

ほけん だより

令和5年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

やってきました、夏休み～。水の事故、交通事故、熱中症などなどに気を付けて、楽しい夏休みを過ごすことができますように。旅行もいいけど、マッサージとか行きたいなあ。

7 July

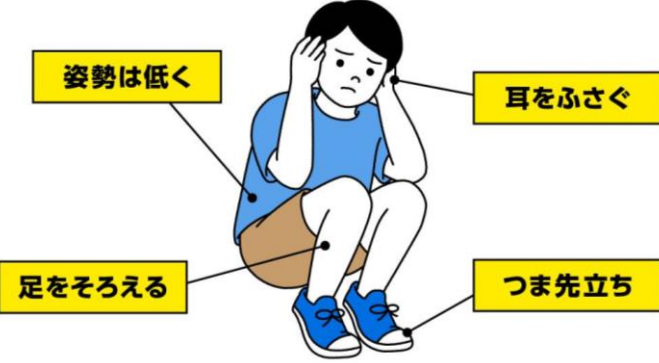
暑いと、ついゴクゴク… 清涼飲料水の飲みすぎで ペットボトル症候群に



糖分が多い飲みものを飲み続けると、血糖値が上がって、だるさや喉の渇き、イライラ、多尿、吐気などの症状が出ます。10～30代の若い人に多く、注意が必要です。

普段の水分補給は
水やお茶で！

カミナリ 逃げ込む建物が 近くにない時は… カミナリしゃがみ

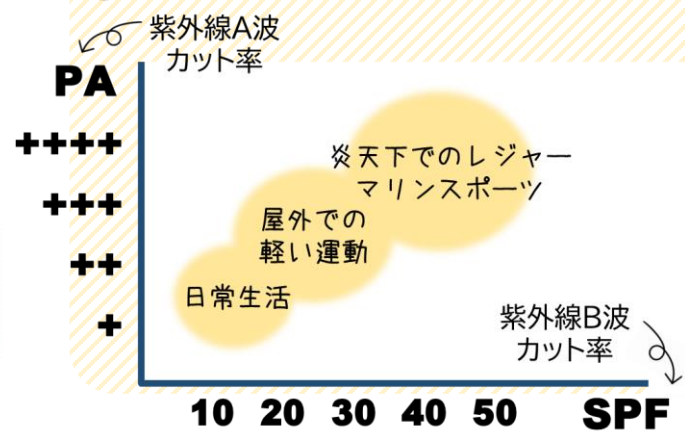


#NHK防災これだけは

紫外線対策！ 日焼け止めは何を使う？

地表には2種類の紫外線が到達しています。紫外線A波は真皮に届き、しわやたるみの原因に、紫外線B波は表皮への影響が大きく、しみや炎症を起こします。

日焼け止めは
シーンに合わせて使い分けよう



キャンプや山歩きなど
自然豊かな場所では…
長袖、長ズボンなどで
肌の露出を避けて！

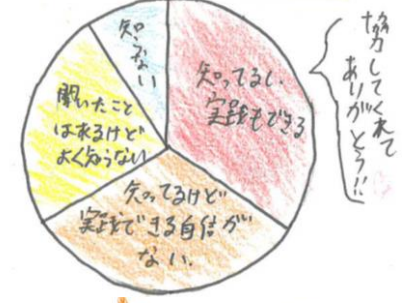
今月の セクソロジーを学ぼう

保健委員(2MA川口・高橋/2MB菅沼・水野)

#3 知ってる？ 「性的同意」

性的同意ってなに??
キスや性行為などの性的な行為をする前には、お互いの気持ちを確認すること。

豊工生のみなは性的同意について知っているが聞いてみた!



性的同意の
3つのポイント!!

1. 対等な関係であること
2. その行為と持つ意味、リスクを理解すること
3. ほっきりと言葉で確認できること

① YES/NOが自由に選択できる状態である。お酒や薬が入っている場合、相手の立場や近親者で断ると不利益を及ぼす可能性がある場合。
⚠️ 上記のような状況では本人の意思が確認できる状況ではない。

② いっても自分の選択を覆すことができる。
⚠️ 過去にYESと言っても行為直前で断る

③ しっかりと情報提供されている。
⚠️ コントラもつけるかなど条件が違ったら断るべきかも。

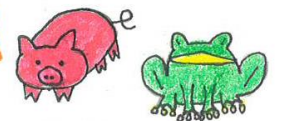
④ 行為中したくないとは伝えていい。
⚠️ 性交に同意しても相手の要求をすべて受け入れる必要はない

⑤ 一つの同意は他の行為への同意にはならない。
⚠️ 一つの行為の同意と他の行為への連続はしない

自分と相手との気持ちを尊重して丁寧にコミュニケーションを取る事が大切!!

一歩まちがうと罪にとわれるかもしれない!

性的同意が取れてないと犯罪になるかもしれないよん。性犯罪をめぐる規定が大幅に見直されたよん。



不同意性交罪

同意のない性的行為は犯罪と明確化され、処罰に必要な要件として「暴行・脅迫」に加え「恐怖・驚かすさせる」や「経済的・社会的地位の利用」「自己関係の維持を促す」といった8つの行為が具体的に示されました。

性交同意年齢令

日本の性交同意年齢令が13歳以上から16歳以上に引き上げられました。たとえ相手の同意があっても16歳未満への性交などは犯罪として懲罰されます。年齢令に近い者の同意のみの場合は罰せず、被害者が13歳から15歳の場合は処罰の対象が15歳以上年上の相手となります。

相手に無理なことを押し付けないこととし、かり同意を取ることが大切なんだと分かった。同意を取るときに相手が「ok」と言ってもそれは本当に良いのか分からないので難しいなと思った。犯罪者にならないように相手がどう思っているのか分かるようにしたい。