

恋愛したら、ドキドキワクワクするけど、

一方では、性のことでも不安や心配もあるかも。

ハッピーな恋愛には、自分の、そして相手のこころとからだを

きちんと知って、お互いを思いやる気持ちが大事。

そのために大切なことは、いやなことは「いや」と言える

対等な関係です。

ちゃんと
ちゃんと、

考え方。

知ってる？

セクシャル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

(性と生殖に関する健康と権利)

性や子どもを産むことに関わる全てにおいて、身体的にも精神的にも社会的にも良好な状態であることを

セクシャル(性)・リプロダクティブ(生殖)・ヘルス(健康)といいます。

自分の意思が尊重され、自分の身体に関する事を自分自身で決められる権利を

セクシャル(性)・リプロダクティブ(生殖)・ライツ(権利)といいます。

宮崎県

思春期には、性腺刺激ホルモンの働きにより生殖機能が発達し、妊娠が可能な身体になります。

恋愛の近いところにある妊娠。自分らしいライフプランのために必要なことを考えてみよう。

将来やりたい仕事は？

部活動は？

進学は？

こんなときは妊娠しているかも…

妊娠すると月経が止まります。妊娠した場合には、次の月経予定日の前後から妊娠検査薬で反応が陽性になります。

妊娠検査薬は、ドラッグストアなどで買うことができます。妊娠検査薬で陽性が出たら、妊娠している可能性が高いので、すぐに産婦人科を受診しましょう。陰性でも1週間後に再検査しましょう。

妊娠について正確な判断ができるのは産婦人科の医師だけです。妊娠かも？って思ったら…信頼できる先生や身近な大人に相談しましょう。

もし、思いがけず妊娠をした場合は

育てられるかな…。信頼できる大人と一緒に現実的に考えて決めていくことが大切です。



お互い
どんなふうに
思っているの？



並んで歩く
おしゃべりをする
手をつなぐ
ハグする
チャットや
テレビ電話をする…

好きな人したいことは
いろいろあるけど、
いつか妊娠もするのかなあ…



イエス・ノーどっち?
～性的同意って知ってる?～
AMAZE.org
(日本語訳:NPO法人ビルコン)

思っていることを
話し合えるって大事。

「どんなことが不安？」

「いやなときは『いや』って言える？」

「避妊の方法は？」

「避妊に失敗したら？」

妊娠する可能性もあるし、性感染症のリスクもある。お互いどんなふうに思っているのか、話してみよう。



より効果的な避妊方法は？

残念ながら、100%確実で、100%安全な避妊法はありません。妊娠すると困るときは、性的接觸をしないか、きちんと避妊しましょう。

避妊は相手まかせに
しないこと。



【情報が必要なときは】
#つながるBOOK

【妊娠するとどうなる？】
性を学ぶセクソロジー



【受診は】
みやざき医療ナビ



あくまでも
緊急的な手段だけど
“もしも”的に。

避妊に失敗しちゃった！

避妊に失敗したときには、72時間以内に緊急避妊薬(アフターピル)を服用すれば妊娠を回避できる可能性があります。



緊急避妊に係る
取組について
厚生労働省

宮崎県の思いがけない
妊娠などの相談窓口



全国のにんしんSOS
相談窓口

