

一人の大人として、パートナーと性について考えてみませんか？

パートナーと性について理解しよう

男性と女性ではホルモンの違いなどから、医学的にも性に対する感覚や考え方に違いがあります。それに伴って性に関する行動にも、個人個人で違いが生じることから、性行動に関するトラブルやそれに伴う性感染症等の病気、望まぬ妊娠などの問題は、誰にでも起こりうる身近な問題といえます。お互いの気持ちを受け止め尊重することも大事ですが、自分の気持ちを我慢して、相手の気持ちを受け止め過ぎず、お互いの気持ちを伝え合うことができる関係性があるかどうか大事です。性について正しく学び、より良い関係としてお互いの理解を深めていけるようにしていきましょう。

自分は大丈夫とは思わないで！ 性感染症は増加しています。

性行為によって感染する感染症のことを性感染症といいますが、これは誰にでも起こりうる身近な病気、治療が困難になるものもあります。予防が一番大切ですが、万が一感染の可能性がある場合は、悪化させないためにも早めに医療機関（泌尿器科・婦人科）を受診してください。パートナーと一緒に検査を受け、治療することが必要になります。



性感染症は予防できます。

性感染症予防には、「コンドームの使用」が効果的です。「性感染症の予防はコンドームで、避妊はピルで」といった二重予防法も重要です。

主な性感染症

病名	原因	症状・治療法・その他
クラミジア感染症	クラミジア トラコマティス	自覚症状に乏しく、気づかないまま相手に感染させてしまう可能性があります。男性の場合、尿道炎、前立腺炎、副睾丸炎などがみられます。女性の場合、下腹部痛や血性のおりものがみられることもありますが、進行すると子宮内膜炎、卵管炎、腹膜炎などを起こし、将来不妊になることが多くあります。治療は、抗生物質の内服です。女性では最も多い性感染症であり、特に10代で多くみられます。
梅毒	梅毒トレポネーマ	近年急激に増加しています。感染後3～6週間程度の潜伏期間を経て、局所のかゆみ、腫れ、発疹などがみられ、時間を経過しながら全身に様々な症状が現れ、徐々に重症化します。症状が軽快する期間があるため治療の遅れにつながるがありますが、早期の治療で完治が可能です。治療はペニシリン系の抗生物質の内服です。
エイズ	ヒト免疫不全ウイルス（感染経路） ・性行為による感染 ・血液による感染 ・母子感染	感染してもすぐには発症せず、無症状です（だいたい10年程度）。そのため気づかないまま相手に感染させてしまう可能性があります。思い当たる日（性行為・血液感染）から3ヶ月経過していないと正確な判定はできません。現在、完全に治す薬はありません。しかし、感染後エイズの発症を抑えることは可能となりましたし、発症後の治療も進歩しています。

※性感染症はこれだけではありません。淋病、性器ヘルペス、トリコモナス感染症、尖圭コンジローマ、B型肝炎などがあります。

各保健所（保健福祉事務所）では、エイズ（HIV）や性感染症の相談や検査が無料・匿名で受けられます。



「群馬県」「性感染症に関する無料相談」で検索

子宮頸がんはすべての女性に起こりうる病気です。

子宮頸がんは、子宮の入り口付近にできるがんで、主に発がん性HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染で起こる病気です。最近では、特に20～30代の女性に急増しており、20～30代の女性に発症するがんの中で第1位となっています。しかし発がん性HPVは、性交渉経験のある女性の80%が一生涯のうち一度は感染するといわれるほど、ありふれたウイルスです。もし子宮頸がんになっても、初期は自覚症状がないため、検診でのみ見つかります。早期に発見し治療を受ければ、子宮を失うことなく完治しうる病気です。

定期的な子宮頸がん検診とHPVワクチン接種で予防できます！

子宮頸がん検診

検診はがんの早期発見はもちろん可能ですが、がんになる前の状態も指摘できます。各市町村でも20歳以上の女性に対して、子宮頸がん検診を実施しています。

詳細は、各自治体や医療機関にお問い合わせください。定期的に受けましょう。

参考ホームページ

厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou28/index.html>
ヒトパピローマウイルス感染症（HPVワクチン）

群馬県 <https://www.pref.gunma.jp/>
ヒトパピローマウイルス感染症（HPV）
ワクチンについて

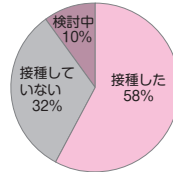


HPVワクチン接種

HPV ワクチンは HPV の感染を予防するワクチンです。半年間で3回接種します。費用は約5万円かかります。性交渉経験がないうちにワクチン接種するとより効果的です。ワクチン接種にあたっては、その有効性と接種による副反応が起こるリスクを理解した上で受けるようにしてください。ワクチンは子宮頸がんの多くを予防できます。接種前に発症している子宮頸がんや前がん病変の進行を遅らせたり、治すことはできません。

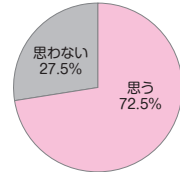
群馬県内の大学生に聞きました！ 2025年4月

HPVワクチンを接種しましたか？



2,232名 回答

HPVワクチンを接種したいと思いますか？



2,208名 回答

子宮頸がんQ&A

ワクチンを接種すれば、子宮頸がん検診を受けなくても大丈夫？

ワクチンは、すべての発がん性HPVの感染を防ぐものではありません。子宮頸がんを早期発見するためには、ワクチン接種後も定期的に子宮頸がん検診を受けることが大切です。

性交渉の経験があるので、すでに発がん性HPVに感染しているかもしれません。ワクチン接種しても効果は期待できませんか？

現在発がん性HPVに感染しているといっても、今後自然に排除される可能性があります。この場合、ワクチン接種をして次の感染を防ぐことが子宮頸がんの予防になります。

避妊について…100%確実に安全な避妊はありません！

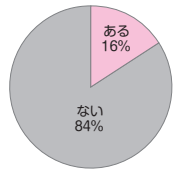
男性だけに任せるのではなく、女性自身でも実施できる方法も選択しましょう。

「望まない妊娠」をしてしまったとき、特に女性にとって精神的にも、肉体的にもその他もろもろ重大な問題が起きえます。1回の性行為で妊娠する可能性のあることを忘れていてください。正しい知識を身につけ、2人で相談し、納得できるよう話し合しましょう。



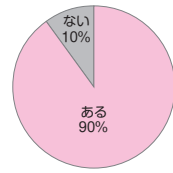
群馬県内の大学生に聞きました！ 2025年4月

これまでに性行為をしたことがありますか？



3,112名 回答

避妊についてパートナーと話し合ったことがありますか？



500名 回答

避妊方法

	ピル(経口避妊薬)	コンドーム(男性用)	基礎体温法
長所・短所	<ul style="list-style-type: none"> ・女性自身で実施できます。 ・正しく服用すれば、失敗が非常に少ない。 ・月経困難症等の改善など副効果もあります。 ・産婦人科医の管理の下に使用し、診察代や薬代がかかります。 ・性感染症は予防できません。 【避妊の失敗率 0.3～7%】	<ul style="list-style-type: none"> ・性感染症の予防にも効果的です。 ・正しい使用方法(使用期限・保管方法・爪などによる破損装着防止)を守らないと、破れたり、外れたりなど失敗の原因となります。 【避妊の失敗率2～13%】	<ul style="list-style-type: none"> ・10ページ参照。 ・経済的負担がなく、副作用もありません。 ・あくまで予測なので確実性に欠けます(体温の測り忘れ、測り間違いなど失敗を招きやすい。月経不順のある方は予測がより困難となる)。そのため他の避妊方法との併用が必要です。

※その他、女性自身ができる避妊法として、ベッサリー、殺精子剤、IUD などがあります。陰外射精(いわゆる「外だし」)は避妊の失敗率が高く、有効な避妊とはいえません。

緊急避妊法(性交後避妊、モーニングアフターピルとも言う)

避妊しなかった、避妊に失敗した、性被害を受けたなど、望まない妊娠を回避するための避妊法です。性交後72時間以内にピルを1回飲みます。性交後の内服は早い方が避妊効果が高くなります。あくまで緊急避妊の措置で、確実ではありませんが大幅に妊娠率を下げられます。医師の診断が必要です。保険はききませんので1～2万円ほどがかかります。



くま女子の健康・妊娠 SOS
※メール、LINE、電話で相談できます(無料)

性暴力は犯罪です

望まない性的行為は、いかなる理由・関係性であっても性暴力です。恋人同士でも、嫌がっているのに性行為を強要することは、犯罪行為です。被害にあってしまった場合、友人から相談を受けた場合は、勇気を出して下記へ相談してください。専門の相談員が対応し、秘密は厳守します。

- Saveくんま：群馬県性暴力被害者サポートセンター
電話相談 027-329-6125
メール相談
月～金 9時～17時
- P14「デートDV相談窓口の紹介」参照



監修：群馬大学医学部附属病院産科婦人科 准教授 平川隆史