

普及版 いのちのはじまりと成長

小学校 中・高学年向

監修／北沢杏子

制作・イラスト／長谷川瑞吉

◆全員参加の楽しい性教育ができる！

◆思春期のからだの変化を明るく学べる！

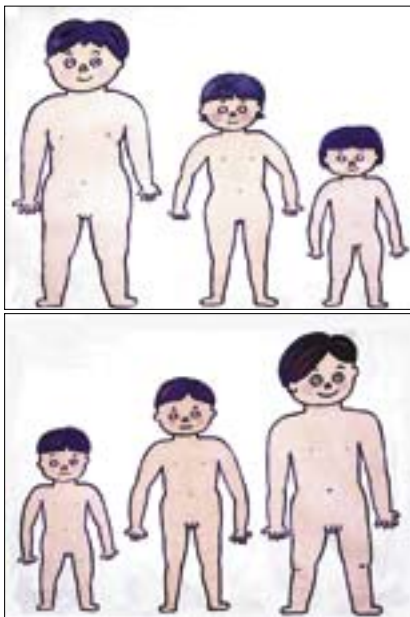


〒158-0097 東京都世田谷区用賀 3-5-6
Tel. 03-3708-7321 Fax 03-3708-7325
http://www.ahni.co.jp

このセットにはいるもの

①大型図版 (90 × 65 cm) 2 枚

・女子の成長 ・男子の成長



②マグネット付パーツ 31 個



③指導用解説パンフ

④参考資料

「普及版 いのちのはじまりと成長」 を使っの私の指導報告

北沢杏子



全員参加形式の『いのちのはじまりと成長』の教材は、子どもたちが知りたい「いのちのふしぎ」が全部つまった人気の教材です。

私は、2 頁のずらっと 6 人並んだ大型図版に、色つき画用紙で作った (自作の) 水着をつけておきます。「どうして、みんな水着を着ているのかな」と問かけると、「家族で海に泳ぎに行くんじゃないの?」とか「恥ずかしいところだから、かくしているんじゃない?」「大事、大事なところだから、他人に見せちゃいけないの」などの答えが子どもたちから返ってきます。

ですが実は、水着をつけているところ (乳房、性器、肛門) は『プライベートゾーン』とって、自分の意思に反して、他人に見せたり、触らせたりしてはいけないところ——ぼく、わたし自身のゾーンだということを、幼いうちから、しっかり身につけさせたいというのが私の意図なのです。

性犯罪、性暴力、児童ポルノ、援助交際、セクハラ、DV……さまざまな社会問題が報道される現在、プライベートゾーンの自覚は、性教育の上で最も重要な課題だと、私は思っています。

成長のパーツを貼る——次に水着をとり、各人にマグネット付パーツ (女性用 10 個、男性用 11 個) を手渡して貼らせます。仮に「小1、中1、お

母さん、小1、中1、お父さん」と説明してから、各自がここと思うところに貼らせます。まちがいや貼りなおし、笑い声……これでもう、恥ずかしさは、すっかりなくなります。

からだの変化 (二次性徴) が起こるのはなぜ?——参考資料 2 頁の「思春期のからだの変化」を拡大コピーし、小学校 5、6 年生頃になると、こめかみとこめかみを結んだ線の中央に位置するあたりに「下垂体」というところがあって (児童たち、こめかみを左右の指先で抑えて確認する)、そこにパチン! とスイッチが入ってね、「女性ホルモンを出せ」「男性ホルモンを出せ」という命令がいくの。その命令は、女の子は卵巣に、男の子は精巣に働きかけて、女性ホルモン、男性ホルモンを分泌。血液に混じって体中にゆきわたると、図のような体の変化が起こってきます。そして、女の子は排卵と月経が、男の子は精子の産生と射精が始まるようになる……それは将来、子どもを生み育て、繁栄していくためなのです。

いのちのはじまりと誕生——みんなのいのちは、どう始まったのかな? 卵子と精子が合体して受精卵となり、7～10 日間かけてお母さんの子宮の内側に用意された「あかちゃんのベッド (子宮内膜)」にもぐりこみます。

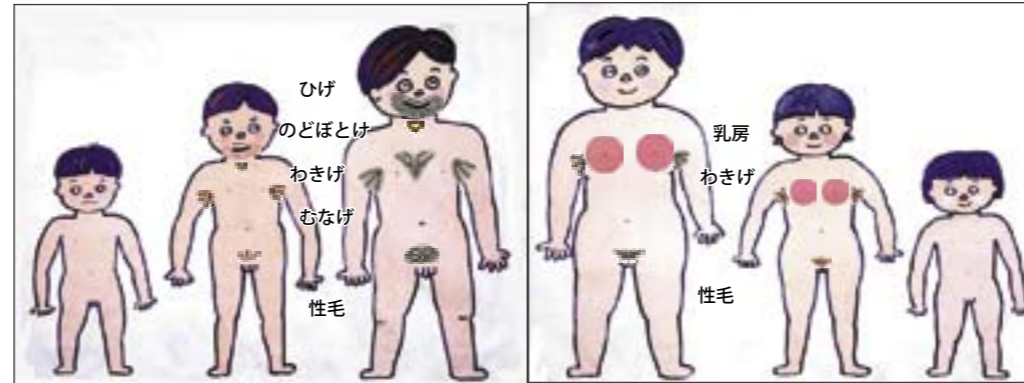
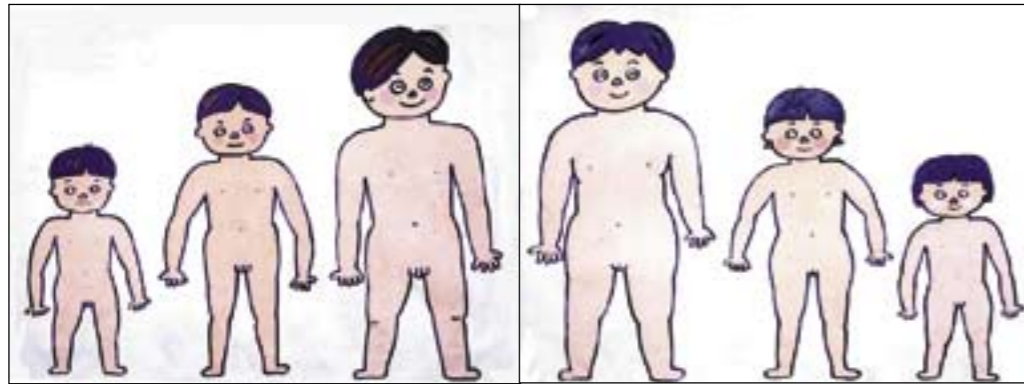
胎児 (参考資料 4 頁参照) は、ここで約 40 週、280 日間育てて生まれてくるのです。私の授業では、胎児の成長を立体的に理解するために、児童の 1 人 1 人が、米粒→ピーナツ→赤かぶ→なす……かぼちゃ→体重 3000g、身長 50 cm のあかちゃん人形 (3 頁参照) と、手のひらに乗せたり、抱っこしたり……ずらりと並んで歓声をあげ、楽しい授業になりました。

授業展開例

みんなはどんなふうに成長するのかな？

1. 準備

黒板に大型図版「女子の成長」「男子の成長」を貼り、児童に配るマグネット付パーツを準備しておきます。



児童に配って貼らせる
マグネット付パーツ



正しく貼った状態と名称

※性毛——一般的な名称は陰毛。暗いイメージがあるので性毛を提唱している。

2. 導入～展開

みんなはどんなふうに成長するのかな？

ポイント①：現在の自分は、成長過程のどの位置にいるかを認識させる。

みんなのうちの人がはだかになったら、こんなふうになるね。そう、まんなかがお母さんとお父さん。それから中学生のお兄さんとお姉さん。両端の女の子と男の子は、みんなかな？
みんながいまのように成長する前は？

- ・児童「保育園！」
- ・そのまえは？
- ・児童「はいはいするあかちゃん」
- ・そう、そのまえは？
- ・児童「うまれたばかりのあかちゃんだった」

留意点 はだかの絵をみせたとき恥ずかしい気持ちを抱かせないように淡々と…。

ポイント②：おとなにむかって、体の上に性的成熟が現れるのを知る<性的成長>

みんなはだんだん、中学生のお兄さんやお姉さんのように成長していくね。それから、お母さんやお父さんのようになっていくんだね。みんなとお兄さんやお姉さん、お母さんやお父さんは、どこがちがっているだろう？

- ・児童「ひげ」「おっぱい」「わき毛」「ちん毛」
- ・そうだね。じゃ、みんなにこれから配るひげや乳房やわき毛をはってみよう。

留意点 全員が参加するように部品を配り掛図上にはらせる。はり終わったら修正しながら説明していく。

二次性徴ってなんだろう

ポイント：乳房や性器の発育、わき毛、性毛、変声、月経、射精などを知る（二次性徴）。

- ・小さいころの女の子と男の子のからだは、ほとんど同じだっ

たね。それが、小学校の4年生か5年生ぐらいになると、女の子は乳房がふくらんできたり、腰が大きくなったり、からだ全体がまるみをおびてきます。

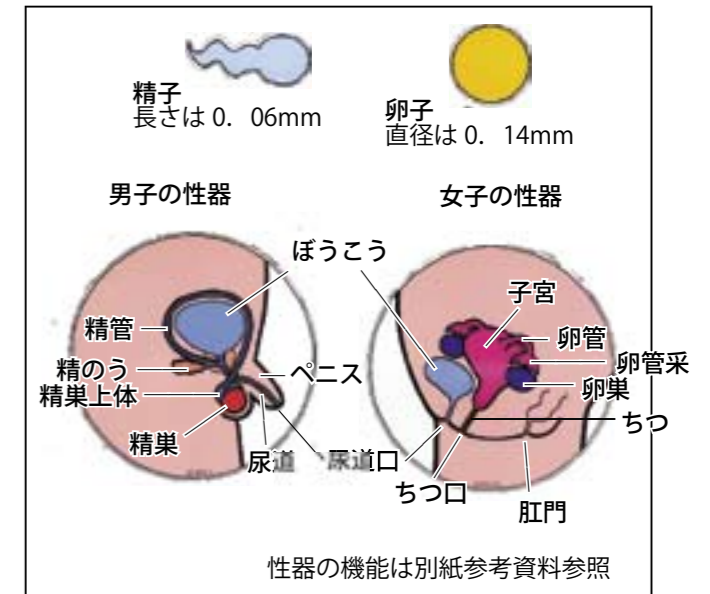
- ・男の子も、口のまわりのうぶ毛がこくなってきたり、声変わりが始まったり、のどぼとけがでてきて肩幅が広がってがっしりした体つきになってきます。それから、ひげやわき毛、むな毛、性毛などもはえてきます。
- ・このような変化を、「二次性徴」っていうんだよ。

なぜ、こんな変化がおこるかという、そのころから分泌される女性ホルモン、男性ホルモンの働きによるのです。また、その働きで女の子には月経が、男の子には射精がおこるようになります。

初めての月経を初経、初めての射精は精通。おとなに近づく第一歩です。

留意点 月経や射精のメカニズムは、より詳しく科学的に指導したい（別紙参考資料参照）。

発展的内容① 卵子 精子 性器のしくみ



あかちゃんは、お母さんがもっている卵子と、お父さんがもっている精子が“合体”してできるんだ。みんなもそうだったんだよ。
卵子の直径は0.14mm、精子の長さは0.06mm。とても小さい。

さっき、みんなとお母さんやお父さんのちがいは、乳房、わき毛、性毛などだったけど、もうひとつちがっているところがあるんだよ。それはね、お母さんはあかちゃんのもとになる卵子を、お父さんはあかちゃんのもとになる精子をもっていること。だけど、卵子も精子もそこからは見えない。どこにあるかわかるかな？

・児童「おなかのなか」
児童「きんたまのなかじゃないの？」ガヤガヤ…。

・お母さんとお父さんのおなかのなかは、こんなふうです。
・お母さんのせいきは、外からはみえないけれど、ちつ口から、子宮（あかちゃんをそだてるおへや）まで、ちつというくだがのびている。あかちゃんをつくるために大切な役割をはたすのは、お父さんの性器とお母さんの性器。

・お母さんのおなかのなかの卵巣は、左右に2つあって、あかちゃんのもとになる卵子がたくさんはっています。子宮はあかちゃんを育てるおへや。あかちゃんはここで280日かかって育ち、産道（あかちゃんのトンネル）をとおってうまれてきます。

・お父さんのおなかのなかはこうなっています。精巣は、左右に2つあって、あかちゃんのもとになる精子がたくさんつくられています。
・精子は精液の中に浮かんだ形で、ぼうこうのまわりをぐるっとまわって、ペニス（陰茎）からでていくのです。
・でも、尿と精液がいっしょにできることはないんだよ。ぼうこうの下のところにはドア（括約筋）があって、開いたり閉じたりして、うまく、かたほうだけを通すようになっているからね。



画用紙で水着のパーツを作りプライベートゾーンを教える

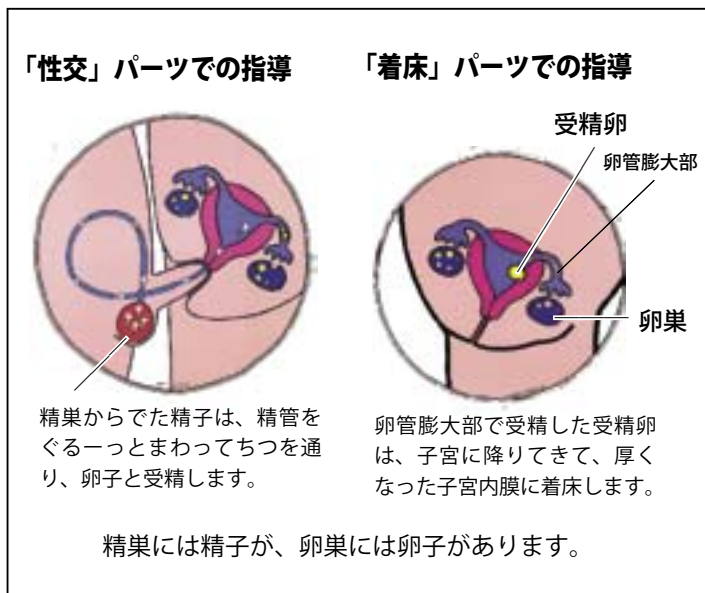


みんなでパーツを貼る



生まれたばかりのあかちゃん人形

発展的内容② いのちのはじまり(性交)



みんなのいのちは、どんなふうにはじまったのかな？

ポイント① どうやって合体するのか(性交)、精子と卵子との出あいを知る。

- ・お父さんは、ペニスをお母さんのちつにいれる。これを性交っていうんだよ。すると、たくさんの精子がお母さんのちつから子宮をさかのぼって、さらに卵子のほうへおよびていきます。
- ・顕微鏡でしか見ることのできない小さな精子(長さ0.06mm)にとって、これはとっても長い旅。
- ・やっと卵子にたどりついた精子たちは、協力して卵子のまわりの固い膜をとかし、その中の1個の精子だけが卵子と合体します。

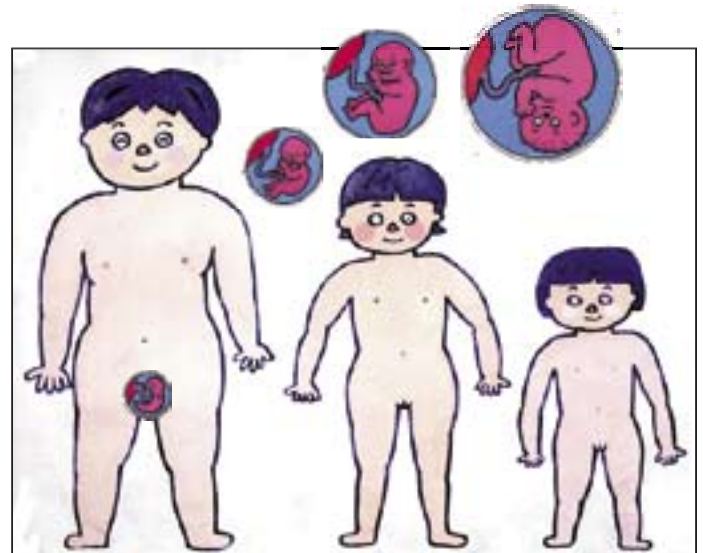
留意点 3億もの精子が射出されるといわれているが、受精するのはたった1個だけ。(現在は、環境ホルモンの影響で精子の産生は減少している)

ポイント② 受精卵(いのちのはじまり)がすべて着床するわけではないことも知る。

- ・精子と卵子が合体したのを受精卵っていうんだよ。
- ・受精卵は成長しながら7～10日ほどかかって子宮へやってきて、あかちゃんのための栄養や酸素がたっぷり含まれた子宮の内がわ(あかちゃんのベッド)にもぐり込みます。これを着床といって、いのちのはじまり。
- ・いろいろな原因で、うまく着床できなかつたり、せっかく着床しても流産してしまうこともあるんだよ。でも、また次の卵子と精子の合体で着床がうまくいくでしょう。

留意点 いのちの尊さを知り、生きている喜びを実感できるように話すこと。

発展的内容③ 胎児の成長



胎児をおかあさんの子宮の上に順にのせながら、解説するといいでしょ(別紙参考資料参照)。

みんなはお母さんのおなかのなかで、どんなふうにはじまったのかな？

ポイント：胎児の成長、へその緒の役割、出産。

・おなかのなかのあかちゃん呼びかたは胎児。胎児は子宮のなかの胎盤という栄養のタンクから、へその緒で、栄養や酸素をもらいながら、280日かかって育っていきます。

・みんなに配ったおなかのなかの胎児の絵を、順にはりつけてみよう。ほら、だんだん人間のあかちゃんらしくなってきた。

・手も足もできて、まばたきや指しゃぶりもする。

・あかちゃんのまわりはふくろ(羊膜)で包まれていて、その中にあったかーいお水(羊水)がはいっているんだよ。なぜかって？ お母さんがころんだりしても、おなかの中のあかちゃんに傷がつかないように羊水で守られているわけ。

・あかちゃんは生まれる日が近づくと、「でんぐりがえり」をするんだよ。どうしてかわかる？ そう、頭からでてくるほうがやすいからだよ。あかちゃんはどこからでてくるのかな？

・そう、あかちゃんの通る道(子宮口→ちつ)をとおって、オギャーってうまれてきます。

留意点 子宮は収縮をくりかえし胎児を押しだす。胎児も自分の頭でぐんぐん子宮口を押し広げる。子宮口が10cmくらい開くと、あかちゃんの頭が見えてきて、あとは、するりと出てくる。オギャー！ おめでとう！

北沢杏子(きたざわきょうこ)

1965年から性教育を中心とする研究、著述、海外取材、講演、公開授業やゼミを行なうと共に、210余点の教育教材を制作。教育映像祭最優秀賞・人権賞などを受賞している。国連人口基金、国際協力機構(JICA)のリプロヘルスIEC事業専門派遣員他。