

きずな

令和7年9月8日発行

我孫子市少年センター便り 第197号

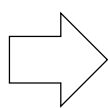
我孫子市少年指導員連絡協議会 会長 深津 祥子
我孫子市少年センター センター長 佐藤 友一
TEL 04-7185-1367

九月に入りましたが、まだまだ夏の暑さが続いています。新学期を迎え、市内小中学校では様々な行事が開催されます。地域の皆様には、子どもたちの見守りを引き続きよろしくお願いいたします。我孫子市少年センターといたしましても「子ども達の安全を守るためには、地域の大人の目が大切」ということを忘れずに、見守り活動を推進していきます。

中学生への調査

「この1年間に、あなたは市販の咳止め薬や風邪薬を治療目的ではなく、乱用目的で使用した経験はありますか？」

飲酒・喫煙・薬物乱用についての全国中学生意識・実態調査2024
(国立精神・神経医療研究センター)



55人に1人

3クラスに2人程度は経験ありの可能性

オーバードーズとは？

医薬品を、決められた量を超えてたくさん飲んでしまうことを「オーバードーズ(OD)」といいます。風邪薬や咳止め薬など、症状を抑える以外の目的で大量に服用するケースが若者の間に広がっています。医薬品を本来の目的以外に使ったり、過剰に摂取したりすると、さまざまな健康被害を引き起こし、意識を失う、心臓や呼吸が止まる、最悪の場合死に至ることがあります。

また、やめられなくなる(依存症)恐れがあります。大量に服用する理由として最も多かったのは、「ひどい精神状態から解放されたかった」というものでした。

(「薬のオーバードーズってなんだろう 厚生労働省」)

市販薬は、大麻や覚せい剤とは違い、手に入りやすく、法律に違反している訳ではないことから、SNSを通じて、「危険性はない」などの誤った情報が多く出回っている。(千葉県警察)



【ひとりで抱え込まずに相談を】

学習のこと、部活動のこと、友だちとの関係、親との関係などで悩み、「自分に自信が持てない」「孤独でさみしい」「本音が言えない」という苦しみを一人で抱えず、相談しましょう。身近な人や学校の先生などに相談しにくければ、あなたの話を秘密厳守で聞いてくれる場所がたくさんあります。

■我孫子市 児童生徒なやみ相談ホットライン
04-7188-7867
メール相談もできます →



■まもろうよ こころ(SNS相談もできます)

あなたの声を
聴かせてください



もし、あなたが悩みを抱えているら、相談してみませんか？



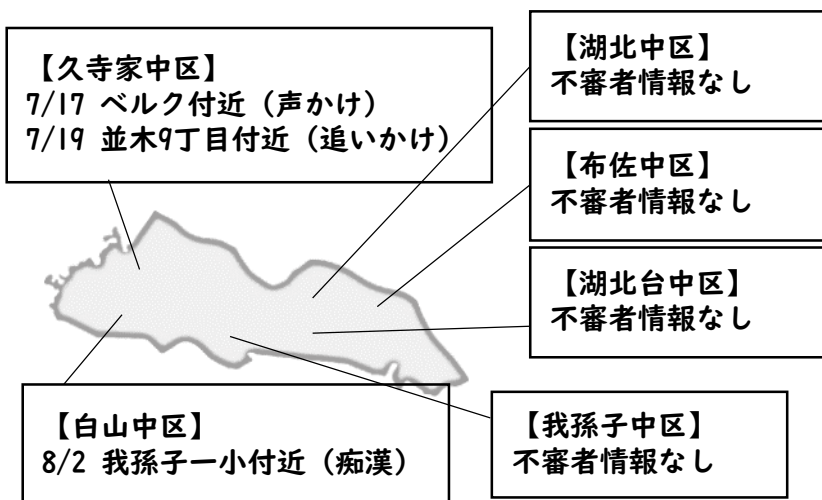
医薬品を用法・用量を守らずに過量に摂取する「オーバードーズ」は、健康被害を引き起こしたり、やめられなくなったりするおそれがあります。自分や周囲の人が苦しんでいる場合、医師または薬剤師に相談しましょう。

厚生労働省

5～8月街頭指導状況

- 参加少年指導員数
延べ262人
- 街頭指導回数 31回
- 指導少年人数 64人
- 【内訳】
- 帰宅指導55人
(小学生14人、中学生29人、高校生12人)
- 自転車無灯火2人
- 喫煙2人(他学生)
- その他5人

《7～8月不審者情報》少年センター発信



学校の夏季休業中であったこと、例年以上の猛暑であったことなどが影響し、少年センターに寄せられた不審者情報は少なくなりましたが、暑さが和らぐとともに、日没の時間が一気に早まるこの時期は、十分な注意が必要です。下校や、習い事への行き帰りなど、極力明るい道を複数人で行動するよう心掛けましょう。

なぜ、SNSは言いやすい？



少年センターに寄せられる相談のうち、子ども同士のトラブルに関する多くのことはスマホ・SNSの利用の仕方が原因になっており、トラブルを複雑化させています。また、近年のSNSトラブルは、スマホを持ち始める小学校高学年のトラブルが増えています。

友だちに面と向かって直接伝えるよりも、SNSなどネットを介した方が「謝りやすい」「遊びに誘いやすい」ということはありませんか？これは通常の対人場面においては、「どうしようかなあ…」と自分を抑える力が働くものですが、オンライン上では、**「オンライン脱抑制効果」**が働き、自分の感情を抑える力が弱まります。「気軽に伝えやすい」のように良いことがある反面、**「言葉遣いが悪くなる」「人を傷つけてしまう」**かもしれないなど、**トラブルの原因にもなる「有毒性脱抑制」**が、知らず知らずのうちに誰にでも働いてしまうことがあります。

誰にでもその危険性があることを自覚して、SNSなどのネット利用をすることが大切です。



SNS 楽しさ怖さ 紙一重

我孫子市SNS標語

標語を合言葉に、子どもたちは自分のSNSの使い方を、保護者はお子さんの使い方を確認する機会にしてください。