



## 薬物の乱用

### 「1回だけなら」も“ダメ。ゼッタイ。”

「1回だけなら・・・」。その1回があなたの健康や周りの人に計り知れない悪影響をもたらします。薬物の乱用は、絶対にダメ。正しい知識と、誘いをきっぱり断ることができる強い気持ちを持ちましょう。



**問** 健康医療政策課 / TEL661-9330

**ID** 002603

#### SNSでの薬物の誘いに注意 若者が狙われています

近年、薬物が密売買される手段として危険が拡大しているのがSNSです。隠語などを使って、購入を促す内容が多く投稿されています。

このような情報には誰でも簡単にアクセスできますが、

薬物の売人と関わることは多くの危険を伴います。見かけでも絶対に関わらないでください。

#### SNSで見られる隠語の例

覚醒剤 …エス、氷、スピード、アイス など  
大麻 …ハッパ、グラス、野菜 など  
MDMA …バツ (×、罰)、  
タマ (弾、玉) など  
コカイン …コーク、スノウ、チャリ など



#### 誘われたらきっぱりと断ろう

身近な人からの誘いにも注意してください。「みんなやってるよ」「1回だけなら大丈夫」などの甘い誘いは、全部うそです。少しでも迷っている様子を見せると、また誘われてしまいます。誘われたらきっぱり強い態度で断ることが大切です。

#### POINT

断りにくいときはその場から逃げよう。スマホを閉じて反応しないこと、逃げることも勇気です



#### 薬物が入り込む「スキマ」を埋めよう

「暇な時間を埋めたかった」というのも、薬物乱用のきっかけになります。部活動や趣味などに打ち込む、目標や生きがいを持つなどして、薬物乱用のリスクを減らしましょう。

#### POINT

目標・夢、趣味、大事な人をたくさん書き出してみよう。薬物を使用しないことで、これらを守ることができます



#### 薬物に関するQ&A

Q.1回ぐらいなら大丈夫？

A.1回だけでも「薬物乱用」、危険な行為です

1回の乱用でショック死することもあります。すぐやめるつもりでも、薬物の依存性のために繰り返し使用するようになり、深刻な薬物依存に陥る危険性があります。いつでもやめられるという気持ちは通用しません。



Q.合法って聞いたけど使っていい？

A.死に至ることもあります

「合法ドラッグ」などと称して販売されている商品は、販売業者が勝手に名前を付けたもの。麻薬や覚醒剤と同じような成分が含まれていて、1回の使用で死に至ることも。絶対に購入しないでください。



Q.使ったらすっきりするんでしょ？

A.身体や脳に深刻なダメージが残ります

大麻の場合、うつ病などの精神障がいだけでなく、運動機能や記憶にも悪影響があります。脳が成長する20歳頃までに薬物を乱用すると、心身の発達が損なわれます。



#### 家族の役割

##### 誘惑に強い家庭を作ろう

若者の薬物乱用の多くは疎外感や社会への反抗意識がその背景にあります。子どもが薬物を乱用しない家庭環境を心がけてください。

保護者の皆さんへ

①子どもの人格を尊重し  
敬意を持って接する

②家族同士、いつでも  
話せる雰囲気をつくる



対等な人間として接することが大切。頭ごなしに自分の価値観を押し付けないように



子どもと会話するときは、先入観や思い込みなしに、じっくりと耳を傾ける



増えています

ID 102811

## 若者による市販薬のオーバードーズ

医薬品の用法用量を意図的に超過して服用するオーバードーズ（過量摂取）が若者を中心に増加しています。令和4年の調査では10代の薬物依存症患者のうち65.2%が市販薬の乱用によるものでした。

また、高校生の約60人に1人が「過去1年以内に市販薬の乱用経験がある」という調査結果もあります。オーバードーズによって、依存症や中毒、死亡に至る例もあります。市販薬であっても誤った使い方をすると大変危険ですので、過量摂取はしないでください。

### 悩まず相談して

家庭や学校などで感じる「悩み」や「生きづらさ」を和らげるためにオーバードーズに頼ってしまう傾向があります。1人で抱え込まずにまずはご相談ください。

問合せ 健康医療政策課/Tel661-9330



早期発見のために

ID 005457

## 定期的ながん検診を受けよう

早期のがんは自覚症状がほとんどないため、症状がなくても定期的に検診を受診し、早期発見・治療することが大切です。治療技術の進歩により、早期がんであれば完治できるがんも増えています。

市は、下記のがん検診を無料で実施しています。ぜひ受診しましょう。なお、明らかな症状がある場合はすぐに医療機関で診療を受けてください。

問合せ 健康づくり推進課/Tel674-8800

申込 直接、実施医療機関へ ※集団検診はページ下部の表へ

検診名	対象	内容
肺がん	40歳以上	胸部エックス線 喀痰（かくたん） ※該当者だけ
胃がん	50歳以上★	胃部エックス線（バリウム）か 胃内視鏡（胃カメラ、個別検診だけ）
大腸がん	40歳以上	便潜血検査（2日法）
子宮頸がん	20歳以上の女性★	視診、内診、細胞診
乳がん	30歳以上の女性★	超音波（30～39歳） マンモグラフィ（40歳以上）

★は前年度未受診者

冬季は特に注意

ID 098579

## ノロウイルスなどの胃腸炎

感染性胃腸炎はノロウイルスによる感染が多く、特に冬季に流行します。感染すると1・2日の潜伏期間後に嘔吐（おうと）や下痢、腹痛などの症状が1～3日続きます。下記のポイントに注意して、二次感染を防ぎましょう。

### 予防のポイント

- 調理や食事前、トイレの後には、必ず石けんで手洗いする
- 加熱が必要な食品は、中心部までしっかり加熱する
- 使用後の調理器具は十分に洗浄・消毒する

問合せ 保健予防課/Tel661-9332

インフルエンザ予防接種

ID 106092

## 費用の一部を助成

対象 接種日時時点で65歳以上の人、60～64歳で心臓や腎臓などに障がいがあり身体障がい者手帳1級相当の人

期間 10/1(火)～12/31(火)

料金 1,500円

※生活保護世帯、市民税非課税世帯などは無料で、申請が必要。事前に HP 保健所の で

問合せ 保健予防課/Tel661-9332

申込 かかりつけ医にご相談ください

※かかりつけ医がない人は委託医療機関一覧表（市ホームページか保健所、各支所・公民館・コミュニティセンターで配布）を確認



## 健診・検診

ID 032781

問合せ 健康づくり推進課/Tel674-8800、Fax674-1551

	日時・会場	申込方法
特定健診(9:30～11:00)	10/17(木)☆、11/12(火)☆ 10/16(水)磐手公民館・29(火)柳川コミュニティセンター・31(木)今城塚公民館	☆無料送迎バスあり 不要(要受診券・保険証)
オプション	[単独受診可]肺がん検診、骨の健康度測定(骨測定) [単独受診不可]ピロリ菌検査、肝炎ウイルス検診(B-C型)、前立腺(PSA)検査	当日
まとめて健診(午前)	11/13(水)・21(木)・25(月)	[必須項目]特定健診 [選択項目]肺がん、胃がん、大腸がん、ピロリ菌、肝炎、前立腺
レディースストック(午前)	11/7(木)	[必須項目]子宮頸がん、乳がん [選択項目]肺がん、胃がん、大腸がん
子宮頸・乳・大腸がん検診(午後)	11/18(月)★	[必須項目]子宮頸がん、乳がんのうち少なくとも1つ [選択項目]大腸がん ★は保育あり
健康相談会(結果説明+個別相談) (14:00～15:30)	11/22(金) 相談員:医師、保健師、管理栄養士、薬剤師	随時、HP 窓 ☎ F (基本事項記入)
対象	[特定健診]今年度40～74歳(75歳の誕生日の前日まで)で市国保被保険者に限る(国)の健診が対象) ※特定健診以外は市民だけ [がん検診]肺・大腸=40歳以上、胃=50歳以上、子宮頸=20歳以上女性、乳=30歳以上女性、 レディースストック=30歳以上女性(胃・子宮頸・乳は前年度未受診者) [その他]ピロリ菌=30～49歳(500円)、肝炎=今年度40歳以上(B-C型各500円)、前立腺=50～89歳男性、骨測定=40歳以上(500円)	
備考	日時は「健康だより」「特定健診のご案内」にも掲載▷無料送迎バスは「特定健診のご案内」に掲載▷会場の記載がないものは保健センター▷申込順▷費用記載なしは無料。ピロリ菌・肝炎・骨測定にも無料制度あり。対象は非課税・生活保護受給世帯(要事前申請)、70歳以上または後期高齢者医療制度に加入している市民▷保健センターの胃がん検診はバリウムだけ▷骨測定追加可(健康相談会は除く)▷市内の実施医療機関で個別受診可(骨測定除く)	

HP ウェブ申込 窓 窓口 ☎ 電話 F ファクス