

わが子に伝えたい生と性のお話



日 時：令和3年11月24日（水）10：00～12：00
場 所：大内地域交流センター
講 師：江藤 美知子 氏（助産師）
受講生：大人26人



<講座内容>

家庭における性教育を始め、プライベートゾーンや子どもの性的な発達、その伝え方のポイントやセルフイメージの大切さなどについてわかりやすく教えていただきました。また、参加者はグループトークを通して情報や意識を共有し、講師から発表された質問点について答えをいただきました。

自己紹介

「子ども5人に恵まれ、自らも社会に幸せの恩返しをしたいと思います。自らの出産において助産師という仕事の素晴らしさに触れたことをきっかけに、看護学校、助産師学校で学び、助産師の資格を取得しました。市内産婦人科医院勤務を経て、助産院「赤ちゃんのほっぺ」を開設しました。出産に携わる仕事は“生”そのもの。また、“性”について未成年からの相談を受けることもあります」



グループトークテーマ

1. 子どもの学年、年齢、家族構成など
2. 子育てのトピックス
3. どういう子に育ててほしい？
4. 性教育ってどう思う？どんなイメージがある？



皆さんの発表の一部ご紹介

- 学校で行っている性教育はどんなこと？
- 赤ちゃんはどこからくるの？という質問に、どうやって答えるべき？
- 異性の親子のお風呂は、いつまでOK？
- 子どもの年齢に合わせて話したいけれど、合った内容は？
- ネット社会の中で、情報の取捨選択をしにくく困っている
- 親である自分たちの時代と違っていることを知りたい
- どうやったら自然に性について子どもと話せるだろう？

など

日本の性教育

これまでは「寝た子を起こすな」（隠すもの）とされてきた。しかし、現代においては、ネット社会等に氾濫する情報から得る誤った性のとらえ方が問題・・・危険性大

重要!

→ 適したタイミングで正しい知識を与えよう!



1 性教育のメリット

- ・リスク回避
性犯罪の被害者、加害者にならないために正しい知識を
- ・自己肯定感を高める
家族から守られ、求められているという実感

性を子どもに教える前に・・・

保護者自身は、「自分自身の性」についてどう意識していますか？

また、「性教育をしなくてはいけない」、「恥ずかしがってはいけない」と、思い詰めてはいませんか？

2 年齢別 性への反応

性教育に適した年齢は？

年齢	性教育指数 (おすすめ度)		子どもの反応
3～6歳	☆☆☆	感動期	素直に感動
7～9歳	☆☆	無反応期	関心をみせない
10歳～	☆	キモウザ期	気持ち悪がられる
思春期	☆	ノーサンキュー期	親からの言葉はスルー

意外?!この年齢が
おすすめ



※3～6歳は子育てが大変な時、なかなか余裕はないかもしれませんが、意識してみても遅くはありません。それぞれのご家庭に適したタイミングで。

ユネスコ『国際セクシュアリティガイドンス』より

(発達段階において理解できていることが望ましいとされる性知識…国際的な基準)
参考にしたうえで、国民性や各々の価値観を大切に、それぞれの考えをもってください。

5-8歳

- ・男女の生物学的違いを理解することの大切さ
- ・受精することで妊娠が起こる
- ・他の人との親密な関係を楽しむことは人間として自然なこと

9-12歳

- ・男性は射精し、女性は排卵することができ、これらによる受精が妊娠には必要
- ・月経が予定より遅れた時に行う妊娠反応検査薬で陽性となった時、妊娠と確定する
- ・性について興味を持つことや信頼できる大人に質問することは自然なこと

そういう親子関係が
できているか見直し
てみよう!

12-15 歳

- 性行為について自ら意思決定することの大切さ
- 多様な避妊方法があり、それぞれ特徴が異なる
- 若すぎる出産が健康に及ぼす害

実際には中学での性教育ではここまで教えていない

15-18 歳

- 生殖、性的機能、性的欲求の違い
- 不妊の可能性とその対処法
- 性行為における喜びと責任
- 人工中絶について

親自身が自分のスタンスとしての明確な意見をもっておくことが大切

3 ボディイメージ

重要!

親が自分の身体をネガティブに発言することは、子どものボディイメージに影響してしまいます。(自分の身体の不満を言うなど)

➡ **親自身のセルフイメージ**

➡ **子どもの自己肯定感の持ち方に影響**

- まずは親自身が性別、身体的特徴を含めた自分自身についてポジティブに捉え、子どもに発信しよう。
- 子どもの「見た目」を他と比較しない。
- 「見た目」が魅力的であるかではなく、健康的かどうかをみる。
- メディア、SNSなどに掲載された画像は、編集されたものであることを伝える。

4 どうやって子どもに伝える?

重要!

●子どもには子どもの意見がある

子どものみならず、皆、型にはめられるのは嫌なことです。

ダメな例

- ○○に比べて…
- 一般的に…
- 普通は…

NG

ポイント

●「絵本」を使おう!

直接伝えるのは苦手➡年齢に合ったものを用意、さりげなく手の届くところに置いておいてみよう。

絵本一例ご紹介 ↓↓↓



「赤ちゃんはどこからくるの?」
監修 平原史樹/絵 井元ひろい
「大切なからだ・こころ」

監修 村瀬幸浩/絵 いがらしあや
少年写真出版社 など

5 思春期の変化

(男の子の身体の変化)

- 「男性ホルモン」の作用
妊娠12週から22週にかけて、胎児は性ホルモン「アンドロゲン」を浴び、男性性が出発する。10歳ごろまではこのホルモンはお休みします。思春期に入り、再び性ホルモンが放出、陰茎、陰囊、筋肉の発達を促します。
- 悩みの多い、「精通」のタイミング(小学6年生15%、中学3年まで50%)
- ➡「個人差が大きいので、気にする必要はありません」
- 息子のパンツが汚れてるのを発見したら…

➡驚いたり、「汚い」と言ったりするなどの反応はしないで。冷静に対応しましょう。

- ・男子の性教育は難しいもの。できれば同性同士で話して欲しい。

(女の子の身体の変化)

- ・「女性ホルモン」の作用

思春期に入り、脳から卵巣へ「女性ホルモン」を出す指令が出て卵巣からホルモン放出され身体に変化が現れる。

- ・初潮のタイミングにも個人差があります。中3くらいまでに始まらない時には、様子をみながら婦人科を受診してみても。高校生の年齢でもない場合は、原発性無月経症候群などの可能性も。

(アンビバレントな心)

- ・性ホルモンの影響で、イライラしたり反抗したり落ち込んだり…甘えたいのに甘えられない、親に頼りたくないのに頼ってしまう等、思春期はアンビバレントな感情に振り回されます。
- ・子どもは色々な姿をみせますが、親は一緒に動揺せず、**一歩引いたところからみてあげましょう。**
- ・急激な成長による身体の変化がおこる時は、ホルモンの関係でどうしても体が「シャキ」っとしない事もあります。少しグダグダしていてもそっと受け止めてあげましょう。



6 「性的ないじめ」「性的な嫌がらせ」について

重要!

- ・スカートめくり、ズボン下げなど、小さい子どもはあまり意識せず、おもしろがってやってしまいます。**「相手がいやがっていることをするのはダメ」と、きちんと伝えましょう。**
- ・支配欲を満たすための行動としてとらえることも。
- ・やった方は遊びのつもりでも、された側の受け止めは大きく異なります。
- ・学校で起きたことは先生に相談してみても。



7 性犯罪から身を守るために

男の子にも女の子にも、幼い子にも以下のことを伝えておく

- ・犯罪を犯すのは「怖い人」「知らない人」ばかりではないこと（身近な人の可能性）
- ・「NO」が言えるように（自分のことを大事にできる子に）

重要!

「人を信じる事、人を疑うことを併せて伝えることは、難しいですが大切です。」

◆◆◆質問への答えなど◆◆◆

ポイント

●身体のこと何をどのように教えたらいいか

- ・各パーツの名称について、「そのものズバリ」（生物学的な名称）を使ってみて
例)「あそこ」➡「子宮」「乳頭」「ペニス」「膣」など

●「プライベートゾーン」について伝える(小学生)

「水着で隠れる部分は他人に見せても触らせてもいいけない、自分だけの大切な場所です。」

●生殖のこと

子どもから突然「Sexって何？」と聞かれたら？

- ・焦っても、焦った顔はせずに落ち着いて「いい質問ね」
- ・すぐに答えにくいときには、いったん受け止めて、時間を変えて答えてあげよう



●異性の親子が一緒にお風呂に入る年齢リミットは？

- ・小学校中、高学年ぐらいまでがおすすめ
- ・気づいていない男親には、女親から促してあげても

親子関係づくり～信頼される親になる～
子どもに、「この親なら言ってもいい」「聞いてみよう」と思っ
てもらえる関係性を作っておこう！



★講座の様子から

約2時間の講座の間、具体的な事例をもとに分かりやすくお話していただきました。受講生の方も、メモを取りながら、熱心に聞いていらっしゃいました。グループトークでは各グループで盛り上がりを見せ、講義内容に沿った熱心な質問をされました。アンケートにも多くの感想が寄せられました。

※新型コロナウイルス感染症対策として以下を行いました。

- ・受付にて検温・体調の確認・手指消毒の奨励・講座中および休憩時窓の開放による換気

アンケートより
ご意見・ご感想を一部ご紹介



★とても学びになりました。「生」と「性」ではありませんが、母自身の自己肯定感、子をまず一旦受け止めることなど、日頃の親子関係に立ち返ることもできました。子どもたちへしっかりと「生まれてくれた感謝」を伝えたいと思いました。

★具体的で、同じ母親の立場でお話しいただいたので、自分がこれから子どもと性について話すときの柱ができたと思います。子どもばかりでなく、自分が自己肯定感も大切にしていきたいと感じました。ありがとうございました。

★親から性についてどう伝えると良いのか知りたくて受講しました。子どもの成長や子との関係でも伝え方が違うし、「正しい伝え方」というものはないことがわかりました。上の子には絵本を、下の子にはプライベートゾーンについて教えようと思いました。

★性教育を、特別なこととして親が肩肘張らずに考え、日頃から子どもとの信頼関係を築いておくことが大切だなと思いました。

★親のスタンス、心構えができました。難しい内容だと思いますが、自分が性に対してどう考えるのか、思っているのかを整理して、子どもにうまく伝えられるといいなと思いました。ありがとうございました。

★2時間では足りないくらい、充実した内容でした。ありがとうございました。

★親子関係や自分の自己肯定感につながるお話を聞いて、肩の力が少し抜けました。大人が自分の体についてネガティブに発言することは、ボディイメージについて子に良くはないのだというお話が一番印象に残りました。