

行政・教育関係者の皆さまへ

男女共同参画社会や 女性の活躍推進を見据えた 健康教育について

女性の健康教育推進プロジェクト
かがやきスクール

2014年度～2018年度
受講生36,000人の実施報告より

バイエル薬品株式会社

Contents

はじめに	1
高等学校における女性の健康教育の実態	2
かがやきスクール概要	6
授業プログラムの内容	8
教育関係者からのメッセージ	10
生徒の声	12
講師からのメッセージ	14
生徒の授業前後アンケート結果について	16
教員の授業前後アンケート結果について	22
教員対象セミナーのご案内	24
オリジナル教材紹介	26
学習指導要領での取り扱い	28
かがやきスクールの今後について	29

はじめに

○少子高齢化が進むわが国にとって、すべての人々が性別にかかわらず、あらゆる分野で個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会の実現は、社会全体で取り組むべき最重要課題の一つです。

○特に、高齢者を支える現役世代人口の減少に伴い、大きな潜在力をもつ女性のさらなる活躍が求められています。2015年8月には、「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活用推進法）」が成立、同年12月には、あらゆる分野における女性の活躍を目指した重点分野と、成果目標等を設定した「第4次男女共同参画基本計画」が決定されるなど、男女共同社会の実現に向けた取り組みは新たな段階に入っています。

○学校教育においても、2019年より先行実施されている新学習指導要領で保健体育や家庭等の教科を中心に、生涯を通じた健康の保持増進や、ライフスタイルと将来の家庭生活および職業生活の在り方の考察等が拡充されています。

○こうした状況を踏まえ、バイエル薬品では社会貢献活動の一環として、女性の健康と活躍を支援する環境作りに寄与することを目的に、高校生を対象とした女性の健康教育推進プロジェクト「かがやきスクール」を2014年から開催しており、多くの学校から高い評価をいただいております。

○この冊子は、全国の高校を対象に実施した、女性の健康教育に関するアンケート調査の結果と、2014年から2018年に実施した講師派遣授業の実績を基にまとめたものです。

○高等学校教育現場における健康教育の実態と要望、および講師派遣授業「かがやきスクール」が、高等学校および生徒たちに与える影響とその効果をご確認いただき、女性の健康教育の大切さについて考える素材としてご活用いただければ幸いです。

高等学校における女性の健康教育の実態

調査実施：バイエル薬品株式会社

実施時期：2017年9月

実施方法：事務局による郵送でのアンケート送付と、FAXIによる回収

対象校数：全国の高等学校約3,000校

回収数：243校

公立校 163校 うち2校は重複回答

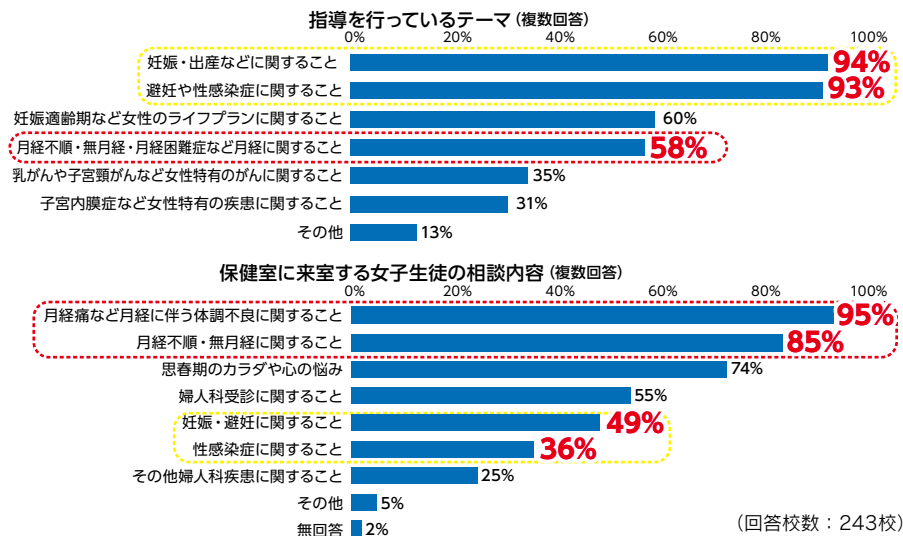
私立校 80校 うち1校は重複回答

回答者内訳：養護教諭 221名

保健体育教諭 13名 他9名

●授業で取り扱うテーマと保健室での女子生徒の相談内容の比較から、高校での教育内容と生徒の健康に関する知識ニーズにギャップの可能性

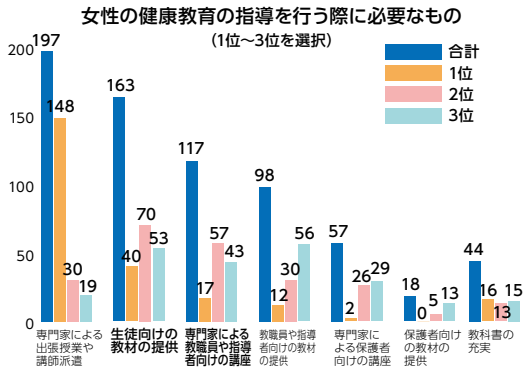
保健体育の教科書に収録されている「避妊・出産」「性感染症」については90%以上の学校で指導がされているのに対し、高校生にとって身近にある月経（生理）や女性特有の疾病など女性のヘルスケアについては授業等で指導しきれていない現状がうかがえる。



●高校で女性の健康教育を行う際の教員のニーズは、「専門家による授業」に次いで、「生徒向けの教材」

『専門家による出張授業』の次に、『生徒向けの教材』と『教職員用の講座』のニーズが高かった。

自由記述の回答においても、『保健室で、簡単な指導をする際に使える教材や分かりやすいDVD教材などがほしい』、『教職員の知識向上と女性の健康教育への理解（特に男性教員）が必要』という意見が複数ある。

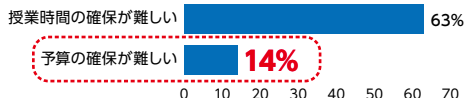


●高校で女性の健康教育を行う場合は「時間の確保」が課題となっており、「予算の確保」については公立高校と私立高校で異なる実態がある

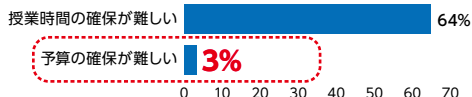
自由記述の回答においても、公立高校からは、『外部講師への依頼も予算に限りがあるため難しい。せめて、個人指導を行う際に配布できる資料があれば』という意見が寄せられた。

その他の意見として、『「女性の」健康教育を、男子生徒に対して行うことが難しい』など、男女共修における課題についてや、『校長や保護者を含めた校内外の大人の理解が得られにくい』など、指導環境についての課題、また、『保健体育教員が男性のため、女子生徒への指導に苦労している』など科目授業における課題などの意見が寄せられた。

指導を行う際の一番の課題（公立高校：163校）



指導を行う際の一番の課題（私立高校：80校）



（回答校数：243校）

●学校医に婦人科医がいる高校は4%、その10倍にあたる約40%の教育現場においてニーズがある

自由記述の回答において、『学校医（婦人科ではない）が身近ではないため、相談できる専門家がいない』という意見が寄せられた。学校医が婦人科医であるという高校からは『相談に来た生徒への指導におけるアドバイスをいただけるので、学校医が婦人科医であることは良い』という意見が寄せられた。

学校医に婦人科医はいますか？



学校医に婦人科医は必要と思うか



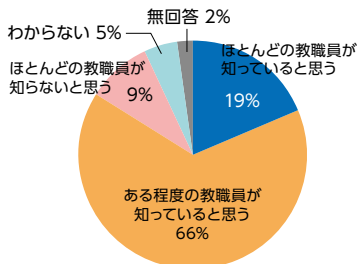
（回答校数：243校）

●『月経が女性の日常生活や学業の妨げになるほど、つらいものである』ことは、認知されている一方で、生徒への指導においては課題があるとの意見もある

月経が女性の日常に及ぼす影響について教職員個人の認知度は一定水準あるものの、自由記述では以下のような意見が寄せられ、教職員によって生徒への教育・指導の必要性の感じ方や性差による指導の難しさを感じていることがうかがえる。

「教える側の教員等も、年代や経験によって、“女性の健康教育”に対する意識や捉え方に差があると感じる」、「男性教員にとって、性を扱う事は相手が女子生徒の場合、逃げ腰になってしまい、本当に教えるべき事柄が伝えられなくなっている」など。

月経について教職員の認知度



（回答校数：243校）

各校における「女性の健康教育」の取り組み事例（自由記述）※抜粋

＜養護教諭による授業＞

- ・毎年1学年対象に、総合的な学習の時間を使い、2時間（連続）養護教諭1時間（妊娠、出産の限界、性の多様性等.）と、産婦人科Dr1時間（思春期の性、月経、性欲、避妊、妊娠、STI、etc）の講話。グループワークなどで構成。 <北海道 公立高校>
- ・毎年1年生を対象に、4～6月のロングホームルーム（45分）で、養護教諭が月経をテーマに保健指導を実施。 <静岡県 私立高校>

＜保健体育教諭による授業＞

- ・保健体育の時間、男女別に、1年生又は2年生対象に話します。女子は養護教諭、男子は保健体育の教諭。 <島根県 私立高校>
- ・10月に2年次男女を対象に、クラスごと保健体育の授業を利用し、性に関する指導を実施。養護教諭と保健体育科教諭のチーム・ティーチングで、避妊（妊娠・出産）や性感染症についてケーススタディをする。 <山形県 公立高校>

＜婦人科医による授業＞

- ・毎年2年生男女対象。2コマ（うち講演80分）保健の授業のなかで、ライフプラン講座として、市内統一の内容で市の健康づくり推進課主催で実施。講師は女医・産婦人科医・大学講師など。無料。 <茨城県 公立高校>
- ・毎年全学年男女を対象に特別活動の時間（約1時間）を利用し大学の教授や産婦人科医会に講師派遣を依頼し性教育講話を実施。 <宮城県 公立高校>
- ・全校生徒、職員、保護者を対象に年1回、外部講師（助産師、産婦人科医、大学教授等）を招いて1時間程度の「性・エイズ講演会」として実施。県費として2年に1回16,000円の講師費用が支給される。 <群馬県 公立高校>
- ・女子生徒の希望者を対象に、放課後1時間、協力医の産婦人科医を講師に招き、月経痛と月経困難症をテーマに講話を行い、その後個人相談を実施。県が実施している健康教育推進事業を利用。 <福岡県 公立高校>
- ・毎年1年生男女を対象に、学校医（産婦人科医）を講師に招き、性に関する指導を実施。性感染症、低体温、妊娠・出産、更年期障害、女性への労わりについてなど。 <福岡県 公立高校>
- ・3年に1度、県の専門医派遣事業で婦人科医による講演会を実施。 <宮崎県 公立高校>

＜その他さまざまな実施事例＞

- ・毎年3年生男女を対象に5月頃「共生」をテーマに現代社会の時間に実施。男女雇用機会均等法から、女性の権利としてリプロダクティブ・ヘルス/ライツや青年期では第二性徴についてとり扱っている。 <東京都 公立高校>
- ・県主催のライフプランセミナーを3年生対象に実施。ライフステージについて、グループ・個人で考えプランを作る。 <長野県 公立高校>
- ・毎年男女を対象に、県内の看護師とピアサポートの学生を招き、避妊と性感染症の講演会を実施。 <高知県 公立高校>
- ・年に1回、婦人科医が来校してくださるので、その時に希望する生徒や保護者が医師に直接相談している。 <福岡県 公立高校>

女性の健康教育に関するご意見（自由記述）※抜粋

<教材について>

- ・個別相談に対応することが多いので、保健室で簡単に説明に使うことができる教材があるといい。
＜北海道 公立高校＞
- ・保健の授業でやっても自分の体について分かっていない生徒が多いため、もっと生徒たちに分かりやすい教材やDVDなどがあるとよいと思う。
＜神奈川県 私立高校＞
- ・保護者向けの健康教育も学校としては大きな課題なので、何か資料を開発していただけるとありがたい。（講演会は保護者の出席率が低いので、資料の方が浸透しやすい）＜愛知県 私立高校＞
- ・女性の体のことや高校生に最低限知っておいてほしいことを、1冊のパンフレット等にまとめたものがあると、指導や相談を受けやすいと考えます。
＜大阪府 私立高校＞

<費用について>

- ・本校は都市部ではないので、有名な講師を招こうとすると費用が多くなってしまう。そのため、講演料等がかからない講師を呼ぶようにしている。しかし、健康教育のテーマの専門家というわけではないので、求めている講演内容と合わないこともある。毎年の講師選定は悩む。
＜北海道 公立高校＞
- ・共学では、女性の健康教育にスポットを当てるのが難しいが、個人的には、共学だからこそ、男子にも知ってもらうよい機会であると考えている。人気のある講師をお願いするのは予算的に厳しいので、地域のドクターにお願いしているが、ボランティアでも講演を受けて下さる専門の方がいれば、地域ごとに示してもらえるとありがたい。
＜群馬県 公立高校＞
- ・外部より専門家の講師を依頼し、講演会を開くには、予算の確保という大きな問題がある。また、講師選定にあたっては、講師と、講話内容、実績についての情報がほしい。＜広島県 公立高校＞
- ・授業で扱うのは難しいのが現状。外部講師への依頼も予算に限りがあるため難しい。せめて、個人指導を行う際に配布できる資料があればと思う。
＜大阪府 公立高校＞

<産婦人科について>

- ・本校の女子の保健室来室の1/3は生理に関することであるが、専門医へつなげたいケースでも婦人科医師に対する抵抗感が強く、なかなか受診してくれない。女医さんが少ないから、放課後気軽に相談に行ける病院が少ない。また専門的なことを養護教諭が相談したくても校医もいない。学校が相談できる地域の婦人科医や相談メールができるようなサイトがあればありがたい。＜山口県 公立高校＞
- ・多くの女子生徒にとって婦人科受診はとてもハードルが高くなかなか勇気のいることのようにです。身近に相談できる専門家がいてはとても有用に思います（が、学校医は決して身近ではないです）
＜東京都 私立高校＞

<その他さまざまなご意見>

- ・ここ数年、関心を持ってもらうという観点からも、保護者の協力を得るのがよいと感じている。正しい知識を与えてくれる一番身近な存在となってもらえるよう、保護者をまきこみたい。つまり今の生徒の親世代も、そんなに十分な指導を受けていないと思うので、まずは自身が正しい知識を得て、見守ってほしい。
＜東京都 公立高校＞
- ・最近、不妊治療により高齢で出産する芸能人も増え、「年齢がいついても産める」と、かたんに考える生徒もいます。妊孕性など、正しい知識を伝えられるようにしたいと思います。よい教材がほしいです。
＜岐阜県 公立高校＞
- ・保健室で月経不順やPMS（月経前症候群）などについて相談される内容が、婦人科を受診した際にやりとりするような内容にまで及ぶことがあるため、かなり専門的な知識を持ち得ていないと、困るケースが増えている。医学的な見解も日々情報が新しくなるので、女性の健康教育について、指導側への講座開講や教材を提供していただけると大変有り難い。
＜大阪府 公立高校＞

「かがやきスクール」概要

女性の健康をテーマにした婦人科医による出張授業です

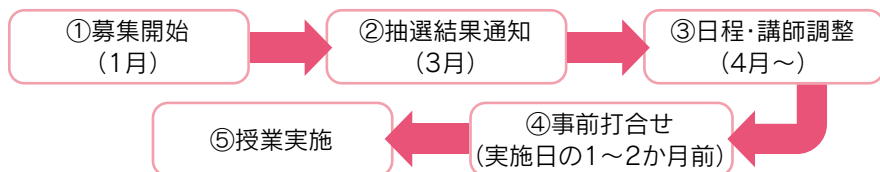
ポイント

- 学校所在地域に近い**現役の婦人科医**を講師として派遣します。
- 授業内容は基本プログラムをベースに、**実施校のご要望も踏まえて決定**します。
- 女子生徒だけではなく、**男子生徒にも参考となる内容**です。
- 事前に事務局が学校を訪問**し、実施に向けた詳細な打合わせを行います。
- 担当の先生のご負担を軽減**するため、当日は事務局が講師に同行し、授業をサポートします。

出張授業の概要

対 象	高校生(男女合同、または女子のみ) *男子にも受けていただきたいプログラムです。
授業時間	1～2コマ(50分から100分)
実施場所	対象者全員を収容し、パソコン・プロジェクターの使用が可能な教室等
実施費用	無料 *学校側の経費ご負担はありません。

実施までの流れ



*診療のある日は講師の調整がつかないため、実施希望日・曜日はできるだけ多くお出しく下さい。
*授業の実施前および実施後・3か月後に受講する生徒の皆さんと先生方にアンケートのご協力をお願いします。

【共 催】 バイエル薬品株式会社

オムロン・ヘルスケア株式会社(2020年現在)

【後 援】 全国高等学校長協会／全国商業高等学校長協会／

全国高等学校長協会家庭部会／全国養護教諭連絡協議会

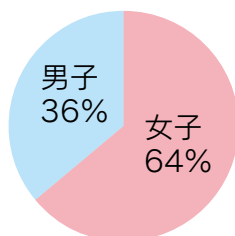
【事務局】 「かがやきスクール」運営事務局(プラスエム内)TEL.03-6222-5250 FAX.03-6222-4823

【webサイト】 <http://kagayaki-school.jp>

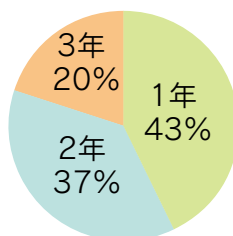
開催実績

実施校数 延べ**137校** **受講者数** 約**36,000名**

性別



学年別(女子)



*実施校数、受講者数は
2014～2018年度の実績

*受講者数の内訳は2015～
2018年度の事後アンケート
集計結果に基づく比率

実施校一覧 (2014～2018年度) ※2019年度は29校実施予定

北海道	札幌新陽高等学校	神奈川県	神奈川県立横浜修徳館高等学校	大阪府	大阪府立夕陽丘高等学校
秋田県	秋田県立新屋高等学校	神奈川県	川崎市立川崎高等学校	大阪府	大阪市立大阪ビジネスフ
宮城県	常盤木学園高等学校	福井県	福井県立武生商業高等学校		ロンティア高等学校
宮城県	宮城県仙台西高等学校	静岡県	知徳高等学校	大阪府	大阪市立咲くやこの花高等学校
宮城県	宮城県泉館山高等学校	愛知県	愛知真和学園 大成高等学校	大阪府	大阪市立住吉商業高等学校
茨城県	水戸女子高等学校	愛知県	愛知県立旭丘高等学校	大阪府	大阪市立中央高等学校
埼玉県	埼玉県立岩槻高等学校	愛知県	愛知県立瀬戸高等学校	大阪府	大阪市立西高等学校
埼玉県	埼玉県立岩槻商業高等学校	愛知県	愛知県立松蔭高等学校	兵庫県	賢明女子学院高等学校
埼玉県	埼玉県立岩槻北陵高等学校	愛知県	愛知県立中川商業高等学校	兵庫県	神戸龍谷高等学校
埼玉県	埼玉県立川越総合高等学校	愛知県	愛知県立中村高等学校	兵庫県	兵庫県立相生産業高等学校
埼玉県	埼玉県立戸田翔陽高等学校	三重県	セントヨゼフ女子学園高等学校	兵庫県	兵庫県立神戸北高等学校
埼玉県	埼玉県立浦和第一女子高等	京都府	京都国際高等学校	兵庫県	兵庫県立神戸商業高等学校
埼玉県	等学校 (定時制)	大阪府	大阪信愛女子学院高等学校	兵庫県	兵庫県立須磨友が丘高等学校
千葉県	東海大学付属浦安高等学校	大阪府	大阪電気通信大学大阪電	兵庫県	兵庫県立湊川高等学校
千葉県	千葉県立京葉高等学校		気通信大学高等学校	奈良県	奈良女子高等学校
千葉県	千葉県立千葉北高等学校	大阪府	好文学園女子高等学校	島根県	松徳学院高等学校
千葉県	千葉県立船橋北高等学校	大阪府	帝塚山学院泉ヶ丘高等学校	広島県	広島修道大学附属鈴峯女
東京都	日本体育大学校華高等学校	大阪府	梅花高等学校		子高等学校
東京都	神田女学園高等学校	大阪府	大阪府立阿倍野高等学校	広島県	広島市立広島中等教育学校
東京都	関東第一高等学校	大阪府	大阪府立池田北高等学校	広島県	広島県立広島皆実高等学校
東京都	国本女子高等学校	大阪府	大阪府立和泉総合高等学校	広島県	広島県立安西高等学校
東京都	自由学園高等科	大阪府	大阪府立門真西高等学校	香川県	香川県立高松工業高等学校
東京都	東京芸術大学音楽学部附	大阪府	大阪府立堺西高等学校	愛媛県	愛媛県立川之石高等学校
東京都	属音楽高等学校	大阪府	大阪府立吹田高等学校	高知県	土佐女子中学高等学校
東京都	新渡戸文化高等学校	大阪府	大阪府立成城高等学校 (定時制)	福岡県	立花高等学校
東京都	開智日本橋学園高等学校	大阪府	大阪府立泉陽高等学校	福岡県	筑紫学園高等学校
東京都	堀越高等学校	大阪府	大阪府立千里青雲高等学校	福岡県	福岡海星女子学院高等学校
東京都	明星高等学校	大阪府	大阪府立大正高等学校	福岡県	福岡県立明善高等学校 (定時制)
東京都	東京都立産業技術高等専門学	大阪府	大阪府立西淀川高等学校	長崎県	長崎市立長崎商業高等学校
東京都	品川キャンパス	大阪府	大阪府立伯太高等学校	熊本県	熊本中央高等学校
東京都	東京都立世田谷総合高等学校	大阪府	大阪府立日根野高等学校	鹿児島県	鹿児島純心女子高等学校
東京都	東京都立第一商業高等学校	大阪府	大阪府立布施高等学校	鹿児島県	鹿児島情報高等学校
東京都	東京都立農産高等学校	大阪府	大阪府立布施北高等学校	沖縄県	沖縄県立嘉手納高等学校
東京都	東京都立武蔵野北高等学校	大阪府	大阪府立茨田高等学校	沖縄県	沖縄県立コザ高等学校
神奈川県	神奈川県立川崎高等学校	大阪府	大阪府立美原高等学校		(定時制)
神奈川県	神奈川県立湘南台高等学校	大阪府	大阪府立守口東高等学校	沖縄県	沖縄県立中部商業高等学校

授業プログラムの内容

タイトル おとなになるまでに知っておきたい 「女性のカラダと健康のこと」

☆女性のカラダとホルモン

- ▶ 女性特有の器官とそれぞれの役割
- ▶ 子宮の大きさ
- ▶ 2つの女性ホルモンと働き

など



☆月経のトラブルと対処法

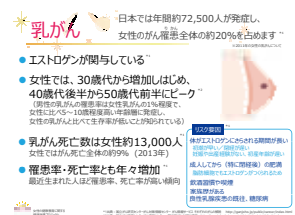
- ▶ 月経と基礎体温の関係
- ▶ 月経困難症・子宮内膜症・子宮筋腫
- ▶ 月経と上手に付き合おう
- ▶ 月経周期に伴いあらわれる症状の治療 など



☆女性のがん

- ▶ 子宮がん
- ▶ 乳がん

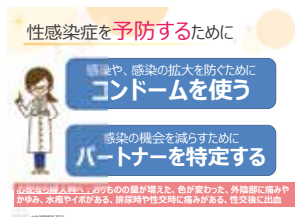
など



☆性感染症 (STI)

- ▶ 性感染症とは
- ▶ 性感染症の種類
- ▶ 女性と男性の症状
- ▶ 性感染症の予防

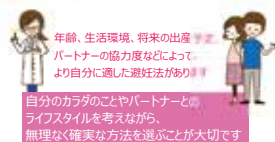
など



☆正しい避妊(産みたいときに産むために)

- ▶妊娠のしくみ
- ▶妊娠の兆候
- ▶さまざまな避妊法
- ▶「望まない妊娠」を防ぐために など

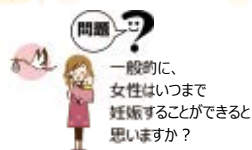
「望まない妊娠」をふせぐために



☆将来子どもがほしいと思っているあなたに

- ▶女性はいつまで妊娠できる？
- ▶卵子の数は限られている
- ▶妊娠適齢期とは？ など

女性はいつまで妊娠できる？



☆女性の健康とライフイベント

- ▶女性のライフステージとキャリア・健康問題
- ▶女性の就業率(国際比較)
- ▶女性の就労を取り巻く状況 など

女性のライフステージとキャリア、健康問題



■ここで紹介した内容は、授業プログラムの基本構成です。この他、「性の多様性」や「婦人科受診について」等についても言及します。

■例えば、「月経のトラブルと対処法を詳しく説明してほしい」など、実施校のご要望等を踏まえてカスタマイズすることも可能です。

教育関係者からのメッセージ

◎一人ひとりに優しい明るい未来のために

全国高等学校長協会家庭部会 事務局長 加藤 路子 先生

高等学校では、公民や保健体育、家庭科などで、生涯の生活設計やキャリアプランニング、健康な結婚生活などについて学び、男女が相互に協力して、よりよい社会と幸福な人生の創り手となる力を身につけさせることが求められています。そのためには、子どもを産むことができる女性の“カラダ”と健康について、男女ともに正しい知識を身につけさせる必要があります。

地域の現役婦人科医を派遣する「かがやきスクール」は、このような点からも高等教育への素晴らしいサポート事業であると確信しています。

◎自立した社会人となるために必要なこと

全国養護教諭連絡協議会 会長 村井 伸子 先生

子どもたちが自分の心身の健康の保持増進に努め、望ましい行動選択ができるようにすることが学校における健康教育の目標であり、私たち養護教諭の願いでもあります。そして、自らが主体的に描く人生設計の中で夢の実現を目指すためには、自分自身のことを理解し、大切にするとともに、家族や仲間と良好な人間関係を築いていくことが大切です。

「かがやきスクール」は、自立した社会の一員としての自覚をもち、自他を大切にしている行動選択ができる大人になるための一助になると考えます。

◎将来のキャリアを真剣に考える高校時代に適切なプログラム

新渡戸文化高等学校 教頭 佐藤 均 先生

本校の初代校長新渡戸稲造博士が残した教職員心得の第一項に、「親心」という言葉があります。ご両親のキャリアを支援する思いから、学園ではアフタースクールも運営しています。

これからさらに女性がキャリアプランを実現していくためには、女性特有の健康問題やライフステージの変化が、社会全体の共有事項となることが不可欠です。

本校では2016年度の共学化を機に、「かがやきスクール」のプログラムを受講しています。将来のキャリアを真剣に考える高校時代だからこそ、正しい知識を身につけてほしいと願っています。

聴講した先生方の声

生徒に何をどのレベルまで伝えるのか、その時の生徒の反応は、という部分がよくわかった。今後の指導に役立てたい。

(保健体育科教諭)

過多月経や無月経に対して無関心な生徒が多かったように思うが、今回の講義で自分自身の体と生活習慣を見直すよい機会になった。

(養護教諭)

体調に不安があっても、婦人科を受診する事に抵抗がある生徒も多いので、講師から「妊婦さん以外も来院しているので安心して受診して」という呼びかけがあつてよかった。

(養護教諭)

保護者（特に母親）の意識・関心が大きく影響するため、保護者向けや、保護者と教職員の合同勉強会なども企画できれば、相互に理解が深まり、よい作用をもたらすと思う。

(養護教諭)

女性が社会で生きていく上での人生設計の重要性を、生徒に積極的に伝えていこうと思った。

(家庭科教諭)

たいへん勉強になった。男子生徒にも聞かせるべき内容だと思う。

(保健体育科教諭)

学校により生徒の背景や意識が大きく異なるので、事前・事後のアンケート結果はとても重要だ。

(保健体育科教諭)

専門の医師が話をしてくれたので、生徒たちにとって信頼性のある正しい知識を得ることができてよかったと思う。

(英語科教諭)

保健の授業だけでは時間が少なく、足りない。授業でも教えているが、女性の健康教育についてもっと周知する必要があると思う。

(保健体育科教諭)

産婦人科や薬の服用に対する意識ががらりと変わったようだった。自身の身体を大切にしていきたいという声が非常に多くあった。

(養護教諭)

* 2014 ~ 2018年度 授業後調査より抜粋

生徒の声

月経痛がひどく、部活をやるともっと痛くなる時があります。先輩には言いづらいです。
体育コースということもありどうしても
いいかわかりません。 (1年女子)

ダイエットして6か月間生理
がなかった。
成長期に生理が止まると妊
娠しづらくなるのでしょうか？
(2年女子)

月経痛がひどいので婦人科を
受診したいのですが、不安で
す。どんな治療が行われるの
でしょうか？ (3年女子)

体育の時間、生理痛がひどくて見学し
ようとしたら先生におこられました。
授業にでないといけなのはわかって
いるけど、痛みをしないのにおこら
れたくないです。 (1年女子)



授業**実施前**の質問や不安

月経痛や生理前症状が重く、薬で
は治らない時もあります。
遺伝や体型も関係があると聞きま
したが本当ですか？ (1年女子)

もし自分が妊娠できない体になっ
てしまったらどうすればいいですか？
治療法はあるのですか？
(3年女子)

女性のカラダや健康の話を
男子が聞いても、あまり参
考にならないと思うのです
か？ (2年男子)



今まで人に聞きにくかったことを婦人科の先生から聞いて、自分の体をもっとよく知って気にかけるべきだと思った。
(1年女子)

今「保健」で習っていることなので、とてもタイムリーで、授業の内容を深めることができ、わかりやすかった。(2年女子)

月経異常が子宮がんなどの病気のサインかもしれないことを初めて知った。これからはもう少し自分の体を大切にしていきたい。
(2年女子)

私だけでなく将来の子どものためにも、自分の体のことをもっとよく理解したい。
(3年女子)

婦人科に行きにくいイメージがあったけど、今回の話を聞いて実際にどのような治療が行われるのがよくわかった。
(3年女子)

授業実施後の感想

こういった事柄に対して、社会的なへん見があると思うが、言いやすい世の中になればいいと思った。
(2年男子)

初めて知ることが多く、とても勉強になった。自分は子供をつくりたいので、パートナーを気づかいたいと思った。
(1年男子)

女性の体にはいろいろなことが起こることがわかった。自分が大人になった時、この授業で習ったことをもとにパートナーを助けていきたい。
(1年男子)

「月経」というものが自分のイメージとは全く異なっていた。将来、社会人になってパートナーができた時、その人の体のことも大切にしなければならなかったと思った。
(3年男子)

産婦人科の見方が変わった。今回この話を聞いて、女性に対する態度を改める必要があると思った。
(2年男子)

*2014～2018年度 授業後・3か月後調査より抜粋

講師(婦人科医)からのメッセージ



◎正しい知識は 生きていくための武器になります

丸の内の森レディースクリニック 院長 宋 美玄 先生

学生時代は視野が広がることで新しい知識を学び、夢や将来における選択肢を増やし開拓する時です。同じ時期に身体も大きく変化します。女性は男性に比べて体調変化が多く、一生を通じてホルモンの影響を受け、ライフステージごとに異なるさまざまな健康問題をとまめます。妊娠や出産などのライフイベントを経験することもあるでしょう。また、女性特有の健康問題のひとつである月経トラブルは、女性に大きな負担をもたらしますが、日本では痛みや精神症状を我慢しようとする傾向があります。

この時期にまず自分の体について知ることと、症状があれば対処する方法を考える、そして出産を希望する場合には望むときに産める体であるために体なるべく妊娠にとって条件の良いように整えておくことで、将来のライフプランやキャリアプランの実現に繋がるとともに、より健康で生産的な生活を送ることができるようになるでしょう。

男子生徒にとっても、ともに生活する仲間について当事者の気持ちや症状に対して理解を深めることで、お互いを尊重して助け合う関係をつくってほしいと思います。

現代は、メディアやインターネットで色々な情報が手に入るからこそ、それが必ずしも根拠がある情報とは限りません。専門家からの講演は、高校生が正しい知識を得られる点で有用だと思います。





●中高生に正しい医学知見を伝える 重要性

医療法人 志紀会 希咲クリニック

山分ネルソン祥興 先生

現代は、ネットやメディアで根拠のない情報が氾濫しています。しかし、思春期の高校生にとって、ネットやメディアが唯一といえるほどの情報源になっています。体調の変化の理由として、ストレスがたまっている、ホルモンバランスが悪い、自律神経のバランスが不安定などのネット上の解説を信じて、自分の症状を説明しようとする人が少なくありません。その結果、症状を我慢したり、症状に潜む疾患に気づかず対処が遅れて、健康が損なわれたり、取り返しがつかないことになる場合もあります。

実際、弊クリニックでもこの一年間で、複数の20代の患者さんから子宮頸がんを発見しました。この方々も、自分の症状をネットの情報に照らし合わせて、ストレスの堆積が自分のホルモンバランスに影響して生理不順になったと思っていました。しかし実際の出血の症状は、子宮頸がんによるものでした。

また、大阪だけでも統計学的に毎月1千件以上の人工妊娠中絶が行われています。意図せぬ妊娠を防ぐためにも、避妊や自分の体に関する正しい知識を持つことはいかに大事であるかを知らされます。これらのことから、思春期の若い男女へ正しい医学情報を与えることは、「心身の健康」と「夢の実現」を支えるためにも、非常に有用だと痛感します。

近年、膨張する医療費の削減が、国家の大きな課題になっています。正しい医療情報を提供して、病気が進行しないうちに早期発見や早期治療を行うことは、本人のためだけではなく、医療費の圧迫を軽減することにも繋がり、大きな社会的意義があると思います。国や行政がこのような健康教育の推進を支えることにも期待しています。

専門家からの正しい知識が得られる「かがやきスクール」を通して、健康で夢に向かっていける身体と環境をつくる機会になれば素晴らしいと思います。



生徒の授業前後のアンケート結果につ

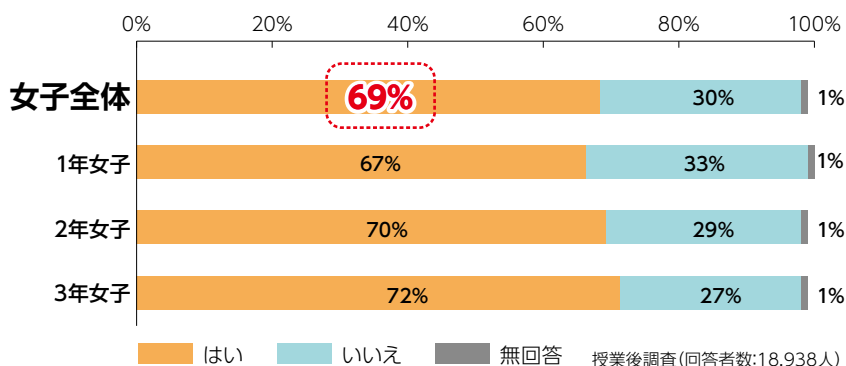
(2015～2018年度 調査結果)

生徒の実態

※構成比は端数処理（四捨五入）の関係で合計が100%とならないことがあります。

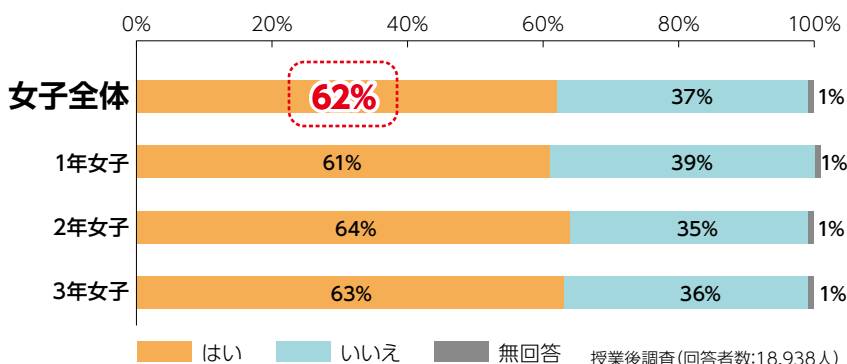
▶ 月経痛や吐き気など「月経に伴うつらい症状」を経験した女子生徒は約7割

痛みや吐き気など、「月経にともなうつらい症状」を経験したことはありますか。



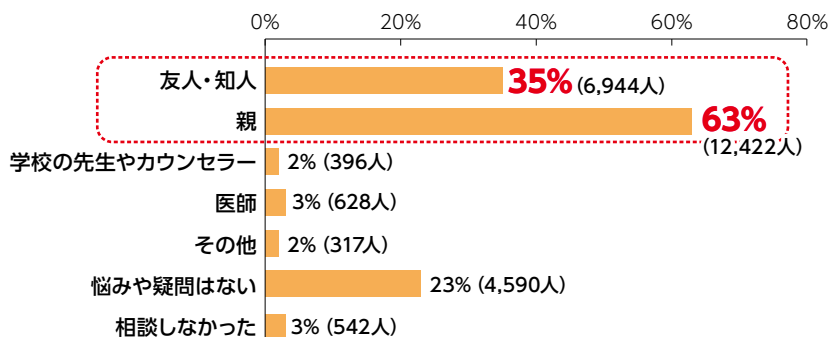
▶ 「月経のために勉強や作業の能率が下がること」を経験した女子生徒は6割以上

月経のために勉強や作業の能率が下がることはありますか？



▶ 月経に関する悩みや疑問があった時の相談相手は「親」と「友人・知人」が多く、「医師」や「学校の先生やカウンセラー」は少数

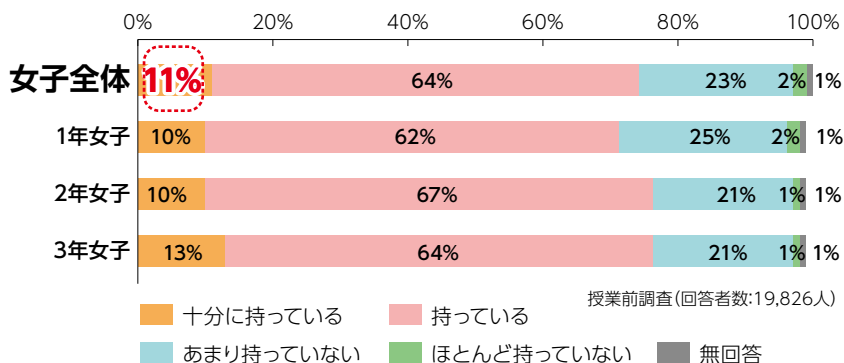
月経に関する悩みや疑問を誰に相談しましたか？(複数回答)



授業前調査(回答者数:19,826人)

▶ 「月経に関する正しい知識を十分に持っている」と回答した女子生徒は1割程度

月経に関する正しい知識を十分持っていると思いますか？

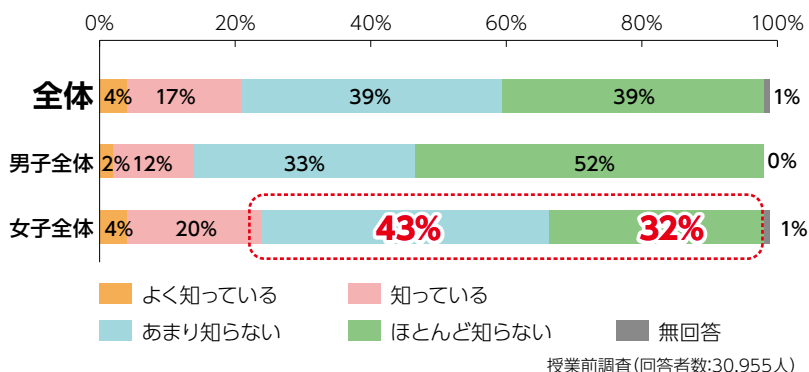


授業前調査(回答者数:19,826人)

■ 十分に持っている ■ 持っている
■ あまり持っていない ■ ほとんど持っていない ■ 無回答

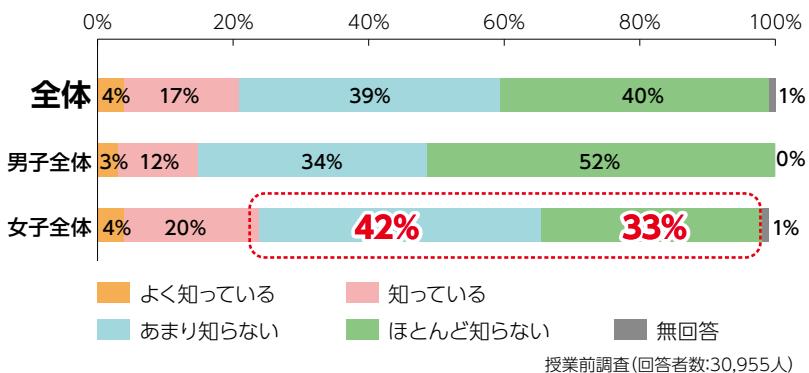
▶子宮内膜症について女子生徒でも約8割が「あまり」または「ほとんど知らない」と回答

「子宮内膜症」という病気を知っていますか。



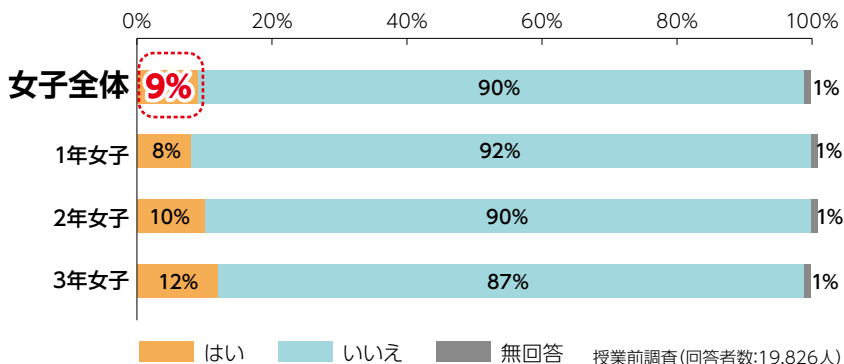
▶子宮内膜症が不妊の原因になる場合があることを、約8割が「あまり」または「ほとんど知らない」と回答

「子宮内膜症は不妊症の原因になる可能性があること」を知っていますか。



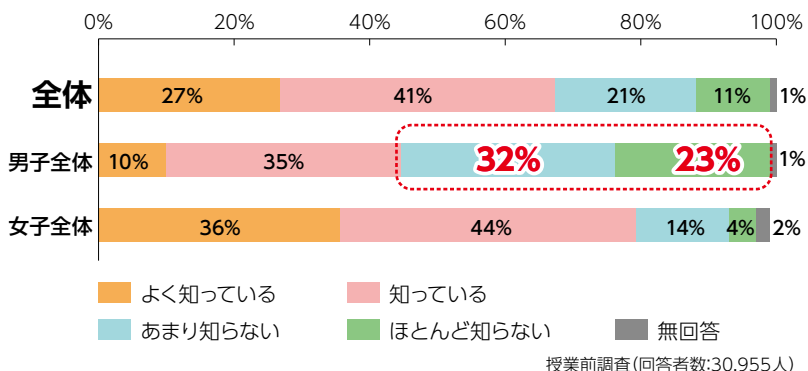
▶「婦人科を受診したことがある」と回答した女子生徒は1割以下

あなたは婦人科を受診した経験はありますか。



▶男子生徒の半数以上が、「月経が日常生活に支障をきたす場合があることを知らない」と回答

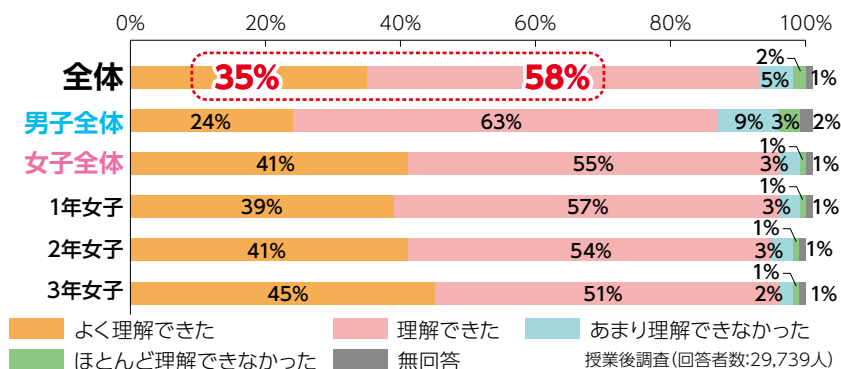
学校や仕事に行けなくなるなど、「月経が女性の日常生活に支障をきたす場合があること」を知っていますか。



授業の理解度

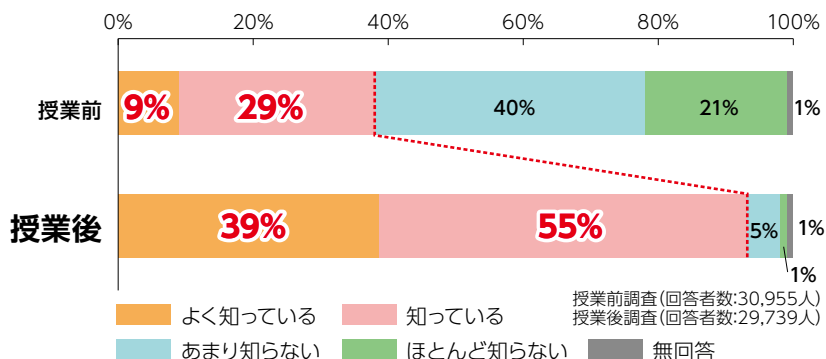
▶かがやきスクールの授業内容について、受講した生徒の9割以上が「理解できた」と回答

授業の内容を理解することができましたか？



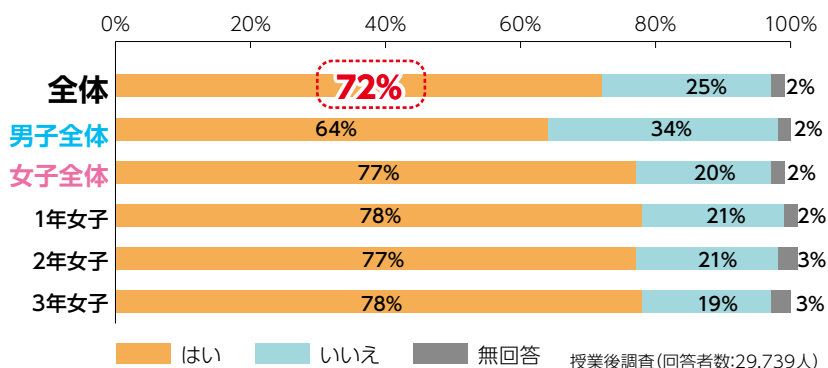
▶「月経痛や月経不順、無月経、過多月経は病院で治療できること」の認知度が、授業前と比べ2.5倍に増加

「月経痛や月経不順、無月経、過多月経は病院で治療できること」を理解できましたか？



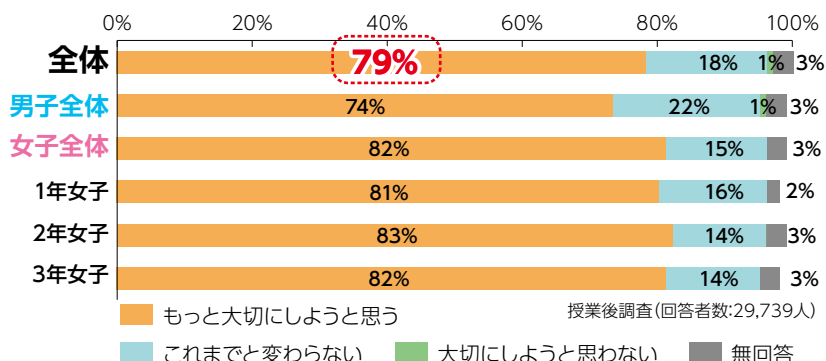
▶「授業で学んだことを家族や友人に話そうと思う」と答えた生徒は全体の4分の3

授業で学んだことを家族や友人に話してみようと思いますか？



▶「自分自身やパートナーのカラダを大切にし、健康管理を心がけようと思う」と回答した生徒は全体の約8割

授業後、あなた自身やパートナーのカラダを大切にし、健康管理を心がけようと思いましたか？

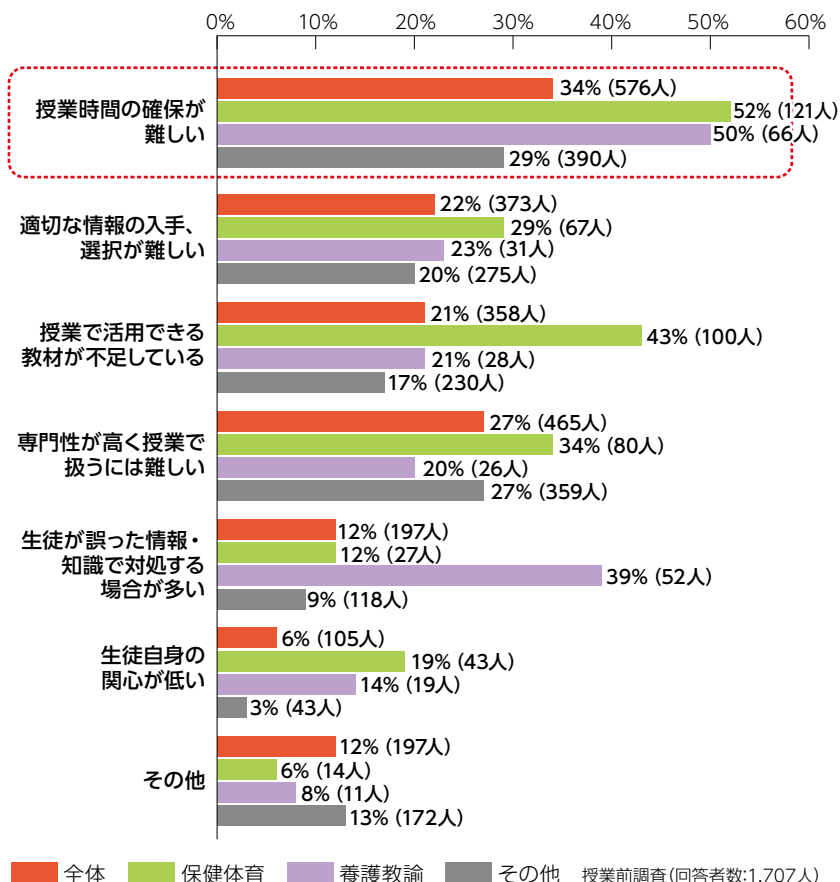


教員の授業前後のアンケート結果につ

教員認識・評価

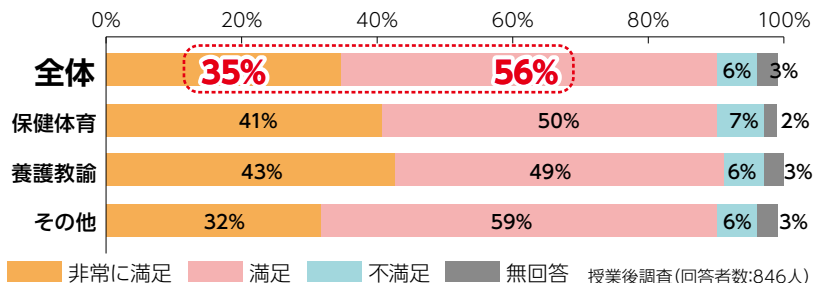
- ▶ 女性の健康に関する指導上の課題としては、
「授業時間の確保」が最も多く、
保健体育科の教員では「教材の不足」「情報の入手」
「専門性」などが課題として意見が多い。

女性の健康に関する指導で特に困難と感じていることや課題は？（複数回答）



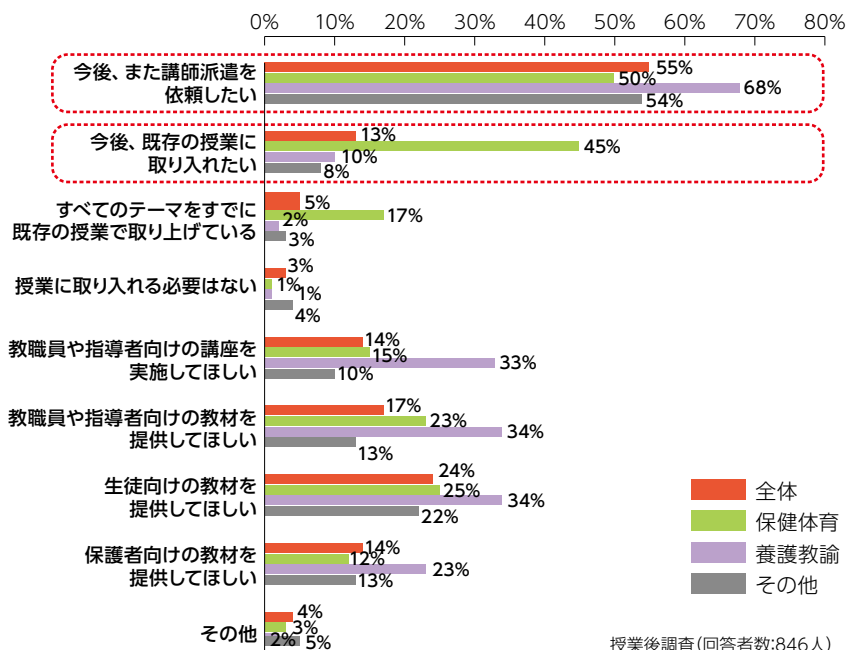
▶ 授業内容について9割以上の教員が「満足(非常に満足 35%・満足56%)と回答。保健体育の教員の満足度も高い

授業内容に対する満足度は？



▶ 「今後また講師派遣授業を依頼したい」が半数以上
また、保健体育科の約半数が「既存の授業に取り入れたい」。

今回のテーマや講師派遣授業についてどのようにお考えですか？(複数回答)



教員対象セミナーのご案内

「かがやきスクール」についてより多くの先生方に知っていただくとともに、健康教育を実践していく上での課題等について、講師の婦人科医を交えながら検討する場として、女性の健康教育に関する研究会の先生方等を対象とするセミナーを実施しています。ご関心のある先生や研究会は、お気軽に事務局までご相談ください。



- 【対 象】 女性の健康教育に関心を持つ高校の先生方
＊先生方の研究会・研修会等の一環としての実施をお薦めします。
例) 保健体育研究会、養護教諭研究会、家庭科研究会、保健部長会、生徒指導部会 等
- 【内 容】 ○『かがやきスクール』講師（婦人科医）による講演
・模擬授業 ・生徒への対応ポイント 等
○質疑応答・意見交換
・生徒に対する女性の健康教育を実践する上での課題
・教育現場での健康教育の現状 等
○「かがやきスクール」のご紹介（事務局）
＊プログラムの構成・内容は研究会や学校等のご要望を踏まえて決定します。
- 【概 要】 定 員：20 名以上での実施をお願いしています。
費 用：無料
その他：女性の健康教育に関する資料、教材などを無料でご提供します。

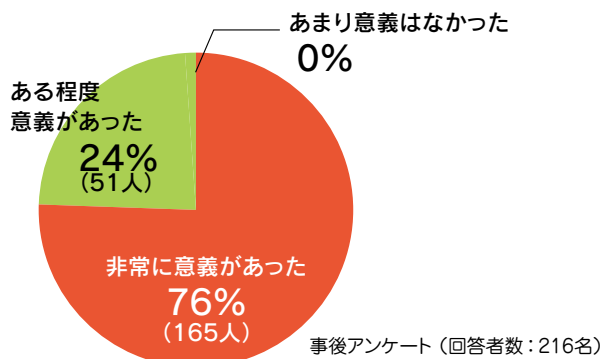
【主な開催実績】

千葉県高等学校教育研究会養護部会、大阪市立高等学校教育研究会学校保健部、大阪保健体育教育研究会、兵庫県立学校保健部長会・養護教諭研究部会合同研究協議会 等

ご参加いただいた先生方の声

▶受講した教員の全員が「意義があった」と回答

Q 今回のセミナーは意義があったと思われますか。



Q 今回のセミナーに対するご感想をご記載ください。

教科書に載っている情報よりも、より新しく、わかりやすいお話だった。ちょうど保健で扱っている内容なのでとても勉強になった。（保健体育科教諭）

授業に活用出来る教材資料がたくさんあり、また他校での取り組みも情報交換できて、有意義だった。（保健体育科教諭）

女子生徒に指導にあたる中で、指導側として正しいのか不安なものはいくつかあったので、講演を通して改めて勉強しなおすことができた。（保健体育科教諭）

自分が高校生の頃、こういう内容を教えてくれる人はいなかったなので、自分が教えられるようになりたいと思う。生徒に伝えたいことばかりだった。（保健体育科教諭）

最近の医学的な研究や、クリニックでの患者さんの話など、具体的な内容が多く、とても参考になった。今後生徒たちに支援、指導できることが多くあった。（養護教諭）

男子生徒に聞かせたい（自分には関係ないと思っている生徒が多い）。SNSなどから間違った情報を得ていることが多いので、正しい情報を伝えたい。（養護教諭）

※2016～2019年度 授業後調査より抜粋

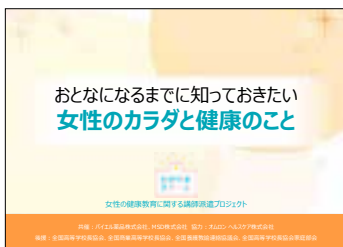
かがやきスクールオリジナル教材紹介

www.kagayaki-school.jp/tool

かがやきスクールのホームページから
無料でダウンロードができます。



「かがやきスクール」基本スライド集



基本スライド集

パワーポイント版

PDF版

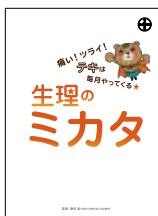
講師も使用している「かがやきスクール」の
基本スライド集です。

※アニメーション設定はありません。

※本ファイルは Windows 対応です。

※編集加工はできませんのでご了承ください。

ブックレット



生理のミカタ

PDF版

月経トラブルの中で、PMS / PMDD と月経困難症をフォーカスし、生活に支障をきたすような症状は治療の対象であること、そのメカニズムと対処法などをわかりやすく説明しています。



MB & C

PDF版

女性の健康のバロメーターである月経について、その基礎知識をはじめ、月経トラブルや対処法まで詳しく説明しています。



BCM

PDF版

確実な避妊のために欠かせない知識として、女性ホルモンと月経のメカニズム、妊娠のしくみ、様々な避妊法などについて、わかりやすく説明しています。



STI

PDF版

代表的な STI（性感染症）の紹介と男女別の症状の特徴や治療する診療科の情報、STI の予防方法などを紹介しています。



WLC

PDF版

年齢による女性ホルモン（エストロゲン）の変化によって、様々なトラブルや病気になることを紹介しています。

「かがやきスクール」 動画教材

高校生による婦人科訪問取材
「女子高生も婦人科に行ってみよう!」

婦人科クリニックってどんなところ？
内診台はマストではありません! (再生時間 4:28)



「おとなになるまでに知っておきたい
女性のカラダと健康のこと」

chapter1 はじめに (再生時間 2:05)

chapter2 知っていますか？
女性のカラダとホルモンについて (再生時間 7:06)

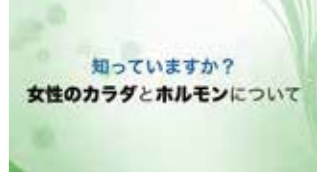
chapter3 知っておきたい! 月経のトラブルと対処法 (再生時間 15:41)

chapter4 知っておこう! 女性のがん (再生時間 9:35)

chapter5 考えよう! 避妊について 性感染症はだいじょうぶ？
産みたいときに産むために (再生時間 13:22)

chapter6 将来、子どもがほしいと思っているあなたに (再生時間 4:07)

chapter7 健康でいるために (再生時間 3:52)



「かがやきスクール」 健康情報シート (A4版リーフレット)

事務局までお問い合わせください。

健康情報
シート①



健康情報
シート②



「高等学校学習指導要領」での取り扱い

(2018年3月告示)

保健体育：保健

(3) 生涯を通じる健康 — (ア) 生涯の各段階における健康

㊦ 思春期と健康

- 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できるようにする。
- これらの変化に対応して、**自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度**が必要であること、及び**性に関する情報等への適切な対処**が必要であることを理解できるようにする。

㊧ 結婚生活と健康

- **受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題**について理解できるようにするとともに健康課題には年齢や生活習慣などが関わることについて理解できるようにする。
- **家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響**などについても理解できるようにする。
- 結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康に対する責任感、良好な人間関係や家族や周りの人からの支援、及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な**保健・医療サービスの活用**が必要であることを理解できるようにする。

※指導に当たっては、学校や地域の実情に応じて、保健・医療機関等の参画を推進すること、必要に応じて養護教諭や栄養教諭などとの連携・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮することが示されている。

家庭：家庭総合

A 人の一生と家族・家庭及び福祉

(1) 生涯の生活設計

- 生涯を見通した自己の生活について主体的に考え、**ライフスタイルと将来の家庭生活及び職業生活について考察**するとともに、生活資源を活用して生活設計を工夫する。

(2) 青年期の自立と家族・家庭及び社会

- 青年期の課題である自己理解、心身の自立や生活者としての自立、人間関係の調整、職業選択への見通しやその準備、**男女の社会的役割の理解**などを取り上げる。
- **固定的な性別役割分業意識を見直し**、多様なライフスタイルを認め、**男女の平等と共生**、共に築く家庭への展望、青年期の課題について達成する見通しをもつことができるようにする。

〔出所〕文部科学省「高等学校学習指導要領解説」（保健体育編／家庭編）より抜粋

かがやきスクールの今後について

「かがやきスクール」は、女性自身が望む人生設計やキャリアプランを実現するため、女性特有の病気やライフステージの変化について正しく理解してもらうことを目的として、専門の医師を学校に派遣して無料実施する出張授業です。実施校数は、2019年3月時点で約137校、授業を受けた高校生は約36,000人に及びます。

「かがやきスクール」は、女性の健康に関する授業を通じ、次代を担う高校生が自身の健康やこれからのキャリアに対して知識を身につける機会を提供するものですが、事務局からの講師派遣型ではなく、地域ごとまたは学校ごとの自主的な実施がより望ましいと考えています。

女性特有の病気やライフステージの変化について、次代を担う高校生が正しく理解してライフプランを実現することは今後ますます重要になると思われます。「かがやきスクール」を通して、そうした社会のニーズにお応えするために今後も微力を尽くしてまいりますので、どうか各方面からのご理解ご指導をお願いいたします。

女性の健康教育推進プロジェクト「かがやきスクール」



女性の健康教育推進プロジェクト「かがやきスクール」

バイエル薬品株式会社

2020年1月初版
MAC-PF-WHC-JP-0115-11-12