

拡大学校保健委員会だより

2024年9月
真野中学校区
拡大学校保健委員会

テーマ 「命の学習」

～子どもたちが自分の心や身体を守るために、大人ができること～

講師 助産師 齋藤 智孝 氏（共同助産所・お産子の家代表）

8月19日（月）に真野中学校区（真野中学校、真野北小学校、真野小学校）合同の拡大学校保健委員会を開催し、真野中学校区の保幼小中の教員および保護者にご講演いただきました。

「時代の流れ、変化はあるけど、原点に立ち返る。普遍的に大切なものがある。」

女性には子どもを生み出す力がある。お産のときは、出てくるのを待つ。赤ちゃんは、生きる力をもって生まれてくる。命の大切さは普遍的なもので、人権につながる。



いろんな命の奇跡



2億から3億の精子が卵子を目指して進み、（多くの場合は）1つの精子だけが卵子と出会い、受精できる。

しかし、ようやく精子と卵子が受精してもすべてが着床するとは限らない。うまく着床できれば、受精卵は細胞分裂を繰り返し、魚類⇒爬虫類…というような人類が35億年かけて進化してきた過程を胎児はわずか数週間で変化させて、ヒトの形となる。また、心臓の拍動は2週間で見られるようになる。ここに命の神秘さ、尊さを感じる。

おなかの中では、このように著しい変化をしているが、まだまだ妊娠に気づいていない時期。妊娠に気づくのは、だいたい2か月くらい経ってからが多いので、この間の胎児は自ら持つ本来の生命力で生きている。本当は、この時期の体づくりは大切で、タバコやアルコール、食生活など生活習慣に気遣ってほしいところ。子どもたちへの健康教育が大切だと感じている。

命のつながり

命はつながっている。父と母だけではなく、もっと前（ご先祖様）からの命を脈々と受けて生きている。たくさんの命をつないで生きている。つないでつないで自分の番がやってきている。この命のバトンを受け取っていることを意識して命を全うしなければいけない。最近の若年者における自傷・自死の話を見聞きするたびにこのことを伝えることが大切だと感じている。

心のあり様として、助け合って仲良く、感謝の気持ちを忘れずにしたい。感謝の気持ちがなくなると、イライラしたり、不平や不満が積もり大きくなる。このことを繰り返し伝えていくことが大切だと思う。



まずは、自分の体をきちんと知ること



動物学的に自然な心と体のことを知ることは大切。「触れ合いたい、安心したい、求めあいたい、寄り添いたい」という気持ちはごく自然なこと。お付き合いを始めたら、命をつなぐことも考えるというのは大切なこと。女性は生理中にイライラしてケンカしやすくなることも自然。解剖学的な視点で男性・女性の違いを理解することは大切。決して、エロい話ではない。（ということ伝えていく）

根っこのところの理解を…

命の重さ、尊さはみんな同じ。存在の大切さも同じ。形の違い、病気の有無など一人一人に違いはあるけれど、尊さに違いはない。それはゆらぎのない信念で、人権を大切にしていこうということ。（それが根っこの理解）

生まれるまでは、この人生を自分で決めてきたわけではないが、生まれてからは「自分で決めていく人生」。LGBTQなど、一つずつ正しく勉強していき、その中で自ら選択していく。

子どもたち伝えていきたいこと

お産の現場にいて感じることは、どの命も絶対に無事産まれるという確証はなく、祈ることしかできない時間がある。自然分娩でも帝王切開でも赤ちゃんがおなかから出ようとして出てこないと呼呼吸が始まらない。（オギャーと泣けない）。二つの細胞が会ってから出産するまでの過程は奇跡である。

子どもの権利条約でも言われているが、誰もが幸せになる権利がある。少し前の自分と比べて幸せになる。（例えば、できることやわかることを増やす）

できることを増やすためにチャレンジしていく。そのために大人に相談し、支えてもらうことが大切。大人はただ、子どもをほめるのではなく、認め、評価するよりも労うことが大切。



プライベートゾーンという価値観をしっかり教える。プライベートゾーンは、きれいにして守る。人前で見せない、触らない、触らせない。このことを集団として育てていく。みんなでわかって（理解して）大人になっていく。日本では、触ること自体を汚いこと、恥ずかしいことと言いがちだが、自分の体を自分で触ることは悪いことではない。人前で触ることはしないと、プライベートゾーンをきれいにすることや傷つけないようにすることを伝えるのが大切。やっていいことをきちんと説明していく。

子育てで大切にしたいこと

小学校3年生までは、生物学的に触れ合いを求めてくるので、赤ちゃんに戻す関わりでもよい。

小学校4年生からは、きちんとした距離感をとる。体も成長してきているので、好きとか嫌いではないことを伝えながら、適切な距離感についてきちんと説明することが大切。

幼少期にプライベートゾーンを見せるなどの行動が見られたら、わかる、わからないは別として、真顔で「大事なところを人前で見せない」ことをしっかり伝えていく。

九つ（このこつ）までは、「つ」がつく。それまでに人としての生活習慣（トイレ・体を洗うなどの習慣）など一人で生きていく上での基本的な力をつける。

10歳以上は自分で守ること、わかること、できることを増やす作業していく。大人として扱い、関わり方を変えていく。

価値観や感覚を育てていくのは、小さい頃からの積み重ね。今は、小さい子どももSNSやインターネット動画など触れる機会が多い。間違った情報に触れさせないためにもスマホから離して生活させて、スマホを与える年齢はできる限り上げる方がいい。

最後に（編集後記）

助産師 斎藤先生の経験を織り交ぜながら、熱く命の大切さについて語っていただきました。

精子と卵子が会い、受精卵となってから、出産に至るまでの動画（以前NHKで放送されたビデオだそうです）を流しながら、一人一人の命がすべて奇跡の賜物で、大切にされるべき存在であることを繰り返し伝えていただきました。

会場の方では、自分のお子さんのことを思い出されたり、各校園での子どもたちの様子を思い浮かべたりして、途中、涙を流しそうになったという声を何人からも聞きました。

根っこにあるものは変わらない。それは、すべての人が同じ命の重さを持つ尊い存在であるということ。人権を大切にしていこうことから子どもたちをともに育てていくことを考えていきたいと感じました。