

令和6年2月7日  
世田谷保健所  
健康推進課

令和5年度思春期世代に向けたリプロダクティブ・ヘルス/ライツ  
周知啓発にかかる取組みについて（最終報告）

1 主旨

令和5年度「思春期世代に向けたリプロダクティブ・ヘルス/ライツ（※1）周知啓発  
専門部会（※2）（以下「専門部会」という）での取組みについて報告する。

- ※1 リプロダクティブ・ヘルス/ライツ：「性と生殖に関する健康と権利」と日本語では訳される。  
※2 専門部会：委員名簿は次ページ参照

2 これまでの取組み  
別紙1のとおり

3 前回報告（令和5年11月16日）以降の具体的な取組み内容

（1）保護者向けオンライン講演会実施結果について

別紙2のとおり

（2）パンフレット発行にかかる中学生との懇談結果について

別紙3のとおり

（3）パンフレット発行について

別紙4のとおり

4 今後の主なスケジュール（予定）

令和6年 3月 思春期世代に向けた情報提供の試行（区立中学校）  
第8回専門部会  
健康づくり推進委員会報告

令和6年 4月～ 専門部会（5月・9月・12月・3月頃）  
区立中学校での産婦人科医や助産師による事業等でのパンフレッ  
トの活用

令和6年 8月頃 中高生向け講演会  
教員向け研修

12月頃 保護者向けオンライン講演会

令和5年度

思春期世代に向けたリプロダクティブ・ヘルス/ライツ周知啓発専門部会委員名簿

(敬称略)

No.	所属	氏名	備考
1	東都大学沼津ヒューマンケア学部教授	松田 正己 ◎	健康づくり推進委員会委員
2	国立成育医療研究センター (周産期・母性診療センター母性内科)	荒田 尚子	プレコンセプションケア
3	明治学院大学社会学部教授	加藤 秀一	男女共同参画・多文化共生推進審議会
4	三軒茶屋メリーレディースクリニック	長岡 理明	世田谷区医師会推薦
5	みくりキッズくりにっく	本田 真美	玉川医師会推薦
6	東京都助産師会世田谷目黒地区分会	岩佐 寛子	助産師会代表
7	NPO法人ピルコン	染矢 明日香	
8	東京都立中部総合精神保健福祉センター	菅原 誠	健康づくり推進委員会委員、 子ども若者協議会思春期青年 期精神保健部会員
9	世田谷区立中学校PTA連合協議会	栄 裕美	健康づくり推進委員会委員 (令和4年6月より就任)
10	世田谷区中学校研究会 学校保健部長	加藤 ユカ	中学校長会 代表 弦巻中学校校長
11	世田谷保健所長	向山 晴子	
12	世田谷保健所 副所長	清水 昭夫	※
13	生活文化政策部 人権・男女共同参画課 長	生垣 明	
14	子ども・若者部 児童課長	寺西 直樹	※
15	世田谷保健所 感染症対策課長	高橋 千香	
16	教育委員会事務局副参事	井元 章二	(学校経営・教育支援担当)

◎部会長

※令和5年度から委員

《全体像》令和6年2月更新

●思春期世代をとりまく状況

性感染症等の知識不足、知る方法は「インターネット」9割、「友達」2割。

若者世代における梅毒等の性感染症の拡大(都の10代梅毒報告数 R2年度27件→R3年度63件)

HPV ワクチン接種積極的勧奨の再開

区では高齢出産が多く、特定不妊治療の申請数も多い(R2年度1,455件、R3年度1,924件)。将来のライフプランを適切に選択できるための正しい知識を得る機会が少ない。

区では、10代の望まない妊娠は減少傾向だが、依然として複数例存在。

【中学生の悩みとその背景】※ワークショップより  
・性教育の不足、知識・リテラシーの不足  
・正しい情報が分からない  
・周りとの比較 ・社会的な性のタブー視  
・相談相手がいない、聞いても解決しない

思春期まずは中学生を対象にする

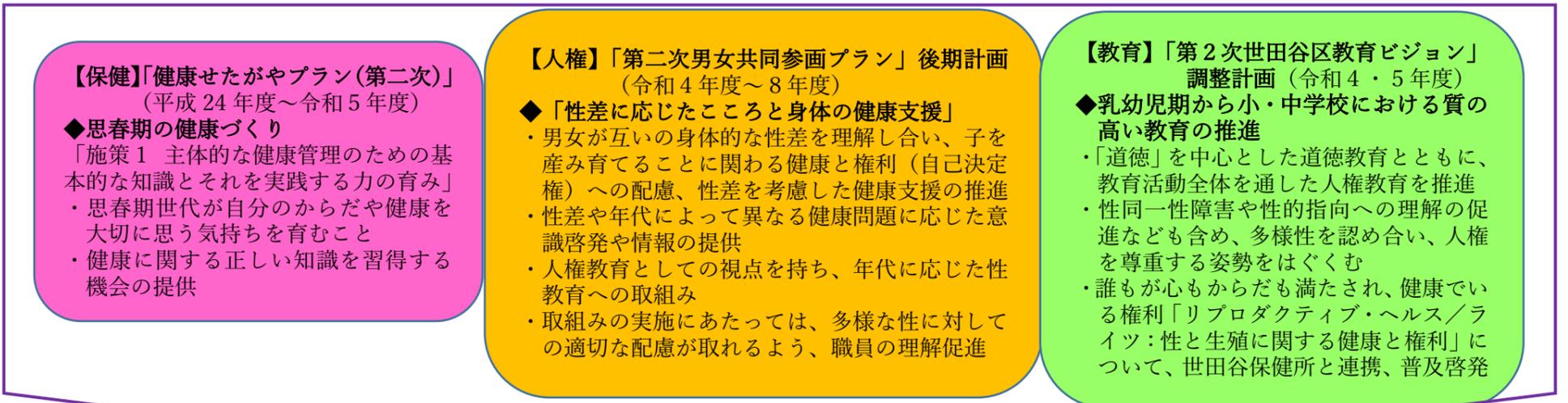
●区で取り組む意義と必要性

- ・インターネット等により偏った情報が氾濫する中で、思春期世代が、性に関わる重大な事態を予防し、正しい知識や安全な相談先を知ることで、適切な行動がとれるようになる必要がある。
- ・将来の生き方に大きく関わる、妊娠・出産・子育て等の出来事について、自分らしい選択ができるために、思春期世代が自身の生涯にわたる心身の健康を意識し、行動できる必要がある。

●健康せたがやプラン（後期）推進の基本的な考え方

- 1 区民の主体的な行動と継続
- 2 地域での協働・参画と連携
- 3 科学的根拠に基づく施策の展開
- 4 健康に係わる安全・安心の確保
- 5 予防と新たな健康の創造

●計画上の位置づけ



●子どもたちの行動目標（案）

行動目標①  
からだやこころや性の健康に関心を持ち、正しい知識を得る方法を知っている

行動目標②  
からだやこころや性の健康と権利を大切にし、健康や安全につながる行動がとれる

行動目標③  
からだやこころや性について、悩んだり困ったりした時に、安全なところへ相談することができる

●必要とする情報 R5パンフレット作成

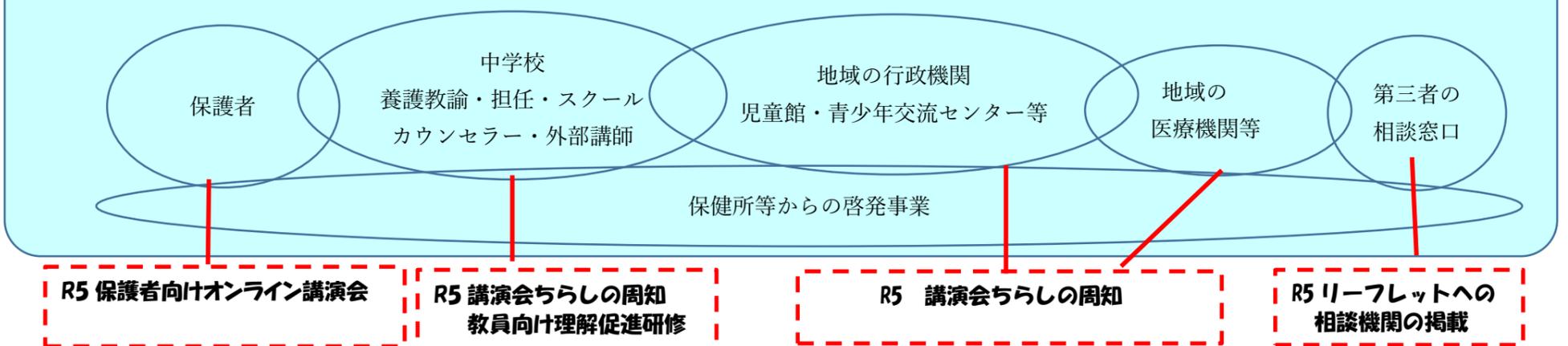


R5 中高生のためオンライン講演会

●子どもたちを支える環境づくり【保護者・行政・学校・地域】～話せる場所・機会

※養護教諭アンケート、ワークショップより

～家庭だけでなく、身近な学校・地域全体で、包括的性教育を、当たり前伝えていけるよう、世田谷区に先例自治体になってもらいたい。



## 保護者向けオンライン講演会実施結果について

## 1 目的

思春期の子どもたちが自身の悩みへの向き合い方を学び、自身や周囲の人たちを大切にしながら行動できるよう、子どもたちを支える保護者がリプロダクティブ・ヘルス／ライツに関する正しい知識を得る機会とする。加えて、改めて性や健康について学びたい大人にとっても有用な機会とする。

## 2 開催日時、会場

令和5年12月16日（土）15時30分～17時

## 3 参加者

中学生・高校生の保護者、テーマに関心のある方 66名

## 4 講師

国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科医長  
医師 三戸 麻子氏

## 5 テーマ

「今こそ知りたい 心と体、性のこと」

## 6 内容

プレコンセプションケア（※）について学び、改めて生涯にわたる健康や性について考える。

※現在のからだの状態を把握し、将来の妊娠やからだの変化に備えて、自分たちの健康に向き合うこと。

- ・いまの自分を知ろう

適正体重、男女のからだの違い、自分を大切にする、性的同意、性にまつわる被害に巻き込まれないために、からだも心もみんな違う など

- ・生活を整えよう

バランスの良い食事、葉酸の摂取、運動、心の健康 など

- ・検査やワクチンを受けよう

感染症から自分を守る、性感染症のチェックを受ける、HPVワクチンを打つ

- ・かかりつけ医を持とう

産婦人科受診の目安、自分に合った避妊法を見つけよう、ピルの効用

- ・人生をデザインしてみよう

- ・日本の現状と国際教育について

- ・相談窓口、参考サイトの紹介

## 7 アンケート結果 ※詳細は別添のとおり

24名／66名中（回収率 36.4%）

## 【満足度】

大変満足 13（54%）、まあまあ満足 8（33%）：87%満足  
普通 3（13%）、やや不満・大変不満 0（0%）

（大変満足・満足の方の感想）

- ・かつてなかった包括的性教育の内容を知ることができた。ぜひ全国に先駆けて推進してほしい。
- ・健康に関しての意識を高めながら、自分のことを大切にできることで、他者への尊重にもつながるということについて改めて考えることができた。
- ・自分は親から性教育を受けたことがないので、子どもにどのように伝えたらよいか迷っているのが参考になった。

## 【今後取り入れたいと思った点】

- ・性を楽しむ権利はあるけれども、リスクが伴うので正しい知識を身につけたり、相談できる環境があることを伝えたいと思う。
- ・自分自身の健康も将来の子どもたちの健康につながっていると知ったので体力づくりを心がけたい。
- ・紹介されていた資料を子どもと一緒に見ながら話してみたいと思う。
- ・性教育を通して命の大切さを伝える。
- ・子どもたちに積極的に正しい知識を伝えること。
- ・感染症のリスクを知っておくこと。
- ・相手や自分のからだを大切に扱うという思考。

## 【難しいと思った点】

- ・子どもたちと性の話をするタイミング。
- ・聞かれた時に答えられるか不安。
- ・包括的性教育を学んだ機会のない、親世代への周知徹底。
- ・どうしても身内だと照れがあるような気がする。それを克服するのが重要と思うが。
- ・異性の子どものマスターベーションについて、男性の意見も聞きたい。

## 【子どもからの性に関する質問や相談を受けたことがあるか（中高生の保護者）】

はい9人、いいえ人7人、分からない・覚えていない2人

（困ったことや悩んだこと）

- ・性教育を受けたことがないため、何をどう伝えればいいのか悩んだ。また、学校でどのような性教育を受けているのかわからず困った。
- ・包括的性教育に関する出版物が少ないため伝える手段が限られたこと

【中学生を対象にしたリーフレットに意識的に取り入れてほしい内容】

- ・性感染症 11人
- ・性的同意 11人
- ・妊娠に至る仕組み 9人
- ・避妊 8人
- ・産婦人科／泌尿器科受診の目安（月経・包茎） 7人
- ・その他

自分が大切な存在であること、まわりからも大切に扱われる価値があること、美しさは人それぞれ、避妊の仕方、困ったときに頼れる親以外のルートや相談機関、性を学ぶときに信頼できるサイトや本など具体的な情報

【今後、区で講座を実施するにあたり期待すること】

- ・子ども向けの講座もやってほしい。
- ・子どもたちが体と性の正しい知識を身に付けるような講座や機会を増やしほしい。
- ・中学生向け講座。必須で受けられるように学校などで実施してほしい。
- ・特に中学生から高校生、大学生を対象として講座実施を希望する。
- ・多様な家族の形があることについて、子どもの頃から知っておくことは大切だと思うので、色々な形の家族について知ることができる講座があればいいなあと思った。
- ・包括的性教育を楽しめる、親子で参加できるような企画があると嬉しい。
- ・小学校高学年から中学校のところで親子で一緒に専門家の話を聞くことが大事だと感じた。
- ・時間があって知識欲が高くリベラルな発想ができる老年世代が世田谷には多いと思うので、老年世代向けの教養講座として本日のような講座があれば啓発の裾野が広がるように思う。
- ・子どもたちの自己肯定感が上がるためのアイデアや政策。
- ・とても素晴らしい講座かと思えますので、より多くの方々に届けてほしい。
- ・どうやって関心がない人を講演につなぐかが今後の課題だと思われる。今日の内容は老若男女問わず知っておいて損はないと感じたので、認知度が上がることを願ってやまない。
- ・引き続き zoom などのオンライン講座を実施してほしい。

## 保護者向けオンライン講演会事後アンケート（24名／66名中）

## 1. あなたのお住まいについて教えてください。

区内21人、区外3人

## 2. この講演会をどこで知りましたか。



## 3. あなたのお立場について教えてください。（複数回答可）

・中学生の子の保護者	15人
・小学生の子の保護者	4人
・小学生、中学生の子の保護者	1人
・中学生と高校生の子の保護者	1人
・中学生、高校生、大学生の子の保護者	1人
・大学生の子の保護者	1人
・大学生	1人

## 4. あなたの年代について教えてください。



## 5. あなたの性別について教えてください。



6. 本日のご参加にあたり、期待していたことを教えてください。(複数回答可)

- ・性に関して子どもへの伝え方や接し方を学びたい 21人
- ・講師の話を聞いてみたい 12人
- ・性に関する知識を得たい 7人
- ・国の動向や見解を知りたい 6人
- ・その他 2人

妊娠の前に準備しておいたほうが良いこと

中学生の娘に今伝えるべきことや具体的にやるべきアクション (HPV ワクチンなど)

7. 本日の講座の満足度についてお聞かせください。



上記を選択した理由をご記載ください。

【大変満足】

- ・とてもわかりやすかった。
- ・先生の解説も資料も分かりやすく、大変勉強になり有意義な時間でした。
- ・プレコンセプションケアの背景や内容・海外との違いなども分かりやすい内容だったため。
- ・全世代と次世代向けの体と性のお話だった。
- ・説明もわかりやすく期待以上の内容だったため。
- ・かつてなかった包括的性教育の内容を知ることができました。ぜひ全国に先駆けて推進して頂きたいと思いました。
- ・子どもたちへ伝えるにあたり、年齢に合わせた内容について、国際比較しながら学べたから。また、健康に関する意識を高めながら、自分のことを大切にできることで、他者への尊重にもつながるということについて改めて考えることができた。
- ・多岐にわたる情報が分かりやすく提示いただけたと思う。
- ・先生のお話が分かりやすく、よく理解ができました。
- ・いまの子どもたちが正しい性と健康知識を持って大人になることが、さまざまな社会問題の解決につながると思いました。一方、40代以上の現役世代も同等の知識を身につけなければ、その社会の進展が阻まれることになってしまいます。その対応として、国がまずは子どもに接する機会の多い職種(教職、公務員)、続いては一般企業勤務の中老年への研修を法律で義務付けていけばいいのではないかと… このように様々に考える良い機会となりました。

【まあまあ満足】

- ・一般的なことを知ることができた。

- ・とてもわかりやすかった。
- ・自分は親から性教育を受けたことがないので、子どもにどのように伝えたらよいか迷っているので参考になりました。
- ・知らない情報を知ることができたから。
- ・すでに知っている情報もありましたが、資料や情報源のデータが多様でわかりやすかったです。
- ・知っていることもあったが、「プレコンセプションケア」という視点から自分や子どもたちの健康について必要なことは何かを考えることができたのが良かった。

#### 【普通】

- ・学術的すぎて、もう少し具体例とか身近な内容が良かったかなと思います。これでは子どもに説明して共感を与えることが難しいと思います。
- ・内容が浅く広くで、もう少しフォーカスされているとよかった。
- ・知りたいことが知れなかったから。

### 8. 本日講座に参加されて、今後取り入れたいと思った点や、難しいと思った点をご記載ください。

#### 【今後取り入れたいと思った点】

- ・性を楽しむ権利はあるけれども、リスクが伴うので正しい知識を身につけたり、相談できる環境があることを伝えたいと思います。
- ・自分自身の健康も将来の子どもたちの健康につながっていると知ったので体力作りを心がけたい。
- ・子どもへ伝えること。
- ・子どもたちに積極的に正しい知識をつたえること。
- ・子どもたちへ、自分自身の体のこと、命のこと、生命誌のことをしっかりと伝えていきたい。
- ・紹介されたサイトや本を読んだり子どもに紹介したい。
- ・紹介されていた資料を子どもと一緒に見ながら話してみたいと思います。
- ・子どもと話す機会を多くしていきたい。
- ・子どもたちと一緒に楽しく性について学んでいきたいと思います。
- ・紹介動画を視聴してみようと思います。本は渡してありますが、会話できたらと思いました。
- ・米国の性教育ビデオが紹介されていた様に小学生、中学生、高校生向けの講座を希望します。体の成長と性の正しい知識をつけるため。
- ・性教育を通して命の大切さを伝える。
- ・このような区の取組は大いに発信していただきたいと思います。この領域は各種ハラスメント防止の重要な要素であると認識しております。
- ・自分の健康を守ることが子どもや将来の子孫の健康に繋がる。
- ・感染症のリスクを知っておくこと。
- ・受験終わったら15歳のうちにワクチン接種。
- ・相手や自分の身体を大切に扱うという思考。

#### 【難しいと思った点】

- ・子どもたちと性の話をするタイミング。
- ・子宮頸がんのワクチンの接種については判断が難しい。

- ・日本の現状の説明が難しいかなと感じました。割と理不尽なので。
- ・聞かれた時に答えられるか不安。
- ・具体的な緊急避妊薬の活用の説明。
- ・包括的性教育を学んだ機会のない、親世代への周知徹底。各種メディアの力が必要。
- ・内容がとても良いのだが、盛りだくさん過ぎる。
- ・どうしても身内だと照れがあるような気がします。それを克服するのが重要だと思いますが。
- ・親世代（老年世代）に包括的性教育の考え方を理解してもらうこと。
- ・性のことをきちんと伝えること。
- ・異性の子どもマスターベーションについて、男性の意見も聞きたい。

#### 9. プレコンセプションケアは、何歳くらいから知っておくべきだと思いますか。



#### 10. 中高生のお子さんのいる保護者の方へお聞きします。

(1) これまで、お子さんから、性に関する質問や相談を受けたことがありますか？



(2) その際に困ったことや悩んだことがありましたら、教えてください。

- ・質問はニュースで聞いた売春の言葉の意味だったのですが、性に関する知識をどこまで知っているのかが分からなかったため、教えることが難しかったです。
- ・ストレートに答えられなかったこと。
- ・いいえ。自分が正しいと思っている知識を伝えました。
- ・性教育を受けたことがないため、何をどう伝えればいいのか悩んだ。また、学校でどのような性教育を受けているのかわからず困った。
- ・包括的性教育に関する出版物が少ないため伝える手段が限られたこと
- ・話の始め方を考えたが、本を利用しながら伝えることができた。
- ・きちんと回答できたのか、怪しい

11. 現在区では、思春期世代に向けたリプロダクティブ・ヘルス/ライツの周知啓発に取り組んでおり、その取組みの一つとして、中学生を対象にしたリーフレットを作成しています。

(1) リーフレットに意識的に取り入れてほしい内容等がありますか。以下から3つ選んでください。

- |                        |     |
|------------------------|-----|
| ・性感染症                  | 11人 |
| ・性的同意                  | 11人 |
| ・妊娠に至る仕組み              | 9人  |
| ・避妊                    | 8人  |
| ・産婦人科/泌尿器科受診の目安(月経・包茎) | 7人  |
| ・思春期の体の変化              | 5人  |
| ・思春期のココロのモヤモヤ          | 5人  |
| ・性・家族の多様性              | 5人  |
| ・セルフプレジャー(マスターベーション)   | 5人  |
| ・性的トラブル(デートDV)         | 3人  |
| ・依存症・摂食障害・自傷行為         | 1人  |

・その他

性的コンテンツとの付き合い方

自分が大切な存在であること、まわりからも大切に扱われる価値があること、美しさは人それぞれ(海外では低学年で身につけるこの意識がないと話が始まらない) 避妊の仕方、困ったときに頼れる親以外のルートや相談機関、性を学ぶときに信頼できるサイトや本など具体的な情報

(2) 中学生が親しみやすいリーフレットのデザイン等について、ご提案があれば教えてください。

- ・オンラインの漫画
- ・youtube 等の MV に採用されているようなイラストレーション
- ・マンガ本のような体裁
- ・文字を少なくする、イラストを多くする
- ・一目では分かりにくい抽象的なイラストなどで表現されていれば、子ども自身も保護者も手に取りやすいと思います。
- ・民間で若い世代向けの作品実績のあるデザイナーに依頼する

12. 今後、区で講座を実施するにあたり、期待することを教えてください。

- ・子ども向けの講座もやってほしい。
- ・中学生向け講座。必須で受けられるように学校などで実施してほしい。
- ・特に中学生から高校生、大学生を対象として講座実施を希望します。
- ・子どもと一緒に受講したい。
- ・子どもと一緒に参加できる分かりやすい講座内容。
- ・包括的性教育を楽しめる、親子で参加できるような企画があると嬉しいです。
- ・とても素晴らしい講座かと思しますので、より多くの方々に届けていただきたいです。
- ・区民ニーズを把握した上でのテーマや講師選定、ターゲット層に届きやすい周知。
- ・引き続き zoom などのオンライン講座を実施していただきたいです。

- ・多様な家族の形があることについて、子どもの頃から知っておくことは大切だと思う。ので、色々な形の家族について知ることができる講座があればいいなあと思いました。
- ・子どもたちの自己肯定感が上がるためのアイデアや政策。

### 13. その他、ご意見やご要望などがありましたらご記載ください。

- ・ずっと聞き取りやすい声でお話され続けて、授業をされる先生ってすごいなと思いました。今回わかりやすい講座でしたので、ぜひ子どもたち向けにも講演していただけると嬉しいです。小学校高学年から中学校のところで親子で一緒に専門家の話を聞くことが大事だと感じました。
- ・今日はありがとうございました。
- ・気負うことなく感じられ、参加しやすかったです。ありがとうございました。
- ・多くの学びや気づきがあり家庭での健康教育について考える機会になりました。ありがとうございました。講師の先生のお話にもありましたが、私も教育は非常に重要だと考えております。性教育に限らず、がん教育やこころの健康教育も必要です。学校教育の場面では、教員や学校により温度差があることが課題だと思います。区内の大学や病院、患者会と協力することで、積極的に健康教育を行っていただきたいと思います。
- ・子どもたちを成育医療研究センターで出産いたしました。2子の出産時には、入院中に三戸先生にお世話になり、今回このような形でまた拝見できたことを嬉しく思います。またの機会を楽しみにしております。ありがとうございました。
- ・子どもたちが体と性の正しい知識を身に付けるような講座や機会を増やしたいと思えます。
- ・丁寧なわかりやすい講義をありがとうございました。出来れば少しでも資料が参加者限定でも拝見出来ると有り難いです。
- ・時間があって知識欲が高くリベラルな発想ができる老年世代が世田谷には多いと思うので、老年世代向けの教養講座として本日のような講座があれば啓発の裾野が広がるように思います。
- ・自分のパートナーに性に関するトピックを急に話すのはむずかしい、相手が性のことについてどこまで知っているかわからないからだ。パートナーが自分より多くのことを認識していればいいけど、自分より意識が低くて、情報もあまり知らなかった場合は、あたりがビミョーな空気に包まれることに。そうなると関係もぎくしゃくしそうで少しこわい。「プレコンや性教育、いや生教育って大事なことなんだよ」と素人が見様見真似で情報の羅列をくどくど話してるのを聞くだけでは、相手も退屈で、どれだけ有用な情報であってもあまり記憶にも残らないとおもう。よって私は、専門家が講演などを定期的にするのが大事だと思う。専門家の講演なら、まとまりをもった話し方だし、発表もし慣れてるから、聞く方もラク。やはり興味を持って研究などをしている人でないと、聞く人にはプレコンセプションケアの意義や熱意が伝わりにくいと思う。興味・関心がないパートナーを講演などにずるずるひきずっていくのは、ひきずられる方もひきずっていく方もつらいことだ。どうやって関心がない人を講演につなぐかが今後の課題だと思われる。ちょっとしたお菓子や、ポストカードなどの入場者特典などで、「行って得がある」と思わせるのがいいか。参加のハードルを下げるにはどうしたらいいだろう。私は今日の内容は老若男女問わず知っておいて損はないと感じたので、認知度が上がることを願ってやまない。社会の中にある偏見や差別の意識を解放して、みんなが暮らしやすい社会にするために、子どもの頃からの人間教育をしっかりと欲しています。そのための区独自のカリ

キュラムを作ってもいいかなあと思いました。あとは、子どもたち一人一人が自分の良さや可能性を認識できて、他者のことも価値ある存在と尊重できるように、一人一人の学び（得意なこと）を大切にしてみんなが社会の作り手となるように行政でも色々と考えていってほしいです。（令和3年1月26日 中央教育審議会答申にありました）※内容的に担当の課が違うと思いますが、その点はご容赦ください。貴重な講演会を本日はありがとうございました。

- 学びの機会をありがとうございました

## パンフレット発行にかかる中学生との懇談結果について

## 1 目的

パンフレットの体裁や内容等について、当事者である中学生から直接意見を聴くことにより、ニーズをふまえるとともに、魅力的なパンフレットとする。

## 2 開催日時、会場

令和5年12月22日（金）14時30分～16時30分

## 3 参加者

弦巻中学校2年生 8名（男女4名ずつ）  
健康推進課職員4名、養護教諭、学年主任

## 4 場所

弦巻中学校会議室

## 5 方法

- ・事前にパンフレット案を学校から生徒に渡していただき、目を通してもらったうえで懇談会に参加。
- ・男女でグループを分け、お茶やお菓子を食べながら懇談を行った。
- ・懇談会終了後、校長および養護教諭と意見交換を行った。

## 6 中学生からの意見（抜粋）

## (1) 男子生徒の意見

## ①文字の大きさや字体・量・フリガナについて

- ・重要なところは文字を大きくするなど、濃淡がはっきりしたほうがわかりやすい。
- ・タイトルは違うフォントにするといいのではないか。
- ・全体的に文字量が多い。
- ・読めない漢字が多いと読む気にならない。専門用語を含めて、難しい漢字にはフリガナを振ってほしい。

## ②デザインや色合いについて

- ・内容が固い感じなので、柔らかいデザインがいい。
- ・薄い黄色など柔らかい色合いが良い。
- ・目次ごとに色を変えるなどするとわかりやすい。

## ③冊子の大きさについて

- ・A5サイズは小さい。
- ・B5サイズ程度が良い。
- ・教科書だと大きすぎる。

## ④情報へのアクセス（二次元コード）について

- ・多すぎると見ない。面倒になる。
- ・日頃タブレットなどで調べものをするので二次元コードは必要なものだと思う。
- ・大事なものに絞って載せて、あとはまとめて載せるのがいいのでは。

## ⑤ 具体内容について

- ・ページは少ないと読む気にならない。これくらいのページがあるとしっかり書いてあると思える。
- ・月経周期図のようなものがあると読みやすい。
- ・からだの絵はどうしてもという理由がないのであれば、辞めた方がいいのではないか。そういうのが書いてあると、親から何見ているの？と言われそう。恥ずかしい。
- ・これから体験する人もいる中で、ふざけ合ってやるものではないという注意喚起の文章が表紙にあったほうがいい。

## (2) 女子生徒の意見

## ① 文字の大きさや字体・量・フリガナについて

- ・タイトルだけでもフォントを変えると良いのではないか。
- ・文字が多い。

## ② デザインや色合いについて

- ・表紙は目立つので、大事にしてほしい。
- ・ポップでかわいい感じの方がスタイリッシュなものより目に入りやすい。
- ・動物などのキャラクターがいたほうがよい。
- ・先生のようなキャラクターが言うようにすると、お説教のようなものだとしても仕方ないと思える。
- ・イラストを入れたほうが見やすいと思う。
- ・全体的に淡い色がいい。
- ・レタリングをするなど目立つようにしたほうがよい。すてきなアレンジが欲しい。

## ③ 冊子の大きさについて

- ・教科書（B5）くらいがいい。

## ④ 情報へのアクセス（二次元コード）について

- ・どこに相談すればいいかわからない。二次元コードをわざわざ読み込まないかもしれない。

## ⑤ 具体内容について

- ・タイトル（こころとからだのトリセツ BOOK）に違和感はない。
- ・基本的に知らないことが多いため、載せていいか迷うものは載せた方が良いと思う。
- ・月経のサイクルの絵を大きくしてほしい。この時期にこういう症状が出るとか分かると良い。初めて知った。知って良かったなと思った。
- ・男性と女性のからだを並べるとお互いが分かるのではないか。
- ・母親にこのパンフレット案を見せたところ、大学時代の友人の予期せぬ妊娠の話を知ったが、そのような実体験（エピソード）を掲載すると自分事に思えるのではないか。
- ・男性のからだについては初めて知った。
- ・妊娠や出産のことは保健体育で習っていても覚えていない。
- ・妊娠や出産のことは今の自分と関係しないため、さらっとで良いかもしれない。
- ・産婦人科に行ったことはない。産婦人科で何を見てもらえるか知りたい。
- ・性的同意という言葉はあまり聞いたことがない。
- ・子どもの権利条約については初めて知った。
- ・性の多様性についてはニュースなどで知る程度で詳しくは知らない。
- ・遠い未来のことよりも現在のからだの変化等のことが知りたい。
- ・低用量ピルやHPV ワクチンについては初めて知った。
- ・ステップファミリーについては、意味が分からなかった。

#### 7 校長及び養護教諭からの意見（抜粋）

- ・初めに子どもの権利条約を掲載し、その後、こころとからだのことなどが続くと良い。
- ・相談先については、大まかにでも内容が記載されていると、アクセスしやすいのでは。
- ・生徒みんなが読むことができるよう、フリガナは多めにしたほうが良い。
- ・生徒たちに自分事として捉えてもらえるような内容になると良い。
- ・「自分を大切に」というメッセージは非常に大事であると考えてる。

#### 【生徒が描いたイラスト】

- ・生徒がパンフレットの内容をイメージした描いたイラストを持参。
- ・裏表紙に使用予定。



## パンフレット発行について

## 1 対象

中学生

## 2 掲載項目（初版）

※現場の反応や状況を見て、第2版以降、項目の追加や内容をバージョンアップする。

## (1) 今、このBOOKを開いている中学生のみなさんへ

- ・中学生の頃から知っていると安心できることをまとめた
- ・目次

## (2) はじめに

- ・リプロダクティブ・ヘルス/ライツって知ってる？
- ・子どもの権利条約
- ・世田谷区子ども条例

## (3) こころのこと

- ・気持ちは目まぐるしく変化するもの。色々な気持ちになるのは自然なこと。
- ・分かり合える人と話すことで気持ちを整理できることもあるかも。
- ・自分のことどう思う？ボディー・イメージはそのときどきで変わるもの。また、周りからの影響を受けやすいことを知っておきましょう。
- ・あなたは、あなたらしさを大事にされる存在。
- ・(コラム) 思春期世代に起こりやすい病気～市販薬への依存、摂食障害、自傷行為～

## (4) からだのこと

## ・女性のからだの変化

女性ホルモンによりからだの変化が起こる、妊娠することができるからだになっている、月経（生理）って？健康な月経の目安、月経周期と体調の関係、月経痛がつかいときは？、ダイエットと月経、産婦人科等への受診の目安

## ・男性のからだの変化

男性ホルモンによりからだの変化が起こる、妊娠させることができるからだになっている

(コラム) 陰茎は大きい方が良いの？包茎って？洗い方や受診の目安って？

## ・(コラム) 性分化疾患って？マスターベーションって？性の多様性 (SOGIE、LGBTQ)

## (5) 恋愛・人との関係のこと

- ・お付き合いの仕方は人それぞれで正解はない。
- ・大事なことは、あなたと付き合っている相手が「対等な関係」であること。
- ・デートDVって？
- ・バウンダリーってなに？
- ・性的同意ってなに？
- ・性的な触れ合いは、どんなときでも、お互いの「同意」が必要で、「同意」とは、お互いの積極的な「YES！」がそろふこと
- ・(コラム) 性交（セックス）はいつからしていいの？
- ・性的なトラブルをなくすために
- ・もしも、性的なトラブルにあってしまったら

## (6) 妊娠のしくみ

- ・妊娠が成立するまで

- ・10歳代の妊娠・出産について
- ・思いがけない妊娠を防ぐには
- ・(コラム) 妊娠・出産の年齢って？人工妊娠中絶って？家族の多様性って？世田谷区パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓の取り組み

#### (7) 性感染症のこと

- ・性感染症は、性交（膣性交・口腔性交・肛門性交）などによる皮膚と皮膚や粘膜と粘膜との接触でうつる。
- ・感染しても自分では気づかない場合が多いので知らないうちに感染が広がることもある。
- ・男性も女性も不妊症の原因となることがある。
- ・性感染症にはどんなものがあるの？～梅毒、クラミジア・HIV・HPV～
- ・性感染症にかかっているかもと不安に感じたら検査を受けましょう。
- ・性感染症予防のためには、まずはノーセックス、次にセーフティーセックス
- ・HPV感染による子宮頸がん予防のために～HPVワクチン接種・子宮頸がん検診～

#### (8) 思春期のこころとからだに関する情報源

- ・まるっと からだとこころの科学 まなブック 他

#### (9) おわりに

- ・何よりも大切なことは、あなたのこころとからだを満たされ健康的に過ごせること
- ・弦巻中学校生徒さんの絵
- ・作成、監修、発行

### 3 活用方法（案）

試行段階では解説等があった方が望ましいことから、以下を想定

- ・区立中学校での産婦人科医や助産師による事業等での活用（希望者）
- ・区立中学校の養護教諭による保健室での活用（希望者）
- ・生涯学習課が実施する家庭教育学級でのPR
- ・区内国立・私立中学校への案内
- ・青少年交流センターや「らぷらす」での事業等での活用

### 4 仕様

- ・B5判20ページ、カラー

### 5 印刷部数（初回分）

2,000部

### 6 監修

西岡 笑子 氏（順天堂大学 教授 保健看護学部看護学科母性看護学）

高橋 幸子 氏（埼玉医科大学 助教 医療人育成支援センター・地域医学推進センター）

【令和3年度～5年度厚生労働科学研究費補助金 女性の健康の包括支援政策研究事業

「まるっと からだとこころの科学 まなブック」編集委員】

### 7 発行

令和6年3月