

\*ほけんだより

# わらふく

令和7年  
2月5日  
高根中学校  
保健室

1年生  
道徳の授業  
やりました

中学生の体における変化や「人を好きになる気持ち」...思春期あるあるについて  
私はとても心配になってきたのです。

まずはアンケート  
とります。

## 大切な気持ち

~相手を大切にする  
~自分も大切にする

### 思春期の 体の変化

まずはアンケート結果の...これが小学校で勉強すべきです...  
【経験・精通は何のために準備ですか?】  
将来子どもをつくるため(60人)Good!  
かっこよく美いみせらため(6人)  
病気には負けない強い体をつくるため(44人)Good!

「中学保健」  
教科書より

お互いの体の変化に  
つまづいて、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、性的な興奮や  
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。

⇒新しい命をつくりだす体の機能が発達してきた  
書かれています。

そりゃ今! 中学生の君たちは、  
あこがれの上昇!  
バカタイも近いね!

いいんです!

変化していく体

好きな人の気持ち

ドキドキソワソワは普通です。

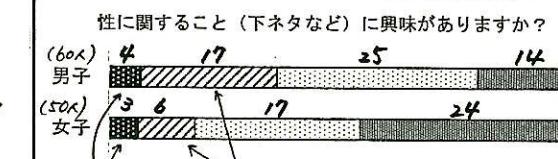
外部機関の調査データも紹介しながら  
男子と女子を比べてみます。

性的な興味や関心は、中学生だと  
女子よりも男子の方が大きいです!!

「性」に対する興味!

◆思春期の体の変化は、個人差が大きい  
だから、周りと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、からかたりするのはNG

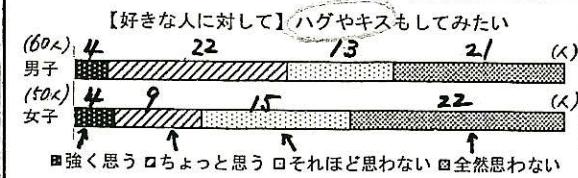


注: 逆にこういう話題が苦手  
な人もいます。そういう人の  
立場もとても大切なことです。

気付いたことがありますか?!

いい

好きなりですが...  
ハグ?! キス?!  
ってどうなの?!



好きな人・気になる人がいる...そりやあねえ  
正直に答えてくれた(強く思っている男)男子26人 女子13人! ありがとうございます!!

人を好きになる気持ちには、どこかステキなこと  
だし とめろと言われても、とめられない!!

でも たれちやいけない大事なこと ⇒  
相手を困らせる言葉や行動はNG!

### 知りたいこと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  
断り方

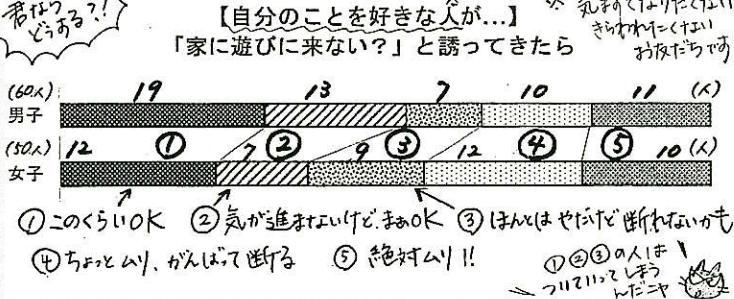
- 「自分のことを好き」  
は、友だちがいます。
- 画像送ってよ。
  - 手本ないでモリ!!
  - つきあってほしい。

「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やめなよ...」

→そんな声がきかれる中、相手をきずつけない上手な断り方の練習をしました。

### 知りたいこと③

- 「本当はちょっと  
ことわりたい気持ち」  
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ます、マナーです)



【まとめ】  
やめて!!

◆相手の気持ちを大切にするとは...

◆自分の気持ちも大切にするとは...

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

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たりするのはNGです

### みんなの感想

- ★男って泣いな(101男)
- ★泣き出する様な感情を  
コントロールする方法を知りたい!(101女)
- ★アンケートの結果が  
僕と同じ(+)ばかりやばい!...(102男)
- ★自分の考えた断り方がよくない例でいろいろ...(103女)
- ★相手や自分の気持ちにしっかり向きあうことが大切だとわかった。(104女)

## \* 保護者のみなさまへ \*

今回は、いきなりの道徳ネタ... 保健の先生が「道徳へ、?」と聞かれたかあいなせん。いきなり... 確かに「いきおい大事！」と、（..私「迷ったやる！」が信条です）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勢いでやらせていくべきました。（上手な断り方を考え、練習あるコーナーでは、担任の先生が入って一緒に行いました。）

たゞ... いきなりかというと、私の頭の中には、じわじわと構成めいたものはありました。

なぜならば... 高根中の貞操観念がやばいっ!! 〃

電、貞操観念～?! ...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△くんの「うわざ話」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って...

わざと胸の奥が熱くなつようだ... ちょっと秘密めいて大人への入り口... のようだよ... 〃  
...すみません、わざや保護者のみなさまともシェアレーションギャップあり！... でしょうか。〃

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

（みんなもおかまないしの人も...)  
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で飛び出します。（保健室の中には聞こえていいのかと思って、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、黒魔話にかかるくる相手を親が直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くます。SNSから大丈夫... と気を許して、あとからどうされたか、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す。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ず、何かが正解かわからぬい子が、とても多く気がしています。

テレビでは恋愛ドラマ、スマホを開けばたまたまのリア充たちのラガラガ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しれません。たゞでさえ、恋にあこがれるお年頃に拍車がかかります。

それに加え、今の子どもたちは、相手の気持ちを考え、相手を傷つけないかに注意。といふ話を、多くの場面で常にあります。

『断つたら悪いかな... 気まずくなっちゃうかな... 嫌われるかもな... 気乗りしないけど... ちよとリア充あこがれるし〜』 え〜、どうしよう。ま...いか』 といふケースをいつも耳にしきります。このケースで私が心配にするのは女子たちです。

軽いぶりのOKから、あとあと悲しい気持ちになったり、自分が「傷ついた」... 「自分を守るのは自分なんですよ！」といふ話をどうにもいけないか...

「男の子たち、ごめんよさい。」も言いました。

かたじけなく、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！」といふ口調で授業をさせてもらいました。

もう1回言います、男子ごめんよさい。（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で素敵ですね）

たゞここで伝えたのは、もちろん男子に負けないエロエロ女子だ、いるかもしれない。  
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「男子に突然ギターされたり、「やめて! いい!」と思つても、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うよ... と。

私が今回の授業をわらわくでもお伝えしようと鬼ったのは、これをきっかけに親子で話しても、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つし、たゞ、話すことではなくても、この話をいいのどかにとめていただけ、子どもたちが、つねに想いにのつたら、声をかける材料にしてもらえて、何よりだと思つたからです。

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しれません。一人ひとりのいじと身体の成長には、とても個人差があるからです。

...それでも、私は高根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ておくちゃいけないんだよ、と。

ここまで読んでいたいに保護者の方の中でも、私の伝え方やニアンス、また受け止め方に不快に思われたり、私の言葉の至らない部分で、ご意見があつたりといふことがあるかもしれません。お気づきのことがあれば、お問い合わせください。（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い。ありがとうございました。

文責 緊護教諭 謝訪友理子