

健康通信 2年生 特別号

平成30年11月29日

名古屋市立滝ノ水中学校

保健室

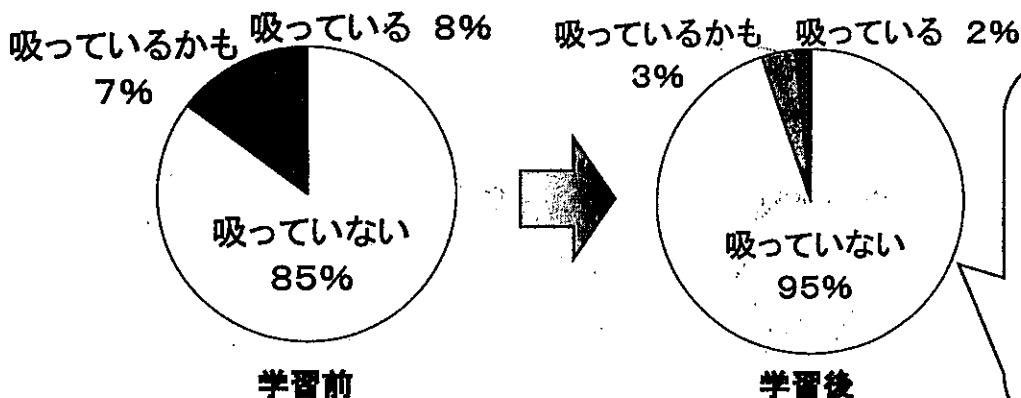
11月21日(水)5・6時間目に「薬物乱用防止」について学習しました。

学校薬剤師の花井先生のお話を聞いたり、保健委員のクイズや薬物使用に関するDVDを視聴したりしました。薬物の恐ろしさや、意外なところから薬物にはまってしまうことがわかったと思います。今回の健康通信では、学習後のアンケート結果や感想をお伝えします。

<質問1> タバコは「ゲートウェイドラッグ」だと学習しましたが
みなさんは大人になつたらタバコを吸っていると思いますか?

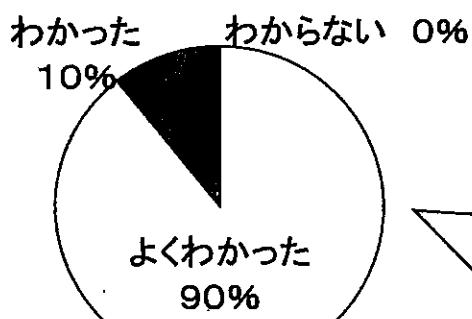


タバコと大麻は煙を吸う形態が同じなので、タバコを吸う人は、大麻へのハードルが下がると言われています。



タバコを吸っていないと答えた人は、学習前には85%でしたが、学習後には95%に増えました。
吸っている、吸っているかもと答えた人も、将来タバコを吸わない選択ができるといいですね。

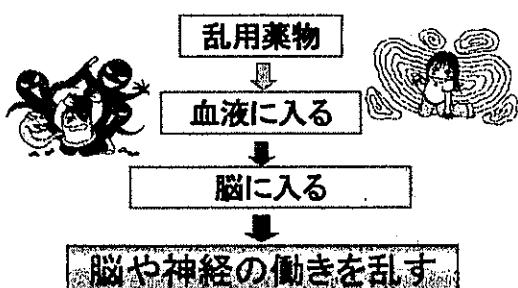
<質問2> 薬物乱用による心身への影響がわかりましたか?



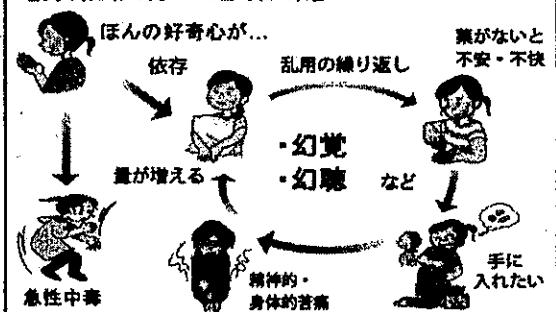
ほぼ全員の方が、薬物乱用による心身への影響について「わかった」「よくわかった」と答えています。振り返りアンケートでも、多くの人が薬物乱用による幻覚・幻聴の怖さや、一度手を出したらやめられない依存の恐ろしさについて書いてくれていました。



薬物乱用が身体に及ぼす害



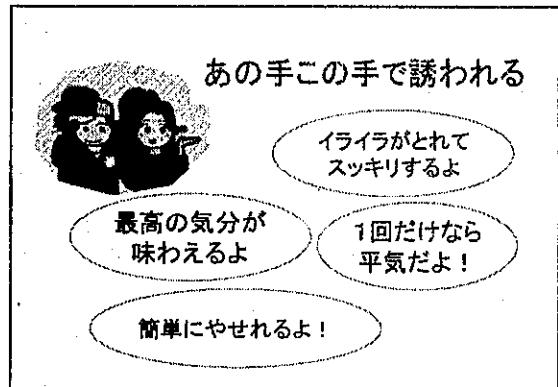
【薬物依存の悪循環】



- 幻覚・幻聴
- 周囲の状況がわからない(錯乱状態)
- ありもしないことを考える

- 家族や生活が壊れても、薬物を求め続けてしまう。
- やめようと思っても、何度も繰り返してしまう。
- 急性中毒で死んでしまうこともある。

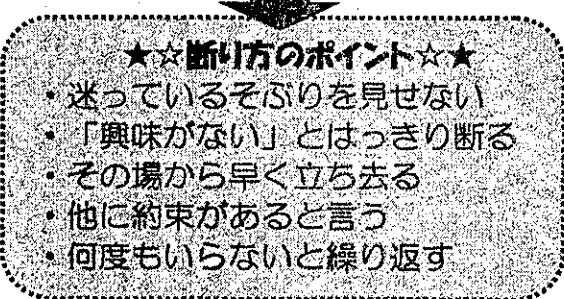
薬物乱用へのきっかけ



<ロールプレイングの様子>



ただのハーブって
言っているだろ！



すぐにやせられるよ！
なんと、今だけ無料です！

★みんなの感想★

- 薬物を一回使っただけで、薬物乱用になると聞いて驚いた。ロールプレイングであったように、先輩に誘われたら断れるか心配だったけれど、二回目で面白く分かりやすく断り方を教えてもらえたのでよかったです。
- 薬物乱用をすると、吸った直後はいいように思えても、その後の自分だけでなく、周りの人たちにも大迷惑をもたらしていてひどいと思った。自分のためにも、周りの人々のためにも、薬物乱用は決してしてはいけないものだと思った。
- スライドで出てきた商品の例を見て、自分が気を付けていても手に取ってしまう可能性があることが分かった。危険ドラッグを使用することは、花井先生が言っていたように、何もいいことがなく、周りの人にまで迷惑をかけて人生を台無しにしてしまうことだと思った。
- やめたくても、やめられないとか、断れないとか、そう思うとゾッとした。たくさん的人に迷惑をかけてしまったり、直したくても直せない後遺症があつたりして、早く薬物がなくなってくれほしいと思った。
- 先輩や親しい友だちに誘われても、興味があるようにみせないようにします。誘われても、いらっしゃないと何度も言ったり、その場から立ち去るようにしたいと思います。
- 「一回だけ」という考えは絶対にしないようにしたいと思いました。持たない、やらない、近寄らないを心掛けたいと思います。
- 今まででは、酒、たばこは薬物と関わりがないと思っていたけど、ゲートウェイドラッグで、そこから全てが始まると思うと怖くなってしまった。
- 危険ドラッグに手を出してしまうと、やめる自信があっても、絶対やめられなくなることがとても伝わった。危険ドラッグを使用した後の動きは非常に変である。電車の灯りが刃物に見えてしまうのにはびっくりした。
- 一度やつたら取り返しがつかず、使った時は自分が何をしているのか全く分からなくなることが分かった。意外と自分の身近な所で起こっていて、誰にでも起こりうることがわかった。

～おわりに～

今まで、薬物は自分には関係ないと思っていた人が多かったかもしれません。今は、SNSで知らない人と知り合ったり、ネットで買い物をしたりすることが簡単にできてしまいます。薬物を勧める人は、人の弱さに付けこんで、上手に近づいてきます。あなたの周りには、友だちや家族、先生など味方になってくれる人がたくさんいます。心配事や悩みがあったら、まずは身近な信頼できる人に話してみましょう。自分の心と体、周りの人を大切にできる人になってくださいね。