

性について学べる web サイト・相談先

【性について学べる web サイト】

一般社団法人日本家族計画協会
「#つながる BOOK」

<https://www.jfpa.or.jp/tsunagarubook/>



家庭でできる性教育サイト
「命育」 <https://meiiku.com/>



「ピルコン」
性についてお悩みの方・
学びたい方

<https://pilcon.org/help-line/happy-love-guide>



「SEXOLOGY」
性を学ぶセクソロジー

<https://sexology.life/>



【性の悩みを相談したい方へ】

一般社団法人日本家族計画協会
思春期電話・LINE 相談

<https://www.jfpa.or.jp/puberty/telephone/>



ピルコン U30 のためのメール相談

<https://pilcon.org/help-line/contact/pilconmail>



「セイシル」相談窓口一覧

<https://seicil.com/sodan>



板橋区立男女平等推進センター

No.23

I City

～あいしてい～

特集

世界で学ばれている『包括的性教育』

包括的性教育とは、いわゆる「性教育」と聞いて一般的に思い浮かべるような妊娠、避妊、性感染症などの知識やスキルだけでなく、人間関係・人権・ジェンダー平等・多様性など、人間の尊厳や他人を尊重することなども含めた包括的な性教育のことをいいます。

国際的な教育の専門機関であるユネスコが「国際セクシャリティ教育ガイダンス」を公開しており、さまざまな国で国際的な標準的指針として利用されています。

2022年11月発行



板橋区立男女平等推進センター スクエア・I (あい)

所在地：板橋区栄町 36-1

板橋区立グリーンホール 7 階

開館時間：9 時～20 時

休館日：年末年始、施設点検日など

電話：03-3579-2790

板橋区男女平等推進センターは、板橋区男女平等参画基本条例により、「すべての区民が、個人としての尊厳を重んじられ、性別による差別的な取り扱いを受けることなく、個人としての能力を発揮し、ともに住みよいまちをつくる男女平等参画社会の実現」を目指しています。



板橋区立男女平等推進センター スクエア・I 相談室

所在地：板橋区板橋 2-66-1 板橋区役所南館 6 階

相談時間：9 時～17 時 月～金、第二土曜

※総合相談（祝日・年末年始を除く）相談電話：03-3579-2188

※区内在住・在勤・在学の方が利用できます。

性と健康に関する課題

日本の中絶件数は年間約 **15 万件** で減少傾向にありますが、未だ多くの中絶が行われています。また、**性感染症** であるクラミジアや梅毒の患者数が年々増加しています。

SNS 利用による**子どもの性被害**は増加傾向であり、深刻な状況にあります。

このような課題解決のためには、子どもや若者が、自分の事を決められる力を身につけ、自分の権利を大切にするための知識やスキルを学ぶ『包括的性教育』が必要です。世界の国々ではユネスコの「国際セクシャリティ教育ガイダンス」による包括的性教育が行われています。

出典：ピルコン HP

国際セクシャリティ教育ガイダンスの内容

5 歳～18 歳の年齢を 4 段階にわけて、学習目標を示しています。

子どもにとって最も適切な時期に理解を深めるために、下記の枠組みの中で年齢に合わせたテーマを、何度も繰り返し学習していきます。

- | | |
|----------------------|-----------------|
| 1. 人間関係 | 5. 健康と幸福のためのスキル |
| 2. 価値観・人権・文化・セクシャリティ | 6. 人間のからだの発達 |
| 3. ジェンダーの理解 | 7. セクシャリティと性的行動 |
| 4. 暴力と安全確保 | 8. 性と生殖に関する健康 |

年齢別学習目標と主な内容（生殖について）

レベル1【5～8 歳】赤ちゃんがどこから来るのかを説明する

- ・ 卵子と精子が結合して赤ちゃんができる
- ・ 排卵、受精、受胎、妊娠、分娩など多くの段階がある

レベル2【8～12 歳】どのように妊娠するのか、避けられるかを説明する

- ・ 無防備な性交は、妊娠や HIV など性感染症にかかる可能性がある
- ・ 常に避妊具を正しく使用する
- ・ 低年齢での結婚、妊娠、出産には健康上のリスクがある
- ・ HIV 陽性の女性も健康に妊娠でき、赤ちゃんへの感染リスクを減らす方法がある

レベル3【12～15 歳】妊娠の兆候、胎児の発達と分娩の段階を説明する

- ・ 妊娠には検査で判定できる兆候や症状がある
- ・ 妊娠中の栄養不足、喫煙、アルコールや薬物使用は胎児の発達へリスクがある

レベル4【15～18 歳】生殖、性的機能、性的欲求の違いを区別する

- ・ パートナーとの性的な関係で、双方の合意はいつも必要
- ・ 意図しない妊娠や性感染症を防ぐ方法を事前に考えることが必要
- ・ すべての人に生殖能力があるのではない。不妊に取り組む方法がある

出典：東京新聞（2018 年 4 月 7 日）

包括的性教育の効果



2016 年に行われた包括的性教育の検証では、妊娠・HIV その他性感染症の危険性を知り、それを回避する行動についての知識を得ることで、性行動は活発にならず、性的に危険な行動は取らず、性感染症や HIV に罹患するリスクが減少すると示されています。

出典：ピルコン HP

家庭での性教育

性に関するさまざまな本がありますので、親子で読んでみましょう。日常の中で子どもと一緒に性に関するさまざまなテーマについて話すことで、子どもが悩んだときに親を信頼して相談できるよう、家庭内で話しやすい環境にしておくことが大切です。

関連図書の紹介

男女平等推進センター「スクエア・I（あい）」（グリーンホール）および相談室（板橋区役所南館）で貸出している、関連図書を 4 冊ご紹介します。この機会にぜひご一読ください。

「スクエア・I」（グリーンホール）



「おうち性教育はじめてます 一番やさしい!防犯・SEX・命の伝え方」
フクチ マミ著
KADOKAWA



「子どもを守る言葉『同意』って何? Yes, No は自分で決める!」
レイチエル・ブライアン著
集英社

相談室（板橋区役所南館）



「あっ! そうなんだ! 性と生一幼児・小学生そしておとなへ」
浅井春夫著ほか
エイデル研究所



「親子で考えるから楽しい! 世界で学ばれている性教育」
上村彰子著ほか
講談社