

# ともに生きる

## NHKスペシャル ジェンダーサイエンス(2) 「月経 苦しみとタブーの真実」

放送日:2021年11月6日 放送時間:49分



対象校種 小学校高学年 中学校 高校

対象教科 保健体育 道徳

### この番組の良さ



#### ● 誰もが生きやすい 社会の実現のために

女性の体に人類史上初となる異常事態が起きています。何百万年もの間、生涯に経験する月経の数は50回ほどだったと言われてきましたが、戦後60年では450回、約9倍に増加しています。86.3%の女性が「男性に月経のことをもっと理解してほしい」と思っているというアンケート結果や、月経による労働損失は年間4911億円と試算されているなど、様々な側面から、月経という女性の生理現象を捉えています。月経の仕組みや役割を知ることで、「誰もが生きやすい社会」を実現するためのヒントを探ります。

#### ● なぜタブー視されてきたのか？

女性が月経について、男性だけでなく同性にも相談できなくなっているという現実があります。番組の中では、かつて日本では月経を「けがれ」とすり込まれていた歴史がありました。番組後半では、月経について、性別によらず誰もが理解し、向き合える社会形成が必要であることに気づかされます。

### 番組活用のポイント

#### ● 月経に関する知識を得るだけでなく、 よりよい社会を築く一員として

中学校保健体育の学習指導要領では、保健分野で「(2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。」「(3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。」という目標が示されています。月経について学ぶ場面は設定されているはずですが、知識の習得にとどまらず、男女が互いによりよく生活していくために理解すべきことは何か？という深い学びまで授業設計していく必要があります。この番組では、月経の仕組みについて深く知り、相手を理解して互いに寄り添うにはどうしたらよいのかということまで考えることができる内容となっています。全体視聴することで、知識習得を超えて、相手のことを考える態度まで養うことが授業で期待されます。

#### ● 月経の回数が増えた要因から考える

経済の発展や現代社会の情勢から、月経の増えたわけを知ることができます。しかしそれは、女性が妊娠出産をする上でとても大切なことであることも生物学的知見から理解することができます。番組視聴前に、月経回数の増加の背景を考えることで、女性が社会に進出することへの理解や相手への接し方を考え、行動することが、よりよい社会をつくっていることにつながることを意識させながら授業を進めていくとよいでしょう。

#### ● 他番組で道徳的価値へとつなげる授業を

NHKティーチャーズライブラリーの【ともに生きる】のジャンルで、生命誕生やジェンダーについての番組が多数あります。そのような番組の活用を道徳で扱いながら、道徳的価値を身につける授業展開を行うことができます。



執筆者  
宮古島市教育委員会  
教育研究所  
指導主事 座間味浩二

# 学習展開例

対象校種 小学校高学年 中学校 高校  
対象教科 保健体育

[授業時間 90分] まるごと視聴

## 月経をどう理解する？

児童生徒の思考と活動の流れ	教師の支援と評価
<div style="text-align: center;"> <p>男性にはなく、毎月ある女性の生理現象</p> <p>小学校高学年から起こる。</p> <p>女性に起こることは分かるけど、よく分からない。</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>・今の方が若いときに始まっているのはなぜ？ ・なぜ9倍にもなっているんだろう？ ・450回も痛い思いしなきゃいけないの？ ・そもそも月経って何のためにあるの？</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>昔と違って月経の回数が増えているのはなぜだろうか？</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>月経のことをしっかりと理解したい！</p> </div> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>番組まるごと視聴</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> <p>井上さんのエピソード   月経の仕組みについて   ギスのエピソード   母親と赤ちゃんのつながり</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin: 10px 0;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>調子いい日が一週間くらいしかないなんて</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>子宮内膜をリフレッシュさせるために月経があるんだ</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>生活の豊かさが月経の回数の増加につながってるんだ</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>赤ちゃんのためにも月経があるんだ</p> </div> </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>月経がある中で普段の生活を過ごしていく際の、大変なことや困難なこと、相手への接し方についてグループで話し合う。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>女性の社会進出に適応して月経のメカニズムが変わってきた。月経で困難な状態になっている状況が多いことを想定して、常に相手を気遣い行動していく態度が必要だ。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分が月経などで大変なときに、自分のことを理解してもらうために周りにどう伝えればいいのかのわかるだろうか？</li> <li>・どうしたら言いにくい風潮をなくし、周りも理解しようとする社会になるだろう。</li> <li>・何かを進めていくときには、様々なことを考慮して互いに確認し合いながら行っていくことが大事だ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月経について知っていることを問う。</li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昔50回程度だった回数が、現在450回になっていることを示す画像を使って伝える。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・月経のことだけでなく、それを毎月経験する女性の内情についても考えることができる番組であることを伝え、全体視聴する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・番組視聴では、月経のことについて新たに知ったことや番組を見て考えたことをメモしながら視聴するように伝える。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の思いや考え、心に残ったことを書く時間を設定し、タブレット端末に記入するなどして、全体で共有する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大変なケースやその際の接し方など、互いがよりよく過ごせるためにどうすべきか考えたことを、グループで話し合う場を設定する。</li> </ul> <p><b>【学びに向かう力・人間性】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分が困難な立場になったときに、相手に伝えることができる力を身につけられたか。</li> <li>・相手のことを考えて、明るく豊かな生活を営む態度が養えたか。</li> </ul>