

■動画キャプチャー(全24分想定)

キャプチャー番号	時間目安	内容	動画の撮影方法
1	2分	月経について知る ・PMS ・月経困難症	医師解説+スライド
2	1分	射精について知る ・射精とは ・セルフプレジャーとは	ナレーション+スライド セルフプレジャー:ナレーション+スライド(文字のみ)
3	1分	外性器の発達について知る	ナレーション+スライド
4	4分	クリニック紹介について知る	医師解説+スライド
5	4分	妊娠について知る ・妊娠に至る過程 ・体外受精 ・年齢と妊娠	医師解説+スライド
6	4分	避妊について知る ・どうやって妊娠するのか ・避妊具の紹介 ・コンドームの装着方法 →装着タイミング →コンドームの装着失敗などの事例紹介 ・ピル ・緊急避妊薬アフターピル	医師解説+スライド

7	2分	人工妊娠中絶について知る ・妊娠週数の数え方、中絶が可能な期間	医師解説＋スライド
8	2分	性感染症について知る ・性感染症の医師の実感 ・リアルボイスなどの紹介 ・診療などの料金紹介 ・HPV ワクチン	医師解説
9(※)	4分	プレコンの基礎情報について知る ・健康—痩せと肥満— ・健康—食生活— ・健康—女性のからだ編— ・健康—男性のからだ編—	医師解説＋スライド

※成育医療センターの動画を使用

■チャプター1 月経について知る(2分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・月経とは
- ・PMS
- ・月経困難症

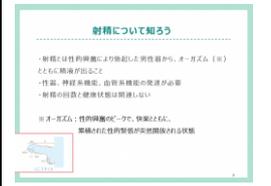
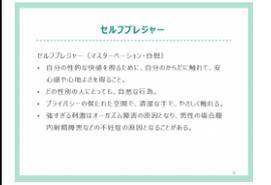
番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	月経とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月経とは何か</li> <li>・月経と排卵の関係 →女性の体では月経と排卵が周期性をもって起こるようになります</li> <li>・月経周期</li> </ul>	
3	1:00	1:30	月経困難症とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月経困難症とは</li> <li>・月経困難症症状</li> <li>・月経困難症対応方法</li> </ul>	 
	1:30	2:00	月経前症候群 (PMS) とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・月経前症候群とは</li> <li>・月経困難症対応方法</li> </ul>	 

■チャプター2 射精とセルフプレジャーについて知る(1分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・射精とは
- ・セルフプレジャー

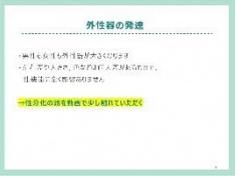
番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	0:35	射精とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・射精とは何か</li> <li>・医師に相談したほうが良い事例</li> </ul>	
3	0:35	1:00	セルフプレジャーとは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・セルフプレジャーとは</li> <li>・セルフプレジャーを行う際の注意点（清潔にすること、場所など）</li> <li>・不妊症につながる注意したほうが良い例</li> </ul>	

■チャプター3 外性器の発達について知る(1分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

・外性器の発達について

番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	外性器の発達について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 外性器とは</li> <li>・ 性分化についても触れていただきながら、男女ともに外性器が大きくなっていくということ</li> <li>・ 大きさや色など個人差があり、性機能には全く問題がないこと</li> </ul>	

■チャプター4 クリニックについて知る(4分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・こんな時には医療機関への相談を: 女性
- ・こんな時には医療機関への相談を: 男性

【参考動画】

■【医者目線】産婦人科診察ってこんな感じ！リアルにお届け

<https://www.youtube.com/watch?v=1yGmferqbEM>

■生徒目線の不安:【性教育ドラマ】ユースクリニックへようこそ - ここは、あなたのための病院です - 第一話「取り戻せるの？私の人生」

<https://www.youtube.com/watch?v=zMW0tHJ129g>

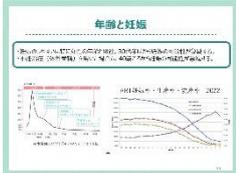
番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	こんな症状がある時には—女性—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気になる症状がある、月経痛が強い、量が多い、PMS、月経が来ない等気軽に受診してほしいことを伝える</li> <li>→医療機関受診のハードルが下がるように</li> </ul>	
3	1:00	3:00	婦人科はこんなところ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・内診台</li> <li>・検査費用などの紹介</li> </ul>	
4	3:00	4:00	こんな症状がある時には—男性—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気になる症状がある、包茎、睾丸の痛みなど気軽に受診してほしいことを伝える</li> <li>・検査費用などの紹介</li> </ul>	

■チャプター5 妊娠について知る(4分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・妊娠に至る過程
- ・体外受精
- ・年齢と妊娠

番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	妊娠に至る過程 (受精卵が体内で作られる場合)	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 膈から入り、子宮→卵管へ移動する精子</li> <li>② 排卵</li> <li>③ 受精</li> <li>④ 細胞分裂しながら、卵管を移動する受精卵</li> <li>⑤ 着床</li> </ol>	 <p>妊娠に至る過程 (受精が体内で作られる場合)</p> <p>① 膈から入り、子宮→卵管へ移動する精子</p> <p>② 排卵</p> <p>③ 受精</p> <p>④ 細胞分裂しながら、卵管を移動する受精卵</p> <p>⑤ 着床</p>
3	1:00	2:00	体外受精とは	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 卵子を体外に取り出す</li> <li>② 卵子と精子をあわせて受精卵を培養する</li> <li>③ 子宮内に移植する</li> </ol>	 <p>妊娠に至る過程 (受精が体外で作られる場合)</p> <p>体外受精</p> <p>① 卵子を体外に取り出す</p> <p>② 卵子と精子をあわせて受精卵を培養する</p> <p>③ 子宮内に移植する</p>
	2:00	3:00	年齢と妊娠 —女性—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・卵子の推移</li> <li>・妊娠のしやすさは年齢と関連している</li> <li>・不妊治療においても、年齢が関連している</li> </ul>	 <p>年齢と妊娠</p> <p>① 年齢とともに卵子の数は減少する</p> <p>② 年齢とともに卵子の質は低下する</p> <p>③ 年齢とともに妊娠率は低下する</p> <p>④ 年齢とともに流産率は上昇する</p> <p>⑤ 年齢とともに染色体異常率は上昇する</p>

	3:00	4:00	<p>年齢と妊娠 —男性—</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠のしやすさは年齢と関連している</li> <li>・不妊の原因の半分は男性にもある</li> </ul>	
--	------	------	-----------------------	--	--

■チャプター6 避妊について知る(4分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・どうやって妊娠するのか
- ・避妊具の紹介
- ・コンドームの装着方法
- ・緊急避妊薬アフターピル

番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	0:30	どうやって妊娠するのか	・膈内性交では妊娠の可能性がある	
3	0:30	1:30	避妊具の紹介	・避妊具の紹介(男性用コンドーム、ピル、IUD など)  ・コンドームとピルの併用について	
4	1:30	3:00	コンドームについて	・コンドーム装着のタイミング  ・コンドームのつけ方の注意点  ・実際のつけ方  ・コンドームの装着失敗などの事例紹介	
5	3:00	3:50	緊急避妊薬アフターピル	・緊急避妊薬のもらい方  ・服用方法  ・避妊率	

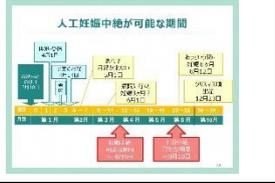
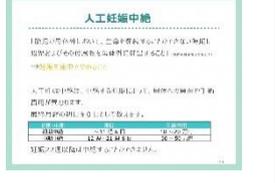
				・金額	
6	3:50	4:00	メッセージ	<p>「高校生は、からだが大に近づいている時期ですので 男女間の性行為(膣内性交)によって、妊娠したり、 妊娠させたりする可能性は十分に あります」</p>	<p>妊娠と避妊のしくみ</p> <p>高校生は、からだが大に近づいている時期ですので 男女間の性行為(膣内性交)によって、妊娠したり、 妊娠させたりする可能性は十分にあります。</p> <p>妊娠や、避妊のしくみを知らせよう。</p>

■チャプター7 人工妊娠中絶について知る(2分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

・妊娠週数の数え方、中絶が可能な期間

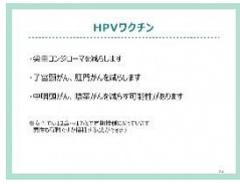
番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	人工妊娠中絶とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>人工妊娠中絶とは →母体を元のからだに戻すこと</li> <li>妊娠週数の数え方</li> </ul>	
3	1:00	2:00	中絶方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>時期によって中絶方法が異なる →母体の負担を考慮するとなるべく早い方が良い</li> <li>手術費用</li> <li>入院期間</li> <li>22週以降は中絶ができない</li> </ul>	

■チャプター8 性感染症について知る(2分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・性感染症の医師の実感、リアルボイスなどの紹介
- ・診療などの料金紹介
- ・HPV ワクチン

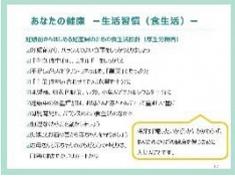
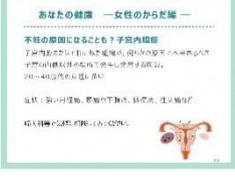
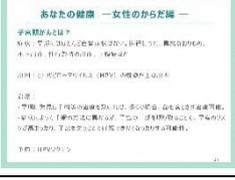
番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:15	性感染症とは	<ul style="list-style-type: none"> <li>・性感染症の特徴</li> <li>・主な予防方法</li> <li>・医師の実感／患者のリアルボイスの紹介</li> </ul>	
3	1:15	1:30	診療などの料金紹介	<ul style="list-style-type: none"> <li>・検査費用</li> <li>・検査場所など</li> </ul>	
	1:30	2:00	HPV ワクチン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・HPV ワクチンとは</li> <li>・防げる感染症とは</li> <li>・定期接種について</li> </ul>	

■チャプター9 プレコンの基礎情報について知る(4分)

○撮影方法: 医師解説+スライド

【主な内容】

- ・健康—痩せと肥満—
- ・健康—食生活—
- ・健康—女性のからだ編—
- ・健康—男性のからだ編—

番号	始まり	終わり	タイトル	内容	イメージキャプチャ
1	0:00	0:05	タイトル名		
2	0:05	1:00	健康—痩せと肥満—	・ 痩せと肥満が健康に与える影響	→詳細は成育医療センター動画にもあり 
3	1:00	1:30	健康—食生活—	・ 妊娠前から始める妊産婦のための食生活指針 →妊娠したいかどうかに関わらず、健康を保つために大切であるというメッセージ	
4	1:30	2:45	健康—女性のからだ編—	下記の主な症状 (月経困難症はすでに紹介済みなので簡単に)、治療の紹介 ・ 月経困難症 ・ 子宮内膜症 ・ 子宮がん	  

5	2:45	4:00	健康—男性のからだ編—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・造精機能障害とは（症状・予防）</li> <li>・性機能障害（症状・予防）</li> </ul>	
---	------	------	-------------	---	--