

乳幼児期の性に関する情報提供

保健師や親子に関わる専門職のための手引き



目次

はじめに	1
調査研究の概要	3
言葉の定義	4
第1章 子どもの性についての対応の仕方、伝え方	
01 「人はそれぞれ違うこと」を伝えることから	5
02 男の子と女の子の身体、どこが同じでどこが違う?	7
03 子どもの身体と大人の身体	9
04 プライベートゾーンの理解	12
05 子どもの身体や性器の洗い方のポイント	15
06 幼児期の自慰行為	18
07 被害者にも加害者にもなり得る「いじめ」や「暴力」について	20
08 インターネット上の性的な情報と家庭でのルール	22
09 「性自認、性的指向、ジェンダー」の理解	25
第2章 「こんなとき、どうしたらいい?」乳幼児期の性に関するお悩みQ&A	
子どもからの質問編	28
子どもの身体・行動編	31
保護者と子ども間の「困った!」編	35
ジェンダー編	36
乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本	38
子どもの性の健康に関する情報サイト	42
相談窓口・問い合わせ先	43

はじめに

令和元年12月に「成育過程にある者及びその保護者並びに妊産婦に対し必要な成育医療等を切れ目なく提供するための施策の総合的な推進に関する法律（成育基本法）」が施行されました。ここでは、成育過程にある者に対する心身の健康等に関する教育及び普及啓発、その他の必要な施策を講ずるよう示されています。また、令和3年2月9日に閣議決定された「成育医療等の提供に関する施策の総合的な推進に関する基本的な方針について（成育医療等基本方針）の後に」では、「男女を問わず、相談支援や健診等を通じ、将来の妊娠のための健康管理に関する情報提供を推進するなど、プレコンセプションケア※に関する体制整備を図る」と示されました。将来のプレコンセプションケアに円滑につながるために、幼少期からの正しい性についての知識の取得、保護者等による性を含めた身体へのケア等が重要であるとの意見もあります。

国際連合教育科学文化機関（ユネスコ）などが発表した『国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】』では、性と生殖の健康に関する内容をはじめ、人間関係、ジェンダー、人権など幅広い内容を扱う「包括的セクシュアリティ教育」が推奨されています。教育現場における性を含めた健康教育のカリキュラムが5歳から組まれ、子どもの年齢や発達状況に合わせて継続的に伝えることを重視しています。スウェーデンやノルウェー、オランダなどは、学校を基盤にした包括的セクシュアリティ教育プログラムを約50年前から導入しています。

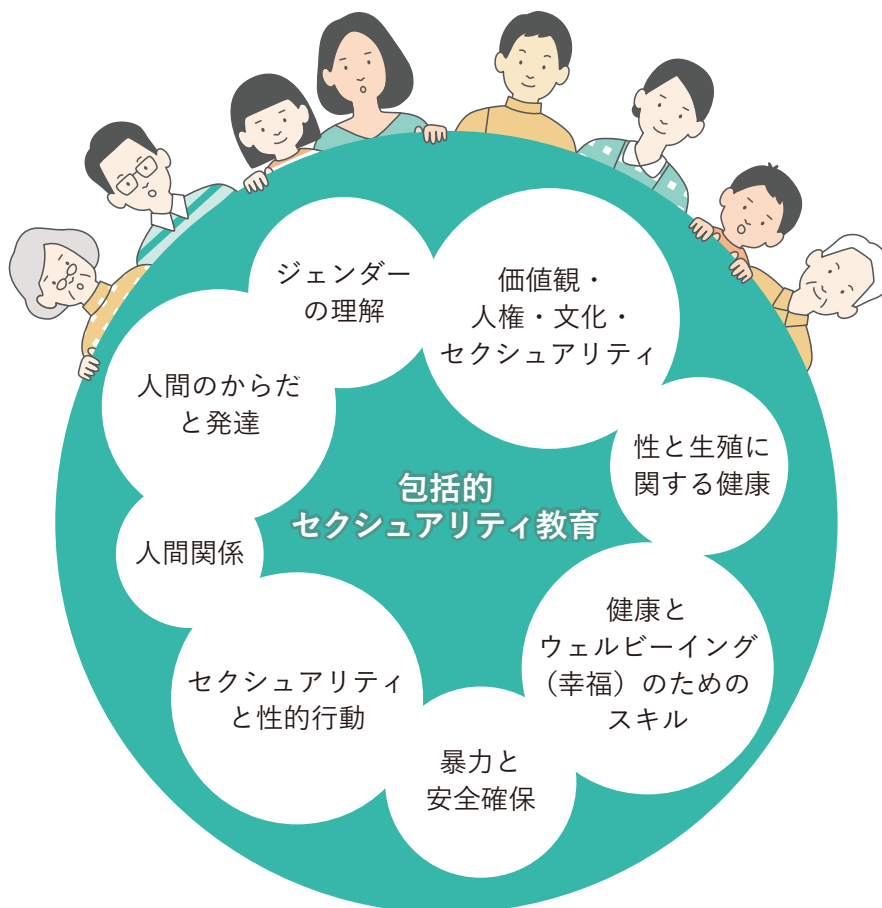
包括的性教育では身体の権利や意思決定、性暴力など子どもの人権に関する項目が含まれていることが特徴です。「子どもにも権利があり、一人の人間として尊重されるべき存在」であることを、大人も子どもも知る必要があります。このような前提の元に、子どもたちが自分の身体について理解し、よりよく生きるために性を含めた健康について学ぶことは重要です。

このような背景も踏まえて、令和3年度「保健師等による幼児等低年齢児の保護者に対する効果的な性教育方法に関する調査研究」を実施しました。本調査では、保護者の52.6%に「子どもとの性に関する会話は必要」という意見がありました。一定数の保護者が性に関する知識を子どもに伝えるべきと思っているものの、実際に話せてはいないことがわかりました。また、保健師等の専門職の多くが就学前の子どもの性に関する情報提供や保護者からの相談対応をしていることもわかりました。中でも、幼児期の自慰行為や性被害から身を守る方法、男女の身体の違いなどの相談が多く寄せられていました。

※成育医療等基本方針では、「女性やカップルを対象として、将来の妊娠のための健康管理を促す取組」と定義

そこで、医師、助産師、研究者等の専門家複数人の監修の元、子育て世代包括支援センターや乳幼児健康診査を実施する保健センターなどの就学前の子どもの保護者が利用する機会の多い施設で、保健師等の専門職が性を含めた健康に関する情報を提供したり、保護者からの問い合わせに応えたりする等、家庭での性に関する会話をサポートするための手引きを作成しました。

本手引きでは、保護者からの性に関する質問を想定した Q&A や大人と子どもが性について学べる絵本も紹介していますので、ご活用ください。



参考：国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】—科学的根拠に基づいたアプローチ

編集：ユネスコ / 翻訳：浅井 春夫，良 香織，田代 美江子，福田 和子，渡辺 大輔 / 出版：明石書店 / 出版年：2020 年

※成育医療等基本方針では、「女性やカップルを対象として、将来の妊娠のための健康管理を促す取組」と定義

保健師等による幼児等低年齢児の保護者に対する効果的な性教育方法に関する調査研究

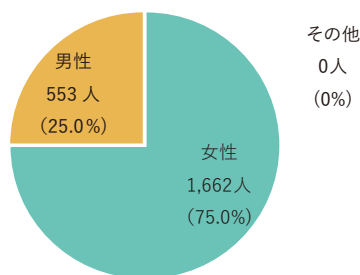
目的

標記調査研究において、全国の3～6歳の乳幼児をもつ保護者の家庭における性に関する健康教育の現状・実態、ニーズを把握するために調査を実施した。

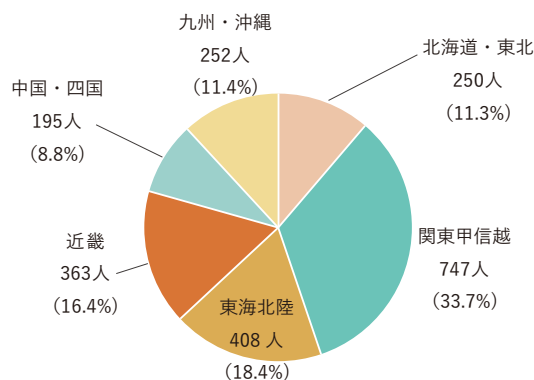
また、親子に関わる専門職に対して、これまで受けた保護者からの性に関する質問、子どもの性に関する言動や行動等を把握するため、また性虐待・性被害を受けた子どもと関わりのある職種より性被害の気づきのきっかけがどのようなものであったか把握するためにアンケートおよび聞き取り調査を実施した。

調査1 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査

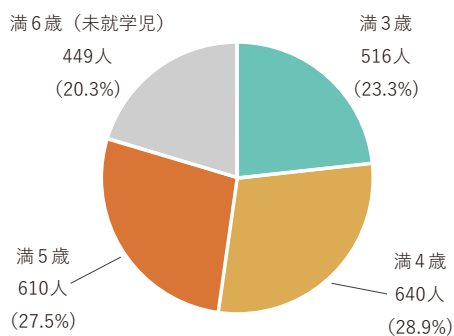
- 調査期間 2021年10月14日(木)～2021年10月15日(金)
- 対象 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者
- 年齢 20～49歳
- 本調査質問数 15問
- サンプル数 2,215
- 調査委託先 マクロミル
- 回答者の性別



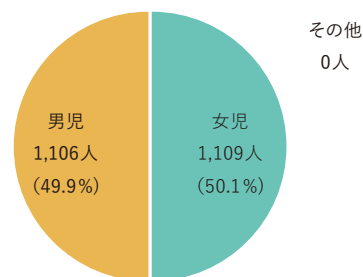
対象地域



回答者の子どもの年齢



回答者の子どもの性別



調査結果概要

- 男女の身体の違いについて保護者から子どもへ伝える必要があると感じている保護者が全体の30.7%である一方、実際に会話をしているのは16.6%と乖離があった【第1章02】。
- 子どもから質問を受けて会話をしたことがあったのは25.6%で、入浴時が63.0%と多かった。また、入浴時等に大人と子どもの身体の相違点(乳房の大きさ、成人の性器、月経)についての質問が多いことが56件報告された【第1章03】。
- 保護者が困った子どもの言動としては、子どもの自慰行為の目撃(35.6%)【第1章06】、プライベートゾーンの名称や排泄についての連呼(21.7%)、他人のプライベートゾーンへの接触(12.0%)、自分のプライベートゾーンを露出する(4.6%)、性器の洗い方(0.9%)、子どもを含む他人から触られる／露出される(0.7%)とプライベートゾーンに関するものが多かった【第1章04】。

- 自分の子どもが小学校入学までに十分に理解すべき具体的な内容としては、いじめとは何か（38.1%）【第1章 07】、自分の身体・プライベートゾーン（34.4%）、不快な性的接触を拒否する方法等（29.9%）が上位に挙げた【第1章 04】。
- いじめ・暴力について保護者から子どもへ会話する必要があると感じているのは全体の 30.7%である一方、実際に会話しているのは 5.2% と乖離があった【第1章 07】。
- インターネットの性の情報について保護者から子どもへ伝える必要があると回答したのが全体の 22.3%である一方、実際に会話しているのは 0.7% と乖離があった。また、自由記載では子どもが性的な動画やウェブサイト閲覧して対応に困ったという意見が9件みられた【第1章 08】。
- ジェンダーの固定観念、性自認や性的指向についての質問への対応に困ったという意見は3件であった。委員会では、保健師等の専門職等の現場では、子どものジェンダーに関わる相談を多数受けたことがあるとヒアリング調査で明らかになった観点から重要な事項であると考え、【第1章 09】で取り扱う。

調査2 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査

- 調査期間 2021年10月22日(金)～2021年11月29日(火)
- 対象 市町村保健師・保健所保健師・助産師・保育士・幼稚園教諭・小児科医・発達相談員・家庭児童相談室・児童相談所等、児童福祉関連機関の相談員、児童福祉司、児童心理司等、親子に関わる専門職者
- サンプル数 事前アンケート回答者の中から聞き取り調査対象者を抽出。事前アンケート回答者110名、うち聞き取り調査16名

調査結果概要

- 保護者自身が人はそれぞれ違うことについて理解する必要があるという意見が、聞き取り調査より保健師から2件指摘があった【第1章 01】。
- 大人と子どもの身体の相違点について保護者から回答方法について相談を受けることがあると、事前アンケートより24件（全体の 29.3%）の意見があった【第1章 03】。
- プライベートゾーンに関する保護者からの相談が、事前アンケートより保健師・保育士から25件指摘された【第1章 04】。
- 健診や家庭訪問の際に、保護者から保健師に性器の心配事やトラブル、洗い方について相談されることがあるとの意見が39件（全体の 47.6%）みられた【第1章 05】。
- 自慰行為に関しての相談が多数あるとの報告が事前アンケートより33件あった【第1章 06】。
- 保護者からジェンダーについての相談を受けることがあるとの意見が19件（全体の 23.2%）みられた【第1章 09】。

言葉の定義

本手引き内で使われている言葉については、下記のように定義しています。

● 子どもの発育期区分	乳児期	1歳未満
	幼児期	1歳～6歳
	学童期	小学校1年生～4年生
	思春期	小学校5年生～高校3年生
	成人期	18歳以降

第1章 子どもの性についての対応の仕方、伝え方

01 「人はそれぞれ違うこと」を伝えることから

調査結果概要

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

保護者自身が人はそれぞれ違うことについて理解する必要があるという意見が保健師より2件（16件中）あった。

本節のねらい

人の見た目や考え方、成長のスピードは一人ひとり異なります。また、家族の形（ひとり親の家族、核家族、事実婚の家族、同性カップルの家族など）など背景も様々です。「人はそれぞれ異なり、一人ひとり大切にされる権利がある」「あなたはなりたいあなたになっていい」「あなたの身体はあなたの大切なもの」と保護者自身が理解し、子どもにも繰り返し話してもらうことで、子どもに自分を大切にすることの大切さを培ってもらいたいというねらいがあります。また、他者を尊重する気持ちも育めるようになり、誰かを傷つけたり、からかったりすることはいけないことだと気づくきっかけを提供します。

保護者へ勧める対応

- 保護者自身や友だち・先生・芸能人など他者の見た目にネガティブに言及することや、他者と子どもを比較することは、子どもの自己肯定感※を高めにくくなるため控えた方がよい
- 子どもをほめる際も、他者と比べるのではなく、その子自身に目を向けることが重要
- 日頃の発言や態度に気をつける
- 保護者自身の身体も大切だと理解する
- 子どもが多様性をイメージしやすくなるように、「女らしさ」や「男らしさ」にとらわれない生き方、異なる肌の色や人種、障害の有無、多様な価値観のキャラクターが登場する絵本などのツールを活用するのも一つの方法

※自己肯定感：自己を尊重し、好ましい存在として肯定的に受け入れることができる感情

保護者から子どもへの伝え方

子どもが「人はそれぞれ違うこと」を理解して、自己肯定感を高めるために、日常生活の中で以下のような言葉は避けるよう気をつけることが望ましいです。

例

自分の子と誰かを比べる

「あなたは〇〇ちゃんより
絵が上手だね」

例

身体や能力の成長スピードに
関する不安を子どもに話す

「みんな〇〇できるのに、
あなただけでなくて心配」

例

誰かの見た目について
ネガティブに言及する

「あのモデルさん、
最近太ったよね」

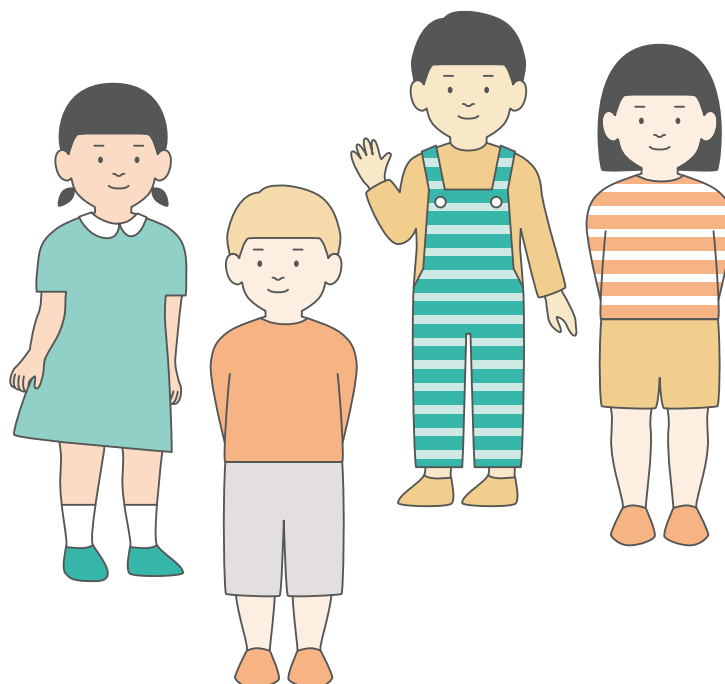


下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「人はそれぞれ異なり、一人ひとり大切にされる権利があるんだよ」

「あなたはなりたいあなたになっていい」



02 男の子と女の子の身体、どこが同じでどこが違う？

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

男女の身体の違いについて保護者から子どもへ伝える必要があると感じている保護者が全体の30.7%である一方、実際に会話をしているのは16.6%と乖離があった。

本節のねらい

子どもが成長していく過程で、自分の身体にどのような臓器があり、どのような機能があるのかを知ることはとても大切です。また、生殖に関する臓器も含め、子どもが自分の身体について知りたいと思うのは自然なことです。男女の身体の共通点、相違点への理解が大切です。

男女の身体の共通点・相違点

幼児期の男の子と女の子の身体には、同じ部分が多くあります。たとえば上半身では、頭や髪の毛、目、鼻、口、首、胸、腕、おなかなどが同じで、下半身にも、腰やおしり、もも、ひざ、かかとなど同じ部分が多くあります。生殖に関係する生殖器系は身体の外から見える「外性器」と内側にある「内性器」からなります。どちらも男の子と女の子の両方にありますが、それぞれ形や位置などが異なります。

多くの男の子の外性器は「陰茎」と「陰のう」で、内性器は、2つの「精巣」と「精管」、尿道を囲む「前立腺」です。陰茎の先端部分の「亀頭」の先には、おしっこが出る「尿道口」があります。

多くの女の子の外性器は「大陰唇」「小陰唇」「陰核(クリトリス)」などが含まれます。陰核(クリトリス)は、左右の小陰唇の間にある突起で、男の子の陰茎に当たります。内性器は、2つの「卵巣」や「卵管」「子宮」「膣」があり、膣は子宮と身体の外側をつないでいます。

生殖器系にこのような違いがある一方、「膀胱」や「肛門」は、男の子と女の子のどちらの身体にも存在します。これらの臓器とその機能や役割を保護者が理解することで、男女の身体について正しく子どもに説明できるだけでなく、性器の洗い方や月経・妊娠の仕組みを伝えやすくなります。

保護者へ勧める対応

- 生殖に関する臓器も含め、子どもが自分の身体について知りたいと思うのは自然なことだと理解する
- 男女の身体について子どもに話す際は、「ある・なし」ではなく共通点と相違点を意識する
「男の子には陰茎があるけど、女の子にはない」のような「ある・なし」で説明するよりも、「どちらにもあるけど形が違う」「違うところもあるけど、同じところもある」のように伝え、子どもが自分の身体を肯定的にとらえられるようになる
- 幼児期は無理に正式名称を使うよりも、「ちんちん」「おまた」のように、家庭でなじみのある呼び方で構わない
保護者の中には「陰茎」や「膣」などの名称を口にすることに抵抗のある人もいる。性器の正式名称を使わずとも、「おしっこの出口(尿道口)とうんちの出口(肛門)は、男の子にも女の子にもあるね。女の子の身体には、もう一つの赤ちゃんの出口(膣)があるよ」などの言い回しをすると家庭でも話しやすくなる

参考：28ページ『こんなとき、どうしたらいい？』乳幼児期の性に関するお悩みQ&A

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

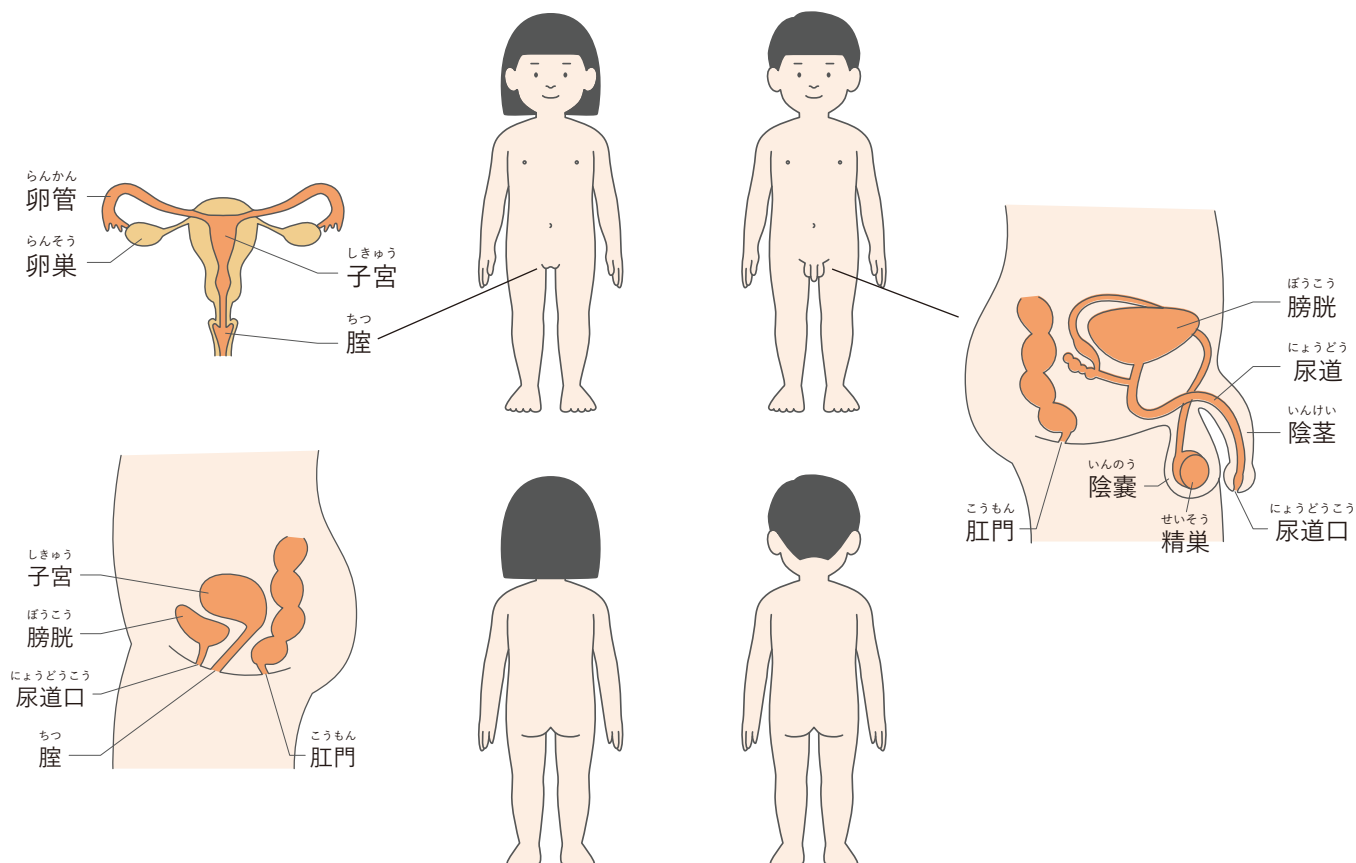
「〇〇は、どちらにもあるけど形が違うね」

「男の子と女の子の身体は、違うところもあるけど、同じところもあるね」

「おしっこうんちの出口は、男の子にも女の子にもあるね。女の子の身体には、もう一つの赤ちゃんの出口があるよ」

参考：28ページ『こんなとき、どうしたらいい?』乳幼児期の性に関するお悩みQ&A

保護者への説明に活用できるイラスト



参考：分割1_2019年度改訂版_思春期ってなんだろう-身の成長-女の子からだ P12,P14

分割2_2019年度改訂版_思春期ってなんだろう-男のからだ-多様な性 P6 公益社団法人日本産婦人科医会HP

03 子どもの身体と大人の身体

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

自由記述で、入浴時等に「大人と子どもの身体の相違点(乳房の大きさ、成人の性器、月経)についての質問があった」との意見が56件あった。

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

大人と子どもの身体の相違点について保護者から回答方法について相談を受けることがあると、事前アンケートより24件(全体の29.3%)の意見があった。

本節のねらい

子どもの身体と大人の身体には、いくつか違いがあります。大人には、わきの下や性器の周りに体毛が生えていますが、子どもには生えていません。大人は男女の身体の違いもより明確です。大人の男性は身体全体ががっしりしていて、顔まわりにはひげが生えています。大人の女性には乳房がふくらんでいて、身体全体が丸みを帯びています。

幼児期の子どもはこのような身体の違いに興味を持ちます。保護者が子どもと一緒に、子どもの身体と大人の身体の異なる部分を確認することからはじめ、なぜ違うのかを伝えることで、子どもの疑問に答えることができます。

思春期に起こる身体の変化

思春期に起こる身体の変化については、子どもの発達と理解に応じて保護者から少しずつ話をしてもらうことが望ましいです。

多くの男の子の身体は、思春期を迎えるころになると、外側から見える変化として、わきの下や性器の周りに毛が生え始めます。顔まわりにはひげが生え、身体全体ががっしりとしてきます。声のトーンが低くなる「声変わり」も始まるほか、陰茎や精巣が大きくなります。身体の内側では、精巣で精子が作られるようになります。陰茎の中には「海綿体」と呼ばれる組織があり、興奮や刺激によって海綿体に血液が流れ込むと、陰茎は硬くなります。これを「勃起」といいます。勃起した陰茎の先の尿道口から精液が出ることを「射精」といい、初めての射精を「精通」といいます。

多くの女の子の場合、外側から見える変化として、体重が増えて身体全体が丸みを帯びます。また、胸もふくらみ、わきの下や性器の周りに毛が生え始めます。身体の内側では、脳からの刺激により卵巣で卵胞が育つようになり、排卵した卵胞は卵管を通して子宮へと運ばれます。このときに、受精した卵が着床しやすくなるようホルモンの影響で子宮内膜が厚くなりますが、妊娠しなかった場合は子宮内膜が剥がれ落ちて、血液と一緒に腔から排出されます。これを「月経」といい、おおよそ月に1回訪れます。また初めての月経を「初経」といいます。初経を迎える時期は人によって異なりますが、10歳から14歳ごろといわれています。

保護者へ勧める対応

● 子どもからの質問を大切にする姿勢を示す

答えにくい質問であってもはぐらかさずに「大事なことから後で一緒に調べようね」と話すなどして対応する。大人と子どもの身体の違いや思春期の身体の変化について描かれた絵本を一緒に読むのもよい

● 子どもには、わかりやすい言葉を使って説明する

子どもと大人の身体の異なる部分や異なる理由を子どもが理解しやすい言葉で説明する。性器の名称は、家庭でなじみのある呼び方を使っても構わない。子どもに月経について話す際は、身体の仕組みをイメージしやすいように子宮内膜を「赤ちゃんのためのベッド」に例えるのも方法の一つ

● 「身体の変化のスピードは個人差が大きく、いつどんな速さで変わるのかは人によって異なること」を保護者自身が理解して、子どもにも伝える

● 思春期の身体の変化については子どもの発達と理解に応じて少しずつ話をするのが望ましい

● 「身体の中では精巣で赤ちゃんのもとになる精子を作るようになるよ」「あなたの卵巣では卵子が作られるようになるよ」のように子どもを主語にして話すと、子ども自身が身体に起こる変化として認識しやすくなる

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

子どもと大人の身体の違い

例 男性

「子どもと大人の身体はどこが違うかな？
多くの大人の男の人は、身体ががっしりしているね。顔にヒゲも生えているね。
わきの下や性器のまわりに毛が生えているね。
それから、多くの大人の男の人の身体の中では、赤ちゃんのもととなる精子を作るようになるよ」

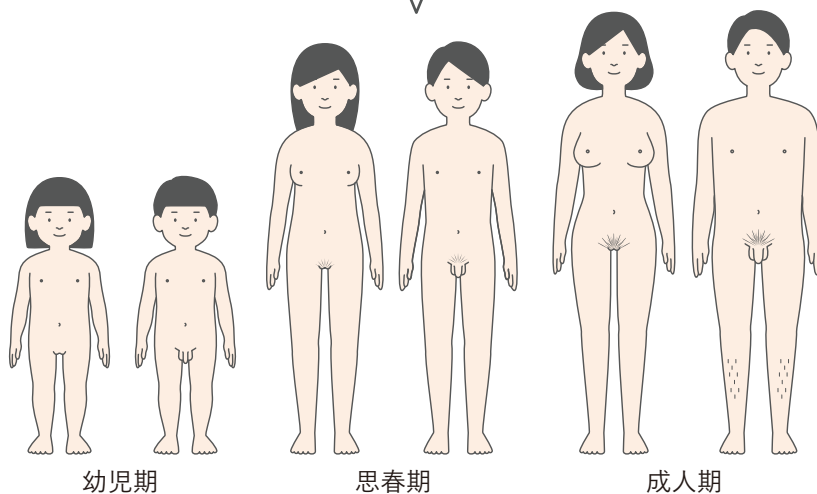
例 女性

「子どもと大人の身体はどこが違うかな？
多くの大人の女の人は、胸がふくらんでいるね。
わきの下や性器のまわりに毛が生えているね。
それから、大人の女の人には、月に1回『月経』が来るよ。月経が来ると、膣から血液が出てくるよ」

「多くの大人の女の人と子どもの身体とが違っているのは、身体の中で赤ちゃんを育てて産めるようになっているからだよ」

保護者への説明に活用できるイラスト

身体の見た目の変化の傾向



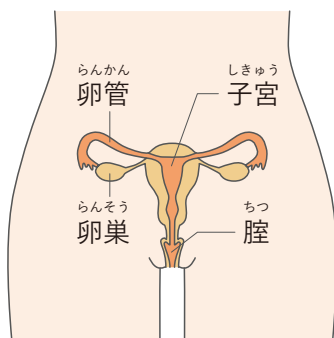
女性

- ・身体全体が丸みをおびる
- ・乳房が膨らむ
- ・わきの下や性器の周りに毛が生える

男性

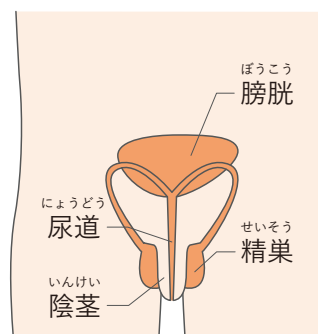
- ・身体ががっしりする
- ・声が低くなる
- ・ひげが生える
- ・わきの下や性器の周りに毛が生える

身体の中の変化



女性

- ・卵巣で卵子を育てはじめる
- ・月経を迎える(初経)



男性

- ・精巣で精子を作りはじめる
- ・射精を経験する(精通)

参考:「分割1_2019年度改訂版_思春期ってなんだろう-身体の成長・女の子からだ」P12,P14

「分割2_2019年度改訂版_思春期ってなんだろう-男のからだ・多様な性」P6 公益社団法人日本産婦人科医会HP

04 プライベートゾーンの理解

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

子どもの性に関する言動・行動で困ったことがあると回答した人のうち、プライベートゾーンに関する内容が75.6%と多かった。

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

プライベートゾーンに関する保護者からの相談が、保健師・保育士から25件(全体の30.5%)指摘された。

本節のねらい

プライベートゾーンについて幼児期から保護者が繰り返し伝え、身体そのものがプライベートなものであることを理解することで、自分の身体はもちろん、周りの友達の身体も大切にすることが育めるようになります。また、自分の身体を誰かに見られたり、触られたりしたときに、子どもが「なんか変だ」と気づくきっかけにもなります。

プライベートゾーンについて

プライベートゾーンは、「自分の身体の大切なところで、必要な場合をのぞいて誰かが自分の同意なく見たり触ったりしてはいけないところ」です。具体的には、「水着で隠れる部分(胸、おしり、性器)と口」を指します。

『国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】』(2020年、P107)では、人の身体について、「誰もが、自らのからだに誰が、どこに、どのように触れることができるのかを決める権利をもっている」「身体のどこがプライベートな部分かを明らかにする」「自分が不快だと感じる触られ方をした場合にどのように反応すればよいか(「いやだ」「あっちにいけ」という、信頼できるおとなに話すなど)ははっきりと示す」と述べられています。

保護者へ勧める対応

- 「自分の身体は自分だけの大切なもの」「自分の身体のどこに、誰が、どのように触れることができるか、自分で決められる」ことを保護者自身が理解する

自身の身体に関する権利は、子どもに限らずすべての人が持っている。プライベートゾーンについて説明する前に、この前提を保護者に伝えよう

- 「どのようなときなら他人が自分の身体に触れていいか」を子どもにわかりやすく説明する

幼児期は、医師や保護者など周りの大人が診察や生活における関わりの中で子どもの身体に触れる機会がある。自分の身体のどこに、誰が、どのように触れることができるか、子ども自身で決められることを伝えるときに、どのようなときであれば他の人が自分の身体に触ってよいのかを具体例を挙げて説明する

- 誰かに身体を見られたり、触られたりして「イヤだ」「気持ちが悪い」「なんか変だ」と感じたときの対応を子どもに教える

プライベートゾーンに限らず、誰かに身体を見られたり、触られたりしてイヤだと思ったら、「イヤだ」と言ってよいこと、逃げてよいこと、信頼できる大人に話してもよいこと、仮に「イヤだ」と言えなくても、子どもは悪くないことや、拒否できないことが「いいよ」という同意の意味にはならないことを説明する

参考:38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」

プライベートゾーンに関する絵本も紹介しています。プライベートゾーンの知識を子どもに伝えたいときに活用いただけるかもしれません。

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

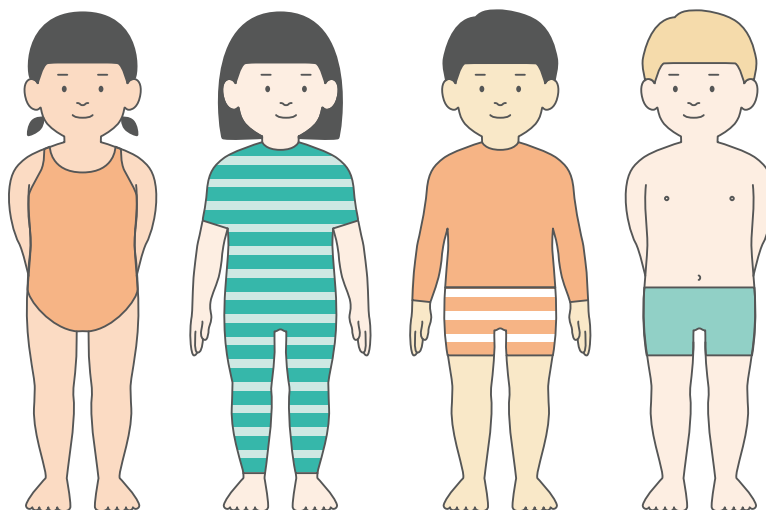
「あなたの身体はあなただけの大切なものだよ。自分の身体のどこに、誰が、どのように触れることができるか、自分で決められるんだよ。」

「『水着で隠れる部分(胸、おしり、性器)と口』はプライベートゾーンといって、あなたの身体の中でも特に大切なところだよ。お医者さんの診察や、〇〇(家族や保育園の先生の名前など)があなたの着替えを手伝ったり、一緒にお風呂に入ったりするようなときは、見たり、触ったりすることがあるかもしれないね。でも、お風呂のときでも、洗ってもらうのが嫌だったら、『自分で洗うから手伝わなくていいよ』と言ってもいいんだよ。あなたのことはあなたが自分で決めていい。プライベートゾーン以外のところも、誰かに見られたり、触られたりして『イヤだ』『気持ちが悪い』『なんか変だな』と感じたら、『イヤだ』と言っていいよ。その場から逃げていいし、信頼できる大人に話していいんだよ」

「もし『イヤだ』と言えなくてもあなたは悪くないし、『イヤだ』と言っていないからといって、『いいよ』という同意の意味にはならないよ」

「あなたの身体と同じように、他の人の身体も大切だよ。相手の『いいよ』がないときは、その人のプライベートゾーンを見たり、触ったりしてはいけないよ」

水着で隠れる部分(胸、おしり、性器) + □ はプライベートゾーン



日常で周りの大人が気をつけること

大人の日頃の発言や態度は、子どもにプライベートゾーンの知識や「自分の身体のこととは自分で決めていい」と話すことと同じように大切です。保護者には、次のことに気をつけてもらうよう説明します。

- オムツ替えや着替え、入浴時など、生活における関わりの中で、身体に触るときは「オムツ替えようね」など、声を掛けながら行う
- 子どもが嫌がっているときは、無理やりキスやハグなどのスキンシップをしない
- 子どもに「やめて」「イヤだ」と言われたら、くすぐりやからかいを止める
- ふざけて子どものプライベートゾーンを触らない

大人が遊びや愛情表現の一環としてやっているつもりでも、子どもが拒否している場合は、すぐに止めた方がよいことを、保護者に伝えましょう。また、子どもから身体を触られて保護者が不快に感じるがあれば、「イヤだ」と言ってよいです。その場合、「あなたのことは大好きだけど、ここは〇〇(保護者の名前)の大切なところだから、触られたくないよ。あなたも触られてイヤな気持ちになったら、『イヤだ』と言っていいんだよ」のような伝え方をしてもらうとよいでしょう。

子どもから性被害を打ち明けられたら

子どもの性被害には、身体を触られる、下着や裸の写真を撮られるなどが含まれます。子どもから性被害を打ち明けられた場合、保護者の中には動揺する人もいでしょう。保護者から子どもへの対応として、まずは子どもの話をできるだけ冷静に聞き、「話してくれてありがとう」と打ち明けたことを肯定的に受け止めます。それから、被害にあったことについて「あなたは悪くないよ」と伝えてもらいます。

保護者が子どもの話を聞くときのポイントがいくつかあります。まずは、「なぜ、～したの」というような責めているように聞こえる表現は避け、「どういうことで、～することになったの」と聞いてもらいます。2つ目は、「誰が何をしたか」程度に質問を留めるなど詳細を聞かないことです。子どもの話す内容は大人に誘導されやすいため、詳細を聞くと被害時の記憶が変わる可能性があるからです。また、同じ話を何度も聞いて、子どもに被害体験を思い出させるようなことも避けてもらいましょう。3つ目は、子どもを責める、否定するような発言を控えてもらうことです。肯定的な声かけを意識すると、子どもがまた何かあったときに相談するようになるでしょう。その後の対応として、保護者には、居住地区の担当保健師に相談してもらうよう伝えます。保健師は必要に応じて専門機関との連携ができるよう保護者をサポートしましょう。

大人も知っておきたい「性的同意」について

「性的同意」は、誰かと性的な行為をする際に「積極的にしたいと思うか」「するか／しないか」を互いに確認することをいいます。自分がしたくても相手が望まない場合は相手の意思を受け止めることが大切です。性行為はもちろん、手をつなぐのにも同意(相手の気持ちを確認する)は必要で、同意のない行為は性暴力にあたるとしても過言ではありません。まずは、このことを保護者に理解してもらうことが重要です。

保護者から子どもに話すときは、まず「自分の身体は自分だけの大切なもの」「自分の身体のどこに、誰がどのように触れることができるのかを自分で決められる」ということを伝え、さらに、他の人の体も同様に大切なものだと言明してもらうとよいです。その上で、保護者からは「お友達と手をつなぎたいと思ったときに、突然つないだらお友達はびっくりしちゃうよね。『手をつないでいい?』と聞いて、お友達が『いいよ』と言ったらつなごうね。もし『イヤだ』と言われたら、手をつなぐのは止めようね」と子どもにも伝わりやすい言葉で話してもらいます。また、保護者が子どもに触れる際に「手をつないでいい?」「ハグ(抱っこ)してもいい?」と聞いてもらい、日常生活の中で同意を取る練習をするのも方法の一つです。

05 子どもの身体や性器の洗い方のポイント

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

子どもの性に関わる言動・行動で困ったことがあると回答した人のうち、性器の洗い方に困ったという意見が、自由記述で5件あった。

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

健診や家庭訪問の際に、保護者から保健師に性器の心配事やトラブル、洗い方について相談されることがあるとの意見が39件(全体の47.6%)みられた。

本節のねらい

幼児期から身体や性器を自分で洗えるようになるなど、子どもが自分の身体を清潔に保てることは、自分の身体を大切にすることにつながります。

保護者へ勧める対応 男の子編

● 包皮を少し腹部に寄せて、熱すぎないお湯やシャワーで流す

包皮を寄せるのが難しければ、無理に寄せずにお湯で流すだけでよい

● シャワーやお湯をかけるだけでも十分に洗うことができる

石鹸は使ってよいが、粘膜に石鹸が付着した場合子どもが痛がることもあるため、シャワーやお湯をかけるだけでも十分に洗える

● 性器は清潔な手で優しく触る

● 成長や発達に応じて、子どもが自分で洗ってもよい

乳幼児期は保護者が子どもの性器を洗うことが多いが、子どもが自分で身体を洗えたり、一人でトイレに行けたりするようになった際は、身体を洗う練習からはじめ、「おちんちんも洗ってみようか」と促してもよい

よくある質問

「包皮がかぶっているけど大丈夫？」

包皮が亀頭にかぶっている、つまり、包皮をおなか側に寄せても亀頭が見えず、包茎を心配する保護者の方もいるかもしれません。日本小児外科学会によると、包皮の先が狭く、亀頭を出せない状態を指す真性包茎は、新生児のほぼ100%、1歳までの乳児の約80%、1歳から5歳までの幼児の約60%に見られると報告されています。子どもが一人でトイレに行くようになると排尿時に自分で包皮を寄せるようになることもあります。保護者には、子どもも大人も大半が包茎であること、成長するにつれて少しずつ包皮がよせられるようになることを話してください。ただし、包皮や亀頭が赤くなる、腫れる、痛がるなどの症状があれば、かかりつけの小児科または泌尿器科への相談を促すとよいです。

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「おちんちんを洗ってみよう」

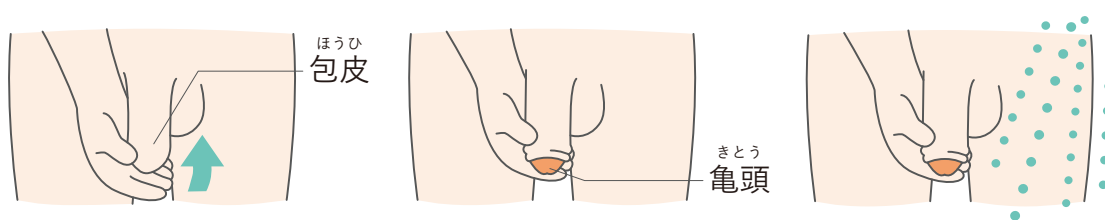
「おちんちんは痛くなりやすいから、やさしく、きれいな手でさわろうね」

「おしっこをするときみたいに、おちんちんの皮を少し上に寄せて、お湯で流そう。」

お湯は熱すぎない方がいいよ。皮を寄せるのが難しければ、お湯で流すだけで大丈夫だよ」

保護者への説明に活用できるイラスト

性器の洗い方(男子)



自分で身体が洗えるようになったら
性器も自分で洗うように促してもよいかもしれません



保護者へ勧める対応

女の子編

- 乳児期は、性器に胎脂※が残っていることがある。胎脂は粘膜を守る役割があるため、奥までこすって落とす必要はなく、シャワーなどで流せばよい
- 尿道口（前）から肛門（後ろ）へ指の腹で優しく洗う
大陰唇と小陰唇も同様に洗う。ゴシゴシこすらず、軽く洗ってシャワーやお湯で流すとよい。石鹸は使ってよいが、粘膜に石鹸が付着した場合子どもが痛がる可能性があるため、シャワーやお湯をかけるだけで十分に洗えることを説明するとよい
- 性器は清潔な手で優しく触る
- 成長や発達に応じて、子どもが自分で洗ってもよい
乳幼児期は保護者が子どもの性器を洗うことが多いが、子どもが自分で身体を洗えたり、一人でトイレに行って自分でおしっこを拭けたりするようになった際は、身体を洗う練習からはじめ、「おまても洗ってみようか」と促してもよい

※胎脂：生まれてすぐの赤ちゃんの皮膚についている白い脂で、寒さや細菌などから赤ちゃんの肌を保護する役割がある

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「おまたにばい菌が入らないように、きれいな手で、優しくさわろうね」

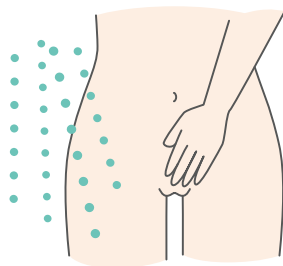
「指のお腹の部分を使って、おしっこの穴のまわりを洗ってからお尻の穴を洗おうね」

保護者への説明に活用できるイラスト

性器の洗いか方(女子)



指の腹を使って、大陰唇と小陰唇の内側などやさしく洗う



熱すぎないお湯で流す

自分で身体が洗えるようになったら性器も自分で洗うように促してもよいかもしれません



TOPICS

お風呂タイムはきっかけのひとつ

家庭によってお風呂の習慣は異なりますが、子どもと一緒に入浴する家庭では、子どもとお風呂タイムが親子で性について話をするきっかけになります。たとえば、子どもが男女の身体の違いを尋ねる、お母さんの月経時に経血を見て不思議に思う、保護者が子どもに身体の部分の名称や性器の洗いか方を教える、などがあるでしょう。

06 幼児期の自慰行為

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

子どもの言動・行動で困ったことがあると回答した人のうち、自慰行為の目撃後の対応が35.6%と最も多かった。

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

自慰行為についての相談を受けたことがあるとの報告が、事前アンケートで33件(40.2%)あった。

本節のねらい

親子に関わる専門職の方の中には、幼児期の子どもが自分で自分の性器を触っていたりするのを目撃したり、保護者からそのような行為の相談を受けたことがあるかもしれません。幼児期に行うこのような行為は「幼児自慰」と呼ばれ、幼児期の子どもによくみられる自然な行動です。思春期のように性的欲求を伴う行為ではありません。

今回の調査からも分かるように、保護者の多くは子どもの幼児自慰への対応に困っており、「子どもに性に関する知識を伝えることに抵抗があるのは自然なこと」「自身が持つ性への価値観と子どもが持つ性の価値観が違っていても、おかしいことではない」ことや、具体的にどのように対応すればよいかを理解することで、自慰行為を見たときに、保護者自身が落ち着いて対応できるように伝えることがねらいです。

幼児期の自慰行為について

幼児期の自慰行為には、自分で自分の性器を触る、自分の性器を何かに押し付ける、脚を閉じて力を入れるなどの方法で性器に刺激を与えるものがみられます。脚を閉じて力を入れる形の自慰行為はけいれんと間違えられることもあります。これは、性器を触っているうちに偶然得た心地良さの体験などから繰り返す行為です。また、幼児期には、性器を触ると気持ちがいいことを偶然知ることがあります。指吸いや耳たぶを触る等と同様、イライラする、不安、淋しいときなど、その気持ちの良さで自分の心をコントロールしていると言われています。

また、これまでなかったのに、突然幼児自慰を行うようになった子どもの中には、性被害により性器への刺激が気持ちがいよことを知った子も一部含まれる場合があると言われています。

保護者へ勧める対応

● 子どもが性器を触るのは、自然な行為であると理解する

幼児期の子どもが自分の性器を触るのは、自分の身体を知りたいとの関心に基づくものであり、性別に関わらず自然なことで、子どもの心身の健康や発達に悪影響はない

● 子どもの自慰行為を目撃した場合は、責めたり、叱ったりせず冷静に対応する

保護者から責められると、子どもに罪悪感を与える可能性があるため、保護者は動揺せず下記を参考に性器を触るときの注意点を伝える

● 性器はデリケートで傷つきやすいので、清潔な手で触る、強い刺激を与えるようなことは避ける

● とてもプライベートな行為であるため、人前ではなく、トイレやお風呂、寝室など一人になれる場所で触る

- 幼児期の自慰行為を無理に止めさせなくてもよいが、保護者が遊びに誘うなど他に興味を逸らし、コミュニケーションやスキンシップを取ってもよい
- 子どもが自慰行為を行う(性器への刺激が気持ちよいことを知った)背景を確認する機会を持つ
性被害により性器への刺激が気持ちよいことを知った可能性があるかを、確認できる場合がある

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

性器を触るときの注意点

例

「おまた(おちんちん)は触っていいけれど、きれいな手で触ろうね」
「長い時間触りつづけたり、強く触らないようにしようね」
「一人でいるときにだけ触ろうね」

自慰行為をはじめたきっかけの確認

例

「おまた(おちんちん)を触ると気持ちがいいことをどうやって知ったのかな？」
(不安なことや、心配なこと、淋しいことがあるのかもしれません。子どもの気持ちに寄り添い一緒に過ごす時間を大切に、様子をみながら聞きましょう)



07

被害者にも加害者にもなり得る
「いじめ」や「暴力」について

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

いじめ・暴力について保護者から子どもへ会話する必要があると感じているのは全体の30.7%である一方、実際に会話しているのは5.2%と乖離がある。また、子どもが小学校入学までに十分に理解すべき項目として、いじめ・暴力を挙げた保護者が全ての項目の中で最も多かった。

本節のねらい

いじめや暴力にはさまざまな行為、具体的にはたたく、蹴るなどの身体的なものから、悪口やからかい、仲間外れなどの精神的なもの、「イヤだ!」と言ってもしつこく何かを強要する行為などが含まれます。文科省による「令和2年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果の概要」によると、いじめを認知した学校数は、小学校で16,971校(総数の86.4%)と多く、学年別では「小1」で81,787件、「小2」で84,354件、「小3」で78,629件と、低学年で多い傾向にあります。どのような形であれ、いじめや暴力は受けている人の権利を侵害する行為で、子どもが被害者にも加害者にもなり得ることを、子どもが幼児のときから保護者に理解してもらうことが重要です。

保護者へ勧める対応

- 「自分の身体は自分だけの大切なもの」「自分の身体のどこに、誰が、どのように触れることができるか、自分で決められる」を保護者自身が理解する

個の違いやそれぞれに権利があることを保護者自身が理解することが前提。子どもに話す際は、第1章04で紹介したプライベートゾーンについても触れる

- 子どもがいじめや暴力の被害者または加害者になった場合の対処法を教える

誰かからイヤなことをされたら、「イヤだ」と言っていいいこと、自分が誰かから「イヤだ」と言われたらすぐに止めることを子どもに伝える。「『イヤだ』と言っても止めてくれないときは、信頼できる大人に話そう」と教える。普段から家庭で「子どもから信頼できる大人とは誰なのか」(保護者・家族、親戚、幼稚園・保育園の先生、医師・看護師など)を話し合っておくと、いざというときに子どもが相談しやすくなる

参考:28ページ「『こんなとき、どうしたらいい?』乳幼児期の性に関するお悩みQ&A」

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「人はそれぞれ違って、一人ひとり大切にされる権利があるよ」

「あなたの身体はあなただけの大切なものだよ。誰もが自分の身体に対して、誰がどのように触れていいかを決めていいんだよ」

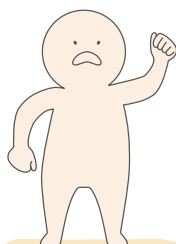
「『水着で隠れる部分(胸、おしり、性器)と口』はプライベートゾーンといって、あなただけの大切なところだよ。お医者さんの診察や、〇〇(家族や保育園の先生の名前など)があなただけの着替えを手伝ったり、一緒にお風呂に入ったりするようなときは、見たり、触ったりすることがあるかもしれないね。でも、それ以外のときは、あなたの身体のことをあなたが決めていいんだよ」

「誰かからイヤなことをされたときは、『イヤだ』と言っていいんだよ。もし、あなたが誰かから『イヤだ』と言われたら、すぐに止めようね」

「誰かからイヤなことをされて『イヤだ』と言っても止めてくれないときは、信頼できる大人(保護者・家族、親戚、幼稚園・保育園の先生など)に話していいんだよ」

保護者への説明に活用できるイラスト

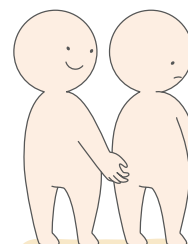
いじめ・暴力には様々な種類があり、
子どもは被害者にも・加害者にもなり得る



身体的な暴力



精神的な暴力



性的な暴力

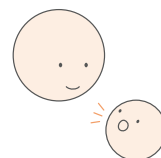
子どもに伝えるときのポイント



イヤだと言っている



イヤだと言われたら
すぐに止める



信頼できる
大人に話す

08 インターネット上の性的な情報と家庭でのルール

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

インターネットの性の情報について保護者から子どもへ伝える必要があると回答したのが全体の22.3%である一方、実際に会話しているのは0.7%と乖離があった。また、自由記載では、子どもが性的な動画やウェブサイトを開覧していて対応に困ったという意見が9件みられた。

本節のねらい

スマートフォン(以下、スマホ)やタブレットの普及に伴い、乳児期、幼児期から子どもがインターネットに触れる機会が増えています。内閣府が行った「令和2年度 青少年のインターネット利用環境実態調査」によると、0歳では7.1%、1歳では17.2%、2歳では43.8%の子どもがインターネットを利用しており、3歳になると、その利用率は60%以上にもなります。また、利用目的の9割が動画視聴であることも同調査から明らかになっています。子どもがインターネットを利用するようになると、動画サイトの関連動画の広告をクリックするなど、本人の意思に関わらず子どもが成人向けの動画やサイトを目にする可能性が出てきます。これらのことを保護者に理解してもらい、保護者自身がインターネットに関する知識を身につけてもらうことが重要です。

保護者へ勧める対応

● フィルタリング機能の活用

子どもが利用する端末が保護者自身のものであれば、フィルタリング機能を活用する。子どもが使うときのみフィルタリング機能の設定をオンにすれば、保護者はそれ以外の時間は通常通り利用できる
スマホ・タブレットを子どもに渡す前に、保護者の閲覧履歴を確認する

● 子ども向けの制限機能の活用

保護者が普段使用していないスマホやタブレットを子どもに渡す際は、スマホやタブレットにインストールしてあるアプリケーションソフト(以下、アプリ)の対象年齢や内容を確認し、子どもの年齢を上回っているものや子どもが使うのに適していないものがあれば、削除しておく
動画視聴に関して、一般向けの動画サイトでも子ども向けのアプリを設定しているものもあり、それを利用すると、保護者が子どもの年齢や制限時間を設定できる場合がある。子ども向けアプリの設定がない端末の場合、動画サイトに「制限付きモード」の機能があれば、そちらを設定することを勧める

● 家庭のルール・約束事を決める

フィルタリング機能や子ども向けのアプリなどを活用しても、インターネットの性的な情報のすべてを防げるとは限らないため、子どもにインターネットの利用について伝える際は、「インターネットに限らず、テレビやラジオ、本などのメディアには、正しい情報と間違った情報が含まれることがあること」から話すといよい
子どもがいつでも自由に端末を利用できる状態にするのではなく、使いたいときに保護者に声をかける、保護者がいる部屋で利用するなどのルールを決めておく。家庭でインターネット利用のルールを決めるときは、保護者が決めた約束事に従わせるのではなく、子どもと一緒に考える。小さい年齢の子どもであれば、選択肢を提示して選べるようにする、自分で意見が言える年齢であれば「どんなことならできるかな」と子どもにできることを提案してもらうことで、主体的に約束を守ることができるようになる。利用時間を子ども任せにしておくと、集中してしまい気がつくとき長時間利用となり、誤って性の情報に触れてしまう可能性も高くなる。家庭で決めたルールに従って、子どもが見通しを立てやすくなるような声かけをするとよい

保護者から子どもへの伝え方

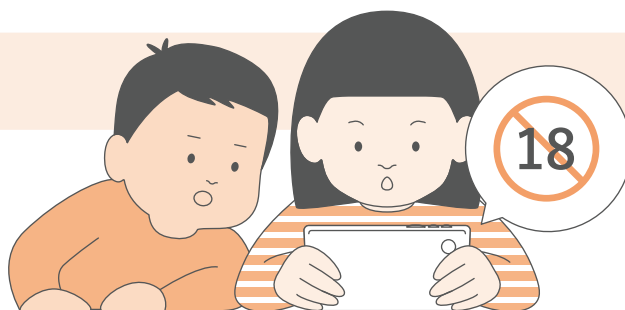
下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「テレビやインターネットなどの情報には、正しい情報と間違った情報が載っていることがあるよ」
 「スマホ(タブレットなど)を使いたいときは、〇〇(保護者の名前)に声をかけてね。使うときは、
 〇〇がいる部屋で使おうね」

子どもと一緒に約束を考えた場合

「時計の長い針がどこに来たら、動画を見るのは終わりになるのかな」
 (子どもが時間を答えたら)「そうだね、時計の長い針が〇のところに来たら終わろうね」

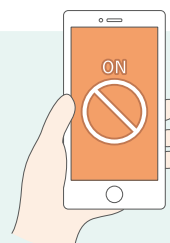


子どもがインターネットを使うときに活用できる機能・対処方法

保護者の端末の場合

フィルタリング機能を活用

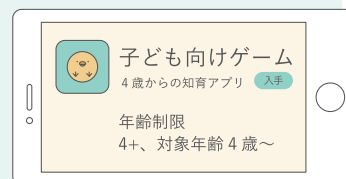
…子どもが使うときのみフィルタリング機能をオンに



保護者が普段使用していない端末の場合

端末にインストールしているアプリの対象年齢や内容を確認

…子どもに適さないものがあれば削除



動画視聴をする際の注意点

子ども向けのアプリを利用

…子どもの年齢や制限時間を設定する

子ども向けのアプリが使用できない端末の場合

…動画サイトの「制限付きモード」の機能を設定

保護者の閲覧履歴を確認、子どもに適さないものがあれば削除



子どもがインターネットで性的な情報を目にしたら

子どもがインターネットで性的な動画などを目にした場合、保護者の中には動揺する人もいるかもしれません。子どもへの対応のポイントとしては、子どもが意図的に見たかどうかに関わらず、保護者には、子どもを責めたり、叱ったりしないよう伝えてください。子どもが性的な情報を見た後は、保護者から子どもに嫌な気持ちになっていないか、ショックを受けていないか、怖い思いをしていないかを尋ねてください。また、なぜそのウェブサイトや動画に至ったのかを確認することで、今後の予防策を考えることができます。また、「もし何か知りたいことやわからないことがあれば、いつでも聞いてね」と保護者から子どもに伝えてもらい、見た内容について知りたいことがあれば、保護者に聞けるような環境を整えておくことも大切です。

子どもへの伝え方が難しいと感じている保護者と話をする際には、本手引き32ページの第2章『こんなとき、どうしたらいい?』乳幼児期の性に関するお悩みQ&A、「インターネットで子どもが性的な動画をみていた!」で、保護者から子どもへの伝え方の一例を紹介しているので、ご活用ください。



09 「性自認、性的指向、ジェンダー」の理解

調査結果概要

《 全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査 》

ジェンダーの固定観念、性自認や性的指向についての質問への対応に困ったという意見が3件あった。

《 保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査 》

保護者からジェンダーについての相談を受けることがあるとの意見が19件(全体の23.2%)みられた。

ウェブアンケート調査における数は少ないが、検討委員会での議論や、親子に関わる専門職への聞き取り調査において、保健師等の専門職が子どものジェンダーに関わる相談を受けることが多くあることが明らかになったため、本手引きにて取り扱うことになった。

本節のねらい

ジェンダーとは、男性・女性であることに基づき定められた社会的属性や機会、関係性を意味し、社会的に構築され、社会化される過程において学習されるもので、広く「社会的、文化的につくられた性」とも言われています。子ども一人ひとりがそれぞれ大切であることを子どもに伝える上で、保護者がジェンダーに関する知識や、多様な性のあり方について理解を深めることはとても重要です。

性自認、性的指向、ジェンダーについて

従来、性は男性・女性の2つにわけられる場面が多くありましたが、現在は様々な側面を持つといわれています。たとえば、身体の性や戸籍上の性、本人が認識する性(性自認)などがあり、それぞれの性が同じ場合もあれば、異なる場合もあります。恋愛や性愛の対象となる性別(性的指向)も人によって異なります。また、服装や話し方、振る舞い方などを通して自分自身のジェンダーをどのように表現するかという性別表現もあります。どのような場合でも、子どもがジェンダーの固定観念(ジェンダーステレオタイプ)にとらわれることなく、好きなものを選択でき、興味のあることに挑戦できることが望ましいでしょう。保護者がジェンダーについて理解を進めることで、子どもをサポートできるようになります。

保護者へ勧める対応

● ジェンダー規範にとらわれずに生きていいことを保護者が理解する

「女らしさ」や「男らしさ」にこだわらなくてもいいことや、「性には身体の性と自分が認識する性など様々な側面があり、それぞれの性が同じこともあれば違うこともあること」「人はそれぞれ異なり、一人ひとり大切にされる権利があること」「あなたはなりたいあなたになっていいこと」を保護者が理解し、子どもに話してもらうとよい

● ジェンダーの固定観念を押し付けるような発言や態度をしない

「男の子だからサッカー」「女の子だからピンク」などの発言や態度に気をつける
ジェンダー規範に基づいた考え方にならないよう意識しすぎるあまり、「女の子だからってピンクを選ばなくてもいいんだよ」など逆の意味の「こうあるべき」にならないよう気をつける

● 様々な形の家族があることを子どもに話す

ジェンダーや性の様々な側面に加え、「父親と母親がいる家庭だけでなく、ひとり親の家庭や祖父母が子どもを育てている家庭、同性カップルの家庭など様々な形があること」を子どもに伝える

参考:38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」

ジェンダーや家族の形をテーマにした絵本を紹介しています。保護者が子どもと話をするときのきっかけにご活用いただけます。

保護者から子どもへの伝え方

下記を参考に、子どもの年齢や理解に合わせて言い回しなどを調整するとよいです。

例

「性には、身体の性と自分が思う性など、様々な面があるよ。それぞれの性が同じこともあれば、違うこともあるよ。それから、『女らしさ』や『男らしさ』に関わらず、自分が好きなもの、やりたいことを選んでいいんだよ。一人ひとりの性のあり方は異なるし、それぞれ大切にされる権利があるよ」

「あなたはなりたいあなたになっていいんだよ」

「世の中には、お父さんとお母さんがいる家庭やひとり親の家庭、おじいちゃんやおばあちゃんが子どもを育てている家庭、同性カップルの家庭など、様々な家族の形があるよ」

「女の人を好きになっても、男の人を好きになってもいいんだよ」

日常生活の中で以下のような発言には気をつけてもらうことが望ましいです。

例

ジェンダーの固定観念を押し付けるような発言

「これは男の子用（女の子用）のおもちゃだから、
こっちの方がいいんじゃない？」

例

「いいね！〇〇が好きなんだね」

（子どもの趣味を尊重する言い方に変える）

例

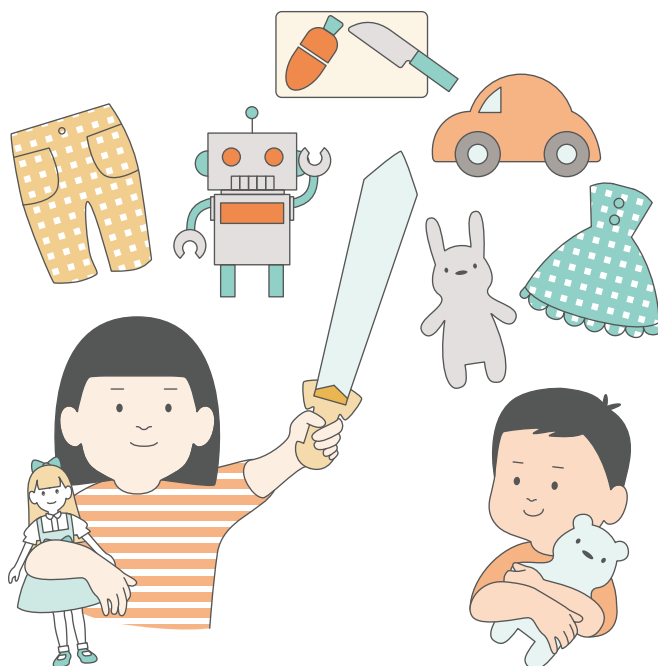
子どもの性的指向の多様性を無視した発言

「好きな男の子（女の子はいるの）？」

例

「好きな子はいるの？」

（性別を特定しない言い方に変える）



性の多様性とは

性には、生まれたときからの「身体的な性」(それによって戸籍の性別が割り当てられる)、自分がどの性別か(どの性別で生きていきたいか)を認識する「性自認」、恋愛や性的な対象となる性別を指す「性的指向」、服装や言葉づかい、立ち振る舞い、しぐさなど自身を表す「表現する性」などの様々な側面があります。性自認や性的指向、表現する性は、男、女という性の境界線がはっきりしているわけではなく、それぞれに虹色のように多様です。その中には、性的指向に関して、他人に恋愛感情や性的な欲求を抱かない人もいます。身体的な性の場合、男性・女性のいずれにおいても、生まれつき様々な身体の状態があり、これもまた多様です。

また、性の多様性について一人ひとりが自分ごととして捉えられるようになることが重要です。性的指向(sexual orientation)と性自認(gender identity)、表現する性(gender expression)の頭文字を組み合わせた「SOGIE(ソジー／ソギー)」という言葉があります。セクシュアルマイノリティ(性的少数者)を意味する「LGBT※」のように特定の性的指向や性自認の人を指すのではなく、すべての人の性のあり方を語る際の側面(要素、指標)です。性自認と性的指向のあり方において、シスジェンダー(出生時に割り当てられた性別で生きる)で異性愛(性自認からみて異性に性的欲求や恋愛感情を抱く)の人が多数派に当たりますが(「普通」とは言わない)、これも多様性の一部に位置します。このように、性には様々な側面があることや、性のあり方は一人ひとり違うこと、性の多様性について当事者として考える必要があることなどを保護者にも理解してもらうとよいでしょう。

※「Lesbian(レズビアン・性自認が女性で恋愛対象も女性)」「Gay(ゲイ・性自認が男性で恋愛対象も男性)」「Bisexual(バイセクシュアル・女性も男性も恋愛対象となる人)」「Transgender(トランスジェンダー・出生時に割り当てられた性別とは異なる性別で生きる／生きたい人)」の頭文字を組み合わせた言葉で、セクシュアルマイノリティを表すときに使われることがある。LGBTの頭文字に当たる人以外にも「Questioning(クエスチョニング・自分の性自認や性的指向がはっきりしていない人)」「Queer(クィア・規範的な性のあり方以外を包括する言葉)」「Asexual(アセクシャル・他人に恋愛感情を持たない人、性的欲求のない人)」なども含め、「LGBTQ」「LGBTQ+」とすることもある。

第2章 「こんなとき、どうしたらいい？」 乳幼児期の性に関するお悩みQ&A

子どもからの質問編

Q1 「〇〇って、なに？」と聞かれた！

A. 子どもは様々なことに興味を持ち、抱いた疑問を周りの大人に確認します。その中には、性に関する内容も含まれ、保護者から子どもへの回答の方法について相談があるかもしれません。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 幼児期に性に関する内容も含め、様々なことに興味を持つのは自然である

保護者が対応するときのコツ

- 嘘をつかず誠実に答える
- 動揺しても、「そんなことを聞かないの!」と叱るのは避けたほうがよい
- すぐに答えられない場合は、「よく知っているね」「いい質問だね」と、質問を肯定した上で、「わからないから調べてみるね」等、保護者が質問に向き合っている姿勢をみせる
- 性的な行為の名称等の意味を子どもから聞かれた際は、そのことをどこで知ったかについて子どもに背景を確認する※

※突然大人しか知らないような性的な言葉を発するようになった子どもの中には、性被害のなかでその言葉を知ることになった場合が一部含まれると言われているため。

子どもへの伝え方の例

<すぐに答えられないとき>

「いい質問だね」「わからないから、調べてみるね」「一緒に絵本を見てみようか」

Q2 「赤ちゃんって、どこからくるの？」と聞かれた！

A. 子どもからの突然の疑問に動揺する保護者もいるかもしれません。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が対応するときのコツ

- はぐらかしたり、ごまかしたりせず、子どもにもわかりやすい言葉で説明する
- 「いい質問だね」と子どもの質問を肯定する
- 「どうしてそのことを知りたくなったの？」と、子どもが何について知りたいのかを確認する

子どもへの伝え方の例

赤ちゃんができる仕組みについて知りたいとき

「大人の男の人の身体の中では、赤ちゃんのもととなる種(精子)を作っているよ。女の人の身体の中では、赤ちゃんのもととなるたまご(卵子)を作っているよ。男の人はおちんちんを使って、赤ちゃんの種を女の人に届けるよ。だから、それぞれ形が違うんだよ」

赤ちゃんがどう出生するかを知りたいとき

「赤ちゃんは、お母さんのお腹(子宮)の中で大きくなって、おまたにある腔※という赤ちゃんの出口から出てくるよ」

帝王切開で出生する赤ちゃんについて

「赤ちゃんは、お医者さんに手術してもらってお腹からうまれてくることもあるよ」

※ 腔について子どもに説明するとき

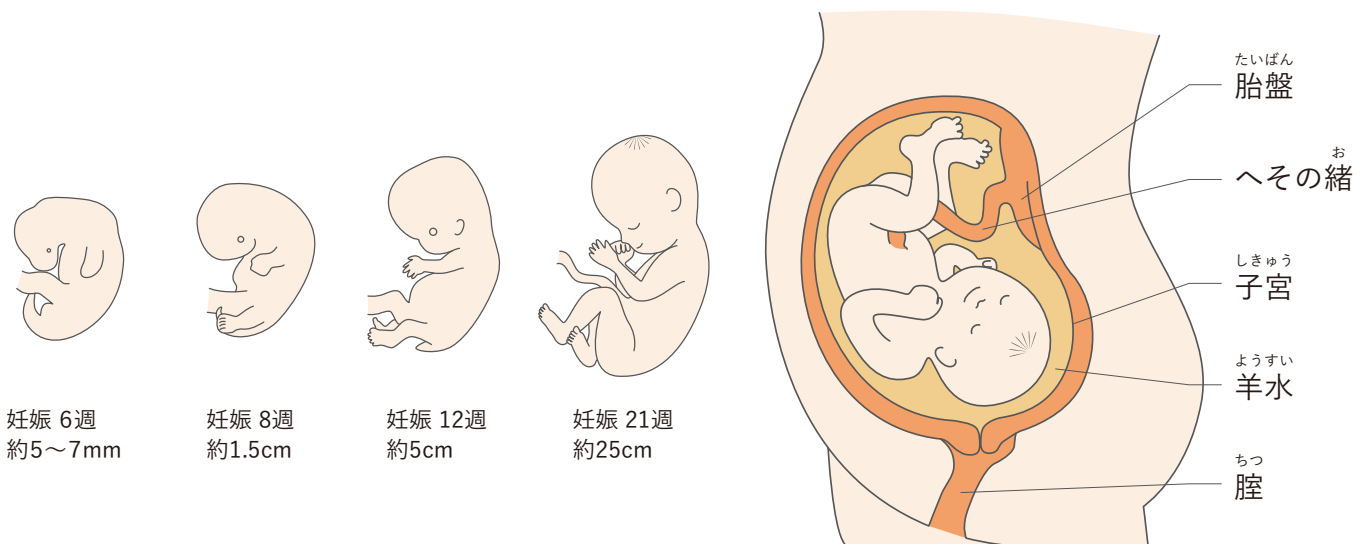
「おしっこの出口(尿道口)とうんちの出口(肛門)は、男の子にも女の子にもあるね。女の子の身体には、もう一つ赤ちゃんの出口(腔)があるよ」

こちらもご活用ください

本手引きの38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」

赤ちゃんができる仕組みや子宮の中で育っていく過程、出産までの過程を示したものがあります。

保護者への説明に活用できるイラスト



Q3 「大人はなぜ性器に毛が生えているの？大人の女性はなぜ胸が大きいの？」に、どう答えたらいい？

A. 保護者の中には、突然質問されて驚く人もいるかもしれません。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が対応するときのコツ

- 子どもの質問を受け止める(気づいたことを肯定する)
- 大人と子どもの身体の違う部分を確認し、「なぜ違うのか」を説明する

子どもへの伝え方の例

「よく気がついたね。性器の他に、脇の下にも毛が生えるし、男の人はひげも生えるよ。こういうところに毛が生えるのは、大人の身体のサインなんだよ」
 「子どもや大人の男の人にも胸があるけど、大人の女の人の胸はふくらんでいるね。赤ちゃんにあげる母乳を作るためのものが胸のなかにあって、女の人はそれが大きいから胸も大きいんだよ」

こちらもご活用ください

本手引き11ページ「子どもの身体と大人の身体」のイラスト

Q4 「どうして男の子と女の子の身体は違うの？」「どうして男の子にはおちんちんがあって、女の子にはないの？」にどう答えればいい？

A. 子どもからは「どうして男の子にはおちんちんがあって、女の子にはないの？」と聞かれることの方が多いかもしれません。子どもが性器を含めた身体の部位に興味を持つのは自然なことです。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくこと

- 男女の違いに気が付くのは正常の発達段階である
- 性器を含め、身体の部位に興味を持つのは正常の発達段階である

保護者が対応するときのコツ

- 性器についての疑問に保護者が恥ずかしがらない
- 「いい質問だね」「よく違いに気づいたね」と子どもの質問を肯定する
- 男女の身体について子どもに話す際は、「ある・なし」ではなく共通点と相違点を意識する

子どもへの伝え方の例

「大人の男の人の身体の中では、赤ちゃんのもととなる種(精子)を作っているよ。女の人の身体の中では、赤ちゃんのもととなるたまご(卵子)を作っているよ。男の人はおちんちんを使って、赤ちゃんの種を女の人に届けるよ。だから、それぞれ形が違うんだよ」

こちらもご活用ください

本手引き7ページ「男の子と女の子の身体、どこが同じでどこが違う？」

子どもの身体・行動編

Q1 性器の名称は、正式名称で教えた方がよい？

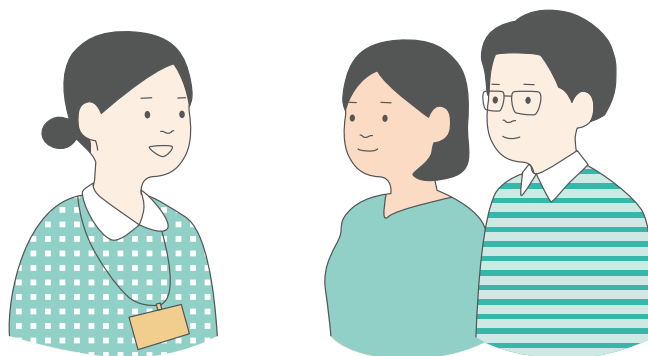
A. 保護者の中には、「腔」「陰茎」のように性器を正式名称で呼ぶことに抵抗のある人もいます。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 子どもが男女の身体の違いや子どもと大人の身体の違いに興味を持つことは自然である
- 子ども自身が、自分の身体にどのような臓器や働きがあるのかを知ることは大切である

保護者が対応するときのコツ

- 「女の子の性器」、「男の子の性器」のような呼び方、または「おまた」、「おちんちん」などの家庭で慣れ親しんだ呼び方でよい
- 性器は大切なところであり、清潔な手で触るように説明する
- 子どもが自分の身体を肯定的にとらえられるようになるために、男女の身体の違いについて「男の子には陰茎があるけど、女の子にはない」のような「ある・なし」で説明するよりも、「どちらにもあるけど形が違う」「違うところもあるけど、同じところもある」のように共通点と相違点を意識して伝える



Q2 子どもが性器や排泄物の名称を連呼して騒いでいたら、どう対応すればいい？

A. 以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 子どもは性別に関わらず、性器や排泄物の名称(おちんちん、うんち等)を口にしたりした際の大人の反応を見て楽しむことがある
- 大人が恥ずかしがる・叱る・慌てる等の反応をすると、大人の関心を引きつけるために発言するようになる
- こうした機会は、プライベートゾーンについて話すきっかけにもなる

保護者が対応するときのコツ

- 恥ずかしがる・叱る・慌てるなど過度に反応しない
- 騒いでいたら、他の遊び(おもちゃ、遊具)に誘うなど気を逸らせる

子どもへの伝え方の例

「うんち／おしっこがどうしたのかな？」

「うんち／おしっこは、身体が元気であるために、とても大切なものだね」

「うんち／おしっこが出ないと身体が病気になっちゃうんだよ」

「おちんちん／おまはとても大切なところだね」

「おちんちんやおまについて、何か聞きたいことがあるのかな？」

<子どもが落ち着いたら>

「おちんちん／おま／うんち／おしっこという言葉にびっくりする人もいるので、大きな声では言わないよ」



Q3 子どもが性器やおしりを露出する、どうすればよい？

A. 以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 子どもの性別に関わらず、性器やおしりの露出をした際の周囲の大人の反応を見て楽しむことがある
- 大人が恥ずかしがる・叱る・慌てるなど反応すると、子どもは大人の関心を引きつけるためにわざと行動することがある
- 露出が続く場合、大人が何らかの反応を見せている可能性がある
- こうした機会は、プライベートゾーンについて話すきっかけにもなる
- 子どもが性器やおしりを見せることに抵抗がないと、誰かに身体を見られたり、触られたりしたときに「気持ちが悪い」「なんか変だ」と気づきにくいことがある

保護者が対応するときのコツ

- 恥ずかしがる・叱る・慌てるなど過度に反応しない
- 露出する行動に関心を向けず、他の遊び（おもちゃ、遊具）へ誘うなど気を逸らせる

子どもへの伝え方の例

「おちんちん（おまた）やおしりは、人に見せてもいいところかな？」

「『水着で隠れる部分（胸、おしり、性器）と口』は、プライベートゾーンといって、あなたの身体の大切なところ。必要な場合（医者の診察や保護者、保育園の先生などが着替えを手伝うときなど）をのぞいて、誰かが同意なく見たり、触ったりしてはいけないところだよ」

「とてもプライベートなところだから、見せられて嫌な気持ちになる人もいるよ」

こちらもご活用ください

本手引き11ページ「子どもの身体と大人の身体」のイラスト

Q4 子どもが他人のプライベートゾーンを見たり触ったりする、他人にキスをする。どうすればよい？

A. 保護者から子どもにプライベートゾーンの説明をしてもらい、子どもの理解を促すことが重要です。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくこと

- こうした機会は、プライベートゾーンや同意について話すきっかけになる

保護者が対応するときのコツ

- 「自分の身体は自分だけの大切なもの」「自分の身体のどこに、誰が、どのように触れることができるかは自分で決められる」ことを伝える
- 他の人のプライベートゾーンも見たり、触ったりしてはいけないと話す
- 自分の性器等を友達に見せる、押しつける、触り合うことを強要するときは、すぐに止めさせて、なぜそうしようと思ったかについて子どもに背景を確認する*
※突然そのような行動をするようになった子どもの中には、性被害のなかで行為を知るようになった場合が一部含まれると言われているため。

子どもへの伝え方の例

「自分のプライベートゾーンは自分だけの大切なところだね、他のお友達や保育園(幼稚園)の先生にとってもそうなんだよ」

<相手の同意が必要なことを伝えるとき>

「その子(先生)のことが大好きなんだね。でも、急に触れたりチューされたりしたら、びっくりするよね。嫌な気持ちになる子もいるよ。『～していい?』と聞いて『いいよ』と言われたらしようね」

こちらもご活用ください

本手引きの12ページ「プライベートゾーンの知識」

本手引きの38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」

プライベートゾーンについて描かれた絵本を紹介しています。

Q5 インターネットで子どもが性的な動画を見ていた！ どう対応すべき？

A. 子どもが性的な動画を見ている場面に遭遇して、動揺する保護者もいるかもしれません。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が対応するときのコツ

- 子どもから動画を見たことを打ち明けられた場合は、「話してくれてありがとう」と肯定的に受け止める
- 偶然目にしてしまう場合もあるため、子どもの気持ちを確認する
- なぜ子どもがその動画を知るに至ったか、誰かに教わった背景がないかを確認する
- わからないことがあればいつでも聞いてよいことを子どもに伝え、有事の際、子どもが保護者に相談ができる環境を整えておく
- 子どもが使うスマホやタブレットのフィルタリング機能を確認したり、「動画を見るときは、保護者と同じ部屋で」など家庭でのインターネットの使用ルールを子どもと一緒に決める

子どもへの伝え方の例

「動画を見て、怖いとか、嫌な気持ちになっていないかな？」

「動画について何か聞きたいことはないかな？ 知りたいことやわからないことがあれば、いつでも聞いてね」

こちらもご活用ください

本手引き11ページ「子どもの身体と大人の身体」のイラスト

保護者と子ども間の「困った！」編

Q1 入浴中子どもに経血を見られ、驚かせた。どう対応すべき？

A. 経血を見た子どもは、保護者が病気やケガをしていると思うことがあります。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 病気やケガにより出血しているわけではないことを子どもに伝え、月経について説明をする
- 子どもに月経を「恥ずかしいもの」「汚いもの」として印象付けないように、大人の女性の身体に起こる自然なこととして話す

子どもへの伝え方の例

「この血は、病気やケガをしたから出ているわけではないから、心配しないでね。」

大人の女の人の身体の中では、月に1回くらい、赤ちゃんのもとになるたまご(卵子)が大きくなるの。その赤ちゃんのもとと、大人の男の人の赤ちゃんの種(精子)が出合ってひとつになると、赤ちゃんがお腹の中で育って生まれるんだよ。卵子と精子が出合わなくて、女の人の身体で赤ちゃんを育てなくてよいときは準備していたもの(子宮内膜※)と血(血液)が一緒になって(おしっこが出るところとうんちが出るところの間にある)腔という赤ちゃんの出口から、身体の外に出てくるんだよ。これを月経や生理と呼ぶよ」

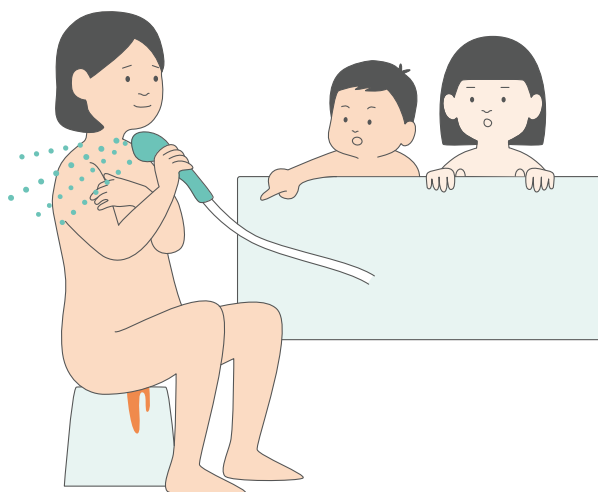
※子どもがイメージしやすいように「準備したもの(子宮内膜)」を「赤ちゃんのためのベッド」にたとえて話す方法もある

<赤ちゃんのためのベッドにたとえる場合>

「卵子と精子が出合わなくて、赤ちゃんを育てなくてよいときは、準備していた赤ちゃんのためのベッドがいらなくなって、血と一緒に身体の外に出てくるんだよ」

こちらもご活用ください

本手引き8ページ「男の子と女の子の身体、どこが同じでどこが違う？」のイラスト



Q2 子どもに夫婦の性行為を見られてしまった…！どう対応すべき？

A. 予期せぬ出来事に、慌てる保護者もいると思われます。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくこと

- 子どもは目の前で何が起きたのか理解できない可能性があり、どちらかがいじめられていると感じてしまう場合もある
- とてもプライベートな行為であるため、個室で行うなど子どもに見られないように配慮する
- 性的な行為を子どもに頻繁に見せる、または手伝わせることで、子どもがその行為を真似る可能性がある。場合によっては「性化行動※」と呼ばれる行動が見られたりすることもあると言われる
※年齢に見合わない性的関心や言動のほか、自慰行為や他人の性器に触るなどの行為。性的虐待等性被害を受けた子どもに見られることもある。

保護者が対応するときのコツ

- まずは行為を中断して、子どものケアを優先する
- 嘘をついたり、ごまかしたりせずに、簡潔に説明する
- 聞きたいことがないか確認し、聞かれたことに対して、子どもが理解できる言葉で答える

子どもへの伝え方の例

「驚かせてしまったら、ごめんね。仲良しだから、スキンシップをしていたんだよ」
「聞きたいことがあったら、聞いてね」

参考：「児童虐待の定義と現状」厚生労働省HP

「児童虐待防止と学校 ノート版」P4 文部科学省HP

「児童虐待防止のための気づき・対応・連携マニュアル」P41 江東区HP

ジェンダー編

Q1 子どもが同性の友達と遊ばずに異性の友達とばかり遊んだり、異性の子どもが好みそうなおもちゃや服装を好むが問題ない？

A. 以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくこと

- 保護者自身が持つジェンダーの固定観念（ジェンダーステレオタイプ）に対する考え方は、他者をどう扱うかに影響を与える可能性がある
- セクシュアリティや性的関係について、メディアがネガティブな描写をすることがあり、自身のジェンダーの固定観念に影響を与える可能性がある
- 性別の固定観念にとらわれず、好きなものを選択でき、興味のあることに挑戦できると子どもの自尊心が育つと言われている

保護者が対応するときのコツ

- 一緒に遊ぶ友達やおもちゃを性別で判断するのではなく、子どものやりたいことを尊重する
- 子どもが異性が好みそうな服装をしたがる場合も、できる限り尊重する
- 子どもが自身の性について悩んだり、保護者が不安に思うことがあれば、医療機関や居住地区を担当する保健師等に相談する

こちらもご活用ください

本手引き25ページ「『性自認、性的指向、ジェンダー』の理解」

本手引き38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」

ジェンダーについて書かれた絵本も紹介しています。

Q2 祖父母や親戚が「男の子／女の子のくせに～」と発言するのは、どう対応すべき？

A. 祖父母や親戚に関わらず、周囲の大人のジェンダーの意識や価値観は容易には変わりにくいため、保護者には、子どもが固定観念に影響されないように対応してもらうことが大切です。以下を、保護者への回答の参考にしてください。

保護者が知っておくとよいこと

- 保護者自身が持つジェンダーの固定観念（ジェンダースtereotype）に対する考え方は、他者をどう扱うかに影響を与える可能性がある
- セクシュアリティや性的関係について、メディアがネガティブな描写をすることがあり、自身のジェンダーの固定観念に影響を与える可能性がある

保護者が対応するときのコツ

- 子どもがジェンダーの固定観念に影響されないような対応をする
- 祖父母や親戚に対しては、子どもに対して「男の子、女の子のくせに」といったジェンダーの固定観念を押しつけるのではなく、その子どもがやりたいことを尊重する方がよいと伝える
- 子どもが自身の性について悩んだり、保護者が不安に思うことがあれば、医療機関や居住地区を担当する保健師等に相談する

子どもへの伝え方の例

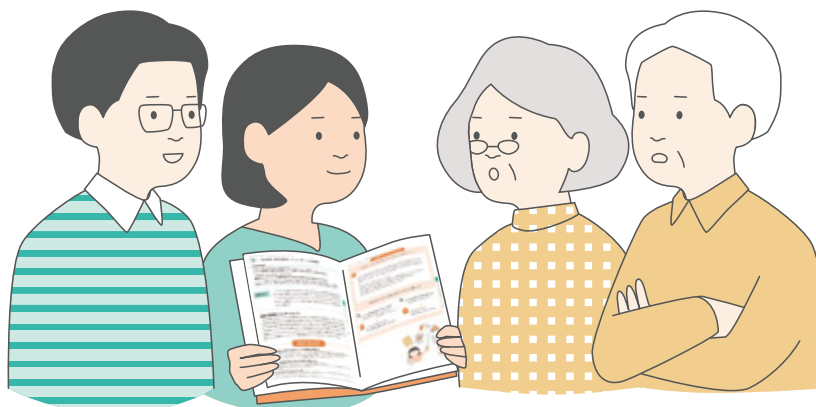
「『男の子(女の子)のくせに～』と言う人もいるけど、あなたはあなたのしたいことをしていいんだよ」

こちらもご活用ください

本手引き25ページ「『性自認、性的指向、ジェンダー』の理解」
 本手引き38ページ「乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本」
 ジェンダーについて書かれた絵本も紹介しています。

参考：国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】—科学的根拠に基づいたアプローチ

編集：ユネスコ / 翻訳：浅井 春夫, 良 香織, 田代 美江子, 福田 和子, 渡辺 大輔 / 出版：明石書店 / 出版年：2020年





乳幼児期の子どもを持つ保護者におすすめの絵本

令和3年度子ども・子育て推進調査研究事業『保健師等による幼児等低年齢児の保護者に対する効果的な性教育方法に関する調査研究』の結果(3ページを参照)を元に「全国の3～6歳の未就学児を持つ保護者を対象にしたウェブアンケート調査」から明らかとなった保護者の関心の強いテーマや「保健師等親子に関わる専門職への聞き取り調査」から明らかとなった保護者からの問い合わせの多いテーマごとに絵本を抽出し、科学的事実に基づいているか、就学前の子どもの成長・発達に合わせた内容であるか、保護者の情報収集や子どもへの読み聞かせに活用しやすいか、日本の文化背景においても受け入れられやすいか等を基準に検討委員会(44ページ参照)で10冊を選定しました。

選定した絵本の中には、子どもに読み聞かせをすることで一緒に学べるもの、保護者自身が読んで学べる内容になっているものがあるため、保護者の疑問や悩みに応じて、各絵本の推奨用途等を参考に紹介してください。

以下、それぞれの絵本について[推奨用途]、[概要]、[学べること]、[性交について記載]、[性器の名称の記載]を記載しました。

[推奨用途]…保護者の絵本の活用目的について、ページ数や文字量、補足情報の有無などを基準に、保護者自身が学べる本、子どもに読み聞かせる本、知りたい項目に対して部分的に参照できる本に分類しました。

[学べること]…保護者からの相談内容によって適切な紹介ができるよう、出版社の解説等を元に、本を通して最も理解し得る項目をメインテーマに、本を通して副次的に理解し得る項目をサブテーマに示しています。

[性交について記載] **[性器の名称の記載]**…現時点では、子どもと性についての会話を持つことに抵抗を感じる保護者に配慮する観点から、絵本の中で性交についての描写及び性器の名称の記載の有無を記載しました。



あっ! そうなんだ! わたしのからだ—幼児に語る性と生

著 者 中野 久恵, 星野 恵, 勝部 真規子(絵)

出 版 社 エイデル研究所

ページ数 59ページ

推奨用途

読み聞かせる(絵本編)、保護者自身が学ぶ(解説編)、知りたい項目に対して部分的に参照する

概 要

絵本編と解説編の2部構成になっています。著者らは、絵本編を子どもに読み聞かせる前に、まず大人が後半の解説編を読んで学ぶことをすすめています。男女・大人と子どもの身体の違い、プライベートゾーン(※作中ではプライベートパーツと表現されています)や排泄の仕方について分かりやすい絵を交えて紹介されています。文章が少ないので、保護者が子どもと話し、理解を確認しながらすすめることができます。

学べること

<メインテーマ> 男女の身体の違い / 大人と子どもの身体の違い / 性器の洗い方 / 排泄の仕方
<サブテーマ> プライベートゾーン / 防犯 / 同意

性交について記載

なし

性器の名称の記載

あり



だいい だいい どこだ？

著 者 遠見 才希子, 川原 瑞丸(絵)

出 版 社 大泉書店

ページ数 32ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる

概 要 プライベートゾーンについて、子どもも理解しやすい言葉で書いてあり、自分の体を大切に
する気持ちを育める絵本。プライベートゾーンを見られたり、触られたりして嫌だと思った時
の対象法に加え、後半には、これから性教育を始める保護者に向けたページもあります。

学べること <メインテーマ> プライベートゾーン / 同意 / 防犯

性交について記載 なし

性器の名称の記載 なし



いいタッチわるいタッチ だいいょうぶの絵本

著 者 安藤 由紀

出 版 社 復刊ドットコム

ページ数 32ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる、保護者自身が学ぶ

概 要 プライベートゾーンの知識やわるいタッチを避ける方法について、子ども自身が学べる絵
本。親密さを表現する安全な「いいタッチ」と、無断で触ったり、暴力をふるったりする「わる
いタッチ」があることを知り、自分の身体を守ることにつながる内容になっています。巻末に
は、性的虐待に遭わないためにはどうすればいいのか、また、性被害に遭った子どもがど
んなサインを出すのかなど、保護者向けの文章が載っています。

学べること <メインテーマ> プライベートゾーン / 同意 / 防犯

性交について記載 なし

性器の名称の記載 なし



性の絵本 みんながもってるたからものってなーんだ？

著 者 たきれい (著), 高橋 幸子 (監修)

出 版 社 KADOKAWA

ページ数 48ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる(※)

概 要 シンプルな絵と簡潔な文章で身体のことやプライベートゾーン、妊娠の仕組み、自分のこころ
と身体をまもることや同意の知識が網羅的に書かれています。本のサイズもひとまわり小さ
く、子どもも手に取りやすい本です。保護者が読み聞かせながら子どもと一緒に身体や性の
健康について考える絵本としておすすめです。
※卵巣、卵子、子宮、帝王切開等の言葉に対して、書籍内では詳細を説明しておらず一部補
足が必要

学べること <メインテーマ> 妊娠の仕組み / プライベートゾーン / 防犯 / 同意
<サブテーマ> 男女の身体の違い / 大人と子どもの身体の違い

性交について記載 あり

性器の名称の記載 なし



あっ! そうなんだ! 性と生—幼児・小学生そしておとなへ

著 者 浅井 春夫, 北山 ひと美, 中野 久恵, 星野 恵, 安達 倭雅子, 勝部 真規子(絵)

出 版 社 エイデル研究所

ページ数 79ページ

推奨用途

読み聞かせる(絵本編)、保護者自身が学ぶ(解説編)、知りたい項目に対して部分的に参照する

概 要

絵本編と解説編の2部構成になっています。絵本編は「からだ」「いのち」「わたしとみんな」3章の合計21テーマで構成しています。解説編では、大人向けに絵本編のテーマについての補足や子どもに特に理解してもらいたいこと、配慮した方がよいことが書かれています。

学べること

<メインテーマ> 妊娠の仕組み / 男女の身体の違い / 大人と子どもの身体の違い / 月経 / 射精
<サブテーマ> プライベートゾーン / 性器の洗い方 / いじめ / 防犯 / 同意 / 多様な家族のかたち / ジェンダー

性交について記載

あり

性器の名称の記載

あり



4歳からの性教育の絵本 コウノトリがはこんだんじゃいよ!

著 者 ロビーH.ハリス(著), 浅井 春夫(監修), 良 香織(監修), 上田 勢子(翻訳)

出 版 社 子どもの未来社

ページ数 60ページ

推奨用途

保護者自身が学ぶ、知りたい項目に対して部分的に参照する

概 要

子どもから質問の多い「身体のこと」「赤ちゃんがどこからきたのか」「男の子と女の子の違い」「友だちや家族」などについて、絵とマンガを交えて説明しています。図鑑のように知りたい項目を参照することにも活用できます。

学べること

<メインテーマ> 妊娠の仕組み / 男女の身体の違い / 大人と子どもの身体の違い
<サブテーマ> プライベートゾーン / 多様な家族のかたち / 同意 / ジェンダー

性交について記載

あり

性器の名称の記載

あり



ようこそ! あかちゃん せかいじゅうの家族のはじまりのおはなし

著 者 レイチェル・グリーナー(著), クレア・オーウェン(絵), 良 香織(翻訳), 浦野 匡子(翻訳)

出 版 社 大月書店

ページ数 32ページ

推奨用途

保護者自身が学ぶ、子どもに読み聞かせる、知りたい項目に対して部分的に参照する

概 要

英国の5歳から7歳の子どもを対象にした、受精から妊娠の経過、出産まで、科学的な説明と人権・多様性をふまえた記載になっている絵本です。一部、生殖補助医療のこと、帝王切開のこと、養子のこと、セクシュアリティのことも描かれており、妊娠・出産にまつわる様々な多様性が紹介されています。

学べること

<メインテーマ> 妊娠の仕組み / 男女の身体の違い
<サブテーマ> 妊娠や出産の多様性 / 多様な家族のかたち

性交について記載

あり

性器の名称の記載

あり



タンタンタンゴはパパふたり

著 者 ジャスティン リチャードソン (著), ピーター パーネル (著), ヘンリー・コール (絵), 尾辻 かな子 (翻訳), 前田 和男 (翻訳)

出 版 社 ポット出版

ページ数 32ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる

概 要 ニューヨークにあるセントラル・パーク動物園で実際にあった、ペンギンのカップルの話を元に作られた絵本です。多様な家族の形や同性カップルについて、物語を通して学ぶことができます。

学べること <メインテーマ> 多様な家族のかたち
<サブテーマ> 性的指向

性交について記載 なし

性器の名称の記載 なし



ジュリアンはマーメイド

著 者 ジェシカ・ラブ (著), 横山 和江 (翻訳)

出 版 社 サウザンブックス社

ページ数 36ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる

概 要 ニューヨークのコニーアイランドで毎年行われるパレードが舞台となっています。主人公のジュリアンは、きらびやかなマーメイド姿の女性たちを見かけ、家にあるもので真似して着飾ります。ジュリアンとおばあちゃんの会話や、色彩豊かに描かれた絵を通じて性の表現方法やジェンダーについて学ぶことができます。

学べること <メインテーマ> 性の表現方法
<サブテーマ> ジェンダー

性交について記載 なし

性器の名称の記載 なし



くまのトーマスはおんなのこ ジェンダーとゆうじょうについてのやさしいおはなし

著 者 ジェシカ ウォルトン (著), ドーガル・マクファーソン (絵), かわむら あさこ (翻訳)

出 版 社 ポット出版プラス

ページ数 36ページ

推奨用途 子どもに読み聞かせる

概 要 主人公の友人であるディベアの「トーマス」が周囲に期待されている性別に違和感をもっているところからストーリーがはじまります。作者の母は、出生時に男性が割り当てられたトランスジェンダー女性です。作者が自身の子どもに読み聞かせできるトランスジェンダーをテーマにした絵本がほしいと思ったことがきっかけで、この絵本が作られたようです。

学べること <メインテーマ> 性自認
<サブテーマ> 性の表現方法 / ジェンダー

性交について記載 なし

性器の名称の記載 なし

WEBSITE



子どもの性の健康に関する情報サイト

「命育(めいいく)®」

<https://meiiku.com/>



幼児期、児童期、思春期の子どもに伝えたい年齢に応じた性の知識を発信する、医師専門家監修の情報サイト。

保護者と保健師や親子に関わる専門職の方が、幼児期の子どもへの伝え方や、性に関する情報を得るために活用できます。児童期以降の情報も、これから出てくる悩みや疑問の参考になります。

性の会話に役立つ絵本や書籍の紹介、子どもの身体や性に関するお悩みに専門家が回答するQ&A、相談窓口一覧なども掲載。

本手引きは、以下のサイトからもご覧いただけます。ダウンロードまたは印刷してご活用ください。



命育

(「乳幼児期の性に関する情報提供」ページ)

https://meiiku.com/mhiw_guide



厚生労働省「健やか親子21」

(参考資料内「乳幼児期」「プレコンセプションケア」予定)

<http://sukoyaka21.mhlw.go.jp/useful-tools/>

リンクについて

命育および厚生労働省ホームページの上記URLについては、原則リンクフリーです。ご自由に、園・団体・個人のサイトにリンクを貼っていただき、本手引きをご紹介ください。リンクを設定される際には、「性教育サイト命育」または「厚生労働省ホームページ」へのリンクである旨を明示ください。



相談窓口・お問い合わせ先

保護者が連絡できる窓口があれば、以下に窓口・住所・電話番号等をご記入ください。メモ欄もご自由にお使いください。
このページは印刷して保護者に渡す、見せるなど各自治体でご活用ください。

担当窓口 1

担当窓口 2

担当窓口 3

【MEMO】



乳幼児期の性に関する情報提供

保健師や親子に関わる専門職のための手引き

.....

監修者 和田 和子（大阪母子医療センター 新生児科主任部長 日本小児科学会副会長）
池田裕美枝（京都大学リプロダクティブヘルス・ライトユニット代表）
伊藤美智子（世田谷区役所保育部保育課保育育成支援担当課長補佐）
加藤 承彦（成育医療研究センター社会医学研究部行動科学研究室室長）
阪下 和美（都立松沢病院精神科医員・国立成育医療研究センター総合診療部臨床研究員）
祖父江由佳（大阪府四條畷保健所 企画調整課長 保健師）
土屋麻由美（麻の実助産所 助産師 NPO法人ピッコラーレ副代表）
村田 浩子（長岡京市健康づくり推進課保健活動主幹）
渡辺 大輔（埼玉大学 基盤教育研究センター 准教授）

（順不同）

制作者 企画・構成：性教育サイト「命育」（Siblings合同会社）
デザイン：溝部 依里子
イラスト：あすわ さとみ
執筆：畑 菜穂子

研究課題 「保健師等による幼児等低年齢児の保護者に対する効果的な性教育方法に関する調査研究」

研究者 性教育サイト「命育」（Siblings合同会社）

委員会名 令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業における「保健師等による幼児等低年齢児の保護者に対する効果的な性教育方法に関する調査研究」検討委員会

※この手引きは、厚労省「令和3年度子ども・子育て支援推進調査研究事業」により制作したものです。