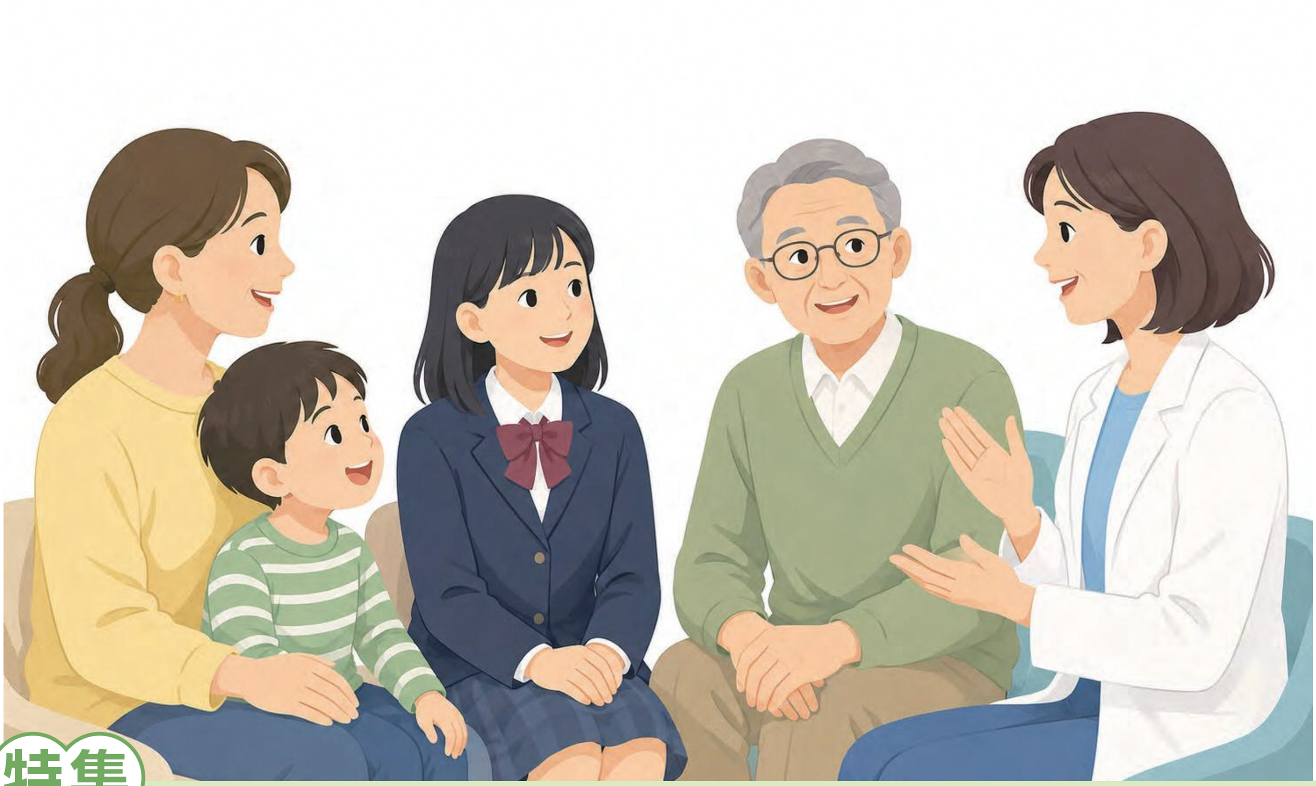


特集

こどもを守る、からだとこころの学び

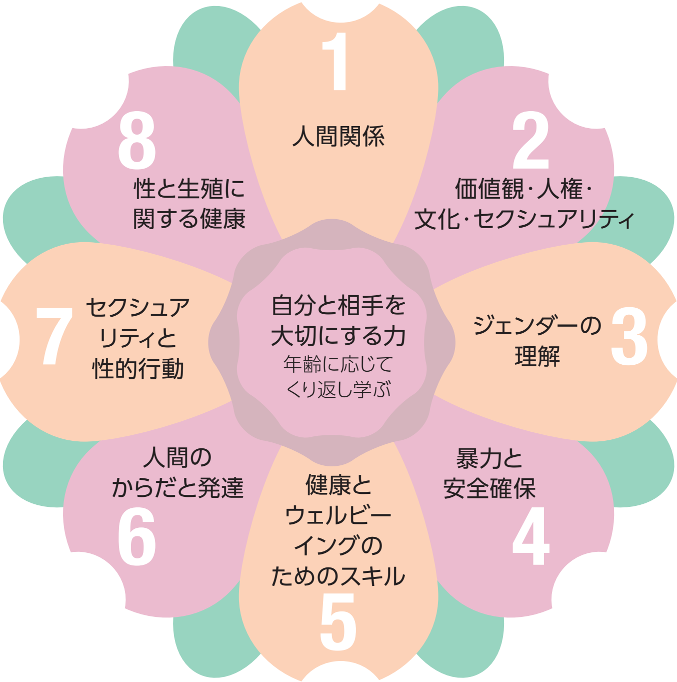
～包括的性教育ってなんだろう～

問合せ　子育て支援課（内線 2633）

こどもが成長する中で、からだの変化、こころの揺れ、人との距離感に悩むことは自然なことです。包括的性教育は、性の知識だけではなく、自分と相手を大切にすること、いやなことは断ってよいこと、困ったときは相談してよいことを、年齢に応じて学ぶ教育です。こどもを早く大人にするためではなく、こどもを守るための「安全の学び」です。

この特集では、家庭でできる関わり方と、鴻巣市の相談・支援の取組を紹介します。

8つのキーコンセプト



世界で大切にされている「こどもを守る学び」

包括的性教育は、からだの発達や性感染症などの知識だけを学ぶものではありません。こどもたちが自分のからだとこころを大切にし、相手を尊重しながら人との関係を築き、困ったときには相談できる力を育てる幅広い学びです。

この内容は、ユネスコなどが作成した「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」にも示されており、世界各国で参照されている参考指針です。このガイダンスでは、包括的性教育で大切にする内容を８つのキーコンセプト（左図）に分けて示しています。

これらは互いに関わり合いながら、年齢や発達段階に応じて学んでいくものです。

自分を守る力は、少しずつ育てられます

なぜ今、包括的性教育が必要なの?

「空気を読むこと」を優先してしまい、「いや」と言えない

SNSや動画から、正確とは限らない情報にふれる可能性の増加

からだや人間関係の悩みを一人で抱え込んでしまう

画像共有やオンライン上のトラブルの低年齢化

現代のこどもたちは、成長が早まる一方で、正確ではない情報や、大人には見えにくいトラブルにふれやすい環境にあります。

自分と相手を大切にし、困ったときに相談できる力を育てることが大切です。

年齢に応じて、からだ・こころ・人との関係を学びます

未就学~小学校低学年

- からだの部位の正しい呼び方を知る
- プライベートゾーンを知る
- 「いや」と言っていい

小学校高学年

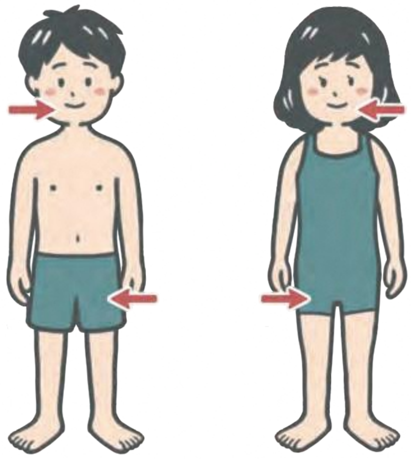
- 成長には個人差があることを知る
- からだのしくみを知る
- 相手をからかわない

中学生・高校生

- 「同意」を知る
- 断る、断られたらやめる
- デートDV、性被害、SNSトラブルの予防
- 心身の不調は早めに相談する

からだを守る第一歩　「プライベートゾーン」

プライベートゾーンとは、水着で隠れる部分や口(くち)など、からだの中でも特に大切に守られるべき場所のことです。自分以外の人が勝手に見たり触ったりしてよい場所ではありません。



こどもに伝えたい大切なこと

- プライベートゾーンは、とても大切な場所
- いやなときは「いや」と言っていい
- 「秘密にしよう」と言われることは要注意
- 困ったときは、信頼できる大人に話していい

青木助産師、友永代表に聞きました

ユースクリニックなどの現場で、実際に相談を受けている専門職の2人に、現場で感じていること、大切にしていることを伺いました。

助産師
青木　かおり　さん

生まれてきた自分に誇りを持てるように

包括的性教育は、性に関する知識を一方的に教えるものではなく、人としての魅力やこころの豊かさを育み、人との関係性を大切にする「人間力の教育」だと考えています。

こどもたちには、「生まれてきてよかった」「人生は楽しい」と思えるよう、自分自身を大切にしながら育ってほしいと思います。そのためには、一人で抱え込まず、人と協力して生きる力や、広いこころを持って自律する力を身に付けることが必要です。

「相談していい」「一人で悩まなくていい」「いやなことは断っていい」「困ったら助けを求めていい」といったメッセージを、家庭や学校、地域の大人が繰り返し伝えることが大切です。こどもが安心して成長できるよう、私たち大人も一緒に学び、支えていきましょう。

NPO法人 心の子育て支援ハッピーマザー　代表
友永　幸子　さん

家庭だけで抱え込まなくて大丈夫

保護者から、「どこまで話せばいいのかわからない」「間違ったことを言ってしまわないか不安」という声をよく聞きます。しかし、性やからだの話を家庭だけで完璧にしようとする必要はありません。大人自身が迷ったときに、一緒に相談できる場所や専門職につなげられる選択肢を知っておくことが大切です。

ユースクリニックは、医療や保健の専門職が話を聴き、こどもや若者が恥ずかしがらずに安心して自分のことを考え、正しい情報を得られる「つなぎ先」の一つです。

家庭の外にも頼れる場所があると知ることは、大人にとっても大きな支えになります。特に、障がいのある子を育てる家庭では、こどもとの向き合い方を一人で抱え込まず、専門職と早めにつながっておくことが大切です。

家庭では、日常のひとことから

性の話題は、正解を教えようとするよりも、「話しても大丈夫」と思える雰囲気作りが大切です。まずは、こどもの言葉を受け止めることから始めましょう。

- こどもから質問があったとき
  「いい質問だね。一緒に考えよう」
- からだの変化を気にしていたら
  「成長の早さや感じ方は、人それぞれだよ」
- いやなことがあったと話してくれたら
  「話してくれてありがとう。あなたは悪くないよ」
- SNSや写真の扱いが心配なとき
  「送る前に、相手も自分も困らないか考えよう」

答えに困ったときは、無理にその場で答えなくても大丈夫です。一緒に調べたり、相談窓口につながったりすることもできます。

ひとりで抱え込まないで ～相談できる場所があります～

こんなことも相談できます

- 人間関係や学校生活の悩み
- こころの不調や気分の落ち込み
- SNS や写真のトラブル
- からだの成長や性のこと

困ったときの相談先（例）

学　校
養護教諭、担任、
スクールカウンセラー

こども家庭センター（子育て支援課）
こどもや家庭の相談、必要な窓口への案内
問 ☎ 541-1894・543-1562

ユースクリニック
医療・保健の専門職に安心して相談できる場

医療機関
小児科・産婦人科などからだや健康の相談

市内の医療機関にもぜひご相談ください（からだや性のこと）

平野産婦人科医院
小川院長

はやしだ産婦人科医院
左から伊藤副院長、林田院長、坂本副院長

鴻巣でユースクリニック・講演会を開催します

▲2月に開催したユースクリニックの様子

月経やからだのこと、こころの不調、性のこと、人間関係のこと。思春期には、気になっていても「だれに聞けばいいかわからない悩み」がたくさんあります。

ユースクリニックは、そうした悩みを医療・保健の専門職に安心して相談できる場です。「こんなこと相談していいのかな」と思うことでも大丈夫。楽しく学べるコーナーもあり、当日はひなちゃんも参加します。

日　時　12月19日（土）
13時～16時
場　所　吹上生涯学習センター
費　用　無料
申　込　不要

▲詳細は市HPから

今年もさっこ先生の講演会を同時開催！

高橋 幸子 先生
埼玉医科大学病院
産婦人科医

企画協力：彩の国思春期研究会

年齢に合わせて学べる『まなブック』

「まるっとまなブック」（正式名称：からだとこころの科学 まるっと！まなブック）は、こどもから大人までが**自分のからだや健康、性について年齢に合わせて楽しく学べる教材**です。家庭で話すきっかけづくりに活用できます。

※年齢やライフステージに応じた複数のシリーズがあります

▼詳しくはこちら