小学校及び義務教育学校４年生のご家庭へ

家庭でできる性教育

さわやか

相模原市教育委員会

発刊によせて

相模原市教育委員会
教育長　　鈴木　英之

近年、スマートフォン、インターネットの普及などにより、性情報の氾濫、子どもたちの性に関する発達課題が見られ、児童が性犯罪被害を含む重大な事件に巻き込まれるケースも増えています。このような社会の変化に加え、生命の軽視、性的成熟の低年齢化、大人も含めた規範意識の低下など、現代の子どもたちの生活環境を考えると性に関する指導を充実させる必要性を感じます。

また、性感染症や子宮頸がんなどの疾病を予防するための正しい知識を教育することは、とても大切です。性に関する指導においては、生命の尊さを理解し、性に関する正しい知識と倫理観を身に付け、人間尊重・男女平等の精神に基づいた人間性を育てながら、自分の生き方・行動をしっかり考えることが重要です。さらに、性的指向・性自認などの正しい理解も必要です。

学校における性に関する指導につきましては、一人ひとりの個性を尊重し、生涯にわたって健康で明るい生活ができる児童生徒の育成を願い、人間形成の一環として全教育活動の中で進めております。

また、その推進にあたりましては、子どもを養育する家庭・保護者の役割が重要視されています。子どもの性意識や性行動は、生まれ育った家庭の在り方、家族の関係、保護者の価値観や生き方、子どもの育て方やしつけなどに大きく影響されます。各ご家庭におかれまして、お子さんの発達段階に応じた関わり方を心がけ、「性について話し合える家庭」を築いてくださることを願って、家庭でできる性教育「さわやか」を刊行いたします。本誌が家庭における性教育の一助になれば幸いです。

目　次

発刊によせて …… 1
Ⅰ 性に関する指導のめざすもの～心豊かで、幸せな毎日を送るために～ …… 2
Ⅱ 性に関する指導における家庭の役割
～性に関する指導の基盤は家庭にあります～ …… 3
1 家庭のなかで心がけたい５つのポイント …… 3
2 親として、人生の先輩として …… 4
3 思春期のからだの変化 …… 5
4 よりよい人間関係を育てるために …… 6
5 こんなとき、どうする？ Ｑ＆Ａ …… 7
Ⅲ ライフステージにみる心とからだの変化 …… 9
Ⅳ 性犯罪等被害・性非行の実態と防止 …… 11
Ⅴ 性にかかわる主な疾病及び情報 …… 13
性感染症、HIV感染症/エイズ、子宮頸がん …… 13
性的虐待、性的指向・性自認、デートDV …… 14
Ⅵ 主な相談機関 …… 15

お願い

・この冊子は、各家庭でお子さんの発達段階や興味関心に応じて生じる「性の問題」に対して、保護者として、また、人生の先輩として、より積極的に関わっていただき、子どもたちが健やかに成長することを願って作られました。お子さんの様子を一番理解できるのは保護者の皆様です。この冊子を参考にしていただき、それぞれの「我が家の性教育」を考えていただきたいと思います。

・本書は専門的な説明はできるだけ簡潔にしました。詳しい情報や相談機関につきましては、「Ⅵ　主な相談機関」をご覧ください。また、場合によっては、専門家との相談や専門医の診断治療が必要なこともありますのでご留意ください。

Ⅰ　性に関する指導のめざすもの

～心豊かで、幸せな毎日を送るために～

人間は、様々な人との関わりをもちながら生活を営み、自分はどのように生きるべきか、いろいろな生活場面を通して考え、判断し、行動します。

私たちは、多様な価値観が存在する社会の中で生活しています。その中で互いに相手を認め、理解し、尊重し合って生きていくことが大切です。日々の生活を通して、人としての在り方（人格）、人間らしさ（人間性）、人と人との関わり方（人間関係）を自己の成長とともに学び、自覚する中で性が確立されていきます。

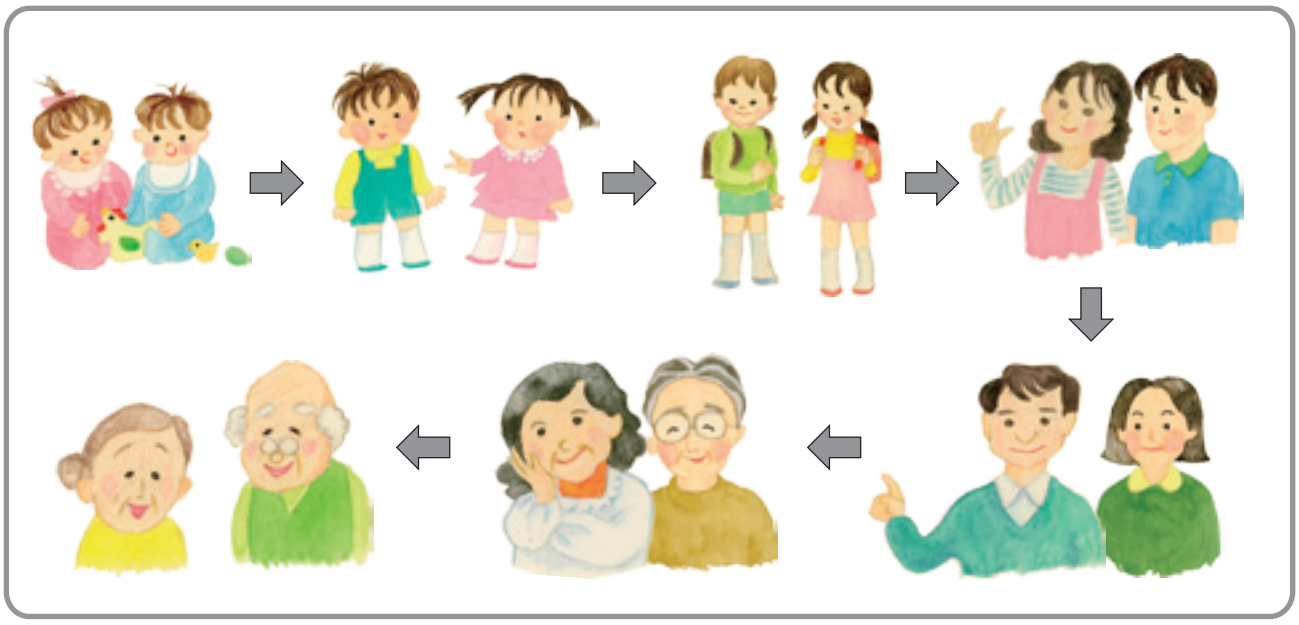
性は本来人間が「心豊かに幸せに生きる」上で最も基本的なものの一つです。これからの性に関する指導は、性のもつ身体的側面・精神的側面・社会的側面に視点をあてながら、生命を尊重し、愛に根ざしたよりよい人間関係を求めた自己実現の教育として考えていく必要があります。そのためには、発達段階に応じて次のような心や態度を身に付けていくことが大切です。

かけがえのない生命の大切さを知り、生命を慈しみ尊重する心や態度を育てましょう。

互いを尊重し合うことの大切さを理解し、よりよい人間関係を築こうとする心や態度を育てましょう。

性に関する正確な知識を身に付けるとともに、多様な性を理解する心を育てましょう。

こうした心や態度をはぐくみながら、一人ひとりが人生の中で性と向き合うとき、自ら考え、判断し、責任ある行動をとることができるよう、学び続けていくことでしょう。



Ⅱ 性に関する指導における家庭の役割

～性に関する指導の基盤は家庭にあります～

家庭で行う性教育は「子育て」の中で行われるものです。子どもは保護者の生活態度や考え方、心がまえなどを知らず知らずのうちに学びとり、見よう見まねで身に付けていきます。保護者が一生懸命生活している姿や、生きていることのすばらしさを伝えることが大切であり、性に関する指導の基盤でもあります。

1　家庭の中で心がけたい５つのポイント

愛情あふれた家庭をつくりましょう

家庭での性教育は、生まれたばかりの赤ちゃんを抱き上げたときから始まっています。子どもが成長するにつれ、機会をとらえて誕生の様子や愛されて育ったことを伝えましょう。

家族がお互いを思いやり、助け合っている姿は子どもの心を安定させ、優しい心を育てます。

性についての良き相談相手になりましょう

性に関する問題は、子どもにとっては初めて体験することがほとんどです。それだけに不安や悩みも多く、人生の先輩として相談相手になってあげることが大切です。それでも本人から言い出せない場合もありますので、気が付いたら親の方から言葉かけすることも必要です。

性は大切なものとしてあつかいましょう

性を考えることは、決して恥ずかしいことではありません。人間の生活を豊かで、幸せにしてくれるものです。子どもに性を後ろめたいものであるとか、不潔なものであるといった印象を与えないようにしましょう。ただし、性に関する慎み深さは大切にするよう心がけましょう。

性に関する質問にはあたたかく答えましょう

子どもは大人からみると驚くような質問をしてくることがあります。しかし、たいていは素朴でまじめな質問です。こんなときこそ性教育のチャンスです。拒絶したり隠したりせず、発達段階に応じて納得できるように話してあげましょう。

<話をするときは…>

・正確な内容を話しましょう。
・事実ではないことを話すのはやめましょう。
・子どもの知りたがっていることが何なのかを確かめましょう。
・表面的な言葉に惑わされず、質問のポイントをとらえましょう。
・即答できないときは「あとで調べてから教えるね」と伝えましょう。

何でも話し合える雰囲気を大切にしましょう

子どもが思春期になって、あるいは問題が起きてから性について話し合おうしても、何でも話し合える親子関係がなければ、なかなかうまくいきません。普段から親子で話し合う習慣を大切にしましょう。

2　親として、人生の先輩として

人生の中で性と向き合うとき、自ら考え、判断し、責任ある行動がとれることが大切です。親として、人生の先輩として発達段階に応じて、次のような心や態度をはぐくむよう心がけましょう。

（1）自分を大切にする姿勢を育てましょう

大切にされている体験の積み重ねを

たっぷりと愛情を注がれて育った子どもの心は、深い満足感と自分は愛され守られているという安らぎの感情をもちます。自分自身を肯定できると、自分以外の人や自分を取りまく世界についても同じように大切な存在だということが分かります。

（2）自分をコントロールする力を育てましょう

がまんする心を育てましょう

子どもの欲求を受け入れられないときはその理由を分かりやすく説明し、がまんする心を育てましょう。幼いときからのがまん体験の積み重ねが、性行動をコントロールする力につながります。

自信や誇り・将来への夢を

将来に向けての夢や希望が、自己抑制力になります。子ども自身の自信や誇りが自己の未来を明るくします。「何とかなる、平気だ、別の方法がある」と思える自信や誇りを身に付けることが大切です。

（3）自分で判断し行動できる力を育てましょう

自分の行動に責任をもてるようにしましょう

日頃から「～しなさい」と押しつけるのではなく、できるだけ自分の考えで行動や態度を決めるチャンスをつくり、その結果に責任をもてるようにしましょう。特に、思春期の性行動においては、自分で判断し行動する力が要求されます。

（4）思いやりの心を育てましょう

相手の立場に立って考える体験を

思いやりの気持ちとは、相手の立場に立って考えることです。子どもの思いを十分受け止めた上で「ところで相手はどう思っているんだろう」と想像する力を身に付けられるようにしましょう。

命あるものに愛を与える体験を

自分から相手のために何かをするということは、自分にとってもうれしいことだという経験が大切です。「与えられる愛」だけでは思いやりのある子どもには育ちません。「愛を与える」喜びを体験してはじめて愛されることへの感謝の気持ちや思いやりの心が生まれます。

3　思春期のからだの変化

話をするきっかけは…

思春期に大人への道を歩み始めるのは、男子も女子も同じです。お子さんのからだの変化に気付いたり、お子さんからアプローチがあったりしたときがチャンスです。普段の会話の中でさりげなく話題にするのもよいでしょう。その際には、からだの仕組みを含め、分かりやすく話してあげましょう。

女子のからだの変化

思春期になると、身長や体重が増加し、体毛が生え、丸みのあるからだつきになります。このようなからだの変化が見られたら、月経が近づいているしるしです。からだが成長していることを素直に受け入れられるよう家族で見守るとともに、月経の対応などのマナーについても話しましょう。

本人は不安や気恥ずかしさがまざりあって、複雑な心境になります。日頃から具体的なアドバイスをしておくとよいでしょう。また、同時に「月経が始まったら妊娠する可能性がある」ことにも触れておくことが大切です。

男子のからだの変化

思春期になると、身長や体重が増加し、がっしりとしたからだつきになり、体毛が生え、声がわりや精通を経験します。精通があることは、からだが成長しているしるしです。成長の喜びと行動に対する責任の重さを話しましょう。

自分の行動が相手や周りの人にとって、どういう影響を及ぼすかを考え、自分の行動には責任が伴うことを伝えておきましょう。特に、一時の感情や衝動で安易に性行動に走ってはいけないこと、妊娠する可能性があることについて触れておくとよいでしょう。望まない妊娠は自分を悩ませるだけでなく、相手を大きく傷つけることも伝えましょう。

人間の成長には個人差があることを伝え、月経の始まる時期など周囲の友達と比べて不安にならないよう話してあげましょう。また、自分の性や性別についてとまどいを感じる人もいます。心配なことがあるときは、専門の医師などに相談してください。

4　よりよい人間関係を育てるために

性の欲求は一人ひとりちがうもの

思春期になると、性に関する様々なことに関心が強くなることが多くなりますが、欲求は人それぞれです。性への関心が接近欲、接触欲、性行為欲へとストレートにつながっていく人もいれば、一緒にいて会話を楽しんだり、見つめ合ったりしていることで欲求が満たされる人もいます。「自分がこうだから相手もそうだろう」と早合点するとお互いに傷つき合う結果になってしまうことを伝えておきましょう。

- 一回の性行為でも妊娠する可能性があり、自分と相手の将来を左右することになるので、軽はずみな行動はとらない。
- 露出の激しい服装や言動には注意をはらう。
- 強要されても、いやなことは「いや」とはっきり意思表示する。
- 人の性の欲求は必ずしも自分と同じではない。
- 相手の気持ちを尊重し、責任ある態度をとる。

我が家の方針を決め、約束しておきましょう

親としては、交際相手や様子について細かく知りたくなるのは当然のことです。しかし、交際はプライベートなものであり、親がすべてを知っておこうとするのも無理があります。そこで、親の願いやけじめとして、約束ごとを確認しておくとよいでしょう。望ましい交際は、お互いを大切にするという思いやりの心から生まれます。学び合い、理解し合い、心豊かに触れ合い、大人になるためのトレーニングでもあることを伝えておきましょう。

望ましい関係

◆いつも一緒にいて楽しい
（趣味が同じ、勉強を教え合う）
◆将来の夢を語れる
（お互いの進路を励まし合う）
◆自分にないものを相手から吸収できる
◆相手の気持ちを考えられる
◆お互いの悩みを相談し合える
◆困ったとき助け合う努力ができる
◆お互いの家族とも仲良くできる

望ましくない関係

◆無理して相手にいいところだけを見せようとする
◆相手にこびるような態度をとる
◆高価なプレゼントを贈り合う
◆「勉強などどうでもいい」と遊びまくる
◆性行為に発展し、その責任がもてない
◆自分の考えを相手に確認せず、押し付ける

5　こんなとき、どうする？　Q＆A

子どもはどんなことで悩んでいるの？

★ からだの変化が恥ずかしい…
親に知られたくないなぁ。
友達にからかわれた。
汚れた下着どうしよう。
誰に相談しよう。
自分だけかも。
他の人と違うかも。

★ 体臭が気になる…
自分が汗臭い。
他の人にも臭うかも。

★ 発毛現象のとまどい…
わき毛の処理はどうしたらいいの？

★ もっとやせたい…
みんなやせてる。
ダイエットしなきゃ。

この時期の悩みは、成長の早さには個人差があり、人それぞれが違うことにあります。水泳の学習や宿泊体験学習などで互いにはだかを見たり見られたりする中で、友だちと比べてしまうことが多くあります。特に、からだの変化の発現が早い子どもは周囲の目が気になり、自分のからだの成長を素直に喜べなかったり、いやらしいこと、いけないことと思い、人に相談できなかったりすることがあります。

また、女子のからだの変化については比較的早い時期に教えられるのに対して、男子は教えられる機会が少なく、一人で悩みを抱える子どもが少なくありません。

親として心がけることは？

- たとえ子どもであっても一人の独立した人間として認めて接する
- ほどよい距離感をもちながらしっかりと見守る姿勢を大切にする
- 親とはいえ、子どものプライバシーに踏み込まない
- 照れ隠しに安易にからかうような言い方は避ける

子どもは能力も性格も、成長の早さも、一人ひとりみんな違っています。しかし、どの子どもも自分の中に伸びようとする力をもっています。子どもの内部から伸びようとする力を認め、信じましょう。

また、子どもから性について聞かれたときは、誤った情報に惑わされないよう、真剣な態度で教えるべきことはしっかりと教え、子どもが自分自身を大切にできるような性の意識を育てていきましょう。

「赤ちゃんはどうやってできるの？」と聞かれたら…

子どもが成長するにつれて、誰もが必ず抱く疑問です。子どもの成長に合わせて説明してあげるとよいでしょう。
また、この機会にかけがえのない命を大切にする気持ちを教えましょう。

お父さんのもっている数え切れないほどたくさんの赤ちゃんのもと（精子）のたった１つが、お母さんのもっている赤ちゃんのたまご（卵子）と一緒になって、赤ちゃんができるのよ。そしてあなたがうまれてきたのよ。

お互い好き同士になると「一緒にいたいな、もっと親しくなりたいな」と思うようになるの。花が種を残すように、昆虫が子孫を残すように、人も子孫を残そうとするの。数えきれないほどたくさんの命があなたにつながってきているのよ。

妊娠が分かったときの喜び、妊娠中の苦労話、お父さんの様子、出産（誕生の瞬間）のことなど、それぞれのお子さんにまつわる具体的なエピソードを話してあげましょう。そして、お子さんの誕生をどんなにみんなが待ち望んでいたか、また、赤ちゃんの妊娠・誕生はお母さん、お父さんはもちろんのこと、家族や病院の人など周りの協力も大きかったことを話しましょう。

それぞれの家庭にあった言葉で話しましょう。

こんな様子を見かけたときは…

性描写が露骨な画像が…

性に強い関心を抱く時期です。すぐに消したり、取り上げたりせず親の感想などを話してみましょう。表現方法や内容について、客観的に話し合えるチャンスです。

親に対して口答えをしたり口をきかなかったり…

自我を確立しようとしている時期です。自分に対する自信のなさや不安から、人を拒否したり、反抗したりします。気持ちに寄り添いながら見守る余裕も必要です。

いつまでも鏡を見ているが…

性に関心をもつようになり、自分の容姿が気になる時期です。容姿をけなすような会話は慎みましょう。
また、見かけだけではない内面の美しさや個性にも気付かせていきましょう。

心配な友だちと付き合い始めたらしい…

自分を分かってくれる友だちを求める時期です。友だちの悪いところを言うのではなく、相手に振り回されず、自分で判断する大切さについて話をしていくとよいでしょう。

スマートフォンでこそこそ…

家族よりも、他者とのつながりが大切になってくる時期です。日頃から SNS 等を使用する際の約束・注意点を話し合っておくとよいでしょう。

本人も「悪いな、まずいな」と分かってやっていることが多いのです。人生の先輩として、親の方がゆとりをもって接しましょう。タイミングをはかり、落ち着いた頃に上手にアドバイスするのも効果的です。

- 一方的な押しつけにならないように気を付けましょう。
- スマートフォン等の使い方に、普段から目を配っておきましょう。
- 本人の言い分をよく聞きましょう。

Ⅲ　ライフステージ別にみる心とからだの変化

※心やからだの発達には個人差があります。一般的なものについて掲載しました。

	幼児期	児童期	思春期
	0 歳 1 歳 2 歳 3 歳 4 歳 5 歳 6 歳	7 歳 8 歳 9 歳 10歳 11歳 12歳	13 歳 14 歳 15 歳
からだの変化	男女の差が少ない	女子が男子の体格を上回る からだが大きくなり、がっしりとしたからだつきになる（男子） からだが大きくなり、丸みのあるからだつきになる（女子）	
成長段階	からだに関する関心 基本的生活習慣・しつけの形成 初期の道徳性発達 性的関心と疑問 親との同一視 性差の自覚	思春期への準備 自己の誕生への関心 ギャングエイジ	思春期の心とからだの変化 思春期の不安と動揺 性への関心 進路の選択
心の発達	■いろいろなことをひとりでできるようになる ■ごっこ遊びなどをする	■知的探求心が発達し、よく質 問をするようになる ■仲間としての意識が強くなり 、集団で遊ぶようになる	■自我の確立に伴い、権威に対する反抗や自己顕示欲が高まる ■性への関心が強まったり、性的欲求が高まったり、性に関する悩みが増える

学習内容

学校ではこんなことを
学習しています

小学校及び義 務教育学校1学年
◎「たいせつ なからだ」
◎「うれしい タッチいやなタッチ」
◎「かぞくの なかのわたし」

小学校及び義務教育学校4学年
◎「おとなになるために」
◎「男女の協力」
◎「楽しさの中に」

中学校1学年または義務教育学校7学年
◎「思春期の心とからだ」
◎「男女相互の理解と協力」
◎「性情報と性意識」

小学校及び 義務教育学校2学年
◎「せいけ つな体」
◎「さそい にのらない」
◎「みんな 大切ないのち」

小学校及び義務教育学校5学年
◎「血液の働きと病気」
◎「命のつながり」
◎「性犯罪等被害から自分を守る」

中学校2学年または義務教育学校8学年
◎「思春期における性意識と行動」
◎「性犯罪等被害と加害の防止」
◎「将来につながる自分のからだ」

小学校 及び義務教育学校3学年
◎「女 の子、男の子」
◎「す てきな言葉」
◎「た すけ合う家族」

小学校及び義務教育学校6学年
◎「エイズの理解と予防」
◎「魅力的な友達」
◎「大人になるってどうなること」

中学校3学年または義務教育学校9学年
◎「エイズや性感染症の予防」
◎「これからの自分と性行動」
◎「社会生活と性」

支援教育　◎「きれいな体」　◎「わたしたちのからだ」　◎「おんなの子　おとこの子」　◎「からだの変化」

※児童生徒の発達段階に応じて、各学年の学習内容を学びます。

性に関する指導の手引き（相模原教育委員会）より

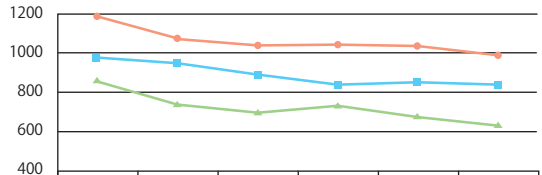
学校における性に関する指導は、体育科、保健体育科、特別活動（学級活動、児童会活動、学校行事等）をはじめとして、学校教育活動全体を通じて行っています。

Ⅳ　性犯罪等被害・性非行の実態と防止

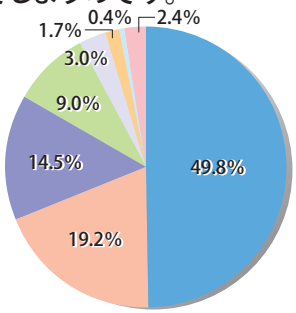
子どもたちを取り巻く犯罪

金銭や品物等を渡すなどして性的な行為をする児童買春や、風俗営業店等で１８歳未満の子どもに接客をさせるなどの犯罪は、子どもたちの心やからだに悪影響を与え、健全な育成を阻害します。子どもたちは心身ともに未熟であり、環境に大きく影響されます。一部の業者の利益優先主義や大人の享楽的な風潮などが、子どもたちの大切な未来を奪い取ってしまうのです。

福祉犯罪の推移(刑法犯を含む)



	26年	27年	28年	29年	30年	元年
検挙件数	1189件	1075件	1033件	1034件	1018件	985件
検挙人員	974人	945人	899人	829人	844人	826人
被害少年	865人	734人	696人	736人	677人	627人



〈福祉犯罪検挙人員法令別状況〉

児童買春・児童ポルノ禁止法	49.8%
県青少年保護育成条例	19.2%
刑法	14.5%
未成年者喫煙禁止法	9.0%
児童福祉法	3.0%
風営適正化法	1.7%
出会い系サイト規制法	0.4%
その他	2.4%

（参考資料：神奈川県警/ STOP!THE 少年非行　令和元年版）

最近は、都市部において、若年層の女性を商品化し、性を売り物とする、いわゆる「JKビジネス」と呼ばれる営業が出現し、「裏オプション」と呼ばれる性的なサービスをさせられる被害が確認されています。

インターネットを通した様々な問題

近年のスマートフォン等の普及は、小学生でもわいせつ画像等の誤った性情報を簡単に入手することができ、若者の性意識に多大な影響を及ぼしています。

スマートフォン等がもたらす危険性

スマートフォン等の普及により、これらを利用した非行や犯罪被害、トラブル等が多く発生しています。出会い系サイト規制法により、出会い系サイトを利用した犯罪被害は減少していますが、代わってＳＮＳ等を利用して被害にあう18歳未満の子どもが目立っています。サイトを通じて人と知り合い、メールアドレス等を教えて、実際に会ってしまったため、性犯罪の被害にあっています。最近では、スマートフォンの無料通信アプリやIDを交換する掲示板サイトを使用し、犯罪の被害にあうケースが多発しています。

スマートフォン等利用 10 の約束

① スマートフォン等を1日に使う時間は（　　）分とする。

② スマートフォン等を使わないときは（　　）に置く。

③ 友だちにメールやＳＮＳでメッセージを送るときは、文字だけでは気持ちが伝わりにくいことを考えて、その文章で本当に良いか、他の伝達手段の方が良いのではないか、きちんと考える。
　また、そのことで、失敗してしまったと感じたときは（※　　）に相談する。

④ 友だちとのＳＮＳのやり取りの中で、誹謗中傷があったり、人が写っている写真を勝手に使っているようなときは（　　）ということをする。

⑤ ＳＮＳ等、インターネットを利用したサービスに投稿するときは「その投稿は法律に触れないか」「その投稿を見たり聞いたりして嫌な気持ちになる人がいないか」「衝動的な感情まかせ、思い込み、視野の狭い気持ちになって投稿しようとしていないか」を冷静に振り返る。
　また、振り返ってみて投稿してもよいか迷ったときは（※　　）に相談する。

⑥ メールやＳＮＳ、通話を使用していて、知らない人からのメッセージが来たとき、自分を認めてくれたり、励ましたりしてくれる内容でも、安易にその人と個人的な連絡を取らない。
　また、知っている人からのメッセージでも、嫌な内容やこちらの個人情報を聞いてくるような内容であったときは（※　　）に知らせる。

⑦ スマートフォン等にはフィルタリングの機能をもたせ、新しいアプリケーションをインストールして利用するときは（　　）という約束のもと、インストールする。

⑧ インターネットを利用した買い物や支払いをするときは（※　　）と一緒に行う。

⑨ お金や、自分の写真、住所や電話番号を請求されたときは（※　　）に知らせる。

⑩ 以上の約束が守れなかったときは（※　　）にスマートフォン等を返す。

※ 保護者の名前

インターネットによる性犯罪から子どもたちを守るために

インターネットによる様々な犯罪から子どもたちを守るために施行された法や条例には、保護者の責任について示されています。

出会い系サイト規制法

第1章　第４条

児童の保護者は、児童によるインターネット異性紹介事業の利用を防止するために必要な措置（フィルタリング等）を講ずるよう努めなければならない。（一部要約）

神奈川県青少年保護育成条例

第４章　第35条

保護者は、青少年がインターネットを利用するに当たっては、青少年有害情報を閲覧することがないように努めるとともに、インターネットを適切に活用する能力を習得することができるように努めなければならない。（一部要約）

子どもを守ろう

「３つの力」を育てましょう

判断力…情報の正しさ、危険性を見極め、判断する力
責任力…自己責任で利用する力
自制力…誘惑に負けない力

ルールづくりをしましょう

スマートフォン等を使う場所や時間、使い方などのルールをつくり、守らせましょう

保護者が見守り、時には注意しましょう

スマートフォン等の使い方を見守り、生活習慣の乱れや依存を防ぎましょう

家庭でできること、親子で一緒に考えること

子どもたちには、寂しさや孤独感、親への反発を性行動によって代償しようとする場合があります。性の話がオープンにでき、理解しあえる親子であり、やすらぎのある家庭でありたいものです。

性犯罪の被害者にならないため

- 暗い道などで一人になるのは避ける。短時間だから大丈夫と過信しない。
- 歩きスマホやイヤホンで音楽を聴きながら歩くのを避ける。
- 危険を感じたら大きな声を出して逃げる。
- たとえ自宅敷地内でも、常に周囲を見回してから行動する。
- 防犯ブザーを携帯し、いざというときに使えるよう練習しておく。
- 自宅にもしっかり防犯対策をする。２階以上でも戸締まりを怠らない。
- 親子で防犯について考え、具体的な対応を繰り返し学ぶ。

加害者にさせないために

- 自分の行動に責任をもたせる。
- 正しい性知識を教える。
- 小さいうちから我慢できる子どもに育てる。
- 様々な場面を通して他人を思いやる心を育てる。
- 子どものもつ良い部分を見つけ積極的に褒めたり認めたりして、自分は大切にされていることを理解させ、他人が見ていなくても悪いことはしないという自律心を育てる。

こんな様子はありませんか？

- 頭髪、服装を気にし始める。
- 態度や言葉づかいが変わる。
- 学習成績が急速に下がり始める。
- 問題行動のある上級生にあこがれる。
- 生活が不規則になる。（欠席、遅刻、早退が多い）
- 感情のままに行動することが多い。
- 不平不満、言い訳、嘘が多くなる。
- 無理に目立つ行動をとる。
- 特定のグループだけと付き合うようになる。
- 弱い者への差別、いじめをする。

〈性非行におちいりやすいのは…〉

男子にみられる非行の特徴

性衝動をコントロールできないとき性非行へエスカレートする場合があります。（痴漢、露出、強制性交等、強制わいせつ、下着泥棒など）

女子にみられる非行の特徴

愛情欲や物欲により、売春行為へエスカレートする場合があります。（援助交際、JKビジネス、児童ポルノなど）

Ⅴ　性にかかわる主な疾病及び情報

性感染症

●性行為によって感染する病気の総称です。
→「Sexually Transmitted Infections」の頭文字をとって「STI」とも呼ばれています。
●体液（精液・膣分泌液・血液や粘膜など）に潜んでいるウイルスや細菌などが、性器・肛門・口腔などに接触することで感染し、発症する病気です。
●エイズも性感染症の一種です。

〈主な性感染症〉
性器クラミジア感染症／梅毒／性器ヘルペス／淋菌感染症／尖圭（せんけい）コンジローマ／トリコモナス症／性器カンジダ症などです。

ＨＩＶ感染症／エイズ

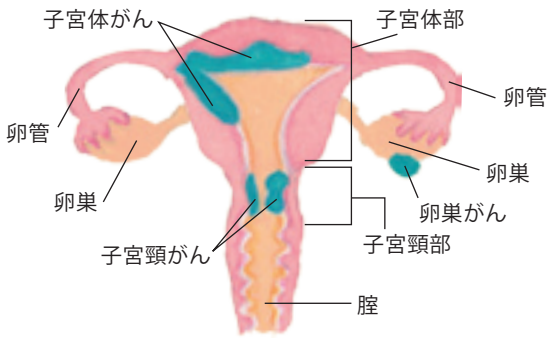
●HIV（Human Immunodeficiency Virus：ヒト免疫不全ウイルス）に感染することで起こる病気です。
●性行為による感染が約８割を占めています。その他、血液を介しての感染、母から子への感染が報告されています。
●免疫力が低下するため、健康な時には自分の力で抑えることのできるウイルスや細菌などに感染しても、重い症状が引き起こされます。
●感染していても数年～１０年程度は、ほとんど症状が現れない人もいますが、短期間のうちにエイズを発症する人もいます。
●平成30年末の時点で、国内の累積HIV感染者、エイズ患者報告数は、併せて3万人程です。

子宮頸がん

●子宮の入口（子宮頸部）にできるがんです。
●発症は３０代から４０代に多いですが、２０代の若い女性の発症が急増しています。
●多くの子宮頸がんの発症には、ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が関係しています。
●HPVに感染しても、ほとんどの場合は自然に体内から排出されますが、感染が長期間（５～１０年）続くと、その一部からがんが発生することがあります。
●子宮頸がんの原因となるＨＰＶの感染予防にはワクチン接種が効果的です。ＨＰＶワクチンは、平成２５年４月１日から、予防接種法に定められた定期接種として、小学校６年生から高校１年生に相当する方が無料で接種できることになりました。しかし、接種後にワクチンとの因果関係が否定できない持続的な疼痛が見られたことから、この副反応の発生頻度等がより明らかになり、適切な情報提供ができるまでの間、積極的な接種のお勧めはしていません。接種については、ワクチンの有効性と副反応について十分に理解した上で受けるようにしてください。詳しくはお近くの医療機関又は、相模原市保健所疾病対策課予防接種班〔０４２－７６９－８３４６（直通）〕にお問い合わせください。
●早期発見のために、２０歳以降は定期的に子宮がん検診を受けることが大切です。

ヒトパピローマウイルス（HPV）

・皮膚や粘膜の上皮に異常細胞を引き起こすウイルス
・性行為で感染する
・150種類以上の型があり、そのうち１５種類くらいが発がんに関係する
・初期の子宮頸がんは、自覚症状がない



性的虐待

●児童虐待の一つに性的虐待があります。「児童虐待の防止等に関する法律（児童虐待防止法）」により、性的虐待を「児童にわいせつな行為をすること又は児童をしてわいせつな行為をさせること」（第２条第２号）と定義しています。具体的には、子どもへの性的行為の強要や性的な行為を見せる、子どものポルノ写真を撮るなどです。

●子どもを虐待から守るためには、小さなサインを見逃さず、その状況を早期に発見し、関係機関に相談するなど冷静に対応しましょう。

性的指向・性自認

●同性を好きになる人や、からだの性と心の性が一致せず、自分の性に違和感を持つ人など、性について社会的に少数派の人たちのことを性的マイノリティ（性的少数者）と言います。性的マイノリティを表す単語の一部から、その頭文字をとり、LGBT（レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダー）と呼ぶこともあります。

●性的指向とは、どのような性の人を好きになるかということです。具体的には恋愛の対象が異性に向かう異性愛、同性に向かう同性愛、男女両方に向かう両性愛などがあります。性自認とは、自分の性をどのように認識しているかということです。多くの人は「からだの性」と「心の性」が一致していますが、「からだの性」と「心の性」が一致せず、自分の性に違和感を持つ人たちもいることを理解し、お互いの違いを認め合えるようにしましょう。

●自分の性について悩んでいる子どもがいます。保護者や周りの大人が見守り、必要な場合は関係機関に相談してください。

●本人が公にしていない性的指向や性自認を、本人の同意を得ずに他人に暴露すること（アウティング）は、絶対にしてはいけません。

デートＤＶ

●ＤＶ（ドメスティック・バイオレンス）とは、夫婦間や恋人など親密な関係にあるパートナーからふるわれる暴力や暴言のことです。恋人同士の間で起こるＤＶのことをデートＤＶといい、大学生、中高生にも身近な問題となっています。

●デートＤＶには、恋人同士の間での身体的暴力だけでなく、相手に対して傷つく言葉を言ったり、無視をしたり、行動の制限をするといったことなども含まれます。

●子どもが被害者にも加害者にもならないために、保護者や周りの大人が見守り、必要な場合は関係機関に相談してください。

Ⅵ　主な相談機関

気軽にご相談ください

こんなことで悩んだ時は…	相談先・連絡先	
学校生活・友人関係 親子関係・養育不安 不登校・登校しぶり 発達・学習に関する問題 子どもの心に関する問題 不良行為・いじめ　など	◆青少年相談センター ・中央相談室 ・南相談室 ・相模湖相談室 ・城山相談室	電話042-752-1658 電話042-749-2177 電話042-682-7020 電話042-783-6188 (来所相談：月～金午前9:00～午後5:00要予約) (電話相談：月～金午前9:00～午後5:00土日、祝日、年末年始を除く)
	ヤングテレホン相談	電話042-755-2552 月～金午後3:30～午後9:00 土 午後1:00～午後5:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)最終受付は終了の15分前まで
	Eメール相談	yantele@city.sagamihara.kanagawa.jp ※Eメール相談は返信に数日かかります
	◆学校教育課 いじめ相談ダイヤル	電話042-707-7053 (月～金 午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く)
思春期の心や体	◆子育て支援センター （母子保健班） ・緑子育て支援センター ・中央子育て支援センター ・南子育て支援センター	電話042-775-8829 電話042-769-8222 電話042-701-7710 (来所相談：月～金午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) (電話相談：月～金午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く)
育児やしつけなどの子育ての相談 ひとり親家庭の生活全般 子どもの発達や障害、療育支援 子どもの虐待　など	◆子育て支援センター ・緑子育て支援センター ・中央子育て支援センター ・南子育て支援センター ◆こども虐待110番(24時間通告窓口)	電話042-775-8815 電話042-769-9221 電話042-701-7700 (月～金 午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) 電話042-730-3511
ＨＩＶ感染症／エイズ	◆相模原市保健所 (疾病対策課) ◆エイズ予防財団 (エイズに関する相談) ◆感染症・予防接種相談窓口 （厚生労働省）	電話042-769-8260 (月～金 午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) 電話0120-177-812 (月～金午前10:00～午後1:00/午後2:00～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) 電話03-5276-9337 (月～金 午前9:00～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く)
性的指向や性自認に関する悩み等の相談窓口	◆青少年相談センター ◆学校教育課 ◆児童相談所 ◆精神保健福祉センター ◆かながわSOGI派遣相談(派遣型相談) ◆SHIP・ほっとライン(NPO法人)	電話042-752-1658 (月～金 午前9:00～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) 電話042-704-8916 電話042-730-3500 電話042-769-9818 (月～金 午前8:30～午後5:00 土日、祝日、年末年始を除く) 電話045-210-3637(予約・問合せ) (月～金 午前8:30～午後5:15 土日、祝日、年末年始を除く) 電話045-548-3980 (毎週木曜午後7:00～午後9:00)
デートDV等の相談	◆配偶者暴力相談支援センター DV相談専用電話	電話042-772-5990 (毎日 午前10:00～午後5:00 火・木は午後6:00まで、第4月曜日、年末年始を除く)

家庭でできる性教育「さわやか」は、小学校及び義務教育学校４学年の家庭に配付しています。大切に保管し、必要に応じてご活用ください。

家庭でできる性教育「さわやか」
令和３年４月発行
発行／相模原市教育委員会
編集／相模原市教育局学校教育部教育センター
〒252－0239 相模原市中央区中央３丁目12番10号
電話　０４２－７５６－３６４７(直通)
FAX　０４２－７５８－８１４６

※　無断引用・転載・複写を禁じます。

【監修】上坊敏子（相模野病院医師）　【挿絵】小林正子（元大野台中学校長）