



# ほけんだより

尾道南高等学校

保健室

令和7年12月号

今年も残り1か月ですが、皆さんにとってどんな1年でしたか？3学期に向けて、冬休みを上手に使ってしっかり休んでください。さて、12月4日～10日は「人権週間」です。今月の保健目標である「性について知る」ことは、自分と相手の人権を尊重することにも関連します。性は体だけでなく、心や生き方にも関わる大切なテーマ。この機会に、自分らしさや他者への思いやりについて考えてみましょう。

## 12月の保健目標

### 性について知る

#### 性ってなんだろう？

皆さんはどんなイメージがありますか？以下の質問について少し考えてみてください。複数選んでもかまいません。

#### Q1. 性について話すことはどう思う？

- ① 恥ずかしいことだと思う
- ② 大切なことだと思う
- ③ 普通のことだと思う

#### Q2. 自分の心や体を守るために大切なことと思うことは？

- ① 自分の意思をはっきり伝える
- ② 相手の気持ちを考える
- ③ 信頼できる人に相談する

#### Q3. 性に関する話題で、友達や恋人と意見が違ったときどうする？

- ① 自分の考えを押し通す
- ② 自分は我慢して相手の考えを受け入れる
- ③ 違いを認めて、自分の考えも伝える

「性」と聞くと性感染症や妊娠などのイメージが強いかもしれませんが、もっと広く、様々な意味を持っています。

例えば……

身体の性（生まれ持った体の違い）

心の性（自分が思う性別）

好きになる性（恋愛感情や性の対象）

性との向き合い方（価値観や人間関係）

……など

性について考えたり知ったりすることは「自分らしく生きること」「人との関わり方」「命のつながり」など、人生に深く関わります。また、自分はもちろんですが、大切な人を守ることにも繋がります。

#### 性に関するトラブルを防ぐために

同意がない性行為は「性暴力」にあたり、重大な犯罪です。



SNSでの写真やメッセージのやり取りにも注意しましょう。



性に関する知識は信頼できる情報源（学校や病院などの専門機関）から学ぶことが大切です。



#### 性感染症について

性感染症の中でも過去の病気とされていた梅毒は、2012～2022年で10倍以上増加しています。後遺症が出ることもある怖い病気なので、早期治療が重要です。どんな性感染症でも、「避妊具の正しい使用」「性行為を避ける」ことが予防方法です。

#### HIV抗原抗体検査・梅毒検査

無料・匿名で受けられます。

【日時】毎月/第1・第3木曜日  
(令和8年1月のみ第2・第3)

【場所】東部保健所(尾道庁舎)

詳しくは保健室前のチラシか養護(宮元)まで。