

# LOVE 恋愛・おつきあい

好きな人とはじまったおつきあい!

相手のことは好きだし、嫌われるのはこわいけど、不安や心配も・・・。

ハッピーな恋愛のためには何が必要?



## これってデートDVじゃない?

「デートDV」って知っていますか? つきあっているカップルのあいだでおこる、暴力や支配的な関係のこと。

【デートDVの例】
<b>身体的暴力</b> ながる、ける、髪をひっぱる、ものを投げるなど
<b>精神的暴力</b> 「バカ」など悪口を言う、無視する、勝手にケータイ・スマホをチェックするなど
<b>性的暴力</b> イヤなのに性的なことをむりやりしたり、言ったりする、避妊に協力しないなど
<b>経済的暴力</b> お金やものをみつがせる、お金を返さないなど
<b>社会的隔離</b> ケータイ・スマホの使用の制限や強要をする、友人や家族から離すなど

相手が「こわいな」と思ったり、息苦しさを感じたら、それはデートDVのサイン。ハッピーな恋愛のためには、イヤなことはハッキリ「イヤ」と言える対等な関係や、お互いを思いやる気持ちが大切です。

## 同性が好きな自分ってヘン?

変ではないので安心してください。好きにはいろんな形があり、好きになる相手の性別が異性ではなく、同性・男女両方という人もいます。自分の気持ちを大切にしてください。

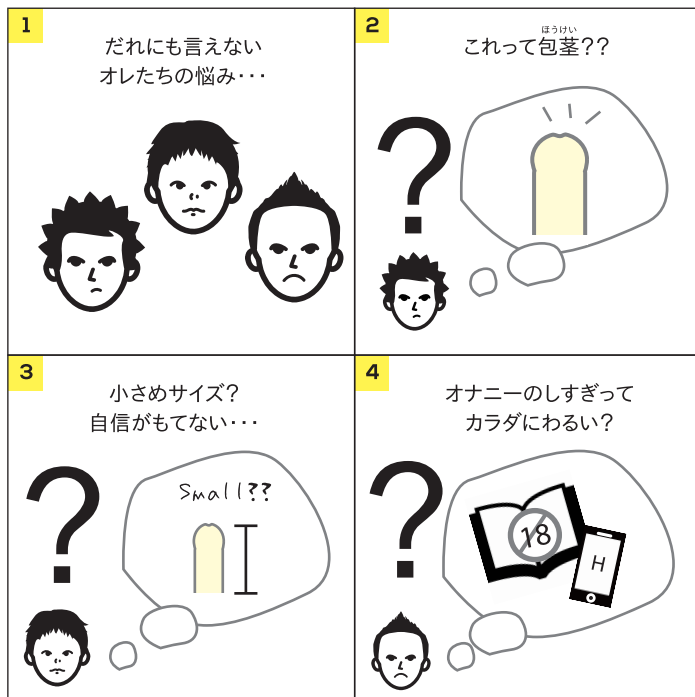
## 恋人ができない! もっとモテたい!

恋人がいる・いないで人の価値が変わるわけではありません。むしろ、つきあっている相手がいなくて不安、自分の価値が感じられないという人は、恋愛で相手の言いなりになってしまったり、相手を自分の思い通りにしたいという気持ちから、相手を傷つけてしまうことも。大切にしたいと思う人ができるまで、待ってみてはどうでしょうか。

# MEN'S BODY 男性のからだ

自分のカラダ、大丈夫なのかな?と相談できず心配な人も、

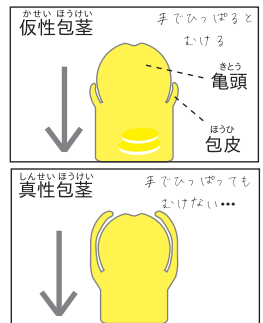
性の科学的な知識を知れば、スッキリ解決!



## 包茎ってダメなの?

包茎とは、男性器の先(亀頭)が皮ふ(包皮)につつまれていること。日本人の多くは**仮性包茎**といって、手でひっぱれば包皮がむける状態です。仮性包茎は病気ではありませんが、アカがたまって不潔になりやすいので、毎日のシャワーやお風呂で包皮をずらして亀頭部分を露出して洗うようにし、**清潔に**保ちましょう。

大人になっても手でむこうとしても包皮がむけない**真性包茎**や、亀頭がしめつけられる感じがする時は、**泌尿器科を受診**しましょう。



## 性器が大きい方がモテる?

そんなことはありません。顔が人それぞれで違うように、性器の大きさ、形、色、曲がり具合は人それぞれ。とくに思春期は成長過程でもあるので、まだまだこれからという人もいます。つきあう相手の条件として、性器の大きさを気にしない人がほとんどではないでしょうか。勃起時4~5cmあれば、妊娠のための機能に問題はありませなし、女性が性行為で満足感を覚えるのは男性器の大きさではありません。

## マスターベーションってカラダに悪い?

性欲を解消する方法として、ガマンしたり、運動や趣味で気分を変えたり、マスターベーション(オナニー、一人H)も一つの方法です。男女ともに自分のカラダを愛して快感を味わい、心をおちつけホッとするのは健康で自然なことで、「セルフプレジャー」ともいいます。何回しても全くしないのも体に悪影響はありません。ただし、まちがったやり方を続けると、相手のある性行為がうまくいかないことも。また、AVやHなマンガなどのアダルト情報は現実とはちがうもので実際の性関係ではマネをするものではないと知っておきましょう。

※ネットにある「テクノブレイク」(マスターベーションにより死ぬこと)はウソです。また、精液でつくられた精子は、古くなるとカラダの中で吸収・分解されるので、カラダにたまり続けることもありません。

## 【セルフプレジャーで気をつけるポイント】

- ① かたいもはや床にこすりつけない。手でやさしく刺激する
- ② 人に強制するのはNG
- ③ 他の人に見られない環境でするのがマナー

