

## 〈学校保健〉

# 「タバコと健康」の授業前後の生徒の意識に関する一考察

河田史宝

## I. はじめに

1987年にアルマ・アタ宣言がされ、健康教育では、自分の健康を維持増進するための予防教育にも力が入れはじめられた。そして、社会の変化に伴って健康問題にも変化が生じ、集団を対象とした感染予防の重視から一人ひとりが適切な生活を送ることによって、健康を保持増進することが重要視されるようになってきた。

喫煙・飲酒・薬物の乱用は、これからの社会においてももっとも健康とかかわりの深い要因であり、一人ひとりが適切な行動を選択することが求められている。しかし、タバコが体にとって良くないことを科学的に理解して、できれば吸いたくないと思っても、仲間や先輩から社会的圧力を受けた時に社会的スキルがかけていてはなかなか断り難い現状がある。

このような現状を踏まえ、健康教育の観点から科学的な心身の知識について理解させるだけでなく、自身の行動選択や意思決定のための手法が取り入れられた学習が実施されることが求められている。そのため、授業を考える時、保健学習と保健指導を関連付け「わかること」と「できること」を意識的につなぐ学習方法・形態の導入を考える必要がある。

保健学習と保健指導を関連付けて実施し、その学習前後の喫煙に対する生徒の意識がどのように変容するかを調査した。

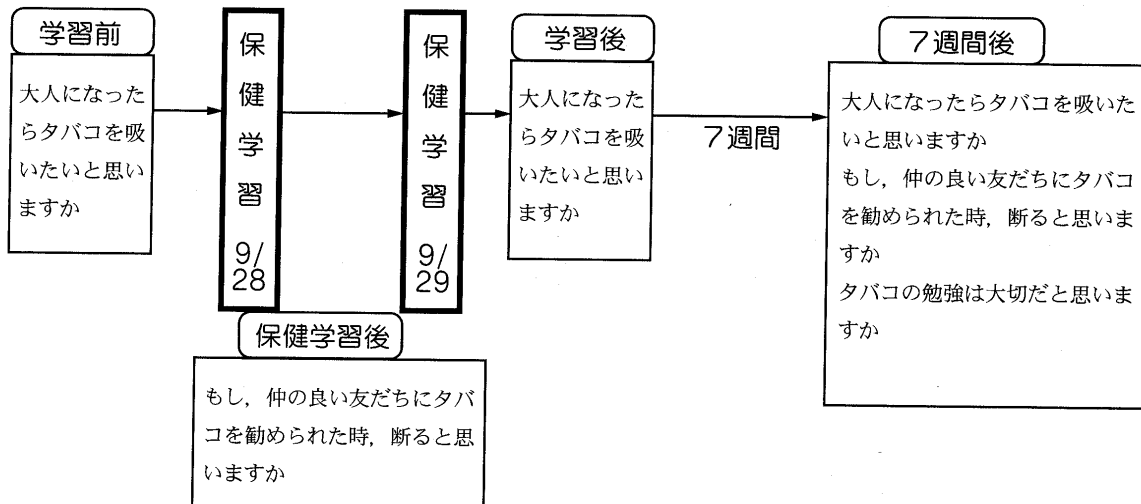
## II. 調査方法

### 1. 調査対象者

本校生徒1年生159名（男子80名，女子79名）に、質問紙方式で調査を行った。実施した調査の中で、全項目に回答した生徒を分析対象とした。〔114名（71.7%），男子54名（67.5%），女子60名（75.9%）〕

### 2. 調査方法

調査内容と時期は、下図に示すとおりである。



将来の喫煙意識「大人になったらタバコを吸いたいですか」については、学習前に行った調査（学習前）、保健学習と保健指導後に行った調査（学習後）、7週間後の調査（追跡調査）の3時点の調査を比較した。友だちの誘い断る意志「もし、あなたが仲の良い友だちにタバコを勧められた時、断ることはできますか」は、保健学習直後に行った調査（保健学習後）と7週間後の調査（追跡調査）結果を比較した。

### III. 授業の内容

大まかな学習の流れは、資料に示した。1年4クラスともに教育実習生が行った50分の授業で、保健学習と保健指導は連続した日に行った（9/28, 29）。授業前のアンケート結果をもとに授業設計を行い、保健学習、保健指導の順に1時間ずつ同じ教育実習生が授業を行った。保健学習では、喫煙の及ぼす害や主流煙、副流煙に含まれている有害物質がからだに及ぼす害について認識に働きかける授業とした。また、保健指導では、各クラスともロールプレイングを取り入れ、自分が仲の良い友だちに喫煙を誘われた時どうするかについて考える授業とした。

授業終了直後には、「教授－学習過程評価表」（1997：植田誠治）を使用し評価を行った。評価の結果は、表1、表2に示した。保健学習では「認識」の値が高く、保健指導では、保健学習に比べ「協力的学習」「興味・関心・意欲」「自己学習」の値が高くなっていた。生徒は、保健学習、保健指導共に学習の時間を良かったととらえ、良い勉強をしたととらえていた。

### IV. 結果と考察

1. 「家族にタバコを吸っている人がいるかどうか」と問う生徒の喫煙環境を表3に示した。家庭内に喫煙者がいる割合は42.1%で、家庭内に喫煙者がいない割合は57.9%で、家庭内に喫煙者がいない家庭が多かった。喫煙者のいる家庭のうち家庭内での喫煙人数は、1人が87.5%、2人が10.4%、3人が2.1%であった。喫煙者1人の場合は、父親が多かった。
2. 将来の喫煙意識は、学習前では「吸わない」86.8%、「どちらでもない」11.4%、「吸う」1.8%であった。表4に示すように学習後では、「吸わない」が84.2%とわずかに減少し、追跡調査では89.5%に増えていた。「吸う」は学習後に4.4%と増えるが、追跡調査では1.8%に下がっていた。「どちらでもない」は学習後は11.4%と変化がなかったが、追跡調査では8.8%と下がっていた。
3. 一人ひとりの喫煙意識が調査と調査の間でどのように変化したのかを表5、表6に示した。

学習前と学習後を比較すると意識が変わっていない生徒は83.3%（95人）、変わっていた生徒は16.7%（19人）であった。また、学習後と追跡調査を比較すると意識が変わっていない生徒は79.8%（91人）、変わっている生徒は20.2%（23人）であった。

学習後に比べ追跡調査時点での意識の変化が大きかった。追跡調査では「吸わない」と意識が変わった生徒が10.5%（12人）と増えていた。

4. 調査を通じて一人ひとりの喫煙意識がどのように変化したかを表7、表8に示した。

喫煙意識の変化がなかった（変化なし）は76.3%で、変化した（変化あり）は23.7%であった。変化なしは、「吸う」が0%、「吸わない」が75.4%、「どちらでもない」が0.9%であった。表8に示すように学習前の意識をもとに変化の有無をみると、「吸う」は全て学習後に変化していた。また、「吸わない」は13.3%が変化し、「どちらでもない」は92.3%が変化していた。学習前の「吸う」あるいは

「どちらでもない」は学習後の意識の変化が大きいことがわかった。

5. 喫煙意識が変化した生徒27人を抽出し、その変化の時期を表9に示した。

追跡期間中に変化したのは29.6%（8人）、学習後に変化したのは14.8%（4人）、学習後に変化するが追跡調査で学習前と同様に変わっていたのが48.1%（13人）、調査毎に意識が異なって変化したのが7.4%（2人）であった。

学習後に一度意識は変化するが、追跡調査の時に学習前と同様の意識を示す割合が多かった。

6. 喫煙意識が変化した生徒のその理由を表10にまとめた。

「吸う」という意識への変化は、「吸ってもいいから、みんな吸っているから、断りきれずに1度か2度吸っているかもしれない、父が吸っているから」と社会的な影響が理由に上がってきた。

「吸わない」への変化は、「何となく、吸ってみたい気がする、一度だけ吸って止める」と曖昧なものや「これだけ悪いことがあるとわかったから、吸って病気になりたくない、体に悪いし」と健康面をあげているもの、「友達に誘われたら吸っているかもしれない、その時によって」とその時の条件によって変えることを示しているものもあった。

「どちらでもない」への変化は、「今は吸いたくないけれども、大人になったら吸っているかもしれない、今は吸わないつもりだけど二十歳のときはわからない」と二十歳のときはわからないというものや「吸いたくないけど誘惑に弱いから、本当に書いたとおりにできるか分からない、友達に誘われたら分からない」と友達の誘いがあった時にどうなるかわからないという不安が記入されていた。

7. 学習前の喫煙の意識と喫煙の誘いを断れるかどうかの関係を表11に示した。

喫煙の誘いを「断る」は、たばこの害を学習した保健学習後は79.8%、ロールプレイで友達の誘いを経験した追跡調査時は、63.2%にさがっていた。「たぶん断る」は保健学習後12.3%、追跡調査24.6%で追跡調査時の方が増えていた。同様に「わからない」「たぶん断れない」も追加調査時の方が増えていた。保健学習後「断れない」は一人いたが、追跡調査時には「たぶん断れない」に変化していた。

「吸う」と答えていた1名は、友だちからの誘いは断ると答え、その理由を「吸うのならば自分の意志で吸いたい」と示していた。もう1名は、「吸いたいから断れない」と答えていた。

「断る」の理由としては、「自分の健康を損ないたくない、自分の体のために断る、ガンになりたくない」という健康に関するもの、「人から嫌がられることはしたくない、後から後悔してしまうことになる」と気持ちにかかわるもの、今日の授業で習ったことで判断したというものがあつた。「たぶん断る」では、「仲の良い友達なら断れないかもしれない、体には悪いと思うけど友だち付き合いもあるので」と友だちからの誘いを断り難いことや、「吸ってみたい、試してみたい」という興味も理由にあがっていた。「わからない」では、「あまり吸いたくないけど止められる自信があるから」や友だちとの関係が理由にあがっていた。「たぶん断れない」でも、「NOといえないから、友だちを止められないから」と友だちとの関係が理由になっていた。

8. 中学生でタバコの学習をすることを生徒はどのように捉えているのかを表12に示した。

「とても大切」は61.4%、「まあまあ大切」34.2%、「あまり大切ではない」3.5%、「大切ではない」0.9%であった。「とても大切」「まあまあ大切」を合わせると95.6%とほとんどの生徒が中学でのタバコの学習が大切と捉えていることがわかった。

「吸う人も吸わない人も吸ったらどうなるか知ったうえでないと後悔する、早いうちにたばこの害について知っておいた方が良くと思う、タバコに興味を持つ中高生の時期にタバコは体に良くないということを知っておく必要がある」という積極的な意見や、「タバコの怖さを知っておく必要がある、ガンになってしまうから、これからの自分の健康に悪いから」と健康に関わって知っておく方が良くというものであった。

## V. ま と め

中学生にとって、友達や先輩等のかかわりは重要な意味を持つ。喫煙、飲酒は周りからの誘いも多い。それゆえに科学的認識を持っていただけでは、断ることは困難である。今回の「仲の良い友達から喫煙をすすめられたらどうするか」でも「仲の良い友達なら断れないかもしれない」とその傾向があらわれた。また、「吸う」という意識への変化においても「みんな吸っているから、断りきれずに」と友達からの影響が示された。

学習前の「どちらでもない」「吸う」の喫煙意識は、学習後に大きな意識の変化があった。そして、ロールプレイ「仲の良い友達に喫煙を誘われたらどうするか」の後、断るかどうかの意識も変化している。喫煙の曖昧な知識に対しては、科学的な知識が必要である。喫煙の害が「わかった」生徒に対して、さらに友達からの誘いをどうするかと問うことは、自分に「できること」を自分自身に問い深く考えることにつながる。このようなことから「わかること」と「できること」を意識的につなぐ学習方法・形態は、生徒の意識に影響するといえる。

中学校でのタバコの学習は、大切に「この知識があれば役立つ、中学のうちに知っておくとよい」ととらえている。しかし、中学で学習したとしても、将来の喫煙に対しては、「人生何があるかわからない、今は吸わないつもりだけど二十歳のときのことはわからない」と将来のこととはまだ結びつけることが難しい面も示した。それゆえ、一回だけの学習でなく、今後も学び考える機会を大切にしていくことが重要である。

また、生活の中においても喫煙、飲酒などの科学的認識を基にして、自分で判断する学習機会を増やしていくことが、学びを生活の中に生かしていくことにつながる。

### 参考文献

1. 喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する指導の手引 中学校編 日本学校保健会：1995
2. 和唐正勝「新・学習指導要領と保健の授業」学校保健のひろば No16.P14-15：1999 大修館書店
3. 戸田芳雄，森昭三「学習指導要領とこれからの健康教育」学校保健のひろば No16.P24-35：1999 大修館書店
4. 川畑徹朗「ライフスキル教育の考え方、進め方」学校保健のひろば No17.P32-35：2000 大修館書店
5. 高橋浩之「健康教育におけるロール・プレイング」学校保健のひろば No17.P36-39：2000 大修館書店
6. 植田誠治「教授－学習過程評価表」新版養護教諭のてびき 第3版 P432 東山書房
7. 田村 誠「新学習指導要領と学校健康教育」第6回日本教育保健研究会講演集 p25-26：1999

表1 保健学習の評価

	実習生1	実習生2	実習生3	実習生4
協力的学習	2.70	2.44	2.16	2.32
認識	2.89	2.83	2.79	2.81
興味・関心・意欲	2.33	2.36	2.47	2.12
自己学習	2.44	2.24	2.11	2.04
今日の保健の授業は良かったですか	3.00	2.86	2.79	2.86
今日の保健の授業では良い勉強をしましたか	2.97	2.94	2.85	2.86

n=114 (%)

表2 保健指導の評価

	実習生1	実習生2	実習生3	実習生4
協力的学習	2.62	2.82	2.63	2.78
認識	2.68	2.61	2.51	2.41
興味・関心・意欲	2.46	2.54	2.35	2.33
自己学習	2.33	2.51	2.30	2.29
今日の保健の授業は良かったですか	2.91	2.85	2.66	2.92
今日の保健の授業では良い勉強をしましたか	2.97	2.85	2.66	2.89

n=114 (%)

表3 家族にタバコを吸っている人がいるかどうか

	吸っている人がいますか		家族で吸っている人の人数			
	いいえ	はい	1人	2人	3人	4人以上
男子 n=54	29 (53.7)	25 (46.3)	21	3	1	0
女子 n=60	37 (61.7)	23 (38.3)	21	2	0	0
合計 n=114	66 (57.9)	48 (42.1)	42	5	1	0

n=114 (%)

表4 喫煙意識の変化

	吸う	吸わない	どちらでもない
学習前	2 (1.8)	99 (86.8)	13 (11.4)
学習後	5 (4.4)	96 (84.2)	13 (11.4)
追跡調査	2 (1.8)	102 (89.5)	10 (8.8)

n=114 (%)

表5 学習前後の意識の変化

		学習前	学習後	人数
変化なし 95 (83.3)		吸う	吸う	1
		吸わない	吸わない	90
		どちらでもない	どちらでもない	4
変化あり 19 (16.7)	「どちらでもない」に変化 9 (7.9)	吸う	どちらでもない	1
		吸わない	どちらでもない	8
	「吸う」に変化 4 (3.5)	吸わない	吸う	1
		どちらでもない	吸う	3
	「吸わない」に変化 6 (5.3)	どちらでもない	吸わない	6
		吸う	吸わない	0

n=114 (%)

表6 学習後と追跡調査での意識

		学習前	学習後	人数
変化なし 91 (79.8)		吸う	吸う	0
		吸わない	吸わない	89
		どちらでもない	どちらでもない	2
変化あり 23 (20.2)	「どちらでもない」に変化 9 (7.9)	吸う	どちらでもない	3
		吸わない	どちらでもない	6
	「吸う」に変化 2 (1.8)	吸わない	吸う	1
		どちらでもない	吸う	1
	「吸わない」に変化 12 (10.5)	どちらでもない	吸わない	10
		吸う	吸わない	2

n=114 (%)

表7 学習前後の喫煙に対する意識の変化

	学習前	学習後	追跡調査	人数	合計
変化なし	吸う	吸う	吸う	0 (0.0)	87 (76.3)
	吸わない	吸わない	吸わない	86 (75.4)	
	どちらでもない	どちらでもない	どちらでもない	1 (0.9)	
変化あり	吸う	吸う	吸わない	1 (0.9)	27 (23.7)
	吸う	どちらでもない	吸う	1 (0.9)	
	吸わない	吸う	どちらでもない	1 (0.9)	
	吸わない	吸わない	吸う	1 (0.9)	
	吸わない	吸わない	どちらでもない	3 (2.6)	
	吸わない	どちらでもない	吸わない	7 (6.1)	
	吸わない	どちらでもない	どちらでもない	1 (0.9)	
	どちらでもない	吸う	吸わない	1 (0.9)	
	どちらでもない	吸う	どちらでもない	2 (1.8)	
	どちらでもない	吸わない	吸わない	3 (2.6)	
	どちらでもない	吸わない	どちらでもない	3 (2.6)	
	どちらでもない	どちらでもない	吸わない	3 (2.6)	

n=114 (%)

表8 学習前の意識の変化の有無

		変化なし	変化あり	計
学習前	吸う	0 ( 0.0)	2 (100.0)	2
	吸わない	86 (86.9)	13 ( 13.1)	99
	どちらでもない	1 ( 7.7)	12 (192.3)	13
合計		87 (76.3)	27 (123.7)	114

n=114 (%)

表9 喫煙に対する意識の変化があった生徒の変容の様子

	学習前		学習後		追跡調査	人数	合計
追跡期間中に変化 学習前と学習後が同じ, 追跡調査で変化	吸う		吸う	変化	吸わない	1	8 (29.6)
	吸わない		吸わない		吸う	1	
	吸わない		吸わない		どちらでもない	3	
	どちらでもない		どちらでもない		吸わない	3	
学習後に変化 追跡調査まで持続	吸わない	変化	どちらでもない		どちらでもない	1	4 (14.8)
	どちらでもない		吸わない		吸わない	3	
学習後と追跡調査で変化 学習前と追跡調査が同じ	吸う	変化	どちらでもない	変化	吸う	1	13 (48.1)
	吸わない		どちらでもない		吸わない	7	
	どちらでもない		吸う		どちらでもない	2	
	どちらでもない		吸わない		どちらでもない	3	
調査毎に変化	吸わない	変化	吸う	変化	どちらでもない	1	2 ( 7.4)
	どちらでもない		吸う		吸わない	1	

n=27 (%)

表10-1 学習前「吸う」意識の変化とその理由

	人数	学習後	追跡調査	中学校での学習は大切か a とても大切 b まあまあ大切 c あまり大切ではない d 大切ではない
		吸う	1	吸う
う	1	どちらでもない	吸う	a (大人になっての一つの分岐点だと思うから)
		2 たぶん1回は吸っている	2 無記入	

表10-2 学習前「吸わない」意識の変化とその理由

	人数	学習後	追跡調査	中学校での学習は大切か a とても大切 b まあまあ大切 c あまり大切ではない d 大切ではない
吸 わ な い	1	吸わない 病気がいやだから	吸う 無記入	a (自分が大人になってタバコを吸うか吸わないかの問題だから)
	7	どちらでもない 吸ってから決める	吸わない 一回だけ吸って止める	b (自分のからだは自分が良く知っているから吸えば気づく)
		わからないから	吸いたくないから	b (たばこの害も知らずに吸う人が増えるから)
		わからないから	体に悪いし、気分も悪くする	b (体に悪いことを知っておく必要がある)
		もしかしたら吸っているかも、みんな吸っていたら吸うかも	その時によって	a (もしかしたら、中学生で吸う人がいるかもしれないから)
		その時点にもよるから	それまで絶対に悪いとわかっているはずだから	b (将来吸わないようにしようと思えるから)
		今の時点ではたばこを吸ったことがないからわからない	吸う理由も吸わない理由もない	b (たばこの害を知っておけば吸わない人が増えるから)
		気分的に吸っているかもしれないし、科学が進歩しているかも	タールとニコチンが悪いから	c (自分は吸うつもりはないから)
	1	どちらでもない 今は吸いたくないけど、大人になったら吸っているかもしれない	どちらでもない 今は吸わないつもりだけど二十歳のときのことはわからない	a (たばこの害などを知るのは大切)
	1	吸う みんな吸っているから	どちらでもない そんな未来のことはわからない	b (逆にタバコに対する関心を持たせてしまうから)
	3	吸わない 危険なものは断った方がよい	どちらでもない 今のところはタバコに興味は少しあって全くないとは言えないから	b (危険物について知っていたら役立つから)
		先生の話でガンになるとわかったから	今は吸わないと思っているが未来は予想できないから	b (逆にタバコに対する関心を持たせてしまうから)
		体に悪いから	怖い友達に誘われたら吸うかも	a (みんな吸っちゃいけないというため)



表10-3 学習前「どちらでもない」意識の変化とその理由

	人数	学習後	追跡調査	中学校での学習は大切か aとても大切 bまあまあ大切 cあまり大切ではない d大切ではない
ど ち ら で も な い	1	どちらでもない 本当に書いたとおりできるかわからない	どちらでもない 二十歳になるまで何があるかわからない	a (この時期が義務教育の最後だから)
	3	どちらでもない よくわからない	吸わない 何となく	a (今の間に勉強していれば後でしなくていい)
		まだ、これから何があるかわからないから	僕は絶対吸ってはいけなと思う	a (知らないままいくと吸う人が多くなるから)
		もし、喘息が治ったら吸うかもしれない	喘息が治れば吸うかもしれない	c (いくらやっても吸いたい人は吸ってしまうから)
	3	吸わない これだけ悪いことがあるとわかったから	吸わない タバコは体にとっても悪いと知ったから	a (今のうちから知っておけば大人になって吸う人が少なくなる)
		やっぱりからだがたいせつ	タバコは臭いし体に良くないから	a (中学校のうちに知っておいた方がよい)
		吸って病気になりたくない	体に悪いから	a (たばこの害について知っておいた方がよいと思う)
	1	吸う 気持ちが変わると思うから	吸わない 友だちに誘われて吸っているかも	a (もし、知らないで吸ったらガンになるかもしれない)
	3	吸わない いろいろ害を知ったから	どちらでもない 今は吸わないように思うけど二十歳の自分は吸っているかどうか分からない	a (今のうちから知っておいたほうがよいから)
		タバコは体に悪い、自分自身吸いたくない	人生何があるかわからない	a (タバコについて聞けてためになる)
		覚えていれば吸わない	人生何があるかわからん	a (タバコの怖さを知らないといけないから)
	2	吸う 断りきれずに1度か2度吸っているかもしれない	どちらでもない 吸いたくないけど誘惑に弱いから	b (この知識があれば役立つ)
		父が吸っているから	わからないから	a (少しでもタバコを吸う人が少なくなるから)

表11 喫煙の意識と喫煙の誘いを断るかどうかの関係

学習前		保健学習後	追跡調査	合計
吸う	断る	1 (50.0)	1 (50.0)	2
	たぶん断る			
	わからない			
	たぶん断れない		1 (50.0)	
	断れない	1 (50.0)		
吸わない	断る	85 (85.9)	69 (69.7)	99
	たぶん断る	11 (11.1)	22 (22.2)	
	わからない	3 ( 3.0)	6 ( 6.1)	
	たぶん断れない		2 ( 2.0)	
	断れない			
どちらでもない	断る	5 (38.5)	2 (15.4)	13
	たぶん断る	3 (23.1)	6 (46.2)	
	わからない	3 (23.1)	3 (23.1)	
	たぶん断れない	2 (15.4)	2 (15.4)	
	断れない			
合計	断る	91 (79.8)	72 (63.2)	114
	たぶん断る	14 (12.3)	28 (24.6)	
	わからない	6 ( 5.3)	9 ( 7.9)	
	たぶん断れない	2 ( 1.8)	5 ( 4.4)	
	断れない	1 ( 0.8)	0 ( 0.0)	

n = 114 (%)

表12 タバコの勉強は大切だと思いますか

学習前	タバコの勉強に対する意識				合計
	とても大切	まあまあ大切	あまり大切ではない	大切ではない	
吸う	2 (100.0)	0	0	0	2
吸わない	57 ( 57.6)	38 (38.4)	3 (3.0)	1 (1.0)	99
どちらでもない	11 ( 84.6)	1 ( 7.7)	1 (7.7)	0	13
合計	70 ( 61.4)	39 (34.2)	4 (3.5)	1 (0.9)	114

n = 114 (%)

	実習生1	実習生2	実習生3	実習生4	
<b>保健学習</b> (9/28)	<b>たばこの害と健康</b>	<b>たばこの害と健康</b>	<b>たばこの害とその作用</b>	<b>たばこの害と健康</b>	
ねらい	<ol style="list-style-type: none"> <li>喫煙が及ぼすたばこの害を知る。</li> <li>主流煙と副流煙の存在を知り、周囲の人への影響を理解できる。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>タバコに含まれる有害物質と身体への影響を理解する。</li> <li>タバコは、たばこを吸わない人にも害があることを理解する。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>主流煙と副流煙の違いについて知り、たばこの煙にはニコチン、タール、一酸化炭素という有害な物質が多く含まれていることを理解する。</li> <li>有害成分は身体へ様々な影響を与えることを知り、喫煙の有害性について意識が高まる。</li> <li>習慣的喫煙は、ニコチン依存という薬物依存であることがわかる。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>タバコの有害成分を知る。</li> <li>タバコの中に入っている物質の性質、ニコチン、タール、<math>\infty</math>が及ぼす体の影響を知る。</li> <li>主流煙より副流煙の方が有害があることを知る。周りの人に悪影響になることがわかる。</li> </ol>	
学習の流れ	アンケート結果 タバコのパッケージの注意書き	アンケート結果 禁煙防止のポスターが断えようとする ことを読み取る。	タバコのパッケージの注意書き タバコによる体への害 たばこの煙の組成成分	タバコのパッケージの注意書き タバコの構造 たばこの煙の行方	
	未成年が禁止されている理由 タバコに含まれている有害物質 ・ニコチン ・タール ・CO ・アンモニア	体調不良を思い出す 主流煙と副流煙の違い 受動喫煙 煙が体内に作用する経路 たばこの煙の有害物質 ・タール ・ニコチン ・CO	主流煙と副流煙 ・ニコチン ・タール ・CO ・アンモニア	タバコの有害物質 ・タール ・ニコチン ・一酸化炭素 ・アンモニア	
	大人の喫煙理由 主流煙と副流煙 受動喫煙 タバコのパッケージの注意事項を書く	タバコの身体への影響(急性性影響) ニコチンの習慣性(慢性性影響) 「禁煙するよう説得するとき、あなたなら何と言って説得しますか?」書く	タバコが体に及ぼす影響 タバコの習慣性 精神依存、身体依存、習慣 ニコチン依存と薬物依存 タバコのパッケージの注意事項を書く	主流煙と副流煙の違い 未成年の喫煙 ・たばこのCM タバコのパッケージの注意事項を書く	
	・本当に吸っているの良く考えよう。 ・あなたにも周りの人にも害になります。 ・吸いすぎるとガン発生率が高くなります。そのことをちゃんとわきまえた上で吸ってください。(もし、ガンになったとしても当社は責任をとりません。)	・タバコには有害な物質が含まれていることを言って、自分だけでなく子どもや周りの人も病気になるかかります。タバコを吸いたくなるのはわかるけど、吸うとやめられなくなってしまうのはガンなどの病気になってしまうよ。	・身体の保証はできません。 ・自分だけでなく他人にも害があることを忘れず。 ・喫煙をすると他人にも外が物わるのてなるべく吸わないようにしましょう。	・早死にしたい人は、絶対に吸わないこと。 ・あなたの健康の保証はできません。 ・自分の健康と他人の迷惑を考えてお吸い下さい。 ・健康上、吸わないほうが得です。	
	<b>保健指導</b> (9/29)	<b>もし、あなたがタバコをすずめられたら</b>	<b>友だちだからできること —上手なタバコの断り方—</b>	<b>「本当の友だち」とは… もしタバコをすずめられたら</b>	<b>自分の気持ちをいう時</b>
	ねらい	<ol style="list-style-type: none"> <li>喫煙に対する正しい知識をもとに、的確な判断力をつける。</li> <li>喫煙者を偏見を持った目で見ないで絶する意識を育てる。</li> </ol>	・友人からの誘いに対し、自分の意志を明確に伝えることができる。	<ol style="list-style-type: none"> <li>タバコに対する正しい理解と、みずから「たばこの害」を説明することができる。</li> <li>友人からの誘いに対し、友人関係を損なうことなく、しかも自分の意志を明確に伝えるための「自己主張コミュニケーション」の技術を学ぶ。</li> </ol>	・たばこの害を知った上で吸うか吸わないかを考えられる。
	学習の流れ	台本づくり 「もし、あなたが仲の良い友だちにたばこを勧められたら、どうしますか」 ・個人で台本を作る	昨日の、アンケート結果 台本づくり 「もし、あなたが仲の良い友だちにたばこを勧められたら、どうしますか」 ・個人で台本を作る	タバコのパッケージの注意事項 未成年の喫煙と害 「もし、あなたが仲の良い友だちにたばこを勧められたら、どうしますか」台本づくり ・個人で台本を作る	台本づくり 「もし、あなたが仲の良い友だちにたばこを勧められたら、どうしますか」
		グループで台本を考える 発表の準備、練習	グループで台本を考える	グループで台本を考える 発表の準備、練習	グループで台本を考える 発表の準備、練習
		ロールプレイの実施 ・カードを黒板に張る ・似ている断り方を分類 ・工夫したところを発表	ロールプレイの実施 ・カードを黒板に張る ・似ている断り方を分類 ・工夫したところを発表	グループで台本を考える ロールプレイの実施 ・カードを黒板に張る ・似ている断り方を分類 ・いろいろな断り方	ロールプレイの実施 ・カードを黒板に張る ・その答えを出した理由を発表
		ジャスト・セイ・ノーを学び 授業の感想を書く	授業の感想を書く	授業の感想を書く	個人で台本を作る 授業の感想を書く
授業の感想	<ul style="list-style-type: none"> <li>やっぱりタバコは悪いけど、タバコを吸っている人は責められないと思いました。</li> <li>タバコは今身近にある一番危険なものだと思った。そして、タバコを勧められたときには断れる力がつかれるように。</li> <li>誘惑に負ける場合もあるんだなと思った。</li> <li>自分の意見を出し合えて良かった。</li> <li>いくらタバコが悪いものだと知っていても、やっぱり友だちに勧められたら断りにくいんだなと思った。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>友だちだからこそ本音を伝えなければいけないと思った。</li> <li>人に勧められたとき自分のはっきりした意見を持っていることが大切だと思いました。</li> <li>人それぞれで、いろいろな断り方があると思った。</li> <li>自分は本当にタバコを断れるのか。</li> <li>友だちだからはっきり言ってあげたいと思った。</li> <li>「友だちが拒否しても相手の考えもあるんだから友だちをやめないでほしい」という言葉が印象的でした。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本当の友だちとはどういうものなのかということ考えた。</li> <li>私ももし勧められたときこう言って断ろうと思います。</li> <li>親友だからということで吸ってしまおう人、拒否してあげる人かいた。</li> <li>私のタバコに対する考えがまとまりました。</li> <li>友だちに言われたら、本当に断れるかなー?</li> <li>友だちとは、自分の言いなりにすることじゃないということがわかった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>断るときは必ず言うのではなくて、自分の意見を言ってから断るのがいいと思った。</li> <li>僕は強が弱から、タバコを勧められても絶対に断ろうと思う。</li> <li>タバコを勧められたとき断るのは思ったより難しいと思った。</li> <li>タバコの害の勉強について学ぶことも大事だけど、タバコを吸おうと誘われたときの断り方も考えておかなきゃいけないと思います。</li> <li>ストレートに断る言い方やいろんな断り方があることを知りました。</li> </ul>	