

みんなで考えよう！

大麻乱用防止教室ラジオ

スペシャル対談

小柳ゆうきさんが司会をつとめ、キッズプレス中学生リポーターの
いすみさんと一緒に大麻の正しい知識や大麻の誘いに対する
対処方法について考えるスペシャル対談です。



いすみさんは初対面ではなく、お久しぶりなんですよ！
実はいすみさんとは、福岡県の大麻乱用防止教育用の
啓発動画の撮影で一緒したんですよ。

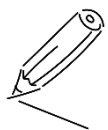


はい。お久しぶりです！今日もよろしくお願いします。



撮影のときは、いすみさんと同年代のあまねさん、ジェイミーさん、
しょうえいさん4名の中学生のみんなと一緒に学んでいきました。
楽しかったですね。

そして撮影では、大麻乱用問題にしっかりと向き合っていく時間になりました。その時には薬物依存について研究をされている
嶋根卓也先生と、福岡県警察本部少年課・少年サポートセンターの
森治美さんと一緒に大麻による健康影響と大麻の誘いに対する
対処方法について学びました



撮影の様子



早速ですが、いすみさん、動画の撮影前と撮影後で「大麻」に対する考えや思いが大きく変わったかなと思うんですが、撮影前、大麻と聞いてどう思っていましたか。



私はニュースとかでしか「大麻」という単語を聞いたことがなかったので、自分には全く関係ないって思っていて、「大麻」って何だろう？くらいの認識でした



動画の撮影当日のことを振り返りながら改めて「大麻」について考えていきたいと思いますが、今回、私といすみさんが撮影に参加した動画「みんなで考えよう！大麻乱用防止教室」は2本立てになっています。まず一つ目は健康影響編でしたね。

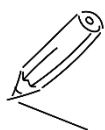


動画では、「大麻の健康影響」についてクイズをしながら考えていきました。



そうですね。大麻の健康影響について主に6つの影響を嶋根先生に教えてもらいました。簡単におさらいしましょう。





大麻を使うとどうなる？

不安・
パニック

食欲の増加

多幸福感
(幸せを感じる)

スポーツ
への悪影響

交通事故の
増加

学業への
悪影響

大麻が悪いものだっていうのは分かっていて、その上で何で使うのかな？と考えたときに、「多幸福感」と「食欲の増加」
ご飯が美味しく感じるとかで使ってしまうのかなって思ってその2つを選んだんですけど



難しかったですよね

まず1つ目の影響は、「不安パニック」

「大麻」によって、不安や恐怖心、パニックを感じる人もいるということでしたね。

そして2つ目が「食欲の増加」。

3つ目は、「多幸福感（幸せを感じる）」

これは、幸せを感じるということですが、実はこれお話を聞いていくと、本当の幸せではないということでしたね。

それから4つ目は、「スポーツへの悪影響」

5つ目が、「交通事故の増加」

最後に6つ目が「学業への悪影響」ということで、これは記憶をつかさどる脳に影響を与えることが報告されているというお話も撮影の中で伺いました。実際聞いていると怖くなってきましたね。

いすみさんどうでしたか？





私は一番スポーツへ悪影響が出るということに驚きました。
いま、新体操を習っているので、自分の日常生活と
置き換えたときに、怖くなりました。

そうですね。日常生活にも影響を及ぼしてしまいそうな
項目ばかりでした。
ちなみにいすみさん、動画撮影で印象に残ったことは他にも
ありましたか？



私は「大麻」は他人ごとではないということが一番印象に残りました。
撮影のときに嶋根先生に教えてもらった「中学生で大麻を使ったことが
あるという人が300人に1人」という調査結果があることを知って、
意外と身近な存在で、自分ごととして考えないといけないんだなという
ことを知りました。
本当に撮影前は関係ないなって思っていたけど、撮影を通して「大麻」
について学んでからは、「大麻」は決して他人事ではないと思いました。



みんなで考えよう！
大麻乱用防止教室

～大麻による健康影響編～

全体的中学生で大麻を使った人の割合

約300人に1人

学校に
1人、2人いても
不思議ではない
数字である



そうですね。そして「大麻」には「依存性」もあるということも学びましたね。

大麻を日常的に使用することで、普段の生活にも影響を及ぼしていくということでしたね。少年サポートセンターの森さんのお話、覚えていますか？



「大麻」は日常生活に影響が出るというのは、私の中で結構印象に残っていて、友達との約束や学校生活にも影響が出るという森さんからの話を聞いて、本当に大変だと思いました。



「大麻」は日常生活にも影響があることをいすみさんの記憶にもしっかりと残っていますが、私達の生活に悪影響を及ぼす「大麻」が身近に広がるのはどうしてなのでしょう？森さんのお話では、大麻を初めて買ったきっかけが一番多かったのが、「誘われて」ということでしたね。そして、嶋根先生の調査によると、「大麻」を使ってしまう人の傾向として「学校生活が楽しくない」、「親しく遊べる友達がいらない」、「相談事があってもなかなか親に相談ができない」等「大人がいらない状態、子供たちだけで過ごす時間が長い」なんてこともわかってきているということでしたね。



撮影のとき、嶋根先生や森さんの話を聞いて、自分の周りや学校で困っている友達や1人である友達がいらないか思い返してみました。



撮影でも学んだように、意外と大麻というのは身近に潜んでいるかもしれませんね。正しい知識を身につけることはもちろんですが、誘われたとき、薬物乱用から身を守るための4つのキーワードを学びましたね。覚えていますか？





もちろん覚えています。「REALの原則」ですね。
撮影のときは、相手や状況に合わせて4つの
キーワードを使って実践もしました！

みんなで考えよう！
大麻乱用防止教室

～大麻の誘いへの対処編～

REALの原則

R: Refuse (断る)
E: Explain (伝える)
A: Avoid (避ける)
L: Leave (立ち去る)



この一つずつに意味があるんですね、

「REALの原則」のE (Explain) というのは伝えるということなんですけど、1メッセージという言葉も動画に出てきましたね
1メッセージとって、自分を主語にして相手に気持ちを伝えるということが大切と学びましたね。

そんなに難しいことではなくて、私は大麻を使いたくない。私は大麻に興味がない。といったように相手を批判することなく自分のありのままの気持ちを伝えるということでしたよね。



はい、「自分はしたくない」とそのまま伝えたらいいんですよ。
改めて動画撮影を通して、大麻は怖いと思いました。
もしかしたら自分が誘われるのかもしれない。そのときにしっかり断れるように自分の言葉を準備しておこうと思いました。



いすみさんのその言葉は大切です。
私も自分の言葉を準備しておこうと思います。

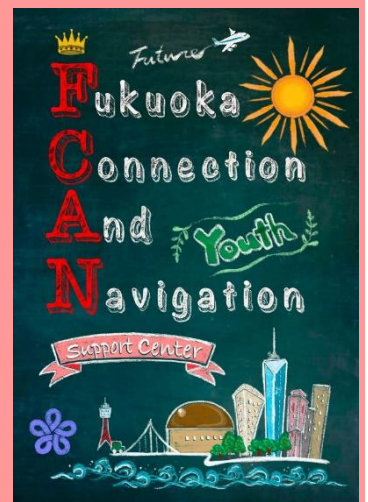


福岡県警察本部少年課・少年サポートセンター 森さんからのメッセージ・・・

もし大切な人が困っていたら、少年サポートセンターに相談できることを伝えてあげてください。福岡県では、少年用大麻再乱用防止ワークブック（F-CAN）を作成しており、薬物問題からの回復、また再乱用防止を支援しています。

薬物の問題を抱えたとき、何より大切なのは相談する「勇気」です。

福岡県 F-CAN 検索



いすみさん、今回の動画で学んだことや知ったことを多くの人にもっと知ってもらいたいですね。



私が学んだことをしっかりと友達や家族にも伝えて、これからも楽しく生活していきたいです。

