

本校における思春期健康教育の取り組みについて

柏市立柏中学校

1 本校の概要



本校は柏市の中心部に位置し、駅からも近く、学区には大型デパートやタワーマンションがある等大変賑やかな地域となっている。

昭和63年に生徒数日本一となったが、創立75年目となる今年度は、16学級・生徒数462名の中規模校となっている。

生徒の実態としては、素直な生徒が多く、落ち着いた学校生活を過ごしている。特に学習には熱心である。

保護者においても、教育に対する関心がとても高く、学校に協力的な保護者が多い。

小中連携教育では、職員の合同研修、小中共通の家庭学習の取り組み、授業参観交流等9年間を見通した取り組みを積極的に行っている。

P T Aを始めとした地域関係者においては、昨年度より学校運営協議会（コミュニティースクール）を設置し、学校経営及び地域連携を強化している。地域学校協働本部（ゆいの会）を活用する等積極的な連携を図り、昨年度からは生徒によるボランティア組織「こどもゆいの会」を立ち上げ、ボランティア活動を推進している。

本校の学校教育目標

「よりよい社会を築く人となるために必要な知性と徳性を備えた人間性豊かな生徒の育成」

- (1) 自ら学び、自ら鍛える実力のある生徒[自学]
- (2) 進んで力を合わせ、粘り強く働く生徒[勤労]
- (3) 心身ともに健康で、心豊かな生徒 [健康]
- (4) 明るく礼儀正しい生徒 [礼儀]



《キャッチフレーズ》「いきいき さわやか 高め合う 柏中 2021 」

-学び合える学校・伝え合える学校・清潔で安全な学校-

2 本校の取り組みについて（次表 参照）

本校での思春期健康教育は、学習指導要領に準じた保健体育科「保健学習」と総合的な学習の時間に行う外部講師による講演を各学年の実態に応じて、実施している。

子供達を取り巻く社会環境や家庭環境も大きく変化し、性に関する問題も多様化しているため、継続して実施し、自分を大切にして自分らしく生きることを考える時間となることを目指している。

	保健学習	外部講師による講演
1年生	「心身の機能の発達と 心の健康」 ○生殖機能の成熟 ○異性の尊重と性情報への対処	「体・心・生命の大切さ ～思春期を迎えたからだの発育・発達、心の成長について～ (助産師による講話)
2年生		「命の授業 ～命の始まりの講話・妊婦体験・育児体験 地域の赤ちゃんとの触れ合い体験を通して～ (助産師による講話・体験学習) 「男女交際・コミュニケーションについて考える ～デートDV防止プログラムより～ (グループSEC思春期保健相談士による講演)
3年生	「健康な生活と疾病の予防」 ○感染症の予防 ○エイズの予防	「命の大切さ・自分の生き方について考えよう！！ ～助産師からのメッセージ～ (助産師による講演)

3 実践内容

(1) 保健体育科での授業(保健学習)

本校の保健体育科の「保健学習」は、本校で引き継がれているオリジナルのパワーポイント資料を活用して授業を行っている。この授業資料は2010年に作成され、改良を重ねて使用している。また、1年生の保健学習は男女合同で行っている。男女合同で性教育を行うことで、それぞれの体の違いについて理解をして、相手を尊重する精神を育むことをねらいとしている。

1年生では、性教育として思春期の男女の成長の違いや、生殖機能の違い、受精や妊娠の仕組みについて学習する。教科書を使用して基礎知識の学習を行い、パワーポイント資料ではより理解を深められるよう図やグラフを活用して授業を行った。また、思春期では性に関して様々な受け止め方があるため、生徒に馴染みのあるキャラクターや動画を使用して、生徒が不快な思いをすることがないように配慮した。動画は、日本テレビ「世界まる見え！テレビ特捜部」にて2009年9月28日に放送された「卵子一番乗りを目指せ！精子たちのサバイバルレース」を動画資料として使用した。

3年生の性教育では、性感染症と後天性免疫不全症候群（エイズ）の指導を行っている。3年生の性教育は、男女別で学習に取り組み、パワーポイント資料で作成した授業資料を活用。3年生も1年生と同様に教科書を使用して基礎知識を学習し、より理解を深めるために教科書には載っていない図やグラフをパワーポイント資料の中で提示している。また、アニメーションの機能を活用してクイズ形式にするなど生徒が興味・関心をもって学習できるよう工夫を行っている。

授業で、他の教科とのつながりがある場合は関連づけて行っている。また、個人の考えを少人数から全体へと広げていくよう働きかけている。様々な考え方、それぞれ違う感覚や同じような経験があるなど、意見を共有することで個人差があることや自分だけではないことを理解させている。そして、授業内にて悩みや不安がある場合は、学年職員や養護教諭に相談するよう呼びかけ、生徒が相談しやすい環境をつくっている。

(2)外部講師による講演

①中学1年生「体・心・生命の大切さ～思春期を迎えたからだの発育・発達、心の成長について～」 (助産師による講話)

本校では、平成26年度より千葉県看護協会に出前授業を依頼し、思春期を迎えた中学1年生に向けて、体・心・生命の大切さについての講話を実施している。ここ数年、東葛病院の助産師・看護師の方に来校してもらい、思春期における体・心の不安や悩みを中心に講話をしてもらっている。思春期に起きる心や体の変化を自然なこととして受け止める良い機会となっている。(資料1)



②中学2年生

「命の授業～命の始まりの講話・妊婦体験・育児体験・地域の赤ちゃんとの触れ合い体験を通して～」 (助産師による講話・体験学習)

中学2年生では、自分の成長を振り返り家族とのかかわりを考える、一人ひとりがかげがえのない大切な存在であると感じる時間として、命についての授業を行っている。具体的には、助産師による講話(命の始まりから母体内での様子、出産についてのDVD視聴)、出産経験教員の話、体験活動として妊婦体験や育児体験、地域の赤ちゃんとの触れ合いを行っている。地域の赤ちゃんとの触れ合い体験では、赤ちゃんの温もり、泣き声、笑顔と赤ちゃん人形だけでは感じられない命の始まりや命の尊さを実感できる時間となっている。授業後の感想では、「助産師さんが持参したDVDに感動した。今ここにすることが奇跡だと思った。」「お母さん達の赤ちゃんを見る目や笑顔がとても素敵で、自分も大事にされてきたんだなあ～と思った。」「お母さんが頑張ってくれていたことが良く分かり、恥ずかしいけど、できることがあったら感謝したい。」等、命の尊さ、愛情、感謝をといた内容が多く聞かれている。(資料1・2)

③中学2年生

「男女交際・コミュニケーションについて考える～デートDV防止プログラムより～」 (グループSEC思春期保健相談士による講演)

さらに中学2年生では、男女交際に興味関心も高まる時期となり、男女交際を含めたコミュニケーションを考える機会として、「デートDV防止プログラム」の学びを性教育の中で取り入れている。デートDVプログラムの中では、ロールプレイを演じながらお互いの気持ちや考えを伝え合い、気づくこと。お互いを高めあえるような人とのかかわり方について学習する。思春期の子供達は大人が思う以上に周りの同世代の動きを気にして、周りとお話を合わせることに気を使い過ぎているところがある。また、自分らしさがどこにあるのか見失っている生徒もいるため、それぞれの感じ



方や言葉かけ、行動等を振り返る良い機会となっている。講演の中では、LGBTやDV等様々な視点からのアプローチもある。(資料2)

④中学3年生

「命の大切さ・自分の生き方について考えよう！！～助産師さんからのメッセージ～」

(助産師による講演)

中学3年生では、卒業前に、千葉県助産師会の助産師による講演「命の大切さ・自分の生き方について考えよう！！～助産師さんからのメッセージ～」を実施している。命のバトンを受けて誕生し今ここにいることの意味、エイズについて、性感染症について、10代の性行動によるトラブル、望まない妊娠を防ぐために等、将来を見据えた専門的な立場からの話を聞かせてもらっている。愛するということ、思春期にみがいておきたい4つのパワー等、心の面でのメッセージも伝えてもらっている。スマホやインターネットの普及で性に関する情報が簡単に入手できるようになったが、その情報がすべて正しいものとは限らない。性に関して学ぶことは、自分の生き方について責任を持つことと、一人ひとりが自分自身の生き方を考える時間となっている。(資料2)

4 成果と課題

保健体育科の授業では、本校で引き継がれているオリジナルのパワーポイント資料を体育科教員で共有し、生徒の興味を引く授業を行うよう工夫をした。見やすさ・共通で使える資料を活用することで、授業準備短縮につながり、内容も偏らず、実施しやすい環境を作ることができた。単元によっては男女共習で行い、その中でお互いの考え方の違いを感じている発言や様子が見られるようになってきている。令和3年度から新しい教科書となったため、パワーポイント資料の修正も加えながら、引き続き、教科内で共有し、授業の中で活用していきたい。

外部講師による講演では、性に関する知識だけでなく、自分自身の生き方について考えることができるよう、三年間を見据えた内容を講演として形で継続的に取り入れている。その結果、専門的な知識が得られる、生徒がいつもより興味を持って参加している等、限られた時間の中でも効果的な心と体の学習につなげることができている。また、講演を行うに当たり、出来るだけ同じ講師に依頼し、実施後の振り返りを行い次年度の改善につなげる等、内容の充実が図れるよう心がけている。そして、何よりも継続して行うことで、本校の思春期健康教育として定着してきているので、今後も、知識だけでなく自分自身を大切な存在と感じる、自分の生き方を考える時間となるよう、学校全体で取り組んでいきたい。

そして、本校の性教育は、地域の方々の協力連携により、円滑な実施が出来ている。学区の地域スタッフの方(柏市主任児童委員、柏市民生委員、柏市地域健康づくり推進員)には、妊婦体験の補助、赤ちゃんとの触れ合い体験の声かけ、見守りと様々な協力をお願いしている。地域の母親と赤ちゃんの参加による体験は、赤ちゃん人形だけでは感じられない赤ちゃんの温もり、一緒に寄り添う母親達の優しさと愛情と、五感で感じる時間をつくる事が出来ている。地域の方の学校への理解と協力があつての授業であるため、今後は、新型コロナウイルス感染症状況を考慮しながら、現状に合った形で実施していきたい。

最後に、性教育は学校全体で取り組むことが必要であるが、本校の現状として、保健体育科と総合的な学習の時間での実施が主となっている。他の教科でも関連付けた実施ができるよう、年間計画を見直していきたい。

<1年> 「体・心・生命の大切さ～思春期を迎えたからだの発育・発達、心の成長について～」

講師:東葛病院 産婦人科 安藤助産師・渡辺看護師

- ☆内容
- 思春期とは？ ○思春期の身体の変化（見た目の変化、男性と女性の違い、射精と月経、性の多様性）
 - 思春期の心の変化（性ホルモンと脳の関係）
 - 思春期に気にしてほしい症状（思春期うつ、思春期やせ、PMS、無月経、陰部の異常、思春期遅発症）
 - 思春期の3つの出会い（「大人の身体」「ときめく人」「もう一人の自分」）

☆感想



・今日の助産師さんの話を聞いて、思春期のことや命のこと等についてよく分かりました。心や体のことで人と比べて悩んだりしなくて良い、多少の個人差があるのは自然なことってのが分かり、安心しました。これからは、今まで以上に心身共に大切にして、自分らしさを磨いていきたいです。

・保健体育で、ある程度二次性徴のことは勉強していたけれど、実際にそういうものに関わっている方に話を聞くと、現実のこととして理解できた。

・これから私達が楽しく生きていくためには、自分の体のことをきちんと理解して、自分の体を大切にすることが大切なんだと思いました。また、思春期の時の心はすぐにイライラしてしまったりと、大変だけど、成長は人それぞれだから、そのことをからかったりしないで、相手のことも考えて行動することが大切だと思いました。

<2年> 「命の授業～命の始まりの講話・妊婦体験・育児体験・地域の赤ちゃんとの触れ合い体験を通して～」

講師:東葛病院 産婦人科 安藤助産師・渡辺看護師

学区の地域スタッフの方々:柏市主任児童委員、柏市民生委員・柏市地域健康づくり推進員)

スペシャルゲスト:地域の赤ちゃんとお母さん 24組



～当日の流れ～

- ① 助産師さんの講話・DVD視聴
- ② 先生の話（イクメン教員の経験談）
- ③ 妊婦体験・育児体験・地域の赤ちゃんとの触れ合い
- ④ まとめ（振り返り）



千葉テレビの方が取材に来ました



<生徒の感想>

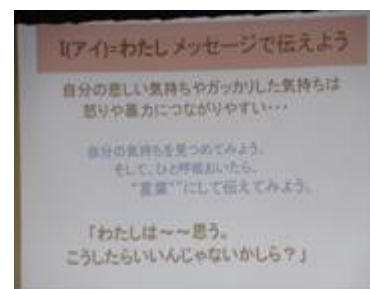
- ・助産師さんのお話がクイズ形式でとても分かりやすかった。また、赤ちゃんがお腹にいる時からつながっていて、とても感動した。ほんの小さな点のようなものから始まって、今の私たちのように大きくなるのはとても不思議で、感動的でした。
- ・赤ちゃんの触れ合いでは、お母さんが赤ちゃんを抱くと泣き止んで、笑って、お母さんの力ってすごいなあ～と思いました。
- ・お母さんが約10ヶ月大事にお腹の中で育ててくれて、生まれてからも睡眠時間を削って面倒を見てくれて、感謝の気持ちでいっぱいになりました。

<参加してくれたお母さん達の感想・中学生へのメッセージ>

- ・どのような授業をされているのか知ることが出来て、こちらも貴重な経験ができました。良いお母さんになってください。赤ちゃん、子供は本当にかわいいです。
- ・実際の子供たちと触れ合ったり、妊婦体験をしてもらうことで、自分の親の気持ちが少しだけでも分かったり、周りにいる小さい子連れの親子への接し方が変わって、とても良い授業だと思います。
- ・みなさんが元気で大きくなるまでに、たくさんの人の支えがあったと思います。赤ちゃんの頃はよく熱も出すし、しょっちゅうお医者さんに通います。おうちの方や周りの方、たくさんの愛情で育ったことを忘れないでください。すてきな大人になってください！
- ・中学生の皆さん、当たり前の毎日が幸せですよ～。 ・ママが大好きだった頃を忘れないでね。
- ・出産のビデオ等、とても本格的な授業で驚きました。

～当日の流れ～

- ① デートDVってなに？
- ② DVは「力と支配」
- ③ デートDVをなくすために、気づくことと学ぶこと
- ④ 友達へのサポート、相談機関、まとめ



- ・ロールプレイングを見て、あのような場面はよくあるので、そのような場面がきた時は気持ちをよく考えてから Line の返事をしようと思いました。
- ・DV って特別なものだと思っていたけど、日常生活でも相手に自分の考えや都合を押し付けていたり、束縛したりと、気を付けていきたいと思いました。また、友達が困っていたら助けてあげたいと思いました。

<3年>「命の大切さ・自分の生き方について考えよう！！～助産師さんからのメッセージ～」

講師：千葉県助産師会 柏・流山・我孫子・野田地区長 足立千賀子助産師

～当日の流れ～

- ① 命の誕生（命の始まり、胎児の成長・生きる力、誕生、今ここに存在できるということは？いのちのバトンを受けて）
- ② 性の捉え方、思春期の変化（心と身体）
- ③ 性行動に伴う危険（予期せぬ妊娠、性感染症の予防）
- ④ 愛すること
- ⑤ 思春期にみがいておきたい4つのパワー
- ⑥ 心配事の相談先



- ・「今、自分がここにいることは一等の宝くじを連続して当てるよりも奇跡的なこと」この言葉を聞いて、自分も周りの人も大切にしていきたいと思いました。
- ・性に関して、恥ずかしくて誰にも聞けなかったけど、今日いろいろ聞いて良かったです。
- ・愛について、これからはもっと真剣に考えたいと思った。幸せになりたいです。