

10分でできる性教育シリーズ 2巻

指導用解説書

新版 思春期の男子への性指導

小学校中・高学年向

監修 北沢杏子
絵・製作 長谷川瑞吉

10分でできる性教育シリーズ 全2巻

- ・思春期の女子への性指導
- ・思春期の男子への性指導

このセットの特徴

- ◆授業時間やテーマに応じ、15枚のパネルやパーツ類から選び展開できる
- ◆プライベートゾーン、性的いじめ、LGBT（性的少数派）も扱える
- ◆LGBTのためのパネル3枚と解説パンフを追加、とり扱いやすくした
- ◆パネルは、破れない特殊紙で扱いやすく、長期にわたって使用できる

監修のことは

北沢杏子



男の子の精通（初めての射精・夢精）は、年々早くなっており、小学校4年生で、という子も4～5%います。「男の子に性教育はいらない」「自然に覚える」といわれてきましたが、マンガ、インターネット、スマートフォンなどによる歪められた性情報に影響される前に、正しい性教育を行うべきでしょう。指導なさる先生は、男性の先生がいいですね。または、女性の養護教諭と担任の男性の先生とのT・T（ティーム・ティーチング）で。

この教材は、**思春期のからだの成長**および**思春期のこころの成長**で構成されています。思春期に起こるからだの成長を、児童たちが「喜び」をもって受け入れるよう心掛けることが大切です。初めて体験する、または近く体験する射精や夢精、勃起といった生理現象を、「気持ち悪い」「恥かしい」といった自己否定につながらないように、この教材を順に黒板に貼りながら、明るく説明してください。

授業が終わったら、感想と質問を書かせるといいですね。そして次の時間には、感想のいくつかを読み聞かせ、質問を板書して、この教材の中から回答にふさわしい図版を使って

回答すると、教育効果があがると思います。

「こころの成長」では、指導される先生ご自身の、反抗期だったころの話や、それをどう乗り越えてきたかなどを、ユーモアをもって語るといいでしょう。

「性的マイノリティ（LGBT）」について、最近わが国でも一般によく理解されるようになってきました。20人にひとりの割合だということで、それも思春期になって気づく子が多いので、いじめにあわないよう心配が必要でしょう。

最後に、この教材を活用することで、「性教育は人権教育」であること、「ジェンダーの平等」の意識が、児童たちの心の奥深くに浸透していくことを願っています。なお、この教材を使った新作DVD『ステキな男の子——男の子の性教育・思春期のからだところ——』（北沢杏子：脚本／演出 アーニ出版刊）を参考に、授業をされるのもいいかと思います。

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、啓発活動を展開。全国の小、中、高校、看護専門学校、特別支援学校の要請による授業やゼミを行なうと共に、250余点の性教育・エイズ教育・タバコ、酒、乱用薬物防止・性暴力被害防止などの教育教材を制作。教育映像祭最優秀賞・人権賞などを受賞している。

著・訳書に「女の子のからだの絵本」「男の子のからだの絵本」「こころと脳の絵本」「親と先生のためのQ&Aシリーズ全3巻」（アーニ出版）他多数。

アーニ出版 会長。「性を語る会」代表。児童虐待対応専門委員。JICA（国際協力機構）リプロダクティブヘルス IEC 担当。



アーニ出版

〒279-0012 千葉県浦安市入船1-5-2 1514 Tel.03-3708-7321

このセットの構成

2020年3月より追加しました(下欄参照)。

◆LGBT 指導用パネル(25.7 × 36.4cm) 3枚

◆大図版(70 × 46cm) 6種 ◆小図版(48 × 36cm) 6種

◆マグネット付パーツ 10種

◆マグネット付小パーツ 4種

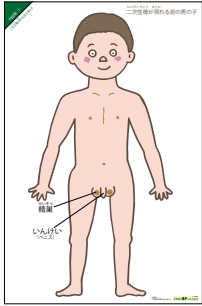
◆マグネット付文字プレート 8種

◆指導用解説書

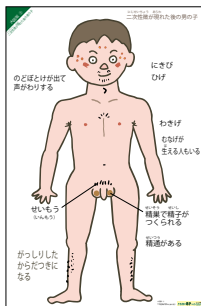
◆LGBTについて授業をするための解説パンフ

◆大図版(70 × 46cm) 6種

①二次性徴が現れる前の男子



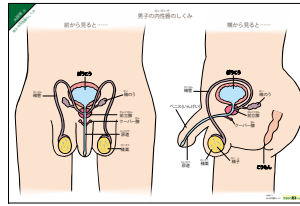
②二次性徴が現れた後の男子



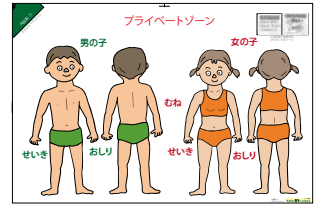
③思春期のこころの変化



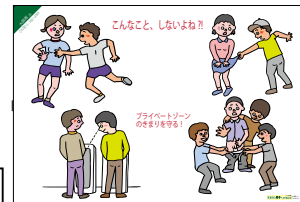
④男子の内性器のしくみ



⑤プライベートゾーン



⑥こんなこと、しないよね?!



◆小図版(48 × 36cm) 6種

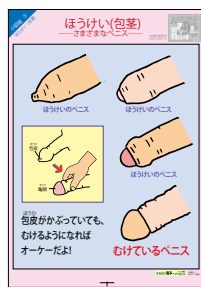
①むせい(夢精)



②ペニスがちいさい?



③ほうけい(包茎)



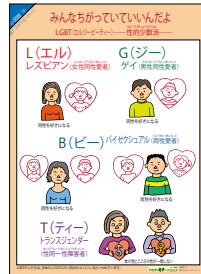
④マスターベーション



⑤性器をせいけつに!



⑥みんなちがっていていいんだよ

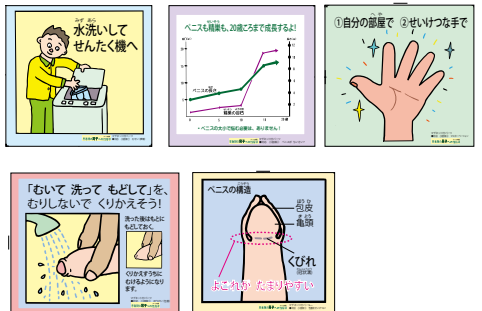


◆マグネット付パーツ 10種

●大図版で使用するためのマグネット付パーツ



●小図版で使用するためのマグネット付パーツ



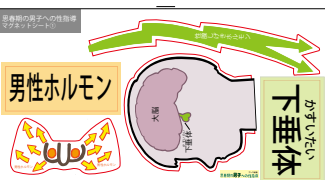
◆マグネット付パーツ 4種

◆マグネット付文字プレート 8種

※2枚のシートに収まっています

マグネット付パーツ
・大脳/下垂体
・性腺刺激ホルモン
・男性ホルモン
・かいめん体/精液

マグネット付文字プレート
・下垂体・男性ホルモン
・精巣・いんげい(ペニス)
・ほっき・射精・精通・精子



◆指導用解説書

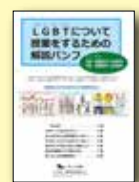


2020年からの保健教科書にLGBT(性的少数者)が記載されたので新たに追加しました。

◆LGBT 指導用パネル(25.7 × 36.4cm) 3枚



◆LGBTについて授業をするための解説パンフ

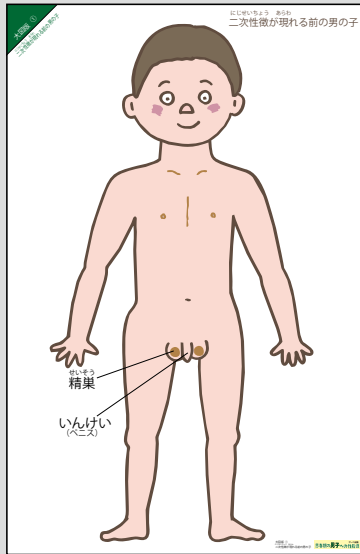


使用する
マグネット付パーツ

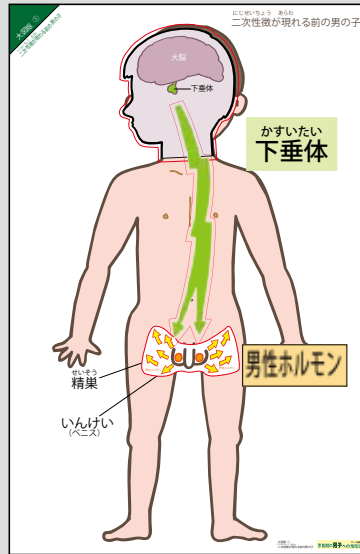


図版にマグネット付パーツを貼って説明します。

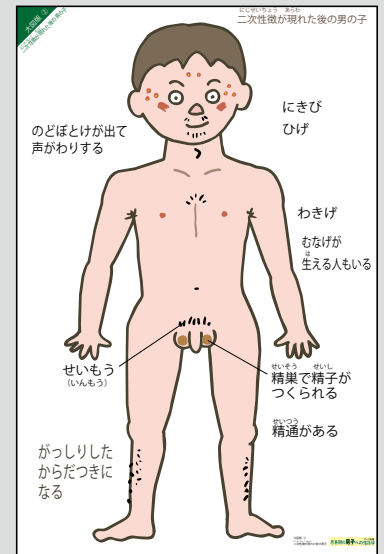
黒板に掲示する図版



二次性徴が現れる前の男子



左の図版にマグネット付パーツを貼って二次性徴が起こるしくみを説明する。



二次性徴が現れた後の男子

せいもう (性毛)

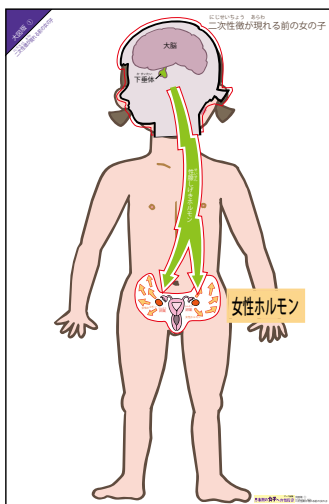
「恥毛」「陰毛」という用語がよく使われているが、どちらも否定的な語感があるので「性毛」がいいでしょう。

- ・ 思春期になると脳の下垂体から、精巣にむかって、「男性ホルモンを出せ！」という性腺しげきホルモンが出されるようになります。
- ・ すると精巣で男性ホルモンがつくられ、血液にまざってからからだ中に送られます。この男性ホルモンの働きで、声変わりが始まったり、ひげや性毛(いんもう)が生えたり、背が伸びてがっしりした体へと変化します。
- ・ 思春期に起こるこのような現象を二次性徴(二番目の性の特徴)といいます。
- ・ 精巣では精子がつくられるようになり、精通(初めての射精)も体験するようになります。

- ★二次性徴が始まる時期は個人差があり、早くても遅くても心配はいりません。
- ★女子のほうが、男子よりも1～2年早く、二次性徴が始まります。

参考資料

女子の二次性徴は？



※一次性徴……生まれたとき、男性器と女性器でわかる性の特徴。(一番目の性の特徴)

女子の二次性徴は、性腺刺激ホルモンが卵巣にむかって出され、卵巣から、女性ホルモンが体じゅうに送られることで始まります。

この女性ホルモンの働きで、乳房がふくらんできて、わき毛や性毛が生え、骨盤が発達して腰まわりが大きくなり、ふっくらした体へと変化します。

みんなは、おたがいの体の変化をからかったりしないよね？

→関連8頁「こんなこと、しないよね?!」

ワーイ！
ポインだぞ。



なによ！
変な声のくせに。



使用する
マグネット付パーツ

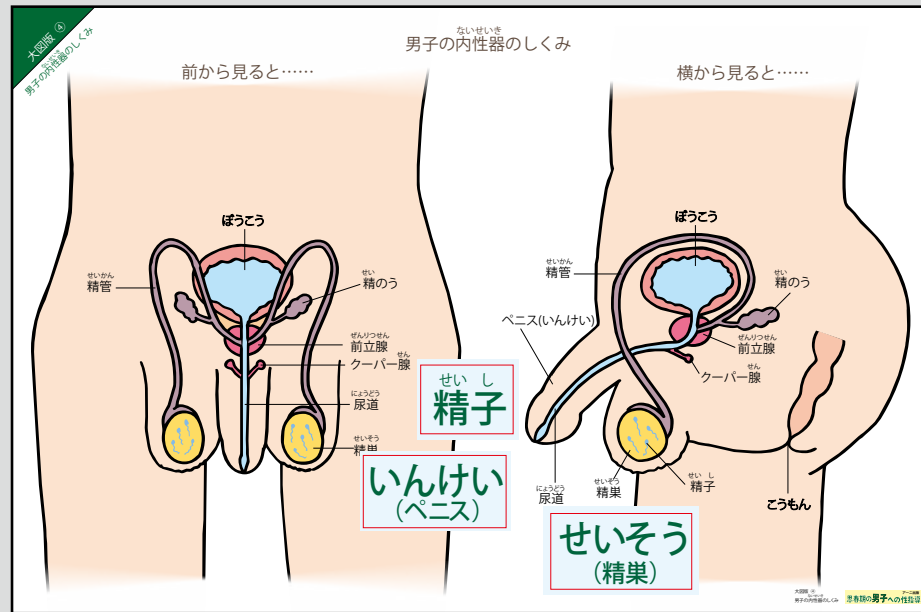
せいし
精子

いんけい
(ペニス)

せいそう
(精巣)

図版にマグネット
付パーツを貼って説
明します。

黒板に掲示する図版



- ・からだの外から見える部分を^{がいせいき}外性器、からだの中の見えない部分を^{ないせいき}内性器といいます。正しい名称と働きを覚えましょう。
- ・思春期になると、男性ホルモンの働きで、精巣の中でいのちのもと精子がつくられるようになり、精巣もいんけい（ペニス）も成長します。

参考資料

男子性器各部位の名称と働き

精管

長さ 50～60cm の長い管。精子はここを通ります。

精巣上体

精巣でつくられた精子は、いったん、ここに蓄えられて成熟します。

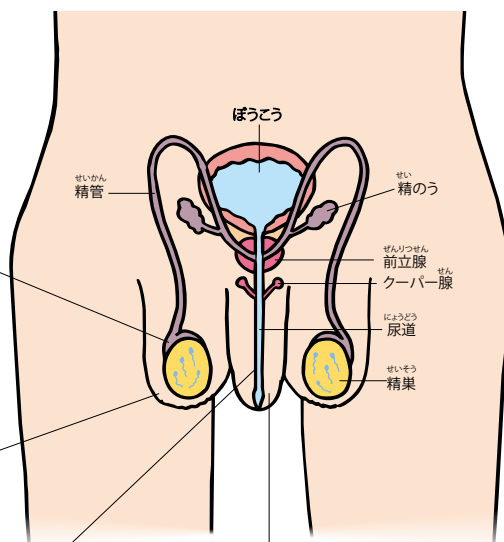
いんのう

精巣はいんのうという袋の中に入っていて、からだの外にぶらさがっています。なぜ、ぶらさがっているかというと、体温より低い 34 度前後でないといふと、質のよい精子をつくれなからです。

いんのうは、暑いときは伸びて熱を下げ、寒いときは縮んで体に近づけて、温度調節をしています。

いんけい (ペニス)

尿（おしっこ）と精液の出るところ。性的な刺激により、硬く勃起（ぼっき）します。



亀頭

ペニスの先の部分で刺激に敏感なところ。先端に尿道口があります。

精のう

射精のとき、精子の運動を助ける精のう腺液を分泌します。

前立腺

射精のとき、前立腺液を分泌します。左右にある 2 本の精管は、前立腺の中で、尿道に通じます。

クーパー腺

尿道は尿が酸性なため、常に酸性になっています。射精の前に、透明で粘りのあるクーパー腺液が分泌され、尿道を中和します。こうして酸性に弱い精子は、中和された尿道を通り、射精します。

★クーパー腺液は、性的に興奮すると反射的に分泌されます。

精巣 (こうがん)

男性ホルモンを分泌する。ここで精子がつくられる。

◆授業テーマ

思春期のこころの変化（第二次反抗期）

- 目標
- ・思春期には体の変化だけでなくこころも変化することを知る
 - ・第二次反抗期にあることを知る

使用する
マグネット付パーツ



図版にマグネット付パーツを貼って説明します。



黒板に掲示する図版

大図版 ① 思春期のこころの変化

しゅんき 思春期のこころ

この図版で使用するマグネット付パーツ

おや 親にさからうようになった

ムカムカすることが多くなった

あの人 気になる！

ひとりでいたい

じぶん 自分ってなんだろう？

自分が気になる

気になる人がいる！

親に反抗するようになった

※話し合いのテーマ

- ・いらいらしたときは、どのような解決法があるか？
- ・反抗してしまったときは、どうしたらよいか？

・思春期になると、こころの上にも大きな変化が現れます。「早くおとなになりたい」という気もちと、「まだ、子どもでいたい」という気もちが入り混じり、イライラしたり、不安定な状態におちいりがちな時期です。

・また、思春期は第二次反抗期です。自立して行動したいのに、思いどおりにいかず、親や先生、社会の決まりなどに逆らったり、無視したりする態度をとる時期です。

参考資料

思春期は第二次反抗期

第一次反抗期

2歳から4歳のころ、何にでも反抗する時期があります。



※反抗期——親や先生、社会の決まりなどに対して無視したり、さからったりする時期。

第二次反抗期

自立して自分で行動したいのに、思いどおりいかなくて、反抗するようになります。



■好きな人って？

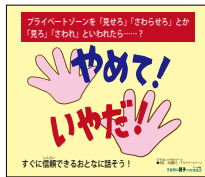
教科書をはじめ、ほとんどの記述が「異性に恋をする」「異性を意識する」となっていますが、同性を好きになったり両性に関心を抱く人も数パーセントいます。自分の性指向が他と異なることに気づき、悩み始めるのもこの時期。理解と配慮が必要です。



→関連9頁 「みんなちがっていいんだよ」

使用する
マグネット付パーツ

プライベートゾーン
(ほかの人に) 見せたり
見せられたりさわられたり
してはいけないところ



※話し合いのテーマ

日常生活で、他人に見られたり、さわられたりしたら、いやなものは、ありますか？(下欄参照 手紙、日記、ケータイ……)

・もしだれかが、きみのプライベートゾーンを見せろといったり、さわろうとしたらどうしますか？

黒板に掲示する図版

プライベートゾーン

男子

女子

せいき おしり むね おしり

プライベートゾーン
(ほかの人に) 見せたり
見せられたりさわられたり
してはいけないところ

プライベートゾーンの定義

プライベートゾーンを「見せる」「さわらせる」とか「見る」「さわれ」といわれたら……?
やめて! いやだ!
すぐに信頼できるおとなに話そう!

・水着を着たときに、かくれるところを「プライベートゾーン」といって、ぼくだけの、わたしだけの「プライベートなところ」です。

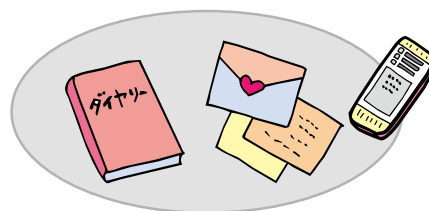
- ・(ほかの人に) 見せたり、見せられたり、さわられたりしてはいけないところ。
- ・(ほかの人の)「プライベートゾーン」を見たり、さわったりしてはいけません。

・もし、だれかが、あなたの「プライベートゾーン」を見せろといったり、さわろうとしたときは、『いやだ!』『やめて!』と大きな声ではっきり拒絶すること。そして、信頼できるおとなに話しましょう。

参考資料

病気やけがのときは？

病気やけがのとき、うちの人や、お医者さんに見せるのはオーケーです。



(例) 手紙、日記、ケータイなどプライベートなものを他人に読まれるのはいやだよ。

お風呂では、自分のからだは自分で洗おう!

たとえば家族でも、子どものプライベートゾーンを、洗ったりしない。子どもは、洗ってもらったりしないこと。

◆授業テーマ
こんなことはぜったいしない！

目標 ・他人の身体的特徴などをからかったりふざけたりするのは、相手の心を傷つける行為であることを理解する

使用する
マグネット付パーツ



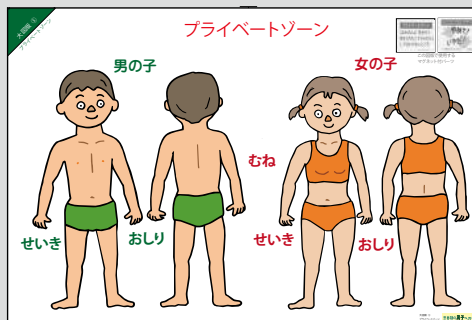
プライベートゾーン
見せたり 見せられたり
さわったり さわられたり
してはいけないところ

図版にマグネット付パーツを貼って説明します。

※話し合いのテーマ

- ・からだの変化をからかわれたりして、いやな思いをしたことはありませんか？
- ・どんな気持ちだったか？
- ・友だちに、「いっしょにやろう」と、さそわれたらどうする？

黒板に掲示する図版

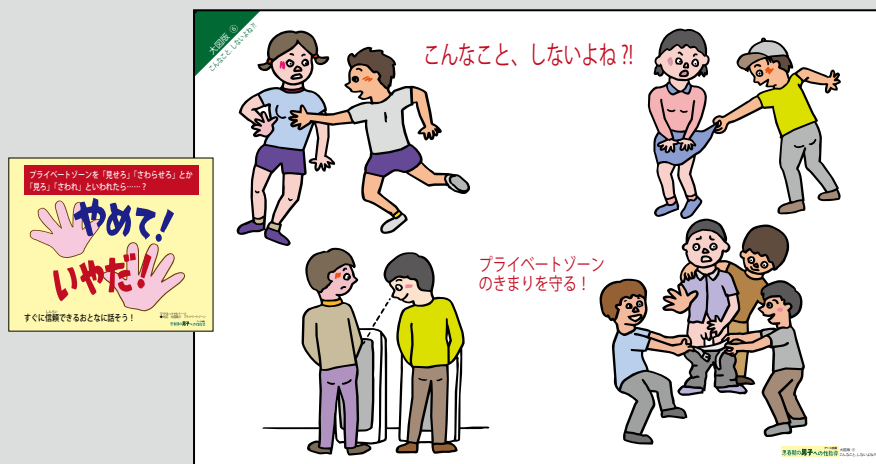


・身体的特徴をからかったり、ふざけたりすることは相手の心を傷つけます。

プライベートゾーン

見せたり 見せられたり
さわったり さわられたり
してはいけないところ

黒板に掲示する図版



・思春期に起こるからだの変化は、からかいや、ふざけ、いじめの対象になります。ふざけられたり、いじめられたりされると、とても傷つきます。「プライベートゾーン」のきまりを、みんなで、話しあい、守りましょう。

・女の子はスカートをめくられたり、胸を触られたりしたことは、ありませんか？
・男の子もふざけてズボンを脱がされたり、性器をのぞきこまれたりしたことは、ありませんか？「こういうことはしない！」のが、エチケットです。

参考資料

もしだれかが、きみのからだの変化をからかってきたら...



- ・はっきりことわる！
- ・先生やおとなに話そう。

どんな、からかいやふざけ、いじめがあるか？

女子に対して

- ・スカートめくり。
- ・ポインタッチ。
- ・「でかパイ！」とからかうなど。

男子に対して

- ・ズボンをおろして、はやし立てる。
- ・性毛が生えてる！ まだ生えてない！
- ・ペニス(いんけい)がむけてる、むけてない。
- ・声がわりした、まだしてない、など。

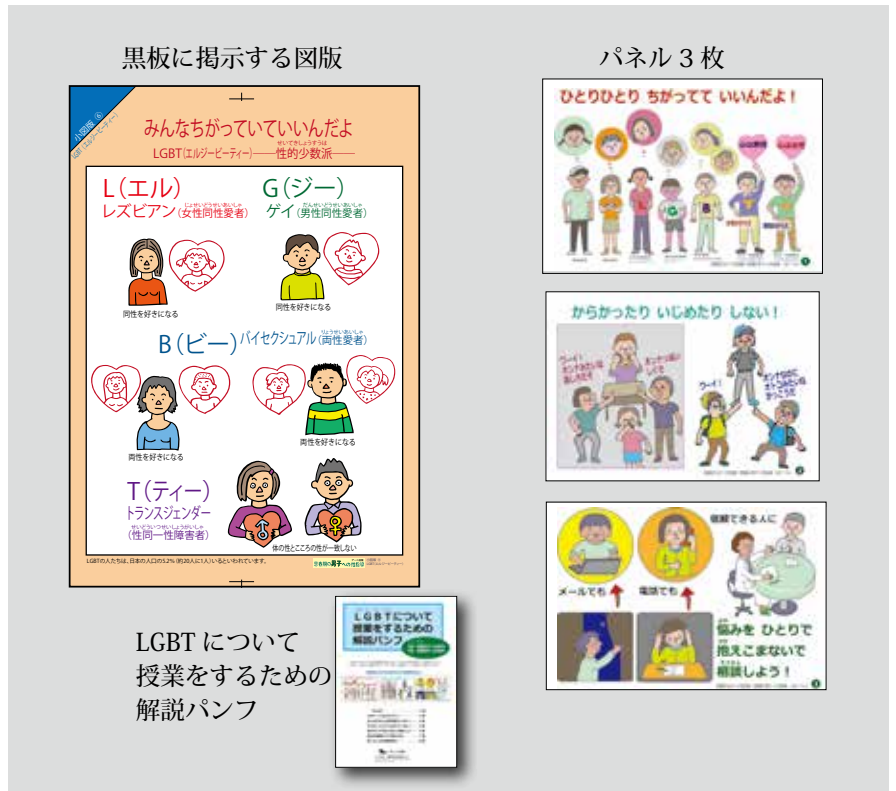
LGBTの授業を行うときは、「LGBTについて授業をするための解説パンフ」を参照し、図版「みんなちがっていていいんだよ」とパネル3枚を進めてください。

- L…レズビアン (女性同性愛者)
- G…ゲイ (男性同性愛者)
- B…バイセクシュアル (両性愛者)
- T…トランスジェンダー (性同一性障害者)

LGBTの人たちは、日本の人口の7.6%(約13人に1人)いる、といわれています。

電通総研が、2015年4月に20～59歳の男女約7万人を対象にした調査では、LGBTと答えた人が約7.6%に上った。

文部科学省が実施した調査では、肉体的な性別に違和感を訴える児童生徒が、全国の小・中・高校に少なくとも606人在籍していたことが分かった。



・教科書には、「思春期になると異性への関心が高まり……」などと一様に異性にのみ関心を抱くかのように書かれていますが、同性愛者や両性愛者、体の性と心の性が一致しない性同一性障害者(性別違和症候群)もいます。このような性的マイノリティー(少数派)は、周囲の無理解から、いじめや差別を受けることが多く、自傷行為に及んだり自殺に至るケースも少なくありません。

・LGBTの人たちの多くは、思春期に、自分の性的指向が周りの人びとと異なることに気づいて悩むことが多く、また、いじめの対象にもなりがち。相談があったら受けとめられるように、専門相談機関など調べておきましょう。

参考資料



自分とは異なる性(異性)に対して性的感情や恋愛感情を持つこと。

※異性とは——
男性にとっては女性。
女性にとっては男性。

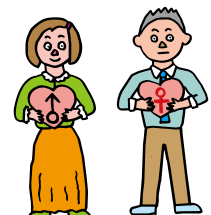


男子が同性の男子を好きになったり、女子が女子を好きになる同性愛の人もあります。



男女両方の性に関心を抱く人もいます。

性同一性障害
(性別違和症候群)



生まれつきの性別に違和感をもつ人で、体の性と心の性が一致しない人です。

◆授業テーマ
むせい（夢精）

- 目標
- ・むせい（夢精）があることを知る
 - ・病気ではないので悩まないように伝える
 - ・洗濯するなどのエチケットを知る

使用する
マグネット付パーツ



眠っているうちに、
ねばねばした白い液が
でちゃったけど……
それは精液。心配し
なくていいよ。「夢精」
といって、誰でも体験
することだから。

黒板に掲示する図版



精液のついたパンツ
は、自分で水洗いをし
てから、洗濯かごへ入
れるのがエチケット。



- ・夜、眠っているときに射精してしまうことがあります。多くの場合、性的な（エッチな）夢を伴うので、「むせい（夢精）」といいます。
- ・下着などについた精液は、白くてネバネバしていますが、乾燥した状態になっています。
- ・夢精で精液のついたパンツは、自分で水洗いをしてから、洗濯かごへ入れるのが男子のエチケットです。

参考資料

精液ってどんなもの？

・精液は、白くてネバネバしています。精液の中には精子がたくさんふくまれています。その長さは0.06ミリと小さく、顕微鏡でないと見えません。



・一回の射精で出る精液の量は2～4ml、小さいスプーン1杯くらいです。



※パンツなどについた精液は、乾くとカピカピ状態になります。「病気か？」と悩む子もいるので、あらかじめ、教えておきましょう。

ペニスは、なぜ ぼっきするのか？

男性の精巣で作られる精子と、女性の卵巣から排卵される卵子が合体すると受精卵になり、これが「いのちのはじまり」です。

精子の長さは0.06ミリ、卵子は直径0.14ミリ。そんなに小さいものだから、精子を卵子の近くに送り届けるために、勃起するのです。

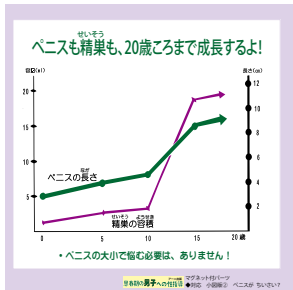


ぼっきのしくみは→5頁参照

◆授業テーマ
ペニスがちいさい？

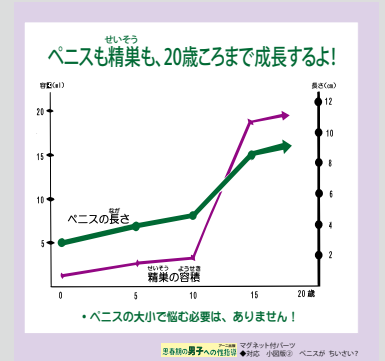
目標 ・氾濫する性の情報にまどわされない
・からかったりふざけたりしない

使用する
マグネット付パーツ



ペニスや精巣は
20歳ごろまで成長
します。

黒板に掲示する図版

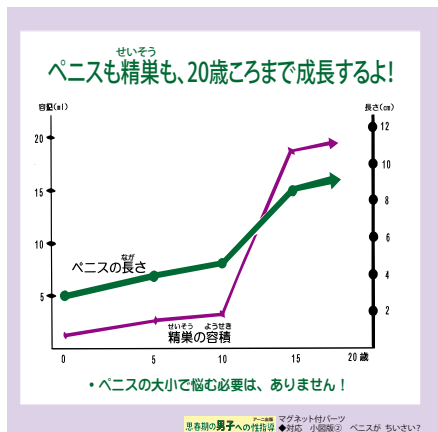


・男の子はペニスの大小が気になるようです。また、おたがいに「大きい！」「小さい！」と、からかったりするので、心配になります。そんなときは、鏡にうつしてごらん、ほら大丈夫でしょう？「ぼっきしたときXセンチ以上が標準」などというネットや週刊誌などの興味本位の情報に、まどわされないようにしましょう。

・また、マグネット付パーツのグラフでもわかるように、ペニスや精巣は20歳ごろまで成長するので、心配することはありません。

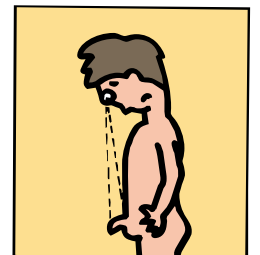
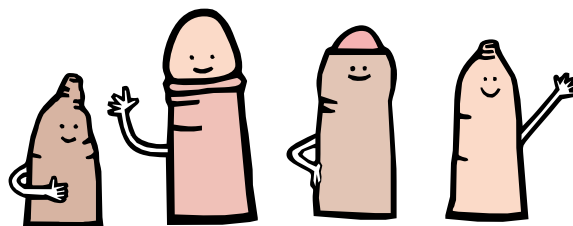
参考資料

◆マグネット付パーツ

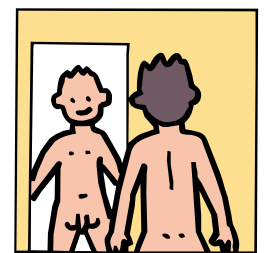


ペニスのかたちもいろいろ

ひとりひとり顔や姿が違うように
ペニスの形もいろいろです。



上から見ると小さく見える

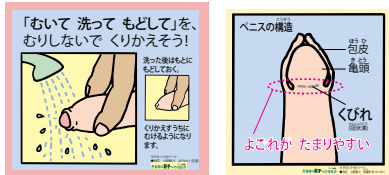


鏡に映して見ると……
ほら、だいじょうぶでしょ。

◆授業テーマ
ほうけいについて

目標 ・包茎でも仮性包茎であれば問題ないことを伝える
・生殖器を清潔に洗う必要があることを知る

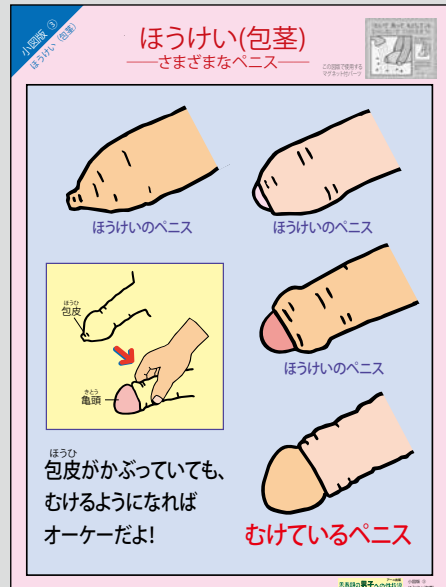
使用する
マグネット付パーツ



ペニスの先が包皮につつまれている子は少なくありません。皮の内側や亀頭のくびれのところに、よごれがたまりやすく、赤くなったり痛くなったりするので注意!

毎日、お風呂に入ったら、包皮をむいて洗いましょう。

黒板に掲示する図版



・ペニスの先(亀頭)は、子どものうちは皮をかぶっています。思春期になると、亀頭が出てくる子もいます。皮をかぶったペニスをほうけいといいますが、ひっぱればむけるのを「仮性ほうけい」といって心配はいりません。日本人男性の約半数は、おとなになっても、仮性ほうけいです。

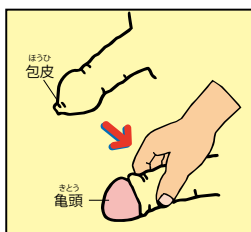
・包皮をひっぱっても亀頭が出てこないのは、包皮口が小さいから。お風呂に入ったときに「包皮を少しずつ むいて 洗って もどして」を行うことで、仮性ほうけいになります。おとなになっても、どうしてもむけない場合(真性ほうけい、0.01%)は専門医に相談するといいでしょう。

参考資料

真性包茎・仮性包茎



しんせいほうけい
真性包茎
ほうひ 包皮をひっぱっても ぎとうぶ 亀頭部分
が出てこない状態。



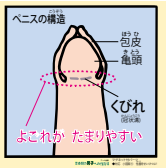
かせいほうけい
仮性包茎
ほうひ おお 包皮に覆われていても、
包皮をずらすと、亀頭が
かんじょうこう 冠状溝(くびれ)まで出てく
る状態。

ほうけいしゅじゅつ
包茎手術は必要か?

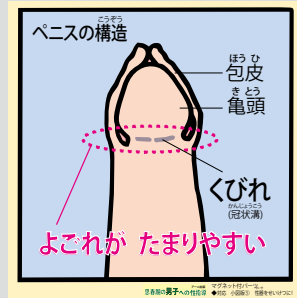
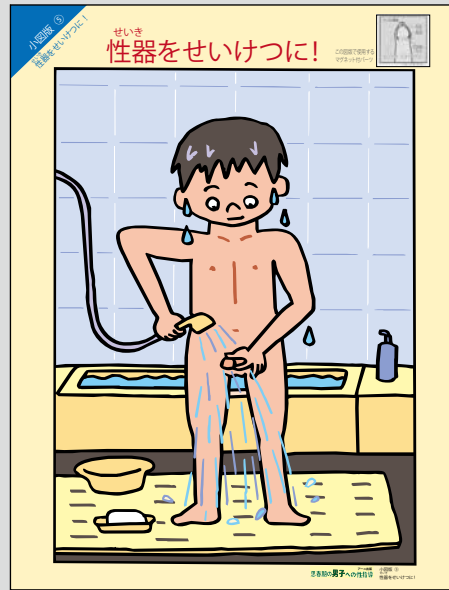
少し前までは包茎手術が多くなされてきました。現在はずっと少なくなっています。むけば亀頭部分が出る仮性包茎なら問題ありません。包茎の人も『むいて・洗って・戻して』を繰り返すことで、仮性包茎になります。

インターネットや雑誌などの情報に惑わされないようにしましょう。

使用する
マグネット付パーツ



黒板に掲示する図版



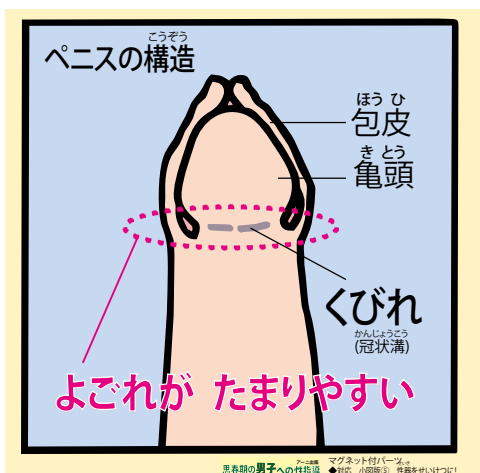
・「性器を清潔に！」を心がけましょう。

・ほうけいの人は特に、包皮の内側や龟头のくびれ（冠状溝）のところによごれがたまりやすく、いやなおいがしたり炎症（龟头包皮炎）がおこりやすくなります。常に「清潔を心がけるように」と話しましょう。

・お風呂に入ったら、『皮を少しずつ むいて 洗って 戻して!』を忘れないように！

参考資料

ペニスの構造



トイレを汚さないよう注意しよう！

包皮をむかないでおしっこをすると、おしっこがちらばって、トイレを汚します。



◆授業テーマ
マスターベーション

目標 ・マスターベーションは、悪いことではないことを伝える
・人のいるところでは絶対ではいけないことを強調する

使用する
マグネット付パーツ



・マスターベーションとは、自分の性器を自分でさわって、射精すること。下のグラフのように、ほとんどの人が経験しています。

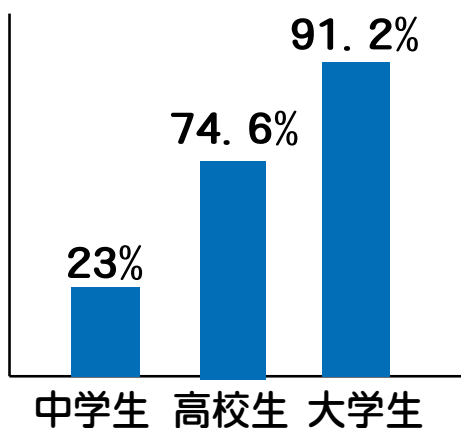
・マスターベーションは、悪いことでも恥ずかしいことでもなく、体への害もありません。自分の性的な気分(または、欲求)をコントロールする「有効な行為」といえます。ただ、つぎの2つのルールを守ること。

1. プライベートな場所(自分の部屋など)で。
2. せいけつな手で。

※トイレやお風呂は、みんなが使うところなので、汚したりしないように気をつけよう。

参考資料

マスターベーションの経験率



エチケット



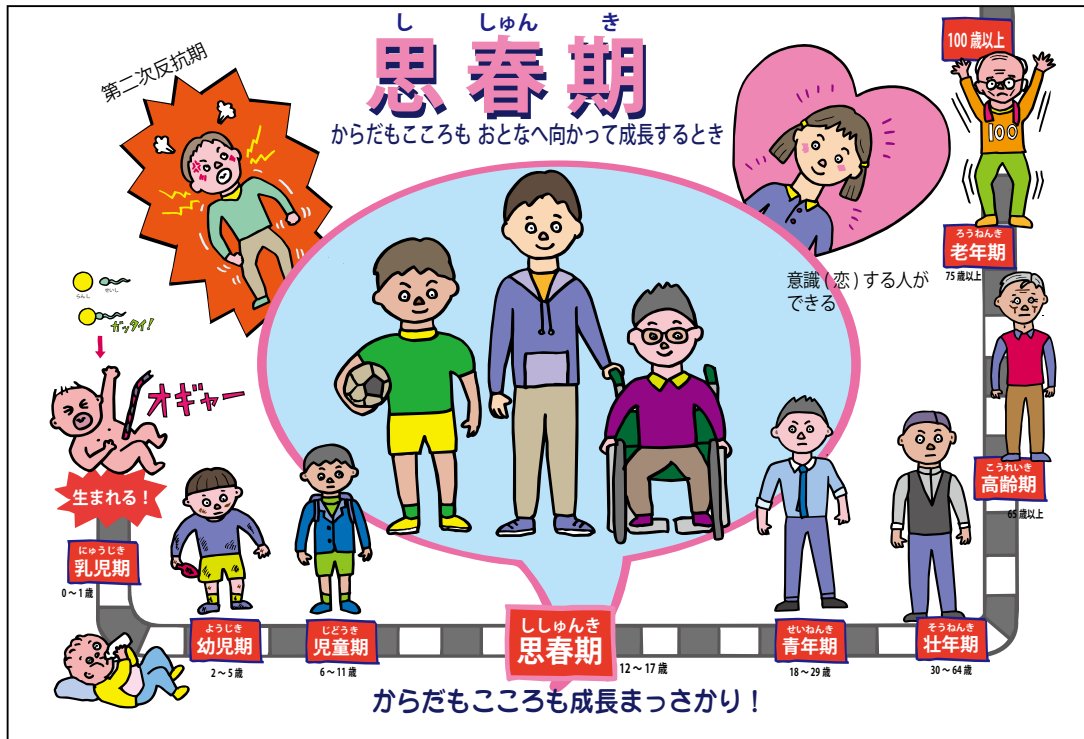
「夢精」(10頁)のときと同じように、精液のついたパンツは、水洗いをしてから洗濯かごへ入れるのがエチケットです。

参考資料 思春期とは？

思春期とは、二次性徴が始まる頃から終わる頃までの期間です。個人差はありますが、小学校の中・高学年から高等学校の高学年くらいまでをいいます。

・図版はありません

- ・からだもこころも、おとなへ向かって成長するときです。
- ・第二次反抗期で、精神的自立に向かっている自尊心に対し、親からの干渉がうるさい！といったことから反動的になりがちです。
- ・恋する心を、初めて自覚する時期でもあります。

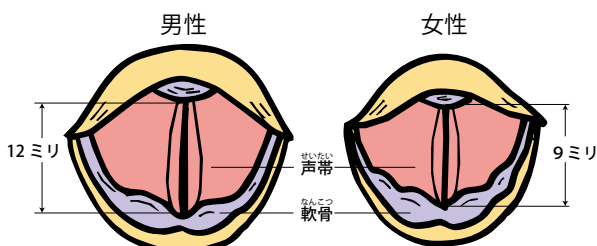


参考資料 声がわり

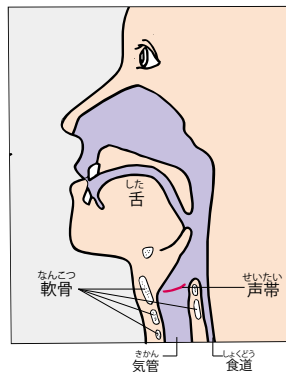
・図版はありません



上から見た声帯



楽器と同じで、げんが長くなると低い音が出ます。

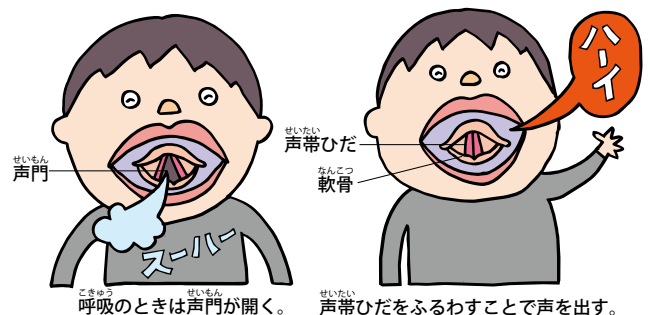


男子は思春期になると、のどの軟骨(のどぼとけ)が急に発達します。軟骨についている声帯も長くなり、低い声(声がわり)になります。

ふつう、軟骨のほうが早く发育し、声帯の发育が追いつかないため、発声が不安定になったり、声がかすれたりします。

女子は、軟骨が上下に長くなるだけなので、あまり声変わりしません。

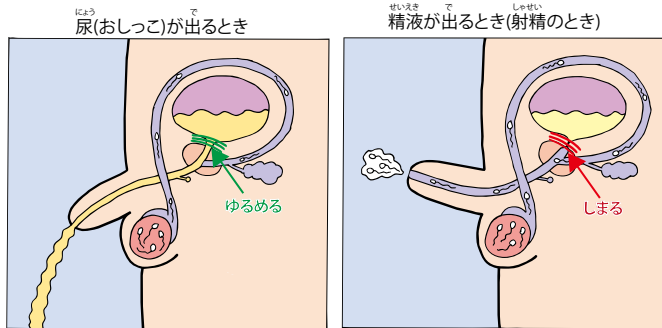
※のどぼとけは、軟骨の一部です。



参考資料 精液と尿がいっしょに出ないわけ

・図版はありません

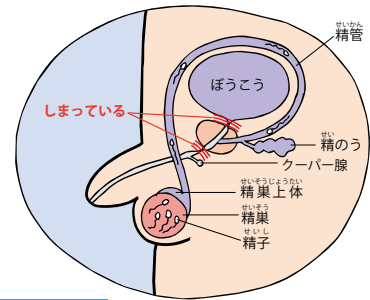
ぼうこうの下にある筋肉（括やく筋）が、しめたり、ゆるめたりするので、尿と精液がいっしょに出ることはありません。



精液と尿（おしっこ）は同じ尿道を通過して出てきます。「いっしょに出てしまうのでは？」と、心配する子もいますが、だいじょうぶ。

ぼうこうの下にある筋肉（括約筋）がギュッと閉めたり、ゆるめたりして、「こんどは尿」、「こんどは精液」と、調整しているのです。

なにも出ていないとき



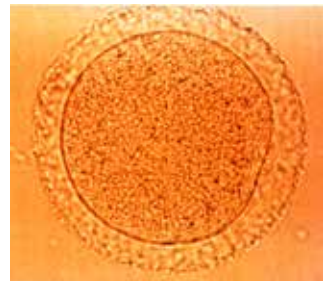
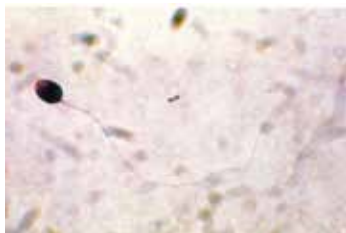
精液とは

精液の大部分は精のうと前立腺からの分泌液で、精巣上体、精管、クーバー腺液からの分泌液も少し混じっています。それらの液は精子に栄養を与えたり、進行をうながしたりします。

精液はネバネバした透明のゼリー状態で、1回の射精で出る量は3.5ml(大きなスプーン1杯)ぐらいです。

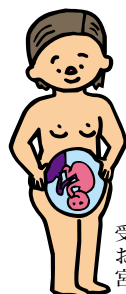
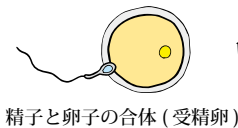
参考資料 精子・卵子

・図版はありません



精子は毎日つくられます。1回の射精で数千万から1億以上もの精子が射出されます。

精子と卵子が合体するとあかちゃんになります。



受精卵は母親のおなかの中(子宮)で育つ。



受精してから40週(280日)後に生まれる。

思春期になると、男子の精巣で精子が生まれ、女子の卵巣から卵子が排卵されるようになります。

精子は精液の中にたくさん含まれています。長さ0.06ミリほどの精子と直径0.04ミリの卵子が合体して、「いのち」が始まります。

卵子は約1ヶ月に1個ずつ排卵されます。女の子は生まれたとき、すでに30~35万個ほどの原始卵胞が卵巣に用意されており、加齢と共に自然に減少します。初経から閉経までの40年間に約400個ほどの卵子が排卵されます。

