

子育てコラム 45

性教育(命の教育) その9 「第二次性徴(月経を伝える)」

小学校低学年女児のお母さん方から、月経時の手当についてどのように伝えたらよいかご相談をいただきました。数回に分けてお話しさせていただきます。

初経は10歳から14歳頃に迎えますが、早い子は小学2.3年生で発来します。多くは第二次性徴(第二発育急進期)として、まず乳房が膨らみ恥毛が生え出したあと初経を迎えます。体格の良い女児が早く発来する傾向もあります。これらは全て個人差があります。早い初経の場合「えっもうきたが」とか「かわいそうに」と言う方が多くいます。月経時の辛さや手当の大変さなどを思いやり、そのような言葉が出る親の気持ちはよく分かりますが、月経に対してネガティブな気持ちになりますので、体をいたわる温かい「おめでとう、よかったね」の言葉をかけましょう。私たち家族もうれしく思っているよと伝えたいものです。初経時に家族から喜びの態度を示されたりお祝いしてもらったりすることで月経を肯定的に捉えることができ、それが自己肯定感にもつながります。

月経教育は学校でも行いますが、クラスや学年単位ですし時間の制限もあります。ひとりひとりのきめ細かなケアまでは難しいのが現状です。理想は子どもの発育や理解力をよく分かれている一番身近な者が行うことです。理解に応じて話ができますし繰り返し話すこともできます。自分のことを大事に思ってくれている養育者から聞くことで子どもたちは安心します。大切なことを伝えるとき、「子どもとの時間の共有」も大事にしていきたいものです。

子どもによって差こそあれ初経は不安や戸惑いを感じます。前もって教えられても自分の体から出血するのですから驚きはあります。恐怖を感じる子もいます。泣く子もいます。手を握ったり抱きしめたりして寄り添ってあげましょう。「誰にも起こることだから大丈夫よ」と同性の保護者が自身の経験を交えて話すと子どもは安心します。母親がいなければ身近な女性に寄り添ってもらうといいですね。子どもが落ち着いてから再度具体的な手当てを教えましょう。

幼児期から自分の体を知ること守ること、健康や病気のこと、家族のことなどを日常の会話で子どもと沢山話しましょう。月経や妊娠も全てがそこからつながっています。

大学生になった男性が年中の頃、公園で昆虫が交尾している様子をみて優しい声で「結婚式してる」と。温かい家族関係を垣間見た心地よい気持ちになったことでした。