

スマイル

ほげんだより

別海町立上春別中学校
平成25年11月13日(水)
保健室 (担当: 眼部)



NO.18

氷点下の朝が続いています。うすうすと張られている氷の
パリパリとする音が冬だなあ…と感じさせてくれます。マフラー・手袋
などの防寒具の準備はできていますか。



《薬物乱用防止教室での質問・回答》



全員分の感想文を中標津警察署に届け、
小笠原さんに読んでもらいました。その際、みなさん
から寄せられた質問に答えてもらいましたので、
ここで紹介します。

小笠原さん
ありがとうございます。



薬 どんな薬でも、使い方を誤れば
危険です。用量・用法を守り、正しく
使ってこそ、薬の効果がでるのです。
購入した薬、病院から出してもらった
薬など、正しく使えていますか？

① 外国人が日本で覚せい剤などを持っていて、取締りを行って、
その外国人が自分の国ではダメじゃなく、日本に来て、日本に
そんな法律があると初めて知った場合、捕まるのでしょうか？

捕まります!! 逮捕をした後、その外国人の国のことを調べた
上で対応を決めます。本当に知らなかったら釈放されるケースも
ありますが…基本的に日本で薬物を所持していたら誰でも
逮捕されます。

③ なぜ、ドラッグには、注射、吸入など使用の方法が違うのですか？

注射や吸入、飲む方法などさまざまあります。注射は
からだに直接入れるので効果が高いです。しかし、注射は、
からだに傷がつく(残る)ので、人目につく仕事をしている人などは、
避けている方法です。



* 吸入…吸い込むこと。

② 悪い薬物にも、中毒性の高いものがありますか？

どんな薬物でも中毒・依存性が高いです。
特に覚せい剤・大麻が高いです。

覚せい剤は乱用を始めて短期間でコントロール喪失
(精神依存)に陥る人が多い。身体症状は手足の
ふるえ、突然死など。精神症状は不安になり、落ち
着きがなくなったり、意識障害もあります。

④ (薬物で)捕まった人は、逮捕された後どうなるのですか？

警察で10~20日取り調べた後、裁判となります。
逮捕1回目は、起訴猶予処分(罰を与えない
警告で終わるなど…その人が反省していることが前提)
になることが多いです。2回目以降は刑務所に入る
可能性が高いです。

11月の保健目標

気温に合わせた衣服の調節をしよう



前号の続きです。

冷え対策のポイントは、下半身を温めることと伝えました。足は、からだの中でも
血液の巡りが悪く、冷えやすい場所です。ジャージの下に短パンやスパッツなどを
合わせることで、快適に過ごせるでしょう。くつ下も足首までの長いタイプがベストです。
女子の皆さんは、スカートをはいてくることありますが、冬でも足元にハイソックスで
見ているこちらまで寒くなります。タイツという選択肢はありませんか!?



視力検査の結果です

10月末から視力検査を行ない
予定通り3日に全生徒終了しました。
保護者の皆さまにはクリアホルダーで
結果をお伝えしましたが、お手元に届い
ていますか？

視力0.6以下の生徒には病院受診の
お勧めプリントも渡していますので、検
討ください。

全体的に春の検査時の結果と
あまり変化はありませんが、

裸眼視力低下者もいますので
日頃の生活習慣を見直して

みましょう。

