

「こころ」も「からだ」も
健康に、自分らしく
生きていくために
大切なのはどんなこと?

1

自分のからだは自分で守る

2

正しく性の知識を得る

3

パートナーとお互いを
思いやる対等な関係性

悩んだり、困ったりしたときは、一人で悩まず相談してください。

それいゆぶらざ(朝霞市女性センター)

<DV相談>

日時:毎週火~日曜日

午前9時~午後5時

(年末年始を除く、祝日にあたる日も実施)

電話:048-463-0356(相談専用)

【DV専門相談員による相談】

日時:毎週火・水・金・土曜日(年末年始を除く、祝日にあたる日も実施)

午前10時~午後4時



<女性総合相談>

日時:毎週木曜日

午前10時~午後4時

(年末年始を除く、祝日にあたる日も実施)



With Youさいたま

<相談室利用案内>

With Youさいたま 相談室利用案内

<電話相談>

日時:月~土曜日

午前10時~午後8時30分

(祝日・第3木曜日・年末年始を除く)

電話:048-600-3800



性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

はやくワンストップ #8891



思いがけない妊娠にとまどう方の相談窓口

にんしんSOS埼玉

電話番号:050-3134-3100(通話料がかかります)

相談時間:年中無休、16時~23時



女性の健康についての情報提供サイト

女性の健康推進室

ヘルスケアラボ



朝霞市女性センター

それいゆぶらざ

住 所 〒351-0016 朝霞市青葉台1-7-1

(中央公民館・コミュニティセンター内)

電 話 048-463-2697

E-mail soreiyu@city.asaka.lg.jp

あなたは

どんな未来を描きますか?

PLAN

リプロダクティブヘルス/ライツ
について考えてみよう

リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

リプロダクティブ・ヘルス/ライツとは、性や身体のことを自分で決め、守ることができる権利です。



リプロダクティブ・ヘルス

性や子どもを産むことに関わるすべてにおいて、身体的にも精神的にも社会的にも本人の意思が尊重され、自分らしくいきられることです。

リプロダクティブ・ライツ

自分の身体に関することを自分自身で決められる権利のことです。

公益財団法人 ジョイスエフ (JOICFP)
<https://www.joicfp.or.jp/>

「私のからだは私のもの」

「自分のからだは自分で守る」

妊娠するのは女性であり、男性とは異なる健康上の問題に直面します。思春期には月経があり、その後は毎月の月経についてのトラブル、胎児を育てる子宮には、子宮内膜症、子宮筋腫、子宮がんの発生、乳がんの問題などが出てきます。

リプロダクティブ・ヘルス/ライツは、性の問題、思春期の問題、妊娠、出産、中絶、避妊、不妊、性感染症、更年期障がい、また、性暴力や買売春など、さまざまな問題を幅広く含んでいます。

だからこそ!

すべての人が**正しく性の知識**を得て、「**自分のからだは自分で守る**」ことから実践し、大切な家族やパートナーにもその**大切さ**を伝えていきましょう。