# SIIC SINGLES

─今日の自分が未来をつなぐ──



≎ねこまき



## 違法薬物との出会い・・・他人ごとではありません。





彼らの薬物との出会いから考えられることは?





# 薬物乱用に至る「状況」や「考え・気持ち」はさまざまです。

## 【状况】

悩みがあった

先輩に誘われた

その場の雰囲気に 合わせてしまった

好奇心があった

## [考え・気持ち]

それほど身体に害はないだろう

先輩だから 断れないかも

人間関係を 壊したくない

あこがれる 気持ち

## [行動]



# なぜこのような考えや気持ちが生じたのでしょうか?

## [考え・気持ち]

それほど身体に 害はないだろう

先輩だから 断れないかも

人間関係を 壊したくない

あこがれる 気持ち 身体にどんな害が あるのか知らなかった?

どのように断ればよいか わからなかった?

自分より他人を大切に してしまった?

**危ない誘いだと** 判断できなかった?

## [行動]



# なぜ薬物乱用防止の授業があるのか?

皆さんに健康でより良い人生を送ってもらうため

この授業ではそのために・・・

- 1 薬物乱用の危険性について正確な知識を学ぶ
- 2 自分の心や身体を自分で守る方法を考えてみる

# 

# 薬物乱用って何?

SAMI

SAMY

# 薬物乱用



- ♪違法薬物を使うこと。
- ●医薬品を本来の医療目的や使用方法からはずれて使うこと。

健康を守るために、色々なルールがあります!

## 違法薬物とは?

- ●覚醒剤取締法
- 家薬及び向精神薬取締法
- 大麻草の栽培の規制に関する法律
- ●あへん法
- 毒物及び劇物取締法
- 医薬品医療機器等法などにより規制される薬物

## 医薬品の本来の目的や 使用方法からはずれるとは?

- 1 医薬品ごとに決められている 目的を守らないで使うこと



リラックスで、 ちょっと使うだけ だからOK

# 「大麻って」…?<

かっこいいし、 使いこなせるから 大文夫

合法の国もあるから、安全

法改正で日本国内でも解禁!

# いいえ! 危険です!



大麻(マリファナ)

# 合法化 🗲 安全

未成年者による大麻の使用を含法化している国はない。

# 日本における法改正

- ●持っているだけでも、使っても犯罪に。
- ②大麻草から製造された医薬品の施用等(医者等による)が可能に。

\*日本国内で医薬品として承認を受けている

インダーネットや SNSの間違った 情報に注意!



# 薬物乱用による害と周囲への影響



# 薬物を繰り返し使い続けると…

# 「現実」と「過去の記憶」の区別がつかなくなることも!





誰かが おとしいれようと している!!

監視されてる!!



# 薬物を繰り返し使い続けると・・・



Chapter 02

薬物乱用による害と周囲への影響

# 薬物を繰り返し使い続けると…



# 依存!

**やめたくてもやめられない!** 

大麻の乱用による脳への影響

薬物使用の影響

# 大麻を乱用すると・・・

## 学習能力の低下

短期記憶が 妨げられる

## 知覚の変化

時間や空間の 感覚がゆがむ

## 運動失調

反応が遅れる 動作が緩慢になる

# **366!**

大麻を長く使い続けると・・・

iQ (知能指数) の低下

精神障害

薬物依存

10代の脳への影響が顕著。学習機能、思考、記憶が損なわれます。

# 医薬品を自分の判断で目的や使い方を変えてしまうと…

のむと良く眠れる気がするから、 風邪をひいてないけど、 風邪薬をのんでいる。

効かないかもと不安になるから、 決められている量より、ついつい 多めにのんでしまう。 どこも痛くないけど、 気持ちが落ち着くから 鎮痛薬をよくのむ。 自分に処方された薬だけど、 同じ症状で 困っている友人にあげた。



オーバードーズ (過量服薬)

医薬品を決められた 量を超えてたくさん 飲んでしまうこと。

違法薬物とは違って、身体に悪くない?

自分で買えるものなら、効き目は弱そうだから大丈夫?

薬物乱用になります!違法薬物と同じように、心身に悪影響があります。

医薬品乱用の影響とは?

# 一度にたくさん服用すると…

## 肝臓や、腎臓、脳などに悪影響をおよぼす危険性が!

様々な成分が含まれているので、治療が困難に。

- ●吐いて止まらない
- ●呼吸が遅く、苦しい
- ●肝臓の働きが止まる
- ●ふるえが止まらない
- ●呼吸が止まる
- ●心臓が止まる

- ●意識を失う
- ●幻覚が見える





# 少しずつでも長期間服用し続けると…

## 違法薬物と同じように、依存症に!

家や学校生活、人間関係に悪影響がでているのに、 やめることができない!





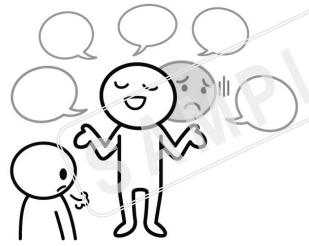
同じ量では効果を感じなくなる

やめたくてもやめられない



薬物を手に入れるために 万引き、お金を盗む

交通事故をおこしてしまう









# 大切な自分を守るために

SAMPL

SAMI



正しい知識で 「おかしいな」と気づけるようになりましょう。

「薬物かも?」と思ったら、その場を離れましょう。

大切な自分を守るために…

迷わず自分を守る 行動をとりましょう!

# 自分を知ることは、自分を大切にする第一歩

ネット情報、SNSの声、周りの意見だけでなく

# 大切にしよう、自分の気持ち

# 自分を大切にするための3つのポイント

- うれしかったこと、悲しかったこと
- 🗿 自分が好きなもの、やりたいこと
- (3) 自分にとって大切な人、 そして自分を大切に思ってくれている人

皆さんも一緒に考えてみましょう!

自分を大切にする気持ちが、 薬物乱用から身を守る 助けになるのです! それでも、もし、 こんな状況におかれてしまったら・・・









できるだけ早くその場を離れて!



# 困ったときには相談を!

SAMP

SAMI

# 薬物問題のきっかけは、話づらい「悩み」がほとんど 少しでも早く誰かに相談しましょう!

家でも学校でも孤独…。 薬物使ってみようかなって、 思ってしまう。 どうすればいい?

友達が使っている みたいなんだけど、 自分はどうしたらいい?

# 相談例



友達に誘われたけど、 馬鹿にされたくないし、 ひとりになりたくない。 どうすればいい?

自分なんでどうでもいいや。 薬物で気持ちが楽になるなら 使ってみようかな…

# ちょっと勇気を出して、身近な人に、相談しよう!



# 組談できるところは、たくさんあります!

秘密は 守られます!

自分にとって唯一信頼できる人から薬物らしきものをす すめられて、誰にも話せなくて、相談窓口に匿名で連絡 してみた。どうすればいいか、おしえてもらえた。

## 誘われてしまったとき、 これって薬物かも」と思ったとき

- ●精神保健福祉センター
- ●こころの健康センター
- ●各都道府県の薬務課
- ●ダルクなどのリハビリ施設

## 安心して 相談してね!



精神的に不安定で、どうしたいのか 自分でも分からないけれど、とにか くこの現状を変えたいと相談した。 具体的な質問になってなくても、 ちゃんと話を聞いてもらえた。

## 「自分なんてどうぞもいいや」 と感じたとき

- ●24時間子どもSOSダイヤル
- ●チャイルドライン
- ■よりそいホットライン
- ●生きづらびっと(チャット相談)

# まとめ

 薬物乱用の危険性について 正確な知識を学ぶ

2 自分の心や身体を自分で 守る方法を考える

いかがでしたか?

自分の心と身体を 守るためにできるごと、 日頃から意識していこう!



健康なより良い人生をつくっていってください



# アンケートのお願い

この度は、本プログラムにご参加いただき、あり がとうございます。 より充実した内容のプログラムにするため、皆様 のご意見をいただきたく、差し支えない程度 で結構ですので、アンケートへのご協力を お願い申し上げます。 お答えいただいた内容は、上記以外の目的に 利用することは一切ありません。

# マークシートの記入方法

各設問のうち、自分に一番当てはまる項目にチェック「**V**」を入れましょう。 (四角を塗りつぶしても大丈夫です)

生	徒用	J.	ケートに	こお答え	えくださ	良い例	悪」
Q1	まなたの形	「属は?					
V	小学校		中学校		高等学校	大学	その他
Q2.	あなたの性	生別は?					
V	男		女		その他		
<b>Q</b> 3.	あなたの名	F齢は?					
	10 歳		11歳	<b>V</b>	12 歳	13歳	14歳
	15 歳		16 歳		17 歳	18歳	19 裁以上

Q1 あなたの所属は?

1. 小学校 2. 中学校 3. 高等学校

4. 大学 5. その他

あなたの性別は?

1. 男性

2. 女性

3. その他

**Q3** 

あなたの年齢は?

1.10歳

2. 11歳

3. 12歳

4.13歳

5.14歳 6.15歳

7. 16 歳

8.17歳

9.18歳

10.19歳以上

# 薬物に手を出してはいけない理由について 理解できましたか?

1. とても理解できた

- 2. まあまあ理解できた
- 3. あまり理解できなかった 4. ほとんど理解できなかった

# もしも薬物に誘われてしまったとき、 断れると思いますか?

1. 断れると思う

- 2. おそらく断れると思う
- 3. おそらく断れないと思う 4. 断れないと思う

# Q6

## 全体的にわかりやずかったですか?

- 1. とてもわかりやすかった
- 2. まあまあわかりやすかった
- 3. 少しわかりにくかった
- 4. とてもわかりにくかった

# **Q7**

# 動画やパンフレットはわかりやすかったですか?

- 1. とてもわかりやすかった
- 2 まあまあわかりやすかった
- 3. 少しわかりにくかった
- 4. とてもわかりにくかった

# **Q8**

## 講師の説明はわかりやすかったですか?

- 1. とてもわかりやずかった
- 2. まあまあわかりやすかった

3. 少しわかりにくかった

4. とてもわかりにくかった

# 話を聞いて、特に印象に残ったことを 3つ選んでチェックを入れてください。

1. 薬物乱用とは

- 2. 薬物の種類
- 3. 薬物の怖さ・危険性 4. 脳や体への影響

5. 周囲への影響

6. 薬物乱用者のエピソード

7. 断り方

8. 自分を大切にする気持ち

9. 相談窓口

## 乱用があなたを傷つける!

#### 薬物乱用をすると…身体中にダメージが!

薬物乱用をすると身体中がダメージを受けて、さまざまな健康被害が 起こります。脳が薬物の影響を受けるからです。



妨げられる

運動失調

炭炭が 縦成が 遅れる 動作が緩慢になる

## 感覚がゆがむ 医薬品を乱用すると…

雰間や空間の

一度にたくさん服用すると・・・

どんな影響がでるか、だれもわからない! 様々な成分が含まれているので、治療が困難に。

#### 健康被害の症状

- ●酔いて止まらない
- ●ふるえが止まらない ●呼吸が遅く、苦しい
- ●意識を失う ●呼吸が止まる
- ●幻覚が見える
- ●貯臓の働きがとよる
- ●心臓がとまる



効かなくなり、 \*物の使用 が 増える(耐性)

多物を やめたくても **そ**あられない (依存)

### 薬物乱用で変化してしまった脳を、 使う窓の状態に戻すことは難しいです。

薬物乱用をした人の回復には、専門の治療と本人の多大な努力が 必要になります。薬物利用によって、変化してしまった脳を、使う前 の状態に戻すことは難しいです。一度記憶した薬物乱用の影響は 一生涯消えることはなく、ふとした瞬間に「薬物を使いたい」とい う気持ちを呼び覚ましてしまうこともあるのです。



## 悩んだときは、まず相談!

「友達が使っているけどどうしよう?」

「周りに心配かけたくないから相談で きない。つらい気持ちをまぎらわした いから、もう薬物使ってみようかなって 思ってしまうし



#### 「薬物を使ってしまった。どうしよう」

困ったときは、一人で悩まず相談を! あなたは一人ではありません。 利能なCでは相談に関する秘密は厳労します。安心して少しても 早く相談してください。

### 相談できるところはた (きんあります!

薬物についての相談は、電話だけでなく、チャット、LINE などでも受け付けています。

- ▲精神保健福祉センター
- ごころの健康センター
- ●都湾府県の薬務課
- ●ダルクなどのリハビリ施設

「自分なんてどうでもいい」と感じたら・・・

- ●24時間子どもSOSダイヤル
- ●生きづらびっと(チャット相談)…



#### 薬物乱用防止に関する最新情報など、随時更新中!

●公式 Instagram (する) STOP the 薬物! https://www.instagram.com/stopthedrug



●公式 X(旧 Twitter) 💥 STOP the 薬物! https://x.com/StopTheDrug



●公式 Facebook

STOP the 薬物! ~今日の自分が未来をつなぐ~ https://www.facebook.com/stopthedrug



25.09 うねこまき ●覚醒剤 ●大麻 ●麻薬 ●危険ドラッグ など







一今日の自分が未来をつなぐ―

厚主労働省

## 薬物乱用の現状

#### 薬物部用とは? なぜいけないの?

業物も序とは①違法薬物を使うこと。②医薬品を本来の医療目的や使 第10万法からはずれて使って健康を害すること。

#### 違法薬物の乱用・医薬品の乱用

#### ●大麻

日本で最も核学者が多いに初です。 大原事犯検挙者なのうち10代の 割合レブ3.0%で、他の違法薬物 不犯に比べて多いです。また大麻 から成分を抽出した「大麻リキッ ド」や「大麻ワックス」などの加工 島が出てきており、より危険性が 増しています。インターネットによ る情報に惑わされず、正しい知識 を身につけることが大切です。

#### ●覚醒剤

権経を興奮させる作用があり、「元 気になる」「やせる」などと言って、 競声を使って販売されています。

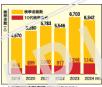
#### ●危険ドラッグ

#### >≤薬品の乱用

本来の医療目的からはずれて使ったり、一度に大量にたくさん服用する オーバードーズ(過量服薬)などは、違法薬物と同じように心身に悪影響 があります。ドラッグストアなどで自分で購入できる市販薬の乱用が問題 になっています。



▲大麻



▲大麻等犯検挙者数(原生労働省集計)



#### ▲覚醒剤

## 🦹 あなただけの問題ではない!

#### 等 物乱用の周りへの影響

参加用は、本人だけの問題ではありません。乱用により転移、生活習慣が変わると社会や周りの人々に重大な影響を与えます。

#### 乱用者の変化

薬物が欲しい気持ちを抑えられなくなる 感情のコントロールが難しくなる 生活習慣が変わる

自分が大切にしていることを、 大切にできなくなってしまう







木来の自分にある明るい未来の可能\te。 自分でどんどん小さくしてしまうのです。

友達

家族に犯罪者がいることを知られたくなくて、家族全員、社会とのかかわりを避けていた。

身近な人への

家族間での言い 等いや、家庭内 が、家庭内 が、家庭が 前襲した。

金銭トラブルが増え、 信頼もできなくなり、 友達が離れていった。

覚醒剤を乱用しつづけて混乱し、 妄想がもとになって人を傷つけてしまった。

社会への 影響 危険ドラッグを 使ったあとに運転 し、次々と人をはね る事故を起こした。

## 💪 大切な自分を守るために

### ネット情報や誘い文句に惑わるれない!



こんな言葉に だまされないで 全部ウソです!



いやなことを 忘れられる。







これって薬物乱用?と思ったら、 そのSNS、そのサイト、その場からすぐ離れて!

#### SNSや身近な人から誘いを受けたら…

SNSや広当は薬物乱用と思わせない誘い文句で、身近な人は「地の雰囲気」「ノリ」として深刻に感じさせないような口ぶりで、あなたを薬物乱用に誘ってしてくるかもしれません。でも、自分の心や身体を守れるのはあなた自身です。少しでも「薬物乱用かもしれない」と感じたら、迷わずその場を離れましょう。自分の未来をつくれるのは自分自身です。

#### 自分を守る力を身につけよう!

ありのままの自分を知り、自分の夢、自分に元気をくれる存在を考えて みましょう。自分を知ることは、自分を大切にする第一歩。今は全部理 まらなくても大丈夫!

