

8 性と生殖に関する健康

- 8.1 妊娠と避妊
- 8.2 HIV/エイズのスティグマ（恥と罪の意識）、ケア、治療、サポート
- 8.3 HIV を含む性感染症リスクの理解、認識、低減

学習目標（5～8 歳）

キーアイデア：

- ・妊娠は自然な生物学的プロセスであり、計画的に行うことができます。

学習者ができるようになること：

- ▶ 卵子と精子が結合し、子宮に着床することで妊娠が始まることを再認識する。（知識）
- ▶ 妊娠と生殖は自然な生物学的プロセスであり、いつ妊娠するかは計画できることを説明する。（知識）
- ▶ すべての子どもが望まれ、ケアされ、愛されるべきであることを説明する。（態度）
- ▶ すべてのカップルが子どもを持つわけではないことを認識する。（知識）

学習目標（9～12 歳）

キーアイデア：

- ・妊娠の主な特徴を理解することは重要です。

学習者ができるようになること：

- ▶ 妊娠の一般的な兆候を列挙する。（知識）
- ▶ 妊娠を確認するための入手可能な検査について説明する。（知識）
- ▶ 早期婚（自発的でも強制的でも）や早期妊娠・早期出産によって引き起こされる健康上のリスクを列挙する。（知識）
- ▶ 若年で意図しない妊娠をすると、健康面や社会面でネガティブな結果となる可能性があることを認識する。（態度）
- ▶ 妊娠の兆候があった場合に相談できる親や保護者、信頼できる大人を明らかにする。（スキル）

キーアイデア：

- ・現代的な避妊方法は避妊や妊娠の計画を助けます。

学習者ができるようになること：

- ▶ 現代的避妊法やコンドーム、その他の意図しない妊娠を防ぐ方法に関する迷信を修正する。（知識）
- ▶ 意図しない妊娠を避けるためには、性交をしないことが最も効果的であることを説明する。（知識）
- ▶ 意図しない妊娠のリスクを減らすために、男性用と女性用のコンドーム両方の正しい使い方の手順を説明する。（知識）

キーアイデア：

- ・ジェンダー役割や仲間の規範は、避妊具の使用についての決定に影響を与える可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ ジェンダー役割や仲間の規範が避妊具の使用にどのように影響するかを議論できる。（知識）
- ▶ コンドームやその他の避妊具を使用するかどうかの決定は、性的パートナー両方の責任であることを認識する。（態度）
- ▶ 避妊は、男女ともに責任があることを認める。（態度）
- ▶ 避妊についてどのように感じているか、また、それに影響を与えるジェンダー役割や仲間の規範について考える。（スキル）

学習目標 (12~15 歳)

キーアイデア：

- ・ 避妊法によって、成功率、効能、利点、副作用が異なります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 意図しない妊娠を防ぐための効果的な方法とその効果（例：男性用・女性用コンドーム、低用量ピル、（避妊用）注射、（避妊用）インプラント、緊急避妊薬など）を分析する。（知識）
- ※（避妊用）注射、（避妊用）インプラントは日本では認可されていません。
- ▶ 意図しない妊娠につながる個人の脆弱性について説明する。（知識）
- ▶ 正しく一貫して行われれば、性交を控えることが意図しない妊娠を防ぐ効果的な方法であると述べる。（知識）
- ▶ 性的行動を取る場合、コンドームと現代的避妊法の正しい一貫した使用は、意図しない妊娠を防ぐことができると述べる。（知識）
- ▶ コンドームの正しい使い方を説明する。（スキル）
- ▶ 緊急避妊薬（合法で入手可能な場合）は、避妊具がなかったとき、避妊具の誤用や失敗のとき、性的暴行による妊娠を含め、意図しない妊娠を防ぐことができることを説明する。（知識）
- ▶ 伝統的な避妊法は現代的避妊法に比べて信頼性が低いが、現代的避妊法がない場合には、伝統的な避妊法は何もしないよりはしたほうがよく、健康の専門家のアドバイスを得て検討することができることを述べる。（知識）
- ▶ 不妊手術は永続的な避妊方法であることを述べる。（知識）

キーアイデア：

- ・ 性的に活発で、避妊具の使用の恩恵を受ける可能性のある若者は、能力、婚姻状況、ジェンダー、ジェンダーアイデンティティ、性的指向に関係なく、大きな障壁なしに避妊具にアクセスできるべきです。

学習者ができるようになること：

- ▶ コンドームや他の避妊具がその地域では一般的にどこで入手できるのか、また、若者がそれらを入手するのを妨げたり制限したりする障壁がある場合もあることを分析する。（知識）
- ▶ 性的に活発な若者が、婚姻状況や性別、ジェンダーを理由に避妊具やコンドームへのアクセスを拒否されることはあってはならないと認識する。（態度）
- ▶ 避妊具の情報源や供給源にアクセスする様々な方法を示す。（スキル）

キーアイデア：

- ・ 若すぎる出産や、間隔の短すぎる出産には、健康上のリスクがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 若すぎる出産を定義し、それに伴う健康リスクを説明する。（知識）
- ▶ 出産間隔を空けることのメリットを説明する。（知識）
- ▶ 妊娠を遅らせること、間隔を空けることの重要性を認識する。（態度）
- ▶ 妊娠するかしないか、いつ妊娠するかについての選択を表明する。（スキル）

学習目標 (15~18 歳以上)

キーアイデア：

- ・ 避妊具の使用は、性的に活発な人々の妊娠を防ぎ、子どもを持つかどうか、持つのであればいつ持つかといった計画を立てるのに役立つ、個人や社会にとって重要なメリットがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 入手可能な現代的避妊方法（例：男性用・女性用コンドーム、低用量ピル、注射、インプラント、緊急避妊薬）の個人への恩恵と、ありうる副作用、リスクを評価する。（知識）
- ※注射、インプラントは日本では認可されていません。
- ▶ 性的行為をするとき、最も適切な方法、あるいはいくつかの避妊法の組み合わせを決定するのに役立つ要因（例：判明しているリスク、費用、利用しやすさ）を調べる。（知識）
- ▶ コンドームや緊急避妊薬を含め、避妊具を正しく使用することの重要性を認識する。（態度）
- ▶ さまざまな避妊方法について議論し、使用することへの自信を示す。（スキル）
- ▶ 必要になったときのために、望ましい現代的避妊法にアクセスするための計画を立てる。（スキル）

キーアイデア：

・意図しない妊娠は起こるもので、すべての若者は健康と幸福のために必要なサービスや保護にアクセスできるべきです。

学習者ができるようになること：

- ▶ 思春期の母親が教育を継続・修了する権利、差別なく生殖の健康サービスを受ける権利を守る法律や政策を調べる。（知識）
- ▶ 思春期の女子が在学中に妊娠した場合、その女子を排除したり、除籍したりすることはその女子への人権侵害であることを認める。（態度）
- ▶ 意図しない／するに関わらず妊娠した女性や女子が利用できる保健・支援サービスの範囲を確認する。（知識）
- ▶ 安全でない中絶は、女性や女子に深刻な健康リスクをもたらすことを理解する。（知識）
- ▶ 妊娠が早期であっても、意図しないものであっても、妊娠した女性や女子は質の高い安全で包括的な保健医療と支援を受けられるべきであることを認識する。（態度）
- ▶ 意図した／しないにかかわらず妊娠、またはすでに子どものいる友人や愛する人を、健康、教育、幸福に関して、どのようにサポートできるかを示す。（スキル）

キーアイデア：

・養子縁組は、親になる準備ができていない場合や親になることができない場合の選択肢の一つです。

学習者ができるようになること：

- ▶ 養子縁組のリスクとメリットを評価できる。（知識）
- ▶ 養子縁組は、親になる準備ができていない人や親になることができない人にとって重要な選択肢の一つであることを認識する。（態度）

キーアイデア：

・健康な妊娠に貢献しうる、またはそれを脅かしうる習慣があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 健康的な妊娠に貢献したり、健康的な妊娠を脅かししたりする出生前の習慣を評価する。（知識）
- ▶ 健康的な妊娠を確実なものにすることは、母親だけの責任ではないことを認識する。（態度）
- ▶ 健康的な妊娠をサポートするための計画を立てる。（スキル）
- ▶ 出生前のサービスを利用する方法を示す。（スキル）

8 性と生殖に関する健康

- 8.1 妊娠と避妊
- 8.2 HIV/エイズのスティグマ（恥と罪の意識）、ケア、治療、サポート
- 8.3 HIV を含む性感染症リスクの理解、認識、低減

学習目標 (5~8 歳)

キーアイデア：

- ・ HIV と共に生きる人たちは平等な権利を持ち、豊かな人生を送っています。

学習者ができるようになること：

- ▶ 適切なケア、治療、サポートがあれば、HIV と共に生きる人は十分に豊かな人生を送ることができ、希望すれば自分の子どもを持つことができると述べる。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人々は、他の人と同じように、愛情、尊敬、ケア、サポート (とその時々に必要な治療) を平等に受ける権利があることを認識する。(態度)

キーアイデア：

- ・ HIV と共に生きる人たちを助ける効果的な治療法があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ 現在では、ケア、尊重、サポートによって、HIV と共に生きる人たちが、自分の状態をコントロールできる効果的な治療法があることを述べる。(知識)

学習目標 (9~12 歳)

キーアイデア：

- ・ HIV と共に生きる人にとって、安全で協力的な環境の中で自分の HIV の状態について話せることは重要です。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV と共に生きる人たちが、自分の HIV の状態を話すことで生じる利点と困難について説明する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人の中には、生まれたときから HIV を持っている人もいれば、生まれてから HIV に感染した人もいることを再認識する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人たちにとって安全で協力的な環境を保証する責任が誰にでもあることを認識する。(態度)
- ▶ 安全で協力的な環境に貢献する方法を示す。(スキル)

キーアイデア：

- ・ HIV と共に生きる人は、ケアや治療に独自のニーズがあり、その中には副作用の可能性もあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV と共に生きる人は、なぜケアや治療に独特のニーズがあるのか、副作用の可能性も含めて説明する。(知識)
- ▶ HIV の治療は生涯にわたるものであり、副作用やその他の困難を伴うことがあり、栄養面で慎重に注意を払う必要があることを再認識する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる子どもや若者も治療の恩恵を受けることができるが、特に思春期には適切な投薬とその遵守、副作用 (例：骨密度、抗レトロウイルス薬剤耐性) に慎重な注意が必要であることを述べる。(知識)
- ▶ HIV にかかわるケアや治療、サービスにアクセスする方法をリストアップして示す。(スキル)

キーアイデア：

- ・ HIV とエイズは家族構成や家族の役割、責任に影響を与える可能性があります。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV は人間関係や家族、性的な生活を送る上で障壁とはならないことを説明する。さまざまな HIV の状態にある人たちが一緒に暮らし、HIV に感染する危険性なしで性的なパートナーとなり、HIV に感染しない子どもを持つこともできるからである。(知識)

- ▶ HIV やエイズがさまざまな家族やその構成、役割分担、責任についてどのような影響を与えるか説明する。(知識)
- ▶ 家族、コミュニティ、サービス、治療などのサポートがあれば、HIV と共に生きる女性は健康であることができ、HIV に子どもを感染させることなく出産し、授乳することができるということを説明する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人をサポートする責任が、誰にでもあることを認識する。(態度)
- ▶ HIV と共に生きる人をサポートする方法を示す。(スキル)

学習目標 (12~15 歳)

キーアイデア：

・適切なケア、尊敬、サポートがあれば、HIV と共に生きる人たちは、差別のない十分に豊かな人生を送ることができます。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV の状態を理由にした差別は違法であると結論づける。(知識)
- ▶ 生まれたときから HIV と共に生きている人もいること、治療やサポートがあれば、十分に健康的で豊かな人生を送ることができることを認識する。(態度)

キーアイデア：

・HIV と共に生きる人も含め、誰もが、結婚や長期的な責任ある関係を通じて、他者への性的感情や愛情を表現する権利を、他のすべての人と同じように持っているし、それを選択したいならできるべきです。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV と共に生きる人も含め、すべての人が他者への性的感情や愛情を表現する権利を持っている理由の根拠を示す。(知識)
- ▶ HIV とともに生きる人も含め、すべての人の、他者への性的感情や愛情を表現する権利を支持する。(態度)

キーアイデア：

・HIV と共に生きる人たちによって、あるいは彼らとともに運営される支援団体やプログラムが役に立つことがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV と共に生きる人たちによって、あるいは彼らとともに運営される支援団体やプログラムがどのように役立ちうるかを説明し、彼らが提供するサービスについて説明する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人たちによって、あるいは彼らとともに運営される支援団体やプログラムが提供する援助を認識する。(態度)
- ▶ 地域の支援団体やプログラムへのアクセス方法を示す。(スキル)

学習目標 (15~18 歳以上)

キーアイデア：

・適切なケア、尊重、支援があれば、HIV と共に生きる人たちは、生涯にわたって十分に豊かな人生を送ることができます。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV と共に生きる人やエイズを発症している人々に対するスティグマと差別について、原因や影響を分析する。(知識)
- ▶ その国で HIV と共に生きる先駆的な活動家 (男性、女性、そしてトランスジェンダーの人々など) を明らかにし、人々の HIV に対する考え方や、HIV と共に生きる人々へのサポートや保護にもたらしてきた変化を説明する。(知識)
- ▶ HIV と共に生きる人々の達成したことを認める。(態度)

▶HIV と共に生きる人々を含め、すべての人が持つ、スティグマや差別から自由に生きる権利のために、社会に向けて呼びかける。(スキル)

8 性と生殖に関する健康

- 8.1 妊娠と避妊
- 8.2 HIV/エイズのスチグマ (恥と罪の意識)、ケア、治療、サポート
- 8.3 HIV を含む性感染症リスクの理解、認識、低減

学習目標 (5~8 歳)

キーアイデア：

- ・免疫システムは病気からからだを守り、人々の健康維持を助けます。

学習者ができるようになること：

- ▶「健康」と「病気」の概念を説明する。(知識)
- ▶人間には、病気から身を守る免疫システムがあることを説明する。(知識)
- ▶健康を守るためにできることを列挙する。(知識)

キーアイデア：

- ・人は病気にかかっているにもかかわらず、健康そうに見えることがあります。

学習者ができるようになること：

- ▶病気にかかっているにもかかわらず、健康に見えたり健康だと感じていたりする場合があることを再認識する。(知識)

キーアイデア：

- ・病気の有無に関わらず、誰もが愛情、ケア、サポートを必要としています。

学習者ができるようになること：

- ▶健康状態に関わらず、人がいかに愛情やケア、サポートを必要としているかを説明する。(知識)

学習目標 (9~12 歳)

キーアイデア：

- ・すでに性感染症にかかっている人と性交することで、HIV を含む性感染症にかかる可能性があります、感染しやすさを低くするさまざまな方法があります。

学習者ができるようになること：

- ▶コミュニティの中で若者に最も一般的な性感染症 (例：HIV、HPV、ヘルペス、クラミジア、淋病) と、その感染経路を列挙する。(知識)
- ▶HIV は軽度の接触 (例：握手、ハグ、同じグラスで飲む) では感染しないことを説明する。(知識)

キーアイデア：

- ・HIV は、HIV と共に生きる人との無防備な性交を含む、さまざまな方法で感染する可能性があるウイルスです。

学習者ができるようになること：

▶HIV のさまざまな感染経路（例：HIV と共に生きる人との無防備な性交、HIV が混入した血液による輸血、注射器、針または他の鋭利な器具の共有；妊娠中、分娩時、母乳育児されている期間）をあげる。（知識）

▶HIV は、ほとんどの人が HIV と共に生きる人との無防備な挿入を伴う性交によって感染する、あるいは感染させることを述べる。（知識）

キーアイデア：

・ HIV を含む性感染症への脆弱性を低くするさまざまな方法があります。

学習者ができるようになること：

▶HIV に感染したり、感染させたりするリスクを低くするさまざまな方法を説明する。HIV にさらされる前（コンドームの使用、可能な地域である場合には任意の医学的な男性包皮切除（VMMC）、曝露前予防内服（PrEP）とコンドームとの併用）、HIV にさらされた後（入手可能な地域における曝露後予防内服（PEP））の両方について。（知識）

▶コンドームを正しく使用するための手順を説明する。（知識）

▶入手可能な地域においては、性器ヒトパピローマウイルス（HPV）のワクチンには何歳からどこでアクセスできるかを説明する。（知識）

▶望まない性的プレッシャーに対抗したり、コンドームや避妊具の正しい一貫した使用を含め、より安全なセックスを実践する意思を伝えたりするコミュニケーション、交渉、拒否のスキルを示す。（スキル）

キーアイデア：

・ HIV を含む性感染症に感染しているかどうかを確実に知るには検査が唯一の方法であり、HIV やほとんどの性感染症には治療法が存在します。

学習者ができるようになること：

▶HIV を含む、コミュニティで最も一般的な性感染症の検査と治療についての理解を示す。（知識）

▶検査を受けたい人をサポートする方法を説明する。（知識）

▶検査を受ける人にとって安全で支援的な環境の重要性を認識する。（態度）

▶検査を受けるためにどこに行けばよいかを説明する。（スキル）

学習目標（12～15 歳）

キーアイデア：

・ クラミジア、淋病、梅毒、HIV、HPV などの性感染症は、予防、治療、管理が可能です。

学習者ができるようになること：

▶HIV を含む性感染症のさまざまな感染経路（例：性的行為、妊娠、分娩または母乳育児、ウイルスが混入した血液の輸血、注射器・針・その他鋭利な器具の共有）を説明する。（知識）

▶挿入を伴う性交をしないことが、性的行為による HIV やその他の性感染症の予防に最も効果的であることを説明する。（知識）

▶性的に活発であっても、HIV や性感染症に感染するリスクを減らすための特定の方法があることを説明する。例えば、コンドームの一貫した正しい使用、挿入を伴う性交を避けること、“お互い決まった一人とのみ性的関係を持つこと”の実践、性交する相手の数を減らすこと、同時期に複数の人とパートナーになるのを避けること、性感染症の検査と治療を受けることなど。（知識）

▶HIV や他の性感染症の、感染率が高い特定の環境では、年齢差や世代差のある関係性が HIV への脆弱性を高める可能性があることを説明する。（知識）

▶より安全なセックスのために交渉し、安全でない性的行為を拒否するさまざまなスキルを示す。（スキル）

▶コンドームを正しく使用するための手順を示す。（スキル）

キーアイデア：

・性の健康に関するサービスでは、HIV 検査、治療、コンドームの提供などを行うことができます。また、一部のサービスでは PrEP（曝露前予防内服）や PEP（曝露後予防）、VMMC（医学的な男性包皮切除）などを提供し、HIV に対する脆弱性を評価し、必要に応じて検査や治療へのアクセスを支援することができます。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV 検査を受けるための保健システムへのアクセス方法や、HIV と共に生きる人々を支援するプログラムを調べる。(知識)
- ▶ 利用可能な HIV 検査の種類とその実施方法を説明する。(知識)
- ▶ VMMC と、それが男性の HIV に対する脆弱性をどのように減らすことができるかについて説明する。(知識)
- ▶ 地域で入手可能であれば、HIV に曝される可能性がある前後に HIV に感染する可能性を減らす方法としての PrEP と PEP とはなにか明らかにする。(知識)
- ▶ すべての人には、自発的で、十分な情報をもとにプライバシーを守られながら検査を受ける権利があり、自分の HIV の状態の開示を要求されるべきではないことを述べる。(知識)
- ▶ HIV に対する脆弱性を評価するための検査の重要性を認識し、必要に応じて治療を受けられるようにすることの重要性を認識する。(態度)
- ▶ 検査を受けたいと思っている友人をサポートする方法を示す。(スキル)

学習目標（15～18 歳以上）

キーアイデア：

・コミュニケーション、交渉、拒否のスキルは、若者が望まない性的プレッシャーに対抗し、より安全なセックス（例：コンドームや避妊方法を一貫して使用すること）を実践する意思を強化するのに役立ちます。

学習者ができるようになること：

- ▶ 交渉スキルは、社会規範や権力の不均衡、意思決定する力における個人の信念や自信に影響されうることを再認識する。(知識)
- ▶ 望まない性的プレッシャーへの抵抗や、より安全なセックスの手段を採用するために、効果的なコミュニケーション、交渉、拒否のスキルを適用する。(スキル)

キーアイデア：

・性的に活発な人々の中で、脆弱性を減らすためにどの方法を使うかの決定は、その人自身の自己効力感、判明している脆弱性、ジェンダー役割、文化、仲間の規範に影響されます。

学習者ができるようになること：

- ▶ 性的に活発なときに脆弱性を減らすための個人の決定におけるすべての潜在的な影響について批評する。(知識)
- ▶ 社会における特定のグループの排除や差別が、彼らの HIV やその他の性感染症に対する脆弱性を高めることを認識する。(態度)
- ▶ 健康や幸福のための個人的な計画を立て、実践する。(スキル)
- ▶ コンドームへアクセスするさまざまな方法を実際にやってみる。(スキル)

キーアイデア：

・性の健康に関わるサービスは、コンドーム、HIV 検査、治療を提供していて、その中では PrEP（曝露前予防内服）・PEP（曝露後予防）・VMMC（医学的な男性包皮切除）を提供する場合もあります。他の性感染症の検査や治療、避妊具やジェンダーに基づく暴力などに対応するサービスは、HIV に対する自身の脆弱性を見極め、必要な検査や治療にアクセスするのに役立ちます。

学習者ができるようになること：

- ▶ HIV 感染を予防すること、HIV に対する脆弱性を最小限に抑えること、両方のために利用できる性の健康に関わるサービスを評価する。(知識)

- ▶PrEP や PEP を含む、安全で機密性の高い HIV 検査やその他のサービスをどこで受けることができるかを明らかにする。
(知識)