

思春期の皆さんへのメッセージ

大切にしたい生と性 — 自分らしく生きるために

助産師
より

生活リズムを崩さない

見つけよう
自分の
いいところ

心と体の
バランスのとれた
大人になろう!

違って
あたり前

姿かたちは
個性です



月経は健康の
バロメーター

知ってる
つもり

愛している
つもり

「つもり」は
大きなまちがい

相手を
思いやる
気持ちを
持とう

家族や友達、
先生と
話をしよう!

避妊
している
つもり

知識

性を正しく理解し
慎重に
行動しよう!

情報の
取捨選択

行動・
スキル

○×クイズ

- Q.1 初経(初潮)後しばらくの間は妊娠しない
- Q.2 避妊は相手にまかせておけば大丈夫である
- Q.3 月経が不順だと妊娠しない
- Q.4 月経は何ヶ月も来なくても放っておいてよい
- Q.5 性感染症にかかっているも症状に気がつかないことがある
- Q.6 日本ではHIV感染している人(エイズ)が増えている
- Q.7 メールで気持ちは十分に伝わる
- Q.8 ネットの情報は簡単に手に入り、安心確実である
- Q.9 朝ごはんを食べなくても体の機能は保たれる
- Q.10 マスターベーションは身体に悪い

あなたの
正解率は?

正解は裏面