



ステップ！！

福山市立東朋中学校
第2学年 学年通信

2021年(令和3年)

11月5日(金)

福山大学の杉原成美先生と学生の方をお招きして「飲酒防止教室」をしました。

酒類の主成分はアルコール（エチルアルコール）です。アルコールは、体の成長や脳・神経の働きを低下させます。こどもがアルコールを摂取すると、発達が遅れたり、脳が破壊されることもあります。また、覚えること（記憶力）が低下したり、考えること（思考）が面倒になったり、息切れがおこることもあります。その結果、さまざまなトラブルが起こりやすくなります。日本人は、お酒に弱い体質で、4割が、アルコールに対して、弱かったり飲めない人がいます。また、アルコールは肝臓で処理されますが、その処理の途中で出るアセトアルデヒドは有害で、吐き気や頭痛などの原因となります。日本人の半数は、アセトアルデヒドを分解する酵素の働きが弱いか、酵素を持っていません。お酒を飲むと、体内のアルコール濃度が上昇し、体の働きにいろいろな影響があらわれます。1度の大量に体に取り入ると、急性中毒を起こし、最悪の場合死亡することもあります。また、アルコールには、依存性があり、飲酒を続けるとやめられなくなることがあります。依存症になると仕事や人間関係に支障をきたし、日常生活が困難になることもあります。体の成長期には、アルコールの悪影響を強く受けるため、20才未満の飲酒が法律で禁じられています。また、飲んだ人だけでなく、未成年者にお酒を勧めたり、売ったりした人も罰せられます。

ノンアルコールならいいと考えがちですが、0.5%以下をノンアルコールというため、ノンアルコールといっているものの中にも0.01%のアルコールが含まれています。中学生がお酒を口にするキッカケは、「まわりの人から進められて・・・。」というのが多いです。誘われたとき、どう断ればいいのか考えてみましょう。特に親しい先輩に誘われたりすると断れないことも考えられます。その時は「アルコールアレルギーだ。」という言い方も一つの方法です。

（講演の内容から）

- 飲酒防止教室がありました。くわしい数値（ビール500mlで20gのアルコールを含む）やグラフ、クイズなど用いて説明して下さったので、とてもわかりやすかったです。アルコールのこわさがわかりました。
- 大学の教授さんと大学生が来てくださって、甘酒には種類によって、アルコールが入っているものと入っていないものがあるのがわかりました。
- 飲酒防止教室の話聞いて、ノンアルコールでも、0.5%ぐらいのアルコールが入っていて、1%未満だから酒とは見なされないけれど、未成年者が飲んではいけないということがわかりました。
- 今日の話は、とてもわかりやすく、クイズなどもあったので楽しく学びました。お酒の体への害がすごいとわかったので、大人になったら適度に飲もうと思いました。

学習した、飲酒への健康への悪影響や法律で禁止されている理由を 考えて、まわりからお酒を勧められても断れるようにしましょう！

進路学習（夏休みに配信した1年からの「進路学習」の続き）をスタートしました。就職・進学の見学先をどうするか？来年から変わる公立高校の受験について、私立高校の受験方法の色々、今後の勉強法などです。内容は、12月上旬に配信予定です。親子で視聴し、進路について話してください。今後、マナー講座・防犯教室・面接練習を予定しています。

<準備しましょう！！> 授業に必要なものがそろっていますか？
国語・辞書（ずっと使っています）習字道具（また必要になります）
体育・体操服（ずっと使っています）
家庭科・裁縫道具（最近使っています）
数学・コンパス（ちょっと前に使いました また必要になります）
などなど、ずっと使っているものもあれば、必要な時に教科で言われることもあります。言われたとき持って来られるようにしておきましょう！
授業以外にも、給食用エプロン、リボン・ネクタイなど忘れないように！