



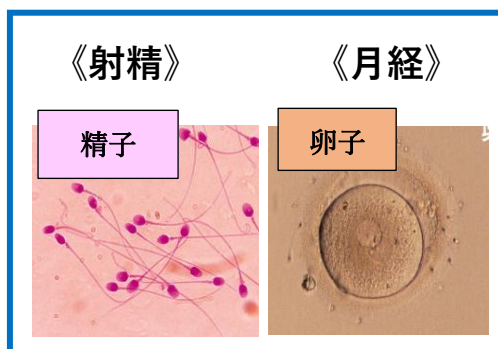
令和 7 年 11 月 12 日
双海中学校保健室
1 年生思春期教室号No.2

思春期になると、心身の変化に戸惑いや驚き、不安や悩みをもつようになります。1 年生では、この時期の自分や異性の体の変化を理解し、性的成熟に向かうことを好意的に受け止められるよう、正しい知識を学びました。また、えひめ性暴力被害者支援センターから講師の先生をお迎えして、大切な心と体を守るために必要な行動や性暴力について学びました。



思春期に起こる体の変化

～ 新しい命を作り出すための大切な準備 ～



《 体が変化すると・・・ 》

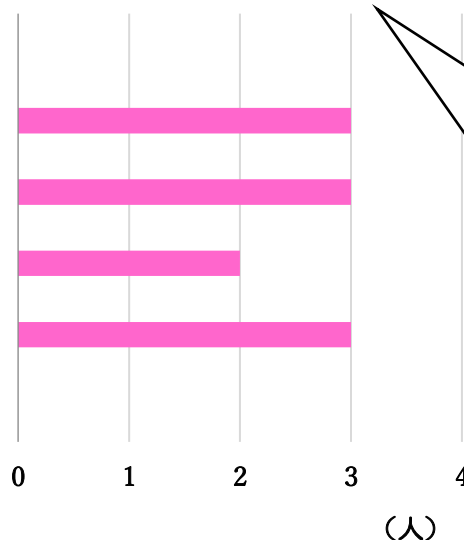
- * 新しい命を作り出す力が備わる。
- * 性欲や異性に関する興味・関心が出てくる。

思春期に起こる心の変化

～ 今は自分探しの時期 イライラすることもある ～

中学校になってからの心の変化

特定の人を意識するようになった
ヘアスタイルや服装、外見を気にするようになった
悩みや不安が多くなった
イライラすることが多くなった
親に反抗するようになった



心の変化があるのは、みんな一緒です。みんなも同じように悩んでいます。

大切な心と体を守る～自分も相手も大切にする関係づくり～

わたしの大切な心と体

境界線…私を守る透明バリア

その時に大丈夫と思えることでできている
みんなが持っているバリア

私の心と体は私のもの
私のことは私が決める

ほかの人の心と体も
その人の大切な心と体



性暴力とは

あなたが望まない性的な行為のこと

相手が恋人や家族、顔見知りだったとしても
望まない性的な行為は 性暴力

- ・ 体を触る性暴力
 - ・ 体を触らない性暴力
- ふざけてた、いたずらも性暴力



悪いのは加害者
どんな理由があっても暴力は許されない

- もし不安なことがあったら・・・。
- もし性被害者にあってしまったら。

↓
ひとりで抱え込まずに、
信頼できる人やあなたを助
けてくれるところに相談し
てみよう！

周りの人に話せないとき、
あなたを助けてくれるところ

相談窓口

匿名でも相談できます



ひめここ
えひめ性暴力支援センター **#8891**

愛媛県警察本部警察総合相談
#9110
性犯罪被害相談電話
#8103



チャット相談
毎日17時から21時

思春期教室を振り返って

- 性暴力について知らなかったけれど、分かりやすく教えてもらったので、理解しやすかったです。自分自身を大切にしようと思いました。もし、相談したくなったら、相談窓口相談しようと思いました。
- 一人一人、透明なバリアがあって、それを破ることは許されないんだなと思いました。「嫌なことは嫌と言う」ことが心に残りました。
- 友達の様子がおかしかったり、何か相談されたりしたときは、友達の意見を聞いて、学校の先生などに相談したいです。
- 今日の思春期教室で学んだことを忘れずに、友達と関わる时候にも気を付けていきたいと思いました。そして、人と人との距離感を考えて過ごしていきたいです。
- 自分のことは自分しか分からないから、「嫌なことは嫌！」と言うことが大切なんだと思いました。
- 性暴力は、恋人でも、ふざけていたとしても、いけないことなんだと改めて思いました。また、自分の意見を尊重してもいいんだなと思いました。