

薬物乱用防止啓発動画（DVD）No.52
大麻警報発令中！～アイメッセージで断ろう～

【重要ポイントと詳細解説】



DVDと一緒にご利用ください。

薬物乱用防止啓発動画（DVD）No.52 大麻警報発令中！～アイメッセージ～で断ろう～

重要ポイントと指導者向けに詳細解説をまとめました

はじめに、

今回の動画は全編大麻についてまとめたものです。

今、最もその拡大が危惧されている大麻を代表例に詳しく学んでいくことで、大麻以外の乱用される薬物（覚醒剤・コカイン・MDMA・危険ドラッグなど）についても同様に有害で危険であり、故に法規制されているものであることを理解して頂きたいという想いから制作いたしました。

そのことを視聴後に指導される皆様から対象者に明確に説明していただくことで、最終的に薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」であることをしっかりと伝えてください。

薬物による脳に与える作用の違い（興奮作用・抑制作用・幻覚作用）や、心身への影響に異なる点がありますが、それを詳しく知るといより、共通した大きな認識の中で「いかに対処すべきか」「遭遇した場合の具体的な行動や普段から気をつけておくべき対応」について学び、気づき、理解することに重きを置いています。つまり「違法薬物から自分の身をどう守るのか」を自身で考える構成になっています。

2018 年大麻事犯は過去最高を記録、2019 年に入っても連日のように関連ニュースが報道され、官民挙げて大麻の乱用を防ぐ動きが加速しています。加えて益々その関与の低年齢化の進行は全国の教育現場に取っても喫緊の対応課題となっています。

【No.52 大麻警報発令中！～アイメッセージ～で断ろう～】では、これまで防止のための啓発教材では踏み込んでいなかった心の問題にまで触れ、対象者に自分の事として考えて、その対応についての回答を出来るだけ具体的に示せるように心掛けました。

指導される皆様には本項の詳細解説や重要ポイントなどについて目を通して頂き、まずは指導者が率先して視聴し知識を深め納得された後に子供達の指導に活かしていただくことをお勧めします。

尚、大場美奈さん（SKE48）の応援メッセージ入り DVD は今年度末までの期間限定盤です。以降の DVD にはオープニング・エンディングのメッセージは入りません。

最後に、

No.52 を視聴していただいて、それでも大麻の説明だけでは不足である、あるいは乱用される薬物全体の話で指導を進めたい、という場合はそれぞれ内容に特徴のあるバックナンバーをご活用ください。

（ホームページにバックナンバーの内容記載がございます。）

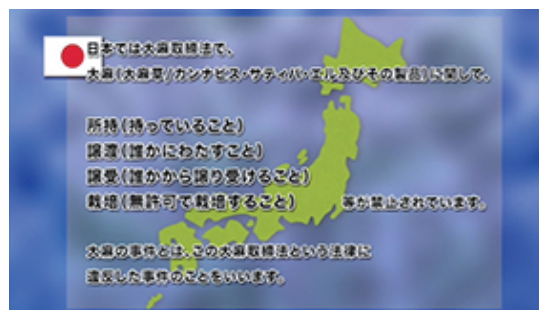
【No.51 薬物乱用から自分を守る】

【No.50 身近にひそむ薬物乱用】 他

薬物乱用防止活動に関わるすべての方々に取りまして有効な啓発資材となりますよう願っております。

麻薬・覚せい剤乱用防止センター 企画部





■オープニング（エンディングの応援メッセージも）

大場美奈さん（SKE48）

2009 年 AKB48 メンバーとしてデビュー。2013 年 SKE48 加入以降すべてのシングルに選抜。バラエティ番組や映画出演などに加え、AKB48「53rd シングル世界選抜選挙」では、8 位を獲得するなどグループ内外で幅広く活躍中。

2019 年「ダメ。ゼッタイ。」普及運動のキャンペーン告知映像に出演しました。

ポイント！ 大麻は大麻取締法により「輸出入 / 栽培 / 譲渡 / 譲受 / 所持」などが規制されています。

「日本における薬物乱用に関する法律」（資料：厚生労働省）

覚醒剤	→ 覚せい剤取締法
麻薬・向精神薬	→ 麻薬及び向精神薬取締法
大麻	→ 大麻取締法
あへん	→ あへん法
シンナー	→ 毒物及び劇物取締法
危険ドラッグ（指定薬物）	→ 医薬品医療機器法

ポイント！ 大麻関連事犯の推移（資料：警察庁）

2018 年、大麻関連事件は 4,687 件、摘発者は 3,578 人と過去最高を記録。

人口 10 万人あたりで 2014 年の 1.7 人から 3.5 人へと倍増。

特に 10 代、20 代の伸びが大きく、若年層への浸透の深刻化が浮き彫りに。

摘発内容別では、「所持」が 2,928 人と最も多い。

次いで「譲渡」「栽培」「譲受」「密輸入」と続く。



ミニ知識

「大麻とは」

大麻から採れる繊維は、日本では古くからしめ縄や神事のお祓いの大麻（おおぬさ）などに用いられてきました。

今でもリネンやヘンプなど麻の繊維は服の素材として使われています。

身近にある大麻の例としては七味唐辛子に入っている麻の実があります。

麻の実のほとんどは大麻のもとになる種を使用していますが、薬理成分である THC（テトラヒドロカンナビノール）の影響を受けない 0.2% 以下であること、熱処理などを施し発芽できないように処理したもので、有害性はなく規制対象外として安心して食べることができます。

そもそも日本では大麻を吸引する文化は無かったとされていますが、麻畑では麻酔と呼ばれる精神作用があることは生産者の間では昔から知られていたようです。

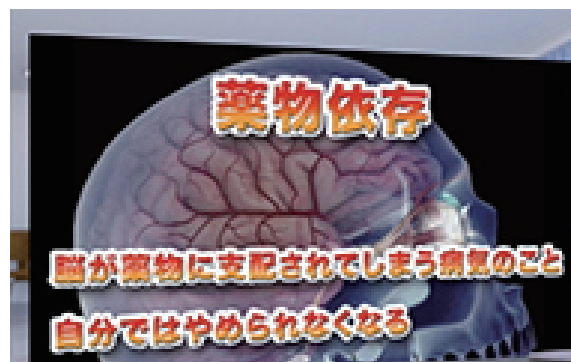
■ 嶋根卓也先生

国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部
心理社会研究室長

国立精神・神経医療研究センターは厚生労働省所轄の国立研究開発法人で、国立高度専門医療研究センターです。

薬物依存研究部は、薬物乱用・依存に関する幅広い研究・研修業務を軸に活動をしています。

また関連領域の人材育成や、薬物乱用防止啓発資料、教材作成の支援を通じ社会への還元を行っています。（同部HPより抜粋）



ポイント！ 症状には個人差がある

大麻は吸引すると、大麻成分（テトラヒドロカンナビノール）が肺から血管に入り、身体や脳に運ばれ様々な症状を引き起します。

症状は人によって異なります。頭がボーッとしたり、フワフワと気分がよくなる人もいれば、感情が不安定になり不安や恐怖を感じ、パニックになってしまう人もいます。

ポイント！

1：短期的影響（使ってすぐ起きる作用）

- ・ 学習能力、注意力、記憶力の低下
- ・ 認知の歪み（視覚、聴覚、時間、触覚）
- ・ 協調運動の低下
- ・ 心拍数の増加
- ・ 不安、混乱
- ・ 精神病（まれ）

2：長期的影響（連続使用の結果）

- ・ 記憶障害
- ・ 無軌道症候群
- ・ IQ、学業の低下
- ・ 呼吸器障害（咳、気管支炎）
- ・ 統合失調症（遺伝的リスクが高い人）

ミニ知識

- カナダでは交通事故が多発
大麻解禁後のカナダでは、大麻使用後の車の運転での事故が多発している、という報告があります。

ミニ知識

- 薬物依存症への周囲の理解について
薬物依存症は治らない病気と言われています。
しかし「適切な治療」と「止め続けること」によって回復し社会生活に復帰することはできます。
ただ、本人にとって「止め続ける」ことは決して容易なことではありません。
生涯にわたってのセルフケアと共に周囲の理解と協力が欠かせません。



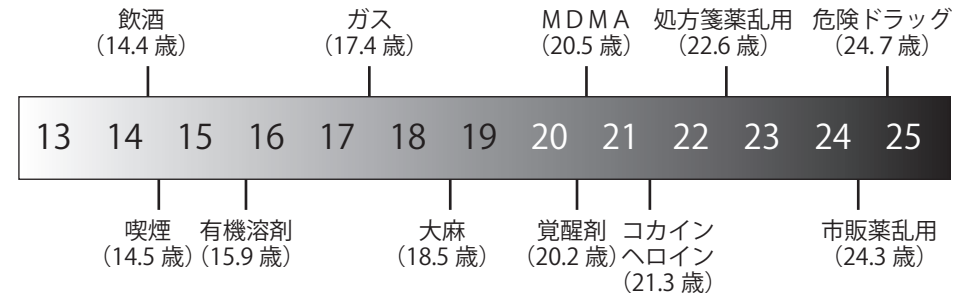
資料データは国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 薬物依存研究部のホームページにて公開されています
「飲酒・喫煙・薬物乱用についての全国中学生意識・実態調査」

<https://www.ncnp.go.jp/nimh/yakubutsu/report/>



ポイント！ 大麻の乱用をきっかけに、覚醒剤や麻薬などもっと危険な薬物に手を出してしまう例があるので本当に注意が必要です。

薬物利用の開始年齢



全国46施設のダルク利用者の内薬物依存の背景のある30代の利用者を調査 (n=168)

出典：嶋根卓也、ほか「刑の一部執行猶予制度下における薬物依存者の地域支援に関する政策研究」2017

ミニ知識

- 取引される薬物の隠語」（資料：厚生労働省）
- 覚せい剤・・・シャブ、エス、スピード、アイス、氷
- 大麻・・・ハッパ、クサ、チョコ、野菜
- MDMA・・・エクスタシー、パツ（× 罰）
- 有機溶剤（シンナー・トルエン）・・・アンパン
- 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
- LSD・・・エル、アシッド
- PCP・・・エンジェルダスト
- サイロシピン等を含有するキノコ類・・・マジックマッシュルーム

ポイント！ 海外で認められているのだから大丈夫では？という問いに対して身体に安全だから認められたわけではないことや、背景には各国の政治的な理由があり、合法化した国でも未成年には厳しい規制があることをはっきりと伝えてください。



詳細解説 カナダの事情について

カナダのトルドー首相は、2015年の選挙公約に「犯罪組織への資金源断絶」、国民の多くが非合法で使用していた「大麻の生産、流通、消費を規制下に置く」ことを目的に、大麻合法化を掲げて勝利しました。

カナダでは当時 15～64 歳の 490 万人がマリファナを使用していたのです。

その内の 90%が嗜好目的だったと回答、ユニセフの調査でも、若年層のマリファナ使用率は、煙草やお酒の経験率よりも高かったことが出ていました。

合法化にあたり「子供達が簡単にマリファナを手に入れる事ができる状況を変える」とトルドー首相は発言、ビル・ブレア国境安全・組織犯罪減少相も「カナダでは1世紀にわたり大麻を非合法としてきたが、子供と社会を守ることはできなかった」とし、合法化により「大麻の生産、流通、消費のすべての様相において秩序をもたらすことができる」と述べました。

ミニ知識

●大麻含有食品が起こした事故

2019年3月、東京で開かれた社交ダンスのイベントに参加していた男女7人が体調不良を訴えて病院に運ばれました。その後の調べで体内から大麻の成分が検出され急性薬物中毒であったことが分かりました。参加者の1人が差し入れた外国製のチョコレート菓子に大麻成分が含まれており、それを知らずに食べてしまったために起こった事故で、このニュースは注目されました。

ポイント！ 合法化された国でも未成年の使用には厳しい規制がある

カナダではマリファナの使用は全面的に合法化されましたが、未成年には厳しい制限があります。国が定める年齢制限は18歳以上ですが、ほとんどの州では19歳以上と規定されていて、また、未成年にマリファナを販売した場合は、懲役14年以下という罰則も定められています。

アメリカ ONDCP（ホワイトハウスの麻薬統制政策局）も、マリファナの健康への悪影響を問題視しており、特に成長期の子供の脳へのダメージが大きいことから、子供たちをマリファナ被害から守ることを課題としています。



ポイント！ 海外旅行でのお土産注意！

大麻成分入りの食品を密輸入して検挙された事例や、大麻成分が入った食品と知らずに菓子を食べてしまい、体調不良となった事例が発生しています。

海外では、大麻成分入りのキャンディ、クッキー、チョコ等の食品が販売されていることがあるため、特に海外旅行や海外留学で渡航する際には、誤まって口にしたり、国内に持ち帰ることがないように注意が必要です。

ポイント！ 子供の信号を見逃な！

薬物問題の背景には、自分に対する自信のなさ、孤独感や寂しさ、家族などとの人間関係など、心に悩みを抱えていることで起こった例が少なくありません。

もし周囲にそのような子供がいたら、まずは否定をせずじっくりと話を聞いて、子供との信頼関係を築くようにしてください。

詳細解説 | 危険ドラッグから大麻へ

以前ゲートウェイドラッグとなっていた危険ドラッグは、条例改正や警察の取締りなどにより街頭店舗は一掃され、平成 26 年のピーク以降は減少しました。

一方、大麻事犯の検挙人員は年々増加傾向にあり昨年は過去最高を記録しました。

これは危険ドラッグを乱用していた者が薬物乱用を続けるため大麻に移行したこと、危険ドラッグの入手難度が上がったため、大麻が現在ではゲートウェイドラッグとして利用されているためだとみられています。

また大麻は生産事犯でも多く摘発されています。これは覚醒剤のような化学合成品とは異なり、高度な設備や専門知識がなくても生産することが可能なため、住宅街の一戸建てやマンションの一室など場所も経験も問わず不正に大麻栽培が行えるためです。大麻成分を液体状にした「大麻リキッド」や乾燥大麻から幻覚成分を濃縮した「大麻ワックス」などの発覚しにくく、携帯が容易な加工品の登場は大麻をより身近なものへと変貌させ、乱用者を拡大させるのではないかと危惧されています。



ポイント！ 乱用のきっかけ

大麻使用のきっかけは「誘われて」、次いで「興味本位で」が多いです。
インターネットなどでは「大麻は他の薬物より安全、害がない」、「大麻は依存にならない、いつでもやめられる」、「海外では大麻が合法化されているから安全」という情報もあり、子どもたち的大麻に対する警戒心を薄れさせています。

ポイント！ 「アイメッセージ」＝コミュニケーションスキルアップ手法のひとつ。

相手との関係性を気にして言いづらい場合に自分を主語にして伝えることを「アイ（I）メッセージ」といいます。

自分の気持ちを相手に伝える時に「私は…」を主語にしたメッセージを使うことで、個人的に相手を尊重しながら、自分の気持ちを伝えることができます。

自分が伝えた思いや感情について考え、どうするか・どう行動するかを判断するのは相手に委ねられ、相手の想いを支配せずに自分の気持ちを伝えることが出来るため印象がよくなります。

ミニ知識

- ユー（YOU）メッセージ＝アイメッセージの対になる言葉
アイメッセージとは対照的に、主語を「あなたは…」にしてメッセージを使っていく手法。
ユー（YOU）メッセージとして「あなたは…」を主語にすると、相手を支配する表現になり、言い方が強くなります。

ポイント！ 相談することの大切さ

全国に設置されている「精神保健福祉センター」は、こころの健康の相談を受け付けている専門機関です。

ここでは誰でも無料で相談を受けることができ、子どもからの相談も取り扱っています。

相談を受ける専門家には相談内容を外部に漏らしていけないという「守秘義務」があるため、ここでの相談内容を他の人に知られることもありません。

まとめ

- ◎大麻を乱用すると運動能力や記憶力に影響がでます
- ◎大麻には依存性があり、乱用を開始する年齢が若いほどやめられなくなり、薬物依存になりやすくなります
- ◎インターネットやSNSなどを中心に危ないうわさや、間違った情報が出回っています
- ◎液状のリキッドやゲル状のワックス、お菓子などに加工され大麻とわからないものが出回っています
- ◎乱用者の多くは大麻を友人や知人から誘われたり、興味本位で使用したことがきっかけになっています

**■参考 「全国の相談窓口」** あなたの地域の相談窓口をぜひ確認してください。**●北海道・東北ブロック**

北海道立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：0570-064556
 札幌こころのセンター（札幌市精神保健福祉センター） / 相談電話（専用）：011-622-0556
 青森県立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：017-787-3957、017-787-3958
 岩手県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：019-622-6955
 宮城県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：0229-23-0302
 仙台市精神保健福祉総合センター / 相談電話（専用）：022-265-2229（昼）、022-217-2279（夜）
 秋田県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：018-831-3939
 山形県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：023-631-7060
 福島県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：024-535-5560、0570-064-556

●関東・甲信越ブロック

茨城県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：029-244-0556
 栃木県精神保健福祉センター / 相談電話：028-673-878
 群馬県こころの健康センター / 相談電話（専用）：027-263-1156
 埼玉県立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：048-723-1447
 さいたま市こころの健康センター / 相談電話：048-762-8548
 千葉県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：043-263-3893（9:00～18:30）
 千葉市こころの健康センター / 相談電話（専用）：043-204-1583
 東京都立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：03-3844-2212
 東京都立中部総合精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：03-3302-7711
 東京都立多摩総合精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：042-371-5560
 川崎市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：044-246-6742
 神奈川県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：0120-821-606
 横浜市こころの健康相談センター / 相談電話（専用）：045-662-3522
 相模原市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：042-769-9818
 新潟県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：025-280-0113
 新潟市こころの健康センター / 相談電話（専用）：025-232-5560
 山梨県立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：055-254-8700
 長野県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：026-224-3626

●中部・近畿ブロック

岐阜県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：058-231-9724
 静岡県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：県中部 054-285-5560
 静岡市こころの健康センター / うつ病相談電話（専用）：054-262-3033
 浜松市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：053-457-2195
 愛知県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：052-951-2881
 名古屋市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：052-483-2215
 三重県こころの健康センター / 相談電話（専用）：059-223-5241
 滋賀県立精神保健福祉センター / こころの相談電話（専用）：077-567-5560
 富山県心の健康センター / 相談電話（専用）：076-428-0606
 石川県こころの健康センター / 相談電話（専用）：076-237-2700
 福井県総合福祉相談所 / 相談電話（専用）：0776-26-4400
 京都府精神保健福祉総合センター / こころの相談電話（専用）：075-645-5155
 京都市こころの健康増進センター / 相談電話（専用）：075-314-0874
 大阪府こころの健康総合センター相談電話（専用）06-6607-8814（9:30 ～ 17:00）
 大阪市こころの健康センター / 相談電話（専用）：06-6923-0936
 堺市こころの健康センター / 相談電話（専用）：072-243-5500
 兵庫県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：078-252-4987
 神戸市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：078-371-1855
 奈良県精神保健福祉センター / 自死遺族・自殺予防の心の相談（専用）：0744-46-5563
 和歌山県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：073-435-5192（こころの電話）

●中国・四国ブロック

鳥取県立精神保健福祉センター / 相談電話：0857-21-3031
 島根県立心と体の相談センター / 相談電話（専用）：0852-21-2885
 岡山県精神保健福祉センター（メンタルセンター岡山） / 相談電話（専用）：086-201-0828
 岡山市こころの健康センター / 相談電話（専用）：086-803-1274
 広島県立総合精神保健福祉センター / こころの電話：082-892-9090
 広島市精神保健福祉センター / 相談電話：082-245-7731
 山口県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：083-901-1556
 島県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：088-602-8911
 香川県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：087-833-5560
 愛媛県心と体の健康センター / 相談電話（専用）：089-917-5012
 高知県立精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：088-823-0600

●九州ブロック

福岡県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：092-582-7500
 北九州市立精神保健福祉センター / 談電話（自殺予防専用）：093-522-0874
 福岡市精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：092-737-8829
 佐賀県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：0952-73-5556
 長崎県 長崎こども・女性・障害者支援センター / 相談電話（専用）：095-847-7867
 熊本県精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：096-386-1166
 熊本市こころの健康センター / 相談電話（専用）：096-362-8100
 大分県こころとからだの相談支援センター / 相談電話（専用）：097-541-6290
 宮崎県精神保健福祉センター / こころの電話（専用）：0985-32-5566
 鹿児島県精神保健福祉センター / 相談電話：099-218-4755
 沖縄県立総合精神保健福祉センター / 相談電話（専用）：098-888-1450

●全国各保健所 / 各都道府県警察署 / 各都道府県にも相談窓口があります