

一期一会

発行
明石市立朝霧中学校
18号 平成30年7月19日

喫煙・飲酒防止教室が行われました

先週の木曜日の6校時総合の時間に、喫煙・飲酒防止教室が体育館で行われました。暑い中でしたが、真剣に聴くことができました。途中ストローを使って呼吸の体験をしました。普段の生活の中であまりお酒とタバコは関係ないと思っている人もいるかもしれませんがあと、6、7年で君たちも20歳になります。法律上は、飲酒・喫煙も合法になります。あとは自分で喫煙するか飲酒するかしないかの選択ができます。1度、興味本位でタバコを吸うとやめられなくなるそうです。最初の1本を吸わない勇気を持ちましょう。



「たばこの害って お酒の怖さって 知ってる？」に参加して

1年1組

今日の講演会を見て聞いて、将来絶対タバコは吸わないと思いました。前のアンケートにも吸わないと書いたけど絶対に吸わないようにしようと決めました。

お酒も飲んだことはないけど20歳になるまでは確実に飲まない方がいいなって思いました。お酒を未成年の時に飲むと生活のバランスが崩れてちゃんとした学生生活などが送れなくなるからです。たばこやお酒をやっているとガンになるって聞いてびっくりしました。ガンになると（ストローで体験した）呼吸がちゃんと吸えなくなるととても苦しかったです。今回は体験したり本当にあったことなどをグラフにして見られたり写真や図もあったのでとてもわかりやすかったです。

1年2組

私が特にびっくりしたことは、80才までタバコを吸うと、費用が2100万円ほどかかるということです。きっと吸う人は知らないうちにどんどん買ってしまう、そのような費用がかかってしまうと思いました。他にびっくりしたことは、お酒を何度も飲んだことがあるという人がたくさんいたことです。私は将来、肺や心や気持ちの事を考え、やりたくないです。もし、飲んだりしてしまっても、適度な量にしたいです。日本にはたばこのパッケージに少ししかやめましようとかかれていないけど、海外のように写真を貼るなどの工夫をしたらいいかなと思いました。それと、どこかの国ではタバコを吸ったら罰金や逮捕をする国もあるそうです。そこまではなくていいけど、日本人もそんな心構えをしてほしいなと思います。

1年3組

お話を聴く前から小学校でたばこを吸ったり、お酒を飲んだりするのはよくないと聞いていたけど、お話を聴いてさらに良くないことがわかりました。それは妊婦さんにも影響があるのがびっくりしました。妊婦さんは流産になったり、子どもが産まれても体重が軽い小さな子が出てくることを初めて知りました。

他にも、私たちの方にも害があることです。私はタバコを吸っている人は寿命が3年ぐらい短くなるということを知ったことがあったけど、タバコを吸っている人よりも吸っていない人の方がガンになったりすることを知りました。

お酒は危ないことは知っているけど、私たちが飲み続けたりすると死に至ったり、脳の中の「海馬」という記憶をつかさどる部分が小さくなっていくことも初めて知り、気をつけようと思いました。タバコやお酒による害は知っていたけど、お話を聴いて、より良くないことを知れたので絶対に気をつけたいです。

1年4組

タバコは普段、道端でおじさんが吸っていても何も気にならなかったけど、具体的にタバコの害を聞くと、とても怖いし、吸いたくなくなりました。1回でも吸ってしまうと、やめられなくなってしまったりするかが気になりました。また、吸っている人だけでなく、周りの人にも害があるので、やめて欲しいと思いました。

お酒は小さいうちは飲んだらダメなのはなぜだろうと思っていただけど、ちゃんと理由を聞くとお酒も怖いと思いました。自分をコントロールできなくなってしまうのが1番怖いと思いました。今日学んだことを考えながら生活したいです。

お知らせ

兵庫県播磨高等学校女子サッカー部体験練習会のご案内

1 日 時 平成30年8月24日（金） 受付開始 13:30
14:00~17:00

- 2 場 所 兵庫県播磨高等学校 多目的室 運動場（雨天の場合 体育館）
3 持 ち 物 サッカーができる服装・用具、上履き、飲み物、体育館シューズ（雨天時）
4 申込方法 FAX またはホームページから申し込んで下さい。

◎内容について詳しく知りたい生徒や希望者は、森本先生に聞きに行くこと。

◎未経験者も大歓迎！！見学のみも可能です。