

◇このようなお話をしています◇

# 思春期健康教育の一例

以下の内容については参考例です。

「こんな話をしてほしい」、「この部分には触れないでほしい」など、皆様のご要望に沿って、話の内容を組み立てますので、お気軽にご相談ください。



## 小学校 中～高学年向け



- ・からだやこころの成長(二次性徴に向けての準備)
- ・自分を守る  
(プライベートゾーンの話、SNS や出会い系サイトから自分を守ることなど)
- ・自分やみんなを大切にする  
(命の大切さ、自分や周りの人を大切にする事、いろいろな性があることなど)

## 中学生向け



- ・思春期の心と体の変化(月経や精通・射精、月経の上手な乗り切り方など)
- ・妊娠する仕組み
- ・望まない妊娠や予期しない妊娠をしないために  
(妊娠について考える、避妊や緊急避妊、困った時の相談先など自分を守る方法を知るなど)
- ・性感染症を防ぐ(感染の仕方や予防法を知るなど)
- ・性の多様性について(いろいろな性を受け入れ、互いに尊重した関係を築くことなど)

## 保護者向け



- ・大人も一緒に学ぼう！子どもの体と心の変化  
(子どもに伝えるために、まずは大人がしっかり理解することが大切)
- ・大人も知っておきたい性の話(大人も性に向き合ってみましょう)
- ・家庭で伝えたい性の話  
(大切な話はお父さんやお母さんから伝えてあげましょう)

### 【問合せ先】

小樽市 こども未来部 こども家庭課

〒047-0033 小樽市富岡1丁目5番12号 小樽市保健所庁舎内

TEL 0134-32-5208

