ほけんだより 1月

令和７年１月
足羽中学校　保健室

　新年あけましておめでとうございます。2025 年が始まりました。今年は巳年です。巳年は、これまで努力してきたことが実を結び始める年だといわれています。また、蛇は脱皮することから、新たな挑戦や変化に前向きになるといわれています。今年１年を有意義なものにできるよう、それぞれ今年の目標を立てるといいですね。そして、本年度も残り３か月。３年生はラストスパートです。今までの努力が実を結ぶことを願っています。

　保健室は、今年もみなさんが健康な毎日を過ごすことができるようにサポートしていきます。

学校保健委員会を実施しました

　昨年 12 月に『STOP　the　薬物～No と言う勇気があなたを救う～』をテーマに、学校保健委員会兼薬物乱用防止教室を実施しました。感染予防も考慮して、１･２年生が中心となり放送形式としました。みんな緊張していたようですが、練習の成果を発揮してわかりやくすく伝えることができました。

２年生感想

私は、薬物乱用はだめだと知っていたけれどコンビニやドラッグストアで買うことができるかぜ薬も乱用するとだめだということを知ってびっくりしました。また、ペアで薬を断るシミュレーションを行ったとき、思ったより断るのが難しかったので、今回学んだ 3 つの方法で断っていけるといいなと思いました。

１年生感想

私は、自分たちが住んでいる福井でもとてもたくさんの量の薬物が出回っていることにびっくりしました。私は薬物の合法という文字は法律で許可されたものではないということを知り、とてもびっくりしました。もしかしたら、自分も勧められるかもしれないけれど、しっかり断り、もしできそうなら説得したいです。

今日の授業で薬物は自分だけでなく周りの人も傷つけてしまうなと思いました。もし、薬物に手を出しそうになっている友達がいたら止めたいです。もしだれかから誘われても断ろうと思います。薬物は危険だということが改めてわかりました。

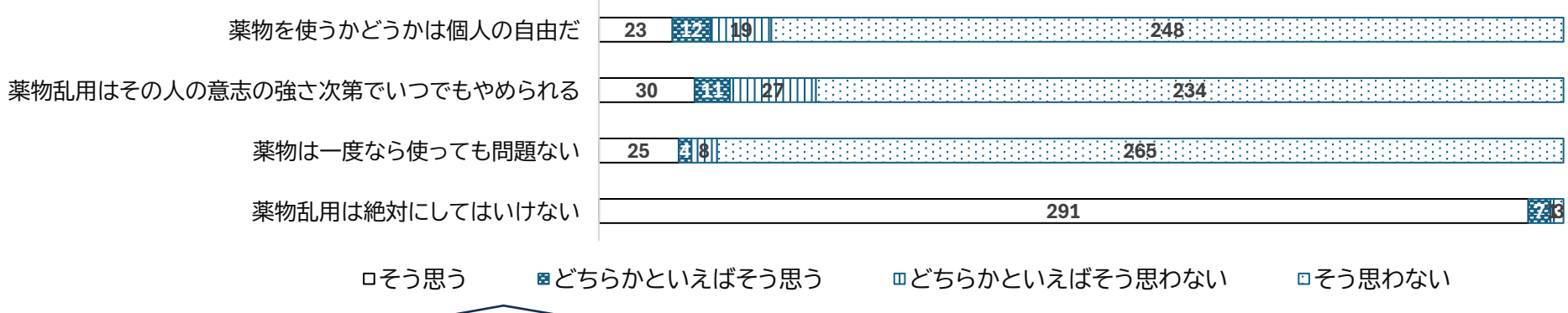
怪しい薬かどうかを見分ける方法や、誘われた時にどのようにして断るべきなのかを知ることができました。誘って来る人は友達ではないというのも本当にそうだなと思いました。改めて薬物乱用の怖さや正しい薬の使い方を学べて良かったです。薬物乱用の約 8 割が誘われて始めたというのがびっくりでした。気を強く持ち、自分を守りたいです。

３年生感想

弱い心を捨てて、強い心を持つことが大事だと改めて思いました。そして、識別番号の無い薬はすぐに怪しいと思わなければならないと知りました。自分には関係ないという気持ちではなく、身近なところから危険は訪れるので気を張って日常生活を送っていきたいです。

薬物乱用防止教室を受けて、薬に関する正しい知識と断り方について学ぶことができました。自分が薬物乱用をしないのはもちろんだけど、友達や身の回りの人にもしてはいけないと伝えたいです。それぞれが断る意志を持つことで、薬物乱用を防ぐことができるのではないかと思います。将来のためにも、正しい服用方法や薬について詳しく調べたいと思いました。

事後アンケート



薬物は一度なら使っても問題ないと答えた人が数人いますが、絶対に使用してはいけません！一度でも使用することで心と体に一生残る傷を作ることを忘れないでください。薬物で得られる幸せはありません。私たちは自分の力で、本物の幸せを感じることができます。これから先、目の前の課題に挑戦していく中で、本物の達成感や幸福感をたくさん味わってください。