

その選択が、
未来の自分を
つくる。

麻薬・覚醒剤・大麻 乱用防止運動



厚生労働省 都道府県

後 援：警察庁 こども家庭庁 法務省 最高検察庁 財務省税関 文部科学省
海上保安庁 公益財団法人麻薬・覚せい剤乱用防止センター

覚醒剤や麻薬、大麻、危険ドラッグなどの薬物の乱用は、あなたの健康やあなたの周りの人々に計り知れない悪影響をもたらします。たとえ１回だけでも「乱用」です。絶対に使わないでください。

薬物の乱用は大切な脳を傷つけます。私たちの脳は、20歳頃まで成長するといわれています。特に、小学生、中学生、高校生の時期は、心身ともに急速に発達するときです。この時期に薬物を乱用すると、脳や身体の成長がストップし、感情のコントロールができず、意欲がなくなる、怒りっぽくなるなど、心身の発達が損なわれてしまいます。

そして、薬物依存になると、不安、被害妄想などの症状が現れ、幻覚や妄想によって、傷害事件や交通事故などを引き起こすこともあります。

また、薬物を入手するために、無理な借金をしたり、窃盗、詐欺、売春などの犯罪を犯すことも少なくありません。

薬物乱用の背景

薬物乱用者の多くは、ほんのちょっとした好奇心から安易に使い始め、抜け出せなくなります。この背景として、次のようなことがあります。

- ① 薬物が身体に与える危険性・有害性を十分に知らない。
- ② 薬物は精神依存性が強く、薬物依存になると自分の意志ではやめられなくなってしまう。
- ③ 薬物の取引による利益を資金源としている暴力団や外国人密売組織などが言葉たくみに勧め、大量に供給している。

薬物乱用とは？

薬物乱用とは、ルールや法律から外れた目的や方法で使用することをいいます。覚醒剤や麻薬などは1回使用しただけでも乱用にあたります。

乱用される主な薬物



● 覚醒剤

幻覚や妄想が現れ、中毒性精神病になりやすい。使用をやめても再燃(フラッシュバック)することがある。大量に摂取すると死に至ることもある。



● 大麻(マリファナ)

知覚を変化させ、恐慌状態(いわゆるパニック)を引き起こすこともある。乱用を続けると、学習能力の低下、記憶障害、抑鬱症状等を引き起こす可能性がある。



● コカイン

幻覚や妄想が現れる。大量に摂取すると全身痙攣を起こすほか、死に至ることもある。



● MDMA

知覚を変化させ幻覚が現れることがある。大量に摂取すると高体温になり、死に至ることもある。



● LSD

強力な幻覚剤であり、極めて微量でも使用すると幻覚症状が表れ、気分が高揚し、不眠状態が続き、体温・心拍数の上昇、頻脈や散瞳等の症状が出てくる。その幻覚症状が原因で精神錯乱や異常興奮になる。



● 危険ドラッグ

麻薬などに類似した有害で危険な物質を含んでおり、呼吸困難や異常行動を起こしたり、死に至ることもある。



● 向精神薬

睡眠薬、精神安定剤など医療用として用いられているが、乱用されると精神及び身体へ障害を与える。また、依存により、思考、感覚及び行動に異常をきたす。



● 有機溶剤(シンナーなど)

情緒不安定、無気力となり、幻覚や妄想が現れて、薬物精神病になり、大量に摂取すると呼吸困難となり、死に至ることもある。

隠語

薬物は、別の呼び名で呼ばれている場合があります。

- 覚醒剤……………エス、氷、スピード、アイス、シャブ
- 大麻……………ハツパ、グラス、チョコ、クサ、野菜
- MDMA (錠剤型合成麻薬) ……エクスタシー、バツ(「×」、「罰」)、タマ(「弾」、「玉」)
- ヘロイン……………ペー、チャイナホワイト、ジャンク
- コカイン……………コーク、スノウ、クラック、チャーリー、チャリ、自転車
- LSD……………エル、紙、ペーパー、アシッド

なぜ、薬物乱用はいけないのか。

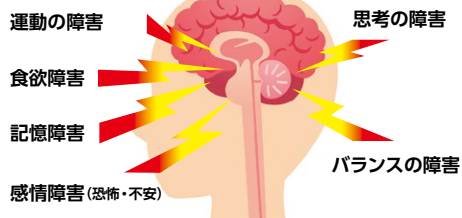
1. 身体にも心にも大きな悪影響がある

脳への影響

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。特に**成長期にある青少年の脳は成人に比べて影響を受けやすいため、注意が必要です。**

主な脳への障害



身体への影響

覚醒剤の場合

幻覚・妄想
フラッシュバックを起こす
血圧が異常に高くなる
静脈に炎症を起こす
強い疲労感や倦怠感、
脱力感におそわれる
依存性が高い

MDMAの場合

混乱、憂鬱、睡眠障害、
脳卒中、けいれん、
記憶障害になる
高血圧、心臓の機能不全、心臓発作
肝臓の機能不全
腎臓と心臓血管の損傷
悪性の高体温による
筋肉の著しい障害

シンナーの場合

記憶力の低下、幻覚、妄想、
認知障害
視力の低下・失明
歯がぼろぼろになる
肝臓の一部が死ぬ
生殖器の萎縮
手足のふるえ、しびれ、麻痺

大麻(マリファナ)の場合

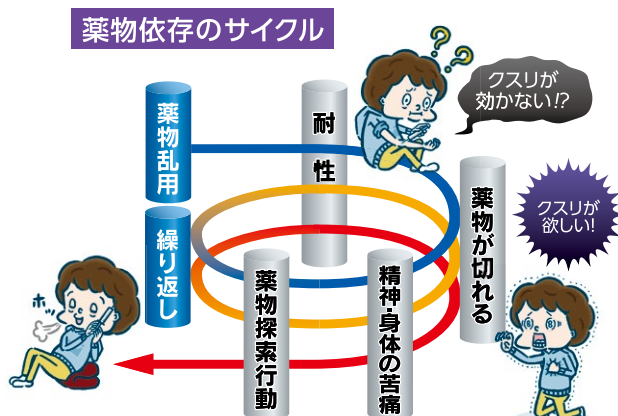
知覚(聴覚・触覚)の変容
短期記憶の障害
運動失調と判断力の障害
心臓血管系、自律神経系
への悪影響

2. 自分の意志では止められなくなる

薬物乱用の最も恐ろしい特徴は、薬物の“依存性”と“耐性”

依存性 薬物を、繰り返し使わずにはいられなくなり、薬物をやめたくても自分の意志ではやめられなくなってしまう。

耐性 使用を繰り返しているうちに、それまでの量では効かなくなり、薬物の使用量が増えます。



一回だけと思って始めた人も、薬物の“依存性”と“耐性”によって使用する量や回数がどんどん増えていき、悪循環に陥ります。もはやそうになると自分の意志だけでは止めることはできません。

3. 事件や事故の原因となる

- 薬物の乱用により、幻覚、妄想が現れ、傷害事件や交通事故につながる可能性があります。
- 薬物を入手するための金欲しさに無理な借金や売春、恐喝事件、窃盗事件を起こすことも少なくありません。



4. 友達や家族など大切な人を悲しませる

- 薬物におぼれ、何よりも薬物を優先するようになると、友達や家族を騙したり、暴言や暴力で傷つけてしまうこともあります。



大麻とは？（大麻の乱用による影響）

大麻とはアサ科の一年草です。茎から丈夫な繊維が取れるので、昔から栽培・利用されてきました（注）。

一方で大麻の花や葉には「THC（テトラヒドロカンナビノール）」という脳に作用する成分が含まれており、大麻を乱用すると下図のような様々な影響があります。

インターネット等では「大麻は身体への悪影響がない」「依存性がない」などの誤った情報が氾濫していますが、大麻の有害性は特に成長期にある若者の脳に対して影響が大き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！

（注）麻には、亜麻（リネン）、苧麻（ラミー）、黄麻（ジュート）、洋麻（ケナフ）、マニラ麻、サイザル麻などたくさんの種類がありますが、これらは大麻とはまったく別の種類の植物です。

このうち、衣料に広く使用されるのは亜麻、苧麻であり、麻袋などに使用されるのは黄麻、洋麻等です。

大麻の乱用による影響		大麻の有害性		大麻を長く使い続ける影響	
知覚の変化	学習能力の低下	運動失調	精神障害	IQ(知能指数)の低下	薬物依存
時間や空間の感覚がゆがむ	短期記憶が妨げられる	瞬時の反応が遅れる	統合失調症やうつ病を発症しやすくなる	短期・長期記憶や情報処理速度が下がる	大麻への欲求が抑えられなくなる



大麻草



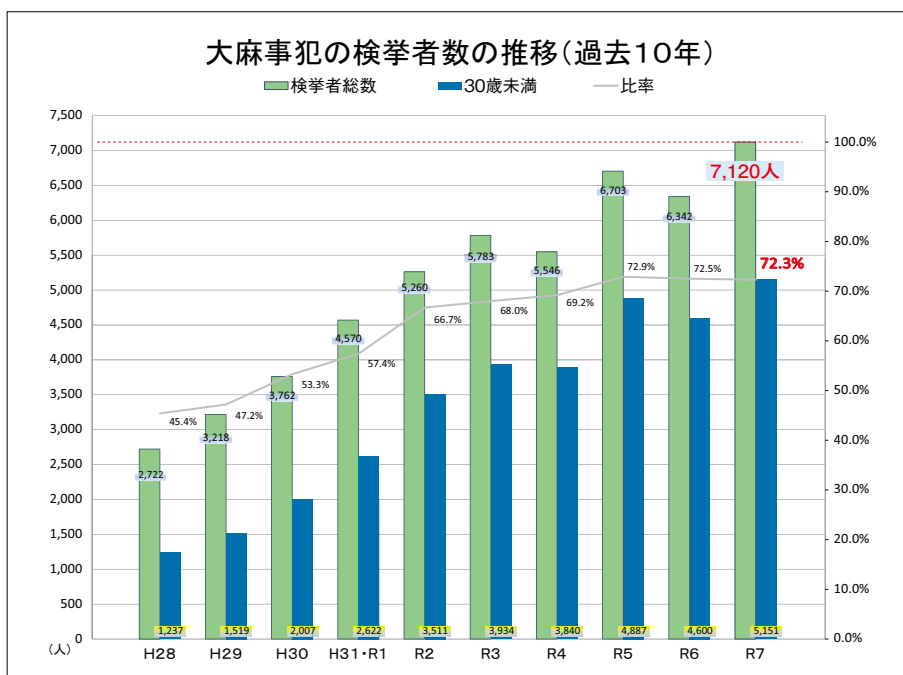
大麻バズズ



大麻（マリファナ）

近年、若者の検挙者が急増しているのが大麻です。

- 令和7年には、7,120人が検挙され、そのうち約7割にあたる5,151人が30歳未満の若年層でした。青少年を中心に大麻の乱用の裾野が拡大しています。
- インターネット等において、「有害性がない」などの誤った情報が氾濫しており、青少年の大麻乱用の拡大につながっていると推測されます。
- 最近では、幻覚成分を濃縮させた「大麻ワックス」や、大麻を含んだ食品（クッキー、チョコレート）などの摘発も相次いでいます。



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。



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。SNS上では大麻などを意味する隠語などを使って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が複数報告されており、大きな問題となっています。

SNSを通して薬物の売人と関わることは、多くの危険を伴います。
そのような投稿を見つけても誘いに乗らないようにしましょう。



大麻の他に多く乱用される薬物

覚醒剤



日本では大麻と並んで多く乱用される薬物です。また、覚醒剤事犯は再犯率が6割以上と非常に高くなっています。精神異常が強い覚醒剤は最初の1回を使わないことが何よりも大切です。

MDMA



カラフルな色や様々な模様の刻印が特徴で、カプセル型のものもあります。
大量に摂取すると高体温になり、死に至ることもあります。

コカイン、LSD



コカインは、神経を興奮させる作用があり、幻覚などの症状や、大量に摂取すると死に至ることもあります。
LSDは、強力な幻覚剤で、微量でも幻覚症状が現れ、精神錯乱や異常興奮になることもあります。

危険ドラッグ



カートリッジ入りの「リキッド」や「グミ」「クッキー」などのお菓子の形態で、「合法」とうたって販売されている薬物であり、「指定薬物」として規制されているものもあります。
麻薬や大麻に含まれる成分と類似したものも指定薬物として規制されており引き続き注意が必要です。

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。
また、処方された薬を他人に譲ることや、偽造品などのリスクが高い海外で販売されている医薬品を安易に個人輸入することは、避けましょう。

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！

あなたとあなたの大切な人を守るために。

誘われたらどうする？

薬物乱用の問題は、一部の人たちだけの問題ではありません。

覚醒剤、大麻、危険ドラッグなどの違法な薬物を経験した人は、全国で大麻が約 141 万人、危険ドラッグが約 54 万人、MDMA が約 34 万人、覚醒剤が約 47 万人いると推定されています。

出典：令和7年度厚生労働科学研究「薬物使用に関する全国住民調査（2025 年）」より

■ 誘いの言葉にだまされない

- 「1回だけなら大丈夫」「やせられるよ」「みんなやってるよ」などの甘い誘いは、全部ウソです。
- 問題がある薬物を勧めてくること自体に違和感を持ち、危険を察知する判断力を身につけることが大切です。

■ 「はっきり、きっぱり」断る

- 誘われたとき、少しでも迷っている様子を見せると、また誘われてしまいます。誘われたときは、「きっぱり」強い態度で断ることが大切です。
- 断りにくいときは、その場から逃げましょう。逃げることも勇気です。

悩んだときは、まず相談！

覚醒剤、大麻、危険ドラッグなどの薬物乱用に関わる問題で困ったときは、一人で悩まずに相談してください。

相談窓口では、相談に関する秘密は絶対に守ります。安心して相談できますので、全国の保健所や精神保健福祉センターなどにお問い合わせください。

薬物乱用の問題の解決には、大人の力が必要です。早めに、信頼できる大人に相談しましょう。

※相談窓口一覧は、裏表紙に記載されています。

薬物に関する犯罪行為は法律で厳しく処罰されます

以下の行為を行うことや手伝っただけでも拘禁刑や罰金を受けることになります。また、営利を目的とする行為は、さらに厳しい罰則規定があります。

所持

覚醒剤、大麻、コカインや MDMA 等の麻薬、向精神薬*、あへん、指定薬物を持っていること。

* 譲渡目的の所持に限る。

使用・施用

覚醒剤、大麻、コカインや MDMA 等の麻薬、あへん、指定薬物を自己の身体に摂取したり、他人の身体に摂取させること。

譲渡・譲受

覚醒剤、大麻、コカインや MDMA 等の麻薬、向精神薬*、あへん、指定薬物を売ったり買ったり、無償であげたりもらったりすること。

* 譲渡に限る。

向精神薬の転売も犯罪です

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。

輸入・輸出

覚醒剤、大麻、コカインや MDMA 等の麻薬、向精神薬、あへん、指定薬物* を日本から持ち出したり、日本に持ち込んだりすること。

* 輸入に限る。

製造

覚醒剤、コカインや MDMA 等の麻薬、向精神薬、指定薬物を作ること。

医療用麻薬の適正な管理も大切です

近年、海外の一部では「フェンタニル」という合成麻薬が不正に流通しており、その乱用の拡大が社会問題となっています。「フェンタニル」を含む麻薬には、医薬品として正規流通され、医療現場において疼痛治療などに用いられているものもあります。日本では、麻薬及び向精神薬取締法の免許・許可制のもとで厳格に規制されており、引き続き、その適正な管理や使用を継続していくことが大切です。

栽培

大麻草、麻薬原料植物、けしを育てること。

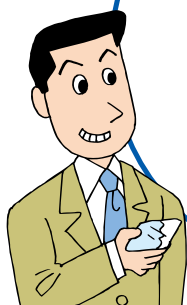
その他の犯罪

睡眠薬などのクスリを飲み物や食べ物に混ぜて相手の意識を朦朧とさせ、抵抗できない相手に対し、性暴力を振るう事件もあります。

向精神薬等を相手に飲ませ、相手が抵抗できない状態で性暴力を振るうことは刑法の処罰の対象となります。

なぜ、薬物乱用に走るのか。 甘い誘いに気を付けよう!

薬物乱用の甘い誘い



- 1回だけなら平気さ
- クスリでちょっと遊ぼうよ
- 面白いクスリがあるんだけど
- やせられるよ
- イライラがとれてすっきりするよ
- 肌がきれいになるよ
- 「人生は経験だ」
- 眠気がとれて、勉強ができるよ
- ちょっとだけ、ためしてみない
- みんなやってるよ (やってないのはきみだけ)
- ただの栄養剤だよ
- 最高の気分が味わえるよ
- とりあえず、預かってよ
- お金はこの次でいいよ



キツパリ・ハッキリ 断る勇気を持とう。

薬物乱用を防止するために!!

- 薬物乱用の危険性は身近にあり、自分には関係ないと思わないこと。
- 誘われてもキツパリ・ハッキリ断る勇気を持つこと。
- 一人で悩まないで友人や家族に相談すること。

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参照ください。「薬物乱用防止に関する情報のページ」
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/iyakuhin/yakubuturanyou/index.html> QRコードで携帯電話でもご覧いただけます。▶▶▶



あやしいヤクブツ連絡ネット

指定薬物を含む危険ドラッグ等に関連する健康被害事例等の収集、分析、評価を行い、公表、注意喚起を行っています。また、コールセンターで相談対応を行い、一元的に危険性等の情報にアクセスできます。

薬物の乱用でお困りのことがあれば <https://www.yakubutsu.mhlw.go.jp>

コールセンター 03-5542-1865



●薬物乱用防止相談窓口機関一覧表

北海道厚生局麻薬取締部	☎ 011-726-1000
東北厚生局麻薬取締部	☎ 022-227-5700
関東信越厚生局麻薬取締部	☎ 03-3512-8690
関東信越厚生局麻薬取締部横浜分室	☎ 045-201-2022
東海北陸厚生局麻薬取締部	☎ 052-961-7000
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
中国四国厚生局麻薬取締部	☎ 082-228-8974
四国厚生支局麻薬取締部	☎ 087-823-8800
九州厚生局麻薬取締部	☎ 092-431-0999
九州厚生局麻薬取締部小倉分室	☎ 093-591-3561
九州厚生局沖縄麻薬取締支所	☎ 098-854-0999
北海道医務薬務課	☎ 011-204-5265
北海道立精神保健福祉センター	☎ 011-864-7000
札幌こころのセンター	☎ 011-622-0556
青森県医療薬務課	☎ 017-734-9289
青森県立精神保健福祉センター	☎ 017-787-3951
岩手県健康国保課	☎ 019-629-5467
岩手県精神保健福祉センター	☎ 019-629-9617
宮城県薬務課	☎ 022-211-2653
宮城県精神保健福祉センター	☎ 0229-23-1603
仙台市精神保健福祉総合センター	☎ 022-265-2191
秋田県医務薬務課	☎ 018-860-1407
秋田県子ども・女性・障害者相談センター	☎ 018-831-3946
山形県健康福祉企画課	☎ 023-630-2333
山形県精神保健福祉センター	☎ 023-674-0139
福島県薬務課	☎ 024-521-7233
福島県精神保健福祉センター	☎ 024-535-3556
茨城県薬務課	☎ 029-301-3388
茨城県精神保健福祉センター	☎ 029-243-2870
栃木県医薬・生活衛生課	☎ 028-623-3779
栃木県精神保健福祉センター	☎ 028-673-8785
群馬県薬務課	☎ 027-226-2665
群馬県こころの健康センター	☎ 027-263-1156
埼玉県薬務課	☎ 048-830-3633
埼玉県立精神保健福祉センター	☎ 048-723-6811
さいたま市こころの健康センター	☎ 048-762-8548
千葉県薬務課	☎ 043-223-2620
千葉県精神保健福祉センター	☎ 043-307-3781
千葉市こころの健康センター	☎ 043-204-1582
東京都薬務課	☎ 03-5320-4505
東京都立中部総合精神保健福祉センター	☎ 03-3302-7575
東京都立多摩総合精神保健福祉センター	☎ 042-376-1111
東京都立精神保健福祉センター	☎ 03-3844-2210
神奈川県薬務課	☎ 045-210-4972
神奈川県精神保健福祉センター	☎ 045-821-8822
横浜市こころの健康相談センター	☎ 045-671-4455
川崎市総合リハビリテーション推進センター	☎ 044-201-3242
相模原市精神保健福祉センター	☎ 042-769-9818
新潟県感染症対策・薬務課	☎ 025-280-5187
新潟県精神保健福祉センター	☎ 025-280-0111
新潟市こころの健康センター	☎ 025-232-5560
富山県薬事指導課	☎ 076-444-3234
富山県心の健康センター	☎ 076-428-1511
石川県薬事衛生課	☎ 076-225-1442
石川県こころの健康センター	☎ 076-238-5761
福井県健康福祉部健康医療局医薬食品・衛生課	☎ 0776-20-0347
福井県総合福祉相談所	☎ 0776-26-4400
山梨県衛生業務課	☎ 055-223-1491
山梨県立精神保健福祉センター	☎ 055-254-8644
長野県薬事管理課	☎ 026-235-7159
長野県精神保健福祉センター	☎ 026-266-0280
岐阜県薬務水道課	☎ 058-272-8285
岐阜県精神保健福祉センター	☎ 058-231-9724
静岡県薬務課	☎ 054-221-2413
静岡県精神保健福祉センター	☎ 054-286-9245

静岡市こころの健康センター	☎ 054-262-3011
浜松市精神保健福祉センター	☎ 053-457-2709
愛知県医薬安全課	☎ 052-954-6305
愛知県精神保健福祉センター	☎ 052-962-5377
名古屋市精神保健福祉センター	☎ 052-483-3022
三重県薬務課	☎ 059-224-2330
三重県こころの健康センター	☎ 059-223-5241
滋賀県薬務課	☎ 077-528-3634
滋賀県立精神保健福祉センター	☎ 077-567-5010
京都府薬務課	☎ 075-414-4790
京都府精神保健福祉総合センター	☎ 075-641-1810
京都市こころの健康増進センター	☎ 075-245-0355
大阪府薬務課	☎ 06-6941-9078
大阪府こころの健康総合センター	☎ 06-6691-2811
大阪市こころの健康センター	☎ 06-6922-8520
堺市こころの健康センター	☎ 072-245-9192
兵庫県薬務課（県内全域）	☎ 078-362-3270
ひょうご・こうべ依存症対策センター（県内全域）	☎ 078-251-5515
兵庫県精神保健福祉センター（神戸市以外）	☎ 078-252-4980
神戸市精神保健福祉センター（神戸市）	☎ 0857-26-7203
奈良県薬務・衛生課	☎ 0742-27-8664
奈良県精神保健福祉センター	☎ 0744-47-2251
和歌山県薬務課	☎ 073-441-2663
和歌山県精神保健福祉センター	☎ 073-435-5194
鳥取県医療・保険課	☎ 0857-26-7203
鳥取県立精神保健福祉センター	☎ 0857-21-3031
島根県薬事衛生課	☎ 0852-22-5259
島根県立心と体の相談センター	☎ 0852-21-2045
岡山県医薬安全課	☎ 086-226-7341
岡山県精神保健福祉センター	☎ 086-201-0828
岡山市こころの健康センター	☎ 086-803-1274
広島県薬務課	☎ 082-513-3221
広島県立総合精神保健福祉センター	☎ 082-884-1051
広島市精神保健福祉センター	☎ 082-245-7731
山口県薬務課	☎ 083-933-3018
山口県精神保健福祉センター	☎ 083-902-2672
徳島県薬務課	☎ 088-621-2233
徳島県精神保健福祉センター	☎ 088-602-8911
香川県薬務課	☎ 087-832-3300
香川県精神保健福祉センター	☎ 087-804-5566
愛媛県薬務衛生課	☎ 089-912-2393
愛媛県心と体の健康センター	☎ 089-911-3880
高知県薬務衛生課	☎ 088-823-9682
高知県立精神保健福祉センター	☎ 088-821-4966
福岡県薬務課	☎ 092-643-3287
福岡県精神保健福祉センター	☎ 092-582-7500
福岡市精神保健福祉センター	☎ 092-737-8829
北九州市立精神保健福祉センター	☎ 093-522-8729
佐賀県薬務課	☎ 0952-25-7082
佐賀県精神保健福祉センター	☎ 0952-73-5060
長崎県薬務行政室	☎ 095-895-2469
長崎県子ども・女性・障害者支援センター	☎ 095-846-5115
熊本県薬務衛生課	☎ 096-333-2242
熊本県精神保健福祉センター	☎ 096-386-1166
熊本市こころの健康センター	☎ 096-362-8100
大分県薬務室	☎ 097-506-2650
大分県こころとからだの相談支援センター	☎ 097-541-5276
宮崎県薬務対策室	☎ 0985-26-7060
宮崎県精神保健福祉センター	☎ 0985-27-5663
鹿児島県薬務課	☎ 099-286-2804
鹿児島県精神保健福祉センター	☎ 099-218-4755
沖縄県薬務生活衛生課薬務班	☎ 098-866-2055
沖縄県立総合精神保健福祉センター	☎ 098-888-1443

●全国各保健所

●各都道府県警察署

■バンフレットは、グリーン購入法（国等による環境物品等の調達等の推進等に関する法律）に基づく基本方針の判断基準を満たす紙を使用しています。
また、大気中に悪影響を与える物質の発生を抑え、用紙のリサイクルにも適した大豆油インクを使用し、リサイクルに配慮して水溶性の糊で製本されています。
■リサイクル適正の表示：紙へリサイクル可
バンフレットは、グリーン購入法に基づく基本方針における「印刷」に係る判断の基準にしたがい、印刷用の紙へのリサイクルに適した材料【Aランク】のみを用いて作製しています。