自分を大切にしよう

みんなもね

井原市民病院　助産師　品川真紀

2012/9/3

助産師という仕事

妊娠中の相談
出産のお手伝い
産後の相談
子育ての相談
思春期相談
更年期、不妊、・・・

命を育むための“性”

人間性としての思いやりの“性”

カノジョの
ハダカを見て
エッチな
きもちに
なる「性」

あたたかく
しあわせに
あふれる
このすがたも・・・

「性」の、もうひとつのすがたです。

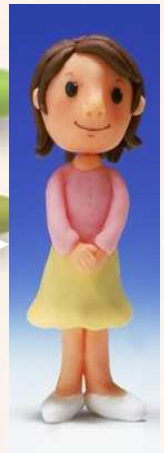
ここに僕が私が
いるのは
なぜだろう？

「家族」と「性」

平和な暮らしの中に「性」はあるのです

祖父母

両親

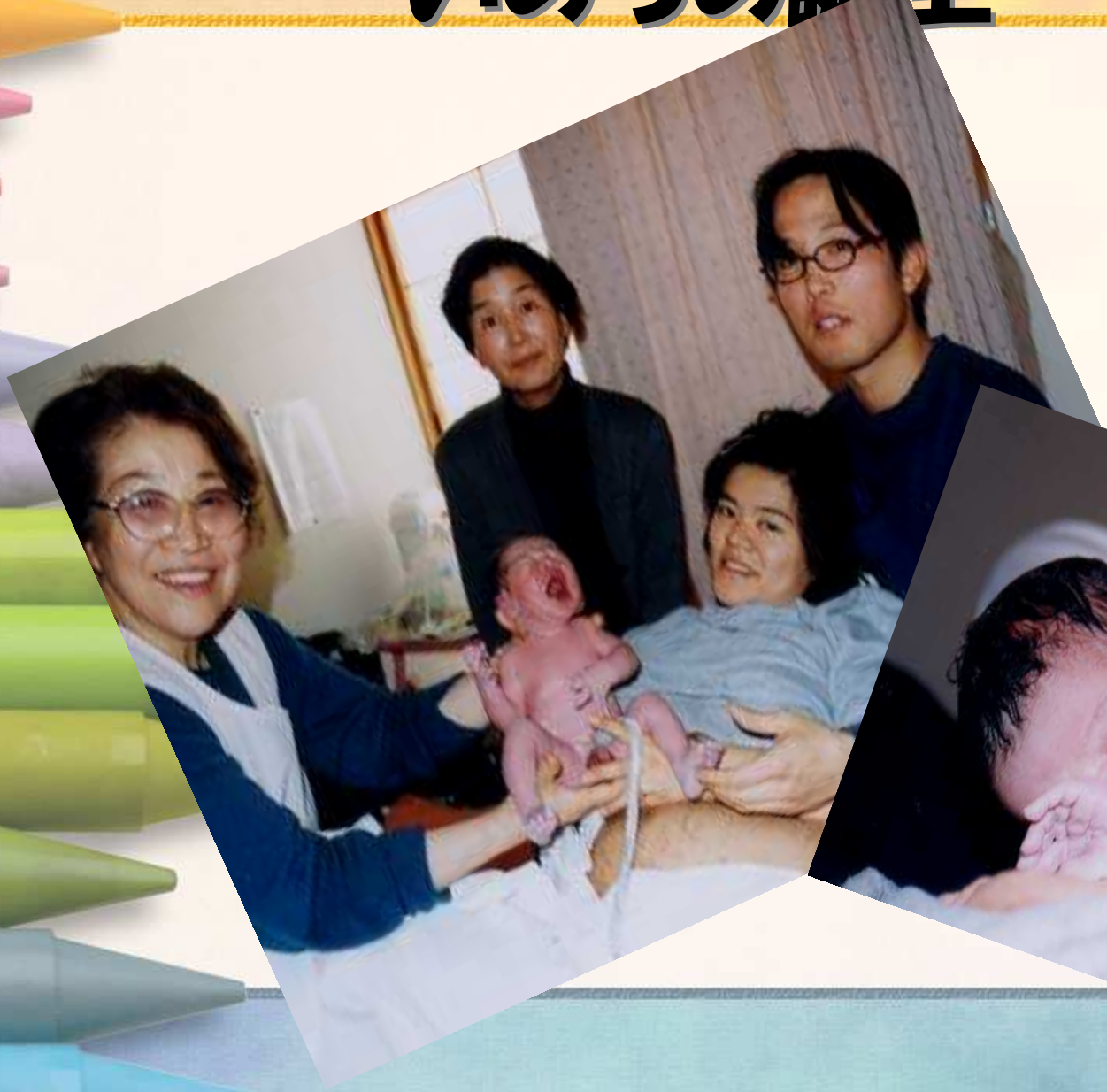


結婚

私たち

幸せな生活

いのちの誕生



命の誕生・生きる力

正しく知ろう

命はどこから？

精子 → SEX ← 卵子

↓

受精卵

（45億分の一の確率）

SEXとは命を産み出すための大切な行為

セックスってなあに？

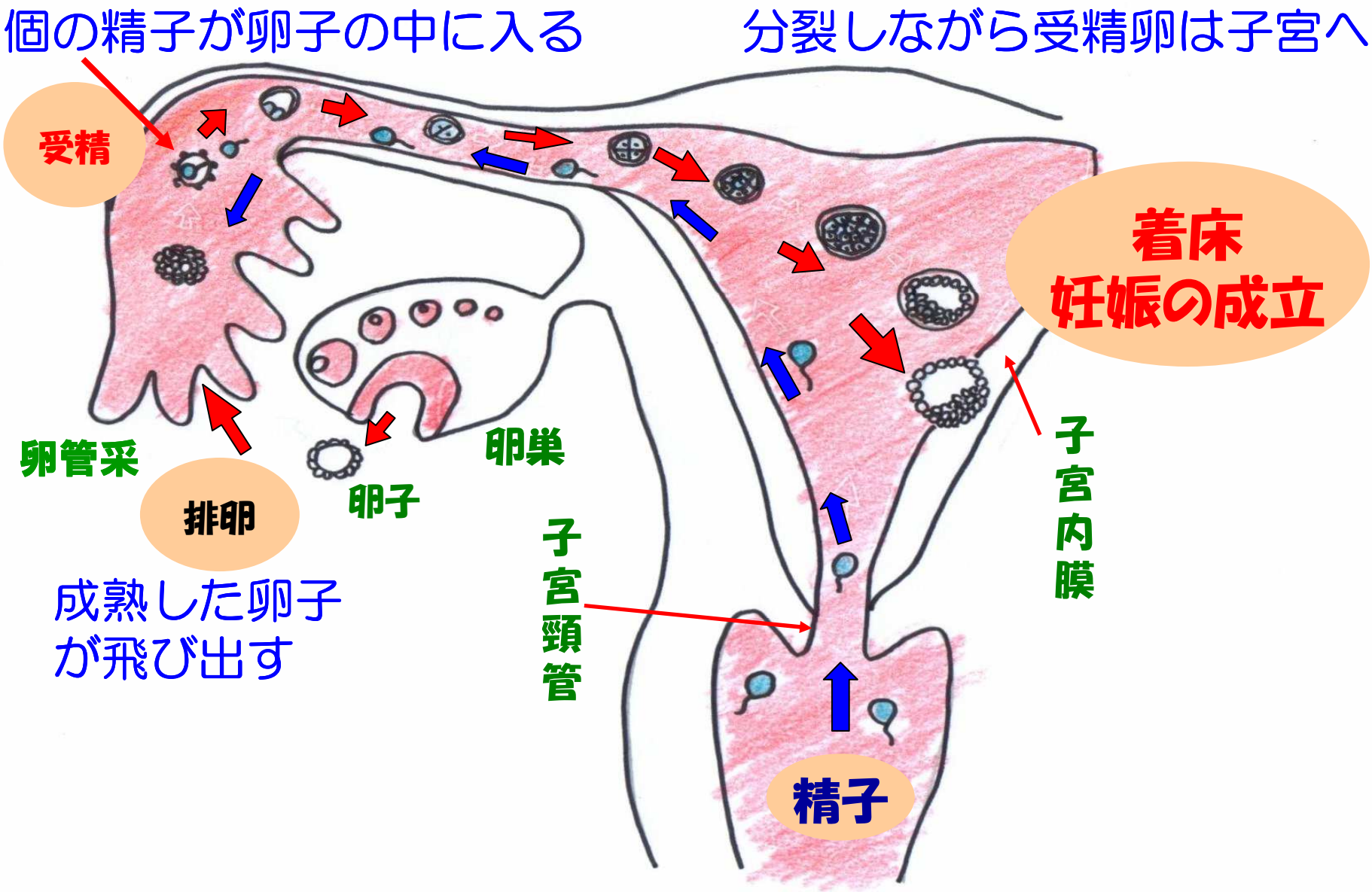
性交：男の人のペニスを女の人の膣にいれて射精をすること

だけではないよ

Sexとはひとそれぞれに感じ方は違う

- キス
- 体に触れる
- 抱きしめる
- 性器に触れる

妊娠の成立


１個の精子が卵子の中に入る
分裂しながら受精卵は子宮へ
受精
着床
妊娠の成立
卵管采
排卵
卵子
卵巣
子宮頸管
子宮内膜
成熟した卵子
が飛び出す
精子

妊娠中の身体の変化

- 妊娠に気付くのは？

  性交をした　→　月経がこない(いつもと違う)

- お腹はどれくらい大きくなる？

  赤ちゃんの成長にあわせて少しずつ変化する

- 身体の中はどうなってるの？

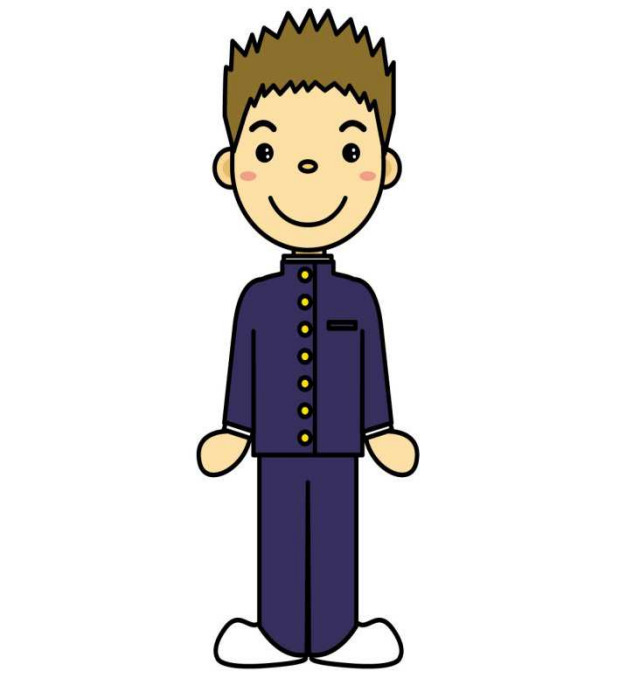
  血液量が増える　　心臓への負担
  腎臓への負担　　骨盤・筋肉の変化　…

すべて赤ちゃんの成長のために変化する
すべてを引き受ける女性の身体

変わっていく 男の子の身体

脳

性腺刺激ホルモン



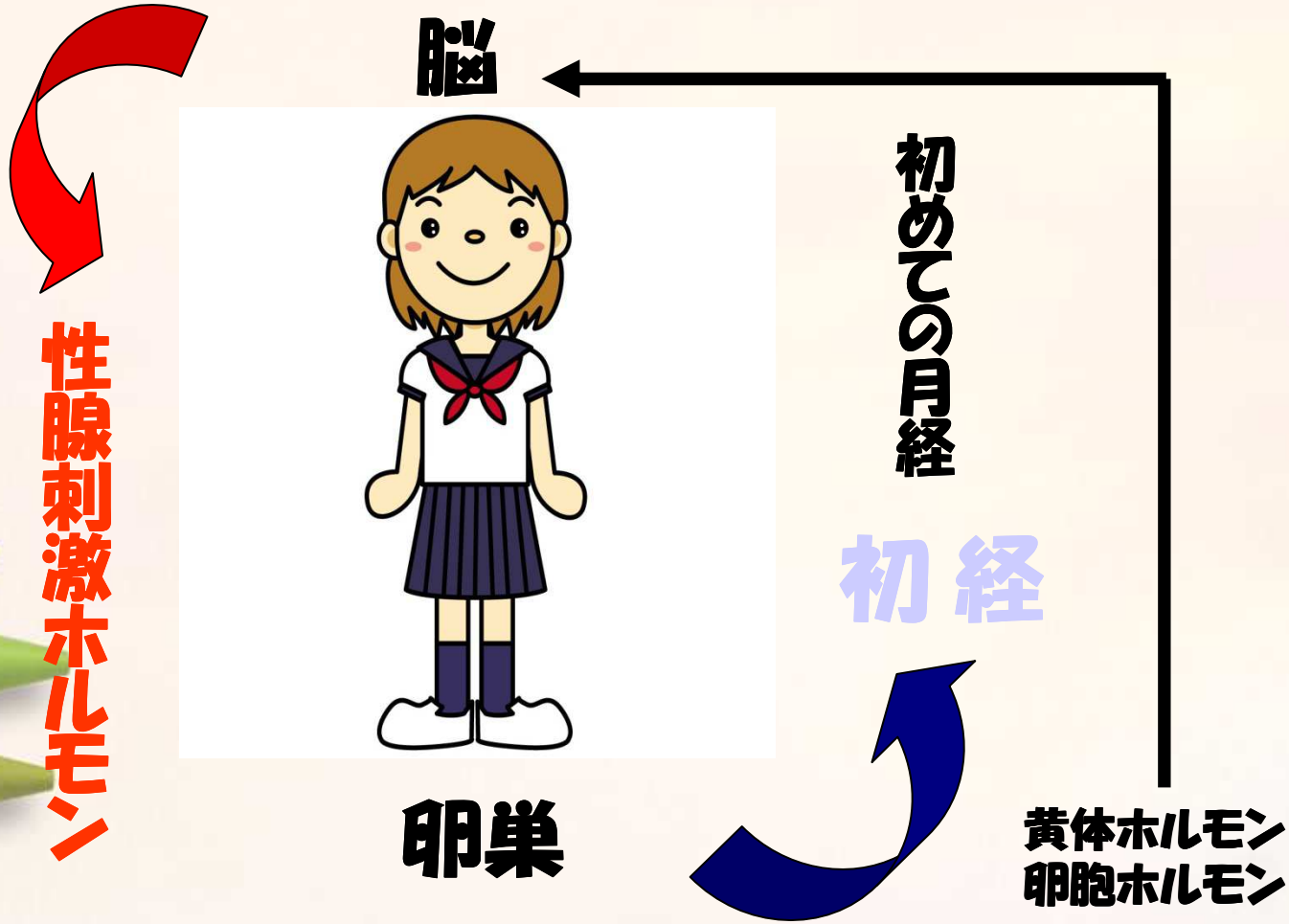
初めての射精

精通

精巣 → 精子を作る

いのちを生み出す準備を備えた身体になる

変わっていく 女の子の身体



いのちを生み出す準備を備えた身体になる

思春期という時期①

- 心も体も、子どもから大人へと変化
- 激動の時期、不安定な時期
- 次の命を産み出すための準備の時期

- 好奇心、知りたいこと、やりたいことたくさん
- 精神的にも肉体的にもコントロールが
- 難しい時期

- 高校受験、親子関係
- ストレス、イライラ・・・悩みの時期

思春期という時期②

心と体に関心が向かう
- 同性
- 自分自身
- 異性

性への関心も芽生える

当然のことであり、
恥ずかしい事
嫌らしい事ではない

興味や関心を持つことは決して悪くはない

どこでどんな情報を得るのかが大切

情報と知識は違う

性の問題は自分と他人の命に関わる

性の二面性（光と影）

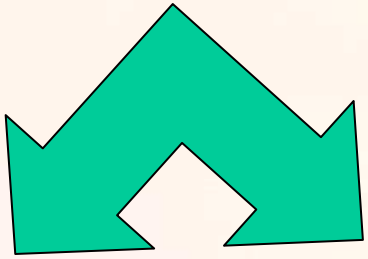
光

1.生殖
2.愛情の交流
3.ここちよさ

影

1.性感染症
2.望まない妊娠
3.人工妊娠中絶
4.性暴力

・SEX（性交）



- 妊娠　　性感染症

- 射精があり、月経がある男女がSEXを行えば妊娠の可能性は誰にでもある。
- たった1回のSEXで感染することもある。

みんなに祝福される妊娠と
そうでない妊娠のちがいは

妊娠した時期と環境にあります

責任を持って子供を望み、育てる意思がそだつまで
望まない妊娠をぜったいにしない・させないこと

中学生の妊娠・出産・育児

夢

学校

仕事

結婚

育児

友達

どちらかを選択する

① 赤ちゃんを産む

② 今、赤ちゃんは産まない

よく相談して自分で決めること

選択肢①　赤ちゃんを産む

・元気な赤ちゃんを産むための準備

・新しい家庭を築くための準備

準備不足

出産のリスクが高くなる

身体への負担　⇒　流産・早産　など

育児での悩み　⇒　子どもへの虐待

⇒　育児放棄

人工妊娠中絶

月数	第1月	第2月	第3月	第4月	第5月	第6月
週数	0 1 2 3	4 5 6 7	8 9 10 11	12 13 14 15	16 17 18 19	20 21 22 23

妊娠反応判定

次回月経予定日

排卵・受精

最終月経開始日

死産届・埋葬

法律では中絶できない

初期中絶

中期中絶

母体保護法により定められた中絶できる時期

性行為は愛情表現のステキな形ですが・・・

正しい知識を持たない無防備な性行為は
とりわけ女性にとって
暴力であり、不幸せのはじまりです

将来ホントに子どもがほしい！と思った時に
妊娠できなくなる危険もひそんでいます・・・

望まない妊娠をぜったいにしない

正しい避妊の知識が必要です

考えてみよう！

「望まない妊娠」を避けるために、
あなたはどうする？

NO！と言える勇気を持ちたいね
自分で守ろう、自分のからだ、自分の人生

避妊について正しい知識を知ろう！

本当にこれで避妊できる？

妊娠しないと思ったのに・・・

- 膣外射精だから大丈夫？
- １回ぐらいコンドームなしでも妊娠しない？
- 月経不順な私は妊娠しない？
- 月経中は妊娠しない？
- セックスの後、膣の中を洗い流したから大丈夫？
- 思春期は排卵してないでしょう？
- これまで大丈夫だったからこれからも大丈夫？

噂や不確実な情報に惑わされないこと！

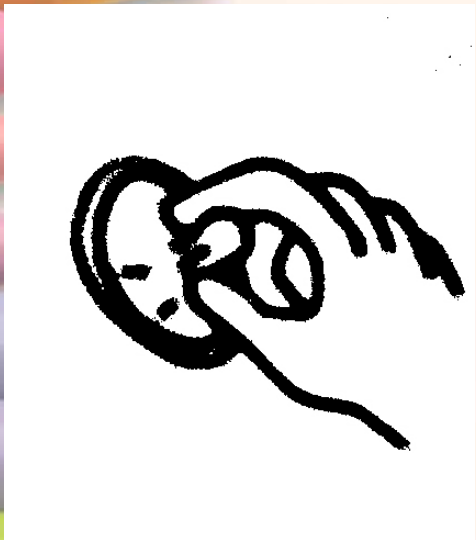
外出し（膣外射精）は
避妊法ではありません！

避　妊　法

- コンドーム（男性用）
- コンドーム（女性用）
- ペッサリー
- IUD（子宮内避妊リング）
- 低用量ピル
- 不妊手術

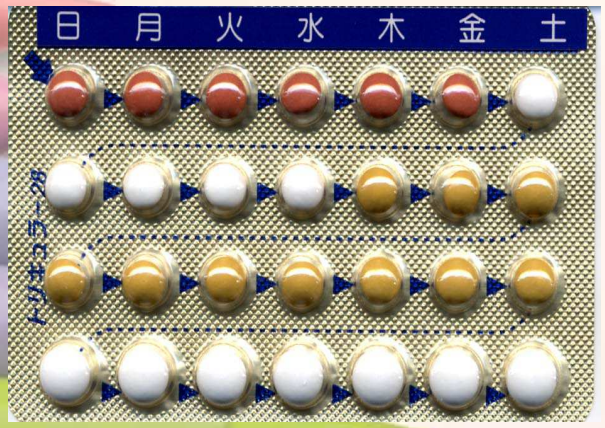
長所・短所
（作用・副作用）
を十分理解して
使用することが
大事！

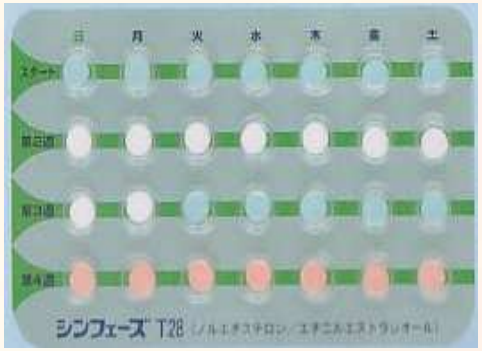
コンドームの正しい使い方



ピル（経口避妊薬）：最も正確な避妊法

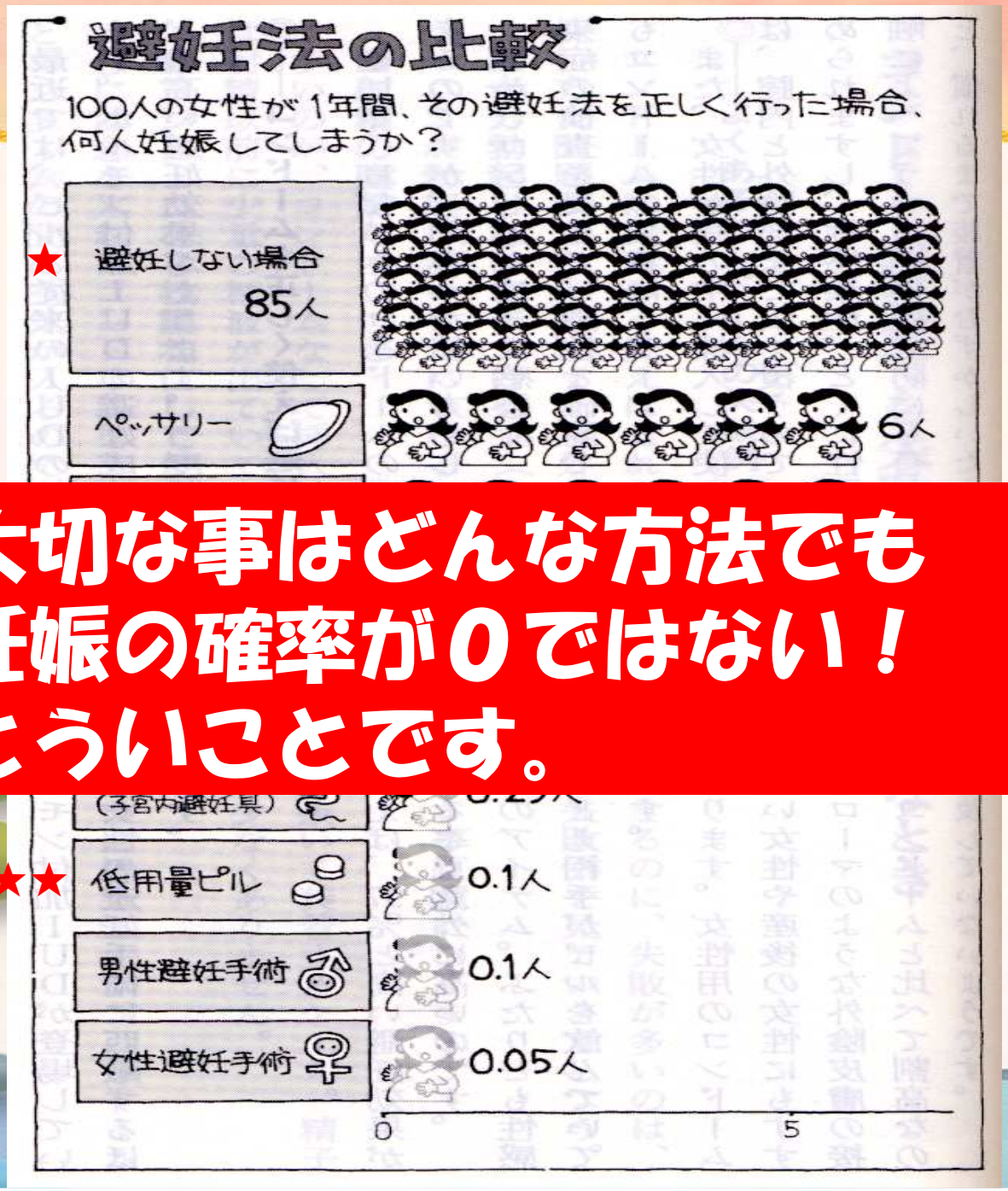
☆





飲み忘れがなければ
失敗は
限りなくゼロ

1日1錠づつ正しく飲むことで妊娠を防ぐことが出来ます。但し、病院で処方してもらう薬です。



大切な事はどんな方法でも妊娠の確率が０ではない！とういことです。

性感染症って何のこと？

性行為とそれに伴う性的な接触
によって感染する病気の総称

若者に増えている

症状がないこともある

エイズに感染する確率が格段に高い

一回のセックスでも感染の可能性がある

母子感染の可能性

不妊症の原因

性感染症にはどんなものがある？

- 梅毒
- 淋病
- 尖圭コンジローマ
- クラミジア感染症
- トリコモナス症
- 肝炎
- HIV/エイズ
- 性器ヘルペス
- 毛じらみ症
- その他

性感染症かも・・・・・・のサイン

サインのない場合もある！

- 性器やそのまわりがはれたり、水ぶくれやブツブツができた
- 性器やそのまわりがとてもかゆい・痛い
- おしっこをすると痛い
- おしっこに血やウミが混じる
- おりものの色が異常、ひどくにおう、急に増えた

気になるときは急いで産婦人科・泌尿器科・皮膚科・性病科へ！

性感染症にかかると、どうなる？

女の子にハンディがある！

からだ

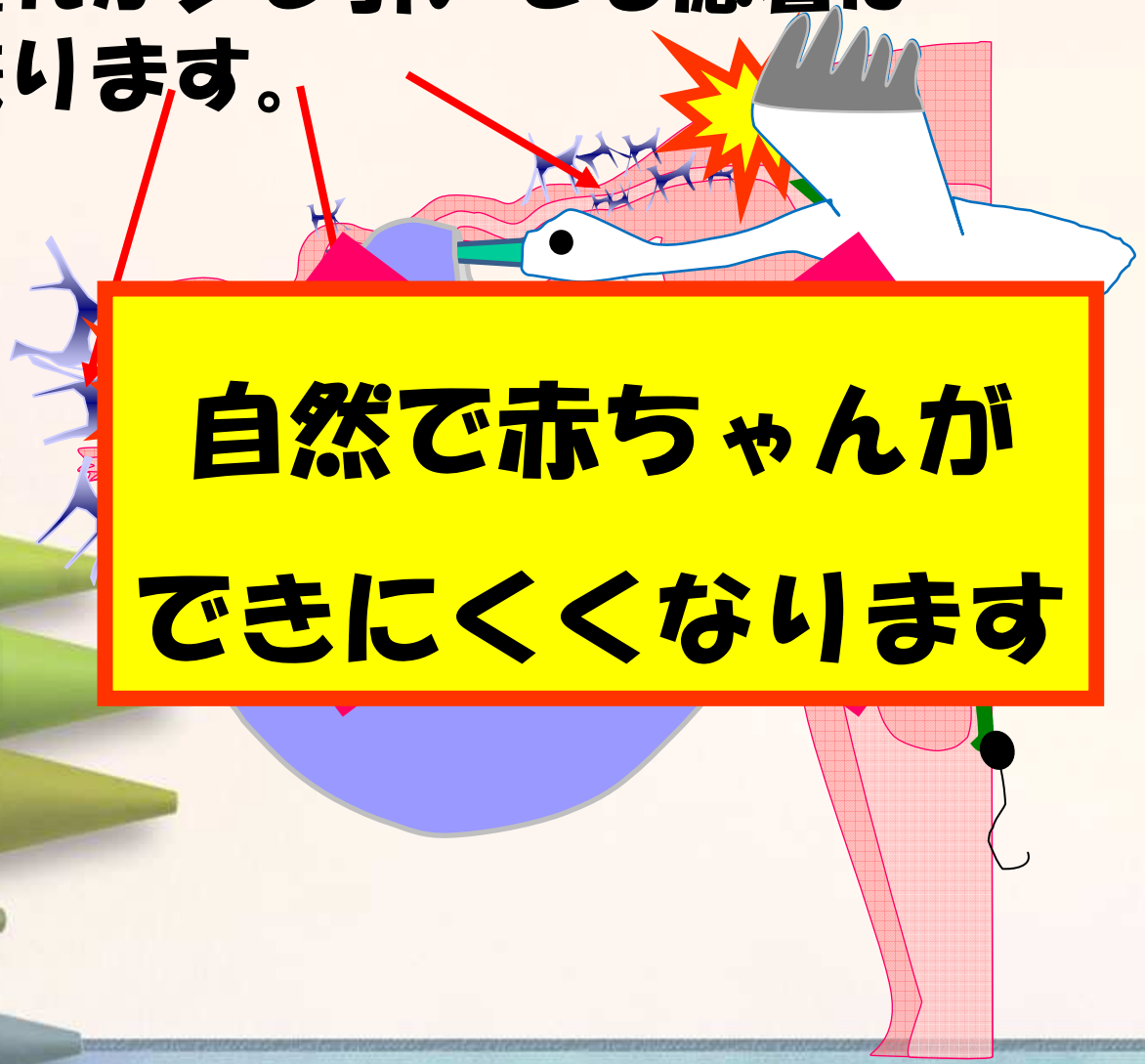
膣、子宮、卵管、
腹腔内などの炎症
赤ちゃんへの感染

心

クラミジア感染による
肝臓周囲の炎症

治療しても・・・

腫れが少し引いても癒着は残ります。



自然で赤ちゃんができにくくなります

性感染症を防ぐ2つの方法

性交またはそれに近い行為をしない

コンドームをつける

性行為は、自分と相手の両方の健康に責任を持つ心がまえが必要

望まない妊娠や性感染症を予防するには？

- STEADY　SEX

決まったパートナーだけにする

- SAFER　SEX

低用量ピルを内服し、必ず毎回コンドームを使用し、より安全で確実な行動をとる

- NO　SEX

性交をしない

SEXがしたい男の子

女だったら誰でもいい→カエルの脳レベル

いい女にすぐに飛びつく→ネコの脳レベル

心をもって接する→ヒトの脳レベル

皆さんはヒトです。
決してカエルやネコ
にならないように！

ところでこの方ご存知ですか？

ハラルト・ツア・ハウゼン博士が2008年ノーベル生理学・医学賞を受賞

「子宮頸がんを引き起こすヒトパピローマウイルス(HPV)の発見」が高く評価

- 女性特有の癌の中で2番目に多い子宮頸癌の主要原因が、特定のタイプのヒトパピローマウイルス(HPV)であるとするウイルス説を早くから唱える。
- 1983年に子宮頸癌組織からHPV 16型および18型を分離し、彼の学説が立証された。
- この基礎研究の成果は子宮頸癌の治療、そして予防ワクチンの開発へと研究の道を拓いた。
- 人類を脅かす致死的な病気の原因を特定し、子宮頸癌予防ワクチンの道を広げた。

ハラルト・ツア・ハウゼン博士(75歳)

1936年3月生まれ。独デュッセルドルフ大などを経てヘルムホルツ協会傘下のドイツ癌研究センター(DKFZ)所長を20年間務め、2003年の定年退官後もドイツ自然科学者アカデミー・レオポルディナの副会長その他の要職にある。

1975年　コッホ賞受賞

1980年　尖圭コンジローマからHPV 6・11型を分離[*1]

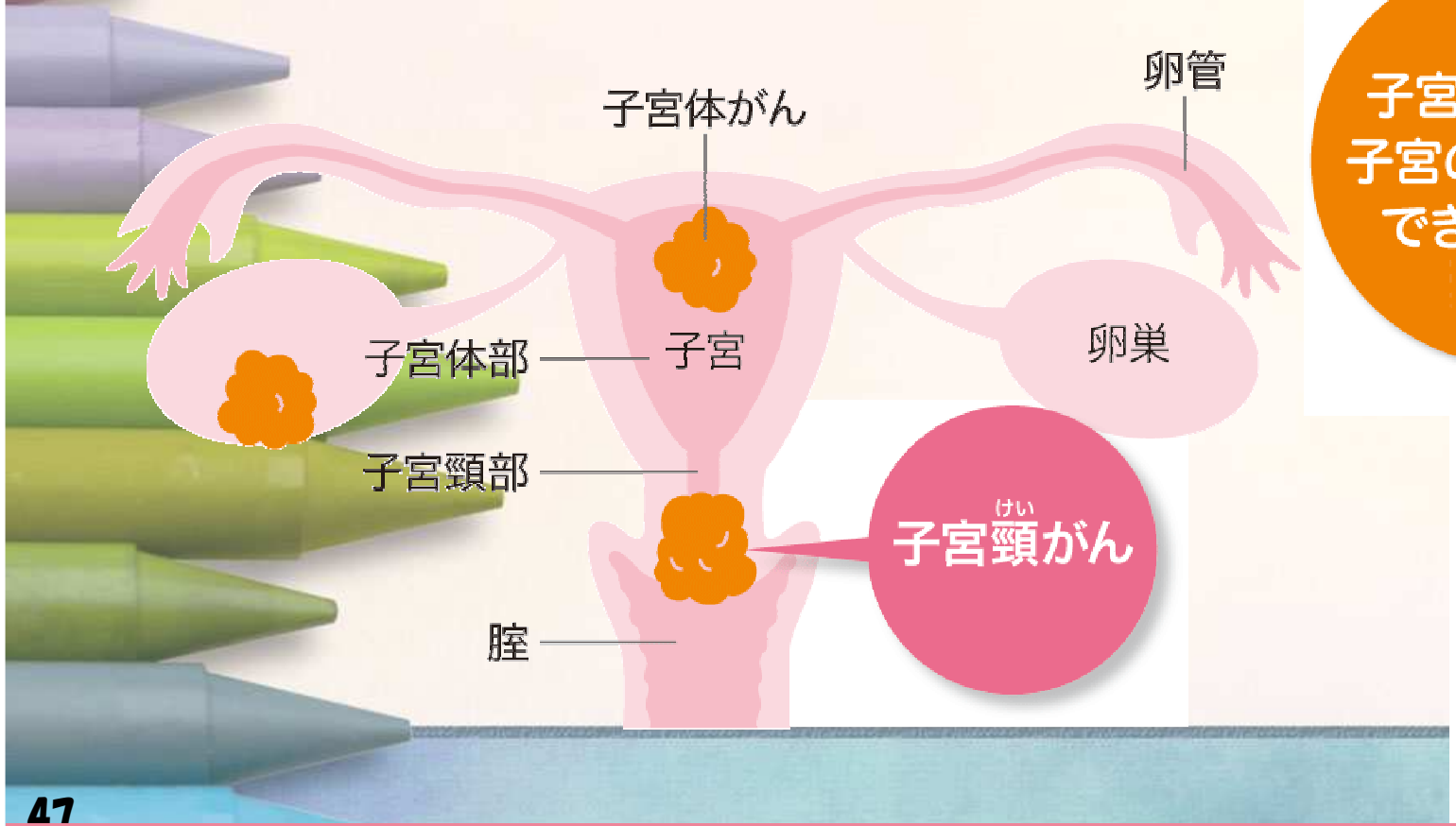
1983年　子宮頸がん組織からHPV 16[*2]型を分離

1984年　子宮頸がん組織からHPV 18[*3]型を分離

*1 Proc.Natl.Acad.Sci.USA 80,560-563(1983)
*2 Proc.Natl.Acad.Sci.USA 80,3812-38151983)
*3 EMBO Journal 3,5,1151-1157(1984)

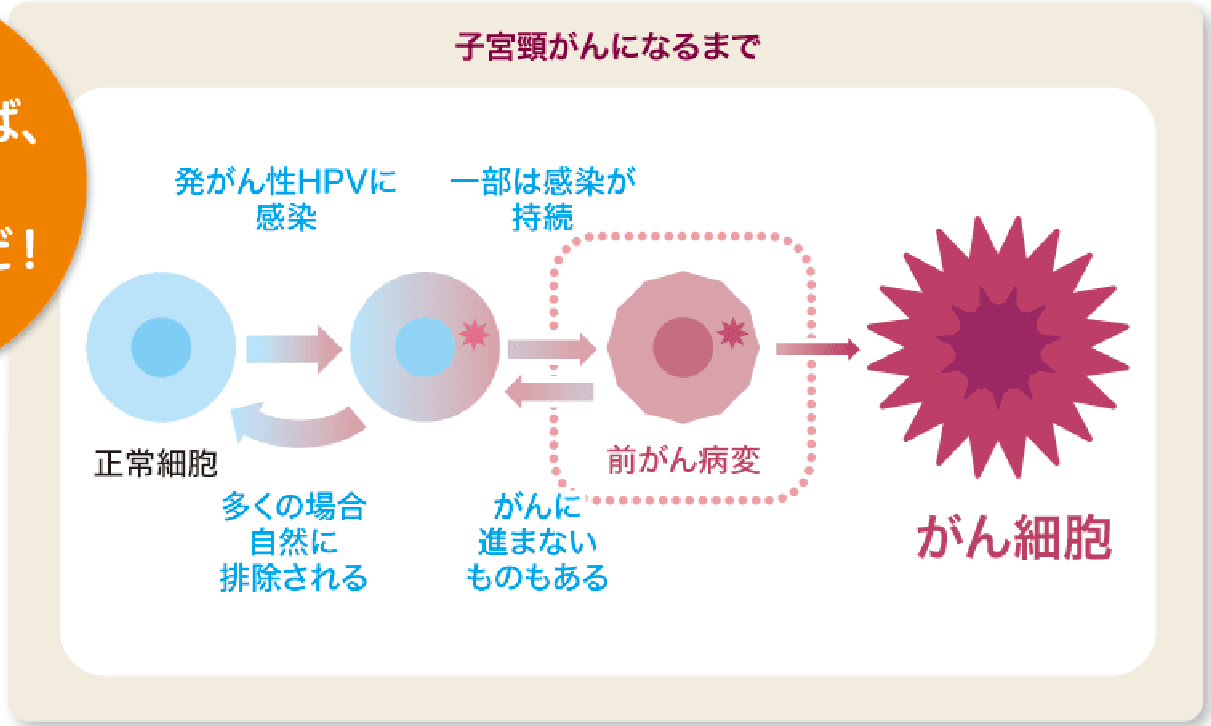
子宮がんには「子宮頸（けい）がん」と「子宮体がん」があります。

子宮がんには、子宮の入り口付近にできる「子宮頸がん」と、
子宮体部にできる「子宮体がん」があります。



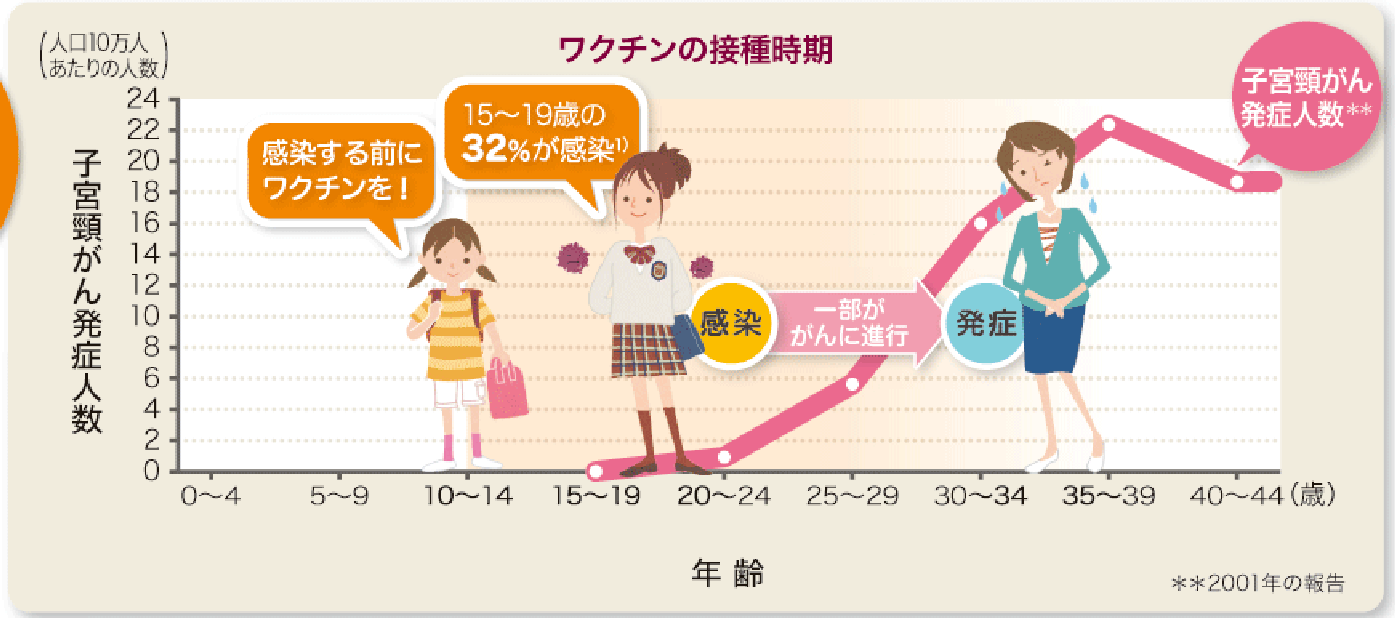
発がん性HPVの感染が長く続くと がんになることがあります。

- 発がん性HPVは感染してもほとんどが自然に排除されますが、感染が長く続くとがんになることがあります。
- 発がん性HPVは、機会があれば何度でも感染します。



発がん性HPVに感染する前に
ワクチンを接種すると、より効果的です。

- 子宮頸がんの発症は20代以降に多いですが、発がん性HPVに感染してから発症まで数年～十数年かかります。
- 発がん性HPVに感染する前の10代前半に子宮頸がん予防ワクチンを接種することで、子宮頸がんの発症をより効果的に予防できます。



国立がんセンターがん対策情報センター、人口動態統計(厚生労働省大臣官房統計情報部編)より改変

1) Onuki M et al.:Cancer Sci 100(7):1312-1316, 2009

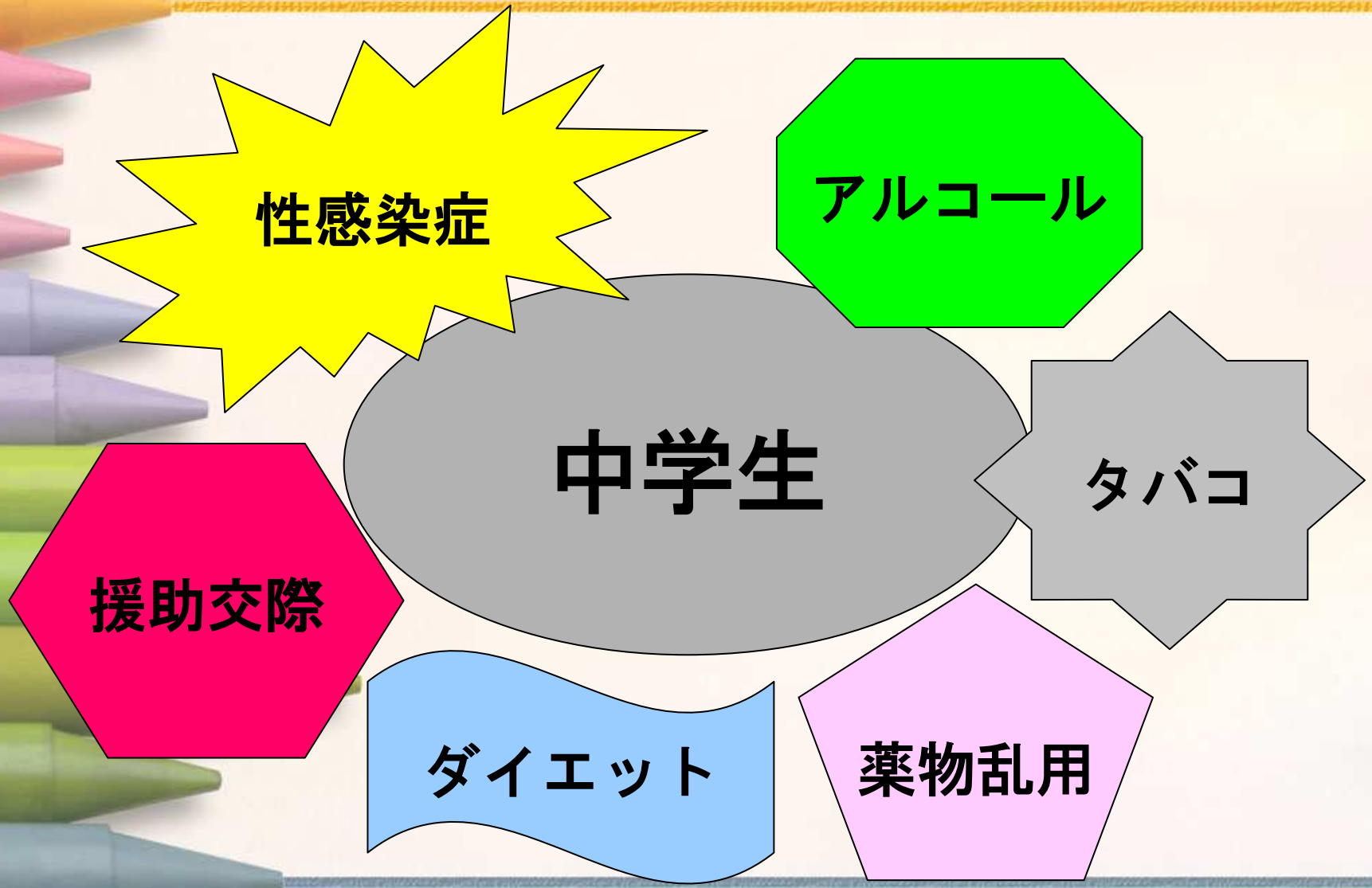
B型肝炎　血液や体液で感染

- B型肝炎も性交渉で感染する厄介な病気です。

↓

- B型 肝炎ワクチンで予防

危険がいっぱい



まだ会ってない彼って
どんな人？

出会い系
サイト

彼らの目的は 間違いなく

「性交 や 売春」 です！

SNS(ソーシャルネットワークサービス)モバゲー、Gree、Mixi twitter・・・・・・・・みんな登録してるのかな？？

会うと危険です！
SNSを介した事件・事故が
増えています
皆さん気をつけて下さい！

好きだな、会いたいな

上村茂仁先生

二人っきりで会いたいね、会いに行くからね、　うん

知っておきたい性被害

レイプ(強姦)
性行為を無理強いされる
デートＤＶ
性的ないたずら
ちかん被害
セクハラ (セクシャルハラスメント)

→

妊娠の可能性
性感染症
心への影響

緊急避妊ってご存知ですか？

避妊に失敗したら
７２時間以内にホルモン剤を内服することにより
排卵を遅らせたり
受精卵の着床を阻害したりする方法です

いのちを守る

正しい知識を持とう

妊娠について知る

性感染症について知る

行動しよう

・自分の気持ちに気づこう

・自分の気持ちを伝えよう

・相手の気持ちを聞いてみよう

セックスは

お互い愛し合うもの同士が納得した上で、
話し合って（避妊して）清潔に安全に行う

→人権を無視して性犯罪を起こさないように

大切なもの・・・

傷つけられたり、壊されたりしたくない

自分の命を守る事とは・・・

自分を傷つけない、壊さない

他人も傷つけない、壊さない

自分の好き人を守ることとは・・・？

本当に好きな相手には・・・？

大事に育てられたからこそ今がある

・ 産んでくれた両親
・ 生まれてきた自分
・ 育ててくれたたくさんの人たち
・ 自分に関わっているすべての人たち

・ たくさんの感謝を積み重ねて、これからの自分を大切に生きていってください

おわり