

子育てコラム 47

性教育(命の教育) その11 「月経を科学的に伝える」 2020.3月号

女の子の月経を具体的にどう伝えたらいいですかとよく聞かれます。お母さんは初経を経験し、今までに何十回となくおとずれた月経ですが、小学生へ科学的に伝えるとなると身構えてしまうようです。まずは幼少時から、体の大切さ、そして水着で隠れるところと口(プライベートゾーン)は、人に見せたり触らせたりしてはいけないことを教えます。

小学生になったら、あなた(女兒)の命がめばえ、育ち、生まれてきた場所として性器を教えましょう。そしてあなたの妊娠出産時の様子と重ね、それに養育者の気持ちを添えて伝えていきましょう。赤ちゃんのもとである卵子が育っている卵巣のこと。卵子と精子が出会う卵管のこと。赤ちゃんがいない時は鶏卵ほどの大きさの子宮。9か月間あなたは子宮で過ごして大きくなったこと。そして精子が入ってきた所であり、あなたが生まれる時に通った場所として膣を教えましょう。

卵子は卵巣内で成熟し、月に1回卵巣から1個飛び出します。これが排卵で、このとき卵管の先のラッパ管が卵子をうまく受け取り、卵子は卵管を通して子宮に進みます。子宮の内膜は栄養や血液を蓄えてふかふかのベッド状になっています。これは赤ちゃんを育てる準備のためのもので、卵子が精子と結びつかなければ、排卵して2週間ほどで、いらなくなったベッドがはがれ落ちて膣から排出されます。それが月経です。排卵や月経を起こさせるものが女性ホルモンで、そのホルモンは脳からの指令で卵巣から分泌されます。すばらしい神秘的な体のしくみです。

このようなことを子どもの学年や年齢、理解力に応じて話しましょう。これらは信憑性のある絵本を使って科学的に伝えたいものです。その絵本はいつでも子どもが見ることのできる所へ置いておきましょう。

帝王切開での出産は年々増え、今は4、5人に1人の割合です。体外受精のお子さんも多くなっています。ご家庭の状況にあわせた話をしましょう。全てが一人ひとり違うことも教えていきましょう。男の兄弟がいて機会があれば一緒に話をしたいものですね。

妊娠出産は命をつくり、命をつなぐもので、今は時間をかけてそのような準備をしていることも、体を大事にしてほしいと願う親の思いと共に伝えていきましょう。

性教育は健やかに生きるための心を育てる教育です。科学的に伝え、自分の性を大事にすることで自分らしさを肯定でき、命を守り育むことができるようになります。