

幼児期から社会人に至るまでの教育・研修プログラム（全体像）

◆幼児～小学校低学年

内容	指導内容の例
第1領域 【基盤】 ライフスタイル選択のための基礎理解（人権、ジェンダー） （3，4歳児）	
■人権とは何か ・人権って何か？ ・誰にでも人権がある（子どもの権利条約含む）	・誰にでも人権がある ・自分らしく生きること、他者との関係を築き育んでいくために
■ジェンダーの違いについて理解する ・社会的性（ジェンダー）と生物学的性（セックス）について違いを理解する	・女の子はピンク、男の子はブルーなど、男女の役割の固定的な観念がある（ジェンダーバイアス） ・出生時に割り当てられた性と、自認する性は異なることもある ・好きになる性も異性愛だけではなくいろいろある
第2領域 【応用】 からだの権利を通して、相手と自分の関係を考える （5，6歳児、小学1年生）	
■からだの権利について ・からだ全体がプライベートなもので、大切なものである ・からだの権利とは「自分のからだに誰がどのように触れるかは、全て自分で決める」権利ということ ■自分のからだとは他者と親しい関係になるということ ・身体的なよろこびや安心、興奮は人間の自然な感情である	・自分のからだのことを決められるのは自分だけである ・自分のからだを大切にするためにできること ・自分自身の心地良いタッチ・悪いタッチについて
■からだの自己決定とは ・誰もが自分のからだを自分自身で決められる存在である ・からだの自己決定をする場合と侵害をされた場合、援助してくれる ■ジェンダー平等とは ・ジェンダーに関わらず、他者の人権を尊重することが重要	・自分のやりたいことは自分で決める権利がある ・ジェンダーバイアスは自己決定に影響することがある ・からだの自己決定はおとなが助けてくれる ・嫌な時はNOと言うことは権利である
■暴力について ・親同士や恋愛関係にある人たちの間でも暴力	・暴力について（身体的暴力、ことばの暴力など） ・暴力が自己決定に及ぼす影響

<p>はいけない</p> <ul style="list-style-type: none"> ・暴力を目にした場合、どこに支援を求めたら良いかを知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・暴力をしてしまった、見てしまったなどがあった時、どこに相談すれば良いかを知る
<p>第3領域 【発展】 ライフデザインに必要な意思決定、プレコンセプションケア (小学2, 3年生)</p>	
<p>■子どもがどのようにして誕生するのかプロセスを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卵子と精子が結合し、子宮に着床することで妊娠が始まる ・すべての子どもが望まれ、ケアされ、愛されるべきである 	<ul style="list-style-type: none"> ・受精～出産までの過程を科学的に知る ・妊娠、出産について ・すべてのカップルが子どもを持つわけではなく、選択できる
<p>■適切なふれあいとは？</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「いいタッチ」と「悪いタッチ」とは ・キス、ハグ、ふれあいを含むさまざまな方法で、時には性的行為を通して、愛情や思いやりを示すことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・安心できるタッチと、そうでないタッチがある ・愛情や思いやりを示す方法について ・そうでないタッチをされたときの対処法（NO、助けを求める、相談する）
<p>■身近な生活と性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性と生殖の健康と権利から、ライフスタイルについて考える ・家族の多様性について知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・からだの権利について学ぶ ・からだの部位（性器も含む）の機能について学ぶ ・妊娠や出産の科学的知識を得る ・家族は多様であることを知る

◆小学校高学年

内容	指導内容の例
第1領域 【基盤】 ライフスタイル選択のための基礎理解（人権、ジェンダー） （小学4年生）	
<p>■人権について理解を深める</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 誰にでも人権がある ・ 人権とは具体的にどのような権利があるのか 	<ul style="list-style-type: none"> ・ すべての人に人権があること ・ 人権の普遍性、平等性、不可侵性、不可分性など
<p>■ジェンダー役割に影響するものを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 多くの要因（社会規範、文化的規範、宗教的信念など）がジェンダー役割（性の役割）に影響を与える（例：男性は外で仕事、女性は家事など） <p>■多様な性があることを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 性には多角的な側面がある（性自認、表現する性、からだの特徴、性的指向） ・ 性自認（ジェンダーアイデンティティ）が出生時に割り当てられた性が異なる場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 女の子はピンク、男の子はブルーなど、男女の役割の固定的な観念がある（ジェンダーバイアス） ・ 性のあり方はそれぞれ持つ個性であり、多様な性の一人である ・ 性を多角的にとらえる4つの視点（性自認、表現する性、からだの特徴、性的指向） <p>ジェンダーに基づく差別に気づき、解消をする</p>
第2領域 【応用】 からだの権利を通して、相手と自分の関係を考える （小学5年生）	
<p>■自分のからだを自分で決める権利</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 望まない性的な扱われ方とは何か、望まない扱われ方は権利の侵害である <p>■相手との境界（バウンダリー）について理解する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 相手との境界（バウンダリー）について確認する ・ 相手との境界（バウンダリー）が相手・時・場合によって変化することを確認する ・ 通常の生活で大切にされている同意・合意が踏みにじられてしまうケースとはどういうものかを考える 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分のからだのことを決められるのは自分だけである ・ 自分のからだは自分で決める、からだの権利について ・ 相手との心地よい関係・悪い関係を考える ・ 相手との心地よい関係・悪い関係は状況によって異なる
<p>■自己決定の主なステップ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自己決定にネガティブに影響するもの・ことについて知る ・ 家族との関係、仲間からの同調圧力（ピアプレッシャー）が自己決定に影響することがある 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自己決定はどうやって決めるか？（同調圧力（ピアプレッシャー）、ジェンダーバイアス、性のネガティブなイメージなどが自己決定に影響する） ・ 自分のからだは自分そのもの ・ 嫌な時はNOと言うことは権利である

<p>ことを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己決定のために信頼できる人、おとなを頼ることができる ・性のネガティブなイメージについて知る ・ジェンダーに関するステレオタイプ、バイアスとは ・ジェンダーに関するステレオタイプ、バイアスをなくしていくために必要なこと 	
<p>■性的加害・被害について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性的虐待、ハラスメント、いじめの例について ・性的虐待、ハラスメント、いじめを受けた場合、どこに支援を求めるか <p>■性的加害・被害があった場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題があった場合にどういったところに援助を求めたらよいかを知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・性的加害とは何か具体的に事例を示す（身体的、精神的、経済的、性的など） ・上記があった場合にする行動と相談先
<p>第3領域 【発展】 ライフデザインに必要な意思決定、プレコンセプションケア (小学6年生)</p>	
<p>■性の健康と生殖</p> <ul style="list-style-type: none"> ・からだの変化を科学的に知る ・性的指向（多様性） ・性の健康について ・生殖に関わるからだの部位や仕組みについて科学的に知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・月経と射精について ・性の健康と権利 ・思春期のころとからだの発達について、どのような変化が起きるか ・月経・射精について科学的に知り、ケアの方法を知る
<p>■妊娠について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生殖について 月経と射精の意味・意義を知る ・月経周期について ・妊娠の兆候から発育段階について <p>■性的行為とは</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性的行為が自分の将来設計にどのような影響を与えるか ・若年妊娠が妊娠と出産のリスクについて知る <p>■性交を必要としない付き合い方、避妊の方法について理解する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性交を必要としない付き合い方 ・現代的避妊法やコンドームなど避妊具の正しい使い方 	<ul style="list-style-type: none"> ・受精から妊娠するまでの科学的な仕組み ・胎児の発育から出産までの科学的な理解 ・男女間での性的行為が妊娠につながる可能性がある ・低年齢での妊娠によるさまざまな影響（身体的、精神的、経済的等）があることを知る ・予期せぬ妊娠を防ぐための具体的方法（性交を必要としない付き合い方、避妊の方法、セックスをするかどうかを考える）

<p>■生活と性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 家族も多様で、一人ひとりの役割も多様 ・ 家族や信頼できるおとなは子どもの自己決定をサポートしてくれる存在である <p>■結婚、子育ての権利について理解する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 結婚、出産について選択できる権利があることを知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・ からだの権利について学ぶ ・ からだの部位（性器も含む）の機能について学ぶ ・ 結婚、出産について選択できる権利があることを知る ・ 妊娠・出産について科学的な知識を得る ・ 家族も多様で、一人ひとりの役割も多様であることを知る
---	--

◆中学生

内容	指導内容の例
第1領域 【基盤】 ライフスタイル選択のための基礎理解（人権、ジェンダー） （中学1年生）	
<p>■性と生殖の権利について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受精から出産までの過程を知る ・性と生殖についての権利がすべての人にあること 	<ul style="list-style-type: none"> ・受精・妊娠から出産までの科学的な過程 ・生殖にかかわる身体的特徴について（月経・射精） ・すべての人に産む産まない選択の権利がある
<p>■ジェンダーの規範の影響について理解する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性別役割分業等（ジェンダーステレオタイプ）が与える性の権利への影響を知る ・ジェンダー規範が与える性の権利への影響を知る <p>■ジェンダーバイアスについて考える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジェンダーバイアスが身の回りにあることを気づくことができる ・結果を伴うジェンダー平等とは何かを考える 	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な「女らしさ、男らしさ」について考える ・性別役割分業等（ジェンダーステレオタイプ）、無意識の思い込みや偏見（アンコンシャスバイアス）がもたらす影響や具体的事例について考える（性別による制服の違いなど） ・性を多角的にとらえる4つの視点（性自認、表現する性、からだの特徴、性的指向） ・性のあり方はそれぞれ持つ個性であり、一人ひとりが多様な性の当事者である
第2領域 【応用】 からだの権利を通して、相手と自分の関係を考える （中学2年生）	
<p>■自己決定の主なステップ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己決定に影響するもの・ことについて知る ・家族との関係、仲間からの同調圧力（ピアプレッシャー）が自己決定に影響することがあることを知る ・自己決定のために信頼できる人、おとなを頼ることができる <p>■ジェンダーのステレオタイプとは</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジェンダーに関するステレオタイプ、バイアスとは ・ジェンダーに関するステレオタイプ、バイアスをなくしていくために必要なこと ・からだへの権利侵害、性的からかひのネガティブな影響について ・性表現の自由、非典型的な性表現（「～らしさ」から外れるなど）への揶揄・からかいなどへのネガティブな影響 	<ul style="list-style-type: none"> ・女らしさ、男らしさからの解放と平等 ・ジェンダーステレオタイプの影響・アンコンシャスバイアスと、ライフプランの選択の影響 ・性の多様性の理解（LGBTQ+を含む）
<p>■性的な関心</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の性との付き合い方を知る（セルフプレジ

<ul style="list-style-type: none"> ・性的な関心を肯定し、上手に付き合う方法 ■性的自己決定権とは <ul style="list-style-type: none"> ・性にかかわる自己決定権を侵害する考え ■自分と他人に責任を持つようになることを知る <ul style="list-style-type: none"> ・思春期の性を安全に豊かに健康に過ごすことの重要性 ・成長に伴い、他者との心地良い関係を構築することができる ・性的行動には結果責任が伴う 	<ul style="list-style-type: none"> ヤー、性的自己決定) ・性交をすると妊娠する可能性がある ・性的自己決定をどのように考えるか ・性にかかわる悩みについての相談先
<p>第3領域 【発展】 ライフデザインに必要な意思決定、プレコンセプションケア (中学3年生)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ■健康な人間関係について知る <ul style="list-style-type: none"> ・健康な人間関係において、ジェンダーバイアスや、ステレオタイプが影響を与えうる ・健康な人間関係でパワーバランス（権力構造）が生じる可能性があることを認識する ■恋愛関係について知る <ul style="list-style-type: none"> ・デートDVを構造的に理解する 	<ul style="list-style-type: none"> ・暴力をうまない、いい関係とは ・友人、恋愛関係から生じる性暴力 ・デートDVが起こってしまう構造 ・ジェンダーバイアスとデートDVの関連性
<ul style="list-style-type: none"> ■性交と妊娠の関係について <ul style="list-style-type: none"> ・異性間で性交すると妊娠する可能性がある ■避妊法・避妊具について理解を深める <ul style="list-style-type: none"> ・予期せぬ妊娠を防ぐための方法（挿入を伴う性行為をしない、避妊をする） ・避妊の具体的方法を知る（緊急避妊薬、コンドーム、低用量ピル、その他の方法など） ・予期せぬ妊娠、若年出産、間隔の短すぎる出産のネガティブな影響 ・人工妊娠中絶について知る ■生殖機能と性的感情 <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠、出産に関する自己決定権を保障する 	<ul style="list-style-type: none"> ・異性間で性交すると妊娠する可能性がある ・避妊の方法、避妊具（緊急避妊薬、コンドーム、低用量ピル、その他の方法など）、緊急避妊薬の使い方 ・予期せぬ妊娠、若年出産、間隔の短すぎる出産の影響 ・若年妊娠、出産の支援、相談先を知る ・妊娠してしまった時の選択肢（産む・産まないの選択、人工妊娠中絶） ・人工妊娠中絶（期限、リスク、費用等）

◆高校生

内容	指導内容の例
第1領域 【基盤】 ライフスタイル選択のための基礎理解（人権、ジェンダー） （高校1年生）	
<p>1-①</p> <p>■性と生殖の権利について知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「性と生殖に関する健康と権利」保障に向けた身体的・精神的・社会的に将来にわたって幸せな状態（ウェルビーイング）は、人間の基本的な権利である ・それらを排除し、どのように性と生殖についての権利を推進していくのか <p>■セクシュアリティは幸福を高める</p> <ul style="list-style-type: none"> ・セクシュアリティは人間の自然な一部であり、幸福を高めることを認識する <p>■ジェンダーの偏見をなくしていくために</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性別役割分業等（ジェンダーステレオタイプ）が与える性の権利への影響を知る ・ジェンダーの偏見をなくしていくためにはどうすれば良いか知る 	<p>1-①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性は人権であり、どんな人にも性的自己決定権がある ・染色体の性、出生時に割り当てられた性（戸籍の性）、性的指向・性自認・社会生活上の性（ジェンダーバイアス・アンコンシャスバイアス）などが複雑に絡みあって、一人の人間の「性」を構成している ・性を多角的にとらえる4つの視点（性自認、表現する性、からだの特徴、性的指向） ・性のあり方はそれぞれ持つ個性であり、一人ひとりが多様な性の当事者である
<p>1-②</p> <p>■思春期の性の健康・身体的・精神的・社会的に将来にわたって幸せな状態（ウェルビーイング）としてからだの変化とケアについて知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性を科学的に捉える 	<p>1-②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・排卵・月経のメカニズムとケア ・射精のメカニズムとケア ・セルフプレジャー
<p>1-③</p> <p>■生殖の科学と権利</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ライフスタイルと科学的な性と生殖について知る 	<p>1-③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受精・妊娠から出産までの科学的な過程（月経・射精も含む） ・受精に至る過程（性交）について（科学的な解説） ・妊娠による生活への影響
第2領域 【応用】 からだの権利を通して、相手と自分の関係を考える （高校2年生）	
<p>2-①</p> <p>■境界と同意について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人権とバウンダリー（境界）と同意・合意についての知見を得る ・誰もが大事にされるべき尊厳を持っていることを知る 	<p>2-①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「からだの権利」を知る ・バウンダリーについてあらためて確認する ・バウンダリーが相手・時・場合によって変化することを確認する ・通常の生活で大切にされている同意・合意が踏

<ul style="list-style-type: none"> ・ジェンダー不平等が及ぼすリスクとは 	<p>みにじられてしまうケースとはどういうものかを考える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・力関係の不均衡、密室、などの要因に加えて、「恋愛のカン違い」が同意や合意を踏みにじりやすいことを知る ・恋愛とデートDVについて考える ・性的同意 ・性暴力の構造
<p>2-②</p> <p>■性的な自己決定について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性的行動についての合理的な判断ができるようにする <p>■性にかかわる自己決定の結果について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性的同意年齢、避妊具や性感染症およびHIVの状況、同性間の性的行動を含む健康に関するサービスへのアクセスについて知る ・性的行動には結果責任が伴う <p>■人工妊娠中絶</p> <p>人工妊娠中絶についての基本的な知識を得る</p>	<p>2-②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・同意と合意について考える ・避妊の必要性と方法 ・コンドームやピルの使用方法（医学的解説） ・性感染症の内容・感染の経路 ・性感染症の予防 ・人工妊娠中絶 ・中絶の知識（法律、時期、方法など） ・妊娠にまつわる悩みの相談・支援方法を知る
<p>2-③</p> <p>■性感染症</p> <p>性感染症について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・予期せぬ妊娠や性感染症の予防に不可欠なリスク低減方策を分析する。 ・性感染症への誤解や偏見をなくす。 ・出産時や、性的虐待、無防備なセックスによってすでにHIVを含む性感染症に感染している場合は、他者への感染を減らすための方策を含む 	<p>2-③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性感染症の内容・感染の経路 ・性感染症の予防
<p>第3領域 【発展】</p> <p>ライフデザインに必要な意思決定、プレコンセプションケア</p> <p>（高校3年生）</p>	
<p>3-①</p> <p>■子どもを持つ・持たないの選択ができることを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもを持つ、持たないは選択することができる ・子ども持つかどうか、理由や時期について検討することができる 	<p>3-①</p> <ul style="list-style-type: none"> ・結婚や長期の関係性の主な責任をまとめる ・良好な結婚や長期の関係性の主な特徴について再認識する ・結婚や長期の関係性における愛情、寛容、平等、尊重の重要性を認識する ・親の責任を列挙する（知識）・おとなが親になりうるさまざまな方法を比較する（意図した／意図

	<p>しない妊娠、養子縁組、里親、生殖技術の使用、代理親など)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・障がいのある人やHIVと共に生きる人も含め、それが制限になることなく、すべての人が親になるかならないか、なるのであればいつなるのかについて、本人が決めるべきであることを理解する
<p>3-②</p> <p>■子どもをもつということ。妊娠をめぐる知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもをいつ、何人、持つ・持たないの選択ができることを知る ・性的関係や健康問題に関する課題に直面した際の支援先を知る ・性と生殖の権利を侵害することについて知る 	<p>3-②</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊娠に必要なこと <ul style="list-style-type: none"> ・からだのケア ・栄養 ・やせ・依存症 ・喫煙 ・月経のサイクルを知る*復習 不妊とその要因を知る <ul style="list-style-type: none"> 男性の要因 <ul style="list-style-type: none"> ・射精障がい ・精子欠乏 女性の要因 <ul style="list-style-type: none"> ・排卵障がい ・子宮頸がん・HPV 性感染症 <ul style="list-style-type: none"> 両方に性感染症（予防・治療） ・妊娠と社会の関係 <ul style="list-style-type: none"> ・貧困や孤立、障がいによる未婚化 ・少子化 将来展望の持てない生きづらさ <ul style="list-style-type: none"> ・やせ ・マタハラ ・マタニティに優しい社会 <ul style="list-style-type: none"> ・核家族化（周囲との関係性の希薄化） ・パートナーとの関係性
<p>3-③</p> <p>■描こう！あなたの身体的・精神的・社会的に将来にわたって幸せな状態（ウェルビーイング）なライフプラン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の将来を見通し、性の権利として、社会生活の改善も含め、多様な身体的・精神的・社会的に将来にわたって幸せな状態なライフプランを描ける 	<p>3-③</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これまでの学びを総合して身体的・精神的・社会的に将来にわたって幸せな状態（ウェルビーイング）なライフデザインを考える ・これから生きるうえで気を付けたいことをリストアップする