

宮崎市立小中学校における 包括的性教育の手引

小学校低学年

だいじ・だいじ・
じぶんのからだ

小学校高学年

それってOK？
ライン
みんなの境界線

中学校

自分を愛する、
最強のスキル。



出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/_/R8.3_.pdf

2. 包括的性教育とは

包括的性教育（CSE：Comprehensive Sexuality Education）とは、単に生殖や避妊の仕組みを学ぶ「医学的知識」の教育ではありません。ユネスコなどが発行した『国際セクシュアリティ教育ガイダンス』に基づき、「心身の健康、人間関係、人権、尊厳」を軸に、性（セクシュアリティ）をポジティブに捉える学びです。また、子どもや若者が「性と生殖に関する健康と権利（Sexual and Reproductive Health and Rights: SRHR）」を理解し、自分の身体・人生に関して意思決定できる力を育む教育でもあります。

最大の目的は、子どもたちが自分自身と他者の権利を尊重しながら、自ら納得できる意思決定を行うことのできる「ライフスキル」を身につけることにあります。

1. 包括的性教育が扱う8つの主要概念

ユネスコの『国際セクシュアリティ教育ガイダンス』において示されている国際的な基準では、以下の8つの柱を、子どもの発達段階に応じて反復して学びます。

- ①人間関係： 家族、友人、恋愛。対等で信頼できる関係の築き方。
- ②価値観、人権、文化、セクシュアリティ： 価値観や文化、人権の観点からセクシュアリティを理解する。
- ③ジェンダーの理解： 社会的な性別役割分担（「男らしさ・女らしさ」）への批判的思考。
- ④暴力と安全確保： 性的同意、境界線（パーソナルスペース）、暴力の防止。
- ⑤健康とウェルビーイング（幸福）のためのスキル： 意思決定、交渉、コミュニケーションなど、健康と幸福を支えるライフスキル。
- ⑥人間のからだの発達： 性と生殖に関する健康、思春期の変化、自分の身体についての自己決定権。
- ⑦セクシュアリティと性的行動： 親密な関係や性的関係のあり方についての理解。
- ⑧性と生殖に関する健康： 避妊、妊娠、性感染症の予防とケア。

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/ R8.3_.pdf

3. 学習指導案（小学校1～3年）

国際セクシュアリティ教育ガイダンスのキーコンセプトと本市カリキュラムとの関係												
小学校 (1～3年)	学年	1年	1年	1～2年	1～2年	2年	2年	2年	3年	3年	3年	3年
	教科	道徳	学級活動	生活	学級活動	道徳	学級活動	学級活動	体育 (保健)	道徳	学級活動	学級活動
だいじ・だいじ・じぶんのからだ												
キーコンセプト	掲載ページ	P.9～	P.13～	P.17～	P.20～	P.24～	P.28～	P.32～	P.36～	P.39～	P.42～	
1 人間関係												メディアリテラシーの育成
2 価値観、人権、文化、セクシュアリティ												
3 ジェンダーの理解												
4 暴力と安全確保												
5 健康とウェルビーイング（幸福）のためのスキル												
6 人間のからだと発達												
7 セクシュアリティと性的行動												
8 性と生殖に関する健康												

※アイコンは、宮崎市教育委員会が生成AIで作成したオリジナルです。

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/_R8.3_.pdf

4. 学習指導案（小学校4～6年）

国際セクシュアリティ教育ガイダンスのキーコンセプトと本市カリキュラムとの関係													
小学校 (4～6年)	学年	4年	4年	4年	5年	5年	5年	5年	5年	5～6年	6年	6年	6年
	教科	体育(保健) 2時間	道徳	学級活動	理科	家庭	体育 (保健)	道徳	学級活動	学級活動	体育 (保健)	道徳	学級活動
それってOK？ みんなの境界線													
キーコンセプト	掲載ページ	P.47～	P.52～	P.56～	P.60～	P.63～	P.66～	P.70～	P.74～	P.78～	P.84～	P.87～	
1 人間関係													性に関する正しい知識
2 価値観、人権、文化、セクシュアリティ													
3 ジェンダーの理解													
4 暴力と安全確保													
5 健康とウェルビーイング（幸福）のためのスキル													
6 人間のからだと発達													
7 セクシュアリティと性的行動													
8 性と生殖に関する健康													

※アイコンは、宮崎市教育委員会が生成AIで作成したオリジナルです。

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/R8.3_.pdf

3. 学習指導案（中学校）

国際セクシュアリティ教育ガイダンスのキーコンセプトと本市カリキュラムとの関係

中学校	学年	1年	1年	1年	1年	1年	1年	1年	1年	2年	2年	2年	3年	3年	3年	3年	3年	3年	
	教科	保健体育 (保健)	保健体育 (保健)	保健体育 (保健)	家庭	家庭	道徳	学級活動	学級活動	技術	道徳	学級活動	社会 2時間	保健体育 (保健)	保健体育 (保健)	道徳	学級活動	学級活動	
自分を愛する、最強のスキル。																			
キーコンセプト	掲載ページ	P.92～	P.96～	P.101～	P.105～	P.109～	P.113～	P.118～	メディアリテラシーの育成	P.124～	P.128～	P.131～	P.136～	P.141～	P.145～	P.149～	P.153～	大人になる皆さんへ	
1 人間関係																			
2 低信頼、人権、文化、セクシュアリティ																			
3 ジェンダーの理解																			
4 暴力と安全確保																			
5 健康とウェルビーイング（幸福）のためのスキル																			
6 人間のからだと発達																			
7 セクシュアリティと性的行動																			
8 性と生殖に関する健康																			

※アイコンは、宮崎市教育委員会が生成AIで作成したオリジナルです。

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/3/_/ R8.3_.pdf

小学校1年学級活動学習指導案



1.題材

からだをきれいに

2.題材について

(1) 学習指導要領及び解説の位置付け

学級活動(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全 ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

現在及び生涯にわたって心身の健康を保持増進することや、事件や事故、災害等から身を守り安全に行動すること。

(2) 題材設定の理由

この時期の子供たちは、周りの大人や教師から言われ、運動後や給食前に手洗い・うがい・汗の始末等という体を清潔にする行動をとることができているが、目に見える表面的なところだけをきれいにしたりなど、形式的な行動にとどまっていたりする。そこで、基本的な生活習慣を身に付ける小学校初期段階であるこの時期に、体を清潔にすることが健康につながるということを理解させ、自分の生活の中で体を清潔にするための行動を実践化できるようにすることは非常に重要である。

また、自分のからだを「自分のものである」と再認識し、大切に思う気持ちを育むことも重要である。特に、水着で隠れる部分や口（プライベートゾーン）は自分だけの大切な場所であり、清潔に保つことの重要性を理解させると考え、本題材を設定した。

(3) 本題材の指導

本題材では、事前のアンケートの結果により体をきれいにする上での課題に気づくとともに、課題解決のための方法を話し合いによって見つける。見つけた方法から気をつけることを決め、実践させることで体を清潔にすることを習慣化できるようにする。

3.評価規準

知識・技能

自己の身の回りの諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、基本的な生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。

思考・判断・表現

自己の身の回りの諸課題を知り、解決方法などについて話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を意思決定して実践している。

主体的に取り組む態度

自己の生活をよりよくするために、見通しをもったり振り返ったりしながら、進んで課題解決に取り組み、他者と仲よくしてよりよい人間関係を形成しようとしている。

4.事前の指導

児童の活動

アンケートを記入する。

指導上の留意点

手洗いやうがい、入浴、歯みがきなど体を清潔にするための行動について気づかせるとともに、その方法について振り返らせる。

5.本時の目標／6.本時の展開（1/2）

5.本時の目標

生活の中で、体をきれいにすることは**自分を大切にすること**であると理解し、自ら行動することができる。

6.本時の展開（45分）

段階	学習活動	指導上の留意点・評価（★）	準備
導入(5分)	1 手洗いやうがい、入浴や歯みがきなど、体を清潔にするための日常の行動について、方法や気づいたことを発表させる。	○事前アンケートの結果の中から、課題となる内容を提示する。	・ウエットティッシュ
	2 ウエットティッシュで手や首、耳の後ろを拭き体の汚れに気付く。 「日常の中で体をきれいにしているか」振り返り現状を知る。	○きれいに見えても体は汚れていることに気付かせる。	
	体をきれいにするために気をつけることを考えよう		
展開(35分)	3 体の汚れやすいところについて話し合う。 ・手、ひざ、頭 ・口の中 ・おしりや 性器 など、 水着で隠れるところや口（プライベートゾーン）	○日頃の体験を思い出させながら、汚れやすいところに印を付けさせる。 ○見えやすいところにも、見える汚れと見えない汚れがあることを押さえる。 ○ おしりや性器など水着で隠れるところや口「プライベートゾーン」は、自分だけの大切な場所であること、汚れやすい部分であることを理解させる。	・ワークシート （体のイラスト） ・体のイラストの 掲示物
	4 体を汚れたままにしているとどうなるか考える。 ・気持ち悪くなる。 ・病気になる。 ・ばいきんが入る。 ・ かゆくなったり、いやなおいがしたりする。	○体を清潔にすることの大切さに気付かせる。 ○ プライベートゾーンは自分だけの大事なところだからこそ特に清潔にすることが大事であることを伝える。	
	5 体をきれいにするにはどうしたらよい話し合う。 ・手洗い ・うがい ・汗の始末等 ・顔を洗う ・歯をみがく ・お風呂に入る （時間によって内容をしぼる）	○自分の体験をもとに、体の汚れやすいところをきれいにする方法を考えさせる。（手を洗う順番など終末で具体的な目標が立てられるようにする。） ○ プライベートゾーンの洗い方について、優しく洗うなど、具体的な方法に触れる。 ○習慣化につなげる工夫も出し合えるようにする。	

出典 宮崎市教育委員会

6.本時の展開 (2/2)

段階	学習活動	指導上の留意点・評価 (★)	準備
終末(5分)	6 「からだをきれいにするために気を付けたいこと」について決める。 ・手や顔の洗い方とその時に気をつけること ・入浴で気を付けること (プライベートゾーンの洗い方を含む) ・歯をみがく	○日常生活で具体的に実践できるように「実践カード」に記入させる。児童の実態に応じて、扱う活動を絞って目標を決めるなど実践化のための意思決定をさせるようにする。 ◆【思考・判断・表現】 話し合ったことを参考に、体をきれいにするために気を付けたいことを決める。	・実践カード
	7 決めたことをグループで発表する。	○友達の発表を聞いて、必要に応じて自分が決めたことを修正してもよいことを伝える。	
	8 教師の話聞いて、体を清潔にすることの大切さについて再確認する。 決めたことを確認する。	○清潔な習慣の定着を図るため、自分がこれから気を付けることを確かめさせ、実践意欲をもたせる。 ○自分のからだは自分の大切なものであること (からだの主人公は自分)、だから体を清潔にすることは自分を大切にすることにつながることを伝える。また、もし自分のプライベートゾーンを誰かに見せてと言われたり、さわられたりして「いやだ」と感じたら、はっきりと断ってよいこと、そして信頼できる大人に必ず相談してよいことを伝える。	

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/_/ R8.3_.pdf

7.事後の指導／8.家庭へのお知らせ

7.事後の指導

児童の活動	・ 自分で決めたことを一週間実践させる。 ・ 通信等を通じて学習内容を保護者に伝える。
指導上の留意点	○実践状況に応じた声かけを行う。場合によっては、決めた内容の修正を行い、実践が継続できるようにする。 ○家庭と連携し、実践が習慣化できるようにする。

8.家庭へのお知らせ

○月○日（○曜日）の学級活動の時間に、性に関する授業を行いました。今回の題材は「からだをきれいに」でした。

私たちの体には、目に見えやすい汚れと目に見えにくい汚れがあることや、それをそのままにしていたらどうなるかについて話し合い、その後、どうしたら体をきれいにすることができるかについて考えました。特に、今回は「プライベートゾーン」（水着で隠れるおしりや性器、口など）は自分だけの大切な場所であり、そこを清潔に保つことが健康や自分自身を大切にすることにつながる、というお話をしました。そして、学習のまとめでは「からだをきれいにするために気をつけたいこと」を子どもたち自身で考え、実践していくことにしました。

ご家庭でも入浴や排尿・排便の後始末、手洗いや洗顔、歯みがき等、子ども自身が自分の力で自分の体を大切に、そして清潔にできるよう、生活習慣の見直しや指導をお願いします。

また、大人であっても理由なく子どものプライベートゾーンを見たり触ることは控えるとともに、お子さんが自分の体のことで不安なことや、誰かに何かをされて「いやだ」と感じるものがあつたら、いつでもお家の人に話していいんだよ、と伝えていただき、安心できる環境づくりにご協力ください。

なお、悩んだり困ったりしたことがあれば、お気軽に学校へ相談や報告等をしてください。

出典 宮崎市教育委員会

https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/fs/8/7/8/0/7/4/_/ R8.3_.pdf

[ホーム](#)
[全国のにんしんSOS相談窓口](#)
[LINE風
にんしんQ&A](#)
[妊娠?どうしよう
お悩み別情報](#)
[動画](#)
[相談員さん向け
情報ページ](#)

[ホーム](#) > [全国のにんしんSOS相談窓口](#)

川村直子議員 令和8年定例会9月定例会議一般質問 資料5-1
出典 一般社団法人全国妊娠SOSネットワーク Webページより
<https://zenninnet-sos.org/contact-list>

全国のにんしんSOS相談窓口

ご希望の相談窓口に直接ご相談ください。窓口名をクリックすると、連絡先や開設時間が載っています。

- ◆ [全国のにんしんSOS相談窓口](#)
- ◆ [民間養子縁組機関（養子縁組と決めていなくても妊娠SOS相談は全国対応）](#)

※全国のにんしんSOS相談窓口所在地
※2026年9月現在



●全国のにんしんSOS相談窓口

全国妊娠SOSネットワークでは、当事者の方からの直接の相談は受けつけておりません。思いがけない妊娠に悩まれている方は、以下のリストにある相談窓口にご直接ご相談ください。

※にんしんSOS専用の電話・メール・LINEがなく、市民にのみ対応している市町村の相談窓口は掲載しておりません。（政令指定都市を除く）

※ごく短期の居場所や、産前産後の事業として公開していない居場所は記載していません。 **（2026年9月7日更新）**

川村直子議員 令和8年定例会9月定例会議一般質問 資料5-2

所在地	窓口名	相談方法	対応しているところ（妊娠期から使える居場所の有無）
北海道	にんしんSOSほっかいどうサポートセンター	電話・メール・LINE	妻の子会（居場所あり）
青森県	にんしんSOS青森	電話・メール	青森県助産師会
岩手県	にんしんSOSいわて	電話・メール	善友乳児院（居場所あり）
秋田県	にんしんSOS秋田	電話・メール・LINE	ここはぐ
仙台市	にんしんSOS仙台	電話・メール・LINE	キミノトナリ
福島県	にんしんSOSふくしま	電話・メール	星総合病院（居場所あり）
栃木県	にんしんSOSとちぎ	電話・メール・LINE	栃木県助産師会
群馬県	ぐんま妊娠SOS	電話・メール・LINE	群馬県助産師会
埼玉県	にんしんSOS埼玉	電話・メール	ピッコラーレ
千葉県	にんしんSOSちば	電話・メール	ピッコラーレ
東京都	にんしんSOS東京	電話・メール	ピッコラーレ（居場所あり）
東京都	妊娠SOSほっとライン	電話・メール	円ブリオ基金センター
東京都	にんしんSOS新宿	電話・メール	10代・20代の妊娠SOS新宿－キッズ＆ファミリー
東京都	妊娠相談ほっとライン	電話・メール	株式会社メディカル・コンシェルジュ
東京都	妊娠したかもSOS 賛育会	電話	社会福祉法人賛育会
神奈川県	妊娠SOSかながわ	電話・LINE	神奈川県助産師会
横浜市	にんしんSOSヨコハマ	電話・メール・LINE	株式会社法研
川崎市	妊娠・出産SOS電話相談	電話・メール	川崎市助産師会
長野県	にんしんSOSながの	電話・メール	うえだみなみ乳児院（居場所あり）
山梨県	妊娠そうとうSOS山梨	電話・メール・LINE	子育て・発達の子育ち家庭支援センターつばさ
富山県	妊娠・出産悩みほっとライン	電話・LINE	富山県女性健康相談センター
福井県	にんしんSOSふくい	電話・メール	ふくい妊産婦支援センター（居場所あり）
愛知県	にんしんSOS愛知	電話・メール	NPO法人いから
名古屋市	名古屋市妊産婦等生活援助事業あん	電話・メール・LINE	中央有隣学院乳児院ほだか、NPO法人いから（居場所あり）
名古屋市	なごや妊娠SOS	電話・メール・LINE	名古屋市医師会
名古屋市	ライフホープネットワーク 妊娠と中絶後の相談	電話・メール	ライフホープネットワーク（居場所あり）
岐阜県	にんしんSOSパトنگいふ	電話・メール・LINE	乳幼児ホームまりあ（居場所あり）
岐阜県	にんしん・子育てSOS 相談窓口	電話・メール	妻の穂乳幼児ホームかがやき（居場所あり）
――	――	――	MCサポートセンターみっくみえ（居場所あり※MONZENと連携）

三重県	妊娠SOSみえ	電話・LINE	MCサポートセンターみっくみえ（居場所あり※MONZENと連携）
静岡県	しずおか妊娠SOS	電話・メール	静岡県助産師会
滋賀県	にんしんSOS滋賀	電話・メール・LINE	滋賀県産科婦人科医会
京都府・京都市	きょうと妊娠SOS	LINE	京都府社会福祉事業団
大阪府	にんしんSOS	電話・メール	大阪母子医療センター
大阪市	大阪市にんしんSOS ポ・ドーム ダイアモンド ルーム	電話・メール・LINE	母子生活支援施設ポ・ドーム大念仏（居場所あり）
兵庫県・神戸市	予期せぬ妊娠SOS相談	電話・メール・LINE	小さないのちのドア（居場所あり）
岡山県	にんしんSOS岡山	メール	岡山県助産師会
岡山市	おかやま妊娠SOSしよると	電話・メール	妊娠しよるとSOS（居場所あり）
鳥取県	とっとり妊娠SOS	電話・メール	助産所「産後ケア やわらかい風」
広島県	にんしんSOSここん	電話・メール	県委託・社会福祉法人尾道厚生会（居場所あり）
広島県	妊娠110番 メール相談	メール	広島県助産師会
香川県	かがわ妊娠SOS	LINE	香川県助産師会
愛媛県	にんしんSOSえひめ	電話・メール	愛媛助産師会（居場所あり※産前産後ケアステーションえひめと連携）
高知県	にんしんSOS高知 みそのらんぶ	電話・メール	高知聖園ベビーホーム（居場所あり）
福岡県	福岡にんしん110番Link	電話・メール・LINE	慈愛会 清心乳児園（居場所あり）
福岡県	産前産後母子支援ステーション ママリズム	電話・メール・LINE	日王福祉会（居場所あり）
福岡県	にんしんSOSここはる	電話	こどもと女性包括支援センター-halu（居場所あり）
福岡市	福岡市にんしん相談こもてイエ	電話・メール・LINE	産前・産後母子支援センターこもてイエ（居場所あり）
佐賀県	さが妊娠SOSましゅまるネット	電話・メール	産前産後母子支援ステーションましゅまるネット（居場所あり）
長崎県	長崎県にんしんSOS相談窓口	電話・メール・LINE	YELLながさき
熊本市	にんしんSOS熊本	電話・メール	熊本乳児院（居場所あり）
熊本市	SOS赤ちゃんとお母さんの妊娠相談	電話・メール	聖粒会 慈恵病院
大分県	おおいた妊娠ヘルプセンター	電話・メール	大分県助産師会
宮崎県	あいてまごへ～にんしん・女性の健康SOS～	電話・LINE	宮崎県助産師会
鹿児島県	にんしんSOSかごしま	電話・メール・LINE	親子ネットワークがじゅまるの家（居場所あり）
鹿児島県	かごしまホットライン	メール・LINE	鹿児島大学医学部保健学科看護学専攻成育看護学講座
沖縄県	沖縄県若年にんしんSOS	電話・メール・LINE	おきなわ子ども未来ネットワーク（居場所あり）

出典 一般社団法人全国妊娠SOSネットワークWebページより
<https://zenninnet-sos.org/contact-list>