



# 保健だより

群馬県立西邑楽高等学校 保健室  
令和6年12月号

今年も残り1ヶ月となりました。

空気が乾燥し、感染症が流行しやすい時季ですが、体調を崩していませんか？

この冬を元気に過ごすことができるよう『こまめな手洗い・手指消毒・水分補給』『十分な睡眠・栄養補給』などを心掛けてください。

## 12月1日は世界エイズデー 性に関する色々な話

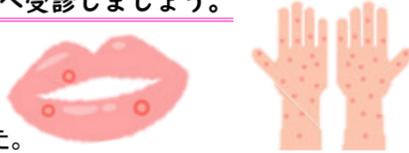
若い世代に多い  
性感染症

### ～ 梅毒・性器クラミジア感染症 ～

「梅毒」と「性器クラミジア感染症」は、近年、若い世代を中心に感染者が増えている性感染症です。この2つの感染症の厄介なところは、感染していても気づきにくいという点です。自分の体もパートナーの体も守れるよう、次のような症状があったら、男性は泌尿器科へ、女性は婦人科へ受診しましょう。

#### [梅毒の初期症状]

- 性交渉から2～6週間後に陰部や口に小さな丘疹が出現し、次第にただれた。
- 性交渉から約3ヶ月後に足の裏や手のひらなど全身に紅色の小さな皮疹が出現した。
- ※ 痛みやかゆみがないことが多く、症状が自然と消失することがあるが、治ったわけではないので要注意！



#### [性器クラミジア感染症の初期症状]

- 男性の場合、排尿痛、性器のかゆみ、サラサラとした尿道分泌液が出る。
- 女性の場合、おりものの増加、不正出血がある。
- 男女ともに、のどの腫れ、のどの痛み、発熱がある。
- ※ 感染しても無症状のことが多く、いつの間にか感染が体内で広がり、男性では精巣の痛みや腫れ、女性では、下腹部の痛みや性交時の痛みといった症状が現れます。
- ☆ **2つとも母子感染をするため、母親が感染していると赤ちゃんに影響が出ます。**

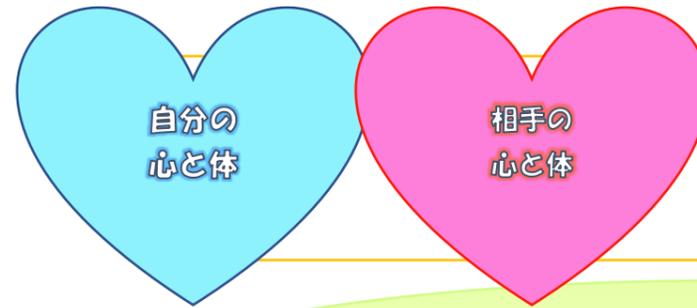


\* 保健所での無料相談・検査 \*

保健所では、無料、匿名で電話相談や性感染症(HIV、梅毒、B型肝炎、C型肝炎、淋菌、クラミジア)の検査ができます。不安がある場合には、ぜひ利用してみてください。なお、検査は事前予約が必要です。詳細は群馬県のHPに記載されています。

「性器の状態がいつもと違う」「精液やおりものの色や匂いがいつもと違う」

と何か異変を感じたら、早めに受診してくださいね。



自分の  
心と体

相手の  
心と体

を守るためには、**性的同意が大切！！**

「自分がされると嫌なことは相手にもしない」

「相手がされて嫌なこともしない」



「性的同意」と言われると難しく思うかもしれませんが、簡単に言うと、「お互いの気持ちを確認し合うこと」です。お互いに「嫌だと感じること(言葉、行動、態度、口調など)」を言葉にして、何度も確認し合い、お互いにとって良いと思える関わり方を一緒に探していけると、信頼や安心が生まれ、心地よい関係が築けると思います。

「どちらかが我慢すれば良い」ではなく、自分の気持ちも相手の気持ちも大事にしていきましょう。また、心だけではなくお互いの体も大事にすることが大切です。例え、性的同意が得られたとしても、性感染症や望まない妊娠を防ぐために、『コンドームの使用』や『不特定多数の人と関係をもたない』ことが重要です！

※ コンドームの使用方法については・・・

コンドームの達人 岩室伸也先生の動画をチェック→<https://iwamuro.jp/youtube/>



## みんな違って、みんな良い ～ LGBTQ と SOGI について～



### [LGBTQ]

L: レズビアン = 女性同性愛者  
 G: ゲイ = 男性同性愛者  
 B: バイセクシュアル = 両性愛者  
 T: トランスジェンダー = 心と体の性が異なる人  
 Q: クエストヨニング = 性について特定の枠に属さない人と、人そのものを表す言葉です。さらに、この言葉に「+」をつけることによって、これらの定義に当てはまらない多様な性を表します。



### [SOGI]

「Sexual Orientation and Gender Identity」の頭文字で、直訳すると・・・  
 「性的指向(好きになる性)と性自認(心の性)」という意味になります。  
 好きになる性は、異性か、同性か、両方か、自身で感じている性は、男性か、女性か、定まっていなかったりという全ての人々が持っている属性を表す言葉です。

人はひとりとして同じ人はいません。「性」に対しての考え方、捉え方も人の数ほど違いがあります。時に、自分のものさしで人の「性」を否定的に捉えてしまう人もいますが、「性」に正しいも間違いもありません。全ての人々が生きやすい社会になるためにも、「みんな違って、みんな良い」という考えを大切にしてもらえたらと思います。