

12月13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・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を使用してしまうことが分かったと思います。今回のほけんだよりでは、学習内容の振り返り、学習後のアンケート結果や感想をお伝えします。

スライドの一部

### 薬物乱用とは

**薬物乱用** → 決められたルールを守らないで、薬物を使用すること

**違法薬物の場合：法律**  
 ・あへん法・覚醒剤取締法・毒物および劇物取締法  
 ・大麻取締法・薬機法・麻薬及び向精神薬取締法

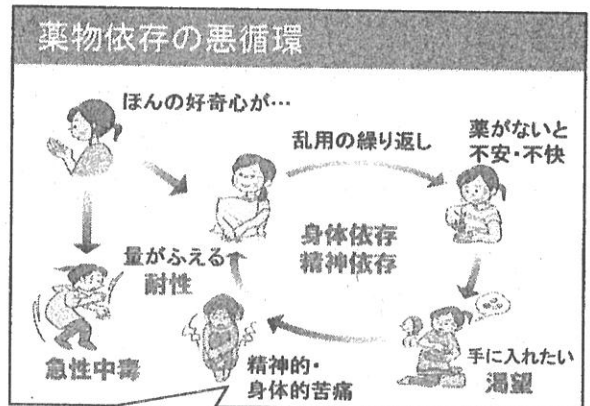
**医薬品の場合：用法・用量**  
 ・1日3回 毎食後 1回1錠服用  
 ・15歳未満は服用しないでください

覚せい剤の検挙人数はここ10年で減っているのに対して、大麻の検挙人数は少しずつ増えています。大麻そのものだけでなく、大麻グミや大麻クッキーといった加工品・食品・類似品が出回っており、注意が必要です。

市販薬の乱用(オーバードーズ)は、10代の「薬物使用」の半数以上を占めています。用法・用量を守らないと、違法薬物と同様に、急性中毒や依存症に陥ることがあります。

### 薬物による精神的症状

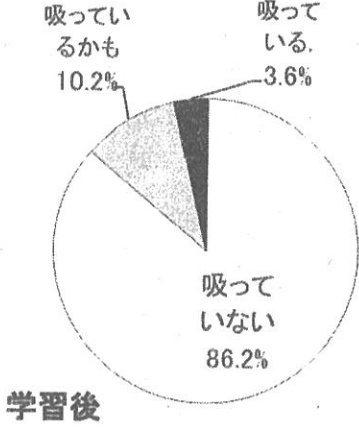
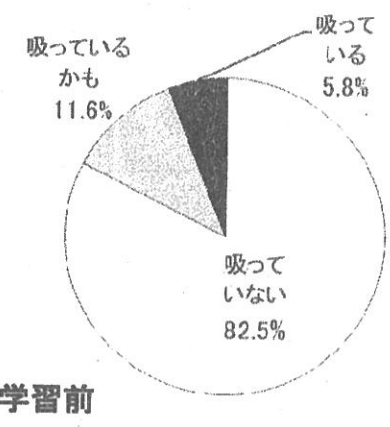
	はじめは…	切れると…	乱用が横と…
危険ドラッグ	興奮し始める	不安になる	錯乱
幻覚系	イライラ感	幻覚・幻聴	幻覚
抑制系	気分の落ち込み	無気力	無気力



- ・ 周囲の状況が分からない(錯乱状態)
- ・ 幻覚・幻聴
- ・ 無気力状態になる

- ・ 家族や生活が壊れても、薬物を求め続けてしまう。
- ・ 止めようと思っても、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。

タバコは「ゲートウェイドラッグ」だと学習しましたが皆さんは大人になっ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。

タバコを吸っている、吸っているかも、と答えた人は、学習前には17.4%でしたが、学習後には13.8%に減りました。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。

# 薬物乱用へのきっかけ

<ロールプレイングの様子>

今、痩せる薬の試供品を  
プレゼントしています。

スッキリするハーブがあるんだ。  
やってみないか？

痩せなくても構いません。

親が待っているので、  
失礼します。

アレルギーがあるから無理です。  
塾があるから帰らないと！

## もし誘われたら・・・

- ・「はっきり・きっぱり」断る
- ・話題を変える、その場から離れる
- ・相談する



## 相談してみよう

- ・薬物の問題の解決には、大人が必要
- ・薬物の問題において、「裏切り行為」はない

各都道府県には、秘密厳守で相談に乗ってくれる窓口が  
設置されています。  
安心して、少しでも早く相談しよう。

- ・精神保健福祉センター
- ・こころの健康センター
- ・各都道府県の薬務課

## ★みんなの感想★

- ・ 病院で薬をもらっても用法・容量をきちんと守って使用しないと危険ということが分かった。DVDを見て、薬物を使ってあんなふうに絶対になりたくないと感じた。
- ・ 薬物を使ったら変な行動をしていることを自分じゃ気付けないのが怖かった。前から薬物を使わないと思ってたけど、さらに思いが強くなった。
- ・ 薬物をやらないのはもちろん、ゲートウェイドラッグの存在と危険性を知れたから、将来気を付けていきたい。
- ・ 危ないものや危ないと感じたものを勧められたら、正しく断ったり、誰かに相談したりする。
- ・ 薬物は知人、先輩から誘われて、手を出してしまうことは多いケースだと感じた。しかし、自分はたとえ断りにくい人から誘われたとしても、しっかりと断り、自分の人生を守っていきたい。
- ・ 薬物や危険ドラッグは使っても自分の意志でやめられると思っていたけど、逆で、簡単にはやめられず、さらに強いドラッグに手を出してしまうことが分かった。
- ・ 危険ドラッグは成分が分からないこともあって治療方法が見つからないことがほとんどだったり、その後の対処法が「薬物の使用を無くす時間を作る」しかないなど、身体や精神的な怖さと、また別の怖さがあることが分かりました。
- ・ 薬物は、体にも害が出るし、心の傷にもなったりして怖かった。依存症になったその家族のことを考えたら胸が痛くなった。絶対に薬物には手を出さないと考えた。
- ・ 薬物には、「合法ドラッグ」や「痩せる」などの安全性を保障したような言葉が書いてあっても、実際には覚せい剤より危険な場合もあることが分かった。誘われてもきっぱり断ろうと思う。

## ～おわりに～

薬物は自分には関係ないと思っていた人が多いかもしれませんが、しかし、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、押しの弱さや好奇心に付け込んで、上手に近付いてきます。あなたの周りには、友達や家族、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。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。