たばこから自分やみんなの健康を守るアドバイザーになろう！！

　　　　年　　　組　　　番　　氏名

１．アドバイザーになるために「喫煙の影響」について学ぼう

（１）たばこの煙の主な有害物質による影響は何だろうか？

|  |  |
| --- | --- |
| 有害物質 | 影　　　　響 |
| ニコチン | ・血管を（　　　　　　　　　　　　　　　　）させる。・（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）性がある。 |
| タール | ・（　　　　　　　　　　　　　）性物質を多く含んでいる。 |
| 一酸化炭素 | ・酸素の運搬能力を（　　　　　　　　　）させる。・（　　　　　　　　　　　　　　）をきずつける。 |

（２）喫煙による健康への影響は何だろうか？

生 活 習 慣 病 等

（　　　　　　　　　　　　　　）

喉頭がん　　　 食道がん

肺がん　　　　　胃がん

すい臓がん　　肝臓がん

ぼうこうがん　　　　　　等…

そ の 他 の 病 気

（　　　　　　　　　　　　　）

歯周病

（　　　　　　　　　　　　　）

慢性閉塞性肺疾患（COPD）

等…

２．２０歳未満の喫煙による影響は何だろうか？

２０歳未満は心身の発育・発達期であり、

喫煙の影響を（　受けやすい　・　受けにくい　）時期である。

また、依存症に（　なりやすい　・　なりにくい　）時期である。

【たばこに関する法律①】二十歳未満ノ者ノ喫煙ノ禁止ニ関スル法律

・２０歳未満の者の喫煙は禁止

・（　　　　　　 　　）は未成年者の喫煙を止めること

・（　　　　　　 　　）は２０歳未満の者に販売しないこと

３．受動喫煙とは何だろうか？

|  |
| --- |
| 受動喫煙とは、 |

【たばこに関する法律②】健康増進法

・受動喫煙防止のための対策が（　　　 　　　　　）になっている

４．アドバイザーになろう

　①たばこを初めて吸おうとしている人に向けて

　②たばこを吸っている家族に向けて

　③信頼できる先輩からたばこをすすめられたら

　私は、（　　　　　　　　　）の場面を選びました。

学んだことを生かして、選んだ場面に応じた言葉かけを記入しよう。

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

５．本時の学習を通して、たばこから自分やみんなの健康を守るためには、

どんなことが大切だろうか？