
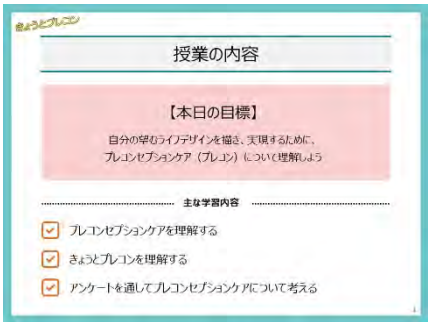


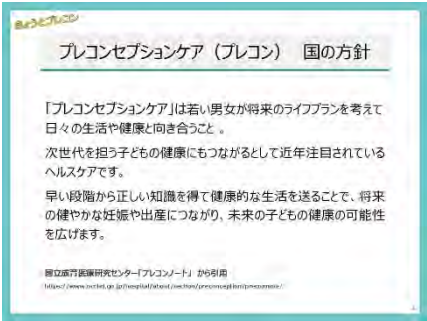

プログラム 1-1 「プレコンセプションケアとは」 教員用プログラム

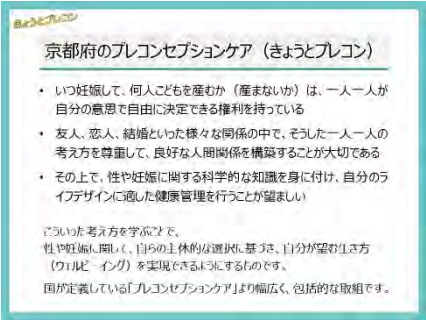
1. 各スライドの指導上の留意点

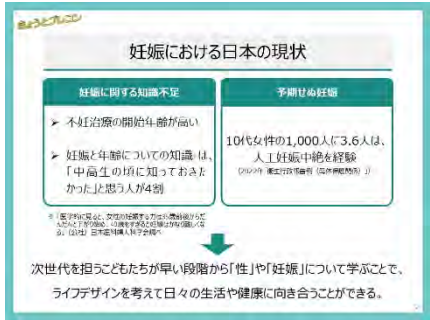

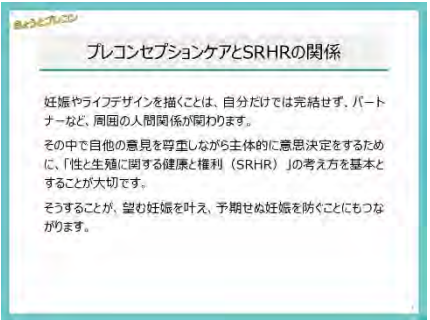
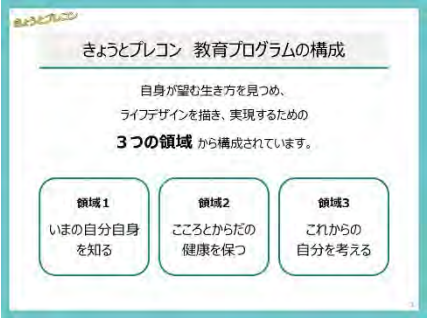
学習目標

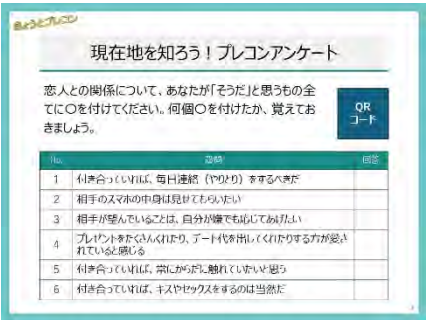
自分の望むライフデザインを描き、実現するために、プレコンセプションケア(プレコン)について理解しよう

段階	授業の展開	指導上の留意点
導入	<p>1. 授業のねらいや全体像を知る</p> <p>・表紙</p>  <p>・スライド1</p> 	<p>○本時では、プレコンセプションケアの学習について、学習を通して何をすることができているのか、プログラムのねらいと全体像を把握できるように伝えます。</p> <p>○「プレコンセプションケア」とは、「若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと」であり、「次世代を担う子どもの健康にもつながる」として近年注目されているヘルスケア」です。 (国立成育医療研究センター「プレコンノート」)</p> <p>○京都府プレコンセプションケア教育プログラムでは、上記を踏まえたうえで、性や妊娠に関して、自らの主体的な選択に基づき、自身が望む生き方を実現することを目的としており、そのために必要な知識を身につけていきます。</p> <p>○人生の選択は、大きなライフデザインだけでなく、友人関係や恋愛、家族との関係など、身近なところにもたくさんあります。その中で自分の意思を持ち、主体的な選択について考えることも、プレコンセプションケアに含まれます。</p> <p>○プレコンセプションケアと聞くと、高校生の中には縁遠い話、まだ考えなくても良い話と思うなど、自分事として考えにくい生徒もいるかと思います。そこで、本授業では</p>

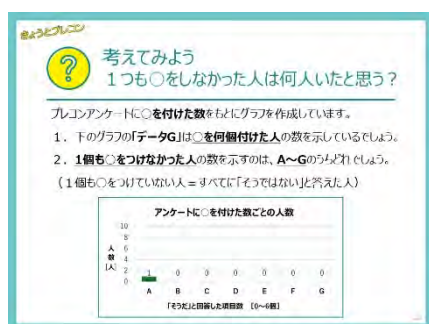
		<p>アンケートを行い、生徒が自身の現状を把握することで、主体的に学習に取り組むための助けになります。</p> <p>○本時では、アンケート回答結果やプレコンセプションケアの到達目標について深掘りする時間が限られますが、1-2以降のプログラムとの関連性を意識することも重要です。</p>
展開	<p>2. プレコンセプションケアについて知る</p> <p>・スライド2</p>  <p>・スライド3</p> 	<p>○まずは「なぜプレコンセプションケアを学習する必要があるか」を伝えるため、京都府でのプレコンセプションケアの取り組みと主旨(考え方)を伝えます。</p> <p>○国のプレコンセプションケアの定義(スライド2)を確認すると、プレコンセプションケアとは、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うこと ・次世代を担う子どもの健康にもつながるとして近年注目されているヘルスケア ・早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子どもの健康の可能性を広げ「るものであることがわかります。(国立成育医療研究センター「プレコンノート」) <p>○また、早期段階からプレコンセプションケアの知識を得て、健康管理に取り組むことの意義が、スライド3の図では示されています。</p> <p>(国立成育医療研究センター「プレコンノート」)</p>
		<p>○国の方針では、性や妊娠に関する知識が乏しいこと、それにより妊娠率が低下していることなどの課題を受け、科学的・医学的観点からプレコンセプションケアを推進しています。</p> <p>京都府では、これに加え、教育活動として、生徒一人ひとりが主体的に考え、より多様なライフデザインを実現できる</p>

<p>・スライド4</p>  <p>京都府のプレコンセプションケア（きょうとプレコン）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ いつ妊娠して、何人子どもを産むか（産まないか）は、一人一人が自分の意思で自由に決定できる権利を持っている ・ 友人、恋人、結婚といった様々な関係の中で、そうした一人一人の考え方を尊重して、良好な人間関係を構築することが大切である ・ その上で、性や妊娠に関する科学的な知識を身に付け、自分のライフデザインに適した健康管理を行うことが望ましい <p>こういった考え方を学ぶことで、性や妊娠に関し、自らの主体的な選択に基づき、自分が望む生き方（ウェルビーイング）を実現できるようにするものです。国が定義している「プレコンセプションケア」より幅広く、包括的な取組です。</p>	<p>ように、人権や性への理解という要素を盛り込み、独自のプレコンセプションケアを推進していきます。</p> <p>○京都府では、誰もが、「いつ妊娠して、何人子どもを産むか（産まないか）は、一人ひとりが自分の意思で自由に決定できる権利を持っている」ことを前提に、「性のあり方や妊娠を含めたライフデザインを、自らの主体的な選択に基づいて描き、自分が望む生き方（ウェルビーイング）を実現できるようにすること」を、「プレコンセプションケア」と称しています。</p> <p>【参考】「ウェルビーイング」について、文部科学省では以下のように定義しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体的・精神的・社会的に良い状態にあることをいい、短期的な幸福のみならず、生きがいや人生の意義などの将来にわたる持続的な幸福を含む概念。 ・多様な個人がそれぞれ幸せや生きがいを感じるとともに、個人を取り巻く場や地域、社会が幸せや豊かさを感じられる良い状態にあることも含む包括的な概念。 <p>（「第4期 教育振興基本計画」文部科学省、2024年6月16日閣議決定）</p> <p>○一人ひとりの「自分が望む生き方（ウェルビーイング）の実現」のために、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友人、恋人、家族といった様々な関係の中で、一人ひとりの考え方を尊重し、良好な人間関係を構築すること ・性や妊娠に関する科学的な知識を身に付け、自分のライフデザインに適した健康管理を行うこと <p>を伝えることが、京都府プレコンセプションケア（きょうとプレコン）の教育プログラムです。</p>
--	---

<p>3. SRHR とプレコンセプションケア</p> <p>ア</p> <p>・スライド5</p> 	<p>○プレコンセプションケアの背景には、日本では妊娠や避妊、不妊に関する知識を得る機会が乏しいことが、具体的課題として挙がっています。</p> <p>そこで、学校に在籍している段階から性や妊娠に関する科学的な知識を身に付けライフデザインを描くことが必要です。</p>
<p>・スライド6</p>  <p>・スライド7</p>  <p>・スライド8</p> 	<p>○「性と生殖に関する健康と権利(SRHR)」とは、自分のからだや、性・生殖について、十分な情報を得て知識を持ち、自分の望む選択ができるということであり、また、適切な医療やケアを受けることで健康を保つことができるということです。</p> <p>○性や妊娠に関する問題については、自分だけで完結するものではなく、他者との人間関係の中で生じるものです。</p> <p>そのため、きょうとプレコンでは、予期せぬ妊娠を防ぎ、こどもを持ちたいときに叶うように、相手の意思を尊重し、良好な人間関係を構築する「性と生殖に関する健康と権利(SRHR)」の考え方を基盤に据えます。</p> <p>○「性と生殖に関する健康と権利(SRHR)」を踏まえ、自分らしいライフデザインを描き、実現できるように、以下の3つに重きを置き、「3つの領域」で教育プログラムを構成しています。</p> <p>第1領域 いまの自分自身を知る</p> <p>第2領域 こころとからだの健康を保つ</p> <p>第3領域 これからの自分を考える</p>

		<p>○人生の選択は意思決定の積み重ねであり、友人関係や恋愛、家族との関係など、身近なところにも意思決定の機会はたくさんあります。</p> <p>その中で自分の意思を考え、自らの主体的な選択に基づいたライフデザインを描くことも、プレコンセプションケアに含まれます。</p> <p>○そのため本教育プログラムでは、生徒たちが自分事としてプレコンセプションケアを考え、日ごろの意思決定等の機会においても実践していけるよう、グループワーク等の考える活動を多く取り入れています。</p> <p>考える活動を通して、日ごろの家族や友人、パートナーとの関係性について振り返り、自分と他者の性と尊厳について理解し、性に関して責任ある行動を選択できるようになることを目指します。</p>
	<p>4. 事前アンケートをもとに、プレコンセプションケアの到達目標を理解する</p> <p>・スライド9</p> 	<p>○「3. SRHR とプレコンセプションケア」の考えに基づき、本時では、生徒たちが回答したアンケートを基に、第1領域の「いまの自分自身を知る」ことについて考えます。</p> <p>○以下では生徒のアンケートを用いて、きょうとプレコンで学習する土台づくりを行います。</p> <p>ここでは、スライド9に示した6つの設問について、「そうだ」と思うものに○をつけて集計します。</p> <p>○のついた個数ごとに集計し、スライド10に示します。</p> <p>※本アンケートは授業前に実施することを推奨します。</p> <p>【考えてみよう】1つも○をしなかった人は何人いたと思う？</p> <p>プレコンアンケートに<u>○を付けた数</u>をもとにグラフを作成しています。</p> <p>1. 下のグラフの「データ G」は<u>○を何個付けた人</u>の数を示しているでしょう。</p>

・スライド10



2. 1個も○をつけなかった人の数を示すのは、A～Gのうちどれでしょう。

(1個も○をつけていない人＝すべてに「そうではない」と答えた人)

○本アンケートは、生徒の回答結果をスライド(PPT)内のグラフに反映できるように調整をしています。

＊具体的なグラフ反映の手順については、別紙をご参照ください。

データ A～G の答えはそれぞれ、

データ A:○を付けた数が「0個」の人の数

データ B:○を付けた数が「1個」の人の数

データ C:○を付けた数が「2個」の人の数

データ D:○を付けた数が「3個」の人の数

データ E:○を付けた数が「4個」の人の数

データ F:○を付けた数が「5個」の人の数

データ G:○を付けた数が「6個」の人の数

となります。

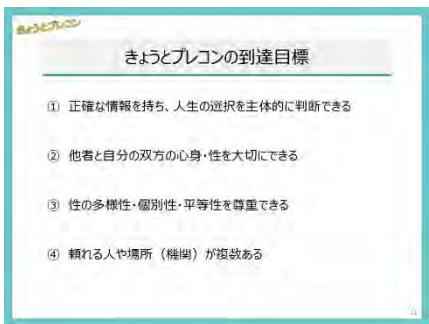
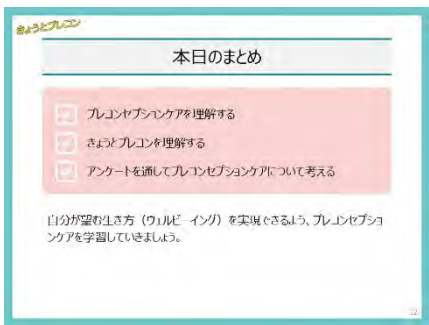
よって、問1の答えは「○を付けた数が「6個」の人の数」となり、

問2の答えは「データ A」となります。

○個々の生徒の回答結果を扱う形ではなく、「このクラスの傾向」としてグラフを示すことで、生徒が授業に組みやすくなります。

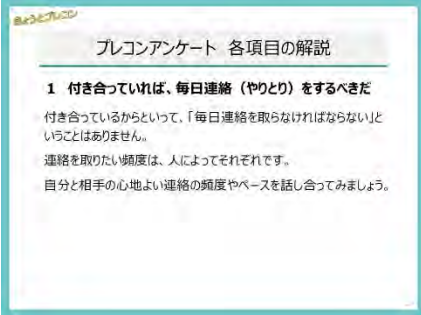
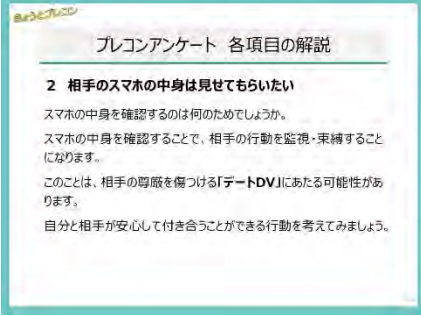
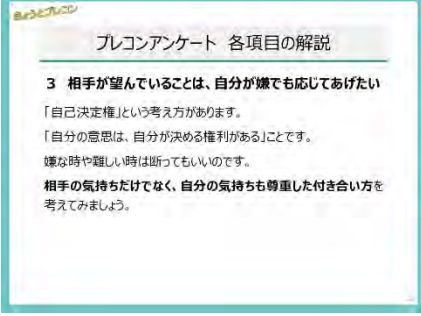
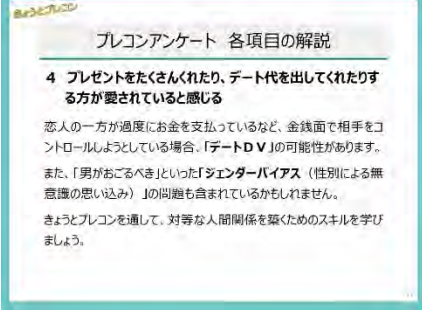
＊アンケートの個々の回答結果の取り扱いには注意しましょう。

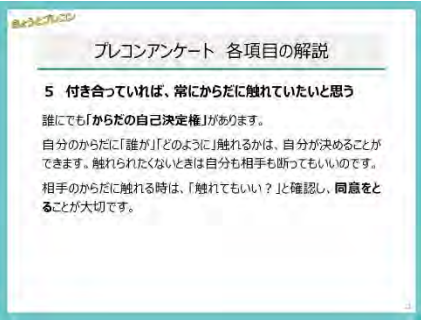
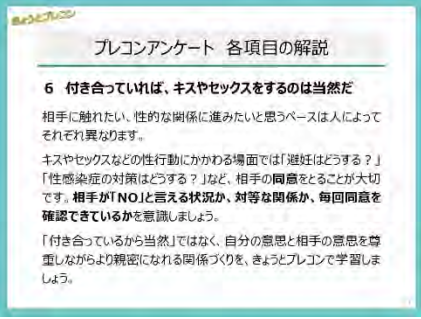
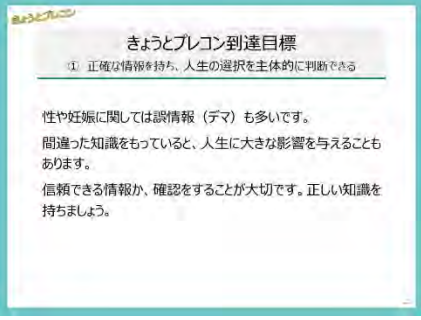
○アンケートを扱う際、生徒がアンケート項目すべてに「○」と回答したから「悪い」「課題がある」という取り上げ方をするのではなく、これから学習をするために「現状を把握すること」を主眼に置いて扱うことが大切です。

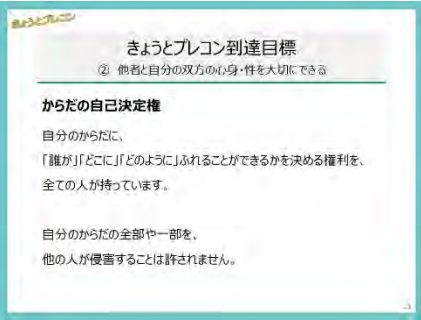
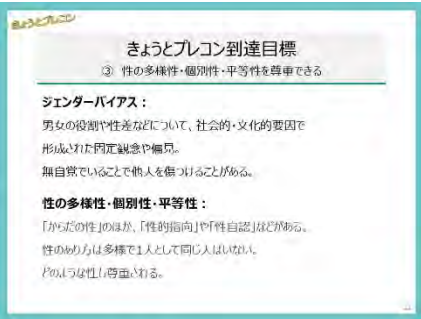
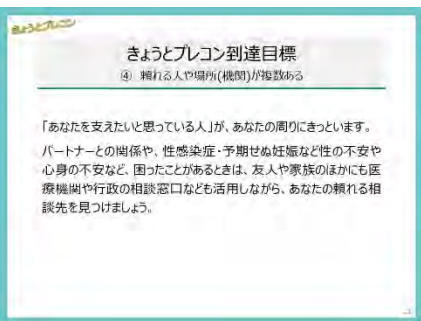
		<p>○【考えてみよう】を行うことで、他人の意見や考え方に触れ、自分と他者の価値観の違いがわかるとともに、他者を尊重することを学習します。</p> <p>この【考えてみよう】では、アンケートの回答結果をもとにどんな印象を持ったか、感想を話し合ってください。</p>
	<p>・スライド11</p> 	<p>○スライド10のアンケート結果を踏まえて、京都府プレコンセプションケア(きょうとプレコン)の到達目標を伝えます。</p> <p>＊到達目標1～4の解説は、【資料編】にスライドがありますので、必要に応じて活用してください。</p>
まとめ	<p>5. 本時の振り返り</p> <p>・スライド12</p> 	<p>○本時では、生徒自身が望むライフデザインを実現できるため、プレコンセプションケアを学習する意義を理解し、学習を進めるための土台づくりを行いました。</p> <p>以後は、各学校の生徒の実態やニーズに合わせて、必要なプログラムや内容を選択して実施していきましょう。</p> <p>○本時ではプレコンセプションケアについて詳しく説明するには時間が限られますが、生徒の傾向やニーズに合わせて、他のプログラムと関連付けていくのが望ましいでしょう。</p> <p><関連する他のプログラム></p> <p>到達目標① 正確な情報を持ち、人生の選択を主体的に判断できる</p> <p>➡・プログラム1-2「思春期のからだと変化」</p> <p>・プログラム2-2「妊娠と避妊のしくみ」</p> <p>・プログラム3-2「あなたの健康とプレコンセプションケア」</p>

		<p>・プログラム3-3「あなたのライフデザインを考えてみよう」</p> <p>到達目標② 他者と自分の双方の心身・性を大切にできる ➡・プログラム 2-1「からだの尊厳と暴力」 ・プログラム2-3「より安全な性行動」 ・プログラム 3-1「あなたの健康と対人スキル」</p> <p>到達目標③ 性の多様性・個性・平等性を尊重できる ➡・プログラム1-3「ジェンダー平等と性の多様性」</p> <p>到達目標④ 頼れる人や場所(機関)が複数ある ➡・プログラム1-2「思春期のからだと変化」 ・プログラム1-3「ジェンダー平等と性の多様性」 ・プログラム 2-1「からだの尊厳と暴力」 ・プログラム2-2「妊娠と避妊のしくみ」 ・プログラム2-3「より安全な性行動」</p> <p>●「プレコンセプションケア」については、授業用動画の「CHAPTER9 プレコンセプションケアについて知る」(所要時間:約 6 分)も活用しながら、理解を深めましょう。</p>
--	--	--

【資料編】

授業の展開	指導上の留意点
<p>・スライド14</p>  <p>・スライド15</p>  <p>・スライド16</p>  <p>・スライド17</p> 	<p>○スライド9で実施した「プレコンアンケート」の質問項目ごとの解説を、スライド 14～19 に記載しています。</p> <p>それぞれ、以後の教育プログラムにつなげるための足掛かりとして、他のプログラムと関連する「キーワード」を解説文に散りばめています。</p> <p>○スライド 14(項目1)のキーワード： 自分と相手との心地良い連絡の頻度やペースの話し合い(話し合いでのより良い関係構築)</p> <p>関連する主なプログラム：2-1 からだの尊厳と暴力、3-1 あなたの健康と対人関係のスキル</p> <p>○スライド15(項目2)のキーワード：デート DV 関連する主なプログラム：2-1 からだの尊厳と暴力</p> <p>○スライド16(項目3)のキーワード：相手の気持ちだけでなく、自分の気持ちも尊重した付き合い方 関連する主なプログラム： 2-1 からだの尊厳と暴力、3-1 あなたの健康と対人関係のスキル</p> <p>○スライド17(項目4)のキーワード：デート DV、ジェンダーバイアス 関連する主なプログラム： 1-3 ジェンダー平等と性の多様性、2-1 からだの尊厳と暴力</p> <p>○スライド18(項目5)のキーワード：からだの自己決定権、同意をとる 関連する主なプログラム： 2-1 からだの尊厳と暴力、2-3 より安全な性行動</p>

<p>・スライド18</p>  <p>誰にでも「からだの自己決定権」があります。 自分のからだに「誰が」「どのように」触れるかは、自分が決めることができます。触れられたくないときは自分も相手も断ってもいいのです。相手のからだに触れる時は、「触れてもいい？」と確認し、同意をとることが大切です。</p>	<p>○スライド19(項目6)のキーワード:同意をとる、同意の3つのポイント(相手が「NO」と言える状況か、対等な関係か、毎回同意を確認できているか)</p> <p>関連する主なプログラム: 2-2 妊娠と避妊のしくみ、2-3 より安全な性行動</p>
<p>・スライド19</p>  <p>相手に触れたい、性的な関係に進みたいと思うペースは人によってそれぞれ異なります。 キスやセックスなどの性行動にかかわる場面では「避妊はどうする?」「性感染症の対策はどうする?」など、相手の同意をとることが大切です。相手が「NO」と言える状況か、対等な関係か、毎回同意を確認できているかを意識しましょう。 「付き合っているから当然」ではなく、自分の意思と相手の意思を尊重しながらより精密になれる関係づくりを、きょうとプレコンで学習しましょう。</p>	<p>○スライド 20 以降では、プレコンセプションケアの4つの到達目標について詳しく説明しています。</p> <p>各学校の生徒の傾向やニーズに合わせて、必要箇所を補う形で使用してください。</p> <p>○到達目標① 正確な情報を持ち、人生の選択を主体的に判断できる</p> <p>Web サイトや SNS 等には、科学的・医学的根拠のない性に関する情報がたくさんあります。例えば、男性器の形について「大きい方が良い」といったイメージを持っているなどです。</p> <p>また、他者と比較して劣等感を抱いたり、悩んだり、時に手術が必要と思っていることもあります。</p> <p>情報の信ぴょう性を確認することが大切であることを伝えます。</p>
<p>・スライド20</p>  <p>性や妊娠に関しては誤情報（デマ）も多いです。 間違った知識をもってると、人生に大きな影響を与えることもあります。 信頼できる情報か、確認をすることが大切です。正しい知識を持ちましょう。</p>	

<p>・スライド21</p> 	<p>○到達目標② 他者と自分の双方の心身・性を大切にできる</p> <p>アンケートでは、「お付き合い」に関する質問項目が並んでいます。中には自分の意思よりも相手の意思を重視するような考え方や、「付き合っているなら〇〇しても良い」と考えている生徒もいることがアンケート結果からも明らかになってくると思います。</p> <p>○自分のからだは自分のものであり、誰がいつ、どのようにからだに触れるかについては自分で決める権利があります(からだの自己決定権)。</p> <p>そのため、付き合っていたとしても、好きに扱って良いわけではないことを押さえましょう。</p>
<p>・スライド22</p> 	<p>○到達目標③ 性の多様性・個性・平等性を尊重できる</p> <p>性のあり方は多様です。</p> <p>「男子/女子の方が〇〇が向いている」といった性別と紐づけられた偏見(ジェンダーバイアス)は社会文化的に形成されています。</p> <p>どうしてそのように考えるようになったのか、生徒に問いかけることも、ジェンダーへの見方・とらえ方を見直すことにつながります。</p> <p>また、好きになる性、社会的にふるまう性、戸籍上の性などの要素が合わさって一人ひとりの性ができており、性のあり方は一人ひとり異なることを確認しましょう。</p>
<p>・スライド23</p> 	<p>○到達目標④ 頼れる人や場所(機関)が複数ある</p> <p>からだやこころの悩みは、困っていても相談しにくいという生徒も中にはいるでしょう。公的機関や保健所、医療機関など、身の周りの人だけでなく、いざというときに頼れる相談先が、身近な人間関係の外にもあることを伝えます。</p>

2. スライドに掲載される主な参考資料

*スライド掲載順に記載。教員用プログラムの中に記載されている項目は(教プロ)と記載。

・スライド2・3

国立成育医療研究センター「プレコンノート」

<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/preconception/preconnote/>

・スライド4(教プロ)

文部科学省「第4期 教育振興基本計画」(2024年6月16日閣議決定)

https://www.mext.go.jp/a_menu/keikaku/index.htm

・スライド5

日本産科婦人科学会「HUMAN+」 加齢と妊娠のリスク

<https://humanplus.jp/%e5%8a%a0%e9%bd%a2%e3%81%a8%e5%a6%8a%e5%a8%a0%e3%81%ae%e3%83%aa%e3%82%b9%e3%82%af/>

厚生労働省「令和4年度衛生行政報告例の概況(母体保護関係)」(令和5年10月31日公開)

https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/eisei_houkoku/22/

・スライド6

ジョイセフ「セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス／ライツ(SRHR:性と生殖に関する健康と権利)とは」

<https://www.joicfp.or.jp/jpn/know/advocacy/rh/>