

Health 特別号

令和2年 12月
広島市立美鈴が丘高等学校
保健室

性教育講演会がありました

11月4日に「性教育講演会」を行いました。

例年であれば、全学年が受講できたのですが、コロナウイルス感染症拡大予防の観点から、残念ながら1学年のみの受講となりました。

講師には、えつき助産院の院長で助産師の悦喜桂子先生をお招きし、「高校生に伝える生と性～今、そして未来のために～」の演題でご講演いただきました。1年生のみなさんだけのところで留めるのは勿体ないお話だったので、2、3年生のみなさんにもお伝えしたく、今回内容をまとめ保健だよりにしました。是非とも目を通してください。



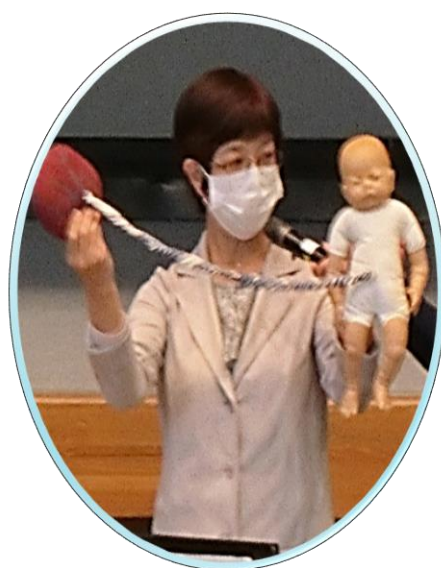
【命の始まり】

- ・人の命は、お母さんのお腹の中で0.1mm前後の大きさから始まる。
- ・鼓動が始まるのは、小豆一粒大の妊娠6週前後（2か月）。
- ・その後、お腹の中でどんどん成長し、耳が聞こえるようになり、おしゃぶりをするようになりと胎外生活ができるように準備をしている。
- ・正期産と言われる37週～42週未満になると体重は約

3,000g、身長は約50cmまで成長している。

- ・赤ちゃんはお腹の中で大切に守られていた存在であり、赤ちゃん自身も生きるための力を持っていた。
- ・お産は、「命の道を進むお誕生（自然分娩）」と「命のお部屋に窓を開けてお迎えに来てもらうお誕生（帝王切開）」がある。どちらの方法も「生きる力」を大切にしてお産である。
- ・お産は産むお母さんも頑張るが、生まれてくる赤ちゃんも頑張っている。
- ・みなさんは「生きる力」を持って生まれてきた。

***生まれる時も大切にされてきた命ですが、生まれてきてからも毎日毎日抱かれて大切にされてきた存在です。みなさんはひとりひとり大切な存在です。**



【10代の出産・妊娠】

・男子は精通、女子は月経（生理）が始まれば妊娠をさせる・する可能性がある。

・10代のみなさんは、元気な赤ちゃんを産む準備、新しい家庭を築く準備ができているだろうか？

・2018年厚生労働省人口動態統計によると中学生の出生数は全国で37人、15歳～19歳の出生数は9861人であった。人工妊娠中絶は、全国で14歳以下が218人、高校生の年代では10,000件を超えている。

・人工妊娠中絶は妊娠22週未満（21週6日）までと法律で決まっている。

・初期中絶（12週未満）…最近では「子宮内容除去法」として「搔爬法（そうは法、子宮内容をかきだす方法）」又は「吸引法（機械で吸い出す方法）」がある。

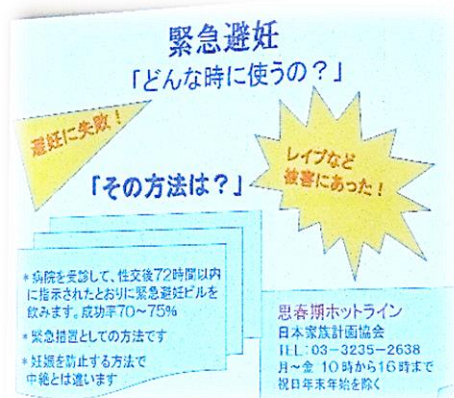
・妊娠12週～22週未満までは、あらかじめ子宮口を開く処置をして、その後子宮収縮剤で人工的に陣痛を起こし、流産させる方法をとる。

【性感染症について】

・性感染症にかかり、放置していると将来妊娠できなくなる可能性がある。

・性感染症の中で多いクラミジア感染症は、男性では排尿時に痛みを感じることで気づくことができるが、女性は症状があまり出ないため、病状が進行しやすいので注意が必要。

・望まない妊娠をしないこと、性感染症を防ぐためにも「ノーセックス（セックスをしない）・ステディセックス（決まった相手とのセックス）・セーフセックス（コンドームを使用したセックス）」を守って欲しい。



【性についての相談窓口】

・避妊に失敗したり、性暴力等を受けて妊娠の可能性が否めない場合に「緊急避妊」という方法がある。速やかに産婦人科を受診し、行為のあった72時間以内に緊急避妊薬を服用する。

・周囲の人に相談しづらい時には、様々な思春期相談機関があるので活用してみる。

【悦喜先生からのメッセージ】

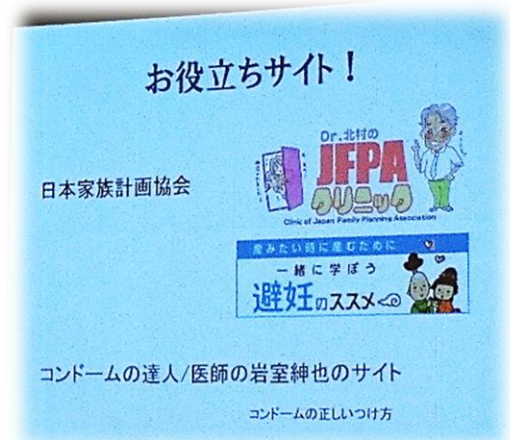
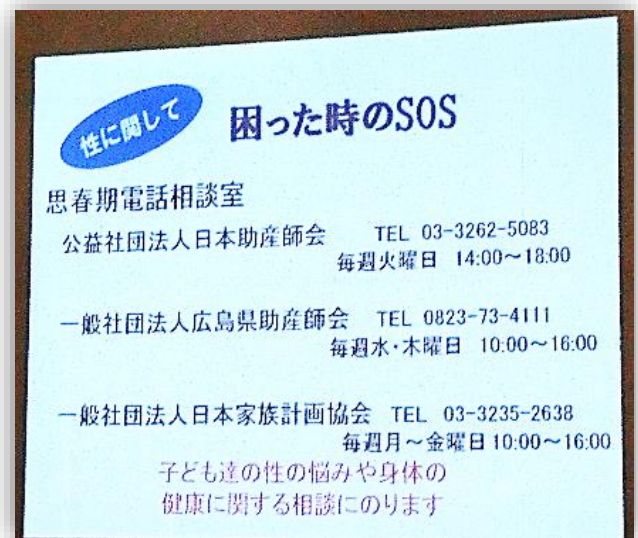
・自分の心と身体、相手の心と身体を大切にしよう。

・未来のことを考えて行動しよう。

・生まれてきてくれてありがとう。

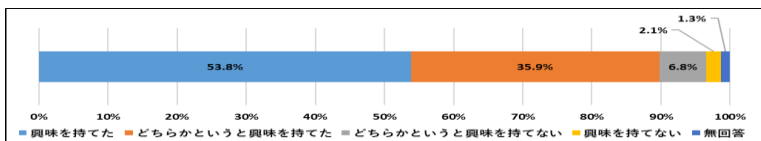
全てのお話を網羅できてはいませんが、今、そして未来のみなさんにとって大切なことが詰まっている講演会でした。

悦喜先生、ありがとうございました。

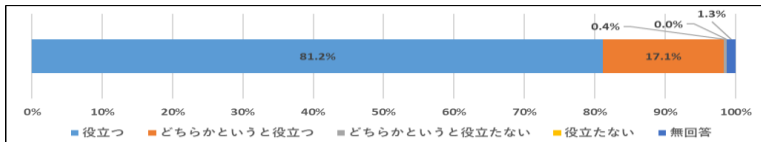


1年生の感想

○ 講演は興味を持てる内容だったか



○ 講演の内容は役立ちますか



- ・命が始まったときは、0.1mmと、とても小さいのに生まれる時は3000g（50cmくらい？）になっているのですごいと思いました。
- ・自分のため、自分のパートナーのためにすべきことを理解することができた。コンドームの正しいつけ方を学び性感染症にならないようにしようと思った。性へ真剣に向き合おうと思った。
- ・人は支えられて生きるのだなぁと改めて感じました。
- ・同年代で妊娠、出産、中絶を経験している人が多く驚きました。「よかった」で始まる妊娠が良いなと思いました。
- ・へその緒が50~60cmくらいなのに、お母さんがすぐ抱けるようにできるためというところがとても良いなと思った。
- ・妊娠というものはどれだけ大変で、幸せなものか今日の話聞いてよくわかりました。改めて、お腹を痛めて必死に私を産んでくれたお母さんには感謝したいなと思いました。望まない妊娠は、母子ともに悲しい状況に陥ってしまうのであってはならないことなのではないかと思いました。
- ・赤ちゃんはお腹の中にいる時からたくさんの生きる力を身につけていて生命力はすごいなと思いました。今やこれからもとても大切なことを学ぶことができたなと思いました。
- ・お母さんだけでなく、赤ちゃんもお腹の中で頑張っていることを知り、お互い協力し合っただけの出産だと思いました。
- ・時々、テレビで見る出産後の放置や虐待の事件が減るように知識は必要だと思った。
- ・いいお産になるために、幸せな家族を作るために、絶対高校時代セックスしないです。
- ・男女ともにお互いを想って、生活していくことが大切だと思いました。
- ・望まない妊娠や中絶の現状を知り、驚きました。一人ひとりがもっと真剣に考えなければいけないと思いました。
- ・自分には出産とか妊娠とかは縁のない話だと思っていましたが、少しだけ意識を変えてみようと思いました。
- ・大切な人を守るためのきちんとした性の知識は本当に大切なんだと感じました。いつか彼女ができたならその人のことを想った行動、知識が必要だと気づかされました。
- ・今まで知らなかったこと、特に相談窓口や中絶・DVや目撃したことがあったけれど知らなかった子育てなどが分かり、良い経験になったなと思いました。
- ・自分は男子なので妊娠などについてはよくわかりませんが、女性を傷つけないかっこいい人として生きたいと思いました。
- ・自分と同じ年やそれ以下の年齢の子の妊娠や中絶が思っていた以上に多くて少し驚きました。

性行為後の妊娠防止の薬があることは初めて知ったので役に立った。

・この講演を通じて、自分の生きる意義を見つけられました。妊娠から生まれるまで多くの苦勞があり、産まれたこと自体が奇跡なので周りをもっと大切にしたいと思いました。

・出産の過程を見ていくうちに改めてお母さんはすごいなと思いました。やっぱり生まれてくる赤ちゃんはかけがえのない存在だと思います。

・私と同じ年代の子たちが、あんなにも妊娠していることに一番驚きました。赤ちゃんを産むとなった時、好きで愛する人と心から喜べるように生まれてきてくれた赤ちゃんに「ありがとう」を言えるようにしたいです。

・私は、赤ちゃんが小豆1粒分の頃に心拍を確認するというのに驚きました。

・先生が「嬉しい」と思えるような出産や妊娠をしてほしいと言われて、確かにそうだな。と思いました。

・赤ちゃんが生まれてくるまでの様子や、どのようにしてお母さんのお腹の中で育っていくのかがわかった。改めて赤ちゃんってすごいんだなと感じた。

・望んでいない妊娠をしてしまって仕方なく中絶する人もいるし、それが悪いことだとは思わなくても、一人ひとり責任を持って行動をして行為をするかを考えないといけないと思いました。

・生まれてくる赤ちゃん、一人ひとり本当に奇跡なんだと理解し、自分を産んでくれた母に感謝し、自分の命を大切にしていきたいなと思いました。

・命にありがとうという先生の言葉が印象に残り、こうして自分たちが生きているということに感謝しないとけないと思いました。

～～～最後に（養護教諭のつぶやき）～～～

私が悦喜先生のご講話を初めて拝聴した時は、まだ自分の子どもを授かっていない時でした。その後、子どもを授かり、何度か先生のご講話を拝聴させていただきましたが、その時々で違った感情が湧いてきました。因みに、今回のご講話は、自分が子どもを出産した時の気持ちを思い出したり、今までの子育ての経過や現在の子どもの成長ぶりが頭に浮んだりして、なぜだか涙が出てきました。

今後、様々な性教育に触れる機会があった時に、今と違った立場でお話を聴くと、また違った感情がこみあげてくると思います。今回、悦喜先生の講演会を受講し、感じたことに不正解はありません。10代のみなさんが感じた気持ちが、20代、30代となったときに、どのように変容しているか…そんなことを考えながら受講した1年生のみなさんの感想を読ませてもらいました。

