

〔短 報〕

思春期教室を開催して

神 蘭 洋 子¹⁾

要 旨

1. 思春期教室を小学校4年生とその保護者に養護教諭と分担して実施した。
2. 授業の方法は生命の誕生を説明し、胎児成長パネル、模型を用い、聴診器にて児童自身、保護者、友達、先生の心音を聴いてもらった。妊婦ジャケットを使用し妊婦体験を保護者とともに体験し赤ちゃん人形にて赤ちゃん抱っこを体験した。
3. 思春期教室の目的を踏まえ児童の感想文を①心の発達②体の発達③心や体の悩み④命の事⑤男女の違い⑥母の事の6つの項目に分析した。その結果
4. ①心の発達②体の発達④命の事⑥母の事については大部分の児童がふれていた。教材やモデルを使用したことで、命について真剣に考えるいい機会となった。
③心や体の悩み⑤男女の違いについてはふれていなかった。思春期教室の構成と担当についてまた、誰の話についての感想文かを明確にする面が不備であったと考えられた。
5. 保護者の感想文からは子どもの誕生のこと、命のこと、家族の喜びや性教育のことなどについて述べられていた。
6. 教諭・養護教諭の意見・感想からは今後の思春期教室の貴重な示唆を頂いた。

キーワード：思春期教室、命、体験

I. はじめに

〇小学校では「豊かな心」づくり、「確かな学力」づくり、「健やかな体」づくりを目指し教育活動をおこなっている。この度、小学校の依頼により4年生を対象に「思春期教室」を開催した。

思春期とはWHOの定義によると、①二次性徴の出現から性成熟までの段階、②子どもから成人に向かって発達する心理的な過程、ならびに自己認識パターンの段階確立までの段階、③社会経済上の相対的な依存状態から完全自立するまでの過渡期¹⁾と定義されている。まさに①の段階の思春期の始まりである小学校4年生に体験をもちこみ教室を開催したことは、筆者にとって多くの示唆を得たので、以下に報告する。

II. 思春期教室の概要

1. 目的：思春期は心や体が著しく発達する時期であ

り、多様な心や体の悩みが出現する時期でもある。思春期にさしかかろうとする子供たちが命の大切さや男女の違いについて理解し、健やかに成長できるようにする。

2. 実施日：平成22年12月3日（金）当日は参観日
3. 時間：5校時：13：40～14：25（45分）
4. 対象：4年生児童（男7名、女4名、計11名）、およびその保護者
*対象については小学校4年生のイメージがわかなかったので事前に小学校へ行き体育の授業を見学した。
5. 講師：学校法人弘前城東学園 弘前医療福祉大学 看護学科 助教 神蘭洋子（助産師）
6. 内容①生命の誕生
②命の大切さ、命のあたたかさについて
③自分の心やからだを大切にしよう
④第2次性徴を含め、男女のからだの違いについて

1) 弘前医療福祉大学保健学部看護学科（〒036-8102 弘前市小比内3-18-1）

*第2次性徴と男女のからだの違いについては養護教諭のK先生、担任のS先生に思春期教室の前までに授業をしてもらった。

Ⅲ. 授業の方法

まず、助産師という仕事を理解してもらうため、自己紹介時いままで私がやってきた仕事の内容、現在の大学での仕事について紹介した。

パワーポイントにて①生命の誕生を説明し、お父さんとお母さんがいて生まれてきたこと、選ばれて生まれたことを話した。

②児の成長については受精卵（白紙に針で穴をあけたもの）を用意、説明し胎児成長パネル、模型を用い説明した。命のあたたかさ、生きていことを実感してもらうために聴診器にて児童自身、友達の心音、先生の心音を聴いてもらった。

③母親のおなかの中で成長したことを説明し母親が大きな体型の変化にとまどったこと、毎日胎児への心配りをしたことを話した。大きなおなかを実際に体験してもらうために妊婦ジャケットを使用し妊婦体験を保護者とともにしてもらった。赤ちゃん人形にて赤ちゃん抱っこを実施し生まれた時を想像してもらった。保護者にも体験してもらった。45分位にて終了し生まれてきたことに感謝することを話した。

終了後児童の質問を受けた。

質問は11人すべての児童が挙手をした。すべての児童の質問をうけた。児童の質問を受けたあとに保護者の質問を受けるために教室を移動した。

児童、保護者の感想については後日K先生より届けてもらうことにした。

Ⅳ. 講義後の反応・結果

1. 講義後の児童の反応

生まれたあとお臍はどうなるのか？ 毛髪はいつごろできるのか、どうやってできるのか？ 赤ちゃんが生まれたあとはおかあさんのおなかはどうなるのか？などの質問を受けたので、お臍はお母さんが大事にとっているので自宅に帰ったらみせてもらってください、毛髪は細胞が変化してできる、お母さんのおなかは妊娠前にもどることなど退行性変化について説明した。すべての児童は興味深く説明を聞いてくれた。

児童は講義が終了しても模型などを興味深く手にとって触って見ていた。

児童の説明を受けたあと特に保護者からの質問はなかったので家での性教育について聞いてみた。

まだどの家庭も性に対することを聞いてくることはない、性教育についてはまだ興味がないようだとの回答だった。

K先生とともに子どもが生まれたときのことを話してやる方がいいこと、話してやることで自分が望まれて生まれてきたこと、大事にされていることを実感できるということを説明し、性教育についても子どもの話をさえずらずしっかり向き合ってまずは話をきいてあげることが重要であることを話した。子育てのことを思ったのか涙を流す父兄がみられた。

2. 後日K先生より届けられた実施後の感想文

1) 児童の感想文は、表1の通りである。

表1 児童の感想文

<p>①卵子は0.2mmで精子は0.08mmはとても小さいということを知りました。ぼくが思ったことは、あんなに小さい卵子からこんなに大きくなるのだなととてもびっくりしました。ぼくは、こんなに命が大事ということを知って今度から変な言葉を言わないようにしていきたいです。卵子のまわりは何でできているのですか。赤ちゃんの皮膚の厚さはどのくらいですか。</p> <p>②ぼくは今まで命の大切さを知りませんでした。でも今日の授業を受けて命の大切さを知りました。実際のおなかに見立てた物はすごく重くて産んでくれてありがとうと思いました。聴診器で自分、先生、お母さんの音を聞いた時は、生きていたと思いました。ドクン、ドクンが聞こえなかった時はえっと思いました。最後の質問の時に、子宮も成長して元にもどると聞いてなぜ成長して元にもどるのだろうかと思いました。しかし、ぼくはこの授業で命の大切さを学びました。ありがとうございます。</p> <p>③ぼくは、本物をだいたことがあるけどちゃんとした抱き方があるんだとわかりました。結婚して赤ちゃんを産んでいたらちゃんと今日の授業を思い出して赤ちゃんを抱いたりしたいです。へその緒は生まれた記念にとっているのを見せてもらおうと思いました。聴診器で自分の心臓の音を聞いて病院に行くとなぜ聴診器で確かめるかを思い出しました。それは、心臓の動きが正確であるか確かめるためだと思います。生まれたばかりの赤ちゃんの首はまだ丈夫になっていないから頭を支えるのだと思いました。赤ちゃんを産むのは大変なのだと思います。</p> <p>④妊娠10カ月の時のおなかと生まれた時の赤ちゃんとなぜ重さが違うのですか？</p> <p>⑤お母さんはあんなに重いおなかで料理とか洗濯などいろいろな家事をやっていて大変で辛いんだなと思いました。赤ちゃんはおなかの中で生まれたときすごく小さいのに大きくなってすごいなと思いました。聴診器で心臓の音を聞いた時には、心臓はすごくがんばっていて生きてる証拠なのだということがわかりました。赤ちゃんが入っている子宮には水みたいなものが入っていてクッションみたいになっていることもわかりました。赤ちゃんを抱っこして首を支えるのがわかっていなくてげっぷをさせることも知らなかったのよかったです。赤ちゃんが動かないからいいけど本当は動くからお母さんは大変だと思いました。</p> <p>⑥今日の思春期教室では、いろんなことがわかりました。僕たちが子宮に入っている時の重さがとても重くてお母さんたちも大変だった事もわかりました。そして、生まれた時の重さが3kgもあることもわかったのでもびっくりしました。産む時大変だとくわしくわかったのでもううれしかったです。ぼくもこうだったのだとか、いろんな事を思いました。</p> <p>⑦赤ちゃんは最初豆腐ぶくらいだんだんと初めて知りました。</p> <p>⑧私がかもも赤ちゃんを産んだら大切にしていきたいです。今日体験して赤ちゃんがお腹にいた時のものをつけてみたらすごく重かったです。思春期教室が面白かったです。</p> <p>⑨実際にお母さんのおなかのようにおなかのふくらんだものをしました。初めは緊張して恥ずかしかったけどお母さんてこんなに重い思いをしたのだと思いました。赤ちゃんを抱いて</p>
--

みると思ったよりも結構重かったです。自分の胸の音をきいたら命ってこんなにも大切だなと思いました。赤ちゃんは最初は米粒くらいだけ大きくなるにつれて重くなっていきます。私がおもひ育てる時はひとつひとつ大切に育てたいと思いました。

⑩今日は命のはじまりや赤ちゃんのことが色々わかってよかったです。それから自分で大人になった時のことができてお母さんはすごく大変だったのではないかと思います。赤ちゃんの始まりがすごく小さくてびっくりしたけどすごく小さい赤ちゃんがすごく大きくなることもびっくりしました。私は弟の時にへその緒を切ったことがあったけど、今日はその他のこともわかってよかったです。私は、妹と弟の2人が生まれたものをみたらすごくかわいいとお母さんもお父さんも私も弟も他の人も同じようにして生まれてきたことがわかってよかったです。人は小さい、大きいは関係がないのではないかと思います。今日このような経験ができてよかったです。

⑪1～2か月の赤ちゃんは豆つぶより小さくてびっくりしました。5ヵ月くらいまでおなかの中にいると少し大きくなったような気がしました。頭に毛もはえてきます。赤ちゃんはお母さんの体の中で毛がはえるのを初めて知りました。ふつうの赤ちゃんのサイズになるとお母さんのおなかの中からだそうとします。その時にお母さんの気持ちがよくわかりました。

2) 保護者の感想文は、表2の通りである。

表2 保護者の感想文

①久しぶりに赤ちゃんがお腹の中で育っていくしくみを見ていて自分の子どもの姿を見た時、ここまでよく成長したものだなと思いました。思春期教室を受ける年齢にもなり、これからいっしょに生活していく上でいろいろ語りかけたり教えていくことが増えていくのだなと実感しました。

②子どもに正しく教えられるようにしておきます。

③成長していくことで体に変化が現れることを素直に勉強している様子を見てよかったです。子どもが生まれたときのビデオを見直してみようと思いました。そして家族で命の大切さを話しあってみる機会をつくらうと思います。

④思っていた以上にリアルな体験学習だったのでびっくりしました。命というテーマで赤ちゃんがどうして誕生するのか、また、その後実際のお人形を使っての命の重さの体験は貴重だったと思います。半分はお遊び気分の所もありましたが大まかにでも流れが理解できたのではないかと思います。

⑤今日の思春期教室は自分が妊娠した時の事を思いだし、こんな感じだったのかと思いました。今まで子どもに思春期について聞かれることもさほどなかったのですがいやらしくなく何でも教えていくつもりです。普段聞けない妊娠の時期のお話も聞けたので新鮮でした。

⑥今日の思春期教室も授業を子どもが受けているのを見て普段の授業よりも真剣に聞いていて命の大切さをきちんとわかってくれたんだと思いました。これからは、産まれたときのことなどをたくさん子どもにしてあげて本当にあなたが「大切なんだよ」ということを感じさせてあげたいなと思いました。

⑦赤ちゃんがほしい、、、と言っていましたが無理だと答えました。今はあまり興味がない様だけどこれから体の変化があるのでその都度何でも聞いて話していきたいと思います。今日は産まれたときのことを話したいと思います。

⑧授業ではみんな素直に質問が出ていて恥ずかしがる事もないようだったので楽しく見ていられました。まだ自分の身体に変化がおきていないので実感がわからないのだと思いますが家でも少しずつ話してみたいと思いました。

⑨今までうろ覚えだった事を、皆と一緒に覚えられて良かったと思いました。妊婦体験もでき、命の大切さなど少し、意識がかわったと思います。わざわざ講師を呼んでの授業ありがとうございました。

⑩今回この思春期教室で実際に子どもたちが妊婦さん、人形の赤ちゃんを抱っこしたりして生命の誕生から命の大切さがよくわかったと思います。成長期とともに少しずつ体に変化していくことを理解していくことは、とても大切な勉強だったと思います。家に帰ってから子どもたちと生まれるまでの大変だった事や生まれてきてからのうれしかった事など話し合ういい機会ができたのでとてもよかったですと思いました。

V. 児童と保護者の感想文の分析

1. 児童の感想文の分析

思春期教室開催の目的を踏まえ児童の感想文を「心の発達」「体の発達」「心や体の悩み」「命の事」「男女の違い」「母の事」の6つの項目だてをして分類した。(表3)

1) 心の発達

11項目あげられすべての児童がふれていた。一例として一人の児童は赤ちゃんの始まりはすごく小さくてびっくり、小さい赤ちゃんが大きくなるのもびっくりと述べている。

2) 体の発達

10項目あげられ心の発達同様にほとんどの児童がふれていた。卵子と精子がとても小さいと述べ、赤ちゃんの皮膚はどうなるのかなど赤ちゃんの成長について非常に興味深く述べていた。

3) 心や体の悩み

心や悩みについては、1人も述べていなかった。

4) 命の事

命のことについては、9項目8人が述べていた。

5) 男女の違い

男女の違いについては、ふれているものはなかった。

6) 母の事

母の事については、3項目にわけられるが6名の児童がふれていた。

2. 保護者の感想文の分析

保護者の感想文は「子供の成長について」「性教育について」「体の発達について」「誕生の想起」「命の大切さ」の5つの項目だてをした。(表4)

1) 子供の成長について

子供の成長については2項目述べていた。

2) 性教育について

性教育については4項目述べていた。家庭での性教育を子供に正しく教えたい、いやらしくなく何でも教えたいという保護者もいた。

3) 体の発達について

体の発達については、2項目述べており、まだ子供が自身の体に変化がおきていないので実感がわかないと述べている。

4) 誕生の想起

誕生の想起では、4項目述べられており保護者自身授業を受け、児童とともに体験したことで子供が生まれたときのことを思いだし、それを子供に話したいと思い、家庭で話合ういい機会であると述べている。

5) 命の大切さ

表3 児童の感想文からの分析

項目	心の発達	体の発達	心や体の悩み	命の事	男女の違い	母の事
感想	<ul style="list-style-type: none"> ・ 卵子から大きくなるのにびっくり ・ 産んでくれてありがとう ・ 赤ちゃんのちゃんとした抱き方があるんだ ・ へその緒を見たい ・ 赤ちゃんを産むのはたいへん ・ おなかの大きい母の家事の辛さ ・ 赤ちゃんの重さにびっくり ・ 産むとき大変だと詳しくわかったのうれしかった。 ・ 赤ちゃんをうんだら大切にしたい ・ 赤ちゃんの始まりはすごく小さくてびっくり ・ 小さい赤ちゃんが大きくなるのもびっくり 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 卵子 ・ 精子 ・ 赤ちゃんについて ・ 赤ちゃんの皮膚 ・ 子宮の成長が元にもどるまでの疑問 ・ 赤ちゃんの首のすわり ・ 赤ちゃんは重かった ・ 赤ちゃんの最初は米粒くらい ・ 赤ちゃんの始まりはすごく小さい ・ 頭の毛 		<ul style="list-style-type: none"> ・ 命に変な言葉を言わない ・ 命の大切さ ・ 心音を聴いて生きている！ ・ 聴診器と心臓の音 ・ 心臓の音は生きている。 ・ ひとつひとつ大切に育てたい ・ 臍の緒きった ・ 妹、弟、お母さん、お父さん、私、同じように産まれてきてよかった ・ 人は小さい、大きいは関係ない 		<ul style="list-style-type: none"> ・ おなかの大きい母の家事の大変さ ・ お母さんは大変だ(4人) ・ お母さんてこんな思いをしていた

表4 保護者の感想文からの分析

項目	子供の成長	性教育	体の発達	誕生の想起	命の大切さ
感想	<ul style="list-style-type: none"> ・ ここまでよく成長したもんだ。 ・ 普段の授業よりすごく真剣にきいていた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ いろいろ語りかけて教えていくことが増えていくのだと実感した。 ・ 子供に正しく教えられるようにしていく。 ・ いやらしくなくなんでも教えていくつもり。 ・ その都度何でも聞いて話していきたい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ まだ自分の体に変化がおきていないので実感がわからない。 ・ 成長期とともに体に変化していくことを理解していくことは大切な勉強だった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子供が生まれたときのビデオを見直す ・ 自分が妊娠した時のことを思い出した。 ・ 今日は生まれた時のことを話したい。 ・ 子供たちと生まれるまでの大変だったことや生まれてきてからのうれしかった事などを話し合ういい機会ができた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族で命の大切さを話し合う機会をつくる。 ・ 命の重さの体験は貴重。 ・ 生まれた時のことを子供にしてあげてあなたが大切なんだと感じさせてあげたい。 ・ 命の大切さなど少し意識が変わったと思う。 ・ 妊婦さん、赤ちゃん抱っこをして命の誕生から命の大切さがよくわかった。

命の大切さは、4項目あげられ児童と同様に保護者も命の大切さを感じてくれた。命の体験は貴重だと述べており、子供にもあなたが大事であると感じさせたいと述べている。

3. 教諭・養護教諭の意見・感想は表5の通りである。

表5 教諭からの意見・感想

<ul style="list-style-type: none"> ・ たくさんの教具を準備して下さり、ありがとうございました。 ・ 普段、使うことのできない教具を使用できたのが、良い体験になりました。 ・ 聴診器で心音を聴くことにより、生命の鼓動を感じることができ、とても良かったと思います。 ・ 視聴覚器具や模型などを使用することは、子どもにも興味関心を持たせ、わかりやすく伝える手助けとなったと思います。 <p>〈教材・教具について〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 教材・教具についての使用目的を明確にすることで、更に効果があがるのではないかと感じた。 <p>〈質疑応答・話し合いについて〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ その場では聞きにくい事柄（子どもも保護者も）もあるので、

前もってアンケート等で質問を受けておいた方が、質問と同時に意見も拾いやすいかと思った。

- ・ 親子で意見交換をする場を設けることで、命の誕生の大切さや喜びが実感できるかもしれないと思った。
- ・ 子どもにとってこれから経験する思春期における様々な心や体の変化や悩みについても、話題にしてみてもいいかと思った。

〈その他〉

- ・ 妊婦体験をすることにより、母の大変さなど、子どもはわかったと思われた、母親からの手紙、体験談などを入れることにより効果が更に上がるのではないかと考えられた。

IV. 考察・まとめ

筆者が担当した思春期教室の目的である命の大切さについては、概ね理解できたのではないかと考える。それは、児童の感想からもわかるように心音を聴いて生きていると実感している。また、命のことからひとつ、ひとつ大切に育てたい、家族みんな同じように生まれてきてよかった、人は大きい、小さいは関係ないとさらに発展して考えてくれている。性教育において有用なのは、万

言の言葉より実際にみて、触れて、感じる事が有効な教育である²⁾といわれるように今回は実際の親、友達の心音を聴き、人の成長の段階を模型でみて、妊婦ジャケットにて妊婦体験を行い、赤ちゃん抱っこを体験したことで命の大切さを理解してくれたと考える。そして、教材やモデルを使用したことで、命について真剣に考えるいい機会になったと考える。男女の違いについては今回の授業では、事前に養護教諭と授業を分担したこともあり理解できたかどうかはわからない。

今回は、授業参観日ということもあり保護者同伴の講義であったが、保護者の感想からも理解できるように保護者は子どもの成長に喜びを感じながらもこれから訪れる子どもの身体の変化について、性教育についてどう向き合っていくか考える機会となり、家族で語る性教育の重要性を理解してくれたのではないかと考え、保護者同伴の講義ができたことはよかったのではないだろうか。そして子どもの誕生までのことを子どもに話すことで、こんなにも大切にされているという安心感が子どもに豊かな心と生きる力を育んでくれる³⁾というように親としての喜びが子どもにつたわり生まれてきてくれてありがとうのメッセージが伝わると考える。

今回授業目的を踏まえ6つの項目だてをした「心の発達」「体の発達」「心や体の悩み」「命のこと」「男女の違い」「母の事」のうち「心の発達」「体の発達」「命の事」「母の事」は伝えられたが「心や体の悩み」「男女の違い」については反応を得ることができなかった。このことを踏まえ思春期教室の構成と担当について明確にする

面が不備であったと考えられる。

教諭・養護教諭の感想からは多くの最もなご意見を頂いた。教材や教具について、質疑応答、話し合いについての貴重なご示唆をさらに検討し次回に役立てたいと考える。

謝 辞

最後に稿を終わるに当たり思春期教室の受け入れ、計画、教材等について相談に乗っていただきまた、終了後はまとめることに示唆を下さり論文化に際しては感想文の分析・まとめ・評価などを共にして幾度も推敲を重ねてご丁寧にご指導下さいました育成期看護学（母性）講座の藤尾ミツ子教授に深謝致します。

（受理日 2012年2月10日）

引用文献

- 1) 渡邊言夫：思春期の健康科学。放送大学教育振興会。第2刷：11, 1995
- 2) 気仙方式「赤ちゃんふれあい体験学習」実行委員会：岩手県医師会思春期保健対策委員会平成17年調査報告。赤ちゃんふれあい体験学習記念誌 ほくもお父さんになりたいわたしもお母さんになりたい。気仙医師会：2005
- 3) 鈴木せいこ：生まれてきてくれてありがとう。ぱすてる書房。初版第3刷：2002

Pubertal Lesson

Yoko Kamizono ¹⁾

1) Department of Nursing, School of Health Sciences, Hirosaki University of Health and Welfare
(3-18-1 Sanpinai Hirosaki Aomori Japan 036-8102)

Abstract

1. I shared responsibility with a school nurse in the teaching of a class on puberty for fourth graders and their guardians.
2. The method of instruction included an explanation about the beginnings of life, a fetus growth panel, a model, followed by having the participants listen to the heartbeats of themselves, their guardian, their friends and the teacher with a stethoscope. I then had both students and guardians put on a pregnancy jacket in order to simulate a pregnant woman's experience. Finally, I had them use a doll to practice holding and cuddling a baby.
3. At the end of the session, the students were asked to write about their experience. The resulting reports were analyzed using the following themes: ① emotional development; ② physical development; ③ physical and emotional anxieties; ④ what life is; ⑤ the differences between men and women; ⑥ what mothers are.
4. Most students touched upon four of the categories: ① emotional development, ② physical development, ④ life and ⑥ mother portions of the questionnaire. The results indicated that the teaching materials and use of models were effective in getting them to think seriously about life.
5. Few of the respondents wrote about ③ physical and emotional anxieties or ⑤ differences between men and women. This raised questions about the organization of the class, the division of duties between the two instructors, and whether or not there was a problem with the way the report was explained.
6. In the reports submitted by the guardians, issues of childbirth, life, the joys of family, and sex education stood out.
7. From the opinions voiced by the regular teacher and the school nurse, as well as the ideas gleaned from the participants' reports, I was able to gain valuable suggestions for future puberty classrooms.

Key words: Pubertal lesson, Life, Experience