

★クイズ★

第1問

人の命は、お母さんのおなかの中で大きくなります。○か×か？

第2問

赤ちゃんがお母さんのおなかの中で育つ期間はどれくらい？

A 1か月 B 約10か月 C 3年

第3問

思春期とはどんな時期？

A 体と心が大人に近づく時期 B 赤ちゃんの時期 C お年寄りの時期

答えがわかったら薬局スタッフにぜひ教えてね♪

Contact Us

ケーアイ調剤薬局

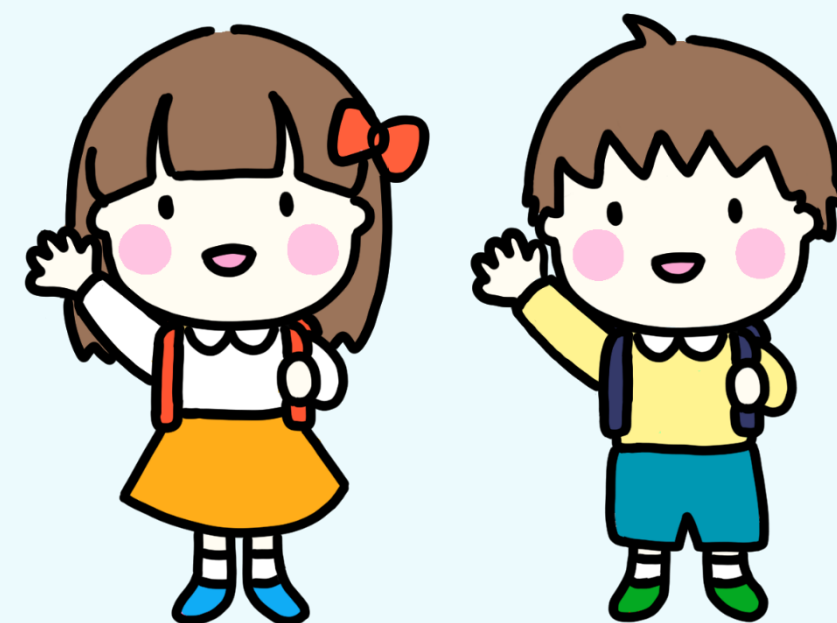
<https://www.ki-pharm.com/>



特別版



たいせつ せい いのち
大切な性と命



だい かい からだ せいちょう ところ せいちょう
第4回「体の成長と心の成長」

①命はどうやって生まれる？

人の命は、男性の精子と女性の卵子が
出会うことで始まります。

受精した命は、お母さんのおなかの中で
少しずつ大きくなります。

約10か月の間に体が作られ、赤ちゃんと
して生まれてきます。赤ちゃんが生まれる
ことはとてもすばらしいことで、

私たち一人ひとりの命はとても大切なものです。



②思春期とは？

思春期に入ると、体の中で性ホルモンのスイッチが入ります。

女性は脳から卵巣に指令が出て、
性ホルモンが急にたくさん作られ、乳房
がふくらみ、わきの下や性器のまわりに
毛が生えます。そのあとに初めての生理
が来ます。

男性は精巣から性ホルモンが出され、
ヒゲや体毛が生え、声変わりして精通が
起こります。



③悩ましい体と心の変化

あなたが「イヤだ！まだ大人になんかなりたくない」と
思っても、成長は止まらないから、変わる自分に少しずつ
慣れていくしかありません。

また、10代の脳は未成熟で不安定なので、体の成長と
心の成長のスピードが一致しないことが多いです。

この時期は、体が成熟することで、より自分に目が向くよう
になるので、容姿や成績、性格について「自分ってどうなの？」
と悩むことが多くなります。それはごく自然なことです。

でも、体が変わる時期やスピードは人それぞれです。

「早い/遅い/人と違う」ことは気にしなくて大丈夫。

心がモヤモヤ、ザワザワするときは、ネットやSNSの

情報に振り回されず、
正しい情報を探すように
してください。

あなたのまわりにいる
信頼できる人に

相談するのも大切です。

