

ほけんだより

令和4年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

今年も残りわずか。今年の汚れは今年のうちきれいにしたい。家の大掃除がんばるぞ！と毎年意気込むのだけれど、いつも中途半端に終わります。今年こそ...今年こそ...



11/9 学校保健委員会

「生殖について」講話 報告

講師 産婦人科医 竹内 欽哉 先生

3MA保健委員(大浦・佐原)
3MB保健委員(佐竹・外山)

クリスマスやお正月など、楽しいことが続く冬。日常と違う雰囲気の中で、お酒を勧められるなんてこともあるかも...?

20歳未満飲酒は心身に悪影響を及ぼします

神経細胞を破壊し脳の萎縮を早くもたらす

インポテンツや無月経になることも

数カ月~2年で依存症に!



20歳未満の飲酒を見すごすと罰せられます

STOP!
20歳未満飲酒

20歳前に調べてみるのもアリです

アルコールの分解ができる体質かどうかを調べる遺伝子検査キットが市販されています。体質を知ることによって、危険を避ける飲み方の工夫ができます。

20歳未満にお酒を勧めた場合も、「飲酒を見すごした」ことに。料料(1万円~1万円未満の徴収)に処せられる

ぜひ覚えておいて。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ

支援センター

「#8891」
ハヤクワンストップ

性犯罪・性暴力に関する相談窓口。医療やカウンセリング、法律相談などの専門機関とも連携。

★最寄りのワンストップ支援センターにつながります。
★通話料無料です。

SNS相談 もあります
「Cure Time」
キュア タイム

★年齢・性別・セクシャリティを問わず、匿名で相談できます。

～小生感染症について～

最もなりやすいとされている
性器クラミジア感染症
について知ろう??

無自覚のうちに急速に感染拡大してしまう恐れが...

性器クラミジア

男性 感染後1~2週間後に透明な液体が少量で排出し、排尿時尿道の痛みがあります。

女性 悪化していくと子宮内膜炎・卵管炎・肝周囲炎となり、卵管が詰まると不妊症になることがあります。

長を対!! 放っておくと不妊の原因になるよ

～月経とうまく付き合うには～

月経痛がひどい時は、ためらわず痛み止めを飲みましょう。

月経がこないとき、身に覚えがあるときは女生女検査薬を使ってください

困ったら産婦人科に行きましょう

～正しいマスターベーション～
精子がなくなることはないのだからやりたいだけやてOK!

ふとんや本で強くこするのはダメ
必ず手で行いましょう

～相手のことを考えてみよう～
どのような間柄であっても、無遠慮な発言や行動は控えなければいけません。下記のような行動はしないようにしましょう。

- 容姿に関わることに言及する。人のコンプレックスに言及する。
- マナーのない行動をする。自己中的な言動をする。

人と接する際は、何をしたいかを確認し、適切な距離感を知っていきましょう。

～困ったことがあったら～
お付きあいをしている中で分からないことや困ったりすることは多いと思います。そんな時はこの場所に相談しましょう。

- 学校の保健室
- 保健所 こと保健課(妊娠悩み相談)
- 鬼ヶ原・印相談LINE 女性健康支援センター



～正しい予防について知ろう～

こみではみなさんに性感染症の予防と避妊方法について知ってもらおうと思います。

	コンドーム	ピル
性感染症の予防	○	×
避妊	○	○
役割・効果	射精された精子を防ぐ	排卵を防ぐ
避妊成功率	95%以上	99%以上
失敗原因	やぶれる 途中で付ける	飲み忘れ

避妊方法として、膣外射精はダメ

～コンドームの正しい付け方～

- ・付ける前に性器を洗う
- ・付ける練習をしておく

射精はコントロールできない!!

注)コンドームには裏表がある
表
裏

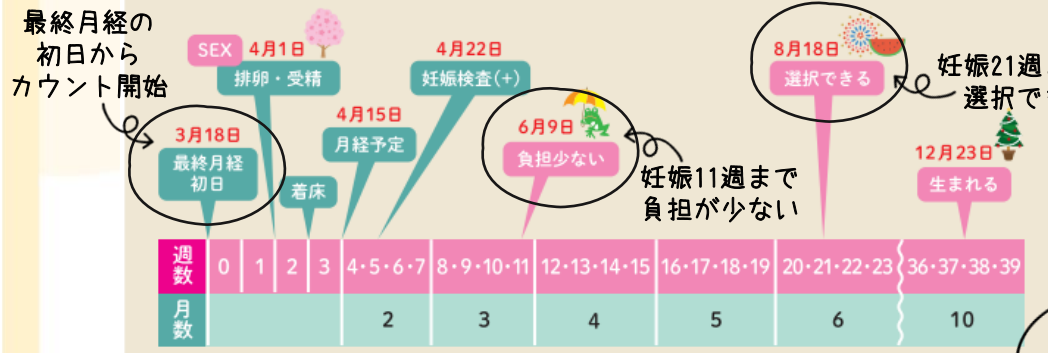
友だち、おとな、情報、知識につながるために。

#つながるBOOK

まずは、産むか生まないかを決めよう!

安全な人工妊娠中絶は女性の健康と権利を守るためのものです。

【妊娠期間の数え方と中絶手術が選択できる時期】



なるべく早く病院へ行こう。



このコーナーは「#つながるBOOK」(厚生労働科学特別研究事業)を参考、引用して作っています。