

学校における飲酒防止教育

●

スポーツ・青少年局 学校健康教育課
健康教育調査官 北垣邦彦



文部科学省

MEXT

MINISTRY OF EDUCATION,
CULTURE, SPORTS,

SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

学校における飲酒防止教育

1. 教育現場での取組

～学校における飲酒防止教育～

2. 飲酒防止教育の必要性

～薬物等に対する意識調査結果から見えてくるもの～



保健・健康教育が必要な対象項目

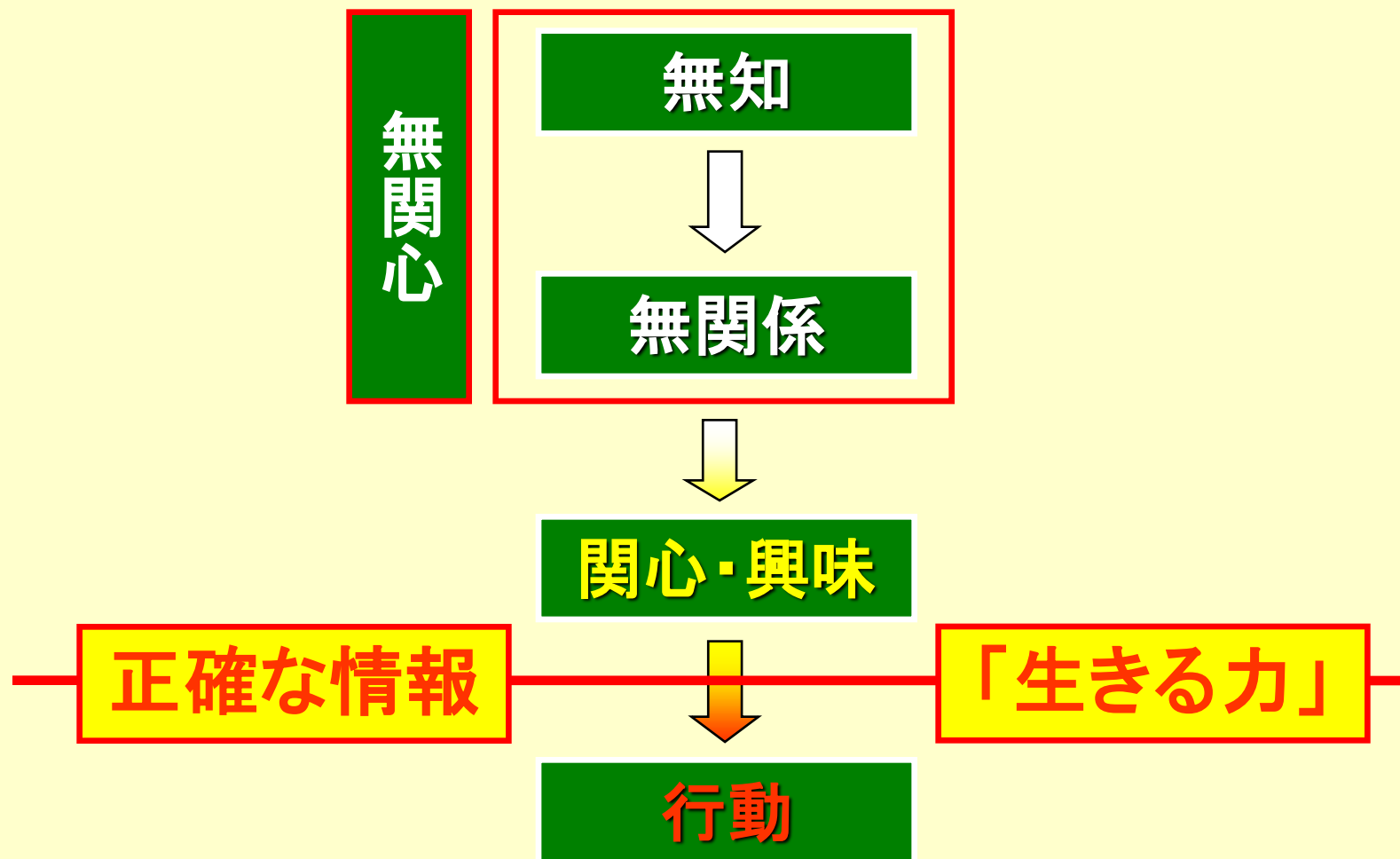
Youth Risk Behavior (青少年の危険行動)

米国疾病予防管理センター (CDC)

1. 自殺や他殺、不慮の事故に関係する行動
2. 喫煙
3. 飲酒、薬物乱用
4. 性行動 (望まない妊娠、HIV等の性感染症)
5. 健康に良くない食行動
6. 運動不足



青少年が危険行動に至るステップ



小・中・高等学校における 飲酒防止教育の目標

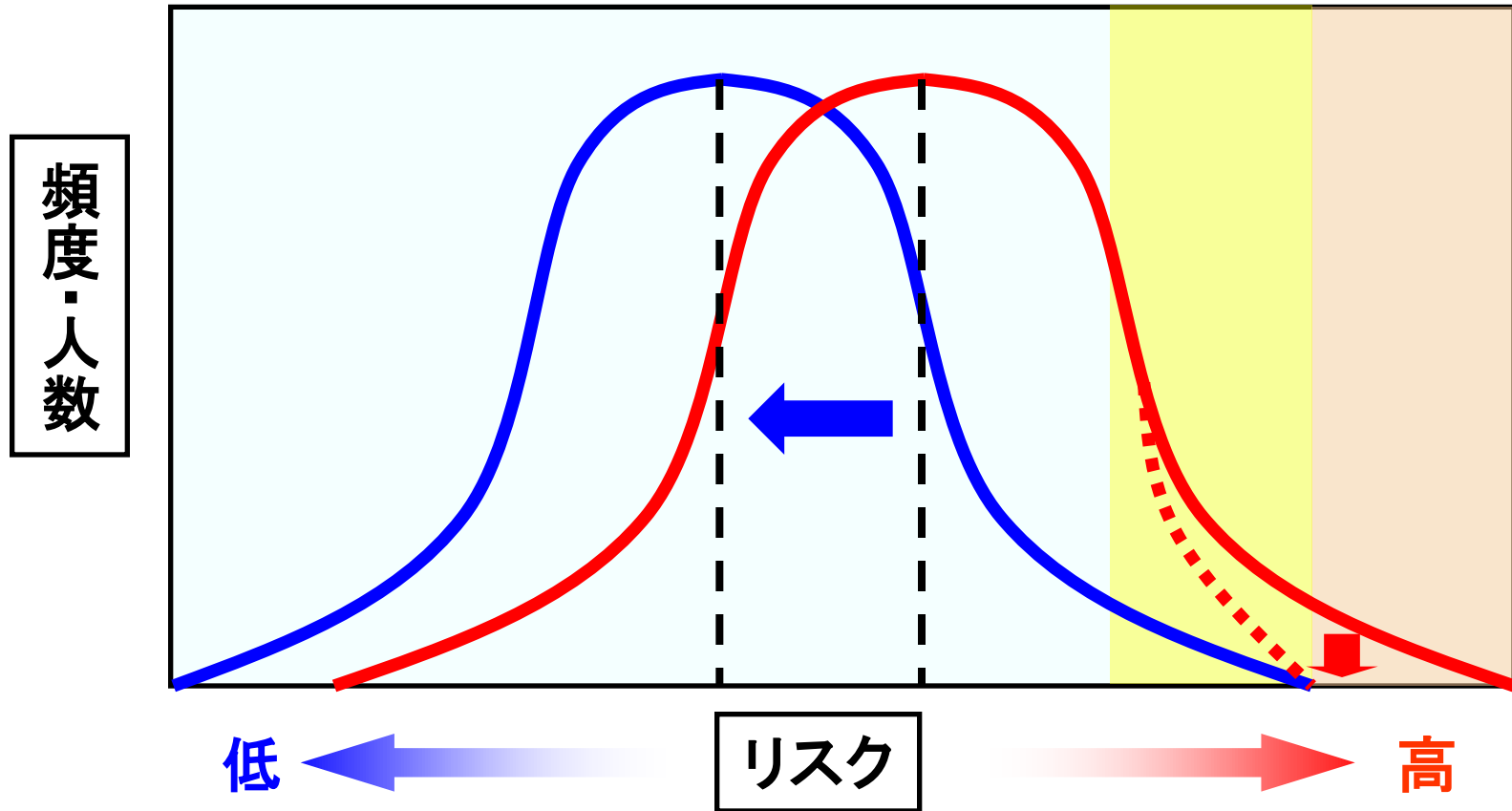
児童生徒自ら飲酒を開始するきっかけ
そのものを除いたり、きっかけとなる
誘因を避ける、あるいは拒絶すること
ができるようになることを目標とする。

（一次予防が中心）

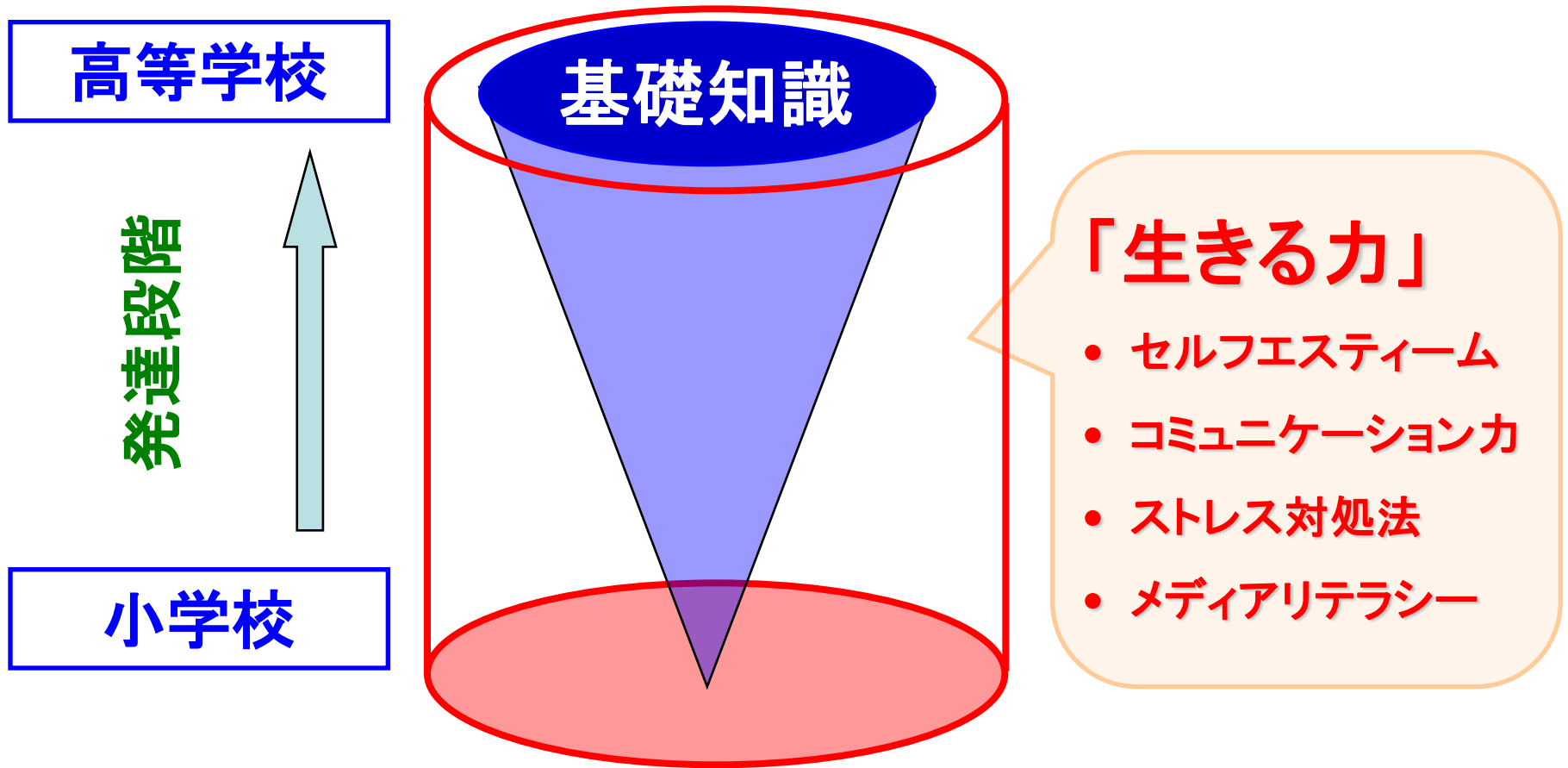


高リスクアプローチ（二次予防）

集団アプローチ（一次予防）



青少年の危険行動を抑止するための教育の基本概念



保健教育

教科保健

- 体育
- 保健体育

保健指導

- 特別活動
- 総合的な学習の時間 など



小・中・高等学校における 飲酒防止教育

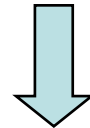
- 「**体育（小学校）**」「**保健体育（中・高等学校）**」（**教科としての学習**）
基礎的知識を身につけさせ、思考力・判断力などの資質や能力を育成する指導が行われる。
- 「**道徳**」「**特別活動**」「**総合的な学習の時間**」等（**保健指導**）
活動や実習等を通じて「**体育・保健体育**」等で身につけた知識・理解をより深める指導が行われる。



青少年の危険行動抑止に至るステップ

主に「体育・保健体育」で指導される。

基礎的知識(飲酒の健康影響、罰則規定)の習得



知識を活用できる能力・技術の育成



意識改革
行動変容

活動や実習に多くの時間を割ける「保健指導」の活用が望まれる。

「生きる力」の育成
セルフエスティーム(自尊心)
の確立



学習指導要領とは？

学校教育法施行規則（昭和22年文部省令第11号）

第52条 **小学校の教育課程**については、この節に定めるもののほか、教育課程の基準として文部科学大臣が別に公示する**小学校学習指導要領**によるものとする。

第74条 小学校→中等学校

第84条 小学校→高等学校



小学校指導要領（平成20年3月）

〔第5学年及び第6学年〕 G保健

（3）エ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。



中学校学習指導要領（平成20年3月）

〔保健分野〕

- (4) ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会関係が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。



高等学校学習指導要領（平成21年3月）

〔保健分野〕

- (1) イ 喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること。また、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えことから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が重要であること。



高等学校学習指導要領解説保健体育編

(平成21年12月)

喫煙、飲酒は、生活習慣病の要因となり健康に影響があることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。

また、喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にする気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、ニコチンやエチルアルコールの薬理作用などが、喫煙や飲酒に関する開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。



薬物乱用防止教育の留意点

- 児童生徒への配慮
- 教材への配慮
- 指導上の配慮



児童生徒への配慮

- 児童生徒の年齢、興味、ニーズなど発達段階及び地域の実情を踏まえた適切な情報提供が必要。
- 飲酒の可能性の有無により、児童生徒を区別しないこと。
- 酒類の生産や販売によって生計を立てている人たちがいることを踏まえ、特定の人や組織等を非難しないこと。

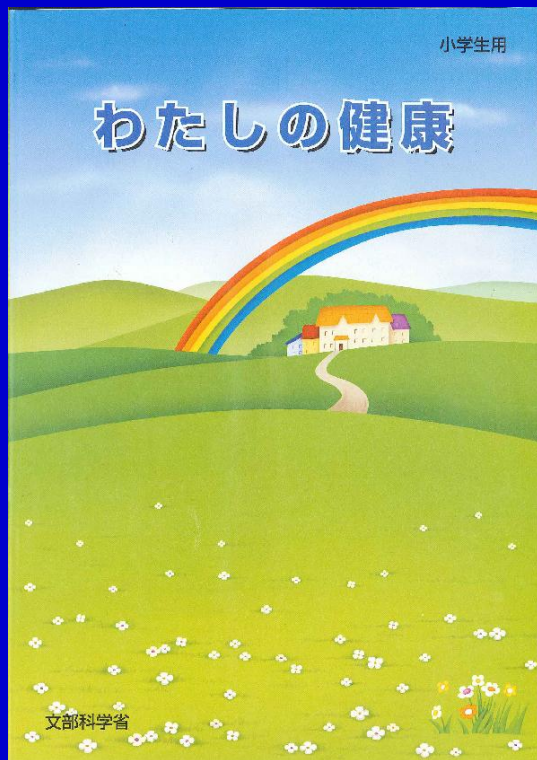


指導教材等への配慮

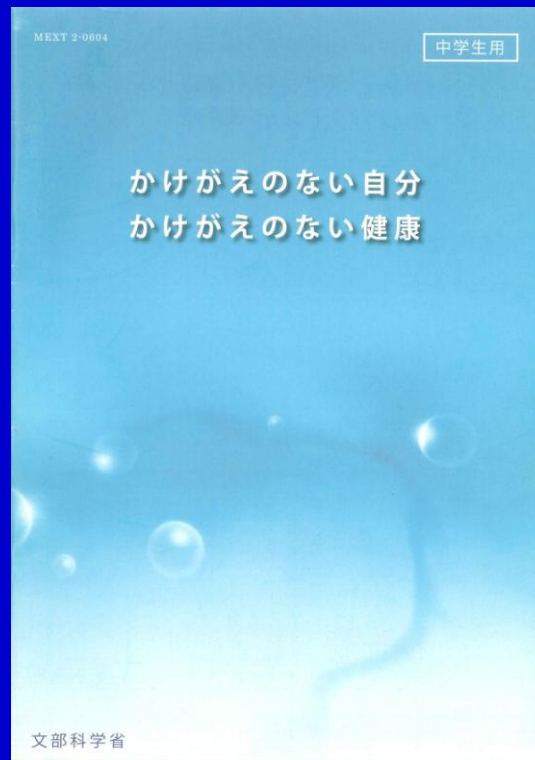
- 未成年による飲酒について「言い訳」の口実を与える教材。
 - アルコール依存症患者の更生・社会復帰のための教材。
特に著名人などの例を用いたロールモデル。
- 児童生徒がアルコール中毒者の生き方やアルコールの作用に興味をもったり、飲酒をやめることができない多数の依存者がいることに気付かず、アルコール問題を軽視する可能性がある。



喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する 児童生徒用参考資料



小学生用



中学生用



高校生用



文部科学省

MINISTRY OF EDUCATION, CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

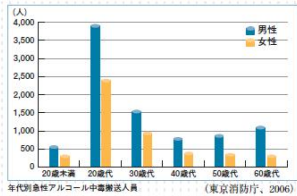
飲酒の急性影響

急性アルコール中毒

急性アルコール中毒	アルコールによる急性の影響で、命の危険を伴うまでに至った状態です。
飲酒量	血中濃度で0.15%以上が中毒域。0.4%以上では死に至る危険性が高くなります。短時間に日本酒5合またはビール中ビン5本以上飲んだ場合に0.4%を超える危険があります。
急性アルコール中毒になりやすい人	<ul style="list-style-type: none"> ・アルコールの分解の遅い人 (未成年者、女性、高齢者、体が小さい人、飲酒後顔が赤くなる人) ・アルコールに慣れていない人 ・アルコールの飲み方・酔い方が分かっていない人
症状	意識がうすれてくるとともに、激しい吐き気、体温低下、血圧低下、頻脈、呼吸数減少、尿・便失禁などの症状が出てきます。さらに血中濃度が上がると、意識がなくなつて倒れ、死に至ることがあります。また、吐いた物を喉に詰まらせ、窒息で死亡することもあります。

急性アルコール中毒の現状

急性アルコール中毒で病院に運ばれた人を調べると20歳代が最も多く、10歳代にも相当数認められます。平成18年度に急性アルコール中毒によって病院に運ばれた10歳代の数は、男性531名、女性277名、合計808名でした。



おそろしい急性アルコール中毒

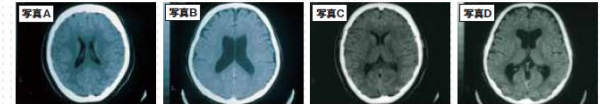
飲酒によって血液中に入ったアルコールは、脳のさまざまな働きを抑えてしまいます。血中のアルコールの濃度がどんどん高くなると、大脳皮質から辺縁系、さらには延髄まで中樞神経の麻痺が進み、刺激にも反応しなくなる昏睡状態におちいり、呼吸中枢まで麻痺してしまつて死に至ることもあります。急性アルコール中毒とは、血中と脳内のアルコール濃度が急激に高まって、一挙に身体が危険な状態になってしまうことです。同じ量のアルコールでも、短時間で飲むと血中のアルコール濃度はより早く最高になり、また最高濃度もより高くなります。短時間に大量のアルコールを飲む「イッキ飲み」は急性アルコール中毒、そして生命の危険につながります。成人になつてからも決してやってはいけませんし、人にさせてもいけません。

Column

長期にわたる大量飲酒が引き起こす影響

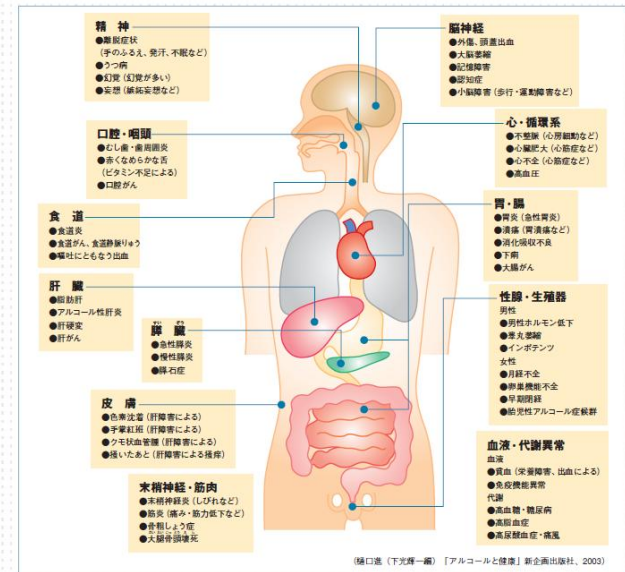
脳への影響

アルコールは、脳の神経細胞に影響を及ぼし、その結果、脳が縮んでいきます。脳に対するアルコールの影響は、未成年者で特に強いことが知られています。



正常な脳のCT 脳アルコール依存症患者の脳のCT: (A)とほぼ同じ高さの位置の断面。低い位置の断面。正常な脳のCT: (C)と比べてやや低い位置の断面。アルコール依存症患者の脳のCT: (D)とほぼ同じ高さの位置の断面。脳の外側に溝ができ、中央の黒い部分(脳室)が広がり、脳が全体に縮んでいます。

長期にわたる大量飲酒が引き起こす病気

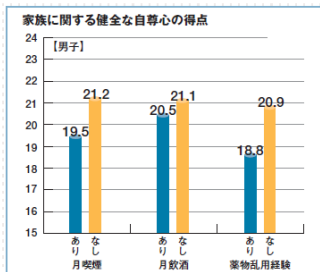


(横口謙 (下光輝一編)「アルコールと健康」新倉書店、2003)

喫煙、飲酒及び薬物乱用行動を 助長する様々な要因

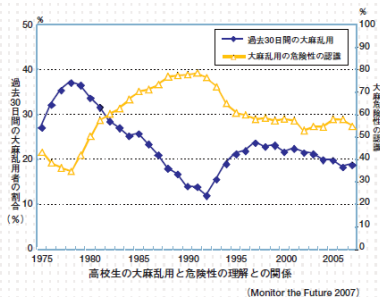
健全な自尊心との関係

ここ1か月間に喫煙したり(月喫煙)、飲酒したり(月飲酒)、これまでに薬物乱用経験がある高校生は、そうした危険行動をしていない高校生に比べて、自分が自分の家族の一員であることを誇りに思ったり、家族から愛され尊重されていると思ったりする「健全な自尊心(自分自身を大切にすゝる気持ち)」が低い結果となりました。こうした傾向は、男女の別を問わず認められました。



米国高校生における大麻乱用が危険であるとの認識と大麻乱用の実際との関係

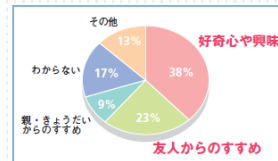
薬物乱用は、一人ひとりが薬物乱用に対して、どのような態度や意識をもつかによって、増えたり減ったりします。図は、アメリカの高校生での調査結果です。1970年代大麻乱用の危険性についての認識が薄れ、社会に大麻の乱用が広がりました。これに対して学校での薬物乱用防止教育や薬物乱用の危険についてのキャンペーンが熱心に行われ、それによって大麻乱用の危険性が理解され、その危険性を多くの生徒達が知ると大麻乱用が減少しました。しかしながら、1990年代に入って再びその危険性の認識が薄れると大麻乱用も再び増加しました。この結果から、薬物乱用のない社会をつくるためには、一人ひとりが薬物乱用の危険性をしっかり認識することが何よりも大切であると分かります。



仲間からの影響への対処

喫煙を始める動機は何だろう?

中学生の喫煙のきっかけを調べた結果、好奇心や興味などと並んで、友人の影響が大きいことが分かりました。仲間とのコミュニケーションのとり方を学ぶことは、このような影響から自分自身を守ることにつながります。



コミュニケーション3つのタイプ

コミュニケーションのタイプ	身振りの例	言語的表現の例
受動的コミュニケーション 相手の言いなりになったり、必要な時にも自分の意見の表明を控えたりする。自分の権利が侵されてもあきらめる。	●ためらい ●過度の遠慮 ●伏し目がち ●はっきりしない話し方 ●自信のない声や口調	「どちらでもいいけど…」 「えーっ…」 「でも…」 「そんな…」
攻撃的コミュニケーション 相手の権利を侵す、相手をけなす、無視するなどして、自分の要求を通そうとする。	●脅す、威圧する、けなすなどの身振りや態度、言い方 ●過度に大きな声 ●相手の話を中断 ●一方的な、強引な言い方	「君も当然○○するよね」 「○○しろよ!」 「うるさい!」
自己主張的コミュニケーション 相手を見下したりけなしたりすることなく、自分の意見を論理的、合理的に主張する。また、相手の意見も聞き、相手の権利を尊重する。	●良い姿勢 ●明確で落ち着いた自信のある声や言い方 ●過度に相手と視線を合わせる	「私は○○と思う」 「あなたは○○と思う?」 「○○してあげるのどう?」 「あなたの考えは○○なんだね」

(JKYB研究会, 1994年一部改定)

誘いの断り方

友だちや先輩にたばこやアルコール、薬物をすすめられた時、どのように断ったらよいのでしょうか? みんなで話し合ってみましょう。

たれも見ていないから平気だよ。
たれにも言わないからさ。

みんな吸ってるよ。
友だちだったら吸いなよ。

みんな飲んでるよ。
友だちだったら飲みなよ。

いい薬があるよ。
友だちだったら一緒に試そうよ。

一本くらいなら大丈夫だよ。
体に悪い影響なんかないよ。

ちょっとくらい飲んでも大丈夫だよ。
体に悪い影響なんかないよ。

やせることができるよ。
勉強がはかどるよ。

指導上の配慮

- 「知識中心型」「脅し型」の健康教育だけでは、児童生徒の意識改革は難しく、逆に危険行動を助長することがある。
- ロールプレイング等の実習や活動を通して人からの圧力に対処する方法等の習得は有用であるが、それを活用できる「生きる力」を身に付けることが必要。



「生きる力」(ライフスキル)

- ・ 目標をきめてそれを実現することができる
- ・ 日常的におこるストレスに適切に対応できる
- ・ 家族や仲間とよく話し合い、良い人間関係を保つことができる



喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する 指導者用参考資料



小学校用



中学校用



高等学校用



文部科学省

MINISTRY OF EDUCATION, CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN

児童生徒の薬物等に対する 意識調査の結果について

【有効回答学校数】

小・中・高等学校：約250校

【有効回答者数(各学年1クラス)】

小学校(第5, 6学年生)： 約17,000人

中・高等学校(全学年)： 約25,000人



— 飲酒への関心 —

「飲みたいと思ったことがある」と回答した児童生徒の割合

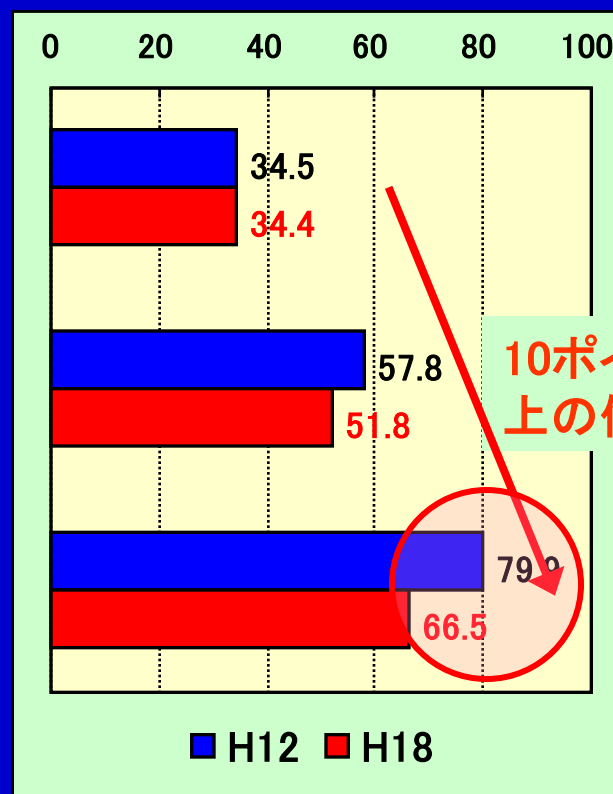
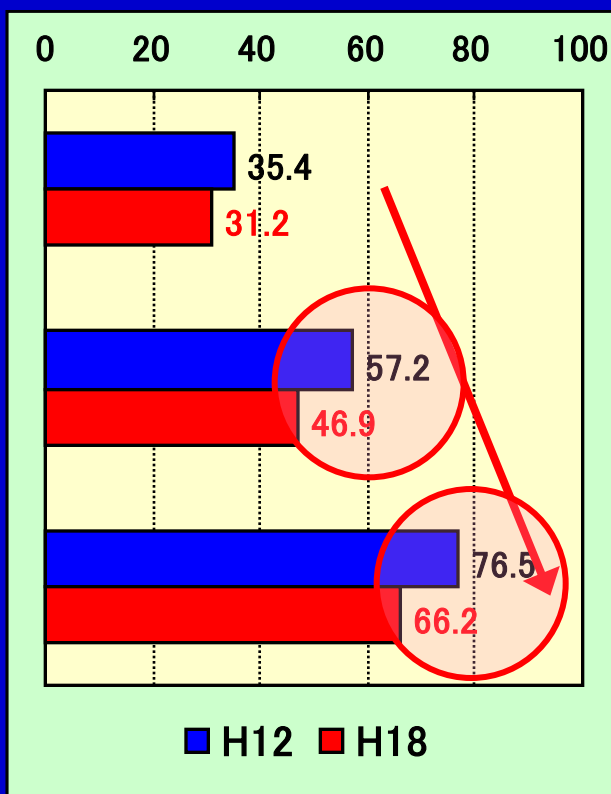
男子

女子

小学6年生

中学3年生

高校3年生

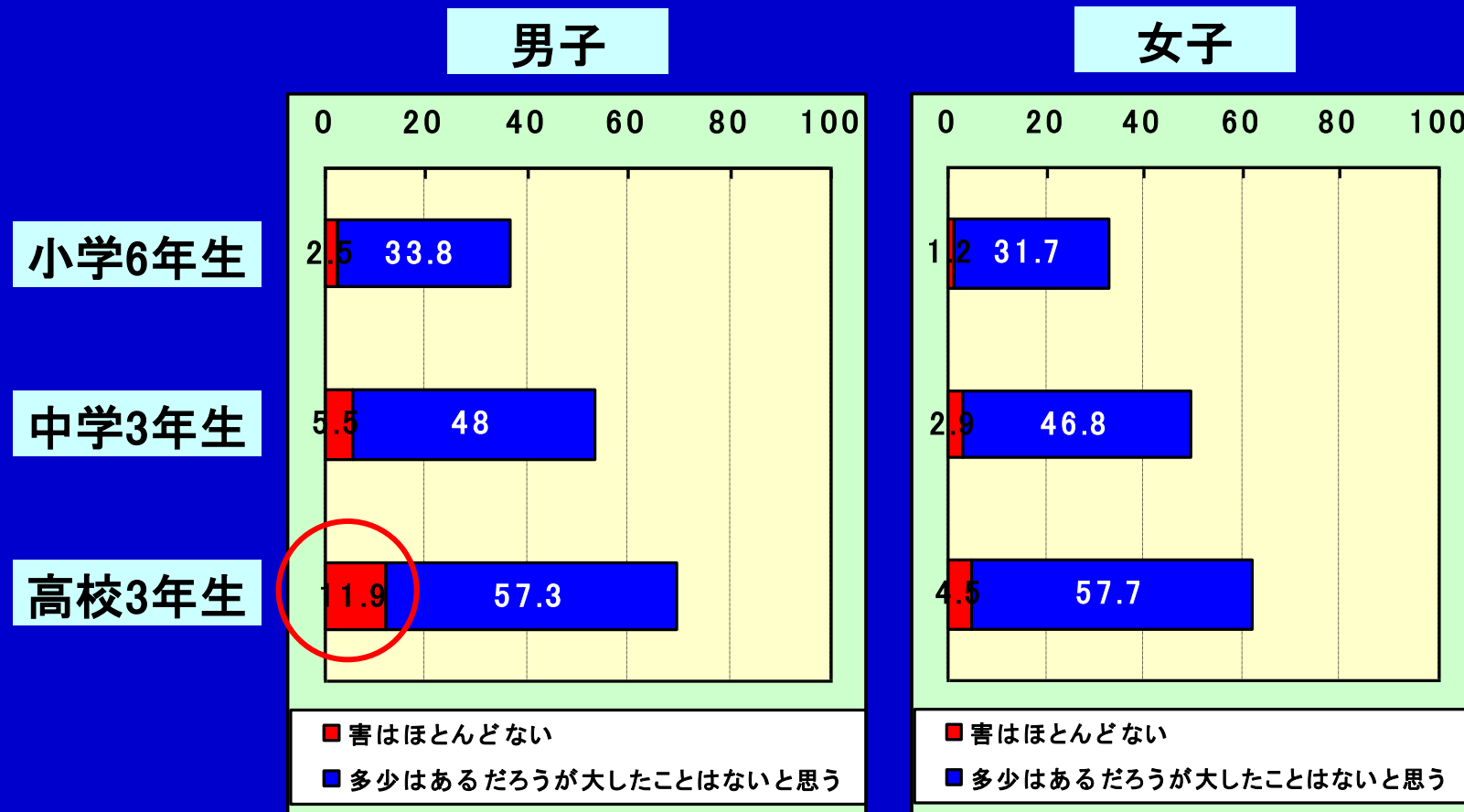


10ポイント以上の低下



— 飲酒の健康への影響 —

「飲酒に害はほとんどない」「多少はあるだろうが大したことはないと思う」と回答した児童生徒の割合（H18）



— 将来の飲酒の可能性 —

「20歳以上になったら酒を飲むと思う」と回答した児童生徒の割合

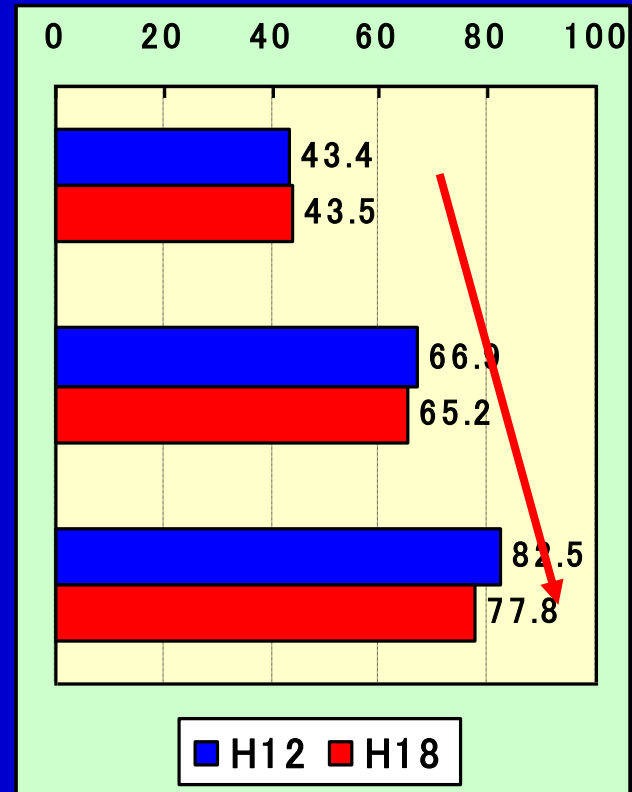
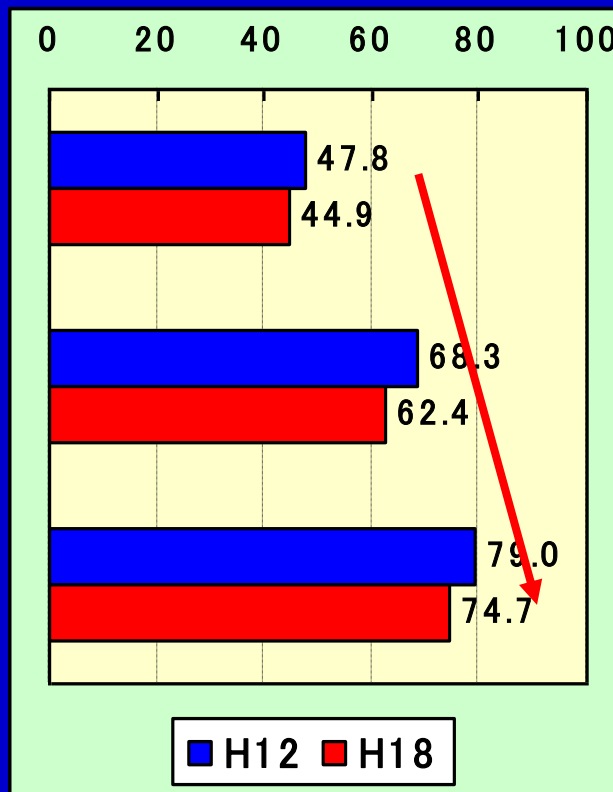
男子

女子

小学6年生

中学3年生

高校3年生



結果に対する要因

- ・ 男女の別なく成人における飲酒が一般化
→多くの大人が飲み過ぎなければ、健康に良いと考えている。
- ・ したがって、冠婚葬祭等において大人が、未成年に飲酒を薦める現実がある。



対策

未成年者飲酒及び喫煙禁止法の一部 改訂（平成11年及び12年）

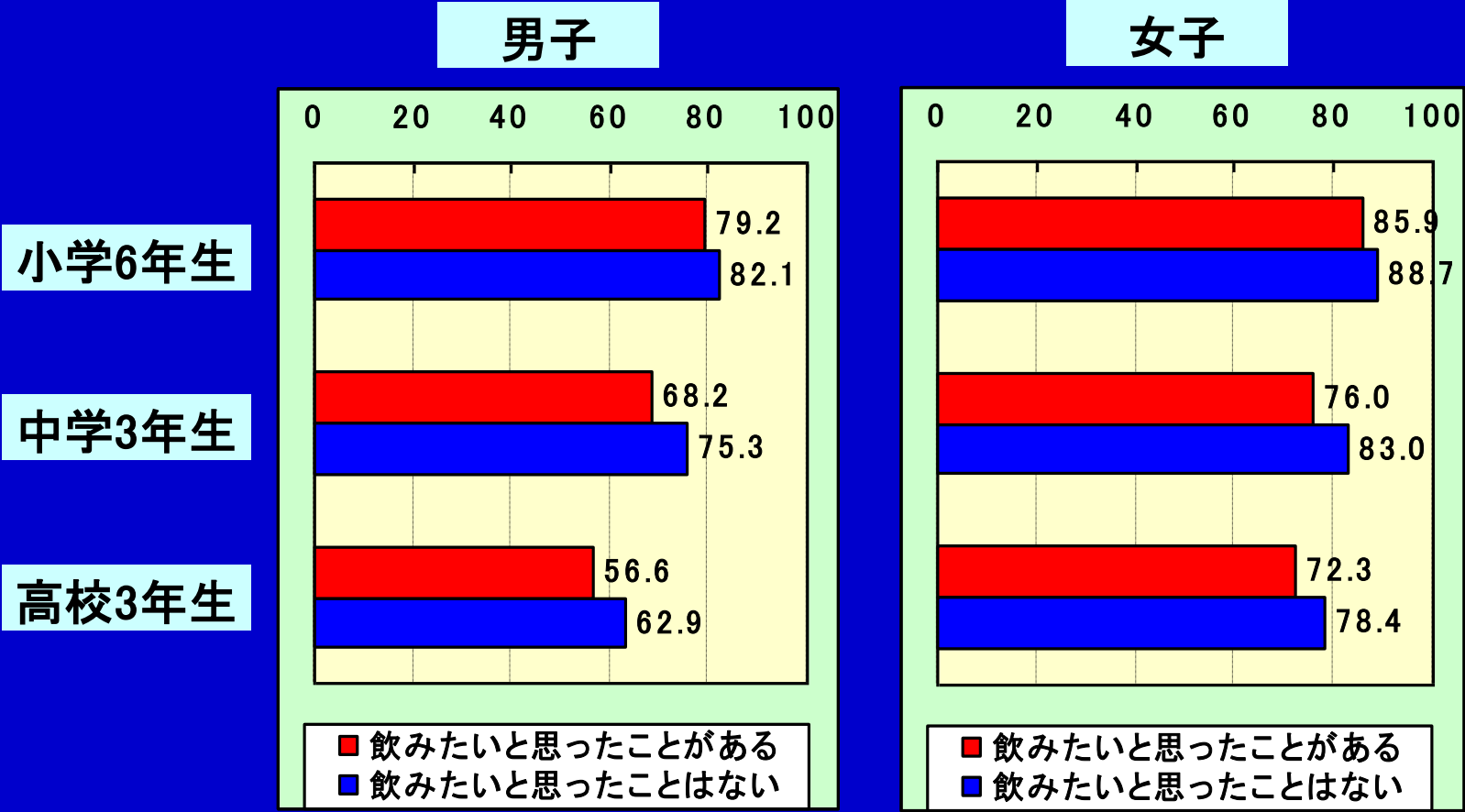
- ・ 保護者など親権を有する者が未成年の飲酒及び喫煙を制止する義務を明記
- ・ 販売業者の年齢確認義務を規定

学校教育のみならず家庭や地域社会における理解及び連携が必須



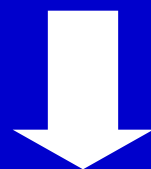
「飲酒」に対して好奇心の低い児童生徒と比較して、好奇心の高い児童生徒では「薬物を使ったり、持っていたりすることは悪いことだ」と回答した割合が低い

「薬物を使ったり、持っていたりすることは悪いことだ」の回答率(%)



ゲートウェイドラッグ

「アルコール」や「たばこ」に対する好奇心の高い児童生徒は、好奇心の低い児童生徒と比較すると「薬物乱用」のリスクが高くなる可能性が示唆された。



児童生徒への「飲酒」・「喫煙」防止教育は、効果的かつ重要な「薬物乱用」防止教育となる。



啓発活動の在り方

小学校から高等学校にかけての教育現場だけでなく、**地域社会**においても喫煙・飲酒・薬物乱用に関する正しい知識や規範意識を根付かせることを第一とし、教育的視点からの啓発を**継続的に行う必要**があり、そのための体制を整えることが重要。

