

2月15日(木)に、6年生を対象に薬物乱用防止教室を開催しました。学校薬剤師 菊地 順子先生より「薬物乱用の害と健康について」の御講話をいただきました。

～～講話内容～～

①お薬って何だろう？

- ・人間には自然治癒力がある。薬は、病気を治す手伝いをする。
- ・薬は、その人に処方された回数と量を正しく服用する。

②薬物を乱用するとどうなるのだろう？

- ・薬物とは脳や神経に作用して気分を変えるあらゆる物質。
- ・薬物乱用とは、覚醒剤、シンナー、医薬品（咳止めシロップなど）を正しい目的でなく、遊びや快感のために使用すること。たとえ1回でもダメ。
- ・薬物には依存性がある。自分の意志ではやめられない。
- ・脳が破壊される。
- ・フラッシュバック、妄想、幻覚。
- ・心も体もボロボロになり大切な人を傷つけてしまう。



③薬物に手をだしてしまうとき

- ・大きな壁にぶつかったとき
 - ・成績（勉強・スポーツ）が伸び悩んだとき
 - ・だれにも言えない悩みがあるとき
- 投げやりな気持ちになり、危険な場所で遊びたくなる。

④もし誘われたら、はっきり「ノー」

身近な人に誘われる。→はっきり、「ノー」という勇気をもつこと
誘ってくる人の言葉にだまされないこと

「これってすごく効くダイエットの薬なのよ。ちょっとだけ試してみない？
だいじょうぶみつからないから」
「みんなやっているぜ。おまえたちもやれよ。1回ぐらい平気だよ。
いつでもやめられるから」

三つの勇気 ・危険なところに行かない勇気

・悩みを相談する勇気

・はっきり断る勇気

自分自身のためにも、大切な人のためにも、薬物の誘いはきっぱり断る。

⑤夢をあきらめない

- ・多くの人から愛されている
- ・自分と周りの人の「命」を大切に
- ・自信を持って「生きる」こと



～～子供たちの様子から～～

風邪のときに処方される薬の「1日〇回」という理由がわかり、処方薬も一度に大量に摂取すると薬物乱用になると言うことを知り、驚いていました。

薬物を乱用すると体や心へどのような影響があるのかを、脳のMRI画像、妄想・幻覚のイラストを使い、具体的にイメージができました。

薬物を誘ってくるのは身近な人であることを学び、その際の断り方を学びました。

薬物依存症になり、やめたくてもやめられないこと、自分だけでなく、社会にも影響を与えることを知り「例え1回でも絶対に手をだしてはいけない」自分の命も他の人命も大切にすることを決意していました。

～～授業の感想～～



○どんな薬でも正しく使わないと薬物乱用になることを初めて知りました。自分の体の安全を守りたいと思います。

○たばこのけむりには、200種類以上の有害物質が入っていて、なんでそんなに危ないものが、売っているのか疑問に思いました。薬物に誘われても、必ず断ろうと思います。

○たばこに慣れると依存症になってしまう。知人や友人がすすめてくるのが多くてびっくりしました。「自分の心は自分で守る」ことを知りました。

○ニコチンが血の巡りを悪くすることが分かりました。シンナーを使うと脳が小さくなることが分かりました。薬物乱用はしないと決めました。

○自分が思っている以上に薬物がこわいことが分かりました。知らない人や友人に薬を誘われても断ろうと思います。

○今日の勉強では、どんな薬でも正しく使わなければ薬物乱用になってしまうことが分かりました。薬に気を付けて、命を大切にしていこうと思いました。



○身近な人に薬物を誘われても、「1回だけなら。」と思わないで、絶対に「ノー。」と言わないといけないと思いました。大人になっても、たばこの依存症には気を付けようと思いました。

○違法薬物は、犯罪にもなるので、自分も自分のまわりに人にも、今日の話をして、絶対に手を出さないようにしたいです。