参考資料６

依存症予防啓発ツール

（１）スライド教材

　グリーン（ルビなし）

　ブルー（ルビあり）

スライド教材の内容

・はじめに

・「依存症」を知ろう

　①「依存症」とは、②「依存症」のメカニズム、③「依存症」によって起こる問題、④「依存症」の背景、⑤「依存症」からの回復と予防、⑥ワーク

・「ストレス」とうまくつきあおう

　①「ストレス」とは、②「ストレス」のサイン、③生活習慣を整えよう、④「ストレス」の対処法、⑤ワーク

「依存症」を知ろうのワーク

・やってみよう

・体験談を聞いてみよう

・本人の声を聞いてみよう

・誘われたらどうする？

・身近な人が「依存症かも？」と思ったらどうする？

「ストレス」とうまくつきあおうのワーク

・リラックス方を試してみよう

　ゆっくり呼吸法、からだの力を抜こう

（２）ワークシート

・やってみよう

・考えてみよう

「依存症」を知ろう

・「ストレス」とうまくつきあおう

（３）動画教材

・依存症編：約10分

・ストレス編：約7分

※スライド教材のグリーン（ルビなし）を基に作成しています。

（４）教員向け解説書

①依存症予防啓発ツールについて、②活用例、③スライド教材について、④ワークについて、⑤ワークシートについて、⑥動画教材について、⑦参考資料