

3月7日(金)3年生を対象に看護師・思春期保健相談士の中山安彩美さんを講師に「プライベートパーツのルール」についてお話いただきました。プライベートパーツのルールや、それはどうして大切なのか、下ネタを話すのはなぜダメなの?など、子ども達の興味や疑問に直結に、日常に生きる内容でした。

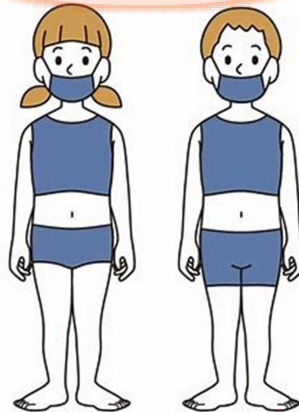
中山さんからは性に関する大切な情報をご提供をいただきましたので、ほけんだよりでお伝えします。この機会に「大切な自分の体のこと」「性」に関するルールについてお子さんと一緒に考えましょう。

## プライベートパーツのルール

「あなたの心と体すべてが大切」が大前提です。その中でも「水着でかくれる部分」「お口」はもっと大切にしてほしい場所。理由は粘膜に触れる部分だからです。粘膜とは皮ふではなく体の中に直接触れるところで、とても傷つきやすく、ばい菌も入りやすいところですよ。

1 他の人に 見せない  
× さわらせない  
他の人のを 見ない  
× さわらない

自分の体は自分だけのもの



2 水着でかくれる部分と口はプライベートパーツです  
胸・おしり・性器は自分だけの大切な場所。これは男子も女子も同じです。誰が体のどこに、どんな風にさわるかは自分自分で決めることができます。

3 写真や動画は とらない!  
SNS にアップしない  
写真に撮ったり、アップしてしまうと、世界中の誰でも見ることができます。自分の携帯では消しても誰かが保存していたら、ずっと残り続けます。そもそも「撮らない」ことが大切!

4 自分の体は見ても触っても OK!  
お風呂できれいに洗ったり、トイレできちんと拭くことも大切です。さわるときは、ばい菌が入ったら困るのできれいな手でやさしく触りましょう。学校や公共の場所では触らないことも守りましょう。

もしも プライベートゾーンを さわれそうになったら...

ノー  
**NO!**

いや! やめて! と言う

ゴー  
**GO!**

すぐに逃げる!

テル  
**TELL**

おとなに相談する

**プライベートパーツの例外**  
ケガや病気の時は、プライベートパーツであってもお医者さんに、診てもらうことも大切です。こういったシーンなら良いのかを親子で話し合っておくとよいですね。

「スカートめくり」や「ズボンおろし」、「性器の名前や下ネタを連呼する」、「触られてイヤだった」などは特に小学生に多いトラブルです。みんなそれぞれ「プライベートパーツ」をという大切な場所があるということや「自分の体も相手の体も大切にしないとイケない」ということをご家庭でもくり返しお話していただきたいです。万が一、プライベートパーツが守られなかった時に、正しい知識が身についていると、「**NO! GO! TELL!**」の3つを行動に表すことができます。そうすれば自分の身を守ることができ、正しい知識がないために自分が加害者になってしまうのを防ぐこともできます。

「性」のことを子どもに伝える時、どういう風に言えば良いか分からない保護者さんも多いかと思います。今、性教育に関する本や絵本など分かりやすい書籍もたくさん出版されています。関連する絵本と一緒に読むことで、話しやすい環境になることもあります。



## 大切なのは場所と相手を考えること

下ネタが面白い時期でもあるかもしれませんが、しかし、全員がそうではありません。家庭や友だちの間でウケた話を、そのまま学校や公共の場所で話題にするのは違う、ということです。下ネタが苦手な人もいることを理解していなければいけません。低学年では難しい部分もあるかもしれませんが、下ネタに限らず、「相手や周りの人がどんな気持ちになるか」「この場所で言っていることなのか？」よく考えることが大切だということを日ごろから大人たちが伝えていく必要があります。

## どうしてそんな言葉知っているの？

ネットなどいたる所で性の情報があふれている中、お子さんがびっくりするような言葉や卑わいな言葉を使うこともあるかもしれません。そんな時は、怒ったり否定せずに行った受け止めてあげましょう。「よくそんな言葉知っているね。」「どういう意味かわかるの？」と意味を理解して使っているか確認してみましょう。意味をよく分からずに使っている場合は「みんなの前では言わないでほしい」ことを伝えたり、意味を分かっている場合には、親子で「性」について話し合ってみてください。



## 子どもがNGで大人はOKではない

最近の子どもたちは小さな時から写真や動画を撮られ慣れていますが、しかし、子どもたちにも人権があり、勝手に撮影されたり SNS に投稿されるのは「いやだ」という場合もあります。お風呂や着替えなどのプライベートパーツのルールを違反する撮影は NG ですし、親子といえど勝手にプライベートパーツに触るのもルール違反です。家族であっても「～してもいい?」「いいよ」の確認と同意が大切です。

大人が率先して「プライベートパーツのルール」を守り、お手本になる姿を見せていきたいですね。

## 教えるのはまだ早い..?

「性」について家庭で、いきなり話題にするのはなかなか勇気がいることかと思いますが、「うちの子にはまだ早い」「早くから教えると性についての行動も早くなるのでは?」と心配になるかもしれませんが、正しい性への知識を持った子は、性への行動が慎重になること分かっています。(国際セクシュアリティ教育ガイダンスより)

年齢が早いうちから、性について親子でオープンに話せることは思春期への心構えができたり、何か困った時に相談してもいいんだという認識を持つことができます。「性」は「エッチなこと」「恥ずかしいこと」ではなく「生きるために必要なこと」です。

卒業・進級を前に、またひとつ大人へと近づく子どもたちに、大切な「性」のこと、プライベートパーツなど自分を守る知識をご家庭でもぜひ話題にしていきたいと思います。