

友達や先輩など周りの人から薬物をすすめられたりした場合は、
はっきりと断りましょう。近年、インターネット等で「大麻には害がない」
といった誤った情報が流れているので、注意しましょう。また、
脱法ハーブ、合法ドラッグなどと称して売られているものもあります
が、非常に危険な薬物です。決してダマされてはいけません。
お酒やたばこも未成年者が使用することは法律違反であり、薬物乱
用のきっかけになることがあります。



大麻、覚醒剤、麻薬、危険ドラッグなどの薬物の乱用は、大人が思っている以上に子供たちの身近に迫りつつあります。まず、大人が薬物の恐ろしさを認識し、乱用は健康を害するものであり、一度使うだけでも犯罪だというき然とした態度をとることが大切です。

また、薬物乱用の疑いがある場合には、早急に対応することが必要です。最寄りの保健所・保健センター、精神保健福祉センターへ相談しましょう。ご家族だけでも相談できます。プライバシーは厳守します。

- 1 子供の心と体の変化について理解しましょう。
- 2 毎日、家族の会話を大切にしましょう。
- 3 子供の話には常に耳を傾けましょう。
- 4 友情をつちかい、悪い誘いを拒否できる勇気を育てましょう。
- 5 子供が家族や学校の先生にいつでも相談できるようにしておきましょう。
- 6 子供自身で、健全な判断ができるように育てましょう。
- 7 家族そろってのコミュニケーションの場を大切にしましょう。

☎薬物乱用についての相談は☎

〈藥物相談〉

東京都保健医療局健康安全部薬務課
●麻薬対策担当 電話03-5320-4505
●危険ドラッグ対策担当 電話03-5320-4515
E-mail S1150603@section.metro.tokyo.jp
「今こそストップ！薬物乱用」
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/anzen/kenkou_anzen/stop

薬物問題でお困りの方へ「薬物乱用に関する相談チャットボット」

〈こころの健康相談〉

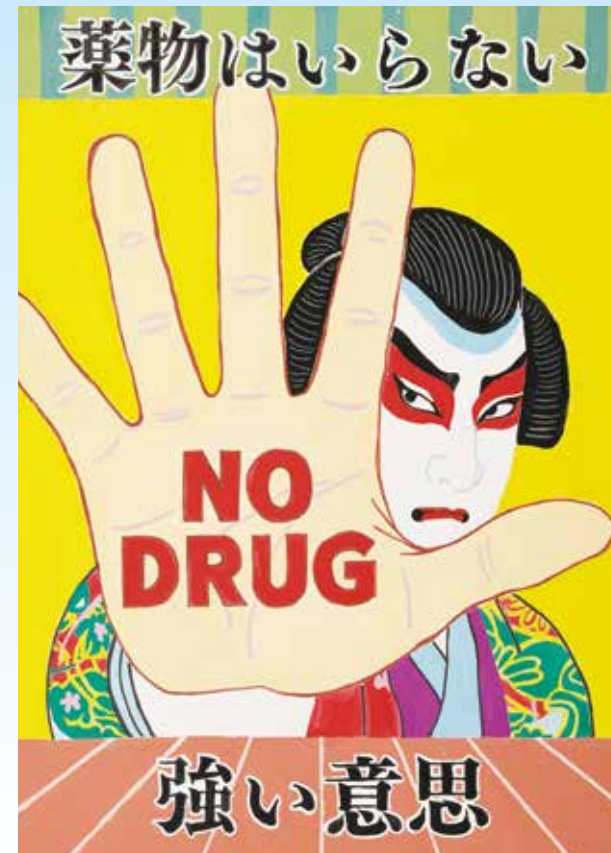
東京都立精神保健福祉センター 電話03-3844-2212 (相談)
東京都立中部総合精神保健福祉センター 電話03-3302-7711 (相談)
東京都立多摩総合精神保健福祉センター 電話042-371-5560 (相談)
東京都夜間こころの電話相談(17時～21時半) 電話03-5155-5028 (相談)
こころのLINE相談(精神保健福祉相談)(17時～21時半)
<https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/shougai/sodan/linesodan>

※リーフレット作成にあたり、厚生労働省関東信越厚生局麻薬取締部の協力を得ました。

令和7年11月発行 東京都保健医療局健康安全部業務課 登録番号(7)115
郵便番号163-8001 新宿区西新宿二丁目8番1号 電話 03-5320-4505
イラスト協力 横山 祥子(小平市) 印刷 正和商事株式会社



おそ
恐ろしい薬物乱用
やくぶつらんよう

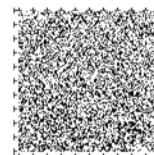


令和7年度 中学生による薬物乱用防止ポスター 最優秀賞
小金井市立東中学校 3年 萩原 統也さんの作品

薬物に 手を出す前に 思い出せ
大切な人と 未来の自分

令和7年度 中学生による薬物乱用防止標語 最優秀賞
新宿区立牛込第一中学校 3年 加藤 力輝さんの作品

東京都・東京都薬物乱用対策推進本部
東京都薬物乱用防止推進協議会



1 「クスリ」ってなに？

「クスリ」は、**病気やけがを治すために使うもの**です。飲み方や使い方をまちがえると、体に害となることもあります。自分だけの判断で使うことは**危険**なので、かかりつけのお医者さんや薬剤師さん、お父さんやお母さんによく相談してから使いましょう。



かぜ薬・せき止めなどの「クスリ」は、病気やけがを治すものであり、必要以上に飲む物ではありません。決められた使い方を守ることが大切です。

「クスリ」は正しく使いましょう！

2 薬物を乱用するとどうなるの？

大麻、覚醒剤、麻薬、危険ドラッグなどの薬物を、吸ったり飲んだりすると、心と体に悪い影響があります。薬物をやめて普通の生活をするためには生涯にわたって適切な治療が必要になります。

1 回くらいなら…



不安が消えて、何でもできるような気分

またやりたい

薬物が切れた後の不快な気分

逃れたい

くり返し使用

自分ではやめられない状態

(薬物依存症：自分で自分の心と体をコントロールできない「病気」です)



薬物乱用とは……？

- 「クスリ」を本来の目的（病気やけがの治療）以外に使うこと。
 - 「クスリ」でないものを吸ったり飲んだりすること。
- 薬物の乱用は、**法律で厳しく禁止**されていて、**重い罰を受ける**ことになります。

学習能力の低下・成長への悪い影響・こころの変化



正常な判断ができなくなる…

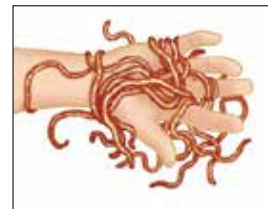
幻覚や幻聴におそわれる…

感情のコントロールが効かなくなり、**家族や友達を傷つける**こともあります。

薬物乱用による幻覚作用の例



▲過去に見た嫌な虫



▲今の自分の手

出典：厚生労働省 薬物乱用読本「健康に生きよう」

気合いだけでは治らない！



依存症になってしまった脳は元の状態には戻りません。乱用をやめても、幻覚や幻聴におそわれることがあり、生涯にわたって適切な治療が必要になります。

健康に生きるとは、自分で自分を守ること！

乱用されている薬物の呼び方（隠語） いろんな名前と呼ばれています。



●大麻…野菜、クサ、ハッパ、グラス、チョコ など



●覚醒剤…エス、スピード、アイス、氷、シャブ など



●MDMA (麻薬)…エクスタシー、X、バツ



●危険ドラッグ……脱法ハーブ、合法ドラッグ

- LSD (麻薬)……紙、ペーパー、エル、アシッド
- コカイン (麻薬)…チャリ、自転車、コーク、スノウ、クラック
- シンナー……アンパン、ジュントロ

誘われても絶対に断ろう！

写真提供：関東信越厚生局麻薬取締部