



家庭での「性教育」との向き合い方

吉川 和代

家庭教育応援講座講師

一般社団法人 生理の保健室協会 代表

月経カウンセラー

私は、学校や地域で「月経教育」を伝えています。これは、性教育の一つでもあり、子どもたちが自分の人生を思いきり輝かせるために、「生理」を通して、命や自分、そして相手を大切にすることです。

「性」に関して「そんなことは、自然に覚えるから…」と思っている方も多いでしょう。

でも、現代の子ども達は、大人が思っている以上に「性」に関する情報を早く多く手に入れています。

だからなのか、最近では「子どもにちゃんと伝えたい！」と思う保護者も増えてきました。でも、「どうやって伝える？」「ちょっと抵抗がある」という声も多いので、参考にしてみてください。

「ちょこっと性教育」

皆さんは、性教育と聞くと、どんなことを思い浮かべますか？

命、防犯、体の仕組み、性交渉、性的同意、妊娠や出産、人権、LGBTQ など、様々です。どれも必要なことですが、大きな目的の一つは「自分と相手を大切にすることを育てること」だと思います。

例えば、お風呂などで体の成長に気づいた時、「成長してきたね。ママ（パパ）は嬉しいな。」と親としての気持ちを伝えるだけで、子どもは喜びます。

「ちょこっと性教育」は、少しずつ区切って伝える方法です。一度に全部話そうとせず、日常の中で少しずつ話すと、親も子ども心のハードルが低くなるでしょう。

性教育は、幸せに生きるためにとても大切なこと。

子どもの年齢や発達段階に応じて、何度も何度も話すことで、親の言葉は心に残り、いざという時のお守りになるはずです。

伝えるチャンスはたくさんある！ピンチはチャンス

性のことは恥ずかしいからといって避けるのではなく、日常の中で少しずつ伝えていくことが大切です。そのタイミングは、保護者が「どうしよう！」と困った時かも…。

例えば、一緒に恋愛ドラマを見ていて、少し気まずいシーンが出た時も、私は「幸せそうだね」とか「これは相手の気持ちを考えてないからダメだね」と自ら入っていきます。そうすることで、性的同意や思いやりについて自然に話すことができるからです。ドキッとした

時に、まず怒ったりするんじゃなく、親としての気持ちを伝えましょう。
ピンチはチャンスです！



親子のコミュニケーションが深まる

親は、完璧に伝えようとしなくて大丈夫です。私たちだって、ちゃんと教わってこなかったから分からなくて当然。それを正直に伝えられるといいですね。

「私も教わってなくて、上手く言えないけど…」と前置きするだけで、その姿を見て、子どもは「一生懸命考えてくれているんだ」と感じるのではないのでしょうか。子どもからの質問に「それいい質問だね！あなたは思う？」と一緒に考えるのもいいですね。

そもそも「なぜ、子どもに伝えたいのか？」

それは、自分を大切に、幸せな人生を送ってほしいから。そんな想いも一緒に伝えてあげること、子どもは安心できる場所を見つけられると思います。

もし、トラブルにあった時には、きっと真っ先に親に相談してくれるはずですよ。

最後に…

「性」に興味を持つのは、とても自然なことです。その気持ちに蓋をせずに、親も正直に向き合うことが大切です。親の意見を押し付けるのではなく、子ども自身が「選ぶ力」を育めるように、ぜひ、家庭の中で「ちょこっと性教育」始めてみてください。

