～未成年者の飲酒防止の動機付けに～

アルコール関連問題学校セミナー

主催：県立心と体の相談センター　　共催：島根県断酒新生会　山陰嗜癖行動研究会

『アルコール関連問題学校セミナー』は、生徒の皆さんが、未成年者の飲酒の害に関する知識を正しく学ぶとともに、アルコール依存症者や家族の実態を知ることにより、未成年者の飲酒防止と自らの心身を大切にする気持ちを高めてもらうためのセミナーです。

セミナーの特徴　**「アルコール依存症当事者の体験談」＋「専門家の講義」**を組み合わせた、心に残るセミナーです。
（※セミナーの具体的内容や所要時間は、相談に応じます。）

セミナーの対象　中学校、高等学校

過去の開催例
- 授業の事前学習として活用したい
- 長期休み前の動機付けに活用したい
- 社会に出る前（卒業前）の事前学習として活用したい 等

お申込・お問い合わせ　県立心と体の相談センター　相談判定課
ＴＥＬ　０８５２－３２－５９０５
ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ　http://www.pref.shimane.lg.jp/kokoro/

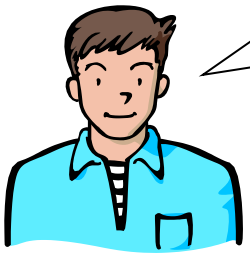
（※年間の開催数に限りがありますので、希望される学校は、お早めにご相談下さい。）

～主なプログラムのご紹介～

１）アルコール依存症の体験談（当事者やその家族による）

実体験は何よりも生徒の心に残り、自身を大切にする気持ちを高め、飲酒予防の動機を高めます。

①アルコール依存症当事者の体験談



私は、若い頃から飲酒し、アルコールが持っている依存性とか毒性などの知識はまったく知らずに飲み続けた結果「アルコール依存症」という病気にかかってしまいました。一度この病気にかかると二度と節度のある飲酒はできません。これまでにも飲酒による家庭不和、失職など多くの犠牲を自分はもちろん周りの人達に与えました。私の経験から「飲むな！！」とは言いませんが、アルコールの持つ性質を知った上で、大人になってから節度のある飲酒をしてください。

②アルコール依存症者の家族の体験談

私の夫は、度を越した飲酒のため同僚・友人・先輩とのトラブルが多く二日酔いで仕事を休んだり、飲酒運転を繰り返したりしましたが、いくら注意しても量を減らすことも止めることもできませんでした。長い間、大変つらい生活を続け、子ども達にも嫌な思いをさせてしまいました。世間の常識から外れた飲み方を繰り返す人はアルコール依存症です。家族のお酒で困っている人は、1日でも早く保健所や病院に相談してください。アルコール依存症は病気で治療が必要です。

２）ミニ講義（精神保健福祉士等の専門家による）

アルコールが心や体に与える影響やなぜ未成年者が飲んではいけないかを分かりやすく講義します。

～学校セミナーを体験した生徒たちの感想文より～

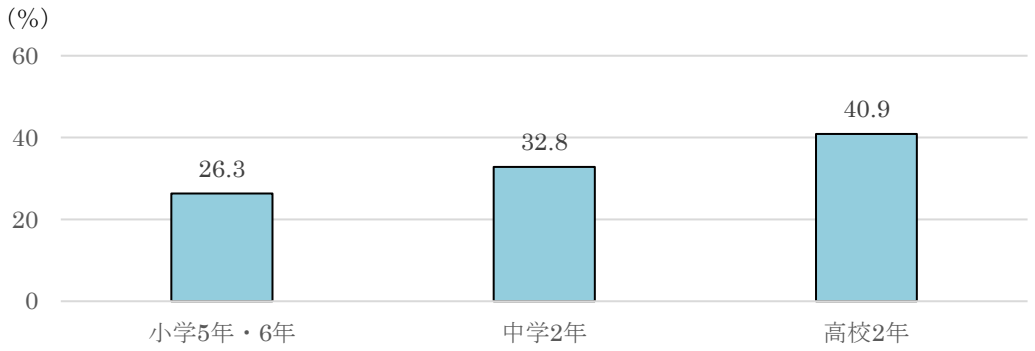
- 体験談を聞いて改めて飲酒の怖さを身近に感じることができた。実体験のお話は心にしみた。
- アルコール依存症は、自分が駄目になるだけでなく、どれだけ家族や他人に迷惑を掛けてしまうか知ることができた。
- アルコールは正しく飲めば楽しいものだけど、少し間違えば、大変なことになることも知ることができよかった。
- 将来お酒を飲むときは良いお酒の飲み方を心がけて飲みたい。
- お酒、薬物にたより現実逃避せずに努力をしていくことも大事だと思った。
- アルコール依存になるのはお酒に強い弱いは関係なく、きっかけは自分の中の心の弱さや不安なんだと思った。
- 人との付き合いはお酒じゃなくでもつながりをつくることはできると思う。そのような関係づくりを、私たちの世代から意識できたらいいと思う。

アンケート調査からうかがえる

島根県の児童生徒の飲酒の実態

以下は、島根県が平成 29 年度に県内の小学校 5 年生・6 年生、中学 2 年生、高校 2 年生の 4,244 名を対象（有効回答 4,081 名）に行った「未成年者の飲酒・喫煙防止についての調査」の結果の一部です。

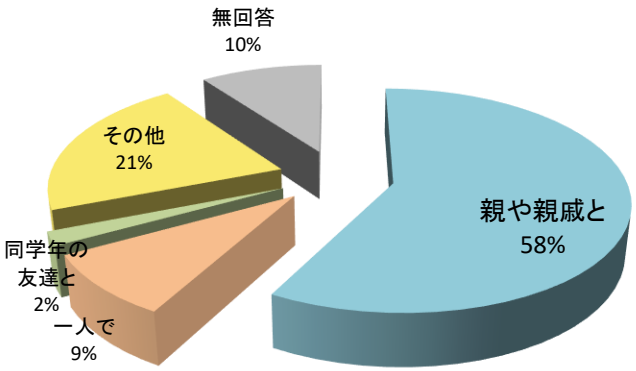
飲酒経験がある児童生徒の割合



飲酒経験者がある児童生徒の割合は減少傾向にありますが、全児童生徒の約 3 割は「飲酒経験がある」と回答していました。

飲酒経験がある児童生徒の状況

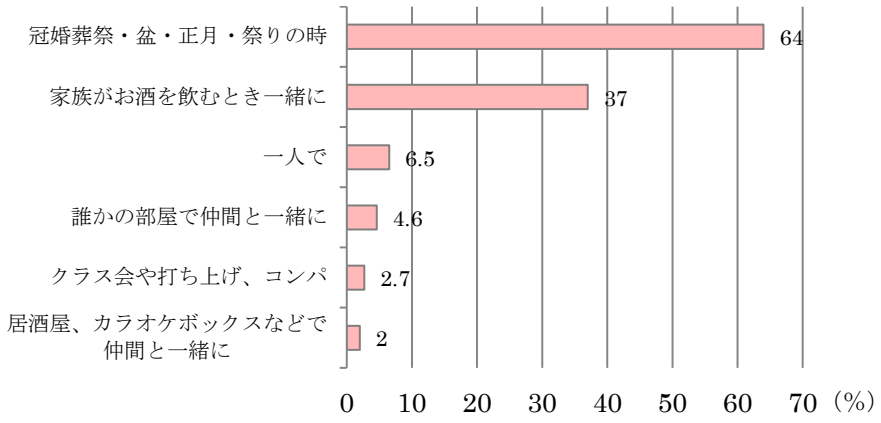
よくお酒を飲む相手



飲酒経験がある児童生徒の約 6 割が、「よく飲む相手」として、「親や親戚」と答えていました。

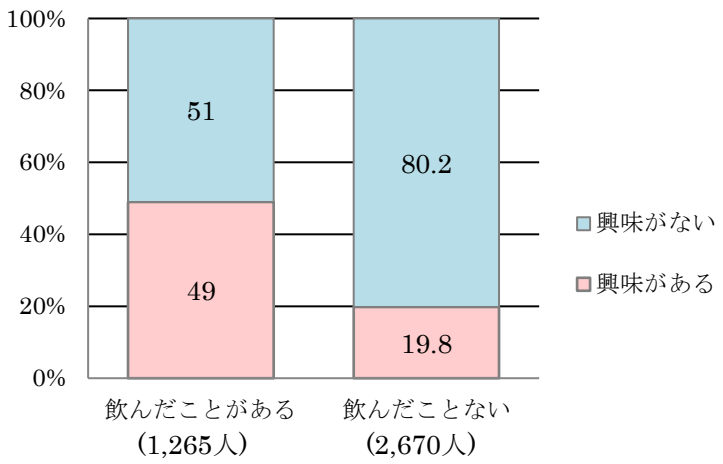
飲酒の機会

飲酒の機会は、「冠婚葬祭・盆・正月のとき」といった特別な行事や、「家族がお酒を飲むとき一緒に」が多く、未成年者の飲酒には身近な大人が関わっている場合が多いことが分かりました。



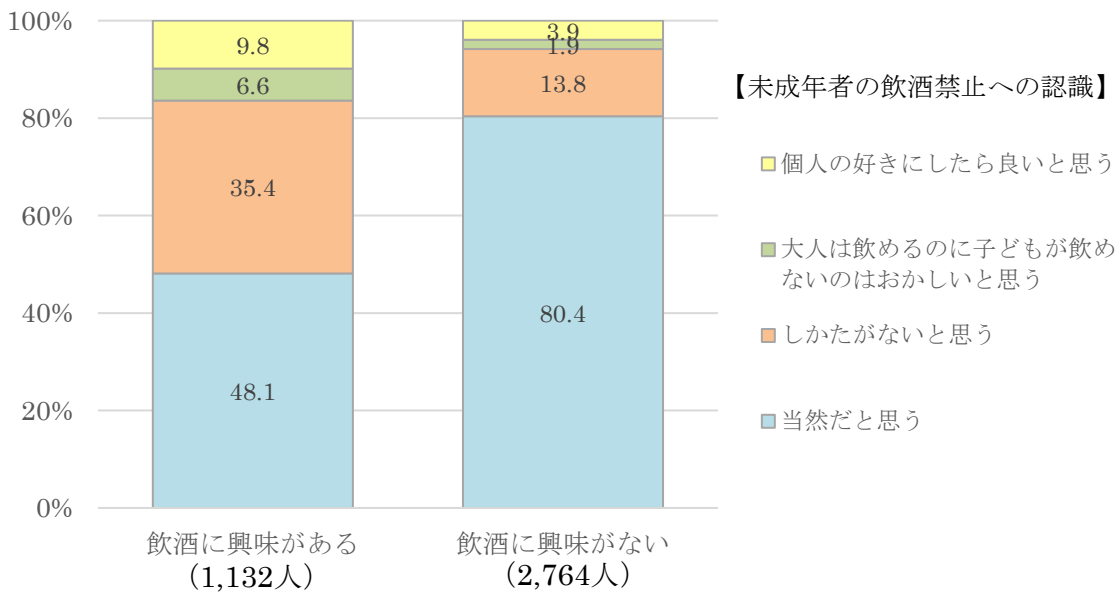
ノンアルコール飲料を飲んだ経験と飲酒への興味の関連

全児童生徒の約 3 割がノンアルコール飲料を飲んだ経験があり、ノンアルコール飲料を飲んだ経験がある児童生徒ほど、飲酒への興味をもつ児童生徒が多いことが分かりました。



飲酒に対する興味と未成年者の飲酒禁止に対する認識の関連

飲酒への興味がある児童生徒は、未成年者の飲酒に対して問題意識が低い傾向にあることがわかりました。



平成 29 年度「未成年者の飲酒・喫煙防止についての調査」の結果を受け、未成年者の飲酒防止を目的に**リーフレット「あなたに知って欲しいお酒の話」**を作成いたしました。島根県立心と体の相談センターのホームページ(※)に掲載していますので、未成年者の飲酒防止に関する啓発でご活用ください。

(※)当センタートップページ(URL:http://www.pref.shimane.lg.jp/kokoro/)から、
「アルコール依存症」をクリックしていただくと、リーフレット掲載ページをご覧いただけます。