

2月15日（木）に昼間部、夜間部とも1年生を対象に性教育講演会を行いました。講師に岡山県精神科医療センター 精神科認定看護師、性暴力被害者対応看護師でもある中井志穂先生をお迎えして「自分も相手も大切にするための性のお話」という演題でお話をいただきました。

中井先生は、自己を理解する（自分の取説がわかる）ことで心と体の健康を守る行動やセルフケアができることを教えてくださいました。

思春期のイライラのメカニズムについて、体と脳の発達のアンバランスが関係している、大人と子どもでは見えている視野の広さや経験値が違うため意見や考えが異なり衝突することなどをわかりやすく解説してくださいました。

「境界線（バウンダリー）」の話では、境界線は自分で引いていい、相手や状況によって変えてもいい、「嫌なことは嫌」と言ってい、ということを教えてくださいました。それが自分を守ることに繋がり、ひいては相手の境界線も尊重することにつながるということがわかりました。また、「性の同意」について「紅茶を淹れる」ことを例えにした動画もご紹介くださりました。

生徒たちはとても真剣に聞いていました。人がよりよく生きていくために必要な、心と体の健康、自分や相手を尊重することを考える貴重な機会になりました。

