



市民健康課
☎973-3209

こんにちは！ 寒い季節になりましたね。さて、今回は「たばこ」についてのお話です。

市民健康課では、健康うるま21計画に基づいた市民の禁煙・分煙活動に取り組んでいます。そのような中、市立兼原小学校から「子ども達をタバコの害から守りたい」との依頼を受け、7月11日(水)6年生の生徒・担任・養護教諭の先生方と一緒に楽しく勉強会を開きましたのでその様子をご紹介します。

当日の勉強会の様子

当日は、小学校の体育館で勉強会を実施しました。

①講話「たばこの害について勉強しよう！」

「たばこには多くの有害成分がある事、未成年の喫煙が心と体に及ぼす悪影響について皆で一緒に勉強しました。」

②ロールプレイ

「友だちからの喫煙の誘いを上手に断る方法」の実演

たばこの害を受けずに健康に過ごさせる！

健康うるま 21より



▲保健師の話真剣に聞く兼原小学校の児童

「スタッフと一緒に、生徒の皆さんや先生方にたばこを誘う側・誘われる側の場面を実際に演じてもらいました。」
誘われても勇気を持ってきちんと断ることが大切です！

講話を聞いて生徒の感想

兼原小学校5年 天願 和沙
兼原小学校5年 天願 和沙

講話を聞いて、昔はタバコがほつびに使われるほど良い物とされていたけど、タバコを吸うと肺が真っ黒になると初めて知りました。友達からタバコを勧められても断る勇気を持ちたいと思う。命は大切だと感じます。

兼原小学校4年 久田 玲緒奈

ニコチンは、脳に「タバコを吸いたい」という悪い指令を出すと聞いて「そうなんだ」と思った。「タバコは毒の缶詰」と聞いた時に「そうかもしれない」と思いました。私は将来、タバコを吸わない大人になりたいです。あと、「タバコは売らなくてもいいのになあ」と思った。



「たばこ」に関する標語紹介

生徒の皆さんに、夏休みの宿題として、「子どもたちがたばこ(煙)を吸わない環境を目指して」をテーマにした標語を一つ考えてきてもらいました。今回はその中から5作品を紹介します。



お父さんたばこやめてくれてありがとう

兼原小学校3年 山口 弘兼

すわないであなたの空気はみんなの空気

兼原小学校4年 諸喜田 洗輔

その一人の人生 左右する

兼原小学校6年 金城 哉耶

たばこはやめる 自分のために 周りのために

兼原小学校6年 田中 智紗

健康だ吸わない人の言う言葉

兼原小学校6年 前城 貴洋

今年の5月に各世帯に配布した「健康うるま21ガイドブック」でも、たばこの正体・害・禁煙の効果・禁煙方法について紹介していますので、ぜひご覧になってください。