

平成19年度 長期研修研究報告

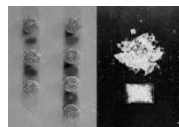
資料編

実感を伴う生きた知識を身に付け、行動化への意欲と態度の育成を目指した保健学習

- セルフエスティームを大切にした学習を通して -



シンナー



覚せい剤



大麻



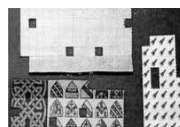
コカイン



ヘロイン



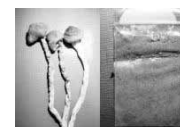
MDMA



LSD



ケタミン



マジックマッシュルーム

神奈川県立体育センター 中学校長期研修員  
大和市立光丘中学校 山内 辰徳

## <目 次>

1	学習カード	1
2	プレゼンテーションスライド	7
3	薬物乱用経験者手記	15
4	事前・事後アンケート	16
5	事後（授業）アンケート	18

## 振り返りノート

<1時間目>

3年2組 番.

<なぜならば、酒に手を出してしまうのだと思いますか？>

- |  |
|--|
| ① 夢中になって勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)                       |
| ② 今日の勉強は楽しかったですか (はい どちらでもない いいえ)                            |
| ③ 「もっと知りたい、もっと調べたい」と思ったことがありましたか (はい どちらでもない いいえ)<br>具体的に:   |
| ④ もっと続けて勉強したいと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)                        |
| ⑤ 自分から進んで勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)                      |
| ⑥ 自分の意見を持つことができましたか (はい どちらでもない いいえ)                         |
| ⑦ 「～を知りたい」、「～をはっきりさせたい」と思いながら勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)  |
| ⑧ 今日の勉強は、大切な事柄だと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)                      |
| ⑨ 今日の勉強で、これからの生活に役に立つことがあったと思いますか (はい どちらでもない いいえ)<br>具体的に:  |
| ⑩ 「あっ、わかった」とか「ああ、そうか」と思ったことがありましたか (はい どちらでもない いいえ)<br>具体的に: |
| ⑪ 新しい発見や驚きがありましたか (はい どちらでもない いいえ)<br>具体的に:                  |

<今日の授業の感想・質問>

<先生から>

## <今日の確認>

お酒には、主にどんな成分が含まれているのだろう？

長い期間お酒を飲み続けると、どんな影響があるのだろう？

一度に大量のお酒を飲むと、どのような影響があるのだろう？

なぜ中学生はお酒を飲んではいけないのだろう？

たばこの煙の中にはどのような有害物質が含まれているのだろう？

たばこを吸ったとき、体にはどのような影響が現れるのだろう？

なぜ中学生はたばこを吸ってはいけないのだろう？

## 振り返りノート

<2時間目> 3年2組 番.

<なぜ薬物に手を出してしまうのだと思いますか？>

① 夢中になって勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
② 今日の勉強は楽しかったですか	(はい どちらでもない いいえ)
③ 「もっと知りたい、もっと調べたい」と思ったことがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
④ もっと続けて勉強したいと思いましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑤ 友達と助け合って学習できましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑦ 友達から教えてもらったり、助けてもらったりしましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑨ 自分から進んで勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑪ 自分の意見を持つことができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑫ 「～を知りたい」、「～をはっきりさせたい」と思いながら勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑬ 今日の勉強は、大切な事柄だと思いましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑭ 今日の勉強で、これからの生活に役に立つことがあると思いましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
⑮ 「あっ、わかった」とか「ああ、そうか」と思ったことがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
⑯ 新しい発見や驚きがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:

<感想・質問>

<先生から>

## <薬物乱用について>

### 1 薬物乱用とは、

( )が目的でない薬物を不正に使用したり、( )を目的以外で使用する事。  
( )回の使用で、乱用になる。

### 2 なぜ薬物の乱用は厳しく禁止されているのだろう？

### 3 薬物を乱用すると、心身にどんな影響が現れるだろう？

心	体
---	---

### 4 乱用される薬物は、どのようなものがあるのだろう？

- シンナー (興奮・抑制・幻覚)系  
脳や歯が溶けたりする。
- 覚せい剤 (興奮・抑制・幻覚)系  
1回の使用でも(呼吸)が止まったり、(脳)の血管が破れたりする。
- 大麻 (興奮・抑制・幻覚)系  
(性機能)の障害や、(気管支炎)・白血球の減少などが起こる。
- 麻薬 (興奮・抑制・幻覚)系  
1回の使用でも止められなくなる。

### 5 薬物を乱用すると、社会的にはどのような影響があるのだろう？

( )の形成を妨げ、( )不適應をもたらす。



( )・( )・性犯罪・( )などを起こすことがある。

### 6 薬物乱用経験者の手記を読んで、共通していることを挙げてみよう。

## 振り返りノート

<3時間目> 3年2組 番, 名前

喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為を助長する代表的な2つの要因は何ですか？  
また、それぞれの主な内容を挙げましょう。

要因1 ( )	要因2 ( )
主な内容 ・ ・ ・	主な内容 ・ ・ ・

<たばこ、酒、薬物に手を出さないためには何が大切だと思いますか？>

- |   |     |
|---|-----|
| ① 夢中になって勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)                      |     |
| ② 今日の勉強は楽しかったですか (はい どちらでもない いいえ)                           |     |
| ③ 「もっと知りたい、もっと調べたい」と思ったことがありましたか (はい どちらでもない いいえ)           | 具体: |
| ④ もっと続けて勉強したいと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)                       |     |
| ⑤ 友達と助け合って学習できましたか (はい どちらでもない いいえ)                         |     |
| ⑥ 友達の意見を聞いて一緒に考えることができましたか? (はい どちらでもない いいえ)                |     |
| ⑦ 友達から教えてもらったり、助けてもらったりしましたか (はい どちらでもない いいえ)               |     |
| ⑧ 自分から進んで勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)                     |     |
| ⑨ 自分の意見を持つことができましたか (はい どちらでもない いいえ)                        |     |
| ⑩ 「～を知りたい」、「～をはっきりさせたい」と思いながら勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ) |     |
| ⑪ 今日の勉強は、大切な事柄だと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)                     |     |
| ⑫ 今日の勉強で、これからの生活に役に立つことがあると思いましたか (はい どちらでもない いいえ)          | 具体: |
| ⑬ 「あっ、わかった」とか「ああ、そうか」と思ったことがありましたか (はい どちらでもない いいえ)         | 具体: |
| ⑭ 新しい発見や驚きがありましたか (はい どちらでもない いいえ)                          | 具体: |

<感想・質問>

<先生から>

### 前回の復習

喫煙・飲酒・薬物乱用などの行為を助長する代表的な2つの要因は何ですか？  
また、それぞれの主な内容を挙げましょう。

要因1 ( )	要因2 ( )
主な内容 ・ ・ ・	主な内容 ・ ・ ・

その他 .

### 振り返りノート

<4時間目>

3年2組 番.

① 夢中になって勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
② 今日の勉強は楽しかったですか	(はい どちらでもない いいえ)
③ 「もっと知りたい、もっと調べたい」と思ったことがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
④ もっと続けて勉強したいと思いましたが	(はい どちらでもない いいえ)
⑤ 友達と助け合って学習できましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑥ 友達の意見を聞いて一緒に考えることができましたか?	(はい どちらでもない いいえ)
⑦ 友達から教えてもらったり、助けてもらったりしましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑧ 自分から進んで勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑨ 自分の意見を持つことができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑩ 「～を知りたい」、「～をはっきりさせたい」と思いながら勉強することができましたか	(はい どちらでもない いいえ)
⑪ 今日の勉強は、大切な事柄だと思いましたが	(はい どちらでもない いいえ)
⑫ 今日の勉強で、これからの生活に役に立つことがあると思いましたが	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
⑬ 「あっ、わかった」とか「ああ、そうか」と思ったことがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:
⑭ 新しい発見や驚きがありましたか	(はい どちらでもない いいえ) 具体的に:

<質問等>

<先生から>

# 自分カード

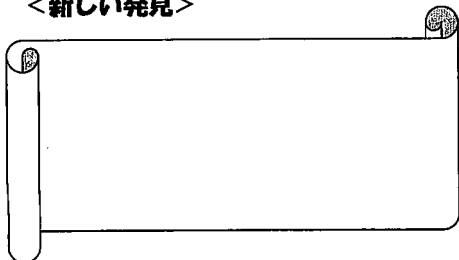
3年2組 番名前 \_\_\_\_\_

<自分のいいところ・好きなどころを書いてみよう!>

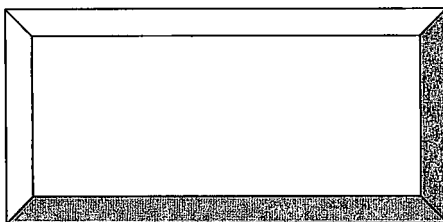
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

<友達から見た、自分のいいところ・好きなどころ>


<新しい発見>



<感じたこと>



<幸せって何だろう>

- ・
- ・
- ・

<幸せな生き方って何だろう>

- ・
- ・
- ・

<幸せな生き方をするためにはどんな心の持ち方が必要なのだろう>  
(薬物等を使用しないためにはどんな心の持ち方が大切なのだろう)

- ・
- ・
- ・



( )

が大切

||

<感想>

# 振り返りノート

<5時間目>

3年2組

番.

<薬物等に手を出してみたいと思いますか？>

<その理由も書いてください。>

- ① 夢中になって勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ② 今日の勉強は楽しかったですか (はい どちらでもない いいえ)
- ③ 「もっと知りたい、もっと調べたい」と思ったことがありましたか 具体的に：
- ④ もっと続けて勉強したいと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑤ 友達と助け合って学習できましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑥ 友達の意見を聞いて一緒に考えることができましたか？ (はい どちらでもない いいえ)
- ⑦ 友達から教えてもらったり、助けてもらったりしましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑧ 自分から進んで勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑨ 自分の意見を持つことができましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑩ 「～を知りたい」、「～をはっきりさせたい」と思いながら勉強することができましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑪ 今日の勉強は、大切な事柄だと思いましたか (はい どちらでもない いいえ)
- ⑫ 今日の勉強で、これからの生活に役に立つことがあると思いましたか 具体的に：
- ⑬ 「あっ、わかった」とか「ああ、そうか」と思ったことがありましたか 具体的に：
- ⑭ 新しい発見や驚きがありましたか (はい どちらでもない いいえ) 具体的に：

<今日の感想・質問>

<先生から>

喫煙・飲酒・薬物乱用を誘う社会の状況に対して、どのように対処したらいいだろう？

・広告・宣伝・CMなどのイメージや演出

・インターネット・サイトなどの誘い

・先輩・友達からの誘い

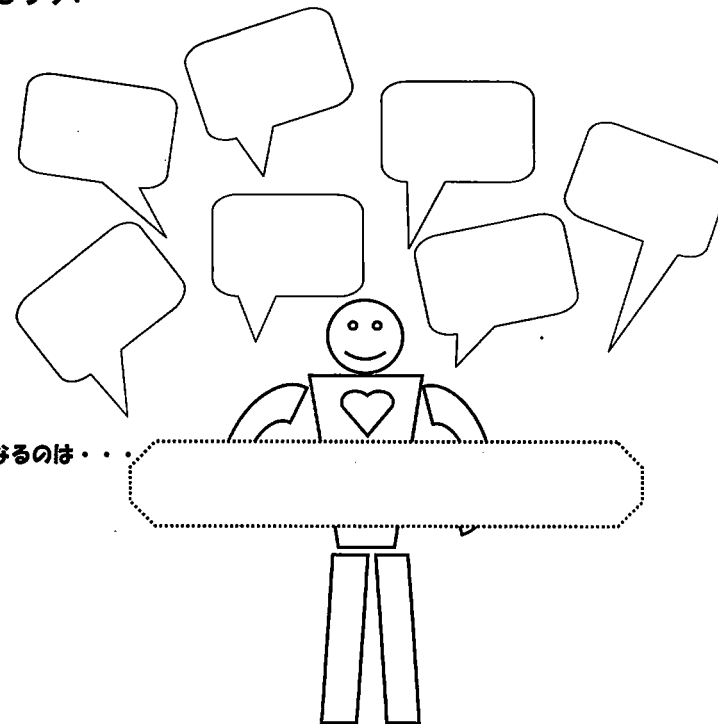
喫煙・飲酒・薬物乱用に走りやすい心理状態に、どのように対処したらいいだろう？

・嫌なことがあったり、イライラしたり、ストレスがあるとき

・自分のなかで興味や好奇心が大きくなってきたとき

・自分なんかどうなってもいいやっ！と思ったり、投げやりな気持ちでいるとき

喫煙・飲酒・薬物乱用などをに走りやすい状況や状態に対処するためには何が大切だろう？



土台となるのは・・・



# 喫煙と健康

## たばこの良いところ

- ・頭がスッキリする
- ・カッコいい
- ・やせる など

↓  
気がする だけ

## たばこの悪いところ(害)

- ・がんになる
- ・早く死ぬ
- ・煙いが臭い
- ・肌が荒れる など

喫煙は、  
体にどのような  
影響があるか？

## たばこの煙

- ・(4000)種類以上の化学物質
- ・(200)種類以上の有害物質
- ・(43)種類の発がん物質

## たばこの煙

- ・代表的な有害物質
  - ・ニコチン
  - ・一酸化炭素
  - ・タール

## ニコチン

- ・毒性が強い
- ・体全体の血管を収縮させる  
=心臓への負担が大きくなる
- ・強い依存性がある  
=なかなかやめられなくなる

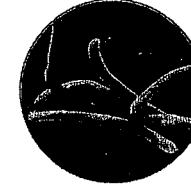
## イトミズの実験



水中に、2mgのニコチンを注入

## イトミズの実験

10秒後



けいれんし、硬直状態

## イトミズの実験

60分後



体が巻貝状態に収縮。血管が破れる。

## イトミズの実験

60分後



内臓が圧縮。各組織が破壊され、死ぬ。

## イトミズの実験

10秒後



10分後



60分後



### 脱疽(だっそ)



ニコチンによる  
血管収縮で、  
抹消の組織が  
死んでしまう

### 一酸化炭素

・酸素の約300倍のスピードで、  
ヘモグロビンと結合  
=体中に十分な酸素が運ばれない



運動能力の低下  
記憶力や判断力の低下

### 静脈の内壁



正常



コレステロールが  
沈着

### タール

・発がん性物質  
・「ヤニ」とも呼ばれる

### のどの粘液



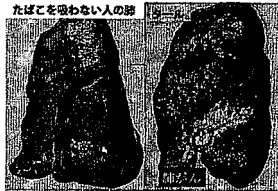
非喫煙者



喫煙者

### 成長期の喫煙が肺ガン死を招く

たばこを吸わない人の肺



東京大学医学部付属病院 産科の先生提供

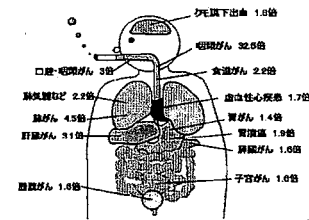
### 喫煙の急性影響

のどの痛み  
肌荒れ  
心臓への負担  
食欲不振  
頭痛・めまい  
皮膚温低下  
血圧上昇  
吐き気・せき  
息切れ  
運動能力の低下

### 喫煙を長い年月に渡って続けると...

がんになりやすい

### 吸わない人に比べ、 病気になる確率が何倍も...



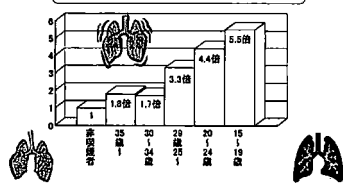
# なぜ未成年者の喫煙はいけないのか？

## 未成年者の喫煙

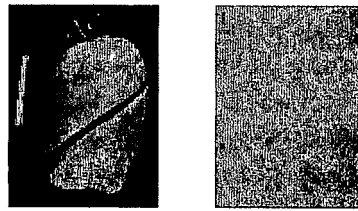
- 未成年者(心身の発育・発達期)  
=喫煙の悪影響を強く受ける
- 喫煙開始年齢が早く、喫煙期間が長いほど、**がんや病気**になりやすくなる

## 吸い始める年齢が早いほど...

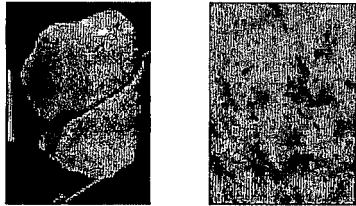
喫煙開始年齢と肺がん死亡率



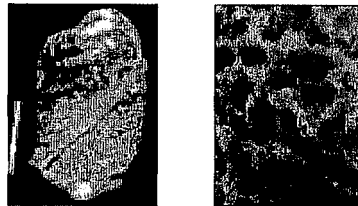
## 非喫煙者の肺



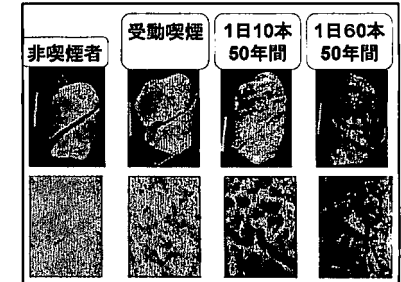
## 非喫煙者(夫が喫煙者) =受動喫煙



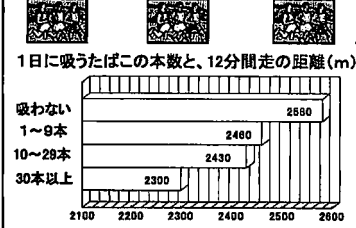
## 喫煙者(1日10本、50年間)



## 喫煙者(1日60本、50年間)



## すぐ苦しくなって走れない!



## 双子の姉妹?



なぜ、たばこ・お酒に  
手を出してしまう  
中学生がいるの  
だろう?

## 飲酒と健康

### お酒の良いところ

- 気分転換・ストレス解消
- 血行が良くなる
- ぐっすり寝れる など  
ただし…(条件)
- 大人
- 頻度と量が、ほどほど(適度)

### お酒の悪いところ(害)

- 酔っぱらい
- 体に悪い
- アル中 など

飲酒は、  
体にどのような  
影響があるか？

## お酒の成分

• お酒の成分

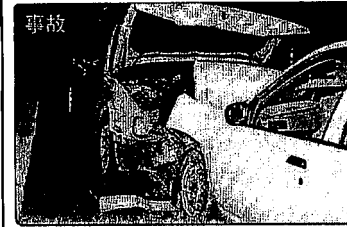
= **アルコール**

(エチルアルコール)

### アルコールの特徴

- 中枢神経の働きを低下させ、  
思考力・自制心・運動能力を低下させる
- 暴力・交通事故 など

### 飲酒運転による交通事故



### アルコールの特徴

- 一度に大量に飲むと…
- 急性中毒  
= 意識障害や死亡すること

### アルコールの特徴

- 依存性がある  
\* 依存=それなしではいられない状態
- 毎日ぐでんぐでんに飲む  
= アルコール依存症
- 脳や肝臓などに障害

### アルコール依存症の進行プロセス

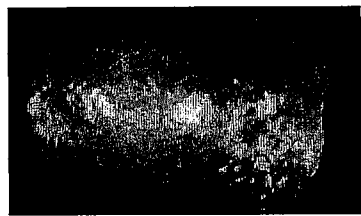


- 身体依存
- 耐性
- 精神依存
- 探索行動

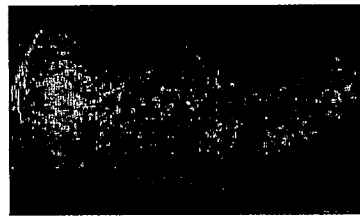
### 正常な肝臓=レバー



脂肪肝



肝硬変



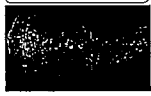
正常な肝臓



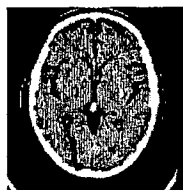
脂肪肝



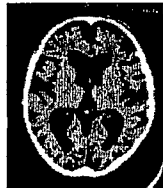
肝硬変



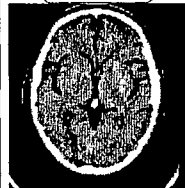
正常な脳



アルコール依存症の脳



正常な脳

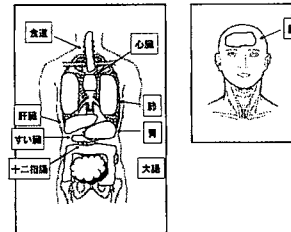


アルコール依存症の脳



脳が萎縮してしまっている！！

飲酒の害



なぜ未成年者の飲酒はいけないのか？

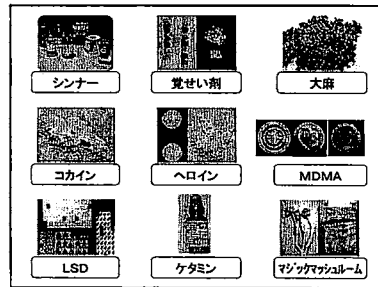
未成年者の飲酒

- ・未成年者(心身の発育・発達期)  
=アルコールの悪影響を強く受ける

- ・脳や肝臓などの器官に障害が起こりやすい
- ・依存症になりやすい

## 薬物乱用と健康

## 薬物って何？



## 薬物乱用とは

- (医療) が目的でない薬物を不正に使用したり
- (医薬品) を目的以外で使用すること
- \* (1) 回の使用で、乱用になる

## なぜ薬物乱用はいけないのか？

### 薬物の特徴

#### 天使の顔と、悪魔の顔

- 乱用している時は・・・
- 最初は、ハイな気分・自信が増す・幸せな気分・眠くなる など
- しかし、錯乱状態や急死することも

### 薬物の特徴

#### 天使の顔と、悪魔の顔

- 薬が切れると・・・
- 痛み・吐き気・疲労感など
- 強い依存性と耐性も
- 止めるのが難しくなる
- 使用する量が増えてくる

### 薬物の特徴

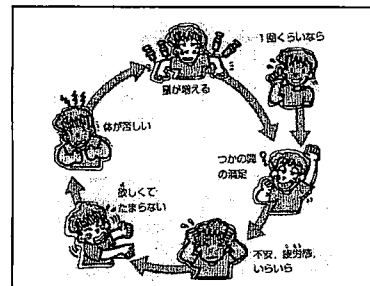
#### 天使の顔と、悪魔の顔

- 乱用を続けると・・・
- 臓器破壊や精神の錯乱・人格破壊などの、身体的・精神的障害

### 薬物の特徴

#### 天使の顔と、悪魔の顔

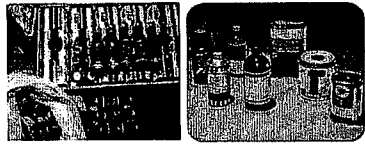
- 乱用を止めることができて・・・
- 破壊された脳細胞は、戻らない
- フラッシュバック
- = 後遺症は一生残る



### 作用による分類

- 抑制系薬物  
シンナー・トルエン・あへん・ヘロイン・アルコール
- 興奮系薬物  
覚せい剤・コカイン・MDMA・ニコチン
- 幻覚系薬物  
大麻・LSD・MDMA

**有機溶剤  
(シンナー・トルエンなど)**



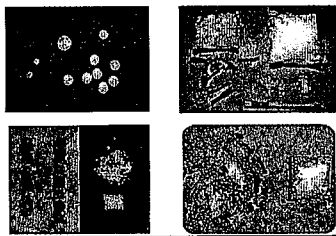
呼び名:アンパン・純トロ など

**有機溶剤:(シンナー・トルエンなど)  
の影響**

<抑制系薬物>

- ・ボーっとする感じ・体が軽くなる・気分が良くなる
- ・脳が縮む・視力低下・精神錯乱など

**覚せい剤**

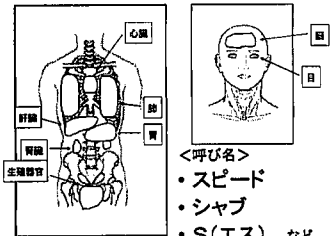


**覚せい剤の精神的影響**

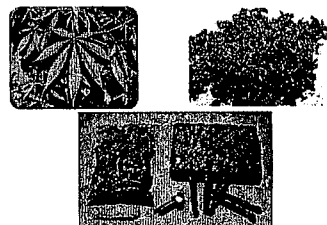
<興奮系薬物>

- ・乱用すると・・・  
気分が高まる・自信が増す・疲れがとれたように感じる
- ・薬がきれると・・・  
激しい脱力感・疲労感・ゆううつ感
- ・乱用が続くと・・・幻覚や妄想
- ・乱用を止めても・・・フラッシュバック現象

**覚せい剤の身体的影響**



**大麻(マリファナ)**

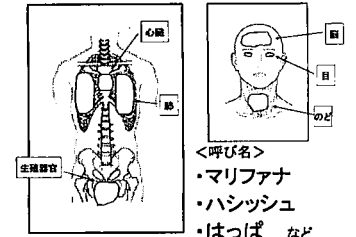


**大麻(マリファナ)の精神的影響**

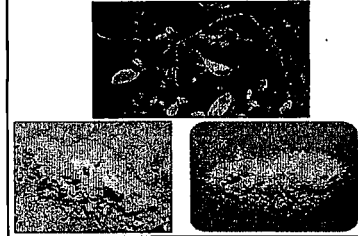
<幻覚系薬物>

- ・乱用すると・・・  
感覚が異常・精神が錯乱状態になる  
幻覚や妄想が現れたりする
- ・乱用が続くと・・・  
思考力の低下・無気力
- ・乱用を止めても・・・  
長期に渡るフラッシュバック現象

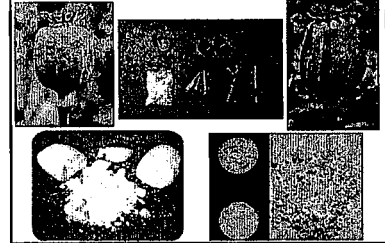
**大麻(マリファナ)の身体的影響**



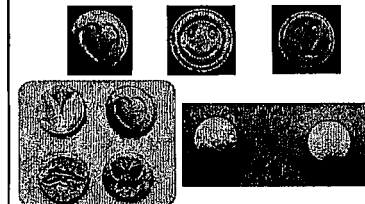
**コカイン(コカ系麻薬)**



**ヘロイン(あへん系麻薬)**



**MDMA(合成麻薬)**



**MDMA(合成麻薬)の  
精神的影響**

<興奮系・幻覚系薬物>

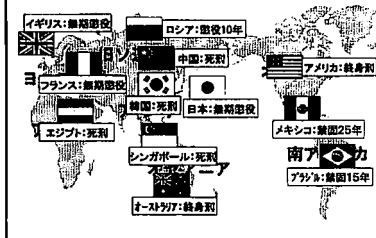
- ・強い依存性
- ・幻覚や幻聴・錯乱状態

### 薬物乱用の社会的悪影響

・(人格)の形成を妨げ、(社会)的不適応をもたらす

殺人・放火・性犯罪・交通事故

### 薬物に関する各国の最高刑



### 薬物に手を出したら・・・

行き着く先は、3つ

- ①: 刑務所
- ②: 病院
- ③: 棺おけ

なぜ、薬物に手を出してしまうのだろう



## 薬物乱用経験者の手記

### ①「やせたい一心で覚せい剤を使って」 (20歳 女性)

私はダイエットに関することはほとんど試してみましたが、どれも効果はありませんでした。そんな折、職場の同僚の「すぐにやせられる薬があるよ」・・・この一言が私の理性を狂わせてしまい、そのやせる薬というのが覚せい剤であるということなども全く考えもせず、その薬を頼んでしまったのです。

初めて覚せい剤を使ったときは、体の血がスーッと引いて、体が軽くなり、頭が冴えていくような錯覚に陥ったのです。そして、使い始めてから3日くらいでやせることはできましたが、一方で、体がだるくなると覚せい剤を使わずにはいられない体にもなっていました。覚せい剤が切れかかると自分ではどうしようもなく苛立ち、母や妹に八つ当たりをし、時には警察官に見られているような幻覚まで見えるようになっていました。

こんな自分に嫌気が差してきたものの自分ではどうすることもできず、覚せい剤を使い続けていたところ、警察に逮捕されてしまったのです。

逮捕後に留置所に面会に来てくれたやつれた母の顔を今でも忘れることができません。母が帰った後、「私はなんて馬鹿なことをしてしまったのだろう」と一人泣き崩れました。私は、やせたいとの思いから安易に覚せい剤に手を出してしまったのですが、「もし逮捕されていないだったら、今頃どうなっていたのだろう」と考えるとゾッとする思いです。

今は、一日も早くこの世から覚せい剤や他の乱用者がいなくなることを願っています。

### ②「家族の絆」 (19歳 女性)

家族に対する反抗心から、私は中学生でシンナーを吸引、喫煙、家出等を繰り返すようになりました。私は、様々な不満を非行という形で紛らわし、補導されるたびに警察に迎えに来てくれる親に対しても「ごめんね」という言葉すら言いませんでした。

半年前に中等少年院を退院した私は、覚せい剤関係者の家に入り出すようになりました。家族に助けてほしいという気持ちを素直に表現できなかった私は、仕事も長続きせず、全てを家族のせいにして覚せい剤を使用し、身も心もズタズタになってしまいました。

しかし、このような生活に歯止めをかけてくれたのが保護司の先生でした。私は先生に家族との行き違いや悩みを話し、覚せい剤に関わっていることを相談したのです。

そして私が出した結論は、今までのことを自ら清算することだったのです。私は逮捕されてはじめて涙を流し続けました。この涙は、友達と会えなくなったり自由な生活ができなくなったという理由ではありません。今まで自分勝手に生きてきた自分の行動が、どれだけ周りの人に心配と迷惑をかけていたのかやっと気がつき、愚かな自分が悲しくて涙が止まらなかったのです。私がこのような中途半端な生活をするようになったのは、家族が私の気持ちを理解してくれないのではなく、私自身が家族の気持ちを理解し受け入れようと努力しなかったのが原因だと痛感したのです。

私は、再び中等少年院での生活を送ることとなりました。退院後は、これまでたくさんの心配と迷惑をかけてきた家族や保護司の先生に恩返しをしたいと思っています。これからは家族の絆を大切に、思いやりの心を持って生きていこうと思っています。

### ③「友達の死」 (30歳 男性)

私は、最初は友達の誘いで興味本位から覚せい剤に手を出しました。そして、覚せい剤の何とも言えない快感を味わい、その後頻りに打つようになりました。誰にも迷惑をかけていないし、いつでも止められるだろうと思っていたので、本当に軽い気持ちで使用していたのです。しかし、この考えが間違っていたことを今回の事件で思い知らされたのです。

一緒に覚せい剤を使っていた友達が突然訳の分からないことを言い出し、暴れ狂い、私は誰かに助けてもらおうと思いましたが、私自身が覚せい剤を使っていたので警察にも病院にも友達を連れて行くことができません、自分自身も気が狂いそうになったので、そのまま友達の様子を見ていたのです。しかし、気がついたときには友達は目を開けたまま車の中で息を引き取っていました。まさか覚せい剤で人が死んでしまうとは思いませんでしたし、死んだことさえ信じられず、覚せい剤の幻覚のせいだと思いましたが、現実には厳しく、友達は帰らぬ人になっていました。覚せい剤の中毒で死んでしまったのです。

覚せい剤を打ったときの気持ちは言葉では言い表せないものですが、その代償はあまりにも大きく、また、覚せい剤の恐ろしさは経験した者でなければ分からないと思います。今回、私は今までの人生を留置所の中で振り返っていますが、覚せい剤を覚えてからの私の生活は乱れ、友達もだんだんと減り、今まで何をしてきたのかと後悔の気持ちで一杯です。もし私に覚せい剤を止めようという気持ちがあれば、友達を死なせることはなかったと思います。

今では、死んだ友達のためにも覚せい剤を止め、覚せい剤を止めさせる立場の人間になることが、一番の供養になると思い、これからの人生を歩んでいきたいと思っています。

### ④「好奇心と後悔」 (21歳 男性)

私は夢を追って3年前の春、故郷を離れ大学に入学したのです。「勉強」、「友達」、「クラブ活動」。大学生活は本当に楽しく有意義なものでした。私が大麻と出会うまでは・・・

大学2年の春、友達の家に泊まったときのことです。私は、その友達から誘われて初めて大麻を吸いました。すると、いつの間にかニヤニヤしている自分に気づき、音楽が気持ちよく入ってきて、友達と一緒に大笑いしてしまいました。それからの私は、毎日大麻漬けの生活でした。私は、親からの仕送り、奨学金、それらの生活費で大麻を買い、それだけではとどまらず、大学のほかの友達にまで大麻を広めてしまいました。

悪いことはできません。私は警察に逮捕され、また、私のせいで友達もたくさん逮捕されてしまいました。自分のしたことの重大さを今改めて痛感しています。

しかし、私は家族の心を傷つけるという大きな罪を犯してしまいました。私には母がいます。母は私が幼い頃に父と離婚し、女手一つで私を育ててくれました。母は、留置場にいる私に何度となく面会に来てくれました。そのたびに流した母の涙は忘れません。私は、ただ「ごめん」と言うしかありませんでした。私を大学まで行かせてくれた母の気持ちを考えると、私は自分のやってしまったことを悔やんでも悔やみきれません。

私は「夢なら覚めて欲しい」「朝起きれば下宿の寝床であって欲しい」と毎日願いました。しかし、現実には、何度目か覚めても目に入ってくるのは留置場の暗い天井でした。人間は決して一人では生きていけません。これから私は人生のスタートを切ります。母の流した涙を忘れることなくしっかりと心に刻み込んで、新しい人生を送っていきます。

### 保健学習のアンケート

このアンケートは、「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」の授業を行うにあたって、基礎資料を得るために行っています。アンケート用紙に名前を書く必要はありません。また、回答は授業研究のために統計的に処理し、個人を特定することはありません。

\* Q3以降は、それぞれの質問について、当てはまると思う番号に ○ をつけてください。

- 5 = 「よくあてはまる」
- 4 = 「ややあてはまる」
- 3 = 「どちらともあてはまらない」「わからない」
- 2 = 「あまりあてはまらない」
- 1 = 「まったくあてはまらない」

また、 内には理由等を書いてください

<あなた自身のことについて質問します>

- Q1 性別を教えてください。                    ①男            ②女
- Q2 入部している部活動について教えてください。    ①運動部    ②文化部    ③入っていない
- Q3 自分のことが好きです。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q4 自分のことを大切にしています。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q5 自分は周りの人に認められています。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q6 自分は周りの人から好かれています。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q7 自分には親友がいます。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q8 自分には大切なものがあります。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q9 自分には打ち込めるものがあります。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q10 学校が楽しいです。                    ..... 5    4    3    2    1
- Q11 ストレスがあります。                    ..... 5    4    3    2    1

Q12 Q11で「5」・「4」と答えた人は、どのようなストレスですか？

Q13 Q11で「5」・「4」と答えた人は、どのようにストレスを解消していますか？

<次に、喫煙について質問します>

Q14 たばこは害があると思います。                    ..... 5    4    3    2    1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、どのような害があると思いますか？

Q15 たばこを吸いたいと思います。                    ..... 5    4    3    2    1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q16 たばこを勧められたら、吸うと思います。                    ..... 5    4    3    2    1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q17 友達がたばこを吸っていたら、とめると思います。                    ..... 5    4    3    2    1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q18 中学生でたばこを吸っている人はどんな理由でたばこを吸っていると思いますか？

Q19 どうすればそういった行動（たばこを吸う）をとらないと思いますか？

<次に、飲酒について質問します>

Q20 お酒は害があると思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、どのような害があると思いますか？

Q21 お酒を飲みたいと思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q22 お酒を勧められたら、飲むと思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q23 友達がお酒を飲んでいたら、とめると思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q24 中学生でお酒を飲んでいる人はどんな理由でお酒を飲んでいると思いますか？

--

Q25 どうすればそういった行動（お酒を飲む）をとらないと思いますか？

--

<次に、薬物乱用について質問します>

Q26 薬物は害があると思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、どのような害があると思いますか？

Q27 薬物を使用したいと思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q28 薬物を勧められたら、使用すると思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q29 友達が薬物を使用していたら、とめると思います。 ----- 5 4 3 2 1

「5」・「4」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

「2」・「1」に ○ をつけた人は、理由を書いてください

Q30 中学生で薬物を使用している人はどんな理由で薬物を使用していると思いますか？

--

Q31 どうすればそういった行動（薬物を使用する）をとらないと思いますか？

--

Q32 薬物を手に入れることは可能だと思います。 ----- 5 4 3 2 1

## 授業のアンケート

3年2組 \_\_\_\_ 番, 名前 \_\_\_\_\_

○をつけてください。

### 1 スクリーンを使った授業は、分かりやすかったですか？

すごく分かりやすかった 分かりやすかった どちらでもない 分かりにくかった すごく分かりにくかった

理由

### 2 薬物乱用者の手記を読んで、恐ろしさや悲惨さなどを感じとれましたか？

すごく感じとれた 感じとれた どちらでもない あまり感じとれなかった 全く感じとれなかった

理由

### 3 薬物模型を見て、薬物の存在が決して遠いものではないと思いましたか？

すごく思った 思った どちらでもない あまり思わなかった 全く思わなかった

理由

### 4 模造紙を使った取り組みでは、薬物乱用等の要因についての考えを深めることができましたか？

すごくできた できた どちらでもない あまりできなかった 全くできなかった

理由

### 5 「自分カード」では、自分の良いところや友達の良いところを発見することができましたか？

すごくできた できた どちらでもない あまりできなかった 全くできなかった

理由