

保健室便り



令和7年12月号
大島商船高等専門学校保健室

朝夕の寒さが増してきました。大島大橋の上の風も強い日が多く、登下校も厳しい季節となりました。

学内では、インフルエンザをはじめとして、風邪症状で来室する学生が増えています。体調を整えて、楽しい冬休みを迎えてほしいと思います。

また今月、Pilcon(ピルコン)から講師をお招きし、全学生に性教育講演を実施しました。今月の保健室便りでは、どのような内容を性教育で学んだか、項目を挙げています。それぞれの項目で、『どんな内容だったかな?』や『もう一度確認したいな』と思うことがあれば、ピルコンから配布された「信頼できる性の情報&相談サイト」のカードをもとに、各自で調べてみてください:

1. 性ってなに?性のあり方について

- 1) 性のあり方を表す4つの要素
- 2) 性のあり方を考える言葉
- 3) 恋や愛について

項目ごとに詳しくお話しをしてもらいました。

1年生は初めての性教育講演で、中学生のころとは内容が異

なるという印象を持ったかもしれません。

2年生・3年生は昨年の性教育の復習的な内容でした。

4年生・5年生はさらに性行動に踏み込んだ内容でした。

講演を聞いて、疑問なことや相談したいことがあれば、保健室にも来てくださいね。

2. 思春期の体とこころについて

- 1) 体と心の変化
- 2) 性器や性機能
- 3) 生理不順や生理痛への対処
- 4) 低用量ピルの効果



3. コミュニケーション・人間関係について

- 1) 性行為をすると起こりうることについて(妊娠、性感染症、HPVワクチン)
- 2) 性的同意について
- 3) 恋人同士で起こる暴力「デートDV」
- 4) SNSにおける出会いのリスクやトラブル
- 5) お互いを大切にしあう人間関係
- 6) 正しい性情報

かなり盛りだくさんの内容を詰め込んだ講演でしたが、多くの学

生がそれぞれの価値観で受け止めてくれている印象でした。

毎年、大きな内容の変更はありませんが、印象に残ることはその時々の自分の状況によって異なり、人それぞれだと思います。

それぞれのペースで、自身の体と心について、他者とのかかわり方や自他尊重について学んでいってほしいと思います。

今回の性教育の参考 URL

<https://pilcon.org/>

Pilcon(ピルコン) HP



今年も一年、大変お世話になりました。

令和8年もよろしくお願ひします。

