

薬物乱用防止教室を実施

「3密を避ける」といわれて久しいですが、「3密」という言葉は定着したものの、3つの「密」について、パッとイメージしながら言えますか？ 換気の悪い「**密閉**」、多数が集まる「**密集**」、間近で会話や発声をする「**密接**」の3つですね。マスクの着用や教室での換気、集会での距離の取り方などは、習慣化していると思いますが、休み時間や昼食時などの「密接」状態については、意識していないと、おぎなりの対応になっていたり、時にはなおざりになってしまっていることもあるのではないかと危惧しています。これから気温が低下していく季節に入ると、インフルエンザなど他の感染症の流行も懸念されます。今一度、手洗い、消毒、換気、身体的距離などについて確認してください。

先日、「薬物乱用防止教室」を実施しました。今年度は密接を避けるため、全校での実施ではなく、対象を1年生に限定しました。2、3年生については、資料等を使いながら、別なかたちで指導を行いたいと思います。

タイトルは「STOP the 薬物！ ～断る勇気が未来をつくる～」でした。「**断る勇気**」というところがポイントのひとつでした。生徒の皆さんは、薬物の危険性についてはよく知っています。ですから、薬物が脳を含む身体に及ぼす悪影響や家族を含む人間関係を壊すことになるという「知識」については、既にあるわけです。しかし、悪いと分かっているのに、それを勧められた場合に断りにくいということが難しい点です。ましてや断りにくい人から勧められた場合などは、なおさらです。

今月に入り、大学の運動部員による大麻使用の疑いが相次いで発覚しました。名門や強豪といわれるような運動部での不祥事です。やはり、断れなかったのでしょうか？ 大麻取締法では、「大麻を、みだりに、所持し、譲り受け、又は譲り渡した者は、5年以下の懲役に処する。」と定められており、営利目的の場合は、その罪はさらに重くなります。人生が大きく変わってしまうのです。

「1回だけなら平気」「面白いものがあるんだけど」「みんなやってるよ。友達だろ？」などの誘いには、**はっきり、きっぱり断る**ことが大切です。「そういうの嫌いだから」「1回だけでも乱用だよ！」と、はっきり断りましょう。そして、「今日は別の用事があるから」と**その場から離れる**ことです。「そういえば…」と話題を変えてみるのもいいでしょう。

さらに、重要なことは、**信頼できる大人に相談**するということです。薬物などの問題は、皆さんだけの力では解決できないことがたくさん

あります。人間関係から来るプレッシャーや、脅しなどの恐れ・不安から、大人に相談することは仲間を裏切ることになるのではないかと考える人がいるかもしれませんが、薬物の問題においては、裏切り行為はありません。問題を放置して止めないことの方が、問題をより深刻なものとし、自分を含めた多くの人の人生を台無しにしてしまうことになるのです。

《学校以外の相談窓口の例》

群馬県薬務課 027-226-2665

群馬県こころの健康センター

027-263-1166

ところで、薬物へと誘う側は、どんな理由から誘ってくるのでしょうか？ 当然、法律に違反することを勧めているという自覚はあるはずです。それなのにそうした行為を行うわけですから、その人にとって、何らかのメリットがあると考えた方がいいでしょう。販売先を広げる目的、誰かからの命令、自分以外にも惨めな思いをする仲間を増やして相対的に楽になりたい、などなど。他にも様々な理由があるのでしょうか、少なくとも、相手を幸せにしようという思いからではないことだけは確かです。誘う側にはメリットがあるのかもしれませんが、誘われる側はデメリットばかりです。

薬物に限らず、私たちは「断れず」に、その後で悩み続けてしまうということがあります。友達や周囲の人から「嫌われたくない」という思いが強いと、自分の視点からではなく、他者の視点から物事を考えようとしてしまいます。その結果、(自分を犠牲にして)「相手」のいうとおりにしてしまう場合もでてきます。特に、「みんなから」嫌われたくないと思ってしまうと、大変です。また、友達は多ければ多いほどいいというような価値観が優先すると、一人でいることに焦りを感じてしまうことになるかもしれません。考え方は人それぞれですから、自分とは異なる意見を言われることもしばしばです(これは自分に対する好き嫌いとは別のことです)。こうしたことに合わせていると自分を見失い、無くしてしまいます。全ての人から好かれることは不可能なのです。

悩みは、学習や進路関係のことも多いと思いますが、人間関係に関わるものも少なくないはずです。自分の感情や行動が他人に左右されてしまうことによる悩みが、かなりの部分を占めていることもあるでしょう。薬物の問題と同じように、人間関係で悩んだときには、「距離を置き」、時には「その場から離れ」、冷静に「自分にとって今一番大切なものは何か」について考え、「相談してみる」ことがいいと思います。