

薬物について困ったことがあったら、  
すぐに相談しよう！

## 相談先

東京都福祉保健局健康安全部薬務課

麻薬対策担当 03-5320-4505

危険ドラッグ対策担当 03-5320-4515

E-mail S0000607@section.metro.tokyo.jp

警視庁総合相談センター 03-3501-0110

東京都立精神保健福祉センター 03-3844-2212

東京都立中部総合精神保健福祉センター 03-3302-7711

東京都立多摩総合精神保健福祉センター 042-371-5560



東京都 勇者・ストップ

検索

[https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/no\\_drugs/effort/index.html](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/no_drugs/effort/index.html)

令和2年2月発行

登録番号 31(389)

編集・発行 東京都福祉保健局健康安全部薬務課  
東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

印刷会社 正和商事株式会社

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。

R70

古紙パルプ配合率70%再生紙を使用しています

# STOP!! 薬物乱用

STOP Drug Abuse!

STOP!! 薬物濫用

STOP!! 薬物濫用

STOP 약물남용

Diga ¡NO! a las drogas

STOP!! Abuso de drogas

STOP!! Lạm dụng thuốc

ITIGIL!! Pag-abuso sa droga



東京都

# 薬物乱用とは

- 1 けがや病気を治すための薬を、違う目的で使うこと。
- 2 法律で使うことを許されていない危険な薬物を使うこと。

このような使い方をすると、たとえ1回でも乱用になります。



薬物を乱用すると、  
心も身体もボロボロになってしまいます。

最初は少くらい  
大丈夫かと思つて始めると…

薬が切れると…  
イライラして不安におそわれる



自分の意思で  
やめられ  
なくなる!!

元気になった  
かのような錯覚



「もう1回…」  
「もう1本…」と、  
多くの薬を  
求めるようになる

## 乱用される主な薬物



**大麻**

別名：マリファナ、ハッパ、クサ、  
ヤサイ、チョコなど



**覚せい剤**

別名：シャブ、アイス、  
スピード、エスなど



**麻薬**

モルヒネ・コカイン・MDMA・LSDなど



**危険ドラッグ**

ハーブ、お香、バスソルトなどと  
称して販売



**医薬品**

痛み止め、向精神薬、せき止めなど



**シンナー・  
トルエンなど**

もし、  
誘われたら…

ポイントは、  
この2つ!



**1 はっきり断る!**



僕は、  
やらない!

**2 その場から離れる!**



用事が  
あるから!

海外で、大麻入り食品などを買わないように注意しましょう!

海外では、大麻の成分が入ったお菓子などが販売  
されています。まちがって買わないように注意しましょう。



大麻入りチョコレート 大麻入りクッキー

インターネットやSNSでのあやしい情報にまどわされないで!

インターネット上の「大麻は安全だ」、  
「大麻は薬物依存症にならない」などのまちがった情報や、  
甘い言葉にまどわされないようにしましょう。



# What is drug abuse?

- 1 Using, for a different purpose than intended, medicines for treating injuries or illnesses.
  - 2 Using dangerous drugs that are against the law.
- Doing either of the above even once counts as drug abuse.



## Abusing drugs will ruin the mind and body.

People start using drugs thinking they'll be fine if they only use a little ...



And when the drugs run out, they get irritable and anxious



**They become unable to quit on their own**

Then fall under the illusion that they feel better



They ask for "just one more," wanting more and more



## The most commonly abused drugs



### Marijuana

Also known as: happa, kusa, yasai, choko, etc.



### Stimulants

Also known as: Shabu, ice, speed, esu/S, etc.



### Narcotics

Morphine, cocaine, MDMA, LSD, etc.



### Dangerous drugs

Synthetic cannabinoids, incense, bath salts, etc.



### Medicines

Painkillers, psychotropics, cough suppressants, etc.



### Thinners, toluene, etc.

If someone asks you to do drugs...

There are two things to remember!



## 1 Flatly refuse!



I don't do drugs!

## 2 Leave.



I have things to do!

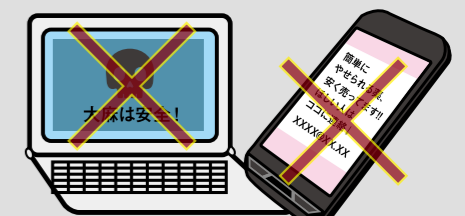
## When overseas, be careful not to buy foods containing marijuana!

In some countries you can buy snacks containing marijuana ingredients. Be careful not to buy them on accident.



## Don't be fooled by suspicious information on websites or social media!

Don't be taken in by mistaken information on the Internet or persuasive language saying that marijuana is safe or that marijuana won't lead to chemical dependency.



# 药物滥用是指

- 1 将用于治疗伤病的药物用于其他目的
- 2 使用法律不允许使用的危险药物

如果这样使用，即使是一次也是滥用。



如果滥用药物，身心都会受到严重危害。



## 滥用的主要药物



**大麻**

在日本的别名：Marijuana、Happa、Kusa、Yasai、Choco 等



**兴奋剂**

在日本的别名：Shabu、Ice、Speed、S 等



**麻醉药**

吗啡、可卡因、MDMA、LSD 等



**危险药物**

香草、熏香、浴盐等



**医药品**

止痛药、精神药物、止咳药等



**稀释剂、甲苯等**

如果有人劝你使用……

这2点最重要！



**1 明确拒绝！**



我不用！

**2 离开该处！**



我有事！

请注意在海外不要购买含有大麻的食品等！

海外销售含有大麻成分的点心的等。请注意不要误买！



不要被网上和社交网络上的可疑信息所迷惑！

不要被网上的“大麻是安全的”、“大麻不会产生药物依赖”等错误信息、甜言蜜语所迷惑！



# 濫用藥物是指

- 1 將用於治療傷病的藥物用於其他目的
- 2 使用被法律所禁止的危險藥物

這些藥物的使用方式，即使只有一次都屬於濫用藥物。



## 若是濫用藥物，身心都會受到嚴重傷害。

一開始覺得少量而已應該沒問題，就試著開始使用……

一旦停止使用……就變得煩躁不安



### 無法按照自己的意願停下來了！

漸漸產生彷彿很有精神的錯覺



變得想要更多的藥物：  
「再來一次……」、  
「再來一瓶……」

## 濫用的主要藥物



### 大麻

在日本的別名：Marijuana、Happa、Kusa、Yasai、Choco 等



### 興奮劑

在日本的別名：Shabu、Ice、Speed、S 等



### 毒品

嗎啡、古柯鹼、MDMA、LSD 等



### 危險藥物

香草、薰香、浴鹽等



### 醫療藥品

止痛藥、精神藥物、止咳藥等



### 稀釋劑、甲苯等

## 如果有人推薦你使用……

這兩點最重要！



### 1 明確地拒絕！



我不用！

### 2 離開現場！



我還有事先走了！

## 請注意，在國外不要購買到含有大麻的食品等。

在國外，有些點心的製作成分中含有大麻。請注意不要誤買！



## 不要被網上和社交網絡上的可疑信息所迷惑！

不要被網路上流傳的「大麻是安全的」、「使用大麻不會藥物成癮」等錯誤資訊、甜言蜜語所迷惑！



# 약물남용이란

- 1 상처나 질병을 치료하는 약물을 다른 목적으로 사용하는 행위
  - 2 법으로 사용이 금지된 위험한 약물을 사용하는 행위
- 이와 같은 사용을 단 한 번이라도 할 경우 약물남용이 됩니다.



약물을 남용하면 몸도 마음도 지치고 나약해집니다.

처음에는 조금이나가  
괜찮겠지 하는 생각으로 시작하면...



약 기운이 떨어지면...  
초조하고 불안해진다



**자신의 의지로  
그만둘 수 없게 된다!**

건강해진 것 같은 착각에 빠진다



'한 번만 더...'  
'하나만 더...' 하며  
더 많은 약물을 찾게 된다



## 남용되는 주요 약물



**대마초**

별명 : Marijuana, happa, kusa, yasai, choko 등



**각성제**

별명 : Shabu, ice, speed, esu/S 등



**마약**

모르핀 · 코카인 · MDMA · LSD 등



**위험 드러그**

허브, 향, 목욕소금 등



**의약품**

진통제, 항정신성의약품, 기침약 등



**신나·톨루엔 등**

**만약  
유혹을 받으면...**

포인트는 이  
2가지!



**1 확실히 거절한다!**



이딴거  
필요 없어!

**2 그 자리를 즉시 떠난다!**



바빠서  
이만 가볼게!

**해외에서 대마초가 들어간 식품 등을 사지 않도록 주의합시다!**

해외에서는 대마초 성분이 들어간 과자 등이 판매되고  
있습니다. 실수로 사지 않도록 주의합시다.



**인터넷이나 SNS의 수상한 정보에 현혹되지 마세요!**

인터넷상의 '대마초는 안전하다', '대마초는 중독되지 않는다' 등의  
잘못된 정보나 달콤한 말에 현혹되지 않도록 합시다.



## ¿Qué es el uso indebido de drogas?

- 1 El uso para otros fines de fármacos destinados al tratamiento de heridas o enfermedades.
- 2 El uso de drogas peligrosas no permitidas por la ley.

Cuando se cae en alguno de estos usos, aunque sea solo por 1 vez se considera uso indebido de drogas.



Cuando se cae en un uso indebido de las drogas, se experimenta agotamiento tanto mental como físico.

Si se empieza pensando que por solo un poco no pasa nada...

Cuando se queda sin drogas... se sufre un ataque de enfado y preocupación



Una ilusión como si se tuviera energía



**¡No se puede parar por voluntad propia!**

“Solo una vez más...”, “Solo una más...”, y así se desea consumir más drogas

## Principales drogas de las que se abusa



**Cannabis**

Otras denominaciones: Marihuana, happa, kusa, yasai, choco, etc.



**Drogas estimulantes**

Otras denominaciones: Shabu, ice, speed, S, etc.



**Narcóticos**

Morfina, cocaína, MDMA, LSD, etc.



**Drogas de diseño**

Hierbas, inciensos, sales de baño, etc.



**Medicamentos**

Analgésicos, drogas psicotrópicas, medicamentos para la tos, etc.



**Diluyentes, tolueno, etc.**

En caso de que te inviten...

¡Estos dos puntos son la clave!



**1 ¡Rechazarlo firmemente!**



**¡Yo no me drogo!**

**2 ¡Alejarse de ese lugar!**



**¡Porque tengo algo que hacer!**

**¡Preste atención para no comprar en el extranjero limentos que contengan cannabis!**

En el extranjero se comercializan dulces, y otros alimentos, que contienen cannabis. Preste atención para no comprarlos por equivocación.



**¡No se deje engañar por información incierta en internet o las redes sociales!**

No se deje engañar por información equívoca o textos atractivos publicados en internet que afirmen que “el cannabis es seguro” o que “el cannabis no produce drogodependencia”, entre otros.



# Abuso de drogas é:

1 Usar, para outras finalidades, os remédios para curar feridas ou doenças.

2 Usar drogas perigosas proibidas por lei.

Constitui abuso de drogas praticar um dos atos acima, mesmo que seja por uma única vez.



Ao abusar de drogas, você prejudicará tanto o seu corpo como a sua mente.

Se começar a usar achando que um pouco não tem problema...

Mas quando o efeito da droga passar... Ficar irritado e angustiado



Terá a ilusão de que está melhor



**Não conseguirá parar mesmo querendo!**

Pensará: "Mais uma vez", "Mais uma dose" e irá atrás de mais e mais drogas.

## Principais drogas usadas



**Maconha**

Conhecida também como: marijuana, happa, kusa, yasai, choko etc.



**Estimulante**

Conhecido também como: shabu, ice, speed, s/s etc.



**Narcótico**

Morfina, cocaína, MDMA, LSD etc.



**Drogas perigosas**

Erva, incenso, sais de banho etc.



**Medicamentos**

Analgésico, drogas psicotrópicas, remédio para tosse etc.



**Thinner, tolueno etc.**

# Se alguém oferecer a droga...

2 pontos importantes!



## 1 Recusar claramente!



**Não!**

## 2 Afastar-se desse local!



**Tenho um compromisso!**

## Cuidado para não comprar alimento que contenha maconha no exterior!

No exterior são vendidos doces com componentes de maconha. Cuidado para não comprá-los por engano.



## Não se deixe enganar por informações duvidosas da internet ou redes sociais!

Não se deixe enganar por informações equivocadas ou palavras tentadoras da internet, como a de que "maconha é segura" ou "a maconha não provoca dependência química".

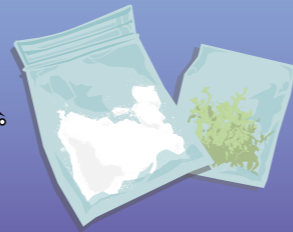




# Lạm dụng thuốc là gì?

- 1 Việc dùng thuốc vốn để chữa thương tích và bệnh tật cho mục đích khác.
- 2 Việc dùng thuốc nguy hiểm mà không được pháp luật cho phép dùng.

Nếu dùng nó theo những cách như thế này, dù chỉ 1 lần thì cũng là lạm dụng.



**Nếu lạm dụng thuốc,  
tinh thần và cơ thể đều sẽ bị tàn tạ.**

Ban đầu nghĩ là chỉ một chút thì không sao và bắt đầu thì...

Thuốc hết tác dụng thì...  
Bức bối và bị chìm trong lo lắng



**Không thể bỏ được theo  
ý chí của bản thân!**

Ảo giác như thể là trở nên rất khỏe



“Thêm 1 lần...”,  
“thêm 1 liều...”  
và trở nên muốn nhiều thuốc hơn

## Những thuốc chủ yếu bị lạm dụng



**Cần sa**

Tên khác : marijuana, happa,  
kusa, yasai, choko, v.v.



**Chất kích thích**

Tên khác : shab, ice, speed, es, v.v.



**Ma túy**

Morphine, cocaine, MDMA, LSD, v.v.



**Thuốc nguy hiểm**

Các loại thảo mộc, hương, muối tắm, v.v.



**Dược phẩm**

Giảm đau, thuốc hướng tâm thần, cảm ho, v.v.



**Thinner,  
toluene, v.v.**

**Nếu như bị  
mời mọc thì...**

Trọng điểm là  
2 điều này!



**1 Từ chối dứt khoát!**



Tôi không  
dùng!

**2 Leave.**



Vì tôi có  
việc bận!

**Hãy chú ý để không mua thực phẩm v.v.  
có cần sa ở nước ngoài!**

Ở nước ngoài, có bán bánh kẹo v.v. mà có thành phần cần sa.  
Hãy chú ý để không mua nhầm.



**Đừng để bị lừa bởi thông tin đáng ngờ trên  
Internet và SNS!**

Đừng để bị lừa bởi những thông tin sai lệch hay những lời ngọt ngào trên  
Internet như “cần sa là an toàn”, hay “cần sa không gây nghiện”.



# Ano ang pag-abuso sa droga?

- 1 Paggamit ng gamot sa sugat at sakit para sa ibang layunin.
  - 2 Paggamit ng mapanganib na droga na ipinagbabawal ng batas.
- Kapag ginamit ang droga sa ganitong paraan, itinuturing itong pag-abuso kahit isang beses lang.



## Kapag inabuso ang droga, lubusang masisira ang mental at pisikal na pangangatawan.

Kapag sinimulan ang paggamit ng droga nang may saloobin na okey lang kung kaunti...

Kapag naubos ang gamot... Maiirita at hindi mapalagay

**Hindi na maititigil sa sariling kagustuhan!**



Ilusyon na parang sumigla



"Isang beses pa...", "Isang piraso pa..." ang iisipin, at maghahangad ng mas maraming gamot

## Mga pangunahing droga na naaabuso



**Hemp**

Ibang tawag: marihuana, happa, kusa, yasai, choko, atbp.



**Stimulant drugs**

Ibang tawag: shabu, ice, speed, S, atbp.



**Narcotic drugs**

Morphine / cocaine / MDMA / LSD atbp.



**Mga mapanganib na droga**

herb, incense, bath salt, atbp.



**Medicinal drugs**

painkiller, psychotropic drugs, cough medicine, atbp.



**Thinner, toluene, atbp.**

**Kapag niyaya...**

**Dalawang bagay ang dapat tandaan!**



**1 Maliwanag na tumanggi!**



**Hindi ako gagamit!**

**2 Lumayo sa lugar na iyon!**



**May lakad pa ako!**

**Mag-ingat upang hindi bumili ng pagkain atbp. na may halong hemp sa ibang bansa!**

May itinitindang sweets atbp. na may halong sangkap ng hemp sa ibang bansa. Mag-ingat upang hindi magkamaling bilhin ito.



**Huwag malinlang sa mga kahina-hinalang impormasyon sa Internet at SNS!**

Huwag malinlang sa mga magpagpahintulot na salita at maling impormasyon sa Internet tulad ng "Ang hemp ay ligtas gamitin", "Ang hemp ay hindi nakakahumaling" atbp.

