

男鹿に学んで
世界に羽ばたく
2022年10月
男鹿海洋高校
保健室

みなさんが読んだら、お家の人に渡してください。

日が暮れるのが早くなり、朝晩はだいぶ涼しくなってきました。木々も色づきはじめる秋の訪れを感じます。学校祭・男鹿の逸品コレクションでは、それぞれの役割を果たしながら、頑張っているみなさんの姿が印象的でした。たくさんの地域の方々にも楽しんでいただけたようです。お疲れ様でした。季節の変わり目は体調を崩しやすいですので、暖かくして、体調管理に気をつけて過ごしましょう。

知っておきたい性感染症（STI）の知識

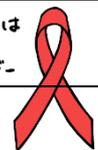
性感染症は、性的接触によって誰もが感染する可能性があります。性感染症は感染しても無症状であることが多く、治療に結びつかないだけでなく、自分の知らない間に他の人に感染させてしまうことがあります。

- ・症状がなくても感染している場合もある。
- ・1回でもリスクがあれば感染する。
- ・1度治っても、何度でもうつるものもある。
- ・母子感染や不妊の原因になるものもある。
- ・治療しないでいると重い症状になってしまうものもある。

主な性感染症とその症状

梅毒	しこり、ただれ、皮膚症状：手のひら、足の裏、全身に発疹など。
性器クラミジア感染症	男性：尿道から膿がでる、排尿時の痛み。 女性：症状はほとんどない、不妊の原因になることも。
淋菌感染症	男性：排尿時の痛み、膿尿。 女性：症状はほとんどない、不妊の原因になることも。 男女とも症状がない場合も。 口の場合：喉の違和感。
性器ヘルペス	不快感、かゆみ、痛み、水疱、びらん。
尖圭コンジローマ	性器や肛門にカリフラワー状のいぼ・できもの。 通常痛みやかゆみなし。
性器カンジダ	男性：無症状が多い、かゆみ、水疱。 女性：外陰部のかゆみ・発疹、おりもの増加（白、ヨーグルト状、かたまり）、性交痛。
AIDS（エイズ）	HIV ウィルスに感染しても発症するまでほとんど症状がない。 発症後は、免疫機能低下により様々な病気になる。

12月1日は
世界
エイズデー



国内で近年急増しているのが梅毒

2010年以降梅毒の報告数は増加を続けており、女性は20歳代、男性は20歳代～40歳代の報告が多くなっています。1回の性行為で感染する確率は20%以上とも言われています。梅毒病変からHIVが侵入しやすいためHIV感染率が高くなります。秋田県でも急増しています。

予防するにはどうしたらいいの？

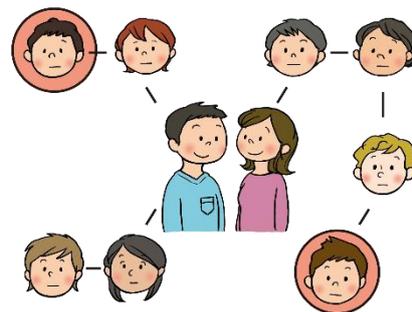
①性行為をしない ②コンドームをはじめから正しく使用する ③正しい知識を身につける
不安な場合はパートナーを誘って検査に行く。治療後も予防をしなければ、再感染の可能性があります。

何科を受診したらいい？

男性は「泌尿器科」、女性は「産婦人科・婦人科」を。他には、性病科、感染症科、のどの症状の場合は耳鼻咽喉科、皮膚の症状の場合は皮膚科など。全国の保健所でも、無料で相談ができます。

自分は大丈夫は間違い

「特定の人としか性行為をしていないから」「自分の相手は大丈夫」と考えがちですが、自分や相手が過去に付き合っていた人の中に感染した人がいれば、気づかずに感染している可能性があります。性感染症が心配な時は、相手にも検査・治療を受けてもらうことが大切です。



性感染症は、パートナーと一緒に早期診断・早期治療が大切です

「性的同意」について考えてみよう

人は誰もが自分と他人を区別する「境界」を持ち、その内側は自分の心と体を守ることができるパーソナルスペースとして尊重されます。

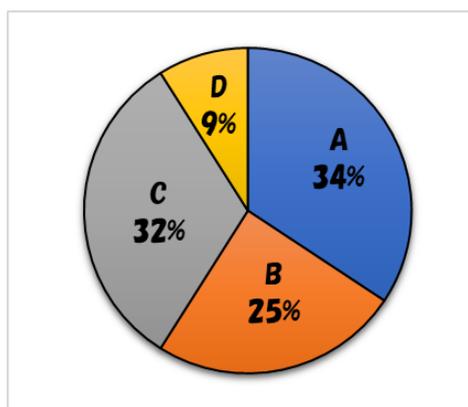
境界のあり方は人それぞれで、目に見えないため、境界を踏み越えるかもしれない性的な行為をする際は、対話を通じた互いの同意が必要であり、これを「性的同意」といいます。本人の望まない性的な行為は、すべて性暴力です。

はっきりと言葉に出して同意する/しないを伝えることは、自分自身と、相手を尊重するためにとても大切な権利です。

「自分と相手は違っており、誰もがかけがえのない存在である」そして「誰もが自分の体のどこに、誰が、どのように触れるかを定めることができ、これは権利である」という理解が必要です。自分も相手も大切にするために、お互いの気持ちや考えが尊重される関係であることが大切です。

参考：厚生労働省 HP、高校保健ニュース

今年度の視力検査の結果から



裸眼視力・矯正視力を合わせた全体で見ると、視力がAの人は34%、Bの人は25%、Cの人は32%、Dの人は9%でした。（低い方の視力で数えています）。

視力検査の結果CとDだった人で、まだ受診していない人は早めに受診をしましょう。受診したら受診報告を保健室へ提出してください。また、急に視力が下がった、日常生活で見え方が気になる、眼鏡やコンタクトレンズの度数が合っていないなど気になることがある人も、眼科を受診して相談しましょう。

学校医 高木道雄先生より(たかぎ眼科クリニック)

コンタクトレンズは目にとって異物ですので、目に負担がかかります。装着時間は1日最長でも12時間までにしましょう。土日はコンタクトレンズを入れず、目を休ませるようにしてください。定期検査もきちんと受けましょう。

コンタクトレンズは正しく使いましょう。

