

# 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 | 東北   | 福井県健康福祉部健康医療局医薬食品・衛生課   | ☎0776-20-0347 |
|      | 北海道医務業務課             | ☎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 |      | 滋賀県業務課                  | ☎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 | 関東信越 | 京都府業務課                  | ☎075-414-4790 |
|      | 青森県医療業務課             | ☎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 |
|      | 岩手県健康国保課             | ☎019-629-5467 |      | 大阪府業務課                  | ☎06-6941-9078 |
|      | 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 |
|      | 宮城県業務課               | ☎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 |      | 兵庫県業務課(県内全域)            | ☎078-362-3270 |
|      | 秋田県医療事業課             | ☎018-860-1407 |      | ひょうご・こうべ依存症対策センター(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 | 中 国  | 奈良県業務・衛生課               | ☎0742-27-8664 |
| 関東信越 | 福島県業務課               | ☎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 |      | 和歌山県業務課                 | ☎073-441-2663 |
|      | 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 |
|      | 茨城県業務課               | ☎029-301-3388 |      | 鳥取県医療・保険課               | ☎0857-26-7203 |
|      | 茨城県精神保健福祉センター        | ☎029-243-2870 |      | 鳥取県立精神保健福祉センター          | ☎0857-21-3031 |
|      | 栃木県医薬・生活衛生課          | ☎028-623-3779 |      | 島根県薬事衛生課                | ☎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 |
|      | 群馬県業務課               | ☎027-226-2665 |      | 岡山県医薬安全課                | ☎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 |
|      | 埼玉県業務課               | ☎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 | 四 国  | 広島県業務課                  | ☎082-513-3221 |
| 関東信越 | 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 |
|      | 千葉県業務課               | ☎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 |      | 山口県業務課                  | ☎083-933-3018 |
|      | 千葉市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 |
|      | 東京都業務課               | ☎03-5320-4505 |      | 四国厚生支局麻薬取締部             | ☎087-823-8800 |
|      | 東京都立中部総合精神保健福祉センター   | ☎03-3302-7575 |      | 徳島県業務課                  | ☎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 |      | 香川県業務課                  | ☎087-832-3300 |
|      | 神奈川県業務課              | ☎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       | ☎045-821-8822 |      | 愛媛県業務衛生課                | ☎089-912-2393 |
|      | 川崎市総合リハビリテーション推進センター | ☎044-201-3242 |      | 愛媛県心と体の健康センター           | ☎089-911-3880 |
| 東 北  | 川崎市精神保健福祉センター        | ☎044-200-3195 | 九 州  | 高知県業務衛生課                | ☎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・業務課         | ☎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 |      | 福岡県業務課                  | ☎092-643-3287 |
|      | 山梨県衛生業務課             | ☎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 |
|      | 長野県薬事管理課             | ☎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 |      | 佐賀県業務課                  | ☎0952-25-7082 |
|      | 東海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 |
|      | 富山県薬事指導課             | ☎076-444-3234 |      | 長崎県業務行政室                | ☎095-895-2469 |
|      | 富山県心の健康センター          | ☎076-428-1511 | 沖 縄  | 長崎県子ども・女性・障害者支援センター     | ☎095-846-5115 |
| 東 北  | 石川県薬事衛生課             | ☎076-225-1442 |      | 熊本県業務衛生課                | ☎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 |
|      | 岐阜県業務水道課             | ☎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 |      | 大分県業務室                  | ☎097-506-2650 |
|      | 静岡県業務課               | ☎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 |      | 宮崎県業務対策室                | ☎0985-26-7060 |
|      | 静岡市こころの健康センター        | ☎054-262-3011 |      | 宮崎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 |      | 鹿児島県業務課                 | ☎099-286-2804 |
|      | 愛知県医薬安全課             | ☎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 |      | 沖縄県衛生業務課業務班             | ☎098-866-2055 |
| 近 畿  | 三重県業務課               | ☎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  
● 各都道府県警察署

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。  
(2024年度版)



学生のみなさんへ

# 薬物大麻の ことこと 誤解と危険！ です！



## 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を、薬物を使う前の状態に戻すのは非常に困難です。

### 主な脳への障害

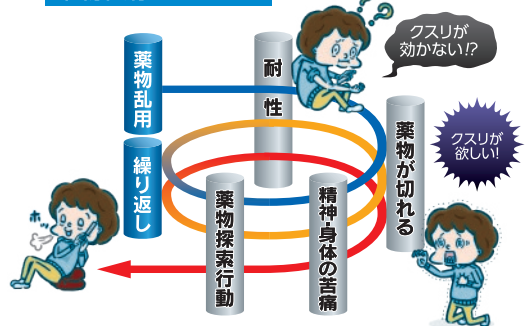


## 薬物はやめられなくなる から危険!

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、適切な治療や生涯にわたって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

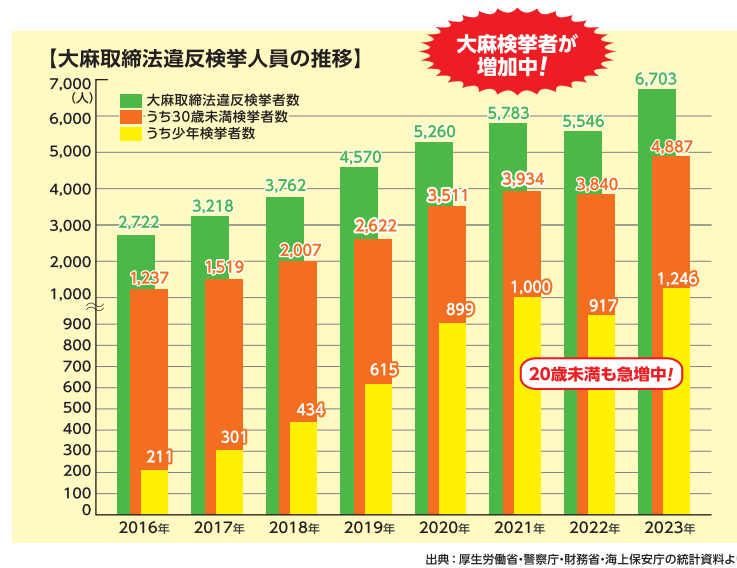


# いま、注意が必要なのは大麻です！

## 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。2023年には大麻による検挙者数は統計開始以降、過去最多となり、これまで最も多かった覚醒剤による検挙者数を初めて上回りました。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「大麻は心身への悪影響がない」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。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、「大麻は心身への悪影響がない」「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        | 学習能力の低下    | 運動失調      | 精神障害               | IQ(知能指数)の低下        | 薬物依存            |  |
| 時間や空間の感覚がゆがむ | 短期記憶が妨げられる | 瞬時の反応が遅れる | 統合失調症やうつ病を発症しやすくなる | 短期・長期記憶や情報処理速度が下がる | 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、薬物が密売買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ってはいけません。



## 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」など濃縮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、それらの製品の多くは、「Cannabis(英:大麻)」という文字や大麻の葉の絵が描かれています。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                                                                                                                                      | M D M A                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>大麻 所持・使用・譲渡<br>▽<br>麻薬及び向精神薬取締法<br>7年以下の懲役 | <br>覚醒剤 所持・使用・譲渡<br>▽<br>覚醒剤取締法<br>10年以下の懲役 | <br>危険ドラッグ・指定薬物<br>所持・使用・譲渡<br>▽<br>医薬品医療機器等法*<br>3年以下の懲役 | <br>コカイン・MDMAなど<br>所持・使用・譲渡<br>▽<br>麻薬及び向精神薬取締法<br>7年以下の懲役 |

※法律が改正され、大麻及びその有害成分であるTHC(テトラヒドロカンナビノール)が規制の対象になります。

※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。

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！