



令和5年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

暑い季節を迎え、マスクを外す人も増えました。口元が見えるのと見えないのでは、顔の印象が大きく違う...もし保健室で顔を認識されず名前を尋ねられるなんてことがあれば...どうか許してね。

6
June

ストレスによる口臭

緊張やストレスで唾液が減ることによる。

生理的口臭

起床直後や空腹時など、誰にでもあるもの。

気になる？気になる！

口臭のこと



飲食物、嗜好品による口臭

ニンニクやネギ、お酒やタバコなどによる臭い。時間の経過により消える。

病的口臭

鼻やのど、呼吸器や消化器などの病気が原因で起こる口臭もあります...

病的口臭の90%は口の中にその原因がある！

歯垢が口臭の原因に



歯垢は細菌の塊で、むし歯や歯周病の原因の一つ。歯垢1mg中に300種1億個もの細菌が存在し、これらが硫化水素などの臭いの強いガスを作ります。

歯磨きなどのセルフケアが十分にできているかチェック！

口臭が気になる人、歯科検診で異常を指摘された人は、早めに歯医者で相談を。

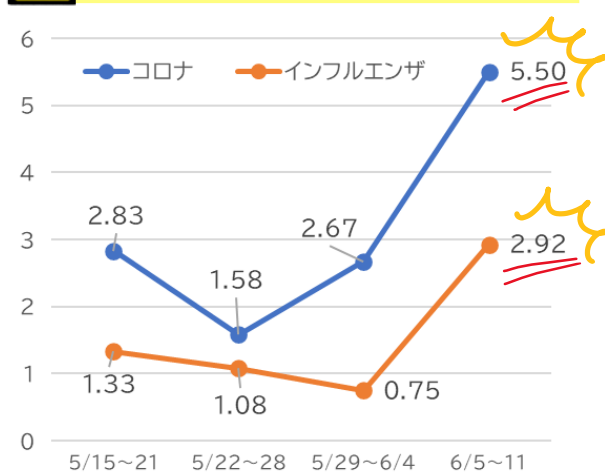
コロナ発症から10日経過していない人

かぜ症状がある人



マスクの着用にご協力よろしくお願いします

豊橋の定点患者数 増加中



今月のセクソロジーを学ぼう

保健委員(2RA金田・中野/2RB田中天・廣中)

#2 付き合ったらセックスしなきゃダメ?

☆するはいは焦らず、慎重に、ゆくり決めて。

好きな人とも、と親密になりたい、も、と近づきたいと思うのは自然なこと。でも...セックスに対する心と体の準備ができるタイミングは人それぞれ。そしてセックスにはリスクもあります。

どんなリスクがある?

- ・妊娠
- ・性犯罪
- ・性感染症

- ・梅毒
- ・HIV/エイズ
- ・トリコモナス症など
- ・クラミジア

理解した上で

決めるのは自分。

「パートナーにやられたくない...」「友だちに追いつきたい!」のように人の目を気にして決めないで。

☆する前に考えてほしいこと。

口相手を信頼できる?

性についての考え方や価値感についてきちんと話し合える相手ですか?

口相手や

性感染症予防についてちゃんとわかっている?

・コンドームやピルなどの避妊具を準備している?

口お互いが同じ気持ち?

性的同意を毎回きちんととれている? 性的な行為を断っても愛情がないというわけではないよ。

△ 自信を持ってすべてに「はい!」と言えないならセックスをすることを

考え直す必要があります。

☆セックスはコミュニケーションのひとつ。他にも関係を深める方法がたくさんあります。

作成した感想

セックスすることは妊娠の可能性や性感染症、犯罪のリスクがあることを理解し互いの同意など自分だけでなく相手のことを考える必要がある。色々なリスクを減らすために正しい知識を身につけることが大切だと思いました。