

どう？決まった？話し合ってみてどんなことを感じたかなあ？

“あっ、そんな考え方もあるか” って思った人もいるかもしれないね。“なるほど” って思うところもあるけど、“自分の主張は譲れない” という人もいるかもしれないよね。

妥協せずに本音と本音で話し合うことによって考えの幅が広がったり、

・・・自分の価値観や考え方の傾向に気づいて、

新たな自分を発見できた人もいたんじゃないかな。

ちょっと勇気をだして、

自分の考えや気持ちを伝えてみて、

周りの人が自分を受け入れてくれたとき、

どんな気持ちだった？

本音と本音で話し合うこと・・・

それは自分の考えの幅を広げたり、

人間関係をつくっていくためにいいトレーニングになると思うんだ。



第3章 姪 唄

【ライフライン】

今まで性について、そして自己決定について考えてきたけど、ここでちょっと、自分の人生について考えてみない？

今から天使のついた用紙を配るね。

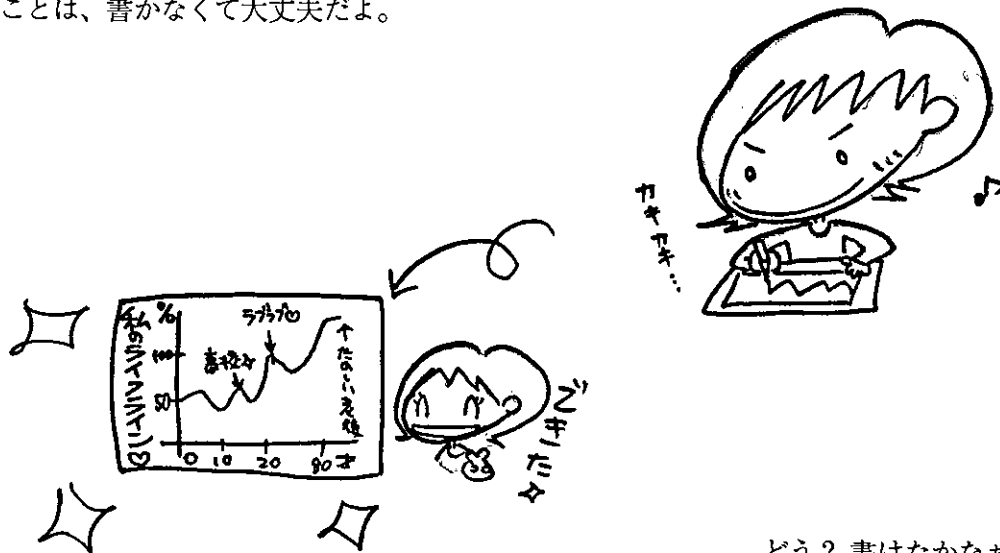
- ① 先ず横軸は年齢、生まれた時が0歳で、自分はこの位まで生きたいと思う年齢を右端にとって・・・。
- ② 次に縦軸なんだけど、それぞれの年齢でおきた出来事に対する幸福度（満足度）を現す%を0%から、とってみて・・・。そうだね。上限を150%としてね。
- ③ そしておぎゃーと生まれた0歳の時ときから振り返って、起こった人生の出来事とそのとき感じた（感じたと思われる）幸福度（満足度）を%で現して、その%を一本の線でつないでみて。

- ④ 現在の年齢以降は、こういう人生を送りたい、その時の達成度、幸福度（満足度）は何%くらいと想像して%をつけて、その%を一本の線でつないでみて。

できたかな、このつないだ1本の線が、あなたの人生を現すライフラインなんだ・・・。
どうかな？ どう感じたかな？

なかなか書けないという人は「〇歳で就職」、「〇歳で結婚」みたいに、経験した体験を書き出してみると、線が引きやすいかもしれないね。

それとね、書いたものを、後でグループの人と紹介し合うから、人に知られたくないと思うことは、書かなくて大丈夫だよ。



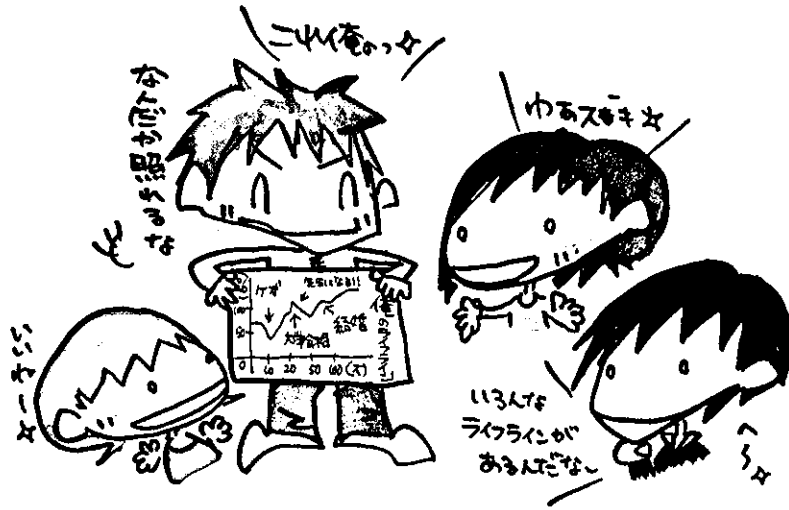
どう？ 書けたかなあ？

今書いた、自分の人生をもう一度よく見て・・・。

どんなこと感じた？

自分の人生を改めて振り返って、こんな風に過ごしてきたんだな、とか、
こんな思いで過ごしてきたんだ、とか、
将来こんな風に過ごしたいな、生きていきたいなと考えたり、
その時の思いはこんなかな、
なんて様々なことを感じたり考えたりしたと思うんだ。

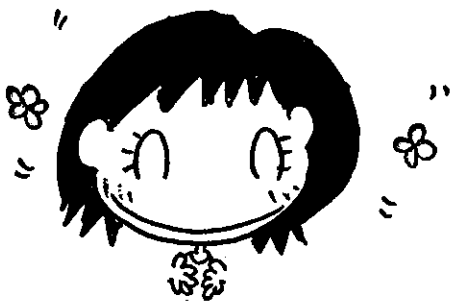
じゃあ、今度はグループで、お互いに書いたものを紹介し合ってみてくれるかな。
その時に大切なのが、
自分が言いたくないこと、知られたくないことは話さなくていいということだよ。



自分の人生を語ってグループメンバーの人生を聞いて、どんなことを感じたかなあ？

自分の人生を話すとき“ちょっと照れくさい”、という人もいたかな？

グループメンバーの人生を聞いて、
 “いろんな人生があるんだ”と思った人がいるかもしれないね。
 “一つのイベント（例えば結婚）に対しても、
 いろんな考え方や感じ方があるんだ”
 と思った人がいるかもしれない・・・。
 あるいは、“メンバーの発表を聞いて、
 また自分の人生を見つめ直した”
 という人がいるかもしれないよね？



自分の人生を改めて振り返り、将来を考えることで、また、グループメンバーの人生を聞くことで、自分には自分の人生があること、そして同じように他の人にも、それぞれに人生があることを感じてもらえたかな。

自分の人生を大切にしたいと思うように、相手の人生に対する考えや思いを大切にすることは、お互いの人間関係をつくっていく上で、とても大切なことだね。

【妊娠と出産について】

ライフラインのところで自分のこれまでの人生と、
これからの人生を書いてもらったんだけど、
その中で、将来、
あなた自身またはあなたの彼女が、
妊娠や出産をしたい、してもいい、
と考えた人はいるかな・・・？

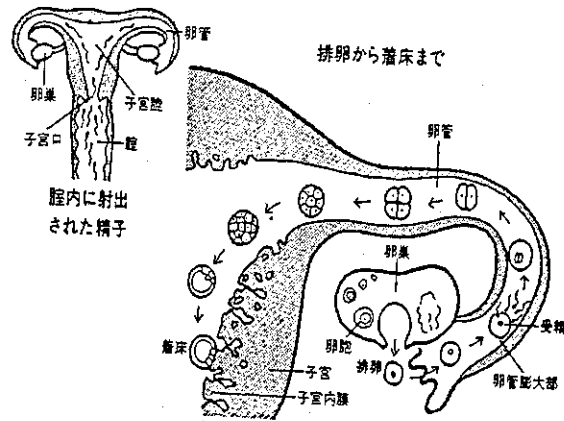


じゃあ、ここで妊娠や出産について、ちょっと深く学んでみようか？

1) 妊娠のしくみ

妊娠が成立するためには・・・

- ①女性の卵巣で育ち妊娠できる大きさになって「排卵」された卵子が卵管の中で精子を待っていることが必要なんだ。
- ②膣の中に射精された精子は、
- ③膣から子宮に入り、さらに子宮から卵管へと進み、
- ④卵子と出会うと受精がおこる。
- ⑤受精卵は細胞分裂を繰り返しながら、約1週間かけて子宮に移動し、
- ⑥子宮内膜に着床した時、妊娠の成立となるんだって。



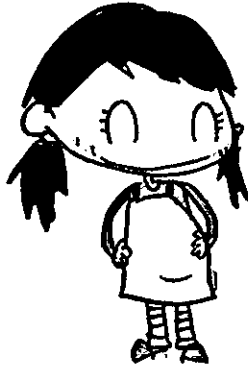
2) 胎児の発育

受精卵は、直径わずか0.2mm程度の、たった1個の細胞だったけど、受精と同時に一時も休むことなく細胞分裂を繰り返し、次第に人間の形になっていくんだ。

人間の形になるまでは胎芽と呼ばれるけど、妊娠8・9週（妊娠第3月）にはもう人間の形ができあがり胎児と呼ばれる。その後は母親のお腹の中で、どんどん成長し、生まれる時には身長約50cm、体重約3,000gの大きさになるんだって。

受精から出産まで約38週間、胎児の成長・発育に必要な栄養素や酸素は、胎盤や臍帯を通じて、母親の血液から送られてくるんだ。

3) 妊娠するとどうなるの？



ほとんど人は、予定した日を過ぎても月経がこないことで妊娠に気づくことが多い。次は吐き気がしたり、食べ物の好みが変わったりの、いわゆるつわりかな。熱っぽかったり、乳房が張った感じが続くことで気づく人もいる。

妊娠5カ月頃になると、お腹が目立つようになり、この頃からお腹の中で胎児が動くのを感じるようになる。その後はお腹や乳房が大きくなり、10カ月間で母親の体重は約7～11kg位も増えるらしい。

4) 妊娠したかな？と思ったら・・・

妊娠検査薬って聞いたことがある？ これは薬局でも売っているんだけど、予定した月経が1週間位遅れた頃から尿の検査で、妊娠しているかどうか知ることができるんだ。自分でトイレに行って、尿に検査薬を浸すだけで簡単に調べることができるよ。

月経が遅れたり、つわりの症状で妊娠かなと思ったとき、あるいは市販の妊娠検査薬で陽性のときは、早目に病院に行こう。

5) ところで、妊娠週数や妊娠月数ってどう数えるか知ってる？

受精から出産まで約38週間だけど、実はいつ受精したかを知るの難しい。それで妊娠週数や妊娠月数は、最終月経の初日を、妊娠0週0日（妊娠第1月）として数え始める。だから妊娠が成立した場合、月経の予定日頃には、妊娠4週（妊娠第2月）ということになるし、もし、月経が1カ月も遅れているという場合には、妊娠8週（妊娠第3月）になっていることもあるんだ。

このように数えていくと、最終月経の初日から280日目（妊娠40週0日、妊娠第10カ月）が分娩予定日となるよ。

6) そして出産・・・。

約10カ月（280日）間、母親のお腹の中で育ち、胎児が生まれる準備ができると、母親の子宮がギュッと収縮して、胎児を押し出そうと陣痛が始まる。陣痛は、初めてのお産の人は、平均15～16時間くらい続く。



その間に胎児も狭い産道を通して、母親と力を合わせながら、ゆっくり出てくるんだ。本当に長い。

中には、帝王切開という手術で産まれることもあるんだ。



コラム：着床期出血について

妊娠の初期、ちょうど月経予定の頃に着床期出血といって、少量の出血が1日・2日、あるときがあるんだ。月経だと思っていても、実は妊娠ということになるので、注意してほしいんだって。

〈人工妊娠中絶〉

もし、仲間が妊娠した場合には、人工妊娠中絶を選ばざるを得ない人がいるかもしれない。人工妊娠中絶は母体保護法という法律によって、時期と条件が決められているんだ。だから、希望したらいつでも中絶ができるというものではないんだ。

特に中絶の時期は、妊娠22週未満（妊娠21週6日まで）と厳しく決められていて、これ以降は中絶することができないんだって。



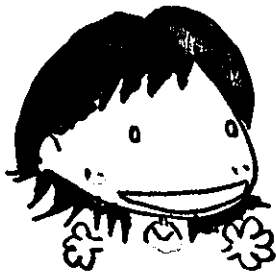
●グループディスカッションをしてみよう●

☆お題1 ☆「もし、今のあなたまたは彼女が妊娠したどうする？」



出産と中絶という選択は、あなたにとってどんな意味があるかなあ？
それぞれを選択した場合に、起こりうることを考えてみよう！

- ① 妊娠を継続することは、あなたまたはあなたの彼女にとって、
どんな変化が起こるかな？



「夢をあきらめて働く」
「結婚して子どもを育てる」
「経済的な問題をどうしよう・・・」
「いのちを感じるようになる」
・・・

あなたならどう考える？



- ② 中絶という選択は、あなたまたは彼女にとってどのような意味を
持つことだろう？



「学校を続けられる」
「ホッとする」
「いのちについて考える機会になる」
「これからきちんと避妊しよう」
・・・

あなたならどう考える？



③ 現在のあなたならどんな選択をする？

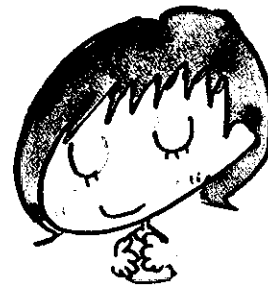


セックスをする・しない？
妊娠する・妊娠を避ける？
産む・産まない？
・・・
あなたならどう考える？



セックスは責任が伴う行為なんだ。お互いを大切にするからこそ、セックスしない、という選択肢もあることを含めて、自分ならどんな選択をするか考えてみてほしいんだ。

決めるのはあなた自身であり、
あなたの権利なんだ。
妊娠してから考えるのではなく、
今のあなた自身の立場で考えてみよう。



コラム

思春期外来って？

思春期外来って何のことだか知らない人もいるよね。

思春期のときって自分の身体や心のことで病院にいくのって少し抵抗があるかもしれない。

もしそう思っているなら思春期外来は、思春期の人たちの心や身体を診ているところなんだ。

だから、少し話しにくいなあと思っている人でも、とっても行きやすい場所なんだよね。

第4章 避妊

【避妊とは】



セックスする。でも妊娠はしたくない。
その時、どうすればいいのかな？
「避妊」かな。

避妊には、いろんな方法がある、
って言われているけど、
中にはまるっきりデタラメだったり、
効果があんまりないものもあるから、
正しく知ることが必要なんだ。



1) 避妊の原理

じゃあ避妊って、一体どうすればいいんだろう？

前に出てきた「妊娠の成立」を思い出して。

あの「妊娠の流れ」の中の、どこか一箇所を妨害してあげれば、
妊娠は起こらないよね。



- ① 排卵を抑える（ピル）
- ② 膣の中に精子の侵入を防ぐ（コンドーム）
- ③ 膣の中に入った精子を殺し、子宮への進入を防ぐ（殺精子剤）
- ④ 受精卵が子宮内に着床するのを防ぐ（子宮内避妊具）などがあるよ。

2) 避妊法の理想条件

理想的な避妊ってどんなものなんだろう？

- ① 安全で副作用がない。
- ② 避妊効果が高い。
- ③ 簡単にできる。
- ④ セックスのムードをこわさない。
- ⑤ 妊娠しなくなったらすぐに妊娠することができる。
- ⑥ 費用があまりかからない。



⑦ 病院に行かなくても手に入る

⑧ 女性が主体的に使用するもの。

これらが、「理想的な避妊法」なんだ。

なかなか、これらをすべて満たす避妊法ってないんだけど・・・。

では、身近に使用できる避妊法を見てみよう。

【避妊法の種類と方法】

①まずは、ピル



ピルって、どんなくすり？

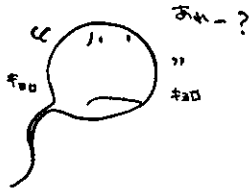
ピルは、避妊のために女性が飲む薬。

中身は、2種類の女性ホルモンが

組み合わさってできていて、

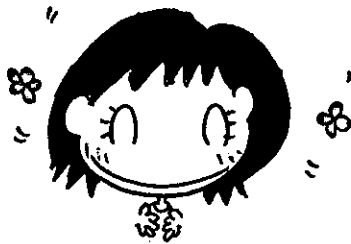
避妊の効果は確実なんだ。

避妊のメカニズム・・・



ピルを飲むと、排卵がなくなるので、セックスをして精子が膣の中に入ってきてても、卵子と出会うことができないんだ。

排卵がなくなるって・・・からだに悪そうだけど・・・



今まで、欧米では何十年も使われ続けてきていて、その安全性は確認されているんだ。排卵を抑えていても、飲むのをやめれば必ず排卵は起こるんだ。

また、ピルによって排卵しないこと自体は体に悪いことはないから、大丈夫。

飲み方と効果・・・

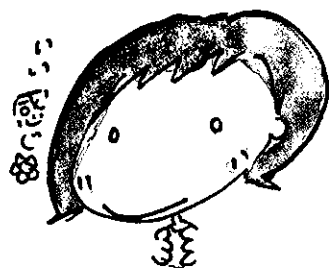


避妊したい期間はずっと、毎日1回1錠飲む。

1日のみ忘れても何とかなるけど、2日間のみ忘れると、避妊効果がなくなるので、毎日ちゃんと飲む人でないと使えないんだって。

でもちゃんと飲めば、避妊の効果はほぼ100%なんだ。

副作用・・・



吐き気、むくみ、乳房痛など（個人差、あっても軽度）
「ピルは飲んでみたいけど、副作用が気になって・・・」
という人が、実はすごく多い。でもそんな人たちも、
何かのきっかけでピルを飲み始めてみたら、その感想
は「すごくいい」が圧倒的なんだ。決して怖い薬で
はないよ。

副効用・・・



月経痛が軽くなる。月経の出血量が少なくなる。
、 月経が規則正しくなる、ニキビや多毛症の改善。
、 逆にこれらの治療に使われることもあるんだって。

費用は・・・



病院によって違うけれど、
だいたい1ヶ月分2500円～3000円くらい。

どこで買うの・・・？



産婦人科の病院で処方してもらう。
（普通の薬局には売ってないので・・・）

コラム

ピルは避妊のためにはとてもいい薬だけど、産婦人科に行かないと買えないのが問題。でもピルで避妊しようと思うなら自分のからだのことを考えていると思うので、一度、産婦人科に行って、お話をしてみたらどうかなあ。産婦人科医の中にも、思春期のころやからだに理解のある医師がいて、決して不必要な内診（膣からの診察）はしないし、お話だけで済むことだって多いんだ。勿論、看護職の方もいるよ。

もし個人医院が不安なら、「思春期外来」のある病院もあるよ。

②殺精子剤（錠剤）

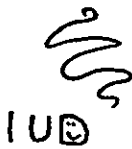
殺精子剤



その名の通り、精子を殺す薬のことだよ。これを膣の中に入れて、射精された精子が受精しないようにする避妊法なんだ。使うのはそれほど難しくはないけれど、セックスの5分から10分前に膣内に入れておく必要があるんだって。そして効いている時間は約1時間。それ以上の時間は効かないんだって。

そして気になる避妊効果だけでも、残念ながらあまり確実な効果はないんだ。

③子宮内避妊器具（IUD）



子宮の中に避妊用の器具を入れておいて、受精卵が子宮に着床しないようにする避妊法なんだ。銅の入ったIUDを使うと、避妊効果はほぼ100パーセントに近いくらい。これもピルと同様に、かなり確実な避妊法なんだ。

でもこれは、出産を経験した人でないと使えないので、思春期の人で使える人は限られてしまうかな。でももし「出産したことある」という人がいたら、ぜひ考えてみて欲しい避妊法なんだ。

④そして、コンドーム



コンドームは先ず、後で話す性感染症予防法として位置付けられているよ。でも男性が主体で避妊できる予防法としてはこれしかないので、ここでは避妊法として話すね。

男性の性器のペニスにかぶせるキャップで、精液が膣内に入らないようにしてくれるものだよ。使い方は難しくはないけれど、正しい使い方を知らないと、せっかく使っていても、避妊効果がなくなってしまうので、要注意かなあ。

「正しい使い方」をすれば、コンドームの失敗率は3%と言われているんだ。それに比べて「使ってはいるけど、正しい使い方ではないとき」では、失敗率は14%と高くなるよ。だから、「セックスの途中でつける」とか、「終わってもそのままにいる」などしていると、せっかく使っていても、妊娠の可能性が約5倍にもなってしまいうんだ。

「緊急避妊法」について ←これはぜひ知っておいてほしいので・・・

このように、セックスをするときには必ず避妊が必要なことはわかったかなあ。

でもね、使ったけれど、コンドームが破けてしまったり、後で話すような「レイプ」をされてしまった時など・・・の、緊急事態になったときのこともみんなは知っておいた方がいいと思うんだ。

こんなときには、「緊急避妊薬」というものがある、産婦人科の病院に行って相談すれば、出してもらえるんだ。

この薬は、セックスをして72時間以内に緊急避妊薬を1回飲み、さらにその12時間後にもう1回飲む。これだけのことだけど、これで98%は避妊できるんだ。

だから、このような緊急事態の時には、とりあえず、一刻も早く産婦人科の病院に行って、相談することが大切なんだ。タイムリミットは72時間デス。

これは避妊ではない！という方法について

①「外出し」(膣外射精) ←避妊効果なし

セックスの最中に、射精寸前にペニスを膣から抜いて、膣の外に射精する方法のことだよ。

これははっきり言って避妊法ではないんだ。

なぜかって？射精の前にもう、ペニスからは「カウパー腺液」という液体（いわゆる先走り）が少量出ていて、この中に精子が入っているからなんだ。だから「外に射精した」と思っているけど、実際にはもう精子は子宮の中に・・・なんてことが起こるんだって。



②洗浄法 ←これも避妊効果なし

セックスの後で、膣内を洗えばいいんじゃないかなー、という単純な考えなんだけど、洗うだけでは、妊娠するよ！！なぜかという・・・

精子は射精された直後から、もう子宮口から中に入っているから、膣の中をいくら洗ってもムダなことなんだ。もうその頃には、精子たちは子宮の中を、卵子めざしてまっしぐら、なんだったって。

それから、コーラで洗えばいい、とか、レモンの汁が避妊効果あり、なんて言われることがあるけど、それもまるっきりのデタラメです。

●グループディスカッションをしてみよう●

☆お題2 ☆「あなたはどんな避妊法を選択する？」



避妊について学んで、あなたはどんなことを感じたかな？
あなたはどんな避妊法を選択する？
その理由をグループで話し合ってみよう

- ・ 避妊法についてどんなことを感じた？
- ・ 知らなかった避妊法はある？



「名前は聞いたことあるけど、実際は・・・」
「コンドームって失敗率高いんだ・・・」
「女性が使えるものが多いんだ・・・」
・・・あなたは、どう？



- ・ あなたはどんな避妊法を選択する？ その理由は？
- ・ どう？ グループメンバーはどんな選択をしていたのかな？



「避妊はピルが一番だと思うけど、やっぱり病院は・・・」
「コンドームは、避妊だけでなく、性感染症の予防にもなるよね」
「私はピルとコンドーム。100%確実な避妊法はないから2種類使う」

「コンドームを一緒に買いに行ったら、二人のコミュニケーションにもなるし・・・」



グループで話し合うことで、“なるほど” と思ったり、“そんな理由もあるんだ” なんて新しい発見があったんじゃないかな。



妊娠を望まないのであれば、自分のためにも、相手のためにも、自分にあった避妊法を選択し、きちんと実行することは、とても大切なことだね。そして相手と避妊についてしっかり話し合える関係を作っていくことも、重要なポイントだと思うんだけどみんなはどうかな？

第5章 性感染症 (STI)

【性感染症とは】



セックスに関することで、もうひとつ忘れてならないことが、性感染症 (STI) だね。「性感染症」という名前の通り、セックスによって移る病気のことなんだ。

STIとはsexually transmitted infectionの頭文字をとって、今まではSTD (sexually transmitted disease) といっていたけど、病気として発病する前の感染した状態も含めて、予防や治療をしようということでSTIということにしたんだって。

性感染症・・・何が問題なの？

自分では何も症状がなく、気づかないことが多いんだ。

そのため、知らないうちにセックスで相手にうつしてしまったり、うつってしまうんだ。

たしかに、一目見て、性器にブツブツや皮ムケがあれば、少なくともコンドームを使って予防しようかな？という気にはなるけれど、でも、全然わからないうちにどんどん広がってしまうのが問題なんだ。

そして、知らないうちに病気が進行していったって、やがて不妊症や子宮外妊娠、腹膜炎の原因を誘発したり、さらには子宮ガンや他の性感染症にかかりやすくなるなど、大きな問題になってしまうんだって。

たとえば、今、もっとも増えているクラミジアに感染したとすると、

子宮頸管炎が起こり、それによりHIVの感染率が3～5倍になる。

世界中の専門家の間では「クラミジアの後にエイズあり」

と言われているんだ。また、尖圭コンジローマでは

なんと11.4倍までHIV感染率が上がるんだって。

じゃあ、あなたはどんなSTIを知っているかな？

代表的なものは・・・

クラミジア、ヘルペス、淋病、

トリコモナス、尖圭コンジローマ、

梅毒、エイズなどなど・・・



【性感染症の種類】

1. クラミジア感染症

日本国内でもっとも広がっている性感染症。

特に10代、20代の女性に多い。

病原体：クラミジア・トラコマティスという特殊なばい菌

潜伏期：1～3週間。

症 状：これといった特徴がなく、発病に気づかないことも多い。

女性は、軽い下腹痛、おりもの、性交痛

男性は、軽い排尿痛、尿に膿がまざる

問 題：不妊症（男女とも）や子宮外妊娠の原因になる。

母子感染により、新生児に結膜炎や肺炎が起こる

治 療：抗生物質の内服。

2. 性器ヘルペス

女性に多い性感染症。口唇に多いⅠ型と、性器に多いⅡ型がある。

疲れていると再発しやすい。

病原体：ヘルペスウイルスⅠ型、Ⅱ型

潜伏期：2～10日

症 状：男女とも外性器の皮膚、粘膜に小さな水泡ができ、
それが破れて潰瘍になり、痛い。

発熱、排尿痛も。1～2週間でなおる。

問 題：完治は難しい。

母子感染すると、新生児が死亡することもある。

治 療：抗ウイルス薬の内服、外用。重症なら注射。

3. 淋 病

クラミジアとの混合感染が多い。一時減少していたが、細菌また増加傾向。

病原体：淋菌

潜伏期：2～7日

症 状：女性は、無症状のことが多いが、黄色いおりもの、尿に膿がまざる。

男性は、尿道炎となり、**激しい排尿痛**がおこる。

問 題：母子感染で、結膜炎や肺炎がおこる。

不妊症の原因にも。

治 療：抗生物質の内服、注射。

4. 尖圭コンジローム

とがったような「いぼ」がびっしりとできる。他の性感染症との混合感染が多い。

病原体：ヒト乳頭腫ウイルス

潜伏期：数週間～数ヶ月

症 状：男女とも、外性器（ペニス、陰囊、陰茎、陰唇、肛門周囲、尿道周囲）に淡紅色～薄茶色のいぼができる。

次第に増えてカリフラワー状になる。痛みはないが、時々痒みがある。

問 題：子宮頸癌の原因となることがある。

治 療：手術で切除。または液体窒素で凍結療法。治療後3ヶ月間は再発に注意。

5. HIV感染症、エイズ

もっとも重大な性感染症。命に関わることがある。「HIV感染症」と「エイズ」は、同じHIVが原因となるものだけど、まったく状態が違うので、しっかりと区別して理解しておくことが大切なんだ。

病原体：HIV（Human Immunodeficiency Virus、ヒト免疫不全ウイルス）。精液、膣分泌液、血液などに含まれており、性行為、輸血、麻薬の回しうちなどによって、人から人へ感染する。特に最近の感染者は、ほとんどが性行為による感染であり、しかも異性間の性行為による感染が多くなっている。

「HIV感染症」と「エイズ」の違い

病原体のウイルスであるHIVが体内に入った状態を「HIV感染症」という。その状態では、まったく自覚症状がないままに、血液の中の免疫細胞（ばい菌の感染などに抵抗して、戦ってくれる細胞）が静かにダメージを受けていき、体の「免疫力」（抵抗力）が低下していく。やがて免疫力がほとんど効かない状態（免疫不全）になると、それまでは免疫力によって防ぐことができていたような、様々な病気（感染症や悪性腫瘍）が起こってくる。このように、免疫不全になった状態のことを「エイズ（AIDS、Acquired Immunodeficiency Syndrome、後天性免疫不全症候群）」という。

だから、エイズになってしまうと、命に関わる問題なんだけど、HIV感染症の状態では、まったく普通に日常生活が送れるんだ。そしてセックス以外の日常生活では、HIVに感染する可能性はほとんどないので、感染症の患者さんを必要以上に避ける必要はないんだ。

世界のHIV感染者は4200万人とされている。

潜伏期：数年～10数年

- 症 状：感染初期（2～4週後）に風邪症状が起こるが、すぐに消失する。
潜伏期間は無症状だが、体内の免疫システムが破壊されてくると、下痢や発熱、体重減少、全身のリンパ節の腫れが起こる。
その後、様々な感染症やガンが発症してくる。
- 問 題：最終的には死にいたる病気であるが、潜伏期間にはほとんど症状がなく、自分でも気づかないうちに他人に移してしまう。
- 治 療：抗HIV薬を内服することにより、エイズの発症を押さえることが可能になった。
しかし治療は困難。
- 感染経路：セックス、輸血、麻薬の回し打ち、針刺し事故、母子感染。
ただし、現在の日本では、99%以上がセックスによる感染となっている。
男女間のセックスおよび男性同性愛で感染するリスクが高い。
そして何より、「コンドームで予防できる」ことを忘れてはいけない。
これ以外の経路では、まずHIV感染の心配なし。日常生活では感染しないし、患者の血液に触れないようにするのは、他の病気（肝炎など）と同じこと。また「キス」では感染しない。バケツ3杯分の唾液を飲むと感染するが・・・ありえないよね。
- 予 防：性感染症の予防の項目で言ったとおり。
①ノー・セックス ②ステディ・セックス ③セーファー・セックス この3つ。
特に、セックスするときには必ずコンドームを使うことが大切デス。

6. その他

6-1. 梅 毒

- セックスだけでなく、キスやベッティング、さらに皮膚の小さな傷からもうつる、全身の慢性感染症
- 病原体：梅毒トレポネーマ
- 潜伏期：約3ヶ月
- 症 状：第1期から第4期まである。
始めはペニスや膣の入り口に、大豆くらいのグリグリができる。
やがて全身の皮疹ができ、全身症状、内臓症状が起こる。
- 問 題：全身の病気であり、第4期には脳や心臓まで冒されるが、現在ではまれ。
また、妊娠中に感染している場合には、先天梅毒や流産が起こることがある。

治 療：抗生物質の内服

6-2. トリコモナス症

女性に多く、原虫のためセックスのほかにも風呂場のいすやタオル、
便器などからも感染する。男性はほとんど無症状。

病原体：トリコモナス原虫

潜伏期：1～2週間

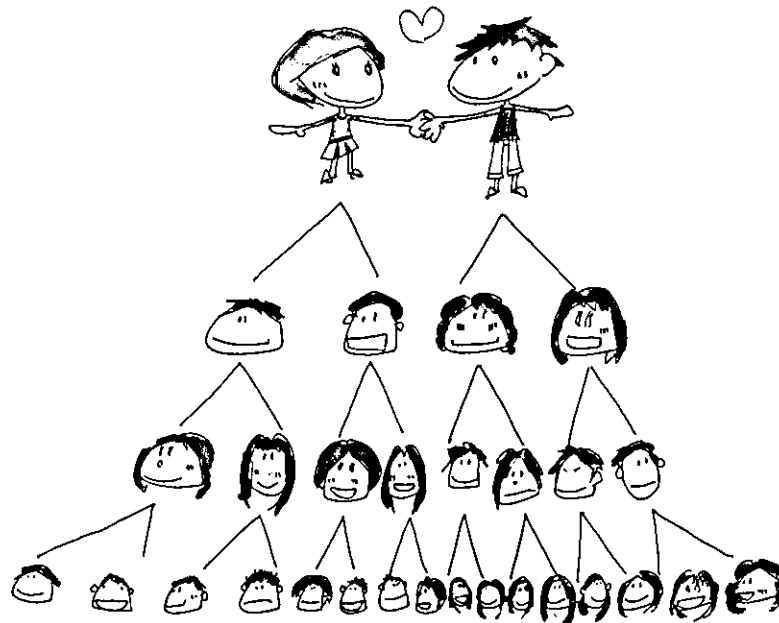
症 状：女性に膣炎を起こし、臭くて黄色いおりものがふえる。
痒みも起こる。

問 題：実際にはセックスによる感染がほとんどだが、上記でも感染する。

治 療：抗原虫薬の内服

【性のネットワーク】

この中にひとりでも性感染症がいれば・・・



自分自身も性感染症にかかっている可能性が・・・。

【性感染症の予防】

それじゃあ、性感染症を防ぐには、どうしたらいいのだろう・・・？

① まずは「ノー・セックス」。



つまり、セックスをしないこと。みんなの中には、恋愛をしたらもう何ヶ月でセックスをするのが当たり前、と思ったりする人もいるんじゃないかな？

自分と相手の好きだという気持ちを大切にしながら、セックスをしないお付き合いのことなんだ。

② 次に「ステディ・セックス」。



自分にとって、本当に大切な人（ステディ）とだけ、セックスをすることをいうんだ。愛してる特定の人とのセックスのことを言うんだ。

③そして、「セーファー・セックス」

セックスするのであれば、ペニスと膣がくっつかないようにコンドームを使うこと。残念ながらセクシュアルネットワークでも紹介したように、ステディ・セックスだけでは性感染症は防げないんだ。

今までに付き合ってきた相手のうちの一人か性感染症にかかっていて、コンドーム無しのセックスをすれば、もうあなたもかかっている可能性があるかもしれないということを、しっかり心の中に留めておいてほしいんだ。

だから、たとえステディな関係であっても、
そして避妊はピルで完璧であっても、
それでもコンドームを使う必要をしっかりと知って欲しいんだ！！