

2 乱用があなたを傷つける！

薬物乱用をすると…身体中にダメージが！

薬物乱用をすると身体中がダメージを受けて、さまざまな健康被害が起きます。脳が薬物の影響を受けるからです。

身体・脳への影響

大麻を乱用すると…

学習能力の低下

短期記憶が
妨げられる

知覚の変化

時間や空間の
感覚がゆがむ

運動失調

反応が遅れる
動作が緩慢になる

医薬品を乱用すると…

一度にたくさん服用すると…

どんな影響がでるか、だれもわからない！
様々な成分が含まれているので、治療が困難に。

健康被害の症状

- 吐いて止まらない
- 意識を失う
- 呼吸が止まる
- 肝臓の働きがとまる
- ふるえが止まらない
- 呼吸が遅く、苦しい
- 幻覚が見える
- 心臓がとまる

乱用を長く続けると…

同じ量では効かなくなり、
薬物の使用量が増える（耐性）

薬物をやめたくても
やめられない（依存）

薬物乱用で変化してしまった脳を、 使う前の状態に戻すことは難しいです。

薬物乱用をした人の回復には、専門の治療と本人の多大な努力が必要になります。薬物乱用によって、変化してしまった脳を、使う前の状態に戻すことは難しいです。一度記憶した薬物乱用の影響は一生消えることはなく、ふとした瞬間に「薬物を使いたい」という気持ちを呼び覚ましてしまうこともあるのです。

5 悩んだときは、まず相談！

「友達が使っているけどどうしよう？」

「周りに心配かけたくないから相談できない。
つらい気持ちをまぎらわしたいから、
もう薬物使ってみようかなって思ってしまう」

「薬物を使ってしまった。どうしよう」

困ったときは、一人で悩まず相談を！ あなたは一人ではありません。
相談窓口では相談に関する秘密は厳守します。安心して少しでも
早く相談してください。

相談できる場所はたくさんあります！

薬物についての相談は、電話だけでなく、チャット、LINE
などでも受け付けています。

- 精神保健福祉センター
- こころの健康センター
- 都道府県の薬務課
- ダルクなどのリハビリ施設

「自分なんてどうでもいい」と感じたら…

- チャイルドライン
- 24時間子どもSOSダイヤル
- 生きづらびっと（チャット相談）



薬物乱用防止に関する最新情報など、随時更新中！

- 公式 Instagram STOP the 薬物!
<https://www.instagram.com/stophthedrug>



- 公式 X (旧 Twitter) STOP the 薬物!
<https://x.com/StopTheDrug>



- 公式 Facebook STOP the 薬物! ～今日の自分が未来をつなぐ～
<https://www.facebook.com/stophthedrug>



— 令和7年度 —

薬物乱用防止 リーフレット

厚生労働省

1 薬物乱用の現状

薬物乱用とは？なぜいけないの？

薬物乱用とは①違法薬物を使うこと。②医薬品を本来の医療目的や使用方法からはずれて使って健康を害すること。
特に最近若者の間で広がりを見せていて問題になっているのは、大麻と医薬品の乱用です。

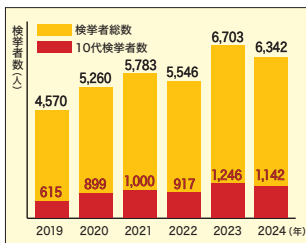
違法薬物の乱用・医薬品の乱用

●大麻

日本で最も検挙数が多い薬物です。大麻事犯検挙者数のうち10代の割合は18.0%で、他の違法薬物事犯に比べて多いです。また大麻から成分を抽出した「大麻リキッド」や「大麻ワックス」などの加工品が出てきており、より危険性が増しています。インターネットによる情報に惑わされず、正しい知識を身につけることが大切です。



▲大麻



▲大麻事犯検挙者数(厚生労働省集計)

●覚醒剤

神経を興奮させる作用があり、「元気になる」「やせる」などと言って、隠語を使って販売されています。



▲覚醒剤

●危険ドラッグ

大麻や覚醒剤に似た成分を元に作られていることが多く、重大な健康被害をもたらしても、何の成分が原因かが分からないので治療ができず、大変危険です。危険ドラッグによる事件が最近また増えてきています。

●医薬品の乱用

本来の医療目的からはずれて使ったり、一度に大量にたくさん服用するオーバードーズ(過量服薬)などは、違法薬物と同じように心身に悪影響があります。ドラッグストアなどで自分で購入できる市販薬の乱用が問題になっています。

3 あなただけの問題ではない！

薬物乱用の周りへの影響

薬物乱用は、本人だけの問題ではありません。乱用により性格、生活習慣が変わると社会や周りの人々に重大な影響を与えます。

乱用者の変化

薬物が欲しい気持ちを抑えられなくなる
感情のコントロールが難しくなる
生活習慣が変わる

自分が大切にしていることを、
大切にできなくなってしまう

? 家族 友達 将来の夢

本来の自分にある明るい未来の可能性を、
自分でどんどん小さくしてしまうのです。

家族に犯罪者がいることを知られたくなくて、家族全員、社会とのかかわりを避けていた。

身近な人への影響

家族間での言い争いや、家庭内暴力により、家庭が崩壊した。

金銭トラブルが増え、信頼もできなくなり、友達が離れていった。

覚醒剤を乱用しつづけて混乱し、妄想がもたなくなって人を傷つけてしまった。

社会への影響

危険ドラッグを使ったあとに運転し、次々と人をはねる事故を起こした。



4 大切な自分を守るために

ネット情報や誘い文句に惑わされない！



これって薬物乱用?と思ったら、
そのSNS、そのサイト、その場からすぐ離れて!

SNSや身近な人から誘いを受けたら...

SNSや広告は薬物乱用と思わせない誘い文句で、身近な人は「場の雰囲気」「ノリ」として深刻に感じさせないような口ぶりや、あなたを薬物乱用に誘ってしてくれるかもしれません。でも、自分の心や身体を守るのはあなた自身です。少しでも「薬物乱用かもしれない」と感じたら、迷わずその場を離れましょう。自分の未来をつくれるのは自分自身です。

自分を守る力を身につけよう！

ありのままの自分を知り、自分の夢、自分に元気をくれる存在を考えてみましょう。自分を知ることは、自分を大切にする第一歩。今は全部埋まらなくても大丈夫！

自分を大切にするための3つのポイントを考えてみよう

- 1 うれしかったこと、悲しかったこと
[]
- 2 自分が好きなもの、やりたいこと
[]
- 3 自分にとって大切な人、そして自分を大切に思ってくれている人
[]