

1年生で  
道徳の授業  
やりました

保健の先生  
が道徳?!

「中学生の体におこる変化」や「人を好きに  
なる気持ち」... 思春期あるあるについて  
みんなとても面白くなってきたのです

## 大切な気持ち

～ 相手を大切にすること  
～ 自分も大切にすること

思春期の  
体の変化

まずはアンケート結果の  
紹介から...

【1年生110人回答】

将来子どもをつくるため (60人) OK  
かよく養いみせるため (6人)  
病気に負けない強い体をつくるため (44人) OK

← 冗談の  
つもりですか?  
びびり!!

「中学保健」  
教科書より

お互いの体の変化に  
ついて、きちんと知ること  
が、とても大事!!

**男子**では、精巣が発育すると、  
精巣の中で、精子がつくられる  
ようになる。精子は、分泌液と  
混ざって精液となり、性的興奮や  
刺激によって尿道を通り体外に出さ  
れる。これを**射精**という。

**女子**では、卵巣で卵子がつくられ  
排卵の周期に合わせて子宮内  
膜は、充血して厚くなる。  
受精が行われなければ、不要になった  
子宮内膜は、血液とともに、はがれて体外  
に出される。これを**月経**という。

⇒ **新しい生命をつくりだす体の機能が発達してきた** ... とい  
書かれています。

そい今! 中学生の君たちは  
**リア充**のあこがれ  
急上昇!!

バレンタインも近いネ

いいんです!  
みてください →

変化していく体  
好きな人への気持ち  
ドキドキソワソワは普通です。

性に関すること(下ネタなど)に興味がありますか?

(60人) 男子 4 17 25 14 (人)  
(50人) 女子 3 6 17 24 (人)

□ とても興味あり □ 少し興味あり □ あまりない □ まったくない

気づいたことあるかな?!

外部機関の調査データも紹介しながら  
男子と女子を比べてみよう。

性的な興味や関心は、中学生だと  
女子よりも男子の方が多いいです!!

知ってほしいこと①

◆ 思春期の体の変化は、個人差が大きい  
だから、周り比べて不安にならなくても大丈夫

◆ このことを、ふざけたり、からかったりするのNG

好きな人への  
気持ち

いきなりですが...  
ハグ??  
キス??  
ってどうなのよ?!

【好きな人に対して】ハグやキスもしてみたい

(60人) 男子 4 22 13 21 (人)  
(50人) 女子 4 9 15 22 (人)

□ 強く思う □ ちよっと思う □ それほど思わない □ 全然思わない

好きな人、気になる人がいたら... そりゃあね **「想像」**... であらね... 想像... ね。♡  
正直に答えてくれた (強く思う+ちよっと思う) 男子26人 女子13人! ありがとう!!

人を好きになる気持ちは、とてもステキなこと  
だし、とめろと言われても... とめろではない!!

**でも** 忘れちゃいけない大事なことは ⇒  
**相手を困らせる言葉や行動はNG!**

知ってほしいこと②

◆ 中学生は、  
性的関心・性的興奮・異性にふれてみたい気持ち  
...は、女子よりも男子の方がたくさん持っている

◆ 自分だけが異常だと思わなくて大丈夫  
...だけど、それは**自分の心にしまっておく気持ち**

上手に  
断ろう

「自分のことを好き(らしい)  
な友だちがいます。」

▽ 画像送ってよ ▽ さあ、あなたは  
▽ 手つないでほしい? ▽ どんな返事を  
▽ つきあってほしい? ▽ しますか?

「今の友だち関係をこわしたくないし...」  
「きらわれちゃったら せーな...」

⇒ そんな声がきかれる中、相手をきずけないう上手な断り方の練習をしました。

【自分のことを好きな人が...】 ※ 気軽にほりたくない  
「家に遊びに来ない?」と誘ってきたら ※ 好きな人じゃない  
お友だちです

(60人) 男子 19 13 7 10 11 (人)  
(50人) 女子 12 ① ② ③ ④ ⑤ 10 (人)

① このくらいOK ② 気が進まないけどOK ③ ほんとはやっぱ断れなかつた  
④ ちよっと、がんばって断る ⑤ 絶対ムリ!!

①②③の人には  
「いいえ、もういいよ」  
っていいよ!!

【上手な断り方】

★ 相手へのマナーは大丈夫?  
(いきなり「ムリっ!」は傷つきます)

★ 中途半端に、期待をさせるような返事は NG  
(「また今度、1回だけだよ、考えておく...」など)

知ってほしいこと③

「本当はちよっと  
ことわりた気持ち」 対 「相手と気まずく  
なりたくない気持ち」

...が、心の中で戦っている! ...だけど

◆ 自分の本当の気持ちを、きちんと伝えることが大事!  
(それが、本当の思いやりでもあり、マナーです)

【みんなの感想】

★ 男って 沸いた (1の1男)  
★ わきあたる様な感情を  
コントロールする方法を知りたい!  
(1の1女) ★ アンケートの結果が  
僕と同じポイントから安かった。  
(1の2男) ★ 自分の考えた断り  
方がよくない例でびっくりした。  
(1の3女) ★ 相手や自分の気  
もちにしっかり向きあうことが大切  
だとわかった。(1の4女)

【まとめ】

◆ 相手の気持ちを大切にすることは...  
自分の気持ちだけを押しつけて、  
相手を困らせるようなことをしない

◆ 自分の気持ちも大切にすることは...  
相手に遠慮する必要はありません!  
自分の本音を伝えることが、本当の思いやり

自分勝手な言動で、相手を困らせたり、悲しい気持ちにさせるたりするのはNGです

今回は、いきなりの道徳ネタ...保健の先生が「道徳...?!」と思われたかも知れません。  
いきなり...確かに「いきおい大事!」と、(…私「迷ったらやる!」が信条で…)冬休み明け  
すぐにアンケート(無記名)を取り、翌週には授業という感じでやらせていただきました。  
(上手な断り方を考えて、練習するコーナーでは、担任の先生が入って一緒に行いました。)

ただ...いきなりかという、私の頭の中には、じわじわと構想していたものはありました。

なぜなら...高校生の貞操観念が「やばいっ!!」

〆、貞操観念~?!...って、なんか時代錯誤な言葉ですかね...

子どもたちにも話しましたが、保健室には、よく「恋バナ」めいた話が集まります。

聞かずとも耳に入ってくるのちゃん△△△の「うわさ話」となると、その5倍くらいあります。

人を好きになる気持ち、...

もっと胸の奥が熱くなるような...ちょっと秘密めいた大人への入り口...のよう...

...すみません、もはや保護者のみなさまとジェネレーションギャップあり!...でしょうか。

少なくとも、今の高校中の子どもたちの軽いりの恋バナを聞くにつけ、私は非常に  
非常に不安な気持ちになるのです。

保護者の方が聞いたらびっくりするような下品な下ネタ用語も大人の見えないところまで飛び  
かいます。(保健室の中には聞こえていけないと思っ、男子も女子もエロトーク炸裂です。)

実際、今の子どもたちは、ネット社会を生きる子どもたちですから、黒電話にかかってくる  
相手を親が値踏みするようなことはできません。

親の知らない誰かと、知らない会話をし、知らない世界で仲間を増やしていきます。

SNS上から大丈夫...と気を許して、あとからごまされたり、その時の会話や写真をスクショ  
されたり、嫌な悲しい気持ちを背負わなくてはならないケースもできます。

授業の中では言葉にしませんでしたが、私は昔と明らかに違うなあ...と感じていることが  
あります。

男子が女子に対して、性的に関心を寄せることは、おそらく昔も今も大きく変わっていません。

では何が違うか。自分が女子を寄せられた時に、どう対処していいかわからない、

何が正解かわからない子が、とても多い気がします。

テレビでは恋愛ドラマ、スマホを開けばたくさんのリア充たちのラブストーリーを当たり前  
のように見ている子どもたちの感覚の中では、ハグやキスは自然なことなのかも知れません。

たださ、恋にあえられるお年頃には拍車がかかりまくります。

それに加え、今の子どもたちは、相手の気持ちを考えよう、相手を傷つけないようにしよう、  
という話を、多くの場面で常々おこなわれています。

『断ったら悪いかな...気まずくなっちゃうかな...嫌われるかな...気乗りしないけど...ちょっと  
リア充あなされるし...え...どうしよう...ま...いか...』というケースをいくつも耳にしています。

このケースで私が心配しているのは女子たちです。

軽いリア充から、あとあと悲しい気持ちになったり、自分が傷ついたり...

「自分を守るのは自分なんですよ!」という話をどうにもしてかた...!!

「男の子たち、ごめんさい...」も言いました。

かなり、男子をエロ魔人扱いして「男子は女子に性的関心を持っているのが普通です!」

という口調で授業をさせてもらいました。

もう1回言います、男子ごめんさい。(もしおうちでこのことについて文句を言っていたら

...そういう話ができる親子関係って素敵ですね)

ただここで伝えたのは、もちろん男子に負けないエロ女子だっているかも知れない。

でもね、女子と男子の力の差を考えてほしいんです。もし、女子が男子に突然キューされ

たら、「やめて! いり!」と思っても男子の力からは逃げられないんです。

だから、男子ごめんね...今日はこういう話をさせてもらおうよ...と。

私が今日の授業をあらうくでもお伝えしようと思ったのは、これをきっかけに親子で話しをし、

おうちの方の言葉でさらに大切なことを加えていただけたら、もっと親子の絆が深まる

と思う。そして、話の内容とはにかかわらず、この話を心のどこかにとめていただき、子どもたちが、

つまずきやうになつたら、声をかける材料にしておいて何よりだと思っだからです。

このような内容は、クラス全体に同じ内容で学習するには本来不向きなものかも知れ

ません。一人ひとりの心と身体への成長には、とても個人差があるからです。

...それでも、私は高校中のみんなに考えてほしいです。

自分の気持ちを相手に押しつけるのはマナー違反だし、逆に気持ちを伝えられた時は、

自分の本当の気持ちを大事にしなきゃいけないんだよ、と。

ここまで読んでいただいている保護者の方の中でも、私の伝え方やニュアンス、お受け止め方で

不快に思われたり、私の言葉の至らない部分で、ご意見があったりということがあるかも知

れません。お気づきのことがございましたら、(もちろん感想も!)保健室までお声がけ

ください。最後までお読みくださり、ありがとうございました。