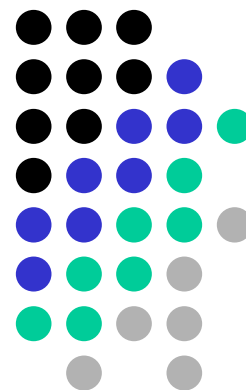
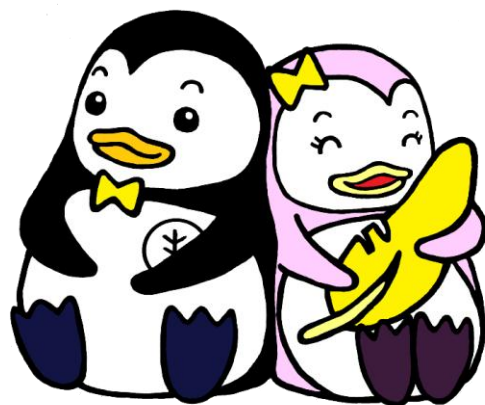


君たちたちに伝えたい
大切なこと！

— 薬物乱用は絶対にダメ！ —



2026年1月23日

保護司 廣瀬隆夫
(薬物乱用防止指導員)

● なぜ、薬物乱用防止の勉強が必要だと思いますか？



みなさんが元気で、希望に満ちた人生を送るため

そのためには？・・・



1. 薬物乱用の危険性についての**正しい知識**を学ぶ

2. 薬物乱用の誘いから**自分を守る力**を身につける

今日の講義

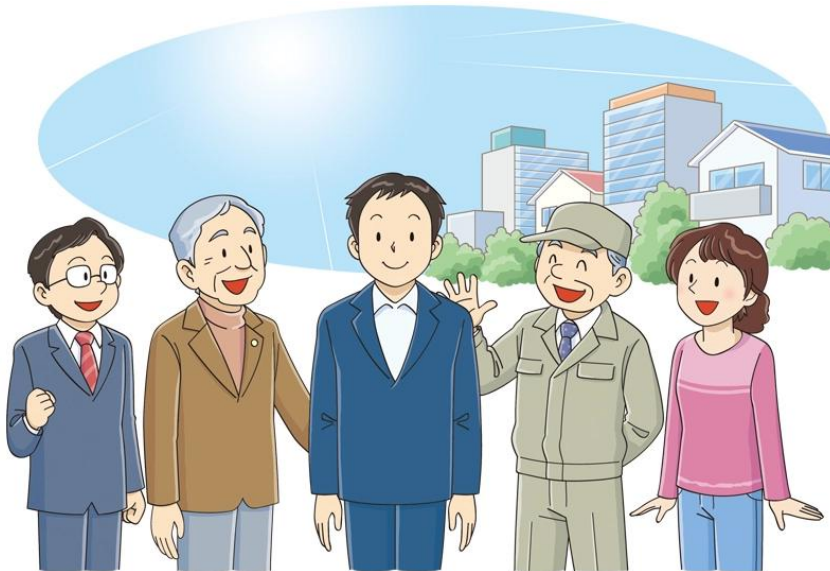
- ① 薬物乱用について理解する
- ② 薬物乱用があなたの体や心を傷つける
- ③ 薬物乱用から自分を守るために知っておくこと
- ④ 薬物乱用を誘われたらキツパリと断る
- ⑤ 悩んだ時には、まず相談！
- ⑥ みなさんへのお願い

● 保護司はどんな仕事か知っていますか？



犯罪や非行を犯した人たちの立ち直りをサポート

- ① 刑務所や少年院などで刑期を終えた人の**社会復帰**を支援
- ② 悪友と交遊しないなど**再び犯罪をしない**ように助言
- ③ 犯罪を減らすために地域社会で**薬物乱用防止**などの活動



私たちは犯罪のない**明るい社会の実現**を目指しています
あなたの笑顔がいちばんの報酬です

● 薬っていつ頃から使われているのだろう？



病気を治したり、防いだり、つらい症状を和らげたりする

薬は古代文明の時代から経験と科学的知識を積み重ねながら、
病気やウイルスから人間を守る知恵の道具として進化してきた。



5000年前の古代メソポタミア文明が発祥



江戸時代 薬研(やげん)



現在 コロナワクチン

● 薬物乱用ってどういうことか知っていますか？



病気を治すためでなく薬を間違った目的に使う行為

薬物乱用とは、
違法な薬物を使用したり、
医療の目的から外れて使用したりすること

違法薬物は1回使っただけでも乱用になる

スポーツで勝ちたいため、フェアプレイに
反して薬を飲む「ドーピング」も薬物乱用



● 危険な二つの薬物乱用

① 違法薬物の使用

大麻や覚せい剤などの
違法薬物を1回でも使うこと

- 覚醒剤取締法、麻薬及び向神経薬取締法、大麻取締法
- あへん法、毒物及び劇薬取締法、医薬品医療機器等法



● 大麻(マリファナ)



● 覚醒剤

② オーバードーズ

市販薬を本来の治療目的から
外れて**大量に飲む**こと

- 市販薬を決められている治療以外の目的で使うこと
- 用法用量を守らないで大量に使うこと



● 風邪薬などの市販薬

● 最近、何で薬物乱用が増えているのだろう？



● 覚醒剤



● 大麻(マリファナ)



● 風邪薬などの市販薬



● **違法薬物**を1回以上使ったことがある人は**約216万人**
(人口の1.74%)。大麻が最も多く**約133万人**

● 全国の中学生のうち**1.8%(約55人に1人)**が過去1年以内に市販薬を乱用目的でオーバードーズしたことがあると回答

- ① 何も知らずに**好奇心**や**冒険心**で気軽に使ってしまう
- ② **ストレス**や**孤独感**が社会に深まり逃避のために使う
- ③ SNSによる虚偽や薬物の**情報不足**で安易に使う

● 特に違法薬物である**大麻の検挙件数**が急増している

4-2-1-4図 大麻取締法違反等 検挙人員の推移（罪名別）

（昭和50年～令和5年）

6703人

大麻取締法違反

若者に広がる大麻

ネット上に「無害説」警戒心薄れる



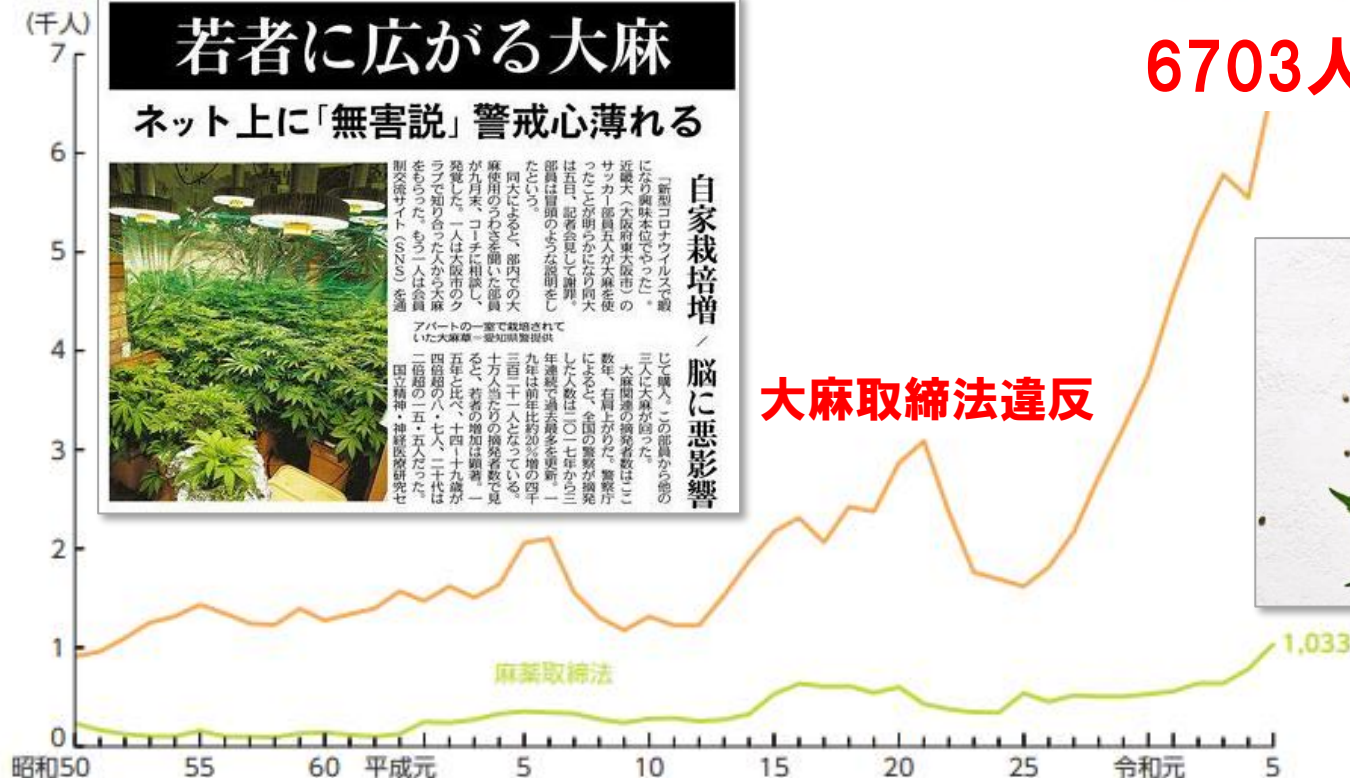
自家栽培増／脳に悪影響

【新型】コロナウイルスで厳
になり、興味本位でやっ
近畿大（大阪府東大阪市）の
サッカー部員八人が大麻を使
ったことが明らかになり同大
は五日、記者会見して謝罪。
部員は冒頭のような説明をし
たという。

同大によると、部内で大
麻使用の噂を聞いた部員
が九月末、コーチに相談し、
発見した。一人は大阪市のク
ラブで知り合った人から大麻
をもらった。もう一人は会員
制交流サイト（SNS）を通
じて購入。この部員から他の
三人に大麻が回った。

大麻関連の検挙者数はここ
数年、急上昇した。警察庁
によると、全国の警察が検挙
した人数は〇一七年から三
九年連続で過去最多を更新。一
九年は前年比約4割増の四千
三百一十一人となっている。
十万人当たりの検挙者数で見
ると、若者の増加は顕著。一
五年と比べ、十四・十九歳が
四割増の八・七、二十は
二倍超の一五・五だった。

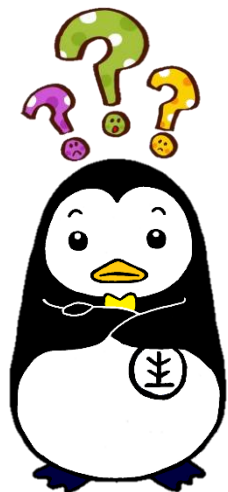
国立精神・神経医療研究セ
ンター



- 注 1 厚生労働省医薬局の資料による。ただし、平成19年までは、厚生労働省医薬食品局、警察庁刑事局及び海上保安庁警備救難部の各資料により、20年から27年までは、内閣府の資料による。
- 2 大麻及び麻薬・向精神薬に係る各麻薬特例法違反の検挙人員を含む。
- 3 警察のほか、特別司法警察員が検挙した者を含む。
- 4 「大麻取締法」は、大麻リキッドに係る検挙人員を含む。

※特に、**成長期の思春期**に始めた若者の脳に悪影響を与える

● 何で大麻を吸う人が増えていると思いますか？



× 先輩もみんな
やっているから問
題ないよ

× 大麻が合法の国
もあるからタバコ
より安全かもね

× 法改正で日本
国内でも将来は
解禁される？

× 他の麻薬より
依存性が少ない
らしいよ！

すべて間違い。大麻は依存性がある危険な違法薬物！

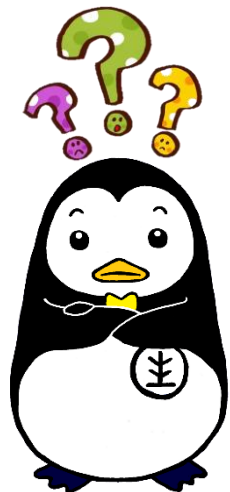
- ① 海外のほとんどの国は違法。合法化している国は少ない
- ② 大麻はうつ病や記憶障害を引き起こし心身に悪影響を及ぼす
- ③ 日本では大麻を使えば違法、持っているだけでも犯罪になる



● 大麻クッキー(加工品に注意)

インターネット
やSNSの間違っ
た情報に注意！

● オーバードーズ(OverDose:OD)を知っていますか？



Over:超える ← Dose :用量
市販薬を医療の目的ではなく**大量に飲む**こと

病気を治す薬は**飲み方を誤れば命にかかわる**

オーバードーズは危険な薬物乱用！

薬の正しい飲み方



① 水で飲む

コップ1杯の水か
ぬるま湯で飲む



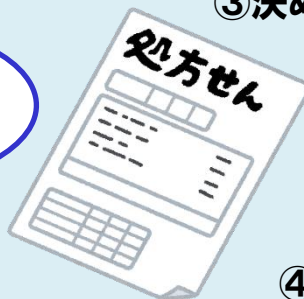
② 飲む回数を守る

決められた
回数で飲む



③ 決められた時間に飲む

食事の前か
後に飲む



④ 飲む量を守る



決められた量
を飲む

- ⑤ 最後まで飲み切る
- ⑥ 人にあげない、もらわない
- ⑦ 期限切れは飲まない

● オーバードーズに**市販薬**や**エナジードリンク**が使われている

咳止め、風邪薬、鎮痛剤等

リン酸ジヒドロ・コデインという薬物を含んでいて乱用すると危険。**誰でも気軽に買うことができる**ので乱用に使われる



カフェイン製剤

カフェイン製剤は眠気の除去を効果として市販される。過剰摂取は**精神錯乱や幻覚、パニック発作**を引き起こすこともある



エナジードリンク

主成分は**カフェイン**。頭が冴え、眠気が取れて元気になるがキャッチフレーズ。飲みすぎは**カフェイン中毒**の危険がある



● オーバードーズが増えている理由

きっかけ:

- SNSのOD体験の視聴
- 友人からの誘い
- 薬に逃げ場を求める

背景:

- 生きづらさ、虐待、自傷行為
- 社会的孤立や不安、ストレス
- ドラッグストアで入手できる



日常生活の葛藤、苦しみ、イライラ



悩みやストレスから逃れたい



やってみたいという好奇心



SNSからの誘い



市販薬を大量にのむことは危険！

- ① 違法な薬でないからといって安全ではない
- ② オーバードーズは心身を傷つける危険な行為
- ③ 病気をしても薬が効かなくなる

● 薬物乱用の入り口になるゲートウェイ・ドラッグ

薬物乱用の入り口となる嗜好品であるタバコやお酒

薬物を乱用するほとんどの人は、お酒やたばこなどを早い時期に使用している場合が多い



※未成年者（20歳未満）の飲酒と喫煙は法律で禁止されています

● 禁止されている違法薬物にはいろいろな種類がある

興奮作用のある薬物



● 覚醒剤

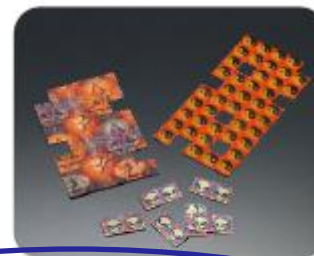


● コカイン



● MDMA

幻覚作用のある薬物



● LSD



● 大麻(マリファナ)



● 向精神薬



● 有機溶剤(シンナーなど)



● 危険ドラッグ

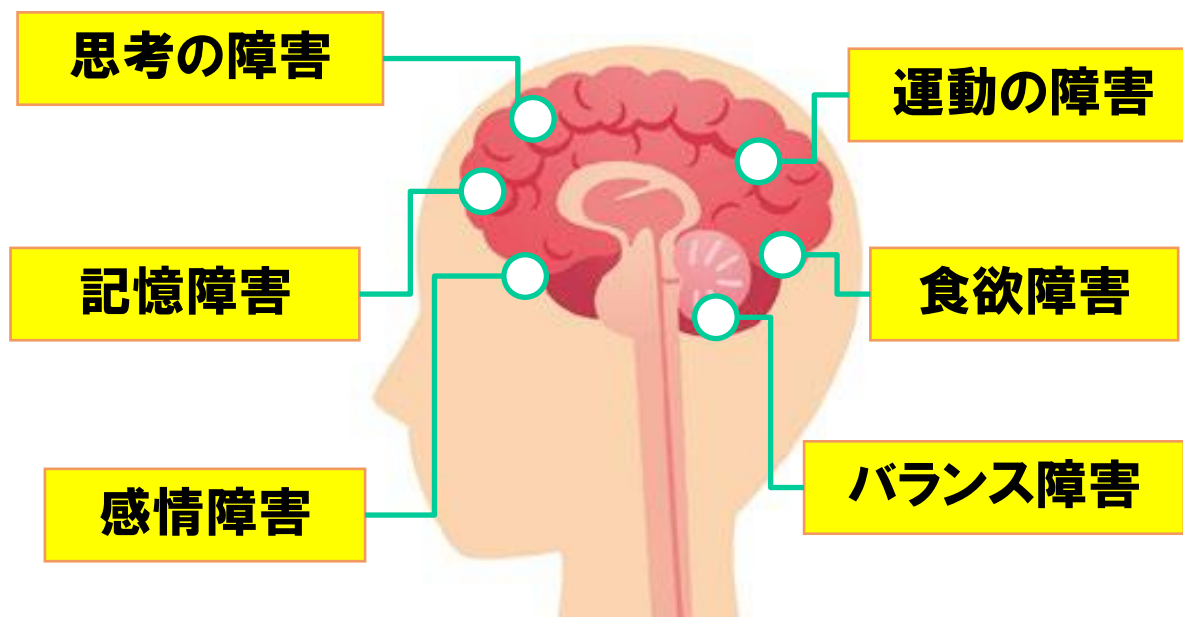
抑制作用のある薬物



● 薬物乱用が体にどんな影響を及ぼすか知っていますか？



脳は心身の司令塔。乱用は脳へ深刻なダメージを与える



割れた卵は元に戻せない

薬物を乱用して一度破壊された脳細胞は元には戻らない

● 薬物で脳細胞が破壊されて普通の生活ができなくなる

幻覚・幻聴



誰もいないのに人の
声が聞こえる、
何かが見える

妄想



誰かが自分を
殺そうとしてい
ると思いつむ

耐性



覚醒剤



飲んでも効かなく
なる。薬の量がど
んどん増える

依存



薬物がないと
生きられないよ
うになる

思い出した
くない...



フラッシュ
バック

● 家族や友人を傷つけたり自分や周囲の人を危険にさらすことも

睡眠障害



夜になっ
ても眠れ
ない

家庭内暴力が頻発



イライラ
してるん
だよ！

殺人事件を起こす



殺される
前に殺し
てやる

交通事故を起こす

危ない！
気が付か
なかった



闇バイトに加担する



薬物を
買うため
にやった

薬物で出場停止

先輩に
誘われ
てやった



好奇心やストレス発散のために薬を気軽に使ったばかりに
自分だけでなくみんなの人生をも台無しにしてしまう

● 薬物乱用を始めたきっかけは好奇心や興味本位が約6割

好奇心で始めたたった一度の興味本位の使用が
薬物中毒の悪循環の入り口になる



● 薬物の中毒になると乱用の悪循環から抜け出せなくなる



● 違法薬物は自然に生えている植物や石油が原料

大麻草、
コカの葉



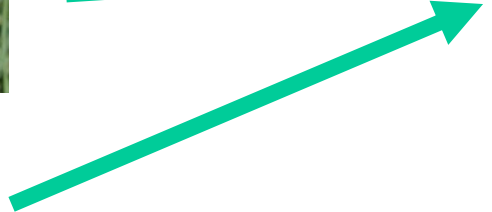
(マリファナ)

ケシ



覚せい剤

マオウ



危険ドラッグ

マジックマツ
シュルーム



有機溶剤

シンナー・
トルエン
(石油)

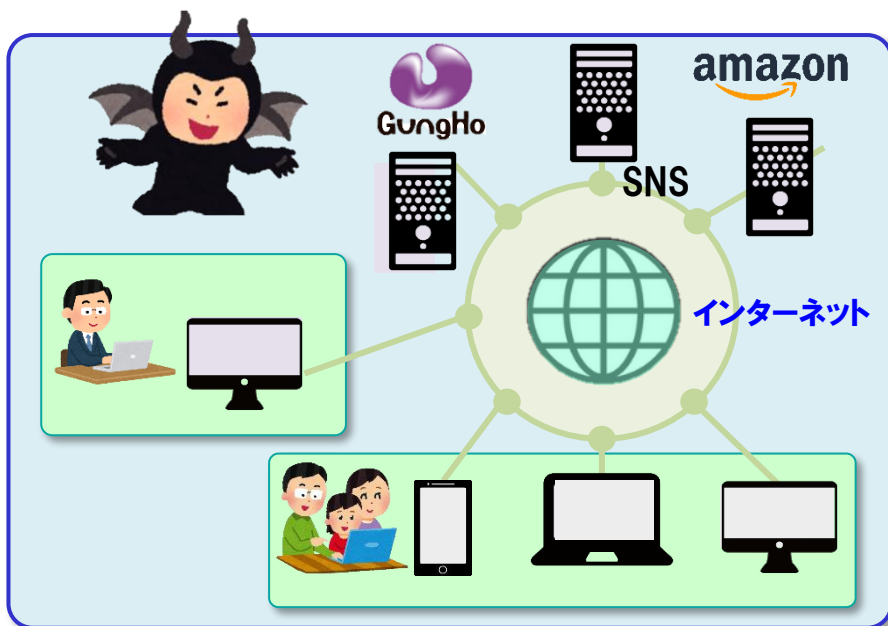


ほとんどが海外で作られ密輸入されている

- ・ **病気の治療**や油や樹脂、**ゴム**などを**溶かすため**に使われていたもの

● 毎日見ているSNSにも薬物の危険が潜んでいる

ネットには様々な情報が流れてくる。中には危険な情報も・・・。



【隠語】



大麻



覚醒剤



大麻リキッド



手渡し



SNSで誘われたら何も返信せず記事を削除しブロック

● 薬物乱用を防止するための様々な活動をしています



● 薬物乱用防止活動(保護司、更生保護女性会)



● 麻薬に関する植物の禁止運動(厚生労働省)



違法植物を見つけたら保健所や警察に通報してください



● 税関では麻薬探知犬が活躍しています(財務省)



● オーバードーズを禁止する啓発活動(厚生労働省)

● 薬物を使ってみようと誘われたらどのようにして断りますか？



1回だけなら
大丈夫だよ



薬物乱用の
誘いは**お断り！**



悪魔のささやきは**きっぱり断る**

● 薬物乱用の誘いに注意すべき言葉

① 飲めばスッキリするよ！

- ・眠くならずに**勉強に集中**できるよ
- ・最高の気分が味わえる薬だよ
- ・飲むだけで簡単にやせられるよ

② 一回だけなら大丈夫！

- ・ちょっとだけ、ためしてみない？
- ・**一回だけなら平気**だよ
- ・大麻はタバコより安全だよ

③ とりあえず使ってみて！

最初はやさしい
言葉で近づい
てくる

- ・**とりあえず**試してみてよ
- ・ただの栄養剤だよ
- ・みんなやっているよ



SNSでの誘い



ゲームセンターや繁華街での誘い

● 誘われた時の断り方の極意

① 強い拒絶の意志を示す

- **薬物は嫌だ**
- 薬は吸いたくない
- 薬物はやらない

② ハッキリ理由を説明する

- 違法薬物は体に良くないから
- **家族との固い約束**だから
- 周囲に迷惑や心配をかけるから

③ その場を離れる

薬物の誘いだ
と気づいたら

- 薬物に近づかない、**避ける**
- スマホの電源を切る
- 用事を言って**立ち去る**



REALの原理

- 迷わずに断る(**R**efuse)
- ハッキリと説明する(**E**xplain)
- 薬物の勧誘を避ける(**A**void)
- 誘いの場から立ち去る(**L**eave)

● 友だちや先輩からの薬物の誘いは勇気を持って断りましょう

薬物を勧めてくる先輩や友人は本当の友だちではありません

新友 → 親友 → 真友

新しい友

親しい友

信頼できる
本当の友



先輩や友人から誘われたら「興味ありません」とはっきり断り、その場を離れましょう。友だちを失うのが怖いかもしれませんが薬物はもっと怖い。勇気を持って断りましょう。

● 薬物乱用を誘われて悩んだら立ち止まって考えてみよう



① 今までの人生を振り返る

あなたは一人ではない！

- ・ **うれしかったこと**、感動したこと
- ・ 自分が好きなもの、やりたいこと
- ・ みんなと遊んだこと、勉強したこと
- ・ 大切にしている人、思ってくれる人



② 自分自身のことを考える

あなたは貴重な存在です！

- ・ あなたの**得意なこと**は？
- ・ あなたはどんな人になりたいか？
- ・ あなたの将来の夢は？
- ・ 薬物乱用の怖さを思い出す



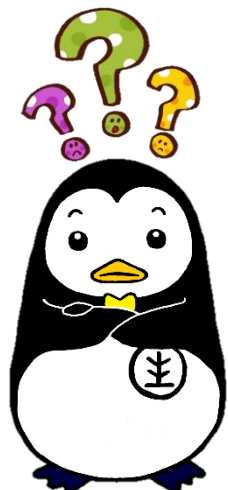
③ 命や人生を大切にする

薬物乱用で大切な人生を壊さないで！

- ・ 自暴自棄にならない
- ・ 現実をじっくり見つめる
- ・ 幸せな人生を送る権利がある
- ・ あなたには**輝かしい未来**がある

人生の根本的な問題は薬物では解決できない

● 深刻な悩みがあった時には誰に相談しますか？



人に言ったら個人情報
ネットにばらまくよ！



大切な友だちを
裏切りたくない？

断ると仲間外れに
されるのでは？

先輩にどうやって
断ったらいいの？

本当に薬で勉強
ができるようになる
のかな？



勇気を出して



● まずは、身近な人に相談する



● 友人から**心のSOS**の相談を受けたらどうしますか？



①声をかける

友人がいつもと違った様子だったら**やさしく**声をかける

②耳を傾ける

本人の気持ちを尊重して**耳を傾ける**。話してくれたことを**ねぎらう**



決して孤立させない

③専門家につなぐ

早めに薬物乱用防止の**専門家に相談**することをすすめる

④経過を見守る

暖かく寄り添い、引き続き**見守る**

● 薬物乱用防止の専門家に早めに相談してください



薬物乱用で悩んでいるとき

- 神奈川県薬務課 045-210-4972
- 神奈川県精神保健福祉センター 045-821-6937
- 関東信越厚生局麻薬取締部横浜分室 045-671-4455



精神的に不安になってしまったとき

- 神奈川県警本部少年相談保護センター 045-641-0045
- 横浜いのちの電話 045-335-4343
- 生きずらびっと(SNSチャット、メール、電話で相談)
0120-061-338 <https://yorisoi-chat.jp/>

ひとりで悩まないで！！

あなたを助けてくれる人はたくさんいます

● 薬物乱用防止について今までのお話の振り返り



- ① 違法薬物は使っても**持っ**ていても**犯罪**
- ② 薬物乱用は**脳も内臓も人生も破壊する**
- ③ **甘い誘い**には絶対にのらない、逃げる
- ④ 薬物乱用の巧妙な誘いの**ウソ**を見破る
- ⑤ 誘いに**ハッキリNO**と言える**勇気**を持つ
- ⑥ ひとりで悩まないで**身近な人**に相談する

薬物でああなたの人生を決してムダにしないでください

● あなたは、一人ではありません

たくさんの人たちがあなたを見守ってくれています



● 家族



● 友だち



● 学校の先生



● 地域の人たちや保護司

薬物乱用は絶対にダメ！

● ご先祖からいただいた貴重な命を大切にしてください

8代前の江戸時代まで遡るとあなたのご先祖は256人

江戸時代

幕末時代

明治維新

明治時代

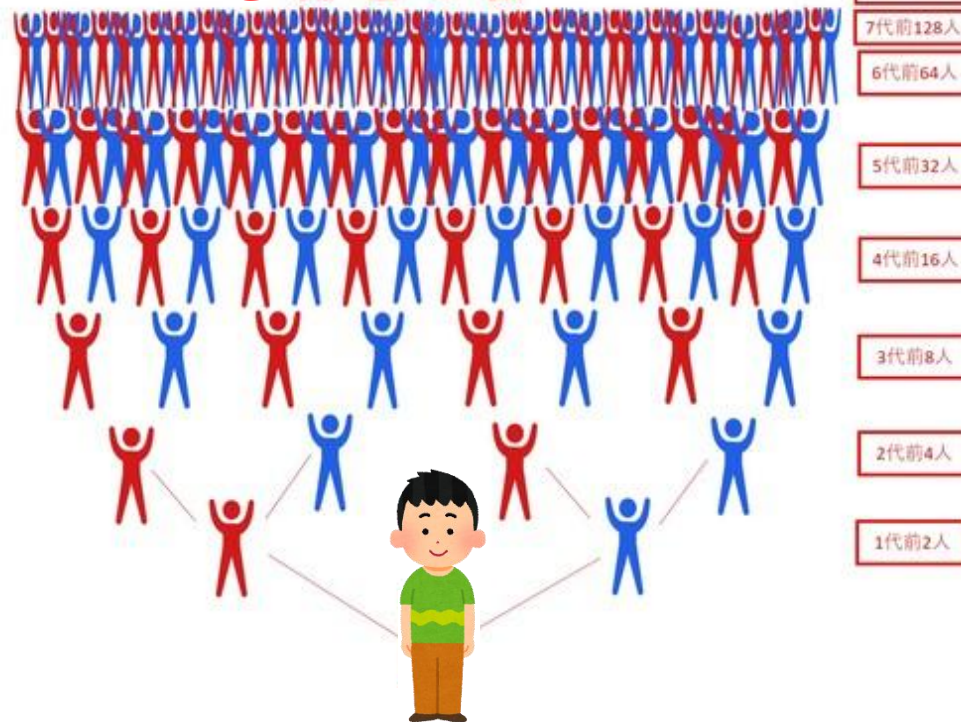
大正時代

昭和時代

平成時代

令和時代

ご先祖の数



- ・ ご先祖の一人でも欠けたらあなたはここに存在しない
- ・ たくさんのご先祖からいただいた命を大切にしよう

薬物乱用は絶対にダメ！

● 生命のつながりを次の世代に引き継いでください

生命は単細胞のアメーバから**38億年**もかけて進化してきました



● 銀河系で生命が確認されている惑星は地球だけ

地球に生まれた**欠けがえのない生命**を大切に

薬物乱用は絶対にダメ！

● 薬物乱用が何でダメなのかももう一度 **自分で考えてみてください**



たった一度の過ちがあなたの人生の全てを奪い去ります

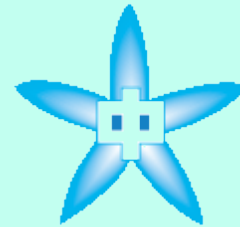
三愛一好

人を愛す

美を愛す

知を愛す

運動を好む



「一生けん命はかっこいい！」

君たちには、輝かしい未来が待っています
大きな夢を持って素晴らしい人生を歩いていってください



でも、薬物は心身を蝕み未来を奪います
健康でなければ夢を叶えることはできません

薬物乱用は絶対にダメ！

● 生きるよろこびの歌 「アンパンマンのマーチ」



」 アンパンマンのマーチ



Life is wonderful!

なんのために 生まれて なにをして生きるのか
こたえられない なんて そんなのは いやだ！

今を生きる ことで 熱い ところ 燃える
だから 君は いくんだ ほほえんで

そうだ うれしいんだ 生きる よろこび
たとえ 胸の傷がいたんでも

ああ アンパンマン やさしい 君は
いけ！ みんなの夢まもるため

生きるということは素晴らしい！

● 薬物の乱用は絶対にダメです

