

1月18日(木)

薬物乱用ダメ。ゼッタイ。教室

学校薬剤師の沖田先生を講師にお迎えし、6年生が薬物乱用やたばこの危険性について学習しました。

薬物のお話では・・・

- 薬物で傷ついた脳は治らない
- 健康の3原則（適度な運動、栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠）を意識して、薬物を必要としない生活をしよう
- 薬物を1回でも使用するとやめられなくなる（依存）



たばこのお話では・・・

- たばこには、タール（がんをつくる原因）やニコチン（やめにくくなる原因）などの有害物質が含まれている
- たばこを1本吸うと、命が5分30秒短くなる

今日の学習のまとめ

- 薬はルールを守って使用しよう
- 薬がいらない健康な生活をしよう
- 薬物をやり始めると、やめることができない
- 薬物は持っているだけで犯罪になる
- 薬物はすべてを奪ってしまう
- たばこは、周りの人にも害がある
- 誘われても、断る勇気をもとう



子どもたちから「薬物の怖さがよく分かった」「断る勇気の大切さが分かった」という感想があがりました。

沖田先生から子どもたち一人ひとりに、「受動喫煙にNO!!」という資料をいただきました。ぜひご家庭でご活用ください。