**＜事前アンケート＞**

体と心のアンケート

　みなさんは大人に向かって、日々成長しています。特に思春期には、心と体が大きく変化するので、悩みが多くなることもあります。



　あなたは今、どんな不安や悩み、気になることがありますか？

当てはまることに○をつけて、その他（　　　）には具体的に記入して下さい。

　　　年

１　体のこと

　　・　身長や体重など体の成長が心配（　　）

　　・　かみ型や顔、服装など見た目が気になる（　　）

　　・　にきび・声変わり・性器に毛が生える・胸が大きくなるなど体の変化（　　）

　　・　精通や月経のこと　（　　　）

　　・　その他　（　　　　　　　　　　　　　　　　　）

２　心のこと

　　・　周りの人が自分のことをどう思っているか気になる（　　　）

　　・　ちょっとしたことにイライラする　（　　　）

　　・　大人に指示されたりするのがいや（　　　）

　　・　学校に行きたくなくなる（　　　）

* 一人になりたい（　　　）

　　・　ちょっとしたことでもおちこんでしまう（　　　）

　　・　その他　（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

３　性のこと

　　・　好きな人がいる　（　　　）

　　・　エッチなもう想がとまらない　（　　　）

　　・　異性と今まで通り話すことができない　（　　　）

　　・　みんなは好きな人の話とかするけど、興味が無い（　　　）

　　・　現実の人より、アイドルやゲームのキャラクターなどの方がいい（　　　）

　　・　異性（男→女）よりも同性（男→男　女→女）の方がすき（　　　）

　　・　その他　（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

４　その他　心や体について相談したいことがあったら、自由に書いて下さい。

**＜学習プリント＞**

自分らしく生きる

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　年

１、性の多様性について話を聞き、考えたことを書きましょう。



２、あなたの「自分らしさ」は何ですか？

３、どうしたら「自分らしく生きていきていけるのか」を考えよう。

４，体のことや心のことで心配なことがあったら書いてください。

５、授業の振り返りをしましょう。

＜参考文献・資料＞

・　４年生の保健・体育の教科書「みんなの保健」　学研

・　国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】～科学的根拠に基づいたアプローチ～　ユネスコ

・　性の多様性を認め合う児童生徒の育成Ⅱ　倉敷市教育委員会

・　健」2018年11月号　株式会社　日本学校保健研修社