



### 38期生 高校生のための性教育講演会

12月2日(木)体育館にて

講師 ハートフレイク思春期研究所

黒瀬 清隆先生にご来校いただきました!

#### ☆電話相談から思春期男子の悩み

日本人男性は2/3が仮性包茎であり、大きさ・太さ・色・形はすべて人それぞれなので、悩む必要はない

#### ☆電話相談から思春期女子の悩み

「最終月経」…最終にあった月経の初日  
「出産予定日」…最終月経から40週後  
「人工妊娠中絶」…最終月経から22週に入ると出来ない



#### ☆月経のこと

月経のリズムはホルモンの分泌により作られている  
体調・気分の変化が起きるのが一般的

#### ☆男・女って?

こころの『性』とカラダの『性』…  
色々な人がいるのが普通  
「男らしさ女らしさ」もいけど…  
『自分らしさ、その人らしさが大切』



#### ☆男女交際を考える

「好・恋・愛」って何だろう?…こころの有無?  
脳の構造による性行動の違い…カエル・ネコ・人間  
おもいやり「やさしさ」を大切に

#### ☆性交のリスク

性感染症予防のために  
皮膚と粘膜の実験…感染経路を知る  
(感染は粘膜から)



### 新年を迎える料理～おせち料理～

おせち料理は、一年の最初に年神様にお供えするものとして作られたのが始まりです。  
「おめでたいことを重ね、幸せが積み重なっていきますように」という願いから重箱に詰められるようになりました。また、おせち料理には一つ一つに意味が込められています。

- 数の子:** 卵の数が多きことから子孫繁栄
- 海老:** 腰が曲がるまで健康に長生きする
- 伊達巻:** 巻物の様子から知性や文化の発展
- かまぼこ:** 日の出を象徴する色と形  
紅が「魔除け」、白が「清浄」
- 蓮根:** 穴から将来が見通せる
- にんじん:** 梅の花の形に切り、春の訪れを表す



- 手綱こんにゃく:** 自分の精神を引き締め、己を律する力を養う
- 田作り:** イワシの肥料は豊作になることから五穀豊穡
- 黒豆:** 「まめ」に働いて、勤勉に暮らす
- 栗きんとん:** 金運に恵まれた、豊かな1年を願う

♡もしものときの相談窓口♡ 検索してみてね!  
自分の体のことでだれにも相談できず悩んでいることがあるなら、連絡してみてね。匿名で相談できるよ。  
\* 思春期・FP 相談 LINE  
(一般社団法人 日本家族計画協会)  
思春期のからだについての心配事などについて

\* 思春期 e-mail 相談  
(一般社団法人 大阪府助産師会)  
思春期における「からだと心の変化」、「性に関する病気」、「妊娠・出産」についての不安や悩みについて

♡もっと知りたい人は♡  
\* 性の総合サイト「セクソロジー」  
性を学ぶセクソロジー

### 12月22日は冬至!

冬至とは24節気の一つで、1年で夜が最も長く昼が短い日です。冬至と言えば、かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったり。昔からの風習を大切にしていきたいですね。

ところで、冬至の日にはなぜゆず湯に入るのでしょうか?

冬至=湯治(お湯に入り、病気を治す)という語呂合わせからきています。また、柚子(ゆず) = 「融通(ゆうずう)」がきますようにという願いも込められています。また、柚子は実るまでに長い年月がかかるので、長年の苦勞が実りますようにとの願いも込められています。

