

保健だより



佐賀工業高等学校・定時制

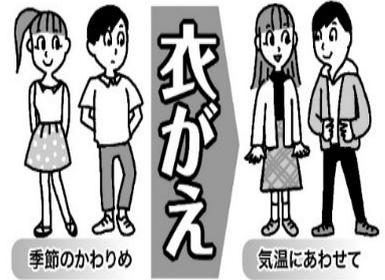
保健厚生部

令和2年10月9日

朝夕ヒンヤリ秋の風！気温の差大きく体調管理に注意！！

朝夕の涼しさから秋の空気を感じる今日この頃ですが、昼間の暑さと気温の差が大きく体調を崩しやすい時期です。新型コロナウイルス感染症もまだまだ油断できず、インフルエンザもこれから心配な時期です。ぐっすり睡眠（睡眠は健康の要）、しっかり栄養（食事）、たっぷり水分補給、丁寧な手洗い、鼻呼吸、笑顔で日々の体調管理に気をくばり、安全・安心、思いやりを心がけて過ごしましょう。

体調管理は、大切な人や仲間、自分自身への思いやりです。



「性に関する指導講話」が9月14日(月)にありました。



演題 「性について一緒に勉強しましょう」
講師（医療法人）おおくま産婦人科（佐賀市）
院長 大隈 良讓 先生

大隈先生は、不妊治療が専門だと自己紹介をされました。

性は大切な「生き方」の話である。

お母さんのお腹の中で育つ赤ちゃんの様子を詳しく話され、赤ちゃんの心音や、成長の様子、10代の妊娠と人工妊娠中絶が心身に与える影響、避妊、性感染症（淋病、トリコモナス、クラミジアの感染者が最も多く、女性は8割、男性は6割の人は無症状）、緊急避妊ピルの使用、女性は何歳まで赤ちゃんを産めるか、女性は卵子の老化があり、35歳位から妊娠率は低下する、普通の人でも5人に1人は流産することがあるが、42歳の人では、50%流産するリスクが高まっている等々、丁寧に



わかりやすく、ズバリ話して頂き、みなさんの感想に感謝の気持ちが寄せられました。

<印象に残ったこと、感想を一部紹介します。>

- 性に関する話を聞いて、相手を思いやる気持ちや正しく性行為を行う必要があると知り、話を聞いて良かったと思いました。命の大切さも知れてとても良い講演会だと思いました。
- 今日の講話で、自分だけではなく相手のことを考えて、慎重に行動しようと思った。また、自分自身でも色々できることをして、相手の負担を減らせるようにしようと思いました。
- 望まない妊娠や性感染症を防ぐための性的接触の際は、女性はピル、男性はコンドームを利用し予防します。妊娠適齢期は、女性は20代から30代前半で、また子供を安全に産んでもらうにも20代から35歳位までであることをしっかり覚えておきます。今日の講演を聞いて性の大切さや重要性などを知りました。また、性において間違った予防等、予防に取り組まなかった場合は、性感染症や望まない妊娠を起こしてしまうことも理解できた。
- この講話を聞いて、お付き合いをする際には、女性を気づかい、自分をおさえるということの大切さと、もし、妊娠してしまったらしっかり産婦人科へ恥ずかしがらずに



行こうと思った。色々と教えていただきありがとうございました。

- しっかりとした知識を持たないと大変なことになるとうわかりました。気をつけようと思います。女性は大変だとわかりました。
- これから先、もしかしたら結婚して、彼女を妊娠させてしまうこともあるから色々気をつけていこうと思った。中学の時、だいたい性の話についてはわかってはいたけど、女性は35歳位から妊娠率が落ちるということを知り、細かく色々なことを知ることができたので、性に関する講話を聞いて良かったなあと思いました。
- お互いに身体のことを知っておくこと、ピルなどで妊娠をしなくなること、お腹の中の赤ちゃんはとても心臓の動きが速いのだと少しびっくりしたし、すごいというのが印象に残りました。色々なことが理解できたし、気をつけなければならないと改めてわかりました。
- 2006年に佐賀県が中絶ワーストNo.1になっていたという事が驚きました。また、10代で避妊をする女性も多いという事も身近なことかもしれないので気をつけようと思いました。女性が安全に子ども(赤ちゃん)を産めるのは35歳位までと知れたので頭にいれておこうと思います。僕には彼女はいませんが、いつか彼女ができた際に相手のことを思って正しい行動ができるように今のうちから頭に入れておこうと思いました。しっかり責任ある行動ができるように心がけていこうと思います。
- 僕は、ゴムをつけとけば妊娠はしないと思ってたんですけど、付け方次第では妊娠すると聞いたので、気をつけようと思います。
- ピルに色々な利点があったのが印象に残った。する時はコンドーム等をしようと思った
- 性については、自分のことだけでなく、相手のことも心配できて、正しい知識をつけるのが大切だと思いました。
- 妊娠のことだけでなく、性感染症のことも考えると、両者のためにはセットで使うべきなんだろうなと思いました。お腹の画像がとても印象に残りました。
- ピルは高いが、効果も高い。コンドームをつけると感染症を防げる。
- 避妊しているつもりでも正しく使わないと失敗する可能性も高いということも改めて思いました。
- 自分は特定の相手がいなかったため、いまいちピンとこなかったが、無責任な行動は危険をとまなうことがわかったので、今日の話の内容はよく覚えておくようにする。
- 赤ちゃんの命がどんなふうにもまれてお腹の中で育って生まれるかが知れました。性感染症等は、自分の体には異変がないことが多いので、しっかり感染対策をと思いました。これからもここで習ったことを覚えていきたいです。
- 避妊はとても大切だと思うし、避妊はそんなに難しいことじゃないし、するとならないは全然違うから、したほうがいい。特に中高生は未来があるから、人生を棒に振るよりちゃんと避妊して、ちゃんと自立して、準備が整ってからやるほうがいいと思った。

