

# 薬物乱用防止教室



1月29日、保健の学習で校区内の薬局の薬剤師の方をゲストティーチャーにお願いして、「薬物乱用防止教室」を行いました。

まず、「たばこの害」について、**たばこの煙の3悪人**「**一酸化炭素**(酸素不足になる)」「**タール**(発癌性)」「**ニコチン**(血管を細くする・やめられなくな

る)」の説明を聞きました。黒くタールで汚れた肺の写真やガンの発生率の資料を見せてもらい、「たばこの害」がどれだけ恐ろしいかについて教えていただきました。



次は、**薬物(覚醒剤、大麻、危険ドラッグなど)**は1回の乱用でも脳の神経をこわし、死に至ることがあり、1度でも乱用するとやめられなくなり(フラッシュバック)、心身の健康に深刻な影響を及ぼすという説明を聞きました。特に、最近「やせる」「いらいらがとれる」など親切に見せかけた言葉で誘ったり、「ためしてみない?」「1回だけやってみたら?」「みんなやってるよ。」な

どと簡単そうに誘ったり、『身近』に薬物が迫っています。

## でも、薬物乱用は、ダメ！ゼッタイ！

○たばこには、3つの危険な物が使われていることが分かりました。たばこは、1本吸うごとに5分30秒も寿命が縮み、一生では、なんと10年も縮むということが分かりました。たばこは、こわいということが分かりました。

○たばこについて特に私が気をつけようと思ったことは、たばこから出ているけむりを吸わないことです。吸ってしまうと、たばこを吸っていることと同じになるので、生活の中でも気をつけたいと思いました。

○覚せいざいを使って、実際にはないものが見えたり聞こえたりするビデオを見て、とてもこわかったです。薬物の誘いに対し、きっぱりと断る勇気としっかりした自分の意見や思いを持てるようにしたいです。

○私は、この学習で公民館にあった「ダメ。ゼッタイ。」のポスターの意味がやっと分かりました。この世界から薬物がなくなるといいと思いました。