

令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」

正しい知識を広げる大麻情報サイト

知ってる？ 大麻のホントの話

誤解だらけ、危険だらけ。

海外で合法から、合法。国内でも合法化の議論が、行進。大麻が合法的になる、恐ろしく怖ろしい。合法化してしまえばいい。

大麻に期待する声は、誤解や噂でくま。期待も、誤った期待ではいけない。日本人は正しい知識を、身につけよう。

1

2

3

4

5

6

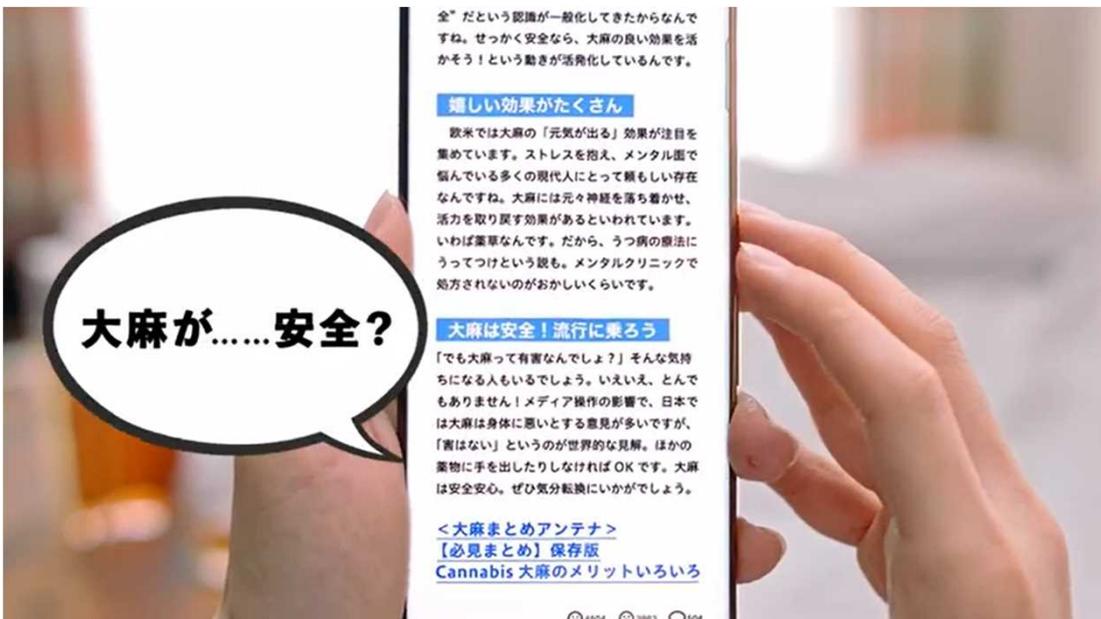
7

※次項詳細なし

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



**あやしいネット情報、
書いた人は責任とらない。**

**大麻の話は
誤解だらけ。危険だらけ。**



【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」

正しい情報を知って、
大麻と距離をおこう。



【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



厚生労働省

Check

大麻知識チェック

あなたはどれくらい知っています？
大麻に関する知識のしじもチェックしましょう。



Check 1

大麻はあまり体に害がない？

YES

NO



Check 2

大麻吸ってもほかのクスリに手を出さなきゃ大丈夫でしょ？

YES

NO



Check 3

大麻だったらいつでも簡単にやめられるでしょ？

YES

NO



Check 4

1回使っただけでも薬物の「乱用」になるの？

YES

NO



Check 5

お酒やタバコの方が体に悪いって言うよね？

YES

NO



Check 6

大麻を吸うとうつに効くんだよな？

YES

NO



Check 7

海外では合法なんだから大麻はそれほど危険でないのでは？

YES

NO



Check 8

危ない場所にさえ行かなければ大麻なんて無縁でしょ？

YES

NO



Check 9

大麻のことを相談する時、公的機関は秘密を守ってくれるの？

YES

NO

いかがでしたか？

正しい大麻の知識を身につけてあなたの健康・暮らしを守ろう！

戻る >

このサイトについて

プライバシーポリシー

お問い合わせ・意見募集

お問い合わせ

ウェブアクセシビリティ



厚生労働省

法人番号 00081506001

T 03-6713 東京府庁1階(麻薬中毒センター)

東京都千代田区千代田1-1-1

東京都庁 5階・5階特別室 5階特別室505 東京都千代田区千代田1-1-1

東京都庁 5階・5階特別室 5階特別室505 東京都千代田区千代田1-1-1

Copyright © Ministry of Health, Labour and Welfare. All Rights reserved.

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」


 Check 1

大麻はあまり体に害がない？

 YES

 NO


答え

× NO

**大麻は精神・身体に大変有害です。
特に10代にとっては取り返しのつかない害も。**

大麻は肺や心臓、脳などに影響し、うつ病や記憶障害、妄想などを引き起こします。そのほかにも、多様な身体・精神的症状に結びつくといわれています。特に20歳までで成長が完成されるといわれる脳には影響が大きく、一度ダメージを受けると元には戻らないのが恐ろしい点です。使用したタイミングが若いほど、認知機能の低下、感情がコントロールできない、疲れやすく無気力になるなどの症状が深刻に出ます。学校や仕事といった社会活動が難しくなることがあります。


 Check 2

大麻吸ってもほかのクスリに手を出さなきゃ大丈夫でしょ？

 YES

 NO


答え

× NO

大麻は他の薬物への入り口になりやすい薬物。多くの薬物乱用者が大麻を経験しています。

日本には、大麻の使用経験がある人のうち32%がシンナー、13%が覚醒剤も経験したと答えたデータがあります。抵抗感の低い大麻を入りに、覚醒剤やコカイン等へ移行してしまう乱用者が多くおり、大変危険です。実際に、覚醒剤に誘われた経験は、大麻未経験者が0.7%なのに対し、大麻経験者は23%というデータも。軽い気持ちで大麻に手を出したせいで、人生が台無しになった人が多くいます。

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」


 Check 3

大麻だったらいつでも簡単にやめられるでしょ？

 YES

 NO


答え

× NO

大麻含有成分THCには依存性が確認されています。依存は、脳への影響で自分の意思ではやめられなくなった状態のことです。

2016年のWHO薬物依存専門委員会で、大麻に含まれる成分THCには依存性があると示した論文が公開されました。依存とは、使用を繰り返した結果、渴望をコントロールできなくなった状態。無意識のうちに大麻が最優先の状態に変わってしまい、日常生活が破綻してしまうケースが多数報告されています。現在の医療では、大麻への渴望を抑える特効薬は存在していません。薬物の怖さはこの依存形成にあります。


 Check 4

1回使っただけでも薬物の「乱用」になるの？

 YES

 NO


答え

○ YES

乱用とは、ルールや法律に反して薬物を使用すること。回数は無関係なので、1回の使用でも薬物乱用です。

薬物乱用とは、大麻をはじめ、覚醒剤など禁止されている薬物やシンナーなどの化学物質を不正な目的や方法で使用することです。また、風邪薬や睡眠薬などの医薬品も、本来の治療目的からはずれて使用した場合は、薬物乱用にあたります。どれも回数は関係ありません。大麻も「一回だけだからいいか」という軽い気持ちで吸ってしまうと、「乱用」にあたり、持っているだけでも処罰されます。

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



Check 5

お酒やタバコの方が体に悪いって言うよね？

YES

NO



答え

× NO

お酒やタバコより大麻の方が安全という情報はウソ。タバコやお酒にはない深刻な健康被害があります。

そもそもお酒もタバコも、大麻を含む薬物も、すべて依存性や健康被害がある危険な存在です。単純に比較できません。ですが、大麻にはお酒やタバコにはない種類の健康被害が確認されています。世界保健機関（WHO）は、大麻の害として脳機能の障害、呼吸器の障害、精神病のリスク増大を挙げています。大麻の影響で交通事故が増加する傾向も指摘されており、アメリカで大麻を認めた州と認めていない州を比べると交通事故の発生率が5.2%高い結果に。



Check 6

大麻を吸うとうつに効くんだよね？

YES

NO



答え

× NO

うつ病・自殺のリスクが高まるなど、精神的な影響があります。

「元気になる」「疲れを癒せる」「リラックスできる」といった言葉には騙されないでください。どの状態も、無理やり体をコントロールした一時的なもの。オックスフォード大の研究において、思春期の大麻使用は、うつ病や自殺願望のリスクを高めると報告されています。ストレス解消のためにはじめた大麻で、重いうつ病を引き起こし自殺してしまった乱用者もいます。

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



Check 7

海外では合法なんだから大麻はそれほど危険でないのでは？

YES

NO



答え

× NO

合法性と安全性はまったく別問題。危険性は全世界共通の認識で、日本よりも厳しい刑罰をする国も。

確かに大麻が違法でない国もありますが、大麻を安全だと認めた国はありません。世界的に大麻の有害性は問題視されており、「日本が遅れている」という考えは誤りです。お隣の中国や韓国では死刑、オーストラリアやフィリピンでは終身刑になることもあるように、国によっては大麻には厳罰が課されています。海外でも日本人が大麻を所持した場合は処罰の対象となり、密輸をして死刑になったケースもあります。



Check 8

危ない場所にさえ行かなければ大麻なんて無縁でしょ？

YES

NO



答え

× NO

普通の生活の中で簡単に会ってしまう身近な恐怖です。友達の家で誘われたケースも。

クラブやパーティ等のイベントで誘われるケースも多いですが、実際の乱用者からは「友達の家で」「尊敬する先輩から学校で」誘われたという体験談も多数。どんなに仲良くても、いざ誘われたらさっぱり断る、その場から逃げるのが大切です。また、近年はSNSを通じて大麻を入手したという事件も増えています。大麻は身近な場所に潜んでいます。

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



✔ Check 9

大麻のことを相談する時、公的機関は秘密を守ってくれるの？

 YES NO

答え

 YES

各都道府県には、秘密厳守で相談できる窓口があります。少しの不安も放っておかずに、ただちに相談しましょう。

大麻についての相談先は警察だけではなく、各都道府県にあります。秘密厳守で相談を聞いてくれる信頼できる窓口です。誰かに誘われて困っている、友達・家族の様子がおかしいなどの悩みは1人で悩まず、相談しましょう。

[全国のご相談窓口](#)

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」

01

10代の大麻利用者が急増中！



10代の検挙者数が2021年には6年前の約12倍となり、初めて1,000人を記録。ネットやSNSで「大麻に害はない」「1回なら大丈夫」といった誤情報が広がったせいで、最近は検挙数が急増したといわれています。薬物依存に陥った人は、まさか自分が依存状態になるとは思わずに、最初の1回を経験します。その1回の重みは計り知れません。

02

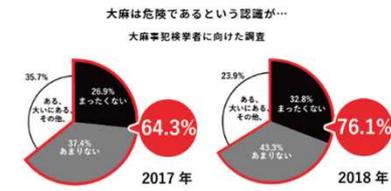
大麻は友達や知り合いからの誘いが圧倒的に多い！



「薬物は誰に誘われた？」アンケートでは約70-80%が「友達・知人」と回答。密売人から誘われることが多いのかと思いきや、身近な人からの誘いが大多数。もし相手が仲良しの友達や尊敬する先輩でも、「ダメなものはダメ」と一線を引きましょう。

04

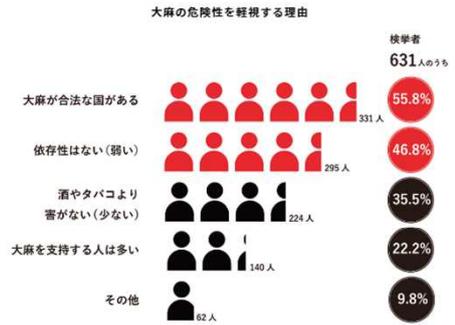
検挙された人でさえも大麻を危険だと思っていない人が、76%も！



大麻事犯検挙者のうち約76%が、大麻は危険であるという認識が「全くない」「あまりない」と回答。検挙の対象になっていながらも大麻の危険性を正確に認識していない人が8割近くいる衝撃的なデータ。一般向けの調査でも大麻を「使うべきでない」と考える割合が覚醒剤と比べて低く、大麻の危険性への誤解が多くみられます。

03

危険性を軽視する理由として「海外で合法だから安全」「依存性弱い」が半分！



大麻取締法違反の検挙者のうち、約半数が「海外で合法だから危なくない」「依存性はない(弱い)」と誤解。違法性と安全性は全く別もの。覚醒剤やコカインと比べると依存性が強いと思われがちですが、大麻でも欲求が抑えられなくなり、依存に陥ることはまざれない事実です。誤った情報のせいで、大麻を入り口に薬物依存の悪循環にはまった経験者が数多くいます。

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



Tips1

よくある誘い文句に
注意のアンテナを張ろう

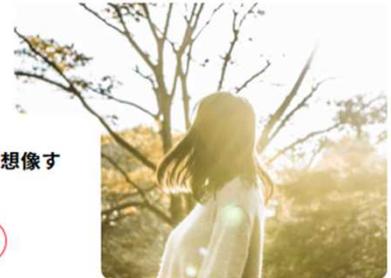
— 閉じる

大麻の乱用は、人から勧められたことをきっかけにはじまるケースが7~8割との調査も。「彼ら」は、魅力的な言葉や誤った情報で誘惑してきます。

以下のような誘い文句が聞こえてきたら要注意！断るための心の準備をしましょう。

- ・みんなも使っているから大丈夫
- ・一回だけなら平気だよ
- ・ちょっとだけ、ためしてみない？
- ・大麻なんて、タバコみたいなもんだよ
- ・自然のものだから安全だよ
- ・合法化している国もあるから大丈夫
- ・喉うとりリラックスできるよ

閉じる



Tips2

失いたくないものを想像すれば、引き返せる

— 閉じる

大麻は脳や心臓、肝などに影響し、うつ病や記憶障害、妄想などを引き起こします。そのほかにも、多様な身体・精神的症状に結びつくといわれています。

特に脳は、一度ダメージを受けると元には戻りません。学習能力や記憶力の低下、無気力などの症状のせいで、学校に行けない、仕事ができない事態に陥ることがあります。

大麻は、あなたの家族、友人、恋人、将来の夢を失ってまでやりたいものではないはず！
楽しい未来を思い描いて、失いたくない大切なものを想像してみましょう。踏みとどまる力になります。

閉じる



Tips3

誘われた時は、キッパリと
自分の意志を伝える

— 閉じる

実際に誘われた時、断るための一番重要なキーワードは、「キッパリ」。

仲の良い友達や先輩に誘われた場合でも、「私はやらない」「興味ない」と勇気をもって、キッパリ自分の意思を伝えましょう。少しでも迷っているそぶりを見ると、しつこくさせてしまいます。

そもそも、一生を台無しにしてしまう危険な薬物にあなたを誘うなんて、本当の友達とは言えないはず。関係を断ることも、考えてください。

閉じる

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



Tips4

どうしても
断りきれない時は、逃げる

— 閉じる

断るのが大切とはいっても、友人や先輩からの誘いを断ると、空気が悪くなる、仲間外れにされる心配があるかもしれません。断りづらいときは、逃げるのが正解です。雰囲気は壊されてしまった、という事態にならないように、使える“逃げ方”を紹介します。

- ①誘い文句が固くえたら、突然歯がががってさたふりをして逃げる
- ②「急用が入って」と深刻な顔で言い、そのまま家に帰ってしまう
- ③大人数の中で大麻がまわってさたら、トイレに行くふりをして場を離れる
- ④「私海外で前撮ったんだけど、体調悪くなっちゃうんだよね」「ぜんそく持ちだから」と受け流し、その場をしのぐ

閉じる



Tips5

オンラインで誘ってきた人は、連絡先削除&ブロック

— 閉じる

最近、SNSやチャットを通して、大麻へと誘うケースも増えています。チャットは顔が見えない分、犯罪行為に誘うハードルが低くなりがち。親しい友達や先輩以外にも、付き合いが浅い人や顔の知らない人ともつながる機会が多いかもしれません。

SNSやチャットで誘われたら、まずは返信無視を。拒否の言葉を含め、一切返信をする必要はありません。そして、大麻に誘ってきた人は、連絡先を削除&ブロックが効果的。巧みな言葉で勧誘する際を与えないために、連絡する手段をふさぐことが重要です。

閉じる



Tips6

毎日見るSNSにも売人が潜
んでいることを知る

— 閉じる

大麻の購入ルートとして、対面以上にオンラインでの取引が増えています。特にTwitterやInstagramなどのSNSではネット通販のように気軽に購入できてしまう現状があります。「ヤサイ」「野菜」「クサ」「チョコ」「リキッド」という表記や「🍀(プロコリリー)」の絵文字を見つけたら警戒を！すべて大麻の隠れ字です。実際に、野菜を食べたくて注文したら、大麻が届いてしまった体験談も、毎日見るSNSにも大麻に誘われるリスクが潜んでいることを覚えておきましょう。



閉じる

【参考】令和4年度事業「知ってる？大麻のホントの話」



Tips7

見たことのないお菓子やタバコはもらわない

閉じる

大麻入りのクッキーやチョコレート、キャンディがあるのを知っていましたか？
一見普通のお菓子と見分けが付きませんが、大麻製品の多くは、葉っぱの絵や“Cannabis”（英語で大麻の草）という文字が書かれています。
過去には、海外土産のお菓子を食べたら、大麻の急性中毒で緊急搬送されたという事例も。さらに、タバコ型やワックス型は、大麻成分が濃縮されたものなので、急性の中毒症状や依存へのきっかけになる危険大。

購入場所やパッケージを見たことがない物は受け取らない、受け取っても口に入れないように注意！
知らない人はもちろん、友達だからといって無条件に信用しないよう気をつけてください。



大麻クッキー

大麻チョコレート

ジョイント

閉じる



Tips8

自分をひとりぼっちにしないための相談相手をつくる

閉じる

もし大麻に誘われたら、知らずに口にしてしまったら、相談できる相手はいますか？

先輩や友人からの大麻の誘いを断ったら、ひとりぼっちになってしまう……。そんな思いを抱えて、大麻乱用者になってしまった当事者の声も多です。

家族、昔の友人などお会いをよく知る相手でも、付き合いの浅い知り合いでも構わないから、相談できる人をつくっておくのがよい方法です。

大麻を断っても、受け入れてくれる居場所や人間関係があれば、断るのもこわくありません。

閉じる



Tips9

秘密厳守だから安心
気軽に相談窓口へ

閉じる

大麻についての相談先は警察だけではなくありません。

実は、各都道府県には秘密厳守で相談を聞いて、サポートや医療機関へつなげてくれる窓口があります。

誰かに誘われて困っている時や、友達・家族の様子がおかしいと感じた時など、不安や悩みを感じたら1人で悩まず、相談しましょう。

全国のご相談窓口

閉じる

