

# 女性の身体に関する理解と指導法についての研究

三宅 菜摘 (競技スポーツ学科 トレーニング・健康コース)

指導教員 佃 文子

キーワード：男性指導者、月経、女性、体調変化

## 1. 緒言

女性の心身の変化は複雑であり、特に月経に関する心身の変化や、月経痛の有無、症状、強さなどには個人差がある<sup>1)</sup>。

近年、部活動や学校体育等のスポーツに関する問題が多いが、私は特に男性指導者と女子生徒という直接的指導現場での問題に注意を向けた。

本研究は、男性による女性の身体への理解、女子生徒を指導する際の不安、月経に伴う身体の変化について、どのように理解し配慮しているかを明らかにする事を目的とした。更に、明らかになった結果を基に、スポーツ活動中、男性指導者が女子生徒を指導する際に配慮すべき事項を提案するための基礎資料とする。

## 2. 研究方法

対象者：本学の教職履修者である男子学生（以下男子）、2年生84名、3年生72名、4年生41名、計197名を対象とした。

方法：女子生徒を指導する際の問題点や、月経についてどれだけ理解しているのかを把握するために「女性の身体に関する質問23項目」を作成し、アンケート調査を行った。回収率は33.3%だった。

## 3. 結果および考察

1) 女子生徒を指導する際の不安があると答えた者は約半数だった。学年別に比較すると、2、3年生に比べ、教育実習を経験した4年生が、女子生徒を指導する際に、不安に思っている者が多いことがわかった。具体的な不安については、指導の際のボディータッチ等の身体接触に関することが多かった。この結果から、4年生は教育実習で実際に教育現場に立つことで、女子生徒を指導する難しさや不安を感じた事が考えられた。

2) 月経周期に関するキーワード（月経期、排卵期

等）や、女性の病気に関するキーワード（無月経、子宮頸がん等）について、「名前は知っている」者の割合に対し、「理解している」者の割合は少なかった。このことから、女性特有の月経や病気等の名前は知っているが、月経周期の仕組み等の理解はできていない事が明らかになった。

特に女性特有の病気には命に関わる病気もあるため、性教育に加え女性特有の病気についての症状等も学ぶべきだと考えた。

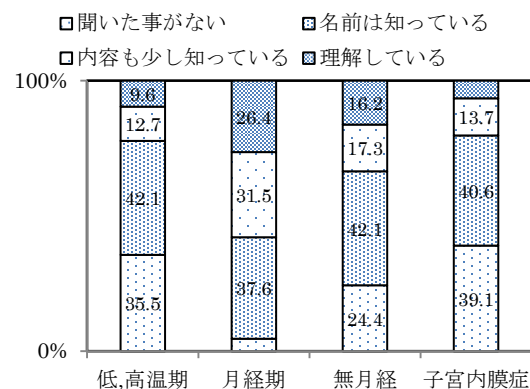


図1 女性特有のキーワードに関する理解

## 4. 結論

今回の研究で、次の事が明らかになった。

- 1) 教職履修者の男子学生は女性の身体への接触や体調の変化に対して不安を感じている。
- 2) 小学校、中学校、高校で性教育を学ぶだけでなく、月経による体調変化や女性特有の病気についても学ぶ事で、女性の身体の変化等に気づく事が期待される。
- 3) 教職授業等で、女性を指導する際の注意点や女性の体調変化、女性特有の病気について、さらに理解を深めることが必要である。

## 【参考文献】

寺田恭子ら (1989), 女子大生の月経痛に関する調査研究(その1), 日本体育学会大会号 (40B), 774,