



薬物乱用は

「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用は  
「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用防止読本

健康に生きよう

パート  
32

あぶなかった、  
だま  
騙されてた…

やくぶつらんよう  
薬物乱用の  
こわ  
怖さがわかったよ



厚生労働省

〒100-8916 東京都千代田区霞が関 1-2-2 TEL:03-5253-1111(代表)

薬物乱用問題についてさらに詳しくは、厚生労働省ホームページをご参照ください。

厚生労働省トップページ ▶ 分野別の政策「健康・医療」「医薬品・医療機器」 ▶ 施策情報「薬物乱用防止に関する情報」

[http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html](http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html)

インデックス  
INDEX

はじめに

【マンガ】身近に潜む薬物乱用 … 1

1 薬物についての基礎知識

1-1 薬物乱用とは? … 2  
 1-2 乱用される薬物とは? … 3  
 1-3 覚醒剤 … 4  
 1-4 大麻 … 6  
 1-5 危険ドラッグ … 9

2 薬物乱用が心身にもたらす影響

2-1 薬物を乱用するとどうなるの? … 10  
 2-2 脳への影響 … 11  
 2-3 身体への影響 … 12  
 2-4 耐性・依存 … 13  
 2-5 依存の種類 … 14  
 2-6 フラッシュバック … 15

3 薬物乱用が社会にもたらす影響

【マンガ】周囲を巻き込む薬物乱用 … 16  
 3-1 薬物乱用の法規制 … 17

4 誘われた時、どう断る?

4-1 薬物乱用のきっかけ … 18  
 4-2 薬物乱用は身近にある … 19  
 4-3 断るコツ … 20  
 4-4 薬物の誘いを断れないと…? … 21  
 4-5 薬物乱用を続けると … 22  
 4-6 大切な自分を守るためのポイント … 23  
 4-7 考えてみよう … 24  
 4-8 相談してみよう … 25

5 世界の薬物乱用対策

5-1 世界各国の薬物犯罪への罰則 … 26  
 5-2 海外の事情と海外旅行の注意 … 27

6 日本の薬物乱用防止活動

6-1 厚生労働省の啓発活動 … 28  
 6-2 相談窓口一覧 … 29

この本の主な登場人物



マサル(17歳)  
 高校2年  
 サッカー好きの普通の高校生



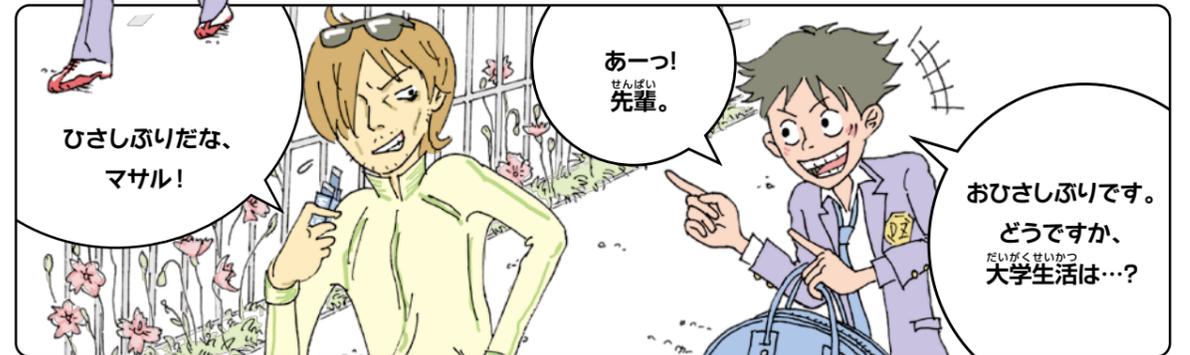
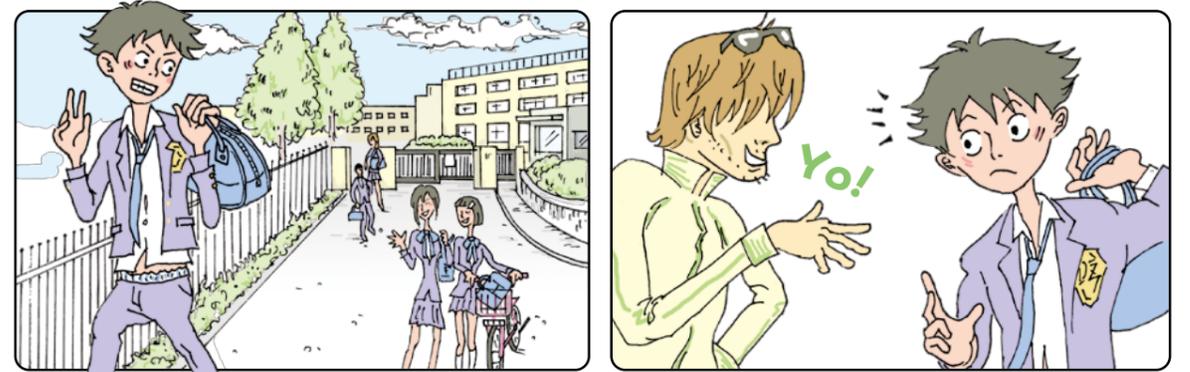
先輩(19歳)  
 マサルの先輩  
 大学1年生



「ダメ。ゼッタイ。」博士

はじめに

身近に潜む薬物乱用



# 薬物乱用とは？

違法薬物は  
一回だけの使用でも  
乱用！



薬物乱用とは、社会のルールからはずれた方法や目的で、薬物を使うことです。また医薬品についても、本来は病気や傷の治療に使いますが、こうした本来の目的以外に使えば乱用です。

薬物乱用がなぜ「ダメ」なのかというと、人間が生活していく上で最も大切な脳を侵してしまうからです。さらに、薬物は乱用し続けると、精神障害を発症し依存症を引き起こす原因になります。一度、ダメージを受けた脳は、決して元の状態には戻りません。その障害は一生ついて回ることになります。そして、薬物乱用の悪影響は、脳以外の臓器にも広く現れます。さらに薬物乱用は、薬物を手に入れるために窃盗、強盗、売春、さらには殺人などの犯罪を誘発し、家庭の崩壊、社会秩序の破壊などの要因にもなっています。

薬物乱用は、社会に大きな損失を招くことになるので、一回でも「ダメ。ゼッタイ。」という意識を持つことが大切です。そして、薬物乱用防止活動の重要性は、薬物乱用に染まっていない多くの人々が薬物乱用の危険性・有害性についての正しい知識を身につけ、決して薬物には手を出さない、薬物乱用を許さない社会環境をつくっていくことにあります。

## 青少年への大きな悪影響

私たちの脳は、20歳頃まで成長するといわれています。特に、小学生、中学生、高校生の時期は、心身ともに急速に発達するときです。家庭や学校で学び、家族、先生や友達と話し合うことで、知識や物事の考え方を学び、自分らしさを発見していく大切なときです。

この時期に薬物を乱用すると、脳や身体の成長がストップし、感情のコントロールができず、意欲がなくなる、怒りっぽくなるなど、心身の発達が損なわれて、家族や友達とのコミュニケーションもできなくなってしまうことがあります。

そして、健全な社会人となることができなくなるかもしれません。

そのため、薬物乱用は一回でも「ダメ。ゼッタイ。」です。

# 乱用される薬物とは？

乱用される薬物は、私たちの一番大切な脳(中枢神経)に悪い影響を与えます。乱用される薬物は、脳への影響(作用)によって次のように分けられます。

### 興奮作用



### 幻覚作用



### 抑制作用

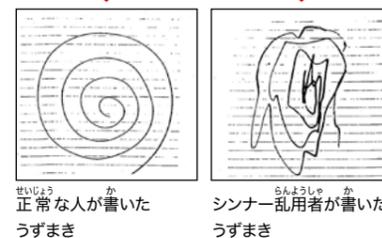
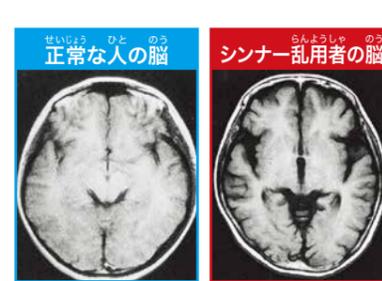


### 危険ドラッグ



※ 向精神薬は医療用として用いられていますが、乱用されると精神及び身体へ障害を与えます。

### 有機溶剤(シンナー・トルエン)



シンナーを乱用すると、脳が侵され、幻覚や妄想が引き起こされたり、視力や聴力が低下することが少なくありません。また、脳の神経障害によって手足がしびれたり、歯がぼろぼろになったり、筋肉の萎縮が起きることもあります。腎臓や肝臓など、いろいろな内臓器官も傷害を受け、急性中毒により死に至ることもあります。乱用を続けていると、心と体の健全な発達が妨げられます。

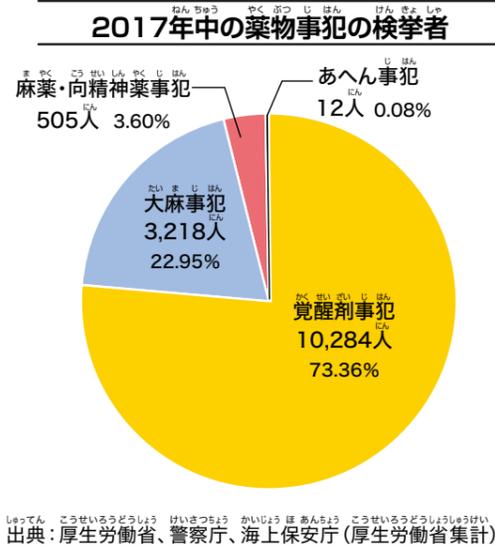
脳の神経細胞がシンナーによって破壊されると、手足がふるえたりするんじや。



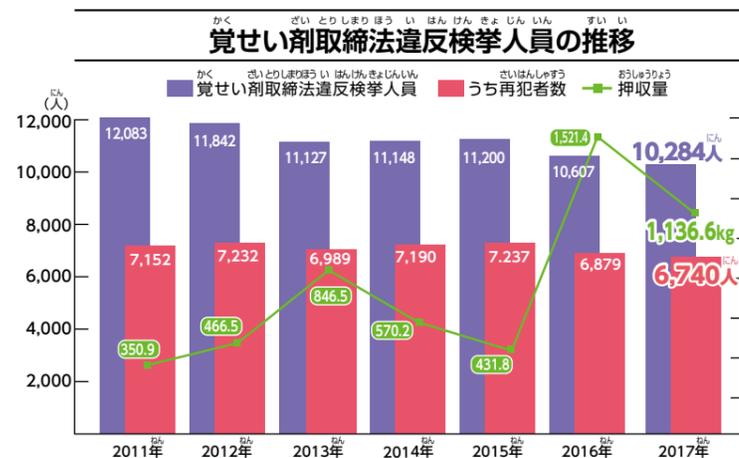
## 覚醒剤とは?

覚醒剤は日本で最も多く乱用されている違法薬物であり、  
検挙者の割合は薬物事犯全体の73%以上を占めています。  
主に白色やクリーム色の粉末、無色透明の結晶で出回って  
おり、乱用すると神経を興奮させ、眠気や疲労感がなくなり、  
頭が冴えたような状態になります。しかし、それは一時的な  
ものであり、効果が切れると、激しい脱力感、疲労感、倦怠感に  
おそ襲われます。

また、幻覚や妄想が現れて中毒性精神病になりやすく、大  
量に摂取すると死に至ることがあります。



## 覚醒剤事犯の特徴は?



出典：厚生労働省・警察庁・財務省・海上保安庁の統計資料より

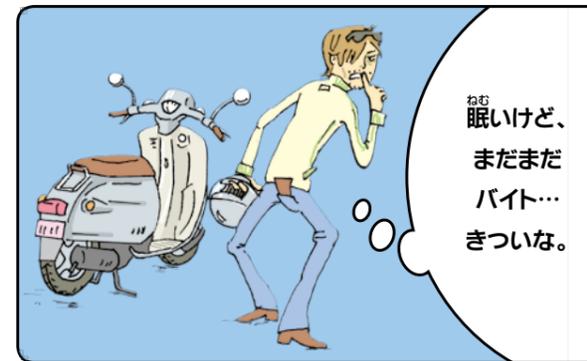
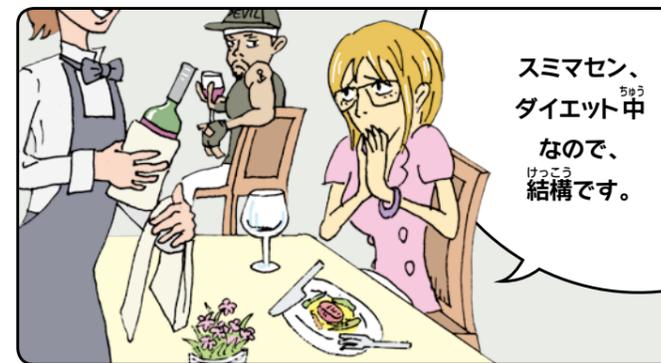
覚醒剤事犯の検挙者の数は2011年から  
減少傾向にあるものの、依然として1万人を  
超えています。また、押収量の推移を見ると  
2016年には前年と比較して1,000kg以  
上も急増し、より一層、対策を強化していく  
ことが必要です。  
覚醒剤事犯の特徴として、再犯者の比率  
が高いことが挙げられ、2017年でも全体の  
6割以上を占める高水準となっています。依  
存性の高い覚醒剤は、「最初の一回を使わ  
ない」ことが何よりも大切です。

## 甘い誘い文句への注意が必要!

薬物乱用者の多くは、違法薬物を人から勧められたことをきっかけに、乱用を始めます。覚醒  
剤も「やせる」「元気になる」「頭がすっきりする」「嫌なことを忘れられる」……など、さまざまな効  
果をうたって誘われるケースが多くあります。

また、覚醒剤は「シャブ、エス、スピード」など、大麻は「ハッパ、クサ」などのように、隠語を使っ  
て販売されることがあります。

そのようなものを勧められたり、目にした時には、「おかしいな」と気づき、危険を避ける判断力  
を身につけることが必要です。



## 違法な薬物はいろいろな隠語で呼ばれています。

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 覚醒剤              | シャブ/エス/スピード/アイス/氷  |
| 大麻               | ハッパ/クサ/チョコ/野菜      |
| MDMA             | エクスタシー/バツ(「x」、「罰」) |
| 有機溶剤(シンナー・トルエン)  | アンパン               |
| ヘロイン             | ペー/チャイナホワイト/ジャンク   |
| コカイン             | コーク/スノウ/クラック       |
| LSD              | エル/アシッド            |
| PCP              | エンジェルダスト           |
| サイロシピン等を含有するキノコ類 | マジックマッシュルーム        |

「スピード」なら  
大丈夫だろ?

名前に惑わされては  
ダメじゃ! 「スピード」も  
覚醒剤じゃ!



# 大麻とは？

先輩がもらったって  
いうやつは、  
なんだったの？

大麻だよ。タバコより  
身体に悪くないんだってさ。  
依存もしないし、  
いいことばかりらしいぜ。

ダメ。  
ぜったい。

だから、  
一回くらい  
平気だよ。

間違った知識が  
破滅への道の第一歩じゃ！

大麻はアサ科の一年草です。茎から丈夫な繊維が取れるので、昔から栽培・利用されてきました(注)。一方で、大麻にはテトラヒドロカンナビノール (THC) という、脳に作用する成分が含まれており、酩酊感、陶酔感、幻覚作用などがもたらされ、依存性があります。

現在、日本では大麻取締法によって大麻は厳しく規制されています。

(注) 麻には、亜麻(リネン)、苧麻(ラミー)、黄麻(ジュート)、洋麻(ケナフ)、マニラ麻、サイザル麻などたくさんの種類がありますが、これらは大麻とはまったく別の種類の植物です。このうち、衣料に広く使用されるのは亜麻、苧麻であり、麻袋などに使用されるのは黄麻、洋麻等です。



大麻は脳に影響を与える違法な薬物です！

間違った情報に流されず、正しい知識で  
判断しましょう。

# 新しいタイプの大麻も出現！

大麻は吸引のための乾燥大麻や樹脂等の形で売られています。最近では、大麻を液体状に加工した「大麻リキッド」や、幻覚成分を濃縮させた「大麻ワックス」など、新しい大麻加工品の摘発も相次いでいます。



大麻リキッド

大麻については、インターネット上で「身体への悪影響がない」「依存性がない」などの誤った情報が流れています。しかし、実際には**脳の知的機能や記憶の形成を司る部位(海馬等)に悪影響を及ぼすなど、様々な不具合を引き起こす違法な薬物**です。



大麻ワックス

大麻を乱用すると、**知覚が変化し、集中力がなくなり、情緒が不安定になります。**また、乱用を続けることによって何もやる気がしない状態(無動機症候群)や知的機能の低下、大麻精神病等が引き起こされ、**社会生活に適応できなくなる**こともあります。

# 若者の検挙者が増加！

大麻による検挙者の割合は薬物事犯全体の約20%を占めており、覚醒剤に次いで乱用されている違法薬物です。検挙者の数は2014年から増加に転じ、特に未成年者から20歳代の検挙者が増加しています。

2016年には茨城県内や岡山県内で、2017年には長崎県内で高校生が大麻取締法違反で検挙されるなど、若年層への広がりが懸念されています。

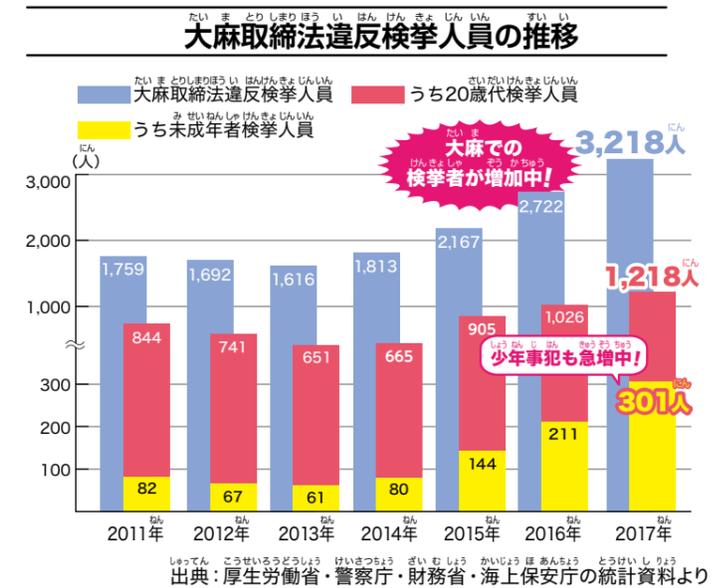
大麻は脳に影響を与える違法な薬物です。特に未成年の乱用は、心身の発達に大きな影響を与えることが明らかになっています。一回でも使用してはいけません。

大麻が法律で規制されること  
についての調査では…

10~30歳代の若い世代において  
「法規制されているが少しなら構わない」  
「法規制の必要はない。個人の自由」と、  
大麻容認の傾向が高い！

大麻の危険性を  
軽視する人が  
増えています。

出典：平成29年度厚生労働科学研究  
「薬物使用に関する全国住民調査(2017年)」より



出典：厚生労働省・警察庁・財務省・海上保安庁の統計資料より

# 大麻の影響

## 大麻を乱用すると…

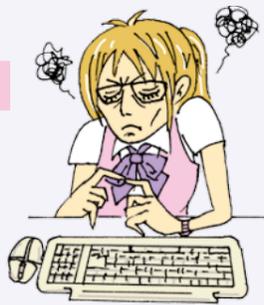
**知覚の変化**  
時間や空間の感覚がゆがむ



**情緒の不安定**  
イライラする、不安になる



**思考の変化**  
集中力がなくなる



## 長く続けていると…

**大麻精神病**



幻覚・妄想等の症状が出る

**知的機能の低下**  
ものを考えられなくなる

**無動機症候群**

何もやる気がしない



買わない、使わない、  
かかわらない!



# 危険ドラッグとは?

覚醒剤や大麻等に化学構造を似せて合成された物質などが添加された物質で、「ハーブ」「お香」「アロマオイル」「アロマリキッド」「バスソルト」など、危険な薬物ではないように偽装して販売されている薬物のことで、「合法」でも「安全」でもありません。

危険ドラッグに添加されている物質は、“身体にどんな影響があるのか分からない物質”であることがほとんどで、決して、覚醒剤や大麻等よりも脳や身体に対する危険性が低いわけではありません。中には、覚醒剤や大麻等よりも危険な物質が含まれていることもあり、乱用した人が死亡した例もあります。また、乱用した者が健康被害を起こすだけでなく、傷害事件や交通事故等で他人を巻き込む事例が多数報告されました。

2014年の法改正によって指定薬物に指定された「危険ドラッグ」は所持、使用、購入、譲り受けが禁止され、規制強化により、街頭店舗は壊滅しました。しかし、インターネット上などで今なお販売されています。絶対に手を出してはいけません。



# どんなふう to 売ってるの?

インターネット上の薬物専門のホームページ等で、「ハーブ」「お香」「アロマオイル」「アロマリキッド」「バスソルト」などに見せかけて販売されています。

一般に販売される「ハーブ」「お香」「アロマオイル」「アロマリキッド」「バスソルト」とは、含有成分等が全く異なります。

## インターネットでの販売

合法ハーブ・合法アロマ(アロマリキッド)・ハーバルインセンスと称する製品を通販するというホームページが存在しています。

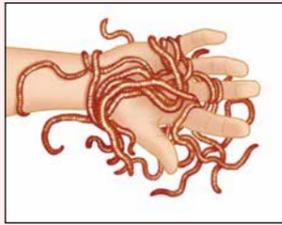


※下記のような注意書きをつけて、合法であるかのように偽って販売されています。

- ◇当商品はお香として販売しております。
- ◇人体への摂取は絶対にしないでください。
- ◇未成年者の方のご購入は、固くお断りしております。
- ◇当商品は規制された成分は含まれておりません。

# 薬物を乱用するとどうなるの?

## 1 幻覚



現実と過去の  
記憶の整理が  
つかなくなる!



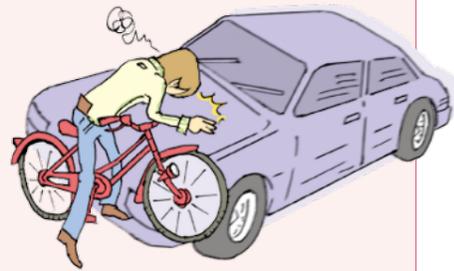
はんしゃかいてきこうどう  
反社会的行動  
幻覚・妄想による殺人!

## 2 運動機能の低下

ハンドルを  
右に向けなきゃ  
車にぶつかる!



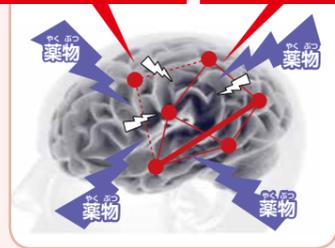
おも  
思ったように  
体が動かない!



こうつうじこ  
交通事故

## 3 内臓機能の低下

心臓を動かせ!  
呼吸をし!



ないぞうきかん  
内臓器官に  
指令が出  
せない!



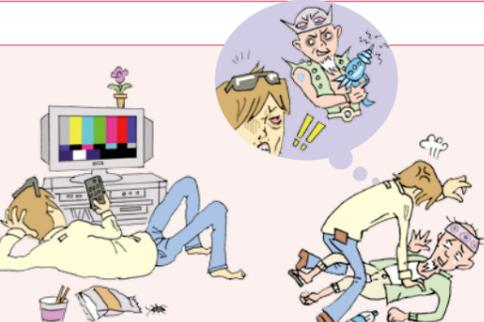
きゅうせいちゅうどくし  
急性中毒死

## 4 感情のコントロールが効かなくなる

やさしい心  
思いやり



かんじょう  
感情の  
コントロールが  
阻害される



しゃかいてきふてきおう  
社会的不適応

じんかくしやうがい  
人格障害

# 脳への影響



君の脳には、千数百億個の神経細胞が  
つくります複数の回路があるんじゃ!

脳はスーパーコンピューター!

君の感情、体のコン  
トロール、また心臓  
などの臓器を動かし  
ているのもこの脳!

薬物が入り込むこと  
で、この回路は破壊  
されてしまうんだ!

するとどうなるか...

**幻覚!**  
過去に見た嫌な虫の記憶と、現在見  
えているものを脳が区別できず...

**身体のコントロールが!**  
車の運転中、ハンドルを切れずに、  
電柱にぶつかってしまう!

**死に至ることも!**  
呼吸  
心停止  
困難

交通事故

こんな危険な状態になるのに、  
脳の回路が変わってしまうため、  
やめたくてもやめられない依存という  
状態になってしまうんじゃ!

依存  
スパイラル

薬物乱用  
繰り返す

薬が切れる・渴望

精神・身体  
の苦痛

薬物探索行動

耐性

# 身体への影響



薬物の乱用により、脳をはじめとする身体の一部に障害が現れるんじや。



**覚せい剤の場合**

幻覚・妄想

フラッシュバックをおこす

血圧が異常に高くなる

静脈に炎症をおこす

強い疲労感や倦怠感、脱力感におそわれる

依存性が高い

**MDMAの場合**

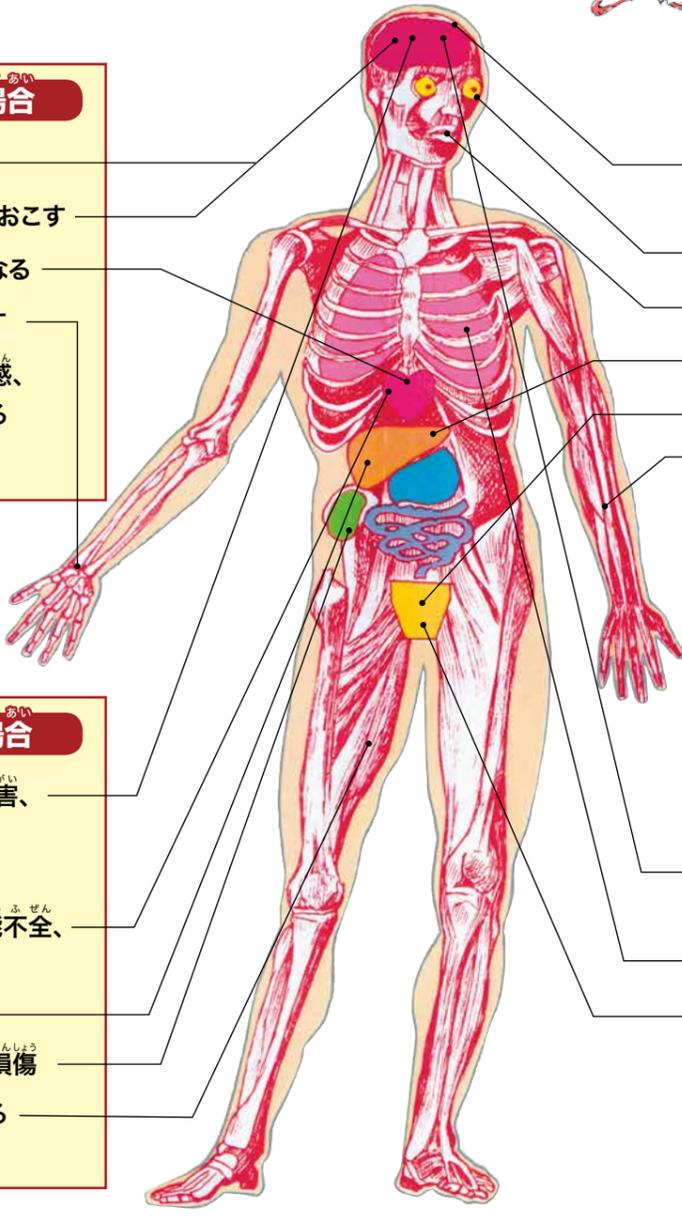
混乱、憂鬱、睡眠障害、脳卒中、けいれん、記憶障害になる

高血圧、心臓の機能不全、心臓発作

肝臓の機能不全

腎臓と心臓血管の損傷

悪性の高体温による筋肉の著しい障害



**シンナーの場合**

記憶力の低下、幻覚、妄想、認知障害

視力の低下・失明

歯がぼろぼろになる

肝臓の一部が死ぬ

生殖器の萎縮

手足のふるえ、しびれ、麻痺

成長期の青少年には、背が伸びない、筋肉がおとろえる、体重が減るなどの症状が現れ、脳や身体の発育をさまたげる大きな原因となります。

**大麻(マリファナ)の場合**

精神障害：麻薬精神病など(幻覚・妄想など)

肺ガンの誘発

生殖機能への悪影響

# 耐性・依存

## 1 耐性

薬物を乱用し続けるうちに、「耐性」がつき同じ量では効かなくなり、無意識のうちに摂取量が増えてしまいます。

耐性とは、薬物を繰り返し使用することによって、最初は効果があった薬物が、同じ効果を得るために使用量を増加しなくてはならなくなる現象です。乱用を続けると、次第に薬物の効果が薄れてきてしまい、同じ量では効かなくなり、摂取量や回数がどんどん増えていくという悪循環に陥ってしまいます。そうするとさらに依存は深まり、脳や身体へのダメージもより深刻になっていきます。



## 2 依存

薬物を乱用すると、やめたくてもやめられない依存状態に陥ります。

乱用される薬物は全て脳の「報酬系」と呼ばれる神経系(A10神経)に影響を与えます。この脳内報酬系は神経伝達物質である「ドーパミン(よこび、快感、動機付け、運動機能に関する物質)」を分泌する機能があります。乱用される薬物は主にこの報酬系を刺激し、強制的にドーパミンを分泌させます。報酬系が繰り返し刺激されることによって、脳内の神経系にはもとに戻せない変化が生じ、薬物乱用をコントロールする力が失われていきます。さらには、効果が切れることによって起こるひどい不快感や苦痛から逃れるために乱用を繰り返し、やめようと思ってもやめられない「依存」状態に陥ってしまうのです。

薬物を乱用し、その効果が切れると渴望が湧いて薬物探索行動に走り、さらに乱用することで依存状態が悪化。「耐性」が形成されて使用量や回数が増えていく悪循環(依存症サイクル)に陥ります。薬物乱用の怖さはこのような依存形成にあり、依存からの回復は生涯の課題となります。

**ネズミの実験**

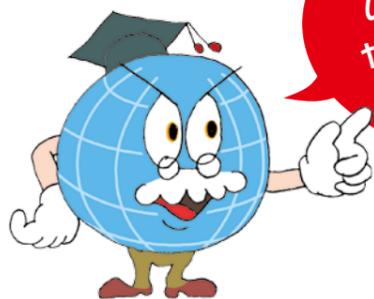
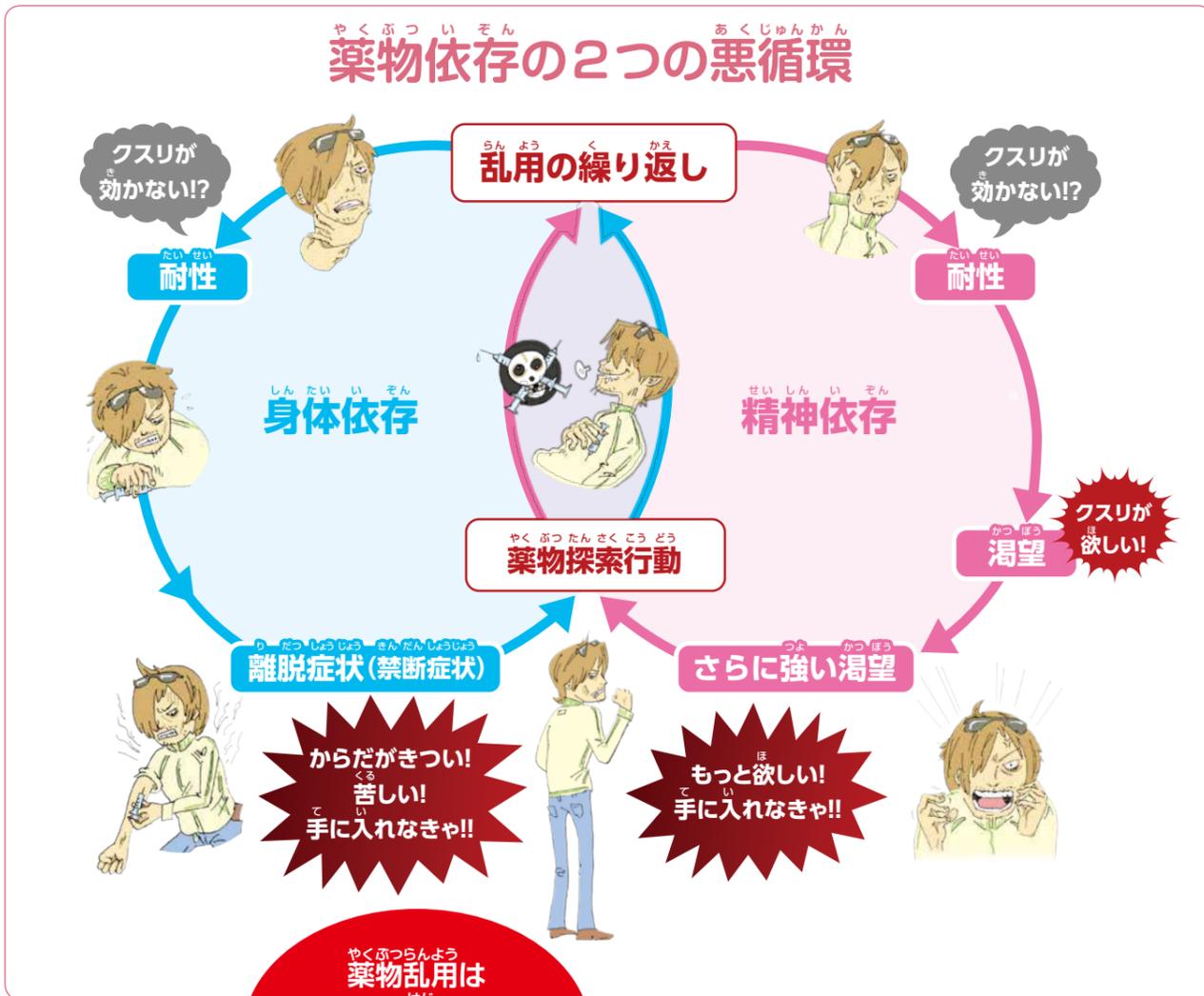
ネズミの脳内報酬系に直接電極を刺し込み、レバーを押すと電流からドーパミン(快感)が流れるしくみを作ると、ネズミは一心不乱にレバーを押すようになります。1時間に1,000回以上、疲れ果てるまで押し続けることすらあるのです。このように脳は一度覚えてしまった感覚をなかなか忘れることはできないのです。

## 依存の種類

薬物依存には、**精神依存**と**身体依存**の二つがあります。

薬物の効果が切れるとイライラしたり落ちつきがなくなったりして、**渴望**、つまり薬物が欲しいという強い欲求がわき、自分の意思によるコントロールが効かなくなります。これが**精神依存**の状態です。こうして、繰り返し薬物を乱用するうちに、薬物への欲求はさらに激しくなり、何としてでも薬物を手に入れようとする、**薬物探索行動**を起こします。

また、薬物の種類によっては、さらに**身体依存**の状態に陥ることがあります。**身体依存**の状態になると、薬物が効いている状態が正常であるかのように感じ、薬物の効果が切れたときには、不快感や苦痛などの**離脱症状**が起きるようになります。



薬物乱用は、  
いったん始めると、  
やめられなくなって  
しまふんじや。

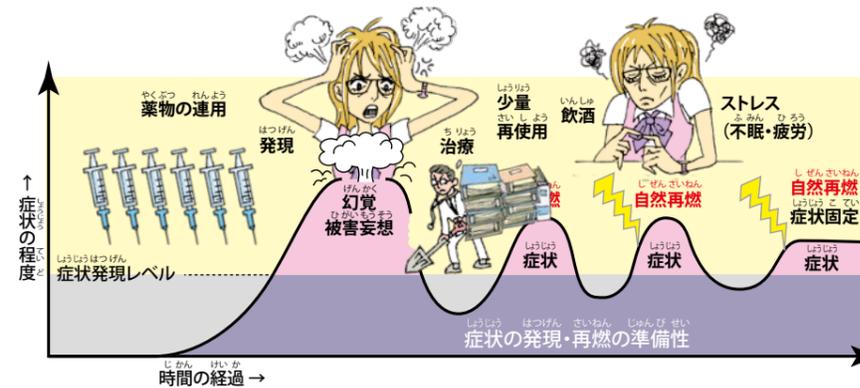
## フラッシュバックとは?

薬物乱用によって破壊された脳の回路は元には戻りません。薬物の乱用の害は一生続きます。

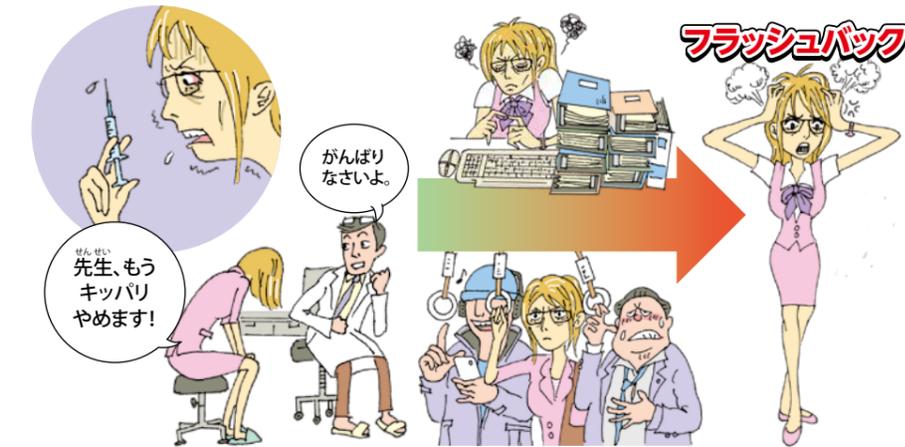
薬物の乱用でひとたび幻覚・妄想などの精神病の症状が生じると、治療によって表面上は回復しているかに見えても、これらの症状が再び起こりやすい下地が残ってしまうのです。

乱用をやめ、普通の生活に戻ったようでも、ささいなストレスなどにより突然、幻覚・妄想などが再燃することがあります。

これを**フラッシュバック(再燃)現象**といいます。また、飲酒でも再燃することがあります。



フラッシュバックは必ず出現するわけではないが、いつ、どんなタイミングで出現するかは予測不可能なんじや。



**フラッシュバックの事例**  
覚醒剤をやめてから、約10年近かった29歳の頃です。  
仕事が忙しくて睡眠不足が続いたある日、突然心臓の鼓動が速くなって、全身の毛が逆立つような感覚と共に、心がザワザワしてきました。「フラッシュバックが起きた!」と思いました。まるで覚醒剤をやっていた頃の感覚がよみがえってしまった感覚です。それをきっかけにストレスや疲れを感じたときに、注射器を取り出し打っているという気になって、ハッとすることもありました。いつまたあの感覚に襲われるのかと思うと、とても恐ろしいです。

※上記はフラッシュバックの一例です。これ以外にも、飲酒やストレスなどが引き金になり、さまざまな症状が起こる可能性があります。

## 周囲を巻き込む薬物乱用

でもさ、個人の問題だろ。俺が楽しいんだからいいじゃん。

たしかに、個人の自由の気もするけど…。

ダメ。ゼッタイ。

薬物乱用は自分だけじゃなく、人に危害を加えて大きな迷惑をかけることもあるんじや!

依存状態になると何よりも薬物を優先するようになり、家族を騙したり、暴言や暴力で傷つけたりしてしまう。また、正常な判断ができず、運動機能がおかしくなり、傷害事件や交通事故で他人を傷つけてしまうこともあるんじや。

薬物乱用が引き起こす交通事故

薬物乱用を続けるためにはお金も必要だから人を騙してお金を奪ったり、売春をしたり…犯罪に手を染めることも少なくないんじや!

金よこせよ!

## 日本における薬物乱用に関する法律

この資料は、罰則のすべてではなく、一般に乱用されている薬物について、乱用とその周辺行為に関する罰則を掲載したものです。

覚醒剤	覚せい剤取締法	輸出・輸入、製造、譲渡・譲受、所持、使用
麻薬・向精神薬	麻薬及び向精神薬取締法	輸出・輸入、製造、栽培、譲渡・譲受、所持、使用
大麻	大麻取締法	輸出・輸入、栽培、譲渡・譲受、所持
あへん	あへん法	輸出・輸入、製造、栽培、譲渡・譲受、所持、使用
シンナー	毒物及び劇物取締法	譲渡・譲受、所持、使用
危険ドラッグ 指定薬物	医薬品医療機器法	製造、輸入、販売、授与、所持、使用、購入、譲受、販売・授与の目的での貯蔵・陳列

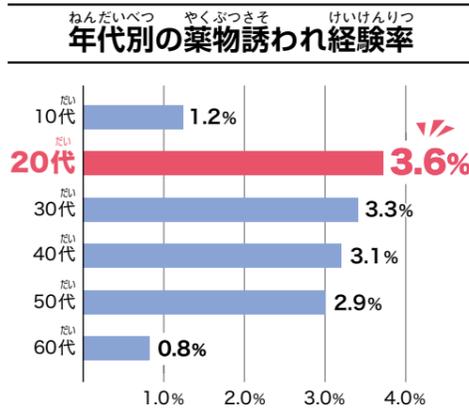
## 指定薬物の包括指定とは?

厚生労働省では、危険ドラッグ対策として、精神毒性(興奮・抑制・幻覚)を有する可能性が高く、使用した場合に健康被害が発生するおそれのある物質を、医薬品医療機器法に基づき厚生労働大臣が「指定薬物」として指定しています。また、さらなる規制の強化をするため、2013年3月より指定薬物の「包括指定」がスタートしました。これにより、化学構造が似ている物質をまとめて指定薬物として指定することにより、人体に危険な物質を広く規制しています。なお、指定薬物の数は2018年11月24日現在で2,369物質となっています。

## 薬物乱用のきっかけ

薬物乱用のきっかけに「好奇心」や「不安」、「友達から誘われた」、「仲間はずれが怖くて」という気持ちがあげられます。しかしその結果、ちょっとだけなら、一回だけなら大丈夫だと思って手を出すと、気づいた時には薬物から抜け出せなくなってしまいます。

これから薬物乱用の誘いがみなさんを狙ってくるかもしれません。自分自身や自分の大切な人を守るためにも、薬物乱用の誘惑に対しては、きっぱり断る勇気と強い態度で臨みましょう。



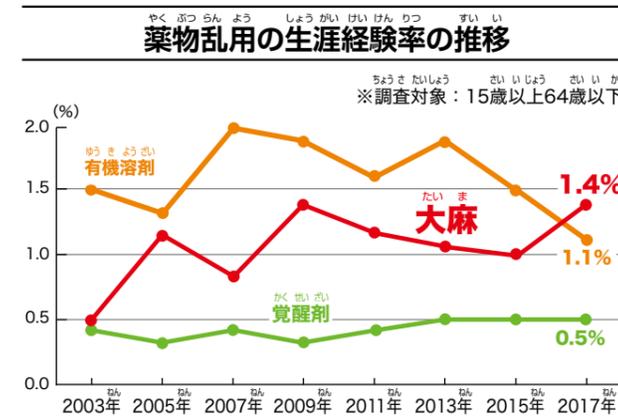
出典：平成29年度厚生労働科学研究「薬物使用に関する全国住民調査(2017年)」より



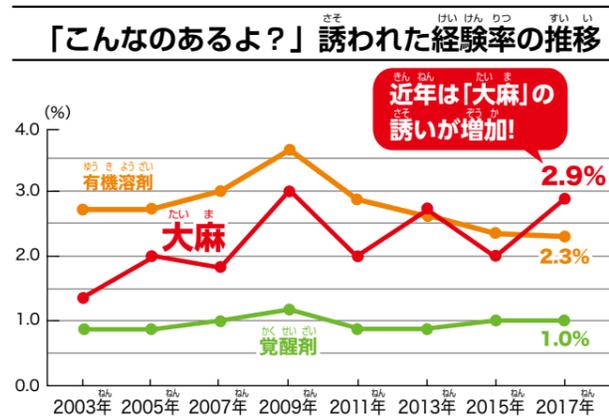
## 大麻の誘い、乱用経験が急増中

日本は、国際的には薬物乱用の少ない国とされていますが、2017年度に行われた「薬物使用に関する全国住民調査」により、これまでに何らかの薬物乱用を経験した人が少なくとも約200万人以上いることがわかりました。

特に大麻取締法で検挙される若い世代が急増。薬物乱用者の低年齢化が進行していることもあり、「大麻は害がない」などの大麻に関する誤った情報を鵜呑みにしやすい若年層への大麻乱用の拡大が懸念されています。



出典：平成29年度厚生労働科学研究「薬物使用に関する全国住民調査(2017年)」より



近年は「大麻」の誘いが増加!

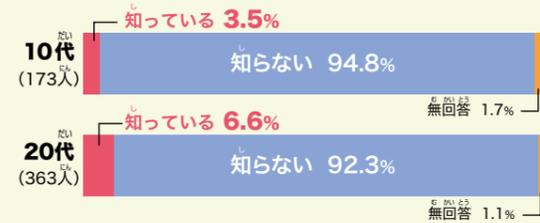
## 薬物乱用は身近にある



インターネットの調査では10代・20代の人の約5.6%、約18人に1人が、何らかの薬物を使用している人を身近で知っていると答えているぞ! しかも、10代・20代の約35%の人が「薬物を手に入れられる」と言うのじゃ!



Q 1年以内に何らかの薬物を使用している知人を知っていますか?



Q あなたは、何らかの薬物を入手することができますか?



出典：平成29年度厚生労働科学研究「薬物使用に関する全国住民調査(2017年)」より

最近では覚醒剤は注射よりも手軽に使用できて、注射の痕跡を残さない、あぶって吸う方法が広がっています。また大麻はたいした害がないなどと、誤った情報が流布されています。このように薬物乱用への甘い誘いを受けやすい状況が生まれています。

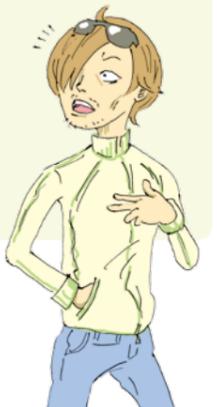
## 薬物乱用への甘い誘い

- 一回だけなら平気さ
- クスリでちょっと遊ぼうよ
- 面白いクスリがあるんだけど
- やせられるよ
- みんなやってるよ (やってないのはきみだけ)
- 人生は経験だ

- 眠気がとれて、勉強ができるよ
- ちょっとだけ、ためしてみない
- イライラがとれてすっきりするよ
- ただの栄養剤だよ
- 最高の気分が味わえるよ
- とりあえず、預かってよ
- お金はこの次でいいよ



ハッキリ、キツパリ断って! そしてすぐその場から離れるのじゃ!



断るコツ

ハッキリ・キツパリ!

誘われた時、少しでも迷っている様子を見せてしまうと、また誘われてしまいます。誘われた時は、キツパリ断ろう!

一回くらいならいいじゃん。

僕は、そういうの嫌だから!

一回だけでも乱用だよ!

**NO!!**

その場から離れる

誘われてしまっている状態から抜け出すため、早くその場から立ち去ろう。

みんなやってるよ。友達だろ?

今日は別の用事があるから。

「そういえば…」(と話題を変える。)

**NO!!**

自分を大切にす気持ち大事にしよう!



断らないといけないことは、わかっている。

でも……仲間はずれにされてしまうかも? いじめられてしまうかも? という気持ちが邪魔して、悩んでしまうこともあるかもしれない。

でも、危険な薬物は、一度乱用するだけで、あなたの将来を台無しにしてしまう可能性も!

家族、友人、大切な人を思い浮かべてみよう……。

薬物は、あなただけでなく、大切な人も傷つけてしまうのです。

誘われた時は、しっかりと断ろう!



薬物の誘いを断れないと……?

大麻事犯で検挙された乱用者の実態調査では、「好奇心・興味本位」で自分から大麻を求めた人が20歳未満では約66%と最も多くいましたが、「その場の雰囲気」や「高揚感が流されて使ってしまった」と回答した人も約23%にのぼりました。薬物の誘いをしっかりと断れず周囲に影響されてしまうと、薬物犯罪に巻き込まれてしまうおそれがあります。

自ら望んで薬物を乱用した場合でなくとも、薬物を乱用することで事件や事故の加害者になってしまうこともあります。

薬物乱用は「自分は乱用していないから関係ない」という問題ではないんじや。

初めて大麻を使用した動機 (対象者535人:複数回答)

区分	初回使用年齢層別	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	全体
好奇心・興味本位		66.3%	59.2%	43.5%	42.9%	54.9%
その場の雰囲気		18.6%	12.4%	8.7%	7.1%	13.4%
クラブ・音楽イベントの高揚感		4.9%	8.9%	4.3%	0.0%	6.1%
パーティ感覚		2.7%	2.8%	1.4%	0.0%	2.4%
ストレス発散・現実逃避		2.3%	5.0%	20.3%	42.9%	5.9%
多幸感・陶酔効果を求めて		3.4%	6.4%	14.5%	7.1%	5.9%
その他		1.9%	5.3%	7.2%	0.0%	11.4%

出典:警察庁「平成29年における組織犯罪の情勢」(平成30年4月12日)

薬物乱用をしたことで引き起こされた事件

薬物乱用は脳の機能や構造を変えてしまうため、正常な判断ができなくなる、運動機能がおかしくなる、幻覚・妄想に襲われるなどの障害が起き、数多くの事件が引き起こされています。

薬物を使用して車を運転し、誰かに追われている妄想に取り憑かれ、歩行者をはねた。(2012年 大阪)



危険ドラッグを使用し、隣人の女性宅に侵入し、顔・両腕などを切りつけ、ケガを負わせた。(2014年 東京)



危険ドラッグを吸って乗用車を運転し、駅近くで7人を次々にはね、1人を死亡させ、男女6人に重軽傷を負わせた。(2014年 東京)



覚醒剤を使用して車を運転し、駐車していたトラックに追突し、運転手にケガを負わせた。(2016年 東京)



# 薬物乱用を続けると

「誘いを断る方が怖いからダメと言えなかった」「自分はやめられるから一度だけなら大丈夫」「薬物乱用は個人の問題」「こっそり使えば他人には迷惑をかけない」…そうした考えを持つ人もいます。しかし、薬物事犯で検挙された人は同じように考えた結果、実際には自分が検挙されたのみならず、家族を巻き込み、身近にいる大切な人たちの人生までも壊してしまいました。

薬物依存が進むと、慢性的な薬物中毒になります。その結果、脳や内臓が蝕まれて健康を害したり、薬物によって引き起こされる幻覚や妄想から周囲に暴力をふるったり、重大な事件や事故を起こしてしまうこともあります。また、たった一回の乱用で重篤な健康被害に陥ってしまうこともあります。

それだけではありません。薬物を使い続けるためには当然お金が必要で、薬物にはまってしまうと、生活の中の優先順位が変わってしまい、どうすれば乱用を続けられるかが第一の関心になり手段を選ばなくなります。そのため、最初は家族間や友人間でちょっとした金銭のごまかしから、次第にエスカレートしていき、さまざまな犯罪が誘発されます。

このように違法薬物は乱用するだけでなく、入手するためにも犯罪を引き起こすことが多いのです。そうなってしまったら、思い描いていた夢も、目標も、実現することができなくなるでしょう。

薬物乱用はあなたの未来と引き換えにするほど、大切なものではないでしょうか？



# 薬物乱用を続けるために引き起こされた事件

無職者(34歳)が一回1万円で違法薬物を注射していた。薬物の購入資金を得るために、スーパーで高級酒を万引きし、スナックに売って代金を作っていた。(2000年 福岡)



覚せい剤取締法違反(所持)で逮捕された無職の男(42歳)は、覚醒剤を買うために連続してひったくりを行っていた。(2012年 東京)

高校2年生(17歳)及び中学3年生(14歳)の姉妹は、知り合いの男性(22歳)から覚醒剤を購入し、友人の中学3年生女子(15歳)に密売し、自らも乱用していた。(2000年 神奈川県)



# 大切な自分を守るためのポイント

自分自身がかけがえのない、大切な存在であり、「あなた自身」と「あなたが大切に思っていること」を守る気持ちを持っていれば、マイナス要素を寄せ付けなくなります。誰かからの誘惑だけでなく、自分の中にある負の好奇心に対しても、自分を守り、自分の未来を守る思いが強ければ負けません。

それでは一緒に、「大切な自分を守るための5つのポイント」を考えてみましょう！

## ステップ ①

### 自分が大切に思う人をリストアップ

じっくり考えてみてください。あなたが大切に思っている人は誰ですか？ 1人か2人しか思いつかない、という人。それでもいいんです。他の人との勝負ではないので、「大切にしている」感覚に気づいてください。今ここでは誰も思いつかないで困ってしまう人もいます。実はあなたが気が付かないだけで、必ず身近にいますよ。あとでじっくり時間をかけて考えてみましょう。



## ステップ ③

### 自分が好きなもの・ことをリストアップ

あなたは何が好きですか？ スポーツ、勉強、何かの趣味、歌、人を笑わせることなど、色々と考えてみてください。人からどう見えるか、ではなく、あなた自身が好きだと感じることを挙げてください。

## ステップ ②

### 自分のことを大切に思ってくれる人をリストアップ

育ててくれた親や、相談にのってくれる先輩・先生……。あなたのことを大切に思っていてくれる人を思い出してみましょう。

## ステップ ④

### これからやりたいことや将来の夢をリストアップ

今、あなたはどんな目標を持っていますか？ どこに行きたいですか？ 行きたい学校に入ること、なりたい職業、旅行、世界遺産を見たいなど、どんなことでも良いです。なかなか思いつかない人は、次の週末にしたいことを考えてみましょう。行きたい場所、食べたいもの、読みたい漫画でも何でも良いのです。

## ステップ ⑤

### 薬物に対する正しい知識で自信をアップ

情報が氾濫している世の中です。いろいろな人がそれらしいことを言っても、あなたが正しい知識を持っていたら揺れません。正しい情報を、正しい情報源から仕入れましょう。そうすることで自分自身と、自分の未来を守ることができます。

### かんが 考えてみよう

薬物乱用のきっかけに身近な人から誘われて危ないと思っても「嫌われたくない」、「関係を壊したくない」気持ちから「断り切れず」に使ってしまったことが報告されています。でも、あなたに薬物を勧めめる人は、あなたにとって本当に「大切な人」ですか。自分や家族、周りの人にとって本当に大切なことは何か考えてみましょう。

#### ケース①

Aくんはバイト先の先輩から薬物に誘われています。最初はなんとか受取らずに済みましたが、またシフトが一緒になった時に誘われないか不安に思っています。あなたがAくんの友達だったら、どうしますか?

#### ケース②

Aくんは断りきれずについに薬物を受取ってしまいました。先輩には「ちくつたら殺すからな」と言われていますが、だんだんと薬物を受取ってしまったことが怖くなってきてどうすればいいか悩んでいます。あなたがAくんの友達だったら、どうしますか?



覚えておいてください!

### 1 薬物の問題の解決には、大人の力が必要です。

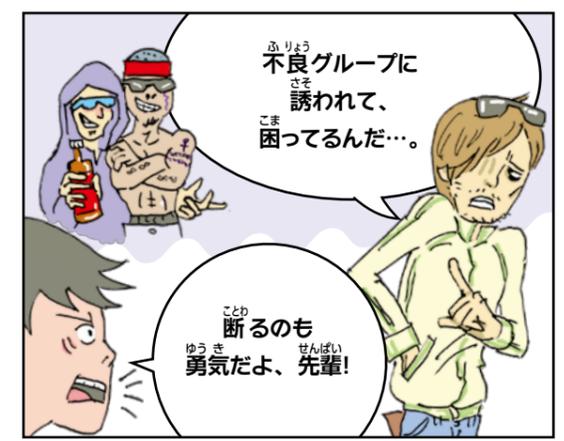
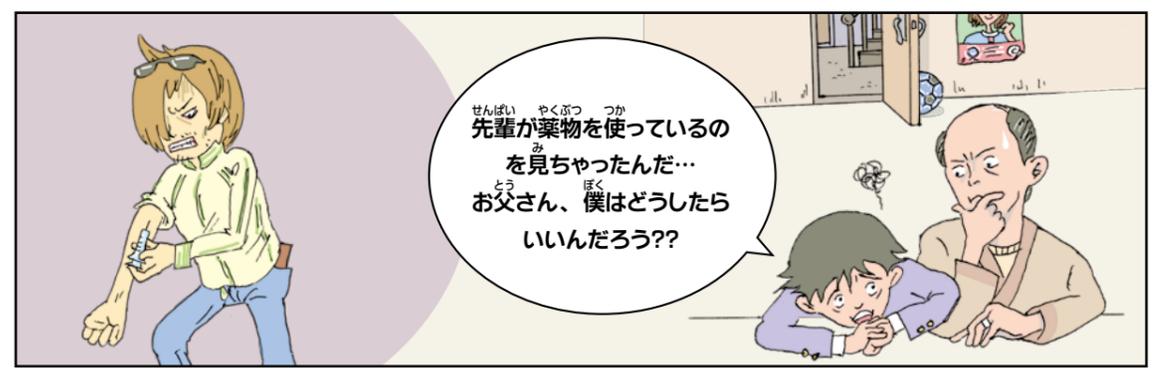
薬物関連の問題は、残念ながら、皆さんだけの力では、解決できないこともたくさんあります。友達間のプレッシャーや脅しなど、やりたくなかったのにやってしまった人もたくさんいます。しかし、一度の使用で自分の人生がめちゃくちゃになってしまうのです。これは本当にもったいないことです。早めに、信頼できる大人に相談しましょう。

### 2 薬物の問題において、「裏切り行為」はありません。

大人に相談することは、仲間を裏切ることになると思う人がいるかもしれませんが、知っているのに誰にも話さず、誰も薬物乱用を止めないことの方が「裏切り」です。薬物の問題は時間が経つほど深刻な状況になっていくからです。

### そうだん 相談してみよう

薬物について悩みや疑問を感じた時は、周囲の信頼できる大人に相談しましょう。そのような人が身近にいない場合は専門家に相談しましょう。



こんなことがあったら、手遅れになる前に相談をしましょう。各都道府県には、秘密厳守で相談にのってくれる窓口が設置されています。安心して、少しでも早く相談してください。

★相談することで自分も友達も救うことにつながります。➡ 相談窓口一覧は29ページに掲載

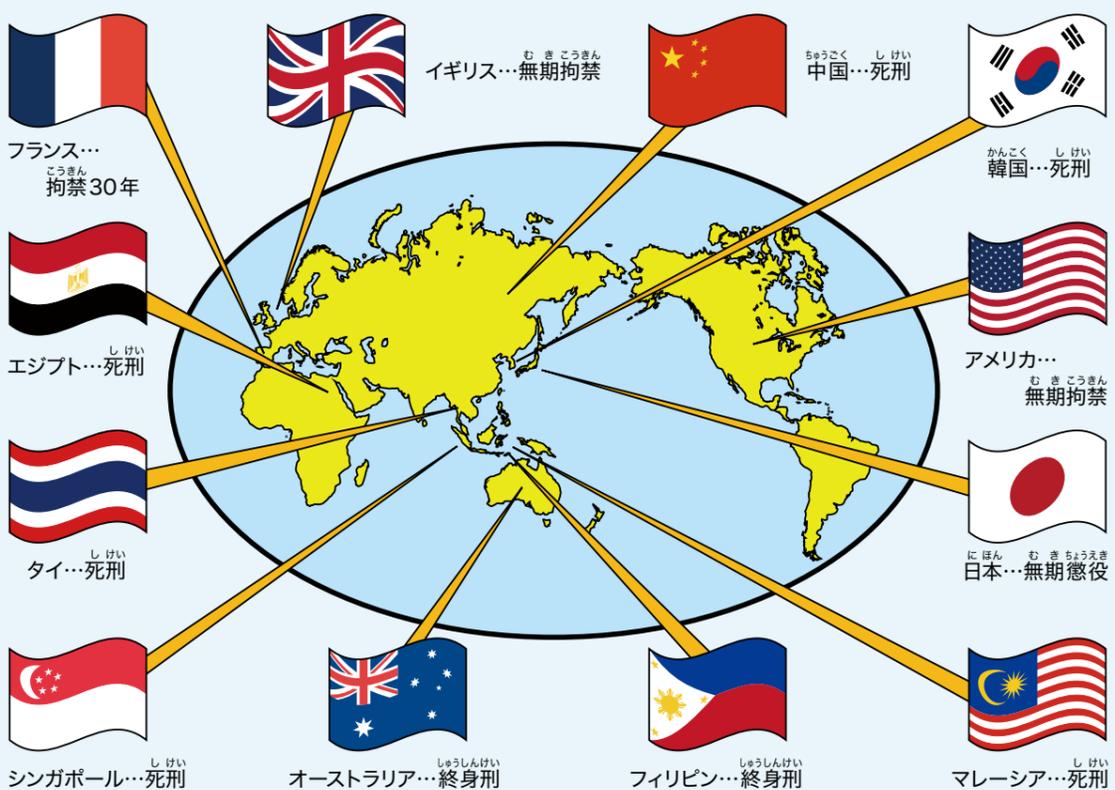
# 世界各国の薬物犯罪への罰則

薬物乱用は、犯罪です。その罰則には、国によって違いがありますが、どの国でも薬物犯罪には、大変厳しい罰則があります。最高の刑は死刑という国もあります。また、薬物の乱用は、その国の人ばかりでなく、観光で訪れた外国人でも犯罪者として逮捕されます。薬物乱用の防止で重要なことは、乱用していない多くの人が、自分の近くから薬物乱用を絶対に許さない社会をつくることです。これを世界の共通の輪になるようにすることです。



## 薬物を乱用すると罰せられます。 世界各国の最高刑

日本では薬物の乱用を防止するために、「覚せい剤取締法」「麻薬及び向精神薬取締法」「あへん法」「大麻取締法」「毒物及び劇物取締法」「麻薬特例法」などの法律があります。



# 日本人でも海外で処罰されます

海外には、違法な薬物の利用や所持・運搬等に対して日本よりも重い刑罰を科す国が多く存在します。中には、一定量以上の違法薬物の所持・運搬等による刑罰の最高刑を死刑としている国もあります。実際に海外において日本人に対して死刑判決が下され、死刑が執行されたケースもあります。

ほぼ毎年、各国で違法薬物の所持・運搬等の容疑で拘束され、重い刑罰を受け長期間海外の刑務所に服役している日本人がいますので、軽はずみな行動や不注意は絶対にさけてください。

# 海外の事情

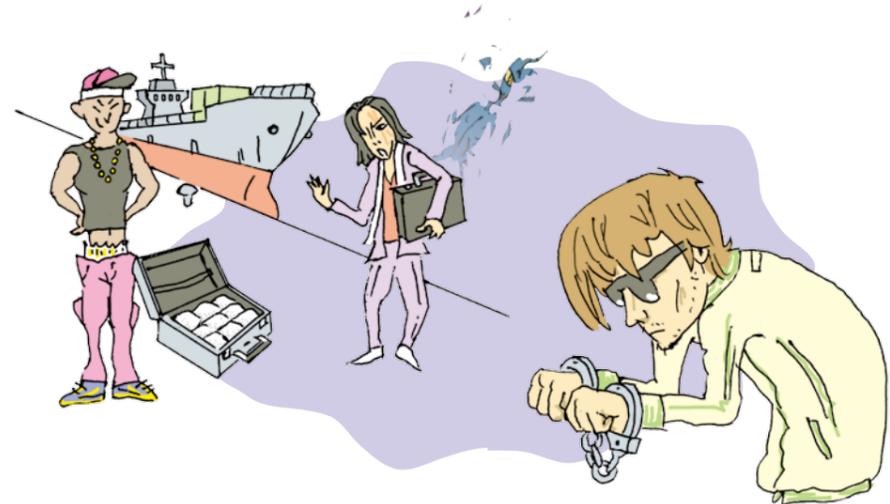
海外では日本で違法とされている薬物の使用が認められている国があります。しかし、安全だから認められているわけではありません。ある国では、お酒やタバコのように国がしっかり規制と制限をすることで、大麻を販売する犯罪組織に資金が流入することを断ち、未成年者の購入や所持などを厳しく管理、制限する必要があるという国の事情にあわせて、嗜好用大麻が一定の条件下で認められました。

解禁された国であっても健康被害への懸念も根強く、大麻の使用をきっかけとして、他の依存性が高い薬物に手を出してしまうケースもあり、医療専門家などから強い反発も出ています。この解禁されたという事実だけを見て、「海外では大麻の使用が認められているから安全だ」というような間違った判断を持たないようにしてください。

# 海外旅行での注意

あなたが海外旅行に行ったときに、もしかしたら違法薬物への誘い・入手・利用を勧められることがあるかもしれません。しかし日本の違法薬物を取締る法律は、国外における違法薬物の使用・所持・譲渡も処罰の対象としているため、帰国後に逮捕される場合があります。また薬物密売組織は、常に「運び屋」になる人を探しています。金銭的な報酬で取り引きを持ちかけられることもあるかもしれません。素性がはっきりしない人物からの誘いや、親交の浅い知人等から荷物を預かったり、または知らない人へ荷物を届けるように持ちかけられた場合は、相手から謝礼の打診があったり、「荷物は危ないものではない」と説得されても、絶対に引き受けしないでください。

日本人であっても現行犯で逮捕された場合、「人から預かった荷物で自分のものではない」「違法薬物だとは知らなかった」などと言いつつ通用しません。日本国大使館や総領事館でも、その国の司法手続きに従う必要がありますので釈放や減刑といった要求はできません。



厚生労働省の啓発活動

厚生労働省では、薬物乱用を防止するため、都道府県などと一緒全国的なキャンペーンを行っています。

不正大麻・けし撲滅運動(毎年5月1日から6月30日まで)

1960年より、関係機関の協賛のもと、都道府県と一体となって「不正大麻・けし撲滅運動」を実施しています。関係機関及びボランティアが、不正な大麻やけしの発見・除去を行うほか、大麻やけしに関する正しい知識を普及するため、ポスター及び啓発読本を作成・配布しています。



「ダメ。ゼッタイ。」普及運動(毎年6月20日から7月19日まで)

1998年6月に国連麻薬特別総会において国連薬物乱用根絶宣言が採択されたことを受け、この宣言の支援事業の一環として、官民一体となり、国民一人一人の薬物乱用問題に対する意識を高め、薬物乱用防止に資するため、全国各地で街頭キャンペーン等の啓発活動を実施しています。



また、この期間を中心に、(公財)麻薬・覚せい剤乱用防止センターを中心として、「ダメ。ゼッタイ。」国連支援募金運動が展開され、国内外の薬物乱用防止運動に必要な資金に役立てられています。

麻薬・覚せい剤乱用防止運動(毎年10月1日から11月30日まで)

1963年より、関係機関の協賛のもと、都道府県と一体となって「麻薬・覚せい剤乱用防止運動」を行っています。国民一般に対して、麻薬・覚せい剤・大麻・危険ドラッグ等の恐ろしさ、乱用防止についての知識の普及に努めています。



その他の啓発活動

厚生労働省では、上記のほか、さまざまな啓発読本の作成・配布や、民間団体に委託した啓発活動を実施しています。詳しくは、厚生労働省ホームページ(厚生労働省トップページ→分野別の政策「健康・医療」『医薬品・医療機器』→施策情報「薬物乱用防止に関する情報」)をご覧ください。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryuu/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html

相談窓口一覧

Table listing consultation centers across various prefectures with their phone numbers. Includes entries for Hokkaido, Tohoku, Kanto, Chubu, Kansai, Kyushu, and other regions.