

性と生を考える

性に関する情報は、あふれています。しかし、すべてが正しいとは限らず、興味本位であったり、うわさであったりすることが多くあります。ここでは生きていくうえで知っておかなくてはいけないこと、大人への道を豊かに安全に歩いていくための本を紹介します。家族みんなで読んでみて下さい。

リストの資料は書名・著编者名・出版社・出版年・請求記号・解説の順で掲載しています。対象年齢順にならんでいます。

いのちについてかんがえる

幼児～

| | | | | |
|---|------------|-----|------|-----|
| おかあさんがおかあさんになった日 | 長野ヒデ子 / さく | 童心社 | 1993 | P/ナ |
| 「あなたが生まれた日のこと……。」おかあさんが、病院に入院し、出産するまでの様子を描いた絵本。『おとうさんがおとうさんになった日』とあわせて読むと、家族が増える喜びがいつそう伝わってきます。 | | | | |

| | | | | |
|--|-----------|------|------|-----|
| おへそのあな | 長谷川義史 / 作 | BL出版 | 2006 | P/ナ |
| お母さんのおなかのなか、おへそのあなから、あかちゃんがのぞいています。「みえる みえる」おにいちゃん、おねえちゃん。「きこえる きこえる」いろいろな声。みんなまってね。 | | | | |

| | | | | |
|---|------------|------|------|-----|
| うちにあかちゃんがうまれるの | いとうえみこ / 文 | ポプラ社 | 2004 | P/イ |
| 自宅出産を記録した写真絵本。お母さんと一緒に赤ちゃんの誕生に接する様子を描きます。家族みんなで、赤ちゃんが生まれてくるのを待ちわび、そして迎えた喜びが伝わります。 | | | | |

小学校中学年～

| | | | | |
|---|-----------------|-------|------|-------|
| 赤ちゃんのはなし | マリ・ホル・エツ / ぶん・え | 福音館書店 | 1982 | 463/エ |
| 「そしてこの新しい生命は、おかあさんのからだの中で、まだ赤ちゃんの形にならないうちに、もうつぎの生命のもとをよひします。」(本文より) ていねいな絵が、写真以上に生命の力強さを伝えます。科学読み物としても、すぐれた一冊です。 | | | | |

小学校高学年～

| | | | | |
|---|-----------|------|------|-------|
| 赤ちゃんが生まれる | 北村邦夫 / 監修 | 金の星社 | 2007 | 491/キ |
| 赤ちゃんが生まれるまでの成長の様子を、写真と文で詳細に解説しています。美しい写真が、生命の神秘を感じさせます。 | | | | |

からだについてかんがえる

幼児～

| | | | | |
|---|------------|-------|------|---------|
| おっばいのひみつ | 柳生弦一郎 / さく | 福音館書店 | 1991 | 491 / ㍶ |
| <p>なんで おんなのひとのおっばいはおおきいの？あかちゃんにおちちをあげるため？おっばいの働きをさぐりながら、おかあさんと赤ちゃんの強い絆を感じることができる絵本です。</p> | | | | |

小学校低学年～

| | | | | |
|---|-----------|----------|------|-------------|
| おとうさんのおっばい なぜあるの | かこさとし / 著 | 農山漁村文化協会 | 1988 | 490 / カ / 5 |
| <p>お父さん、お母さんの体のちがいを考えながら、赤ちゃんがどのように生れてくるのかが、わかりやすく説明されています。</p> | | | | |

| | | | | |
|------------------|---------------|------|------|---------|
| おちんちんのえほん | やまもとなおひで / ぶん | ポプラ社 | 2000 | 367 / カ |
|------------------|---------------|------|------|---------|

小学校高学年～

| | | | | |
|-------------------|----------|-------|------|-------------|
| 男の子のからだの絵本 | 北沢杏子 / 文 | アーニ出版 | 2000 | 367 / コ / 2 |
|-------------------|----------|-------|------|-------------|

| | | | | |
|-------------------|----------|-------|------|-------------|
| 女の子のからだの絵本 | 北沢杏子 / 文 | アーニ出版 | 2000 | 367 / コ / 1 |
|-------------------|----------|-------|------|-------------|

| | | | | |
|--|----------|-----|------|---------|
| 女の子のからだ 男の子のからだ:からだの変化とこころの成長 | 大島清 / 監修 | 偕成社 | 1993 | 376 / ホ |
| <p>女の子と男の子のからだの違いから、性について、男女の一生について考えます。</p> | | | | |

| | | | | |
|-----------------------------------|-------------|-----|------|---------|
| 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 | 高橋由為子 / 作・絵 | 偕成社 | 1998 | 495 / タ |
|-----------------------------------|-------------|-----|------|---------|

| | | | | |
|-------------------|------------------|-------|------|---------|
| ピリオド:女の子の話 | シャーロット; オウエン / 作 | アーニ出版 | 2006 | 495 / オ |
|-------------------|------------------|-------|------|---------|

性についてかんがえる

幼児～

| | | | | |
|---------------|------------|-----|------|---------|
| ぼくのはなし | 和歌山静子 / さく | 童心社 | 1992 | 367 / ㍶ |
|---------------|------------|-----|------|---------|

| | | | | |
|----------------|-----------|-----|------|---------|
| わたしのはなし | 山本直英 / さく | 童心社 | 1992 | 367 / ㍶ |
|----------------|-----------|-----|------|---------|

| | | | | |
|----------------|-----------|-----|------|---------|
| ふたりのはなし | 山本直英 / さく | 童心社 | 1992 | 367 / ㍶ |
|----------------|-----------|-----|------|---------|

おかあさんとみる性の本(全3巻)シリーズ。男の子、女の子それぞれが、自分を大切に思い、自分自身を守っていくこと、そして、お互いを大切に思うことの大事さが描かれた絵本です。親子で一緒に楽しく学ことができます。

小学校低学年～

| | | | | |
|-------------|-------------|-----|------|-------|
| 赤ちゃん | みやもとまさこ / 作 | 文芸社 | 2000 | 367/ミ |
|-------------|-------------|-----|------|-------|

赤ちゃんはどうやって生まれるのか、「いのち」になることをやさしく語りかけます。

| | | | | |
|----------------|------------------|-----------|------|-------|
| せっすのえほん | みずのつきこ / え と文 | あゆみ出 版 | 1992 | 367/ミ |
|----------------|------------------|-----------|------|-------|

「わたしはどういうふうなうまれてきたの？」素朴な疑問に、まっすぐ、わかりやすく書かれています。

| | | | | |
|------------------------------------|----------|------|------|-------|
| さあ、しゅっぱつだ！からだと心のたんけんに 低・中学年 | 入江幸子 / 著 | 第一法規 | 1992 | 367/イ |
|------------------------------------|----------|------|------|-------|

小学校中学年～

| | | | | |
|---------------------------------|-----------|------|------|-------|
| ママだけのティッシュってなあに：おんなのこのほん | 入江幸子 / ぶん | 第一法規 | 1981 | 367/イ |
|---------------------------------|-----------|------|------|-------|

日々の生活の親子の会話を中心に、男の子と女の子の違いや性について、子どもたちが自然に受け入れていく様子を描いた物語です。

小学校高学年～

| | | | | |
|--|-----------|------|------|-------|
| 見たい 聞きたい 恥ずかしくない！性の本 1 性・自分・家族 2 女の子の心とからだ 3 男の子の心とからだ 4 性犯罪・性感染症 | 北村邦夫 / 監修 | 金の星社 | 2007 | 367/キ |
|--|-----------|------|------|-------|

子どもたちの知りたい、気になる事柄が、身近なストーリーに織り込みマンガで読みやすく書かれています。各巻末にはQ&Aもあります。

| | | | | |
|---|----------|------|------|---------|
| 性の絵本 1 生きるってどういうこと？ 2 子どもからおとなへ生きる 3 女と男 ともに生きる 4 なぜ、こんなことして生きているの？ 5 いきていくから聞きたいこと | 山本直英 / 文 | 大月書店 | 1992 | 367/セ/1 |
|---|----------|------|------|---------|

子どもから大人への成長の過程を、体や心、性のことなどを「生きる」ことの基本を書いたシリーズです。

| | | | | |
|-----------------------------|----------|------|------|-------|
| さあ、出発だ！体と心のたんけんに 高学年 | 入江幸子 / 著 | 第一法規 | 1992 | 367/イ |
|-----------------------------|----------|------|------|-------|

中学生～

| | | | | |
|----------------------------|-----------|-----|------|-------|
| いつからオトナ？こころ&からだ | 北村邦夫 / 監修 | 集英社 | 2003 | 367/キ |
|----------------------------|-----------|-----|------|-------|

中学校に入学した双子の恵里と譲二。二人の成長を軸に、性について考えるマンガです。

| | | | | |
|--|-----------|--------|------|-----------|
| 新版Sex & our body: 10代の性とからだの常識 | 河野美代子 / 著 | NHK出版 | 2005 | 367/コ |
| 産婦人科医として若者の性と向きあってきた著者が、「もっと知ってもらいたい。知ったうえで自分で自分の行動を決めてほしい。」(はじめにより)という思いを基に、図やグラフなどをもちいて、わかりやすく書いた1冊です。 | | | | |
| からだはステキ 2 異性のからだがかっこいい 自分のからだがかっこいい :性(セックス)を知ろう 4 セックスがかっこいい:からだは変わる? | 小野のん子 / 著 | リブリオ出版 | 2002 | 495/キ/2-4 |
| 10代の女の子に向けて書かれたシリーズです。女の子の目線から、性についての疑問や体の変化について対話形式などを取り入れて読みやすく書かれています。 | | | | |

思春期をかんがえる

小学校高学年～

| | | | | |
|--|----------|------|------|---------|
| 大人になっていく:第二次性徴 | 渡辺信一 / 文 | 文研出版 | 1992 | 491/1/8 |
| 男の子、女の子、それぞれの体や心の変化を、子どもたちの成長とともに解説します。男女の違いを意識し始める頃に。 | | | | |

| | | | | |
|---|----------|---------|------|-------|
| 男の子の体と性の悩み:正常から病気まで | 永尾光一 / 著 | 少年写真新聞社 | 2002 | 494/ナ |
| 女の子の体の発育と成長:正常から病気まで | 渡辺尚 / 著 | 少年写真新聞社 | 2002 | 495/ワ |
| 体の変化や、それにとともなう悩みなどを書いた図や写真を多く使った、目でみてわかるシリーズです。 | | | | |

中学生～

| | | | | |
|--|-------|------|------|-------|
| 私と彼とそのあいだ | 安達倭雅子 | 筑摩書房 | 1987 | 367/7 |
| 電話の子ども110番によせられる性の悩みを交えながら、女と男の良い関係を考えるエッセイ。 | | | | |

| | | | | |
|---------------------------|----------|------|------|-------|
| 思春期の生きかた:からだところの性 | 石田和男 / 著 | 岩波書店 | 1979 | 367/1 |
| 思春期ブルー:心と体の悩みクリニック | 北島晴夫 / 著 | 二見書房 | 1999 | 493/キ |

<福島県 思春期相談ほっとライン> 体や性のことなどの悩みがあるときには

(<http://www.pref.fukushima.jp/jidou/boshi-hoken/shishunki.html>)

来所、電話、メールなどで相談できます。詳しくは下記HPをご覧ください。

| | |
|------------|---|
| 県北保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/kenpokuhofuku/new/sisyunnkihoken.htm |
| 県中保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/kenchuhofuku/teens_kentyuu.html |
| 県南保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/kennanhofuku/01annai/madoguchi.html |
| 会津保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/aizuhofuku/sisyunki/soudan.htm |
| 南会津保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/minamiaizuhofuku/kenkouiryuu/sisyunkihot.h |
| 相双保健福祉事務所 | http://www.pref.fukushima.jp/sosohofuku/pcsisyunki/top.htm (携帯メールからも相談できます。) |