたびたび電話があります。

1対1の交際をしているようなのですが。

A 相手について尋ね、お子さんが明るく答えてくれるようならば心配はいらないでしょう。家にも連れてくるように言い、お互いがよい方向に成長していけるように家族も見守る姿勢を持ちましょう。両親の体験や親としての願いも十分に伝えてください。しかし、この年頃の子は、親になかなか話したがりません。お子さんの言葉づかい、服装、帰宅時間を観察し、必要なら問いただしましょう。ただし、お子さんへの信頼を出発点にしたいものです。干渉のしすぎはこじれのもとになります。

なんととっても話しやすいムードづくりが大切。同性同士の親子でお風呂に入っ、リラックスした時のなげない会話を、また家族そろってなごやかな食事時に親の経験談を話してあげるなど、コミュニケーションづくりが心がけましょう。「困ったことがあったらいつでも相談するのよ」＝待ち＝の姿勢も大切です。

6. 性的接触

子どもたちは日常のいろいろな場面で、「セックス」という言葉を知るようになりました。何となく興味深い言葉に、幼いうちは「セックスって何？」とたずねたりします。「どう答えたらよいか」答えの準備ができていないと「もう少し大人になってからね」と、その場を切り抜けてしまうことが多いのではないのでしょうか。たずねられた時に、“いのちの大切さを教えるチャンス”ととらえ、お子さんと話し合えるよう今から準備を始めましょう。

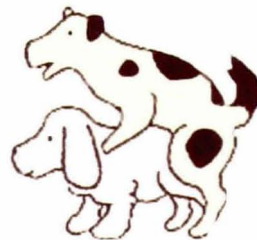
(1) 性的接触とは

性的接触は自然が子孫を残すために創造したすばらしい知恵

私たちの生命は祖先から子孫へとバトンタッチされてきたものです。生物が誕生した頃はアメーバのようにからだが二つにわかれてふえたと言われていました。やがて生物が進化し陸上にあがるようになると、水中では生きていられた精子も空気中では死んでしまうため、精子を雌の体内にある卵子の近くまで運んでやるが必要になりました。

人を含むほ乳類では、雄のペニスを雌の膣に挿入し、精子を空気に触れずに子宮の近くまで運ぶようになりました。

これらの仕組みは、すべて自然が子孫を保持するために創り出した素晴らしい知恵といえましょう。



人間と他のほ乳類との生殖の違い

人間と他のほ乳動物との生殖の違いはどこでしょう。他の動物は一定の時期がくると本能の命ずるままに一定の期間だけ交尾し、子孫を残します。しかし、人間は学習によって脳がたいへん発達し、知、情、意という言葉で表現される複雑な心のはたらきが生まれました。それによって、生殖に際して、異性を尊重し愛する心や、子どもの幸福を願う親心などが加わるようになり、人間の性の営みは精神的なものに重点が置かれるようになりました。

ふれあいの性的接触

性的接触は欲求を満たすだけでなく、安定した人間関係をつくりだし、相手との「幸せ」や「よろこび」を共有できるとても大切なコミュニケーションでありスキンシップです。愛し合っている二人にとって性的接触は、お互いを認め合い、確かめ合い、愛を深め合う大切な行為です。

(2) 子どもに伝えるいのちの話

性に関する基礎的な話や誕生の話は、できるだけ早いうちにしましょう。子どもは時々無邪気にストレートに質問してきます。実はこの時こそチャンスです。冷静にあたたかく、「どうしたの？どんなところにそんな言葉が出てきたの？」などと聞くようにし、我が子がどのような疑問を持っているのか聞いてあげるのがです。昆虫や動物を飼って交尾を見ていると話がしやすくなります。

「カブト虫も夏の終わりに赤ちゃんづくりをするでしょう？あれと同じだけど、人間の場合は、赤ちゃんづくりにセックスってという呼び名があるのよ。…」というように。

人間でなくとも、いのちがどのようにして始まるかをビジュアルで経験していると、人間の赤ちゃんの場合も生命の神秘としてスッと受け入れます。

そういう環境が整っていないときは、本を用意して見せながら話しましょう。とにかくごまかさずに話をすれば、子どもはシンプルに清潔に受けとめてくれるものです。



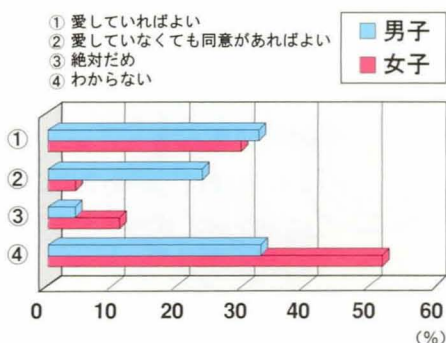
(3) 思春期を迎える頃には

「愛していれば」の落とし穴

性的接触で妊娠することをしっかり伝えましょう

思春期になると、誰もが「恋」だとか「愛」などの言葉にあこがれます。しかし、まだ精神的にも知的にも成長の途中です。相手の行動により「愛されている」と錯覚してしまったり、相手の要求に応えることが「愛すること」であると思いを違えることがよくあります。その結果、簡単に性的関係をもってしてしまうことがあります。

どんなときセックスしてもよい？



性的な関心とグラフ

*出典 「すばらしい青春」 1992発行

10代で妊娠した人たちに理由を聞くと、ほとんどの場合、男女ともに「相手を愛している」と答えています。しかし、ロマンチックな「愛してる」という言葉には、性的接触の他にもっと考えなければならないことがたくさんあるのです。お子さんには、「これから大人になる準備が始まるんだけど、大人になって、ちゃんと赤ちゃんを自分で育てられるようになるまでは、妊娠しないようにしないといけないだよ。」と話しておきましょう。

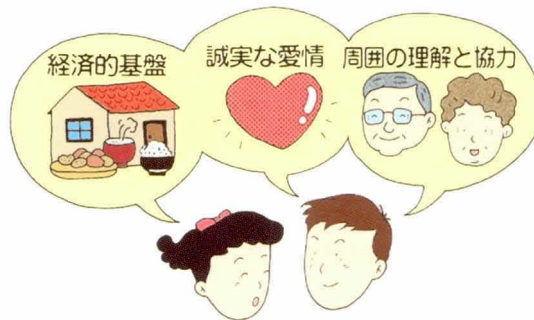
「好きな子ができると、その子とセックスしたいなあっていう気持ちが湧いてくることもあると思うけど、まだ自分が父親になる準備ができていないうちは、妊娠しないようにしなくちゃいけないだよ。」と。「いのちの道はとても大事な道だから、心も体も好きだなと思う人ができたら、本当に自分の『いのちの道』にいのちのもとを届けてもらう人かどうか、自分の心に聞くのよ。」といった話をしていきましょう。

女子に教えること

1. 性的接触で妊娠するのは女性だけ。
2. 子どもをつくるとき以外は避妊をする。
3. 避妊に協力しない男性は、自分の性行動に責任を取る意志がない。
4. いやなとき「ノー」と言える勇気を持つ。

男子に教えること

1. 性的接触を強要しない。
2. 性的接触をすべきでないときには「やめよう」と言える。
3. 避妊は責任ある行動である。
4. 女子に「ノー」と言われたら立ち止まろう



=参考になる本=

「いのちはどこからきたの？」大葉ナナコ

「いつからオトナ？こころ&からだ」北村邦夫 集英社

「人のからだ」学研

「すばらしい青春」第一学習社

「自律生活ハンドブック⑩ 性 say 生」全日本手をつなぐ育成会

7. 避妊

避妊について正しい知識を持つことは、心とからだの健康を守り、お互いに望まない妊娠をしないためにとっても大切なことです。しかし、避妊ができて性的接触は命に関わる大切な行為であり、性衝動や欲望だけで行うものでなく、とても重大で責任を伴うものです。その子が親になる時、本当に愛する人と心と体を大事にしあえるように、それまではできるだけ望まぬ妊娠などしないようにする感性を身につけさせてあげたいものです。

(1) 望まない妊娠を避けるために

性的接触には必ず妊娠する可能性があります。性的接触しようとする二人が避妊に無頓着だったり、女性の場合、相手に気をつかい避妊のことを言い出せなかったりするなら、性的接触すべきではありません。それは、その二人が対等の関係にないということです。甘い言葉や目先の欲求におぼれず、正しい判断力をもって「ノー」と勇気を出して言える女子、自己コントロールできる男子に育てましょう。

(2) 避妊とは

人為的に精子と卵子の受精の機会を未然に防ぎ、妊娠しないようにすることを避妊と言います。性的接触しようとする二人が互いに妊娠を望まないならば、最善の避妊の努力をしなければなりません。

| おもな避妊法 |
|-----------------------------|
| ・基礎体温法とオギノ式と頸管粘液法（排卵期を避ける） |
| ・ピル（排卵を抑える） |
| ・コンドーム（精子の膈内への進入を妨げる（バリアー）） |
| ・フィルム、錠剤、ゼリー（精子を薬で殺す） |
| ・子宮内避妊具リング（IUD）（受精卵着床を妨げる） |
| ・膈外射精 |

責任としての避妊

男性ができる唯一の避妊の方法は、コンドームを使用することです。体への副作用もなく、実行しやすく効果もある方法です。正しく着けないと失敗するので、練習が必要です。精液を漏らさないために性的接触の前に必ず着けること、射精直後にまだ勃起している状態のまま膈から抜くことが大切です。

「子育てが無理だからセックスをしてはいけない！」という助言ではなく、避妊法を、一緒に考えてみてはどうでしょう。



8. 人工妊娠中絶

いろいろな理由で子どもを産めないとき、妊娠をストップするための手術です。中絶の危険性もありますが、小さいのちを絶ってしまった思いはいつまでも忘れることができないものです。

もし、この手術を受けるなら、二度と悲しい思いをしないように、これからのふたりの性的接触・避妊について考え直す必要があります。

※母体保護法により人工妊娠中絶は、妊娠21週6日まで許されます。それ以降の妊娠は継続しなければなりません。また、妊娠の日数の数え方は最後の月経の始まった日を0日とし、7日毎に1週、2週と数えます。

10代の妊娠の結末・育てられない赤ちゃんのゆくえ

思春期になると性的接触をすれば妊娠もするし、赤ちゃんを産むことだってできます。しかし、妊娠しても、ほとんどの男女が“どうしたらいいかわからない”といいます。親や医師との相談の結果、10代では中絶手術を受けることが多いようです。また、出産した場合でも、10代の女性からは2500g以下の未熟児が成人女性の1.3倍も多く生まれています。

人工妊娠中絶の件数

大葉ナナコさん講演会資料より（件）

| | 1989年 | 2003年 |
|-----|----------|----------|
| 全国 | 約466,000 | 約319,000 |
| 10代 | 約 29,000 | 約 40,000 |



* 全体の人工妊娠中絶の数は減少しているが、10代に限ってみると大きく増加していることがわかる。

私たちの身近では・・・

(2005年) 長野県では 584 件 上伊那では34件

* (2005年長野県・上伊那の数値10代の人工妊娠中絶件数年次推移から)

＝親子の対話が歯止め＝

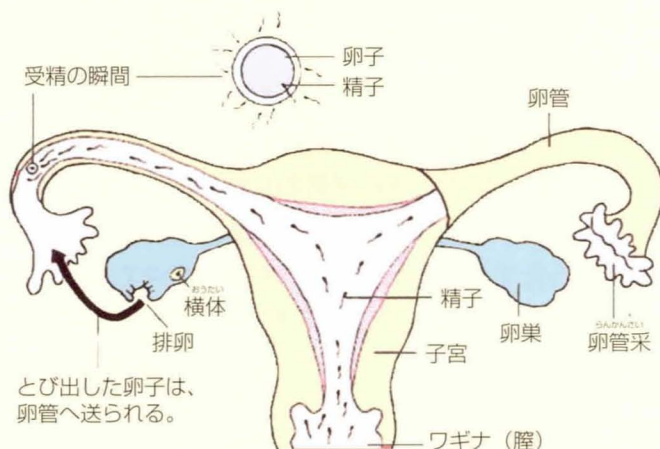
普段親とよく話をした人ほど、出会いから性的接触までの期間が長く、避妊の割合も高いことが、日本家族計画協会の調査で分かっています。つまり、会話のある家庭の子のほうが、望まぬ妊娠を避ける力、その感性を得ていたということです。思春期の子は大人ぶった生意気な発言や態度も出てきますが、「困った時は全面的に助けるよ」という親としての気配りを家庭の中で常に漂わせておくことが大事です。

9. 妊娠と出産

「赤ちゃんはどこから生まれるの?」「どうして赤ちゃんができるの?」は、知的好奇心からの疑問と同時に、自分はどこから生まれてきたんだろう?という自分の存在を確かめる質問でもあります。ごまかしたりしないできちんと答えてあげましょう。

(1) 妊娠とは

受精のしくみ …… 受精した卵子（受精卵）は、ゆっくりと子宮へ向かって進む



受精

性的接触により、男性のペニスから女性の膣に射精された数億個の精子は子宮へと進み、さらに左右の卵管へと入っていきます。この中のたった1個の精子だけが卵子と結びつきます。これが受精です。

着床

精子と結びついた卵子は受精卵となって、卵管の繊毛（せんもう）のさわさわとうごめくような動きによって、約1週間かけて細胞分裂しながら子宮にたどりつきます。こうした受精卵の動きに合わせるように、子宮は卵巢からのホルモンの働きによって子宮内膜をフカフカのベッドのように厚くします。受精卵は、受け入れ態勢を整えていた子宮内膜に入り、母体としっかり結びつきます。これが着床です。

(1) 子どもの質問 Q&A

こんなふうに話してあげましょう

Q 1

どうして赤ちゃん
はできるの？



幼児期から児童期前半

A お父さんとお母さんが赤ちゃんがほしいねという相談がまとまったの。そして、お父さんのもっている数え切れないほどたくさんの赤ちゃんのもとのうちで、たった1個が、お母さんのおなかの中で、お母さんのもっている赤ちゃんの卵といっしょになって赤ちゃんができるのよ。その赤ちゃんがあなたなのよ。

児童期後半から思春期

A 前ページ「妊娠ってなあに」を話してあげましょう。

男性は一回の射精で、3億近くの精子を放出します。その中で子宮にたどりつくのは約半分、さらに卵管までにたどりつくのは数百個しかありません。そして最後に卵子と結合できるのは、たった一個の精子だけです。また、卵子や子宮も妊娠に適した状態でなければ着床できません。いろいろな条件をクリアして、初めて妊娠が成立します。

わたしたちひとりひとは、その精子と卵子との出会いによって誕生したかけがえのない存在なのです。

Q 2

赤ちゃんはおなかの
中でどんなふうにな
大きくなるの？



幼児期から児童期前半

A 赤ちゃんは、お母さんのおなかの中の「子宮」というところで育つの。
(子宮のあたりを示しながら) 子宮の中の赤ちゃんはね、お母さんとつながっ
ているへその緒を通して栄養をもらっているのよ。最初は点ほど小さかった
赤ちゃんもお母さんから栄養をもらってどんどん大きくなっていくのよ。

児童期後半から思春期

A 針のあなほど小さかった受精卵は、およそ280日ぐらいになると、身長
50センチ、体重3000グラムぐらいに成長するの。この間、お母さんの子
宮の中の「胎盤」(たいばん)と「へその緒」を通して酸素や栄養分をもら
い、いらなくなったものを胎盤にかえしているのよ。

赤ちゃんができた時の喜び、妊娠中の苦労話、家族の様子、出産(誕生の瞬間)のことなど、それぞれのお子さんにまつわる具体的なエピソードを話してあげましょう。

そして、お子さんの誕生をどんなにみんなが待ち望んでいたのか、また、妊娠・誕生は、お母さんお父さんはもちろんのこと、家族や病院の人などまわりの人々の協力も大きかったことを話してあげましょう。

Q 3



赤ちゃんはどうやって生まれてくるの？

幼児期から児童期前半

A お母さんの子宮という部屋で大きくなった赤ちゃんは、「早く外にでたいよ。」とお母さんにあいずをおくります。その信号にこたえて、お母さんの子宮もぐ〜とちぢみはじめるの。そして、赤ちゃんのとおり道を通して生まれてくるの。その出口はおしっことうんちをするところとは別の道なのよ。狭いトンネルの中を赤ちゃんは頭から一生懸命出てくるのよ。そのときは、お母さんも頑張るけど、赤ちゃんも生まれようと頑張るの。その間、お父さんはそばにいて励ますこともあるのよ。最後はお医者さんや助産師さんにも手伝ってもらって赤ちゃんは生まれるの。生まれた瞬間、大きな声でオギャアと泣いて、お母さんすごくうれしかったわ。おとうさんやおじいちゃん、おばあちゃんもすごく喜んでくれたのよ。

児童期後半から思春期

A 赤ちゃんがお母さんの子宮の中で280日ちかくなると、赤ちゃんにとって子宮はもはや狭くてきゅうくつ。「さあ、人間の世界に出ていくぞ。」とお母さんにサインを送れば、お母さんの子宮もそれにこたえて収縮し、赤ちゃんを送りだす運動を始めるの。赤ちゃんは外へ出ようと頑張るの。赤ちゃんには赤ちゃんだけの部屋「子宮」があったように、赤ちゃんだけの通り道があるの。「膣」というところ。そこはいつも閉じているんだけど、赤ちゃんが生まれる時になると開いてくるの。そして、お母さんと赤ちゃんが頑張って、赤ちゃんが生まれてくると、またもとのように閉じてしまうの。人間の身体って本当にうまくできていると思わない？ すばらしいわね。

赤ちゃんってすごい

せまい産道を通るとき、赤ちゃんの頭の骨は少しずつ重なりあって頭の形を細くします。これを応形機能といいます。

赤ちゃんの生まれ出ようとする力ってすごいですね。

10. 性感染症 (STI)

(1) 性感染症とは

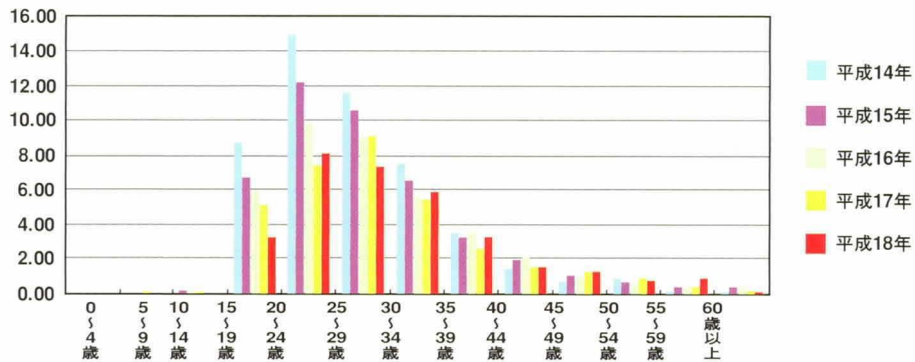
性感染症 (STI : Sexually Transmitted Infections) は、性的接触によってうつる病気です。性感染症は症状に気づきにくく、気づかないうちにうつしたりうつされたりします。

また、治療しないで性感染症を放っておくと、男女とも、不妊症や流産・早産の原因となる場合があります。また、HIV感染率の上昇にもつながります。

(2) おもな性感染症

| 病気名 | 潜伏期間 | 症 状 | | 合併症 |
|---------------|-------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 梅毒 | 3~4週 | 感染後3~6週目に性器や足の付け根にしこりができる。約3ヶ月後から全身に赤い斑点ができ、治療しなければ眼、心臓、神経等に様々な症状がでることがある | | 母胎内で胎児が感染すると奇形になることがある。治療が遅れると後遺症が残ることがある |
| 淋菌感染症 | 2~9日 | 男性 | 尿道から膿がでる 排尿の時に痛い | 尿道狭窄。放置すると前立腺炎、副睾丸炎になることがある |
| | | 女性 | 自覚症状のない場合が多い。腹膜炎を起こして腹痛で発見されることがある。膿のようなおりもの(膿性帯下)がある。 | |
| 性器クラミジア感染症 | 1~3週 | 男性 | 尿道から膿がでるが淋菌性尿道炎より薄い分泌物。排尿の時に痛い が淋菌性尿道炎より軽い痛み | 慢性前立腺炎、副睾丸炎を起こすことがある |
| | | 女性 | 自覚症状がない場合が多い。腹膜炎を起こして腹痛で発見されることがある | |
| 性器ヘルペスウイルス感染症 | 2~10日 | 性器に痛みを伴う小さい水疱が多発する 水疱が破れてびらんや潰瘍ができる | | 繰り返して再発することがある |
| 尖形コンジローム | 3週~8月 | 性器及びその周辺に先の尖った鶏冠状の疣がいくつもできる 痛みを伴わない | | 再発することがある |
| HIV感染症・AIDS | 5~10年 | キャリアの状態：無症状 ARC (AIDSの前の段階)：発熱、下痢 体重減少等 エイズ：様々な症状が表れる | | HIVが抑え切れなければAIDSを発症し、合併症もおこる |
| トリコモナス感染症 | 2~3週 | 男性 | 特になし | 特になし |
| | | 女性 | 黄色いおりもの(黄色帯下) | |

性器クラジミア感染症 届出数の推移（平成14年～18年：定点（16医療機関）あたり届出数）



* 出典 エイズ・性感染症の予防と検査 長野県

(3) STIの予防

STEADY SEX（感染していないと確認できる人と性的接触をする）



STI を予防していくうえで一番大切なことは、安易に性的接触をしないことです。心と体をつくる大切な小・中学時代、まずは、お互いを信頼し、人格を高めあうような関係づくりが先決です。

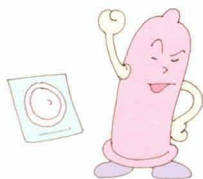
援助交際などは、STIの危険がいっぱいです。

STEADY SEX（感染していないと確認できる人と性的接触をする）



将来、性的接触の年齢になったときも、複数のパートナーをもたず、自分の相手も過去にSTI感染の危険がなければ大丈夫です。（お互いにSTI検査を受け、感染していないことを確認しあうことが前提です。）

SAFER SEX（より安全な性交をする）



コンドームを正しく使うことです。ただし、100%安全ではありません。オーラルセックスも安全とはいえません。「STIに感染しない、また相手にも感染させない」そんな配慮ができる人となるように育てていきましょう。

もし、性感染症にかかったら…。

パートナーと2人で治療することが大切です

ピンポン感染

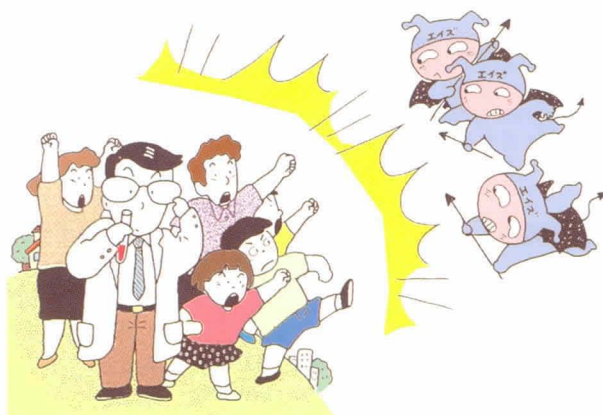
お互いに病気をうつしたり、うつされたりを繰り返すこと。本人が治療しても、パートナーが治療していなければ、性的接触をすることで再び感染してしまいます。こうしたピンポン玉のやりとりのような繰り返しを防ぐため、症状が出たら2人同時に治療することが大切です。

女子は産婦人科、男の子は泌尿器科を受診しましょう。

医師のOKが出るまで治療を続けましょう。

外見が治ったように見えても、見た目だけで実は細菌やウイルスが生存し続けていることがあります。

「薬の服用を途中で中止して、また症状が出た時服用する」ことを繰り返すと、耐性ができて、薬が効かなくなってしまうことがあります



性感染症の予防のためにコンドームを使用しましょう

性感染症だけでなく、望まない妊娠の予防のためにも、性的接触をするときはコンドームを使用しましょう。

11. エイズ (AIDS)

(1) エイズとは

エイズ (AIDS) は HIV (ヒト免疫不全ウイルス) に感染することで起こる病気です。STI (性感染症) の1種でもあります。日本では HIV に感染する人が増加し続けています。

県内届出事例にみる

長野県の HIV / エイズの特徴 <まとめ>

- 日本人 (特に男性) が多い。
- 若い人から中・高年まで年代は幅広い。
- エイズを発症してはじめて発見される (発見が遅れる) ことが多い。
- 最大の感染経路は、異性間の性的接触 (セックス) である。

❗ HIV / エイズは、誰でも感染の可能性がある身近な病気です。



● HIV 感染 = エイズ発症ではありません。

「HIV 感染症」には、次の3つの段階があります。

1 無症候性キャリア

感染から発症までに、長い潜伏期間があります。

感染後1~2週間の間に、発熱、発疹などの急性の症状がみられる場合があります (急性感染期) が、その後はほとんど自覚症状がなく、発病しない潜伏期間が続きます。この期間は平均で約10年と言われていますが、その長さには人によって差があります。その間にも HIV は増殖を続け、免疫機能をゆっくりと破壊していきます。

2 エイズ関連症候群

免疫力の低下によって、様々な症状が現れます。

エイズ発症が近づくと、免疫機能の低下による次のような症状が現れてきます。

- リンパ腺がはる。
- 寝汗、発熱が続く。
- 急激に体重が減る。
- 疲れやすくなる。
- 下痢が続き、食欲がなくなる。
- 口の中に白い斑点ができる。 など

* 必ずしも HIV 感染が原因とは限りませんが、症状が数週間続くようなら、医師の診察を受けましょう。



3 エイズ

さらに病状が進むと、エイズ発病と診断されます。

さらに免疫機能が低下すると、いろいろな日和見感染症や悪性腫瘍などの疾患を併発しやすくなります。免疫機能の低下によって発症する疾患のうち、指標となる23の疾患 (カリニ肺炎、カポジ肉腫など) が決められており、これらを発症した時点でエイズ (後天性免疫不全症候群) の発症と診断されます。

* 出典 「信州 STOP AIDS 作戦」エイズ啓発パンフレット 長野県

(2) エイズの予防

エイズの予防

● HIVの主な感染経路は3つ

HIVは、感染している人の血液、精液、膣分泌液、母乳に多く存在します。主な感染経路は次の3つです。

1 セックスによる感染

HIVに感染した人の血液や精液、膣分泌液が、パートナーの性器や直腸、口の粘膜に接触し、HIVが体内に侵入して感染します。

感染予防には、コンドームを正しく使うことがとても有効です。



2 血液による感染

感染された他人の血液が体内に取り込まれることにより感染します。

注射器・注射針の回し打ちによる薬物乱用などは、特に危険です。



3 母子感染

母親がHIVに感染していると、妊娠中の母体内や出産時の血液、出産後の母乳などで感染する可能性があります。

現在では、帝王切開や抗HIV薬により、感染の可能性を下げることができるようになっています。



● HIV感染は予防できます！

HIVの感染の危険性は誰にでもあります。特に気をつけなければならないのは、性的接触、つまりセックスです。エイズは、まず、性行動に対して適切な判断や選択を行い、セックスをするときは必ずコンドームを正しく使用することで、きちんと予防できます。

飲酒（アルコール）は、抑制力や判断力を狂わせ、無防備な性行動に走らせる危険性があるので、注意しましょう。

また、クラミジアなど他の性感染症によって、性器の粘膜が炎症を生じて傷ついていると、HIVに2～5倍感染しやすい状態になります。放置せず、早めに治療しましょう。

* 出典 「信州STOP AIDS作戦」エイズ啓発パンフレット 長野県

●コンドームを正しく使いましょう。

コンドームは、粘膜と体液（精液・膣分泌液）の接触を避けるために最も有効な防具です。安全度を高めるためには、コンドームを最初から最後まで正しく使うことが大切です。女性用コンドームも販売されています。

●セックス以外の日常生活では、まずうつりません。

HIVは感染力が弱く、人の体の中でないと生きていけません。熱や消毒にも弱く、ある程度の量のウイルスが体内に侵入しない限り、感染は成立しないと言われています。また、空気感染やクシャミなどの飛沫感染はないことがわかっています。

ですから、性的接触（セックス）以外の普通の生活で、HIVに感染することはありません。ただし、他人の血液に触れるような場合だけは、注意してください。

HIVはこのようなことではうつりません



●握手や軽いキス



●本や文房具を一緒に使う。



●トイレ



●咳やくしゃみ



●楽器を共用する。



●一緒に食事をする。
同じ料理をつつく。



●理容店や美容院



●お風呂・プール



●蚊などの虫さされ、
ペット など

<血液には気をつけましょう！>

- ★血液には、HIVに限らず、感染力の強いほかの病原体が含まれている可能性があります。
- ★感染者の血液が直接粘膜につかないようにします。傷がなければ心配ありませんが、もしついてしまったら、流水でよく洗い流しましょう。
- ★血液のつくおそれのあるもの（歯ブラシ、カミソリ、ヘアブラシ、ピアスなど）は共用しないようにしましょう。

<検査目的の献血は絶対にやめましょう！>

- ★HIV検査を目的とした献血は、輸血で感染する危険があるので、絶対にやめましょう。（献血血液の検査は行われていますが、結果は本人に通知されません。）

* 出典 「信州STOP AIDS作戦」エイズ啓発パンフレット 長野県

HIV 検査のご案内

◎ HIV 検査は何を調べるの？

HIV 抗体検査では、ウイルス (HIV) の侵入を察知した体内の免疫機能が作り出す「抗体」が血液中にできているかどうかを調べます。

HIV に感染している場合は、抗体ができていているという意味で「陽性 (+)」、感染していない場合は、抗体ができていないという意味で「陰性 (-)」という結果が出ます。

◎ HIV 検査は無料で受けられます。保健所は匿名で OK !

県内の全ての保健所 (11 か所) とエイズ治療拠点病院 (8 か所) では、HIV 迅速検査が無料で受けられます。*資料をご覧ください。

保健所は匿名検査ですので、お名前や住所を聞かれません。

その日のうちに結果がわかる「迅速検査」とは…

「HIV 迅速検査」は、短時間で判定可能な検査法を用いて、ほとんどの場合に検査当日に結果をお伝えすることができる検査です。

ただし、この検査法では、体質や試薬の性質から、100 人に 1 人くらいの人が、HIV に感染していないのに陽性の反応が現れることがあります (偽陽性)。

この場合には、本当に感染しているかどうかを確認する必要がありますので、結果は後日 (保健所の場合で約 1 週間後)、検査した施設でお伝えすることになります。(拠点病院では、この確認検査は別途有料 (保険適用可) になります。)

* 出典 「信州 STOP AIDS 作戦」エイズ啓発パンフレット 長野県

HIV 検査の詳細については、

<http://www.pref.nagano.jp/eisei/hokenyob/aidsstd.htm> をご覧下さい。

(3) 子どもの質問 Q&A

Q 1 エイズってなあに？

A 「わたしたちの体のなかには、体内に入るウイルス (インフルエンザなど) や細菌とたたかって、かんたんに病気にならないようにする「免疫力」というものがあるの。ところがエイズはこの「免疫力」のはたらきをこわしてしまうので、体を守る働きがなくなって、いろいろな病気にかかってしまうのよ。エイズにかかっている人の血液や体液が他の人の傷につくとうつるのだけれど、今まで通り普通の生活をしていれば心配ないのよ。もし、エイズのお友だちがいても、いっしょに運動したり、勉強してもうつることはないの。」
子どもの発達段階に応じて、わかりやすく話して誤解や不必要な不安や恐怖感を取り除きましょう。

すもやかに

第Ⅲ章

性被害の防止



1. 性被害の防止

子どもたちが性被害にあう痛ましい事件が後を絶ちません。事件にまで至っていないものを含めると、いつでも、どこでも、起こりうる危険がいっぱいです。

～長野県では～

◎水、木、金曜日に多く発生

◎時間帯 下校時以降に集中

- | | | |
|-------------|---------------|-------|
| 1. 登校時 | (7:00～ 8:00) | 19.0% |
| 2. 下校時 | (15:00～18:00) | 52.8% |
| 3. 塾・買い物帰り等 | (18:00以降) | 28.2% |

◎道路上が多く、特に住宅街での発生が多い。

- | | |
|---------------------------------------|-------|
| 1. 道路上 | 78.9% |
| 2. 公園や駐車場 | 8.7% |
| 3. 駅、店舗内やマンション、アパート のエレベーター、階段付近など | 12.4% |

*出典 子どもの安全安心情報 長野県警察本部

親や大人が、いつもお子さんと一緒に行動することはできません。お子さんに自分で自分を守る力を身につけさせるためにもいろいろな防止対策を、具体的に家庭でよく話し合っておきましょう。

(1) 被害にあわないために

— 車（乗り物）を通して —

—物を買ってあげる—
「好きな物を買ってあげるから、車に乗って」

—道をたずねる—
「〇〇に行きたいんだけど一緒に
行ってくれる」



—ケガをしたよ—
「お母さん（お父さん）
がケガをしたから病院に」

—どこまでいくの？—
「同じ方向だから送
ってあげる」

—あそびに行こう—
「名前は？」
「ドライブしよう」

家族で話し合うポイント

1. イカのおすしで身を守ろう

- イカ**（行かない） 知らない人についていかない
- の**（乗らない） 知らない人の車に乗らない
- お**（大声を出す） 手をつかまれたり車に連れ込まれそうになったら助けを求める
- す**（すぐ逃げる） 危険を感じたら、すぐに近所の家やお店に逃げ込む
- し**（知らせる） 何かあったら家の人に知らせる

2. 防犯ブザーやホイッスルを携帯する

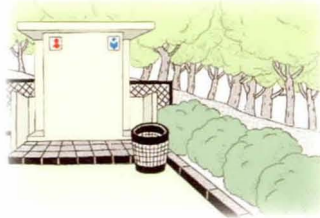
* 出典 子どもの安全安心情報 長野県警察本部

すこやかに

— 身近なところで —



公園



公衆トイレ



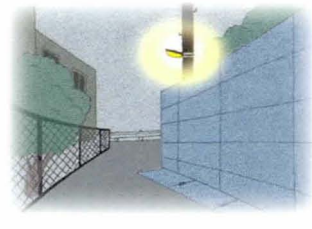
深夜営業の店



大型店や駐車場の人目につかないところ



ゲームセンター



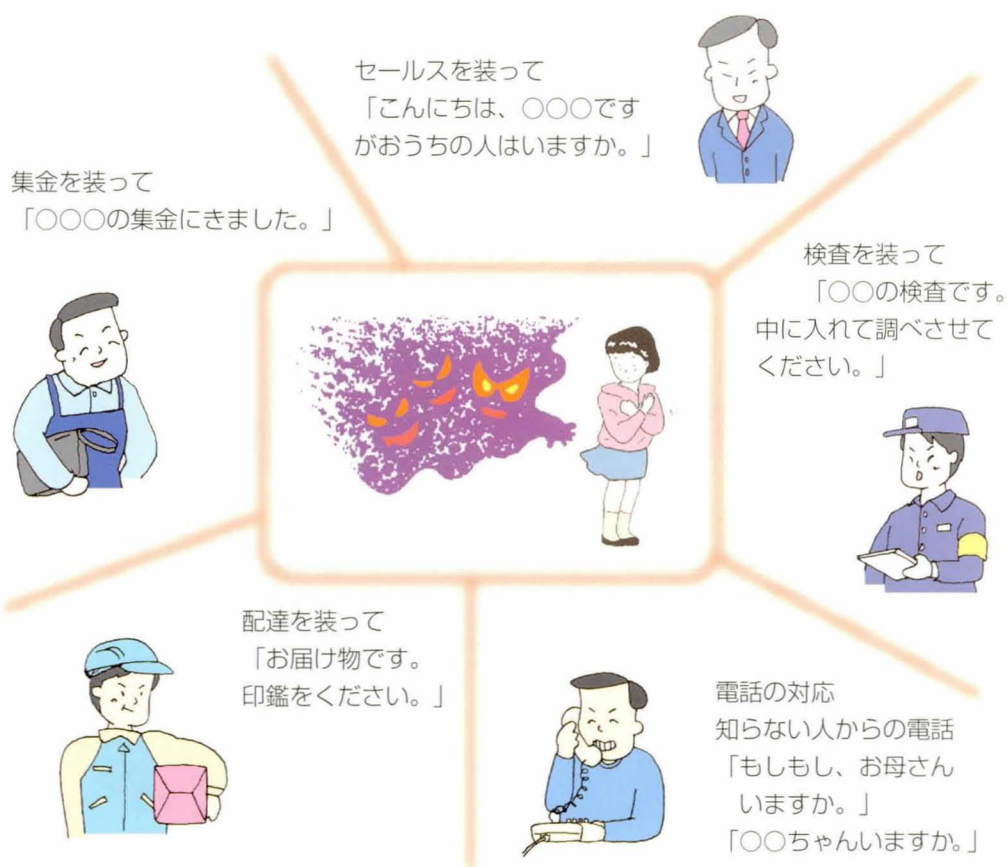
寂しいところや暗い道



ワンポイント

1. 出かけるときは（いつ・どこへ・誰と行くか・帰宅時間）をはっきりさせておく。
2. 身近な危険箇所を子どもと一緒にチェックしておく。
（通学路・塾や習いごとの道・遊び場など）
3. 遅くなったら家に電話をさせ、迎えに行く。
4. 寂しい所、暗い所では、一人で遊ばせない。
5. 外出時のトイレは、一人では行かせない。
（かぎをかける習慣、用便はトイレ以外にはさせない）
6. 遠まわりでも明るい道を通らせる。

— 留守番している時に —



ワンポイント

1. 留守番中は、必ず玄関のかぎをかけさせる。
2. 来訪者には、かぎまたはチェーンをかけたままで対応させる。
3. 留守番中知らない人からの電話は、家族が不在のことをさとられないようにさせる。
(例「もしもし」「・・・」「お母さん(お父さん)はいま、忙しいので後から電話します。名前と電話番号を教えてください。」)
4. 公的な機関(警察、保健所、学校など)を装って来ることもあるので注意させる。

— 気軽に使っている携帯電話やパソコンでも —

有害サイト

女性のはだかや、暴力的な写真、ドラッグの情報などを掲載



出会い系サイト

見知らぬ男女が知り合う機会と、提供するサイト売春・買春などを目的に利用されることがあり、深刻な問題



詐欺商法サイト

インターネットショッピングなどのサイトにお金をだまし取るなどの詐欺的なものがひそんでいます。

いたずら電話・メール

大量に送りつけられてくる、興味のない勧誘や広告などのメール、返信があったアドレスは悪用される可能性も

ワンポイント

1. 話し相手や長電話に気をつける。
2. 通信料金に気をつけ、やたらに興味本位のサイトに入らない。(相手にメールを送ったり、個人情報を教えない)
3. 呼び出し電話には応じさせず、家族に相談する。
4. 電話の応対について話し合っておく。(誘いの電話・メールに応じさせない)
5. ワン切りや知らない番号にかけ直さない。
6. 迷惑メール対策を利用したり、セキュリティーレベルの高いものにする。

- ① 「出会い系サイト」には危険がいっぱいあります。
- ② 18歳未満の児童、生徒は「出会い系サイト」を利用しない。
- ③ 「出会い系サイト」を利用して援助交際に誘うと犯罪になります。

(2) 被害にあいやすいこんな行動



(派手な服装)



(夜遊び)

「勝手にしろ！」
おまえなんかいない！」
(暴言をはく)



(未成年のシンナー・酒・たばこ)



(深夜外出・無断外泊)

ワンポイント

1. 子どもの興味、関心の変化に注意する。
2. 服装、友だち、持ち物の変化に気をつける。
3. 子どもにとって生活の基盤は家庭です。「出ていけ!」「勝手にしろ!」などの言葉は使わない

(3) 不幸にして被害にあってしまった時の対応

1人でかかえこまないで、信頼できる大人に相談しようー

- ー 子どもを責めない ー
- ー 子どもの気持ちを受け止める ー
- ー 親は冷静に対応しよう ー



ショックをやわらげる
親は落ち着いて話をきいてあげる



病院で診察を
受けましょう



連絡をする

- ◇警察へ
- ◇学校へ



こんなことは絶対にやめましょう

- ー 被害にあった子の立場になってー
- 「〇〇ちゃんは痴漢にあったそうよ。」
- などのうわさを広げることはやめましょう。

ワンポイント

1. 被害を受けた心の傷は大きく、適切な対応が必要です。
最初は同性の親と一緒にいてショックから立ち直れるように励ましてあげましょう。それでも立ち直れない時は専門の相談機関を利用しましょう。
2. 妊娠や性感染症のおそれがあります。女子は産婦人科、男子は泌尿器科で受診させましょう。妊娠のおそれのある場合は、被害から72時間以内に緊急避妊法が受けられます。(処方してくれる医療機関を紹介してほしい方は、思春期・FPホットラインへ 問合せ先 03-3235-2638)
3. 再発防止のために必ず被害状況をすぐに警察や学校に連絡しましょう。

2. 性非行の実情

(1) 事例

(1) 出会い系の書き込みから

たとえば、「出会い系サイト」で「お金がないので、援助(交際)してください。2(万円)でお願いします」と書き込みをしたとします。この場合とは反対に、男性が「暇な人いたら、遊びませんか？お金をあげますよ」などと書き込んでいる場合もあります。

・希望する男性からメールが

援助交際を希望する書き込みを見た男性から、「いいですよ、どこで会いますか？」などのメールがきたりします。

また、男性の書き込みに反応し、「私でもいいですか？」などのメールを送ります。

・交渉が成立？

メールで指定した待ち合わせ場所まで行き、実際に会って、それまでのメールで約束した内容を確認したりします。交渉が成立すれば、実際に援助交際のスタートです。

※どうしていけないの？

「出会い系サイト」では、18歳未満の子どもを相手に、金銭を媒介にした出会いを書き込むことは禁止されています。このケースでは、「2でお願いします」と書き込んでいます。実際に会うかどうかは別として、書き込みだけでも罪になるのです。この場合、100万円以下の罰金となります。

(2) メル友募集のサイトなどから

事例(1)は、最初から援助交際をする目的でした。しかし、援助交際をするつもりがなくても、相手から援助交際を要求されることもあります。その場合に、メル友募集掲示板やブログが使われたりします。

・援助交際希望のメールが……！

メル友を募集したつもりでも、あるいはブログで交流したかったつもりでも、援助交際をしたい人は、そうした書き込みを見ていることもあります。

・誘惑されて……

メールのやりとりで、「相手のことに興味が出た」「お金がほしい」などの理由で、実際に会ってみたいと思う場合もあるでしょう。

※どうしていけないの？

出会い系サイトで相手を募集しなくも、18歳未満の子どもとの援助交際は「児童買春・児童ポルノ処罰法」に違反します。相手は3年以下の懲役か、100万円以下の罰金です。子どもは保護の対象となり、相談、指導、一時保護などの対象となります。

(2) 特別法犯少年補導の概況

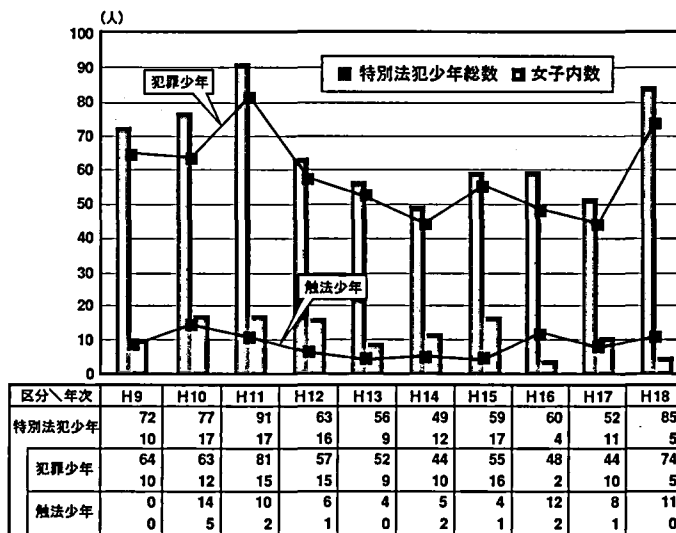
○概況

注：下段は女子の内数

| | | 難民認定法 | 出入国管理及び | 軽犯罪法 | 迷惑防止条例 | 風営適正化法 | 売春防止法 | 児童福祉法 | 児童売春 児童ポルノ禁止法 | 規制法 | 出会い系サイト | 銃刀法 | 消防法 | 未成年者飲酒禁止法 | 覚せい剤取締法 | 廃棄物処理法 | 鉄道営業法 | その他 | 合計 |
|-------|------|-------|---------|------|--------|--------|-------|-------|------------------|-----|---------|-----|-----|-----------|---------|--------|-------|-----|----|
| 平成17年 | 総数 | 1 | 26 | 2 | 0 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 1 | 7 | 3 | 3 | 52 | |
| | 犯罪少年 | 1 | 19 | 2 | 0 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 1 | 7 | 3 | 2 | 44 | |
| | 触法少年 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 8 | |
| 平成18年 | 総数 | 1 | 42 | 5 | 1 | 0 | 2 | 13 | 0 | 6 | 0 | 4 | 2 | 8 | 0 | 1 | 85 | | |
| | 犯罪少年 | 1 | 33 | 4 | 1 | 0 | 1 | 13 | 0 | 6 | 0 | 4 | 2 | 8 | 0 | 1 | 74 | | |
| | 触法少年 | 0 | 9 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11 | | |

- ・ 18年度特別法犯で検挙・補導した少年は85人（前年比+ 33人、+ 63.5%）
- ・ 犯罪少年は74人（前年比+30人、+ 68.2%）
- ・ 14歳未満の触法少年は11人（前年比+ 3人、+ 37.5%）

○法令別の状況



- ・ 法令別にみると、火気乱用などの軽犯罪法違反が最も多くなっています。
 - ・ 児童買春・児童ポルノ禁止法違反の検挙・補導が、前年に比べ+12人と大幅に増加しています。
- 〔上記表・図 長野県警察本部統計資料より〕

3. 性非行の防止 ～お子さんを加害者・被害者にさせないために～

性非行は他の非行と無関係ではありません

思春期を迎えると、さまざまな不安や悩みから、強い孤立感を覚えます。

「寂しさから逃れたい」「自分をわかってほしい」などと、自分を表現でき、理解してくれる対象を求めるようになります。その心が満たされないと服装、言葉づかい、帰宅時間の遅れなどが出始め、その結果非行グループとの交際を始めたたり変化があらわれてくる場合があります。

しかし、非行グループには、共通の喜び、感動がないために暴走行為、飲酒・喫煙・薬物やシンナーの吸引、不純異性交遊などでお互い共通のものを作り出そうとします。

これらの非行は一度体験するとするずる深みにはまってしまう傾向がありますので、早い段階での注意が必要です。

こんな様子はありますか？

- ・ 頭髪、服装を非常に気にしだす。
- ・ 態度や言葉づかいが変わる。
- ・ 学習成績が急速に下がり始める。
- ・ 問題行動のある上級生にあこがれる。
- ・ 生活が不規則となる。(欠席、遅刻、早退が多くなる)
- ・ 感情のおもむくままの言動をとることが多い。
- ・ 不平不満、言い訳、うそが多くなる。
- ・ 無理に目立つ行動をとる。
- ・ 特定のグループだけと付き合うようになる。
- ・ 弱い者への差別、いじめをする。



非行におちいりやすいのは

男子に多く見られる点

- * 性そのものに関心がある場合が多い
- ・ 性的欲求をおさえられないとき、性非行へエスカレートする場合があります。
- ・ 飲酒 ・ 喫煙 ・ 薬物 ・ 不純異性行為 ・ シンナー吸引
- ・ わいせつ行為（痴漢、強姦）

女子に多くみられる点

- * 性そのものより、愛情欲や物質欲による場合が多い。
- ・ 安易な性的接触は売春行為へエスカレートする場合があります。
- ・ 暴力団とのつながりなど

(1) お酒の危険・タバコの危険・薬物の危険

◇お酒の危険

お酒を飲むと、人は酔います。子どもが飲んだり、大人でも大量に飲んだりすると、さまざまな害がおそってきます。

最悪の場合には死んでしまうこともあります。

《未成年が飲酒してはいけない理由》

- ① 飲酒が判断を誤らせ、交通事故や性感染症の機会を与えてしまう。
- ② 子どもの飲酒は、身長・体重の伸びが悪くなる。脳が傷み身体の成長を妨げる。
- ③ 飲酒をきっかけとして、タバコ・麻薬・覚せい剤に手を出すことになり易い。
- ④ 急性アルコール中毒になりやすい。(最悪の場合は死んでしまう)



◇タバコの危険

タバコを興味本位に始めると、どんどん深みに入っていつか止められなくなり、大人でも害になることを知っていても止められない人が多いのです。

タバコはさまざまな病気を引き起こす原因になるといわれています。

《タバコを吸ってはいけない理由》

- ① 肺がんだけでなく、口腔咽頭がん、喉頭がん、食道がん、胃がん、肝臓がん、膀胱がん、心筋梗塞、胃・十二指腸潰瘍、歯周病などタバコを吸っていない人に比べ、これらの病気に数倍から数十倍かかりやすいのです。
- ② 脳の働きや皮膚、胃の血液の流れが悪くなり心臓の負担を増し、運動を持続する力、学習能力も低下します。
- ③ においや味がわからなくなります。



喫煙は、生まれてくる子どもに胎盤を通じて大きく影響します。

妊婦がたばこを吸うと低体重児(出生時2500g未満)が生まれやすくなったり、流産や出生後間もなく死亡することがあるなど、悪い影響があると考えられています。

*出典 知っていますか?たばこの影響 長野県リーフレットより

◇薬物の危険

薬物はドラッグともいわれています。もとは病気・けがの治療のために使われていた薬を、いやなことを忘れるためや、楽しい気分になるだけの目的で使い出したのが始まりです。一回でも使ったらいけない、恐ろしいものです。

《薬物を使うと、脳、体そしてあなたの人生がめっちゃめっちゃになる》

- ① 一回使ったら止められなくなる。→タバコやお酒よりも依存性が強い。
- ② どんどん量が増える。→薬物を乱用していると楽しくなるなどの効果が次第に薄れ、今までの量では物足りなくなり薬物の量が増えていく。
- ③ 幻覚を見る・幻聴をきく。→薬物で脳が犯されると目の前にないものが見えたり、誰もいないのに人の声が聞こえてくる。

- ・持っているだけで罰せられる、大変重い犯罪です。
- ・重大な犯罪に結びつく。薬を手に入れるために盗みや人を傷つけたり放火したり、殺人事件を起こしてしまう。
- ・理性を失う。薬物によって悪影響を受けた脳は、元には戻りません。
- ・性格が変わり常に人を疑う、攻撃する、不安や恐怖を感じ、人間らしい生活ができなくなる。

(2) どんな家庭が子どもをまもれるか？

- ・最近の性情報の氾濫、また性に対する開放的風潮や価値観の多様化は子どもたちの性意識や性行動に深く影響を及ぼしています。
- ・「まさか！うちの子にかぎって・・・」と思われがちですが、思いがけないことから性欲をコントロールできなくなる場合も考えられます。
- ・明るく健康な生活を送る上で被害にあわないことはもちろん、加害者、被害者にさせない、ならないためにも、「家庭の果たすべき役割」は大変重要です。

親のみなさんへ

家族と会話を
していますか？

子どもの行動を
どこまで
知っていますか？

小さいうちから
我慢できる子に
育てましょう。

相手を思いやる心
を持ち、多くの友
達と明るく付き合
いましょう。

自分の性的欲求を
コントロールでき
る力をつけよう。

子どものみなさんへ

正しい
性知識を
身につけましょう。



(3) 子どもを守るために

◎保護者の方へ

- 子どもの行動は日頃から把握しておきましょう。
- 子育てに悩んだ時は、気軽に相談窓口へ連絡してください。
- 被害を話しやすいように日頃の親子のコミュニケーションを図ってください。
- こわい、あぶないと思った時「子どもを守る安心の家」があることを教えておきましょう。

◎地域の皆さんへ

- 一人で遊んでいる子どもや遅くまで遊んでいる子どもを見かけたら、早く帰るよう
に声をかけてください。
- 不審者（車）や不自然な親子連れなどには一声かけるか、警察へ通報しましょう。
- 地域の行事等に積極的に参加して、普段から子どもと大人の安心と信頼を築きましょう。

◎相談窓口

- ・何でも相談できる窓口

駒ヶ根市教育委員会 子ども課

☎(0265)83-2111 内線713.714

長野県伊那保健所（直通） ☎(0265)76-6837

飯田児童相談所 ☎(0265)25-8300

南信子ども虐待防止研究会 ☎(0265)81-7363

- ・性犯罪被害者は

駒ヶ根警察署

☎(0265)83-0110

- ・家庭内暴力・女性問題なら

心と身体の相談窓口（直通） ☎(0265)83-4770

長野県女性被害犯罪ダイヤルサポート110

☎ 026-234-8110

・月～金 午前9時～午後5時 土・日・祝日は留守番電話

- ・学校の養護の先生も身近な相談窓口です。

赤穂小学校 (0265)83-3131

東伊那小学校 (0265)83-4006

赤穂東小学校 (0265)83-7155

赤穂中学校 (0265)83-3161

赤穂南小学校 (0265)81-5700

東中学校 (0265)83-4014

中沢小学校 (0265)83-3707

4. 性虐待の防止

性虐待とは・・・

身体的な接触の有無にかかわらず、子どもが年長児や大人から強制的にされる性的な行為をいいます。その行為が強制されたものでなくても、子どもが混乱して罪悪感・嫌悪感・恐怖などの感情を体験した場合も含まれます。

性虐待となる可能性のある行為の例・・・

- ・子どものプライバシーを侵害したり(入浴しているところや着替えているところをのぞき見ることなど)、体の境界(触わる部位や触り方)に配慮を欠く行為をする
- ・子どもの前で性的な行為をする
- ・子どもの前で卑わいな言葉を頻繁に使う
- ・子どもにポルノビデオや雑誌を頻繁に見せたり、子どもの目に触れる場所に放置する

性虐待を受けた子どもは、健全な性的発達を阻害され、様々な精神症状や身体症状を発現することがあります。

発現する精神症状や身体症状の例・・・

- ・暗闇をおそれる、おびえる
- ・急に性器に対する関心が高まる
- ・自慰行為を頻繁にする
- ・排泄行為に痛みが伴う
- ・引きこもりになる
- ・服を必要以上に着込む
- ・着替えを嫌がる
- ・ペットを虐待する
- ・カッとなったり攻撃的になりやすくなる
- ・急に学業不振になる
- ・食べ過ぎたり、食べたものをわざと吐く(摂食障害)
- ・フチ家出を繰り返す
- ・性器の周囲がはれている、あざになっている
- ・性行為感染症にかかる

これらの精神症状や身体症状だけで判断できませんが、性虐待は一番身近で信頼する大人や年長者(兄など)から加害されることが多いため、子どもから性虐待の事実を打ち明けることは極めてまれです。子どもの発するサインを見逃さないように心掛けましょう。

発見したときの対応・・・

大人が取り乱し感情をむき出しにすると、子どもがますます混乱して自分を責めたり怒りを他者に向けたりすることがあります。

- ・深呼吸して、子どもと視線を合わせ、穏やかな口調で「よく話してくれたね、ありがとう。あなたの話を信じるよ」と最初に伝えてください。抱きしめるのもよいでしょう。
- ・被害体験を聞いたときには、「あなたが悪くない」と繰り返し伝えてください。
- ・被害を受けた子どもから「誰にも言わないで」と言われたときには、「私だけではあなたを十分守れないから、信頼できる他の人の協力も得ましょう」と伝えましょう。そして、児童相談所等に相談してください。

性虐待を受けた子どもが適切な援助を受けないと、再被害を受けたり、「再演衝動」によって誤った性行動をする可能性があります。

性虐待の防止は、単に大人が子どもを危険な状態から守るだけでは必ずしも十分とはいえません。子どもたちが日常生活の中で自分の心と体が大切であることを実感し、自分を守る方法を身につけることが大切です。その意味で、性虐待防止は子どもに対する性教育や人権教育と連動して取り組む必要があります。

*「再演衝動」・・・過去に受けた性虐待を追体験したいという強い欲求。適応機制のひとつと考えられています。

参考文献

北山秋雄編(1994)：子どもの性的虐待—その理解と対応をもとめて—、大修館書店。

北山秋雄 (2001)：家庭内性的虐待、坪井節子編：子どもの人権双書
⑨ 子どもたちの性、99-114、明石書店。

※文責 北山秋雄 (長野県看護大学教授)

資料

Q&A 保護者版

| | |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Q. うちの子は、オナニーはしませんが、指しゃぶりが治らない？ | A. 気をそらしせるようにしてあげたり、遊んであげると良い。「やめろ。」と言うのはだめ。 |
| Q. 父親が包茎を教えないので、嫌がってもやるのがいいのか？ | A. お風呂に入って、「きれいにしておこうと少しずつ、皮をむくことを教えてはどうか。 |
| Q. 子どもはどこから生れるか、聞かれた時、曖昧に答えてしまっているが？ | A. 本と一緒に見るなどして、子どもの分かる範囲で正しく教えるのが良いのでは。 |
| Q. 性教育についての講演会などが少ないと思うが？ | A. 定期的（2～3年に一回）にやっていくようにしたい。 |
| Q. 性教育はまだ早いのではないか？ | A. お父さんとお母さんが仲良くして生れて来たと言う。仲良くすることで、子どもの情緒は安定している。 |

Q&A 保育士版

| | |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Q. 布団の中でマスターベーションをしている場面を見るが？ | A. 背中をトントンしてあげたり、手を握ったりして、他に気をそらせていくと良い。 |
| Q. 男の子ばかりの兄弟、女の子ばかりの姉妹などは、異性に対して身体の違いが気になるようですか？ | A. どちらも大切なものなので、大事にしようねと話す。絵本などを見ながら話す。 |
| Q. 男の子のおしっこの仕方は？ | A. 手で持って引張ってしたり、お腹を前に出してするように言う。 |
| Q. 女の子のおしっこの仕方は？ | A. 前から後ろに拭くように教える。 |
| Q. 和式トイレで出来ないのだが？ | A. 機会を作って慣れるようにしておく。入園前にトイレを使ってみる。 |
| Q. 赤ちゃんはお母さんのお股から出てくるんでしょう？と聞かれたが。 | A. 年齢的にも細かく話す必要はまだ無いので、「お母さんの身体には赤ちゃんの通る道があって、そこから生れて来るんだよ」と体の仕組みを、さらっと話す。子どもが疑問に思ったことは、分からないかもしれないが、真実を話す。話しにくいことは、絵本を見せると良い。子どもが聞いたことをごまかさずに、真剣に話し、愛されて生れたことを話す。 |
| Q. 男の子は立っておしっこをするのに、何で女の子は座ってするのか？ | A. おちんちんがついている男の子と、ついていない女の子の違いを、絵本などを見ながら、仕組みの違いを話す。 |

H18 乳幼児部会報告より

学校教育における性教育の考え方・進め方

*参考 長野県教育委員会 性教育の手引き

性教育の手引 題材名及びねらい 【小学校】

学級活動・道徳・生活科（保健）

基本的には学級活動の時間にあつかうことがよいが、題材によっては内容のあつかい方の工夫により、道徳、生活科としてあつかうことも可能である。各学校の年間計画の実態に合わせて考えていただきたい。

| 学年 | 題材名 | ねらい | 指導内容 | |
|----|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1年 | たいせつな体 | ① 男女の体の違いを知り、性器を清潔にすることの大切さを理解する。 ② 自他の体を大切にしようとする気持ちもてる。 | ・体の似ているところ、違うところ ・おちんちんの大切さ | |
| | 体をきれいに | ① 体を清潔にすることの大切さを理解する。 ② 男女の外性器の違いから、正しい用便の仕方を知り、実際にできるようになる。 | ・体の汚れやすい所 ・体をきれいにする方法 ・正しい用便の仕方・入浴 | |
| | さそいにのらない | ① 小さい子をさそって悪いことをする人がいることがわかる。 ② 人にいやなことをされたり、誘われたりした時の対応の仕方について、ロールプレイを通して、正しい判断や行動ができるようになる。 | ・声をかけられた経験 ・声をかけられたときの対応の仕方 ・危なくなったときの行動 | |
| 2年 | 大きくなった ・ぼく ・わたし (5時間扱い) (生活科との連携) | 第1時 | ① 自分の記憶に残る小さい頃の思い出の品について教師の話しを聞き、子どもに対する家族の思いがわかる ② 自分の記憶をたどりながら、幼い頃の思い出の品物を探そうという意欲を持つことができる。 | ・先生の思い出の品 ・自分の思い出の品 ・思い出の品についてのまとめ方 |
| | | 第2時 | ① 自分の成長を振り返る中で、支えてくれた人々に感謝の気持ちもてる。 ② 思い出の品物にまつわる人に気持ちをこめて手紙を書くことができる。 | ・思い出の品への気持ち ・思い出の発表 |
| | | 第3時 | ① 自分の名前や友だちの名前への家族の願いを知り名前を大切にしようとする気持ちもてる。 ② 赤ちゃん人形を抱き、生れたときの重さを実感することができる。 | ・名前の由来 ・名前に対する家族の気持ちと自分の気持ち |
| | | 第4時 | ① お母さんのおなかの中で育つ時のようすを知る | ・へそのおの役目、羊水など（簡単に） ・お母さん・お父さんの気持ち |
| | | 第5時 | ① 自分を大切に支えてくれた家族の大きさを知り、これからも自分を大切にしていかなければいけないことに気づく。 ② 今まで自分を支えてくれた家族に感謝の気持ちもてる。 | ・家族からの手紙 ・命の大切さ ・家族への感謝 |
| 3年 | 男女なかよし | ① 自分の行動を振り返ったり、互いの考えのちがいに気づくことができる。 ② みんな仲よくよりよい人間関係を築こうとすることができる。 | ・男女の人間関係 ・男女の長所、短所 ・考え方の違いと自分の行動 | |
| | かけがえない命 (2時間扱い) | 第1時 | ① 自分達がお母さんのおなかの中で大きくなってきた過程がわかる。 ② 赤ちゃんはお母さんと力を合わせて生れてきたことを知り、自分達の命を大切にしようとする | ・胎児の成長 ・出産のようす |

| | | | |
|----|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | 気持ちがもてる。 | |
| | 第2時 | <p>① 様々な人々の力があって現在の自分があることに気づくとともに、精一杯の力を出して生れてきた自分がわかり、自分を大切にしようとする気持ちがもてる。</p> <p>② かけがえのない自分と同様に、まわりの人もかけがえのない存在であることに気づく。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 成長の様子（立つ等） 家族の喜び まわりの人々 |
| 4年 | 性に関する情報とわたし | ① テレビやマンガ本等には、命や心を軽視した内容のものや興味本位で作られたものがあることを理解し、正しく判断して選択することができるようになる。 | <ul style="list-style-type: none"> 性や生命を軽視したマンガ、テレビ、インターネットなどの接し方 |
| | 育ちゆく体とわたし（保健4時間） | <p>① 体に変化すること、それには個人差があることがわかる。</p> <p>② 心身の健全な発育に良い生活について考える。</p> <p>③ 思春期におこる男女の心身の変化がわかる。個人差はあるがおとなに近づいているしるしだと理解し、先の見通しが持てる。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 体の変化 成長による生活 性器の名称と役割 初経・精通 思春期の心の変化 |
| | 男の子、女の子 | ① 男の子と女の子の特性を認め合い、お互いを大切にしようとする気持ちがもてる。 | <ul style="list-style-type: none"> 男の子と女の子の心身の違い 男女なかよく |
| 5年 | 二次性徴を迎えて（*月経の手当て、射精の対処等は男女別習も考える）（2時間扱い） | <p>① 成長期の体の内面的変化（4年保健）について正しく理解を深めるとともに、大人になるために誰でも経験する大事な過程であることを自覚し安心して生活できるようになる。</p> <p>② 成長した自分の体に喜びを持ち、自他の体を大切にしようとする心情を理解する。</p> <p>③ 男女相互に思いやりを持ち協力していくことができるようになる。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 4年の内容の再確認 異性の生理への理解 疑問や悩みへの対処 |
| | 男女の協力 | ① 男女お互いの長所や短所を話し合うことを通して、それぞれを認め合うことの大切さに気づき、信頼と責任ある行動がとれるようになる。 | <ul style="list-style-type: none"> 異性の友だちへの気持ち 男女それぞれのよい点 異性への要望 自分の生き方 |
| 6年 | 安全な生活 | <p>① 性被害は、いつ、どのような形で起こっているかわかる</p> <p>② 実際に被害に遭遇したときの対処の仕方を身につける。</p> <p>③ 自分の身を守ろうとする意識を高め、また加害者にならないための気持ちをもつ。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 性被害の意味 性被害の発生場所や手口 危なくなったときの行動の仕方 予防や対策（メディアも含む） 自制心の大切さ |
| | 命のはじまり | <p>① 受精の仕組みや胎児の成長の様子を理解することにより、生命誕生の神秘さや尊さを感じ取ることができる。</p> <p>② 家族の深い愛情に包まれて誕生した自分の命の大切さに気づき、命の継承者としての自分の大切さがわかる。</p> | <ul style="list-style-type: none"> 胎児の誕生とまわりの人の気持ち 受精の神秘 生命の誕生（卵子と精子） 胎児の成長 生れたときの家族の思い これからの私たち |
| | エイズ（保健「病気の予防」8時間、道徳と連携） | ① エイズについて正しい知識を持ち、エイズ感染者への差別と自分の行動について考えることができる。 | <ul style="list-style-type: none"> エイズの理解 感染者への差別 自分の生き方 |

| | | | |
|---|-------|--------------------------------------------|-------------|
| * | 親子講演会 | 親子で性教育に関する講演を聴くことを通して、家庭でも性について語り合う機会が広がる。 | ・ 専門家による講演会 |
|---|-------|--------------------------------------------|-------------|

性教育の手引 題材名及びねらい 【中学校】

学級活動・道徳

基本的には学級活動の時間にあつかうことがよいが、題材によっては、内容のあつかい方の工夫により、道徳としてあつかうことも可能である。各学年の年間計画の実態に合わせて考えていっていただきたい。

| 学年 | 題材名 | ねらい | 指導内容 |
|----|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 1年 | 成長していく心とからだ | ① 急速に成長していく体の発育のしかたに、男女差や個人差のあることを理解する。 ② 中学生の年代は子どもから大人になっていく大切な時期であることを自覚し、互いに個人を尊重し、男女が協力し合える態度を身につける。 | ・ いのちの尊さ ・ 体の変化 ・ 二次性徴 ・ 男女差 個人差 |
| | 生命の誕生 | ① 生命誕生の仕組みを科学的に理解し、生命誕生の摂理と神秘さを感じ取る。 ② 自分の命の尊さを、誕生とのかかわりから感じ取る。 | ・ 人間の誕生の様子 ・ 「生命誕生」の仕組み ・ 生命誕生への思い |
| | 異性の友人 | ① 自己の性の成熟を率直に受け止めることができる。 ② 性的な刺激への反応の仕方や、性行動の仕方に男女差があり、異性の友人には同性の友人と異なる心配りが必要であることがわかる。 | ・ 異性への関心 ・ 好ましい異性 ・ 望ましい人間関係 ・ 性衝動の起こり方 |
| 2年 | 自己肯定感を育てる | ① 自分で自分の好きなどころを表明し、自己を認識する。 ② 自己理解や自己受容を深めながら自己肯定感を高め育てる。 | ・ 自分自身について知る ・ エンカウンター ・ シェアリング（話し合い） ・ 自己認識と自己肯定感を育てる |
| | 性情報と私たち | ① 性が商品として扱われるような現代社会において、誇張や歪曲された性情報があることに気づく。 ② よりよい人間関係を築くために、性情報を正しく選択したり処理したりする能力の必要性を理解する。 | ・ 身のまわりの性情報 ・ 性の情報のつくり手 ・ 性情報の影響 ・ 性情報との付き合い方 |
| | 男女のすてきな関係 講演会 | ① 男女のよりよい人間関係のあり方を男女交際の事例を通して様々な角度から考えることができる。 ② お互いの良さを認め合い、励まし合い、前向きに生きる関係を築こうとすること。 | ・ 中・高校生の男女の交際 ・ 中・高校生の男女交際のあり方 ・ 男女の交際についての思い ・ 自己肯定感、男女のすてきな関係について扱っていただく。 |
| 3年 | 生命の尊さ | ① 望まれない妊娠、生れない命などの事実を知り、生命の尊さを考えることができる。 ② 新しい生命をつくり出せる自分たちであることに改めて気づき、自分の性の在り方について考えを確立していくことができる。 | ・ 命の学習 ・ 十代の妊娠、中絶の現状 ・ 妊娠、中絶への思い ・ 産婦人科医の思い |

| | | |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 避妊法と人工妊娠中絶 | <ul style="list-style-type: none"> ① 避妊について関心を持つ。 ② 避妊法について知る。 ③ 人工妊娠中絶の精神的・肉体的苦痛を考える。 ④ 望まない妊娠をしないためには男女の協力が大切であることを理解する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・コンドーム ・避妊法 ・人工妊娠中絶法 ・母体保護法 ・男女の正しい理解と協力 |
| 講演会 | | <ul style="list-style-type: none"> ・性感染症について扱っていただく |
| これからの生き方 | <ul style="list-style-type: none"> ① 人間の性的な要求や性行動を自己の生活の自立や周囲の状況との関係の中において考えることができる。 ② 性交、妊娠は各自の将来展望において大事な要素になることに気づく。 | <ul style="list-style-type: none"> ・「性」の意味 ・自分らしさのある人生 ・性の行動選択 ・意思決定のあり方 |

性教育の手引 題材名及びねらい 【高等学校】
教科・保健

| 題材名 | ねらい | 指導内容 |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 身体の構造と機能 | <ul style="list-style-type: none"> ① 身体の構造と機能について理解する。 ② 組織・臓器などをその機能内容によって関連づけ、器官系統として学習する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸器系、循環器系、神経系、内分泌系、泌尿系、消化器系、骨格系、筋肉系、生殖器系、などの器官系統の理解 |
| エイズと性感染症の予防 | <ul style="list-style-type: none"> ① エイズ・性感染症の疾病としての理解と現実の状況および実態を知る。 ② エイズ・性感染症の感染経路その予防について理解する。 ③ 正しい知識の上に偏見等について理解を持った行動ができるようにする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・エイズの現状 ・性感染症の実態 ・エイズ・性感染症の予防 ・エイズへの対策 |
| 思春期と健康 | <ul style="list-style-type: none"> ① 思春期における身体の発達について性差の特徴を理解する。 ② 思春期における行動面・心理面の特徴を理解する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・男女の第二性徴 ・男性の射精 ・女性の性周期 ・思春期における心の理解と行動の選択 |
| 性意識と性行動の選択 | <ul style="list-style-type: none"> ① 思春期の性意識、性的要求の男女の違いを知る。 ② 異性の心と身体を理解して尊重する態度を養う。 ③ 性に関わる意思決定・行動選択ができるようにする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・男女の性意識の違い ・男性の性的要求 ・誤った性情報 ・性行動についての意識と行動の選択 |
| 結婚生活と健康 | <ul style="list-style-type: none"> ① 結婚生活を営むために心身の発達の必要性を理解する。 ② 家庭を往上げるとしての個人の成熟と自立について知る。 ③ 家庭が持っている健康に関わる事柄を理解する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・結婚の条件 ・性的な成熟 ・精神面での発達 ・社会的自立 ・家族の健康づくり |

| | | |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>妊娠と出産</p> | <p>① 受精・妊娠・出産の過程を理解する。 ② 妊娠・出産期の母子の健康の保持に大切な事を本人・周囲の人が留意すべき点として理解する。 ③ 命の大切さを知る。</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 排卵から受精まで ・ 胎児の環境としての母体 ・ 妊娠の経過と、心身の状態や生活行動への配慮 |
| <p>家族計画と避妊法 人工妊娠中絶</p> | <p>① 家族計画の中での受胎、避妊についての意義を家族の幸せという観点から、理解する。 ② 避妊法の特徴を知り、その選択について考慮できるようにする。 ③ 男女それぞれがの立場から、避妊について話しができるようにする。 ④ 望まない妊娠についての理解と男女の協力について知る。 ④ 人工妊娠中絶の条件、危険性を知り、それが女性の心身に及ぼす悪い影響を理解する。</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・ 各種避妊法 ・ コンドームの使用法 ・ 母体保護法 ・ 人工妊娠中絶の許される条件 ・ 男女の正しい理解と協同 |

無料のHIV迅速検査が県内の全ての保健所とエイズ治療拠点病院で受けられます!

(平成18年11月現在)

■ 長野県内の保健所

| 保健所 | 所在地 | 専用電話番号 | HIV迅速検査 ^[予約制] 実施日・受付時間 |
|--------|-----------------------------|--------------|-----------------------------------------|
| 佐久保健所 | 佐久市跡部65-1 (佐久合同庁舎内) | 0267-63-3164 | 毎週木曜日 9:00~11:00 第1水曜日 17:00~18:00 |
| 上田保健所 | 上田市材木町1-2-6 (上田合同庁舎内) | 0268-25-7149 | 毎週月曜日 9:00~10:30 第1月曜日 17:30~19:00 |
| 諏訪保健所 | 諏訪市上川1-1644-10 (諏訪合同庁舎内) | 0266-57-5656 | 毎週水曜日 9:00~11:30 第2月曜日 16:00~19:00 |
| 伊那保健所 | 伊那市伊那3497 (伊那合同庁舎内) | 0265-76-9977 | 第1・2火曜日 9:00~14:00 第3火曜日 17:00~19:00 |
| 飯田保健所 | 飯田市追手町2-678 (飯田合同庁舎内) | 0265-52-0812 | 毎週水曜日 13:00~14:00 |
| 木曾保健所 | 木曾郡木曾町福島2757-1 (木曾合同庁舎内) | 0264-24-2220 | 毎週火曜日 9:00~ 9:30 第3火曜日 17:00~18:00 |
| 松本保健所 | 松本市島立1020 (松本合同庁舎内) | 0263-47-7831 | 毎週火曜日 9:00~12:30 第3水曜日 16:00~19:00 |
| 大町保健所 | 大町市大町1058-2 (大町合同庁舎内) | 0261-23-6527 | 毎週火曜日 9:00~11:00 第4火曜日 17:00~19:00 |
| 長野保健所 | 長野市御所岡田98-1 | 026-225-0812 | 毎週水曜日 9:00~12:00 第1水曜日 17:00~19:00 |
| 北信保健所 | 飯山市静岡町尻1340-1 | 0269-62-3107 | 随時 8:30~16:00 第3水曜日 16:00~19:00 |
| 長野市保健所 | 長野市若里6-6-1 | 026-226-9966 | 第4火曜日 9:00~11:30 第1火曜日 16:30~18:30 |

*実施日は、祝日、国民の休日及び年末年始の休日を除きます。

*通常検査(検査結果説明は約1週間後)は随時実施しています。保健所へご相談ください。

■ 長野県内のエイズ治療拠点病院

| エイズ治療拠点病院 | 所在地 | 代表電話番号 | 実施日・受付時間 |
|-------------|----------------|--------------|----------------------|
| 県立須坂病院 | 須坂市須坂1332 | 026-245-1650 | 毎週月~金曜日 9:00~16:00 |
| 信州大学医学部付属病院 | 松本市旭3-1-1 | 0263-35-4600 | 毎週月~金曜日 8:30~11:30 |
| 国立病院機構松本病院 | 松本市芳川村井町1209 | 0263-58-4567 | 毎週月~金曜日 9:00~16:00 |
| 国立病院機構長野病院 | 上田市緑が丘1-27-21 | 0268-22-1890 | 毎週火~金曜日 13:00~16:00 |
| 佐久総合病院 | 佐久市白田197 | 0267-82-3131 | 毎週月~金曜日 9:00~16:00 |
| 飯田市立病院 | 飯田市八幡町438 | 0265-21-1255 | 毎週月~金曜日 9:00~15:30 |
| 長野赤十字病院 | 長野市若里5-22-1 | 026-226-4131 | 毎週月・水・木・金 8:30~11:30 |
| 諏訪赤十字病院 | 諏訪市湖岸通り5-11-50 | 0266-52-6111 | 毎週月~金曜日 10:00~15:00 |

*実施日は、祝日、国民の休日及び年末年始の休日を除きます。

参考文献

| 著者名・編者名 | 出版年 | 書名 | 出版者 |
|------------------------|---------|---------------------------------------------------------|-----------------|
| 長野県教育委員会 | 2004. 2 | 性教育の手引 小・中学校編 | |
| 長野県教育委員会 | 2004. 2 | 性教育の手引 高等学校編 | |
| 長野県衛生部 | 2006.11 | 正しい知識と早期発見のためのエイズ読本 | |
| 伊那保健所 | 2001 | すこやか親子上伊那版 | |
| 文部省／著 | 1999. 8 | 学校における性教育の考え方進め方 | ぎょうせい |
| 文部科学省 | 2002. 4 | 性感染症予防に関する指導マニュアル 高等学校教師用参考資料 | 日本学校保健会 |
| 日本性教育協会／編 | 2007. 6 | 「若者の性」白書－第6回 青少年の性行動 全国調査報告 | 小学館 |
| 日本性教育協会／編 | 1990. 9 | 性教育新・指導要項解説書：幼稚園 (保育所) / 小学校 / 中学校 / 高等学校 | 小学館 |
| 日本助産師会／編 | 2005 | 助産師が行う思春期教育視覚教材 | 日本助産師会／発行 |
| 石原 理／著 医療情報 科学研究所／編 | 2007. 3 | イメージするからだのしくみ vol.10第1版 産科 | メディックメディア |
| 相模原市教育委員会 | 2005. 3 | 家庭でできる性教育「さわやか」 | |
| 釧路市こども保健部 | 2008 | 保存版！子と親の性の辞典 | |
| 河野美代子／著 | 2005. 8 | 「産婦人科の窓口から」今だからこそ伝え たい！河野美代子の熱烈トーク「思春期」 から「更年期」まで | 十月舎 |
| 藤原 治／発行 | 2005. 3 | 性・say・生 | 全日本手をつなぐ 育成会 |
| 河野美代子・永田由 紀子／著 | 2001. 3 | 初めてのSEX あなたの愛をつたえるために | 集英社文庫 |
| 黒川義和／編・著 | 1985. 3 | 人間の性と教育 | 一風社 |
| 広井正彦／編 | 1983.12 | 産婦人科シリーズ no.35 性医学 | 南江堂 |
| 島崎道子／編 | 1994. 6 | おとなへのパスポート からだところの 変化101のアドバイス | ぱすてる書房 |
| 山本直英／文 木原千 春／画 | 1992. 4 | 性の絵本3 女と男ともに生きる | 大月書店 |
| 大葉ナナコ／著 | 2005. 6 | いのちはどこからきたの？ 9歳までに伝 える「誕生」のしくみ | 情報センター出版局 |
| 北村邦夫／監修 | 2003. 7 | いつからオトナ？ ころ&からだ for.boys.and.girls | 集英社 |
| 水谷修／著 | 2005.11 | 夜回り先生ころの授業 | 日本評論者 |
| 江川義雄／(ほか) 著 | 1992 | すばらしい青春：私たちの命と性を考えよう | 第一学習社 |
| 岡敦子・千葉順子／監修 石田繁美／編 | 2004. 4 | 危険から自分をまもる本 予測学習でふせぐ | ポプラ社 |



性教育の絵本リスト

*図書館にお問合わせください。他にもいろいろおすすめ絵本があります！

| 著書名 | 内容など | 作者 | 出版社 | 対象年齢 |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------|-----------------------------|
| 1 だっこして | 親子のスキンシップ | たまきかや子 | こぐま社 | 乳児～幼児 |
| 2 えほんはじめの一步② すこしはきれいに | 全身の体をきれいにしましょう | いとうひろし | 講談社 | 乳児～幼児 |
| 3 母と子のえほん おっぱいおっぱい | 赤ちゃんの大好きなおっぱいのイラストと文。動物も出てくる。 | わかやまけん | 童心社 | 乳児～幼児 |
| 4 ぼくどこからきたの？ あるがままのいのちのはなし、 ごまかしなし、さしえつき。 | 外国の本だが、妊娠の成立・出産までが分かりやすく、くわしく まとまっている。絵もきれいでみやすい。 | ピーター・メイル 訳：谷川俊太郎 | 河出書房新社 | 読み聞かせなら幼児 ～ 読むなら低学年向き |
| 5 赤ちゃんはこうしてできる | 妊娠・出産まで分かりやすくまとまっている。イラストはリアルで ないところもあるが、父と母が愛し合って生まれたということが伝 えられる。 | PHクヌートセン 訳：北沢杏子 | アーニ出版 | 幼児向き |
| 6 なぜなのママ？～3才からの 性教育 | やなせたかしのかわいいイラスト。「赤ちゃんはどこから来たの？」 と最初ご聞かされた時に見せるとよい。 | 北沢杏子 | アーニ出版 | 幼児向き |
| 7 だれもおしえなかった絵本シリ ーズ ぼくのいもうとがうまれた | 写真を使っているので、子どもがどう生まれてくるか実際にみるこ とができる。 | 北沢杏子 | アーニ出版 | 幼児～低学年 |
| 8 赤ちゃんのはなし | リアルな絵で大きなサイズの本。赤ちゃんがお腹の中でどういう風 に成長していくかが分かる。また、文章が多いので、先生がオリジ ナルで話をしてあげるなど工夫が必要。 | マリー・ホール エッツ 訳：坪井郁美 | | 幼児～小学生 |
| 9 ころからだいのちのえほん あかあさん | 私と僕ずっと前は赤ちゃん。その前は…？自分がどこから来たか教 える内容になっている。 | 北沢杏子 | 岩崎書店 | 幼児～低学年 |
| 10 ころからだいのちのえほん あとうさん | お母さんから産れたのに僕お父さんにそっくりだ。どうしてかな？ お父さんの役割など。 | 北沢杏子 | 岩崎書店 | 幼児～低学年 |
| 11 かこさとしからだの本1 あなたのおへそ | おへそはどういう役目をしていたのか？ということから性教育の内 容になる。おへそを大切に。分かりやすく読みやすい。 | かこさとし | 童心社 | 幼児～低学年 |
| 12 たんぽぽえほんシリーズ おっぱい | おっぱいを触ったり、兄弟ができて寂しい思いをしている子にいい かも。かわいいイラストと、読みやすい文章。 | みやしたたつや | すずき出版 | 幼児 |
| 13 あやちゃんのうまれた日 | あやちゃんはこんな風に大切に思われて生まれてきたんだよとい うことから、自分達は愛されて産れてきたということが分かる。 | 浜田桂子 | 福音館書店 | 3歳～初級 |
| 14 おかあさんはね、 | 絵がきれい。大切に思われながら生まれてきたことを伝えられる。 ただし、文章はむずかしめ。 | 村上淳子 | ポプラ社 | 年中～低学年 |
| 15 お母さんと見る性の本 わたしのはなし | 私の名前はお母です。私の体の中で水着をつけている部分をプライ ベートゾーンといいます。自分の体を自分で守ることの大切さを訴え ている。(性別平等) | 山本直英 | | 幼児～低学年 |
| 16 お母さんと見る性の本 ぼくのはなし | 僕の名前は海です。僕はどこから生まれたの？どのようにして僕が 生まれたかをさわやかに描き、僕として生まれたことの喜びを訴える。 | 山本直英 | | 幼児～低学年 |
| 17 せつくすのえほん | 題名はストレートだが、僕はどこから来たの？という疑問に分かり やすい絵でまとめている。 | みずのつきこ | あゆみ出版 | 幼児～小学生 |
| 18 さわってごらんひとのからだ | 触ってもらって、気持ちいいのは、大好きな人＝家族・友だち・恋 人などだけ。ということをさまざまなシーンの写真で書かれている。 | 山本直英 | 福音館書店 | 幼児～小学生 |
| 19 あなたの小さかったとき | 新生児から小学生くらいまでの子どもが、どういう風に大切に育て られてきたかをとてもきれいなイラストと共に書かれている。 | 越智登代子 | | 5才～小学生 |
| 20 からだの絵本 おへそにきいてごらん | でべその主人公がおへその役割について知っていく、おへそを大切 にしようというメッセージもある。 | 七尾純 | あかね書房 | 幼児～低学年 |
| 21 おっぱいのひみつ | おっぱいについて、役割や生理的なことまで詳しく説明している。 先生の勉強に使える。 | 柳生弦一郎 | 福音館書店 | 幼児～低学年 |
| 22 おとうさんのおっぱいなぜあ るの？ | お父さんがお母さんと違っているところ～赤ちゃん出生について、 遺伝など、非常に科学的なことを噛み砕いて説明。絵もリアル。 | かこさとし | 農文協 | 幼児～小学生 |
| 23 イタリア式性教育絵本 おとこのことおんなのこはなし | 細かく色々な内容が書いてある。大判の絵本。読み聞かせには向か ないが、絵はきれいで、母親などがどういう風にお話していけばい いのか参考になる。園など1冊あるといいのでは？ | ロベラタジアン ミマルチエリロ ペロッタ | | 幼児～小学生 |

協力者及び資料作成者（性教育プロジェクト委員）

| | | |
|---------------|------------|---------------------------|
| 助 言 者 | 山崎 宗廣 | 長野県伊那保健所長 |
| | 清水 嘉子 | 長野県看護大学教授 |
| 座 長 副 座 長 | 杉田 純治 | 中学校長代表（赤穂中学校） |
| | 小町谷範子 | 市民性教育サークル |
| | 小出 ちせ子 | 保育園・幼稚園長代表（赤穂保育園） |
| | 笹谷志げ子 | 子ども課長 |
| | 武井 弘江 | 子ども課母子保健係 |
| | 宮澤 操 | 保育士代表（中沢保育園） |
| | 北原 節子 | 保育士代表（桜ヶ丘保育園） |
| | 井口 優子 | 子ども課子育て家庭教育係 |
| | 小木曾琴美 | 保健福祉課社会福祉係 |
| | 赤羽ふみ子 | 主任児童委員代表 |
| | 吉川 武朋 | 保育園保護者 |
| | 太田 壽久 | 小学校長代表（赤穂東小学校） |
| | 米山 明廣 | 高等学校長代表（赤穂高等学校） |
| | 鹿角千恵子 | 小学校保健主事代表（赤穂小学校） |
| | 唐澤真理子 | 小学校養護教諭代表（中沢小学校） |
| | 安富 和子 | 小学校養護教諭（赤穂南小学校） |
| | 福西 里枝 | 中学校養護教諭（東中学校） |
| | 片桐美佐喜 | 中学校養護教諭（赤穂中学校） |
| | 唐澤 陽司 | 高等学校保健主事代表（駒ヶ根工業高等学校） |
| | 田中 達子 | 高等学校養護教諭代表（赤穂高等学校） |
| | 小島 紀生 | 子ども課学校教育係 |
| | 丸山 和敏 | 保健福祉課長 |
| | 戸枝 順子 | 市民一般（助産師） |
| | 植木 温子 | 市民一般（教諭） |
| | 春日 里美 | 子ども交流センター代表（三和森子ども交流センター） |
| | 倉田 敬子 | 子ども課子育て家庭教育係 |
| | 春日 仁 | 小学校保護者 |
| | 二ツ木佐富子 | 高等学校保護者 |
| | 伊藤メルセデス | 市民性教育サークル |
| | 松崎美千代 | 市民性教育サークル |
| 下平 智子 | 保健福祉課保健予防係 | |
| 村澤 秀樹 | 生涯学習課生涯学習係 | |
| 戸澤 篤 | 中沢公民館 | |
| 下平 和弘 | 東伊那公民館 | |
| イラスト協力 事務局 | 片桐 美登 | （社会福祉協議会） |
| | 滝沢 修身 | 教育委員会事務局教育次長 |
| | 片桐 利和 | 生涯学習課長 |
| | 北澤みえ子 | 男女共同参画推進室 |
| | 渋谷 みどり | 男女共同参画推進室 |

おわりに

当市では、平成13年に“地域子ども育成100人の会”ができました。この会は子ども育成に関わる個人や団体と行政が、お互いに情報交換しながら子どもたちのためにできることを考え、提言していく市民の会ですが、この中で「性教育は、テレビや雑誌の知識では肝心な事が抜けていますが、親や大人が努力して学び、子どもに教えなければいけない。」とした性教育の必要性が提案されました。

また、男女共同参画推進計画の重点目標の一つとして掲げられている「男女の人権尊重と生涯にわたる健康支援」の中でも、男女の性について、正しい知識・情報を与えることにより、生涯を通じて健康を支援していくための取り組みを進めてきております。

今回、この手引書の作成にあたりましては、市民の代表のみなさん、関係機関（家庭・保育園・学校・社会教育等・職員・保護者）の代表者で構成されている性教育プロジェクト委員の皆さんのご協力により作成されています。

また、専門的な立場からご指導いただきました長野県伊那保健所長 山崎宗廣さん、長野県看護大学教授 清水嘉子さんをはじめとする関係諸機関の深いご理解ご支援に対して御礼申し上げます。

保護者の皆様には、ご家庭でこの手引書を積極的にご利用いただきますようお願い申し上げます。

駒ヶ根市教育委員会

家庭向け性教育手引書 すこやかに

平成20年3月31日 発行

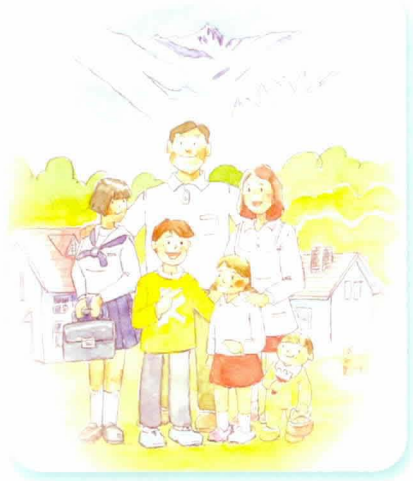
作成 駒ヶ根市性教育プロジェクト会議

発行 駒ヶ根市教育委員会

事務局 駒ヶ根市教育委員会 生涯学習課

〒399-4192 駒ヶ根市赤須町20番1号

TEL0265-83-2111 (内721)



すこやかに