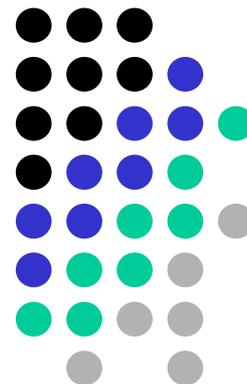
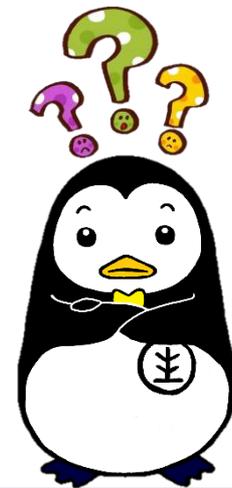


君たちたちに伝えたい
大切なこと!

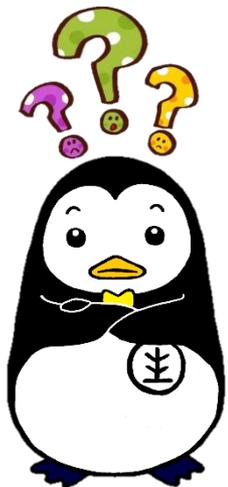
—薬物乱用は絶対にダメ!—



2026年3月3日

保護司 廣瀬隆夫
(薬物乱用防止指導員)

● 保護司はどんな仕事か知っていますか？



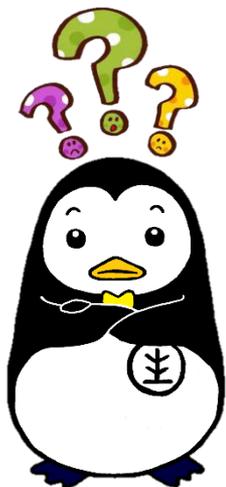
非行や犯罪を犯した人たちの立ち直りをサポート

- ① 刑務所などで刑期を終えた人の**社会復帰**を支援
- ② 社会に出てから**再び犯罪をしない**ように助言
- ③ 世の中の**犯罪を予防**するための活動



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
立ち直った人たちの**笑顔**がいちばんの報酬です

● なぜ、薬物乱用防止の勉強が必要だと思いますか？



君たちがすばらしい希望に満ちた人生を送るため

そのためには？・・・



薬物乱用の危険性についての**正しい知識**を学ぶ

今日の講義

- ① 薬物乱用とは何かを理解する
- ② 薬物乱用が体や心を傷つけることを知る
- ③ 薬物乱用から自分を守る方法を身につける

● 薬はいつ頃から使われているのだろうか？



病気を治したり、防いだり、つらい症状を和らげたりする

病気やウイルスから人間を守るための盾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？



病気を治すためでは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

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



① 薬物乱用は脳も内臓も人生も破壊する

② 絶対にやってはいけない危険な行為です

● 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
- 大麻取締法
- あへん法

※ 法律で禁じられています



● 大麻(マリファナ)



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

- 治療以外の目的で使うこと
- 用法を守らず大量に飲むこと

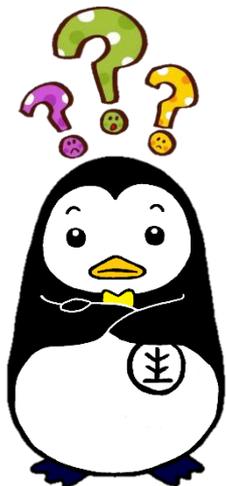
※ たいへん危険な行為です



● 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か？



● 覚醒剤



● 大麻(マリファナ)



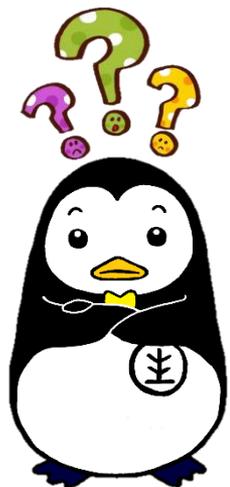
● 風邪薬などの市販薬



- **違法薬物**を1回以上使ったことがある人は**約216万人**
- **オーバードーズ**を経験したと回答した中学生は**約2.3万人**

- 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**から**逃避**するために使ってしまう

● 何で大麻を吸う人が増えていると思いますか？



<大麻についての根も葉もないうわさが流れている>

× 大麻が合法化されている国が増えているよ

× 大麻はタバコより害は少ないらしいよ

× 日本国内でも将来は解禁されるらしいよ

× 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！

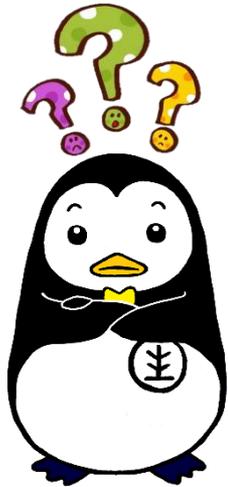
- ① 海外のほとんどの国は違法。合法化している国は少ない
- ② 大麻はうつ病や記憶障害を引き起こし心身に悪影響を及ぼす
- ③ 日本では大麻を使えば違法、持っているだけでも犯罪になる



● 大麻クッキー(加工品も違法)

インターネットやSNSの間違った情報を信じないで！

● オーバードーズ(OverDose:OD)の意味を知っていますか？



薬の正しい飲み方

①水で飲む

コップ1杯の水で飲む

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人にあげない、もらわない

⑥期限切れは飲まない

⑦最後まで飲み切る

OverDose = Over:超える + Dose :用量
市販薬を処方箋の指示に従わずに**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！

● 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、解熱剤等のかぜ薬

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



眠気をとるための錠剤

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



スッキリす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



生きづらさ
や虐待から
逃れる

社会的な孤立
や不安の解消



ドラッグストアで簡単に購入できる

SNSで誘われたから



- ① 薬を飲むことで**問題**を解消しようとしている
- ② 飲み始めると簡単には**やめられなくなる**
- 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

タバコやお酒は**薬物乱用の入り口**となる

薬物を乱用している人は、お酒やたばこなどを飲んでいる場合が多い



● 禁止されている違法薬物にはいろいろな種類がある

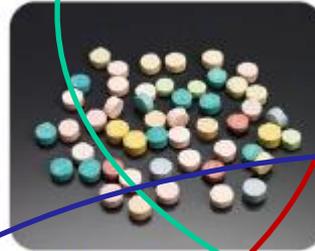
興奮作用のある薬物



● 覚醒剤

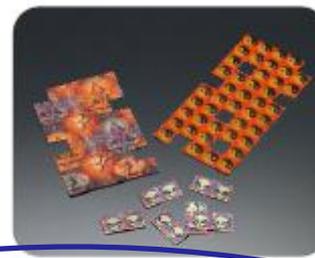


● コカイン



● 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

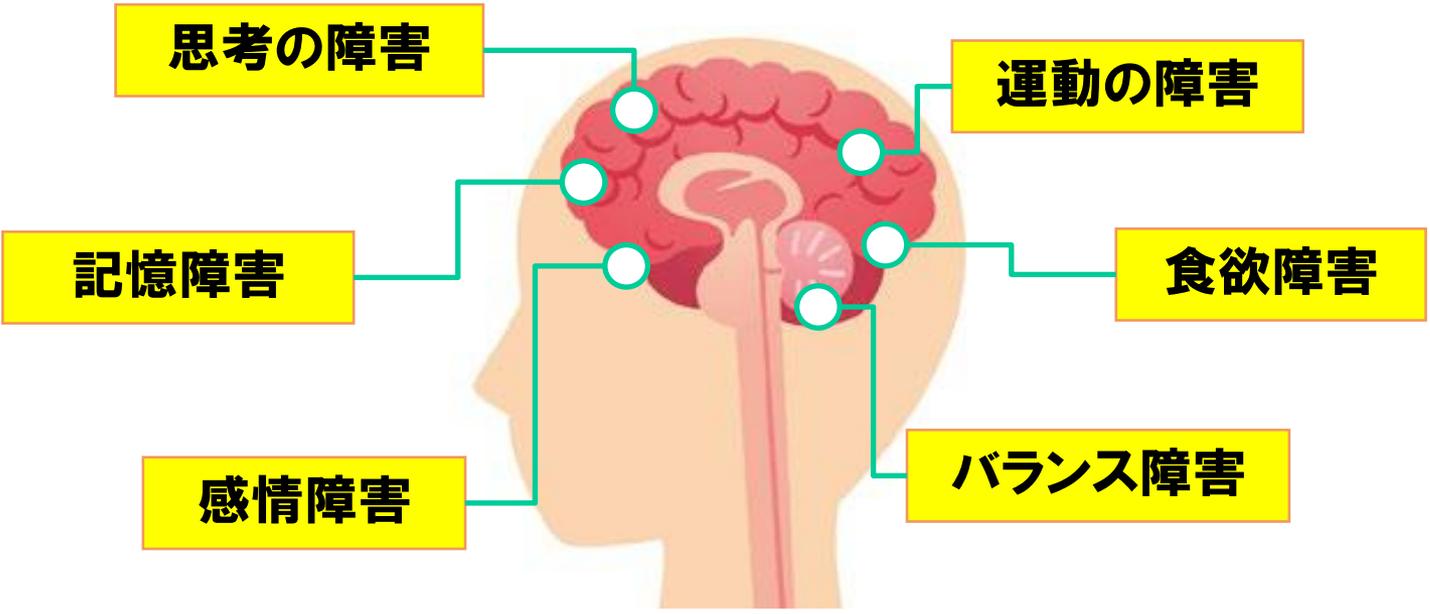
抑制作用のある薬物



● 薬物乱用が体にどんな影響を及ぼすか知っていますか？



薬物乱用は、最も大切な脳へ深刻なダメージを与える



割れた卵は元に戻せない

一度破壊された脳細胞は元には戻らない

● 薬物乱用で脳細胞が破壊されると様々な症状が現れる

幻覚・幻聴



誰もいないのに人の声聞こえる、何か見える

妄想



誰かが自分を殺そうとしていると思込む

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

昼夜逆転の生活



夜になっても眠れなくて騒ぐ

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

チームが出場停止

先輩に誘われてやった



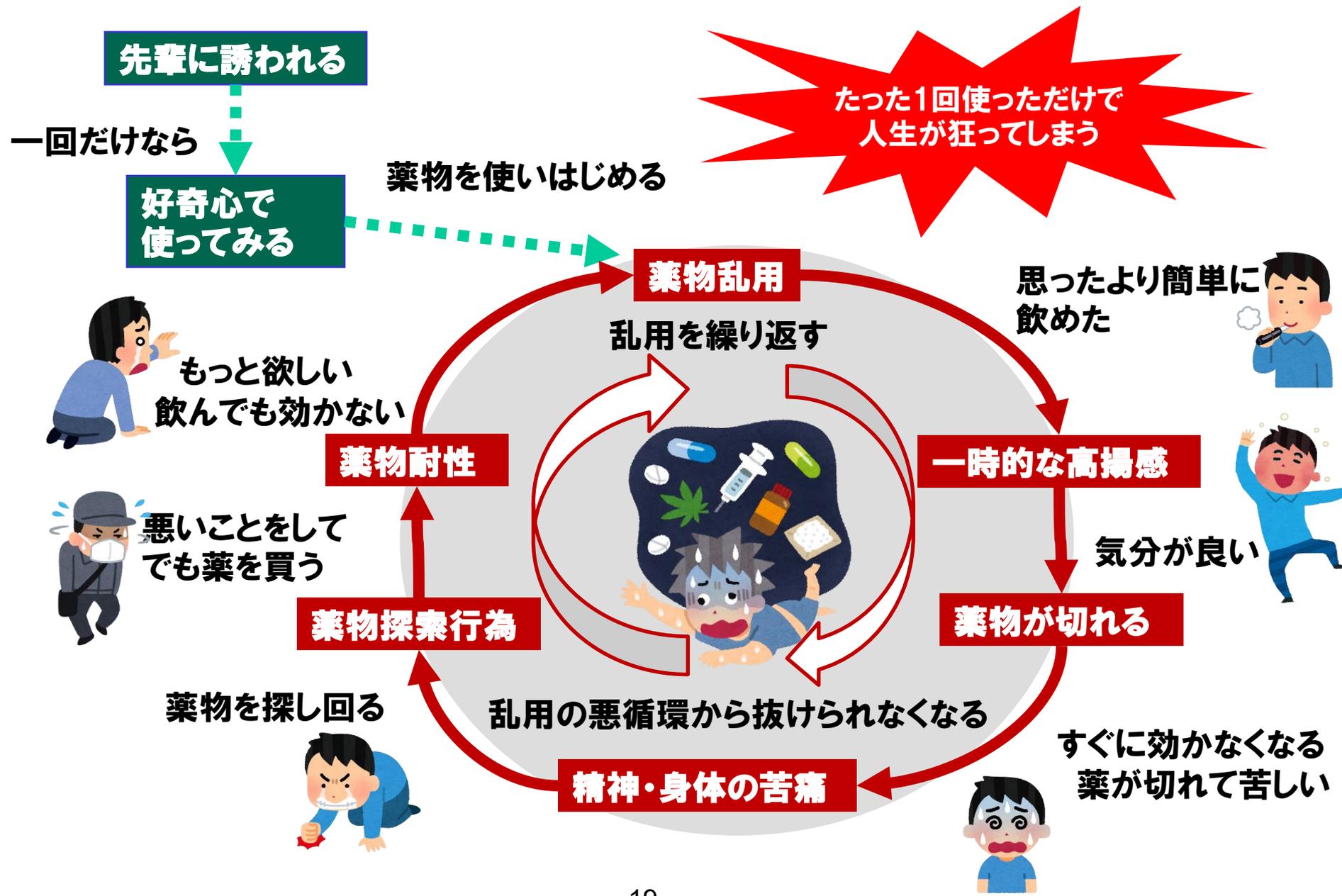
自分だけでなく周りのみんなの人生をも台無しにしてしまう

● 薬物乱用を始めたきっかけは好奇心や興味本位



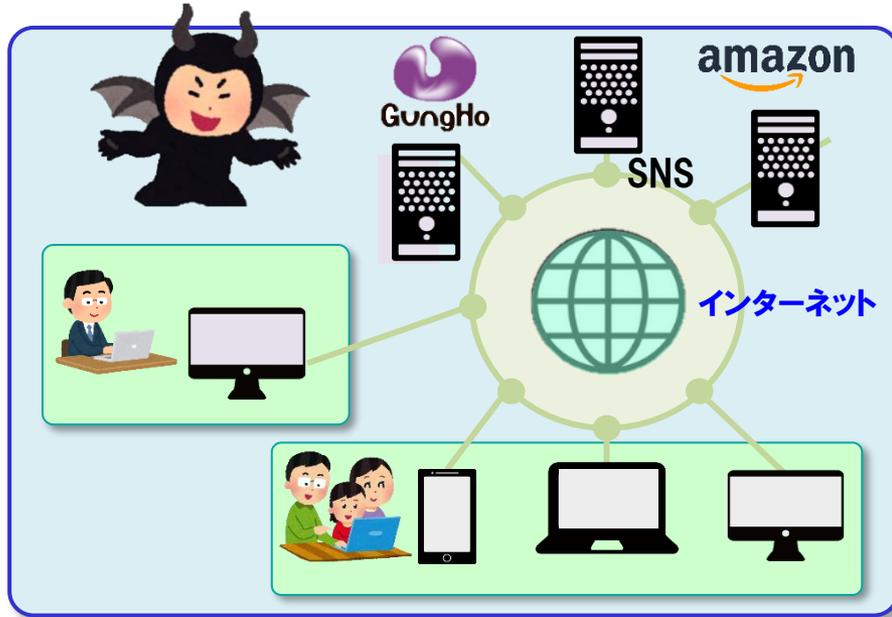
たった一度の興味本位の使用が薬物を止められなくなる

● 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



● 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・・・。



- 眠くならなくて勉強が出来るようになる薬だよ
- 様々な隠語を使って薬物の使用を誘ってくる



SNSで誘われたら何も返信せず記事を削除しブロックする

● 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



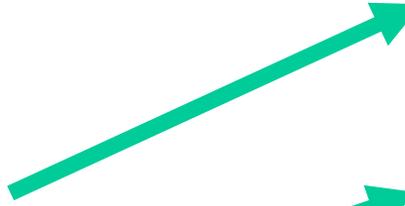
覚せい剤

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、ゴムを扱う**工場**で使われていたものが悪用されている

● 薬物乱用を防止するための様々な活動をしています



● 薬物の危険性を知ってもらうために**薬物乱用防止**活動をしています(保護司、更生保護女性会)



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

● 麻薬の原料の**違法植物の栽培の禁止**活動をしています(厚生労働省)

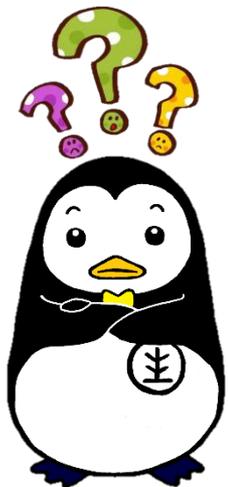


● 税関では**薬物の密輸入を防ぐ**ために麻薬探知犬が活躍しています(財務省)



● 若い人が**オーバードーズ**をしないように危険性を知ってもらうための啓発活動をしています(厚生労働省)

● 薬物を使ってみようかと誘われたらどうしますか？



**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**試してみてもよ
- ・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の極意

- 断る(**R**efuse)
- 理由を言う(**E**xplain)
- 避ける(**A**void)
- 立ち去る(**L**eave)

● 友だちや先輩からの薬物の誘いは断る

薬物を誘ってくる友は本当の友だちではありません

新友

新しくで
きた友



親友

親しく
なった友



真友

あなたのこと
を考えてくれる
本当の友



先輩や友人から誘いは「やめよう」と勇気を持って断る

● 薬物を誘われたら冷静になって考えてください

心が動揺している時に誘われたら立ち止まって考えてみよう



① 今までのことを振り返る

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



② 自分の将来のことを考える

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？



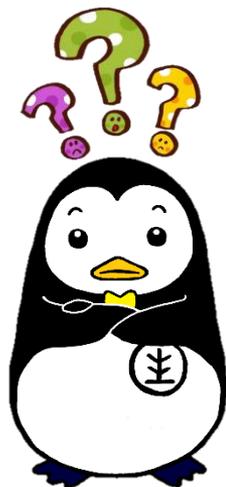
③ 命や人生を大切にする

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
- 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どのようにして解決しますか？



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
ようになるのかな？



まずは勇気を出して



● ひとりで悩まないで、身近な人に相談しよう

友人

担任の先生

家族

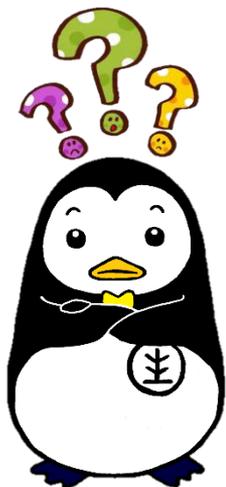
養護の先生

先輩

スクールカウンセラー



● 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**

● 薬物乱用のトラブルを解決する専門家に気軽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たとき

- 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も犯罪

② 薬のオーバードーズも危険な薬物乱用

③ 薬物乱用は脳も内臓も人生も破壊する

④ 甘い誘いには絶対にのらない、逃げる

⑤ ひとりで悩まないで気軽に相談する



薬物で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

一人でかかえこまないで！

● ご先祖からいただいた貴重な命を大切にしてください

10代前の江戸時代まで遡るとあなたのご先祖は1024人

江戸時代

幕末時代

明治維新

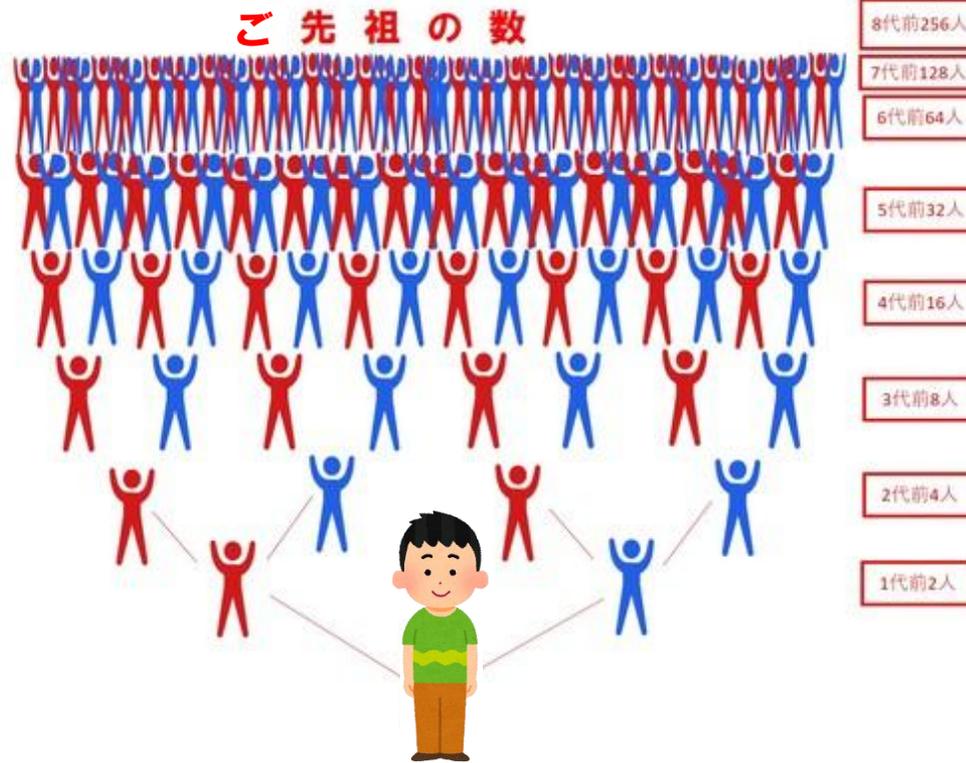
明治時代

大正時代

昭和時代

平成時代

令和時代

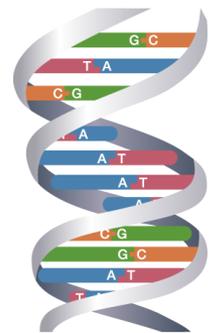


● ご先祖の一人でも欠けたらあなたはここに存在しない

ご先祖からいただいた命を大切に！

● 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た



● 銀河系で生命が確認されている惑星は**地球**だけ

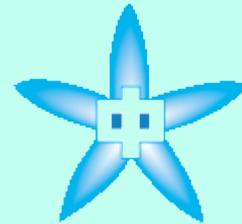
欠けがえのない生命を大切に！

● 薬物乱用が何でダメなのかもう一度**自分で考えて**みてください



たった**一度の過ち**があなたの人生を簡単に奪い去ります

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

● でも健康でなければ**夢にはチャレンジ**できません

薬物乱用で大切な未来を失わないで！

● 薬物の乱用は絶対にダメです



● 生きるよろこびの歌 「アンパンマンのマーチ」を歌いましょう！



Life is wonderful ! by やなせたかし

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！

● 最後まで聴いていただきありがとうございました

