

思春期女子の性別受容と初潮の関わり
- 2015年2月における全国41,838人の小・中学生の調査から -

Interrelation between Gender Acceptance during Puberty and Menarche: From a Nationwide Survey of 41,838 Schoolgirls in February 2015

清水 真由子* 日野林 俊彦**
SHIMIZU Mayuko HINOYASHI Toshihiko

本研究では2015年2月に実施した全国初潮調査の結果をもとに、思春期前後の女子児童・生徒の性別受容の傾向および性別受容と初潮（初経）との関連について、発達タイミングに着目して検討することを目的とした。初潮の時期は小学6年生がピークであるが、小学3年生以前に来潮する児童や、中学3年生の学年末でも未潮である生徒も存在していた。学年ごとの性別受容の傾向について、性別受容肯定率は小学4年生から中学2年生にかけて低下し、中学3年生で若干上昇していた。性別受容と初潮の関係については、小学4年生から中学2年生においては、未潮群より既潮群の方が性別受容肯定率が低い傾向が見られた。中学3年生における、初潮学年別の性別受容肯定率の変化を検討すると、初潮学年が上がるにつれて性別受容肯定率が上昇し、中学2、3年で初潮を迎えた晩熟な群は性別受容肯定率が高い傾向が見られた。初潮の経験は性別受容に否定的に働き、同世代と比較して早いタイミングで来潮することは女性性の発達に否定的に働く可能性も考えられる。いわゆる発達加速現象に伴う思春期変化の低年齢化が、女性の性別受容を含めた人間形成に与える影響の一側面を示唆している可能性も考えられた。

キーワード：初潮，思春期変化，性別受容，発達タイミング，全国調査

Key words : menarche, pubertal changes, gender acceptance, developmental timing, nationwide survey

I. はじめに

思春期になると、身長や体重の伸びといった思春期成長スパートや、生殖機能を備えた大人の身体への変化といった第二性徴など、さまざまな身体的変化があらわれる。著しい身体的変化は、認知面や心理社会的側面の発達にも影響し、それまでの児童期と比べて不連続な発達の経過となり、思春期を含めた青年期は心理的に動揺する時期と考えられてきた。青年期の不安や混乱のきっかけが思春期の身体的変化であるならば、身体的変化はその後の人間形成に大きな影響を与えていると考えられる。

思春期変化に関して、発達過程における成長と成熟の時間的促進と増大傾向を伴う発達加速現象が国内外で知られている。発達加速現象には時代差をとらえる年間加速現象と、同時代における集団間や文化間の差をとらえる発達勾配現象の二つの側面がある（澤田,1982）。一つ目の年間加速現象としては、時代にとまなう身長や体重の伸びがあげられる。令和4年度の文部科学省による学校保健統計調査（2023）の結果によると、昭和23年度の11歳男子の平均身長は130.4cm、11歳女子の平均身長は130.8cmであるのに対して、令和4年度は

男子146.1cm、女子は147.9cmと、男女ともに16cm程伸びている。同様に体重に関しても、昭和23年度の11歳男子の平均体重は28.2kg、11歳女子は28.2kgであるのに対して、令和4年度は男子40.0kg、女子40.5kgと男女ともに10kg以上増えている。このような身長や体重の伸びと同時に、初潮（初経）に代表される第二性徴の発現時期も低年齢化してきている。第二性徴の低年齢化は、発達における早熟や晩熟の問題、すなわち発達タイミングの個人差の問題と密に関係してくる。

同年代の周りの友人と比べて身体の成長が早いか遅いかといった発達タイミングは、青年期や成人期の心理的適応と関連することが指摘されている（Graber, Brooks-Gunn, & Warren, 2006; Taga, Markey, & Friedman, 2006）。発達タイミングによる心理的適応への影響は、男女で異なるといわれており（Jones & Mussen, 1958; Mussen & Jones, 1957）、一般に、男子は晩熟型が、女子は早熟型が適応上の問題を生じさせやすいことが指摘されている。特に、早熟の女子は標準的や晩熟の女子と比べて、自尊感情の低さや抑うつや不安の高さ、社交性の低さ、ネガティブなボディイメージを抱くといった傾向が指摘されている（Simmons & Blyth, 1987; Ge et

*兵庫教育大学大学院人間発達教育専攻学校心理・学校健康教育・発達支援コース 講師

令和6年4月24日受理

**大阪大学

al, 2003; Jones & Mussen, 1958)。日本においても、早熟な女子は身体満足度の低さや抑うつ傾向を示すことが報告されており（上長, 2007; 向井, 2010; 山本, 2012）、女子にとって早熟は心理的適応においてリスク因子と考えられる。

女子の思春期変化に関しては、初潮を取り上げて検討されることが多い。なぜなら、初潮は他の身体発育と比べて劇的な変化を伴う明確な兆候であり、本人にとっても発現時期が明確であるため、心理的適応に大きな影響を与えると考えられるためである（齋藤, 1995）。初潮は、思春期における最初の月経をさし、女性ホルモンの分泌量の増大にともなって生起する生理的現象である。大阪大学における発達加速現象の研究グループは、女子の初潮年齢に注目し、継続的に調査を実施してきた（澤田, 1982; 日野林, 2007; 日野林ら, 2018a）。本研究では、大阪大学の研究グループによって2015年に実施された全国初潮調査の結果に基づき、初潮の発達タイミングと心理的適応との関連について検討することとする。

女子の思春期変化の発達タイミングが影響する心理的側面の一つに、自尊感情があげられる。青年期に入ると、全般的に抑うつ傾向が強まるが、女子にその傾向が強くみられ、女子の自尊感情の低さが指摘されている（伊藤, 1988）。また、自尊感情には性差があることや、自尊感情の性差を説明する要因として性別受容関わっていることが知られている。自尊感情と同じく性別受容も、自分の性別を受容する女子が思春期に急激に減少することが報告されており（東京都幼稚園・小・中・高・心障性教育研究会, 1999）、性別を含めた自己像が思春期に不安定になることがうかがえる。大阪大学の研究グループは、これまでも小学4年生から中学3年生の女子に対して、「女子に生まれてきてよかったですか」とたずね、初潮を経験した既潮群とまだ経験していない未潮群とで性別受容に違いがあるかを検討している（Hinobayashi et al., 2010; 日野林ら, 2018a）。既潮群は未潮群と比べて性別受容の肯定率が低く、どちらの群も小学4年生から中学2年生までは肯定率の低下が続くが、中学3年生でやや肯定率が上昇することが報告されている。このことから、思春期において、初潮経験が性別受容において否定的な影響を及ぼすことが推測される。さらに、初潮の発達タイミングによって性別受容の肯定率にどのような変化があらわれるのかを調べることによって、早熟・晩熟の女子の性別受容の様態を明らかにすることができると考えられる。

Erikson (1959/2011) は青年期の心理・社会的な危機をアイデンティティ対アイデンティティ拡散とし、アイデンティティの確立期における発達課題として性的アイデンティティの形成をあげている。思春期変化の発達タイミングが性別受容にいかに関与を及ぼすのか

を明らかにすることは、青年期女子のアイデンティティ確立過程を明らかにし、アイデンティティの危機に際しての支援の在り方を考える際の一助となることが期待される。

以上を踏まえて、本研究では2015年2月に大阪大学の研究グループが実施した全国初潮調査の結果をもとに、女性性の発達に関連して、思春期前後の性別受容の傾向と、性別受容と初潮との関連について検討することを目的とする。

II. 方法

1) 対象

全国の学校リストより、47都道府県から学校単位で無作為抽出された小学校3,469校、中学校3,458校、計6,927校に在籍する小学校4, 5, 6年、中学校1, 2, 3年の女子児童・生徒を対象とした。本研究の調査では、小学校509校、中学校594校、計1,103校（回収率15.9%）から42,066人の個人資料を得た。このうち、初潮に関する有効回答者数は41,838人（有効回収率99.5%）であった。これは母集団約335万人の1.2%に相当し、思春期前後の性別受容に関する日本全体の傾向を示していると考えられる。本研究は、大阪大学人間科学研究科行動学系研究倫理委員会の承認を得て実施した。

2) 調査内容

2015年1月に調査票を各学校に郵送し、2月中旬に無記名の調査を依頼した。調査票の質問項目は、生年月、来潮の有無、回想記憶による来潮学年と来潮月、「女性に生まれてきてよかったですか」という性別受容に関する内容等であった。性別受容に関する項目は1.「はい」、2.「いいえ」、3.「どちらともいえない」の3件法で質問した。

III. 結果および考察

1) 学年ごとの既潮率

表1は、小学4年生から中学3年生までの学年ごとの未潮・既潮者数と、そこから算出した既潮率を示している。

小学4年生の段階で約8%の児童が来潮しており、早熟傾向者が一定数いることが示された。他方、中学3年生の既潮率は約98.4%であり、約1.6%の未潮者が存在する。調査時点の中学3年生在籍者数574,046人に比率を当てはめると、全国で9,334人が未潮であると推測される。

2011年に行われた全国初潮調査の結果（日野林ら, 2013）と比較して、既潮率は中学3年生以外、微増傾向であり、小学5, 6年生の既潮率は上昇していた。これらの学年別既潮率からプロビット法により推定した平均初潮年齢（中央値）は、12歳1.7カ月（SD: 1歳4.0カ月）

であった。日本女性は世界的にみても低年齢で性成熟を迎えていると考えられる。

2) 学年ごとの初潮開始学年

表2は初潮開始学年別の人数をそれぞれの学年ごとに整理したものである。

小学3年生以前に来潮している早熟な群が少数ながら存在する。来潮の時期は小学6年生がピークであり、ほぼ3人に1人は小学6年生の間に来潮していることになる。学年ごとの既潮率の結果と合わせると、来潮時期は小学6年生をピークとした正規分布に近いとみなされる。小学3年生以前に来潮する児童、中学3年生でも未潮である生徒が存在している。初潮年齢の個人差への理解や早熟傾向者への適切な時期の初潮教育や支援とともに、晩熟傾向の生徒への配慮や支援も必要と考えられ

る。

また、早熟傾向には成人期における肥満や糖尿病、乳がん等をもたらす負の効果の可能性があることが指摘されている (Ahmed, Ong & Dunger, 2009)。日野林ら (2018b) によると、初潮年齢には朝食習慣や睡眠時間といった健康習慣も影響すると考えられている。短い睡眠時間や朝食を食べないといった習慣が、皮下脂肪の蓄積や肥満と結びつき、早期の初潮の引き金となっていることが推測されている。女性の将来の健康を予測する指標として、初潮の時期を理解することも有用だと考えられる。

3) 学年ごとの性別受容

表3は、小学4年生から中学3年生までの学年ごとの性別受容に関する回答傾向を示している。

表1. 未潮・既潮者数と既潮率の学年変化

学年	未潮	既潮	計	無回答	既潮率 [(既潮)/(既潮+未潮)]
小4	4613	386	4999	13	7.72%
小5	3849	1455	5304	11	27.43%
小6	2154	3237	5391	27	60.04%
中1	1464	7206	8670	67	83.11%
中2	395	8346	8741	56	95.48%
中3	142	8591	8733	54	98.37%

表2. 学年ごとの初潮開始学年別の人数

現在の学年	未潮	既潮時期不明	初潮開始学年								
			小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3
小4	4613	21	0	1	45	319	0	0	0	0	0
小5	3849	27	0	2	38	318	1070	0	0	0	0
小6	2154	34	0	1	31	280	1197	1694	0	0	0
中1	1464	100	1	0	64	444	1720	3117	1760	0	0
中2	395	151	2	3	53	432	1756	2976	2159	814	0
中3	142	153	2	4	61	437	1721	2906	2051	1011	245

表3. 学年ごとの性別受容に関する肯定・否定・中間群の人数と割合

学年	女性に生まれてきてよかったですか			
	肯定群	否定群	中間群	無回答
小4 (n=5010)	3818 (76.2%)	162 (3.2%)	877 (17.5%)	153 (3.1%)
小5 (n=5314)	3604 (67.8%)	256 (4.8%)	1293 (24.3%)	161 (3.0%)
小6 (n=5418)	3121 (57.6%)	344 (6.3%)	1732 (32.0%)	221 (4.1%)
中1 (n=8735)	4489 (51.4%)	602 (6.9%)	3195 (36.6%)	449 (5.1%)
中2 (n=8797)	4196 (47.7%)	658 (7.5%)	3504 (39.8%)	439 (5.0%)
中3 (n=8785)	4343 (49.4%)	661 (7.5%)	3321 (37.8%)	460 (5.2%)

括弧内は各学年の人数で除した割合

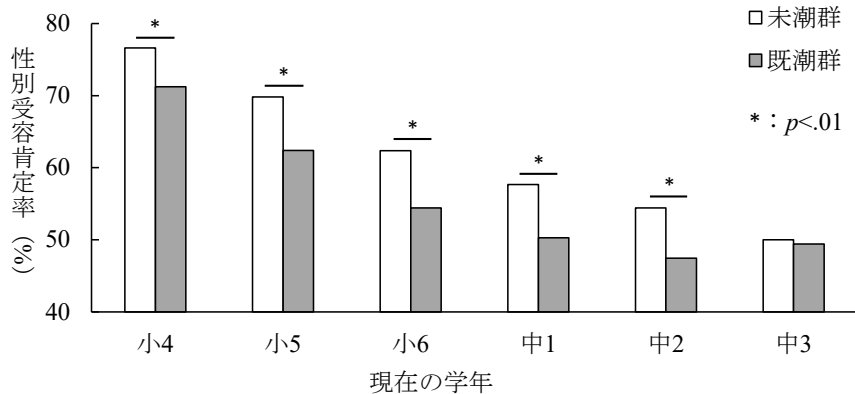


図1. 未潮・既潮群別の性別受容肯定率の学年変化

「女性に生まれてきてよかったですか」という質問項目に「はい」と答えた性別受容肯定群の割合(%)は小学4年生から中学2年生にかけて低下し、中学3年生で若干上昇することが示された。学年ごとの既潮率の結果を踏まえると、初潮を迎える時期と直接的な連動はしない変化だと考えられる。一方で「いいえ」と答えた性別受容否定群の割合(%)は中学2年生と中学3年生で、「どちらともいえない」と答えた性別受容中間群の割合は中学2年生でピークとなることが示された。女性性の発達において、中学2年生前後は葛藤が深い発達時期であると考えられる。

4) 性別受容と来潮の関係

小学4年生から中学3年生までの各学年を既潮群と未潮群に分類して、性別受容の質問項目への回答内容を比較した。図1は学年ごとの既潮群・未潮群で分類した性別受容肯定率を示している。学年ごとに既潮群と未潮群の回答内容を χ^2 検定を用いて割合の偏りを検討すると、中学3年生以外は肯定率に偏りがみられた(小学4年~中学2年, いずれも $p < .01$)。初潮を迎えることの多い小学5年生から中学1年生に加えて、その前後の小学4年生、中学2年生においても、既潮群の肯定率が低いことが示された。平均よりも早くに来潮する早熟な群や平均的な時期に来潮した群は、性別受容肯定率の低下に初潮が関連している可能性も考えられる。

5) 中学3年生における、来潮学年別の性別受容肯定率の変化

図2は、中学3年生における、来潮学年別の性別受容肯定率を示している。調査時点の中学3年生で、小学5年生までに来潮した早熟な群の性別受容肯定率は48.1%で、来潮時期が平均的な小学6年生に来潮した群、中学1年生に来潮した群の性別受容肯定率はそれぞれ48.7%、49.9%であった。来潮時期が平均よりも遅い中学2年、3年で来潮を迎えた晩熟な群の性別受容肯定率は53.3%であった。来潮学年が上がるにつれて、性別受容肯定率が上昇することが示された。来潮学年によっ

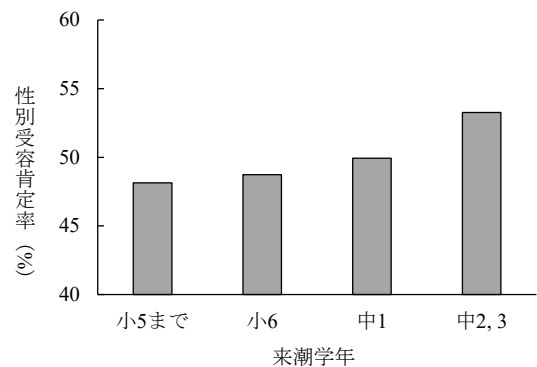


図2. 中学3年生における、来潮学年別の性別受容肯定率

て性別受容肯定率に偏りがみられるのかを χ^2 検定を用いて検討すると、来潮学年と肯定率に偏りがみられた($\chi^2=9.62, p < .05$)。残差分析の結果、中学2年、3年で来潮を迎えた晩熟な群において、性別受容に関して否定・中間の回答者数よりも肯定の回答者数が多かった。来潮時期が平均よりも晩熟な群は、来潮することが性別受容肯定感を上昇させる可能性が考えられる。反対に、来潮時期が早熟・平均的な群は、半数以下しか性別受容に対して肯定的に捉えられていなかった。周りとは比べて早期に来潮を迎えることは、後続的に女性性の発達に否定的に働く可能性が示された。

IV. まとめ

本研究では2015年に実施した全国初潮調査の結果に基づき、発達加速現象の視点から身体的思春期変化の時期の動向を明らかにすること、そして思春期前後の女子児童・生徒の性別受容の傾向と初潮との関連について検討することを目的とした。主な結果として、初潮開始学年の傾向、学年ごとの性別受容の傾向、性別受容と来潮の関係が明らかとなった。

初潮開始学年については、来潮の時期は小学6年生がピークであるが、小学3年生以前に来潮する早熟な群が

存在することや、中学3年生でも未潮である生徒が少数ながら存在していることが示された。先行研究より、周りの友人と比べて身体の成長の発達タイミングが早くに訪れる女子は心理適応上の問題を生じさせやすいことが指摘されてきた。2017年に発行された『小学校学習指導要領』（文部科学省, 2017）では、小学校3年生から保健領域が導入され、2019年に文部科学省から発行された『(改定)「生きる力」を育む小学校保健教育の手引』では、第4学年において「体の発育・発達」という単元で「思春期の体つきの変化や初経・精通」を扱っている。指導においては、「自分の体の変化や個人による発育の違いなどについては、自分のこととして実感させるとともに肯定的に受け止めさせるよう配慮するものとする」(p.28)という記載がある。児童・生徒の思春期変化の早期化に合わせた初潮・初経に関する指導も行われているが、手引に記載されている通り、思春期変化を受け止める心の発達の支援も不可欠である。本研究の結果より、初潮・初経指導が実施される小学4年生以前に来潮する早熟な群が存在していることが明らかとなり、発達タイミングに合わせた個別の支援の在り方や、初潮・初経指導についての家庭との連携の必要性が示唆された。

学年ごとの性別受容の傾向については、性別受容肯定群の割合は小学4年生から中学2年生にかけて低下し、中学3年生で若干上昇することが示された。青年期に入ると抑うつ傾向が強まるが、特に思春期の女子において自己評価や自尊感情の低下が指摘されてきた。小学5・6年生から中学2・3年生にかけて女子の自尊感情は著しく低下し、高校段階までは低い状態のままであるが、大学生になると回復傾向にあることが報告されている(鈴木・伊藤, 2001)。本研究で着目した性別受容は自尊感情の性差を説明する一要因であるが、自尊感情と同様に、性別受容肯定感も中学2年生頃に最も低くなることからその頃に発達の転換点が存在すると考えられる。中学2年生前後は、女子生徒にとって、女性集団において葛藤の深い発達時期であることが示唆された。

性別受容と来潮の関係については、小学4年生から中学2年生においては、未潮群より既潮群の方が性別受容肯定率が低い傾向が見られた。中学3年生における、来潮学年別の性別受容肯定率の変化を検討すると、来潮学年が上がるにつれて性別受容肯定率が上昇し、中学2、3年で来潮を迎えた晩熟な群は性別受容肯定率が高い傾向が示された。初潮経験は性別受容に否定的に働き、周りとは比べて早いタイミングで来潮することは女性性の発達に否定的に働く可能性も考えられる。発達加速現象に伴う思春期変化の低年齢化が、女性の性別受容を含めた人間形成に与える影響の一側面を示唆している可能性も考えられた。

本研究では思春期変化の発達タイミングが性別受容に与える影響に着目したが、心理・社会的要因が発達タイミングに影響を与えることも指摘されている(Belsky, Steinberg, & Draper, 1991)。例えば、父親の長期不在といった家庭内のストレスが女子の早熟傾向と関連し、早熟傾向がその後の適応に関連していることが報告されている(Ellis, 2004)。本研究で検討したような早熟や晩熟という発達タイミングによって後続的に生じる影響だけでなく、家族関係も含めた生涯発達の視点から、初潮を含めた思春期変化の発達タイミングの問題を理解していく必要があるだろう。

付記

本論文の結果の一部は、日本発達心理学会第29回大会にてポスター発表(演題: 思春期女子における性別受容の時代差—1987年から2015年にかけての8回の全国調査より—)を行った。

引用文献

- Ahmed, M. L., Ong, K. K., & Dunger, D. B. (2009). Childhood obesity and the timing of puberty. *Trends in Endocrinology and Metabolism*, *20*, 237-242.
- Belsky, J., Steinberg, L., & Draper, P. (1991). Childhood experience, interpersonal development, and reproductive strategy: An evolutionary theory of socialization. *Child Development*, *62*, 647-670.
- Ellis, B. J. (2004). Timing of pubertal maturation in girls: An integrated life history approach. *Psychological Bulletin*, *130*, 920-958.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York: International University Press. (エリク・H・エリクソン 西平直・中島由恵(訳) (2011). *アイデンティティとライフサイクル* 誠信書房)
- Ge, X., Kim, I. J., Brody, G. H., Conger, R. D., Simons, R. L., Gibbons, F. X., & Cutrona, C. E. (2003). It's about timing and change: Pubertal transition effects on symptoms of major depression among African American youths. *Developmental Psychology*, *39*, 430-439.
- Graber, J. A., Brooks-Gunn, J., & Warren, M. P. (2006). Pubertal effects on adjustment in girls: Moving from demonstrating effects to identifying pathways. *Journal of Youth and Adolescence*, *35*, 413-423.
- 日野林俊彦 (2007). 青年と発達加速 南徹弘(編) 発達心理学 (pp.175-188) 朝倉書店
- Hinobayashi, T., Yamada, K., Kato, M., Akai, S., Kanazawa, T., Minami, T., & Itoigawa, N. (2010). Gender acceptance and Menarche. *Proceedings of the 14th European Conference on Developmental Psychology*, 7-10.

- 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 回大会発表論文集, 1035.
- 日野林俊彦・清水 (加藤) 真由子・金澤忠博・南 徹弘 (2018a). 思春期女子における性別受容の時代差——1987 年から 2015 年にかけての 8 回の全国調査より—— 日本発達心理学会第 29 回大会発表論文集, 439.
- 日野林俊彦・清水 (加藤) 真由子・金澤忠博 (2018b). 健康習慣の悪化は性成熟を促進するか——2015 年調査における日本全国 4 万人調査より—— 日本心理学会第 82 回大会発表論文集, 843.
- 伊藤裕子 (1988). 性差 日本児童研究所 (編) 児童心理学の進歩 (pp.151-181) 金子書房
- Jones, M. C., & Mussen, P. H. (1958). Self-conceptions, motivations, and interpersonal attitudes of early- and late-maturing girls. *Child Development*, 29, 491-501.
- 上長 然 (2007). 思春期の身体発育のタイミングと抑うつ傾向 教育心理学研究, 55, 370-381.
- 文部科学省 (2017). 小学校学習指導要領 https://www.mext.go.jp/content/1413522_001.pdf (参照日 2024 年 4 月 15 日)
- 文部科学省 (2019). 小学校保健教育参考資料 (改定) 「生きる力」を育む小学校保健教育の手引 https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/_icsFiles/afiedfile/2019/07/12/1334052_2.pdf (参照日 2024 年 4 月 15 日)
- 文部科学省 (2023). 令和 4 年度学校保健統計調査報告書 https://www.mext.go.jp/content/20231115-mxt_chousa01-000031879_1a.pdf (参照日 2024 年 4 月 15 日)
- 向井隆代 (2010). 思春期の身体的発達と心理的適応——発達段階および発達タイミングとの関連—— カウンセリング研究, 43, 202-211.
- Mussen, P. H., & Jones, M. C. (1957). Self-conceptions, motivations, and interpersonal attitudes of late- and early-maturing boys. *Child Development*, 28, 243-256.
- 齋藤誠一 (1995). 自分の身体・性とのつき合い 落合良行・楠見孝 (編) 自己への問い直し—青年期 (pp.23-56) 金子書房
- Simmons, R. G., & Blyth, D. A. (1987). *Moving into adolescence: The impact of pubertal change and school context*. New York: Routledge.
- 澤田 昭 (1982) 現代青少年の発達加速現象 前田嘉明 (編) 発達加速現象の研究 創元社
- 鈴木幹子・伊藤裕子 (2001). 女子青年における女性性受容と摂食障害傾向——自尊感情, 身体満足度, 異性意識を媒介として—— 青年心理学研究, 13, 31-46.
- Taga, K. A., Markey, C. N., & Friedman, H. S. (2006). A longitudinal investigation of associations between boys' pubertal timing and adult behavioral health and well-being. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 380-390.
- 東京都幼稚園・小・中・高・心障性教育研究会 (1999). 児童・生徒の性：東京都小・中・高校生の性意識・性行動に関する調査報告 学校図書
- 山本ちか (2012). 思春期のタイミングと早熟・晩熟の影響 名古屋文理大学紀要, 12, 1-9.