

自分を守ろう。若者を守ろう。

薬物乱用防止キャンペーン

ツライ気持ち、ため込まないで。
社会全体で、皆さんを守ります。

オーバードーズから

誰も分かって
くれない

逃げたい…
消えたい…

ODやめられない

市販薬のオーバードーズ（大量摂取）は健康被害を引き起こします。
苦しい気持ち、相談してみませんか。

動画公開中

ツライ気持ちとの付き合い方を、専門家が動画で解説しています。ツライな、苦しいな、
と思ったら見てみてください。また、周囲にも、この動画を教えてあげてください。

【動画はこちら】

元薬物
依存症
当事者



弁護士



精神
保健
福祉士



一人ひとりと生きるまち。



薬物で困ったら相談してください。
あなたの秘密は守ります。

薬物乱用相談 東京都



【相談窓口】



東京都保健医療局健康安全部薬務課

Tel:03-5320-4505

mail:S1150603@section.metro.tokyo.jp

肩書・所属は動画撮影時のものです