

1人で悩まず相談を!

専門家が秘密厳守で相談にのってくれます。

友だちから誘われて
困っているんだ...
仲間外れに
なりたくなくて...

この間、
ノリで使ったやつ
薬物だったら
どうしよう...

毎日が辛くて、
このままだと薬物に
手を出してしまいそう...



薬物について相談できる窓口はこちら

北海道	北海道厚生局麻薬取締部	☎011-726-1000	福井県健康福祉部健康医療局医薬食品・衛生課	☎0776-20-0347
	北海道警察本部	☎011-204-5265	福井県総合福祉相談所	☎0776-26-4400
	北海道立精神保健福祉センター	☎011-864-7121	滋賀県警察本部	☎077-528-3634
	札幌こころのセンター	☎011-622-0556	滋賀県立精神保健福祉センター	☎077-567-5010
東北	東北厚生局麻薬取締部	☎022-227-5700	京都府警察本部	☎075-414-4790
	青森県警察本部	☎017-734-9289	京都府精神保健福祉総合センター	☎075-641-1810
	青森県立精神保健福祉センター	☎017-787-3951	京都市こころの健康増進センター	☎075-314-0355
	岩手県健康増進課	☎019-629-5467	大府府警察本部	☎06-6941-8078
	岩手県精神保健福祉センター	☎019-629-9617	大阪府こころの健康総合センター	☎06-6691-2811
	宮城県警察本部	☎022-211-2653	大阪市こころの健康センター	☎06-6922-8520
	宮城県精神保健福祉センター	☎0229-23-0021	堺市こころの健康センター	☎072-245-9192
	仙台市精神保健福祉総合センター	☎022-265-2191	兵庫県警察本部(県内全域)	☎078-362-3270
	秋田県警察本部	☎018-860-1407	ひょうごこころを元気づけるセンター(県内全域)	☎078-251-5515
	秋田県子ども・女性・障害者センター	☎018-831-3946	兵庫県精神保健福祉センター(神戸市以外)	☎078-252-4980
	山形県健康福祉企画課	☎023-630-2333	神戸市精神保健福祉センター(神戸市)	☎078-371-1900
	山形県精神保健福祉センター	☎023-674-0139	奈良県警察本部	☎0742-27-8664
	福島県警察本部	☎024-521-7233	奈良県精神保健福祉センター	☎0744-47-2251
	福島県精神保健福祉センター	☎024-535-3556	和歌山県警察本部	☎073-441-2663
関東信越	関東信越厚生局麻薬取締部	☎03-3512-8690	和歌山県精神保健福祉センター	☎073-435-5194
	関東信越厚生局麻薬取締部横浜分室	☎045-201-0770	中国四国厚生局麻薬取締部	☎082-228-8974
	茨城県警察本部	☎029-301-3388	高知県警察本部	☎0857-26-7203
	茨城県精神保健福祉センター	☎029-243-2870	高知県立精神保健福祉センター	☎0857-21-3031
	栃木県警察本部	☎028-623-3779	島根県警察本部	☎0852-22-5259
	栃木県精神保健福祉センター	☎028-673-8785	島根県立心と体の相談センター	☎0852-21-2045
	群馬県警察本部	☎027-226-2665	岡山県警察本部	☎086-226-7341
	群馬県こころの健康センター	☎027-263-1156	岡山県精神保健福祉センター	☎086-201-0828
	埼玉県警察本部	☎048-830-3633	岡山市こころの健康センター	☎086-803-1273
	埼玉県立精神保健福祉センター	☎048-723-3333	広島県警察本部	☎082-513-3221
	さいたま市こころの健康センター	☎048-762-8548	広島県立総合精神保健福祉センター	☎082-884-1051
	千葉県警察本部	☎043-223-2620	広島市精神保健福祉センター	☎082-245-7731
	千葉県精神保健福祉センター	☎043-307-3781	山口県警察本部	☎083-933-3018
	千葉県こころの健康センター	☎043-204-1582	山口県精神保健福祉センター	☎083-902-2672
	東京都警察本部	☎03-5320-4505	四国厚生局麻薬取締部	☎087-823-8800
	東京都立中部総合精神保健福祉センター	☎03-3302-7575	徳島県警察本部	☎088-621-2233
	東京都立多摩総合精神保健福祉センター	☎042-376-1111	徳島県精神保健福祉センター	☎088-602-8911
	東京都立精神保健福祉センター	☎03-3844-2210	香川県警察本部	☎087-832-3300
	神奈川県警察本部	☎045-210-4972	香川県精神保健福祉センター	☎087-804-5566
	神奈川県精神保健福祉センター	☎045-823-8822	愛媛県警察本部	☎089-912-2393
	横浜市こころの健康相談センター	☎045-671-4455	愛媛県心と体の健康センター	☎089-911-3880
	川崎市精神保健福祉センター	☎044-200-3195	高知県警察本部	☎088-823-9682
	相模原市精神保健福祉センター	☎042-769-9818	高知県立精神保健福祉センター	☎088-821-4966
	新潟県感染症対策・薬務課	☎025-280-5187	九州厚生局麻薬取締部	☎092-431-0999
	新潟県精神保健福祉センター	☎025-280-0111	九州厚生局麻薬取締部小倉分室	☎093-591-3561
	新潟市こころの健康センター	☎025-232-5560	福岡県警察本部	☎092-643-3287
	山梨県衛生薬務課	☎055-223-1491	福岡県精神保健福祉センター	☎092-582-7500
	山梨県立精神保健福祉センター	☎055-254-8644	福岡市精神保健福祉センター	☎092-737-8829
	長野県警察本部	☎026-235-7159	北九州市立精神保健福祉センター	☎093-522-8729
	長野県精神保健福祉センター	☎026-266-0280	佐賀県警察本部	☎0952-25-7082
東北北陸	東北北陸厚生局麻薬取締部	☎052-961-7000	佐賀県精神保健福祉センター	☎0952-73-5060
	富山県警察本部	☎076-444-3234	長崎県警察本部	☎095-895-2469
	富山県こころの健康センター	☎076-428-1511	長崎県こころ・女性・障害者支援センター	☎095-846-5115
	石川県警察本部	☎076-225-1442	熊本県警察本部	☎096-333-2242
	石川県こころの健康センター	☎076-238-5761	熊本県精神保健福祉センター	☎096-386-1166
	岐阜県警察本部	☎058-272-8285	熊本市こころの健康センター	☎096-362-8100
	岐阜県精神保健福祉センター	☎058-231-9724	大分県警察本部	☎097-506-2650
	静岡県警察本部	☎054-221-2413	大分県こころからの相談支援センター	☎097-541-5276
	静岡県精神保健福祉センター	☎054-286-9245	高知県警察本部	☎0985-26-7060
	静岡市こころの健康センター	☎054-262-3011	高知県精神保健福祉センター	☎0985-27-5663
	浜松市精神保健福祉センター	☎053-457-2709	鹿児島県警察本部	☎099-286-2804
	愛知県警察本部	☎052-954-6305	鹿児島県精神保健福祉センター	☎099-218-4755
	愛知県精神保健福祉センター	☎052-962-5377	九州厚生局沖縄麻薬取締支所	☎098-854-0999
	名古屋市精神保健福祉センター	☎052-483-3022	沖縄県衛生薬務課	☎098-866-2055
	三重県警察本部	☎059-224-2330	沖縄県立総合精神保健福祉センター	☎098-888-1443
	三重県こころの健康センター	☎059-223-5241		
近畿	近畿厚生局麻薬取締部	☎06-6949-3779		
	近畿厚生局麻薬取締部神戸分室	☎078-391-0487		

● 全国各保健所
● 各都道府県警察本部

厚生労働省

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

薬物乱用問題について詳しくは
厚生労働省ホームページをご覧ください。

厚生労働省 薬物乱用 [検索](#)

QRコードで
携帯電話でも
ご覧いただけます。
(2023年版)



学生のみなさんへ

薬物大麻の誤解と危険!

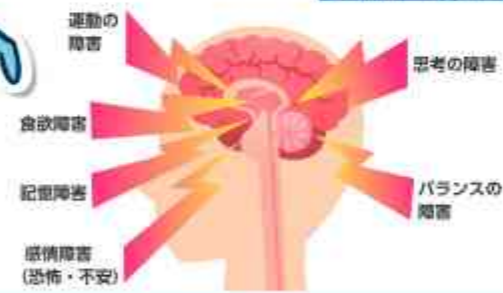


薬物は脳にダメージを与えます。

私たちの脳は、すごいスピードで情報を処理し、心と身体をコントロールする優れた仕組みを持っています。しかし、薬物を乱用すると脳の仕組みにダメージを与え、乱用が続けられるなかで様々な障害を引き起こします。

そして、一度ダメージを与えられた脳は、薬物を使う前の状態には戻らなくなってしまいます。

主な脳への障害



薬物はやめられなくなるから危険!

薬物は乱用を続けると「**耐性**」ができて同じ量では効かなくなり、使用量が増えていきます。また「**依存性**」によって、自分の意志だけではやめたくてもやめられなくなってしまいます。

薬物をやめ、通常の社会生活をするまで回復するためには、生涯にわたって適切な治療や周囲のサポートが必要になります。

薬物依存のサイクル



厚生労働省 文部科学省

いま、注意が必要なのは大麻です!

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。特に、2021年には大麻の検挙者数が過去最多となり、2022年の検挙者数も引き続き高い水準です。大麻の検挙者全体のうち、約70%は30歳未満の若者で、なかでも急増しているのが20歳未満の若者です。

その原因の一つとしてインターネット等に氾濫している「大麻は身体への悪影響がない」などの間違った知識や情報が影響していることが考えられており、注意が必要な状況です。



海外で合法だから大麻は安全? → NO 間違いです!

大麻について「海外では合法的な国があるから安全だ」という主張を耳にすることがあるかもしれませんが、しかし、薬物を取り巻く環境は日本と海外では大きく違います。法律などの規則はそれぞれの国の事情や背景をもとに作られているため、「海外で合法だから大麻は安全」ということではありません。

大麻の所持や使用が犯罪にならない国や地域であっても、大麻の有害性の影響を大きく受ける未成年の所持や使用は禁じられています。間違った主張に流されないようにしましょう!

大麻は心身への悪影響はない? → NO 有害です!

インターネット等で、「大麻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氾濫しています。しかし、実際には大麻を乱用すると、大麻の花や葉に含まれる成分「THC(テトラヒドロカンナビノール)」が脳に作用して下図のような様々な不具合を引き起こします。特に成長期にある若者の脳に対して影響が強いことも判明しています。また、大麻はうつ病や記憶の障害を引き起こすなど、メンタルヘルスにも悪影響を与えます。間違った情報に流されず、正しい知識で判断しましょう!



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
知覚の変化 時間や空間の感覚がゆがむ	学習能力の低下 短期記憶が妨げられる	運動失調 瞬時の反応が遅れる	精神障害 統合失調症やうつ病を発症しやすくなる
			IQ(知能指数)の低下 短期・長期記憶や情報処理速度が下がる
			薬物依存 大麻への欲求が抑えられなくなる

SNSでの薬物の誘いに注意!

近年、薬物が密売される手段として危険が拡大しているのがSNSです。SNS上では大麻を意味する隠語や絵文字などが使われ、大麻などの購入を促す内容が多く投稿されています。実際に未成年の学生がSNSを通して売人から大麻を購入した事件が複数報告されており、大きな問題となっています。

SNSを通して違法薬物の売人と関わることは、多くの危険を伴います。もし、そのような投稿を見つけても誘いに乗らないようにしましょう。



大麻の加工品や大麻を含んだ食品に気をつけて!

大麻から成分を抽出した「大麻リキッド」や「大麻ワックス」など新しいタイプの加工品の摘発も増加しています。また、海外でお土産として売られているチョコレートやクッキー、キャンディなどの中に大麻が含まれていることがあります。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に注意しましょう。



大麻や覚醒剤などの薬物は、持っているだけでも法律によって罰せられます。

大麻	覚醒剤	危険ドラッグ	MDMA
大麻所持・譲渡	覚醒剤所持・譲渡	危険ドラッグ・指定薬物所持・譲渡	コカイン・MDMAなど所持・譲渡
麻薬及び向精神薬取締法 7年以下の懲役	覚醒剤取締法 10年以下の懲役	医薬品医療機器等法* 3年以下の懲役	麻薬及び向精神薬取締法 7年以下の懲役

*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

薬物の誘いに、きっぱりNo!と断る勇気を!

薬物を乱用するきっかけは「友人からの誘い」が多いということが報告されています。言葉で断れる場合は勇気をもってきっぱり断ることが大切です。でも、身近な友人から誘われた場合には「仲間外れにされるのが怖い」などの理由で、断りづらいと感じるかもしれません。そんな時は、とにかくその場から立ち去りましょう。立ち去ることも勇気です。一人で問題を抱え込まないで、信頼できる大人や専門の窓口にご相談ください。



医薬品も間違った使い方は乱用です!

- 医師から処方された薬や市販薬を用法・用量を守らずに過量に摂取することは、健康被害を引き起こしたり、やめられなくなったりするおそれがあります。
- 海外サイトで販売している医薬品は、偽造品や思わぬ健康被害が生じる場合があります。安易に医薬品を個人輸入することは、やめましょう。



- 向精神薬は、病院等で睡眠薬や精神安定剤などとして処方され、医療用として用いられています。向精神薬をみだりに譲り渡すことは、法律で処罰の対象となります。自分が処方された薬を、フリマサイトに出品するなどして転売してはいけません。
- 睡眠薬等を相手に飲ませ、性暴力等を行うことは刑事罰の対象になります。

過量服薬(オーバードーズ)は健康被害を引き起こすなど大変危険です!