

はい！
[Hi, あきしま]
一人ひとりがいきいきと輝くまちをめざして

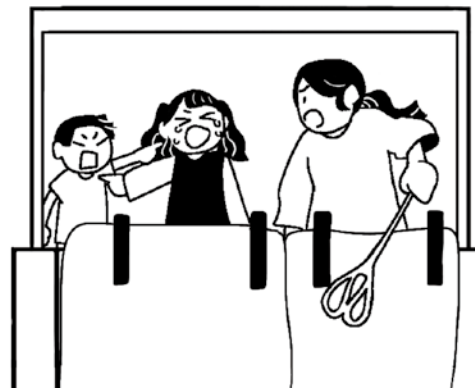
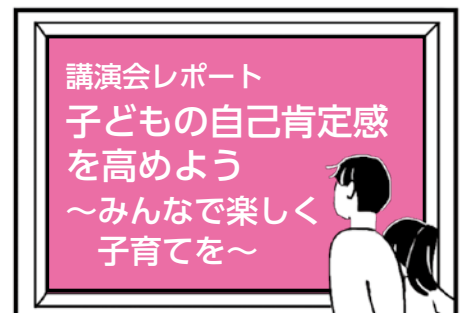
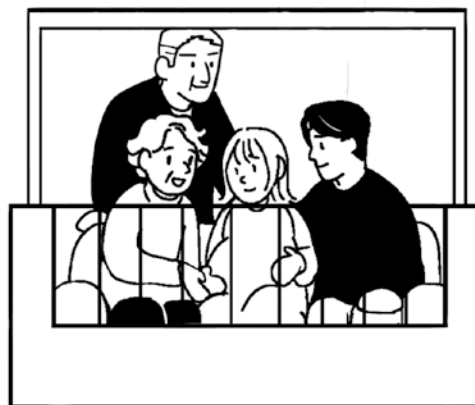
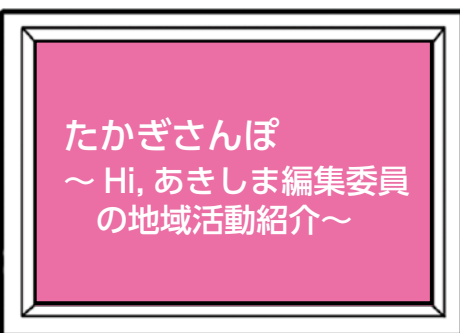
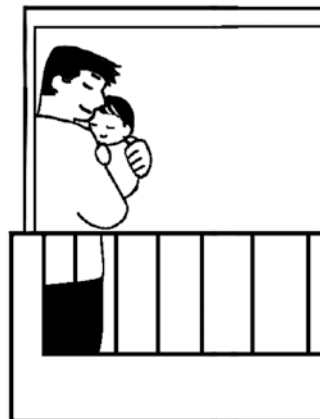
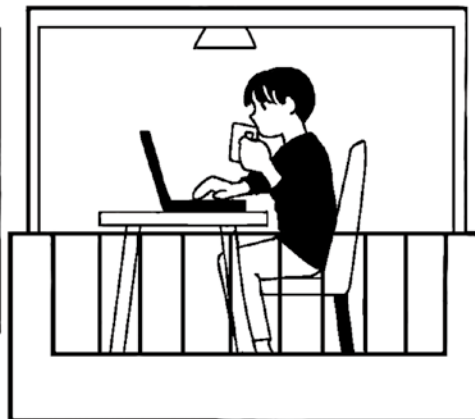
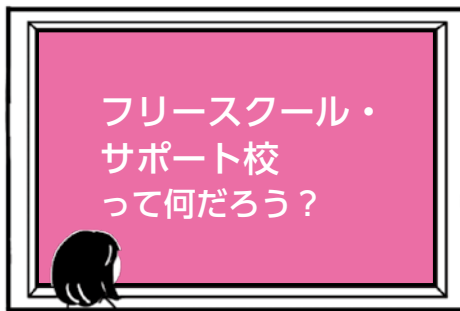
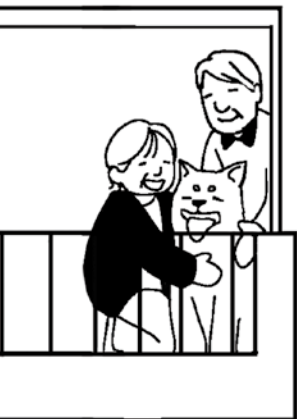
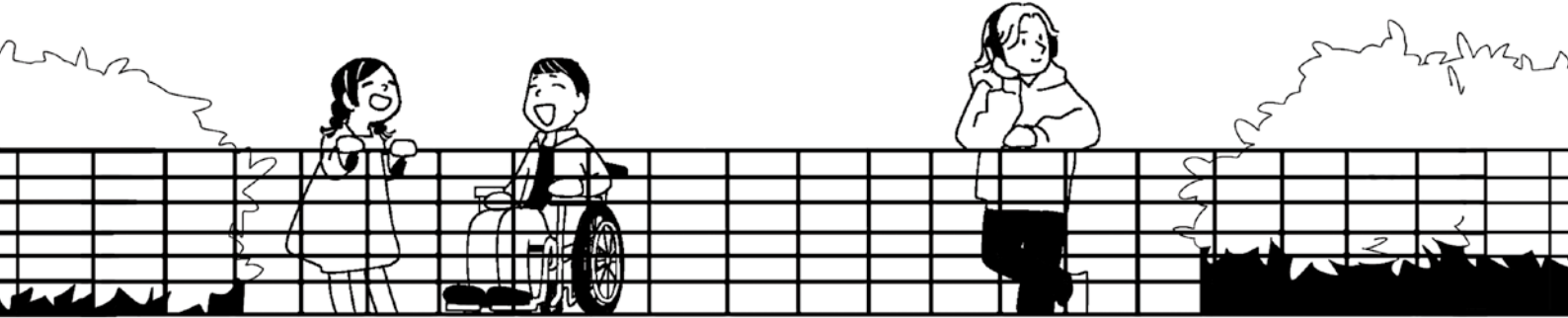
i.AKISHIMA

Vol.60 2025.10

「Hi, あきしま」は
スマホで読めます！



TOPICS >>> 自分を大切に生きるための包括的性(生)教育：理論編



包括的性教育 (生)

理論編

赤ちゃんって
どうやって
できるの？

「性教育」と聞くと、ちょっと恥ずかしいとか、苦手だなと感じる方も多いのではないかと思います。日本では長年、性器や性交、生殖について教えることが性教育と捉えられてきましたが、それよりも先に、「自分の体や心を大切に思う気持ち」や「いやな時はNOと言っていること」、「触れ合いや愛し愛されること」、「子どもも大人も一人の人間としての尊厳、人権が守られること」などから学ぶ『包括的性教育』が、世界ではスタンダードになってきています。自分も相手も大切に生きていくための学びは、赤ちゃん時代からあなたは大切な存在であることを日々の関わりの中で繰り返し伝えることから始まっています。

いつ、何から
伝えたらいいの？

ユネスコの包括的性教育の内容

「国際セクシュアリティ教育ガイダンス」
キーコンセプト・トピック・学習目標の要約

（点線）の中の項目
が従来の日本で性教育
として捉えられていた
内容。「性」を大切に
生きるためには、もっと
幅広く「性」を学ぶ
必要があります。

① 人間関係

家族、友達、恋愛、親になること等
人間関係全般

② 価値観・人権・文化・セクシュアリティ

文化や社会の中でのセクシュアリティ、
性と人権の関わり、価値観の形成等

③ ジェンダーの理解

ジェンダーに関するものの人生への影響、
ジェンダーバイアス、ジェンダーに基づく暴力等

④ 暴力と安全確保

暴力全般、性暴力とそれに対する支援、社会的責任、
同意やプライバシー、SNS等情報通信技術全般等

⑤ 健康とウェルビーイングのためのスキル

性行動と仲間からの影響、意思決定、
他者との関係性、援助と支援等

⑥ 人間のからだと発達

名称と機能、生殖機能（月経・射精・妊娠）
思春期の成長、ボディイメージ、不妊等

⑦ セクシュアリティと性的行動

人の生涯と性、性的反応、性的意思決定、
金品と性を交換することの危険性等

⑧ 性と生殖に関する健康

妊娠、出産、避妊、中絶、
性行為感染症等

大人になるって
なんだか不安...

包括的性教育の 具体的な内容は？

包括的性教育の現場では以下のような内容が学びのキーワードとなっています。②～⑧については近年の「Hi,あきしま」でも記事にしていますので、良かったらご覧下さい。

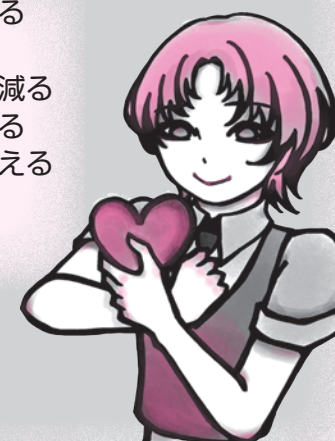
- ① プライベートゾーン
- ② 同意とバウンダリー（→Hi,あきしま第56・59号）
- ③ 性の多様性（SOGIE）（→Hi,あきしま第57号）
- ④ ジェンダーバイアス（→Hi,あきしま第58・59号）
- ⑤ 性暴力・デートDV（→Hi,あきしま第51・56号）
- ⑥ 思春期の体と心
- ⑦ 妊娠・出産・育児
- ⑧ 性行為感染症・避妊・中絶
- ⑨ コミュニケーションと人間関係



包括的性教育の成果

日本では、「寝た子を起こすな」といった考えで性教育がタブー視されがちですが、幼少期から包括的性教育を実践している国では、以下のような成果が報告されており、正しい知識は安全な性行動を促すことが明らかになっています。

- * 性交開始年齢が遅くなる
- * 性交渉の頻度が減る
- * 性的パートナーの数が減る
- * リスクの高い行為が減る
- * コンドームの使用が増える（性感染症予防として）
- * 避妊具の使用が増える



次号のHi,あきしまでは、「包括的性教育 実践編」を掲載予定です。

いつ、何から 始めたらいいの？

性の学びは、いつから、これを伝えるという決まりはありません。なぜ？と聞いてきた時が、大チャンス！

- * 信頼関係あってこそその質問なので「私に聞いてくれてありがとう」の気持ちで
- * 話さなくちゃと思う年齢の頃には、お互い気まぐれが増し、どんどん話せなくなることも…
- * 正確に話そうと気負わず、絵本など代替りのものの活用を
- * どう伝えたらいいかわからない時は「今、わからないから、後で調べて教えるね」とか、「一緒に調べてみよう」と大人も一緒に学ぶチャンスと捉えて
- * 大切なことから逃げないで、繰り返し、何度でも、トライアンドエラーの気持ちで



なぜ、幼少期から 始めるの？

- * 体の違いに気付き不思議に思う時期のため
- * なぜ？なに？の質問がたくさんある時期のため
- * 自分や友達のきょうだいの誕生に遭遇しやすい時期で、伝えるチャンスが多くあるため
- * 性に関する間違った情報、歪んだ価値観に触れる前に「自分や他者の心と体を守る大切な話」として正しい知識を伝える必要があるため
- * 性犯罪から身を守るため
- * 体や心の大切なこと、心配なことは、気軽に相談して良いというメッセージを伝えるため



どんなに知識を与えても、自分や相手を大切に伝えても、
自分は無条件に大切にされている、大切にされるべき存在だ
という実感、自己肯定感がなければ「性」は守れません。

「性」をタブー視する社会では、「性の困りごと」もなかったことに
されてしまいがちです。誰もが一人で苦しい思いを抱えることなく生
きられるよう、まずは、周囲の大人が「性」に向き合う勇気を♪



フリースクール・サポート校って何だろう？

最近「フリースクール」・「サポート校」という言葉をよく耳にするようになってきました。

フリースクールやサポート校とは、何らかの理由で学校に通うことが難しい不登校の子ども達に対し学習活動、教育相談、体験活動などを行う民間の教育機関です。

文部科学省では、子ども達のために学びの場の多様化に対応し、学校・教育委員会とフリースクール・NPOとの連携強化を進めています。

実際に「フリースクール」・「サポート校」の数は増え、その内容や雰囲気も様々です。だからこそ、「どのようなフリースクールがお子さんにあっているのか？」「どのようなところなら楽しく通えそうか？」「勉強のサポートはどこまでしてもらえるのか？」等、学校に配置されているスクールカウンセラー（SC）や市のスクールソーシャルワーカー（SSW）に相談しながら、情報収集をし、見学や体験をして、実際の雰囲気を感じてみると良いでしょう。



フリースクールとサポート校の違い

	フリースクール	サポート校
対象	不登校の主に小・中学生	高校生 ※通信制高校と併用
目的	居場所の提供、学び直し	通信制高校に通う生徒の学習支援、生活支援
費用	自己負担 (東京都の助成金が該当する場合がある)	自費 (通信制高校の学費とは別に費用がかかる) (通信制高校に対し東京都の助成金が該当する場合がある)
卒業資格	得られない (在籍する小・中学校で得られる場合がある)	得られない (併用する通信制高校で得られる)
授業内容	学習支援や体験活動が中心（自由）	通信制高校の学習補助、進学指導、学習管理

昭島市の不登校支援（小学生・中学生）

名称・場所	内容
各学校の相談室	スクールカウンセラー（SC）への相談 保護者の方からの相談も受付可
校内別室指導（小・中学校）	教室とは別室で個別の教育支援
教育支援室（たまがわ教室・もくせい教室） アキシマエンス校舎棟2階	指導員による学習指導

昭島市内のフリースクール・サポート校に聞きました！

東中神駅に
こんな学校が
あったんだ！
在籍する生徒の
約8割が不登校を経験

「通信制高校って、どこも似たような仕組みでしょ？」そんなふうに感じている方も多いかもしれません。でも、GRES高等学院には、“他にはない強み”があります。学校が苦手だった子が、「もう一度がんばろう」と思える理由を5つにまとめてご紹介します。

GRES 高等学院
EST.2016
FREE SCHOOL GRES
フリースクールGRES

[提携校] 鹿島山北高等学校/松本国際高等学校

① 圧倒的な少人数制で、“一人ひとり”と向き合うGRESでは、生徒数をあえて絞って運営。

教員が全員、生徒の顔と名前、そして性格まできちんと把握しています。
◆ 学年や進路にとらわれず、「あなたに合った学び方・居場所」を提供
◆ 自分のペースで通えるから、不登校経験のある子でも安心してスタートできる

② 「人との関わり方」も学び直せる居場所

GRESは、ただ勉強を教える場所ではありません。コミュニケーション・自己表現・感情の整理など、“心の育ち”を大切にしています。
◆ 対話とふれあいを通して、「自分らしさ」を育てていきます
◆ 苦手だった“人との距離”も、ここからゆっくりと

③ 海外体験・調理実習“生きた学び”が豊富！

◆ 海外プログラム（南国での挑戦・異文化体験）
◆ 本格的な調理実習、社会体験、プレゼン授業も「人生の経験値」が増える授業がいっぱい

GRES高等学院/フリースクールGRES
学校見学や個別相談は随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。
昭島市玉川町1-1-12エルビル3階
JR青梅線 東中神駅徒歩1分
電話:042-519-2385 FAX:042-519-2395



授業風景

調理実習

海外体験

GRESの想いや考えはブログにまとめています。よかったらぜひ見てみてください。

Ameba

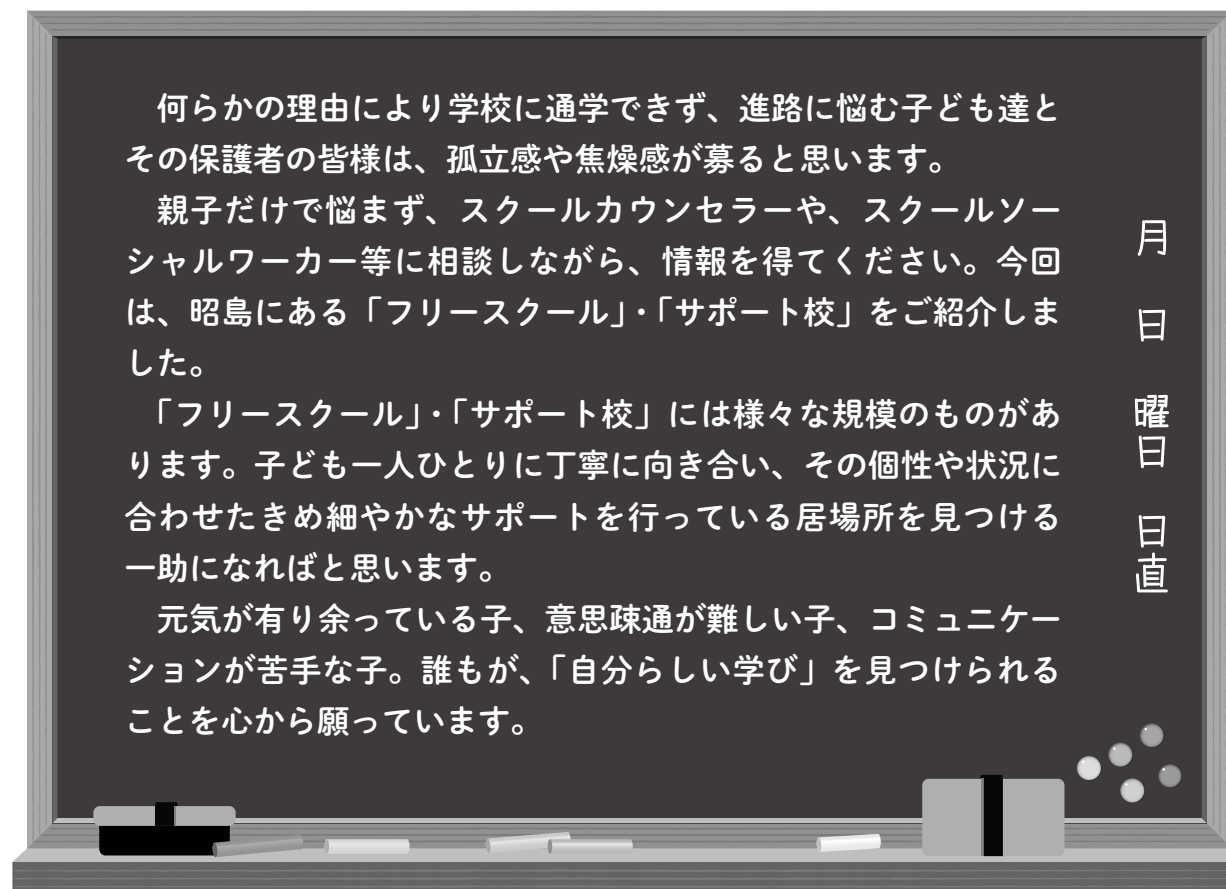
何らかの理由により学校に通学できず、進路に悩む子ども達とその保護者の皆様は、孤立感や焦燥感が募ると思います。

親子だけで悩まず、スクールカウンセラーや、スクールソーシャルワーカー等に相談しながら、情報を得てください。今回は、昭島にある「フリースクール」・「サポート校」をご紹介します。

「フリースクール」・「サポート校」には様々な規模のものがあります。子ども一人ひとりに丁寧に向き合い、その個性や状況に合わせたきめ細やかなサポートを行っている居場所を見つける一助になればと思います。

元気が有り余っている子、意思疎通が難しい子、コミュニケーションが苦手な子。誰もが、「自分らしい学び」を見つけられることを心から願っています。

月
日
曜
日
直



たかぎさんぽ ～Hi,あきしま編集委員の地域活動紹介～

PART 1



地域で輝く人や団体を訪ね、活動の想いや工夫を聞きながら「一人ひとりが輝くまち」のヒントを探ります。

【活動紹介1】『昭島地域の猫の会』

「飼い主のいない猫」の命と地域の暮らしを守るため、TNR活動（捕獲・不妊去勢手術・元の場所に戻す・見守る）を実施。1匹のメス猫が妊娠すると、1年で20匹以上に増えてしまう状況の中、2011年からの地道な活動で、当初、不妊去勢手術をした猫は年間で199匹、2024年は年間17匹と、その数はかなり減少したそうです。

「猫が苦手な方にも理解してもらえよう努力しています。ゴミを荒らさないよう、エサやりもルールを守り、片付けまでしっかり行います」と話され、地域猫への理解を高める活動も熱心です。

飼い主の高齢化で行き場を失ったペット達の問題も深刻です。「引き取り手を、事前に決めておいてほしい」との呼びかけには、命のバトンを地域でつなごうとする願いが込められています。話を伺う中で、地域との信頼関係を丁寧に築いてきた重みがありました。「猫好き」だけではなく、誰にとっても暮らしやすいまちを目指す＝優しさと責任感が活動の根っこであると感じました。

団体名：昭島地域の猫の会（東京都動物愛護推進委員在籍）

Eメール：akishimachiikinekonokai@gmail.com

登録状況：昭島市社会福祉協議会 登録団体



【活動紹介2】『SEEDS』

地域住民が気軽に楽しみながら、科学に親しめる体験型の教室を開催しています。インタビュー当日は、化学反応による液体の色の変化や、果物や野菜でオルゴールを鳴らす実験をしていました。皆さん驚いたり笑ったりしながら、科学のおもしろさに夢中でした。

「以前関わった科学教室が楽しく、自分でもやりたい！と思い団体を立ち上げ、地域の各所に広がっています。科学を学んでいる人も、かつて学んでいた人も、一緒に楽しみましょう！」と代表の川島さん。

“探究のタネ”をみんなで育む活動です。理科の知識や興味を持った大人の方のご協力も募集中だそうです。興味のある方は探究のタネを育ててみませんか。

団体名：SEEDS（代表：川島あゆみ）

活動内容：子ども向け科学教室の試作と勉強会（毎月開催）
科学教室の実施（年数回）

Eメール：seeds2akis@gmail.com

拠点：昭島市（アキシマエンスなどで開催）



地域活動のことなら 昭島市生活コミュニティ課〈まちの活動〉

活動団体の紹介、メンバー募集、団体向け助成金情報等、役立つ情報はコチラ▶



講演会レポート

子どもの自己肯定感を高めよう ～みんなで楽しく子育てを～

男女共同参画週間（6月23～29日）にちなみ、2025年6月28日、子育てをきっかけに、男女が共に育ち合う社会を目指し、東京富士大学教授・鬼木一直氏による「子どもの自己肯定感を高めよう～みんなで楽しく子育てを～」と題した講演が行われました。

東京富士大学 経営学部教授 鬼木 一直 先生

東京工業大学理学部学士、東京工業大学理工学研究科修士課程卒
ソニー（株）開発マネージャ、東京富士大学准教授を経て、東京富士大学教授。
専門の経営情報学とともに、教育論、幼児教育研究者でもある。3児の父



本講演では、脳科学や教育理論、企業での実践に基づいた視点から、日々の子育てに役立つ具体的な知恵が数多く紹介されました。テーマは「自己肯定感を育てる子育て」。子どもの成長を多面的に捉えるためには、教育理論・現場での育児経験・将来を見据えた社会経験の三つの視点が必要だと、鬼木氏は説きます。

「赤ちゃんが何でも舐める理由」や「砂場遊びの意味」、「なぜアリが好きなのか」など、一見当たり前に見える子どもの行動には、感性や観察力を育てる重要な意義があることを紹介。おもちゃの使い方も大人が教えてしまうのではなく、子ども自身に発見させることで、主体性が育まれると語られました。

さらに、「コーチング」の考え方を家庭に取り入れることの重要性にも触れ、「～しなさい」ではなく「どうしたらいいと思う？」と問いかけることが、考える力や責任感を育てるカギになると説明。特に、うまくいかなかったときこそ努力をほめること、プロセスを評価することが、自己肯定感の土台を築くと強調されました。

夫婦間でも育った環境が違うので意見が異なることは当たり前です。違う考え方があるということをお互いに知ることから多様性が育まれます。脳の構造からエビデンスを重視する傾向のある男性と、共感を大切に女性という違いも理解し合い、役割分担や声かけにも工夫を凝らすことで、より良い子育て環境が整うといいます。そして、夫婦で同時に叱らず、どちらかがフォローに回することで、子どもに「逃げ場」を与えることの大切さも語られました。

「やる気スイッチは親が持っている」という言葉が印象的で、褒めることや成功体験を積み重ねることが、子どもを前向きにさせる第一歩となります。学習においても、結果よりプロセスを重視し、問いかけや会話の中で論理的思考を引き出していく姿勢が求められます。

加えて、親自身が楽しみながら子育てを続けるためのヒントも多数紹介されました。趣味の時間を確保することや、「やらなければならないこと」を減らす工夫、生活家電や地域のサポートを活用する柔軟な姿勢が推奨されました。

講演の最後には、「ハグは最高の自己肯定感のスイッチ」という言葉とともに、スキンシップや声かけの重要性が改めて語られました。子どもにとって何よりも大切なのは、完璧な親ではなく、笑顔で接してくれる親の存在だというメッセージが、温かく胸に残る講演会となりました。



※今号のBOOK GUIDEでは、鬼木先生の著書を紹介しています。

BOOK GUIDE

『デキる社会人になる子育て術』

～元ソニー開発マネージャが教える社会へ踏み出す力の伸ばし方～
鬼木 一直 著 幻冬舎 2020年



本書は、子どもを「親の理想通り」に育てるのではなく、「社会で自立して活躍できる人」へと導くための子育てのヒントが詰まった一冊です。著者は、ソニー(株)で開発マネージャを務め、多くの若手社員を指導してきた経験を持つ鬼木一直氏。実際の子育て経験と企業での人材育成の知見をもとに、「社会人としての土台は、幼少期から育むことができる」と語ります。

注目すべきは、学力や知識の習得ではなく、「自ら

考える力」や「他者と協力する力」、「自分を信じる力」など、社会に出て本当に役立つ力の育て方です。子どもが投げかける素朴な疑問への応答や、失敗への向き合い方など、家庭での日常的な関わりを通じて、どのようにその力を伸ばせるかが具体的に紹介されています。

また、著者の視点には「企業が求める人材とはどのような人物か」という現場感があり、教育と社会の接続に関心のある方にも示唆に富んでいます。社会で伸びる若者に共通する特徴、逆に躓きやすいポイントなどがわかりやすく語られており、読みながらハッとさせられる場面も多いでしょう。

これからの時代にふさわしい「育て方」を考えるうえで、子育て中の保護者はもちろん、教育に関わるすべての方にとって心強いガイドとなる一冊です。

※ 今年度購入した本

- ◆『ジェンダーで読み解く男性の働き方・暮らし方』 多賀 太 著 時事通信社 2022年3月
- ◆『多様性って何ですか？ D & I、ジェンダー平等入門』 羽生 祥子 著 日経 BP 2022年1月 ほか

色々なシンボルマークの意味をご存じですか

まちのあちこちで見かけるシンボルマーク。多様な人々が生活する社会で、それぞれのマークが配慮や理解を促す役割を果たしています。各団体等が作成・所管しているマークの一例を紹介します。

ヘルプマーク  義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方々が身に付けています。	搾乳マーク  授乳室で搾乳ができることを示すマークです。乳児のために搾乳をして母乳を届ける必要がある方や、母乳がたまった方など、必要な方々が安心して搾乳ができるよう配慮した場所を表します。	マタニティマーク  妊産婦さんに対する配慮を周囲の皆さんにお願いするためのマークです。近くでの喫煙を控えたり、つらそうな様子のときは声をかけたりするなどの心配りをお願いします。
耳マーク  聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない方・聞こえにくい方への配慮を表すマークです。コミュニケーション時に、口元を見せゆっくり、はっきり話す・筆談で対応する・呼ぶときは傍へ来て合図するなどご協力をお願いします。	盲人のための国際シンボルマーク  視覚障害のある方の安全やバリアフリーに考慮された建物や設備につけられています。世界共通のマークで信号機や音声案内装置、書籍などで見かけます。	補助犬マーク  身体障害者補助犬の啓発のためのマークです。補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことです。このマークのある施設は補助犬を同伴できます。

改正育児・介護休業法が施行（令和7年4月1日・10月1日施行）

仕事と育児・介護がもっと両立しやすくなることを目指し施行されました。子の看護休暇の見直し（対象が小学校3年生までに拡大、取得事由が追加等）、介護休業や介護両立支援制度等の雇用環境の整備（研修の実施、相談窓口の設置等）を事業主に義務付けることが順次実施されます。詳細は厚生労働省のホームページへ



男女共同参画センター相談のご案内（無料）

夫婦や親子の問題、DVやセクシュアルハラスメント、生きかた、人間関係など、暮らしの中で抱えるさまざまな悩みについて、ひとりで悩まず、相談員・カウンセラーに相談してみませんか？ 秘密は厳守しますので、安心してご利用ください。

悩みごと相談	相談日：平日午前9時～午後5時（祝日・年末年始は除く）	相談時間：1人50分
場所：アキシマエシス校舎棟2階 相談室	相談方法：電話または面接	利用方法：予約制 TEL：042-519-5701（直通）
女性のためのカウンセリング	相談日：毎週水曜日午後1時～4時（祝日・年末年始は除く）	相談時間：1人50分
場所：アキシマエシス校舎棟2階 相談室	相談方法：電話または面接	利用方法：予約制 TEL：042-544-5130（直通）
男性のためのカウンセリング	相談日：毎月第3、第4水曜日午後4時30分～7時30分（祝日・年末年始は除く）	相談時間：1人50分
	相談方法：電話	利用方法：予約制 TEL：042-544-5130（直通）

☆「Hi,あきしま」についてのご意見・ご感想は、下記までお寄せください。

- *郵送 〒196-0012 昭島市つつじが丘3-3-15 男女共同参画センター
- *昭島市公式ホームページ > トップページ > ご意見・お問い合わせフォームより、送信してください。



「Hi,あきしま」はデジー版を発行しています。

ご希望の方は男女共同参画センターまでご連絡ください。
※デジーとは障害をおもちの方が扱いやすいよう開発されたデジタル録音図書です。MP3対応のCDプレーヤーでも聞くことが可能です。

Hi,あきしま 第60号 2025年10月20日発行 編集「Hi,あきしま」編集委員会
〈発行〉 昭島市子ども家庭部 男女共同参画センター TEL 042(519)2277
〈編集委員〉 近藤智子・佐藤佳代・高木駿・酒井麻里

この印刷物は古紙
を利用しています

