

薬物乱用とは？

薬物乱用とは、「**決められたルールを守らないで、薬物を使用すること**」です。大麻や覚醒剤等の違法薬物はもちろん、医薬品の**オーバードーズ（過剰摂取）**も薬物乱用となります。

近年、一部の青少年の間で市販薬のオーバードーズが広がり、社会問題となっています。

栃木県ホームページ
市販薬のオーバードーズ（過剰摂取）
について



薬物乱用はなぜいけないの？

薬物乱用は、人間が生活をしていくために**最も大切な「脳」を傷つける**からです。

一度ダメージを受けた脳は、薬物を使う前の状態には戻りません。

「一度だけ」と思っている、薬物の「**依存性**」や「**耐性**」によって使用する量や回数がどんどん増えていき、自分の意思だけでは止めることはできなくなってしまう。

**自分自身を守るために、
正しい知識を身につけましょう！**

栃木県ホームページ
「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用防止
について



誘われた時、どう断る？

薬物を乱用するきっかけは「友人からの誘い」が多いと報告されています。**勇気をもってきっぱり断る**ことが大切です。「仲間外れにされるのが怖い」などの理由で、断りづらい時は、とにかくその場から立ち去りましょう。

一人で悩まず、まず相談！

■薬物相談窓口（匿名可）

相 談	所 在 地	連 絡 先
宇都宮市保健所総務課	宇都宮市竹林町972	028-626-1104
県西健康福祉センター生活衛生課	鹿沼市今宮1664-1	0289-64-3029
県東健康福祉センター生活衛生課	真岡市荒町116-1	0285-83-7220
県南健康福祉センター生活衛生課	小山市犬塚3-1-1	0285-22-6119
県北健康福祉センター生活衛生課	大田原市本町2-2828-4	0287-22-2364
安足健康福祉センター生活衛生課	足利市真砂町1-1	0284-41-5897
精神保健福祉センター	宇都宮市下岡本町2145-13	028-673-8785

■薬物乱用相談電話（薬物乱用に関する相談）

栃木県保健福祉部医薬・生活衛生課

028-623-3779

（にいいさんみななく）

■薬物相談メール

yakuran184@gmail.com

（薬乱イヤよ）

栃木県保健福祉部医薬・生活衛生課

〒320-8501 宇都宮市埴田1-1-20

TEL 028-623-3119 FAX 028-623-3116

Knowledge of drugs

乱用薬物の 豆知識



大麻バズ



大麻リキッド



覚醒剤

写真出典：厚生労働省ホームページ

栃木県保健福祉部医薬・生活衛生課