

議題(1)－①

「平成21年度中学生への生と性に関するアンケートの中学生への結果報告の方法」について

ア) 目的

中学2年生時に実施したアンケート結果を中学3年生になった子どもたちへ返していくことで、自分たちの1年前の状況を知るとともに、今後性に関する問題遭遇時には信頼できる大人や相談機関へ相談することを再度伝えるものとする。

イ) 対象

市立中学3年生

ウ) 配布時期

夏休み前

エ) 配布方法

担任を通して、生徒に直接配布

オ) 内容

別紙1

<検討事項>

- ・ 内容についてご意見をお願いいたします。

議題(1)－②

「平成21年度中学生及び保護者への生と性に関するアンケートの保護者への結果報告の方法」について

ア) 目的

中学2年生時の保護者を対象に実施したアンケート結果を保護者へ返していくことで、思春期の子どもの状況を保護者が知り、家庭における相談などの支援に対応に役立てていただく。

イ) 対象

市立中学3年生の保護者

ウ) 配布時期

夏休み前後

エ) 配布方法

担任を通して生徒経由で配布 又は 3者面談時等に保護者に直接配布

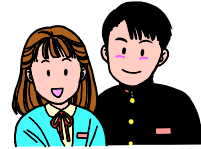
オ) 内容

別紙2(赤字部分は、専門的内容のため医師等の確認が必要な部分です。)

<検討事項>

- ・ 配布方法についてご意見をお願いいたします。
- ・ 内容についてご意見をお願いいたします。

# 中学3年生のみなさんへ



昨年は、「生と性のアンケート」に協力して下さい、ありがとうございました。  
アンケートの結果がまとまりましたので、報告させていただきます。

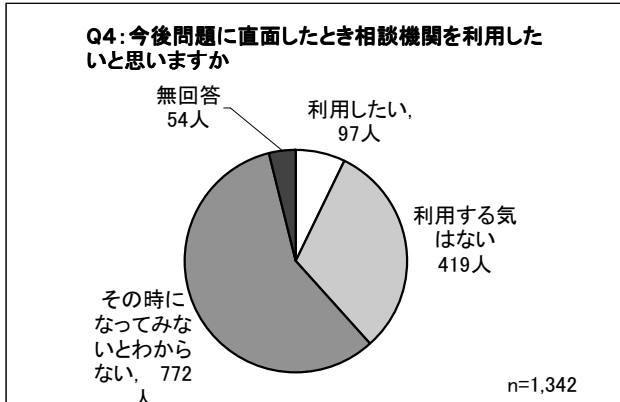
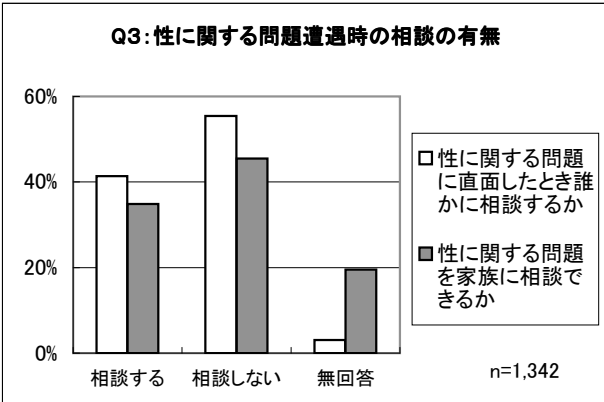
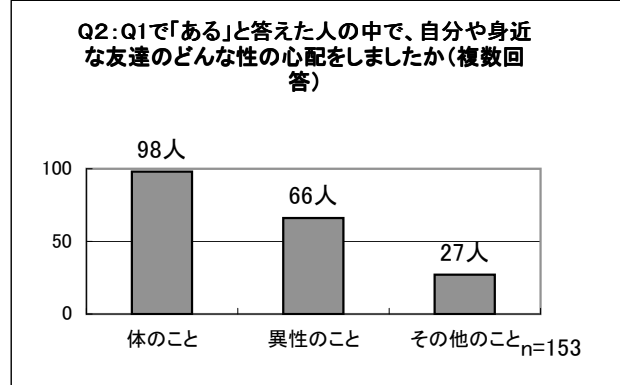
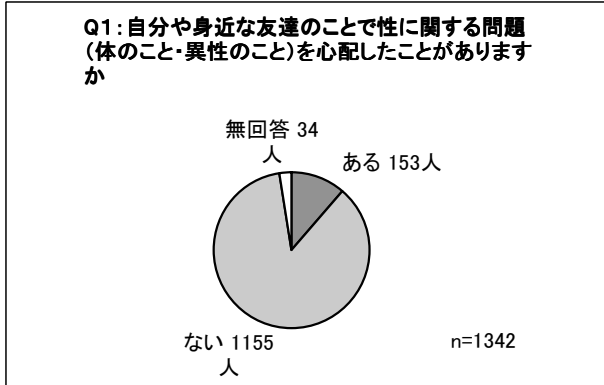
～小牧市母子保健推進協議会～

- 調査日：平成21年7月
- 対象：市立中学校2年生
- 回答数：1,342人(1,389人在籍)

～母子保健推進協議会とは～

平成9年に設立され、学校や医療、福祉、保健などの分野で、子どもたちを応援する関係者で構成されています。そこでは、子どもたちの健やかな成長に必要な支援のあり方を考えています。

## ～アンケート結果抜粋～



### ①みんなどんな悩みを抱えているのかな？（Q2）

二次性徴に関することなどの体の変化や、恋愛・友達つきあいなど人との関係といった悩みを抱えていることが分かりました。思春期には特有の悩みですが、特に、体の変化は個人差が大きい時期なので、安易に友達と比較したり、周囲の情報に惑わされないで信頼できる大人に相談してみましょう。

### ②安心相談カードを活用しよう！（Q3、4）

性に問題に関する問題遭遇時に「誰か」あるいは「家族」に相談するかという問いに対して、半数以上相談しないと回答しています。今後問題に直面したとき、相談機関を利用したいと思いますかという問いに対しては、6割近くが「その時になってみないとわからない」と回答し、3割の生徒は「利用する気はない」と回答しています。周囲の目を気にしたり、他人からの評価を気にしたりと、思春期には、周りのことがとても気になるものです。

でも「性に問題」は、自分ひとりで悩んだり、友達同士で解決することで、間違った判断につながる場合があります。安心相談カードを活用して、周囲の大人や信頼できる相談機関に相談しましょう！

### ③大人たちもよい聞き役となるよう努力していきます！（アンケートの自由回答から）

みんなが望んでいる大人の姿が見えてきました。

- ①信頼できること
- ②まずは自分自身を受け入れて理解してくれること
- ③頭から否定しないこと
- ④相談しやすい雰囲気や受け答え

大人たちにも努力が必要だということがわかりました。

今後は、母子保健推進協議会では、大人たちへ、広くみなさんの声を伝えていく努力をしています。このことは、みんなからの相談のときだけでなく、人とコミュニケーションをとるときに大切な姿勢だということを感じました。

#### 安心相談カード

アンケートを実施した時に配布しました。



## 世界でたった一人の大切なあなたへ

みなさん、毎日をどのように過ごしていますか？

笑顔ですごしていますか？

笑顔をつくることに疲れてしまっている人はいませんか？

自分ひとりでは抱えきれないくらいのつらい思いを背負っている人はいませんか？

人と人とのつながりってすばらしいな・・・と感じる一方で、  
人と人との関係ってむずかしいな・・・と感じることはありませんか？

そんなつもりで言ったんじゃないのに誤解されてしまったり・・・  
知らないうちに人とくらべて、自分に自信がなくなってしまうたり・・・  
そんな毎日の中で、自分の弱い部分を突きつけられて、悲しい気持ちになったり・・・

また、周囲の何気ない一言に傷ついたり・・・  
大人たちの矛盾した言動に怒りを覚えたり・・・  
大人たちの頭ごなしの押しえつけに、いらだったり・・・

そんな時、自分の本心でない行動をとってしまうこともあるかもしれません。  
本心でない言葉をぶつけてしまうかもしれません。

大切なのは「自分を大切にすること」です。  
この気持ちが心の奥底にあれば、悲しい出来事やつらい出来事があっても、  
後できっと、「自分」を取り戻せるはずですよ。  
そして「自分」を傷つけるようなことも、避けられることですよ。

あなたの隣に、ココロによろいをかぶることで、精一杯自分を保たなければ、自分の足で立つことさえ危うい友人がいます。  
あなたの隣に、自分のココロを閉ざすことで精一杯自分を守らなければ、自分の気持ちが押しつぶされてしまいそうな友人がいます。

そんな時は・・・  
まず、「おはよう」と声をかけてみましょう。  
前へ歩き出すきっかけが生まれます。

「言わなくてもわかるはず」  
「照れくさくて、いえない」などとしり込みしないで

「〇〇さん、いつもがんばっているね」  
「〇〇くんがいてくれて、助かった」  
「〇〇さんに、いろいろ聞いてもらえるだけで、なんだかほっとする。」  
・・・こんな言葉、自分も言われたらうれしいですね。

人は、自分が認められる言葉をかけられると、ココロがなんだかやわらかくなって、パワーとあつたかくなりますよ。  
人をそんな気持ちにできる言葉をかけられる自分もすばらしい！！

こんな風に考えることができたなら・・・  
自分のココロにゆとりができ、そんな自分を「すばらしい存在」に感じることでしょ。

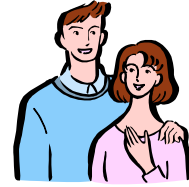
未来へと羽ばたくみなさんへ



おおきなエールを送ります！

# 中学3年生の保護者のみなさまへ

昨年は、「生と性のアンケート」に協力して下さい、ありがとうございました。  
 お子さんと保護者のアンケートの結果がまとまりましたので、報告させていただきます。  
 ～小牧市母子保健推進協議会～



## <アンケート実施状況>

- 調査日:平成21年7月
- 対象:市立中学校2年生とその保護者
- 回答数:中学生1,342人(1,389人在籍)  
:保護者1,110人(1,389人在籍)

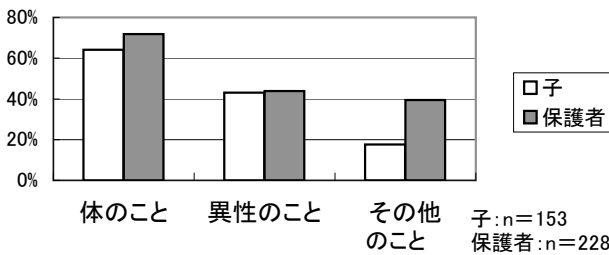
## ～母子保健推進協議会とは～

平成9年に設立され、学校や医療、福祉、保健などの分野で、子どもたちを応援する関係者で構成されています。そこでは、子どもたちの健やかな成長に必要な支援のあり方を考えています。

## ～ アンケート結果抜粋 ～

1

Q 心配なことの内容<親子比較>  
(複数回答)



### ★一番多い心配は・・・「体について」

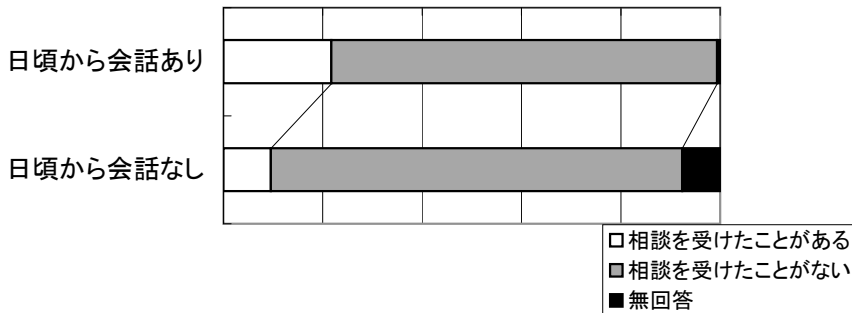
子どもたちには、「今まで自分や身近な友達の性について心配した事がありますか?」を、保護者の皆さんには、「今までにお子さんから自分や身近な友達の性について相談されたことがありますか?」をお聞きました。

その結果を相談の内容別に見たところ、子、保護者それぞれが、「体のこと」が一番多く、次いで「異性のこと」「その他のこと」の順でした。「体のこと」について、中でも一番多かったのは、2次性徴についてでした。(2次性徴とは、個人差はありますが、9歳から18歳の時期に迎える体の急激な変化をいいます。また、心理的変化も伴い、情緒的な混乱も起こりやすくなります。)

**保護者の皆さん、子どもたちの声に耳を傾け、正しい知識を伝えていきましょう。子どもたちからの相談に、どう答えていいか戸惑っていませんか?返答に迷う場合は、信頼できる相談機関に相談しましょう!**

2

Q 普段の親子の会話の有無と性に関する相談の有無



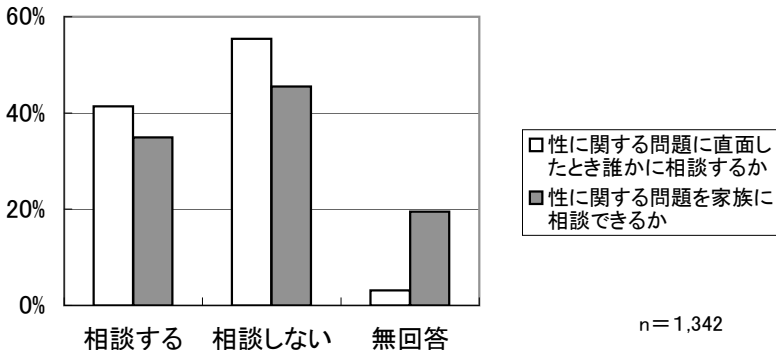
### ★日頃の親子の会話が大切!

保護者の皆さんへの「普段から親子の会話がありますか」との質問に対し、「ある」と回答した保護者は、1,005人(90.5%)、「ない」と回答した保護者は、105人(9.5%)でした。「ある」と回答した人のうち、「子から性に関する心配について相談を受けた事がある」と回答した保護者は21.7%、「ない」と回答した保護者のうち、「子から性に関する心配について相談を受けた事がある」と回答した保護者は9.5%でした。

**普段から会話があるからこそ、心配な時に相談できるんですね。また、毎日の何気ない会話の中で、子どもたちのSOSが見えてくるかもしれません。**

3

Q 子の性に関する問題遭遇時の相談の有無

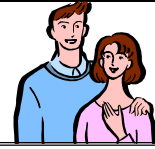


### ★「誰にも相談しない」思春期の子どもたち

子どもたちに、『性に関する問題に直面した時、「誰か」あるいは「家族」に相談しますか?』という質問をしたところ、半数以上(55.4%)が、「誰にも相談しない」と回答し、また、「家族」にも半数近く(45.5%)の子が「相談しない」と回答しています。

**そのような時期だからこそ、親が子どもたちのSOSを見逃さず、見守りや声かけをしていくことが必要なのではないでしょうか。**

# よくある質問いろいろ



お子さんと保護者アンケートの中から、お子さんの心配や相談の中で多かったものをいくつかあげました。今後の親子の会話に役立てていただければ幸いです。

問合せ：小牧市保健センター 75-6471

## ①女の子の質問



### ● 胸の大きさが左右違う、胸が痛いことがある

第2次性徴を迎えるちょうどこの時期は、ホルモンの分泌により、丸みを帯び女性らしい体つきになってきます。

乳房も発達し片方がもう片方よりも大きくなったりするのも自然なことです。また、その発達に伴い、乳房に痛みを感じることもあります。思春期の胸の痛みは、異常ではありません。発育を妨げないよう、体にあった下着を選びましょう。男の子も胸の部分が少し大きくなり、時に軽い痛みを感じることはありますが、思春期に感じる胸の痛みは、異常ではありません。(小学校低学年で、胸の痛みやしこりがある場合は、小児科へ受診しましょう。)

### ● 生理が不順である、月経痛がひどい

月経周期(生理開始日から次の生理が始まる前日まで)の平均は28日ですが、25日から30日と人によってまちまちです。また、月経が始まって3年くらいは不規則になる事がよくあります。また、月経が始まったら、婦人体温計で基礎体温を付けることをお勧めします。基礎体温を付けることによって、ホルモンの働きを知ることができます。7~10日以上経血が続く、あるいは3か月以上月経が来ない場合には、基礎体温表を持参して産婦人科を受診し相談しましょう。

また、月経痛がひどい又は経血量が多い、貧血がひどいなどの理由で、日常生活に支障が出てくる状況であれば、産婦人科を受診し相談しましょう。薬でコントロールすることで、快適な学校生活を送ることができます。

### ● 生理がまだこない

月経のくる時期は、かなりの個人差が見られます。個人の体の成熟度によってその時期は異なります。また、極端なやせの場合は、ホルモンの働きが不安定になり、月経が始まらない場合もあります。15歳ごろまでに月経が始まらない場合は、産婦人科を受診し相談しましょう。

### ● 太っている

胸のふくらみと同様に、腰やお尻に丸みがついて女性らしい体になってきます。見た目ですら判断せず、自分の適正体重を知り、保つことが大切です。

<計算式> 自分のBMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)  
やせ18.5未満、普通18.5~25.0未満、肥満25.0以上



## ②男の子の質問



### ● ペニス・包茎について

ペニスの形や大きさを気にする子達も出てきます。大きさ・形は、個人差があり、小さいからといって、生殖機能には関係ありません。

包茎についてはさまざまな見解があり、子供たちは情報に翻弄されています。包茎とは、包皮を下ろしても、亀頭部が全部露出できない状態をいいます。毎日少しずつ包皮口を広げたり癒着をはがしていくと(1週間に1ミリ程度)、徐々に露出されていきます。癒着をはがす際、少し出血する場合がありますが、清潔にして包皮を戻しておけば血は止まります。包皮をむいておっこするとしみません。お風呂でも包皮を下ろしてよく洗い清潔に保つことが必要です。もし、不安に思うことがあれば、泌尿器科を受診しましょう。

### ● 夢精・マスターベーションについて

男の子の性が成熟すると精通現象が現れ、多くの場合は寝ている間、射精します。これを夢精といいます。「パンツを下洗いで、洗濯機に入れておいてね。」と明るく伝えましょう。

夢精は、自然なことで、驚く必要はありません。また、男女関係なく、自分で性器に刺激を与える事(マスターベーション)も自然な行為としてみられます。このことで、体に害を及ぼすことはなく、不安や罪の意識を持つ必要はまったくありません。

子どもが自責の念に捉われないよう、正しい知識を伝えたり、当たり前前の成長として受け止めましょう。(18歳ごろまでに射精がない場合は、一度泌尿器科に相談しましょう。)

### ● 性的衝動について

性ホルモンの分泌により、性的感情が刺激されます。性への関心が高まると同時に、これまで経験した事のない性的衝動に自分でも戸惑ってしまうこともあります。また、仲間に引きづられて性行為に走ることもあります。子どもたちが理性をコントロールしていくには、普段から家庭の中でコミュニケーションをとり、子どもたちを支え愛情を注いでいくことが大切です。

### ● 胸が痛いことがある

第2次性徴を迎えるちょうどこの時期は、ホルモンの分泌により、男の子も胸の部分が少し大きくなり、時に軽い痛みを感じるがありますが、思春期に感じる胸の痛みは、異常ではありません。(小学校低学年で、胸の痛みやしこりがある場合は、小児科へ受診しましょう。)

#### <参考文献>

- 1 桜井賢樹 思春期のこと(体の変化) グラフィックインターナショナル(株)
- 2 東 優子 親も知っておきたい思春期のこと グラフィックインターナショナル(株)
- 3 岩室紳也 おちんちん 日本家族計画協会



### ③男女共通の質問

#### ● 赤ちゃんは、どうやって生まれてくるか？

男性の持つ精子と女性の持つ卵子が性行為により受精し、女性の子宮の中で、赤ちゃん自身の力によって成長し、赤ちゃんが誕生日を自分で決めて産まれてきます。一般的には、赤ちゃんは9枚の頭の骨を重ね合わせながら、産道をゆっくりと押し広げ回転しながら産まれてきます。

出産も育児も大変な事もたくさんあったけれど「あなたが生まれてきてくれてよかった」「あなたは、かけがえのない存在なのよ」と、親子健康手帳(母子手帳)を見ながら、ぜひお話してみてください。

#### ● 友達との接し方

「友達からどう見られているか」を気にしている子どもたちが多く見られました。周囲の目を気にしたり、他人からの評価を気にしたりと思春期特有の自意識の高まりが影響していると思われます。「イイところ」も「イヤなところ」も全てひっくるめて自分…「ありのままの自分でいいんだよ…」というメッセージを日頃から伝えていく事が大切です。

#### ● 好きな人のこと、付き合いについて、避妊について

人を好きになることは、すばらしいことですよね。「あるがままの自分が好き」といえるからこそ、人のことを好きになれるのです。ただ、今は受験に向けての大切な時期…「人を好きになる」「付き合う」とはどういうことか、など子どもたちに言っておきたいことがいっぱいあります。

「好き」とは、相手を思いやり、大切にしたいと思う気持ちです。その場の感情で行動するのではなく、相手や自分の将来の夢にむかって精神的に支えあえる関係であることが望ましいですね。

また、思春期の子どもたちの恋愛…特にセックスについては、正しい知識が必要です。「妊娠」という事実は女の子が引き受けなければなりません。好きだからこそ、自分や相手の将来を考えた付き合いを選択することが必要です。セックスする理由は、男の子では「好きだから…」「性欲のままに…」、女の子では「相手に嫌われたらイヤだから…」「なんとなく成り行きで…」などと、自分の中で整理がつかないままでのセックスが多く、このようなセックスは望ましくありません。もし二人の気持ちがひとつになって、愛し合う二人のコミュニケーションの手段として、セックスを選ぶとしたら、同じように避妊に対しても二人で相談し、納得して実行して欲しいと思います。女性が主導権を握って避妊できるのは「ピル」です。ほぼ100%の避妊効果が期待できます。月経不順や月経痛にも効果があるといわれています。男性が選択できる避妊法としては、100%の避妊効果は期待できませんが、コンドームがあります。コンドームは性感染症の予防手段としても効果が認められるので、使用することは重要だといえます。最終手段として、緊急避妊法もあります。万が一レイプにあったり、妊娠かもしれないと思うようなセックスをした場合は、すぐに産婦人科医に相談しましょう。

お子さんの成長に合わせてぜひ家庭で話題にしてください。



#### ● 子どもたちが求めているおとなたちの姿(アンケートの自由意見から)

子どもたちが望んでいる大人の姿が見えてきました。

- ①信頼できること
- ②まずは自分自身を受け入れて、理解してくれること
- ③頭から否定しないこと
- ④相談しやすい雰囲気や受け答え

私たち、大人も子どもたちと接する時に、ちよっぴり意識して接することが必要です。

このことは、子どもたちとコミュニケーションをとる時だけでなく、人とコミュニケーションをとるときに大切な姿勢だということを感じました。