

保健たより

令和6年11月26日
中島中学校保健室

～1年生薬物乱用防止教室特別号～



薬物乱用防止教室

11月19(火)、1年生を対象に薬物乱用防止教室を実施しました。今年は、講師として、北陸大学薬学部教授の宇佐見則行先生にお越しいただきました。薬物乱用の怖さや、医薬品の正しい使用法・勇気を出して断ることの大切さなど、とても分かりやすくお話ししていただきました。

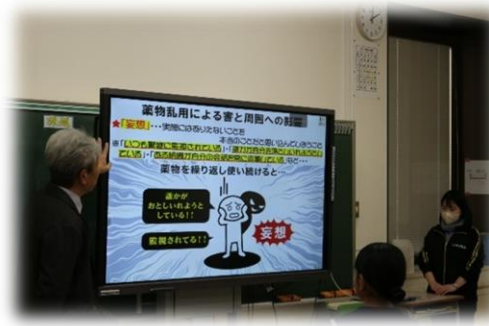


薬物乱用=決められたルールを守らないで薬物を使用すること

「良い薬も扱い方を間違えれば悪い薬になってしまう。」

みんなの中で一番印象が残ったのではないのでしょうか。

良い薬、つまり病院で処方された薬やドラッグストアなどで購入できる市販薬も、乱用すれば大変危険です。最近では、若者による薬の過剰摂取、いわゆる「オーバードーズ」が増加していて、意識障害などにより救急搬送される事例も増えていきます。薬は、必ず用法・用量を守って正しく服用しましょう。



違法薬物は心身に悪影響

心身の心は「脳」。

薬物は、使用方法を間違えると私たちの大切な「脳」を破壊してしまうこと、さらに体や脳への影響だけでなく社会生活にも影響がでることを学びました。もし自分が薬物を利用したら、将来どんな影響がでるのだろうか・・・と、自分事として捉えることが大切です。



みんなの感想より *一部抜粋

- ・風邪薬や鎮痛剤などは良い薬だけど、扱い方を間違えたら悪い薬になるのが怖いと思った。
- ・他人事と思わず、絶対に薬物乱用をしないようにしたいと思った。
- ・薬物が体に悪い理由や、意外と自分の身近にも薬物の危険があることが分かった。薬のことをもっと知りたいと思った。
- ・薬物を乱用すると、もう二度と普通の生活が出来なくなる。
また、知らない人からもらったお菓子の中には薬物が入っている危険性もあることを知った。
- ・もし自分が誘われた時には、相手から逃げられる距離感を保ってから、危険を感じたら走ってその場から逃げようと思った。
- ・一度でも乱用してしまうと、やめられなくなること、脳が悪くなってしまうことが分かった。
- ・心や自分の体のためにも、薬物を受け取ったり使ったりせず、注意深く判断して気をつけようと思った。
- ・薬のことで気になることがあれば、薬剤師に相談すればいいということが分かった。
- ・薬物を一回でも飲むと、依存して、結果、体や心がだめになり、他の人をまきこむことにもなるので、誘われたら距離をとって逃げられるようにしたい。薬の使い方やインターネットの間違った情報に気をつけて、自分で判断して長生きしたいと思った。
- ・薬は、数や回数・時間を守らないといけないことが分かった。
- ・過去に、知っている地域で危険ドラッグが作られていたことを知り、身近にも危険があることが分かったので、気をつけて生活しようと思った。
- ・いつも飲んでいる風邪薬なども薬物の一つだということが分かった。
- ・普段頭痛薬を飲むので、飲み方に注意したいと思った。
- ・大麻や覚せい剤など危険なものは、絶対に使ってはいけないということが分かった。
- ・これから薬を飲む時は、説明書など詳しく見て使用しようと思った。
- ・合法ハーブ・脱法ハーブ・違法ハーブはどれも危険ドラッグとしてすべてダメだと分かったので、「合法って書いてあるから大丈夫」と誘われても、それはダメだとはっきり断ろうと思った。
- ・危険ドラッグの使用以外でも、使用方法を間違えると薬物乱用になってしまうことが分かった。
- ・私が社会人になった時には、たばこやお酒にも注意したいと思った。
- ・薬物を誘われても、断る行動力・判断力・対応力をこれから身につけていきたい。
- ・覚せい剤・麻薬などは一回使用しただけでも乱用にあたる。大量に摂取すると死に至る場合もあることが分かった。



誘われても断る勇気

「大切な体、一回でも壊したら元には戻らない。」

保健室の先生はこの言葉がとても印象に残りました。

薬物をはじめのきっかけは「知人や友人からの誘い」が47.5%。特に、身近な人からの誘いはなかなか断りづらいのかもしれませんが、しかし、そんな時でも、勇気を出して「NO!」と断れるみなさんでいることを願っています。

