

保健だより ～1・2年生特別号～

垂水中央中学校

H31. 1. 9

薬物乱用防止教室を行いました！

12月20日に学校薬剤師の小池田先生をお招きし、1・2年生を対象に薬物乱用防止教室を行いました。

★薬物乱用とは？



医師や薬剤師の指示を守らずに、薬を勝手に飲んだり医療目的でない薬物（シンナー、大麻、覚せい剤など）を吸ったりすることです。

医薬品の用法用量を守らずに飲むことや、未成年が煙草を吸うこと、お酒を飲むことも薬物乱用になります。



★タバコについて



タバコに含まれる有害物質は200種類！
そのうち、40種類以上が癌の原因となります。

～三大有害物質～

- 一酸化炭素：酸欠の原因
- ニコチン：依存性の原因
- タール：癌の原因

★アルコールについて



未成年の飲酒は、健全な成長を妨げます。
脳が成熟していく時期に飲酒すると、脳細胞を破壊することになります。

タバコとアルコールは20歳を過ぎてから！！

もし、タバコ・アルコールを勧められたら、あなたは断れますか？



誘われても「断る」強い意志と勇気が必要です！！



～みなさんの感想から～

- ・ 薬物について多少は知っていたが、精神面でも身体面でも害があんなにたくさんあるとは知らなかった。自分自身のことなので、これからもしっかり考えて過ごしたい。
- ・ たばこには色々な悪いものが入っていることが分かった。誘われても断る勇気が必要だと思った。
- ・ 未成年でタバコやお酒をしている人をみかけたら、注意できるような人間になりたい。

小池田先生がみなさんの質問に答えて頂きました。

Q1 親がタバコを吸っていて、煙を吸わないようにするためには、マスクを付けるのと、付けないのとでは違いがありますか？

A1 マスクは煙を通すので、あまり意味がないと思われます。ベランダや台所の換気扇の下でタバコを吸ったとしても、体に煙が付着するので影響があります。

Q2 なぜタバコは値段が上がっているんですか？

A2 増税によるものです。増税の意図は分かりませんが、値段が上がることで禁煙しようと思ってくれる人が増えることも期待しています。

Q3 薬物を売る人は、外を出歩いて買うか買わないか呼びかけるんですか？（薬物の売り方）

A3 売り方は様々あります。最近ではインターネットを介して売買されたりもします。売人は手当たり次第に声をかけると、自分自身も捕まってしまう恐れがあるので用心しながら、使ってくれそうな人に薬物の名前などを隠して売ります。

Q4 薬物は、なんで外国は合法なのに、日本は違法なんですか？

A4 薬物全体が海外で合法ではありません。覚せい剤、コカイン等は違法です。大麻を合法化する国がありますが、大麻が蔓延してしまった国ではもう規制するのが困難で、リスクを考えた上での合法化です。大麻による健康被害、社会への影響、犯罪による影響も現実的にあるので、大麻を規制している国は合法化することはないです。もちろん今住んでいる日本も違法なので、海外がいいからといった安易な考えで使用しないようにしてください。

Q5 タバコは、全身癌になる可能性があるんですか？

A5 タバコは全身の癌のリスクを高める恐れがあります。

Q6 タバコの影響で、なぜ男性と女性の寿命に差があるんですか？

A6 タバコの影響だけでなく、そもそも女性と男性は寿命に差があります。その影響もあると思います。

Q7 薬物を使用する人はどのような目的で使っているんですか？

A7 目的は様々だと思われますが、きっかけは「誘われて」「好奇心」など目的なしで始めてしまって、薬物が体から切れて、体がきつくなったのを逃れるためにまた薬物を使用するケースが多いようです。

Q8 大麻が合法化された国はどこですか？

A8 アメリカの特定の州、オランダ等ありますが、日本は違法です。

Q9 薬物を使用している人は年々増えていますか？

A9 厚生労働省のHPによると検挙数は横ばいのようですが、大麻が増えてきているようです。

Q10 身近にタバコを吸う人がいたら、どのようにやめさせたらいいですか？

A10 タバコをやめるのは本当に大変です。一番は本人の強い意志と家族のサポートです。病院の禁煙外来や薬局で相談もできます。

Q11 お酒はどれくらい飲むと死亡のリスクが上がりますか？

A11 お酒の適量は個人差があります。日本人はお酒に弱い人も多いので、そういう人に無理やり飲ませると急性アルコール中毒になってしまいます。適量は医師に相談し、お酒を毎日飲まず、体を休める日も大切とされています。