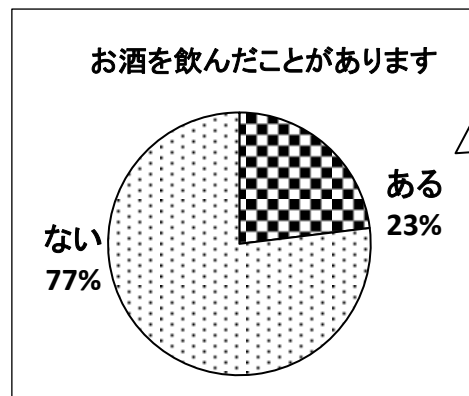


ほけんだより

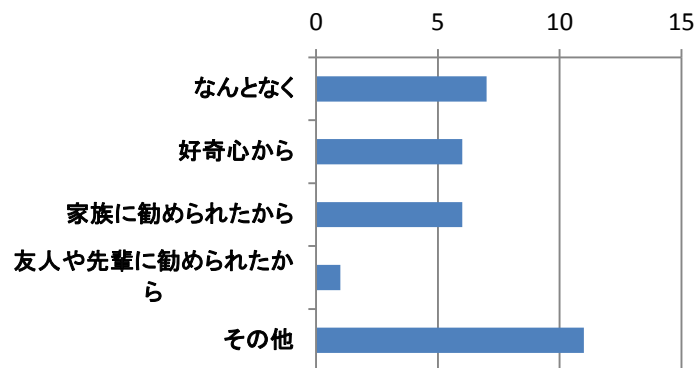
2017年(平成29年)11月29日
福山市立培遠中学校

11月22日(水)に福山大学薬学部教授 杉原 成美先生を講師に招き、2年生対象に飲酒防止教室を開催しました。

【事前アンケート結果】



【あなたがお酒を飲んだきっかけは何ですか】



- ・未成年は、お酒を飲んだら、体の成長に良くないとわかった。
- ・ノンアルコールと表示されているものでも、1%未満のアルコールが含まれていることが分かった。だから、未成年は飲んではいけないと思った。
- ・甘酒は酒かすから作ったものには、微量のアルコールが含まれていることを初めて知った。
- ・お酒は、適量を超えて飲むと健康を害し、場合によっては死んでしまうこともある。適量を守って飲めば、健康に良いとわかった。
- ・日本人は、ヨーロッパやアメリカの人に比べて、アルコールを分解する力が弱い人が多い(約4割)。だから、アルコールを無理にすすめると、命にかかわることが分かった。大人になったら、飲みたくない人に無理にすすめないようにしたい。

【身体的障害】



アルコールによって、脳細胞が壊されて早い時期に脳の萎縮が始まります。



精巣や卵巣の働きを抑えて、男性ホルモンの減少や生理不順を起こします。



肝臓や膵臓、胃、食道などの細胞が壊されて、色々な病気になります。



お酒に対する自分の体質を知らないで飲むと急性アルコール中毒になってしまいます。



なぜ、未成年者はアルコールの影響を受けるのか？

未成年者は肝臓のアルコール分解能力が未発達で、アルコールが体内に留まる時間が大人よりも長いので、影響を受けやすいのです！

【精神的障害】

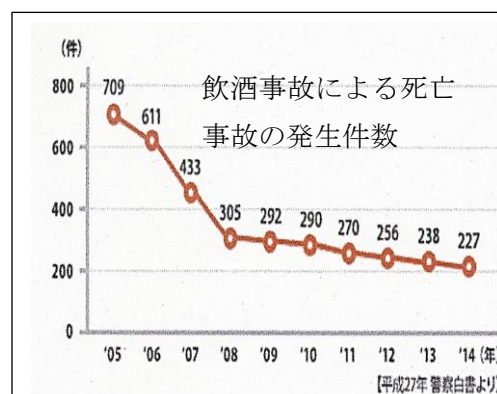


お酒により努力しないで楽しい気分になると、他のことを学ぶ意欲が低下してしまいます。



酔うことに体が慣れてくると、嫌なことや面倒なことがあるとすぐにアルコールに逃げるようになり習慣化してしまいます。

【社会的障害】



2007年9月の飲酒運転の厳罰化などにより、2006年、2007年は事故発生件数は、大きく減少している。しかし、2008年以降は、減少幅が小さくなり、下げ止まり傾向にある。

飲酒運転は、判断や認知など運転能力が低下して、大きな事故になる危険性が高いのです。

また、交通事故以外にも、酔いが原因となった事件や事故には、ころぶ、落ちる、凍死、おぼれ死ぬなどがあり、飲酒が身の危険を高める原因となっています。

- ・アルコールは、命を落とす危険性があるということが分かりました。
- ・きっと自分が20歳になったら、うれしくて自分の限度もわからず、お酒をのんでしまうだろう。でも、うれしい気持ちはそのままに、飲む量は少しだけにする。
- ・親がたくさん飲んでいたら、体に悪いよと教えようと思った。
- ・大人になったら、アルコールは全く飲まないより、1日20gぐらい飲んだ方が健康に過ごせることが分かりました。
- ・未成年は、まだ体ができていないから、お酒を飲むと成長を妨げてしまうし、脳にも影響がでるから、子どもの間は絶対に飲まないようにします。