

7	お母さんと一緒に学ぶ月経教室		
担当講師名	小西清美、長嶺絵里子、大浦早智（名桜大学人間健康学部）		
講座の趣旨	<p>「お母さんと一緒に学ぶ月経教室」は、10歳～12歳の女子と母親に、月経について肯定的にイメージできるようにするための講座です。この教室では月経のメカニズムだけでなく、いのちの誕生や子宮の力、いのちの繋がりを伝えます。初潮の際に周囲の反応がネガティブだとPMSになる可能性が高いという調査結果を踏まえ、母親が良いリアクションができ、月経イメージを肯定的に受け入れ、母親と娘が共有できるようになることを目指します。また、月経時は手当て法の実際についても学びます。</p> <p>母親と一緒に参加している娘さんが、この講座の受講を機会に、月経に関すること、性に関すること等、気軽に話せるようになることを目的とします。</p>		
開催日時	2019年7月27日（土）14:00～16:30		
受付期間	2019年5月27日（月）～7月19日（金）		
受講対象者	母子 20名	場所	母性小児看護実習室
講座内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 女子はいつか母になれるかもしれない 2. 第二性徴をむかえる女の子たち 3. 女の子とお母さんの体 4. いのちを繋げる準備 5. 月経はいのちの部屋のおそうじ？ 6. 月経の手当て・・・セルフケア力を高める。 7. 自分のからだを大切にする（グループワーク） 		
備考			