

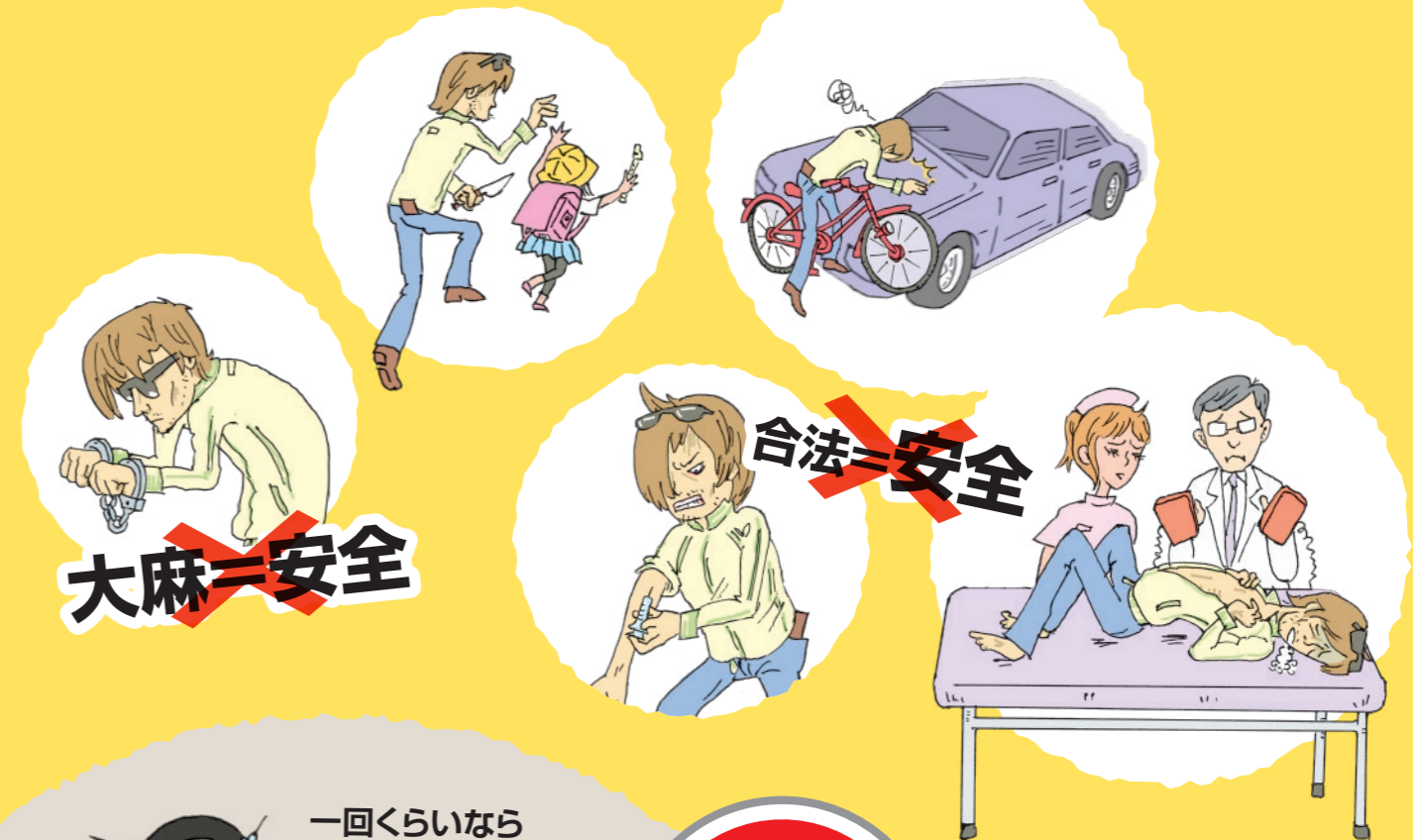
薬物乱用は「ダメ。ゼツタイ。」

薬物乱用は「ダメ。ゼツタイ。」

薬物乱用防止読本

健康に生きよう

パート
31



~~大麻=安全~~

~~合法=安全~~



一回くらいならいいじゃん。ちょっとだけだし…



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

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 乱用される薬物とは? 2
- 1-2 薬物乱用とは? 3
- 1-3 覚醒剤 4
- 1-4 大麻 6
- 1-5 危険ドラッグ 9
- 1-6 薬物乱用の法規制 10

2 薬物乱用が心身にもたらす影響

- 【マンガ】薬物を乱用するとどうなるの? 11
- 2-1 脳への影響 12
 - 2-2 身体への影響 13
 - 2-3 耐性・依存 14
 - 2-4 フラッシュバック 16

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 17
- 3-1 薬物乱用が引き起こす事件 18
 - 3-2 薬物乱用者の告白 19

4 誘われた時、どう断る?

- 4-1 誘われたらどうする? 20
- 4-2 断るコツ 21
- 4-3 考えてみよう 22
- 4-4 大切な自分を守るための5つのポイント 23

5 世界各国の薬物乱用

- 5-1 世界の不正薬物の流通 24
- 5-2 世界各国の薬物乱用と法律 26
- 5-3 厚生労働省の啓発活動 27

6 相談窓口

- 6-1 秘密厳守の相談窓口 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



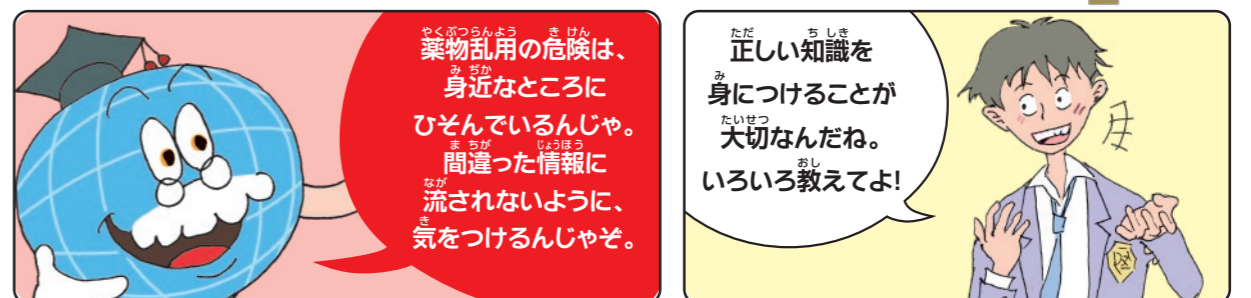
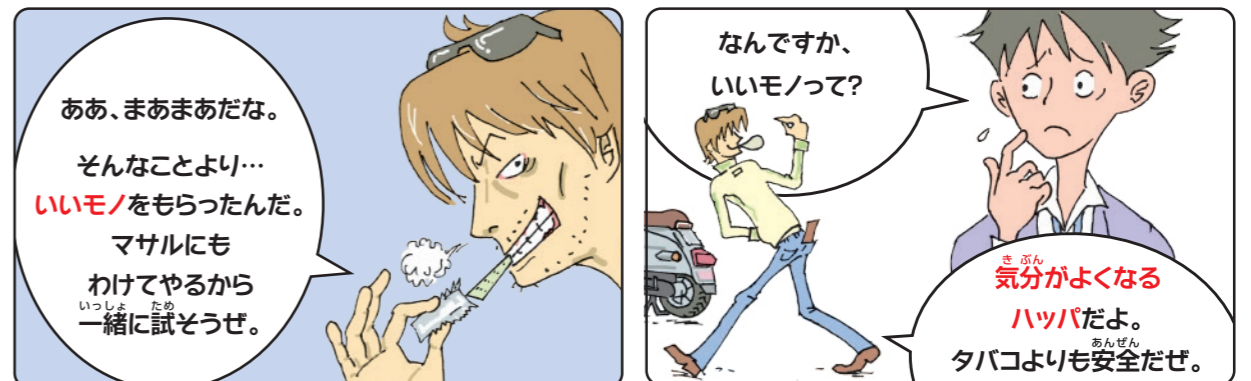
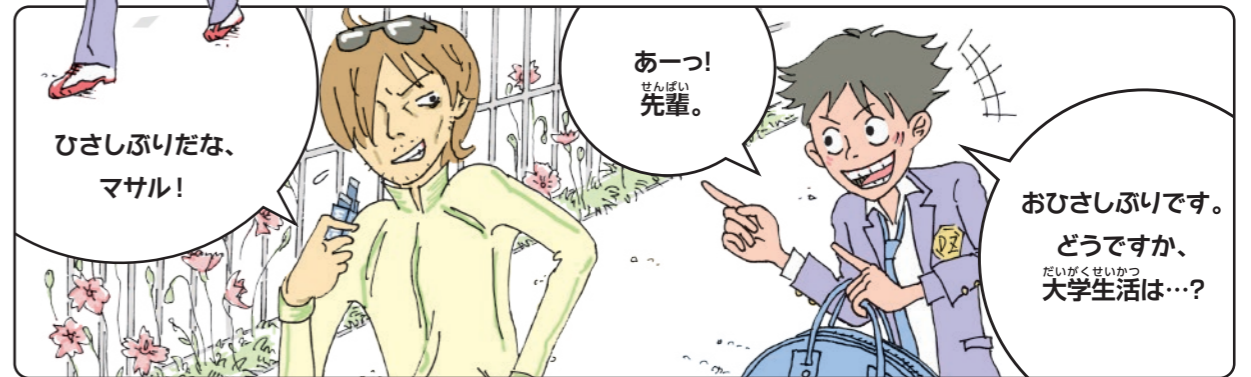
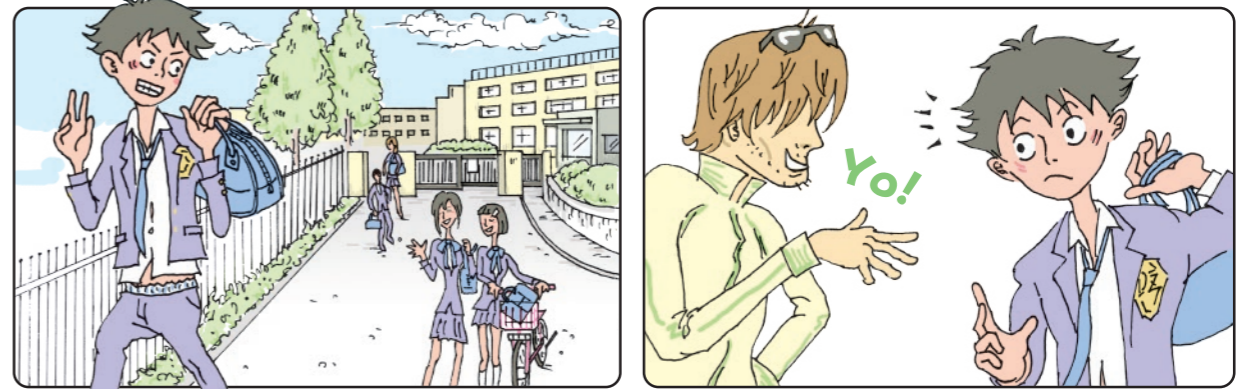
先輩(19歳)
マサルの先輩
大学1年生



「ダメ。ゼッタイ。」博士

はじめに

身近に潜む薬物乱用



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。乱用される薬物の作用は、脳への影響によって次のように分けられます。

興奮作用

覚醒剤



コカの葉



塩酸コカイン

幻覚作用

MDMA



LSD



マジックマッシュルーム(幻覚性キノコ)



2C-B



抑制作用

向精神薬 (睡眠剤・抗不安剤など)



あへん系麻薬(ヘロインなど)



有機溶剤 (シンナー・トルエン・接着剤など)



大麻(マリファナ)



大麻樹脂

危険ドラッグ



【合法ハーブ】として

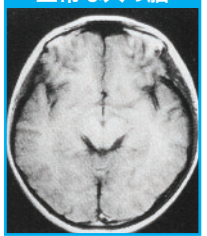
【アロマオイル】として

【バスソルト】として

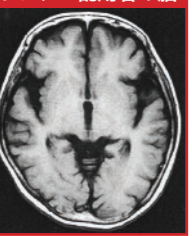
※向精神薬は医療用として用いられていますが、乱用されると精神及び身体へ障害を与えます。

有機溶剤(シンナー・トルエン)


正常な人の脳



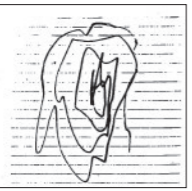
シンナー乱用者の脳



正常な人が書いたうずまき



シンナー乱用者が書いたうずまき




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。

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、病気や傷の治療に使いますが、こうした本来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、薬物は乱用すると、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。さらに薬物乱用は乱用する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。」という意識を持っておくことが大切です。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恐ろしさについての正しい知識を身につけて、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。

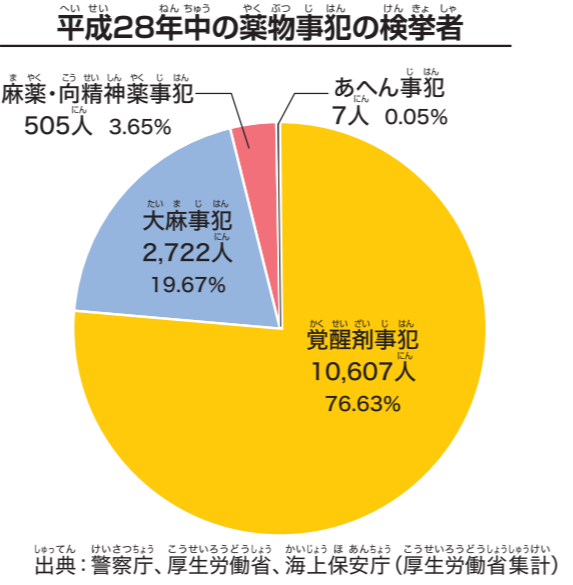
この時期に薬物を乱用すると、脳や身体の成長がストップし、感情のコントロールができず、意欲がなくなる、怒りっぽくなるなど、心身の発達が損なわれて、家族や友達とのコミュニケーションもできなくなってしまうことがあります。そして、健全な社会人となることができなくなるかもしれません。

そのため、薬物は一回でも「ダメ。ゼッタイ。」です。

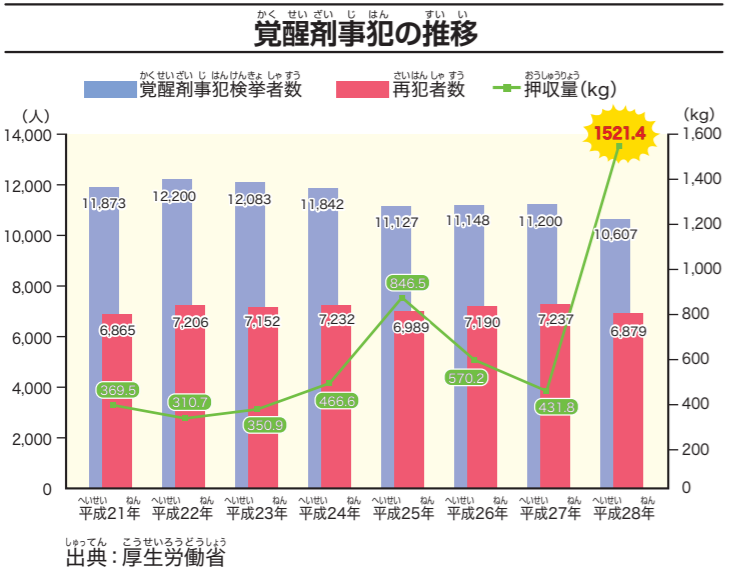


覚醒剤とは？

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76%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。



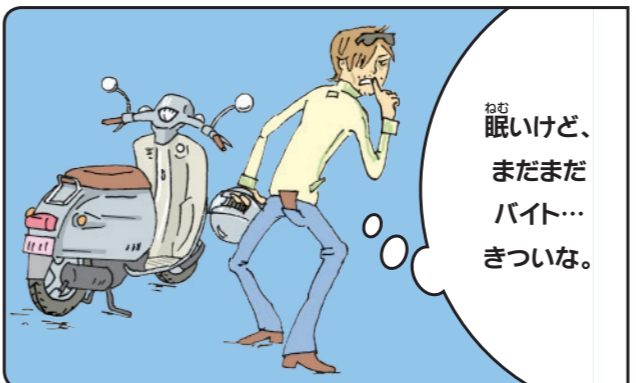
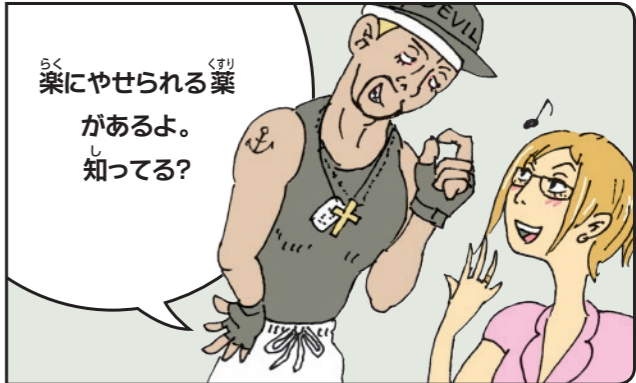
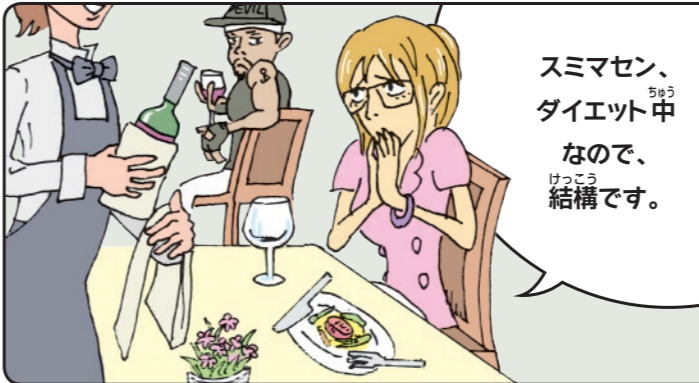
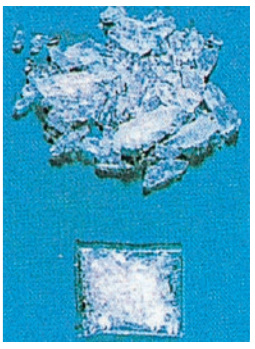
覚醒剤事犯の特徴は？



覚醒剤事犯の検挙者の数は平成22年をピークに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平成28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、平成28年でも全体の6割以上を占める高水準となります。このことから分かるように、「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!

違法薬物の乱用者の多くは、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。



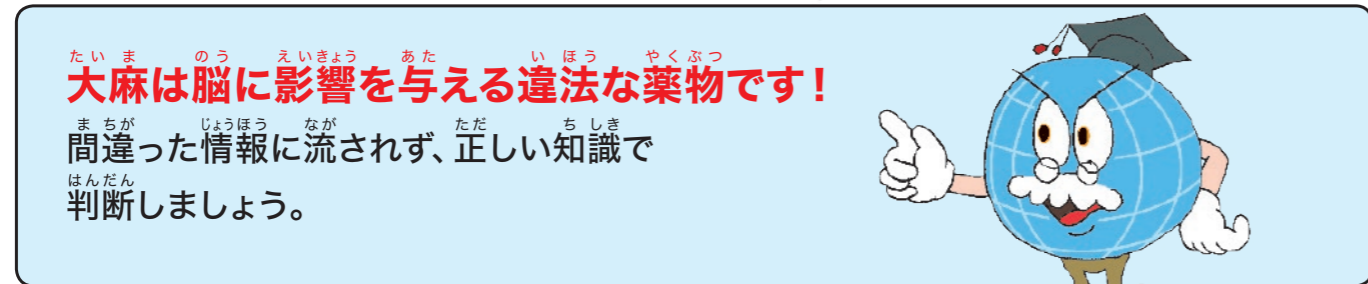
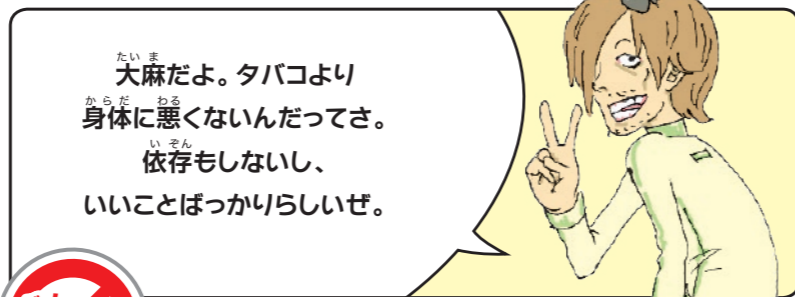
違法な薬物はいろいろな隠語で呼ばれています。

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
サイロス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? (男)

名前に惑わされてはダメじゃ! 「スピード」も覚醒剤じゃ! (女)

大麻とは？



大麻 ≠ 安全

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、大麻の種子を入手して大麻草を栽培するという違反事例も増えていきます。インターネットでは、さまざまな隠語を使って売られています。

大麻については、「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、**社会生活に適應できなくなる**こともあります。



大麻(マリファナ)

(注)麻(あさ)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。

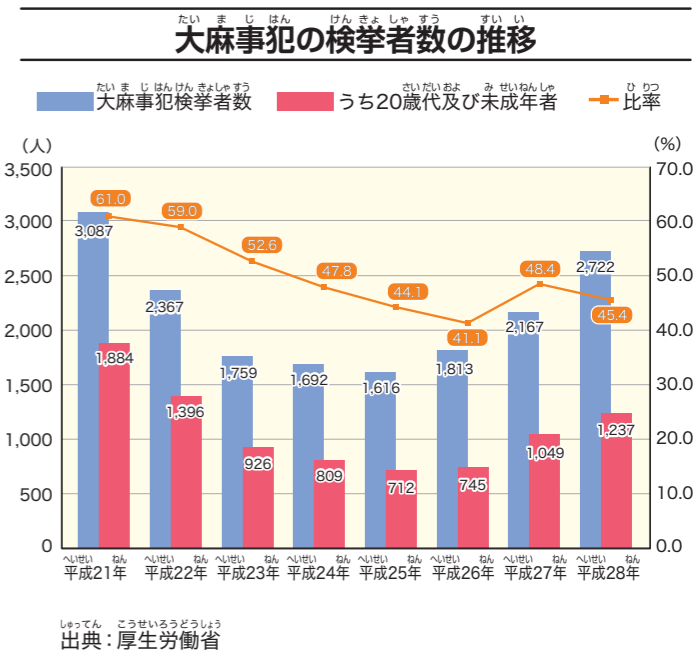
若者の検挙者が増加！

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。

平成21年をピークに減少していた検挙者の数は平成26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。

平成28年には茨城県内や岡山県内で、平成29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。

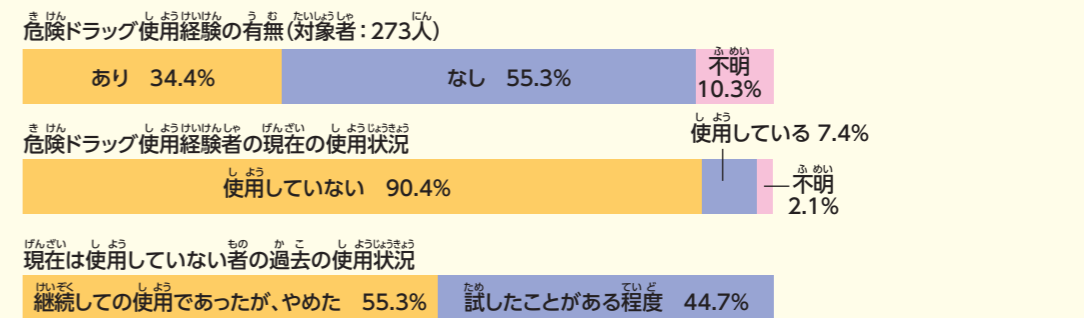
大麻はゲートウェイ・ドラッグといわれ、他の薬物を使用するきっかけとなるおそれが強い薬物です。また、特に未成年の乱用は、心身の発達に大きな影響を与えることが明らかとなっています。一回でも使用してはいけません。



若者の危険ドラッグと大麻の乱用状況

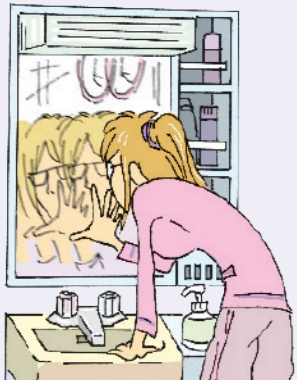
平成26年度より危険ドラッグに対する規制が強化され、平成27年度は危険ドラッグに起因する事件や事故の報道が目にする機会が減りました。「若年層による大麻と危険ドラッグの乱用状況に関する調査結果」(警察庁/平成27年における薬物・銃器情勢)によると、犯行時の年齢が30歳未満の大麻事犯の検挙者のうち、危険ドラッグを継続使用していたがやめた者のその理由について、「危険ドラッグに対する規制が厳しくなった」「危険ドラッグが入手しにくくなった」という回答が多かったことが報告されています。あわせて、「使用していて気分が悪くなった」「使用すると命の危険があるとわかった」という理由を挙げる者も多く、規制強化やその毒性の強さから、危険ドラッグ市場は極めて限定的なものとなったといえます。

その一方で、検挙者数を見ると、平成27年の大麻の検挙人数は5年ぶりに2,000人を超え、うち未成年者及び20歳代では1,049人と大きく増加しており、危険ドラッグ使用者が大麻や覚醒剤に移行している可能性が示唆されています。



たいま らんよう 大麻を乱用すると…

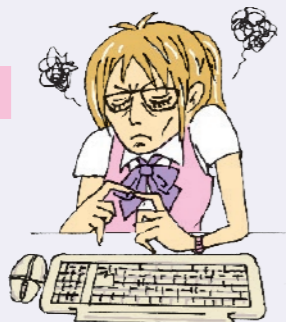
ちかく へんか 知覚の変化
じかん くらかん かんかく 時間や空間の感覚がゆがむ



じょうちよ ふあんてい 情緒の不安定
いらいらする 不安になる



しこう へんか 思考の変化
しゅうせうりく 集中力がなくなる



なが つつ 長く続けていると…

たいま せいしんびよう 大麻精神病



げんかく もうそうとう 幻覚・妄想等の症状が出る

ちてききのう ていか 知的機能の低下

ものを考えられなくなる

むどう きしょうこうぐん 無動機症候群

何もやる気がしない



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」ということがほとんどで、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、使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。

平成26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。

ハーブとして



アロマオイルとして



バスソルトとして



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。



買わない、使わない、かかわらない!



あぶなかった、だまされたた…

先輩、あぶなかったね。



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。

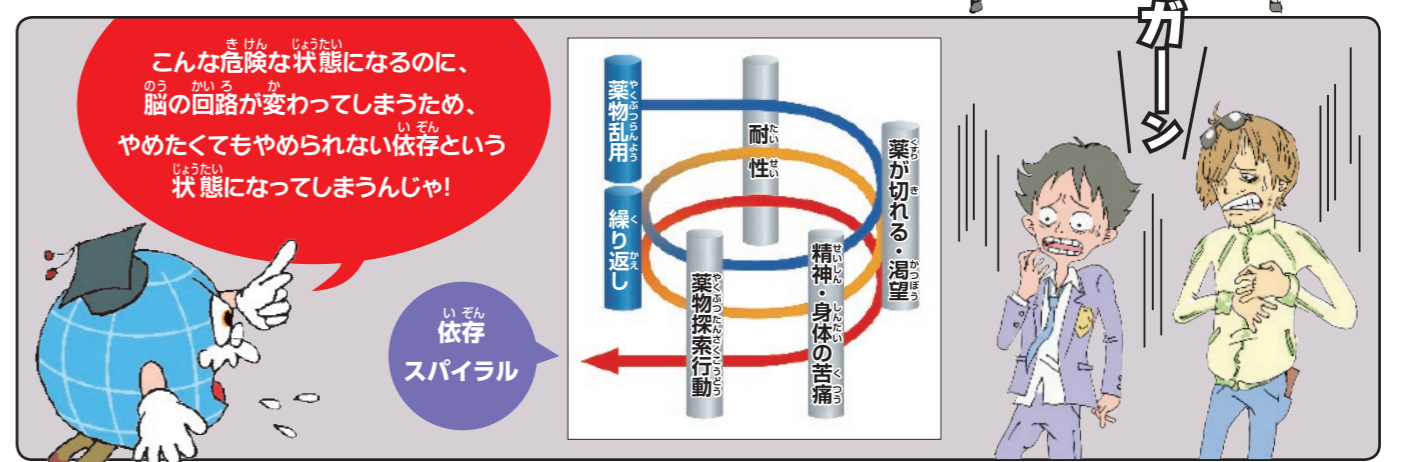
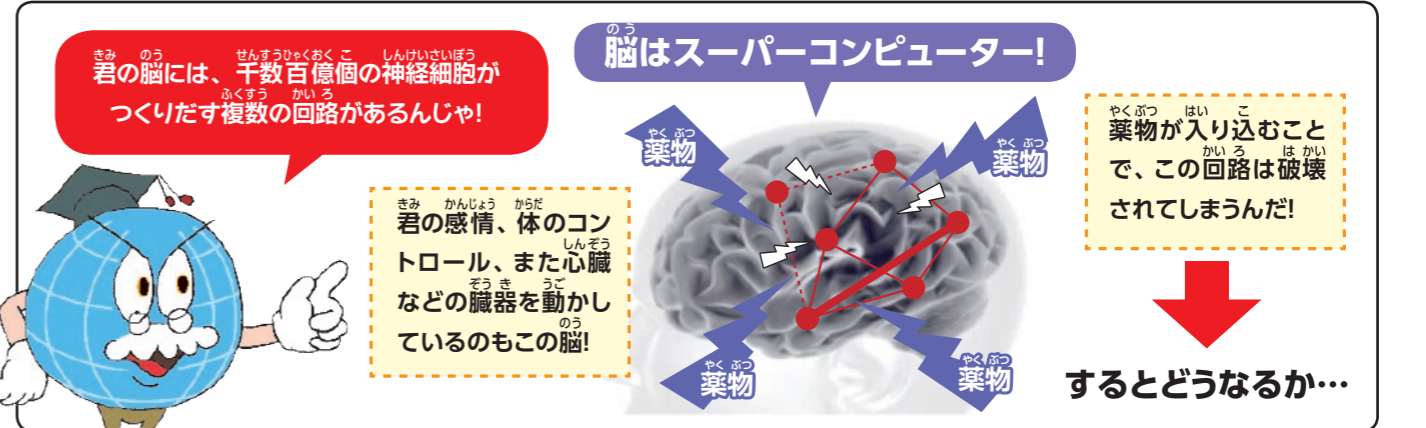
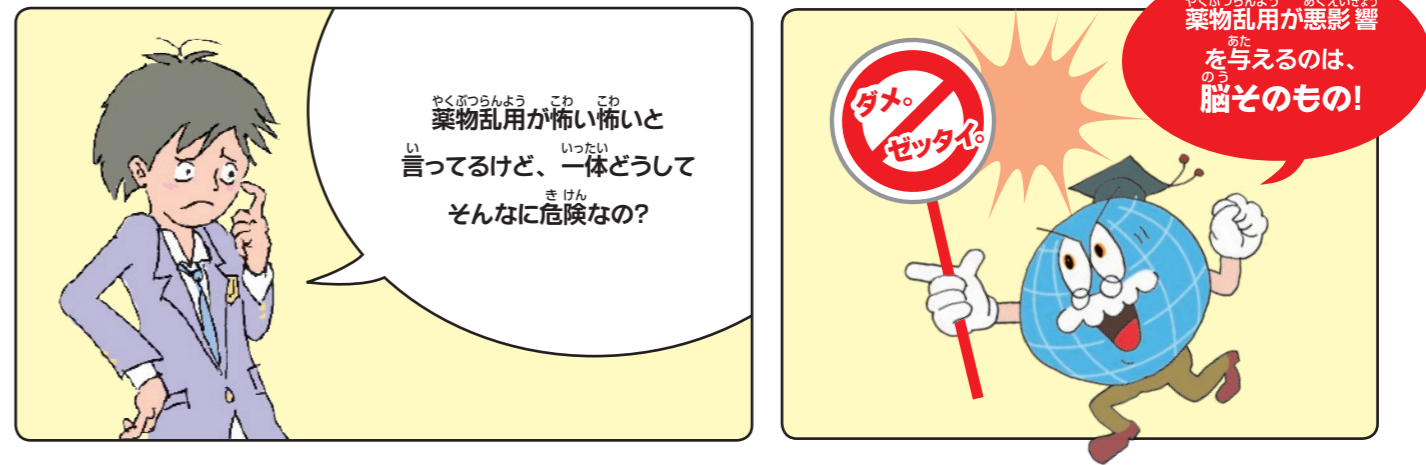
覚醒剤	覚せい剤取締法	輸出・輸入、製造、譲渡・譲受、所持、使用
麻薬・向精神薬	麻薬及び向精神薬取締法	輸出・輸入、製造、譲渡・譲受、所持、使用、栽培
大麻	大麻取締法	輸出・輸入、栽培、譲渡・譲受、所持
あへん	あへん法	輸出・輸入、製造、栽培、譲渡・譲受、所持、使用
シンナー	毒物及び劇物取締法	譲渡・譲受、所持、使用
危険ドラッグ 指定薬物	医薬品医療機器法	製造、輸入、販売、授与、所持、使用、購入、譲受、販売・授与の目的での貯蔵・陳列

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、平成25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、指定薬物の数は平成29年11月10日現在で2,363物質となっています。

薬物を乱用するとどうなるの？



脳への影響

1 幻覚



過去に見た嫌な虫



今の自分の手



現実と過去の記憶の整理がつかなくなる!



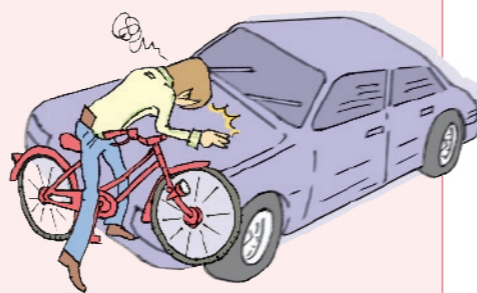
反社会的行動
幻覚妄想による殺人!

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!



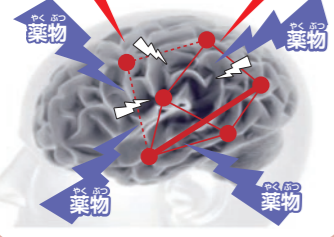
思ったように体が動かない!



交通事故

3 内臓機能の低下

心臓を動かせ! 呼吸をし!



内臓器官に指令が出せない!



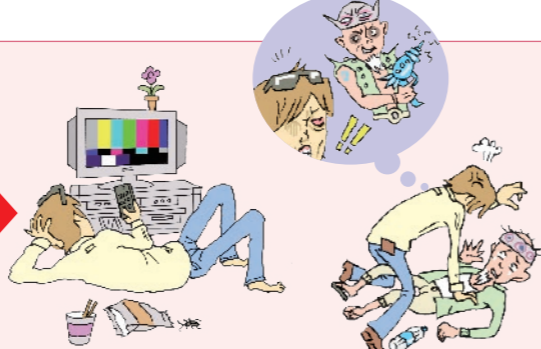
急性中毒死

4 感情のコントロールがきかなくなる

やさしい心 おも思いやり



感情のコントロールが阻害される



社会的不適応

人格障害

身体への影響



薬物の乱用により、脳をはじめとする身体障害が現れるんじや。



脳
大脳の神経細胞の死滅による大脳の萎縮 (記憶力低下、認知障害)
有機溶剤精神病 (幻覚、妄想など)

正常	異常

肝臓
細胞の一部が死ぬ (食欲不振、黄疸、腹水)

腎臓
細胞の一部が死ぬ (タンパク尿)

骨髄
赤血球がつかられなくなる (貧血)

生殖器
萎縮 (生理不順、生殖能力の低下)

眼
視神経が優される、眼底出血がおこる (視力低下、失明)

歯
歯がぼろぼろになる

気管支
肺: 粘膜が優される (せきが出る)

心臓
血圧上昇

食道・胃
胃粘膜が優され、出血する (胃痛、吐き気、嘔吐)

正常	異常

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、運動機能に関係する)」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、脳内の神経系には元に戻せない変化が生じ、薬物使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。

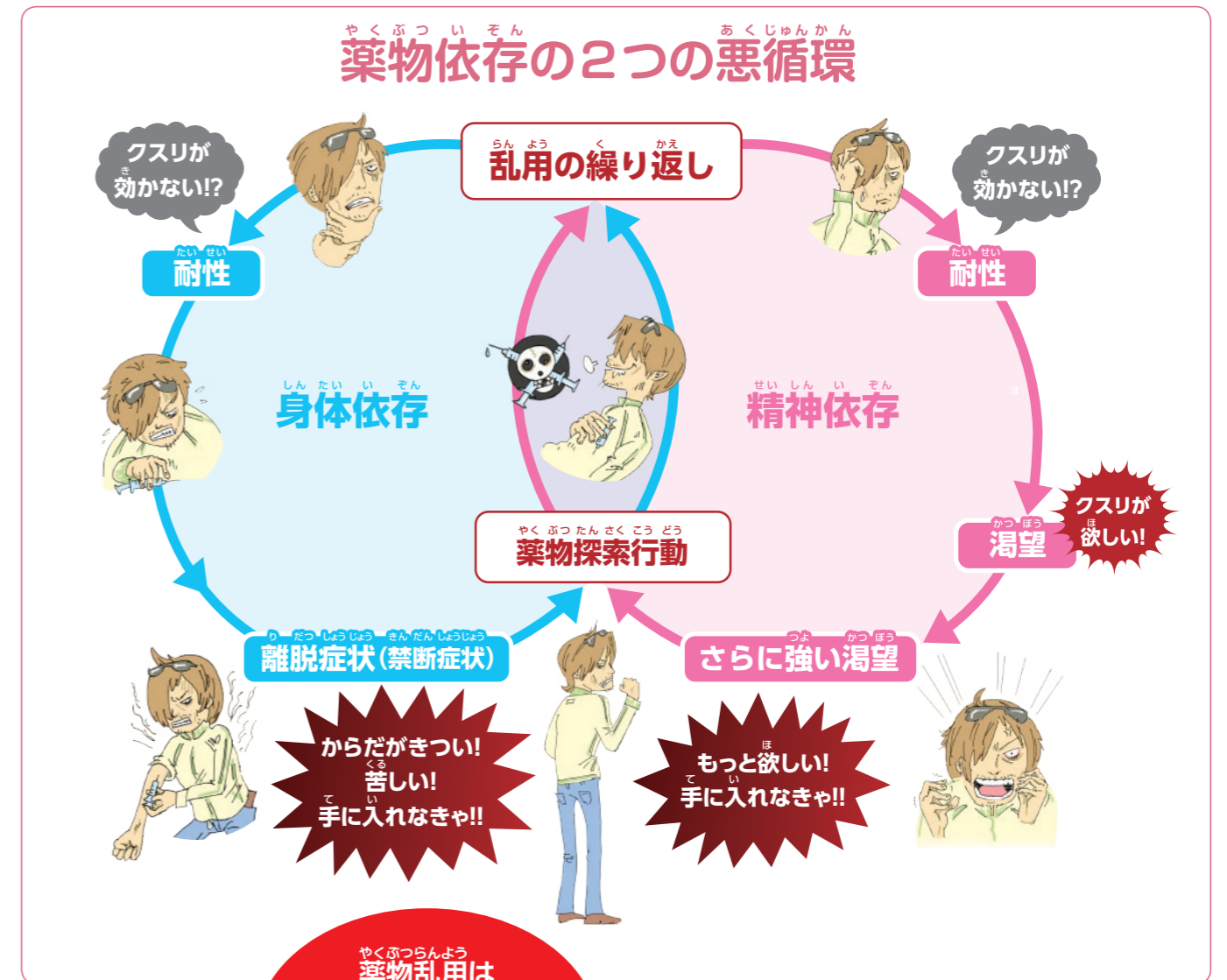
ネズミの実験

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

乱用薬物は依存性が強いので、乱用すると自力ではなかなかやめられなくなります。薬物の効果が切れるとイライラしたり落ちつかなくなり、また薬物が欲しくなって自分の意志によるコントロールがきかなくなります。さらに薬物への欲求は激しくなり、強迫的な使用へとつながっていきます(精神依存)。

薬物によってはさらに身体依存の悪循環となり、深みにはまります。こうして、自分の意志では薬物使用のコントロールがきかなくなった状態を薬物依存といいます。

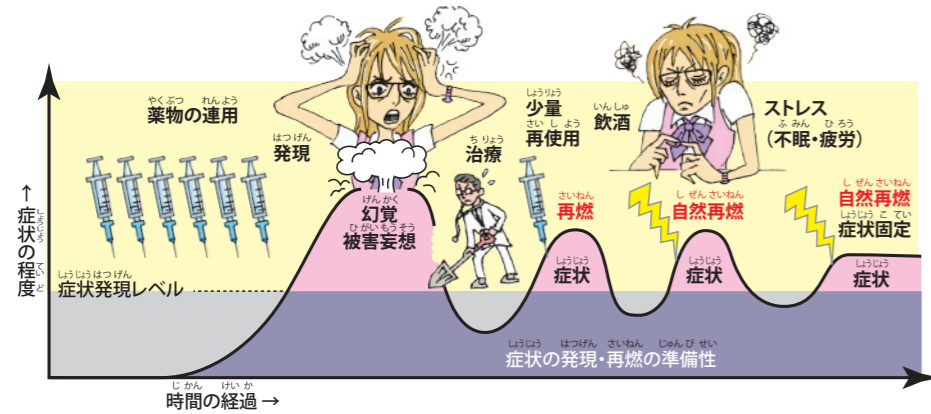


薬物乱用は いったん始めると、 やめられなくなって しまうんじや。

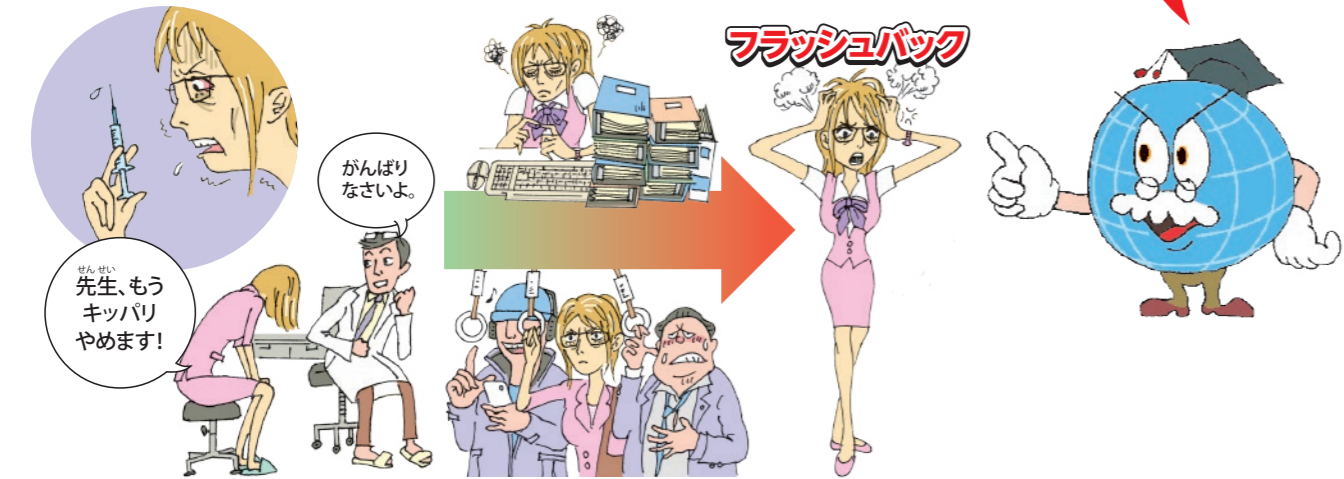
フラッシュバックとは？

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ゃ。

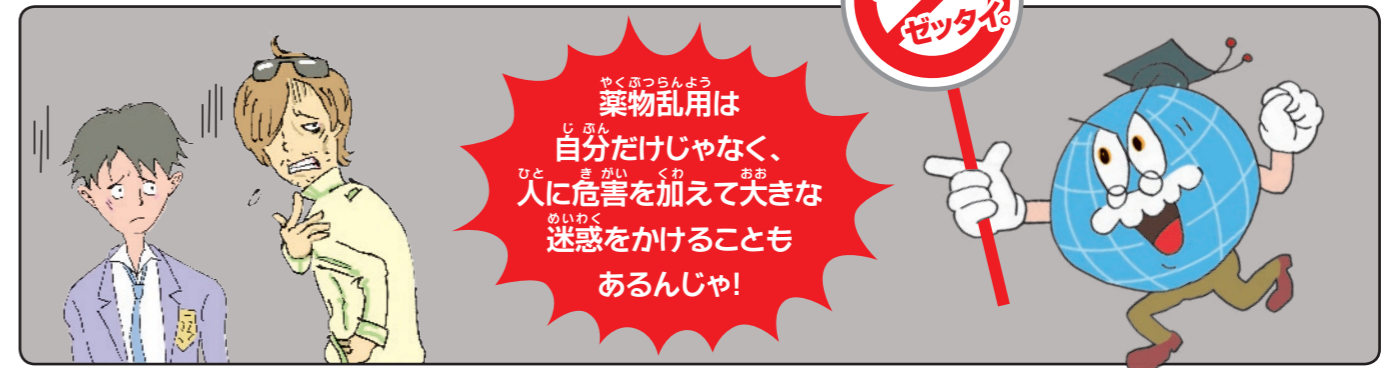
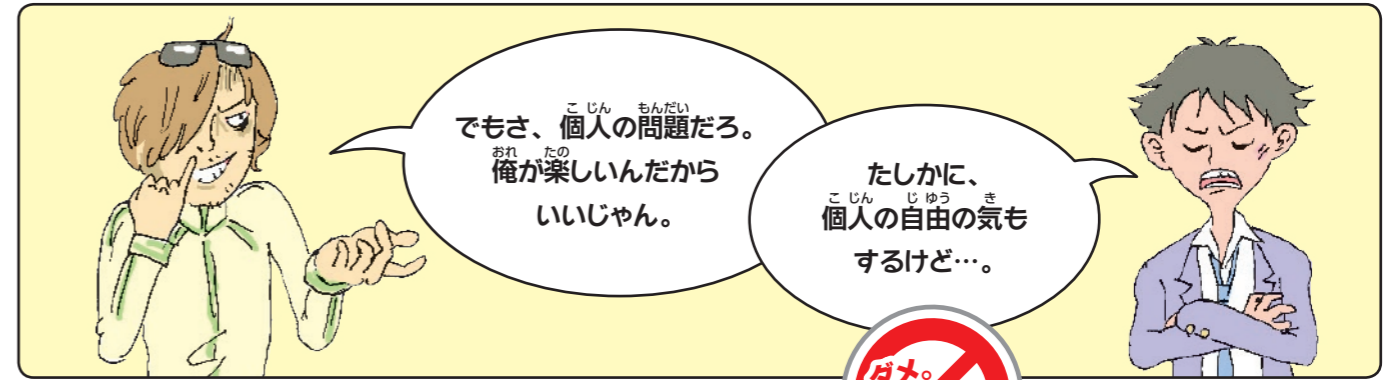


フラッシュバックの事例

覚醒剤をやめてから、約10年近くたった29歳の頃です。仕事が忙しくて睡眠不足が続いたある日、突然心臓の鼓動が早くなって、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、ハツ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。

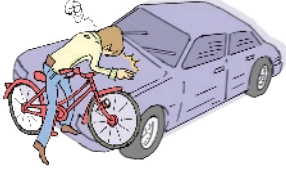
周囲を巻き込む薬物乱用




やくぶつらんよう ひ お し げん 薬物乱用をしたことによって引き起こす事件

やくぶつらんよう のう きのう こうそう か
薬物乱用は脳の機能や構造を変えてしまうため、せいじょう はんだん
正常な判断ができなくなる、うんどうきのう
運動機能がおかしくなる、げんかく もうそう
幻覚・妄想に
おそ
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。


やくぶつ しよう くろま うんてん
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)




きげん 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)



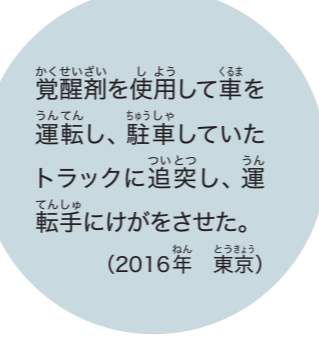
やくぶつ つか つぶ
薬物を使い続けるためには当然お金が必要で、薬物にはまってしまうと、生活の中の優先順位が変わってしまい、どうすれば乱用を続けられるかが第一の関心事になり手段を選ばなくなります。



きげん ドラッグを吸って乗用車を運転し、駅近くで7人を次々にね、1人を死亡させ、男女6人に重軽傷をおわせた。
(2014年 東京)



かくせいざい しよう くろま
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、運転手にけがをさせた。
(2016年 東京)




やくぶつらんよう つぶ ひ お し げん 薬物乱用を続けるために引き起こす事件

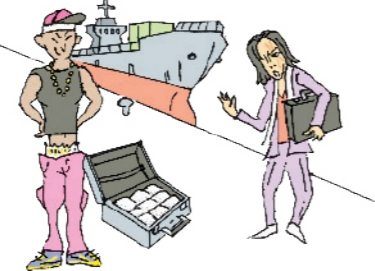
やくぶつ つか つぶ
薬物を使い続けるためには当然お金が必要で、薬物にはまってしまうと、生活の中の優先順位が変わってしまい、どうすれば乱用を続けられるかが第一の関心事になり手段を選ばなくなります。

そのため、最初は家族間や友人間での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。


むしよくしゃ まい いっかい まんえん いほやく
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)



かくせいざい とりまわりほう いほん しよじ
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)



こうこう ねんせい まい およ ちゅうがく ねんせい
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)



やくぶつらんようしゃ こくはく 薬物乱用者の告白

事例 1

私は、ミュージシャンの先輩に勧められて大麻を使うようになった。しかし、地元での私の認知度があがってきた矢先、逮捕され、すべてを失った。執行猶予判決が出て、これを機にまじめな生活を始め、妻・子どももつたが、また大麻に手を出し、離婚することになった。その後、新しい恋人ができ婚約をしたが、再び大麻所持で逮捕されることになった。

振り返ると人生の節目に際して、大麻によって人生が壊されていることに気づいた。周りの人にも多大な迷惑をかけた。今は、後悔しかない。

事例 3

高校2年生のA子は、成績も優秀で、進学校に入学し、中学校からやっていたテニス部に入り順調な学校生活を送っていたが、先輩とのいざこざから、退部してしまった。一種の挫折感から、勉強もはかどらなくなり、ストレス解消と言いつつ、夜遊びを繰り返し、いつしか中学時代の友人とクラブに出入りするようになり、夜通し踊り明かしたり、時には酒を飲んだりするようになった。

ある日、クラブで知り合った仲間から、覚醒剤を持ち出され「これをやれば、すごい気持ちいいし、痩せられるよ」と言われ、周りのノリと覚醒剤を勧めてきた仲間が異常に見えなかったことから、覚醒剤を注射してもらい、たちまち虜になってしまった。そして、学校にも通わなくなり、やがて仲間と共に逮捕され、学校を退学することを余儀なくされた。

事例 2

当時私は高校を卒業し、フリーターとして働き始めたばかりだった。慣れない生活にストレスを感じ、友人達との飲んだり遊んだりして発散していた。

そんなある日、友人からハーブを勧められた。初めてハーブを使った時は、全身で効果を感じ、衝撃を受けた。ただ、数回に一回は気分が悪くなってしまうものもあった。それでも私は、ハーブでえられる気分の良さを味わいたくて、ついつい使ってしまう日々を送っていた。

その後、捕まらないと教えられたハーブは、実は違法だと知った。しかし、私はハーブの無い生活は考えられない程、ハーブにはまっていた。

そうして、ついに私は逮捕された。麻薬取締官から、そのハーブが指定薬物と呼ばれる違法なもので、どれほど危険なものだったのか教えられ、肝が冷えた。

事例 4

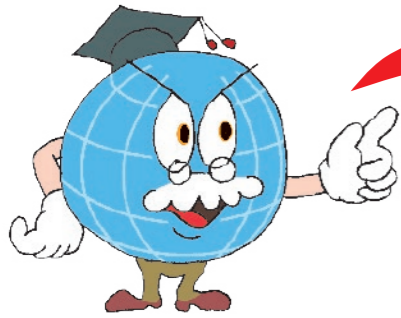
覚醒剤を使っていたころは、いつもイライラしていた。電車に乗っている時、刑事が尾行していると思込み、後ろにいたサラリーマンを思いっきり殴って逃げたりしたこともあった。

覚醒剤を使って運転して人をはねてしまったが、覚醒剤のことがばれるのが怖くて、そのまま逃げてしまった。被害者は子供だった。

一番最初は興味本位でマリファナ(大麻)に手を出し、そこから覚醒剤にはまってしまった。後悔してもしきれないが、あの最初マリファナさえやらなければ、と思っている。



誘われたらどうする?

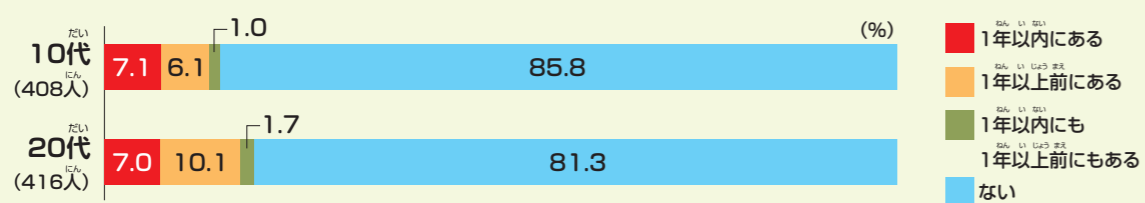


薬物って芸能人と一部の悪い人達がやっているもので自分には縁がないと思っていないかな? でも、インターネットの調査では20代の約5人に1人、10代の約7人に1人が身近に薬物を使用している可能性がある人を知っていると答えている!



意外と身近な問題なんだね。

問い ここ3年くらいの間にあなたの周囲で薬物を使っている人がいるようなことを見たり聞いたりしたことがありますか。



出典:「平成21年度インターネットによる『青少年の薬物乱用に関する調査』(内閣府)」

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まっています。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。

NO!!

僕はそういうの嫌いだから!

一回だけでも乱用だよ!

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?

NO!!

今日は別の用事があるから。

「そういえば…」(と話題を変える。)

自分を大切にする気持ちを大事にしよう!



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!

ダメ。ゼッタイ。

かんが 考えてみよう

薬物の誘いはハッキリ・キツパリと断ることを前ページで学びましたが、身の回りの大切な人が巻き込まれて困っているケースはどうでしょうか。薬物は形を変えて、あなたを惑わしてきます。次の2つのケースで、あなたがA君の友達だったらどうする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て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？



おほ 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っ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。

★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

たいせつ 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かもしれませんね。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くれてい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

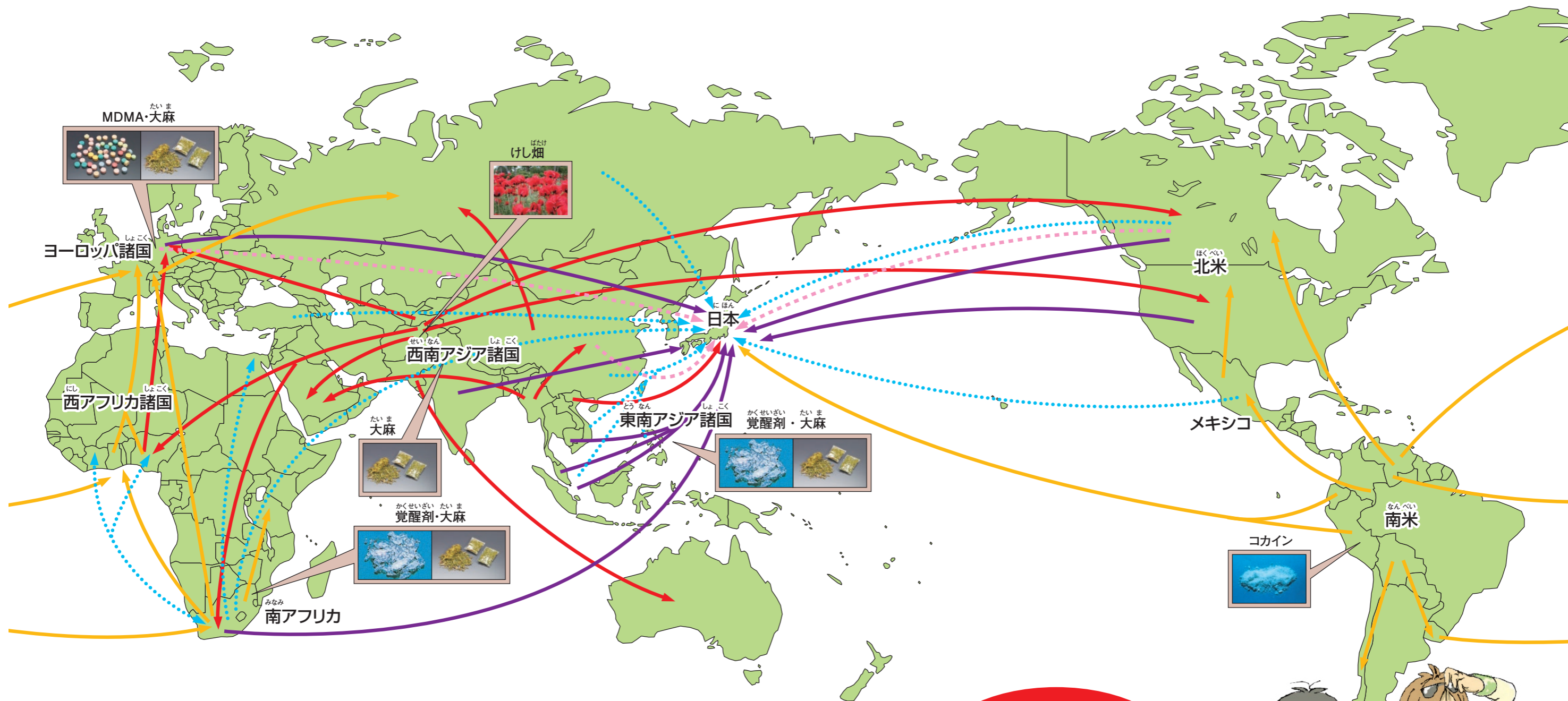
今、あなたはどんな目標を持っていますか？ どこに行きたいですか？ 行きたい学校に入る、やりたい職業、旅行、世界遺産を見たいなど、どんなことでも良いです。なかなか思いつかない人は、次の週末にしたいことを考えてみましょう。行きたい場所、食べたいもの、読みたい漫画でも何でも良いのです。

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も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。

世界の不正薬物の流通

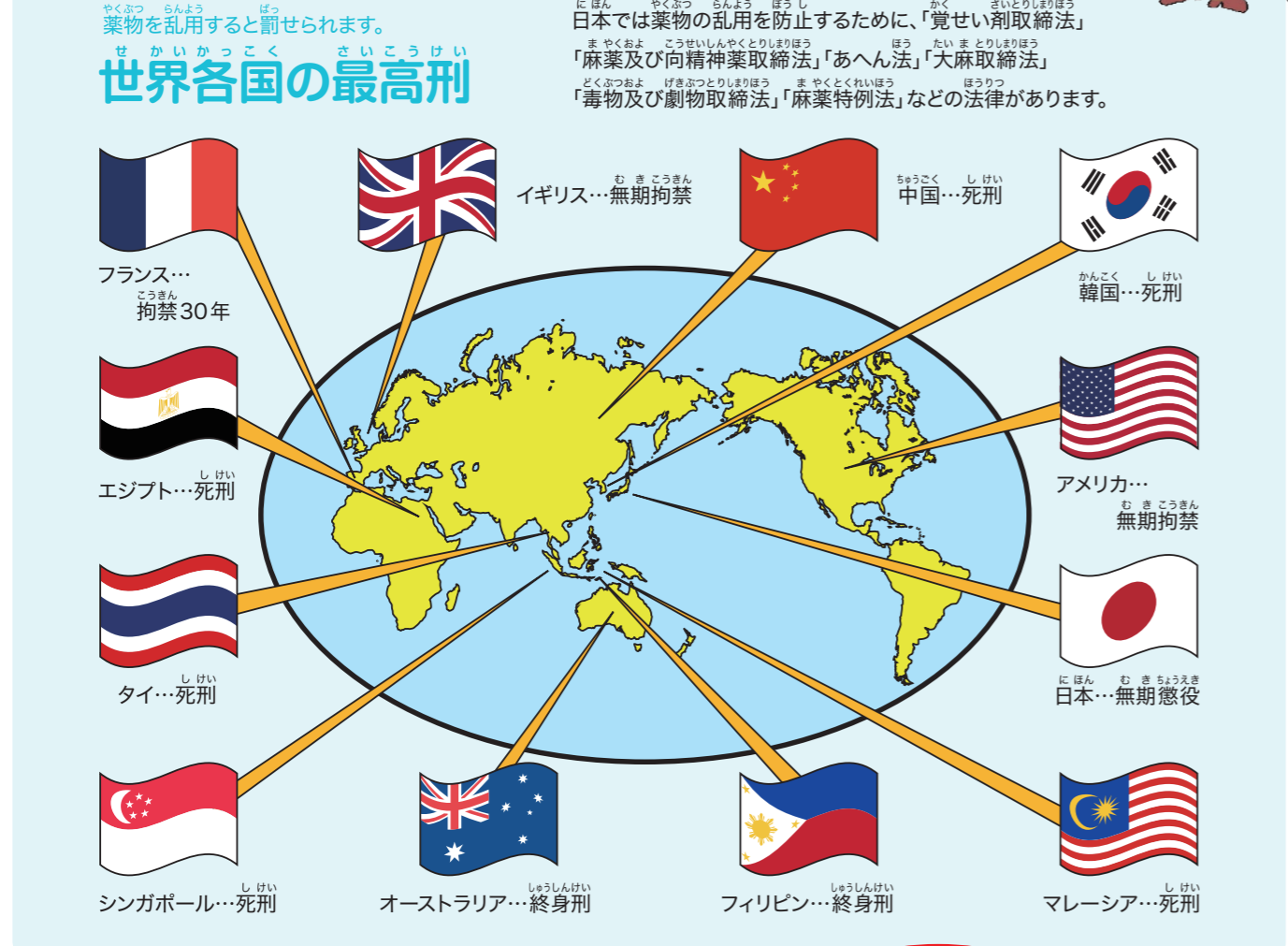


薬物の乱用は
暴力団などの薬物密売組織への
資金を提供することにも
つながるんじや。



世界各国の薬物乱用と法律

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。



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にな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)

昭和35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)

平成10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)

昭和38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。

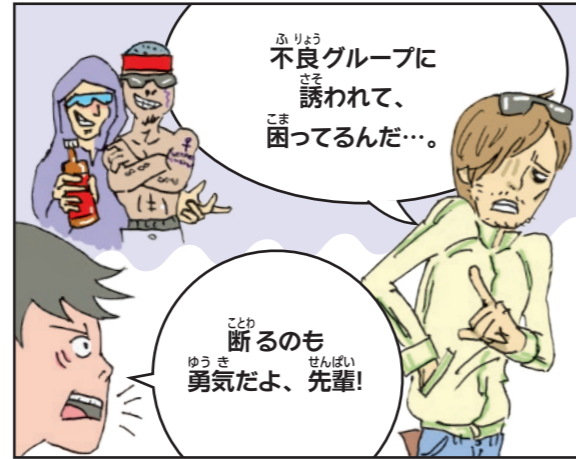
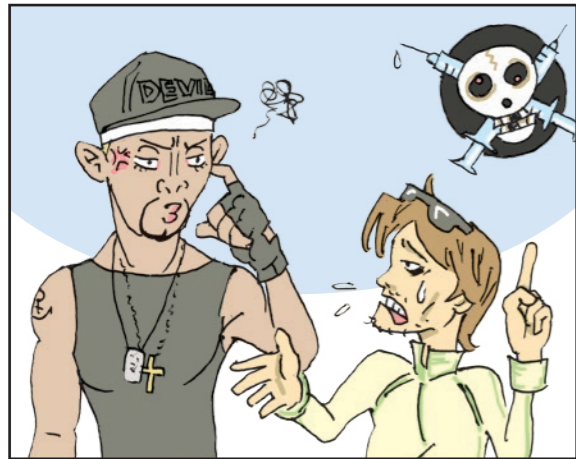
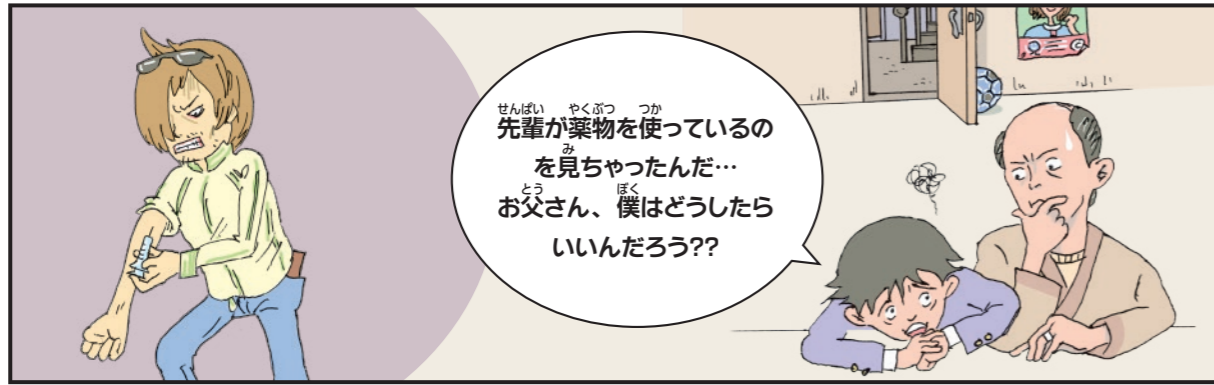
その他の啓発活動

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

秘密厳守の相談窓口

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。

相談窓口一覧

北海道厚生局麻薬取締部	☎011-726-1000	静岡県精神保健福祉センター	☎054-286-9245
東北厚生局麻薬取締部	☎022-227-5700	静岡市こころの健康センター	☎054-262-3011
関東信越厚生局麻薬取締部	☎03-3512-8690	浜松市精神保健福祉センター	☎053-457-2709
関東信越厚生局麻薬取締部横浜分室	☎045-201-0770	愛知県医薬安全課	☎052-954-6305
東海北陸厚生局麻薬取締部	☎052-961-7000	愛知県精神保健福祉センター	☎052-962-5377
近畿厚生局麻薬取締部	☎06-6949-3779	名古屋市精神保健福祉センター	☎052-483-2095
近畿厚生局麻薬取締部神戸分室	☎078-391-0487	三重県薬務感染症対策課	☎059-224-2330
中国四国厚生局麻薬取締部	☎082-228-8974	三重県こころの健康センター	☎059-223-5241
四国厚生支局麻薬取締部	☎087-823-8800	滋賀県薬務感染症対策課	☎077-528-3634
九州厚生局麻薬取締部	☎092-431-0999	滋賀県立精神保健福祉センター	☎077-567-5010
九州厚生局麻薬取締部小倉分室	☎093-591-3561	京都府薬務課	☎075-414-4790
九州厚生局沖縄麻薬取締支所	☎098-854-0999	京都府精神保健福祉総合センター	☎075-641-1810
北海道医務薬務課	☎011-204-5265	京都市こころの健康増進センター	☎075-314-0355
北海道立精神保健福祉センター	☎011-864-7121	大阪府薬務課	☎06-6941-9078
札幌こころのセンター	☎011-622-0556	大阪府こころの健康総合センター	☎06-6691-2811
青森県医療薬務課	☎017-734-9289	大阪市こころの健康センター	☎06-6922-8520
青森県立精神保健福祉センター	☎017-787-3951	堺市こころの健康センター	☎072-245-9192
岩手県健康国保課	☎019-629-5467	兵庫県薬務課	☎078-362-3270
岩手県精神保健福祉センター	☎019-629-9617	兵庫県精神保健福祉センター	☎078-252-4980
宮城県薬務課	☎022-211-2653	神戸市こころの健康センター	☎078-371-1900
宮城県精神保健福祉センター	☎0229-23-0021	奈良県薬務課	☎0742-27-8664
仙台市精神保健福祉総合センター	☎022-265-2191	奈良県精神保健福祉センター	☎0744-47-2251
秋田県医務薬務課	☎018-860-1407	和歌山県薬務課	☎073-441-2663
秋田県精神保健福祉センター	☎018-831-3946	和歌山県精神保健福祉センター	☎073-435-5194
山形県健康福祉企画課	☎023-630-2333	鳥取県医療指導課	☎0857-26-7203
山形県精神保健福祉センター	☎023-624-1217	鳥取県立精神保健福祉センター	☎0857-21-3031
福島県薬務課	☎024-521-7233	島根県薬務衛生課	☎0852-22-5259
福島県精神保健福祉センター	☎024-535-3556	島根県立心と体の相談センター	☎0852-21-2885
茨城県薬務課	☎029-301-3388	岡山県医薬安全課	☎086-226-7341
茨城県精神保健福祉センター	☎029-243-2870	岡山県精神保健福祉センター	☎086-201-0850
栃木県薬務課	☎028-623-3119	岡山市こころの健康センター	☎086-803-1273
栃木県精神保健福祉センター	☎028-673-8785	広島県薬務課	☎082-513-3221
群馬県薬務課	☎027-226-2665	広島県立総合精神保健福祉センター	☎082-884-1051
群馬県こころの健康センター	☎027-263-1166	広島市精神保健福祉センター	☎082-245-7746
埼玉県薬務課	☎048-830-3633	山口県薬務課	☎083-933-3018
埼玉県精神保健福祉センター	☎048-723-3333	山口県精神保健福祉センター	☎0835-27-3480
さいたま市こころの健康センター	☎048-851-5665	徳島県薬務課	☎088-621-2233
千葉県薬務課	☎043-223-2620	徳島県精神保健福祉センター	☎088-625-0610
千葉県精神保健福祉センター	☎043-263-3891	香川県薬務感染症対策課	☎087-832-3301
千葉県こころの健康センター	☎043-204-1582	香川県精神保健福祉センター	☎087-804-5565
東京都薬務課	☎03-5320-4505	愛媛県薬務衛生課	☎089-912-2393
東京都立中部総合精神保健福祉センター	☎03-3302-7575	愛媛県心と体の健康センター	☎089-911-3880
東京都立多摩総合精神保健福祉センター	☎042-376-1111	高知県医事薬務課	☎088-823-9682
東京都立精神保健福祉センター	☎03-3834-4102	高知県立精神保健福祉センター	☎088-821-4966
神奈川県薬務課	☎045-210-4972	福岡県薬務課	☎092-643-3287
神奈川県精神保健福祉センター	☎045-821-8822	福岡県精神保健福祉センター	☎092-582-7500
横浜市こころの健康相談センター	☎045-671-4455	福岡市精神保健福祉センター	☎092-737-8825
川崎市精神保健福祉センター	☎044-200-3195	北九州市立精神保健福祉センター	☎093-522-8729
相模原市精神保健福祉センター	☎042-769-9818	佐賀県薬務課	☎0952-25-7082
新潟県医務薬務課	☎025-280-5187	佐賀県精神保健福祉センター	☎0952-73-5060
新潟県精神保健福祉センター	☎025-280-0111	長崎県薬務行政室	☎095-895-2469
新潟市こころの健康センター	☎025-232-5560	長崎こども・女性・障害者支援センター	☎095-844-5132
富山県くすり政策課	☎076-444-3234	熊本県薬務衛生課	☎096-333-2242
富山県心の健康センター	☎076-428-1511	熊本県精神保健福祉センター	☎096-386-1255
石川県薬務衛生課	☎076-225-1442	熊本市こころの健康センター	☎096-362-8100
石川県こころの健康センター	☎076-238-5761	大分県薬務室	☎097-506-2650
福井県医薬食品・衛生課	☎0776-20-0347	大分県こころからの相談支援センター	☎097-541-5276
福井県総合福祉相談所	☎0776-24-7311	宮崎県医療薬務課業務対策室	☎0985-26-7060
山梨県衛生薬務課	☎055-223-1491	宮崎県精神保健福祉センター	☎0985-27-5663
山梨県立精神保健福祉センター	☎055-254-8644	鹿児島県薬務課	☎099-286-2804
長野県薬事管理課	☎026-235-7159	鹿児島県精神保健福祉センター	☎099-218-4755
長野県精神保健福祉センター	☎026-227-1810	沖縄県薬務疾病対策課	☎098-866-2215
岐阜県薬務水道課	☎058-272-8285	沖縄県立総合精神保健福祉センター	☎098-888-1443
岐阜県精神保健福祉センター	☎058-231-9724	●全国各保健所	
静岡県薬務課	☎054-221-2413	●各都道府県警察署	