# ほけんだより

**特別号**
**Vol.3**

令和８年９月
上河内中学校
保健室

９月３日（木）の6時間目に，１学年を対象として「性といのちの健康教育」を実施しました。今年度も栃木県で助産師として活躍されている柚木先生をお招きし，いのちの尊さや思春期の心身の変化，思春期の悩みについてお話しいただきました。赤ちゃん人形の抱っこ体験もさせていただき，生徒たちにとって，学びの多い１時間となりました。

〈講師〉　Women’s Health　ゆずき助産院
助産師・思春期保健相談士
**柚木　理恵　先生**

生・性教育を通じて，誰もが自分らしくいきいきと幸せに生きられる社会の実現を目指し，あたたかく寄り添った性教育活動に取り組んでおられます。

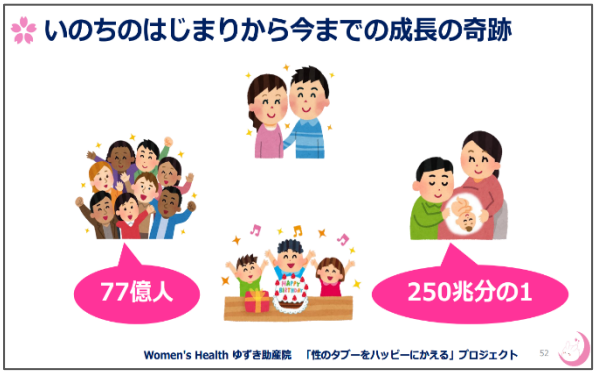





「性」に関する話は，恥ずかしいと思うかもしれないけれど，生命にかかわる大切なことで，自分や相手がしあわせになるための知識とスキルであることを教えていただきました。また，「性別」について，男性・女性のどちらかでなければならないことはなく，「自分のこころとからだは自分で決めていい」「自分のしあわせは自分で決める」ことを伝えていただきました。

思春期を迎えた中学生は，大人のからだとこころへと変化していきます。それに伴い，不安や心配な気持ちになるけれど，それはしっかり成長している証拠。たくさん悩んで，考えて，自分を見つめ，自分なりの生き方を探していくことがよいのだと教えていただきました。また，専門家ならではの視点から，生理や精通現象についてもお話しいただき，自分のからだとの向き合い方について学ぶことができました。




いのちが誕生する確率は約 250 兆分の１だと知り，生徒たちは驚いていました。それと同時に，自分たちが生まれてきたことが奇跡で，すごいことなのだと実感することができました。講演の最後には柚木先生から，「みんな，生まれてきてくれてありがとう。」と温かい言葉をかけていただき，生徒たちは自分が大切にされている存在なのだと改めて気づくことができました。

# 赤ちゃん人形を抱っこしてみました！



柚木先生，子ども支援課職員の皆様のご協力のもと，参加した全員が赤ちゃん人形の抱っこ体験をさせていただきました。緊張や少し恥ずかしい気持ちなど，それぞれの感情を持ちながら，優しく抱っこすることができ，命の尊さについて考える貴重な経験となりました。




## ～学びの振り返り～ （生徒たちの感想を一部ご紹介します。）

・「性」にはいろいろな形，個性があることを学んだ。
・自分の命，他人の命の大切さを学んだ。
・初めて知ったことや驚くことが多かった。
・何かあったときの相談先を知ることができた。
・お母さんに産んでくれてありがとうと伝えたい。
・私がこの世に生まれてきたことはとてもすごいことが分かった。 など…

生徒たちは今回の講演会を通して，いのちの尊さや，自分だけでなく他の誰かを思いやる優しさについて学び，考えることができました。ぜひご家庭でも，お子様と「いのちの尊さ」について話題にしてみてください。