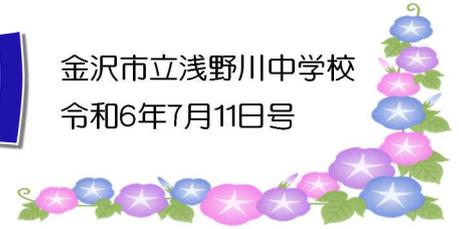


1年学年だよ

金沢市立浅野川中学校
令和6年7月11日号



「薬物乱用防止講座 ～喫煙と依存症～」

7月4日（木）に浅野川中学校の学校医である井澤先生より、薬物・喫煙・依存症についてお話をいただきました。スマホ、ゲームの依存症についても話を聞き、決して他人事ではないことを再確認することができました。講座後の振り返りの中から、みなさんの感想の一部を紹介いたします。また、保護者の皆様方からも多くのコメントをいただきました。ご協力ありがとうございました。

スマホ依存症や買い物依存症などだれでもなる可能性があるので気をつけたいと思いました。喫煙が身体に及ぼす害では肺が真っ黒になったり、指が腐って壊死したりしている画像を見て、たばこが二十歳からだと言われている意味がよくわかりました。 1組 Kさん

もしたばこを友達に誘われたらすぐに断りたいと思いました。そして、身の回りにあるスマホは依存症になりやすいので気をつけたいと思います。大人になってもこのことを忘れずに注意していきたいです。 2組 Tさん

これから大人になって、たばこをどれだけすめられても絶対に断ろうと思いました。たばこの危険さがわかったので気をつけようと思いました。たばこを吸い続けた結果を見て、自分もこうなりたくないと思いました。 3組 Kさん

たばこやギャンブル以外にもネットなど自分の身近なものでも依存症になることがあるのが改めてわかりました。自分が何かの依存症にならないためにはまず、依存症の怖さを知ることがいいと思いました。 4組 Kさん

依存症にもたくさん種類があり、スマホ依存症やゲーム依存症など身近にある依存症には気をつけたいと思った。自分が気づかないうちに依存していると思うからそうならないように工夫をしていきたい。 5組 Nさん

薬物乱用防止講座をうけてみて、大人になって友達に誘われたりしても絶対に薬物に手を出さないと考えた。そして、友達が薬物を使おうとしているときはやめた方がいいと注意しようと思った。たばこは周りの人たちにも迷惑がかかるから僕は絶対に吸わない。 6組 Tさん

ギャンブルやたばこだけではなく、スマホも依存症があり、成績が悪くなったり、たばこでひどい場合は手や足を切断したりすることもあると聞いて、依存症の怖さを改めて感じました。これからは時間に気をつけながらスマホを使ったり、たばこを絶対に吸わないようにしたいと思います。今回聞いた話を家族や友達などに話して、自分や友達が依存症にならないように気をつけたいと思いました。 7組 Yさん

保護者の方からのコメント

- ・たばこを吸える年齢になってもたばこを吸いたくないと思ってくれて安心しました。一度吸い始めると大人でもなかなか抜け出すことはできません。自分の体と心を大切にできる大人になってほしいです。
- ・子供とネット依存症（使い方）について話すきっかけとなり、よかったです。今は週1日メディア禁止 Day をつくりがんでいます。子供自身が「ヤバイかも…」と思って取り組んでほしいのでこの講座で改めて気持ちを引き締めたようでよかったです。
- ・親子での日常会話で伝えることが難しい内容をわかりやすく伝えていただき、本人も健康への関心、たばこの健康被害など関心を持つきっかけになり感謝しています。