



Title	高校生の月経対処からみる日本の月経教育の課題：大阪の教師と生徒の語りから
Author(s)	小塩, 若菜; 杉田, 映理
Citation	未来共創. 2024, 11, p. 63-99
Version Type	VoR
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/97812">https://hdl.handle.net/11094/97812</a>
rights	
Note	

*The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

# 高校生の月経対処からみる日本の 月経教育の課題

## 大阪の教師と生徒の語りから

**小塩若菜** 大阪大学大学院人間科学研究科共生学系グローバル共生学講座博士後期課程  
**杉田映理** 大阪大学大学院人間科学研究科共生学系グローバル共生学講座

### 要旨

月経衛生対処は、国際的に社会課題として重要視され、特に学校へ通う思春期の女子生徒が支援の対象となっている。月経教育の支援が国際的に広がる中、日本においても、月経教育は不十分であり生徒のニーズとの間にはギャップがあることが指摘されている。そこで、本論文では、日本の高校生徒自身と教員の声から日本の月経教育の課題について明らかにすることを目的とした。大阪府内の高校8校を対象にフィールド調査を行い、生徒と教員に対して、質問票調査及びインタビュー、参与観察を実施した。

本研究の結果、日本の月経教育の課題には、「実生活に即した教授内容の不足」「女子のみに月経指導が実施されるとの影響」「学校における生理用品のアクセスのしにくさ」「学校におけるトイレ環境の影響」があることが明らかになった。

### キーワード

月経教育  
月経対処  
高校生  
大阪府

### 目次

- 1 研究目的
- 2 日本における月経教育と高校生の月経対処に関する先行研究
  - 2.1 学校における月経教育
  - 2.2 母親とメディアの影響
  - 2.3 月経に関するセルフケアの実態
- 3 調査対象と方法
  - 3.1 調査対象校及び調査対象者
  - 3.2 調査方法
- 4 高校におけるフィールドワークの調査結果
  - 4.1 性教育の一部として捉えられる月経教育
  - 4.2 生徒たちが得る知識と知りたいこととの齟齬
  - 4.3 学校生活における生理用品へのアクセスと使用方法
  - 4.4 生理用品を衛生的に交換ができるトイレへのアクセス
- 5 考察
  - 5.1 実生活に即した知識と情報の不足
  - 5.2 月経の知識は女子だけのものか
  - 5.3 生理用品へのアクセスのしにくさ
- 6 結論

## 1. 研究目的

国際的には、2010年代前半から「Menstrual Hygiene Management（MHM：月経衛生対処）」が社会課題として重要視され、特に学校へ通う思春期の女子生徒が支援の対象となっている（杉田 2019）。MHMとは、月経に衛生的に対処できるための生理用品やトイレへのアクセスに加え、知識が備えられている状況を指す。そこで実践的な月経教育の支援が多くの国で広がっている。では、日本の月経教育は十分だと言えるのか。

本論文では、日本の高校生徒自身と教員の声を集め、そこから日本の月経教育の課題について明らかにすることを目的とする。具体的には、日本の学校環境や学校生活の中で生徒がどのように月経対処に困っているのか、教員による指導はどのようなものかを考察する。また、それらがどのように生徒の月経に関する知識や認識に影響を及ぼすのかについて検討する。そして、なぜ月経教育の拡充が困難であるかといった背景についても検討する。

対象とする日本では、初経年齢が1930年には14～15歳だったものの（守山ほか 1980）、2011年の調査では12.2歳（日野林ほか 2013）、2006年の調査では11.9歳（蝦名・松浦 2010）と低年齢化していることが報告されている。また、昔の女性は初経も遅く、出産回数も多かったため、生涯に経験する月経回数は50～100回であった。しかし、現代の女性は、初経が早くなっていることに加え、出産回数は減少しているため、生涯に経験する月経回数は450～500回に増加している（日本産科婦人科学会 2020）。そのため、早期の初潮前教育や年齢やライフスタイルに合った月経対処に関する知識や情報が必要であると考えられる。それゆえ、学校での月経教育の必要性も高いと言える。

日本の高校生徒自身と教員の声から日本の月経教育の課題について明らかにすることという研究目的を達成するために、以下のとおり、リサーチクエスチョン1つとサブクエスチョンを2つ設定した。

リサーチクエスチョン：現在の月経教育の課題は何か。

- サブクエスチョン①：生徒は今までどのような月経教育を受けてきたのか。  
サブクエスチョン②：生徒は学校生活の中で、どのような月経対処をしているのか。

本論文では、生徒および教員の語りに重点を置いて示すことで、学校現場における月経対処の実態を詳細かつ包括的に把握できると考える。また、本論文は、理論的枠組みを中心とした議論ではなく、現場のリアリティをデータで示すことにより、学校現場における生徒に寄り添った月経教育とは何かを議論するための示唆となることを目指したい。

## 2. 日本における月経教育と高校生の月経対処に関する先行研究

### 2-1 学校における月経教育

日本における性教育は、1992年の学習指導要領から、小学5年の理科と体育の中に位置付けられ、担任教師や養護教諭等によって、男女共修で、実施されるようになった。それ以前の性教育の内容は、小学校の宿泊行事の前に高学年の女子児童への初経の対処の指導をする程度であり、男子へは月経教育だけでなく性教育そのものが行われていなかった(佐藤 2006)。

日本の学校において、現在は、月経教育は性教育の一部とされ、保健体育の学習指導要領では、小学校4年次に初経について(文部科学省 2017a)、中学校では女子には月経が起り、妊娠が可能になるということ(文部科学省 2017b)が明記されている。しかし、高校の学習指導要領では、月経については触れられていない(文部科学省 2018c)。男女共修となった現在も月経の実践的な対処法については、小学校・中学校では、修学旅行などの宿泊行事の前に女子のみを対象に、養護教諭等が保健指導をすることが多い(鈴木 2022)。

小中学校ともに保健体育の教科書では、月経の仕組みや初経の年齢が記載されており、生殖機能の発達の個人差や身体的な面に限られた内容が取り上げられている。中学校では妊娠と月経の関係が加わるが、学習指導要領では、「性交」については扱わないことになっているため、どのように受精するかは

書かれていない。また、経血についても、「体の外に出されます」と記述しており、「陸」とは書かれていなかったため、経血がどこから出てくるのかわからぬい内容となっている(鈴木 2022)。

月経教育についての16の研究をレビューした結果(妹尾・上村 2021)では、これまで受けてきた月経に関する教育として、二次性徴、月経の仕組み、女性ホルモン、基礎体温の測定と記録、月経の観察と記録、妊娠・出産、人工妊娠中絶、避妊方法などがあったと報告されている。一方で、月経前症候群、月経異常などについては指導されたことがないという。

初経経験以前から、学校における初経教育が行われていると、月経に対する印象が肯定的であるとされ、初経後の月経に対する否定的イメージ軽減のために月経を肯定的に受け止められるような教育や、月経時の疼痛への対処方法、日常生活状況の改善に関する内容の必要が示されている。しかし、ほとんどの女性が小学校等で月経教育を受けているものの満足しているものは少なく、月経周期などの基礎的知識の理解は得られていない(妹尾・上村 2021)。

看護系女子大生にこれまで受けてきた月経教育について調査を実施した結果、小学校、中学校、高校での月経教育に何らかの要望を持っている学生は86.4%と多数存在している(坂木ほか 2019)。特に、高校で月経教育を受けた学生は52.7%と半数に留まっており、疾患及び薬に関する医療的な知識を求めていることが明らかになっている(坂木ほか 2019)。月経に関する症状は様々であり年齢とともに変化するため(松本 1999)、発達段階とともに月経の成熟度に応じた教育が必要である(甲斐村 2010)。

## 2.2 母親とメディアの影響

初経時の母親の態度が娘の月経に対する意識に影響することが明らかになっている(甲斐村 2010)。母親の月経に関する知識は、自分の思春期に得た知識であるという(工藤・牛越 2018)。月経に関する娘の質問に対して、母親は自己自身の体験から対処方法について教えており、例えば、鎮痛剤を使用したことがない母親は、娘にも使わないように話しているようである。一方で、母親自身も自分の持つ情報が娘に適しているのか悩んでおり、新しい情報や

娘の状況に適した情報を欲しいと感じていることが報告されている（工藤・牛越 2018）。

また、性的な関心や性イメージの形成には、学校における養護教諭や授業や教科書からの情報よりも、学校外での友達や先輩、メディアの影響が強いことが明らかになっている。現状の学校での性教育が必ずしも中学生にとって十分に活用できるものとして認識されていない可能性が示唆されている（有馬・宮井 2022）。

### 2.3 月経に関するセルフケアの実態

月経痛に対するセルフケアについて、九州の県立高校9校の3075名に自記式質問紙調査を行った結果、高校生がよくする対処行動で最も多いのが、「我慢する」の45%であった。次いで、「さする」37%、「寝る」33%、「薬を飲む」29%、「温める」23%の順であった。また、月経痛が学業に支障がある群（月経痛が重度や中等度の者）の対処行動でも、50%が「我慢」していることが明らかになっている（長津ほか 2012）。

鎮痛剤内服に対する気持ちでは、「楽」「安心感」がともに56%、「抵抗感」38%、「不安」28%であり、1周期中の内服回数は1～3回が85%を占めている（長津ほか 2012）。また、鎮痛剤内服の頻度や月経痛の頻度と服用のタイミングの関係では、よく薬を内服する者の33%、月経痛が重度の者の36%が「我慢できなくなつてから鎮痛剤を服用」していたことがわかっている（長津ほか 2012）。高校生を対象にした別の調査においても、月経痛対策として鎮痛剤を飲むと答えた者の半数以上が、痛みが強くなってきた時または我慢できないくらいに痛くなつた時に鎮痛剤を飲む「顕在期使用」であり、鎮痛剤の使用時期を誤って理解していることが示されている（梶谷ほか 2022）。これらの月経痛の対処行動は、月経痛改善にはつながりにくい消極的行動であり（長津ほか 2012）、月経教育で鎮痛剤の正しい使用時期を伝える必要がある（梶谷ほか 2022）。

先行研究において、量的な調査手法が用いられることが多く見られるが、当事者の語りや現場の状況を踏まえた質的なデータが必要であると考えられ

る。そのために、本論文では、高校の現場に入ってインタビューや参与観察を含む複数の調査手法を用いて、実際に学校現場に入り込み実態を把握することに努めた。そして、生徒と教員の語りから月経教育や月経対処を取り巻く状況に対するニーズを丁寧に拾い、月経教育の課題を明らかにしていきたい。

### 3. 調査対象と方法

#### 3.1 調査対象校及び調査対象者

本研究は、大阪府内の高校8校<sup>1</sup>を対象にフィールド調査を行った。本調査は、大阪大学ユネスコチェア MeW (Menstrual Wellbeing by/in Social Design) プロジェクト（以下、MeW プロジェクトと略）のアクションリサーチに付随してデータ収集を行った。MeW プロジェクトとは、生理用品の無償提供用のディスペンサーの開発・設置の実証実験および普及を通じて、日本における月経の諸課題について研究するものである。

調査対象校は、大阪府教育庁の協力を得て特徴や立地が異なる高校を選定してもらった。それぞれの高校の立地は、大阪北部から南部まで地理的に広がりがある。進学校や中堅校、社会経済的に下層に位置するいわゆる「しんどい」高校（志水 2015）など、様々な学校事情がある。しかし、今回の月経に関する調査の結果、どのような学校事情かに関わらず、ほとんどの項目で同様の結果が得られた。また、学校名の公表や個人名の特定をしないことを条件に調査依頼をしたため、各高校に関する詳細な説明は省き、調査対象者の教員と生徒の個人の同定はしない。

#### 3.2 調査方法

調査方法は、①生徒へのオンライン上の無記名質問票調査、②生徒へのフォーカス・グループ・ディスカッション (FGDs)、③教員への半構造化インタビューの3点である。まず、①生徒へのオンライン上の無記名質問票調査については、生理用品無償提供用ディスペンサー設置前の2022年秋に実施した。各高校からの報告では、8校（全校生徒数の合計は約5280名）において、高校1～3年生約1500名の生徒に配布・実施されたが、有効回答数は合

計413名であった。

本質問票調査の構造として、「月経のある人」と「月経のない人」向けでそれぞれ異なる質問項目を設けた。昨今、グローバルな月経研究においては、「menstruator」という言葉が主流となっている。本調査においても、生徒の性自認に配慮し、性別に関して、「自認するジェンダー」「月経があるか、ないか」についても質問し、「月経のある人」向けの質問項目と「月経のない人」向けの質問項目に振り分ける構造にした。その結果、「月経のある人」向けの質問に回答したのは合計253名であり、「月経のない人」向けの質問項目に回答した人は合計160名であった。本調査において、性自認と生物学的な性が異なる回答をしている生徒も約20名おり、トランスジェンダーや性別に違和感を持つ生徒の月経問題については、今後検討していくべき課題として示唆された。なお、本稿の記述では、便宜上「女子」という表現を用いるが、これは「月経のある人」の回答結果を主として用いている。

次に、②生徒へのFGDsは、オンライン質問票調査の実施後、生理用品無償提供用ディスペンサーを設置してから数週間後に各学校に1回ずつ訪問し行った。調査対象となる生徒の選定は各学校に依頼した。保健委員会の生徒がほとんどであったが、特定の授業を受講している生徒が対象になることもあった。文化祭の準備等で放課後に残っている生徒に声をかけて協力してもらった高校もあった一方、教員が同席した高校もあった。FGDsは8校で合計16グループ（合計73名）、各20～50分ずつ実施した。各FGDの生徒の人数は2～9名で、学年は1～3年生である。ほとんどは男女別に分かれてFGDを行ったが、生徒と相談し男女混合で行ったグループもあった。

最後に、③教員への半構造化インタビューは、生徒へのFGDsと同日に実施した。調査対象となった教員は延べ21名で各学校に選定を委ねた。多くは、生理用品無償提供用ディスペンサーの設置を担っている「保健部」の教員である。保健部とは、主に、校内の清掃や健康に関する取り組みを所管しており、養護教員と他の教科の教員から成る。その結果、養護教員が主な対象者となつた。加えて、人数は少ないが、管理職や他の教科を担当する教師もインタビューに答えてもらった。インタビューに答えた教員のほとんどは女性であった。

本研究は、大阪大学人間科学研究科共生学系研究倫理委員会の承認（登録番

号OUKS22025)、感染対応の承認(登録番号OUKSC2217)を得て実施した。

## 4. 高校におけるフィールドワークの調査結果

### 4.1 性教育の一部として捉えられる月経教育

月経に関して、授業でどのように扱われているのか生徒と教員への聞き取りから整理する。教員に月経に関する授業について尋ねると、性教育に関する回答も同時に聞かれたことから、月経教育は性教育の一部として教員が捉えていることがわかった。

まず、教員へのインタビューの結果、全ての高校において、保健体育の授業で取り扱われるということであった。その中でも、思春期の生殖器の発達や妊娠・出産、家族計画についての単元で登場する。したがって、授業を担当するのは、保健体育科の教員である。保健体育の授業は、男女共修で教えることが決まっている。生殖については2年生で扱うことになっているが、学校によって異なるとのことであった。また、教科書の内容を確実に教えるかは、教員によって異なるという。

保健体育を担当している教員は、「教科書に沿って進めていくて、初経やって、月経があって、性周期で排卵が間にあるよ」といった内容を教えると言い、月経の期間については「1週間ぐらい続きます」ということは伝えるという。また、低用量ピルに関しては、保健体育科の避妊の単元で扱うが、いずれの高校でも月経コントロールの文脈では取り扱われていないということであった。月経に関して、保健体育科の他、理科や家庭科で言及される可能性があるという教員もいた。

次に、月経について扱う内容が十分だと思うか、不十分だと思うかを尋ねた。保健体育の教員は、「高校生だからこのくらいで十分だと思うが、もっと専門的に学ぶとなるとこの量では足りない。しかし、保健の中でも（月経を）メインにしていると、他のことを教えられなくなってしまう」と話していた。また別の教員は、「それぞれ50分の授業で、これ以外のことも話されてると思うので、これきっかけじゃないかな、と思います。」と授業は「きっかけ」であり、どのような情報源が正しいのかという視点を身に付けることが重要であると

言っていた。また、ある養護教諭は、「もう本当にさらっと教えられるくらいです」と話していた。

また、ある高校での参与観察で、女子トイレ内に月経に関する知識をまとめた貼り紙が見られた。貼り紙には、月経痛の原因、食事や鎮痛剤、冷え予防による月経痛の緩和、基礎体温の付け方や産婦人科の受診方法がシリーズごとに掲載されている。これは便座に座った状態で読むことができるよう貼られている。このような授業外で、知識や情報を得る方法を実践している高校もあった。

また性教育に関しては、高校の現場レベルでは、性教育を教員自らが企画し、実践しているということが明らかになった。例えば、1年生の夏休み前に保健所の職員や産婦人科の医師などを外部講師として呼んで性に関する講習会を行うという高校があった。これを実施するタイミングは、様々なリスクの多い夏休みの前にあえて設定しているという。別の高校では、性被害・性加害の問題を扱う授業を行っている。担当の養護教諭は、高校を卒業して社会に出た後に、性被害・性加害を自ら予防や対処ができるように授業を行っていると熱を込めて話していた。さらに、その学校の生徒の状況や学年に合わせて、性教育を行うべきだとも熱心に話していた。

各学校での性教育の取り組みの他、大阪府の養護教諭らは、地区ごとに集まって研究会を行っているという。その研究会では、養護教諭が関心のあるテーマを選び、数年に渡り研究を行うという。ある地区では、性教育をテーマにしているということだった。

このように、月経に限らず、生徒の性に関する問題を教員は目の前で見ており、日々対処に向き合っている様子が窺えた。個別対応のみならず、学校全体で性の問題に取り組んでいることが明らかになった。また、このような現場から生まれる性教育の取り組みに関しては、高校の地域や偏差値レベル、生徒の家庭環境や社会的背景は関係なく行われていたように思われる。

## 4.2 生徒たちが得る知識と知りたいこととの齟齬

### 4.2.1 保健体育で扱われる月経

学習指導要領では、小学4年生と中学2年生で習うことになっている。しか

し、生徒への質問票調査で月経に関する授業をいつ受けたのか聞いたところ、女子は小学5・6年生が最も多いという結果になった。男子は中学2年生で習った人が多いという結果となり、男女で差が生まれる結果となった。おそらく女子の場合は、後述のように林間学校や修学旅行の前に生理用品の使い方や捨て方、月経が起こる仕組みを学んでいることから、強く記憶に残っているためではないかと推察される。

次に、生徒への質問票及びインタビュー調査の結果から、生徒が小・中・高校の月経教育の授業の内容をどのように受け取っているのか見ていくたい。まずは女子の質問票調査の結果(N=229)から見ていく(図1参照)。男女共修の授業で習った内容として「月経が起こる仕組み」108名(47%)、「月経周期と妊娠との関係」77名(34%)、「月経周期」61名(27%)、「月経の個人差」58名(25%)、「ホルモンの変化」56名(24%)が多かった。男子(N=138)は、「月経が起こる仕組み」48名(35%)、「ホルモンの変化」33名(24%)、「月経周期」

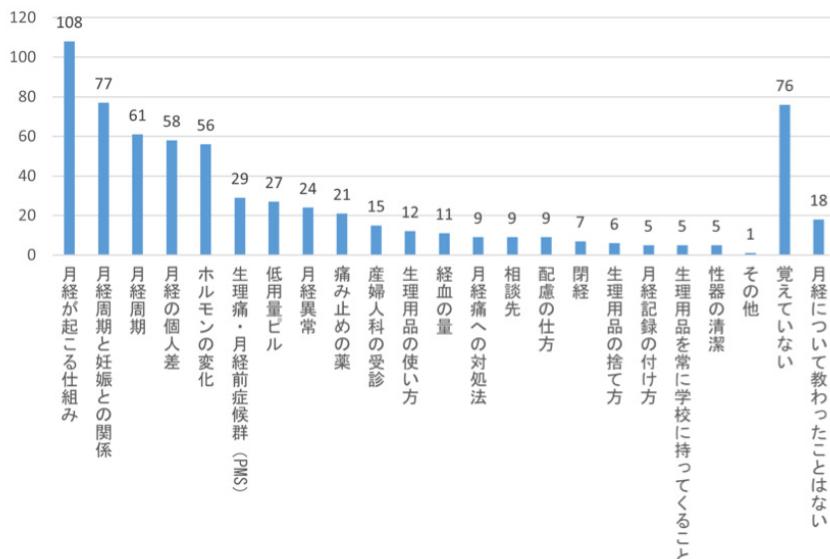


図1 男女共修で習った内容(女子・複数回答制)

調査データをもとに筆者作成

30名(22%)、「月経周期と妊娠の関係」27名(20%)、「月経の個人差」26名(19%)だった(図2参照)。次いで「低用量ピル」が比較的上位に入っているが、おそらく月経の文脈ではなく、避妊の単元で習ったことを記憶していると思われる。男女ともに「月経が起こる仕組み」が最も多く印象に残っていたようである。また、男女ともに約3割の高校生が、男女共修で習った内容を「覚えていない」と回答した。

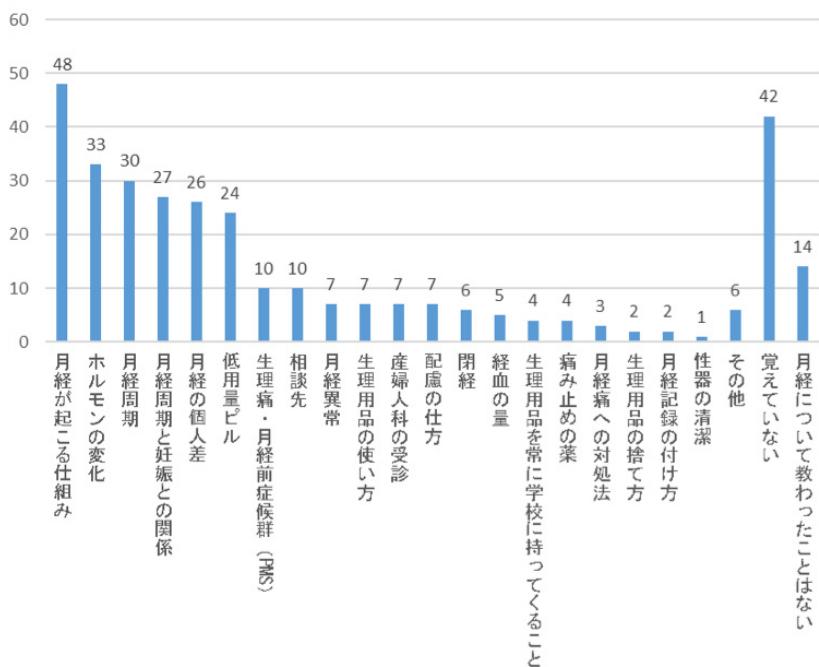


図2 男女共修で習った内容(男子・複数回答制)

調査データをもとに筆者作成

インタビューでも、月経の仕組みについて習ったという話が多く聞かれた。以下、インタビューの語りの中に表記している（ ）カッコ内の言葉は、筆者が補足のため加筆した。

小学校はあんまり（生理が）来たらこうしたらいいよとか、そういうのがなくて。とりあえず、もう教えられてる前提ぐらいの勢いというか。なんか仕組みを教えてもらったんですけど、対処法とかをあまり、、、例えば（生理が）来たらナプキンつけるんだよとか、タンポンはこうやってつけるんだよとか、そういう対処（について）ほぼあんまり教えてもらったことないです。親からこうやってしてね、みたいな感じで言われたぐらい。（高3女子）

中学校の時、男女一緒、なんか、タンポンとか、コンドームの使い方一緒に学んだ。実物を前でなんか誰かが見せてたみたいなっていうか、外部の人か忘れたんですけど。タンポンのことも習ったけど、使ったことはない。中身見せてくれたけど、なんかよく使い方が、なんか、外身だけ見せられてもみたいな。その実際、使い方を。あるんだよってだけだから、実際の使い方も知らんし、教えてもらったことがない。そのナプキンの使い方だけやから。（高3女子）

上記の語りにもあるように、小学校や中学校では、月経の仕組みについて学び、ナプキンについては使い方まで習ったという生徒もいたが、タンポンについては具体的な使用方法について習ったという生徒はいなかった。しかし、水泳の授業ではタンポンをつけて入水するよう指導されることもあり、保健室にタンポンの使い方を聞きにくる生徒もいるという。

ある高2の生徒は、高校での保健の授業で、女性の先生から「ルナルナ」というアプリを使って月経周期を記録しているという話を聞いたという。しかし、別な生徒は、保健の先生は男性で「結構さばさばしてる」と表現しており、教科書の内容が中心だったそうだ。そもそも授業のスタイルも教員によって異なるとのことである。

この生徒達に、月経について教えるのは女性の先生か男性の先生かどちらがいいか聞いてみたところ、「え、どっちでもいいけど、理解してくれる先生の方がいい。」「しっかり最後まで教えてくれた方がいいよな。なんか、内容が

曖昧やと余計混乱しちゃう。」と教員の性別は関係なく、内容が重要だと話していた。

#### 4.2.2 女子だけを集められて行われる月経教育

女子のみ宿泊行事の前にを集められて月経について話を聞いたことがあるか、質問票調査で聞いたところ、175名(72%、N=244)の女子が、「ある」と回答していた。また、女子を対象に、女子だけ集められた際にどのようなことを教わったか(N=245)聞いた(図3参照)。

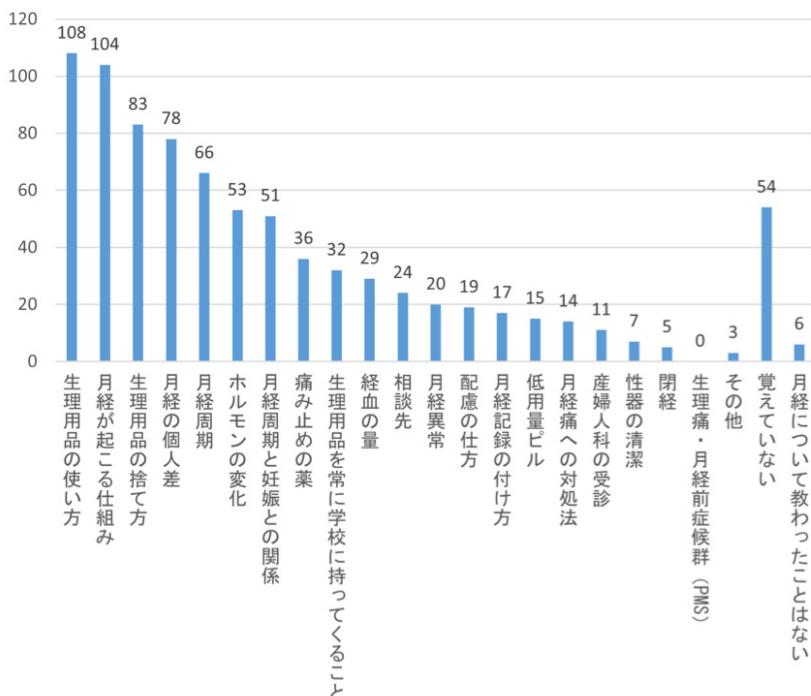


図3 女子だけで習った内容(女子・複数回答制)

調査データをもとに筆者作成

女子だけで習った内容として、「生理用品の使い方」108名（44%）、「月経が起る仕組み」104名（42%）という回答が最も多かった。次に、「生理用品の捨て方」83名（34%）、「月経の個人差」78名（32%）、「月経周期」66名（27%）、「ホルモンの変化」53名（22%）、「月経周期と妊娠との関係」51名（21%）が多かった。また、男女共修で習ったことと比べ、多く選択されていたものが「痛み止めの薬」36名（15%）、「生理用品を常に学校に持ってくること」32名（13%）、「経血の量」29名（12%）であった。女子のみ集められた場合には、教科書で扱われる内容に加え、生理用品の使用方法や鎮痛剤、経血量といった比較的、実践的な内容が教えられていることが分かった。

インタビューでも、「仕組みのどこまではみんなで聞いてて。そういうその（生理用品の）使い方とかの話になつたら別で分かれました。小学校の林間学校の前にしました。」（高2女子）と、林間学校や修学旅行の前に女子だけ集められたという。

男子は、なんとなく集められていることを知っている生徒もいれば、全く気が付かなかったと述べていた生徒もいた。学校教育の中では、男子は生理用品の使い方など、女子が具体的にどのように月経を対処しているかを知ることから排除されている実態が見える。

#### 4.2.3 女子生徒が日常生活で得る情報源

ここまで学校の中で、どのように月経に関する知識が生徒に伝達されてきているのかを見てきた。次に、学校の外、すなわち家庭やSNSでどのような情報を得ているのかを見ていきたい。

「初経（初めての月経）が来たとき、月経について知っていましたか」という質問に対して、「はい」215名（86%）、「いいえ」35名（14%）という回答になった。月経に関しては、生理用ナプキンのテレビCMや町の広告等で目にすることと思っていたが、初潮前に月経について知らなかつたという生徒が14%も占めることが意外に思われた。

女子に対する「初めて月経について教わったのは誰／何からか」という質問の回答（複数回答制、N = 249）では、「母親」という回答が最も多く165名（66%）と約3分2を占めていた。次に、「学校の先生・授業」が66名（26%）だった。

次いで「姉」「友人」「祖母」が10～20名(5～8%)だった。その後、SNSやテレビ、ウェブサイト等の回答が続いた。また、「おば」5名(2%)、「妹」3名(1.2%)、「父親」1名(0.4%)とわずかだが、母親以外の家族にも回答が入っていた。先行研究では、母親の影響の大きさについての議論が多くされているが、今後は様々な家庭があることを考慮して、母親以外が保護者となる家庭でもどのように月経の知識が伝達されているのか着目する必要性が示唆されたと言える。

また、学校の先生について具体的には「保健の先生」という回答が多く、「担任」という答えもあった。「月経に関するウェブサイト」については、生理用品を販売するユニ・チャームのHP「ソフィ」を参考にするという生徒が3名(1.2%)いた。SNSについては、「YouTube」「Instagram」「TikTok」という回答が4名(1.6%)から入っていた。

一方、「月経について知りたいことがあった時、どのような情報源を利用しているか」という質問票調査の結果(複数回答制、N=239)でも、「母親」という回答が最も多く106名(44%)と半数弱を占めていた。2位と3位に、「TikTok」が49名(21%)、「YouTube」が41名(17%)とSNSが並んだ。次に「インターネットで情報を得たことがない」という生徒が38名(16%)だったが、その次に再び「Instagram」30名(13%)とSNSが相次いで上位に入った。その後は、「学校の教科書」「友人」「テレビ」「学校の先生」という回答が20～29名(8～12%)前後あった。

「月経についての情報で最も信用しているもの」(複数回答制、N=232)については、「母親」を118名(51%)と半数が選択していたものの、2位は「学校の教科書」38名(16%)、4位に「学校の先生」30名(13%)という結果であった。「YouTube」は36名(16%)で3位に、そして5位以下は「TikTok」「友人」「月経に関するウェブサイト」が続いた。生徒にとって最も頼れる情報源は母親だということが明らかになった。また、利用している情報源と信用している情報源を比較すると、普段は困ったときはSNSを使用しているが、信用しているのは学校の教科書や先生だという傾向が見えた。

ある高2の生徒は、「高校1年生で(生理が)始まったんで、なんか周りがもうみんな來てるのに。自分だけ來てなかつた。」といい、初経が来ない原因を調べていたという。また、同じFGDの場にいた別の生徒と一緒に、「病院の

先生が言ってるやつを信用する。(Yahoo !)『知恵袋』が信用できない。」と話していた。

SNSで月経に関する情報は、見たことがある生徒もない生徒もいた。生徒が視聴した内容を説明してもらったところ、TikTokでペットボトルに血の色の液体を入れてナプキンに垂らして吸水量を測る実験をする動画や、男性がナプキンを付ける体験の動画、さらに「ちゃんとしたお医者さんがやっている動画」を見たということだった。

#### 4.2.4 男子生徒が得る月経の情報源

男子の質問票調査の結果（複数回答制、N=140）も示す。初めて月経について教わったのは、「母親」34名(24%)、「学校の先生・授業」31名(22%)、「友人」18名(13%)が上位にあがった。「学校の先生・授業」に関して、「保健の先生」という記述がほとんどであるが、中には「担任の先生」というものもあった。「SNS」と回答した男子生徒の中には、「YouTube」「Twitter（現X）」と記述したものもいた。「その他」の回答には、「恋人」という記述をした生徒もいた。

また、「月経について知りたいことがあった時、どのような情報源を利用しているかは、「学校の教科書」39名(29%)、「YouTube」33名(25%)が上位にあがった。次いで、「TikTok」26名(19%)、「テレビ」17名(13%)で、「母親」「学校の先生」「Instagram」が15名(11%)で同率だった。

「月経についての情報で最も信用しているもの」として男子生徒は「学校の教科書」が44名(33%)と最も多かった。次いで、「学校の先生」「YouTube」が24名(18%)と同数だった。その後、「母親」23名(17%)、「テレビ」20名(15%)が続いた。女子の結果と比較すると、学校の教科書に書いてあることを参考にし、最も信用していることが明らかになった。

#### 4.2.5 月経教育に対する女子生徒のニーズ

上述のような月経教育や情報入手の環境のもとで、実際に高校生はどのようなことで月経の困りごとを抱えており、どのようなニーズを持っているのか、高校生の声から見ていきたい。まず、月経前や月経中に体調不良になることがあるか(单一回答制、N=251)を聞いたところ、「毎回なる」117名(47%)、

「ときどきなる」(36%)、「あまりない」26名(10%)、「まったくない」17名(7%)だった。月経前や月経中に体調不良を感じる生徒は、8割を超えることが明らかになった。

「月経について悩みごとがあれば、自由にお書きください。」という自由記述の質問に対しては、27名から悩みごとが書かれていた。その内容としては、「生理痛がひどい」「毎回重い。薬飲んだら楽になるけど飲まないとしんどい。」「めっちゃ眠くなる。だるくなる。」といった身体症状に関することが多くあげられた。「1週間か2週間くらい生理来るのが早い」「約1年きていない」といった月経周期が定まっていないことについての記述もあった。「血の量が多くすぎです」「量がすごく多い月とすごく少ない月があったり」と経血量に関することも書かれていた。その他には、「イライラしてしまう」「タンポン使いたいけど怖い」「臭いがあるのが悩みです」ということや「月経で学校休むことあるの欠席にせんといてほしい」「どんだけお腹痛くて貧血でも授業を受けないといけないことがしんどいです。」といった月経による体調不良が学校への授業への出席に影響を与えていた内容が書かれていた。

一方、生徒が学校で月経に関してどのようなことを教えてもらいたいか、その回答結果(複数回答制、N=169)を図4に示す。多い順から、「低用量ピル」48名(28%)、「生理痛・月経前症候群(PMS)」47名(28%)、「月経痛への対処法」「痛み止めの薬」各45名(27%)、「月経が起こる仕組み」41名(24%)、「月経異常」「月経周期」「月経周期と妊娠との関係」が各32名(19%)、「産婦人科の受診」「生理用品の使い方」各30名(18%)だった。「その他」と答えた7名(4%)の中には「特ない」という記述も入っていた。上位4項目は、月経痛・PMSへの対処に関するものであり、月経に伴う痛みや不快の対処法について知りたいという要望が多いことが明らかになった。

学校で教えてもらいたい内容に対して、その理由を自由回答で聞いたところ、38名から記述があった。例えば、「月経痛への対処法」と答えた生徒は、理由として「できるだけ知識を得て、不安にならないようにしたいから」「よく生理痛で苦しんでいるため」と記述していた。「月経痛への対処法」と「産婦人科への受診」の両方を選択した生徒は、「産婦人科への受診を考えたことがあるけどどれくらいの痛みなどで行ってもいいのか分からなくて行けなかっ

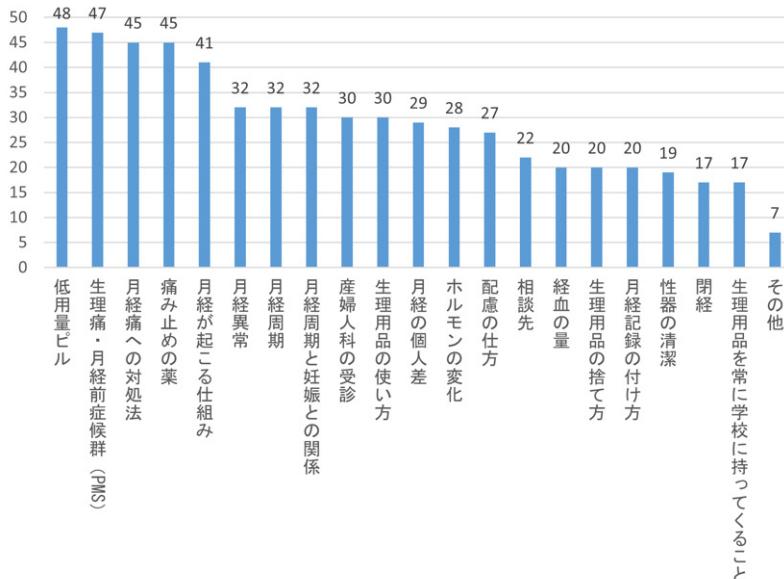


図4 学校で月経に関して、どのようなことを教えてもらいたいのか  
(女子・複数回答制)

調査データをもとに筆者作成

たから」と回答していた。「痛み止めの薬」や「低用量ピル」を選択した理由には、「痛み止めの薬を飲むときはいつが良いのか知りたいから」「遅らせたいと思うことがあるから」「痛み止めとピルの違いがあまりよく分からぬから」という内容があげられた。「相談先」を選んだ生徒は「誰に相談すればいいのか知りたいから」と答えていた。他に、「知らないことが多いから」「身近な存在やから」「いつでも対応できるように」といった理由もあげられた。

インタビューでは、「小学校では、結構早めから(教育)してた方がいい。まわり早かった子多かったから。小3とか。」(高2女子)という早期の月経教育を求める声が聞かれた。早めに月経の対処法について知っておけば、小学校で初経が来た友人をサポートすることができると話す生徒もいた。さらに、初経が来た際に、「血やから赤いんやと思ったら(パンツについているのが)最初茶色くて、何ごとと思って(中略) うんち出た?って思いました。」(高3女子)と話していた女性生徒もあり、経血が赤だけではないということを知ってお

きたかったという話もあった。

また、「(男子に)わかっといてほしいかも。できれば最低限でも知っといてもらえたなら、安心する。」(高2女子)と男子生徒に対する月経教育の必要性を話す女子生徒もいた。ある高3の女子生徒は、「きっと男子も痛いって言われても、刺すように痛いのか、殴られてるように痛いのか、全然わかんないじゃないですか。」と月経痛の痛みの程度や、「これはこんな感じでパンツに付けたらこうなって、血が出たらこうなって、こんなにベタベタするんだ、みたいな感じのことがあればもっといいのかなって。」とナプキンの使用感も知ることができれば理解が深まるのではないかと話していた。

#### 4.2.6 男女共修・別修に対する意見

生徒へのインテビューで、どのような月経教育を受けたいかと同時に、小・中・高校それぞれで、男女一緒に授業を受けたいか、男女別が良いか聞いたところ、様々な意見が聞かれたが、女子は、男子からの反応を気にしているようだった。

小学校は、多分、女子にとっては抵抗が少ないとと思うんですけど、男子がまだ、あんまりちゃんと理解しようと思うことがないかなって感じで。高校は、女子はめっちゃ抵抗するけど、男子は多分結構聞いてくれるんじゃないかなってのはあります。中学の男子に聞かせるのが1番、嫌。(高3女子)

小学校は別の方がいいかな。やっぱり1番心が育ってない。精神年齢が低めなので、一緒にやると、やっぱからかっちゃったりとか、そういうのが一緒にやると生まれちゃうのかなと思いますね。中高はもう一緒で。もうほとんどが感づいているという。なんか知ってるみたいな。見てしまったとしても、見ていないふりをする年になるんで、もう一緒でも多分大丈夫なんじゃないかな。でも、中学校も3年生は多分大丈夫やけど、1・2年は若干ちょっとやんちゃ盛りじゃないですか。男子たちが。女子も思春期というか、なんか恥ずかしいなっていうのが残ってる時期だと思うんで、一緒にやると恥ずかしいって言われちゃうかもしれないなって思

いますね。高校はもう一緒でいいと思います。(高3女子)

他の高校でも、小学校であれば、「あんまり考えへんっていうか、知らんこど多いから」一緒に良いと思うということだった。ただし、中学校は、男子と一緒に受けるのは「嫌だ」という女子もいた。理由としては、「興味なかったら寝そう」「うちのクラスは、なんかちょっと笑う男子も多いから、やだ」といった意見だった。一方で、男女別だったとしても、義務教育が中学校までであり、一番、関心がある時期に男女共修で習うことが重要だという意見もあった。小学校・中学校と男女共修だったため、別々で習うことにイメージを抱けないという生徒もいた。

#### 4.2.7 月経教育に対する男子生徒のニーズ

男子にも、学校で月経に関して、どのようなことを教えてもらいたいか質問(N=72)をした結果(図5参照)、「月経が起こる仕組み」21名(29%)が最も多かった。次いで「配慮の仕方」19名(26%)、「生理用品の使い方」14名(19%)、「月経周期」「月経の個人差」各13名(18%)、「生理痛・月経前症候群(PMS)」「生理用品の捨て方」各11名(15%)だった。各選択肢に対する知識の有無も影響していると考えられるが、「配慮の仕方」が上位に入っているのは、女子では見られず、男子ならではの特徴なのではないかと推察される。

自由記述欄(11名が記述)では、「配慮の仕方」を選択していた男子生徒の理由は、「(月経について)わからないから」「困っている人がいたら手助けしたいから」「接し方によっては相手を不快にさせることもあるから」とのことであった。「相談先」を知りたいのは、「念のため」ということで、いつか月経で困っている女性をサポートするためだと考えられる。「生理が来る前ぶりを知りたいから」という男子生徒は、「生理痛・月経前症候群(PMS)」を選択していた。また、複数の回答を選んでいる男子生徒もあり、「将来のために、今知っておきたいから」「自分は分からなからこそ相手の事をなるべく理解したい」「女性の気持ちもわかってあげたいから。どれだけ月経がしんどいか」「女性のことを知ることによっていろんな配慮や、気遣いができるから」といった理由が記述されていた。

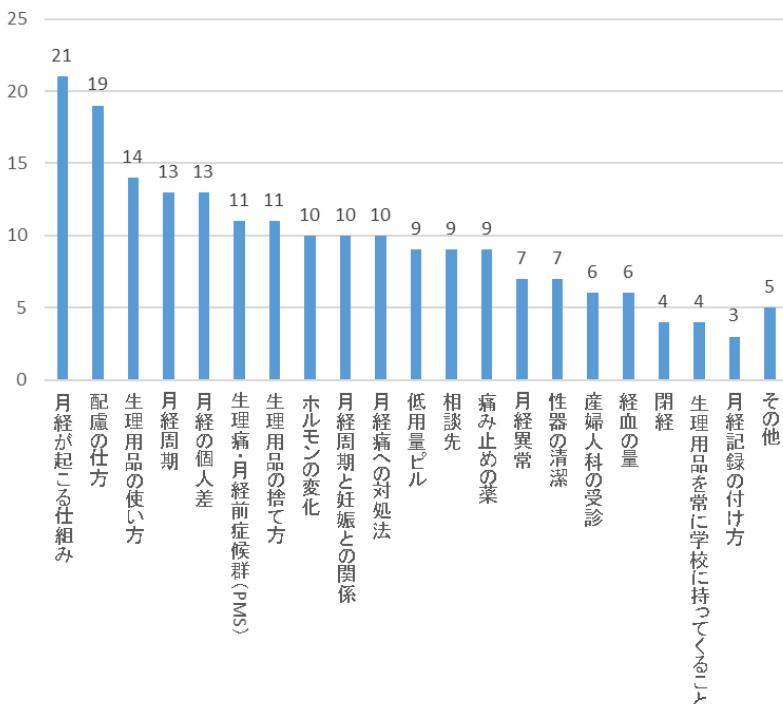


図5 学校で月経に関して、どのようなことを教えてもらいたいか  
(男子・複数回答制)

調査データをもとに筆者作成

### 4.3 学校生活における生理用品へのアクセスと使用方法

#### 4.3.1 生理用品に関する知識と使用方法

月経対処を考える上で、生理用品の利用は重要な要素となる。そこで生徒の生理用品に関する知識を問うた。まずは、使い方を知っている生理用品は、「使い捨てナプキン」244名(97%)、「タンポン」137名(55%)、「月経カップ」59名(24%)、「布ナプキン」「吸水性ショーツ」各53名(21%)、「その他」4名(1%)だった。

一方、普段使用している生理用品は、「使い捨てナプキン」241名(96%)、「タ

ンポン」35名(14%)、「布ナプキン」「吸水性ショーツ」各9名(4%)、「月経カップ」1名(0.4%)、「その他」2名(1%)だった。使い捨てナプキンは予想通りほとんどの生徒が使用しているが、タンポンは認知度がある割には、使用しているのはそのうちの4人に1人の割合だということがわかった。

多くの生徒が大きめのナプキンで、かつ「羽あり」のナプキンを好むと話していた。その理由としては、小さいナプキンだと漏れる心配や恐さがあるという。そのような心配を抱える背景には、「移動教室で休み時間にトイレに行く暇がない」ということがあると生徒の話から明らかになった。また、ナプキンを取り換えるのが「めんどくさい」、そもそもトイレに行くのも「めんどくさい」といった話も聞かれた。教員へのインタビューでも、現在、トイレ内に生理用品を設置しているが、それが小さいサイズのため、保健室に「夜用のナプキンはないか」とわざわざ来る生徒がいると養護教諭から聞かれた。

#### 4.3.2 生理用品の経済的負担

生理の貧困が社会的に話題(#みんなの生理2021)になっているが、調査対象となっている高校生にとって、生理用品の経済的負担はどのように捉えられているのか見ていきたい。生理用品無償提供用ディスペンサーの設置前に実施したオンライン質問票調査では、生理用品をどのように手に入れているかについての回答(複数回答制)は、「保護者が買う」238名(95%)、「自分で買う」91名(36%)、「学校で配っているものをもらう」12名(5%)、「友人からもらう」11名(4%)、「市役所等で配っているものをもらう」「その他」1名ずつ(0.4%)だった。

「生理用品への出費は経済的に負担ですか」という問い合わせに対しては、「とてもそう思う」と「ややそう思う」を合わせて170名(68%)、「あまりそう思わない」「全くそう思わない」を合わせて80名(32%)という回答結果になった。自由回答欄には、「毎月くるし1週間くらい付けとかないといけないものだから無くなるのは早いのに、高いのが少し困るし大変だと思う」「生理用品少しだけでもいいから安くしてもらいたい」「タンポンの値段下げてください」「ナプキン等が軽減税率対象外なのはおかしいと思います」と言った意見も書かれていた。また、生理用品無償提供用ディスペンサーの導入後に実施したインテビュ

でも、生理用品が「高い」という声もあった。しかし、全く生理用品が買えないという状況は聞かれなかった。今回の調査では、経済的な困難さから生理用品の入手が叶わないという、いわゆる「生理の貧困」を表すような傾向はデータからは得られなかった。経済的な負担感に関しては、より詳細な調査が必要であることが示唆された。

#### 4.3.3 生理用品は「借りたら返す」文化

##### (1) 保健室での貸し出しシステム

高校の養護教諭へのインタビューから、保健室では、従来、生理用ナプキンが必要な生徒には、貸し出しするというシステムを取っていることがわかった。タンポンの貸し出しそではなく、生理用ナプキンのみである。貸し出した後は、後日、どのようなタイプかは問わず、借りた枚数を返すよう指導している。その借りたら返すというシステムは、学校によって若干ルールが異なる。

ナプキンをいつ誰に貸し出したかノートに記録し、担任を通じて返却を手紙で促している養護教諭もいれば、名前は記録せずに返すよう伝えるだけで信用貸しのような形を取っている養護教諭もいた。ほとんどの高校で、保健室にナプキンを取りに来る生徒は少数だと示された。高校によっては、マスクやショーツも貸し出し品になっていた。

これらの高校で実施されているような、借りたら返すというシステムは、トイレ内で生理用品を無償で提供するシステムとは全く逆のシステムである。そこで、トイレ内無償提供になったことについて教員に意見を聞いた。すると、わざわざナプキンの貸し出し記録を付けたり、返してねと後追いする手間が減ったという養護教諭がいた。また、生徒にとっても、保健室に男子がいることを心配して教員に耳打ちしてくるような生徒がいたから借りにくさがなくなったと思うという養護教諭もいた。

一方で、今まで保健指導として、自分で生理用品を用意するよう指導していたが、生徒が自分で準備しないことに慣れてしまわないか心配であるという養護教諭もいた。学校のトイレ内で生徒達が生理用品を簡単に入手できたとしても、社会にはそのようなものはないため、卒業後のことも見据えて自分で用意することが重要だと思うが、そのような保健指導をするのが難しい

と話していた。

しかし、参与観察の中で、社会人になれば仕事をして自分で収入も得られるため、自分で買うだろうと考えている教員の声も聞かれた。また、生徒の様々な状況を踏まえて、生理用品の準備に限らず「ずっと困っている」生徒もいると言っていた教員もいた。

## (2) 生徒からの貸し出しシステムに対する反応

次に、生徒の視点から、生理用品は保健室でもらえたのか、借りられたのか、また、それに対してどのように感じているのか見ていきたい。小学校の時に保健室でナプキンを借りたことがあるという、高校3年生の生徒は、当時は、周りに初経を迎えていた友人が少なく、保健室にもらいに行くしかなかったという。その時の学校では、返さなくて良かったが、小学生だとどのようなタイプの生理用品があるか分からず何を返せばいいのかわからなくなりそうだと話していた。

次は、高校でナプキンを借りたことがあるという3年生のFGDの会話である。

生徒C：自分で取りに行ってた。まだ（トイレに）置いてなかった時に急になって。友達に聞いたら保健室行ったらもらえるっていうのを聞いて、取りに行って、また返してねって言って、もらった。

調査者：保健室に取りに行くのはどう思う？

生徒C：（生理になつてから、）とりあえずトイレットペーパーで応急処置していくっていう、その間に、まあ量が多かったら、トイレットペーパー突破して流れてくるじゃないですか。だから、できるだけトイレの近くに置いといでほしいなっていう気持ちはあります。

調査者：あげるって言われると、返してって言われるのはどう思う？

生徒D：あげるって言われてる方がまだいい。いちいち返すの、めんどくさいし、なつたもんはしゃあないから、そんな風に返してって言われたって。

生徒E：返してって、普通に言われちゃったら遠慮するよな。

生徒C：もう次行きたくないな、普通にまた返さなかんのやっていう意

識で行っちゃうから。借りたら返すってなんか違う。

生徒E：マスクも使い捨てやし、生理用品も使い捨てやから、別になんか返すほどのものじゃないというか。

保健室に返しに行く必要があるということに対して、「なったもんはしゃあない」という発言が印象的である。「生理になりたくてなっているわけではない」という言葉は、複数の高校で聞かれた。また、生理用品はもらうものではないかという意見の理由には、使い捨てであるという点がポイントだと思われる。

また、生徒からは生理用品をトイレ内に設置してほしいと求める声も多く聞かれた。介入研究の影響もあると考えられるが、生徒からは「(月経周期が)不定期で(生理)用品を持っていくこと自体をよく忘れてしまって、その急に来た時にはすごい安心だなとは思いました。」(高2女子)と急に月経が来てしまつた際に助かるとのことだった。また、設置場所については、「個室。その時になってた時にパンツそのまま履いたりするのも嫌やから。すぐ取れたらいいなって感じ。」(高2女子)とトイレの個室内ならすぐに生理用品を取ることが可能、他の人の目を気にしなくて良いという意見も聞かれた。

#### 4.3.4 トイレ内の生理用品の設置を望む声

生理用品無償提供用ディスペンサー導入前のオンライン質問票調査では、自由回答欄に「どこのトイレにもナップキンを置いていて欲しい」ということが書かれていた。生理用品無償提供用ディスペンサーの導入後にも、4.3.2で示したような経済的な負担を軽減するためだけでなく、急に月経が始まったり、生理用品が手元に無かったりした際に、トイレ内に生理用品が必要だという語りが見られた。

めっちゃいい。便利。急に來た時とかに使いやすい。(高2女子)

あの困ってる子とか忘れた子とかは、なんかすごい楽になるんじゃないかな。付けといいた方が樂じゃないかなと思ってたから、付いてちょっと

全然嬉しいかな、みたいな感じです。自分も忘れることがあるかもしれないから嬉しいかなって感じです。(高1女子)

保健室に行ったら先生がいるから、喋りにくい人とかでも、トイレやつたら普通に取れるし、喋りかけるのが苦手な子には、トイレの方がいいのかなと思います。(高1女子)

ある教員は、本調査にあたり、生徒に対して実証実験の主旨を説明したという。その際に、次のような反応があったという。

例えば、トイレットペーパーもタダじゃなかったんやでって、買わなあかんかったんよね。でも今はもうどこにでも設置されてるよねって言って。そんな風に生理用ナプキンもなったらいいなっていう活動してくださってるみたいな話を説明したらめっちゃいいやんって声はありましたね。なるほどみたいな。確かに、出先で困ることが多いって、生徒は結構言ってましたね。急になったとか、そう買うのに困るっていうほどではないけど、やっぱり高いなっていう意識はあるし、急になった時とかは本当に困るよねっていうようなことを生徒同士で話していました。(教員)

異性がいる前でも、生徒はこのように話していたという。続いて、次のようにも話していた。

自分が使う立場じゃなくっても、そうやって、誰かにとつていいんやつたら、いいよねみたいな感じで、結構前向きに。(教員)

実際に生理用品を使うことのない男子やLGBTQの生徒も前向きに捉えていたという。

#### 4.4 生理用品を衛生的に交換ができるトイレへのアクセス

UNESCO（2014）のMHMの要件の一つとして、「安全かつ衛生的でプライバシーが確保されたトイレと手や体を洗うための設備」を掲げている。本調査の対象校に限らず日本の学校トイレの個室には、扉と鍵が付いており、定期的に生徒もしくは業者が清掃を行っているため、「安全かつ衛生的でプライバシーが守られた」という点は満たしている。そして、トイレ内にも複数の手洗い場があるだけでなく、廊下には複数名が同時に手を洗うことができる蛇口も石鹼も設置されている。かつ排水設備も整っている。すなわち「手を洗うための設備」という要件も満たしている。

しかし、「トイレに行けない」という声が、教員と生徒から聞かれた。本調査の分析の結果、大阪の一部の高校生はトイレへのアクセスがしにくいと感じているようである。

教員のインタビューによると、ある高校では、コロナ禍になってから休み時間に女子トイレの前に行列ができていることをよく見かけるようになったという。その教員は、おそらく手を洗うのに時間がかかっているのではないかと推測していた。廊下の手洗い場もよく混んでいるという。そのため、トイレに行けたとしても、もしそこで月経が来ていることに気付き、生理用品を取りに戻って、また並んでトイレに行くと次の授業に間に合わなくなるのではないかと話していた。特に、移動教室があった場合は、生徒はより忙しく休み時間を過ごさなくてはいけなくなる。

ある高校の生徒は、同じ階にトイレが2か所あり、近場を使うこともできるが、「こっちのトイレの方が綺麗なんで、1組の人でも、わざわざここまで」と改修されて綺麗になった洋式のトイレを遠くのクラスの生徒も使いに来るという。もう1か所のトイレは、改修前の和式トイレであり、床は湿式である。洋式のトイレには、7つの個室があるが、1クラスに20名の女子が在籍し、全8クラスの女子がその7つを使用するとなると確かに混むだろう。

また別の高校では、養護教諭は、「トイレの修繕が入ってて、綺麗になってるんですよ。やっぱりこっちを使う子が多いんじゃないかなっていう印象がありますね」と話していた。また、その養護教諭は、保健室に「今日来た生徒が、ビデがないと生理の時はナプキン交換できひんとか言ってましたね、全部に

ビデつけてとかって生徒がいて」とかなり驚いたと言っていた。

この高校の生徒は、「やっぱ家が1番好きやし、自分の家のトイレが1番落ち着くやん」と言っており、また別の生徒は、「昼休みとかさ、別にあんまりトイレに行こうっていう思考にならないです」とトイレに行こうとすら思わないようであった。一応、「生理があるときは学校のトイレも、まあ」と月経時はさすがに生理用品を交換するために、仕方なさそうに学校のトイレを使用しているようだった。学校のトイレの老朽化が生徒に与える悪影響や改装について、もっと検討される必要が示唆された。

## 5 考察

### 5.1 実生活に即した知識と情報の不足

#### 5.1.1 生徒の困り事とニーズ

サブクエスチョン①「学校で行われている月経教育の現状」を、生徒の月経に関する困り事やニーズに照らし合わせて検討する。まず、高校生が月経に関してどのような困り事を抱えているのか現状を整理する。月経前や月経中に体調不良になることがある生徒は、程度の差はあるが約8割を超えていた。その症状は、月経痛、眼氣、だるさ、イライラ、貧血などがあげられた。また、月経周期が不安定、経血量、臭いといった悩みもあげられた。これらの症状に対応するためか、月経に伴う痛みや不快の対処法について知りたいという要望が多いことが明らかになった。

次に、生徒への調査の結果、小学4～6年で月経について習ったという生徒が多くあったが、もっと早く月経に関する授業をするべきだという声も多く聞かれた。授業を受ける前や周りよりも早く初経を迎えたことのある生徒に加え、そのような友人がいた生徒は、早めに知りたかった、あるいは、周りもフォローできるように知っておくべきだという意見を述べていた。

また、その時に知っておきたかったこととして、生理用品の使い方や捨て方、初潮が来た時の対応方法、初潮の経血の色があげられた。ナプキンの使い方に関しては教わったという生徒もいたが、タンポンについては存在しか教えられず、具体的な使い方は、授業では教えてもらわなかつたということだった。

また、男子への月経教育を求める女子生徒の声が多かったことも特筆すべ

き点だろう。月経に付随して起こる痛みや「しんどさ」がどのようにして起こるのか、どのくらい痛いのかということが理解できると男子も納得できるのではないかという意見があげられた。男子生徒からも、月経について知りたい、理解したい、配慮の方法が知りたいといった声が多数あげられた。

以上のことから、現在の月経教育では、生徒達は月経の仕組みについては知ることができても、実用的かつ具体的な月経に関する教授内容は不十分であると言える。そのため、女子生徒の月経の困り事やニーズに応えられておらず、十分な月経教育が行われているとは言い難い現状が明らかになった。

### 5.1.2 なぜ生徒のニーズに応えられないのか

では、なぜ生徒のニーズに応えることができていないのか検討する。その理由として、第1に、教科書の内容が限定的であること、第2に、時間的制約があること、第3に保護者の知識に差があることがあげられる。さらに、そのような要因に加えて、生徒は、SNSやインターネットでも自ら情報を得ているということも検討すべき重要な点であろう。

保健体育の教科書の内容は、月経の仕組みについて説明されているものの、経血の出口であり、タンポンを挿入する体の部位である膣については言及されていない。女子の外性器の説明もない。学習指導要領には「はどめ規定<sup>2</sup>」が存在し（教育新聞 2022）、妊娠に至る過程は取り扱わないことになっている。そのため、膣は隠す対象となってしまっているのではないか。そのことによって、タンポンの使い方を教えることや教えられることが阻害されているのではないか。

一方で、低用量ピルについては教科書で学ぶことが可能である。しかし、避妊法としての側面しか記載されておらず、月経周期の改善や、月経痛・PMSの軽減という役割もあることは書かれていない。本調査では、生徒達は、月経痛の改善を目的に低用量ピルの服用に関する情報を求めていることが明らかになった。そのため、低用量ピルの効果について、避妊のみならず、月経の不定愁訴を改善する側面についても触れる重要性が示唆された。

第2の要因は時間的な制約である。教員の保健体育の月経に関する授業は「さらっと」行われており、これは「きっかけ」としての意味でインタビューした教員の語

りに表れているように、保健体育のその他の膨大な教授内容も同時に教えるとなると、月経にばかり時間を取りきくことができない。それは、高校に限らず、小学校や中学校でも同様であろう。しかしながら、教員は、日々の学校現場での経験から、月経教育に限らず、性教育全般の必要性を強く認識していることが明らかになった。また、養護教諭は学校の中でも最も月経について詳しく、医学的な知識を持った存在であるが、保健室に訪れた生徒への個別指導に留まっている。養護教諭が持つ知識・情報を学校全体で共有されることにより、生徒のニーズに応えられる可能性が高まるのではないか。

第3に、学校教育の他に、先行研究(甲斐村 2010)でも指摘されていたとおり、生徒の月経対処には保護者の影響も大きいことが明らかになった。初めて月経について教わった人は母親が66%と圧倒的に多くの女子生徒が回答していた。月経に関する情報源でも最多は母親で44%、最も信用している情報源も母親が51%と約半数の生徒が母親を信頼していることが明らかになった。

一方で、質問票調査の結果から、姉や妹、祖母、おば、父親といった母親以外の家族や親戚からも月経について教わっているという生徒もいることが判明した。このことからシングルファーザーの家庭などの場合は、生徒が月経の困り事を話したり、頼ったりすることが困難になる可能性が高く、事態は深刻さを増すことが考えられる。そのため、母親だけでなく、母親以外の保護者から伝達される月経の知識についても着目する必要性が示唆されたと言える。

また、高校生が利用する情報源としてはSNSの存在も大きく、普段は月経について知りたいことがあった時にSNSで検索をして調べている。しかし、母親の次に最も信用しているのは「学校の先生・授業(26%)」だという結果であった。生徒達の語りでも、どのような媒体で、誰が発信していて、それらを比較してどれが信用できるのかといった話が聞かれた。生徒が情報の信用性について考えてSNSを使用するよう努めている様子が伺えた。しかし、SNS上には様々な情報が溢れおり、一見信用できそうに見えてそうではない場合もありうる。学校の教科書や授業の内容は不十分であり、家庭で伝達される知識も不十分だった場合、インターネット上の情報だけでは生徒にとって必要な情報が得られていない状況が想像できる。

## 5.2 月経の知識は女子だけのものか

サブクエスチョン①の学校で行われている月経教育の現状だが、月経の知識が女子生徒のみに偏るという男女別修の影響があげられる。まず、現状として、女子生徒の約7割が小学校・中学校での林間学校等の前に女子のみ集められて習ったことがある。その内容は、月経の仕組みなどの教科書でも習う内容に加え、生理用品の使い方や捨て方、痛み止めの薬、経血量についてなど、実践的な内容が教えられている。

そのような「秘密裏」に行われる授業に対して、男子生徒は、なんとなく女子だけ集められていることを知っている生徒もいれば、全く気が付いていない生徒もいた。このように学校において、月経は男子には隠された存在となっていることがわかる。男子は生理用品の使い方など、女子が具体的にどのように月経に対処しているかを知ることから排除されているとも言える。男子生徒からも、女性の気持ちや月経のしんどさを理解したい、知ることによって将来配慮や気遣いができるようになりたいというニーズが示されたが、男子が月経教育の一部から排除された現状では、ニーズとの間にギャップが生じやすい。女子生徒からも男子に対して、知っておいてほしいという意見が多く聞かれた。

災害時の生理用品の配布（NHK 2022）や生理の貧困への対応など、政策の意思決定には、その担当者の月経への理解度も影響を及ぼす。それを踏まえると、男子への月経教育はより一層重要性を増すと言える。

また、男女共修か男女別修かどちらがよいか生徒にインタビューしたところ、小学校から男女共修だったため特に抵抗はないという女子生徒もいれば、中学生の男子はからかったりするため中学校では別修がいいといった意見もあり、本調査の結果からは、生徒の意見としてはどちらが良いとは言い切れない。しかし、生徒がまじめに月経の話を受け止められるよう授業の雰囲気作りをすることが、男女共修がプラスに働く要因ではないかと考える。例えば、教師が恥ずかしがることなく、堂々とあっけらかんと月経について話すことができれば、生徒も月経をからかったり恥ずかしがったりするものではないと受け止めるのではないだろうか。

### 5.3 生理用品へのアクセスのしにくさ

サブクエスチョン②の学校生活が月経に与える影響として、生理用品へのアクセスのしにくさがあげられる。生理用品へのアクセスのしにくさには、第1に学校生活の中での入手のしにくさ、第2にトイレへの行きにくさ、第3にタンポンの使用のしにくさ、そして第4に経済的負担が関わっていると考えられる。

トイレ内での生理用品の無償提供が実施されるまでは、従来、学校生活の中で突然月経が来てしまい生理用品が必要になった場合、保健室で生理用ナプキンを1枚借りることが可能であった。ただ、高校では「借りたら返す」という仕組みがあり、どのようなタイプでも良いので返す必要があった。それが、生徒たちが保健室に生理用品を取りに行くハードルの高さになっていることが明らかになった。高校生であると、月経周期がまだ定まっていなかったため、定期的に来るものではなく想定外の出血もある。急に月経が来た時に生理用品が必要になった場合、トイレ内に生理用品があると助かるといった声が調査対象校の生徒から聞かれた。今後、トイレ内での生理用品の提供の必要性があると示唆された。

2点目の「トイレへの行きにくさ」という点では、移動教室やトイレの混雑から、短い休み時間の間にトイレに行くことが難しいという時間的な制限が影響しているということが明らかになった。また、和式トイレやトイレが汚いというトイレの空間そのものも原因となっていた。生徒が大きなナプキンを好んで付けるのには、トイレになかなか行けず、漏れることを恐れていることが関わっている。トイレへのアクセスやトイレの状態によって、生徒は、生理用品を衛生的かつ頻繁に交換することが難しいという実態は、途上国にも存在するが（小國 2022、杉田 2022）、共通する実態が存在することが明らかになった。

3点目のタンポンの使用に関して、高校生には高いハードルが存在している。教科書ではタンポンを挿入する部位である「膣」の存在がわかりにくく、隠されていると言える。さらに、実際の現場となる一部の小学校・中学校では、生理用品を見せたり、実際に触らせたりする授業が行われているが、具体的

にタンポンの付け方を習ったという生徒はいなかった。使い捨てナプキンを使用しているのが96%に及ぶのに対し、タンポンは14%という結果となっている。その一方で、水泳の授業ではタンポン利用を勧められるなどの矛盾も存在しており、タンポンを含めた生理用品の使用方法の指導については今後検討を要すると考えられる。

4点目、経済的負担に関しては、約7割の高校生が生理用品の購入に対して負担を感じていた。生理用品の買うのに困るほどではないが、値段は高いと感じていることが明らかになった。

## 6 結論

月経教育の課題には、「実生活に即した教授内容の不足」「女子のみに月経指導が実施されることの影響」「学校における生理用品のアクセスのしにくさ」「学校におけるトイレ環境の影響」があると考えられる。保健体育では、月経の仕組みが主な教授内容となっている。しかし、生徒の約8割が月経前・月経時に体調不良を抱えており、月経に伴う痛みや不快の対処方法を求めていた。また、学校教育では脛は隠された存在となっており、それがタンポンの使用のしにくさに影響を及ぼしている。初経前教育の早期化を求める声や、男子も学ぶ必要性があるという声も聞かれた。男子生徒からは、月経で困っている女子への配慮の仕方を知りたいという要望があることが浮き彫りになった。

次に、月経に関する生徒の困り事に対する教師の指導が生徒の月経への捉え方に影響を与えることが示唆された。保健室では、ナプキンを1枚借りることが可能であるが、それが生徒の生理用品のアクセスのしにくさにつながっている。

最後に、学校生活での月経対処には、トイレへのアクセスが大きな影響を与えていていることが明らかになった。生徒は長時間付けても経血が漏れないよう大きめのナプキンを付けており、生理用品を衛生的かつ頻繁に交換することが難しい。それには短い休み時間に教室を移動しなければならない上にトイレが混雑するという時間の問題、そして、和式トイレやトイレが汚いという空間の問題が存在している。そのため、トイレの改修という学校環境の整

備も月経教育の課題であることが示唆された。

## 謝辞

本調査の実施には、大阪大学ヒューマン・サイエンス・プロジェクトの助成を受け実施した。また、本調査にご協力いただいた大阪府教育庁のご担当者の方々、学校現場の先生方、生徒のみなさまには、厚くお礼申し上げたい。

## 注

- 1 アクションリサーチの対象校は9校であったが、1校については、調査ができた時期等の関係から本稿の分析対象からは外している。
- 2 小学校の理科の「B 生命・地球」の内容については「人の受精に至る過程は取り扱わないものとする」(文部科学省 2017a)、また、中学校の保健体育においては、「妊娠や出産が可能となるような成熟が始まるという観点から、受精・妊娠を取り扱うものとし、妊娠の経過は取り扱わないものとする」(文部科学省 2017b) という、いわゆる「はだめ規定」が存在している。そのため、学校現場においては、性交に関する性教育を実施することができない(浅井 2018)。

## 参考文献

浅井春夫

2018 「わが国の性教育政策の分岐点と包括的性教育の展望：学習指導要領の問題点と国際スタンダードからの逸脱」『まなびあい』11: 88-101。

有馬美保・宮井信行

2022 「中学生における性情報の取得状況と性に対する意識の関連」『母性衛生』53(1): 154-164。

蝦名智子・松浦和代

2010 「思春期女子における月経の実態と月経教育に関する調査研究」『母性衛生』51(1): 111-118。

小國和子

2022 「第4章 インドネシア農村部の女子中学生はどうに月経対処しているのか—学校教育とイスラーム規範に着目して」 杉田映理・新本万里子編『月経の人類学—女子生徒の「生理」と開発支援—』 pp.96-119、京都：世界思想社。

甲斐村美智子

2010 「女子学生の月経の経験と自己肯定感：初経教育およびその後の月経の経験と自己肯

定感との関連』『女性心身医学』14(3): 277-284。

梶谷さとこ・岡崎愉悦・下亜矢子・原直美

2022 「月経が女子高校生の学校生活に与える影響と教育的支援の検討』『母性衛生』62(4): 708-717。

教育新聞

2022/10/26、「性教育のはどめ規定『撤廃せず』永岡文科相が国会で答弁」

工藤里香・牛越幸子

2018 「母親の月経に対する態度・意識・行動と思春期女子への母親による家庭内月経教育の実際』『京都橘大学研究紀要』(44): 127-136。

坂木奈都美・笹野京子・長谷川ともみ

2019 「小学校、中学校、高等学校における月経教育の内容への要望 看護学生を対象にした質問紙調査』『母性衛生』59(4): 655-661。

佐藤年明

2006 「思春期の性教育における男女別学習と男女合同学習の意味—日本とスウェーデンの実践事例にもとづいて』『三重大学教育学部研究紀要』57: 171-183。

志水宏吉

2015 「教育は誰のものか—格差社会のなかの「学校選び」—』『教育学研究』82(4): 558-570。

杉田映理

2019 「月経衛生対処(MHM) の開発支援および研究の動向』『国際開発研究』28(2):1-17。

2022 「第1章 開発課題の目標となった月経衛生対処—MHMとは」 杉田映理・新本万里子編『月経の人類学—女子生徒の「生理」と開発支援—』 pp.22-46、京都:世界思想社。

鈴木幸子

2022 「第10章 日本の月経教育と女子中学生の月経事情」 杉田映理・新本万里子編『月経の人類学—女子生徒の「生理」と開発支援—』 pp.243-262、京都:世界思想社。

#みんなの生理・ヒオカ・吉沢豊予子・田中東子・田中ひかる・河野真太郎

2021 『#生理の貧困(Nursing Today ブックレット : 14)』 東京:日本看護協会出版会。

妹尾未妃・上村茂仁

2021 「我が国の性教育における月経教育に関する文献レビュー』『母性衛生』62(2): 478-485。

長津恵・長友舞・吉田幸代・壹岐さより・長鶴美佐子・高橋由佳

2012 「高校生の月経の実態 (その2) : 月経痛とその対処行動』『日本看護学会論文集. 母性看護』(42) :74-76。

日野林俊彦・清水真由子・大西賢治・金澤忠博・赤井誠生・南徹弘

2013 「発達加速現象に関する研究・その27-2011年2月における初潮年齢の動向-」日本心理学会第77回大会論文集、1035。

松本清一

1999 『日本女性の月経』フリープレス。

守山正樹・柏崎浩・鈴木継美

1980 「日本における初潮年齢の推移」『民族衛生』46(1): 22-23。

日本産科婦人科学会

2020 「HUMAN+女と男のディクショナリー」

[http://www.jsog.or.jp/public/human\\_plus\\_dictionary/book\\_vol2.pdf](http://www.jsog.or.jp/public/human_plus_dictionary/book_vol2.pdf)  
(2021/11/20 アクセス)

文部科学省

2017a 「小学校学習指導要領(平成29年告示)」

[https://www.mext.go.jp/content/1413522\\_001.pdf](https://www.mext.go.jp/content/1413522_001.pdf) (2021/11/20 アクセス)

2017b 「中学校学習指導要領(平成29年告示)」

[https://www.mext.go.jp/content/1413522\\_002.pdf](https://www.mext.go.jp/content/1413522_002.pdf) (2021/11/20 アクセス)

2018c 「高等学校学習指導要領(平成30年告示)」

[https://www.mext.go.jp/content/20230120-mxt\\_kyoiku02-100002604\\_03.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230120-mxt_kyoiku02-100002604_03.pdf)  
(2021/11/20 アクセス)

NHK

2022 「防災担当者“女性がゼロ”全国6割の自治体で」2022年5月27日付

[https://www3.nhk.or.jp/news/special/saigai/select-news/20220527\\_02.html](https://www3.nhk.or.jp/news/special/saigai/select-news/20220527_02.html)

(2023/2/26 アクセス)

UNESCO

2014 "Puberty Education & Menstrual Hygiene Management"

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000226792> (2023/12/12 アクセス)

# Issues of Menstrual Education in Japan from the Perspective of Menstrual Management of High School Students: Narratives from teachers and students in Osaka, Japan

Wakana KOSHIO, Elli SUGITA

## Abstract

Menstrual hygiene management (MHM) is an important social issue internationally, especially for adolescent girls attending school who have been identified as needing the most support. While support for menstrual education is expanding internationally, it has been pointed out that menstrual education in Japan is insufficient and there is a gap between the needs of students and the education provided. Therefore, the purpose of this paper is to clarify the issues of menstrual education in Japan based on the voices of Japanese high school students and their teachers. A field survey was conducted at eight high schools in Osaka Prefecture. Questionnaire surveys and interviews, as well as participant observation, were carried out with the students and teachers.

The results of this study revealed that the issues of menstrual education in Japan include a “lack of practical content,” “insufficient menstrual guidance being provided to girls only,” “inaccessibility of sanitary products in schools,” and “the toilet environment in schools.”

**Keywords :** menstrual education, menstrual management, high school student, Osaka prefecture, Japan