

赤白

貝塚市立二色小学校 校長室だより第85号

H25年12月13日発行

貝塚市二色1-3-1

Tel 072-438-2925 Fax 438-2926



☆体力向上へ！～寒さにまけるな！20分休憩ランニング始まる～自分の速さで走ろう！！

学校薬剤師 赤坂啓子先生と

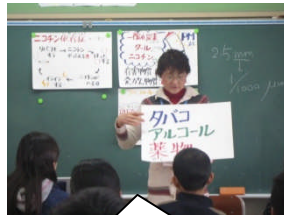
『薬物乱用防止教室～6年生～』



ふだんは沢山の薬を扱っています



「薬物乱用」というのは、「薬を薬として決められた量を、決められた方法で使用するのではなく、別の目的で使用したりや余分に沢山使用したりすること」「一回でも乱用になります」



タバコの煙はPM2.5と同じ・・・肺胞まで有害物質が届きます。

タバコ・アルコールに共通するのは、「未成年には法律で禁止されていること」タバコ・アルコール・薬物に共通するのは、「依存性があり一回使うとやめられなくなること」・・・特に成長期のみんなにとっては『脳』に影響する怖さを持っていることです。

「やせるよ」とか「集中力が上がるよ」とか「だれにもわからないよ」「いやなら一回やってみてからやめればいいよ」・・・など様々な誘い方で誘われることがあります。・・・誘いに乗ってはいけません！！

きっぱり「いりません」「しません」と断ります。断れないときは逃げて大人の人に言うようにします。「ちょっとこの荷物預かってくれませんか？」で預かっただけでも薬物所持は犯罪です。

注意しましょう！！

悪い誘いに乗らないようにするには・・・一番大切なものは

「自分のからだ！」と思いでしてください

よく寝てよく食べて、よく遊んでよく勉強する規則正しい生活習慣を続けていることが自分を守ることにもなるのですね。

ぜったい
だめ！！



みんな真剣な表情で聞いています。

H25年度の「学校保健委員会」として、PTA役員さんや教職員も一緒に参加しました。

