



真実を
知ってください

薬物



執筆とカリキュラム作成：
薬物のない世界のための財団

薬物のない世界のための財団
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA

アメリカ国内：1-888 NO TO DRUGS (1-888-668-6378)
アメリカ国外：+1-818-952-5260

drugfreeworld.org
Eメール：info@drugfreeworld.org

目次

はじめに.....	1
「真実を知ってください：薬物」 教師のための概説	5
事前準備	
指導の強調点	11
指導を始める前に	13
生徒への事前アンケート	15
レッスン・プラン	
真実を知ってください：薬物.....	19
レッスン1：教師のためのガイド なぜ薬物学習が必要なのか?	21
レッスン1：レッスン・プラン なぜ薬物学習が必要なのか?	23
レッスン2：教師のためのガイド 現代の薬物文化.....	27
レッスン2：レッスン・プラン 現代の薬物文化.....	29
レッスン3：教師のためのガイド なぜ人は薬物を取るのか?	33
レッスン3：レッスン・プラン なぜ人は薬物を取るのか?	35
レッスン4：教師のためのガイド 薬物の作用と薬物が心の働きに与える影響	40
レッスン4：レッスン・プラン 薬物の作用と薬物が心の働きに与える影響	42

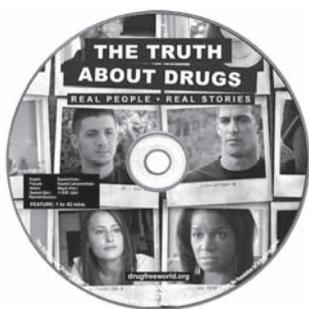
レッスン5:教師のためのガイド	
真実を知ってください:マリファナ.....	45
レッスン5:レッスン・プラン	
真実を知ってください:マリファナ.....	47
レッスン6:教師のためのガイド	
真実を知ってください:アルコール乱用.....	51
レッスン6:レッスン・プラン	
真実を知ってください:アルコール乱用.....	53
レッスン7:教師のためのガイド	
真実を知ってください:エクスタシー.....	57
レッスン7:レッスン・プラン	
真実を知ってください:エクスタシー.....	59
レッスン8:教師のためのガイド	
真実を知ってください:コカイン.....	63
レッスン8:レッスン・プラン	
真実を知ってください:コカイン.....	65
レッスン9:教師のためのガイド	
真実を知ってください:クラック・コカイン.....	69
レッスン9:レッスン・プラン	
真実を知ってください:クラック・コカイン.....	71
レッスン10:教師のためのガイド	
真実を知ってください:覚せい剤.....	75
レッスン10:レッスン・プラン	
真実を知ってください:覚せい剤.....	77
レッスン11:教師のためのガイド	
真実を知ってください:有機溶剤 / 吸入ガス.....	81
レッスン11:レッスン・プラン	
真実を知ってください:有機溶剤 / 吸入ガス.....	83
レッスン12:教師のためのガイド	
真実を知ってください:ヘロイン.....	87
レッスン12:レッスン・プラン	
真実を知ってください:ヘロイン.....	89

レッスン13:教師のためのガイド 真実を知ってください:LSD	93
レッスン13:レッスン・プラン 真実を知ってください:LSD	95
レッスン14:教師のためのガイド 真実を知ってください:処方薬乱用	99
レッスン14:レッスン・プラン 真実を知ってください:処方薬乱用	101
レッスン15:教師のためのガイド 真実を知ってください:鎮痛剤乱用	105
レッスン15:レッスン・プラン 真実を知ってください:鎮痛剤乱用	107
レッスン16:教師のためのガイド 真実のメッセージ	111
レッスン16:レッスン・プラン 真実のメッセージ	112
レッスン5~16の課題 よく乱用されている薬物	113
レッスン5~16の課題 解答 よく乱用されている薬物	122
レッスン17:教師のためのガイド 「真実を知ってください:薬物」を実際に使う	130
レッスン17:レッスン・プラン 「真実を知ってください:薬物」を実際に使う	131
レッスン1~17の試験 真実を知ってください:薬物	135
レッスン1~17の試験 解答 真実を知ってください:薬物	140
レッスン18:教師のためのガイド プログラムの終了と修了式	144
レッスン18:レッスン・プラン プログラムの終了と修了式	146

プログラム後の生徒へのアンケート	148
プログラム後の意識調査について	150
プログラム後の意識調査票.....	151
プログラム後の教師へのアンケート	153
認定証	157
感想文用紙	159
薬物教育ツールで保護者に知識を与える	161
追加のプロジェクトと活動	
追加のプロジェクトと活動.....	165
青少年による薬物のない世界のための宣誓.....	169
大人による薬物のない世界のための宣誓	171
用語集	
用語集	175
補遺	
教育基準モデルとの対応.....	187
教育者の感想	197
問い合わせ先	199

教材について

ドキュメンタリーDVD「真実を知ってください：薬物」



ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」は、一般に広く乱用される薬物を取り上げ、ありのままの事実を伝える教育用の映像作品です。ひどい薬物中毒を克服し、更生した元常習者が登場し、自らの体験を率直に語ります。DVDには16本の公共サービス広告（Public Service Announcements: PSA）も収録されています。不用意に薬物に手を出すことがどれほど悲惨な運命を招くかというメッセージを明確に伝える映像です。

小冊子シリーズ「真実を知ってください：薬物」



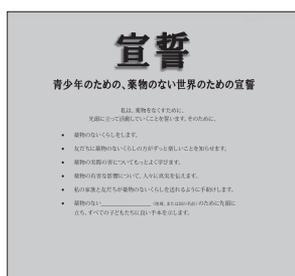
「真実を知ってください：薬物」のシリーズは、薬物に関する正確かつ説得力のある事実をわかりやすくまとめた13冊の小冊子です。シリーズの総集編にあたる「真実を知ってください：薬物」では、薬物の作用、薬物が心や身体に及ぼす影響などが説明されています。シリーズの他の12の小冊子では、一般によく乱用される薬物を個別に取り上げ、その短期的・長期的な影響についての正しい情報を示すことで、俗説の信憑性のなさを暴露します。

「真実を知ってください：薬物」認定証と薬物のない世界のための宣誓

「真実を知ってください：薬物」プログラムの最後のレッスンでは、このプログラムを終えたすべての生徒に、「真実を知ってください：薬物」認定証が授与されます。このレッスンで使用する「薬物のない世界のための宣誓」は drugfreeworld.org/educators からダウンロードして印刷できます。

ダウンロードして印刷できる資料

用語集、「薬物のない世界のための宣誓」、感想文用紙、認定証、プログラム前とプログラム後のアンケート、その他授業の課題や宿題のために必要なすべての用紙は、drugfreeworld.org/educators からダウンロードして印刷できます。





はじめに

「真実を知ってください：薬物・教育者のためのガイド」は、薬物乱用の害について若者を教育するために活用できる実用的な手引きです。

1

薬物乱用という問題の深刻さと、若者に対するその破壊的な影響について、疑う人はいないでしょう。学業の成績が伸び悩むだけでなく、心身の健康をむしばみ、若者の人生を台無しにしてしまいます。

最善の解決策は、若者たちが薬物に手を出す前に、正確な情報に基づく効果的な薬物教育を実施することです。薬物の実態を知れば、彼らが薬物に手を出す可能性は遥かに少なくなります。

「薬物のない世界のための財団」の教材は、政府機関の報告や公的な研究に基づき、特に若者向けに制作されています。この財団の代表的な企画のひとつに、広く乱用されている代表的な薬物を取り上げた13種類の教育小冊子シリーズがあります。こうした出版物に加え、ドキュメンタリー・フィルム「真実を知ってください：薬物」や16本のTV向け公共サービス広告といった視聴覚教材も制作しています。これまでに、累計で5000万部以上の教育用資料を125カ国、22の言語で提供してきました。

このガイドは、薬物についての正しい情報を素早く、かつ効果的に伝えるのに役立つ、実践的な指導の手引きを求める現場の指導者の声に応じて制作されました。薬物防止教育を実施するための授業案、課題、生徒の参加を促す活動が収録されています。若者の関心をひきつけ、それを保持できる工夫が随所に凝らされています。これらの教材を読み、視聴することを通じて、生徒たちは薬物の使用について賢明な判断を下せるようになるでしょう。

教師や保護者の方は、おそらく次のような疑問を持ったことがあるでしょう。「子供たちを薬物乱用の害から守るために、自分に何ができるのか？」このガイドとその関連教材を十二分に活用し、前途ある若者たちがそこから最大限の恩恵を得られるようにすることが、その答えとなるでしょう。



教師のための概説

薬物を乱用する人は年々増えており、世界中で現在およそ2億800万人が違法薬物を使っていると推計されています。

さらに、処方薬と市販薬の乱用もあらゆる年齢層にまん延しています。アメリカだけでも1500万人が処方薬を乱用しており、その数はマリファナを除くあらゆる違法薬物の使用者を上回っています。

こうした数値から見ても、学校や地域共同体を健全な環境に保つためには、薬物防止教育が不可欠であることは明らかです。

この「教育者のためのガイド」と付属の視聴覚教材や印刷物は、教育者にとって利便性が高く、かつ効果的な教材となります。このガイドに沿って指導することで、生徒たちは、一般に乱用されている薬物に関して、その心身への悪影響を完全に理解できるようになるでしょう。

「真実を知ってください：薬物」教育パッケージについて

このガイドには、レッスン・プランの中で使用される視聴覚教材と印刷物の補助教材が付いています。

指導を始める前に、以下の順序で教材によく目を通し、内容を把握しておくことをお勧めします。それにより、これらの教材を薬物教育の授業にうまく組み込むことができるでしょう。

推奨される順序：

1. 16本の薬物防止公共サービス広告「それは嘘だった」を見る。
2. ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」を見る。
3. 小冊子「真実を知ってください：薬物」と、特定の薬物に関する12種類の小冊子を読む。
4. このガイドの21ページ以降に掲載されている「教師のためのガイド」と「レッスン・プラン」に目を通す。



注意：何か質問がある場合、またサポートが必要な場合には、薬物防止教育の授業を始める前でも開始後でも常時受け付けますので、info@drugfreeworld.jpにEメールを送ってお問い合わせください。また、英語でなら、直接 educatorshelp@drugfreeworld.orgにEメールを送ることもできます。

公共サービス広告「それは嘘だった」の使い方

教育者のためのガイドに付属している視聴覚補助教材には、16本の公共サービス広告「それは嘘だった」が含まれています。薬物乱用が招く運命を、現実の生活に即して鮮烈に描いたショートフィルムです。

個々の薬物を取り上げる授業を行う際に、まず該当する薬物の公共サービス広告を見せます。生徒がまた見たいと言ってくる場合が多いでしょうから、再上映する時間を別に組むことをあらかじめ考慮しておくといよいでしょう。公共サービス広告の長さは30秒、45秒、60秒の3パターンで、合計11分です。

ドキュメンタリー・フィルム「真実を知ってください：薬物」の使い方

このドキュメンタリーでは、元薬物常用者へのインタビューを通じ、薬物依存によって家族や健康、人間関係が破壊された実体験が語られます。子供たちが薬物乱用に興味を持つのを抑止する上で、非常に効果的な教材です。子供が薬物に手を出す大きな要因として、周囲の環境の悪い感化が挙げられますが、そうした感化を食い止めることがこの教材の狙いです。それぞれの章で、一般に広く乱用されている薬物を取り上げ、その薬物がどのように製造、使用されているのかが説明されています。若者が薬物乱用に誘い込まれ、依存するようになる過程、その結果さまざまな心身の障害を抱え、人生のあらゆる面で悲惨な運命をたどっていく様子がつぶさに語られます。

この教育パッケージに同封されたドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」のDVDには、教育者のための特別メニューが付いています。このメニューを選択すれば、公共サービス広告「それは嘘だった」とドキュメンタリー・フィルムそれぞれの章を、レッスンの進行に対応する順序で上映することができます。

このドキュメンタリーのいくつかの章は成人向けの内容であり、10歳未満の児童が視聴するにはふさわしくない部分があります。

小冊子シリーズ「真実を知ってください：薬物」の使い方

各レッスンにおいて、生徒は「真実を知ってください：薬物」シリーズの13種類の小冊子を読むことになります。レッスンには、該当部分に含まれる用語の意味を説明するセクションがあります。これらの用語はガイドの巻末に「用語集」としてまとめられており、追加の用語も含まれています。

このシリーズは、総集編にあたる小冊子と、一般によく乱用される薬物を個別に取り上げた12種の小冊子で構成されています。取り上げている薬物は、マリファナ、アルコール、エク



スタシー、コカイン、クラック・コカイン、覚せい剤、有機溶剤 / 吸入ガス、ヘロイン、LSD、処方薬、鎮痛剤、リタリンなどです。元薬物常用者の生々しい体験談も収められています。以下のすべての小冊子がセットになった箱が各生徒に配られます。小冊子は、授業で使うことに加え、宿題として読ませる形でも活用されます。

小冊子シリーズの内訳：

真実を知ってください：薬物

真実を知ってください：マリファナ

真実を知ってください：アルコール乱用

真実を知ってください：エクスタシー

真実を知ってください：コカイン

真実を知ってください：クラック・コカイン

真実を知ってください：覚せい剤

真実を知ってください：有機溶剤 / 吸入ガス

真実を知ってください：ヘロイン

真実を知ってください：LSD

真実を知ってください：処方薬乱用

真実を知ってください：鎮痛剤乱用

真実を知ってください：リタリン乱用

ダウンロードできる印刷資料

以下の資料を drugfreeworld.org/educators からダウンロードして印刷し、生徒への配布資料として使用できます。

事前アンケートおよびプログラム後のアンケート

用語集

レッスンで使用するすべての用紙

感想文用紙

プログラム後の意識調査票

プログラム修了時に生徒に渡す認定証

生徒全員に署名させるための大きな宣誓ボード

追加のプロジェクトと活動を列記した情報シート



レッスン・プラン

レッスン・プランには、それぞれの活動のための時間配分の例が示されています。これは、生徒の年齢層や読解力の違いによって変わる可能性があります。レッスンによっては、授業を何回かに分けて行う必要があるかもしれません。

生徒に薬物防止教育を実施する時間に制約があり、プログラム全体を終えることが困難な場合は、最低限レッスン1から4を実施した上で、レッスン5から15の中で、学校や地域でよく乱用されている薬物を取り上げたレッスンを、時間の許す限り実施することをお勧めします。これらのレッスン・プランを行い、すべての公共サービス広告とドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」のすべての章を上映できるようにスケジュールを組み、生徒にすべての「真実を知ってください：薬物」の小冊子を読ませるようにしてください。

8

用語の解説

単語や用語の定義は、レッスン・プランの中に示されています。レッスンで扱う用語とその他の用語の定義は、ガイド巻末の用語集にまとめられています。生徒が授業中に参照できるように、この用語集を何部かコピーするか、インターネット (drugfreeworld.org/educators) からダウンロードして印刷します。

評価

レッスン1～17で行う課題、宿題、活動は、教材に対する生徒の理解を評価する機会になります。また、レッスン17のすぐ後にある総合テストを使用することで、生徒の理解の最終的な評価が可能です。

ポスター

パッケージに入っている11枚のポスターは、教室や学校に掲示して使用できます。



指導の強調点

最大限の成果を得るための指導の強調点

11

- それぞれのレッスンには、「用語の解説」のセクションがあります。これは、生徒たちがそのレッスンを十分に理解できるように、彼らが知っておく必要があるキーワードの意味を説明したものです。生徒にこうした用語の定義を述べさせ、その用語を使った例文を作らせることがポイントです。
- 用語の定義は各レッスンに提示されていますが、その他の言葉や用語の定義が必要になる場合もあります。必要に応じ、生徒が理解していない可能性のある言葉についても説明してください。
- これらのレッスンで、実生活に即した例やイラストを使用すると、生徒の飲み込みがよくなり、その主題をよりよく理解するようになります。それを補強するために、「真実を知ってください：薬物」の小冊子や「それは嘘だった」の公共サービス広告、ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」を使用してください。
- 自分で、前もって事例を探しておくのもいいでしょう。例えば、薬物が芸術的創造力を破壊した例を紹介します。カート・コバーン（ニルバーナのヴォーカリスト）やジミ・ヘンドリックス、ジャニス・ジョプリン、ジム・モリソン、マイケル・ハッチェンス（インエクセスのヴォーカリスト）など、薬物乱用のために直接、あるいは間接的に死に至った著名なアーティストの話が紹介できるでしょう。薬物絡みの事件に関するメディア報道も、生徒の理解を助けるでしょう。
- 授業中の課題と宿題は、生徒の理解を深め、学んだ知識を実際に用いることを促すものです。
- 生徒が薬物についての知識をどのように活用しているかについて、また課外で観察したことについて、レポートを書かせてください。学んだことを実際に用いるような取り組みを促してください。



- すべてのレッスンを終わったら、認定証を生徒に渡し、「薬物のない世界」の宣誓書に署名させてください。（認定証と宣誓書は、コピー用としてこのガイドに含まれています。また drugfreeworld.org/educators からダウンロードして印刷することもできます。）
- 生徒に、このガイドで紹介されているような活動に参加することで、薬物防止のメッセージを広げるよう奨励しましょう。（169ページの「追加のプロジェクトと活動」参照）



指導を始める前に

薬物に関する予備知識の調査

13

プログラムの前後に生徒に対して実施する、評価用のアンケートが提供されています。これは、レッスンと活動の成果を評価するためのデータとして利用できます。このガイドに基づいて討論や授業や活動を始める「前」に、またドキュメンタリーや公共サービス広告を上映する前に、生徒にこのアンケートを記入させます。このプログラムでの勉強を始める前に、生徒の回答を得る必要があります。これは、レッスンの成果を判定する際の重要な要素であり、教材に対する生徒の興味を呼び起こす手段でもあります。

指示

薬物防止学習の授業内容には一切触れないで、生徒の知識を事前に把握するためのアンケート用紙に記入させます。用紙の記入方法を読み上げます。生徒の知識の範囲で最大限の回答をさせます。このアンケートは個人的な情報を集めるためのものではなく、単に生徒が薬物についてどのくらい知っているかをチェックすることが目的であると伝えます。

プログラム前のアンケートを回収したら、プログラム後のアンケートと比較する時のために保管しておきます。プログラム後のアンケートを回収したら、生徒のプライバシー保護のためにアンケート末尾に記されている生徒の名前を切り取ってから（あるいは名前の部分が隠れるようにして用紙をコピーして）、プログラム前後のアンケートのコピーを「薬物のない世界のための財団」（住所はこのガイドの巻末に掲載）に送ってください。アンケート結果は、このプログラムの成果を評価するために使用されます。



調査アンケート

この用紙の書き方：アンケートとは、あるテーマに関してあなたにどれくらい知識があるかを知るために用意されたいくつかの質問です。このアンケート用紙は、先生がこれからの授業の計画を立てるのに役立つものです。全部の答えを知っていなくてもはいけないということはありません。わかる範囲で教えてください。必要であれば、別の紙を使ってください。

1. 薬物とは何ですか？

2. 薬物は危険ですか？ はい いいえ

3. 上記の質問で、「はい」と答えた人は、なぜそう思うのか説明してください。

4. 薬物を取ると、体によくない影響がありますか？ もしあるとしたら、どのようなものですか？



5. 薬物を取ると、人の能力によくない影響がありますか？ もしあるとしたら、どのようなものですか？

6. 「薬物中毒」とはどういう意味ですか？

7. どうして薬物中毒になるのでしょうか？

8. 薬物中毒になると、その人の人生にどのような影響があるのでしょうか？

9. 薬物とは何なのか、どのような影響があるのかについて正しい情報を知ることは、どうあなたに役立つでしょうか？

学校名 / グループ名： _____

クラス： _____

生徒の氏名： _____

日付： _____



真実を知ってください:薬物

レッスン・プラン

以下のレッスン・プランは、薬物に関する正しい情報を生徒に教えるための資料となります。

19

レッスン1 (55分)

なぜ薬物学習が必要なのか?

レッスン2 (55分)

現代の薬物文化

レッスン3 (55分)

なぜ人は薬物を取るのか?

レッスン4 (55分)

薬物の作用と薬物が心の働きに与える影響

レッスン5 (55分)

真実を知ってください:マリファナ

レッスン6 (55分)

真実を知ってください:アルコール乱用

レッスン7 (55分)

真実を知ってください:エクスタシー

レッスン8 (55分)

真実を知ってください:コカイン

レッスン9 (55分)

真実を知ってください:クラック・コカイン

レッスン10 (55分)

真実を知ってください:覚せい剤



レッスン11 (55分)

真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス

レッスン12 (55分)

真実を知ってください：ヘロイン

レッスン13 (55分)

真実を知ってください：LSD

レッスン14 (55分)

真実を知ってください：処方薬乱用

レッスン15 (55分)

真実を知ってください：鎮痛剤乱用

レッスン16 (35分)

真実のメッセージ

レッスン17 (165分 — 3回の授業に分ける)

「真実を知ってください：薬物」を実際に使う

レッスン18 (70分)

プログラムの終了と修了式



なぜ薬物学習が必要なのか？

レッスン1：教師のためのガイド

目的：

生徒に、薬物を実際に乱用していた人の体験談から学ぶことで、同じ過ちを犯さないようにすることができることを理解させること。

21

教材：

- ドキュメンタリーDVD「真実を知ってください：薬物」
(16本の公共サービス広告を含む)
- 生徒に配布するプログラム前のアンケート用紙
- 宿題として生徒に配布するアンケート用紙
- 約10cm×15cmの索引カード
- 小冊子シリーズ「真実を知ってください：薬物」(13種類の小冊子を含む)と「薬物教育小冊子のためのガイド」

時間配分：

A. 導入	10分
B. アンケート	15分
C. 公共サービス広告の上映	3分
D. 討論	5分
E. ドキュメンタリーの上映	8分
F. 討論	8分
G. 活動	6分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、16本の公共サービス広告「それは嘘だった」と、ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：薬物」の表紙裏側のページを読む。
- アンケートを人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- 宿題用紙を人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



なぜ薬物学習が必要なのか？

レッスン1：レッスン・プラン

A. 導入 (10分)：

- 生徒に、これから薬物についての正しい情報を学ぶために「真実を知ってください：薬物」という学習プログラムを始めることを伝えます。
- 生徒に、薬物についての正しい情報を知ることが自分にどう役立つのかを少し時間を取って考えさせ、それからその答えを書いてもらいます。(生徒の興味を高めるために、2人1組にして行わせてもよいでしょう。)
- これを終えたら、何人かの生徒に答えを発表させます。最も多かった答えが何だったかを明確に示し、それがこのクラスの多数意見であることについて生徒の同意を得ます。必要なら討論を延長し、生徒になぜそのように思うのかを答えさせることもできます。

B. アンケート (15分)：生徒に、このプログラムで最初に行うことは、自分が薬物についてどれくらい知っているかをはっきりさせることだと説明します。事前調査用のアンケートを配布してください。生徒に用紙の書き方を説明し、わかる範囲できちんと答えさせます。アンケートに記入させ、集めます。

C. 公共サービス広告の上映 (3分)：公共サービス広告「それは嘘だった」を上映します。

D. 討論 (5分)：生徒に、自分の意見や、薬物について聞いたことのある話や嘘の例を話してもらいます。その上で、この学習プログラムでは、薬物や中毒を実際に体験した人々から本当の情報を教えてもらえると伝えます。

E. ドキュメンタリーの上映 (8分)：生徒に、これからドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の最初の章を上映することを告げます。ここで生徒が行う課題について説明します。このフィルムで紹介される薬物についての話のうち、自分がすでに知っていたことと知らなかったことを、それぞれ2つずつ見付けるとするのが課題です。映像を見ながらメモを取れるように、生徒に紙と鉛筆を用意させます。



F. 討論（8分）：上映後、討論の場を設けて、生徒に次の質問を投げかけます。「何でも自分で経験してから、何をしたいかを定めるべきだと思いますか？ それとも、他の人の体験を学ぶことで、よりよい選択ができると思いますか？」必要に応じて討論の時間を延長し、「フィルムの中で、あなたが一番驚いたことは何ですか？」「フィルムを見て何か思い出したことはありますか？ それについて話してもらえますか？」といった質問をしてもよいでしょう。

G. 活動（6分）：生徒に、自分が薬物に関して疑問に思っていることをひとつ考え出して、索引カードに書くように指示します。カードを集め、教室のどこかに掲示します。生徒に、次回の薬物学習の授業までにこれらのカードを見ておくよう促します。

H. 宿題：

- 生徒に宿題を出し、次回の薬物学習の授業までに終わらせて提出するように指示します。教師が回答を見る時間があるように、十分に前もって提出させます。
- 「真実を知ってください：薬物」のすべての小冊子が入った箱を、生徒全員に1セットずつ配り、自分用として持っておくように伝えます。今後のレッスンで使用することになるため、これらの小冊子を毎回授業に持ってくるよう指示します。薬物学習を進めている間に全部の小冊子を読むように勧めます。

■ レッソンの終了



宿題

レッスン1：なぜ薬物学習が必要なのか？

アンケート

あなたがドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の最初の章で見たことに基づいて、以下の質問に答えてください。

1. この章で最も重要な情報はどれだと思いますか？ それはなぜですか？

2. この章を原稿用紙1枚分程度で簡単に説明するとしたら、どのように説明しますか？



現代の薬物文化

レッスン2：教師のためのガイド

目的：

メディアなどを通じて目にする、薬物を美化しようとする情報は、薬物乱用の実態を反映していないということを、生徒に理解させること。

27

教材：

- ドキュメンタリーDVD「真実を知ってください：薬物」
(16本の公共サービス広告を含む)
- 「真実を知ってください：薬物」の小冊子
- 用語集

時間配分：

A. 宿題の返却と復習	5分
B. 導入	10分
C. 公共サービス広告の上映	5分
D. 討論	5分
E. 読み	15分
F. 討論	15分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 小冊子「真実を知ってください：薬物」の「薬物に染まった文化」の章を読む。
- ガイドの巻末にある用語集のコピーを何部か作成し、生徒がわからない言葉の意味を参照できるようにする。用語集の印刷用ファイルは drugfreeworld.org/educators からダウンロードできます。以降の授業で繰り返し使用することになるので、バインダーやクリアフォルダーなどに入れて保管しておくとい良いでしょう。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



現代の薬物文化

レッスン2：レッスン・プラン

- A. **宿題の返却と復習 (5分)**：前回のレッスンの宿題にコメントを付けて、生徒に返却します。宿題の回答から生徒の理解度を確認した上で、必要であれば授業の中でそのレッスンを部分的に復習するか、時間を設けて個々の生徒に補習を行います。
- B. **導入 (10分)**：今日のレッスンでは、薬物が私たちの社会の中でどのように問題になっているかを取り上げると説明します。これからいくつかの公共サービス広告を上映するが、その前にまず、全員が「文化」という言葉を理解しているかどうかを確認すると伝えます。生徒に、「文化」という言葉の意味について知っていることを答えさせます。生徒の答えをもとに数分間話し合いを行ってから、この言葉の意味（以下の定義による）を生徒に伝えます。生徒がこの単語を確実に理解したことがわかるまで、その定義に基づいた「文化」の例を挙げさせます。

文化：集団を構成する人々が共通して持つ信条や活動。文化とは、芸術や宗教、家族、政府についての考えや、また何が大切で価値があるか、人はどのように振舞うべきか、楽しみや娯楽として何をしたいか、といったことについて人々が持つ考えを含んでいる。

次に、「薬物文化」という言葉はどういう意味だと思うかを生徒に質問します。答えをいくつか出させてから、「薬物文化」の定義を読み上げます。

薬物文化：薬物を乱用する人々の生活スタイルや、薬物常用者に共通する服装の流行や振舞い方のことをいう。それに加え、薬物が社会のさまざまな部分に入り込み、文化に大きな影響を与えていることも指している。



C. 公共サービス広告の上映 (5分) :

以下の公共サービス広告を上映します。

- 「エクスタシー」
- 「一晩中パーティー」
- 「愛の喪失」
- 「薬棚の鎮痛剤」
- 「集中力」

D. 討論 (5分) : 上映後、生徒に次のような質問をします。「どのような考えや行動が、薬物文化の表れだと思いますか? 自分の体験に基づいて、答えてください。」いくつかの答えをもとに何分間か討論を行います。

E. 読み (15分) : これから小冊子を読むが、その前に意味を理解しておく必要のある言葉があると説明します。黒板にその単語を書き、それについて何を知っているかを聞きます。

- 米国疾病コントロール・センター

生徒の答えをもとにやり取りをしながら、以下の定義を使って、生徒全員にこの用語の意味を確実に理解させます。

米国疾病コントロール・センター (CDC) : アメリカ合衆国ジョージア州アトランタに本部と主要な研究所を置く、合衆国政府の機関。疾病コントロール・センターは、疾病の起源と発生について研究し、管理と予防の手段を開発する。

生徒を3名か4名ずつのグループに分けます。各グループに、以下の要領で「真実を知ってください：薬物」の小冊子から「薬物に染まった文化」の章を読ませます。

- 各グループ内で、1段落ごとに交代しながらその章を読み上げていきます。
- ひとりの生徒が読み終わるたびに、グループの他の生徒は、その段落に出てきたわからなかった言葉をノートに書き出します。(教室に置かれる予定の)用語集を使うか、用語集にない場合は辞書を使ってその言葉の意味を調べ、その段落での使い方に当てはまる意味を見付けます。生徒が苦勞したり混乱したりしているようなら、必要に応じて教師が援助し、その段落で使われている意味でその言葉を理解させます。
- その章を読み終わったら、グループで協力して、その中で一番重要だと思ったことを1つか2つの文にまとめ、書き上げます。



- グループがこの作業を完了したら、教師はグループが作った要約文にざっと目を通し、そのグループが読んだ内容を理解しているかどうかを判断します。また、内容に関してグループにいくつか質問する方法を取ってもよいでしょう。
- すべてのグループが読み終え、内容を理解していることを確認したら、レッスンの次の部分に移ります。(早く終わったグループがあれば、そのグループの生徒は他のグループが終わるのを待っている間に宿題を進めることもできます。)

F. 討論 (15分) :

- 生徒に、自分自身が観察した薬物文化の例を挙げるように求めます。その答えをもとにして討論を行います。彼らが出した例から見て、小冊子に述べられている薬物文化についての情報が正しいと思えるかどうかを評価させます。評価の基準を「完全に正しい」「ある程度は正しい」「正しくない」と設定します。「私は_____ (小冊子に書かれていること) は (完全に正しい/ある程度は正しい/正しくない) と思う。なぜなら私は_____ (個人的に経験したこと) を見たことがあるからだ」という形式で生徒に発言させます。ほとんどすべての生徒が討論に参加するまで、薬物文化の例について討論を続けます。
- 薬物文化の問題が、直接的・間接的に彼ら自身や家族にどんな影響を及ぼしているか、あるいは将来どんな影響を及ぼす可能性があるかというテーマで討論させます。討論を補うために使えるような例をいくつか準備しておきます。(例: 薬物やアルコールの影響を受けている人が車を運転することは、その人だけでなく他の人にも危険である。薬物を買うお金欲しさに盗みを働いたり犯罪行為に走ったりする人がいると、地域の治安が悪くなる、など。)



G. 宿題：

- 各生徒に、薬物文化を表現する漫画風のスケッチを描かせます。ユーモアのあるものにする必要はなく、薬物文化に特有の考え方や行動様式をはっきりと表現していることが条件です。自分で描く代わりに、雑誌の図版などを切り抜いてもいいでしょう。漫画で使われるような「吹き出し」をスケッチに入れてもよいでしょう。（生徒の年齢に合わせて宿題の内容をアレンジして構いません。）
- 宿題について説明し、次回の薬物学習の授業までに終わらせて提出するように指示します。教師が回答を見る時間があるように、十分に前もって提出させます。

■ レッソンの終了



なぜ人は薬物を取るのか？

レッスン3：教師のためのガイド

目的：

人が薬物を取るようになる理由は何なのかを生徒に理解させること。

33

教材：

- ドキュメンタリーDVD「真実を知ってください：薬物」
(16本の公共サービス広告を含む)
- 「真実を知ってください：薬物」の小冊子
- レッスン3の授業で出す課題用紙（生徒の人数分用意する）
- 用語集

時間配分：

A. 宿題の復習	5分
B. 導入	5分
C. 公共サービス広告の上映と討論	10分
D. 読み	10分
E. 討論	10分
F. 課題	15分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 小冊子「真実を知ってください：薬物」の「なぜ人は薬物を取るのでしょうか？」の章を読む。
- 以下の公共サービス広告を見る。

「カッコいい」

「最高にハイ」

「幻覚症状」

「飲めない奴」

34

- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



なぜ人は薬物を取るのか?

レッスン3 : レッスン・プラン

- A. 宿題の復習 (5分) : 前回のレッスンの宿題にコメントを付けて、生徒に返却します。宿題の回答から生徒の理解度を確認した上で、必要であれば授業の中でそのレッスンを部分的に復習するか、時間を設けて個々の生徒に補習を行います。
- B. 導入 (5分) : 今日のレッスンのテーマが「なぜ人は薬物を取るのか?」であることを生徒に伝えます。レッスンの最初のステップとして、生徒に、人が薬物を取る理由をいくつか考えて書き出すように指示します。その時間を何分か与えましょう。この時点では、生徒の答えを取り上げて話し合うことはしません。生徒に、後で使うのでその答えを取っておくように伝えます。
- C. 公共サービス広告の上映と討論 (10分) :
- これから、人が薬物を取るようになるいくつかのパターンを描いた公共サービス広告を順番に上映します。生徒は、それぞれの広告について、自分がそれにどれだけ実感を持ったかを10段階で評価します。その後で、各自の感想をクラスで話し合うこととなります。上記の流れを生徒に説明してください。
 - 公共サービス広告「カッコいい」を上映します。少し時間を与え、自分がそれにどれだけ実感を持ったかを10段階で評価させます。それから「ドラッグをやるのはカッコいい、と思って薬物に手を出す人が実際にいると思いますか?」という問いを投げかけます。これについて何分か話し合います。必要だと思えば「薬物を取ることは本当にカッコいいと思いますか?」といった質問を追加して、話し合いを展開させてもいいでしょう。
 - 公共サービス広告「最高にハイ」を上映します。少し時間を与え、自分がそれにどれだけ実感を持ったかを10段階で評価させます。それから「ドラッグをやれば気持ちよくなれる、と思って薬物に手を出す人が実際にいると思いますか?」という問いを投げかけます。これについて何分か話し合います。必要だと思えば「自分が本当にいい気分になった時のことを思い出してみてください。その時はどうしてそうなったのですか?」といった質問を追加して、話し合いを展開させてもいいでしょう。



- 公共サービス広告「幻覚症状」を上映します。少し時間を与え、自分がそれにどれだけ実感を持ったかを10段階で評価させます。それから「ドラッグをやれば問題から逃避できる、と思って薬物に手を出す人が実際にいると思いますか?」という問いを投げかけます。これについて何分か話し合います。必要だと思えば「それで実際にうまくいくと思いますか?」といった質問を追加して、話し合いを展開させてもいいでしょう。
- 公共サービス広告「飲めない奴」を上映します。少し時間を与え、自分がそれにどれだけ実感を持ったかを10段階で評価させます。それから「仲間から浮いてると思われたくない、という理由で薬物に手を出す人が実際にいると思いますか?」という問いを投げかけます。これについて何分か話し合います。必要だと思えば「それで実際にうまくいくと思いますか?」といった質問を追加して、話し合いを展開させてもいいでしょう。

36

D. 読み (10分) : 生徒を3名か4名ずつのグループに分けます。各グループに、以下の要領で「真実を知ってください：薬物」の小冊子から「なぜ人は薬物を取るのでしょうか?」の章を読ませます。

- 各グループ内で、1段落ごとに交代しながらその章を読み上げていきます。
- ひとりの生徒が読み終えるたびに、グループはその段落に出てきたわからなかった言葉をノートに書き出します。(教室に置かれる予定の)用語集を使うか、用語集にない場合は辞書を使ってその言葉の意味を調べ、その段落での使い方に当てはまる意味を見付けます。生徒が苦労したり混乱したりしているようなら、必要に応じて教師が援助し、その段落で使われている意味でその言葉を理解させます。
- その章を読み終わったら、グループで協力して、その中で一番重要だと思ったことを1つか2つの文にまとめ、書き上げます。
- グループがこの作業を完了したら、教師はグループが作った要約文にざっと目を通し、そのグループが読んだ内容を理解しているかどうかを判断します。また、内容に関してグループにいくつか質問する方法を取ってもよいでしょう。
- すべてのグループが読み終え、内容を理解していることを確認したら、レッスンの次の部分に移ります。(早く終わったグループがあれば、そのグループの生徒は他のグループが終わるのを待っている間に課題を進めることもできます。)

E. 討論 (10分) : 小冊子に出てきた、人が薬物を取る理由のリストを黒板に書き出します。それから、生徒がレッスンの最初のステップで書き出した答えを発表させます。答えがひとつ発表されるごとに、それが黒板上のリストと同じものと考えられるか、それとも人が薬物を取る別の理由として挙げられるかどうかを、クラス全体で話し合って決定します。別の理由と認められたものは、黒板上のリストに追加します。人が薬物を取る理由として考えられるものが全部挙げられたと生徒が同意するまで、話し合いを続けます。



F. 授業中の課題(15分)：以下の課題を配布し、授業時間内に終わらせるように指示します。(時間内に終わらなければ、宿題にします。)

■ レッスンの終了



授業の課題

レッスン3：なぜ人は薬物を取るのか？

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. 「薬物を使用した結果は、その薬物によって解決しようとしている問題よりも常に悪いものとなります」という例を2つ挙げなさい。自分が実際に知っている例でも、考えたものでも構いません。

例1： _____

例2： _____

2. 問1の答えで述べた2つの例について、その人が薬物ではない何か別のやり方で同じ問題を解決する場合の例をそれぞれ述べなさい。

例1： _____



例2: _____

名前: _____

クラス: _____

日付: _____



薬物の作用と薬物が 心の働きに与える影響

レッスン4：教師のためのガイド

40

目的：

薬物は基本的に毒であり、体や心に悪い影響を与える可能性があることを生徒に理解させること。

教材：

- ドキュメンタリーDVD「真実を知ってください：薬物」
(16本の公共サービス広告を含む)
- 「真実を知ってください：薬物」の小冊子

時間配分：

A. 宿題の復習	5分
B. 導入	1分
C. 公共サービス広告の上映	4分
D. 用語の解説	10分
E. 読みと評価	15分
F. 読み	10分
G. 小テスト	10分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 小冊子「真実を知ってください：薬物」の「薬物はどのように作用するのでしょうか?」と「薬物が心の働きに与える影響」の章を読む。
- 以下の公共サービス広告を見る。
 - 「1回だけ」
 - 「たった一度」
 - 「試験は大丈夫」
 - 「シンナー吸引」
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



薬物の作用と薬物が 心の働きに与える影響

レッスン4：レッスン・プラン

42

A. 宿題の復習 (5分)：前回のレッスンの宿題にコメントを付けて、生徒に返却します。(いくつか選んで、教室の掲示板に張り出してもよいでしょう。) 宿題の回答から生徒の理解度を確認した上で、必要であれば授業の中でそのレッスンを部分的に復習するか、時間を設けて個々の生徒に補習を行います。

B. 導入 (1分)：今日のレッスンのテーマが「薬物の作用と薬物が心の働きに与える影響」であることを生徒に伝えます。

C. 公共サービス広告の上映 (4分)：

以下の公共サービス広告を上映します。

- 「1回だけ」
- 「たった一度」
- 「試験は大丈夫」
- 「シンナー吸引」

D. 用語の解説 (10分)：レッスンの次のステップとして、3つの言葉の意味を理解しておく必要があると説明します。以下の3つの用語を黒板に書き出します。生徒に、それぞれの言葉について知っていることを答えさせます。

- 毒
- 中枢神経刺激剤
- 鎮静剤

生徒の答えをもとに数分間話し合いを行い、これらの言葉の定義を生徒に示しながら、全員がそれぞれの用語の意味を明確に理解するまで指導します。黒板上の各用語の隣りに、討論で出てきた主要なポイントを書き出します。必ず生徒にそれぞれの言葉の用例をいくつか挙げさせます。



毒：身体に入ると（または身体の中で発生すると）健康や生命に害を与える物質。

中枢神経刺激剤：服用するとエネルギーや鋭敏さが一時的に増す薬品。同時に血圧や脈拍、呼吸数も増大する。

鎮静剤：興奮状態を鎮める、あるいは人を眠らせる薬物。

E. 読みと評価（15分）：

- これから小冊子「真実を知ってください：薬物」の短い章をひとつ読み上げるので、その内容を自分自身の経験や観察したものと比較してほしい、と生徒に伝えます。「薬物はどのように作用するのでしょうか？」の章を読み上げます。
- 生徒を2人1組にさせます。互いに、自分の経験や観察の範囲で、今読み上げられた内容に関係のありそうな例を挙げるように指示します。何分間かこれを行わせます。それから、自分が話したことをクラス全員に発表したい生徒がいるかどうか聞きます。読まれた内容を生徒たちが確実に理解したことがわかるまで、この活動を続けます。

43

F. 読み（10分）：生徒を3名か4名ずつのグループに分けます。各グループに、以下の要領で「真実を知ってください：薬物」の小冊子から「薬物が心の働きに与える影響」の章を読ませます。

- 各グループ内で、1段落ごとに交代しながらその章を読み上げていきます。
- ひとりの生徒が読み終わるたびに、グループはその段落に出てきたわからなかった言葉をノートに書き出します。（教室に置かれる予定の）用語集を使うか、用語集にない場合は辞書を使ってその言葉の意味を調べ、その段落での使い方に当てはまる意味を見付けます。生徒が苦勞したり混乱したりしているようなら、必要に応じて教師が援助し、その段落で使われている意味でその言葉を理解させます。
- その章を読み終わったら、グループで協力して、その中で一番重要だと思ったことを短い文章にまとめ、書き上げます。
- グループがこの作業を完了したら、教師はグループが作った要約文にざっと目を通し、そのグループが読んだ内容を理解しているかどうかを判断します。また、内容に関してグループにいくつか質問する方法を取ってもよいでしょう。
- すべてのグループが読み終え、内容を理解していることを確認したら、レッスンの次の部分に移ります。

G. 小テスト（10分）：

- レッソンの小テストとして、生徒に次のことを行うように指示します。この授業で見た公共サービス広告の中で、薬物による影響を最もよく表現していると思ったものを選び、その公共サービス広告を選んだ理由について簡単な説明を書きます。生徒



の書いた答えは、どの公共サービス広告を選んだかに基づいて評価されるのではなく、その答えにこのレッスンで学んだ薬物の作用を理解したことが示されているかどうかに基づいて評価されるということを説明します。

- これらの公共サービス広告を、生徒のために再度上映する機会を設けてもよいでしょう。

■ レッソンの終了



真実を知ってください：マリファナ

レッスン5：教師のためのガイド

目的：

マリファナについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

45

教材：

- 公共サービス広告「薬物中毒への入り口」（マリファナ）
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」：
「真実を知ってください：マリファナ」の章
- 小冊子「真実を知ってください：マリファナ」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分：

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	9分
C. 討論	3分
D. 用語の解説	8分
E. 読み	5分
F. 討論	3分
G. 読み	10分
H. 討論	9分
I. 課題	5分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告「薬物中毒への入り口」（マリファナ）を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：マリファナ」を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：マリファナ」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

46

指導のポイント：

- 用語の解説をする際には、必ず生徒にもそれに対応する活動をさせるようにしましょう。単語を読み上げ、その定義を説明し、例文を読むやり方が効果的です。それから、生徒をひとり指名し、自分自身の言葉で定義を述べさせます。次に別の生徒を指名し、例文を作らせます。生徒がその単語を理解したと確信できるまで、必要なだけこれを繰り返します。その単語が理解されたら、先に進みます。
- 生徒をグループに分けて活動を行わせる際には、各グループのリーダーを決めてください。



真実を知ってください:マリファナ

レッスン5: レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分): 「薬物中毒への入り口」(マリファナ)の公共サービス広告を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (9分): 「真実を知ってください:マリファナ」を上映します。
- C. 討論 (3分): 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「マリファナ(大麻)の使用はより強力な薬物乱用につながると思いますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (8分): 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

47

気管支炎: 気管支(肺に空気を送る管が2本に分かれた部分)の炎症(過敏、腫れ、痛みを伴う状態)。

ハイ: アルコールまたは薬物の使用によって、身体と精神のコントロールが減少し、一時的に偽りの幸福感を抱くこと。

免疫機能: 病気や感染から体を守る、体内のさまざまな器官や働き。

月経の周期: 月経とは、妊娠していない女性の子宮の内壁から、定期的に(ほぼ1ヵ月に1回)血液などを含む物質が剥がれ落ちる現象。月経の周期とは、月経の起こる間隔のこと。

パニック発作: 突然非常に強い恐怖感や不安感に襲われ、正常な思考や行動が妨げられること。多くの場合は過去の、あるいは現時点の不安の源が引き金となる。

樹脂: 樹木から出る分泌液。また、その固まったもの。やに。

呼吸器官: 生物が息を吸ったり吐いたりする際に空気が通る部分。口、鼻、のど、肺など。



耐性：薬物の作用に対する抵抗力のこと。薬物を使用し続けたり、使用する量を増やすうちに、自然と体内で形成される。人が長期間にわたって薬物を使用すると、その薬物の作用に対する耐性ができるとされている。耐性とは薬物の通常の効果次第に失われたり、減少したりすることを意味している。

48

- E. **読み** (5分)：小冊子「真実を知ってください：マリファナ」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「マリファナとは?」「どのように使用されているか?」
- F. **討論** (3分)：生徒に読んだ感想を尋ねます。マリファナ（大麻）について、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. **読み** (10分)：小冊子「真実を知ってください：マリファナ」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「短期的な影響」と「長期的な影響」を含む「マリファナの有害な影響」の章と、「薬物乱用へと向かう道」
- H. **討論** (9分)：生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

マリファナは植物から作られるというのは本当か。

マリファナの使用はさらに強い薬物の乱用につながる可能性があるか。

マリファナによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

マリファナによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

- I. **課題** (5分)：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。
- J. **宿題**：生徒に、小冊子「真実を知ってください：マリファナ」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:アルコール乱用

レッスン6:教師のためのガイド

目的:

アルコール飲料の乱用についての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

51

教材:

- 公共サービス広告:「飲めない奴」(アルコール乱用)
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:アルコール乱用」の章
- 小冊子「真実を知ってください:アルコール乱用」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	9分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	4分
E. 読み	5分
F. 討論	5分
G. 寸劇	20分
H. 課題	4分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告「飲めない奴」（アルコール乱用）を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：アルコール乱用」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：アルコール乱用」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

52

指導のポイント：

- 下記のような質問を用いて、授業の内容に関する生徒の理解度を確認してください。「それはあなたにとってどういうことですか?」「そのような例を実際に観察したことがありますか?」「それについて何か例を挙げられますか?」「どうしてそんなことが起こるのでしょう?」
- 生徒が意見を話し合う際には、なぜそのような結論に至ったのか、その過程を述べさせてください。



真実を知ってください:アルコール乱用

レッスン6:レッスン・プラン

53

- A. 公共サービス広告の上映(3分):公共サービス広告「飲めない奴」(アルコール乱用)を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映(9分):「真実を知ってください:アルコール乱用」を上映します。
- C. 討論(5分):生徒に、この章を見た感想を話させます。生徒に「アルコールは薬物だと思いませんか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説(4分):以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

精神錯乱: 極端な不安、混乱、時に幻覚などを伴う状態。高熱や中毒、脳の損傷などによって引き起こされる。

依存症: 体や心に害を及ぼす可能性のある薬物などを定期的に摂取していて、身体的あるいは精神的にそれなしではいられない状態。

高血圧: 血圧とは、血液が体内を循環するために血液を押し出す力のこと。高血圧とは、心臓が血液を送り出すためにより強い力をかけなくてはならない状態をいう。この状態が慢性化すると、心臓や血管が傷付く恐れがある。

神経細胞: 神経系を構成する細胞で、脳からの信号、脳への信号を伝達する働きを持つ。

中毒反応: 毒性のある物質によって身体の働きが障害を受けている状態。

- E. 読み(5分):小冊子「真実を知ってください:アルコール乱用」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「アルコールとは?」「アルコールによって身体はどんな影響を受けるのか」「どれだけ飲めば過剰摂取になる?」「アルコール依存症とは?」「短期的な影響」「長期的な影響」「胎児への被害」



- F. 討論 (5分) :生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

アルコールの影響は、大人よりも十代の若者に対するものの方が大きいか。また、それはなぜか。

妊娠中の女性がアルコールを飲むとどんなことが起こる可能性があるか。

アルコールによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

アルコールによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

- G. 寸劇 (20分) :生徒を4人組のグループに分けます。各グループは、アルコールの乱用が人々の生活にどんな影響を及ぼす場合があるかを示す、短い劇の台本を書き、上演します。2~5分程度の長さで、この授業で学んだアルコールの影響を示すものにさせます。

寸劇の台本を書く時間を数分与えます。台本をチェックして、この授業の趣旨や活動の目的に沿っていることを確認します。

グループごとに寸劇を発表させます。

- H. 課題 (4分) :「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

- I. 宿題 :生徒に、小冊子「真実を知ってください：アルコール乱用」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:エクスタシー

レッスン7:教師のためのガイド

目的:

エクスタシーについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

57

教材:

- 公共サービス広告:「エクスタシー」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:エクスタシー」の章
- 小冊子「真実を知ってください:エクスタシー」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	10分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	12分
E. 読み	10分
F. 討論	10分
G. 課題	5分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「エクスタシー」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：エクスタシー」を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：エクスタシー」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

58

指導のポイント：

- 生徒が公共サービス広告やドキュメンタリーについて感想を伝えたがったり、もう一度見たがったりすることがよくあります。時間の許す限り、クラスで上映する時間を設けてください。
- 授業を補足するために、薬物乱用に関する新聞や雑誌の記事を集めたものを用意しましょう。生徒に、薬物関連の記事を探してこの授業のために持ってくるように頼んでもよいでしょう。



真実を知ってください:エクスタシー

レッスン7: レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「エクスタシー」を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (10分) : 「真実を知ってください:エクスタシー」の章を上映します。
- C. 討論 (5分) : 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。薬物などでハイにならなくても、パーティーなどを楽しめた時のことを自主的に話させます。
- D. 用語の解説 (12分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

アンフェタミン: 中枢神経刺激剤と呼ばれるタイプの強力な薬物。しばしば「スピード」と呼ばれるアンフェタミンは、中枢神経系 (脳と脊髄) に作用し、疲労を低減する一方、心拍と血圧を高める。アンフェタミンの効果が消えていくと、疲労困憊とうつが現れる。繰り返し使用すると、深刻な心理的障害が発現する可能性がある。

けいれん: 強く痛みを伴う、制御できない筋肉の収縮によって起きる、身体や手足の激しい震え。脳障害などから起きることもある。

デザイナーズ・ドラッグ: 作用を強くするため、あるいは法律による規制を逃れるために、化学構造を変えられた薬物。合成麻薬。

合衆国麻薬取締局 (Drug Enforcement Administration) : 1973年に設置されたアメリカ合衆国政府の機関。その主な役割は、アメリカ国内で製造される、あるいは国外から流入する違法薬物の供給を防ぐことである。

腎不全: 腎臓の働きが停止すること。あるいはその働きが著しく低下し、十分な機能を果たさなくなること。

神経系: 脳とせき髄を含む、体内のすべての神経。



心理作戦：敵を惑わせる、恐れさせる、士気をなくさせるといった形で相手の思考や行動をかく乱するために、宣伝、脅迫、その他の心理的なテクニックを使用すること。

国連薬物・犯罪事務局：各国が違法薬物、犯罪、テロリズムと戦うのを援助する、国際連合の機関。

- E. **読み (10分)**：「真実を知ってください：エクスタシー」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「死とダンス」「本当にパーティーをしたいですか?」「エクスタシーとは?」「『ラブ・ドラッグ』幻想に隠された真実」「エクスタシーの使用が招く影響」「短期的な影響」「長期的な影響」「エクスタシーには中毒性はない?」
- F. **討論 (10分)**：生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

エクスタシーの錠剤が作られる方法について、人々が知らないことは何か。

エクスタシーとアルコール（酒）を一緒に飲むことは危険か。

エクスタシーを取ることで、身体から発せられる自然に起こる警告が遮断されると、どんなことが起こる可能性があるか。

エクスタシーによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

エクスタシーによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

- G. **課題 (5分)**：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。
- H. **宿題**：生徒に、小冊子「真実を知ってください：エクスタシー」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:コカイン

レッスン8：教師のためのガイド

目的：

コカインについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

63

教材：

- 公共サービス広告：「一晩中パーティー（コカイン）」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」：
「真実を知ってください：コカイン」の章
- 小冊子「真実を知ってください：コカイン」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分：

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	8分
C. 討論	10分
D. 用語の解説	10分
E. 読み	3分
F. 討論	5分
G. 読み	3分
H. 討論	3分
I. 読み	2分
J. 討論	3分
K. 課題	5分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「一晩中パーティー（コカイン）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：コカイン」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：コカイン」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

64

指導のポイント：

- 生徒に、レッスンを進めていく中で薬物について気付いたことやわかったことについて、クラスメートに発表するように促します。



真実を知ってください:コカイン

レッスン8:レッスン・プラン

65

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「一晩中パーティー」(コカイン) を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (10分) : 「真実を知ってください:コカイン」を上映します。
- C. 討論 (10分) : 生徒に、この章を見た感想を話させます。「この薬物の影響の中で、自分に関係しそうなことは何かありますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (10分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

精神錯乱 : 極端な不安、混乱、時に幻覚などを伴う状態。高熱や中毒、脳の損傷などによって引き起こされる。

瞳孔 : どうこう 眼球の中央にある小さな穴。光線の強弱に応じて目に入る光の量を加減する。ひとみ。

とっぴな : 思いもよらないさま。常識とかけ離れているさま。

陶醉感 : 強い喜び、興奮、幸福感に浸っている状態。

幻覚症状 : 実際にはそこに存在しないものを見たり聞いたりする状態。多くの場合は薬物によって引き起こされる反応。

メタンフェタミン : 覚せい剤の化学名。非常に中毒性の高い中枢神経刺激剤。コカインなどと同様に強力な、人工合成された違法薬物。

麻薬 : 中枢神経 (脳や脊髄) に作用する薬物。めまい、陶醉感、記憶喪失、調整機能の不全、無意識状態などを引き起こす。多くの麻薬はケシという植物からつくられる。

呼吸不全 : 酸素を体内に取り込む能力が停止する、あるいは極端に低下すること。



睡眠障害：睡眠を取ることに困難を抱え、十分な睡眠が取れない状態。

脳卒中：脳の中の血管が急に詰まるか破裂すること。それにより、意識を失う、体の一部が動かない、しゃべることができないといった症状が起こる。

- E. **読み** (3分)：小冊子「真実を知ってください：コカイン」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「コカインとは?」「命取りの白い粉」
- F. **討論** (5分)：生徒に読んだ感想を尋ねます。コカインについて、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. **読み** (3分)：小冊子「真実を知ってください：コカイン」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「なぜコカインはそんなにも中毒性が高いのか?」「コカインの影響」
- H. **討論** (3分)：生徒に読んだ感想を尋ねます。読んで初めて知ったことは何ですか?
- I. **読み** (2分)：小冊子「真実を知ってください：コカイン」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「短期的な影響」と「長期的な影響」を含む「コカインの影響」の章。
- J. **討論** (3分)：生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。
- コカインの中毒性はどのくらい強いのか。
- コカインは何から作られるのか。
- コカインで「ハイ」になっている人は、その効き目が切れるとどうなるか。
- コカインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。
- コカインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。
- K. **課題** (5分)：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。
- L. **宿題**：生徒に、小冊子「真実を知ってください：コカイン」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:クラック・コカイン

レッスン9:教師のためのガイド

目的:

クラック・コカインについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

69

教材:

- 公共サービス広告:「愛の喪失」(クラック・コカイン)
- ドキュメンタリー「真実を知ってください」:
「真実を知ってください:クラック・コカイン」の章
- 小冊子「真実を知ってください:クラック・コカイン」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	8分
C. 討論	8分
D. 用語の解説	8分
E. 読み	8分
F. 討論	10分
G. 課題	10分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「愛の喪失（クラック・コカイン）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：クラック・コカイン」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：クラック・コカイン」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

70

指導のポイント：

- 生徒の作文を見る際に、何人かの生徒にクラスで発表させてもよいでしょう。これは任意ですが、時間さえ許すなら、生徒が他のクラスメートの作文を聞くことは有益です。生徒が作文を読みたがらない場合は、強制しないでください。



真実を知ってください:クラック・コカイン

レッスン9:レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分): 公共サービス広告「愛の喪失 (クラック・コカイン)」を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (8分): 「真実を知ってください:クラック・コカイン」の章を上映します。
- C. 討論 (8分): 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「クラック・コカインを取った人が、この薬物をもっと手に入れるためなら何でもするくらい必死になるのはなぜだと思いますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (8分): 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

被害妄想: 他人に対して根拠のない疑い、不信感、恐れを抱く状態のこと。

情緒不安定: 人の感情のさまざまな乱れ。悲嘆や絶望や無気力感、身体の苦痛を訴える、食欲や睡眠のパターンの変化、活力のレベルの変化などが含まれる。

生殖障害: 子供をつくることに関わる体の器官が正常に働かない状態。

- E. 読み (8分): 小冊子「真実を知ってください:クラック・コカイン」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「クラック・コカインとは?」「なぜクラック・コカインはそんなにも中毒性が高いのか?」「クラック・コカインの影響」「身体や精神への影響」
- F. 討論 (10分): 生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

クラック・コカインはコカインとどう違うのか。

どうしてクラックという名前がついたのか。

クラック・コカインの中毒性はどのくらい強いのか。



クラック・コカインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

クラック・コカインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

G. 課題 (10分)：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

H. 宿題：生徒に、小冊子「真実を知ってください：クラック・コカイン」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:覚せい剤

レッスン10:教師のためのガイド

目的:

覚せい剤についての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

75

教材:

- 公共サービス広告:「試験は大丈夫(覚せい剤)」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:覚せい剤」の章
- 小冊子「真実を知ってください:覚せい剤」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	8分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	4分
E. 読み	5分
F. 討論	3分
G. 読み	3分
H. 討論	3分
I. 読み	2分
J. 討論	4分



K. 活動	10分
L. 課題	5分
合計時間：	55分

教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「試験は大丈夫（覚せい剤）」を見る。
 - ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：覚せい剤」の章を見る。
 - 小冊子「真実を知ってください：覚せい剤」を読む。
 - 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
 - DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。
- 76



真実を知ってください:覚せい剤

レッスン10:レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映(3分):公共サービス広告「試験は大丈夫(覚せい剤)」を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映(8分):「真実を知ってください:覚せい剤」の章を上映します。
- C. 討論(5分):生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「覚せい剤によって体全体がひどいダメージを受けているのに、それでもこの薬物を取り続ける人がいるのはなぜだと思いますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説(4分):以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

抽象的:具体的な現実や特定の対象、あるいは実際の出来事から、それらに共通している性質や一般的な性質だけを抜き出して考えるさま。

誇大妄想:自分自身の価値や重要性、力、魅力などを、常識ではあり得ないほど間違っ
て過大に評価すること。

躁うつ:憂うつ状態から興奮状態へと、感情や気分が急激かつ極端に変化する状態。

ラッシュ:薬物を使用した時に、乱用者が最初に感じる反応(快感)。その持続時間は薬物の種類により異なる。

- E. 読み(5分):小冊子「真実を知ってください:覚せい剤」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「結晶状覚せい剤とは?」「覚せい剤とは?」「覚せい剤の種類は?」
- F. 討論(3分):生徒に読んだ感想を尋ねます。読んで初めて知ったことは何ですか?



- G. 読み (3分) : 小冊子「真実を知ってください：覚せい剤」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「覚せい剤の成分は?」「世界中にはびこる覚せい剤中毒」
- H. 討論 (3分) : 生徒に読んだ感想を尋ねます。覚せい剤について読んで初めて知ったことは何ですか?
- I. 読み (2分) : 小冊子「真実を知ってください：覚せい剤」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「覚せい剤の致命的な影響」「覚せい剤の害」
- J. 討論 (4分) : 生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

78

結晶状覚せい剤は何に似ているか。

なぜ覚せい剤は危険なのか。

覚せい剤を使用すると、たとえ初めての使用でも中毒になる可能性があるか。

覚せい剤による短期的な影響にはどんなものがあるか。

覚せい剤による長期的な影響にはどんなものがあるか。

- K. 活動 (10分) : 生徒にA4サイズの用紙を配布し、それを半分に分けるように真ん中に線を引かせます。その左側に人の顔を描かせます。できるだけ美人だったりハンサムに見えるようにさせます。その上に「覚せい剤を取る前」と書かせます。今度は右側に、覚せい剤を取るようになって数年後に、同じ人の顔がどのように変わったかを示す絵を描かせ、その上に「覚せい剤を取った後」とタイトルを付けさせます。この生徒のスケッチを掲示して、各自が他の生徒のスケッチも見られるようにします。
- L. 課題 (5分) : 「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。
- M. 宿題 : 生徒に、小冊子「真実を知ってください：覚せい剤」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:有機溶剤/吸入ガス

レッスン11: 教師のためのガイド

目的:

有機溶剤/吸入ガスについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

81

教材:

- 公共サービス広告:「シンナー吸引(有機溶剤/吸入ガス)」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:有機溶剤/吸入ガス」の章
- 小冊子「真実を知ってください:有機溶剤/吸入ガス」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	9分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	10分
E. 読み	5分
F. 討論	4分
G. 読み	4分
H. 討論	10分
I. 課題	5分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「シンナー吸引（有機溶剤/吸入ガス）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレイヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



真実を知ってください:有機溶剤/吸入ガス

レッスン11:レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「シンナー吸引」(有機溶剤/吸入ガス)を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (9分) : 「真実を知ってください:有機溶剤/吸入ガス」の章を上映します。
- C. 討論 (5分) : 生徒に、この章を見た感想を話させます。「自分の周りに有機溶剤や吸入ガスを乱用したことで死んでしまったり、死にかけたりした人がいるのを知っていて、この薬物を乱用し続けるのはなぜだと思いますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (10分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

83

麻酔剤 : 手術中に患者が痛みを感じないようにするために医師が用いる薬物。全身をマヒさせ無意識にする場合と、意識を保ったまま体の一部だけをマヒさせる場合の両方がある。

ブタン : 石油に含まれる気体(ガス)の一種。燃料として用いられる。

亜酸化窒素 : 麻酔剤として使われる、無色で甘い臭いのするガス。

シンナー : 塗料を薄めたり、衣服のしみ抜きなどに使う液体。

プロパン : 石油から得られる無色無臭の気体(ガス)で、燃料として用いられる。プロパンガス。LPガス。

有機溶剤 : 炭素を主な成分として含み、さまざまな物質を溶かすのに用いる液体。アルコール、エーテルなど。

トルエン : 溶剤、または燃料として使われる無色の液体。

揮発物 : 平常の温度・気圧で蒸発(目に見えない粒子になって空気中に発散)する物質。



- E. 読み (5分)：小冊子「真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「有機溶剤/吸入ガスとは?」「有機溶剤や吸入ガスを使うと中毒になる?」「さまざまなタイプの有機溶剤/吸入ガス」
- F. 討論 (4分)：生徒に読んだ感想を尋ねます。有機溶剤/吸入ガスについて、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. 読み (4分)：小冊子「真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「有機溶剤や吸入ガスが身体に及ぼす影響」「短期的な影響」「長期的な影響」
- H. 討論 (10分)：生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。
- 有機溶剤や吸入ガスは身体にどのような影響を及ぼすか。
- 有毒な化学物質を吸入すると、心拍数にどのような変化が起こるか。
- 有機溶剤や吸入ガスを取ると中毒になる可能性があるか。
- 有機溶剤や吸入ガスによる短期的な影響にはどんなものがあるか。
- 有機溶剤や吸入ガスによる長期的な影響にはどんなものがあるか。
- I. 課題 (5分)：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。
- J. 課題：生徒に、小冊子「真実を知ってください：有機溶剤/吸入ガス」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:ヘロイン

レッスン12:教師のためのガイド

目的:

ヘロインについての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

87

教材:

- 公共サービス広告:「最高にハイ(ヘロイン)」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:ヘロイン」の章
- 小冊子「真実を知ってください:ヘロイン」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	7分
C. 討論	8分
D. 用語の解説	10分
E. 読み	10分
F. 討論	7分
G. 課題	10分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「最高にハイ（ヘロイン）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：ヘロイン」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：ヘロイン」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。

88

指導のポイント：

- 公共サービス広告、ドキュメンタリーDVD、小冊子から得られた情報を、自分自身の経験と照らし合わせて評価し、自分自身で考えてほしいことを生徒に強調する。



真実を知ってください:ヘロイン

レッスン12:レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「最高にハイ (ヘロイン)」を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (7分) : 「真実を知ってください:ヘロイン」を上映します。
- C. 討論 (8分) : 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「起きている間ずっと、薬物への欲求を満たすためにヘロインを手に入れることしか考えていないような生活は、どんな感じでしょうね?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (10分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

添加物: 食品の色合いや質感を変えるなど、ある物質の性質を変えたり、効能を高めたりする目的で加えられる別の物質。

AIDS (エイズ): 肉体が備えている、病気に対して自身を防衛するための仕組みを破壊する病気。AIDSという名前は、英語のAcquired Immune Deficiency Syndromeの頭文字を取ったもの。

インポテンツ: 男性が性行為において慢性的に勃起できず、性交不能な状態。

モルヒネ: アヘンを原料として作られる薬物で、ひどい痛みを和らげるために使用される。長期間使うと中毒になる場合がある。

結核: 肺などの器官が侵される感染症。

- E. 読み (10分) : 小冊子「真実を知ってください:ヘロイン」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「ヘロインとは?」「ヘロインの起源」「ヘロインの形状は?」「短期的な影響」「長期的な影響」「1回試してみるだけさ。」
- F. 討論 (7分) : 生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。



ヘロインはどのように使用されるか。

ヘロインを使用すると、ヘロインそのものによる危険性以外にどんな危険性があるか。

ヘロインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

ヘロインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

G. 課題 (10分)：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

H. 宿題：生徒に、小冊子「真実を知ってください：ヘロイン」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:LSD

レッスン13：教師のためのガイド

目的：

LSDについての正確な情報と、人の健康と生活に及ぼす身体的/精神的影響について、生徒に教育すること。

93

教材：

- 公共サービス広告：「幻覚症状」（LSD）
- ドキュメンタリー「真実を知ってください」：「真実を知ってください:LSD」の章
- 小冊子「真実を知ってください:LSD」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分：

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	9分
C. 討論	7分
D. 用語の解説	5分
E. 読み	6分
F. 討論	5分
G. 読み	3分
H. 討論	12分
I. 課題	5分
合計時間：	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告の「幻覚症状（LSD）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：LSD」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：LSD」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



真実を知ってください:LSD

レッスン13 : レッスン・プラン

95

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「幻覚症状」(LSD) を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (9分) : 「真実を知ってください:LSD」を上映します。
- C. 討論 (7分) : 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「LSDを取ると創造力が豊かになるというのは本当でしょうか? それとも、現実を捉える感覚が異常を起し、元に戻らなくなってしまうのでしょうか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (5分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

麦角 (ばっかく) : ライ麦をはじめ小麦、大麦などさまざまな穀物の花に寄生する菌。その穀物を食べる人間や動物に害を与える毒を生成する。

トリップ : LSDなどの薬物を取るることによる、異常な感覚の体験。

- E. 読み (6分) : 小冊子「真実を知ってください:LSD」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「LSDとは?」「LSDの危険性とは?」
- F. 討論 (5分) : 生徒に読んだ感想を尋ねます。LSDについて、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. 読み (3分) : 小冊子「真実を知ってください:LSD」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「LSDの有害な作用」
- H. 討論 (12分) : 生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

LSDは何から作られているのか。

LSDの作用はどのくらい持続するのか。

LSDはどのような形状で売られているか。



LSDが人の身体に及ぼす影響にはどんなものがあるか。

LSDが人の心に及ぼす影響にはどんなものがあるか。

- 他にも、小冊子のセクション「LSDの危険性とは？」から以下の部分を取り上げて、討論の話題にしてもいいでしょう。「『バッド・トリップ』が起こることもしばしばで、これはいったん始まると止むことがなく、12時間以上も続く場合があります。事実、中にはLSDによって引き起こされた精神障害から回復することのできない人々もいます。… LSDを取ったことのある多くの人が、かなり後になって、何の前触れもなく『フラッシュバック』、つまりLSDの幻覚症状の再現を経験しています。」
- 生徒にこのような質問を投げかけます。「これはどういうことだと思いますか？」
- 「『LSDによって引き起こされた精神障害』に陥った人々は、どんなことをすると思いますか？」
- この薬物を摂取することの危険性について話し合います。

I. 課題（5分）：「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

J. 宿題：生徒に、「真実を知ってください：LSD」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:処方薬乱用

レッスン14:教師のためのガイド

目的:

処方薬の乱用についての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

99

教材:

- 公共サービス広告:「集中力(リタリン乱用)」
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:処方薬乱用」の章
- 小冊子「真実を知ってください:処方薬乱用」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	10分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	3分
E. 読み	7分
F. 討論	5分
G. 読み	10分
H. 討論	7分
I. 課題	5分
合計時間:	55分



教師の準備：

- この授業に先立ち、公共サービス広告「集中力（リタリン乱用）」を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：処方薬乱用」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：処方薬乱用」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



真実を知ってください:処方薬乱用

レッスン14: レッスン・プラン

101

- A. 公共サービス広告の上映 (3分) : 公共サービス広告「集中力」(リタリン乱用) を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (10分) : 「真実を知ってください:処方薬乱用」を上映します。
- C. 討論 (5分) : 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「処方薬は医者が処方するものだから、違法薬物のような危険性はないと思いますか?」といった質問を生徒に投げかけます。
- D. 用語の解説 (3分) : 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

悪寒 (おかん) : 発熱の際などの、ぞくぞくとした寒気。

糖尿病 : 血液中の糖分が過剰になる慢性病。極端な喉の乾き、空腹感、頻尿、疲労感などを特徴とする。治療を受けないと昏睡状態や死に至る場合もある。

- E. 読み (7分) : 小冊子「真実を知ってください:処方薬乱用」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「処方薬の乱用は深刻な問題を引き起こす」「処方薬についてのあまり知られていない事実」「乱用される処方薬の種類」
- F. 討論 (5分) : 生徒に読んだ感想を尋ねます。処方薬について、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. 読み (10分) : 小冊子「真実を知ってください:処方薬乱用」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「鎮静剤・安定剤」「鎮静剤・安定剤による短期的な影響」「鎮静剤・安定剤による長期的な影響」「オピオイドおよびモルヒネ系鎮痛剤」「オピオイドおよびモルヒネ系鎮痛剤による短期的な影響」「オピオイドおよびモルヒネ系鎮痛剤による長期的な影響」「中枢神経刺激剤」「中枢神経刺激剤による短期的な影響」「中枢神経刺激剤による長期的な影響」



H. 討論 (7分) : 生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

乱用されている処方薬にはどのようなものがあるか。

処方薬を取ることで中毒になる可能性はあるか。

処方薬の乱用による短期的な影響にはどんなものがあるか。

処方薬の乱用による長期的な影響にはどんなものがあるか。

I. 課題 (5分) : 「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

J. 宿題 : 生徒に、小冊子「真実を知ってください：処方薬乱用」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実を知ってください:鎮痛剤乱用

レッスン15: 教師のためのガイド

目的:

鎮痛剤についての正確な情報と、人の健康や生活に及ぼす短期・長期的な影響について、生徒を教育すること。

105

教材:

- 公共サービス広告:「薬棚の鎮痛剤」(鎮痛剤乱用)
- ドキュメンタリー「真実を知ってください:薬物」:
「真実を知ってください:鎮痛剤乱用」の章
- 小冊子「真実を知ってください:鎮痛剤乱用」
- 生徒に配布する「薬物についての理解度チェックシート」

時間配分:

A. 公共サービス広告の上映	3分
B. ドキュメンタリーの章の上映	8分
C. 討論	5分
D. 用語の解説	2分
E. 読み	8分
F. 討論	5分
G. 読み	6分
H. 討論	13分
I. 課題	5分
合計時間:	55分



教師の準備：

- 授業に先立ち、公共サービス広告「薬棚の鎮痛剤」（鎮痛剤乱用）を見る。
- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実を知ってください：鎮痛剤乱用」の章を見る。
- 小冊子「真実を知ってください：鎮痛剤乱用」を読む。
- 「薬物についての理解度チェックシート」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



真実を知ってください:鎮痛剤乱用

レッスン15: レッスン・プラン

- A. 公共サービス広告の上映 (3分): 公共サービス広告「薬棚の鎮痛剤」(鎮痛剤乱用)を上映します。生徒に、見た内容についての感想を聞きます。何人かの生徒に、この公共サービス広告を見て学んだことを他の生徒たちに発表させます。
- B. ドキュメンタリーの章の上映 (8分): 「真実を知ってください: 鎮痛剤乱用」を上映します。
- C. 討論 (5分): 生徒に、見た内容についての感想を聞きます。「鎮痛剤は製薬会社が製造し、医者が痛みを和らげるために処方する合法的な薬なので、ヘロインのような危険性や中毒性はないと思いますか?」といった質問を投げかけます。
- D. 用語の解説 (2分): 以下の用語解説を使って、生徒にそれぞれの言葉の意味を完全に理解させます。

アパラチア山脈: 北米大陸の東部に位置する山脈。カナダのケベック州南部からアメリカの北アラバマ州に至る。

アヘン戦争: 清国(現在の中国)がアヘンの密輸を禁止したことにイギリスが抗議して起こした侵略戦争(1839-1842年)。

- E. 読み (8分) 小冊子「真実を知ってください: 鎮痛剤乱用」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「処方鎮痛剤の乱用」「鎮痛剤とは?」「なぜ鎮痛剤には強い中毒性があるのか、その理由」
- F. 討論 (5分): 生徒に読んだ感想を尋ねます。鎮痛剤について、読んで初めて知ったことは何ですか?
- G. 読み (6分): 小冊子「真実を知ってください: 鎮痛剤乱用」の以下のセクションを、生徒を順番に指名して、声に出して読ませます。「心理的および生理的な鎮痛剤の作用」「処方鎮痛剤への依存を示す危険信号」



H. 討論 (13分) :生徒に、以下の質問に対する答えを紙に書いてもらいます。それから正しい答えについて説明し、生徒に自分の書いた答えを評価させます。

乱用されている鎮痛剤にはどのようなものがあるか。

鎮痛剤の中毒になる人は、どのようにしてそうなってしまうのか。

鎮痛剤による短期的な影響にはどんなものがあるか。

処方された鎮痛剤への依存症を示す兆候にはどのようなものがあるか。

I. 課題 (5分) :「薬物についての理解度チェックシート」を各生徒に配布します。用紙の一番上に、この授業で学んだ薬物の名前とこの授業で学んだことを書かせ、提出させます。注意：この授業時間中に終わらない場合、宿題として出してください。

J. 宿題 :生徒に、「真実を知ってください：鎮痛剤乱用」を全部読むように伝えます。

■ レッソンの終了



薬物についての理解度チェックシート

レッスンで勉強した薬物 _____

(薬物の名前を記入)

下記の質問に答えなさい。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物はどのようなものか、どのような見かけか、どのような形で売買されているか、どのように使用されているか、述べなさい。

2. この薬物を取ると、短期的な影響としてどのようなことが起こるでしょうか？

3. この薬物を取ると、長期的な影響としてどのようなことが起こり、健康にどのような影響があるでしょうか？



真実のメッセージ

レッスン16：教師のためのガイド

目的：

薬物についての正確な情報を知り、それに基づいてどのような判断を下すかを生徒に教育すること。

111

教材：

- ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」：「真実のメッセージ」の章
- 課題用紙「レッスン5～16：よく乱用されている薬物」の人数分のコピー

時間配分：

A. ドキュメンタリーの章の上映	5分
B. 討論	30分
合計時間：	35分

教師の準備：

- 授業に先立ち、ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の「真実のメッセージ」の章を見る。
- 課題用紙「レッスン5～16：よく乱用されている薬物」を、人数分コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- DVDプレーヤーとモニター、プロジェクターとスクリーン、あるいはDVDが再生可能なパソコンを準備する。



真実のメッセージ

レッスン16：レッスン・プラン

112

- A. ドキュメンタリーの章の上映 (5分)：「真実のメッセージ」を上映します。
- B. 討論 (30分)：生徒に、この章で見た内容と、ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」の全体を見終えての感想を聞きます。

「真実のメッセージ」の章から生徒が何を学んだかを確認します。

生徒に、このドキュメンタリーの中で特に記憶に残った場面について詳しく話してもらいます。

「真実のメッセージ」を含め、このドキュメンタリーを見たことで、薬物についての見方がどのように変わったかを聞きます。

自分自身が薬物に手を出さないようにするために、また薬物を使用している人や使用することを考えている人にそれをやめさせるために、ここで学んだことをどのように生かすことができるかを聞きます。

- C. 宿題：課題用紙「レッスン5～16：よく乱用されている薬物」を配布し、生徒に課題を行うように伝えます。

■ レッソンの終了



課題

レッスン5～16：よく乱用されている薬物

小冊子「真実を知ってください：薬物」のそれぞれの薬物のセクションから、以下の質問の答えを見付けて記入しなさい。

マリファナ

1. マリファナは植物から作られるというのは本当か。

2. 大麻に含まれているどの化学物質が心に影響を与え、免疫システムを傷付けるのか。

3. マリファナを使っている人がより強力な薬物に走る可能性があるのはなぜか。

4. マリファナによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. マリファナによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

アルコール

1. アルコールの影響は、大人よりも十代の若者に対する方が大きいか。また、それはなぜか。

2. 妊娠中の女性がアルコールを飲むとどんなことが起こる可能性があるか。

3. アルコールと他の薬物を一緒に取るとどんなことが起こる可能性があるか。

4. アルコールによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. アルコールによる長期的な影響にはどんなものがあるか。



エクスタシー

1. エクスタシーの製造方法にはどのような危険性があるかを説明しなさい。

2. エクスタシーに含まれていることの多い薬物で、過去に味わった恐怖や悲しみを再び体験させるものは何か。

3. エクスタシーの興奮剤としての作用に、レイブ・パーティーなどの混雑した室内の暑さが加わると、どんなことが起こる可能性があるか。

4. エクスタシーによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. エクスタシーによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

コカイン & クラック・コカイン

1. コカインとクラック・コカインの中毒性はどのくらい強いのか。

2. コカインは何から作られるのか。

3. コカインで「ハイ」になっている人は、その効き目が切れるとどうなるか。

4. コカインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. コカインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。



覚せい剤 & 結晶状覚せい剤

1. 結晶状覚せい剤は何に似ているか。

2. なぜ覚せい剤は危険なのか。

3. 覚せい剤を使用すると、たとえ初めての使用でも中毒になる可能性があるか。

4. 覚せい剤と結晶状覚せい剤による短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. 覚せい剤と結晶状覚せい剤による長期的な影響にはどんなものがあるか。

有機溶剤/吸入ガス

1. 有機溶剤や吸入ガスは身体にどのような影響を及ぼすか。

2. 危険な化学物質を吸入すると、心拍数にどのような変化が起こるか。

3. 有機溶剤や吸入ガスを吸入すると、脳にどのような影響があるか。

4. 有機溶剤や吸入ガスによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. 有機溶剤や吸入ガスによる長期的な影響にはどんなものがあるか。



ヘロイン

1. ヘロインはどのように使用されるか。

2. ヘロインが脳に入るとどのように作用するか。

3. ヘロインを使用すると、ヘロインそのものによる危険性以外にどんな危険性があるか。

4. ヘロインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. ヘロインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

LSD

1. LSDは何から作られているのか。

2. LSDの作用はどのくらい持続するのか。

3. LSDはどのような形状で売られているか。

4. LSDによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

5. LSDによる長期的な影響にはどんなものがあるか。



処方薬乱用

1. 鎮痛剤のオキシコンチンは、他のある薬物と同じくらい強力で、身体への影響の仕方も同じです。その薬物は何か？

2. 鎮痛剤による影響にはどんなものがあるか。

3. 鎮静剤・安定剤による影響にはどんなものがあるか。

4. 中枢神経刺激剤による影響にはどんなものがあるか。

5. 抗うつ剤による影響にはどんなものがあるか。



よく乱用されている薬物

レッスン5～16の課題 解答

122

マリファナ

1. マリファナは植物から作られるというのは本当か。

本当です。マリファナはインド大麻という植物から作られます。

2. 大麻に含まれているどの化学物質が心に影響を与え、免疫システムを傷付けるのか。

THC。麻に含まれるTHCの量が、その薬物の強さを決定します。一方マリファナに含まれるTHCは、数週間、場合によっては数カ月間も体内の脂肪組織にとどまります。その長さは使用期間と使用する薬物の強さによります。

3. マリファナを使っている人がより強力な薬物に走る可能性があるのはなぜか。

マリファナを使用する人は、この薬物に対する耐性ができるため、以前と同じ高揚感を得るためにさらに強い薬物を使用するようになります。薬物の効き目が消え始めると、最初にマリファナを取った時と同じように、不快な状況から抜け出すために、その人はさらに強い薬物へと走るようになります。マリファナ自体はその人を他の薬物へと導きません。つまり、人は望ましくない状態や感情から逃れたいがために薬物を取るのです。マリファナはその問題を一時的に「ハイ」になっている間だけ、覆い隠します。その「ハイ」な状態が失せていくと、その問題や望ましくない状況は、以前より強烈になって戻ってきます。こうして使用者は、マリファナの「効き目」がなくなると、さらに強力な薬物へと走るのです。

4. マリファナによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

マリファナを使用する人は、身体各部分の調整機能が失われたり、時間、視覚、聴覚がゆがめられたりします。他の影響としては眠気、目の赤み、食欲の増進、筋肉の弛緩などがあります。また心拍数が上昇します。実際、マリファナを吸った最初の1時間で使用者が心臓発作を起こす危険性は、通常5倍にまで上がる可能性があります。記憶力が減退し、問題を解決する能力が低下するため、学校の成績も低下します。



5. マリファナによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

長期にわたる使用によって、精神障害の症状が起こります。また肺や心臓がダメージを受け、気管支炎の症状が悪化し、咳やぜんそくを引き起こすこともあります。肺における感染症や病気に対する身体の抵抗力が低下することもあります。

アルコール

1. アルコールの影響は、大人よりも十代の若者に対する方が大きいのか。また、それはなぜか。

十代の若者の身体は成長の過程にあり、そのためアルコールが若者の健康や心の健全さに与える影響は、大人よりもずっと大きいものとなるのです。

2. 妊娠中の女性がアルコールを飲むとどんなことが起こる可能性があるか。

123

妊娠中の女性がアルコールを飲むと、心臓や脳、その他の主要な身体器官に障害を持った子供を産むかもしれません。

3. アルコールと他の薬物を一緒に取るとどんなことが起こる可能性があるか。

アルコールに医薬品やストリート・ドラッグを混ぜることは非常に危険な行為で、命に関わる場合もあります。

4. アルコールによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

温まる感じ、肌が赤くなる、判断力が鈍る、筋肉の協調が失われる、不明瞭な発音、記憶力や理解力が失われる。大量に飲酒すると、通常は「二日酔い」や吐き気、不安、脱力感、震えを経験し、時には嘔吐することもあります。

5. アルコールによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

アルコールは、その不快な作用の多くに対して許容度が高まることから、飲酒の量が増えていきます。これは、肝臓障害などの状態の悪化につながり、また心臓病の危険性が増します。妊娠中の女性は、心臓や脳、その他の主要な身体器官に障害を持った子供を産むかもしれません。また、アルコールに依存するようになる場合もあります。急に飲酒を止めると、禁断症状が起こることがあります。その症状は、不安から不眠、発汗、食欲不振、けいれんなどに及び、時には死に至ることもあります。またアルコールの乱用は、人間関係における暴力や争いを引き起こす可能性もあります。



エクスタシー

1. エクスタシーの製造方法にはどのような危険性があるかを説明しなさい。

エクスタシーは実験室で人工的に作られた合成の薬物です。製造者はカフェイン、アンフェタミン、コカインなどの薬物を選んで、この薬物に加えることがあります。

2. エクスタシーに含まれていることの多い薬物で、過去に味わった恐怖や悲しみを再び体験させるものは何か。

エクスタシーは多くの場合人の心に作用し、現実には存在しないものを見たり感じたりさせる幻覚剤を含んでいます。幻覚剤は、過去に味わった恐怖や悲しみを再び体験させます。それはその人が自分でも気付かないまま持ち続けていたものなのです。

3. エクスタシーの興奮剤としての作用に、レイブ・パーティーなどの混雑した室内の暑さが加わると、どんなことが起こる可能性があるか。

極度の脱水症状や心不全、あるいは腎不全を引き起こすことがあります。

4. エクスタシーによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

- 判断力の低下
- 偽りの愛情感覚
- 混乱
- 抑うつ
- 睡眠障害
- 激しい不安
- 偏執症
- 薬物への渴望
- 筋肉の緊張
- 無意識に歯を食いしばる
- 吐き気
- 目のかすみ
- もうろう感
- 悪寒や発汗



5. エクスタシーによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

長期間にわたって使用すると、脳がダメージを受け、判断力や思考力に悪影響を及ぼします。場合によっては、脳に回復不能なダメージを与えます。

コカイン & クラック・コカイン

1. コカインとクラック・コカインの中毒性はどのくらい強いのか。

あらゆる薬物の中で、この薬物による心理的な依存度は、メタンフェタミン（覚せい剤）の次に強力なものになります。

2. コカインは何から作られるのか。

コカインはコカという植物から作られます。

3. コカインで「ハイ」になっている人は、その効き目が切れるとどうなるか。

この薬物は効き目が切れると、ひどい憂うつ感に陥ります。この憂うつ感を取るたびにひどくなっていきます。これは、薬物を手に入れるためにはどんなことでも一殺人をも犯しかねないというほど深刻になることさえあります。コカイン中毒者は、コカインを入手できないことによる憂うつ感が高じると、自殺を試みることがあります。

4. コカインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

コカインは強烈な「ハイ」の状態を短時間引き起こしますが、それらはすぐにひどい憂うつ感、神経過敏、そして薬物への渴望といった状態に変わります。この薬物を頻繁に使用する人たちは、食事や睡眠をきちんと取りません。また心拍数が急激に上昇したり、筋肉のひきつりやけいれんを起こしたりします。この薬物を使用している人たちは、「ハイ」でない時でさえ、偏執的になったり、怒りや敵意、不安などを感じたりします。

5. コカインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

すでに述べられたものに加え、コカインは神経過敏、情緒不安定、不安感、妄想や幻聴を引き起こします。薬物への耐性ができるため、同じ「ハイ」の状態を得るためにさらに多くの分量を必要とするようになります。

覚せい剤 & 結晶状覚せい剤

1. 結晶状覚せい剤は何に似ているか。

結晶状覚せい剤は覚せい剤の一種で、小さなガラスの破片や、青白い光沢のある石のように見えます。

**2. なぜ覚せい剤は危険なのか。**

この薬物は非常に作用が強く中毒性の高い人工の興奮剤で、攻撃的、暴力的、あるいは精神異常的な行動を引き起こします。

3. 覚せい剤を使用すると、たとえ初めての使用でも中毒になる可能性があるか。

この薬物を使用している人の多くは、初めて使用した時から「ヤク中」（薬物中毒になる、常習癖が付く）になったと報告しています。これは、中毒の治療が最も困難な薬物のひとつです。

4. 覚せい剤と結晶状覚せい剤による短期的な影響にはどんなものがあるか。

この薬物の使用による悪影響には、睡眠パターンが崩れる、多動（ハイパーアクティブ）、吐き気、誇大妄想、神経過敏などがあります。空腹感を感じなくなるため、体重が減ります。より多くの量を摂取すればさらに強い「快感」が得られますが、その後は気分の動揺が激しくなり、さらに暴力的になることもあります。他の影響としては、不眠、混乱、幻覚、不安、偏執症などがあります。ひきつけを起こし、死に至る場合もあります。

5. 覚せい剤と結晶状覚せい剤による長期的な影響にはどんなものがあるか。

心拍数や血圧が高くなり、脳の血管が傷つくため、脳卒中、あるいは不整脈や心臓血管系の破壊につながり、死に至ることがあります。また肝臓、腎臓、そして肺の損傷を引き起こすことがあります。脳が損傷を受けるため、記憶力が低下したり、抽象的な考えを把握できない傾向が強くなっていく場合があります。回復した場合でも、記憶に空白ができたり、極端な躁うつになったりするものが通例です。

有機溶剤/吸入ガス**1. 有機溶剤や吸入ガスは身体にどのような影響を及ぼすか。**

有機溶剤と吸入ガスは脳に悪影響を及ぼします。これらに含まれる揮発性の物質を鼻や口から吸い込むと、身体や心に一生残るダメージを受けることがあります。こうした化学物質は体内の酸素の量を低下させるため、心臓の鼓動が不規則になり、速くなります。有機溶剤や吸入ガスを乱用する人たちは嗅覚が失われ、吐き気や鼻血に悩まされたり、肝臓、肺、腎臓などに問題が起こったりします。常習的に使用すると、筋肉量が落ち、筋肉の張りがなくなり、さらに筋力も低下します。有機溶剤や吸入ガスを乱用する人は、普通に歩いたり、話したり、考えたりすることができなくなります。この有毒な気体を鼻から直接副鼻腔に吸い込むと、脳細胞が大きなダメージを受けます。

**2. 危険な化学物質を吸入すると、心拍数にどのような変化が起こるか。**

有機溶剤や吸入ガスによって体内の酸素が欠乏するため、心臓の鼓動が不規則になり、速くなります。

3. 有機溶剤や吸入ガスを吸入すると、脳にどのような影響があるか。

有機溶剤と吸入ガスは脳に悪影響を及ぼします。これらに含まれる揮発性の物質を鼻や口から吸い込むと、身体や心に一生残るダメージを受けることがあります。

4. 有機溶剤や吸入ガスによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

上記の影響に加え、吸引された揮発性の化学物質によって肺や中枢神経系が酸素を奪われるため、心臓発作、あるいは窒息を起こし、死に至ることがあります。有機溶剤や吸入ガスを取っている人は、突然極端に暴力的な反応を示すこともあります。

127

5. 有機溶剤や吸入ガスによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

筋肉が衰弱し、筋肉の正常な張りや力が減少します。身体と脳に一生残るダメージを受けることもあります。

ヘロイン

1. ヘロインはどのように使用されるか。

ヘロインは通常、注射や吸引、あるいは喫煙によって使用されます。

2. ヘロインが脳に入るとどのように作用するか。

ヘロインは脳にすばやく取り込まれ、使用する人の思考や反応を鈍らせ、判断力を低下させます。この薬物を使用する人は、過去の出来事を思い出すことが困難になります。

3. ヘロインを使用すると、ヘロインそのものによる危険性以外にどんな危険性があるか。

ヘロインを注射によって用いると、感染した針によってエイズ、肝炎その他の病気に感染する危険性があります。こうした健康上の問題は、性交渉の相手や新生児に移行する場合があります。

4. ヘロインによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

この薬物を乱用する人は、もうろうとした気分、吐き気、嘔吐などを経験します。痛みの感覚が抑制される場合もあります。妊娠中の女性は、自然流産を起こすことがあります。心臓の機能が衰え、呼吸はひどく遅くなり、時には死に至ることもあります。



5. ヘロインによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

長期的な影響には静脈の損傷あるいは破壊、血管の細菌感染、心臓弁膜症、腫瘍や他の軟かい組織の感染症、そして肝臓病や腎臓病があります。また肺に合併症が起こる場合があります。注射器やその中の液体を共用することで、肝炎やエイズといった血行性ウィルス感染につながることもあります。

LSD

1. LSDは何から作られているのか。

LSDは最も強力な幻覚剤のひとつであり、ライ麦やその他の穀物に寄生するきわめて毒性の強い菌から作られます。

128

2. LSDの作用はどのくらい持続するのか。

その影響は予測し得ません。LSDはごく少量でも12時間以上続く作用を引き起こすことがあります。

3. LSDはどのような形状で売られているか。

LSDは錠剤、カプセルまたは液体状で売られています。この薬物を吸水性のある紙に吸収させ、模様の付いた小さな四角い紙片に分けたものが一般的です。この紙片一枚が1回分です。

4. LSDによる短期的な影響にはどんなものがあるか。

瞳孔拡大、体温の上昇、心拍数と血圧の上昇、発汗、食欲不振、不眠、口内の乾燥、震え。LSDの使用中には、苦痛と恐れに満ちた考えや気分、自制心を失うのではないかとという恐怖、狂気と死への恐れ、絶望感を経験することがあります。

5. LSDによる長期的な影響にはどんなものがあるか。

「フラッシュバック」、つまりLSDを摂取してからかなり長い時間が経過し、薬物の効き目が切れているように思えるにもかかわらず、「トリップ」と呼ばれるLSDの幻覚症状が再現される現象があります。通常LSDによる「トリップ」は約12時間後に消え始めますが、中にはその後も長期間にわたって精神異常の症状を示す使用者もいます。

処方薬乱用

1. 鎮痛剤のオキシコンチンは、他のある薬物と同じくらい強力で、身体への影響の仕方も同じです。その薬物は何か？

例えばオキシコンチンという鎮痛剤は、ヘロインと同じくらい強力で、身体への影響の仕方も同じです。

**2. 鎮痛剤による影響にはどんなものがあるか。**

引き起こされる作用には、呼吸の低下、吐き気、意識の喪失などがあります。乱用すると依存症になる可能性があります。

3. 鎮静剤・安定剤による影響にはどんなものがあるか。

心臓の障害、体重の減少、倦怠感、ろれつが回らなくなるといった作用が起こる可能性があります。使用し続けると依存症になる可能性があります。

4. 中枢神経刺激剤による影響にはどんなものがあるか。

作用としては、血圧や心拍数の上昇、攻撃性や被害妄想が生じるといったものがあります。

5. 抗うつ剤による影響にはどんなものがあるか。

使用すると、心臓の鼓動が不規則になる、被害妄想、暴力衝動や自殺衝動、幻覚などの作用が起こることがあります。長期間使用すると依存症になる可能性があります。



「真実を知ってください：薬物」を実際に使う

レッスン17：教師のためのガイド

130

目的：

生徒に、薬物への誘惑や周囲の悪い感化に対処できるという自信と、他の人がそうなれるように助けることができるという自信を持たせること。

教材：

- 「真実を知ってください：薬物」小冊子
- 約10cm×15cmの索引カード（生徒2人につき20枚ずつ用意する）

時間配分：

A. 宿題の復習	55分
B. はじめに	5分
C. 活動	50分
D. 寸劇	55分

合計時間： 165分 (3回の授業に分ける)

教師の準備：

- 「『真実を知ってください：薬物』を実際に使う」の課題用紙をコピーするか、ダウンロードして印刷する。



「真実を知ってください:薬物」を実際に使う

レッスン17:レッスン・プラン

- A. 宿題の見直し (55分) :生徒たちが前回のレッスンの宿題を終わらせていることを確認します。それから生徒を2人1組にさせ、それぞれの問いに対する解答を比較させます。生徒は、その比較に基づいてここで自分の解答を修正しても構いません。それから、課題を集めてください。
- B. 導入 (5分) :今日のレッスンのテーマが「『真実を知ってください:薬物』を実際に使う」であることを生徒に伝えます。このレッスンの狙いは「薬物についての偽りの情報を使って薬物に手を出すよう誘惑したり、圧力をかけたりしてくる人たちに対して、自分の知識を使って自分自身や友達を守ることが確実にできるようになること」であると説明してください。
- C. 活動 (50分) :この活動では、生徒は2人組になり、偽りの情報を使って薬物の乱用を勧めてくる人に対抗するために、自分が薬物に関して得た知識を使用する実践演習をします。
- 生徒を2人1組にします。
 - それぞれのペアに、約10cm×15cmの20枚の索引カードと、「薬物についての嘘」が記された課題用紙を配布します。
 - 課題用紙の中で説明されている「真実を知ってください:薬物」フラッシュカードを生徒に作らせます。
 - 生徒たちが課題を適切に実行していることを確認するために、各チームが作ったカードをチェックします。
 - 課題用紙の説明に従って、各チームにカードを用いて実践演習をさせます。生徒たちが、カードを見なくても正しい情報を使って嘘に対抗できるようになるまで演習させます。



D. 寸劇 (55分) :

- 生徒を4人組のグループに分けます。各グループは、薬物の乱用を勧める誘惑や圧力から友達を守るために、薬物についての正しい情報をどのように使うことができるかを示す、短い劇の台本を書き、上演します。およそ5分程度の長さで、ここまでのレッスンで薬物に関して学んだことを示すものにさせます。
- 寸劇の台本を書く時間を35分与えます。台本をチェックして、この授業の趣旨や活動の目的に沿っていることを確認します。
- グループごとに寸劇を発表させます。(注記：寸劇の台本も、生徒の理解を評価するために使用できます。)

■ レッソンの終了



課題用紙

レッスン17：

「真実を知ってください：薬物」を実際に使う

以下に書かれていることはすべて、薬物についての嘘です。違法な薬物、あるいは処方薬の乱用を勧めてくる人や、薬物乱用を続けさせようとする人がよく使うものです。

薬物についての嘘：

薬物を取ると、いい気持ちになる。

薬物を取ると、人はより創造的になる。

マリファナは、実際にはタバコよりも害が少ない。

薬物を取ると、友達の間で人気者になれる。

薬物は体から抜けてしまうので、体にずっと残るような害はない。

薬物を取るとパワーが出る。

処方薬を取っても害はない。

薬物は、やめたい時にいつでもやめられる。

アルコールは実際には薬物ではない。

薬物を取るか取らないかは個人の問題。誰に迷惑がかかるわけでもないし、他人がどう言うかなんて関係ない。

ステップ1：

- パートナーと協力して、約10cm×15cmの索引カードの表側に10の嘘のうち1つを書いてください。そのカードの裏側に、その嘘に対する反論となるような、薬物についての真実を3つ書いてください。上記の10の嘘すべてについて、それぞれのカードの表側に1つの嘘を書き、裏側に3つの真実を書きます。
- 嘘に反論する真実を見つけるのに、「真実を知ってください：薬物」小冊子を見て調べても構いません。



- 同じ「真実」を2回以上使用してはいけません。このリストには10の「嘘」があるので、30の異なる「真実」をカードに書く必要があります。

ステップ2：

- 作成したカードを使用して、薬物についての嘘に反論する練習をしてください。
- あなたのパートナーはカードに書かれた嘘を読み上げ、カードを掲げます。あなたはその嘘に反論する2つの真実を述べます。必要ならそのカードの「真実」の側を見せてもらいます。
- カードを見なくても、自信をもって真実を述べ、その嘘に反論できるようになるまで練習します。
- 練習している際に、パートナーと何回か役割を交代しながら行くと上達が早くなるでしょう。最初にパートナーが何分か「嘘」を読み、あなたがそれに対して「真実」を述べ、次にあなたが何分か「嘘」を読み、パートナーが「真実」を述べ、次にもう一度パートナーが嘘を読む、というように行います。ふたりがこのステップを完了するまでこれを続けてください。



真実を知ってください:薬物

レッスン1~17の試験

指導者の方へ:これは「真実を知ってください:薬物」プログラムの内容に対する生徒の理解を、最終的かつ正式に評価するためのテストです。テストの使用は任意です。テストを実施する代わりに、自己評価や復習用の補助教材として生徒に使用させてもよいでしょう。



真実を知ってください:薬物

レッスン1~17の試験

1. 以下の用語それぞれの意味を説明し、その用語を含む例文を作りなさい。例文は、あなたがその用語の意味を理解していることがわかるものでなくてはなりません。

薬物文化

薬物乱用

中枢神経刺激剤



鎮静剤

依存症

渴望

幻覚症状

ハイ



耐性

2. 以下に書かれている6つの文は、薬物についての嘘です。この中から4つの文を選び、それぞれの嘘に対して、反論となる正しい情報を2つ以上書きなさい。

- マリファナは、実際にはタバコよりも害が少ない。
- 薬物は体から抜けてしまうので、体にずっと残るような害はない。
- 処方薬を取っても害はない。
- アルコールは実際には薬物ではない。
- 薬物を取ると、いい気持ちになる。
- 薬物を取ると、人はより創造的になる。

嘘：

反論となる真実：

嘘：

反論となる真実：



嘘:

反論となる真実:

嘘:

反論となる真実:

学校・グループ名: _____

クラス: _____

生徒の氏名: _____

日付: _____



真実を知ってください:薬物

レッスン1~17の試験 解答

140

1. 以下の用語それぞれの意味を説明し、その用語を含む例文を作りなさい。例文は、あなたがその用語の意味を理解していることがわかるものでなくてはなりません。

薬物文化:薬物を乱用する人々の生活スタイルや、薬物常用者に共通する服装の流行や振舞い方のことを言う。それに加え、薬物が社会のさまざまな部分に入り込み、文化に大きな影響を与えていることも指している。

薬物乱用:薬物をみだりに使用すること。違法な薬物の使用や、医療以外の目的で医薬品を使うことなど。

中枢神経刺激剤:服用するとエネルギーや鋭敏さが一時的に増す薬品。同時に血圧や脈拍、呼吸数も増大する。

鎮静剤:興奮状態を鎮める、あるいは人を眠らせる薬物。

依存症:体や心に害を及ぼす可能性のある薬物などを定期的に摂取していて、身体的あるいは精神的にそれなしではいられない状態。

渴望:何かに対する非常に強い欲望。

幻覚症状:実際にはそこに存在しないものを見たり聞いたりする状態。多くの場合は薬物によって引き起こされる反応。

ハイ:アルコールまたは薬物の使用によって、身体と精神のコントロールが減少し、一時的に偽りの幸福感を抱くこと。

耐性:薬物の作用に対する抵抗力のこと。薬物を使用し続けたり、使用する量を増やすすうちに、自然と体内で形成される。人が長期間にわたって薬物を使用すると、その薬物の作用に対する耐性ができることされている。耐性とは薬物の通常の効果が次第に失われたり、減少したりすることを意味している。



2. 以下に書かれている6つの文は、薬物についての嘘です。この中から4つの文を選び、それぞれの嘘に対して、反論となる正しい情報を2つ以上書きなさい。

嘘:マリファナは、実際にはタバコよりも害が少ない。

真実:

- アメリカ合衆国では、薬物リハビリ施設に入る人のうち、マリファナを含む大麻類の乱用者の割合は3番目に多く、16%に上ります。
- 頻繁にマリファナを使用している子供たちが暴力的な行動を取ったり物を壊したりする割合は、そうでない子供のほぼ4倍になっています。
- このような子供が盗みを働く割合は、薬物を使用しない子供の5倍です。
- 現在のマリファナは昔よりもさらに作用が強力になっています。若いマリファナ常用者がマリファナ絡みの事故で緊急治療室に運び込まれる件数も明らかに増えています。

141

嘘:薬物は体から抜けてしまうので、体にずっと残るような害はない。

真実:

- マリファナを使用し続けると、肺や心臓の障害を引き起こすことがあります。
- アルコールを長期にわたって使用すると、肝臓障害などにつながり、また心臓病の危険性が増します。
- エクスタシーを長期間にわたって使用すると、脳がダメージを受け、場合によっては、脳に回復不能なダメージを与えます。
- ヘロインを使用し続けると、肝臓や腎臓の病気を招く恐れがあります。
- 覚せい剤を使用すると脳の血管が傷つくため、脳卒中、あるいは不整脈や心臓血管系の破壊につながり、死に至ることがあります。

嘘:処方薬を取っても害はない。

真実:

- ザナックスやジブレキサといった鎮静剤・安定剤は、心臓障害や体重の増加、依存性を招く恐れがあります。
- 鎮痛剤の乱用は、依存性を招く恐れがあります。
- プロザックやパキシル、ゾロフトといった抗うつ剤は、被害妄想、暴力衝動や自殺衝動、幻覚などの作用を引き起こす恐れがあります。



- リタリンのような中枢神経刺激剤は、血圧や心拍数の上昇、攻撃性や被害妄想が生じるといった作用を引き起こす恐れがあります。

嘘：アルコールは実際には薬物ではない。

真実：

- アルコールは中枢神経系の働きを弱め、判断力を鈍らせます。視覚のゆがみや一時的な記憶喪失、失神などを引き起こすほか、身体の動きをコントロールできない状態にもなります。
- 大量の飲酒は昏睡状態、また場合によっては死につながることもさえます。
- 飲酒する人は、アルコールに依存するようになる場合があります。
- アルコールの乱用は、人間関係における暴力や争いを引き起こす可能性があります。

嘘：薬物を取ると、いい気持ちになる。

真実：

- 薬物は、すべての感覚を遮断します。望ましい感覚も望ましくない感覚もです。
- 薬物は、短期的には痛みを和らげるために役に立ちますが、同時に人の能力や機敏さを消し去り、思考を不明瞭にします。
- 薬物のせいで、人は自分が鈍く、愚かになったように感じ、普段の生活で失敗を犯すようになります。そして、失敗を重ねれば重ねるほど、生きていくことがさらに辛くなり、そのために一層薬物を取りたいと思うようになってしまうのです。
- コカインは強烈な「ハイ」の状態を短時間引き起こしますが、それらはすぐにひどい憂うつ感、神経過敏、そして薬物への渴望といった状態に変わります。

嘘：薬物を取ると人はより創造的になる。

真実：

- 悲しんでいる人は、薬物を取ることによって幸福感を味わえると期待するかもしれませんが、薬物はそのようには作用しません。
- 薬物を取ると、人は自分が陽気になったように感じますが、効き目が切れると、その人の気分は以前よりも一層落ち込みます。そして、薬物を取るたびにその後の気分的な落ち込みはさらにひどくなっていきます。最終的に、薬物によってその人の創造力は完全に破壊されてしまいます。



- アルコールは抑制を軽減する一方で、判断力の低下、筋肉運動の協調の欠如、視界の歪みを生じさせます。ですから、アルコールに影響された状態では、人の創造力が高まることなどあり得ません。むしろその反対の結果となります。



プログラムの終了と修了式

レッスン18：教師のためのガイド

144

目的：

このレッスンの目的は、ここまでのすべてのレッスンをまとめるとともに、知識をさらに広げて他の人たちを助ける方法について知らせるというものです。認定証の授与と、「薬物のない世界の宣誓」への署名が行われる「修了式」でもあります。

教材：

- 各生徒用の感想文用紙
- 各生徒用の「プログラム後のアンケート」
- 各生徒用の「プログラム後の意識調査票」
- 「追加のプロジェクトと活動」情報シート
- 各生徒の名前が入った認定証
- クラス全員が署名する、大判の「薬物のない世界のための宣誓」

時間：

A. 導入	5分
B. 活動	45分
C. 討論	10分
D. 追加の活動についての説明	10分
合計時間：	70分



教師の準備：

- 上記の教材を、生徒全員に行き渡るように十分な数コピーするか、ダウンロードして印刷する。
- 印刷した認定証に各生徒の名前を記入し、あなたの署名を入れる。
- 大判の「薬物のない世界の宣誓」を印刷する。
- このガイドの「追加のプロジェクトと活動」というセクションに目を通し、内容を把握する。このレッスンでは、生徒とこのセクションの内容について話し合い、薬物と無縁の生活を普及させるために、学校や地域社会で生徒がそうした活動に取り組むことを促します。そのため、事前にその内容を把握しておく必要があります。



プログラムの終了と修了式

レッスン18：レッスン・プラン

146

- A. 導入 (5分) : 生徒に、彼らが「真実を知ってください：薬物」の学習プログラムを修了したことを伝えた上で、今日のレッスンで行う次のような活動を説明します。生徒はプログラム後のアンケートと調査票の両方に記入します。レッスンから学んだことやプログラムがどのように自分に役立ったかを書けるように、感想文の用紙が配布されます。さらに、他の人を薬物乱用の害から守るために、これから課外活動として続けていくことのできる活動の例が紹介されます。
- B. 活動 (45分) :
- 各生徒に、アンケートと調査票を配布し、記入してもらいます。
 - 生徒がアンケートと調査票に記入し終えたら、感想文の用紙を配布し、クラスで発表したい成果があればこれに書いてほしいと言います。これは強制ではなく自由意志であるということをきちんと理解させてください。
 - クラスの修了式を開きます。生徒をひとりひとり前に呼び、認定証を渡します。
 - 大判の紙に印刷された「薬物のない世界のための宣誓」を生徒に見せます。ひとりの生徒を指名して宣誓を声に出して読ませ、他の生徒たちはそれに唱和するようにさせます。読み終えたら、生徒全員に宣誓に署名するよう促します。
 - 「追加のプロジェクトと活動」の情報シートを配布し、これからも薬物と無縁の生活を推進し続けてほしいと伝えます。
- C. 討論 (10分) : 薬物学習を通じて自分が得たことなど、このプログラムについての感想を発表してほしいと呼びかけます。希望する生徒全員に発言させます。話してくれた生徒には必ず感謝します。



D. 追加の活動についての説明 (10分) :

- 169ページの「追加のプロジェクトと活動」のセクションに説明されている内容に基づき、薬物防止クラブを立ち上げるなど、生徒が実行できるさまざまな活動をクラス全体で検討しましょう。生徒に「追加のプロジェクトと活動」の情報シートを配布します。活動を始める上で情報や援助を得たい時は、「薬物のない世界のための財団」のウェブサイト (drugfreeworld.org) を参照したり、財団に直接Eメール (info@drugfreeworld.org) を送ることができる伝えます。また、あなた自身がいつでも生徒の取り組みを支援すると伝えてください。
- この学習プログラムでの生徒の努力と参加に感謝を述べ、授業を終了します。

■ レッソンの終了



プログラム後の生徒へのアンケート

説明: これは、薬物学習の最初の授業で記入したアンケートと同じ内容です。この薬物学習があなたにどれくらい役立ったかを知りたいので、以下の質問に教えてください。

1. 薬物とは何ですか?

2. 薬物は危険ですか? はい いいえ

3. 上記の質問で、「はい」と答えた人は、なぜそう思うのか説明してください。

4. 薬物を取ると、体によくない影響がありますか? もしあるとしたら、どのようなものですか?



5. 薬物を取ると、人の能力によくない影響がありますか？ もしあるとしたら、どのようなものですか？

6. 「薬物中毒」とはどういう意味ですか？

7. どうして薬物中毒になるのでしょうか？

8. 薬物中毒になると、その人の人生にどのような影響があるのでしょうか？

9. 薬物とは何なのか、どのような影響があるのかについて正しい情報を知ることは、どうあなたに役立つでしょうか？

学校名 / グループ名： _____

クラス： _____

生徒の氏名： _____

日付： _____



プログラム後の意識調査について

150

すべてのレッスンを終わったら、生徒全員に下記の調査票を記入してもらいます。その結果をもとに、このプログラムの成功度を測ることができます。これは、私たちがプログラムの内容を定期的に再検討する際に重要なデータとなります。

この学習プログラムの有効性について、教師・指導者の方だけでなく、生徒からの意見や感想もぜひお知らせください。

記入済みの調査票を回収したら、「薬物のない世界のための財団」までそのコピーをお送りください。（住所はこのガイドの巻末に掲載されています。）



プログラム後の調査票

あ あなたがこの薬物学習プログラムを終えて、薬物や薬物乱用について今のような考えを持っているか、このプログラムからどのようなことを学んだかをぜひ教えてください。以下の質問に、できるだけ詳しく教えてください。必要であれば追加の用紙を使用してください。

1. この薬物学習プログラムは、薬物とその影響についての理解を高めるのに役立ちましたか? なるべく詳しく説明してください。

2. このプログラムを始める前、薬物についてどのように考えていましたか?

3. 今の時点で、薬物についてどのような考えを持っていますか?



4. このプログラムで学習した結果、薬物のない生活を送ることをどう思うようになったかを教えてください。

5. 薬物についての正しい情報を人々に知らせることは大事だと思いますか? なぜそう思いますか?

6. 薬物についての正しい情報をたくさんの人に伝えるための活動をすることに興味がありますか? やるとしたらどんな活動をしてみたいですか?

7. この薬物学習の内容についての意見や感想があれば、記入してください。

調査票への協力ありがとうございました。

学校名 / グループ名: _____

クラス: _____

生徒の氏名: _____

日付: _____



プログラム後の教師へのアンケート

「**教**育者のためのガイド」を使用した後の評価をぜひ私たちに知らせてください。教育プログラムの終了後、以下のアンケートにご記入の上、薬物のない世界のための財団（住所はこのガイドの巻末に掲載）までお送りください。

氏名： _____

日付： _____

学校の住所： _____

学校の電話： _____ 自宅電話： _____

担当学年： _____

専門教科： _____

1. 勤務されている学校について、以下の情報をご記入ください。

生徒数： _____

学年の範囲： _____

学校のある地域（該当するものを丸印で囲んでください）：

都市

郊外

地方

学区の全般的な経済レベル（該当するものを丸印で囲んでください）：

低い

中間

高い



2. 「真実を知ってください：薬物」プログラムによる薬物防止教育の内容をどのように評価しますか？

よくない まあまあ よい 非常によい

ご意見： _____

3. 「真実を知ってください：薬物」プログラムの教材をどのように活用しましたか？ 最も当てはまる項目を選んでください。

「真実を知ってください：薬物」小冊子を生徒に対して使用した。

公共サービス広告を使用した。

ドキュメンタリー「真実を知ってください：薬物」をクラスで使用した。

「真実を知ってください：薬物」レッスン・プランを授業で使用した。

プログラム全体を使用した。

その他（詳細をご記入ください）： _____

4. 「真実を知ってください：薬物・教育者のためのガイド」について、最も役立ったことは何ですか？

5. 「真実を知ってください：薬物」プログラムによる成果のうち、最もよかったことは何だと思いますか？（必要であれば、別紙に記入して添付してください。）



6. 以下の項目それぞれについて、向上のレベルを（1段階から10段階評価で）ご記入ください。

	学習前	学習後
i. 薬物についての理解	___	___
ii. 薬物に対する姿勢	___	___
iii. 授業への参加	___	___
iv. 薬物に関する行動	___	___
v. 薬物反対活動への生徒の参加	___	___
vi. 学業成績	___	___
vii. その他（詳細をご記入ください）	___	___

上記の点に追加したい情報がありましたら、添付してください。

7. 「真実を知ってください：薬物」小冊子や教材の追加が必要ですか？

8. 何かサポートが必要なことがありますか？

9. 「真実を知ってください：薬物」プログラムを、他の教師に推薦したことがありますか？

はい いいえ

10. 薬物のない世界のための財団の出版物に、あなたの成果や意見を掲載してもよいかどうかを教えてください（国・地域名と名前のイニシャル以外の個人データは掲載されません）。

はい いいえ

11. ご意見・ご要望：_____

このアンケートをご返送ください。ありがとうございました。



薬物教育ツールで 保護者に知識を与える

薬物教育の取り組みにおいて、保護者が果たす役割は重要です。調査によると、子供たちは薬物という主題に関して、主に親から情報を得ていることがわかっています。

161

すでに教室で効果的な薬物教育を実施しているのであれば、次は保護者にも同じ歩調を取ってもらえるべきでしょう。つまり、保護者との協力のもとで、薬物について子供を教育することです。

当然ながら、ほとんどの保護者は自分の子供が薬物乱用の害にさらされることを懸念しています。とはいえ、なぜ薬物が有害であるのかを十分に説明できるほどの情報がないため、薬物について子供にどのように話したらいいか全くわからないという保護者も数多くいます。

保護者に対する解決策は、子供に対するものと同じです。薬物についての正しい情報を伝えることです。

最善なのは、あなたが授業で用いたのと同じツールを保護者にも使ってもらえるようにすることです。これにより、保護者も薬物についての正しい情報を知り、効果的に若者を教育することができます。それにより、子供たちが薬物に手を出さないように支援することになります。

保護者の方々に、公共サービス広告や小冊子といった教材を薬物のない世界のための財団から無料で入手できることを知らせてください。薬物学習プログラムが終わったからといって、子供に対する薬物教育が終わったわけではありません。次は、保護者がその取り組みを引き継ぐ番です。



追加のプロジェクトと活動

若者たちは、薬物とその危険性について真実を知り、この情報の重要性に気付けば、当然この知識を他の人々にも伝えたいと考えます。彼らは、薬物のない社会を築くためのキャンペーンをどのように行うかについて、さまざまなアイデアを思い付くでしょう。

165

オーストラリアのアデレードのあるグループは、市の役人にこのプログラムについて説明し、鉄道の駅構内に壁画を描く許可を得ました。別の街のあるグループは、大規模な運動会を後援し、300人の子供たちがリレー競争、風船競争に参加し、巨大な横断幕を制作しました。市民パレードに参加し、「真実を知ってください：薬物」の大きな横断幕を持って行進したグループもあります。イギリスのあるグループは一連の薬物防止ロック・コンサートを後援し、薬物教育用の塗り絵の本を制作して学童に配布しました。

「真実を知ってください：薬物」の活動は、自分の友人や家族、他の生徒や同僚が「薬物のない暮らし」を営めるようにする、とあなた自身が決めることから始まります。

以下は、「薬物のない世界」というメッセージを広げるために誰もがどこでもできる、最も人気のある活動例です。

- 小冊子「真実を知ってください：薬物」と、このシリーズに含まれるそれぞれの薬物防止教育小冊子を読みましょう。
- これらの小冊子を自分の友人に紹介し、その人たちにもこの活動に参加してもらいましょう。
- この手引きで説明されている活動などを通じて「薬物のない暮らし」を推進しましょう。学校や教会、コミュニティで、薬物防止情報ブースの設置や「薬物のない世界のための誓い」署名イベントを始めましょう。
- 創造性をもって取り組んでください。あなたが取り組むことに決めた薬物防止活動が何であろうと、その活動は幅広い賛同を得られるでしょう。そして市長、警察官、教師、経営者など、ほとんど誰もが、イベントやグループ活動を喜んで助けてくれるでしょう。



- イベントを写真とビデオで記録しましょう。こうすれば、他の人に活動を紹介して、活動に対する支援も得られるでしょう。

情報ブースを設置する

「真実を知ってください：薬物」の情報展示場やブースを設置して、人々が薬物の危険性について質問したり、学んだりすることができるようにしましょう。地元の公園やショッピングセンター、商店街、学校など、人が多く集まる場所ならどこでも構いません。必要な許可を取った上で「真実を知ってください：薬物」の横断幕を掲げたブースかテーブルを設置し、小冊子を配布できるようにします。持ち運び可能なAV機器で公共サービス広告「それは嘘だった」を上映しましょう。

ブースで簡単なレクチャーを行いましょ。薬物防止教育小冊子の情報を使うか、以前に薬物を使用していた人を招いて体験談を話してもらおうとよいでしょう。薬物がどのように人生を台無しにしてしまうかを直接聞くことで、人々は強い衝撃を受けます。

プログラムの教材を配布する

「真実を知ってください：薬物」のメッセージを知らせるための重要な活動は、小冊子の配布です。人通りの多い場所で配布したり、一軒ごとに配布するとともに、人々を情報ブースや薬物防止に対する意識向上イベントに招きます。ボランティアは地元の商店を訪問して、ショーウィンドーにポスターを貼ったり、商店街を訪れる人々が気軽に持っていけるように小冊子を置かせてもらうなど、薬物防止のメッセージを広める活動への支持と協力を得ます。ほとんどの人々は喜んで協力してくれるでしょう。小冊子は drugfreeworld.org で無料で入手できます。

「薬物のない世界のための宣誓」署名イベント

さまざまな職層の何百万もの人々が、「薬物のない暮らし」を営み、それを推進することを誓う「薬物のない世界のための宣誓」に署名してくれました。「真実を知ってください：薬物」情報展示場に大型のポスターサイズ以上の署名用のボードを用意して、たくさんの人に署名してもらえるようにしましょう。これはとても人気のある活動です。何百、何千もの署名による誓いは、薬物に対する一般の人々の意識を向上させるためのイベントの一環として、地域の指導者（自治体の長など）に渡します。これは薬物防止教育の活動やイベント、コンサートなどへの自治体による支援を得るために用いることもできます。また、学童のグループや代表団が著名な運動選手、芸能人、政治家や政府高官を訪問し、大人向けの「薬物のない世界のための宣誓」に署名してもらうように計画することもできます。その際は写真撮影の準備をし、こうした会見がメディアに取り上げられるようにします。

「薬物のない世界」というメッセージを多くの人々に知らせる方法の例を、いくつか紹介します。



スポーツ選手に宣誓に署名してもらう：通常、プロのスポーツ選手は薬物防止活動を喜んで支援します。単純に、メディアや生徒、指導者、チームの仲間の前で、彼らに「薬物のない世界のための宣誓」に署名してもらいます。そのようなイベントを準備するために、スポーツ選手に連絡したり、地元のスポーツチームの事務所に連絡して、選手や責任者に会ってこの活動を紹介できるように調整します。宣誓に署名するイベントの準備をし、若者から成る特別代表団が宣誓を渡すようにします。写真やビデオでこの記録を取り、プロモーション活動に使ったり、地元のメディアに送って、そこであなたの活動を報道できるようにします。

地域の有力者に宣誓に署名してもらう：市長や市議会議員、その他の役人は、正当な理由を提示しさえすれば、通常は喜んで子供たちの代表団に会ってくれるはずです。この場合、それは「真実を知ってください：薬物」の活動を紹介することです。政治家の事務所のスタッフは、通常とても協力的にそういった会合を手配してくれます。

宣誓には2種類あります。ひとつは生徒用、もうひとつは大人用です。このガイドからコピーするか、drugfreeworld.org/educators から印刷用ファイルをダウンロードできます。

宣誓

青少年のための、薬物のない世界のための宣誓

私は、薬物をなくすために、
先頭に立って活動していくことを誓います。そのために、

- 薬物のない暮らしをします。
- 友だちに薬物のない暮らしの方がずっと楽しいことを知らせます。
- 薬物の実際の害についてもっとよく学びます。
- 薬物の有害な影響について、人々に真実を伝えます。
- 私の家族と友だちが薬物のない暮らしを送れるように手助けします。
- 薬物のない _____ (地域、または国の名前) のために先頭に立ち、すべての子どもたちに良い手本を示します。



真実を
知ってください

薬物



宣誓

大人のための、薬物のない世界のための宣誓

私たち署名者は、ここに、_____ (地域名) の青少年の間で
増加する薬物問題が私たちの重大な関心事であることを表明し、
このプログラムを支援することを誓い、若者たちが薬物に関する真実を知り、
そして自己決定により薬物のない生活を送ることを奨励するために、
可能な時はいつでも公衆に対して発言することに同意します。

さらに、選挙によって選ばれたこの国の指導者たちと、
その他の影響ある地位にある人々に対し、私たちと共に効果的な薬物教育を支援し、
若者たちに薬物に関する事実を知らせてゆくよう求めます。



真実を
知ってください

薬物





用語集

AIDS (エイズ) : 肉体が備えている、病気に対して自身を防衛するための仕組みを破壊する病気。AIDSという名前は、英語の **Acquired Immune Deficiency Syndrome** の頭文字を取ったもの。

175

THC : テトラヒドロカンナビノールの略称。大麻類（カンナビス）に含まれる、心に作用する化学物質。

亜酸化窒素 : 麻酔剤として使われる、無色で甘い臭いのするガス。

亜硝酸アミル : 血管拡張剤として用いられる薄い黄色の液体。中枢神経刺激剤、吸入ガスとして乱用されることがある。

アパラチア山脈 : 北米大陸の東部に位置する山脈。カナダのケベック州南部からアメリカの北アラバマ州に至る。

アヘン : ケシの実から抽出される、茶色の粘着性のある物質。

アヘン戦争 : 清国（現在の中国）がアヘンの密輸を禁止したことにイギリスが抗議して起こした侵略戦争（1839-1842年）。

アメリカ合衆国食品医薬品局 : 日本では厚生労働省にあたる、アメリカ合衆国の政府機関。以下の事柄を保証する役割を担う。食品が純粋で健康的であり、衛生的な状態で生産されていること。医師の用いる薬物と医療機器がその使用目的に対して安全かつ有効であること。化粧品が安全かつ適切な成分から作られており、有害でないこと。製品のラベルや包装にある記載内容が真実で、必要な情報が含まれ、虚偽のないこと。

アルツハイマー病 : 老人がかかる記憶喪失を伴う病気。

アンフェタミン : 中枢神経刺激剤と呼ばれるタイプの強力な薬物。しばしば「スピード」と呼ばれるアンフェタミンは、中枢神経系（脳と脊髄）に作用し、疲労を低減する一方、心拍と血圧を高める。アンフェタミンの効果が消えていくと、疲労困憊とうつが現れる。繰り返し使用すると、深刻な心理的障害が発現する可能性がある。



依存症：体や心に害を及ぼす可能性のある薬物などを定期的に摂取していて、身体的あるいは精神的にそれなしではいられない状態。

遺伝子：細胞内にある、細胞の形態や性質、働きなどを決定する部分。

違法薬物：使用や所持、あるいは売買することを法律で禁じられている薬物。

インポテンツ：男性が性行為において慢性的に勃起できず、性交不能な状態。

ウイルス：生物の細胞内に寄生し、さまざまな感染症を引き起こす病原体。普通の顕微鏡では見えないほど小さい。

エアゾールスプレー：薬剤・殺虫剤などを霧状にして吹き出す装置の付いた、缶などの容器。

栄養失調：食事に十分な栄養を含む食品が欠けていること、あるいは不健康な食べ物を取りすぎることによって、体の機能が低下し、心身の健康をそこなうこと。

オーバードーズ (overdose)：薬物などの飲みすぎ、打ちすぎ。過剰服用。特に、致死量まで飲むことをさす。

悪寒 (おかん)：発熱の際などの、ぞくぞくとした寒気。

オピオイド：アヘンに類似した作用を持つ合成物質の総称。

合衆国麻薬取締局 (Drug Enforcement Administration)：1973年に設置されたアメリカ合衆国政府の機関。その主な役割は、アメリカ国内で製造される、あるいは国外から流入する違法薬物の供給を防ぐことである。

合併症：ある病気に伴って生じた他の病気。

渴望：何かに対する非常に強い欲望。

カフェイン：コーヒー、茶、コラ（樹木）の実に含まれる興奮剤。薬や鎮痛剤、飲料などに広く使われている。

カモ：詐欺や悪徳商法などで、だましやすい人、利用しやすい相手をさして使う俗語。

肝炎：ウイルスまたは毒素によって引き起こされる肝臓の炎症。熱、黄だん、激しい胃痛と消耗を引き起こす。肝炎のウイルスは性的接触や注射針の使い回しによって感染する。

カンナビス (大麻類)：インドタイムからつくられるさまざまな薬物の総称。マリファナ（乾燥させた花、種、葉から作られる）やハシッシュ（樹脂から作られる）などが含まれる。医療目的以外での使用は多くの国で違法とされている。

気管支炎：気管支（肺に空気を送る管が2本に分かれた部分）の炎症（過敏、腫れ、痛みを伴う状態）。



規制薬物：ヘロインやコカイン、覚せい剤など、人の振舞いを変える薬物、あるいは依存性・中毒性を持つ薬物に分類されるあらゆる薬物。その所持と使用は、法によって規制あるいは禁止されている。

揮発物：平常の温度・気圧で蒸発（目に見えない粒子になって空気中に発散）する物質。

吸入する：鼻か口を通して気体、液体あるいは固体を肺に吸い込むこと。

拒食症：体重増加を極端に恐れることによる摂食障害。これは過度のダイエットにつながり、深刻な健康障害や死に至る場合もある。

緊急治療室：心臓発作や交通事故といった緊急の処置が必要な患者に対応する病院内の施設。

禁断症状：離脱症状ともいう。薬物をやめた時に身体や心に起こる不快な反応。その反応は軽度の不快感から激しい痛みや発作などにまで及ぶ。この苦痛を逃れたいというのが、薬物常用者が薬物をやめられない理由のひとつになっている。

けいれん：強く痛みを伴う、制御できない筋肉の収縮によって起きる、身体や手足の激しい震え。脳障害などから起きることもある。

結核：肺などの器官が侵される感染症。

月経の周期：月経とは、妊娠していない女性の子宮の内壁から、定期的に（ほぼ1か月に1回）血液などを含む物質が剥がれ落ちる現象。月経の周期とは、月経の起こる間隔のこと。

ケシ：ケシ科の一年草または二年草。高さ約1メートル。白色花の未熟な実からはアヘンが採れる。

幻覚剤：LSDに代表される、幻覚症状を引き起こす薬物。幻覚症状とは、実際にはそこに存在しないものを見たり聞いたりする状態。多くの場合は薬物によって引き起こされる反応。

幻覚症状：実際にはそこに存在しないものを見たり聞いたりする状態。多くの場合は薬物によって引き起こされる反応。

倦怠感：身体的・心理的な疲労感やだるさ。

幻聴：幻覚のひとつ。実際には音や声が存在しないのに、それらが聞こえるように感じること。

抗うつ剤：うつ症状を防止する、あるいはうつ症状に対処するために処方される精神薬。

公共サービス広告：パブリック・サービス・アナウンスメント（public service announcement）のこと。ラジオやテレビを通じて無料で放送されるメッセージで、商業目的の広告ではなく、政府機関や非営利団体による公共事業や福祉事業を宣伝するもの。

攻撃性：他人や物を攻め、傷付けるような振舞いが目立つさま。



高血圧：血圧とは、血液が体内を循環するために血液を押し出す力のこと。高血圧とは、心臓が血液を送り出すためにより強い力をかけなくてはならない状態をいう。この状態が慢性化すると、心臓や血管が傷付く恐れがある。

向精神薬：人の心に働きかけ、考えや気分を変えてしまう作用を持つ薬物。

合成薬物：さまざまな化学物質から人工的に製造された薬物。特に、天然物質に似せて作られたものをいう。

呼吸器官：生物が息を吸ったり吐いたりする際に空気が通る部分。口、鼻、のど、肺など。

呼吸不全：酸素を体内に取り込む能力が停止する、あるいは極端に低下すること。

国際連合 (国連)：世界平和と国家間の協力を促進するために創設された国家間の組織。世界平和を維持すること、各国間の良好な関係を発展させること、世界的問題を解決するための協力を推進すること、人権の尊重を奨励することを目的に、第二次世界大戦の後、1945年に発足した。世界保健機関 (WHO) は、保健に関する問題の国際間の協力を目的に、1948年に発足した国連の専門機関のひとつ。

国連薬物・犯罪事務局：各国が違法薬物、犯罪、テロリズムと戦うのを援助する、国際連合の機関。

誇大妄想：自分自身の価値や重要性、力、魅力などを、常識ではあり得ないほど間違っただけに評価すること。

昏睡 (こんすい)：意識を失い、外部からの刺激に全く反応しない状態で眠り続けること。

蒴果 (さくか)：裂開果 (れっかいか) の一種。裂開果とは、熟すと果実の皮が自然に裂けて種子を放出する果実。

殺鼠剤 (さっそざい)：ネズミを殺す薬剤。猫いらず。

自然流産：妊娠の初期の段階で、人為的ではなく胎児が母体の外に流れ出てしまうこと。

ジャンキー：違法薬物の常習者や密売者をさす俗語。何かに病みつきの人、マニアをさして使うこともある。

樹脂：樹木から出る分泌液。また、その固まったもの。やに。

症状：身体に病気があること、あるいは身体に他の何か悪い状態があることを示すしるし。

情緒不安定：人の感情のさまざまな乱れ。悲嘆や絶望や無気力感、身体の苦痛を訴える、食欲や睡眠のパターンの変化、活力のレベルの変化などが含まれる。

衝動：よく考えずに発作的・本能的に何かをしようとする心の動き。

静脈注射：薬物を静脈 (血液を心臓に運ぶ血管) に注射して体内に取り込むこと。

食品医薬品局：アメリカ合衆国食品医薬品局を参照。



神経系：脳とせき髄を含む、体内のすべての神経。

神経細胞：神経系を構成する細胞で、脳からの信号、脳への信号を伝達する働きを持つ。

新生児：生まれてから四週間までの小児。

心臓発作：心臓の働きが突然停止すること。激しい苦痛を伴い、死に至る場合もある。主に、心臓に血液を供給する動脈が詰まることによって起こる。

心臓弁膜：心臓の内部にあり、血液の逆流を防ぐために開閉する膜。

シンナー：塗料を薄めたり、衣服のしみ抜きなどに使う液体。

心拍：心臓が脈打つこと。鼓動。心拍数とは一定の時間内に心臓が脈打つ回数のことをいう。

心不全：心臓の働きが停止すること。あるいはその働きが著しく低下し、十分な機能を果たさなくなること。

腎不全：腎臓の働きが停止すること。あるいはその働きが著しく低下し、十分な機能を果たさなくなること。

心理作戦：敵を惑わせる、恐れさせる、士気をなくさせるといった形で相手の思考や行動をかく乱するために、宣伝、脅迫、その他の心理的なテクニックを使用すること。

睡眠障害：睡眠を取ることに困難を抱え、十分な睡眠が取れない状態。

生殖障害：子供をつくることに関わる体の器官が正常に働かない状態。

精神異常：精神が正常に働いていないことを示す、さまざまな好ましくない状態の総称。妄想（自分について、または自分の置かれている状況についての間違った信念）、幻覚（現実には存在しないものが見えたり聞こえたりするという想像）、支離滅裂（他人には全く理解できない異常な言動）、現実に対するゆがんだ認識など。

精神錯乱：極端な不安、混乱、時に幻覚などを伴う状態。高熱や中毒、脳の損傷などによって引き起こされる。

摂取：体の中に何かを取り入れる行為。

躁うつ：憂うつ状態から興奮状態へと、感情や気分が急激かつ極端に変化する状態。

代謝(たいしゃ)：体内で食物がエネルギーに変換される過程。

耐性：薬物の作用に対する抵抗力のこと。薬物を使用し続けたり、使用する量を増やすうちに、自然と体内で形成される。人が長期間にわたって薬物を使用すると、その薬物の作用に対する耐性ができるとされている。耐性とは薬物の通常の効果が次第に失われたり、減少したりすることを意味している。

多幸：しあわせの多いこと。また、そのさま。しあわせに恵まれること。



脱水症状：体内の水分が異常に不足し、身体の働きに障害が起こる状態。水分の摂取不足、あるいは発汗や嘔吐、下痢による水分の過度の損失によって引き起こされる。

多動（ハイパーアクティブ）：極端に活発で落ち着きがなく、短い間でも集中できない状態。

知覚：生物が感覚器官を通し、視覚・聴覚・臭覚・触覚・味覚などによって、周りの環境または状況についての情報を得る働き。

致死量：特定の物質について、それを超えて摂取すると死に至る量。

窒息：固形物で息が詰まったり、有毒ガスを吸入したりして呼吸が止まること。

致命的：命取りになる、命が危ういさま。

抽象的：具体的な現実や特定の対象、あるいは実際の出来事から、それらに共通している性質や一般的な性質だけを抜き出して考えるさま。

中枢神経系：脳やせき髄など、知覚・運動などの機能を制御したり調節したりする神経の総称。

中枢神経刺激剤：服用するとエネルギーや鋭敏さが一時的に増す薬品。同時に血圧や脈拍、呼吸数も増大する。

中毒：飲食物、薬物、ガスなどの毒性にあたって身体の働きに障害を起こすこと。

中毒反応：毒性のある物質によって身体の働きが障害を受けている状態。

鎮静剤：興奮状態を鎮める、あるいは人を眠らせる薬物。

鎮静剤・安定剤：しばしば中枢神経抑制剤と呼ばれる。この薬物は脳の働きを鈍らせる。

デザイナーズ・ドラッグ：作用を強くするため、あるいは法律による規制を逃れるために、化学構造を変えられた薬物。合成麻薬。

添加物：食品の色合いや質感を変えるなど、ある物質の性質を変えたり、効能を高めたりする目的で加えられる別の物質。

てんかん：突然の発作により、全身がけいれんしたり、意識不明になったりする病気。

瞳孔（どうこう）：眼球の中央にある小さな穴。光線の強弱に応じて目に入る光の量を加減する。ひとみ。

陶酔感：強い喜び、興奮、幸福感に浸っている状態。

統制薬物：「規制薬物」の項を参照。

糖尿病：血液中の糖分が過剰になる慢性病。極端な喉の乾き、空腹感、頻尿、疲労感などを特徴とする。治療を受けないと昏睡状態や死に至る場合もある。



毒：身体に入ると（または身体の中で発生すると）健康や生命に害を与える物質。

毒素：体内に蓄積し、体に害をもたらす物質。

とっぴな：思いもよらないさま。常識とかけ離れているさま。

トリップ：LSDなどの薬物を取ることによる、異常な感覚の体験。

トルエン：溶剤、または燃料として使われる無色の液体。

熱射病：高温多湿の場所に長時間置かれ、体の熱放散が十分行えない時に起こる病気。頭痛・めまい・倦怠感などに始まり、体温の著しい上昇や昏睡、けいれんなどを起こす。熱中症ともいう。

脳卒中：脳の中の血管が急に詰まるか破裂すること。それにより、意識を失う、体の一部が動かない、しゃべることができないといった症状が起こる。

ハイ：アルコールまたは薬物の使用によって、身体と精神のコントロールが減少し、一時的に偽りの幸福感を抱くこと。

売人（ばいにん）：品物を売る人。特に、違法な薬物や拳銃などを売りさばく密売人のことをさしていう。

麦角（ばっかく）：ライ麦をはじめ小麦、大麦などさまざまな穀物の花に寄生する菌。その穀物を食べる人間や動物に害を与える毒を生成する。

白血病：骨髄のガン。

パニック発作：突然非常に強い恐怖感や不安感に襲われ、正常な思考や行動が妨げられること。多くの場合は過去の、あるいは現時点の不安の源が引き金となる。

はれもの：炎症による、皮膚の膿（うみ）をもったはれ。バクテリアが原因であることが多い。

反抗：社会の通常や規律や慣習に従うのを拒否すること。

反射：意志に関係なく、外界の刺激に反応して動作が起こること。

判断力：物事の善悪・真偽などを考えて決める能力。

氾濫（はんらん）：好ましくないものが多く世の中に出回って満ちあふれること。

被害妄想：他人に対して根拠のない疑い、不信感、恐れを抱く状態のこと。

副鼻腔：頭蓋骨の前面、鼻腔の周辺にある4つの穴のこと。

不整脈：脈拍が不規則な状態。

ブタン：石油に含まれる気体（ガス）の一種。燃料として用いられる。



二日酔い：アルコール飲料の飲み過ぎによって起こる、頭痛や嘔吐、のどの渇き、吐き気など。

不眠：眠れない状態、あるいは十分に長く眠ることができない状態が長期にわたって続くこと。

フラッシュバック：摂取してからかなり長い時間が経過した後に、LSDのような幻覚剤の作用が再現される現象。

プロパン：石油から得られる無色無臭の気体（ガス）で、燃料として用いられる。プロパンガス。LPガス。

文化：集団を構成する人々が共通して持つ信条や活動。文化とは、芸術や宗教、家族、政府についての考えや、また何が大切で価値があるか、人はどのように振舞うべきか、楽しみや娯楽として何をしたいか、といったことについて人々が持つ考えを含んでいる。

弊害：あることに伴って起こる悪いこと。他に害を及ぼすこと。

米国疾病コントロール・センター（CDC）：アメリカ合衆国ジョージア州アトランタに本部と主要な研究所を置く、合衆国政府の機関。疾病コントロール・センターは、疾病の起源と発生について研究し、管理と予防の手段を開発する。

偏執症：強い妄想にとらわれている状態。パラノイア。妄想症。

ベンゾジアゼピン：精神安定剤の一種。筋肉を弛緩させ、精神的な興奮を鎮める作用がある。

麻酔剤：手術中に患者が痛みを感じないようにするために医師が用いる薬物。全身をマヒさせ無意識にする場合と、意識を保ったまま体の一部だけをマヒさせる場合の両方がある。

マスメディア：多数の視聴者に情報を発信する通信機関。特にテレビ、ラジオ、新聞のことをさす。

麻薬：中枢神経（脳や脊髄）に作用する薬物。めまい、陶酔感、記憶喪失、調整機能の不全、無意識状態などを引き起こす。多くの麻薬はケシという植物からつくられる。

水キセル：タバコやマリファナを吸うためのパイプの一種。水を入れた容器が付いており、煙はそこを通過して水に溶け込み、冷やされる。

メタンフェタミン：覚せい剤の化学名。非常に中毒性の高い中枢神経刺激剤。コカインなどと同様に強力な、人工合成された違法薬物。

免疫機能：病気や感染から体を守る、体内のさまざまな器官や働き。

もうろう：ぼんやりして確かでないさま。



モルヒネ：アヘンを原料として作られる薬物で、ひどい痛みを和らげるために使用される。長期間使うと中毒になる場合がある。

薬物（ドラッグ）：食物や栄養素ではなく、体内に取り込まれると身体の機能やその人の考え方、あるいは気分を変える物質。

薬物文化：薬物を乱用する人々の生活スタイルや、薬物常用者に共通する服装の流行や振舞い方のことをいう。それに加え、薬物が社会のさまざまな部分に入り込み、文化に大きな影響を与えていることも指している。

薬物乱用：薬物をみだりに使用すること。違法な薬物の使用や、医療以外の目的で医薬品を使うことなど。

有機溶剤：炭素を主な成分として含み、さまざまな物質を溶かすのに用いる液体。アルコール、エーテルなど。

有機溶剤・吸入ガス：気体または蒸気の状態で吸い込むことのできる毒性物質。しばしば快楽や刺激を得る目的で乱用される。大半の有機溶剤・吸入ガスは、鎮痛剤と同じような作用をもたらし、身体の機能を鈍くする。使用すると最初にハイな気分と抑制力の喪失があり、それから眠気や軽い頭痛、興奮状態に襲われる。

抑うつ：絶望感の持続、集中力不足、活力の不足、不眠などを伴う、暗く落ち込んだ心の状態。

ラッシュ：薬物を使用した時に、乱用者が最初に感じる反応（快感）。その持続時間は薬物の種類により異なる。

乱用：何かを違法に使ったり、正しくないやり方で、または害のあるやり方で用いること。

リハビリ：医学的な処置やその他の指導、訓練を通じて、けがを負った人や病気の人を社会に復帰させること。

レイブ（Rave）：ダンス・ミュージックをひと晩中流す大規模な音楽イベントやパーティーのこと。レイブに集まる若者たちの間に広がる違法薬物（欧米ではエクスタシー、日本では大麻など）汚染が社会問題になっている。



「真実を知ってください：薬物」は 教育基準モデルにどう対応しているのか

187

薬物のない世界のための財団による
「真実を知ってください：薬物」カリキュラム

5学年から8学年までの教育基準モデルとの対応

以下のリストは、教師がこの教材に含まれるレッスンを、
指導基準に沿ってカリキュラムに組み込みたい場合に、
ガイドラインとして使用できるように提供されています。

「エデュケーション・ワールド」より
www.educationworld.com/standards

レッスン1:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康に関する望ましい振舞いと、ケガや病気、早死にの予防との間にある関係について説明する。

NPH-H.5-8.2 – 健康に関する情報、製品、サービス:生徒は健康に関する情報、製品、サービスの妥当性を分析する。

レッスン2:保健

NPH-H.5-8.2 – 健康に関する情報、製品、サービス:生徒は、健康に関する情報、製品、サービスに対するメディアの影響を分析する。

NPH-H.5-8.4 – 健康への影響:生徒は社会通念が健康上の振舞いに及ぼす影響と、保健サービスの利用の仕方について説明する。さらに、メディアなどの情報源が健康上の振舞いにどのように影響するかを分析する。



レッスン3：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、家族と仲間がどのように思春期の健康に影響を及ぼすかを説明する。

NPH-H.5-8.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、人間関係における安全な振舞いと、危険なもしくは有害な振舞いとを区別する。

NPH-H.5-8.4 – 健康への影響：生徒は、仲間からの情報がどのように健康に影響を及ぼすかを分析する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

188

レッスン4：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン5：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン6：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン7：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。



レッスン8:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン9:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

189

レッスン10:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン11:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン12:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン13:保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、健康が身体の機能の相互作用に影響されていること、また適切な健康への配慮が早死にと障害を防ぐことについて説明する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。



レッスン14：保健

NPH-H.5-8.7 – 健康を主張する：生徒は、他の人々が健康上望ましい選択を行うように影響を及ぼし、これを支援する能力を明示するとともに、健全な個人、家族、学校を支持する上で、協力して取り組むことのできる能力を明示する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン15：保健

NPH-H.5-8.7 – 健康を主張する：生徒は、他の人々が健康上望ましい選択を行うように影響を及ぼし、これを支援する能力を明示するとともに、健全な個人、家族、学校を支持する上で、協力して取り組むことのできる能力を明示する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン16：保健

NPH-H.5-8.7 – 健康を主張する：生徒は、他の人々が健康上望ましい選択を行うように影響を及ぼし、これを支援する能力を明示するとともに、健全な個人、家族、学校を支持する上で、協力して取り組むことのできる能力を明示する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、健康上の振舞いに関する決定が自己と他人にどのような結果をもたらすかを予測する。

レッスン17：保健

NPH-H.5-8.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、思春期の健康上の問題に関する危険を減らす方法を理解する。

NPH-H.5-8.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、自らの健康上の振舞いに責任を負う重要性について説明し、個人と家族の健康を向上あるいは維持させる方策を明示するとともに、危険な状況を回避し減少させるための方法を明示する。

NPH-H.5-8.5 – 健康増進のためにコミュニケーション技能を用いる：生徒は、健康を増進するために対人的なコミュニケーションの技能を用いる能力を明示する。健康を増進するために、言葉による、あるいは言葉によらない効果的なコミュニケーションの技能を明示する。健康を増進するために、必要性、欲求、気持ちを表現する健全な方法に加え、拒否と交渉の技能を明示する。

NPH-H.5-8.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人の健康という目標を達成するために必要とされる方策と技能を適用する。



NPH-H.5-8.7 – 健康を主張する：情報と考えを正確に表現するための、また健康問題に関する情報と意見を表現するためのさまざまなコミュニケーション手段を分析する。

レッスン18：保健

NPH-H.5-8.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、自らの健康上の振舞いに責任を負う重要性について説明する。

NPH-H.5-8.7 – 健康を主張する：生徒は、他の人々が健康上望ましい選択を行うように影響を及ぼし、これを支援する能力を明示するとともに、健全な個人、家族、学校を支持する上で、協力して取り組むことのできる能力を明示する。



薬物のない世界のための財団による
「真実を知ってください：薬物」カリキュラム

9学年から12学年までの教育基準モデルとの対応

以下のリストは、教師がこの教材に含まれるレッスンを、指導基準に沿ってカリキュラムに組み込みたい場合に、ガイドラインとして使用できるように提供されています。

「エデュケーション・ワールド」より
www.educationworld.com/standards

レッスン1:保健

192

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、健康を増進する上で個人の責任が果たす役割を分析する。

NPH-H.9-12.7 – 健康を主張する：生徒は、健康問題に関する情報と意見を表現する。

レッスン2:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、家族や仲間、地域社会がどのように個人の健康に影響するかを分析する。

NPH-H.9-12.4 – 健康への影響：生徒は、メディアおよびその他の要因が個人や家族、地域社会の健康に及ぼす影響を評価する。

レッスン3:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、家族や仲間、地域社会がどのように個人の健康に影響するかを分析する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、健康を増進する上で個人の責任が果たす役割を分析する。

レッスン4:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。



レッスン5:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン6:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン7:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン8:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。



レッスン9:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン10:保健

194

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン11:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン12:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防：生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。



レッスン13:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン14:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン15:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。

レッスン16:保健

NPH-H.9-12.1 – 健康増進と疾病予防:生徒は、振舞いが健康維持と疾病予防にどのような影響を及ぼす可能性があるかを分析するとともに、個人の健康上の振舞いが身体の機能に及ぼす影響について説明する。

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす:生徒は、安全な振舞い、危険な振舞い、有害な振舞いがもたらす短期的および長期的な結果を分析する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する:生徒は、個人や家族、地域社会における健康上の決定が及ぼす即時の影響および長期的な影響を予測する。



レッスン17:保健

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、自らの健康上の振舞いに責任を負う重要性について説明し、個人と家族の健康を向上あるいは維持させる方策を明示するとともに、危険な状況を回避し減少させるための方法を明示する。

NPH-H.9-12.5 – 健康増進のためにコミュニケーション技能を用いる：生徒は、家族や仲間、他の人々に対してコミュニケーションの技能を用いる能力を明示する。潜在的に危険な状況を回避するために、必要性、欲求、気持ちを表現する健全な方法に加え、拒否や交渉、協調の技能を明示する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、青少年における健康上の必要性と危険性に関する決定を下す際に、さまざまな方策を有効活用する能力を明示する。

196

NPH-H.9-12.7 – 健康を主張する：生徒は、健康問題に関する情報と意見を表現する能力を明示するとともに、健康問題に関する情報や考え、気持ち、意見を伝達する際に、さまざまな方策を用いて障害を克服する能力を明示する。また、健康上望ましい選択を行う上で、他の人々に対して影響を与え、かつ支援する能力を明示する。

レッスン18:保健

NPH-H.9-12.3 – 健康に対するリスクを減らす：生徒は、個人や家族、地域社会の健康を改善し維持するための方策を考案する。

NPH-H.9-12.6 – 良好な健康状態に向けた目標を設定する：生徒は、生涯の健康に向けた有効な計画を練る。

NPH-H.9-12.7 – 健康を主張する：生徒は、他の人々が健康上望ましい選択を行うように影響を及ぼし、これを支援する能力を明示するとともに、健全な個人、家族、学校を支持する上で、協力して取り組むことのできる能力を明示する。



教育者の感想

「このビデオはテンポが良く、描かれているシナリオも現実的です。若者に強く訴えかけるものが示されています。薬物について教育する上で、最初に突破しなければならない関門は、子供たちに耳を傾けてもらうことです。この公共サービス広告は強いインパクトで見ると魅了し、確実にメッセージを伝えるものです。生徒が興味を持ってくれば、本当の意味で学ぶ過程がそこから始まります。そうやって初めて、実際に薬物の危険から彼らを守るチャンスが出てくるのです。」

197

R.G. – 教育者

「この1年間、私は地元の高校で、無嫌疑薬物使用検査プログラムの実施を支援しました。薬物と薬物乱用に関して現在の世界で起こっていることについて、保護者や教師、スタッフを教育するには、その助けになる教材ができる限り多く必要でした。」

薬物の小冊子は非常に役立ち、興味深いものでした。私自身も含め、保護者の多くは世間で実際に何が起きているのか知る術もない場合が多かったのですが、この小冊子のおかげで認識が高まりました。情報を知ることこそ、事態の変革に向けた重要な一歩です。」

J.E. – 健康カウンセラー

「私たちは、青少年向けの啓発セミナーにおいて、薬物使用の危険性についての事実を視覚的に示すために小冊子『真実を知ってください：薬物』を使っています。それだけでなく、家族の方へのメッセージ、あるいは話題のきっかけ作りになるものとして配布したいとも思っています。多くの子供たちが親にこの小冊子を見せています。薬物について話し合うきっかけになりますし、親が子供に対して語りかければ、子供が薬物に手を出す危険性は減ります。十分に情報を得ていれば、子供は賢明な選択をするものです。」

J.H. – 保健所看護師



「この小冊子には本当に感謝しています。大成功です。生徒たちがちゃんと読んでいます!!! 活動の手引きを基にして、(地元の新聞で多くの人が目にする) 地方公共団体と、生徒の薬物乱用防止と意識向上を促すように私が働きかけている生徒会に、掲示用の垂れ幕を贈りました。私たちはみなさんの教材をすごく気に入っています。」

A.G. – 高校のカウンセラー

「私の高校で『真実を知ってください：薬物』の教材をいくつかの方法で使いました。(1) 保健の先生は授業で利用しています。(2) 薬物防止のカウンセラーは生徒と父兄に対して利用しています。(3) 夜間の催しで父兄が入手できるようにしています。この教材は生徒たちに大好評でした。興味を持って読んでいます。また、彼らが友人の薬物使用を心配して、お互いに教材を活用し合っているのを見ました。」

198

M.W. – 高校のカウンセラー

「『真実を知ってください：薬物』の教材は、警察官が子供たちに薬物について話す際、良い橋渡し役になっています。これらのビデオと小冊子には子供たちに強く語りかける力があります。これは子供たちの関心を大いに促し、彼らが薬物に関する情報を評価し、賢明な判断を下す上で役立つでしょう。」

C.L. – 警察官

「この薬物教育キットはいいですね! 薬物ごとの小冊子があり、手頃なサイズなのが気に入っています。十分な情報が掲載されているだけでなく、欲しい情報がすぐ見付かります。素晴らしい教材に感謝します。」

M.S. – 正看護師、ボーイスカウトのリーダー



真実を
知ってください

薬物

問い合わせ先

薬物のない世界のための財団
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA

合衆国内: 1-888 NO TO DRUGS (1-888-668-6378)

合衆国外: +1-818-952-5260

drugfreeworld.org

Eメール: info@drugfreeworld.jp

info@drugfreeworld.org (英語)

