

## 身近な薬と「薬物乱用」

「薬物乱用」という言葉から、皆さんはどんなイメージをもつでしょうか。多くの人は覚せい剤や大麻、またはたばこやアルコールなどといった、法律で所持や使用が禁止・制限されている薬物などを思い浮かべるかもしれませんが。確かにこれらは、依存症をはじめとして心身に深刻な影響を及ぼすものが多く、その乱用の広がりや長年にわたって大きな社会問題になっています。

では一方で、普段から私たちの身近にある薬はどうでしょうか。実は一般的な誰もが使っている薬でも、同じようなことが起こりうるのです。ドラッグストアやコンビニ…最近では、薬はいっそう手に入りやすくなり、私たちの生活に浸透してきました。しかし、用法・用途を守らなかったり、本来の目的から外れた使い方をしたりすれば、こうした薬でも「薬物乱用」にあてはまるのです。最近では、違法薬物として知られている大麻の使用や市販薬の乱用（オーバードーズ）が多くなってきているそうです。

「毒性学の父」と呼ばれたパラケルススの遺した言葉に「すべてのものは毒であり、毒でないものはない。その服用量こそが毒であるか、そうでないかを定めるのだ。」というものがあります。薬は、どんなものでも『リスク』を伴います。用法や用途を必ず守って使用しましょう。



### 安全と正しい効き目のためには…？



用法・用途を  
必ず守る



カプセルを開けるなど、  
勝手に手を加えない

使う前に説明書（効能  
書き）をよく読む



飲み薬はコップ1杯  
くらいの水かぬるま湯で



- 薬物乱用→ルールや法律から外れた、本来の目的ではない方法で使用する  
こと。
- オーバードーズ→市販薬を過量に摂取すること。主な症状は、幻覚や興奮  
状態、強い幸福感や、思考力の低下、知覚過敏など。



# 薬物乱用防止教室を実施しました



令和5年10月11日（水）の5限目に、本校にて全学年対象の薬物乱用防止教室を行いました。講師として学校薬剤師の栗原啓祐先生に來校していただき、前半は栗原先生から、覚醒剤や大麻をはじめとした薬物の特徴について、また、薬物を摂取した際の身体や精神に及ぼす影響について、後半は市販薬の乱用（オーバードーズ）、薬の正しい使い方についてご講演いただきました。

薬物乱用とは、法律で禁止されている薬物を使うこと、また、本来の医療目的ではない間違った使い方をすることをいい、「一回使うだけでも脳が破壊され、壊れた脳神経は戻らない」「すぐにやめられると思って、自分の意思ではやめられない」など、薬物の恐ろしさについて学びました。また、市販薬でも用法・用途を守らなかったり、本来の目的から外れた使い方をしたりすれば、こうした薬でも「薬物乱用」にあてはまることも学びました。

健康で自分らしい生活をおくるためにも、「薬物には絶対に手を出さない」こと。また、「薬物について、危険性をよく知る」「進められてもきっぱりと断る。その場から速やかに逃げる」「一人で抱え込まず、相談をする」ことが大切であることを教えていただきました。

普段の生活の中ではなかなか実感しにくい薬物問題ですが、自分自身の身近な問題として考えるきっかけになりました。



## 生徒たちの感想より

### ☆1年生

- ・かぜ薬は、私も何回か飲み忘れたから2錠飲んだ方がいいのかなと思ったことがあったので、気をつけて、正しい服用をしていきたいと思いました。
- ・普通の薬でもオーバードーズ（たくさん飲む）をするとそれも薬物乱用になることは知らなかったので良い経験になった。
- ・相談を受けても警察には通報しなくてもいいことも初めて知れました。このことをもっとたくさんの方が知っていれば、通報におびえたりしている人も相談にのれるのになあとと思いました。

### ☆2年生

- ・今回のお話から、薬物を乱用しても、自分にとっても周りにとっても何もいいことはないこと、そして軽い気持ちで薬を扱ってはいけないことを知りました。
- ・薬物乱用は、薬局でもらうような薬でも使い方しだいで当てはまってしまうことが分かりました。また、使い方を間違えてしまうと、大麻や覚せい剤と同じくらい危険だということを知ったので気をつけたいなと思いました。

### ☆3年生

- ・もし、自分の友達が追い詰められて、やってしまった時は優しく相談に乗ってあげてまず信頼できる大人、公共の大人などに相談していきたいと思います。
- ・危険な薬物はSNSで手に入ることができ、身近にトラブルに巻き込まれるきっかけがあることが分かりました。
- ・ゲートウェイドラッグの話はとても興味を引きました。合法であるタバコがゲートウェイドラッグになることが多いということもとても驚きました。