



# 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  
33



# 薬物乱用は 「ダメ。ゼッタイ。」



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。QRコードからもご覧いただけます。

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」



厚生労働省トップページ

分野別の政策  
「福祉・介護」「障害者福祉」

施策情報「依存症対策」



[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryou/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000070789.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 大麻 ..... 4
- 1-4 覚醒剤 ..... 6
- 1-5 危険ドラッグ ..... 7

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? ..... 8
- 2-2 脳・身体への影響 ..... 9
- 2-3 耐性・依存/フラッシュバック ..... 10

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 ..... 12
- 3-1 薬物の誘いを断れないと...? ..... 13
  - 3-2 薬物乱用による事件 ..... 14
  - 3-3 薬物乱用の法規則 ..... 15

4 誘われた時、どう断る?

- 4-1 薬物乱用のきっかけ ..... 16
- 4-2 大麻の誘い、乱用経験が急増中 ..... 17
- 4-3 断るコツ ..... 18
- 4-4 大切な自分を守るためのポイント ..... 19
- 4-5 考えてみよう ..... 20
- 4-6 相談してみよう ..... 21

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 ..... 22
- 5-2 海外の事情と海外旅行での注意 ..... 23

6 日本の薬物乱用防止活動

- 6-1 厚生労働省の啓発活動 ..... 24
- 6-2 相談窓口一覧 ..... 25

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



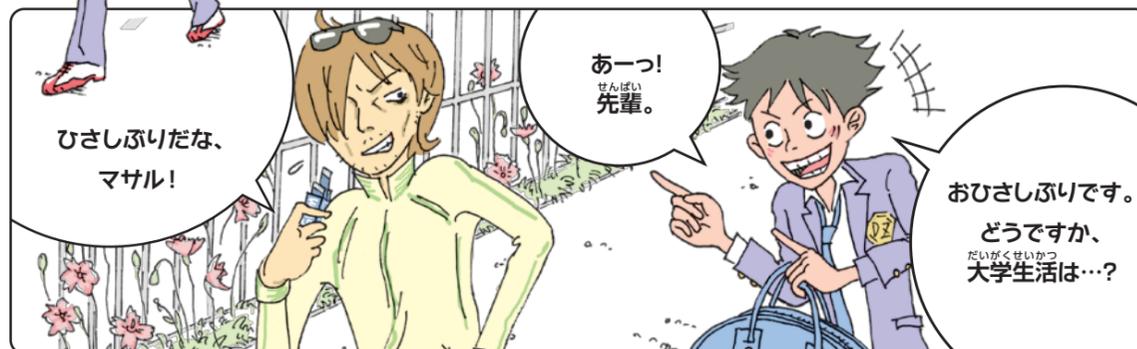
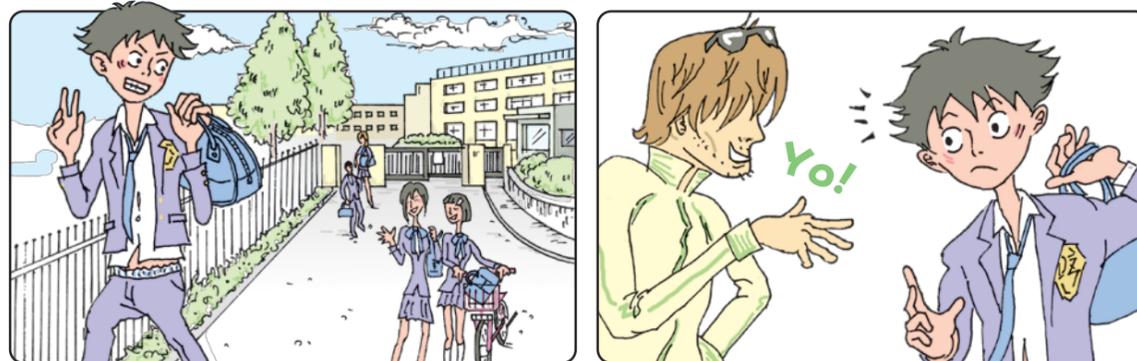
先輩(19歳)  
マサルの先輩  
大学1年生



「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？

いほうやくぶつ 違法薬物は  
いっかい 一回だけの使用でも  
らんよう 乱用！



## 青少年への大きな悪影響

やくぶつらんよう 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。

私たちの脳は、20歳頃まで成長するといわれており、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この時期に薬物を乱用すると、感情のコントロールがきかなくなる、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しまい、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。

そのため、薬物乱用は一回でも「ダメ。ゼッタイ。」です。



## 影響は自分の周囲にまで



さらに、薬物を乱用し続けると、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、健全な社会人になることができなくなるかもしれません。

また、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、社会にも大きな損失を招くことにもなるので、一回でも「ダメ。ゼッタイ。」という意識を常に持つことが大切です。

# 乱用される薬物とは？

らんよう 乱用される薬物には、たいま やくぶつ 大麻やかくせいざい 覚醒剤はもちろん、ごうほう 合法と称してネットで売られているハーブ類なども、いほうやくぶつ 違法薬物を含んでいる可能性があります。いずれの薬物も脳へ作用して、しんしん 心身に大きな影響をもたらす危険があることを理解しておきましょう。



たいま 大麻草という植物由来の薬物で、幻覚作用や記憶障害、学習能力の低下等をもたらします。近年は、新しいタイプの大麻製品や大麻が含まれる食品も登場しており、特に注意が必要です。



にほん 日本で最も検挙者数の多い薬物。神経に作用して異常な興奮状態をもたらし、精神依存も強いので非常に危険です。



しんけい 神経を興奮させる作用があり、幻覚等の症状や、大量摂取すると呼吸困難で死に至ることもあります。



まやく 麻薬などに類似した有害で危険な物質を含んでおり、呼吸困難や異常行動を起こしたり、死に至ることもあります。



じょうちよふ あんてい 情緒不安定・無気力となり、幻覚や妄想が現れて薬物精神病になります。大量摂取すると呼吸困難で死に至ることもあります。



ちかく 知覚を変化させ幻覚が現れることがあります。大量摂取すると高体温になり、死に至ることもあります。



いやくひん 医薬品は  
ようほう 用法・用量を守って  
ただ 正しく使しましょう！

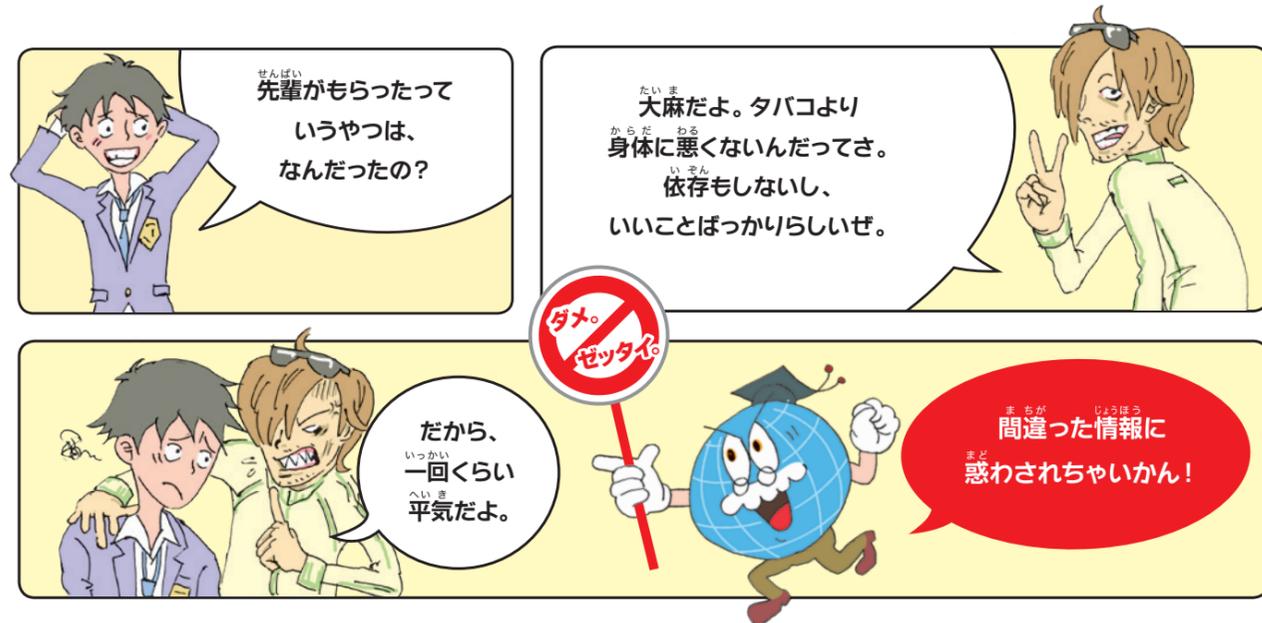
いし 医師から処方された薬や市販薬は、用法・用量を守って正しく使用しないと副作用などの危険性が高まります。また、こうした薬を他人に譲渡したり、海外で販売されている薬を安易に個人輸入したりすることは、大変危険な行為なのでやめましょう。

いほうやくぶつ 違法な薬物は  
いろいろな「隠語」で  
呼ばれています。

- たいま 大麻 ハツパ/グラス/チョコ/クサ/野菜
- かくせいざい 覚醒剤 シャブ/エス/スピード/アイス/氷
- MDMA エクスタシー/バツ(「×」「罰」)/タマ「弾」「玉」)
- 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
- ゆうきようざい 有機溶剤(シンナー・トルエン) アンパン

なまえ まご 名前に惑わされては  
ダメじゃ!  
かくせいざい 「スピード」は覚醒剤じゃ!

# 大麻とは？



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、サイザル麻など多く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。



## 大麻の乱用による影響

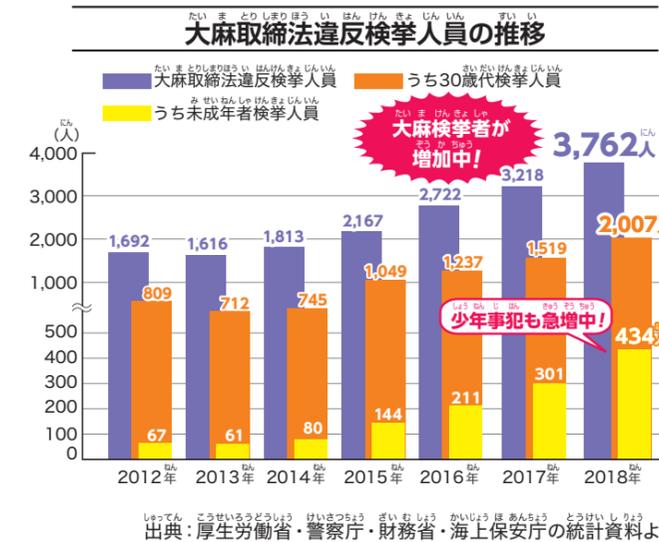
大麻を乱用すると、**知覚が変化し、集中力がなくなり、情緒が不安定になります。**また、乱用を続けると何もやる気がしない状態(無動機症候群)や知的機能の低下、大麻精神病等が引き起こされ、**社会生活に適応できなくなる**こともあります。

大麻の乱用による影響		大麻の有害性		大麻を長く使い続ける影響	
<b>知覚の変化</b>	<b>情緒の不安定</b>	<b>思考の変化</b>	<b>大麻精神病</b>	<b>判断力の低下</b>	<b>無動機症候群</b>
時間や空間の感覚がゆがむ	イライラしたり不安になる	集中力がなくなる	幻覚・妄想などの症状が現れる	物事を考えられなくなる	何もやる気がなくなる

# 大麻で、若者の検挙者が急増中!

ここ数年、大麻による検挙者が急増しています。2018年には大麻事犯の検挙者が過去最高となる3,762人に上り、そのうち約半数にあたる2,007人が未成年や20歳代の青少年でした。

インターネット等において「大麻には害がない」といった誤った情報が氾濫しています。大麻の危険性を軽視すると、自分自身の脳や身体の発達を損なうだけでなく、周囲の人々へも悪い影響をもたらします。



## 新しいタイプの大麻加工品が登場!

大麻から幻覚成分を抽出・濃縮した「大麻リキッド」や「大麻ワックス」の摘発が増えています。

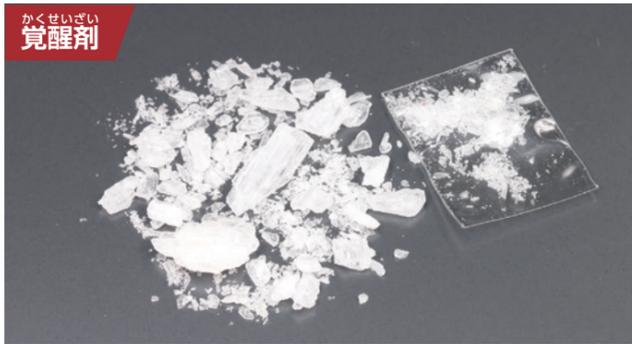


## 大麻を含んだ食品に気を付けて!

海外旅行でお土産として売られているチョコレートやクッキー、キャンディーなどの中に、大麻が含まれていることがあります。知らずには持ち込んで検挙されたり、誤って口にして体調不良で救急搬送された事例も発生しているので十分注意が必要です。



## 覚醒剤とは？



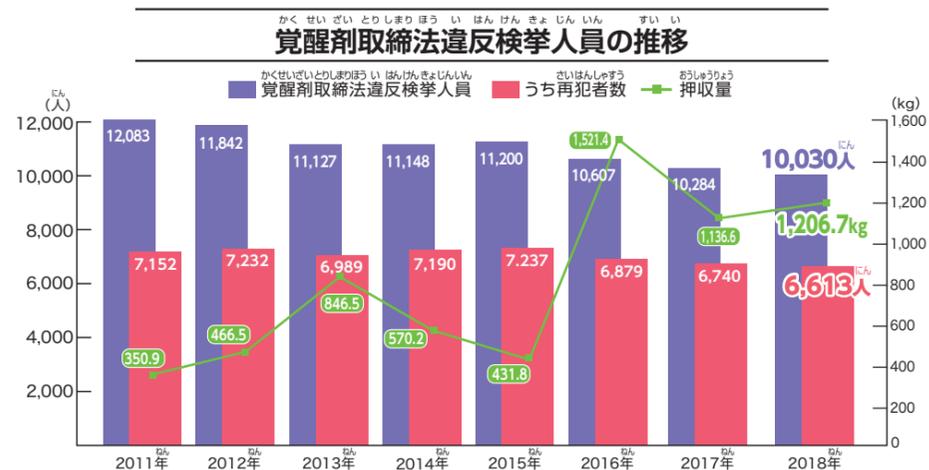
覚醒剤は神経を興奮させる作用があり、形状は主に白色やクリーム色の粉末、無色透明の結晶です。覚醒剤を乱用すると、眠気や疲労感がなくなり、頭が冴えたような状態になりますが、それは一時的なものであり、効果が切れると激しい脱力感や倦怠感に襲われます。また、幻覚や妄想が現れて中毒性精神病になりやすく、大量に摂取すると死に至ることがあります。

さらに、乱用をやめても再燃（フラッシュバック）と呼ばれる、乱用時に体験した幻覚や妄想の出現に悩まされます。

## 覚醒剤事犯の特徴は？

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、検挙者の数は減少傾向にあるものの、2018年も依然として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、2018年まで3年連続で1トンを超えており、一層の対策強化が必要となっています。

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、2018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。



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

## 危険ドラッグとは？

危険ドラッグとは、麻薬などに類似した化学構造をもつ有害で危険な物質が使用されており、「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、危険な製品ではないように見せかけて販売されている薬物です。しかし、一般に販売されている「ハーブ」などの製品とは含有成分等が全く異なり、「合法」でも「安全」でもありません。

危険ドラッグに含まれている物質は、身体にどんな影響を及ぼすのかわからない危険なものがほとんどで、覚醒剤や大麻よりも有毒なものもあり、呼吸困難や異常行動を起こしたり、死に至ることもあります。また、それらを乱用した人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ているので、絶対に手を出してはいけません。



## どんなふうに乗ってるの？

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」などに見せかけて今なお販売されています。

### 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販売するホームページが存在しています。

こんなふうに乗っているんじゃないか！  
インターネット上で売っているんじゃないか！  
騙されるな！！

※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。

**製品の注意書き例**

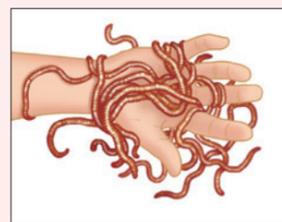
- ◇当商品はお香として販売しております。
- ◇人体への摂取は絶対にしてはなりません。
- ◇未成年者の方のご購入は、固くお断りしております。
- ◇当商品は規制された成分は含まれておりません。

やくぶつらんよう  
薬物を乱用するとどうなるの？

1 げんかく  
幻覚



▲過去に見た嫌な虫  
▲今の自分の手



げんじつ かこ  
現実と過去の  
記憶の整理が  
つかなくなる！



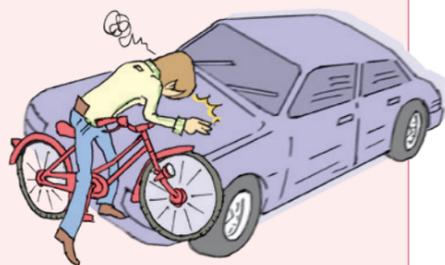
はんしやかいてきこうどう  
反社会的行動  
げんかく もうそう さつじん  
幻覚・妄想による殺人！

2 うんどうきのう ていか  
運動機能の低下



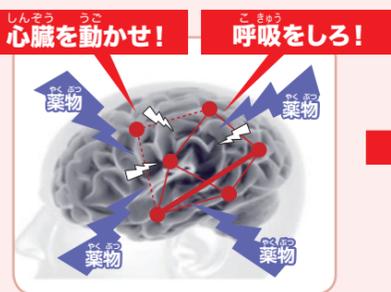
ハンドルを  
右に向けなきゃ  
車にぶつかる！

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 ないぞうきのう ていか  
内臓機能の低下



しんぞう うご  
心臓を動かせ！ 呼吸をしり！

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 かんじょう  
感情のコントロールが効かなくなる



やさしいこころ  
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

じんかくしょうがい  
人格障害

のう えいきょう  
脳への影響

のう にんげん こころ しんたい  
脳は人間の心と身体をコントロールしている大変重要な  
器官です。乱用された薬物は脳の知的機能や記憶をつかさ  
どる大切な部位(海馬など)に障害をもたらします。

さらに視覚や聴覚を異常に刺激して幻覚や幻聴を生み  
出すほか、運動神経にも影響して手足の震えや筋肉の弛緩  
を引き起こすことで、身体を思い通りに動かすことができな  
くなります。

おも のう えいきょう  
主な脳への影響



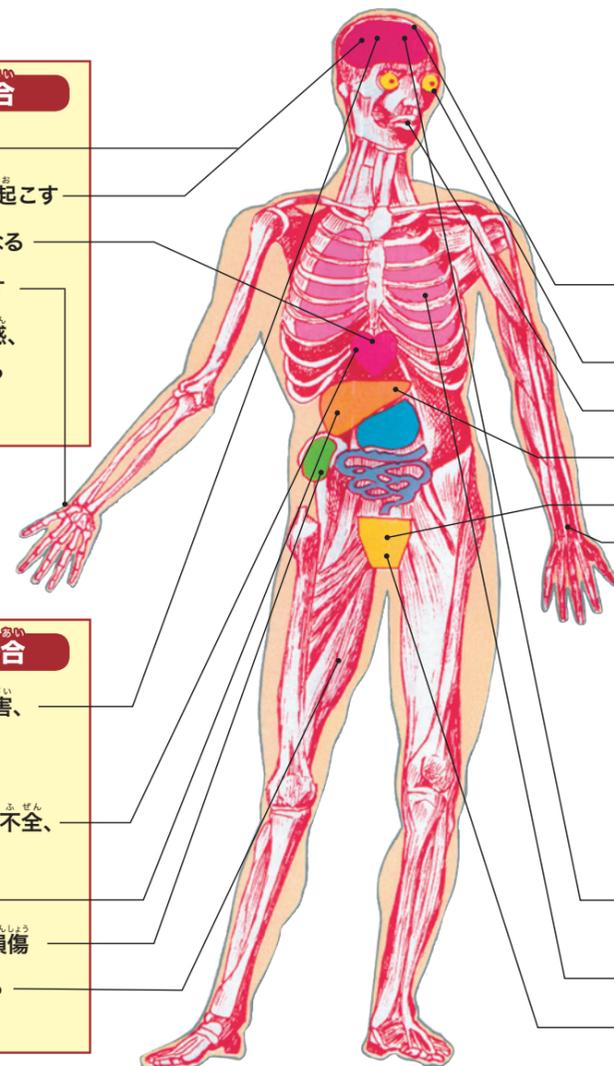
しんたい えいきょう  
身体への影響

かくせいざい ばーあい  
覚醒剤の場合  
げんかく ちゆうまう  
幻覚・妄想  
フラッシュバックを起こす  
血圧が異常に高くなる  
静脈に炎症を起こす  
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  
ごらん ちゆうまつ せいみんしやうがい  
混乱、憂鬱、睡眠障害、  
脳卒中、けいれん、  
記憶障害になる  
こうけつあつ しんぞう きんのう ふぜん  
高血圧、心臓の機能不全、  
心臓発作  
かんぞう きんのう ふぜん  
肝臓の機能不全  
じんぞう しんぞうけつかん じんぞう  
腎臓と心臓血管の損傷  
あくせい こうたいおん  
悪性の高体温による  
筋肉の著しい障害

シンナーの場合  
きおくりやく ていか げんかく ちゆうまう  
記憶力の低下、幻覚、妄想、  
認知障害  
しりよく ていか けつめい  
視力の低下・失明  
は 歯がぼろぼろになる  
かんぞう いちぶ し  
肝臓の一部が死ぬ  
せいしよく き いしやく  
生殖器の萎縮  
てあし 手足のふるえ、しびれ、麻痺  
せいしよく きん せいしやうねん  
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。

たいま ばーあい  
大麻(マリファナ)の場合  
せいしんしやうがい ま やくせいしんびやう  
精神障害：麻薬精神病など  
(幻覚・妄想など)  
はい 肺ガンの誘発  
せいしよく きんのう せいしよく  
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、最初に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(よるこび、快感、動機付け、運動機能に関係する物質)」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自分の意志ではやめられない「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。

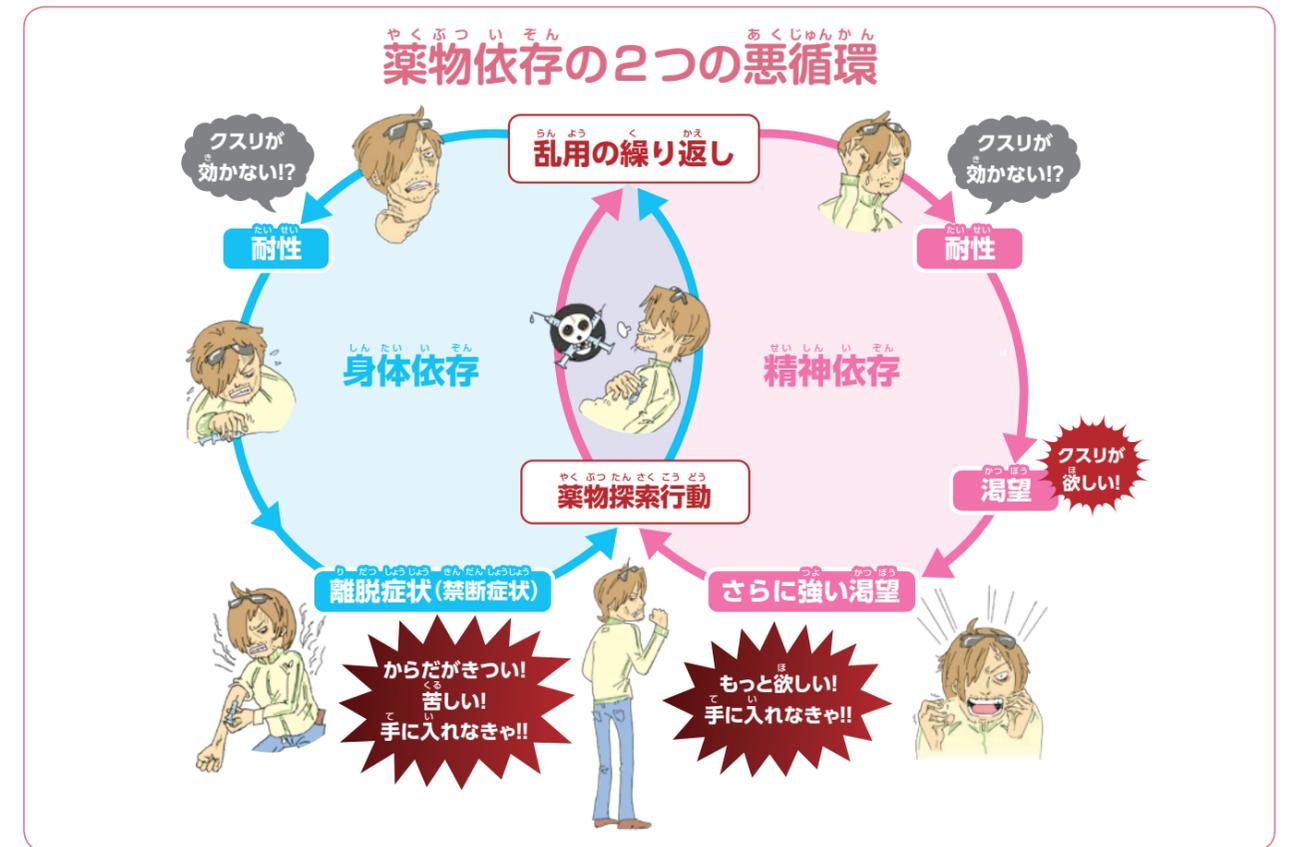


## 依存の種類

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、自分の意志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。



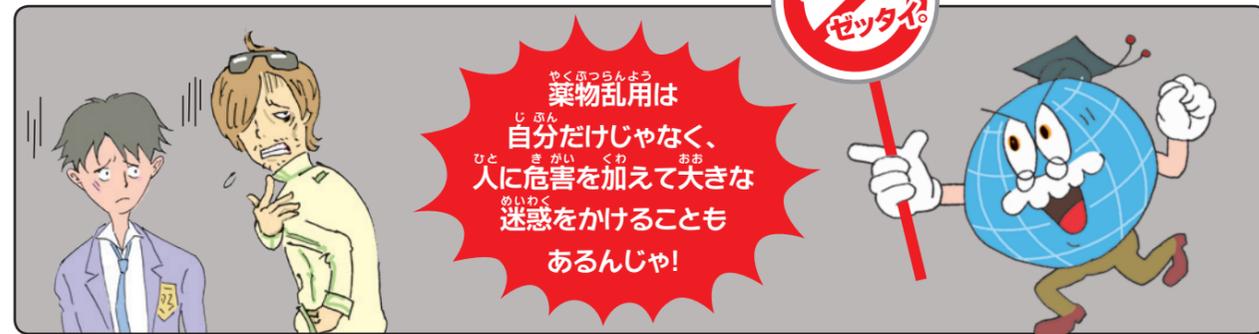
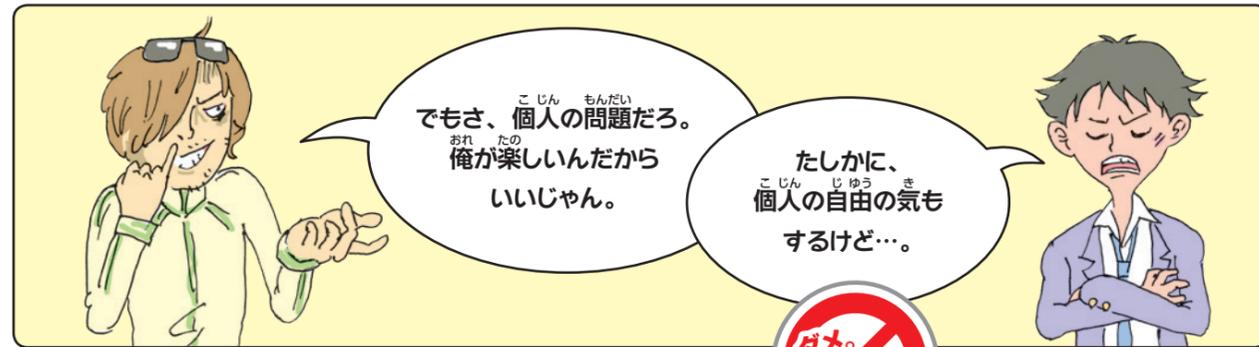
## フラッシュバックとは?

薬物乱用により脳の回路に変化が生じ、後遺症が残る場合があります。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も見えても、これらの症状が再び起こりやすくなる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としても、ささいなストレスや飲酒などによって突然、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。



しゅうい ま こ やくぶつらんよう  
周囲を巻き込む薬物乱用



やくぶつ さそ ことわ  
薬物の誘いを断れないと…?

たいま じはん けんきょ らんようしゃ じつたいちょう  
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「高揚感に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。



はじめに大麻を使用した動機 (対象者535人:複数回答)

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%

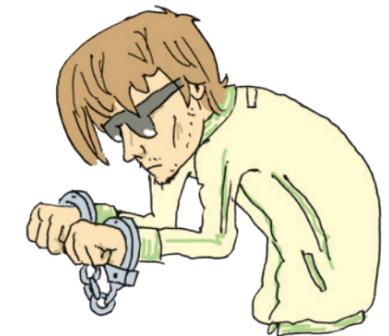
出典:警察庁「平成29年における組織犯罪の情勢」(平成30年4月12日)

やくぶつらんよう つづ  
薬物乱用を続けると…?

やくぶつ いそん すず のう ないぞう むしば じゅうとく けんこう ひ がい おちい  
薬物依存が進むと、やがて脳や内臓が蝕まれて重篤な健康被害に陥ってしまうばかりか、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。その結果、自分が検挙されるだけでなく、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うことになります。

また、薬物を使い続けるためには当然お金が必要で、どうすれば薬物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。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であっても、次第にエスカレートしていき、金銭を得るためにさまざまな犯罪を引き起こすことが多いのです。

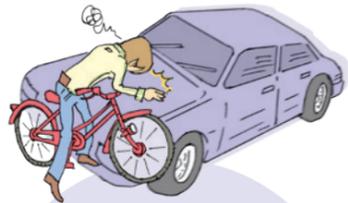
そうなってしまったら、自分が思い描いていた夢も、目標も、もはや実現することができなくなるでしょう。薬物乱用はあなたの未来と引き換えにするほど、大切なものではないでしょうか?



## やくぶつらんよう じけん 薬物乱用による事件

### やくぶつらんよう ひ お じけん 薬物乱用により引き起こされた事件

やくぶつらんよう せいじょう はんたん せいのう きのう ま ひ げんかく もうそう おそ しんしんそうしつ じょうたい  
薬物乱用により正常な判断ができなくなり、運動機能が麻痺したり幻覚・妄想に襲われるなど、心神喪失の状態での  
じこ じけん かずおほ ひ お 事故・事件が数多く引き起こされています。



きけん ず じょうよう 危険ドラッグを吸って乗用  
しゃ うんてん えきちか にん  
車を運転し、駅近くで7人  
つぎつぎ ひとりに 死亡  
させ、男女6人に重軽傷を  
お 負わせた。  
(2014年 東京)

きけん 危険ドラッグを使用し、  
りんじん じょせいたく しんにゅう  
隣人の女性宅に侵入し、  
かお りょうで き  
顔・両腕などを切りつけ、  
お けがを負わせた。  
(2014年 東京)

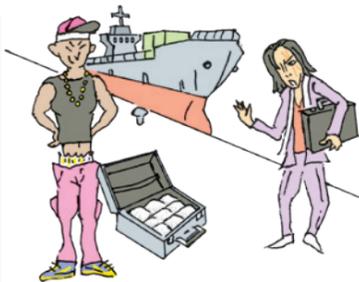


かくせいざい しょう くま 覚醒剤を使用して車を  
うんてん ちゅうしゃ  
運転し、駐車していた  
トラックに追突し、運転  
しお 手にけがを負わせた。  
(2016年 東京)

### やくぶつらんよう つつ ひ お はんざい 薬物乱用を続けるために引き起こされた犯罪

やくぶつらんよう つつ かね ひつよう 犯罪に手を染めるケースも増えています。

かくせいざい しょう 2度の逮捕歴がある無職  
じょせい さいだい 40歳代が、出所後に再び覚醒  
剤に手を出し、その購入資金を得るため  
に自ら密売人となり、インターネットを  
つうじて覚醒剤を売りさばっていた。  
(2017年 大阪)



かく ざいとりしまりほう いはん しょう 覚醒剤取締法違反(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)

ちゅうがく ねんせい だんしせいと さい 中学2年生の男子生徒(14歳)  
が、大麻を買うために別の少年  
(14歳)と共謀して路上強盗を働  
き、現金1万円を奪ったとして逮  
捕された。自宅からは乾燥大麻が  
お 発見された。  
(2019年 北海道)



## にほん やくぶつらんよう かん ほうりつ 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。

たい ま 大麻	たい まとりしまりほう 大麻取締法	ゆしつ ゆにゅう さいばい じょうと じょうじゆ しょうじ 輸出・輸入、栽培、譲渡・譲受、所持
かくせいざい 覚醒剤	かく ざいとりしまりほう 覚醒剤取締法	ゆしつ ゆにゅう せいぞう じょうと じょうじゆ しょうじ しょう 輸出・輸入、製造、譲渡・譲受、所持、使用
まやく ごうせいしんやく 麻薬・向精神薬	まやくおよ 向精神薬取締法	ゆしつ ゆにゅう せいぞう さいばい じょうと じょうじゆ しょうじ しょう 輸出・輸入、製造、栽培、譲渡・譲受、所持、使用
きけん 危険ドラッグ していやくぶつ 指定薬物	いやくひん いりょう ききほう 医薬品医療機器法	せいぞう ゆにゅう はんばい じゆよ しょうじ しょう こうにゅう じょうじゆ はんばい じゆよ ちくてき しょうぞう かんれつ 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
あへん あへん	あへんほう あへん法	ゆしつ ゆにゅう せいぞう さいばい じょうと じょうじゆ しょうじ しょう 輸出・輸入、製造、栽培、譲渡・譲受、所持、使用
しんなー シンナー	どくぶつおよ 毒物及び劇物取締法	じょうと じょうじゆ しょうじ しょう 譲渡・譲受、所持、使用

### していやくぶつ ほうかつしてい 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2019年11月1日現在で2,372物質となっています。

## やくぶつらんよう 薬物乱用のきっかけ

やくぶつらんよう 薬物乱用のきっかけは、「好奇心」や「不安」、「友達から誘われた」、「仲間はずれが怖くて」などの気持ちの面があげられます。しかし、「ちょっとだけなら」「一回だけなら大丈夫だ」と思い手を出すと、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。



## あま さそ もんく ちゅうい ひつよう 甘い誘い文句への注意が必要!

やくぶつらんようしゃ おお いほうやくぶつ ひと すす 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、乱用をはじめます。たいま きぶん いや わす 大麻では「気分がよくなる」「嫌なことが忘れられる」、覚醒剤なら「やせる」「元気になる」「頭がスッキリする」など、そのこうか 効果をうたって言葉たくみに誘われるケースが多くあります。そのような物を勧められたりした時には十分注意してください。

**こんな言葉で誘われたら、ハッキリと断るのじゃ!**

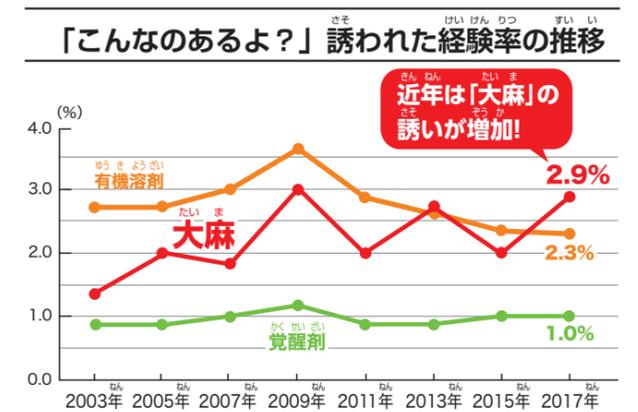
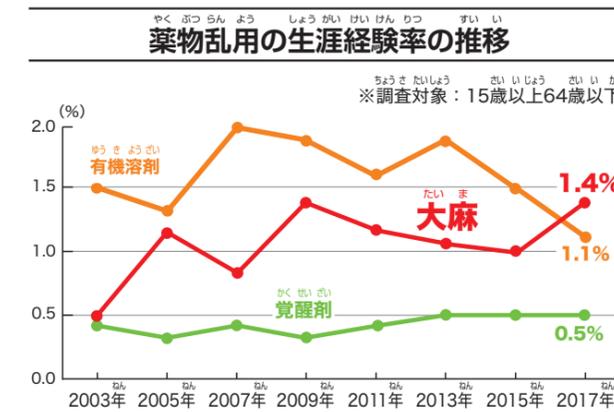
つか ねむけ ふき と 疲れも眠気も吹き飛ばすすごい薬、つか使ってみない?

らく 薬にやせられるすべ薬があるよ。

- 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
- 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
- イライラがとれてスッキリするよ
- 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

## たいま さそ らんようけいけん きゅうぞうちゅう 大麻の誘い、乱用経験が急増中

にほん 国際的には薬物乱用の少ない国と言われていますが、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し、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」といった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



断るコツ

ハッキリ・キッパリ!

その場から離れる

自分を大切にすることを大事にしよう!



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!



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

あなたは何かが好きですか? 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、相談ののってくれる先輩・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、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

やくぶつらんよう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?



### 1 薬物の問題の解決には、大人の力が必要です。

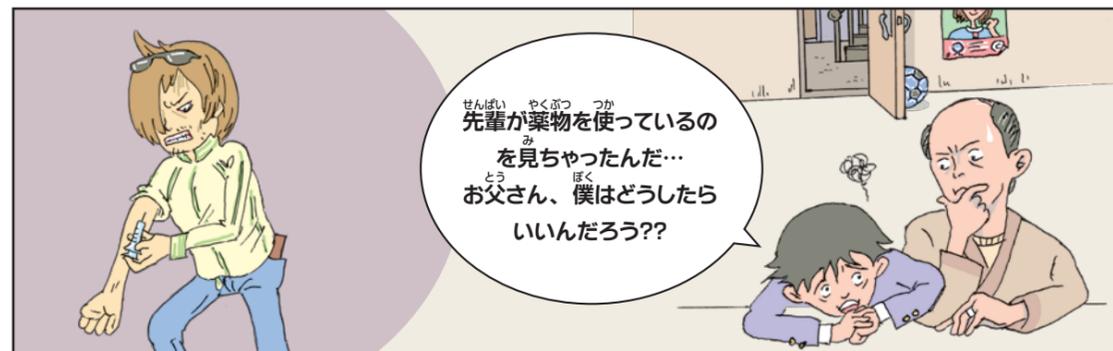
やくぶつかんれんもんたいざんねんみなみながかいかいけつともだちかん薬物関連の問題は、残念ながら、皆さんだけの力では、解決できないこともたくさんあります。友達間のプレッシャーや脅しなど、やりたくなかったのにやってしまった人もたくさんいます。しかし、一度の使用で自分の人生がめっちゃくちゃになってしまうのです。これは本当にもったいないことです。早めに、信頼できる大人に相談しましょう。

### 2 薬物の問題において、「裏切り行為」はありません。

おとなそうだん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

やくぶつ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。
- ★依存症は、適切な医療や支援を受ければ回復することができます。

相談窓口一覧は25ページに掲載

## 世界各国の薬物犯罪への罰則

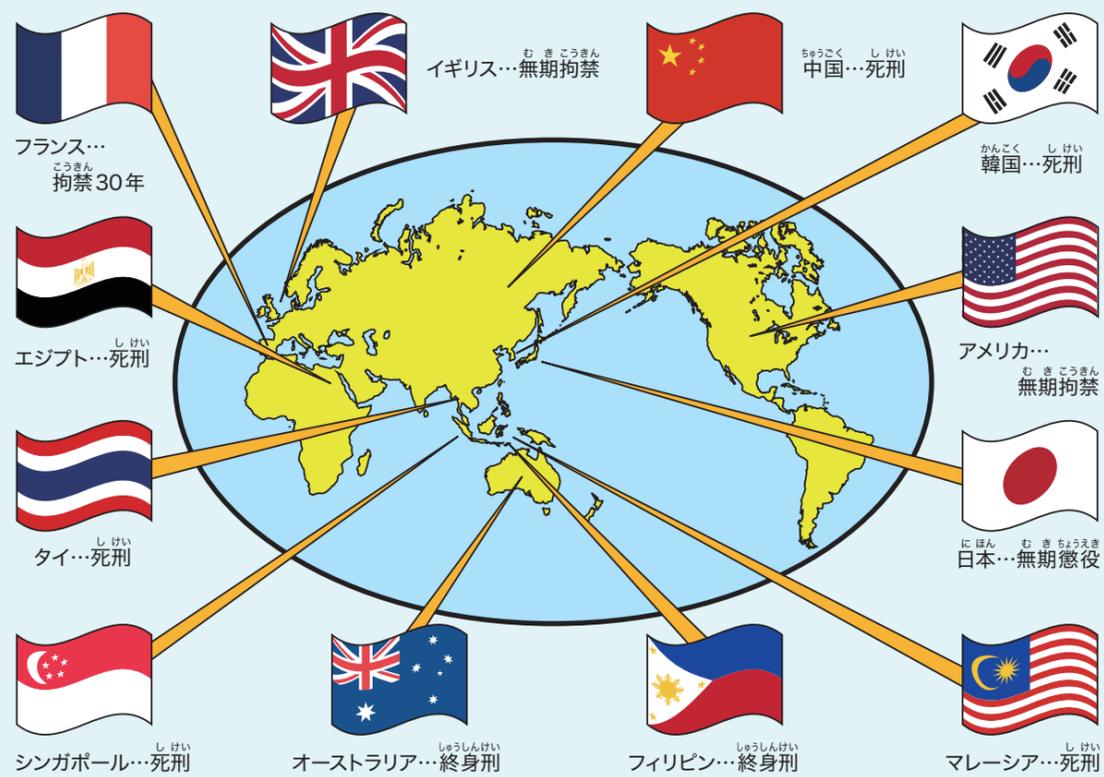
薬物犯罪の罰則には、国によって違いがありますが、最高の刑は死刑という国もあります。薬物乱用の防止で重要なことは、乱用していない多くの人が、自分の近くから薬物乱用を絶対に許さない社会をつくることです。これを世界の共通の輪になるようにすることです。

薬物乱用は国際的な問題でもあり、重い刑罰を科しているんじや。



### 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、「大麻取締法」「覚せい剤取締法」「麻薬及び向精神薬取締法」「あへん法」「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

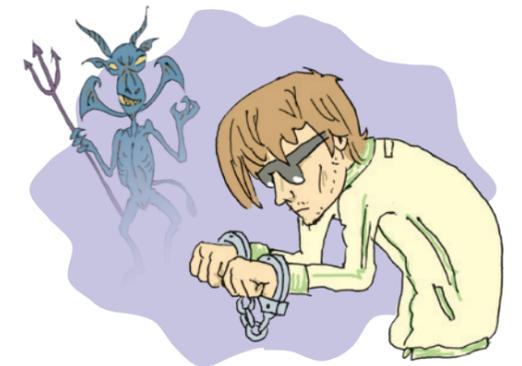
海外では日本で違法とされている大麻の使用が認められている国があります。しかし、安全だから認められているわけではありません。ある国では、お酒やタバコのように国がしっかり規制と制限をすることで、大麻を販売する犯罪組織に資金が流入することを断ち、未成年者の購入や所持などを厳しく管理、制限する必要があるという国の事情にあわせて、嗜好用大麻が一定の条件下で認められました。

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みて、「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時に、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、国外における日本人の薬物犯罪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。金銭的な報酬で取引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。

海外旅行先で逮捕された場合、「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」などと言い訳しても通用しません。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。



## お土産品にも注意が必要です!

海外旅行先でお土産品として売られているチョコレートやクッキー、キャンディーなどの中に、大麻が含まれていることがあります。知らずに持ち込んで検挙されたり、お土産品としてもらった食品を口にして健康被害を受けたケースもあります。怪しいお土産品を見かけたら、購入する前にどんなものが含まれているのかよく確かめましょう。

お土産だからと言って興味本位で購入したり口にしてはいかん!



# 厚生労働省こうせいろうどうしょうの啓発活動けいはつかつどう

厚生労働省こうせいろうどうしょうでは、薬物乱用やくぶつらんようを防止ぼうしするため、都道府県とどうふけんなどと一緒いっしょに全国的なキャンペーンぜんこくてきおこなを行っています。

## 不正大麻・けし撲滅運動ふせいだいま ぼくめつうんどう (毎年5月1日から6月30日まで)

1960年ねんより、関係機関かんけいきかんの協賛きょうさんのもと、都道府県とどうふけんと一体いったいとなって「不正大麻・けし撲滅運動ぼくめつうんどう」を実施じっししています。関係機関かんけいきかん及びボランティアふせいたいまが、不正な大麻やけしの発見はっけん・除去じょきよを行うほか、大麻やけしに関する正しい知識ちしきを普及ふきゅうするため、ポスター及び啓発読本およ けいはつどくほんを作成さくせい・配布はいふしています。



## 「ダメ。ゼッタイ。」普及運動ふきゅううんどう (毎年6月20日から7月19日まで)

1998年ねん6月に国連麻薬特別総会こくれんまやくとくべつそうかいにおいて国連薬物乱用根絶宣言こくれんやくぶつらんようこんぜつせんげんが採択さいたくされたことを受け、この宣言せんげんの支援事業しえんじぎょうの一環いっかんとして、官民一体くあんみんいったいとなり、国民一人一人こくみんひとりひとりの薬物乱用問題やくぶつらんようもんだいに対する意識いしきを高め、薬物乱用防止やくぶつらんようぼうしに資するしため、全国各地で街頭キャンペーン等げいはつかつどうの啓発活動じっしを実施じっししています。



また、この期間きかんを中心に、(公財)麻薬・覚せい剤乱用防止センターこうざい ちゆうしんを中心として、「ダメ。ゼッタイ。」国連支援募金運動こくれん し えん ぼ きんうんどうが展開てんかいされ、国内外の薬物乱用防止運動こくないがいの資金やくぶつらんようぼうし うんどう し きんに役立やくだてられています。



## 麻薬・覚せい剤乱用防止運動まやく かくせいざいらんようぼうし (毎年10月1日から11月30日まで)

1963年ねんより、関係機関かんけいきかんの協賛きょうさんのもと、都道府県とどうふけんと一体いったいとなって「麻薬・覚せい剤乱用防止運動まやく かくせいざいらんようぼうし」を行っています。

国民一般こくみんいっぱんに対して、麻薬・覚せい剤まやく かくせいざい・大麻たいま・危険ドラッグ等きけん どう おその恐ろしさらんようぼうし、乱用防止らんようぼうしについての知識ちしきの普及ふきゅうに努めつとめています。



## その他の啓発活動た けいはつかつどう

厚生労働省こうせいろうどうしょうでは、上記じょうきのほか、さまざまな啓発読本けいはつどくほんの作成さくせい・配布はいふや、民間団体みんかんだんたいに委託いたくした啓発活動けいはつかつどうを実施じっししています。詳しくは、厚生労働省ホームページこうせいろうどうしょう (厚生労働省トップページこうせいろうどうしょう→分野別ぶんやの政策せいさく「健康・医療」『医薬品・医療機器』→施策情報しやくじょうほう「薬物乱用防止に関する情報」) をご覧ください。

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

# 相談窓口一覽そうだんまどぐちいちらん

北海道	北海道厚生局麻薬取締部 …… ☎011-726-1000 北海道医務業務課 …… ☎011-204-5265 北海道立精神保健福祉センター …… ☎011-864-7121 札幌こころのセンター …… ☎011-622-0556	近畿厚生局麻薬取締部神戸分室 …… ☎078-391-0487 福井県医薬食品・衛生課 …… ☎0776-20-0347 福井県総合福祉相談所 …… ☎0776-24-7311 滋賀県業務感染症対策課 …… ☎077-528-3634 滋賀県立精神保健福祉センター …… ☎077-567-5010 京都府業務課 …… ☎075-414-4790 京都府精神保健福祉総合センター …… ☎075-641-1810 京都市こころの健康増進センター …… ☎075-314-0355 大阪府業務課 …… ☎06-6941-9078 大阪府こころの健康総合センター …… ☎06-6691-2811 大阪府こころの健康センター …… ☎06-6922-8520 堺市こころの健康センター …… ☎072-245-9192 兵庫県業務課 …… ☎078-362-3270 兵庫県精神保健福祉センター …… ☎078-252-4980 神戸市こころの健康センター …… ☎078-371-1900 奈良県業務課 …… ☎0742-27-8664 奈良県精神保健福祉センター …… ☎0744-47-2251 和歌山県業務課 …… ☎073-441-2663 和歌山県精神保健福祉センター …… ☎073-435-5194	
東北	東北厚生局麻薬取締部 …… ☎022-227-5700 青森県医療業務課 …… ☎017-734-9289 青森県立精神保健福祉センター …… ☎017-787-3951 岩手県健康国保課 …… ☎019-629-5467 岩手県精神保健福祉センター …… ☎019-629-9617 岩手県業務課 …… ☎022-211-2653 宮城県精神保健福祉センター …… ☎0229-23-0021 仙台市精神保健福祉総合センター …… ☎022-265-2191 秋田県医務業務課 …… ☎018-860-1407 秋田県精神保健福祉センター …… ☎018-831-3946 山形県健康福祉企画課 …… ☎023-630-2333 山形県精神保健福祉センター …… ☎023-624-1217 福島県業務課 …… ☎024-521-7233 福島県精神保健福祉センター …… ☎024-535-3556	中国	中国四国厚生局麻薬取締部 …… ☎082-228-8974 鳥取県医療・保険課 …… ☎0857-26-7203 鳥取県立精神保健福祉センター …… ☎0857-21-3031 島根県薬事衛生課 …… ☎0852-22-5259 島根県立心と体の相談センター …… ☎0852-21-2885 岡山県医薬安全課 …… ☎086-226-7341 岡山県精神保健福祉センター …… ☎086-201-0828 岡山市こころの健康センター …… ☎086-803-1273 広島県業務課 …… ☎082-513-3221 広島県立総合精神保健福祉センター …… ☎082-884-1051 広島市精神保健福祉センター …… ☎082-245-7746 山口県業務課 …… ☎083-933-3018 山口県精神保健福祉センター …… ☎083-902-2672
関東信越	関東信越厚生局麻薬取締部 …… ☎03-3512-8690 関東信越厚生局麻薬取締部横浜分室 …… ☎045-201-0770 茨城県業務課 …… ☎029-301-3388 茨城県精神保健福祉センター …… ☎029-243-2870 栃木県業務課 …… ☎028-623-3119 栃木県精神保健福祉センター …… ☎028-673-8785 群馬県業務課 …… ☎027-226-2665 群馬県こころの健康センター …… ☎027-263-1166 埼玉県業務課 …… ☎048-830-3633 埼玉県立精神保健福祉センター …… ☎048-723-3333 さいたま市こころの健康センター …… ☎048-762-8548 千葉県業務課 …… ☎043-223-2620 千葉県精神保健福祉センター …… ☎043-263-3891 千葉市こころの健康センター …… ☎043-204-1582 東京都業務課 …… ☎03-5320-4505 東京都立中部総合精神保健福祉センター …… ☎03-3302-7575 東京都立多摩総合精神保健福祉センター …… ☎042-376-1111 東京都立精神保健福祉センター …… ☎03-3844-2210 神奈川県業務課 …… ☎045-210-4972 神奈川県精神保健福祉センター …… ☎045-821-8822 横浜市こころの健康相談センター …… ☎045-671-4455 川崎市精神保健福祉センター …… ☎044-200-3195 相模原市精神保健福祉センター …… ☎042-769-9818 新潟県医務業務課 …… ☎025-280-5187 新潟県精神保健福祉センター …… ☎025-280-0111 新潟市こころの健康センター …… ☎025-232-5560 山梨県衛生業務課 …… ☎055-223-1491 山梨県立精神保健福祉センター …… ☎055-254-8644 長野県薬事管理課 …… ☎026-235-7159 長野県精神保健福祉センター …… ☎026-227-1810	四国	四国厚生支局麻薬取締部 …… ☎087-823-8800 徳島県業務課 …… ☎088-621-2233 徳島県精神保健福祉センター …… ☎088-625-0610 香川県業務感染症対策課 …… ☎087-832-3301 香川県精神保健福祉センター …… ☎087-804-5565 愛媛県薬事衛生課 …… ☎089-912-2393 愛媛県心と体の健康センター …… ☎089-911-3880 高知県医務業務課 …… ☎088-823-9682 高知県立精神保健福祉センター …… ☎088-821-4966
東海北陸	東海北陸厚生局麻薬取締部 …… ☎052-961-7000 富山県くすり政策課 …… ☎076-444-3234 富山県心の健康センター …… ☎076-428-1511 石川県薬事衛生課 …… ☎076-225-1442 石川県こころの健康センター …… ☎076-238-5761 岐阜県業務水道課 …… ☎058-272-8285 岐阜県精神保健福祉センター …… ☎058-231-9724 静岡県薬事課 …… ☎054-221-2413 静岡県精神保健福祉センター …… ☎054-286-9245 静岡市こころの健康センター …… ☎054-262-3011 浜松市精神保健福祉センター …… ☎053-457-2709 愛知県医薬安全課 …… ☎052-954-6305 愛知県精神保健福祉センター …… ☎052-962-5377 名古屋市精神保健福祉センター …… ☎052-483-2095 三重県業務感染症対策課 …… ☎059-224-2330 三重県こころの健康センター …… ☎059-223-5241	九州	九州厚生局麻薬取締部 …… ☎092-431-0999 九州厚生局麻薬取締部小倉分室 …… ☎093-591-3561 福岡県業務課 …… ☎092-643-3287 福岡県精神保健福祉センター …… ☎092-582-7500 福岡市精神保健福祉センター …… ☎092-737-8825 北九州市立精神保健福祉センター …… ☎093-522-8729 佐賀県業務課 …… ☎0952-25-7082 佐賀県精神保健福祉センター …… ☎0952-73-5060 長崎県業務行政室 …… ☎095-895-2469 長崎こども・女性・障害者支援センター …… ☎095-846-5115 熊本県薬事衛生課 …… ☎096-333-2242 熊本県精神保健福祉センター …… ☎096-386-1166 熊本市こころの健康センター …… ☎096-362-8100 大分県業務室 …… ☎097-506-2650 大分県こころからの相談支援センター …… ☎097-541-5276 宮崎県医務業務課業務対策室 …… ☎0985-26-7060 宮崎県精神保健福祉センター …… ☎0985-27-5663 鹿児島県業務課 …… ☎099-286-2804 鹿児島県精神保健福祉センター …… ☎099-218-4755
近畿	近畿厚生局麻薬取締部 …… ☎06-6949-3779	沖縄	九州厚生局沖縄麻薬取締支所 …… ☎098-854-0999 沖縄県衛生業務課 …… ☎098-866-2055 沖縄県立総合精神保健福祉センター …… ☎098-888-1443

●全国各保健所  
●各都道府県警察署