

～ 調べてみよう！考えてみよう！～

ねん 年 くみ 組

- 1 「薬物乱用」ってどういうこと？ 正しいものに○、正しくないものに×をつけてみよう。
- () 20歳未満の人がタバコをすったり、お酒を飲んだりすることは、薬物乱用とはいわない。
- () ドラッグストアなどで売っている薬を、決められた量や回数を守らずにたくさん飲んでしまうことは薬物乱用である。
- () 1回だけなら薬物を使っても乱用にならない。

- 2 タバコに含まれる有害な物質と、それが体に与える悪影響について、当てはまるものを線で結んでみよう。

- | | | | |
|----------------------|---|---|---|
| いつさん か たん そ
一酸化炭素 | ● | ● | つよ い ぞんせい
強い依存性がある |
| ニコチン | ● | ● | びょう き げんいん
ガンなどの病気の原因になる |
| タール | ● | ● | からだじゆう さん そ はこ はたら
体中に酸素を運ぶ働きをじゃまするので頭がぼーっとしてしまったり、疲れやすくなる |

- 3 お酒を飲むとどうなるの？ 正しいものに○、正しくないものに×をつけてみよう。
- () お酒に含まれるアルコールは、脳の働きをにぶくさせるため、体の動きや感情をコントロールできなくなる。
- () 肝臓は、アルコールなどの体に害のあるものを害のないものに分解する働きがある。
- () 子どもの肝臓は大人よりも小さいが、アルコールを分解する力は大人と同じである。

- 4 大麻に関する問題。正しいものには○、正しくないものには×をつけてみよう。
- () 「大麻は依存性がなく、合法的な国もある」とネットに書いてあったので、日本でも使っても良いと思う。
- () 大麻を使うと、幻覚が見えたり、記憶力がおちる。

- 5 大麻や覚醒剤など危険な薬物を乱用するとどうなる？
- () 大麻や覚醒剤などの危険な薬物を乱用すると、心と体に悪いことが起こる。
- () 薬物乱用をやめても、数年後に突然、幻覚や幻聴などの精神的な症状が起きることがある。これを「フラッシュバック」という。
- () 薬物乱用は本人が苦しむだけなので、他の人には関係ない。

- 6 オーバードーズってなに？ 正しいものに○、正しくないものに×をつけよう。
- () ドラッグストアで売っている医薬品であっても、用法用量を守らずに大量に飲んでしまうと体に害になる。
- () 本当になやんだりつらくなったりしたら、オーバードーズをしてもいいと思う。
- () オーバードーズに頼らないためにも、普段からつらくなったときの気分転換する方法をいくつか考えておこうと思う。

7 薬物乱用やくぶつらんようと関わかからないために大切たいせつなことはなに？正しいただものに○、正しくないものに×をつけよう。

- () 薬物やくぶつの間違まちがった情報じょうほうにだまされたまないように、正しい知識ちしきを身みにつける。
- () 友達ともだちから薬物やくぶつを誘さそわれたら、仲なかが悪わるくならないように、一度いちどだけ誘さそいを受ける。
- () 薬物やくぶつは体からだも心こころもボロボロぼろぼろにしてしまうので、誘さそわれたときはきっぱりと断ことわる。
- () なやんだり、心こころがもやもやしたときは、大ピンチだいになる前まえに気分転換きぶんてんかんしたり、相談そうだんしたりして薬物やくぶつには手てを出ださない。

薬物やくぶつをやろうと誘さそわれたらどうする？



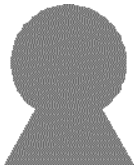
ある日ひ、友達ともだちに「一緒にタバコ吸すおうよ」と誘さそわれました。

あなたなら、どんな言葉ことばでタバコの誘さそいを断ことわりますか？吹き出しふきだしに書き込かいでみましょう。

ヒント：3つの行動こうどうを思い出おもして

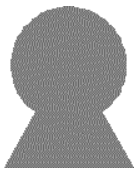
いっしょにタバコ吸すおうよ。

あなた



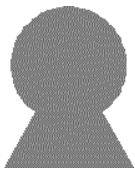
なんす吸すわないの？みんな吸すってるよ。

あなた



ともだち友達ともだちだろ。吸すわないならもう遊あそばないよ！

あなた



薬物やくぶつの誘さそいに負まけない3つの行動こうどう

- ① きっぱり「断ことわる」
たった1回かいでも薬物やくぶつを使用しようしたら薬物乱用やくぶつらんようになってしまうよ。
- ② その場ばから「離はなれる」
しつこく誘さそわれたら、その場ばから離はなれよう。
- ③ 警察けいさつなどに「相談そうだんする」
家族かぞく、先生せんせい、警察けいさつなど周まわりの大人おとなに相談そうだんしよう。

