

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	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	☎ 011-864-7000	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	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	大阪府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
	秋田県医務事業課	☎ 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	奈良県業務・衛生課	☎ 0742-47-8664
	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	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	☎ 045-201-2022	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	☎ 048-723-6811	広島県業務課	☎ 082-513-3221
	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	愛媛県薬務衛生課	☎ 089-912-2393
	横浜こころの健康相談センター	☎ 045-671-4455	愛媛県心と体の健康センター	☎ 089-911-3880
	川崎市総合リハビリテーション推進センター	☎ 044-201-3242	高知県薬務衛生課	☎ 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
東海北陸	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	長崎県子ども・女性・障害者支援センター	☎ 095-846-5115
	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
	静岡県薬事課	☎ 054-221-2413	大分県こころとからだ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	沖縄県業務生活衛生課業務班	☎ 098-866-2055
	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

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。
(2025年度版)



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）

学生のみなさんへ

厚生労働省

文部科学省

薬物のこと大麻のこと 誤解していると危険です●

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

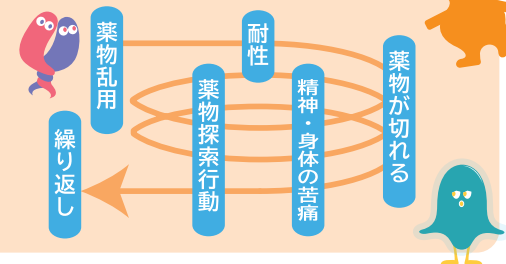


薬物はやめられなくなるから危険！

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う。

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



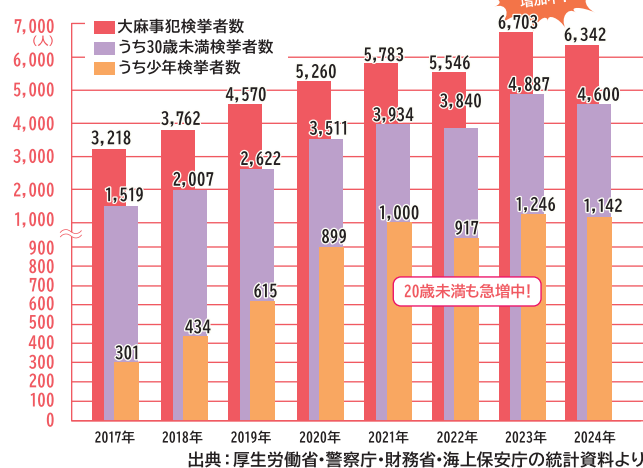
いま、注意が必要なのは 大麻 です！

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7割は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。

大麻事犯検挙人員の推移



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！

大麻の有害性

大麻の乱用による影響			大麻を長く使い続ける影響			
知覚の変化 時間や空間の感覚がゆがむ	学習能力の低下 短期記憶が妨げられる	運動失調 瞬時の反応が遅れる	精神障害 統合失調症やうつ病を発症しやすくなる	IQ（知能指数）の低下 短期・長期記憶や情報処理速度が下がる	薬物依存 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。特に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も複数報告されており、大きな問題となっています。

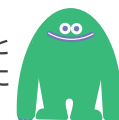
SNSを通して違法薬物の売人と関わることは、多くの危険を伴います。もしそのような投稿を見つけても誘いに乗ってはいけません。



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	MDMA
大麻所持・使用・譲渡 麻薬及び向精神薬取締法 7年以下の拘禁刑	覚醒剤所持・使用・譲渡 覚醒剤取締法 10年以下の拘禁刑	危険ドラッグ・指定薬物 所持・使用・譲渡 医薬品医療機器等法※ 3年以下の拘禁刑	コカイン・MDMAなど 所持・使用・譲渡 麻薬及び向精神薬取締法 7年以下の拘禁刑

※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！



薬物に関するあなたの知識、本当に正しい？自分の知識をチェックしてみよう！
大麻・薬物クイズ ～あなたはどこまで知ってる？～

- Q1. 大麻の乱用問題は若年層にはあまり関係ない。 A. 正しい B. 間違い
- Q2. 現実の世界で薬物を勧められそうな場所や人にさえ近づかなければ、薬物を勧められることはないから安全だ。 A. 正しい B. 間違い
- Q3. 友人から薬物に誘われた際は、きっぱりと断るか、断りづらければその場から立ち去ることが大切である。 A. 正しい B. 間違い



答えはこちら
※動画に遷移します