

薬物乱用は
ダメ。ゼッタイ。

～自分を大切にするために～



堺市保健所

目次

1. 薬物乱用の基礎知識
～乱用って何？薬物乱用はなぜいけないの？～
P1～3
2. 薬物を乱用しないために知ってほしいこと
～なぜ薬物を乱用してしまうの？～
P4～13
3. 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
～断る勇気を持ちましょう！～
P14～17
4. 最後にあなたに伝えたいこと
P17

薬物乱用防止について正しい知識を
持っているかな？このテキストで、
知識を身に付けるのじゃ。



1. 薬物乱用の基礎知識

ポイント

★薬物乱用とは、どういうことなのか理解しよう

★薬物乱用は重い刑罰を受ける

★薬物乱用は一度だけでもダメ！

★薬物を乱用しないために必要なものは・・・

『正しい知識』『断る勇気』『自分と身近な人を大切に想う心』

★ 薬物乱用とはどういうことなの？

薬物乱用とは、社会や医学の常識から外れた方法や目的で、薬物を使用することです。法律で使用を禁止されている覚醒剤などの薬物は、たとえ1回だけの使用でも犯罪になります。

また、病気を治す薬でも、正しい目的以外で使用すると乱用になります。

薬を飲むときは

お医者さんや、薬剤師さんが出してくれた薬を
正しく使いましょう。





薬物乱用は重い刑罰を受ける

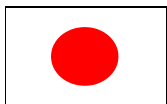
薬物乱用を取り締まる法律はたくさんあります。

- あへん法
- 大麻取締法
- 覚醒剤取締法
- 毒物及び劇物取締法
- 麻薬及び向精神薬取締法
- 医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律

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だね。



各国の最高刑



日本
無期懲役



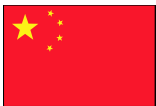
フランス
拘禁30年



イギリス
無期拘禁



アメリカ
無期拘禁



中国
死刑



韓国
死刑



オーストラリア
終身刑



エジプト
死刑



タイ
死刑



マレーシア
死刑



シンガポール
死刑



フィリピン
終身刑

★ 薬物乱用は一度だけでもダメ！

薬物はたった1回の乱用でも心と身体に様々な悪い影響を与えます。特に人間にとって一番大切な脳の働きを壊し、やめたくてもやめられない依存症になってしまいます。

また、たとえ1回だけの使用でも犯罪です。

「一度だけなら・・・」と思って、薬物を使うことは「ダメ。ゼッタイ。」なのです。

酒とたばこも、ダメ。ゼッタイ。

子どもが酒を飲んだり、たばこを吸ったりすると、脳の働きや運動能力に悪影響を与えます。20才になるまで飲酒と喫煙は法律で禁止されています。
(未成年者飲酒禁止法・未成年者喫煙禁止法)



★ 薬物を乱用しないために必要なこと

危険な薬物から自分を守るためには、

- ① 薬物の恐ろしさについて正しい知識を持つこと
- ② 誘われたときにキッパリと断る勇気を持つこと
- ③ 自分と友達や家族など身近な人を大切に想う心を持つこと

が必要です。

薬物を乱用すると、心と身体がボロボロになり、薬物欲しさに罪を犯したり、自分にとって大切な人を傷つけることになります。



私は誘われてもキッパリ断るよ！！

2. 薬物を乱用しないために知ってほしいこと

ポイント

- ★薬物を乱用すると「心」も「身体」もボロボロに
- ★薬物は一度使うとやめられない
- ★乱用される危険のある薬物
- ★薬物乱用を始めてしまうきっかけ
- ★薬物乱用の恐ろしさ

★ 薬物を乱用すると「心」も「身体」もボロボロに

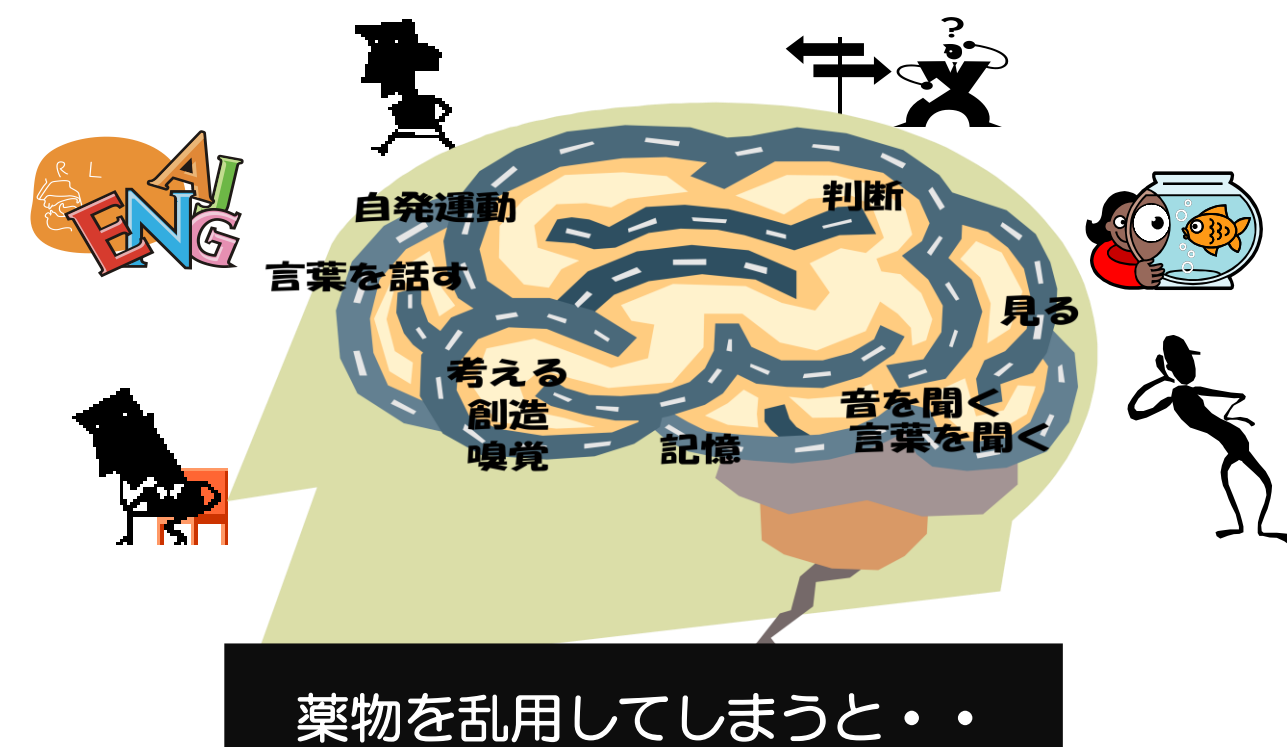
人は嬉しかったり、悲しかったり、腹が立ってむしゃくしゃしたり、心配で不安になったりします。これは脳の中にある「心」が健康だからこそ起こる感情なのです。

そして、脳は新しい知識を身につけたり、考えたりするだけでなく、呼吸や体温調節など、無意識のうちに「身体」の働きをコントロールしています。

ところが、薬物を乱用すると、脳が破壊されるため、「心」や「身体」が正常に機能しなくなります。さらに、薬物は身体の様々な部位に作用し、臓器を破壊してしまいます。

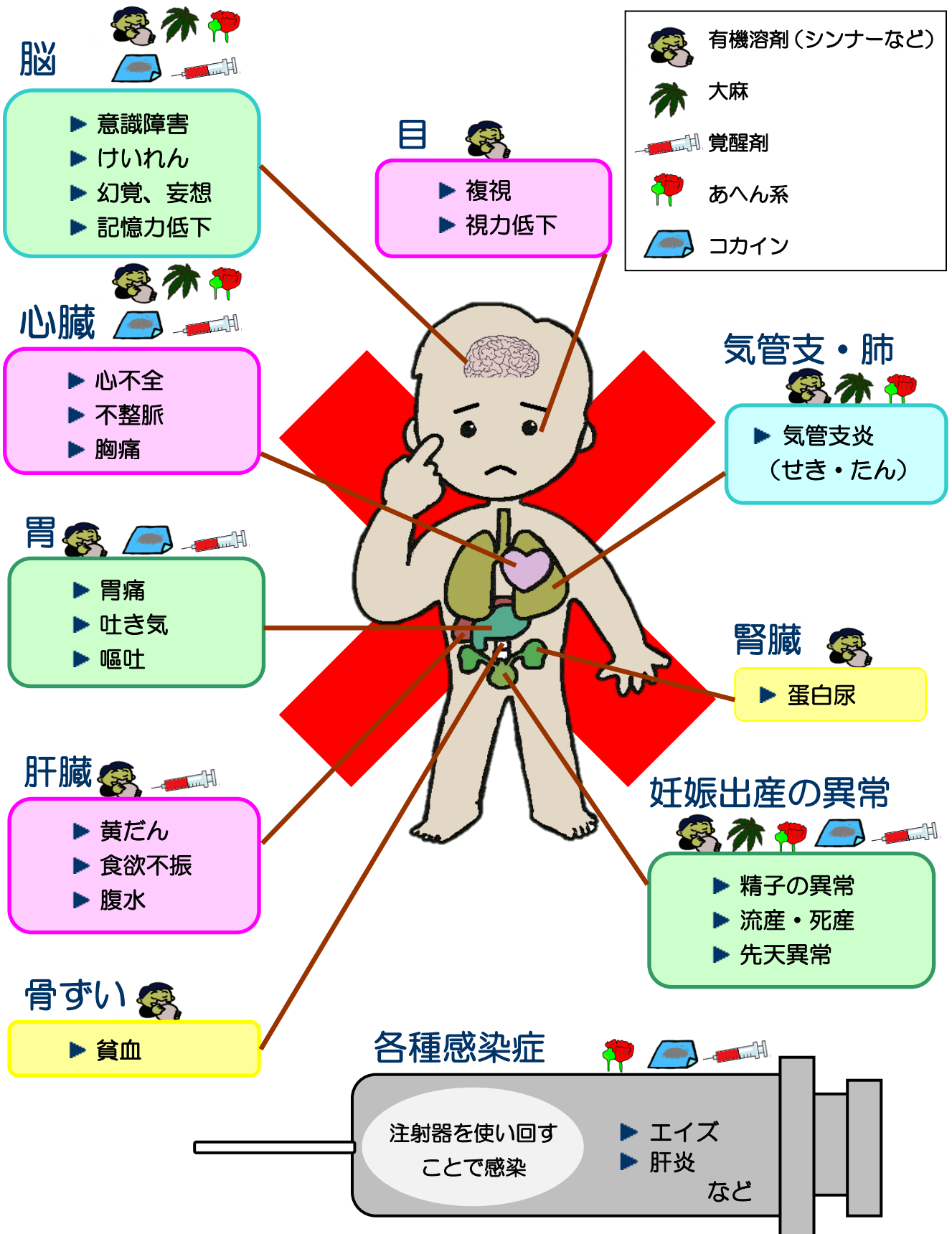
乱用薬物は、脳を壊します

乱用薬物は「脳」の中に入り込み、「脳」が持っている様々な機能を狂わせます。そして一度壊れた脳は、二度と元に戻らないのです。

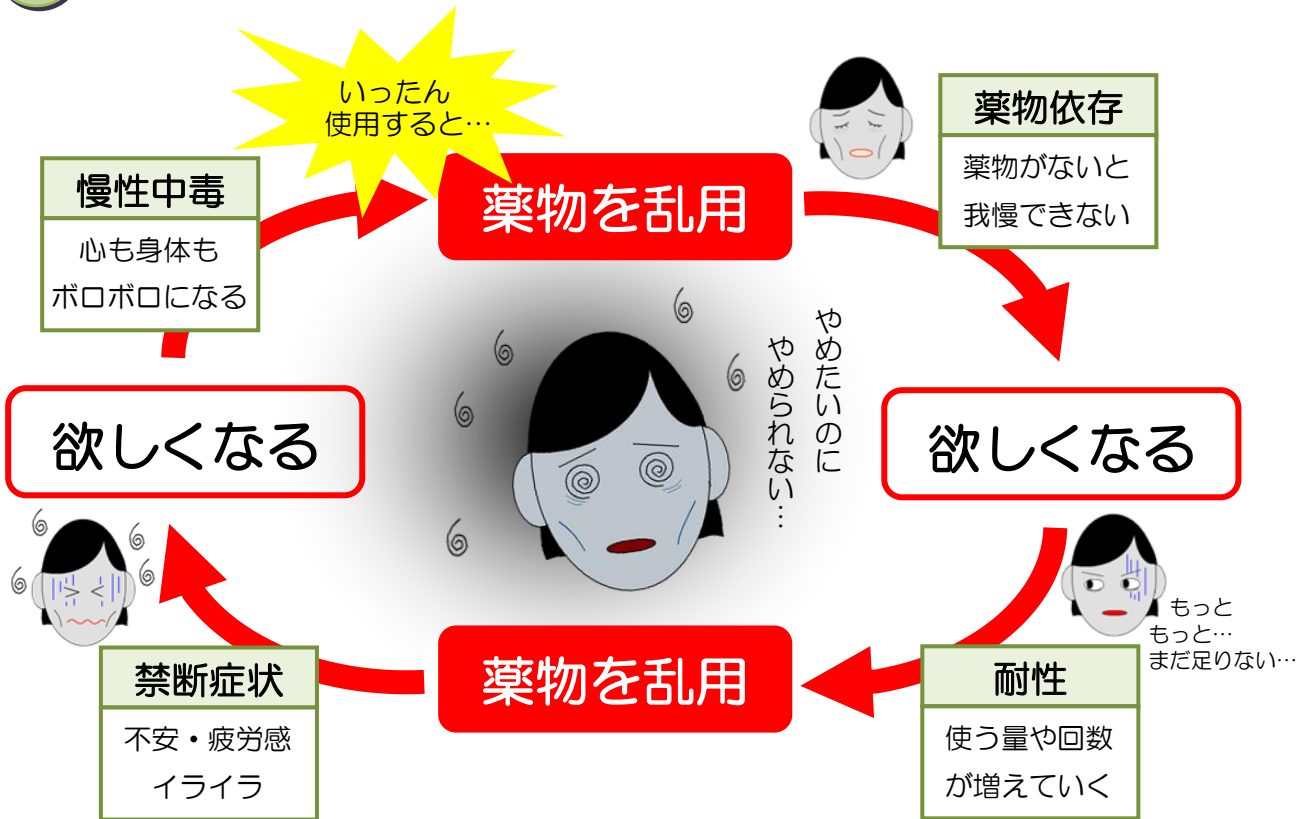


脳が壊れ、二度と元に戻りません！

乱用薬物は、身体も壊します



★ 薬物は一度使うとやめられない



薬物依存の悪循環

心も身体も薬物がないと耐えられなくなります。
やめたいと思っても、自分の意志ではやめられません。

フラッシュバック

薬物の乱用などでいったん幻覚・妄想などの精神障害を生じると、治療で表面上は回復していても脳には薬物の記憶が残っていて、ストレスや飲酒など何らかの刺激によって薬物を乱用したときのような幻覚や妄想が突然現れることがあります。

これを自然再燃（フラッシュバック）現象といいます。



イラスト出典：（公財）麻薬・覚せい剤乱用防止センター

★ 乱用される危険のある薬物

覚醒剤

覚醒剤は、「S」や「スピード」の俗称で呼ばれることもあり、乱用薬物の中でも特に依存性が強く、繰り返し使用していると脳に強い障害を引き起こし、普通の生活ができなくなってしまいます。一度に大量に乱用すると、急性中毒で死ぬこともある危険な薬物です。



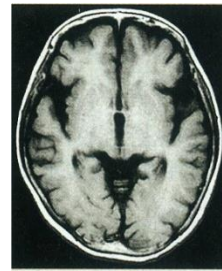
有機溶剤（シンナー・トルエン）

シンナーを乱用すると、脳が侵されます。目が見えなくなったり、手足がしびれてきかなくなったり、貧血になることもあり、最悪の場合は死ぬこともあります。乱用を続けていると、心と身体の健全な発達が妨げられます。



正常な人の脳

シンナーの乱用
により脳が萎縮



シンナー乱用者の脳

大麻(マリファナ)

大麻を乱用すると感覚が異常になり、わけのわからない興奮状態になったり、気分が落ち込んだりします。連用していると、「無動機症候群」といって、毎日ごろごろして何もやる気のない状態になります。また、乱用によって、幻覚や妄想などの精神症状が出たり、女性も男性も生殖器官に異常が起こります。



MDMA (メチレンジオキシメタンフェタミン)

MDMAは、「エクスタシー」、「バツ(×・罰)」、「XTC」、「アダム」などの俗称で呼ばれることもあり、興奮作用と幻覚作用を併せ持つ恐ろしい薬物です。乱用すると、錯乱、抑うつ気分、睡眠障害、不安などが出現し、何週間も持続することがあります。また、脱水症、高血圧、心臓や肝臓の機能不全が生じます。大量に摂取すると大変危険で、心臓発作、脳卒中、けいれんや悪性の高体温による筋肉の著しい障害や腎不全を起こします。乱用を続けると記憶障害を引き起こします。



写真出典：(公財) 麻薬・覚せい剤乱用防止センター

危険ドラッグ

危険ドラッグとは、麻薬、覚醒剤、大麻などに似た作用を持つ薬物です。お香・ハーブ・バスソルト・アロマなどに見せかけて販売されていますが、中にどんな成分が入っているか分からないため、麻薬、覚醒剤、大麻などと同じかそれ以上に強い作用がある**大変恐ろしい薬物**です。

最近では、危険ドラッグを使用したことによる健康被害や死亡事例、交通事故が社会的な問題になっています。

これらは見かけがおしゃれで繁華街やインターネットなど身近なところで、**合法であることを強調して販売されていますが、危険なものなので絶対にかかわらないようにしましょう！！**

お香と称して販売



ハーブと称して販売



バスソルト
と称して販売



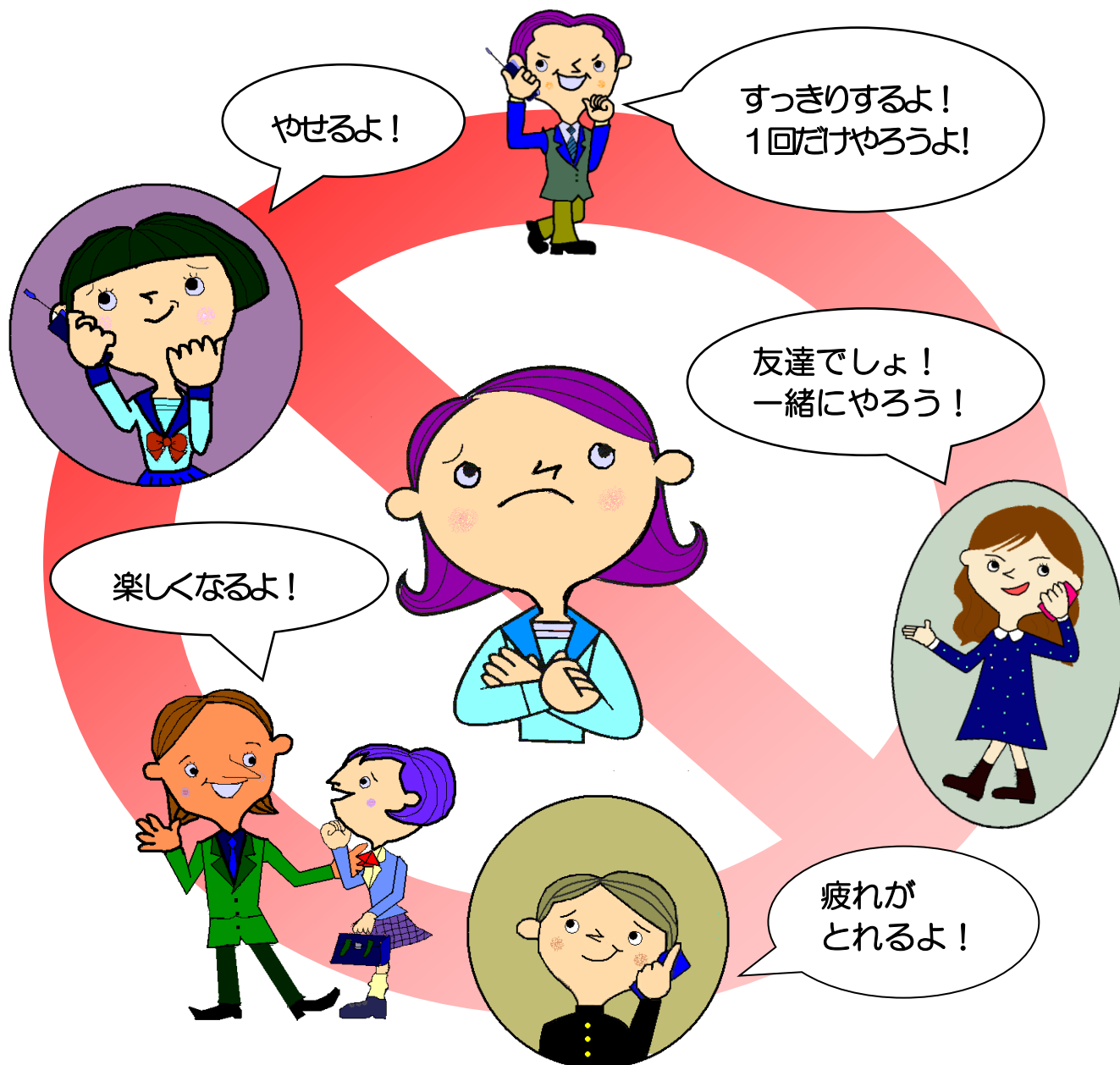
アロマと称して販売



写真出典：厚生労働省

★ 薬物乱用を始めてしまうきっかけ

どうして危険ドラッグや覚醒剤などの薬物を乱用してしまうのでしょうか？

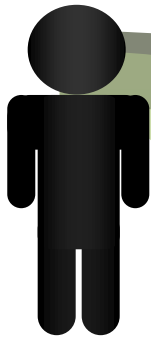


上図のように、友人や先輩から誘われたり、甘い言葉で薬物をすすめられ、一回くらいなら・・・と気軽な気持ちで始めてしまうのです。



薬物乱用の恐ろしさ

薬物乱用は、あなた自身を、あなたの大切な家族や友人を、そして、あなたが生きていく社会も傷つけてしまう恐ろしさがあります！



自分の健康の問題

薬物を1度でも使用してしまうと、あなたの生活は大きく変わります。

例えば、今まで楽しいと思っていたことに興味がなくなったり、幻覚や妄想に苦しんだりするようになります。

- 身体的障害
- 精神障害
- 性格の変化

家族・対人関係の問題

薬物を乱用すると、薬物を買うお金のために、家族のお金を勝手に使ったり、幻覚や妄想によって、周囲の人とトラブルを起こすことがあります。

あなた自身が大事な人を傷つけてしまうことになります。

- 家庭内暴力
- けんかを起こしやすく、友人から孤立
- 薬物乱用仲間の形成

社会全体の問題

薬物を乱用すると、あなたの意志とは関係なく、様々な事故や事件を引き起こす可能性があります。

あなたの周囲だけでなく、社会にも悪影響を与えかねないのです。

- 薬物汚染
- 犯罪・事故の増加
- 治安の悪化

薬物乱用の恐ろしさから、あなたとあなたの大切なものを守るための

方法はただひとつ！**薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」**

考えてみよう・・・

○×問題にチャレンジ！何問正解できるかな？

1. () 社会のルールから外れた方法や目的で薬物を使うことを薬物乱用という。
2. () 薬物を乱用すると大切な人を傷つけてしまう
3. () 薬物を乱用すると重い刑罰を受ける
4. () 壊れた脳は時間がたてば、元に戻る
5. () 一度なら薬物乱用にはならない

あなたの正解率は・・・

問 / 5問

間違えたところはもう一度確認しておきましょう

(答えは 16 ページの下)

もし、あなたが薬物を乱用しようとして誘われたら・・・

どうするかな？

3. 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

ポイント

- ★どんな言葉で誘われても、薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
- ★誰に誘われても、薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
- ★何度誘われても、薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
- ★危険な場所に近づかない
- ★何か困ったことがあれば、信頼できる大人に相談しよう

★ こんな言葉で誘ってきたら・・・

やせるよ!

すっきりするよ!

眠気がさめるよ!

それは危ない薬物です!



あなたが病気にかかってもしないのに、病院のお医者さんや薬局の薬剤師さんなど以外の人から薬をすすめてこられたら・・・

「やせるよ」「すっきりするよ」「眠気がさめるよ」などと言って薬をすすめてこられたら・・・

それは危ない薬物かもしれません!! 信頼できる大人の人に相談しましょう。

★ 友達が誘ってきたら・・・

どんなに仲が良くても
きっぱりと断りましょう！



薬物乱用の誘いの中で、一番多いのが、

「仲の良い友達や先輩からの誘い」です！

暴力団員などから誘われることもあります。

★ しつこく何回も誘ってきても・・・

何回でもはっきり、
きっぱりと断りましょう！



断ることを迷っている様子を相手を感じたら、いつまでも誘ってきます。

何回誘われてもはっきり、きっぱりと断りましょう。

また、断ったらすぐにその場から立ち去りましょう。断りにくくてもその場から逃げて近くの人に助けを求めましょう。

★ 危険だなと思ったら・・・

すぐにその場から
逃げましょう！
助けを呼ぶのも大事です！



暗いところや人の少ないところには近づかないようにしましょう。

変だな？怖いな？と思ったらすぐにその場から立ち去りましょう。

考えてみよう・・・

あなたならどんな言い方で断りますか？

* 友達と断り方の練習をしてみましよう！

13 ページの答え：1. ○ 2. ○ 3. ○ 4. × 5. ×

★ 困ったことがあったら・・・

家族や学校の先生に
すぐに相談しましょう！

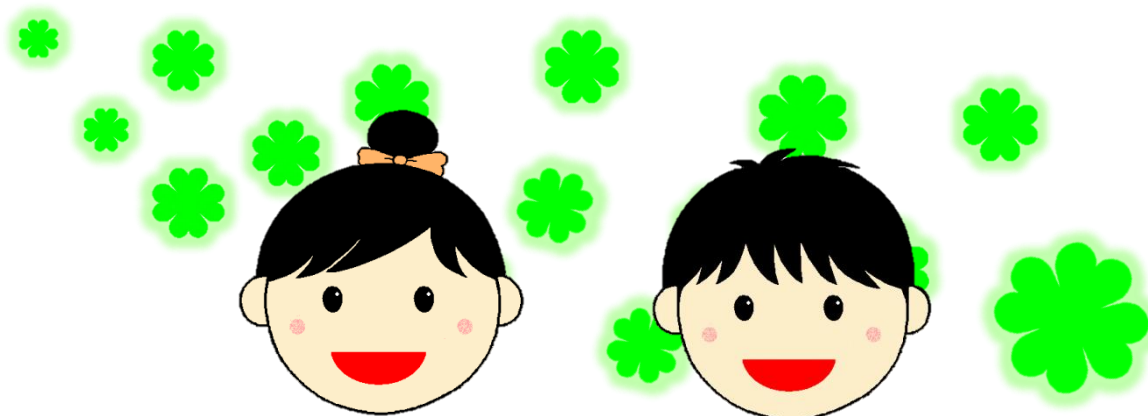
あなたが抱えている悩みは、みんなの問題です。

一人で悩まないで、すぐに身近な人に相談しましょう。

4. 最後にあなたに伝えたいこと

一度でも薬物を乱用してしまうと、一生苦しみ続けることになります。自分の意志では、絶対にやめることができません。そうならないために、正しい知識を持ち、薬物乱用に対してキッパリ「NO!」「ダメ!」と言える勇気を持ちましょう。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」の気持ちを強く持つことが、あなたとあなたの大切な友達や家族を守ることになるのです。



危険ドラッグ・MDMA・麻薬・覚醒剤・
大麻・シンナーの乱用をなくそう！



問い合わせ

堺市保健所 環境薬務課

〒590-0078

堺市堺区南瓦町3番1号

Tel : 072-222-9940 Fax : 072-222-9876

ホームページ：

堺市 薬物乱用防止

検索