

令和6年度 第2回
中・義務教育・特別支援学校
若年教育研修1年目（体育・健康に関する指導）

薬物乱用防止教育の推進

令和6年9月18日（水）

福岡県体育研究所
指導主事 小塩 淑恵

本日の内容

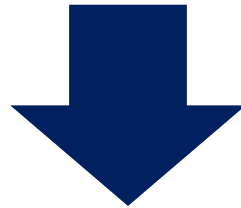
- 1 はじめに
- 2 体育・健康に関する指導について
- 3 薬物乱用防止教育の充実について
- 4 薬物乱用の現状
- 5 薬物乱用防止教育について
- 6 誰一人薬物に依存しなくてよい社会を目指して
- 7 終わりに

I はじめに

(教育の目標)

教育基本法 第二条 第一項 第1号

「幅広い知識と教養を身に付け、真理を求める態度を養い、豊かな情操と道徳心を培うとともに、**健やかな身体を養う**こと。」



中学校学習指導要領解説総則編

(3) 健やかな体(第1章第1の2(3))

2 体育・健康に関する指導について

中学校学習指導要領解説総則編 (P31)

(3) 健やかな体 (第1章第1の2(3))

学校における体育・健康に関する指導を、生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、保健体育科、技術・家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

2 体育・健康に関する指導について

中学校学習指導要領解説総則編 (P32～33)

(3) 健やかな体(第1章第1の2(3))

本項で示す体育に関する指導については、～(省略)～大切である。

健康に関する指導については、～(省略)～大切である。

また、安全に関する指導においては、～(省略)～重要である。

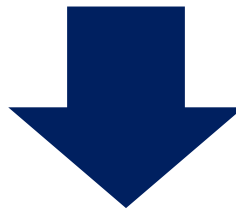
さらに、心身の健康の保持増進に関する指導においては、情報化社会の進展により、様々な健康情報や性・薬物等に関する情報の入手が容易になっていることなどから、生徒が健康情報や性に関する情報等を正しく選択して適切に行動できるようにするとともに、薬物乱用防止等の指導が一層重視されなければならない。

2 体育・健康に関する指導について

中学校学習指導要領解説総則編 (P34)

(3) 健やかな体(第1章第1の2(3))

なお、中学校にあっては、教科担任制を原則としているために、体育・健康に関する指導が保健体育科担当の教師に任されてしまうおそれがある。しかし、体育・健康に関する指導は、学校の教育活動全体を通じて適切に行われるべきものであり、その効果を上げるためには、保健体育科担当の教師だけでなく、全教職員の理解と協力が得られるよう、**学校の実態に応じて指導体制の工夫改善に努めるなど、組織的に進めていくことが大切である。**



教育活動全体, 全教職員で取り組む必要がある

3 薬物乱用防止教育の充実について

第六次薬物乱用防止五か年戦略（抜粋）

薬物乱用対策推進会議 令和5年8月

（1）学校における薬物乱用防止教育及び啓発の充実

- 薬物乱用防止教育の内容の充実強化
- 薬物乱用防止教育の充実強化
- 研修等を通じた指導方法・指導者の資質向上
- 大学等の学生等に対する薬物乱用防止のための啓発の推進
- 薬物乱用少年の早期発見・補導等の推進

3 薬物乱用防止教育の充実について

○ 薬物乱用防止教育の内容の充実強化

- ・ 学校における薬物乱用防止教育は、小学校の体育科、中学校及び高等学校の保健体育科、特別活動の時間はもとより、道徳、総合的な学習の時間等の学校の教育活動全体を通じて指導が行われるよう引き続き周知を図る。
(文部科学省)
- ・ 児童生徒が、薬物乱用の危険性・有害性のみならず、薬物乱用は、好奇心、投げやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、断りにくい人間関係、宣伝・広告や入手しやすさなどの社会環境などによって助長されること、また、それらに適切に対処する必要があることを理解できるようにするため、指導方法の工夫が行われるよう一層の周知を図る。
(文部科学省)
- ・ 薬物の危険性・有害性等に関する科学的な知見に基づいた薬物乱用防止に関するパンフレットや教材等を作成・配布する。
(厚生労働省、警察庁、文部科学省)

4 薬物乱用の現状

○ 福岡県の大麻検挙者数

令和5年度 検挙人数

475人

20歳未満の検挙人数

109人

前年比+51人

大麻で、若者の検挙者が急増中

大麻での検挙者数が、近年増加しており、特に若年層の乱用が拡大しています。

4 薬物乱用の現状

警固界限（警固キッズ）



警固公園に集まる
10代の少年少女

家庭や学校に居場所がない

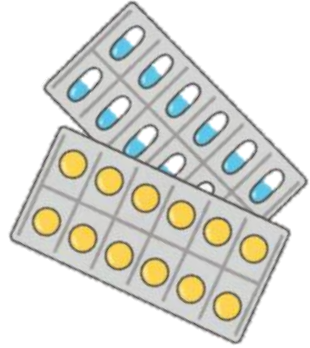
「生きていて楽しくなくて、自殺願望があった」

「中学1年生の頃から、市販薬を過剰摂取行為をしていた。
意識がもうろうとしていたが、死ねなかった。」

（西日本新聞 2023年9月20日）

4 薬物乱用の現状

薬物乱用とは・・・



医薬品を医療の目的から外れて使用したり、医療が目的でない薬物を不正に使用したりすること。

10代の一般用医薬品の乱用が問題視

20歳未満の喫煙、飲酒は、次のステップとなる薬物乱用の入口になりやすいことから、入門薬物（ゲートウェイドラッグ）ともよばれています。



喫煙や飲酒等、自身や周囲の人達、ひいては社会秩序の崩壊へつながり得る非行として、受け止めて対応することが求められます。

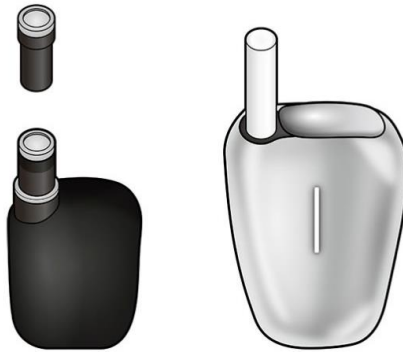
4 薬物乱用の現状

ゲートウェイドラッグ「喫煙」



紙巻たばこ（シガレット）

目にする機会も多い、たばこになります。



加熱式たばこ

たばこ葉を使用し、たばこ葉を燃焼させ、加熱によって発生する蒸気（たばこベイパー）を愉しむ製品です。



電子たばこ

たばこ葉を使用せず、装置内もしくは専用カートリッジ内の液体（リキッド）を蒸気加熱させ、発生する蒸気（ベイパー）を愉しむ製品です。

4 薬物乱用の現状

ゲートウェイドラッグ「飲酒」

酒税法 アルコール度数が、1%以上のもの ➡ 「酒類」と規定

ノンアルコール飲料 ➡ アルコール度数 0.00%

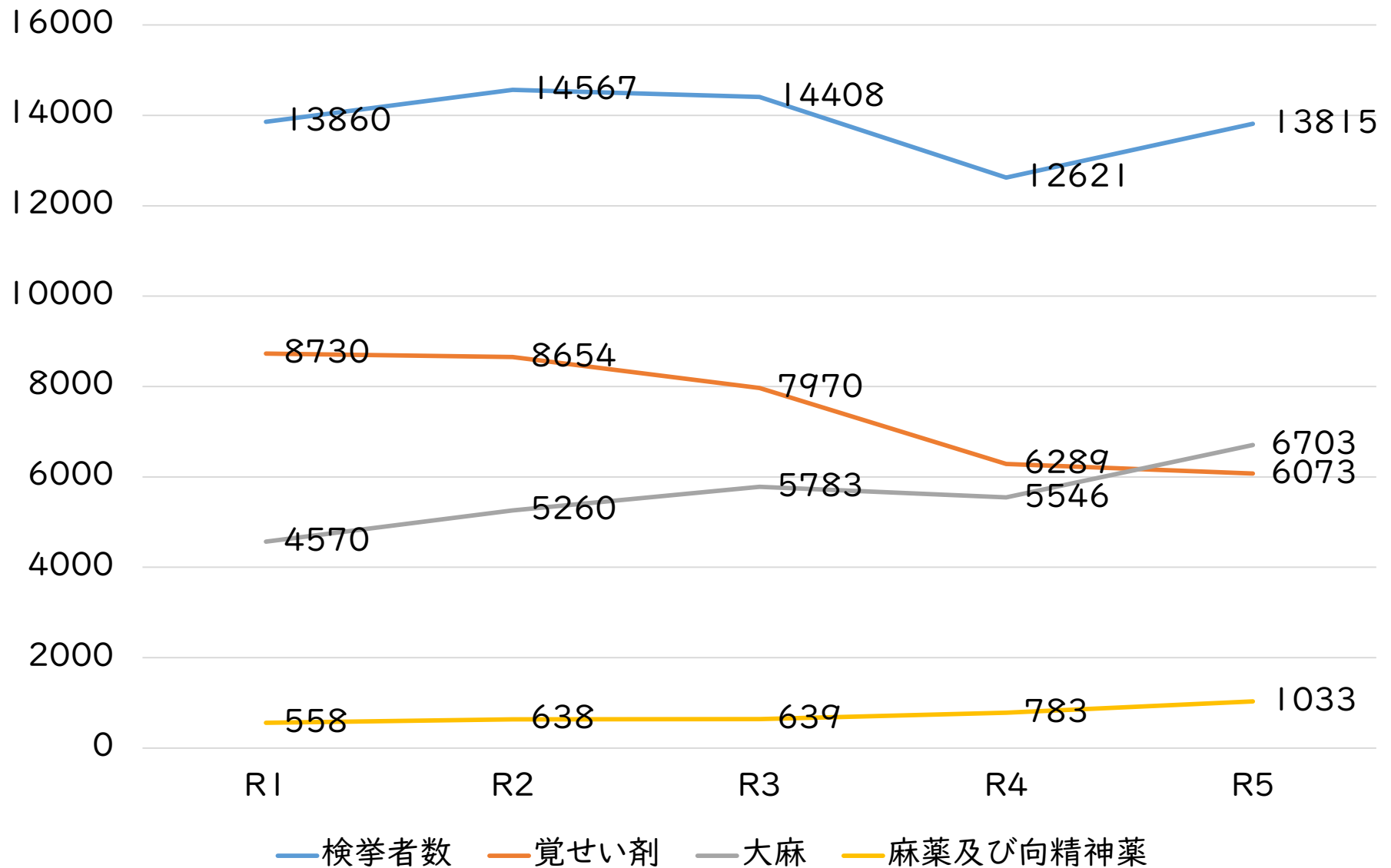


ノンアルコール飲料を子供が飲んでも法律上は問題はない。
飲料を作っている会社は、**20歳以上に向けた商品としている。**

「ノンアルコール飲料は、味や香りをお酒に似せているため、それを子供が飲むことで、アルコールを飲み始めるきっかけにある可能性がある」と指摘（アルコール健康医学協会）

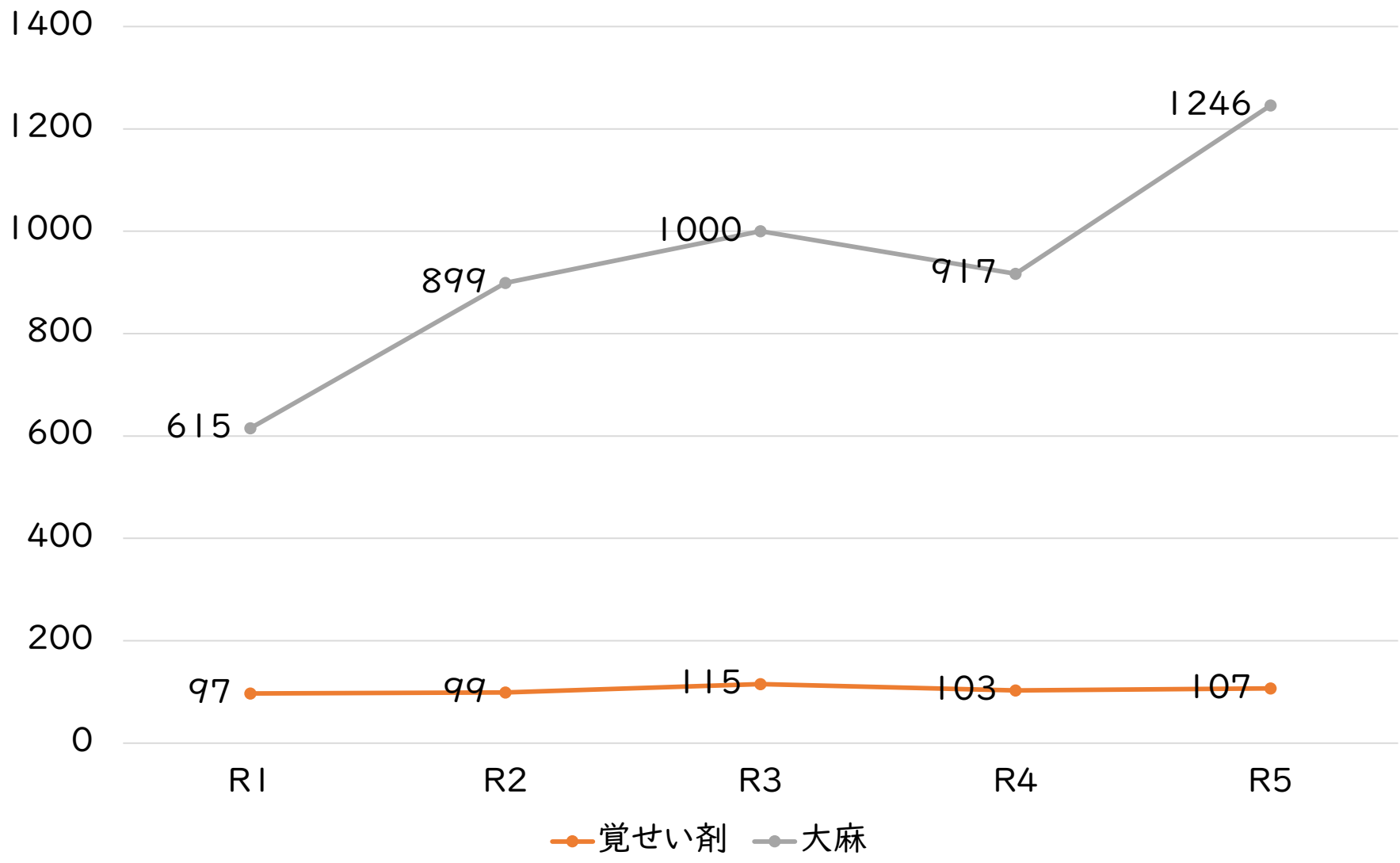
4 薬物乱用の現状

薬物による検挙者数（薬物別）



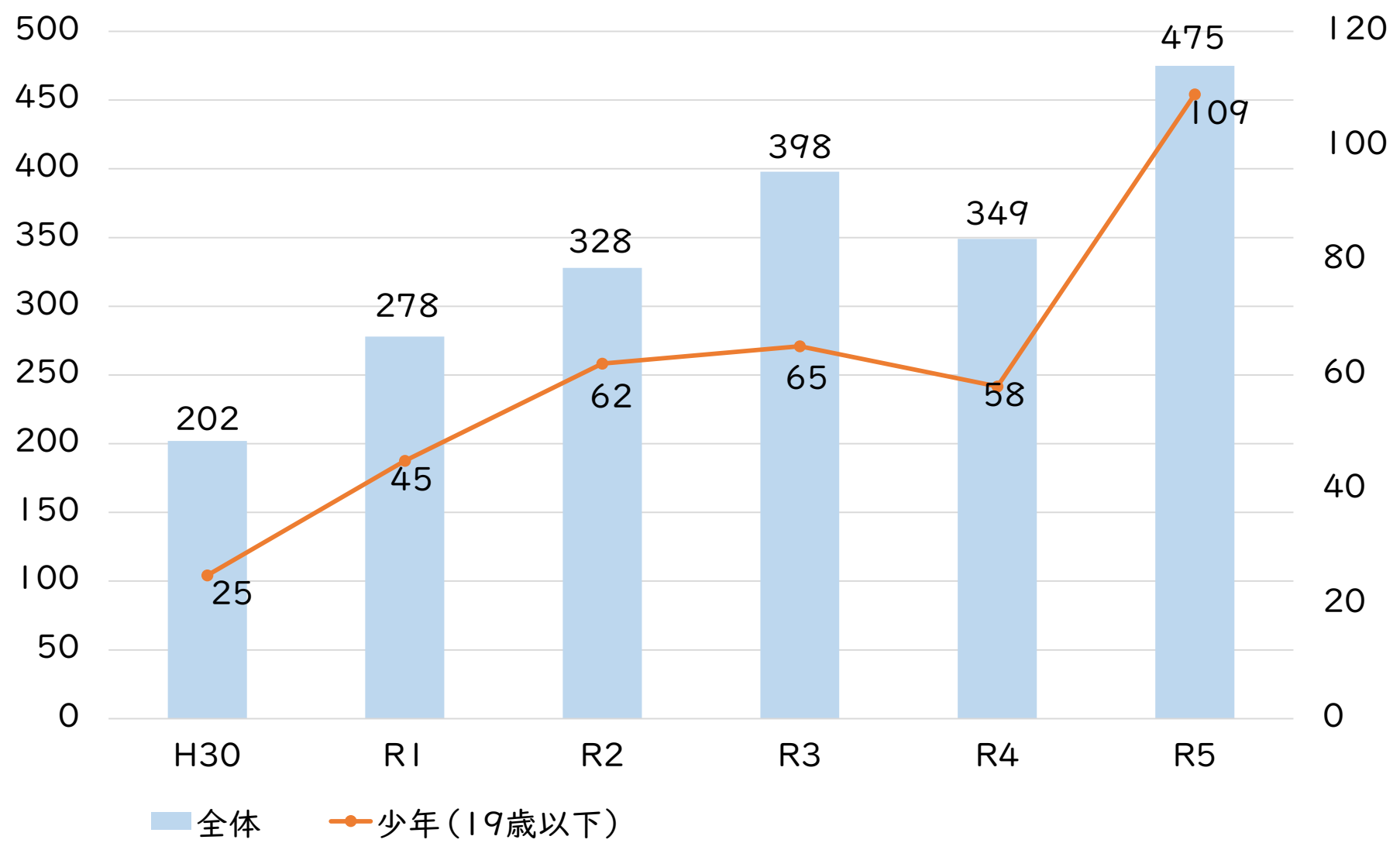
4 薬物乱用の現状

覚せい剤・大麻による検挙者数（20歳未満）



4 薬物乱用の現状

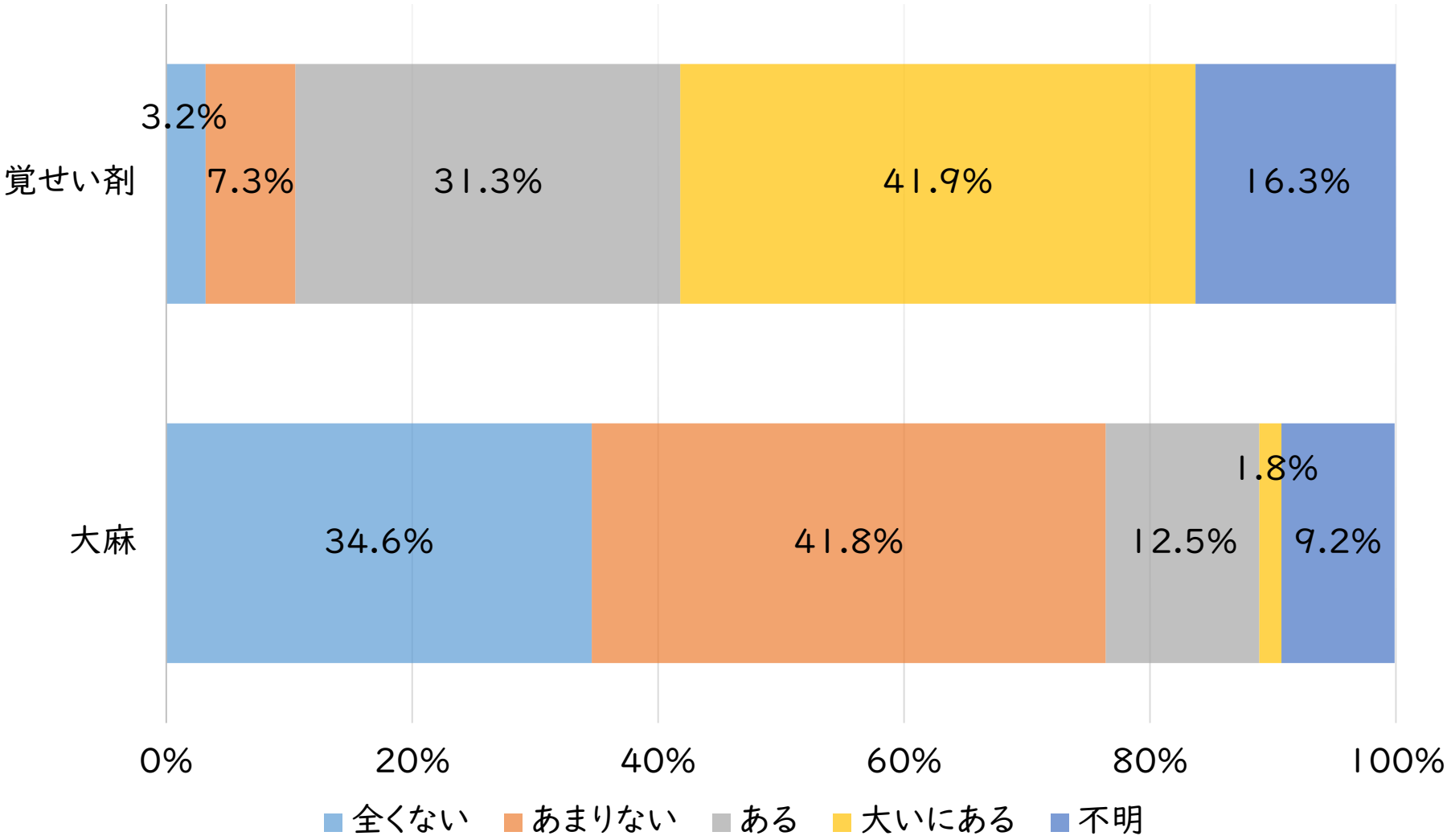
大麻による検挙者数（福岡県）



4 薬物乱用の現状

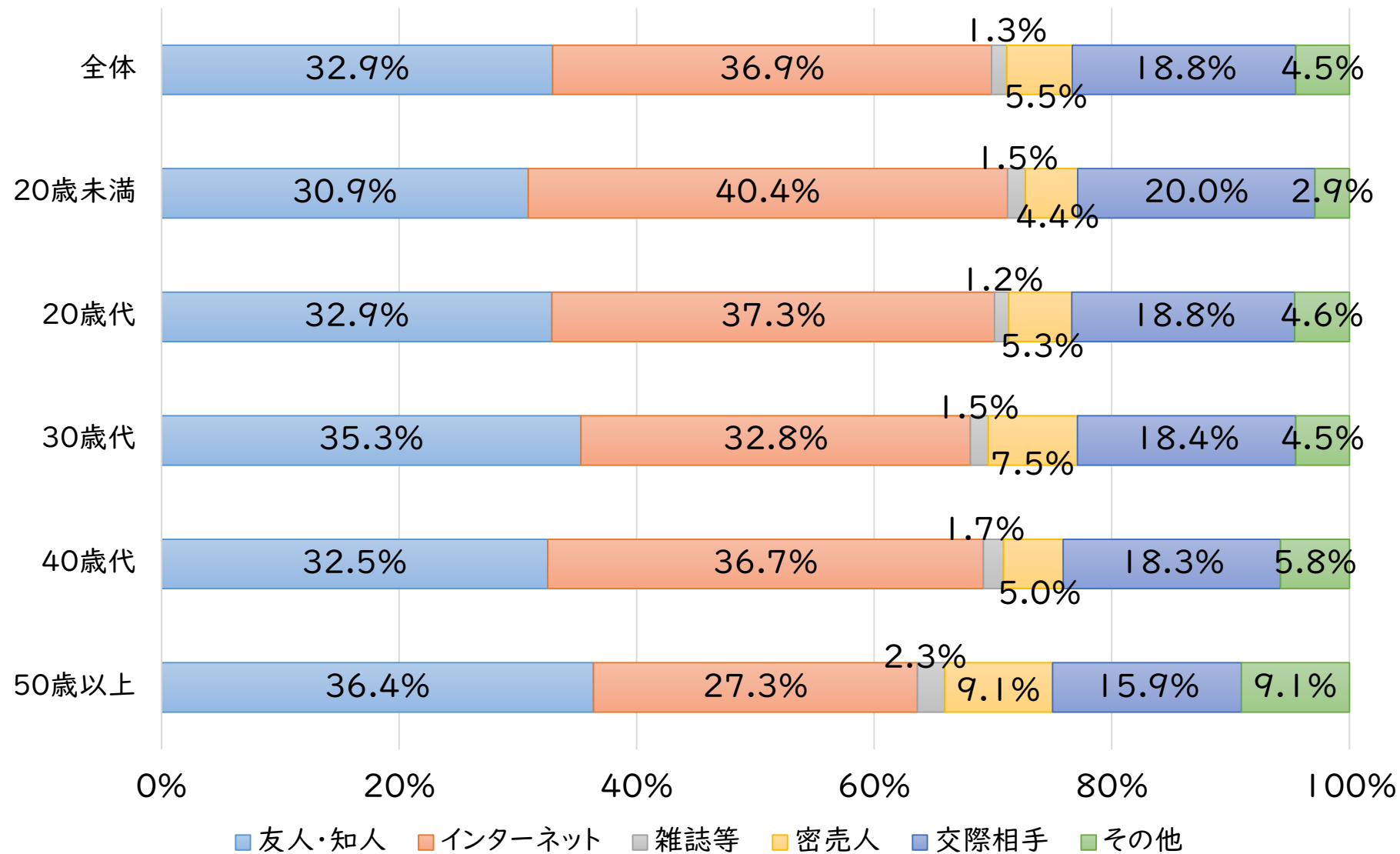
大麻と覚せい剤に対する危険（有害）性の認識の比較

令和5年の一定時期に度大麻取締法で検挙された者のうち、単純所持の者の大麻に対する認識



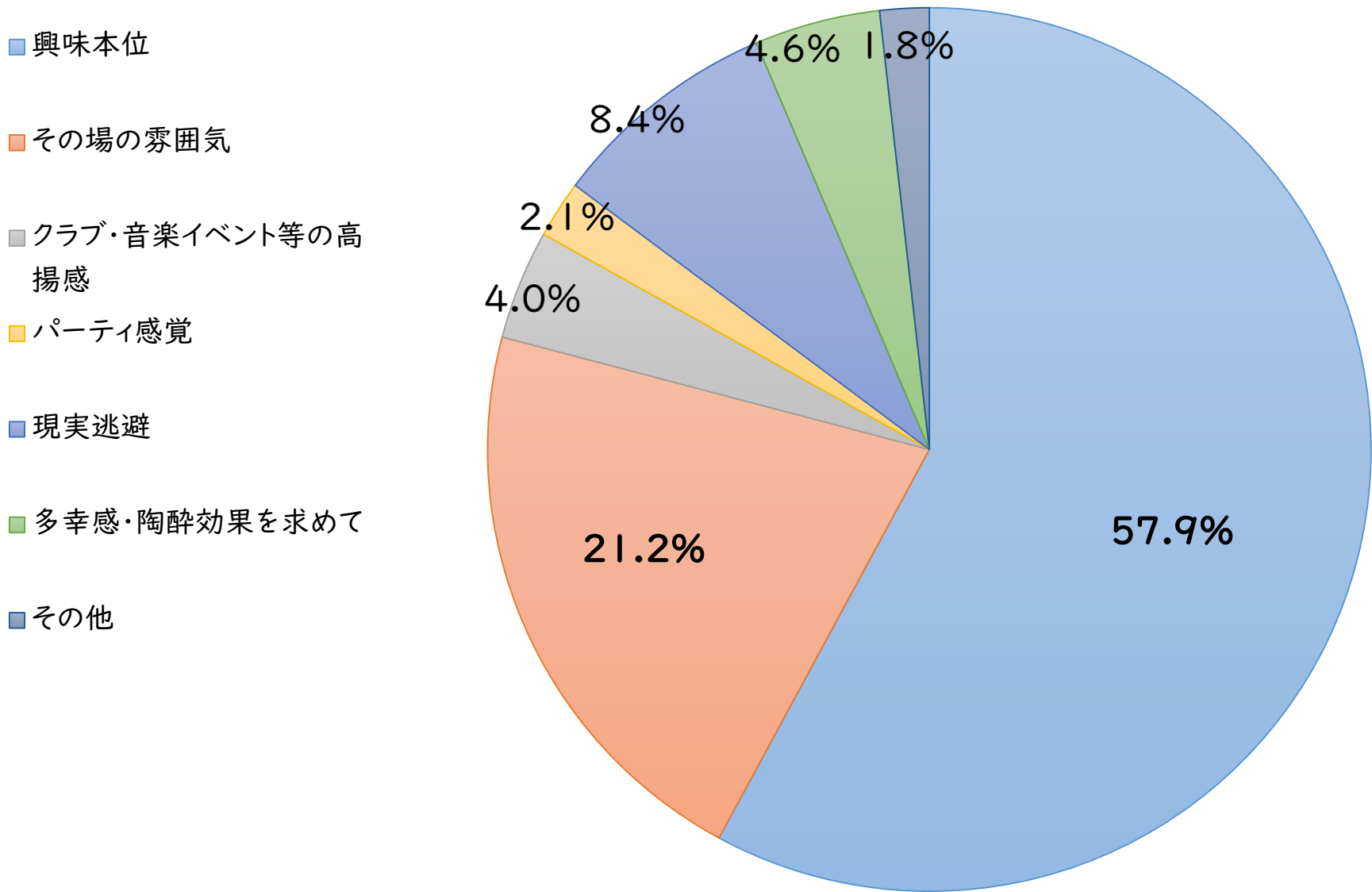
4 薬物乱用の現状

大麻に対する危険（有害）性を軽視する情報源



4 薬物乱用の現状

大麻を初めて使用した動機（20歳未満）



4 薬物乱用の現状（大麻）

大麻事犯の検挙者数6,482人



そのうち

10代・20代が
全体の7割を超える

※他の規制薬物に比べ若年層の割合が高い

4 薬物乱用の現状（大麻）

若年層を中心に検挙者数が増加している理由



「大麻には有害性がない」

「海外には大麻が合法の国もある」

大麻の乱用を軽視する傾向



4 薬物乱用の現状(大麻)

大麻の乱用による影響

知覚の変化
時間や空間の
感覚がゆがむ

学習能力の低下
短期記憶が
妨げられる

運動失調
瞬時の反応が
遅れる

大麻の有害性

精神障害
統合失調症やうつ病
を発症しやすくなる

大麻を長く使い続ける影響

IQ(知能指数)の低下
短期・長期記憶や
情報処理速度が下がる

薬物依存
大麻への欲求が
抑えられなくなる



大麻草



大麻パズ(花穂)



大麻(マリファナ)



5 薬物乱用防止教育について

効果的な薬物乱用防止教育

○ 知識やスキル等の育成が総合的に含まれている指導

喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育において、単発や限定的な内容の指導は教育効果が長続きせず、効果的な教育には、断続的に多様な内容を学べる教科横断的なカリキュラム、複数年度を視野に入れたカリキュラムなどが必要です。

「幅広いライフスキル」とは、意思決定スキル、コミュニケーションスキル、ストレス対処スキルや自尊感情等を幅広く取り上げることを示しています。



5 薬物乱用防止教育について

教科横断的な展開

1) 喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育の教科横断的な展開

喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育を学校の年間計画に位置付ける際には、保健体育科保健分野、特別活動、特別の教科である道徳、総合的な学習の時間など各教科の目標、内容を参考に立案してください。

指導方法については、講義形式や動画の視聴などに限らず、事例を用いた学習、ブレインストーミング、イメージマップ、グループワーク、養護教諭や学校薬剤師等の参画などの工夫ができます。

指導方法	健康課題やその解決のための具体的な活用例
ディスカッション	・特定のテーマなどについて、課題やその解決方法などを明らかにするために、意見交換したり、質疑応答などを行ったりする
ロールプレイング	・特定の場面などで登場人物の言動（演技）を観察して、役割の特性や役割に関わる言動などについて理解する ・自分で特定の役割を演じたり、他者の演技を観察、評価したりすることにより、役割に応じた対応の仕方（言動の仕方）を理解し、習得する
ケーススタディ	・特定の事例などについて、登場人物の気持ち、考え、行動、それらの背景要因等を明らかにするため、日常生活で起こりそうな場面について、考えたり話し合ったりする
養護教諭等との連携	・地域固有の健康課題や専門的視点からみた健康課題、その対策や解決方法について理解するために、関係者や関係機関が教育活動を行う

5 薬物乱用防止教育について

教科横断的な展開

2) 喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育と道徳教育との関連

学校における道徳教育は、教育基本法及び学校教育法に定められた教育の根本精神に基づき、人間としての生き方を考え、主体的な判断の下に行動し、自立した人間として他者と共によりよく生きるための基盤となる道徳性を養うことを目標としており、喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育とも密接に関連します。

特別の教科である道徳は、各教科、総合的な学習の時間及び特別活動における道徳教育としては取り扱う機会が十分でない道徳的価値に関わる指導を補うことや、生徒や学校の実態等を踏まえて指導をより一層深めること、相互の関連を捉え直したり発展させたりすることに留意して指導することが求められており、保健体育科保健分野、特別活動、総合的な学習の時間で行う喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育と関連して行うことで考えを深めることができます。

5 薬物乱用防止教育について

教育内容及び扱い方に関する留意点

薬物乱用防止教育に必要な内容及び配慮が必要な情報

(1) 薬物乱用防止教育に必要な内容

- 1 薬物乱用は限られた人や特別な場合の問題ではなく、誰の身近にも起こりうる問題であることが明快に述べられていること
- 2 法律および社会的ルールを守ることの大切さを明確な表現で伝えること
- 3 教師が伝えたい内容で一方的に構成するのではなく、対象となる生徒の興味・関心や理解力など、発育・発達段階を十分考慮した内容や指導方法であること
- 4 害や怖さのみを強調するのではなく、「薬物等の誘惑に負けない気持ちをもつことが充実した人生につながる」という積極的なメッセージが含まれること
- 5 生徒がおかれている地域や家庭環境を非難したり、酒やたばこを販売する職業を悪と決めつけたりするようなことはしないなど、生徒や家族を傷つける可能性のある内容は避けること

5 薬物乱用防止教育について

教育内容及び扱い方に関する留意点

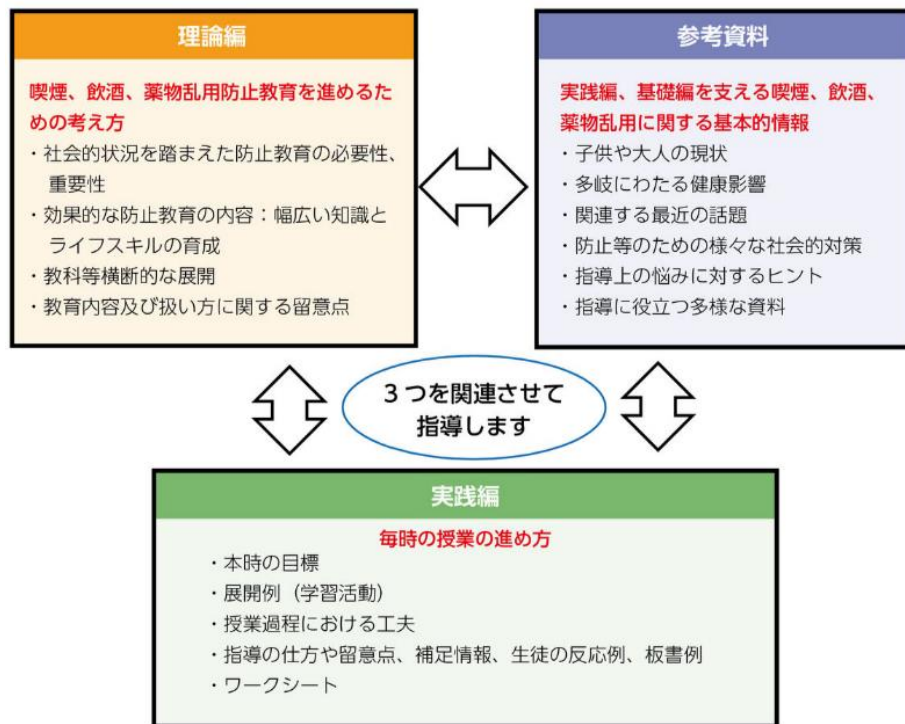
薬物乱用防止教育に必要な内容及び配慮が必要な情報

(2) 薬物乱用防止教育において配慮が必要な情報

- 1 薬物使用に関する行動を容認するような情報
- 2 乱用される薬物の入手方法や使用方法を教えるような情報
- 3 薬物乱用者や薬物依存患者の治療、更生、社会復帰のための情報
- 4 「合法ドラッグ」あるいは「薬物乱用とは何回も繰り返し薬物を使用することである」などの誤解を与える可能性のある情報
- 5 「薬物を使用するか否は本人（生徒）自身が決めることである」などという表現が使われている情報

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習に使用する資料



喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する教育は、保健体育科保健分野だけでなく、特別活動、総合的な学習特別の教科である道徳など、様々な教科・領域において指導することもあり得ることから、それぞれの教科・領域に適した指導案の作成の材料として活用できます。

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

《保健分野 第2学年》

～喫煙による自他の影響にはどのようなものがあるだろうか～

本時の目標

- ・たばこの煙の中には、有害物質が含まれていることや、急性影響が現れること、また、常習的な喫煙により疾病を起こしやすくなることを理解できるようにする。
- ・喫煙と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択できるようにする。

学 習 活 動	
導 入	1 たばこのイメージについて記入 ・たばこについて知っていることを各自でワークシートに記入する。
	2 本時の課題を確認する
展 開	3 喫煙すると体にどのような影響が起こるのかを知る。 ・毛細血管の収縮、心臓への負担、運動能力の低下など様々急性影響が現れる。 ・常習的な喫煙により、がんや心臓病など様々な疾病を起こしやすくなるとともに、依存症になりやすいこと。 ・有害物質の作用により、様々な影響がでてくること。 ・加熱式たばこや電子たばこなどもあるが、健康影響は十分にわかっていないこと。
	4 なぜ20歳未満は喫煙が禁止されているのか。 ・ワークシートの資料から喫煙期間と肺がんの危険性について読み取り、自分の感がえをまとめる。
ま と め	5 本時の学習を振り返る ・「路上喫煙」や「敷地内禁煙」を取り上げ、喫煙による周囲への影響についてグループで意見を出し合い、喫煙者へのメッセージを作成する。

演習① 「たばこについて知っていることを書こう」

たばこについて知っていることをワークシートに記入

演習② 「喫煙による体への影響を確認しよう」

「かけがえのない自分かけがえのない健康(文部科学省)」を参考に「急性影響」「慢性影響」「有害物質」を項目ごとに整理

演習③ 「喫煙者へのメッセージを考えよう」

「喫煙による体への影響」を基にして、「喫煙者本人への影響」と、「他者への影響」についてメッセージを記入

5 薬物乱用防止教育について「演習」

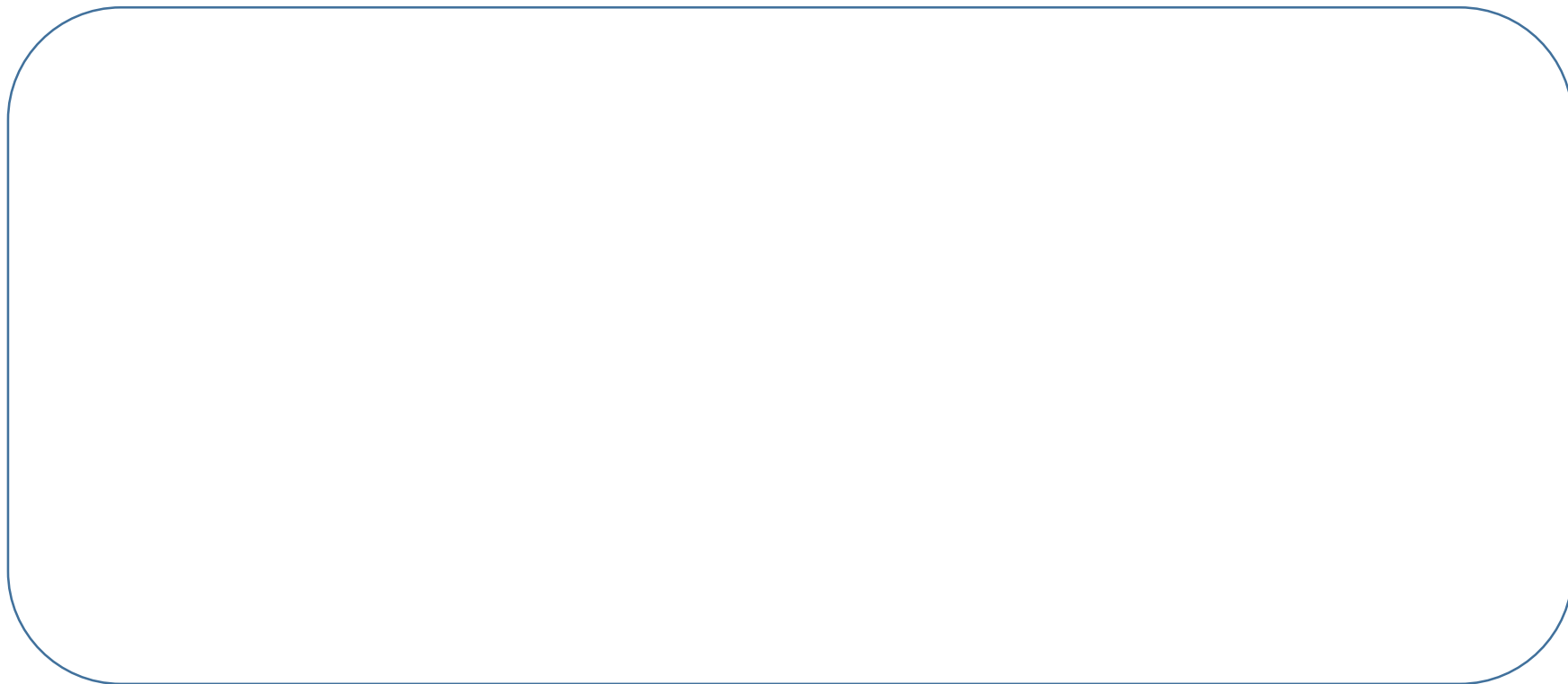
演習Ⅰ 「喫煙と健康」

《保健分野 第2学年》

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

【演習用 ワークシート】

Ⅰ たばこのイメージについて、できるだけたくさん書こう。



5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

《保健分野 第2学年》

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

【演習用 ワークシート】

2 喫煙すると体にどのような影響が起こるか調べよう。

(1) 急性影響について

(2) 慢性影響について

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」
～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

≪保健分野 第2学年≫

【演習用 ワークシート】

(3) 急性影響や慢性影響の原因となる、主な有害物質について

有害物質	影 響
ニコチン	
タール	
一酸化炭素	

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

《保健分野 第2学年》

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

【演習用 ワークシート】

3 なぜ20歳未満は喫煙が禁止されているのだろうか。

4 喫煙による他者への影響について考え、今日学習したことを踏まえて、喫煙者にメッセージを書こう。

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

《保健分野 第2学年》

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

(資料)



第3章 喫煙、飲酒と健康

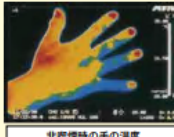
たばこの煙には様々な有害物質が含まれています！

たばこの煙の中には人間の体に悪い影響を与える物質が200種類以上含まれています。特に……

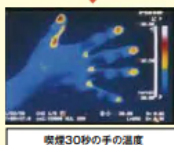
ニコチンは……
血液に入ると、血管を収縮させるので、心臓や血管の病気にかりやすくなります。また、喫煙がやめられなくなる原因とも言われています。

一酸化炭素は……
血液中のヘモグロビンと結合し酸素の運搬を妨害します。運動をすると息切れしやすくなるのはこのためです。また、体の中で酸素を最も必要とする脳が酸素不足になります。

タールは……
肺の中を汚します。がんの原因とも言われています。



非喫煙時の手の温度



喫煙30秒の手の温度

せき

年数	喫煙者 (%)	非喫煙者 (%)
1年未満	45	27
1年以上5年未満	50	24
5年以上10年未満	57	14

息切れ

年数	喫煙者 (%)	非喫煙者 (%)
1年未満	38	9
1年以上5年未満	44	13
5年以上10年未満	43	14

たん

年数	喫煙者 (%)	非喫煙者 (%)
1年未満	35	13
1年以上5年未満	57	6
5年以上10年未満	64	18

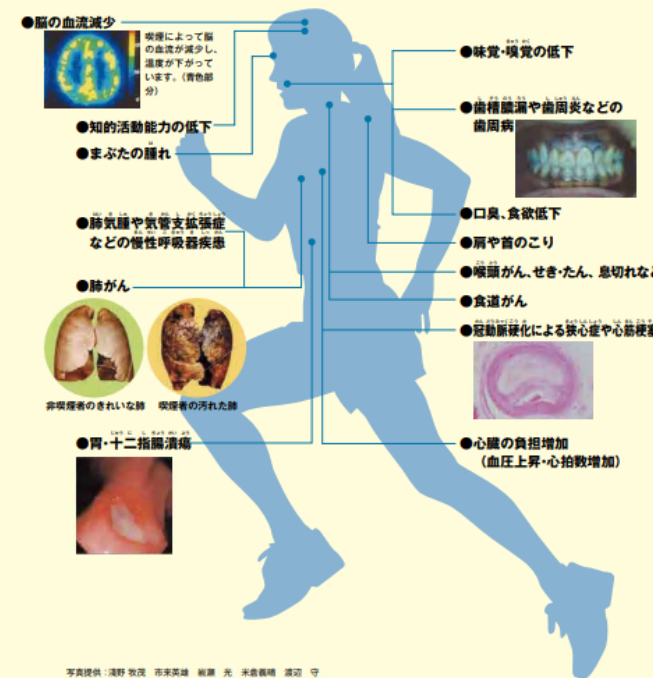
英国で中学生を対象として、たばこを吸う者と吸わない者を1年毎に3年間追跡調査した結果では、たばこを吸わない者に比べて、毎日1本以上たばこを吸い続けている者は、せき、息切れ、たんの自覚症状を訴える割合が高くなりました。特に、せきとたんではたばこを吸う年数が長くなるほど、自覚症状を訴える割合が高くなっていることが分かります。

(Adams G.1994)

第3章 喫煙、飲酒と健康

喫煙が引き起こす病気を知っていますか？

喫煙をすると、体に様々な悪影響が出ますが、長い間吸い続けると、さらにその影響は深刻になります。



- 脳の血流減少
喫煙によって脳の血流が減少し、温度が下がっています。(青色部分)
- 知覚活動能力の低下
- まぶたの腫れ
- 肺気腫や気管支拡張症などの慢性呼吸器疾患
- 肺がん
- 胃・十二指腸潰瘍
- 味覚・嗅覚の低下
- 歯槽膿漏や歯周炎などの歯周病
- 口臭・食欲低下
- 肩や首のこり
- 喉頭がん、せき・たん、息切れなど
- 食道がん
- 冠動脈硬化による狭心症や心筋梗塞
- 心臓の負担増加 (血圧上昇・心拍数増加)

喫煙者のきれいな肺 喫煙者の汚れた肺



写真提供：浅野 敦彦 市原英雄 飯田 光 津森義晴 渡辺 守

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるのだろうか～

《保健分野 第2学年》

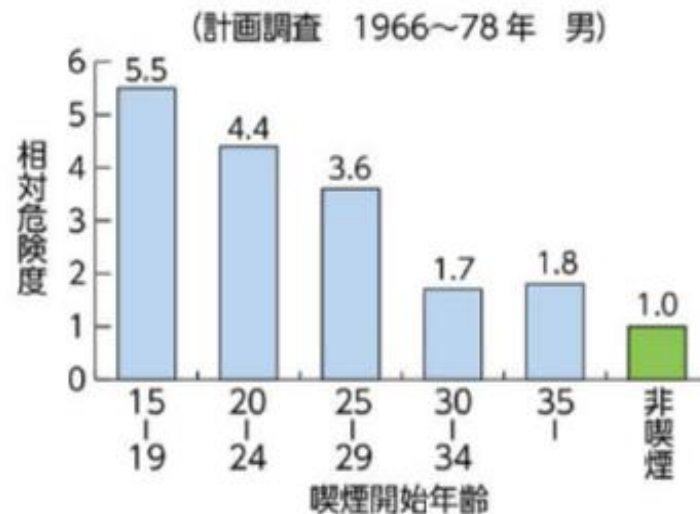
資料

資料

未成年者の健康影響について

- ・ 男性喫煙者の肺がんによる死亡は、非喫煙者の死亡率を1とした場合、喫煙者は4.5となる。
- ・ 喫煙開始時期が早いほど肺がんによる死亡の危険は高くなる。
- ・ 20歳未満（15-19歳）でたばこを吸い始めた喫煙者は非喫煙者に比べて5.5倍であり、成年に達してから吸い始めた場合よりはるかに肺がんによる死亡の危険が高い。

◆肺がんによる死亡の割合と喫煙開始年齢の関係



〔平山雄「予防ガン学」新宿書房 1980〕

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習Ⅰ 「喫煙と健康」

～喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるだろうか～

《保健分野 第2学年》

資料

(配付用ワークシート)

喫煙と健康

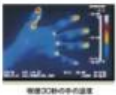
2年 組 番 氏名 _____

目標：喫煙による自他への影響にはどのようなものがあるだろうか

1 たばこのイメージについて、できるだけたくさん書こう。

2 喫煙すると体にどのような影響が起こるか調べよう。

(1) 急性影響について



(2) 慢性影響（長期間の喫煙が引き起こす病気）について



(3) 急性影響や慢性影響の原因となる、主な有害物質について

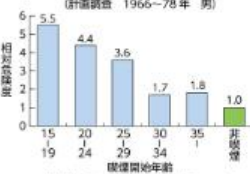
有害物質	影 響
ニコチン	
タール	
一酸化炭素	

(配付用ワークシート)

資料 未成年者の健康影響について

- 男性喫煙者の肺がんによる死亡は、非喫煙者の死亡率を1とした場合、喫煙者は4.5となる。
- 喫煙開始時期が早いほど肺がんによる死亡の危険は高くなる。
- 20歳未満（15-19歳）でたばこを吸い始めた喫煙者は非喫煙者に比べて5.5倍であり、成年に達してから吸い始めた場合よりはるかに肺がんによる死亡の危険が高い。

◆肺がんによる死亡の割合と喫煙開始年齢の関係
(計画調査 1966～78年 男)



【平山康「手続ガン学」新館書店 1980】

3 なぜ20歳未満は喫煙が禁止されているのだろうか。

4 喫煙による他者への影響について考え、今日学習したことを踏まえて喫煙者にメッセージを書こう。



5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

《保健分野 第2学年》

～どのような断り方があるのだろうか～

本時の目標

- ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心理状態、社会環境によって助長されること、それらに適切に対処する必要があることを理解できるようにする。
- ・喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。

学 習 活 動

導 入	1 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについて考え、意見をだしあう。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、好奇心、投げやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、断りにくい人間関係、宣伝・広告や入手しやすさなどの社会環境によって助長されることを確認する。
	2 本時の課題を確認する
展 開	3 喫煙、飲酒、薬物乱用の誘いに対して適切に対処する方法を考える。 ・ワークシートに、断りのセリフを記入し、グループ内で発表する。 ・グループに意見を聞いて、より適切な断り方を再度検討する。 ・グループを変えて発表し、様々なセリフがあることを確認し、学級全体で紹介し合う。
	4 本時の学習を振り返る ・喫煙、飲酒、薬物乱用の誘いから自分を守るためにできることを考える。 ・学習を振り返り、将来の自分に対して、喫煙や飲酒、薬物乱用に適切に対処するための「手紙」をワークシートに記入し、発表する。
ま と め	

演習① 「喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけとなる断りにくい状況について考えよう」

断りにくい状況についてワークシートに記入

演習② 「適切に対処する方法を考えよう」

シナリオについて、個人でワークシートに記入し、グループで共有

演習③ 「将来の自分にメッセージを書こう」

将来の自分に対して適切な対処をするように忠告するためのメッセージを記入

5 薬物乱用防止教育について「演習」

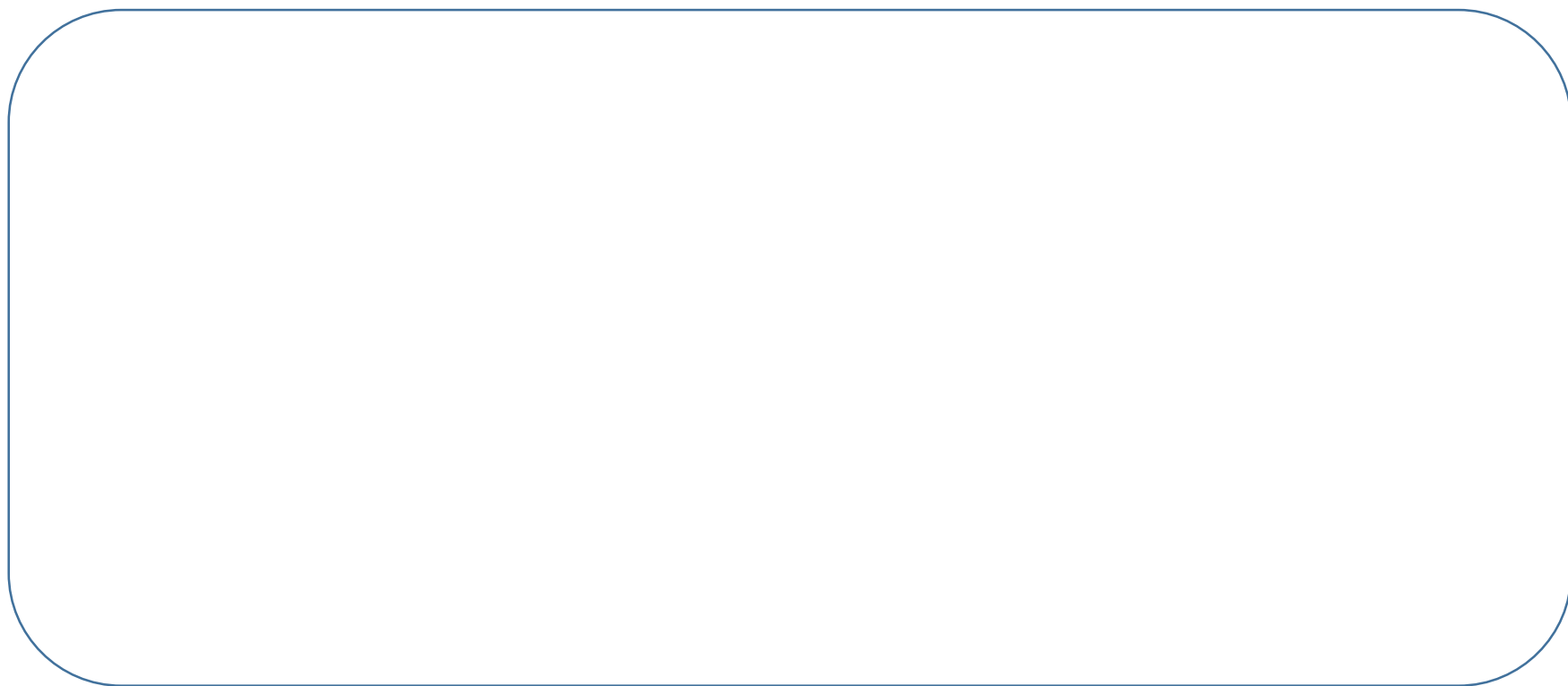
演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

～どのような断り方があるのだろうか～

《保健分野 第2学年》

【演習用 ワークシート】

喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけとなる「断りにくい状況」には、どのようなものがあるでしょうか。



5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

《保健分野 第2学年》

～どのような断り方があるのだろうか～

【演習用 ワークシート】

体育祭が大成功に終わり、その打ち上げパーティを友達の家ですることになった。
10人くらいの仲間で盛り上がっていると、友達Aが……。

A:これお酒だけど、甘くておいしいよ。これで乾杯しない？

私: _____

A:ちょっと飲むくらいなら、大丈夫だよ。みんな飲んでいるのに、一人だけ飲まないの？

私: _____

A:親や先生が怖いのか？誰にも言わないから大丈夫だよ。さあ、飲もうよ。

私: _____

5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

《保健分野 第2学年》

～どのような断り方があるのだろうか～

【演習用 ワークシート】

学力テストのことで親とけんかしてしまった。家にいるのが嫌だったので。夕方、家を飛び出した。ふてくされた気持ちで公園にいと、先輩二人が近づいてきた・・・。

A: どうしたの？元気がないね。ちょうど元気がでるサプリメント持っているから、あげるよ。

私: _____

B: 大丈夫だよ。ビタミン剤のようなものだから。

私: _____

A: みんな飲んでいるよ。君も飲んでみなよ。

私: _____

5 薬物乱用防止教育について「演習」

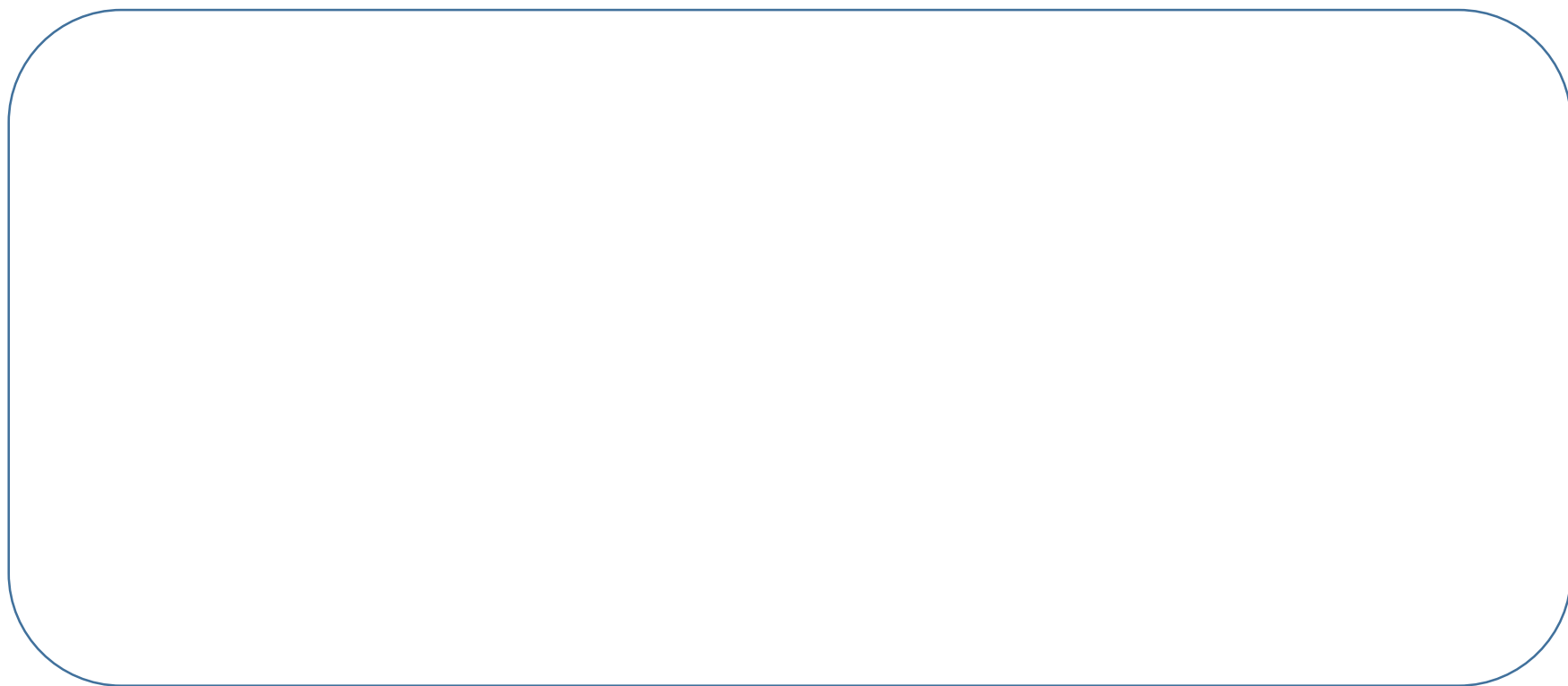
演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

～どのような断り方があるのだろうか～

《保健分野 第2学年》

【演習用 ワークシート】

20歳の自分に対して、喫煙、飲酒、薬物乱用に適切に対処するための「手紙」を書こう。



5 薬物乱用防止教育について「演習」

演習2 「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」 ～どのような断り方があるのだろうか～

《保健分野 第2学年》
資料

(配付用ワークシート)

喫煙、飲酒、 薬物乱用と健康

2年 組 番 氏名

目標：どのような断り方があるだろうか

- 1 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけとなる「断りにくい状況」にはどのようなものがあるだろうか。

- 2 勇気を持って断ろう。

シナリオ《飲酒編》

学園祭が大成功に終わり、その打ち上げパーティーを友達の家ですることになった。10人くらいの仲間で盛り上がっていると、友達Aが…。

A：これお酒だけど、甘くておいしいよ。これで乾杯しない？

私：

A：ちょっと飲むくらいなら大丈夫だよ。みんな飲んでいのに、一人だけ飲まないの？

私：

A：親や先生が恐いの？誰にも言わないから大丈夫だよ。さあ飲もうよ。

私：

シナリオ《薬物乱用編》

学力テストのことで親とケンカしてしまった。家にいるのがいやだったので、夕方、家を飛び出した。ふてくされた気持ちで公園にいますと、先輩二人が近づいてきた…。

A：どうしたの？元気ないね。ちょうど元気が出るサプリメントを持っているから、あげるよ。

私：

A：大丈夫だよ。ビタミン剤のようなものだから。お金なら要らないから安心して。

私：

A：みんな飲んでるんだよ。君も飲んでみなよ。

私：

(配付用ワークシート)

2年 組 番 氏名

- 3 20歳の自分に対して、喫煙や飲酒、薬物乱用に適切に対処するための「手紙」を書こう。

20歳の私へ



文部科学省 高校生による薬物乱用防止啓発ポスター

5 薬物乱用防止教育について「演習のまとめ」

【演習のまとめ】

20歳以上の喫煙や飲酒は自己判断になります。喫煙や飲酒について**適切な意思決定、行動選択ができる能力の育成**を目指しましょう。



20歳未満の者の喫煙や飲酒は、法律で禁止されています。その事実について子供たちに明確に示し、遵法の大切さを指導することが必要です。

20歳以上の喫煙や飲酒に関しては、個人が意思決定すべきですが、その際に**正確な情報に基づいて意思決定することや、周囲の人や宣伝・広告に惑わされず行動選択の結果をよく考えて、思慮深い意思決定**ができるような指導を行うことが大切です。

セルフエスティームの形成、批判的思考、意思決定スキル、コミュニケーションスキル等のライフスキルの形成を図り、自己決定すべき時に、正しい意思決定と行動選択ができる能力を育成するために必要な指導を行いましょう。

6 誰一人薬物に依存しないでいい社会を目指して

【子供と関わる大人が知ってほしいこと】

子供と関わる大人へ・・・



受け取るべき大人もしっかりと
受け止める力をつけよう。

誰かが誰かを助けられる社会。

「つながり」「CONNECTION」へ

薬物乱用に打ち勝つ、最も身近で
最も有効な方法です。



6 誰一人薬物に依存しなくてもいい社会を目指して

薬物入口チェック

- 1 毎日が楽しくない
- 2 誰もわかってくれない
- 3 いいことがないと感じる
- 4 悲しいことが多い
- 5 なんだか寂しい
- 6 自分なんて生まれてこなければよかった



必要なのは、
「強い心」ではなく、
「相談する勇気」

先生方の近くに、このような言葉を言っている子供はいませんか。
薬物から子供たちを守るために必要なのは、
相談できる大人でいることです。

7 終わりに

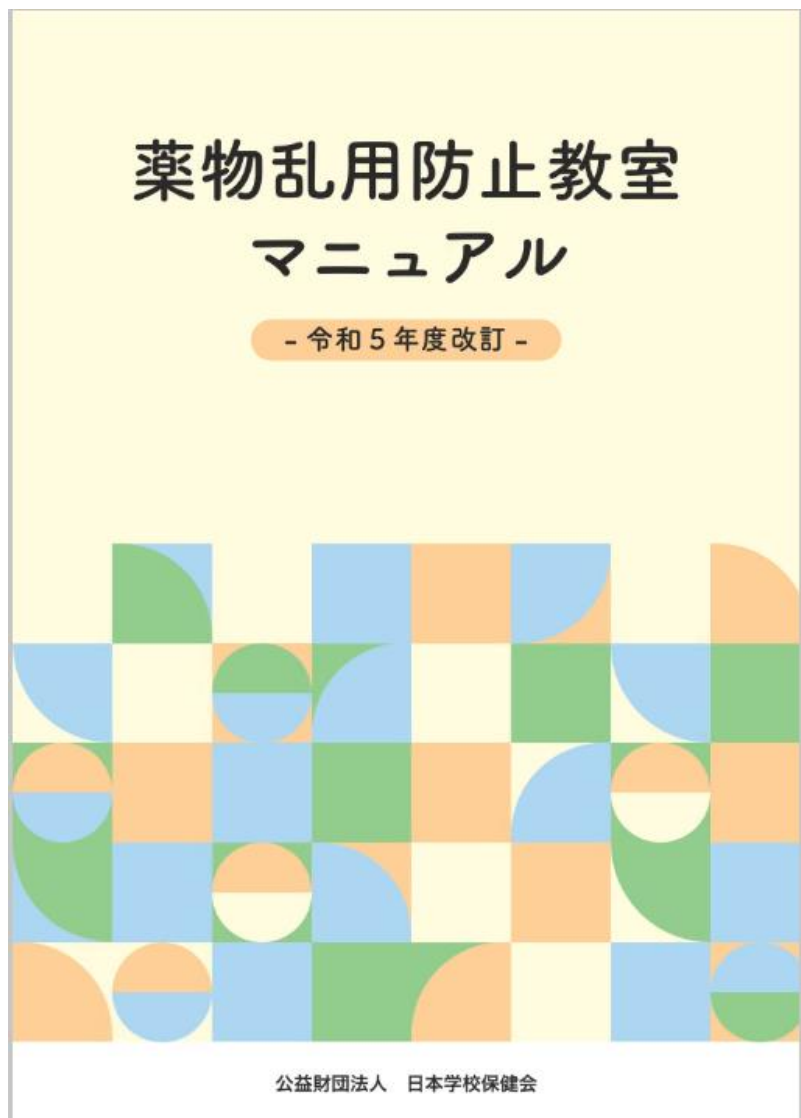
- 「知識・理解にとどまる指導」や「脅しを目的とした指導」にしない
- 「生きる力」の資質・能力（特に思考力・判断力・表現力等）を育てる
→教育活動全体で、多様な指導方法の活用
- 生徒一人一人（問題行動を起こしそうな子供こそ）に居場所を確保する
→相談してくれたことを評価して受け止める

参考資料



喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料
—令和2年度改訂—
公益財団法人 日本学校保健会

参考資料



薬物乱用防止教室マニュアル
ー令和5年度改訂ー
公益財団法人 日本学校保健会



かけがえのない自分 かけがえのない健康
中学生用
文部科学省

参考資料



福岡県薬物乱用防止啓発サイト

福岡県薬物乱用防止啓発サイト
<https://www.no-drugs-fukuoka.jp/>



福岡県 薬物

検索

乱用薬物の種類

大麻は違法薬物!!

危険ドラッグとは？

薬物に手をだすと…

薬物に関するQ&A

Movie



私の未来に薬物はいない。

NO DRUG, FOR A SMILE

みんなで考えよう!
大麻乱用防止教室

動画視聴はこちらから

少年用 大麻再乱用防止
プログラム(F-CAN)



大麻をやめるプログラムを
受けてみませんか？

薬物乱用防止講習会講師向け講義動画
(視聴するにはパスワードが必要です)

参考資料



厚生労働省大麻情報ポータルサイト

文部科学省 薬物乱用啓発防止映像
(高校生用)「未来があるから」



令和6年度 第2回
中・義務教育・特別支援学校
若年教育研修1年目（体育・健康に関する指導）

薬物乱用防止教育の推進

令和6年9月18日（水）

福岡県体育研究所
指導主事 小塩 淑恵