

女子生徒の月経に対する否定的観点からの一考察

松尾 和佳奈 (生涯スポーツ学科 学校スポーツコース)

指導員 森川 みえこ

キーワード：月経,否定的,学校,家庭

1. 緒言

月経は、身体の成熟にともなって思春期の2次性徴の一つとして、女性のみを発現する生殖を目的とした身体生理的機能である。女性は約35~40年間にわたり、人生の主要なライフステージで月経と付き合うことになる。ところが、月経についての印象について、否定的が7割、肯定的が2割、中立が1割という結果が出ている。²⁾特に、11~16歳の思春期年齢だけを見ると、半数以上が否定的な印象である。また、このことは体育の授業にも大きく関わっており、月経中の体調不良や、月経になっていること自体を理由に授業を見学、または欠席する生徒もいる。月経への最初の印象がその後の意識に大きく関わってくる。月経とどのように付き合い合っていけば良いか、女性として重要な問題だと考えられる。本研究では、月経についての否定的観点の原因を調べ、どうすれば肯定的な印象をもち、日常生活でうまく月経と付き合い合えるのか、男女の月経に対する意識調査から明らかにすることを目的とした。

2. 研究方法

対象：B大学 スポーツ専攻の学生

女子：97名、男子：171名、計268名

方法：月経についての質問紙アンケート調査

3. 結果と考察

男女ともに月経に対してのイメージは、大変、面倒、辛いと否定的なとらえ方をしている者がほとんどであった(図1)。その原因として、主に①学校での月経教育、②家族の理解および関心、③本人の体調管理が挙げられた。また、月経や性の話について恥ずかしいこととしてタブー視するという社会的背景も関わっている

と考えられる。

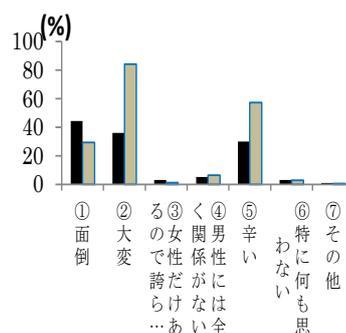


図1：月経に対するイメージ

4. 結論

①学校では男女ともに月経についてのメカニズムや対処法、月経時の身体活動に対する指導などの月経教育や性教育を徹底しなければならない。②家庭でも経時に肯定的な言葉がけをするとともに、初経時に隠さず、大いに祝福することが大切だと考えられる。③本人の体調管理では、月経周期や月経中の身体症状について把握し、自分自身で月経をコントロールすることが大切だと考えられる。

5. 参考文献

- (1) 藤原 有子 (2006) 月経中の水泳に関する学校医の考え. 日本臨床スポーツ医学会誌 Vol. 4 : p 32-39
- (2) 甲斐村 美智子 (2011) 女子学生の月経の経験と自己肯定感. 日本女性心身医学会雑誌. 14 巻 3 号 : p 277-284
- (3) 川瀬 良美 (2006) 月経の研究. 川島書店
- (4) 渡邊 香織 (2010) 女子学生における月経随伴症状と月経サポート機能、およびセルフケアとの関連. 日本女性心身医学会雑誌. 15 巻 3 号 : p 659-665