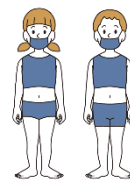


性教育の本



プライベートゾーン

○自分と自分のからだを知る本○

★私はどこからやってきたの？そして家族になった★

『赤ちゃんが生まれる いのちの冒険旅行』

ニルス・タヴェルニエ/作 中島さおり/訳 杉本充弘/監修
プロンズ新社 2007年

受精から生命誕生までを、週数ごとにCG写真と詳細な解説で丁寧にたどっています。妊娠24～27週の胎児はもう味覚もあるんですって。インドの赤ちゃんは生まれながらにカレーの味になじんでいるそうですよ。32ページに短縮された『幼年版 赤ちゃんが生まれる』（2008年）もあります。こちらは低学年から自分で読める絵本になっています。



〈幼年版〉



『ようこそ！あかちゃん』

せかいじゅうの家族のはじまりのおはなし
レイチェル・グリーン/文 クレア・オーウェン/絵
浦野匡子・良香織/訳・解説 大槻書店 2021年

赤ちゃんが生まれてくるまでにどのような過程をたどるのでしょうか。受精、妊娠の経過、出産までを包み隠さず正確に伝えてくれます。また赤ちゃんを迎えてからの家族のはじまり方には様々な形があることや、誕生死や早産についても触れられています。イラストの描き方や言葉の選択にもあらゆる多様性が意識されていて、色々な性や家族のありかたの可能性を想像することができる、子どもにも分かりやすい性教育、人権絵本です。



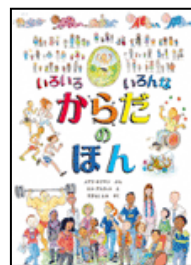
『いろいろ いろんな かぞくのほん』

メアリ・ホフマン/ぶん ロス・アスキス/え
すぎもと えみ/やく 少年写真新聞社 2018年
家族はいろいろ。人数、住んでいる家、学校や仕事、暮らし方…いろいろ違う。でも、うれしかったり、悲しかったり、けんかをしたり、不安だったりするのは同じ。どの家族にもいろんな時がある。「かぞくのき」をたどってみるのも面白い。「かぞく」って何だろう。色々考えさせられる絵本。



『いろいろ いろんな からだのほん』

メアリ・ホフマン/ぶん ロス・アスキス/え
すぎもと えみ/やく 少年写真新聞社
2019年
心と体の成長、変化やしくみ、ジェンダーについて、楽しいイラストと共に紹介している絵本です。低学年と一緒に「体ってなに？」の疑問を考えながら読み聞かせをするのも良いと思います。



★女子も男子も生理を知ろう！★

『女子も！男子も！生理を知ろう』全3巻

宋 美玄/監修 汐文社 2020年

同じ社会で生きていくかぎり、生理のことは男子も知っておくべきです。知識があれば、家族や友達、将来の恋人を助けることもできるでしょう。「生理ってなに？」「なにが大変？」マンガと解説で紹介。男子の疑問に答えるコーナーもあります。「生理のことはオープンにしなければいけないの？」いいえ、知っておくことは大事だけど、オープンにしたい人はいずれいいんです。それぞれの気持ちに寄り添った本です。



『セイリの味方 スーパームーン 生理なんでもハンドブック』作・絵/高橋由為子 偕成社 1998年

生理のしくみから生理用品の選び方、汚れてしまった時の洗い方など、漫画と文章で分かりやすく解説された女子のためのハンドブック。誰もが悩む「生理あるある」Q&Aなど、古さを感じさせない実用的で楽しいセイリの本です。



★成長するからだところ★

『あっ！そうなんだ！性と生』 2014年

『あっ！そうなんだ！わたしのからだ』 2021年

中野久恵/星野恵 他 編著 エイデル研究所

子ども達が自分のからだところの事を理解して大切にするために、必要な知識がわかりやすいイラストと文章で紹介されています。2冊とも前半の絵本編は子ども達と一緒に読む事ができ、テーマごとに2ページにまとまっています。後半の解説編は絵本編の内容の補足になっており、「わたしのからだ」には会話形式の解説も紹介されています。



『おとなも子どもも知っておきたい新常識 生理のおはなし』高橋玲奈/監修 のはら あこ/漫画 主婦と生活社 2021年

体の変化や生理が始まることに対して不安を持つ女の子は多いはず。大人でさえ正しく理解できている人は少ないとされる生理について、産婦人科医のレナ先生から上手に付き合っていく方法を教えてもらいます。生理のメカニズムや体調の変化への対処法だけでなく、妊娠・出産と生理の関係や、女性特有の病気まで知ることができます。



★シリーズの本★

ドキドキワクワク性教育シリーズ全5巻

少年写真新聞社 2011 年～

- ① 赤ちゃんはどこからくるの？
- ② 大切なからだ・こころ
- ③ 女の子が大人になるとき
- ④ 男の子が大人になるとき
- ⑤ セクシュアルマイノリティってなに？

リアルな図も含めイラストを多用し、「性」が恥ずかしいものでも嫌しいものでもないこと、そして、大人になることを楽しんでいこうと伝えています。変わっていく体と心に戸惑う子供達に寄り添うように、語りかける文体で書かれており、中学年から1人読みできます。



マンガで学ぶ 思春期の心とからだシリーズ 全4巻 子どもの未来社 2001 年～

*知ってる？思春期の心とカラダ

マンガ ミラクルエイジ BOYS&GIRLS

*知ってる？人体のフシギ マンガ からだのしくみ大冒険

*知ってる？女の子のカラダ マンガ ポップコーン天使

*知ってる？おちんちんのフシギ

マンガ おれたちロケット少年

+ 知ってる？LGBTの友だち

マンガ レインボーkids

からだと性に関する悩みや疑問について自然に理解

できるマンガのシリーズです。低学年から読めます。

女の子版「ポップコーン天使」、男の子版「おれたちロケット少年」は性別関係なく両方読むと比較できて良い。

質問コーナーは、大人が読んでも参考になります。

同シリーズの「ミラクル Age」は「第二性徴」を、「レインボーkids」は、LGBTQ+についてわかりやすく解説されています。



『性の絵本 みんながもっているたからものな—んだ？』
たきれい/作 高橋幸子/監修 KADOKAWA 2021 年

男の子と女の子の成長に伴う体の違い、性交から赤ちゃんの誕生、自分の「こころとからだ」を守る方法が、かわいいイラストと文章で説明されており、低学年から抵抗なく読むことができます。この本の元となった『性の絵本』0～7巻&番外編（株式会社キンモクセイ）のシリーズでは、思春期以降の男女の体の変化や性交・妊娠について、さらに詳しく書かれています。



★LGBTQ+の本★

『「ふつう」ってなんだ？LGBTについて知る本』2018 年
ReBit/監修 学研プラス

LGBTについて知りたい・悩んでいる人たちに最初におすすめしたい本です。

各章は漫画で始まり、文章は総ルビつき。

小学生でも読みやすいように工夫されています。

インタビューされた人の全身写真が掲載された

体験談は具体的で、実在の人物なんだと実感させてくれます。

知識を得るだけでなく、前向きなメッセージとともに「ふつう」について考えてみようと思える本です。



○自分と自分のからだを守る本○

『いいタッチ わるいタッチ』 だいじょうぶの絵本
安藤由紀/著 復刊ドットコム 2016 年

口、胸、性器、お尻は大切な場所で自分だけのプライベート・ゾーン。たとえ大好きな人でも触ってきたら「嫌」と言ってい。人との触れ合いも「いいタッチ」と「わるいタッチ」があって、悪いタッチからは急いでにけるんだ。小さな子どもが性犯罪の被害に遭わないために、悪いタッチを知り、自分を守る力をつけるように説明する絵本。わかりやすい言葉で具体的に書かれています。巻末には子どもの側にいる大人に向けての詳しい解説もあります。



『だいじだいじ どーこだ？』2021 年
えんみ さきこ/さく 大泉書店

「性教育とは一人ひとりが大切な存在であることを学ぶこと」産婦人科医の作者がからだの「プライベートパーツ」を尊重することの大切さを書いた絵本。身近な性暴力への対処の仕方なども書かれています。

低学年から読めますが、大人も新たな考え方を学べる本です。



じぶんでじぶんをまもろうシリーズ ③

『「いや！」というよ！性ぼうりよく・ぎゃくたいに あわない』
嶋崎政男/監修 すみもとななみ/絵
あかね書房 2006 年

性暴力や虐待などの被害を体験した

子ども達は、自分を責めたり口を閉ざしたりしてしまいます。

いやなことは「いや！」と言えるように

逃げ方や周りの人への相談の仕方など、

大切な自分の心と体を守るには、

どうしたらよいかがよく分かる絵本です。



シリーズ本に

- ① 『ぜったいについていけないよ！ゆうかい・つれさりにあわない』
 - ② 『ひとりでがまんしないよ！ いじめに まけない』
- があります。

『小学生だから知ってほしい
SEX・避妊・ジェンダー・性暴力』 2021 年
高橋怜奈/監修 ぽぽこ/漫画 主婦と生活社

思春期に起こる体の変化、性行為や避妊の重要性について、マンガでわかりやすく学ぶことができます。またジェンダーやSOGI、性的同意、性暴力についても、詳しく書かれています。小学生にとっては、まだ聞きなれない言葉が並びますが、性についての正しい知識を持つことで、自分と大切な人を守ることに繋がります。

