

少年相談のご案内

少年サポートセンターでは、警察官、臨床心理士の資格をもった心理専門官や少年補導を担当する職員が、少年の非行や犯罪被害に関する相談を受け付けています。

少年相談110番

 **0120-677-110**

(通話料金無料)

受付 午前8時45分～午後5時30分 (時間外と土日祝日は留守番電話)

悩んだり、困ったりしていることがあれば、相談してください。相談は、匿名でもかまいません。

少年相談(ヤングメール)

北海道警察ホームページ

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp>

担当者から電話などで回答する場合がありますので、
名前、電話番号などをお知らせください。
なお、メールによる回答は行っていない。

- 覚醒剤等薬物乱用をはじめ、少年の非行や犯罪被害、いじめや児童虐待などについて、困っていることや悩んでいることなどがあれば、ご相談ください。
なお、児童虐待に関する休日、夜間の相談は「#9110」へおかけください。
- お近くの警察署、交番、駐在所でも各種相談に応じています。
- 事件・事故など急を要するものは、「110番」通報をお願いします。

薬物乱用は
あなただけでなく、家族や友だちも
不幸にします。ひとりで悩まずに、
相談してください！



編集 / 北海道警察本部少年課

少年の薬物乱用防止パンフレット (中学生・高校生用)



令和7年度版

北海道警察

北海道警察の
シンボルマスコット
はくとくん



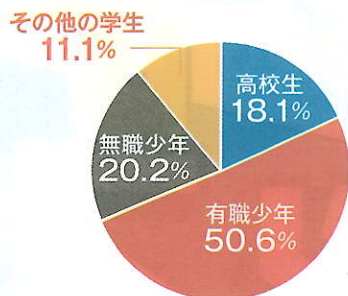


大麻の乱用拡大が問題

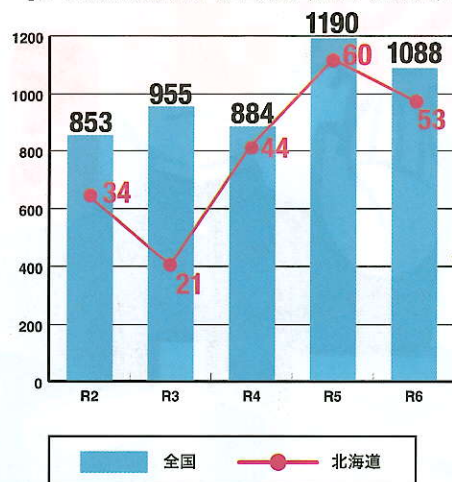


近年、全国的に大麻乱用が若者を中心に広がっています。北海道でも、令和2年以降、大麻の乱用で検挙される少年が大幅に増加しています。

〔令和6年の学職別検挙割合(全国)〕



〔少年の大麻事犯の検挙人員(全国・北海道)〕



大麻とは

大麻とは、アサ科の一年草である大麻草とその製品を言います。

大麻には、乾燥大麻(「マリファナ」、茶色又は草色)、大麻樹脂(「ハシッシュ」、「ガンジャ」、暗緑色の棒状又は板状)、液体大麻(「ハシッシュオイル」、暗緑色又は黒色の油状)があります。



▲大麻草



▲乾燥大麻



▲大麻樹脂

最近では、「大麻リキッド」や「大麻ワックス」のほか、大麻成分入りのキャンディーやクッキー、チョコレートなどの食品が販売されていることがあるため、注意が必要です。



▲大麻リキッド



▲大麻キャンディー



▲大麻クッキー

大麻の危険性

大麻を乱用すると、視覚、聴覚などの感覚が過敏になり、集中力が欠けたり、感情が不安定になったりします。このため、興奮状態になって、幻覚や妄想に襲われるなどの精神障害が現れるようになります。また、吐き気、めまい、筋力の低下、平衡感覚の障害などが現れるほか、生殖機能に支障をきたし、不妊、流産、胎児の死亡などの影響が現れることもあります。

大麻に対する間違ったイメージ

大麻はたばこより害が少ない?



たばこよりも有害で、脳の正常な成長を妨げます。

少ない量の大麻なら依存症にならない?

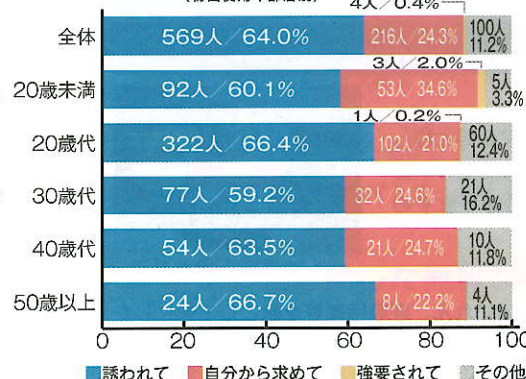


気付かないうちに大麻依存症になっていることがあります。初めは少量でも、使い続けるうちに使用量を自分でコントロールできなくなる例は跡を絶ちません。

大麻乱用のきっかけ

大麻乱用者の実態に関する調査結果(令和6年)によると、大麻を初めて乱用した経緯は、「誘われて」が最多であり、初めて乱用した年齢が低いほど、誘われて乱用する比率は高くなっていました。また、その時の動機については、「好奇心・興味本位」が最多であり、初めて乱用した年齢が若いほど「その場の雰囲気」の割合が高くなっていました。

図表1 大麻を初めて使用した経緯【R6】
(初回使用年齢層別)



図表2 大麻を初めて使用した動機【R6】
(初回使用年齢層別・複数回答)

	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	全体
好奇心・興味本位	39.5%	39.3%	35.2%	41.8%	30.1%	38.6%
その場の雰囲気	21.3%	18.6%	16.3%	19.6%	21.9%	18.9%
ストレス発散	7.8%	6.2%	9.6%	6.3%	6.8%	7.0%
好きなアーティストや音楽からの影響	6.9%	7.1%	4.8%	4.4%	2.7%	6.3%
多幸感	6.6%	6.7%	6.3%	4.4%	2.7%	6.3%
陶酔効果	4.4%	5.4%	5.9%	5.7%	6.8%	5.4%
現実逃避	6.3%	3.9%	6.7%	3.2%	6.8%	4.8%
パーティー感覚	2.5%	5.1%	4.1%	5.1%	2.7%	4.4%
クラブや音楽イベント等に参加した高揚感	2.8%	4.2%	4.1%	5.7%	11.0%	4.3%
その他	1.9%	3.6%	7.0%	3.8%	8.2%	4.0%

※図表1、2は、「令和6年における組織犯罪の情勢(警察庁組織犯罪対策部組織犯罪対策企画課)」から引用

大麻以外の乱用される薬物

覚醒剤

■形状・俗称等

覚醒剤は、エフェドリンなどの薬品を原料に作られ、白色や透明の結晶状の粉末があります。

乱用者には、「シャブ」、「スピード」、「エス」などと呼ばれ、「ヤーバー」と呼ばれる錠剤型をしたものもあります。



▲覚醒剤



▲ヤーバー

■作用等

覚醒剤を乱用すると、神経を興奮させ、眠気や疲労感がなくなり、頭が冴えたような感じになりますが、効果が切れると激しい脱力感、疲労感、倦怠感に襲われます。また、血圧が異常に高くなったり、静脈に炎症を起こしたりします。

覚醒剤は、特に依存性が強く、乱用を続けると、「壁のしみが人の顔に見える」、「悪口を言われているように感じる」、「他人に狙われている」、「誰かに殺される」などといった幻覚や妄想が現れます。

一度に大量(0.5グラム以上)の覚醒剤を摂取すると、急性中毒により死に至る場合があります。

MDMA

■形状・俗称等

MDMAは、本来は、白色結晶性の粉末ですが、様々な色が付けられた錠剤に文字や絵柄を刻印して密売され、乱用者には、「エクスタシー」、「罰」、「×(バツ、エックス)」等と呼ばれています。



▲MDMA錠剤

■作用等

MDMAを乱用すると幻影、幻聴、幻想など視覚、聴覚を変化させる作用や血圧、体温を上昇させるなどの興奮作用があり、強い精神的依存性があります。乱用を続けると、錯乱状態に陥ることがあります。時には、ショック症状から死んでしまうこともあります。

危険ドラッグ

■形状・俗称等

危険ドラッグは、「合法ハーブ」「お香」「アロマ」等と称して販売されています。合法と称して販売されている商品の中には、麻薬や指定薬物等の薬物が含まれている例もありますので、絶対に手を出してはいけません。



▲危険ドラッグ

■作用等

危険ドラッグを乱用した人が意識障害、おうと、けいれん、呼吸困難等を起こして死亡したり、重体に陥ったりする事件が発生しています。これらの商品は、覚醒剤、麻薬、大麻等の規制薬物の化学構造に似せて作られており、規制薬物と同等以上の作用を有する成分を含む商品も多く、大変危険です。

インターネット上の風評にご注意！

※インターネット等において「大麻には有害性がない」等の誤った情報が広まり、外国によっては、犯罪や違反にならないといった国際的な流れもありますが、日本では法律で禁じられています。大麻の成分が脳に作用し、学習能力が低下するなど、心身に悪影響を及ぼすと言われています。間違った情報に流されず、正しい知識で判断しましょう。

薬物乱用の影響

薬物関連犯罪

規制薬物等を乱用すると、その薬理作用から、幻覚、妄想等の精神障害に陥り、殺人、強盗、放火等の凶悪な犯罪や重大な交通事故等を引き起こすことがあります。

また、薬物の購入資金を得るため、強盗、恐喝、窃盗などの犯罪に手を出してしまう場合もあり、薬物乱用は、人々が安全に、安心して生活する社会をおびやかすことにもつながります。



家族や学校での問題

家庭では、薬物を乱用した人が家庭内暴力を行ったり、家庭が崩壊してしまったりします。

また、学校では、校内暴力が発生したり、他の生徒への薬物乱用が広がってしまったりします。さらに、薬物を乱用した人は、友人や知人から離れ、孤立してしまったり、薬物を乱用している仲間の集団を形成したりします。

「オーバードーズ」「OD」って何？

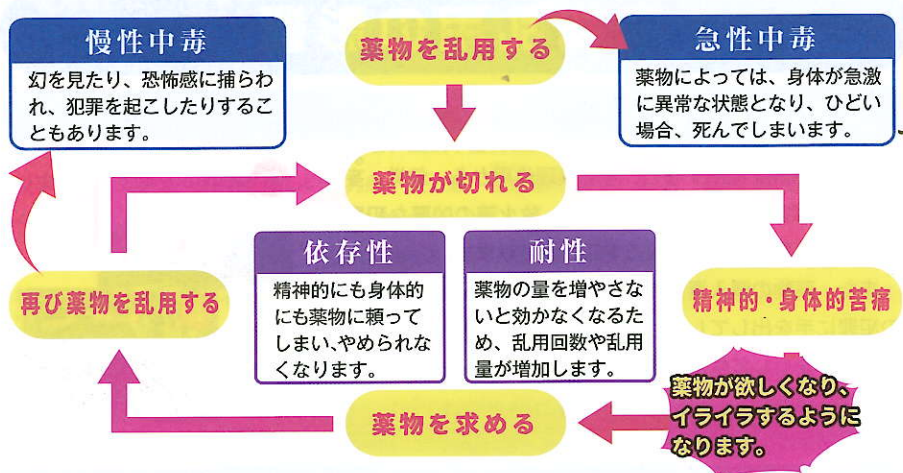
医薬品を、決められた量を超えてたくさん飲んでしまうことを指して、「オーバードーズ」と言われています。かぜ薬や咳止め薬などを、かぜや咳の症状を抑えるためではなく、感覚や気持ちに変化を起こすために大量に服用するケースが見られ、たくさん飲んでしまうと、身体に大きなダメージを与え、肝臓が壊れてしまったり、死んでしまう恐れもあります。

ネットを悪用した売買や犯罪実行者募集情報に注意！

近年、大麻等をはじめとした違法薬物の売買にSNSが悪用されています。SNSを通じた誘いや「荷物を受け取るだけで報酬」などといったいわゆる闇バイトの募集には、決して応じてはいけません。

薬物乱用の悪循環

「1回くらいなら」とか「嫌なことを忘れたい」と思って薬物を始めた人も、薬物の「依存性」と「耐性」によって乱用する回数や量がどんどん増えていきます。そして、自分の意志ではどうしようもない悪循環に陥り、自分の意志では、やめることができなくなってしまいます。



薬物乱用は犯罪です！

薬物は、自分の身体や精神、そして私たちを取り巻く社会に大きな悪影響を及ぼすものであることから、乱用される薬物ごとに所持、使用、譲り受け、譲り渡し、輸出入、製造などが規制されており、それに違反した者は、それぞれの法律に従って処罰を受けます。

大麻	麻薬及び向精神薬取締法	所持、譲り受け、譲り渡し	7年以下の拘禁刑
覚醒剤	覚醒剤取締法	所持、使用、譲り受け、譲り渡し	10年以下の拘禁刑
MDMA	麻薬及び向精神薬取締法	所持、使用、譲り受け、譲り渡し	7年以下の拘禁刑
危険ドラッグ (指定薬物)	医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律	所持、使用、購入、譲り受け、輸入、製造、販売、譲与	3年以下の拘禁刑 もしくは 300万円以下の罰金又は 両方が併科

薬物乱用防止 Q&A

Q1.

一度依存症になると、一生治らないのですか？

A1. 依存症の体質は、簡単に消し去ることはできません。

依存症になると、**脳に記憶と同様の変化が生じて簡単に消えない状態となります**。その意味では、依存症の体質は元へは戻りません。薬物を完全にやめるには、本人の大きな努力と家族などの理解や協力が必要になります。

※一度、薬物を乱用すると、やめた後に何か月も何年も経ってから、薬物を使っていないのに、突然幻を見たり、強い恐怖感を感じたりする状態になることがあります。これを**フラッシュバック**と言います。

Q2.

薬物の使用を誘われたら？

A2. キッパリと断りましょう。

断りづらいなら、とにかく**その場から離れましょう**。
気持ちが揺れそうになったら、「大事なこと」「将来やりたいこと」「大事な人」を思い出してください。
また、断れなくて困ったら、薬物専門の窓口等に**相談しましょう**。

薬物乱用者の手記

元大麻乱用者(10代・男性)『薬物乱用のない社会を』(令和7年度 警察庁発行)より引用

今回、僕は大麻を持っていた罪で逮捕されました。僕が初めて大麻を使ったのは、「大麻を使うとどんな感じになるんだろう」という漠然とした興味からでした。

大麻は、危険な違法薬物であることは分かっていましたが、僕自身、抵抗感はありませんでした。インターネットで大麻のことを検索すると、大麻が身体に何かしら有効だというような記事がでてきますが、有効だとか危険じゃないとかは関係なく、法律に違反する物である以上、関わることによって僕のように逮捕され、罰を受けることになってしまうのです。

僕が大麻を使ったことを一番後悔したのは、逮捕された後、警察署で母や兄、祖父、そして、幼い妹と面会をした時です。面会室でアクリル板越しに面会するだけでも申し訳ないと思っていたのですが、面会に来てくれた家族は、僕と会ってみんな泣いていました。これまで、母にはたくさん迷惑をかけてきましたが、あんなに泣いた母を見たのは初めてでした。普段僕に厳しかった兄も県外で暮らしているのにわざわざ面会に来てくれて、僕の顔を見て泣いてくれました。そして、幼い妹も一緒に面会に来てくれましたが、面会が終わる時間になっても僕とずっと話したい、もっと一緒にいたいと号泣して帰ろうとしませんでした。普段、妹がそこまで泣くことはなかったのですが、アクリル板越しに僕の情けない姿を見て、何か感じるものがあつたのだと思います。今も、その時の妹の顔が脳裏に焼きついて、二度と忘れることはできません。

そうして家族と面会した時に初めて僕がしてしまった事の重大さを身に染みて感じ、なんてことをしてしまったのだと、今はただただ後悔しかありません。このように逮捕された後では遅いのですが、自分が犯した大きな過ちに気づき、心配や迷惑をかけた家族には、心から謝りたいと思います。

人によっては、大麻などの薬物事件は誰にも迷惑はかけず、自分だけの問題だという人もいますが、そんなことはありません。僕は、家族に負担をかけ、大きな心配と迷惑をかけました。それでも、家族は僕を心配して度々面会に来てくれたことに本当に申し訳なく、情けない思いで一杯になり、後悔しても後悔しきれない虚しさで、毎日涙が出てきます。

違法薬物につまらない興味を持ち、一時の快楽のために手を出してしまうと、人生を投げ出し、身を滅ぼしてしまうことになります。たった一度でも、手を出せば取り返しはつかないし、そのせいで今まで築いてきた家族との絆や信頼が一瞬で崩れてしまいます。これから先、どうすれば家族との絆や信頼を取り戻すことができるのか、これから僕はそのことを考えながら、反省の日々を過ごします。

世界のどこかでは、今、この瞬間も大麻を使おうとしている人達がいるかもしれません。僕の経験を知ってもらって、一人でも多くの人が僕と同じような思いをしないように、違法薬物に手を出さないようになればいいなと思っています。