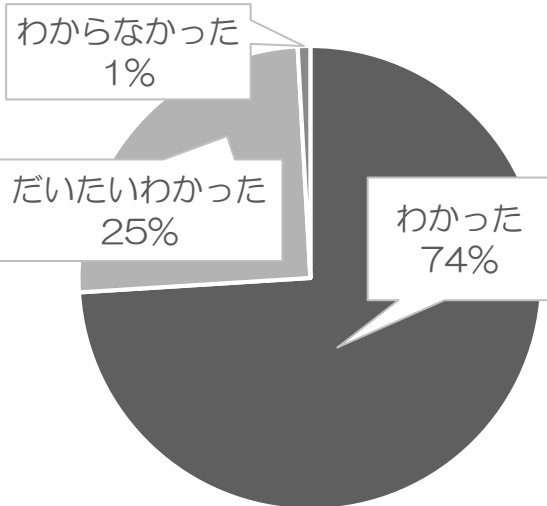


2年 ティーンズヘルスセミナー まとめ

大阪市立
歌島中学校
2021年12月

性に関する学習の理解度



事後アンケート 回収数	227人
わかった	168人
だいたいわかった	57人
わからなかった	2人

☆話を聞いて感じた気持ち

- 1位 感動した
- 2位 すごかった
- 3位 温かくなった



↑ セミナーの様子



赤ちゃん抱っこ体験の様子 ↑

12月2日に助産師の山下真由美先生をお招きして「ティーンズヘルスセミナー」を実施しました。アンケートや感想文、質問に対する回答をまとめました。これからも、生命を大切に、素敵な大人になってほしいと思います。

<思ったこと・感じたこと>

- ・自分の父や母など、支えてくれる家族に感謝しようと改めて思った。
- ・女の人がどれだけすごいかがわかった。
- ・命ってすごい！大切！（複数記入がありました✳）
- ・自分も出産を体験すると思ったら少し不安もあるけれど、親としての責任をもってがんばりたいなと思いました。
- ・赤ちゃんが産まれるのはお母さんだけではなく、赤ちゃんもがんばっているんだなと思いました。
- ・大人になったら子供は欲しいと思うけど、産む責任を考えると大人になるのが少し怖くなった。赤ちゃんが意外と重かった。
- ・自分には年のはなれた弟がいて、出産に立ち会ったことがあります。動画を見せてもらった時、そのことを思い出して余計に感動しました。自分に子供ができたとき、大切に育ててあげたいなと思えました。
- ・助産師の仕事のことやどんなことをするのか、知らなかったことをたくさん知れたのですごく勉強になったし楽しかったです。
- ・赤ちゃんの誕生は奇跡だとよくわかったので、自分が今生きていることがありがたいことだと思ったし、これからも自分自身を大切に生きていきたいと思った。
- ・家族を大切にしようと思いました。家に帰って今日のことを話そうと思います。自分は将来、介護士になりたいので、人の役にたてるようにがんばります。山下先生にあこがれました。尊敬します。
- ・赤ちゃんが産まれるところを動画で見て、本当につらそうにしていたけど、赤ちゃんの顔をお母さんが見たとき、幸せそうな顔をしていて、自分も温かい気持ちになりました。命は本当に尊いものだなと思いました。先生の話が聞けてよかったです。ありがとうございました。助産師は赤ちゃんを産むのにすごく重要な役割だということがわかりました。
- ・性的な話は自分にとってはタブーであると思っていて、それは今も変わってないですが、男女同士が出会い、体の中で命を育み、新たな命がみんなの支えで生まれ、成長し、また出会うという命の連鎖においてとても大切であると思います。
- ・自分は責任とかがないからだれかと付き合ったりはまだないですが、もしその時がきたら、お互いを尊重し、責任をもって一緒に過ごすべきだと思いました。

他にもいろんな感想を書いてくれていました。
素敵なメッセージをありがとう

裏面に続きます

ようこそ思春期相談へ ～からだ性と性の相談室～



精通のこと
月経のこと
からだ・性器のこと
もしかして妊娠…

heart@josansi.org

携帯からもメールできます
気軽にメール下さい



身近な人にはちょっと相談
しにくいけど、体のことで
気になることがある人は、
メール相談を利用してみて
ください♪

＜助産師 山下先生に質問＞

Q なぜ、助産師になろうと思ったのですか？

A 国際看護学の勉強で、世界中には貧困・内戦などに関連した健康問題がたくさんあることを学びました。多くの被害者は弱い立場である女性や幼い子どもたちであることに心を痛めました。同時に、ワクワクした、心躍る分野でもあり、女性と赤ちゃんをケアする専門家になりたいと思い、助産師になることを決めました。世界で活動したいという夢はまだ叶っていませんが、日本でも、多くの女性や赤ちゃんたちは、被害者になりやすいという立場であることは変わりないと思っています。（男性やその他の性別の人も含めたケアでないと、健康問題は解決されません。）

Q 助産師になるまでにつらかったことはなんですか？

A 助産師になるために必要な看護師の資格をとるために行った病院実習がつらかったです。勉強や記録などで睡眠時間が極端に少なくなってしまうなど、体力的にしんどかったです。今は改善されて、そこまでハードではないと聞いています。

Q 助産師になることをきめたのは何歳？ 何年くらいかかりましたか？ 何年目ですか？

A 20代後半です。専門学校を卒業して看護師として数年仕事をして、その後大学に進学をしました。看護専門学校・大学・大学院、合計7年間学校にいました。助産師になってからは、15年以上たちました。看護師経験と合わせると25年以上なので歳もとるはずですが…。社会人になってからの進学だったので、資金は自分で調達できました。将来の生き方は早めに決まっていると時間も十分に使えますが、遅くなってもそれもまたいいものです。

Q 助産師って大変ですか？

A 大変といえば大変ですが、私にとって心躍る分野なので、楽しさでもあるのかなという気もしています。

Q 助産師をしていて一番つらかったことはなんですか？

A あまり遭遇するわけではありませんが、死産や母体死亡です。夢に出てきた時もあります。

Q もっといろんなこと聞きたいです！ A ほんと～！興味をもってくれてうれしいです！

Q ほかの学校にもこういう説明をしに行っているのですか？

A 行っています。講座は楽しいので、もっと上手になりたいなと思っています。

Q 妊娠したことありますか？

A あります。子どもが欲しいと思っていたときなので、ものすごくうれしかったです。

Q 自分も出産を経験したと仰っていましたが、そのときはどのような気持ちでしたか？

A とにかく赤ちゃんが元気に産まれてきてほしい、という思いだったので（しんどい症例などをたくさんみていると不安も大きくなりがちです…）元気に産まれたときは、ホッとしました。そして、満足感でいっぱいでした。さらに、顔をスリスリして匂いをクンクンするのが夢だったので（他人の赤ちゃんにはできませんから）とてもいい匂いでした～。

＜妊娠出産、赤ちゃんについての質問＞

Q じんつうはうんだ後はすぐになくなるのか？

A すぐにはなくなりますが、後陣痛（こうじんつう）といって、子宮がもとどおりに収縮していく過程で陣痛に似た痛みがあることがあります。痛み止めなどで対処できます。

Q 早く生まれると死んでしまうのはどうしてですか？

A 大きさが小さいだけではなく、身体の作りが未熟で、自分の力で生きていくことができないからです。たとえば、自分で呼吸ができない・自分で腸から栄養を吸収できない・体温を維持できないなど、生きていく上で必要なことが不十分である可能性が大きいです。医療技術が発達してきて、多くの専門家の休まないケアで、救える命も増えてきましたが、それでもある一定の週数未満では助からない、というのが現実です。それくらい、お母さんの子宮の中は完璧な命のゆりかごであると言えますね。

Q 出産時間って何時間とかかかるものなんですか？

A 1時間で産まれてくる赤ちゃんもいれば、3日間かけて産まれてくる赤ちゃんもいます。助産師は赤ちゃんとお母さんが元気であることを確認しながら、ペースを見守っています。

Q ヘその緒を切るとき、痛くないんですか？

A 痛くないんです。痛みを感じる細胞がないので、赤ちゃんもお母さんも痛くないのです。

Q 赤ちゃんは赤ちゃん語があるんですか？

A 赤ちゃん同士が通じ合う言語はないと思いますが、赤ちゃんが初めに話す言葉をクーイングや喃語（なんご）と呼んでいます。保護者と目を合わせながら話している様子は、一生懸命伝えようとしているようで、とてもかわいいです。その時、保護者はよく聞いて反応してあげることが、赤ちゃんのもっとお話ししたい、楽しいという気持ちにつながります。

Q 産まれたばかりの赤ちゃんを見たときはどんな気持ちになりますか？

A 体中から何か突き上げるような愛おしさで、夢中になる感じ…とでもいいましょうか。これは、子育てや愛情をはぐくむオキシトシンというホルモンの作用であるともいえます。ただ、オキシトシンがまだあまり出ていないときは、怖さ（壊れそうな、脆さに対して）が先にくるようです。オキシトシンは、触れ合うこと、お世話をすることでどんどん分泌されていきますので、愛おしさは増す、と表現されますよね。

Q 妊娠している人が日々の生活の中で気を付けなければならないことはなんですか？

A たくさんあります。栄養（食べてはいけないものもあります）、感染症や合併症（高血圧や糖尿、貧血）に気を付ける。あとタバコ・お酒はダメ、冷えないようにする、怖い映画を見ない、夫婦喧嘩をしない（ストレスなことはしない）など…。たくさんありますね。いろんな制限があるかもしれない中で、お腹の赤ちゃんのために、少しでもいいことを…という思いでお母さんは頑張ってくれているのですね。

書いていただいた感想や質問は紙面の都合上、すべて紹介できませんでしたが、今回の授業を通して、自分自身や周りの人の命を大切にしてほしいなと願っています。