

薬物乱用を予防するために大切なことは 断る勇気をもたせることです。

薬物に手を出させないための8カ条

1 子どもの思春期特有の心と体の変化について理解しましょう。



2 毎日、家族の会話を大切にしましょう。



3 子どもの話には常に耳を傾けましょう。



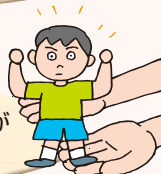
4 友情をつちかい、仲間からの悪い誘いを拒否できる勇気を育てましょう。



5 子どもが家族や学校の先生にいつでも相談できるようにしておきましょう。



6 子ども自身で、健全な決断ができるように育てましょう。



7 家族そろってのコミュニケーションの場を大切にしましょう。



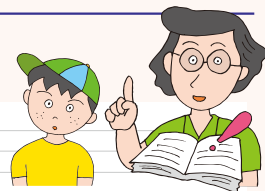
8 子どもの様子がおかしいと気になったらすぐに、12ページの相談窓口にご相談しましょう。

子どもを薬物乱用から守るチェックポイント

子どもにこんな行動が見られたら注意してください。

1 帰宅が遅くなった。

6 目を合わせて会話をしなくなった。



2 友達関係がよくわからない。

7 部屋に独りでこもることが多くなった。

3 金使いが荒くなった。

8 電話やEメールに知らない人から連絡があったりする。

4 理由の分からないお金を欲しがようになった。

9 嘘が多くなった。

5 食事を家族と一緒に食べなくなった。

10 イライラしている。

なお、「医者が出してくれる薬、薬局で薬剤師が出してくれる薬、父母が渡してくれる薬、保健室で先生が出してくれる薬以外の薬は、たとえ健康食品だといわれても一切体に取り入れてはいけない」と必ず注意してください。