

思春期の性と心と向き合おう

公益社団法人地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター 岩室 紳也

思春期性教育 今、大切な指導のポイント

教育現場と連携し、生きる力を育むために①

今号から3回にわたり、岩室紳也(社)地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター長に、思春期性教育の指導のポイントを解説いただきます。本会発行の教材もあわせて活用ください。(編集部)

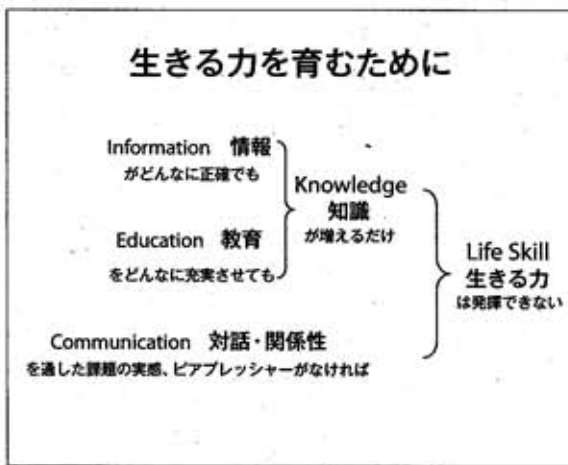


図1



図2

生きる力を育む性教育
私が性教育に関わり始めた1990年代半ばから十代の望まない妊娠が急増していました。そのため性教育の目的は望まない妊娠、性感染症、性の悩み、性のトラブルを予防することだと考えて

いました。急速に普及したインターネットによる性情報の氾濫が性体験の低年齢化を増やしていると思い、正しい知識を、正確な情報を伝えなければと必死に性教育に取り組みました。

しかし、十代の人工妊娠中絶率が下降に転じた

最新の学習指導要領の理念は「生きる力」を育むこととなっています。生きる力を身につけるにはI・E・C、すなわちInformation(情報)を正確にEducation(教育)するだけでは知識が増えるだけです。その知識を活かす生きる力(Life Skill)を発揮するにはCommunicationを通して仲間から受ける圧力(Peer Pressure)が必要です。しかし、若者たちは限らず、現代人はコミュニケーションが不足していませんか(図1)。

性ごころの関係性、すなわち「性」と向き合う大切さを教えてくれるのがこの頃の病の究極の到達点、自殺の現状です。自殺者数が3万人を超え続けていると繰り返し報道されていますが、1960年代までは男女で自殺に大差はなかったものの、1970年代以降自殺が増えているのが男性だけです。

その理由と考えられるのは、男性が生きづらくなった中になったのではなく、男性が弱くなったのではないのでしょうか。男性と比べ女性のストレスマネージメント能力に大きな変化がないのは、実は思春期に受けるストレスに原因がそろっています。

女性には月経というある意味理不尽なストレスと繰り返し向き合ううちに、ストレスに向き合う力、やりすす力「ま、いいか」といった視点を身につけていませんか。逆に男たちが弱くなったのは男たちが自分の性慾を満たすための情報やセックスパートナーを以前と比べ、はるかに容易に入手

できるようになったからではないでしょうか。以前はエロ本を手に入れるにも仲間が必要でした。包茎のむき方やマスターベーションの仕方を仲間から教わる一方で(図2)、仲間によるいじめもあり、ストレスに少しづつ強くなれる環境がありました。

思春期は「性」と向き合うことを通じた仲間づくりや仲間とぶつかるすばらしい機会でした。しかし、仲間なしでも性情報が入手可能となった結果、仲間にも学ぶことも、仲間づくりを通してストレスに強くなることもなく、生きる力を育めない若者たちが増えています。

つながら性教育を

1990年代の岩室紳也の性教育では、悩みの解消法を重視し、「マスターベーションで頭が悪くなる」とか、「3千発打ち止め」は嘘だよということを伝えていました。しかし、思春期の悩みも、本来は友達同士で情報交換をし、からかいあいつつも、嘘を見抜く力をつけていくもののはずです。友達同士で性を含めた様々なことに関するコミュニケーションが不足している中で、根本的なところに対処することなく、答えだけを、悩みを解消するための情報だけを提供していたと反省しています。

コミュニケーション不足の結果、最近仲間

たマスターベーションの仕方を覚えてしまった若者たちが増えています。日本家族計画協会発行のパンフレット『思春期の性と心と向き合おう』の最初「手を使ってベッドや床にこすりつけて」の項目には「手を使わない」と書かせてもらったのも、手を使わないマスターベーションの結果、膣内射精ができない人たちが予防するともに、このような話題を友達同士で共有してもらいたいと思つてのことです。

性教育の際には一緒に聞いている仲間と「性について話してもいいんだ」という雰囲気づくりを心掛けたいものです。リニューアルされたパンフレットと新たに作成したパワーポイント教材の特徴は、キャラクターが悩み、岩室紳也自身が経験を語っていることです。知識の押し付けではなく、いろんな事例に学ぶ手法をとっています。事例や他人の経験は意外と人の気持ちに入っていくものです。パンフレットにはその活用方法は書かれていませんが、パワーポイントには全体の意図や、詳しい使い方を書かせてもらいました。大人向けの性教育の必要性を理論的に説明する資料と中学生向けや高校生向けに使用するスライドを別々に用意できるようにしています。

教材を使う女性の方にはぜひ「愛の反対は無関心」というマザーテレサの言葉を自らの経験に重ねて語っていただきたいですね(図3)。大人になつてもこの言葉は本当にいろんなことを考えさせてくれるということが伝われば、それこそ生徒と講師が「つながった」証になるのではないのでしょうか。

※パンフレット、パワーポイント教材の問合せは本会まで ☎03(3)226(9) 4727



図3

他人事じゃないエイズ

公益社団法人地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター 岩室 紳也



図1

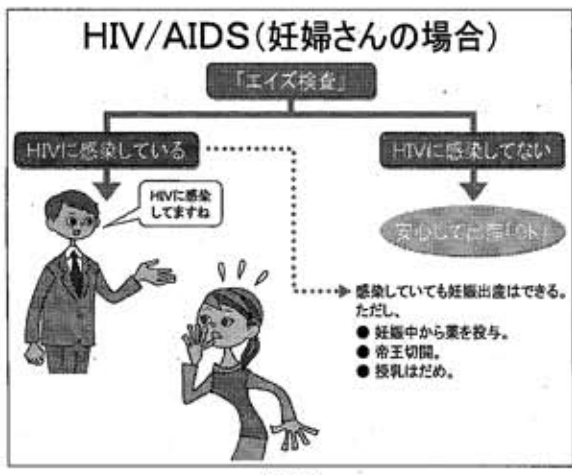


図2

前号に続き、思春期性教育のポイントを解説いただきます。テーマは「他人事じゃないエイズ」。本会では同タイトルのパンフレットとパワーポイント教材を発行しました。併せて活用ください。(編集部)

他人意識のエイズ

教科書にもHIV/エイズが詳しく記載されていますが、どうして日本では感染拡大が続いているのでしょうか。1990年代に感染が判明した私の患者さんにとって、HIV感染は本

「他人事」と書いて「ひとごと」と読むスライド(図1)を出しながら、ぜひ語り手自身にとってエイズが「他人事」だった頃のことについて語ってください。

「どうして彼氏にエイズ検査を受けてもらわなかったの?」どうしてコンドームを使わなかったの?友人の保健師、北山翔子さんがアフリカでHIVに感染したという

「彼が1人の感染している方なのか、それとも99人の感染していない方なのか」と考えた時に、目の前の彼は「誠実」「まじめ」「元氣」といった非科学的な理由で「大丈夫だと思ったかった」と言います。

厚木市立病院の95人の患者さんの内、14人は妊娠の際に母子感染予防のためにエイズ検査を受けた人です。HIVに感染しているお母さんから経膈分娩で生まれたお子さんの母子感染率は約25%。出産方法を帝王切開にするか母子感染率を8%程度まで下げられ、さらにお母さんが抗HIV薬で血中のウイルス量を下げて帝王切開にし、授乳をしなければ母子感染はほとんど起こりません。

今や出産を希望している妊婦さんにエイズ検査を勧めることは常識となつています(図2)。しかし、一番大事なのは子どもを作ろうとする前にお互いが検査を受けることです。あなたは子どもを作ろうとコンドームなしのセックスをする前にエイズ検査をパートナーの人と受けましたか。ほとんどの人は受けていないから同性間性的接触での感染を予防するために、いま、何を、どう伝えたいのかわからないのでしよう。最近こそ芸能界等でゲイの人たちがカミングアウトするなど、同性愛ということが以前ほど差別的に扱われなくなりましたが、身近な人からのメッセージはまだ少ない状況です。

「自分には関係のない病気」だったようで他人事だった私を語る

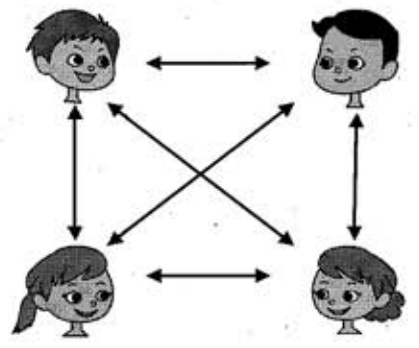
「ひとごと」と読むスライド(図1)を出しながら、ぜひ語り手自身にとってエイズが「他人事」だった頃のことについて語ってください。

「他人事」と書いて「ひとごと」と読むスライド(図1)を出しながら、ぜひ語り手自身にとってエイズが「他人事」だった頃のことについて語ってください。

「他人事」と書いて「ひとごと」と読むスライド(図1)を出しながら、ぜひ語り手自身にとってエイズが「他人事」だった頃のことについて語ってください。

「他人事」と書いて「ひとごと」と読むスライド(図1)を出しながら、ぜひ語り手自身にとってエイズが「他人事」だった頃のことについて語ってください。

みんなちがって、みんないい



「私と小鳥と鈴と(金子みすゞ)」より

図3

今や出産を希望している妊婦さんにエイズ検査を勧めることは常識となつています(図2)。しかし、一番大事なのは子どもを作ろうとする前にお互いが検査を受けることです。あなたは子どもを作ろうとコンドームなしのセックスをする前にエイズ検査をパートナーの人と受けましたか。ほとんどの人は受けていないから同性間性的接触での感染を予防するために、いま、何を、どう伝えたいのかわからないのでしよう。最近こそ芸能界等でゲイの人たちがカミングアウトするなど、同性愛ということが以前ほど差別的に扱われなくなりましたが、身近な人からのメッセージはまだ少ない状況です。

あなたの身近な性感染症

思春期性教育 今、大切な指導のポイント

教育現場と連携し、生きる力を育むために③

公益社団法人地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター 岩室 紳也

3回シリーズ最終回は「あなたの身近な性感染症」をテーマに指導ポイントを解説いただきます。本会では同タイトルのパンフレットとパワーポイント教材を発行しました。併せてご利用ください。(編集部)

性感染症か、性感染か

かつて使われていた「性行為感染症」という呼称には遊んでいる人がなる病気という印象が刷り込まれていたため「性感染症」に変わりました。WHOはSTD (Sexually

Transmitted Disease)

は症状が出ている病気のことで、HIV感染のように症状がない状態のものもあることからSTI (Sexually Transmitted Infection)と呼ぶようになりました。しかし、STIの正式な日本語訳は

な、日本性感染症学会も英名をSTIに変えたものの、日本語表記は性感染症のままです。

言葉にこだわるのは、性行為で感染する病原体や、その結果として発症する病気が次から次へと明らかになる中で、ST

性感染症は『性生活習慣病』

性感染症と言われたエイズ、クラミジアなどは必ずしも成人になってからおこるのではなく、子供のときからの生活習慣の積み重ねと、その人の持っている遺伝的素因さらに環境要因が重なり合って発症する。

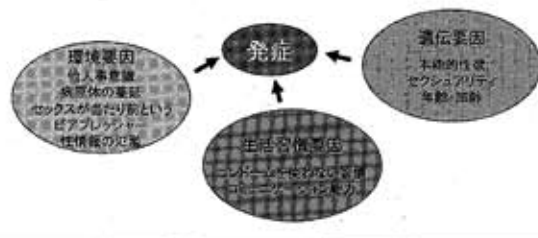


図1

考えてみよう あなたは性感染症を予防できますか？



図2

I予防教育の対象となる病原体や疾患をどう伝えればいいかが混乱しているためです。その代表例がHPV (ヒトパピローウイルス) で引き起こされる子宮頸がんです。子宮頸部にHPVが感染した人の約0.1%が子宮頸がんを発症しますが、子宮頸がんを性感染症と呼ぶことに多くの産婦人科医が異議を唱える一方でHPV感染がSTIであることについて異議を唱える医者はいません。セックスをしなればHPVには感染しませんが、このように混乱があることを承知したうえで、意識的に性感染症(STD)や性感染(STI)を使い分けてください。

性感染症は性生活習慣病を伝えるだけでは必ずしも予防はできません。かつて成人病と呼ばれた高血圧の予防には減塩、糖尿病予防は食生活と運動、肺がん予防に禁煙。知識があっても、遺伝的要因が複雑に絡み合い、本人の努力だけでは思うようにならないことが理解され、生活習慣病という概念が生まれました。性感染症予防は理論上簡単です。セックスをしない、コンドームを使う、検査を受けることです。しかし、理想と現実にいかなにかその性感染症を性生活習慣病という概念でとらえ(図1)、関係性に学べる環境整備を含めた多面的な対策を組み合わせた必要があります。自分に問いかける

伝える側、特に医療関係者は症状、検査、治療を説明したがりです。医療系の学校では病原体感染経路、検査方法、症状、治療法といった授業が多く、これらを正確に覚えておかないと国家試験に合格できませんし、診療行為も正確にできません。しかし、性感染症になった人のほとんどは予防の知識を持っていません。それでも性感染症になるのは性感染症が他人事だったため、予防行動がとれなかったからです。啓発の際にはYESかNOでいくつかの質問を投げかける「コミュニケーション」(図2)を通して「確かに性感染症のことでは考えていなかった」とか、「セックスの前に検査を受けたい」とか、「コンドームを最初から最後まで使っていないから最後に気づく機会を提示してみてください。これらのメッセージで若者たちとコミュニケーションを図ることができれば、若者たちの生きる力が育まれていきます。

HPVと子宮頸がん 子宮頸がんのワクチンが開発され、一部の自治体で接種の補助事業が開始されたことは性感染症予防教育がしやすくなるきっかけにもなっています。性感染する様々な病原体の中で、ワクチンで予防できるものは一部の肝炎ウイルスとHPVくらいです。確かに小学校

では性感染症や性的接触については教科書を使っていた授業の中で教えないことになっていきます。しかし、病気の予防という視点でインフルエンザをはじめ多くの病原体に対するワクチンの効果について説明することになっていきます。実際、HPVワクチンは性行為の始まる前に接種することが望ましいため、小学生や中学生には「子宮頸がんの原因であるHPV感染を予防するワクチンが開発された」と伝えるだけで十分です。もし生徒さんから「HPVはどうやって子宮に感染するのですか」という質問が出た場合は、科学的に誰もが持っているHPVが性的接触で子宮頸部に運ばれ、と答えればよいのです。なぜコンドームの「正しい」使い方が教科書にも書かれていないのかかわらず、コンドームを使わない若者が多く、売り上げも減少し、性感染症や望まない妊娠が学校の保健室の相談事項であり続けています。知識としてコンドームを知っていても、自分が使うもの、パートナーに使わせるものと感ずることがないまま、セックスをしているようです。そこで、あえて詳しく、「正しい」コンドームのつけ方(図3)を紹介することで、「こんなにもむづかしいんだ」、「知らなかった」という印象を残し、少しは自分の課題にできないかと考えています。性教育・性教育では、何より伝え手であるあなたが知っていたことを、知って感動したことを伝えませんか。伝える手段の一つとして私が作ったパワーポイントが役に立っては幸いです。 ※教材の購入申し込みは本会まで

男性用コンドームの正しい使い方をしりましょう

- ① 袋を開けるときは、コンドームを痛くしてから、
- ② 袋を開けた部分は完全に切り離す。(中途半端にすると出ると時にコンドームを傷める)
- ③ コンドームの袋を触っただけで菌がわかるようにしてよく
- ④ 爪を立てずに清潔な手の指で開く。
- ⑤ 新鮮なペニスの皮膚を完全に手で覆う。
- ⑥ 巻き込みないようにして、コンドームを袋から取り出す。
- ⑦ 袋を開けた部分を袋の裏側に押し当てて、袋の中で残った皮膚が袋の裏側にコンドームを巻き込ませないようにする。
- ⑧ 射精したら、コンドームを押しながら、ペニスを開く。
- ⑨ コンドームは生ゴミとして処理する。
- ⑩ 続けてセックスをするときは、必ずからだが乾く。



動画や動くPowerPointで見ると正しいコンドームの付け方 <http://iwamuro.jp/>

ここまで完璧にやってもコンドームが破れる、外れることがあるよ

図3