

「薬物乱用防止教室」 レジメ

(中学校：50分版)

	内 容	備 考
導 入	<p>【私たちのまわりの地域の人々】</p> <p>保護司とは</p> <p>【薬の基本的な知識】</p> <p>「どんな時に、薬を使いますか？」⇒病気・けが</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬は、病気・けがを早く治すのに役立つ ・薬には、リスク（副作用）もある <p>⇒薬は、①病気やケガの時 ②用法・用量を守って使うことが大切</p>	<p>薬は、「決まりを守って使う」ことが大切</p>
本 題 (前半)	<p>【薬物乱用】とは ⇒薬を正しく使わないこと</p> <p>① 薬を、病気やケガを治すこと以外に使うこと 決められた用法・用量を守らずに使うこと</p> <p>② 法律で禁止されている薬物を使うこと →1回でも薬物乱用</p> <p>※「乱用される危険な薬物」紹介</p> <ul style="list-style-type: none"> ・覚せい剤 ・大麻 ・麻薬（MDMA） ・危険ドラッグ ・医薬品 ・シンナー等の化学薬品 	<p>薬物乱用について説明</p> <p>注意違法薬物だけではなく、私達の身近にある医薬品にも乱用はある</p> <p>（最近、若者の間で流行っている大麻については、誤った知識を持たないように、詳しく説明）</p> <p>（市販薬の OD(OverDose)についても説明）</p>
	<p>【薬物乱用の本当の恐ろしさ（弊害）】</p> <p>① 身体、特に脳への永続的なダメージ 薬物は大切な脳を壊す</p> <p>② 強い依存性 耐性と依存性 薬物依存症 フラッシュバック</p> <p>③ 社会的影響が大きい 影響は「私だけ」にとどまらない</p> <p>※（法律で禁止されている薬物の場合、犯罪）</p>	<p>代表的な薬物乱用の弊害について説明</p>

<p>(後半)</p>	<p>【薬物乱用をしないために、 正しい知識を持って、「断る」勇気の練習】 「友人や先輩、大好きな人から誘われたらどうしますか？」</p> <p>【誘われた時の断り方】</p> <p>ポイント</p> <p>①ハッキリ断る ②その場を離れる</p> <p>【「ダメ。ゼッタイ。君」と一緒に考える 4つの断り方】</p> <p>① 基本 理由を言って⇒NO ② きっぱり⇒NO ③ 断りにくい時の NO⇒その場を離れる ④ 動作で示す NO⇒その場を離れる</p>	<p>LST(ライフスキルトレーニング)を活用した 「断る練習」 ※付箋に各人が 「断りの言葉」を書き 皆の「断る勇気」を 一枚の紙に表示、 最後に発表して確認</p>
	<p>【保護司の体験談】</p>	
<p>まとめ</p>	<p>【薬物乱用を防止するために】</p> <p>① 薬物乱用は、身近な問題との認識をもつこと 正しい知識を持つことが大切 ② 断る(逃げる)勇気をもつこと ③ 気になっていることは家族や先生に相談</p> <p>あなたの心や身体を大切に！ 安易に薬物に手をだすのはやめましょう！</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>薬物乱用のない社会を！</p> </div>	