

じょさんし おし
助産師が教える！

プライベートゾーン ってなに？

プライベートゾーンってなに？

ともだちがよくおちんち
んを見せてきて…。



びっくりするよね。
プライベートゾーン

いっしょ
について一緒に

べんきょう
勉強しましょう！

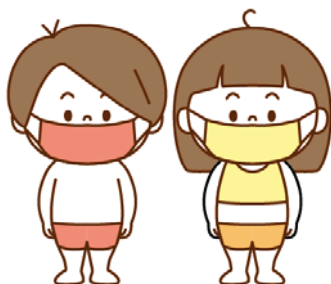


プライベートゾーンとは…？



プライベートゾーンとは

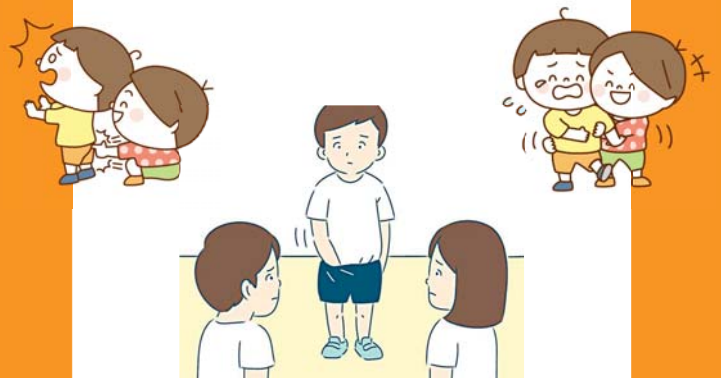
みずぎ かく ぶぶん くち
水着で隠れる部分と口の
ことを言います。



プライベートゾーンは大切な場所



むやみに人に見せたり、
ひとまえ さわ
人前で触ったり、触らせたり
してはいけません。



自分の気持ちを大切に！

まえ ともだち
みんなの前で友達がズボン
をずらしてきて…。

わら いや
みんなに笑われて嫌
だったな…。



いやなときは『いや』と
ことわ 断ろう！断っていいの
じぶん きも
です。自分の気持ちを
たいせつに！



ひとり こま
一人でなやまず、困った
しんらい
ときは信頼できるおとな
そうだん
に相談しましょう！



たとえば・・・



おとうさん・
おかあさん

ほけんしつ
せんせい
の先生・
がっこう
学校の先生



まとめ

じぶん たいせつ
自分を大切に！
プライベートゾーンを
大切に！



(作成)
チーム Mr.SKY
岡山大学大学院保健学研究科
「妊娠中からの母子保健」
即戦力育成プログラム事務局
URL: <http://www.Okayama-u.ac.jp/user/josan>
Tel&Fax 086-235-6538
E-mail: josan@cc.Okayama-u.ac.jp

参照：1時間で一生分の「生きる力」③ 安全、同意、多様性、年齢別で伝えやすい！ユネスコから学ぶ包括的性教育 親子で考えられるから楽しい！世界で学ばれている性教育，2022，株式会社 講談社

助産師が教える！

マスターベーションってなに？



マスターベーションってなに？

マスターベーションって聞いたことはあるけど、詳しくは知らないなあ。一体なに？



思春期が始まって脳からホルモンが分泌されると、その刺激を受けて精巣が男性ホルモンを作り出すの。



そのホルモンによって自分や人間の体に興味・関心が強くなるんだよ。

家庭でできる性教育サイト：専門家Q&A幼児の自慰行為原因と知っておきたい親の対応は？
https://meiiku.com/howtonavi/preschool_jii/

マスターベーションってなに？

その気持ちに対して、自分の性器に触れて、心地よい感覚になることをいうの。



おとこのこだけでなくおんなのこも自然にするものなのよ。



マスターベーションの正しい方法

なるほど！
ホルモンがはたらいているんだね。
じゃあ、マスターベーションってどうやるのがいいの？



マスターベーションはとってもプライベートなこと。
だからしていい場所や時間があるんだよ。



他にも、正しい方法はたくさんあるの。
これからしっていくうね！

家庭でできる性教育サイト：専門家Q&A幼児の自慰行為原因と知っておきたい親の対応は？
https://meiiku.com/howtonavi/preschool_jii/

マスターベーションのおきて

✓ひとりになれる空間を確保すべし。



ひとり ばしょ じかん えら
一人の場所と時間を選ぼうね。

✓勃起した陰茎をかるく握り、
亀頭部を刺激するようにするべし。

✓汚い手で言うべからず。



デリケートだから、
手は必ずあらって
きれいにしなね。

✓必ず勃起した状態で射精すべし。

✓少し我慢してから射精すべし。



性知識ミズス：オトナも知ろう！性教育資料が学べる「射精道」とは
https://mizus.jp/seicho/27/article_id/88-017-21-01-001

これはダメ！ マスターベーションの間違った方法



それから、
こんな方法でするのはダメよ！

足ピン



床おな



強グリップ



足をびんとさせた状態で行う ペニスを布団や壁に擦りつける
強くペニスを握りすぎる

高速ピストン



早く動かしすぎる

シャワーオナ



水流をかける

電マ



振動を加える

男児の性教育 思春期に身に着けたい「正しいマスターベーションの作法
とは 専門医が詳しく解説
<https://cocoreco.kodansha.co.jp/cocoreco/general/health/seikyoiku/e02zg>

気持ちよくなれるなら良さそうなのに…。
なんでダメなの？



この方法は、将来あなたが、大切な人との間
に子どもを持ちたいと思った時、困ってしま
うかもしれないからだよ！

ん？どういうことなのかい
まいち分からないよ…。

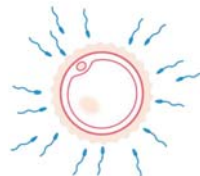


大丈夫！
もっと詳しく教えるね。



このような方法で続けると、
射精障害になる可能性
があるからなの。

間違った方法を続けると・・・



- 完全に勃起すると気持ちよくない
- 間違った方法でないと
膣内で射精できない
など生じる可能性が。

今は問題なくても、
未来のあなたが困ることにつながるんだよ。

でもね、現在間違ったマスター
ベーションで射精障害になって
いる人は、6割もいるの。



誰もが経験する自然なこと！

ええ！そんなにいるの！

将来のために
正しい方法でしないとダメなんだね。



でもね、友達が、何回もしたら頭が悪く
なるって言ってたんだ。

正しい方法でも頭が悪くなるんだったら
我慢しようかな…。



おっと！！

それは間違いだよ！！

マスターベーションのしすぎで頭が悪くなることも、
病気になることも、死ぬこともないよ。

もちろん、勉強や運動の部活の妨げになることもない。

正しい方法ですれば、悪いことは何一つないの。

性知識イミダス：オトナも知ろう！思春期男子が学ぶべき「射精道」とは
https://imidas.jp/seichishiki/2/?article_id=l-88-017-21-01-g241

正しい方法で、何度でも



自分の身体、大切なこと。

決して恥ずかしいことじゃないんだよ。

自分を守るために、

そして将来の大切なパートナーを守るために、

今から正しい知識を持っておこうね。

(作成)

チーム Mr.SKY

岡山大学大学院保健学研究科

「妊娠中からの母子保健」即戦力育成プログラム

URL: <http://www.Okayama-u.ac.jp/user/josan/>

Phone&Fax: 086-235-6538

E-mail: josan@cc.okayama-u.ac.jp

じょさんし おし
助産師が教える！

せいつう む せい
精通・夢精ってなに？



精通ってなに??

き
精通ってことばを聞いたんだけど、
どういうことなのかな？



はじ しゃせい
精通は男の子が初めて、射精をする
ことだよ。くわしく見てみよう。

射精って何だろう…

〇〇



射精ってなに??



せいそう せいし
射精は、精巣で作られた精子が
外にでることだよ。
マスターベーションなどペニスに
ちからをくわえると起こるよ。

尿道



精巣



マスターベーションについては、
とうこう
次の投稿をみてね。

けいけん
はやく精通を経験したい！！

はやく精通を経験したいな。



精通は、早くて10才、おそくて18才
にあると言われているよ。人によっ
て差があるよ。

そっか！！ さ
**人によって差があっいいん
だね！**



夢精ってなに??

夢精は射精とは違うの?



夢精は、ペニスにちからがくわわ
なくても、性的な夢を見ること
こうふん
で興奮して射精することだよ。

ね
寝ているときにおこるんだ。



こんなときには...

したぎ よご
下着が汚れたらどうしたらいいの?



せいえき
精液がついてぬれてしまった
パンツは、自分で洗って
せんたく い
洗濯かごに入れておこう。



まとめ

- はじ せいそう つく せいし
・精通は初めて精巣で作られた精子が外に
でること
- さい おそ
・精通は、はやくて10才、遅くて18才に
おこる
- ・夢精は、ちからがくわわらなくても、
せいてき ゆめ み こうふん しゃせい
性的な夢を見ることで興奮して射精する
こと

(作成)

チーム Mr.SKY

岡山大学大学院保健学研究科

「妊娠中からの母子保健」即戦力育成プログラム事務局

URL:<http://www.Okayama-u.ac.jp/user/josan>

Tell&Fax 086-235-6538

E-mail :josan@cc.Okayama-u.ac.jp

助産師が教える！

ほうけい

包茎ってなに？



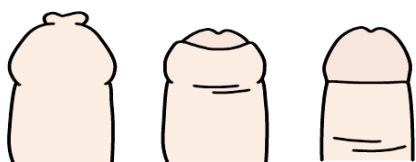
包茎ってなに？

お友だちに包茎って言われた！
どんなもの？



とっても身近なことだよ！
くわしく見てみよう！

包茎のしゅるい



ペニスの先を皮ふが
おおっている状態のことだよ



ほう
放っておいていいの？

かわ
皮がめくれるかどうか

いた
はれ・痛みがあるかどうか
だいじ
が大事だよ！

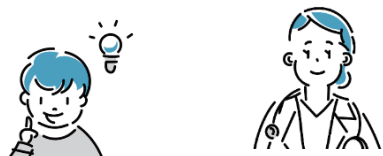
包茎でもそうでなくても
こせい
個性なんだよ！



痛いこともあるんだ！
みんなちがうんだね！

そんなときは相談しよう！ そうだん

- ☐ はれている
- ☐ 痛い
- ☐ 赤くなっている
- ☐ おしっこが出にくい
- ☐ 変^{へん}なおいがする
- ☐ 皮をむいたらもどらない



気になることがあったら
おうちの人に相談しよう！

ドクターズ・ファイル <https://doctorsfile.jp/medication/290/>

きれいにしよう！

お風呂に入ったら

しっかり石けんで洗おう！

皮が重^{かさ}なっているところを

やさしく洗うといいよ！



白いよごれがたまっているときは
とってね！

痛いときは、無理^{むり}しなくていいよ！



まとめ

包茎でもそうでなくても個性だよ！
いつもとちがったらかぞくにひとに
相談してね！



(作成)

チーム Mr.SKY

岡山大学大学院保健学研究科

「妊娠中からの母子保健」

即戦力育成プログラム事務局

URL : <https://www.okayama-u.ac.jp/user/josan/>

Tel&Fax:086-235-6538

E-mail:josan@cc.Okayama-u.ac.jp