

助産師が伝える いのちの教育

1) 小学校2年生への取り組み

「私の誕生－お腹のなかの赤ちゃん」

養護教諭から「昨年度に引き続きいのちの教育を実施してほしい」と依頼を受け、地区担当保健師と助産師、昨年依頼した講師2名(助産師)が学校に出向き、校長、養護教諭、2年生担任教諭らと日程、目的、プログラムについて打ち合わせを行った。その内容は、教材として準備する胎児人形、沐浴人形、いのちのはじまりグッズ、妊婦体験ジャケットなどの確認、児童に配慮すべきこと(家庭の問題や児童の特性など)、役割分担等である。学校側は保護者への授業予告と参観のお知らせを作成し、助産師は両親学級に参加している当該小学校の近くに住んでいる妊婦に、地区担当保健師は、この地区の子育てサロンに参加している親子に声をかけ、授業への参加協力を得ることにした。講師には教材として使用する物品を準備してもらうことになった。

■小学校の実施プログラム

項目(所要時間)	内 容	方法(教材など)
1 導入(5分)	講師の自己紹介 助産師…赤ちゃんの出産に立ち会う仕事	
2 展開(35分) 1)いのちのはじまり 2)お腹のなかの胎児 3)赤ちゃん	赤ちゃんはどのように生まれてくるか ハート型和紙の真ん中に針穴(受精卵) 白花豆は2ヶ月の胎児の大きさ 妊婦のお腹に触れる、胎児心音を聴く(いのち) 妊婦に胎児への想いを話してもらう (妊娠7～8ヶ月の妊婦) 母親から赤ちゃんの紹介と、生まれた時の気持ちを話してもらう・父親に赤ちゃんへの思いを話してもらう 児童みんなが父母や祖父母から望まれて生まれてきたこと・いのちはつながっていること 自分の心臓の音を聞く・自分と友だちの脈に触れる・生きている自分たち・胎児心音との違い 【体験の時間】新生児人形を抱っこ・妊婦体験ジャケットを着る・赤ちゃんとの交流	ピンクのハート型和紙と白花豆1個(児童分) 妊婦3人 ドップラー使用 親子2組 聴診器で聴く 友だちの手首の脈に触れる 人形・妊婦体験
3 まとめ(5分) ——大切ないのち	自分や友だちを大切にすること 友だちに乱暴したりいじめたりせず、仲良く大切にすること 「親に生まれた時のことを聞いてみよう」	

■実施内容

- 目的** — 自分の出生を肯定的にとらえ、自分や友だちのいのちの大切さがわかる
- 講師** — 開業助産師 2 名
- 方法** — 2 人の講師が 2 時間目と 3 時間目に 2 クラスずつ 2 回講義をし、保健師と助産師は補佐についた。妊婦と親子は可能な方は最初から授業に参加してもらった。
- 参加者** — 児童 135 人、保護者ら 12 人、教諭 4 人、養護教諭 1 人、ご協力いただいた妊婦 6 人、親子 3 組（2 ヶ月・7 ヶ月の乳児）および父親 1 人

■取り組みを終えて

保健福祉センターが核となり、つながりを生かして妊婦や親子に授業への参加を呼びかけた。

いのちをつなぐということは、生活の場の中での日常である。児童と同じ地域に暮らす母親となった女性が、「元気で生まれてきてくれてありがとう」と出産時の気持ちを語り、父親は「会社で嫌なことがあっても子どもの顔を見ると、また頑張ろうって思う」と語ってくれた。子どもは親の宝、自分もそうなのだ、と自己の存在価値を感じ取り、自分や友だちを大切にしよう、いのちを大切にしようと感じてくれたと思う。参観した保護者も我が子の出産から今日までを振り返る有意義な機会になったと思う。初めての試みであったが、地域の人と人をつなぎ住民同士のふれあいを深める役割を担うことができた。

2) 中学校3年生への取り組み

「思春期のころとからだ」

市の平成17年度の出生数は1万3849人で、そのうち10代の出産数は123人である。10代の人工妊娠中絶は減少傾向にあるが、全国と比べるとまだ多いと言える。

養護教諭から性教育の依頼を受け、地区担当保健師と助産師が学校に出向き、養護教諭と打ち合わせを行った。当該中学校は保健の授業が学期に1時間、年間2時間程度しかなく、卒業を前に性に対する正しい知識や性感染症予防について再確認を行うために、講演会を計画したいとの説明があった。

生徒数が多いこと、自分の問題として聞いてほしいこと、質問がしやすいことなどを勘案し、男女別習で行うことを提案した。講演内容のポイントを確認したのち、事前アンケート（エイズについて質問、どんな話が聞きたいか〈複数回答〉、性に関する悩み等を男女別に集計）を実施し生徒の関心や理解度を見ることにした。後日、授業案を作成し学校側の了解を得た。

■中学校の実施プログラム

項目(所要時間)	内容	方法(教材など)
1 導入(5分)	自己紹介・今日の学習のねらい	
2 生命の誕生から思春期の生と性 (15分)	生命の誕生－思春期(第2次性徴) 男女の身体の違いと思春期の悩み (男子) 性器の大小・包茎・マスターベーションなどよくある悩み (女子) 月経・乳房の大小・おりもの・ダイエットなど・月経記録は自分の身体を知り健康管理につながる	日本助産師会神奈川県支部 作成 CD 「思春期の生と性」 月経記録用紙配付 記入の仕方
3 男女交際 (男女とは限らない)	親しくなりたい・独占したい／お互いの人格、人権がある－尊重し成長し合える交際とは デートDVの危険	
4 中学生・高校生の妊娠・出産・育児 (10分) 5 性の二面性 (光と影) (15分)	「もし交際相手が、あるいは自分が妊娠したらどうする？」 助産師としての意見(医学的・社会的側面から)事例紹介 ・いのちへの責任 光：快感・愛情(絆)・生殖・生きる意欲など 影：性感染症・望まない妊娠・人工妊娠中絶・性暴力・援助交際(犯罪) 自分と相手を大切にできる関係とは	生徒同士話し合う 指名：発言してもらう
6 性感染症 (15分)	性行為によって人から人に写る病気：種類・症状など 予防ができる：予防法とは	リーフレット参照 ポケットサイズのカード
7 まとめ 質疑応答	自分らしさを大切に、自分らしく生きる －思春期にしてほしいこと 困ったときには相談してよいこと(相談場所の紹介) 自立と孤立は違う	リーフレット参照 ポケットサイズのカード

■実施内容

目的 — 性や性感染症の正しい知識を学び、性感染症の予防および性行動について考える機会とする。

講師 — 男子は開業助産師・女子は保健福祉センター助産師

方法 — 男子は格技室、女子は体育館に午後1時20分から1時間、生徒の進行で実施した。事前アンケート（回答数：男子187人、女子179人）の結果は講演のなかで生徒に返していった。現在の悩みや心配事も関連する話のなかに盛り込んだが、説明が不十分だと感じられる部分については代表の生徒から質問を受け応答した。

参加者 — 中学3年生385人、教諭10人、養護教諭1人

■取り組みを終えて

思春期まっただなかの生徒たちにとって情報過多のなかで悩み、不安を抱えている人は少なくないと思われる。学校からの依頼を受け、「卒業に当たり進学しない子どもにとっては最後の授業になる。性を自分自身の問題としてとらえ、悩んだときに自分を大切にできるように、これだけはわかっておいてほしいことを伝えよう」と話し合った。

男女別習にすることでポイントを絞り、時間短縮を図り、事前アンケートの結果を用いて関心を高めることができたと思う。講演中は私語もあったが、短時間であっても話し合う時間をとり、発言することで自分の問題として考えてくれた。1時間と限られたなかでたくさんの内容を盛り込んだため、説明が不十分で伝わったのだろうか、と反省ばかりであったが、感想からは期待以上に講師の意図を理解してくれたと安堵した。また、生徒たちは性についてもっと知りたい、学びたいと思っていることを実感した。養護教諭からは「このような機

■おわりに

思春期保健は思春期を対象としてはいるが、性の問題は誕生から始まっている。父母や家族に望まれて生まれてきたか、という自らの誕生の瞬間から、性をどう自認し、自己形成してきているかが重要である。そして本格的に自分の性と生とに向き合う思春期を迎えた時、自己の性をありのまま受け入れ、自己肯定できる生徒は、家庭や学校での人間関係において大きな問題なく過ごすことができるように思う。そのことを、虐待や若年の出産、人工妊娠中絶など日々の仕事で出会うケースのなかで、私たちは学んでいる。

助産師は女性の性と向き合い、そこにパートナーとして存在する男性も含めた支援をする仕事をしている。保健福祉センターの助産師は地域母子保健や思春期保健の推進役として、学校保健との連携はもちろんのこと、開業助産師や医師、心理職らの専門職と連携・協力し、さらに地域住民の協力を得られるような関係づくりに努める必要がある。

3) 中学校2年生への取り組み

「性の健康教育」

■N中学2年生 授業案／男女別習(H23.7.4)

項目(所要時間)	内 容(男女別室にて実施)	方法(教材など)
13時05分 導入 本時のねらい	あいさつ： 講師自己紹介： 目的：人間は性（男性や女性）と生を同時に生きる存在であり、性の違いを理解し、尊重し合って生きていくことを学ぶ ①思春期の心身の変化を理解する。 ②男女の性の違いを知り、お互いが尊重し合えるようになる。 ③健康的な生活習慣を理解し自己の生活に活かす。	女子：助産師 男子：助産師
13時10分 二次性徴で男女の違いが明らかになってくる 性の悩み 女の子の悩み 男の子の悩み	子どもから大人への移行期…思春期10歳～18歳頃 身長や体重が急速に伸びる…性ホルモンが動き出す個人差がすごく大きい。女子のほうが2年くらい早い。 性成熟は個人差が大きいので悩みの種となる…大きい・小さい、早い・遅いは自分のせいではない！ 〈女子〉 身長・体重・丸み・乳房のふくらみ・発毛 初潮：平均11.4歳（11歳から15歳位）、不規則から次第に規則的になっていき、排卵を伴うと妊娠が可能になる。12歳でも妊娠する。 卵巣に卵母細胞40万個、480回の月経／一生、25～38日周期、3～7日間、20～140cc 月経記録をつけると健康チェックができる。 生理痛（月経随伴症状）・月経前症状・対処法 〈女の子の悩み〉 背丈や胸が大きい・小さい 月経の痛み（腰・おなか・頭痛・吐き気など） 月経前症状（眠気・だるさ・イライラ・むくみ・便秘） おりものが気になる…病気？ * 性行為により妊娠すると月経が来なくなる 月経が遅れたら妊娠を疑って相談・受診すること 〈男子〉 身長・身体ががっちり・体毛・声変わり・ひげ・射精（精通現象）11～13歳頃・性的興奮（性欲） 〈男の子の悩み〉 背が高い・低い、大きい・小さい 性器の大きさ・形、性欲のコントロール、マスターベーションの悩み（快感と罪悪感） * 身体に関するからかいは傷つく。思いやりが大切！	男子は男性中心に、女子は女性中心に展開 〈模造紙〉 月経記録をつける メモリー用紙 月経と健康管理 マンスリーボックス 冷え予防

<p>自己の性自認</p>	<p>性は二者択一ではない：生物学的性・ジェンダー（社会的・文化的性）・性的指向（性愛の対象）・性自認</p> <p>この組み合わせにより多様な性がある。</p> <p>思春期は、性ホルモンが活発に分泌されることから、自分は女性で異性を好むタイプなのか、女性だが女性に惹かれるタイプなのか、外見は女性だが気持ちは男性で女性に惹かれるタイプなのか、女性も男性も好きになるタイプか、次第に自分のことがわかってくる。男性も同じ。したがって性別とは男・女だけではない。また、これから変わる人もいる。人間は多様であり、それを認め合って誰もが生きやすい社会が大事。</p>	
<p>13時25分 お互いの理解と思いやり</p>	<p>異性に惹かれる人、同性に惹かれる人、人さまざま人を好きになる一大切に思う一相手の身になる。自分の思い通りでなく、相手の気持ちを考える、愛情。相手が喜び、笑顔になることをしてあげる・その笑顔が自分の喜びになる…このような体験は自分を成長させる（自分はいやだけど…相手に合わせる・自己犠牲、これを相手が知ったらがっかりするというのは愛情ではない）</p> <p>このようなデートをあなたはと思う？</p> <p>パート1 自分の思いを押しつけ、思い通りに成らないと暴言、暴力、嫌がらせ…これらは犯罪、相手の人格侵害</p> <p>パート2 彼氏から彼の家に誘われた、ご両親はお仕事で留守、あなたはどうしますか？ 対等・平等のつきあい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・パートナーの意思を尊重し、拘束しない。 ・どんなことがあっても暴力は振るわない。 ・命令したり、見下したり、馬鹿にしない。 	<p>DV，デートDV ロールプレイ2（後掲）</p> <p>ロールプレイ1（後掲）</p>
<p>13時40分 望まない妊娠 性感染症の予防</p>	<p>もし彼氏から性行為を求められたらどうしますか？</p> <p>*妊娠するかも…赤ちゃんができたらどうする 中学生でも妊娠する。誰が育てる？ 生活費、おむつ代、ミルク代はどうする？ 学校は？</p> <p>赤ちゃんが安心して育つ環境がない、親にはなれない。</p> <p>また、性行為で、 *性感染症にかかるかも…彼氏には以前先輩の彼女がいたし、結構もてるタイプ 性行為を通してうつる病気：クラジミア感染（性器やのどなど）淋病、せんけいコンジローマ、HIV/AIDSなど： 病院に行かなければ治療できない</p> <p>思春期の性行為は、まだ自分では責任がとれない。興味本位で性行為をしたり、応じたりすることはやめましょう。断る勇気、避ける方法を考えましょう。 もしも、断って彼氏が不機嫌になったり、メールが来なくなったりしたら、私のことを大切に思うより、性行為が目的で付き合っていたということ！別れたほうがいい。 そのような関係は長続きしません。</p>	<p>妊娠したらどうする？ 市の出産年齢第1子は平均31歳</p> <p>リーフレット</p> <p>たとえばの例</p>

ロールプレイ1 【きっぱり断る】

場面設定 — はな子（中学3年生） 太郎（高校1年生）

2人はプロフを通じて知り合いました。最寄り駅が同じだったこと、ゲームの趣味が同じだったことから、話が合い、付き合うようになりました。

デートはだいたいゲームセンター、一緒にいると楽しいし、はな子は太郎が好きになっていきました。そんなある日、太郎から電話が入りました。

太 郎：今週の土日、両親が親戚の法事で出かけて留守だから、オレン家に遊びに来ないか？！

はな子：エー、太郎ん家？

太 郎：うん、新しいゲームソフト買ったんだ！やろうーよ！
駅まで迎えに行くからさー。

はな子：エー、だって家の人いないでしょ！ ひとりじゃー・・・！
親に言ったら絶対だめって言われると思うし。

太 郎：大丈夫だよ、何もしないよ！ゲームやるだけだよ！
俺のこと、信じられないのか！
ひとりじゃ嫌なら、友だちも誘っていいよ。

はな子：うんー、太郎のこと信じてないわけじゃないけど・・・。
やっぱ、今回はやめておく！！
太郎のこと好きだし、一緒にいるとたのしいし・・・。
もっと太郎のこと知りたいと思ってる。だからお父さんやお母さんにも会ってみたいなって思ってたの。 だから・・・ゴメン！

太 郎：わかったよ。 残念だけど・・・。じゃー 今度親にも紹介するよ。

はな子：うん、誘ってくれてありがと。じゃーまたね。

何か行動を起こすとき「自分の親なら何て言うかな？」と親の価値観が歯止めになることが大きいと思われま

ロールプレイ2 【これってデートDV?】

場面設定 — さち子と次郎は高校1年生、中学3年生の夏休みから付き合い始めました。さち子は共学の高校、次郎は男子校と別々になりましたが、通学の途中までいつも一緒、土曜日か日曜日の部活がない日にはデート、ラブラブそうな二人です。今日は日曜日、二人で映画を見に行くことになっています。駅で待ち合わせ。次郎が駅で携帯電話を手にウロウロしている。さち子が小走りで次郎の所に駆け寄る。

次郎：おっせいなー！何回電話したと思ってんだよー！

さち子：ごめん！だからさっきも5分遅れるって電話したでしょ。ごめんなさい！

次郎：何！その格好！おれはパンツは好きじゃないんだよ！
やっぱ、女はふりふりの可愛いワンピースとかスカートがいいんだよ。

さち子：ごめん！今度からふりふりのスカートにするから・・・。
そんなに怒らないでよ！次郎の気に入るようにす・る・か・ら・・・。
そこにさち子のクラスメートの三郎が通りかかり「よー！さっち！」と声をかけながら通り過ぎる。さち子は「こんにちは」と笑顔で手を振る。

次郎：なんだよ！あいつ！お前に気があるんじゃないか？

さち子：ああー 同じクラスの三郎だよ。ただのクラスメートだよ！

次郎：なんで手なんか振るんだよー！さち子の肩を突き、さち子はよろける。

次郎：お前さー、どうして俺以外の男に、にこにこするんだよ！
俺さー、そういうことされると不安になるんだよ。学校 別だし。
お前を誰かに取られるんじゃないかって・・・俺お前だけなんだ、お前のこと好きでさー、俺だけみてほしいんだ！ な！ わかるだろ！

さち子：わかってるよ。だから毎日 メール 何度もくれるんでしょ。
私だって次郎だけだよ。だから、許して、ご機嫌なおして、映画行こうよ！

最近さち子は、パンツからふりふりスカートになり、クラスメートとも遊ばなくなった。

「性の健康教育」

■E中学2年生 授業案／男女別習（H23.7.11）

テーマ： 自分を大切にする性教育

日時： 平成 年 月 日（ ） 時間目（時～時 分）

目的： 第二性徴について正しい知識を学び、自己の身体の仕組みを理解することで自分の性の健康を保持し、自分を大切にする気持ちを養う。

講師： 男子…看護師(思春期保健相談士)

女子… 助産師

アンケート回答 男子 75名、女子 77名

項目(所要時間)	内容	方法(教材など)
1 導入 (5分)	<ul style="list-style-type: none"> ・講師自己紹介 ・今日の学習のねらい…目的 ・アンケートの結果…性自認 	アンケートを思い出させ、関心を向ける
2 思春期の生と性 (25分)	<p>1) 第二性徴と性の悩み</p> <p>〈女子〉 月経・月経周期・性器・妊娠と出産・性感染症・性行為毛</p> <p>〈男子〉 性器・射精・性欲・性交・性感染症</p> <p>思春期は個人差がとても大きい時期</p> <p>〈女子〉 性器の発達・月経と随伴症状：月経記録をつけて自己管理・やせ願望</p> <p>〈男子〉 性器の形や大小・性欲のコントロール・マスターベーション</p> <p>2) 特定な人に関心をもつ(異性・同性)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・交際のルール お互いの気持ちを尊重する、デートDVの予防 <p>《自分の価値観に気付く：対等平等な関係とは…相手を認め・受け入れ・許せる＝相手に認められる・受け入れられる・許される》</p>	<p>月経の記録で健康管理…記録の仕方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を冷やさない ・バランスのよい食事と睡眠・運動 <p>「でぶ」は禁句 「ちび」は禁句</p> <p>関心をもつ相手は異性とは限らない</p>
3 中学生・高校生の妊娠・出産・育児 (10分)	<p>「もし、自分(彼女)が妊娠したら…？」 人生設計が変わる！いのちへの責任とは(医学的・社会的側面)</p> <p>性行為には二面性(光と影)がある</p> <p>光…性的快感・愛情(絆)・幸福感・生殖・連帯感・生きる意欲(活力)等</p> <p>影…性感染症・望まない妊娠・レイプ・援助交際・人工妊娠中絶・悲しみ等</p>	生徒同士で話し合う(2分程度)発表

	<p>興味本位の性行為は相手を心身共に傷つける。たいてい傷つくのは女性の側です。妊娠を継続し出産するのか、中絶手術を受けるのか？その時相手はどうするか？産むとかおろすとか簡単ではない。身体も心も傷つく。お金だってすごくかかる。中絶費用っていくらかかる？出産費っていくらかかる？</p> <p>産んだからといって、お母さんにはなれない。</p> <p>無責任な出産は、生まれた赤ちゃんを不幸にする。</p> <p>性被害の加害者・被害者にならない</p> <p>性被害：痴漢行為、性的いたずらやからかい、性暴力（レイプ）…携帯などインターネットを介して被害にあっている。 …興味本位は危険：若者がねらわれている・おいしい話に注意・ありえない</p>	<p>事例</p> <p>新聞記事紹介</p>
4 性感染症（15分）	<ul style="list-style-type: none"> ・性行為によって人から人に移る病気がある（性感染症） ・正しい知識を持つ・パートナーと話し合う・自分の意思をはっきり伝える・感染予防策をとる・もしやと思ったら…早期発見と治療 ・ひとりで悩まない 	
5まとめ（5分） 質疑応答	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のこれからの人生目標、当面の目的に向かって自分らしく努力して生きること ・思春期は健康な心身を作る時期…性周期の確立、規則正しい生活（食事・運動・睡眠・メール等のコントロール）防喫煙・酒や薬物の防止・性の健康・生涯の友人をつくりましょう。 ・困ったときにはひとりで悩まず相談しましょう。 	<p>自立と孤立の違い</p>