

1. 男子の思春期には何が起こるの？

①[**体**] の変化がおこる

ヒゲが生える

男性器が大きくなり、勃起するようになる

精液を射精できるようになる

背が伸びる

ニキビができる

②[**心**] の変化がおこる

イライラする

恋愛感情や性的な興味を持つ

自分だけの時間がほしくなる

2. 女子の思春期には何が起こるの？

① 脳から[**性ホルモン**]が分泌され、様々な変化がおこる

胸が膨らむ

性器の周りに毛が生える

妊娠の準備である [生理 / 月経] が始まる

②月経(げっけい)のしくみ

[子宮内膜]…子宮の内側にある、血液と栄養成分でできた組織

将来の妊娠の可能性に備え、分厚くなる

[妊娠]が成立しなければ、子宮内膜がはがれ、血液に他の体液が合わさった経血が膣から排出される=月経・生理(※正式には月経と言います)

②からだの変化

からだの[におい]が強くなる

身体や顔にニキビができることも

成長は人によってバラバラである

→清潔にして、ご飯を食べて、適度に運動することが大切

③困ったら [信頼できる大人]に相談する

3. 女性になること、男性になること、性別をこえること、ゆらぐこと

①[ジェンダー表現]:人がその人らしさ(性別)を表現すること

魅力を感じる相手、自分が認識している心の性別とは関係ない

② [ジェンダーアイデンティティ(性自認)]:自分の性別をどう認識しているか

③身体の性別と心の性別が同じ人を [シスジェンダー]という

④身体の性別と心の性別が違う人を [トランスジェンダー]という

⑤心の性別は、自分で選んだり、変えたりでき [ない]

性別はゆらいだり、男女どちらかではない場合もある

4. 性的指向について話してみよう

①恋愛や性愛の対象がどんな性別に向かうかを [性的指向]という

②女性が好きな女性は[レズビアン]、男性が好きな男性は[ホモセクシュアル]や[ゲイ]と呼ぶ

③ホモやオカマ、レズは [差別用語]になる場合もあるので注意

④自分の性的指向を知るタイミングは人によって[違う]ので、あせらなくて大丈夫

5. 裸の写真を送ってと言われたら？:セクスティング

①裸や性的な写真を送らせる行為(セクスティング)はとても[危険]な行為

・インターネット上に写真を[拡散]されるリスクがある

・子どもの性的な写真を持ったり、だれかに性的な写真を「送って」と言ったり、

だれかに転送する行為は[違法]や、[セクハラ]になる

②もしだれかに性的な写真を送るよう言われたら？

⇒断って大丈夫。こまった時は信頼できる人に[相談]をする。

③もしだれかに性的な写真を送ってほしいと思ったら？

⇒だれかを好きになったり、性的な欲求をもつことは[自然]なこと

相手への好意を示すためには、相手を[尊重]し、危険の少ない方法を考えることが大切

6. インターネットの安全な使い方

①インターネットに写真や個人情報を載せる時の注意

- ・[完全]なプライバシーはないと認識する
- ・知らない人とは[個人情報]をシェアしない

②ネットで不快や危険な思いをしたら

すぐに信頼できる大人に[相談]する

③ネットで知り合った人と直接会うこと

- ・ネットで知り合った人と1人で会うことは[危険]

⇒ネット上でのやり取りと違う人の場合もある

- ・もし、会うのであれば、[人目]がある場所で[知り合い]と一緒に会う

自分の行先を予め誰かに告げておく

④メールや SNS でのいやがらせ

- ・メールや SNS でのいやがらせや、人を傷つけることは[いじめ]である
- ・嫌がらせには返信をしないで[無視]や[削除]をする
- ・嫌がらせが続く場合は信頼できる大人に相談する

7. イエス・ノーどっち?:同意とは

- ①何も言わないのは、[同意]とはみなされない
- ②[恋人]からもレイプされることがある
- ③[飲酒]して酔っている時は同意はできない

④同意と法律

- ・日本で刑法という法律で「性的同意が取れる」とみなされる年齢は [13]歳から
- ・大人が [18]歳未満の人に性的な行為をすると同意があっても法律で罰せられることがある

8. デート DV・親密なパートナーによる暴力

- ①デート DV は、交際相手を暴力によって[支配・コントロール]すること
- ②暴力には様々な種類がある
 - ・肉体的暴力:なぐる、けるなど
 - ・[精神的] 暴力:無視する、悪口をいうなど
 - ・[経済的] 暴力:相手にお金を自由に使わせないなど

・[性的] 暴力:相手の同意を得ずに性的な行為を強制するなど

③ストーキングや嫌がらせも暴力である

④暴力を受けることは[暴力を受けた側]のせいではない

⑤健康的な関係には[同意]とお互いを[尊重]することが大切

9. 性感染症のいろいろ

①性感染症の多くは[症状]がない

②性感染症は[性行為]や性的な接触で[性器、口、肛門]などから感染する

③性行為をする時の予防・対策

・お互いの過去の性経験について話し合う

・感染してるかどうかは、保健所や病院で[検査]をして知ることができる

⇒性生活を始めたら、定期的に[検査]を受ける

・[パートナー]の数が多いほど、性感染症のリスクがある

・どんな性行為をする時も[コンドーム]などのバリアを使用する

10. もしかして妊娠？

①[避妊]をしない性行為をしたり、その後[生理/月経]しが来ない場合はしている可能性がある

②妊娠しているかどうかは[妊娠検査薬]を使って調べることができる

・ドラッグストアや通販、婦人科で手に入れられる

- ・妊娠検査薬は尿をかけて検査をする
- ・妊娠検査薬で[陽性]反応が出たり、生理が4週間以内に戻らない場合は
[産婦人科・婦人科]を受診する

③もし妊娠をしたら

- ・子どもを産んで育てる⇒家族や周りの人の協力を得て学校を卒業する人もいる
 - ・子どもを産んで、その子を他の人に育ててもらうことを[養子縁組]という
 - ・妊娠を途中でやめることを[人工妊娠中絶(中絶)]という
- ⇒どの選択をするか、最終的には[妊娠している人]が決められる

制作:NPO 法人ピルコン

動画製作・著作:AMAZE

著作権やクレジット表記はクリエイティブ・コモンズ・ライセンス 4.0 に順じます。

本資料は営利目的を含め、複製・再配布・加工・改変が可能です。

ただし、「AMAZE.org / ピルコン」及び、該当動画へのリンクの記載を表示し、変更があった場合はその旨を示さなければなりません。