

小・中学生への喫煙や飲酒防止教育に協力！

「ふくやま健康フクイク21いきいきプラン 2018」をご存知でしょうか？ 急速に進む超高齢社会において、健康寿命の延伸はとても重要で喫煙の課題になっています。福山市はこの課題に取り組むためにフクイク21市民会議を立上げ、「ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018」を策定し、幅広い領域において、様々な活動を展開しています。

喫煙や過量飲酒は若年者であるほど習慣化しやすく、心身の成長を妨げ、将来的には健康寿命にも大きな悪影響を与えます。そのため、小・中学生に対して、喫煙・飲酒の防止を働き掛け、健康及ぼす悪影響について周知することは重要です。そこでフクイク21市民会議では、具体的な活動として、喫煙・飲酒防止教室の実施を福山市内の小学校や中学校に呼び掛けています。喫煙・飲酒防止教室の講師はフクイク21市民会議の関係団体から募っており、その依頼に応じて、福山大学内に募集をかけたところ、今年度も教員11名から協力の申し出がありました。他大学や医師会、薬剤師会等からの協力も含めて、今年度は同防止教室が、福山市内の小・中学校において28回開催されています。その防止教室の一例として、12月4日に実施した福山市立城西中学校の様子を学長室ブログに紹介したいと思います。

今回は、中学校側から学習内容として飲酒と薬物乱用防止についての要望があり、「身近に潜む恐ろしい依存症～アルコール、薬物、市販薬～」をテーマとして、2年生の90人を対象に教室を開催しました。この防止教室は、薬学部5年生の田中麻貴さんと杉原崇寛君、4年生の金子正崇君が協力してくれました。どのようにすれば、楽しく分かりやすい防止教室になるか話し合い、クイズ形式を取り入れることにしました。クイズ問題は学生達が考え、さらに、スライドを使ったクイズ問題の出し方や正解の示し方、解説の内容などを細かく打ち合わせて本番に臨みました。



中学校の先生は授業に集中できない生徒が幾人かいることを心配されていましたが、最後までどの生徒も熱心に防止教室に参加してくれました。大学生への親近感もあってか、質問がいろいろと寄せられました。質問をしてくれた生徒の一人は、発言が苦手な生徒だったようで、その生徒が挙手して質問したことに、中学校の先生が感激されていました。楽しくて和やかな教室になりました。後日、防止教室に参加した生徒の感想文と写真を中学校の先生が郵送してくださいました。学長室ブログへの掲載の了解を頂きましたので、感想分の一部を下に紹介します。

福山市立城西中学校 2 年生からの感想文の一部

○お話を聞いてお酒や薬物の恐ろしさや中毒についてわかりました。お酒は飲みすぎると、体や心にも影響が出てしまい、また一気飲みは死に至る可能性があることを初めて知りました。

薬物に関しては、すすめられた場合、「No！！」とはっきり言えるようにすることと、逃げるときは人通りの多いところや明るいところに行くという事の2つを学びました。お酒や薬物の正しい知識を身につけて健康的にかつ、安全に過ごしていけるようにしたいです。

○今日は、お話をしに来てくださりありがとうございました。

お酒の方では、「アルコール」と「お酒」の違いや危険性がわかりました。周りの人から飲むよう勧められても飲まないようにしたいです。薬物では、薬の名前や薬の量、依存したらどうなるかなどがわかりました。コスモスやひまわりに売っているものでも、決まった量を飲むように気をつけようと思いました。

中学生の皆さんにとって有意義な防止教室になり、嬉しく思いました。また、同時に、協力学生にとっても、貴重な体験になりました。本学学生にこのような機会をあたえてくださいました福山市立城西中学校の先生方に感謝いたします。

このように、福山市では、「ふくやま健康フクイク21いきいきプラン2018」の下、喫煙・飲酒防止教室や受動喫煙防止運動などが展開されています。これらの活動は、本学の教員など、多くのボランティアで支えられています。今後、この取組みが、福山市内のより多くの小・中学校に広がっていくことを願っています。

薬学部 教授 杉原成美

(ふくやま健康・食育市民会議(フクイク21)委員長)