ほけんだより ７月

2025年７月１日発行
聖隷こども園・保育園
保健部会

近頃、乳幼児期からの性教育の重要性について語られることも増えてきました。身体や生殖の仕組みだけでなく、人間関係や性の多様性、ジェンダー平等、幸福など幅広いテーマを含む性教育を「包括的性教育」といいます。性教育は**「ひとりひとりが大切であることを学ぶこと」**です。乳幼児期に大切にしたいことと、様々な生活の場面を通して、今すぐできる性教育について、お伝えします。

「人はそれぞれ違うこと」「あなたはそのままのあなたでいい」と伝えましょう

体や心のこと、人との関係性など、共通して大切なことは**「人はそれぞれ違うこと」**を伝えることです。幼い時から、見た目や考え方、成長のスピード、家庭環境などのバックグラウンドは、一人ひとり違っていて当たり前であり、**「あなたはそのままのあなたでいい」**というメッセージを繰り返し伝えることで、自尊感情や自己肯定感を育むことができます。

また、違いを認めることは自分自身をそして他者を尊重することにもつながります。そのことは、思春期に自分と他者を比べて自分の体にコンプレックスを感じたり、深く思い悩むことを避けられたり、誰かを不用意に傷つけることやからかったりすることはおかしいと気づく土台にもなります。

子どもの前で「また太っちゃって嫌だなぁ」と言っていませんか？保護者自身のコンプレックスを子どもの前で言うと「太っていることはよくないこと」と無意識に価値観を植え付けることになります。テレビなどの媒体を通していても、人の身体的特徴（外見）を指摘するような発言は避けるようにしましょう。

「いやだ」と言っていいし、「いやだ」と言われたらやめる

幼い子どもの場合、ときに人との距離が近くなりすぎてトラブルを招くことがあります。体に触る、抱きつくなど、大好きであるがゆえの行動であっても、相手が不快に感じることもあります。

相手の気持ちを大切にするために「『ぎゅーってしてもいい？』って聞いてからにしようね。」「いやだって言われたことはすぐにやめようね。」「口は大事なところだから、お友だちにもチューはしないよ」**「いやだと思うことは、いつでも断っていいんだよ」**などと伝えていきましょう。

おうちで、まずはここからはじめてみましょう！

子ども同士の接触や距離感については、親の価値観が関係してきます。親子の愛情表現であっても、子どもが嫌そうにしているのに、無理やりキスやハグなどのスキンシップをしないこと、子どもに「やめて」「いやだ」と言われたらすぐにやめるようにしましょう。

性教育は**「ひとりひとりが大切であることを学ぶこと」**

乳幼児期の性教育は、「よい人間関係の土台作り」

排泄・食事・衛生面など乳幼児へのお世話の際に、大人が丁寧な声かけや関わりを心がけることで、子どもは「自分は愛されている」「自分は大切な存在」と感じるようになります。これらが「よい人間関係」の土台となり、**自分も他者も大切にできる**ようになります。

自分が大切なのと同じように、他者も大切と感じる

人と関わることが楽しい・嬉しい

土台に！

自分は愛されている・大切にされている＝自分は大切と感じる

着替えなどの場面で

園では、おむつ交換や着替えなども、声をかけながら行ったり、水遊び、身体測定、健診などの際には、プライベートゾーンが見えないよう配慮しています。

※プライベートゾーン（パーツ）は、水着で隠れる場所（胸、お尻、性器）＋唇（口）です。

ご自宅でも、おむつ替えや着替え・入浴など日常生活におけるかかわりの中で、子どものからだにさわるときは、「〇〇しようね」と声をかけながら行うようにしましょう。

性教育についての絵本もたくさん出版されています。
保護者の方が、まずお手に取ってみてください。
お子さんといっしょに読んでみるのも、いいですね。

参考文献：子どもと性の話、はじめませんか？からだ・性・防犯・ネットリテラシーの「伝え方」 宮原由紀 CCC メディアハウス
だいじ だいじ どーこだ？ 遠見才希子（作） 川原瑞丸（絵） 大泉書店
保育士会だより 連載 子ども一人ひとりを尊重する乳幼児期からの性教育 No322