



九 度 山 中 学 校
保 健 室
令和6年12月19日

令和6年12月6日(金)の5・6限目に、本校にて2,3学年対象の薬物乱用防止教室を行いました。和歌山県立医大の山下琢矢先生に来校していただき、「薬物から自分と大切な人を守るには」というテーマでお話をしていただきました。「どんな薬物があってどう規制されているの?」「薬物乱用のメカニズムについて教えてほしい」等、生徒からの事前調査をもとにご講義いただきました。薬物乱用とは、法律で禁止されている薬物を使うこと。また、本来の医療目的ではない間違った使い方をするをいい、「一回使うだけでも脳が破壊され、壊れた脳神経は戻らない」「すぐにやめられると思っても、自分の意思ではやめられない」など、薬物の恐ろしさについて学びました。



事後調査に記入していた質問に、山下先生からお返事がきました！



どうして薬物について調べようと思ったのですか？

→理由は3つあります。

- ①薬学部でしかできない知識や技術が活用できるから。
- ②世界で誰も研究していないところがまだあるから。
- ③警察や科捜研など研究の協力をしてくれる人が周りにいたから。

薬物以上に気持ちよくなるものはありますか？

→学術的には薬物以上に幸せホルモンを出す化合物はあ

りません。ただし、「幸せホルモンがたくさん出ること」＝「気持ちよくなる」かは、個人個人で感受性が違います。なので、趣味で自分にとって「最高に気持ちよくなるもの」を自分で楽しんで探してみてください。前向きに探すと楽しいですよ。

薬物の使用者を減らすにはどうしたらいいですか？

方法はいくつかあります。

- ①薬物の法律を強化すること(グレーな部分を無くす)
- ②薬物の売り手を根絶させること(買い手を無くすも含む)
- ③薬物を売る場所(インターネットも)を無くすこと
- ④タバコやお酒など、別のストレスのはけ口は維持する(必要悪という考え方)



生徒の感想を紹介します。

Q.「薬物乱用ダメ。ゼッタイ。」に参加して、わかったこと・気づいたこと・感じたことを書いてください。

・今までの薬物乱用防止教室では、薬物の種類や症状についての説明が多かったけれど、なぜ自分でコントロールできないのか？脳はどのように変化するのか分かって理解しやすかった。

・薬物を使用してしまったらどうなってしまう？と考えるばかりで薬物を使用しないためにはどうするか？を考えたことはあまりなかった。考える良いきっかけになったと感じた。

・売り手はだんだん高い物を売ろうとしてくることが分かった。

・薬物を使う人は「ワクワクするから」という単純な考えをしていたということが分かった。

・薬物を乱用して、一度死んでしまった細胞は元に戻らないということが分かって一度でも乱用してはいけない理由が分かりました。

Q.「薬物乱用ダメ。ゼッタイ。」に参加したことをうけて、将来の自分にいかしていきたいことを書いてください。

・睡眠薬は水に溶けると青色になることを覚えておこうと思ったし、好きなことやストレスの発散場所を増やして薬物に関わらなくても充実している人生になるようにいろんな事にチャレンジしていこうと思う。

・薬物乱用しないためにも趣味をたくさんつくって逃げ道をつくっておくと思う。

・「たった1回だから大丈夫」その油断を1回ならと思ってしまったら自分のためにならないから、絶対にしないでおこうと思った。ストレスがたまっても発散したいときは趣味を増やして好きなことに熱中できるようにしておこうと思った。



Q.「元気が出るよ」「1回くらい平気だよ」「人生は経験だよ」と薬物に誘われた時、どのように対応しますか。

- ・きっぱり断る。
- ・その場から逃げて通報する。
- ・「大丈夫です」と言ってその場を離れたり、話を変えたりする。(不安そうに弱そうに話すのではなく強気で話す)
- ・「薬物を使ったら犯罪だから使わない」と言う。
- ・物理的に距離をとる。違法だということを言ってきっぱりと断る。