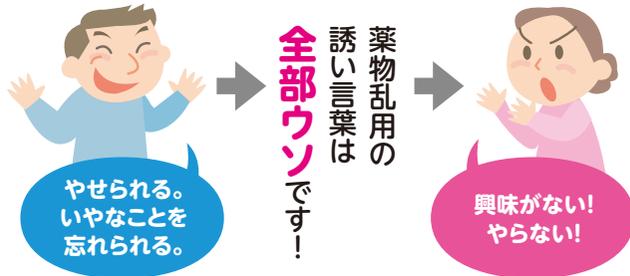


## 大切な自分を守るために

甘い誘いには耳を貸さないこと、  
何でもいから理由をつけて断ること、  
その場から逃げることが大切です。



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。

### 友達から薬物の誘いを受けたら...

友達の誘いを断ると、「仲間はずれになるかも…」と不安になるかもしれませんが。しかし、ウソを言って体に悪いものをすすめる人は、本当の友達ではありません。きっぱりと断ることが大切です。

### 誘いをよせつけない自分をつくろう!

下の1~5の項目をイメージしてみましょう。「あなた自身」と「あなたが大切に思っていること」を守る気持ちを持てば、薬物乱用の誘いや薬物への好奇心に負けない、自分を大切にするための選択ができるはずです。

大切な自分を守るための5つのポイント

1. 自分が大切に思う人
2. 自分を大切に思ってくれる人
3. 自分が好きなもの・こと
4. これからやりたいこと・将来の夢
5. 薬物に対する正しい知識

## 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」
- 「薬物の誘いを断る自信がない」
- 「薬物を使ってしまった。どうしよう」
- 「子供から、薬物について相談された」

困ったときは、一人で悩まず相談を!  
相談窓口では相談に関する秘密は厳守します。  
安心して少しでも早く相談してください。

### 薬物相談窓口

薬物乱用に関する困りごとは、  
気軽にご相談ください。

県健康福祉企画課	☎023-630-2332
村山保健所	☎023-627-1248
最上保健所	☎0233-29-1257
置賜保健所	☎0238-22-3872
庄内保健所	☎0235-66-4738
県精神保健福祉センター	☎023-674-0139
県警察本部 (違法薬物相談)	☎023-635-1074

### 薬物乱用に関する最新情報など、随時更新中!

#### f 公式 Facebook

STOP the 薬物! ~断る勇気が未来をつくる~  
<https://www.facebook.com/stopthedrug>



#### X 公式 X

STOP the 薬物!  
<https://twitter.com/StopTheDrug>



リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

薬物乱用

ダメ。ゼッタイ。



## 薬物乱用防止リーフレット



NO DRUGS

山形県

## 薬物乱用とは？

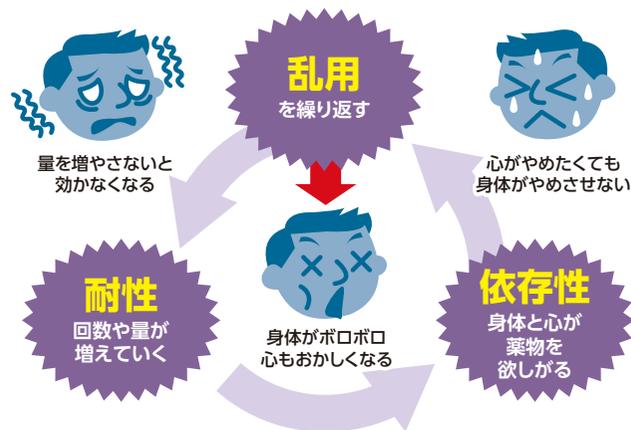
薬物乱用とは、社会のルールや法律からはずれた方法や目的で、薬物を使うことです。

また医薬品についても、病気や傷の治療目的以外に使えば薬物乱用です。

## 薬物を乱用するとどうなるのですか？

薬物を乱用すると自力ではなかなかやめられなくなります。薬物の効果がきれるとイライラし落ち着かなくなり、また薬物がほしくなって自分の意志によるコントロールができなくなります。さらに薬物への欲求は激しくなり、脅迫的な使用へとつながっていきます。(精神依存)

薬物によっては、さらに身体依存の悪循環となり、深みにはまります。こうして、自分の意志では薬物使用のコントロールがきかなくなった状態を薬物依存といいます。



**自分が自分でなくなる!**

## 乱用される主な薬物

覚醒剤、大麻、MDMA(エクスタシー)、コカイン、LSD、危険ドラッグ、有機溶剤(シンナーなど)、マジックマッシュルーム、ヘロインなどがあります。

また近年、医薬品の用法、用量を守らず過量に摂取する「オーバードーズ」が増加しています。

### 覚醒剤

神経を興奮させる作用があり、精神依存も強いので非常に危険です。シャブやスピードなどの隠語を使って販売されています。



### 大麻

近年、検挙者数が増加傾向にあり、特に若年層の割合が増えています。幻覚作用や記憶障害、学習能力の低下をもたらす、その危険性は覚醒剤などの他の薬物と変わりありません。



### MDMA

合成麻薬のひとつで、気分や知覚に変化をもたらす、幻覚が現れることがあります。大量摂取すると高体温になり、死に至ることもあります。



## 周囲を巻き込む薬物乱用

薬物乱用は本人だけの問題ではありません。乱用により性格、生活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。



### 家族への影響

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



家族間での言い争いや、  
家庭内暴力により、家庭が崩壊した。



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。

### 社会への影響

覚醒剤を買うために、スーパーで  
高級酒を万引きし、スナックに売った。



覚醒剤を乱用し続けて混乱し、  
妻に殺されると思い込み、包丁で妻を刺し殺した。

危険ドラッグを使った後に運転し、  
次々と人をはね事故を起こした。

