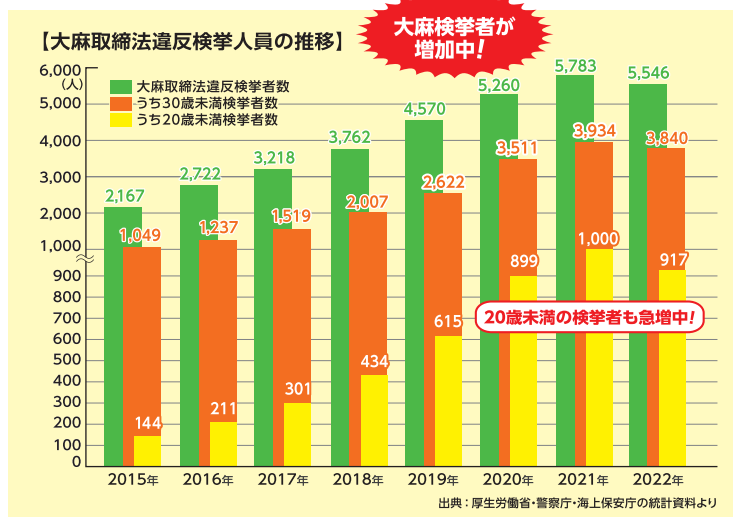


いま、注意が必要なのは大麻です！

若者の検挙者が急増中！

ここ数年、大麻による検挙者が急増しています。特に、2021年には大麻の検挙者数が過去最多となり、2022年の検挙者数も引き続き高い水準です。大麻の検挙者全体のうち、約70%は30歳未満の若者で、なかでも急増しているのが20歳未満の若者です。

その原因の一つとしてインターネット等に氾濫している「大麻は身体への悪影響がない」などの間違った知識や情報が影響していることが考えられており、注意が必要な状況です。



海外で合法だから大麻は安全？→NO 間違いです！

大麻について「海外では合法的な国があるから安全だ」という主張を耳にすることがあるかもしれませんが、しかし、薬物を取り巻く環境は日本と海外では大きく違います。法律などの規則はそれぞれの国の事情や背景をもとに作られているため、「海外で合法だから大麻は安全」ということではありません。

大麻の所持や使用が犯罪にならない国や地域であっても、大麻の有害性の影響を大きく受ける未成年の所持や使用は禁じられています。間違った主張に流されないようにしましょう！

大麻は心身への悪影響はない？→NO 有害です！

インターネット等で、「大麻は身体への悪影響がない」「依存性がない」などの誤った情報が氾濫しています。しかし、実際には大麻を乱用すると、大麻の花や葉に含まれる成分「THC（テトラヒドロカンナビノール）」が脳に作用して下図のような様々な不具合を引き起こします。特に成長期にある若者の脳に対して影響が強いことも判明しています。また、大麻はうつ病や記憶の障害を引き起こすなど、メンタルヘルスにも悪影響を与えます。間違った情報に流されず、正しい知識で判断しましょう！



大麻の乱用による影響			大麻の有害性	大麻を長く使い続ける影響		
知覚の変化	学習能力の低下	運動失調	精神障害	IQ(知能指数)の低下	薬物依存	
時間や空間の感覚がゆがむ	短期記憶が妨げられる	瞬時の反応が遅れる	統合失調症やうつ病を発症しやすくなる	短期・長期記憶や情報処理速度が下がる	大麻への欲求が抑えられなくなる	

SNSでの薬物の誘いに注意！

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。SNS上では大麻を意味する隠語や絵文字などが使われ、大麻などの購入を促す内容が多く投稿されています。実際に未成年の学生がSNSを通して売人から大麻を購入した事件が複数報告されており、大きな問題となっています。

SNSを通して違法薬物の売人と関わることは、多くの危険を伴います。もし、そのような投稿を見つけても誘いに乗らないようにしましょう。



大麻の加工品や大麻を含んだ食品に気をつけて！

大麻から成分を抽出した「大麻リキッド」や「大麻ワックス」など新しいタイプの加工品の摘発も増加しています。また、海外でお土産として売られているチョコレートやクッキー、キャンディなどの中に大麻が含まれていることがあります。誤って口にして体調不良で救急搬送された事例も発生しているので十分に注意しましょう。



大麻や覚醒剤などの薬物は、持っているだけでも法律によって罰せられます。

大 麻

大麻 所持・譲渡

麻薬及び向精神薬取締法
7年以下の懲役

覚 醒 剤

覚醒剤 所持・譲渡

覚醒剤取締法
10年以下の懲役

危険ドラッグ

危険ドラッグ・指定薬物
所持・譲渡

医薬品医療機器等法*
3年以下の懲役

M D M A

コカイン・MDMAなど
所持・譲渡

麻薬及び向精神薬取締法
7年以下の懲役

※改正法の施行前までは、
大麻取締法に基づき、5年以下の懲役

※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

薬物の誘いに、きっぱりNo!と断る勇気を！

薬物を乱用するきっかけは「友人からの誘い」が多いということが報告されています。言葉で断れる場合は勇気をもってきっぱり断ることが大切です。でも、身近な友人から誘われた場合には「仲間外れにされるのが怖い」などの理由で、断りづらいつとを感じるかもしれません。そんな時は、とにかくその場から立ち去りましょう。立ち去ることも勇気です。

一人で問題を抱え込まないで、信頼できる大人や専門の窓口に相談してください。



医薬品も間違った使い方は乱用です！

- ➡ 医師から処方された薬や市販薬を用法・用量を守らずに過量に摂取することは、健康被害を引き起こしたり、やめられなくなったりするおそれがあります。
- ➡ 海外サイトで販売している医薬品は、偽造品や思わぬ健康被害が生じる場合があります。安易に医薬品を個人輸入することは、やめましょう。



- ➡ 向精神薬は、病院等で睡眠薬や精神安定剤などとして処方され、医療用として用いられています。向精神薬をみだりに譲り渡すことは、法律で処罰の対象となります。自分が処方された薬を、フリマサイトに出品するなどして転売してはいけません。
- ➡ 睡眠薬等を相手に飲ませ、性暴力等を行うことは刑事罰の対象になります。

過量服薬（オーバードーズ）は健康被害を引き起こすなど大変危険です！

ヘルメットは自分の未来を守るため

令和5年4月から全ての自転車利用者に対し、乗車用ヘルメット着用の努力義務が課されました。



沖縄県警察

ルールを守って、安全!安心!自転車ライフ

自転車安全利用五則

令和4年11月1日、中央交通安全対策会議交通対策本部決定

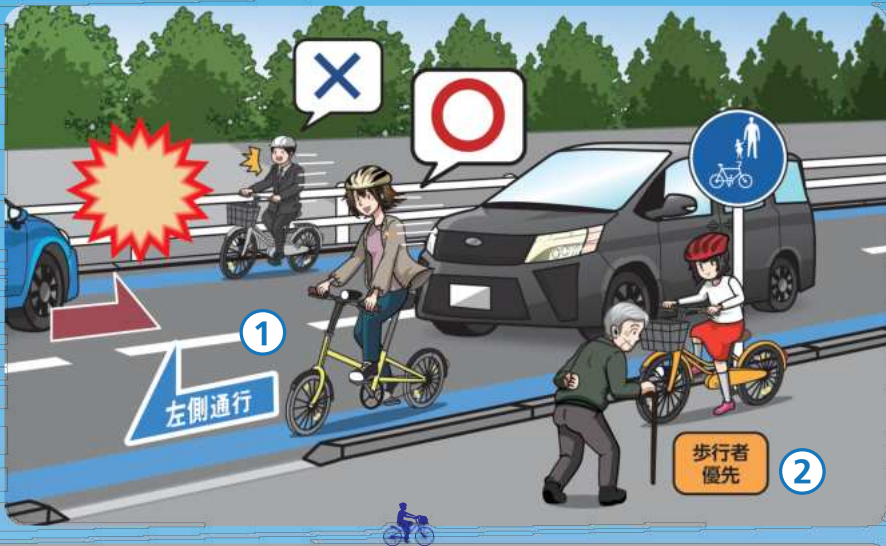
RULE 1

車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

① 自転車は、車道が原則、左側を通行
道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられており、歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。自転車が車道を通行するときは、自動車と同じ左側通行です。道路の中央から左側部分の左端に寄って通行してください。

② 歩道は例外、歩行者を優先

道路標識などにより、歩道を通行できる場合は、車道寄りの部分を徐行しなければなりません。歩行者の通行を妨げるときは一時停止しなければなりません。



RULE 2

交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

交差点では一時停止と安全確認

一時停止標識のある交差点では、必ず止まって左右の安全を確認しましょう。

信号は必ず守る

信号は必ず守り、渡るときは安全を確認しましょう。



RULE 3

夜間はライトを点灯

夜間は必ずライトを点灯する

無灯火は、周りから自転車が見えにくくなるので非常に危険です。夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。



RULE 4

飲酒運転は禁止

飲酒運転は禁止です!

自動車の場合と同じくお酒を飲んだときは、自転車を運転してはいけません。



RULE 5

ヘルメットを着用

必ずヘルメットをかぶりましょう

事故による被害を軽減させるため、乗車用ヘルメットをかぶりましょう。

※令和5年4月1日から、
全ての自転車利用者に対して
乗車用ヘルメット着用 of 努力義務が
課されています。



「自転車指導啓発重点地区・路線」の設定

都道府県警察では、自転車指導啓発重点地区・路線において、重点的・計画的に自転車通行空間の整備、啓発活動及び指導取締りを推進しています。

自転車指導啓発重点地区・路線は
各都道府県警察の
ウェブサイト
で
チェック!

安全運転



NPO法人や民間団体の相談窓口もあります

チャイルドライン

18歳以下の青少年対象の相談窓口

0120-99-7777

通話代無料 / 匿名可

受付時間...毎日午後4時～午後9時

チャット相談はこちら



ライトハウス

0120-879-871

通話代無料 / 匿名可

LINEによる相談 LINEのID: LH214

メールによる相談 メールアドレス: soudan@lhj.jp

受付時間...平日午前10時～午後7時

このほかにも多くの相談窓口があります。SNSによる相談を受け付けている地域や、相談、医療受診、カウンセリング等必要な支援を一手で行う「性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター」もあります。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf

※受付時間は各機関によって違います。

ワンストップ支援センター

検索



あなたへの
メッセージ

このリーフレットは、性被害にあっても気がついていない子供たちに「これって、自分のことかな？」と気づいて相談してもらい、これ以上被害にあわないようにしてもらいたい、少しでも安心して生活できるようになってもらいたいという願いで作りました。

あなたは一人ではありません。まずはあなたが相談してみようと思った「だれか」や「どこか」に相談してみてください。
何ができるか、どうしたらいいのかわからない、一緒に考えましょう。

家庭内での早期発見・早期対処が子供の未来を救います！

性被害等から子供を守るために、日頃から家庭内でコミュニケーションをとりながら、性被害の危険性を教えること、子供の異変やSOSにいち早く気が付くことが大切です。異変を感じたら、子供を責めずに子供の話に耳を傾けてあげてください。そして保護者の方も一緒に相談ください。

保護者の方へ

家庭のルール

✓ 以下の点をお子さんと一緒にチェックしてみましょう Check!

《生活一般に関する注意点》

- ☐ 学校に行きたがらない、週明けになると体調を崩す等変化が見られないか。
- ☐ 家族との接し方に変化が見られないか。
- ☐ 夜寝れないと言う、特定の家族を避ける、必要以上に甘える等不自然な状態はないか。
- ☐ 子供にとって家庭が安心して生活できる場所になっているか。
- ☐ 困ったことがあれば、必ず保護者や大人に相談するよう伝えているか。

《スマートフォンに関する注意点》

- ☐ フィルタリングを設定し、家庭のルールを作っているか。
- ☐ 接続するサイトやダウンロードするアプリは保護者で確認しているか。
- ☐ 個人を特定される情報を書き込んでいないか。
- ☐ 知らない人とSNSやメール、写真のやり取りをしていないか。
- ☐ どんな理由でも裸や下着姿の写真は撮らない、撮らせないように伝えているか。



あなたは気づいていないかも!?



「あれ?おかしいな?」「やっぱり変なのかな?」と思ったけれど、言い出せずにいることって、ありませんか?大人に相談することは恥ずかしいことではありません。安心して相談してください。

けいざつちよう
警察庁

1 ネットで知り合ったお姉さんに頼まれて…

インターネットゲームで知り合った少し年上のお姉さんとネット上で仲良くなり、顔写真を送ってと何度も頼まれたので自分で写真を撮って送ってあげた。そのあと、どうしても頼まれたので、下着姿や裸の写真も送った。



2 友達と遊んでいるときに…

同級生数人と遊んでいて、ふざけ合っていたときに携帯電話で裸の写真を撮られた。後になって、写真を消してもらおうとしたが消えてくれず、イヤな気持ちになった。



3 2人だけの秘密と言われ…

夜寝るとお父さんが布団の中に入ってきて、パジャマの中に手を入れてきて身体を触ってくる。父だとは思っているけれど、お父さんからは「誰にも内緒だよ、みんなやっつることだから。」と言われていたので、お母さんには言えなかった。



「あれ、おかしいな、ちょっと変だな…」
⇒その気持ちを大事にしていよう。

「イヤだと思う自分がおかしいのかな…」
⇒あなたの大切なからだです。イヤだって言っていんだよ。

「内緒と言われてこわくなった…」
⇒信頼している人に話していんだよ。

NICE!
だから、すぐに相談してね。

Q. だれに話せばいいの？

A. あなたの家族や学校の先生、養護の先生、あなたの周りにいる信頼している大人などに話しましょう。



Q. 知っている人に話せないときは？

A. いろいろな相談窓口があるので、相談してください。子供から話を聞く仕事をしている警察官や専門家の大人があなたの話を聞いてくれます。



Q. 相談窓口で相談するとどうなるの？

家族や学校にも知られてしまうの？

A. あなたが安心できるよう、いろいろな手助けをします。不安はあるかもしれませんが、その不安も含めて相談してください。どうしたらいいか、あなたと一緒に考えます。



相談窓口（そうだんまどぐち）

警察（けいさつ）

☑️最寄りの警察署…近くの警察署、交番に直接相談してください

☑️警察相談専用電話 **#9110**
(警察本部の相談窓口につながります)
※受付時間は都道府県警察によって違います。
時間によっては音声で案内する場合があります。

☑️少年相談窓口 **少年相談窓口**
<http://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html>
※受付時間は都道府県警察によって違います。
時間によっては音声で案内する場合があります。

☑️匿名通報ダイヤル **#8103** (ハートさん)
(最寄りの警察本部の相談窓口につながります)
※受付時間は都道府県警察によって違います。
時間によっては音声で案内する場合があります。

☑️匿名通報ダイヤル **#0120-924-839**
(窓口の人が被害内容を聞いて、警察に伝えてくれます。窓口の人は、警察官ではなく業者の人です)
※受付時間…平日午前9時30分～午後6時15分 (通話代無料)
モバイルサイト <http://www.tokumei24.jp/>
※24時間オンライン受付

法務局（ほうむきょく）

子どもの人権 110 番（最寄りの法務局・地方方法局につながります）
0120-007-110 ※受付時間…平日午前8時30分～午後5時15分 (通話代無料)
子どもの人権 SOS ミニレター ※全国の小・中学校で配布しています

児童相談所（じどうそうだんじょ）

児童相談所全国共通ダイヤル **「189」** (いちはやく)
(最寄りの児童相談所につながります) ※受付時間…24時間

文部科学省（もんぶかがくしょう）

いじめ問題などの相談窓口「24時間子供 SOS ダイヤル」
0120-0-78310 (なやみいおう)
※受付時間…24時間 (通話代無料)
(原則として電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関につながります)



NPO 法人や民間団体の相談窓口もあります

チャイルドライン 18 歳以下の青少年対象の相談窓口
☎ **0120-99-7777**

受付時間…
月曜日～土曜日
16:00～21:00

ライトハウス ☎ **0120-879-871**
通話代無料 / 匿名可

受付時間…
平日
10:00～19:00

LINE による相談 LINE の ID: LH214
メールによる相談 メールアドレス: soudan@lhj.jp

CHECK

このほかにも多くの民間支援団体が被害者に寄り添った活動を行っているほか、地域によっては相談、医療受診、カウンセリング等必要な支援を一カ所で行う「性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター」があります。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf

※受付時間は各機関により異なります。

ワンストップ支援センター

検索



自分に合った相談先を見つけて、相談してください！

保護者の方へ

家庭のルール

家庭内での早期発見・早期対応が子供の未来を救います！

性被害等から子供を守るために、日頃から家庭内でコミュニケーションをとり、性被害の危険性を教えること、子供の異変や SOS にいち早く気が付くことが大切です。異変を感じたら、保護者の方もご相談ください。



✓ 以下の点をお子さんと一緒にチェックしてみましょう

《スマートフォンに関する注意点》

- ☐ フィルタリングを設定し、家庭のルールを作っているか。
- ☐ 接続するサイトやダウンロードするアプリは保護者で確認しているか。
- ☐ 個人を特定される情報を書きこんでいないか。
- ☐ 知らない人と SNS やメールのやり取りをしていないか。
- ☐ どんな理由でも裸や下着姿の写真は撮らない、撮らせないよう指導しているか。

《生活一般に関する注意点》

- ☐ 持っているはずのない大金や高価な物を持っているか。
- ☐ アルバイト先、アルバイト内容を実際に確認しているか。
- ☐ 契約書へサインを求められても、保護者に相談するまではサインしないように伝えているか。
- ☐ 理由は不明で、生活のリズムが急に不規則になっていないか。
- ☐ 家出や夜間外出の兆候はないか。
- ☐ 子供にとって家庭が安心して生活できる居場所になっているか。
- ☐ 困ったことがあれば、必ず保護者に相談するようにしているか。

あなたへの
メッセージ

このリーフレットは、性被害にあって一人で悩んでいる子供に対し、警察をはじめ様々な機関等で受けることができる支援の内容や、相談できる窓口を知ってもらい、少しでも安心して生活できるようになってもらいたいという願いから作成したものです。あなたは一人ではありません。

まずはあなたの話を聞かせてください。
何ができるか一緒に考えましょう。

あなたは悪くない！

児童ポルノ

モデルの
アルバイト
しない？

JK ビジネス

リベンジポルノ

写真を
ネットに
ばらまくぞ

性的虐待

児童買春

写真は
いいのに
動画は嫌なの？

お金
あげるから

お母さんに
知られると
大変だよ…

今のままで…いいの？
本当に大丈夫？

あなたはこんな状態から抜け出したいくない？

今の状態から抜け出すために、ぜひ相談を！

警察庁

1 自撮り画像を送信してしまい…

女子中学生は、SNS で知り合って仲良くなった人から顔写真を送るよう頼まれ、自分で撮って送った。

その後、要求はエスカレートし、裸の写真まで送らされてしまった。その写真がネット上で拡散されている。



一度流出した画像の削除はとても難しいです。
まずは相談してください。

3 男子も被害に！

男子中学生は、共通の趣味の大人と会い、趣味に関するレアなアイテムをくれると約束してくれたので、相手が望むままに男性器を触られたり性的な行為をされた。



性被害にあっているのは女子だけではなくあります。

4 JKビジネス

女子高校生は、バイト代がいいからと友人に誘われて、JK コミュでアルバイトを始めた。店長から、「客が望めば個室で性的サービスをするように」と言われ、嫌だったが、客に体を触られることも我慢した。



自分が被害者と気が付いていない場合もあります。

2 本当にモデル？

女子高校生は、モデルとしてスカウトされ、指定された日に撮影現場に行くと裸同然の写真を撮られた。

こんなはずではなかったが、契約違反になると言われて断れなかった。



親の同意がない未成年者の契約は無効です。
その場合、破棄できる可能性があります。

5 家族からの性的被害

女子中学生は、小学生のころから父親に性的な行為を要求されていた。父親に逆らうと生活できなくなるとして誰にも相談できずにいた。



家族からの性的被害は相談しづらいかもしれませんが、でも、あなたは悪くありません。匿名で相談できる窓口もあります。

支援内容 こんな「支援」であなたをサポートします。

相談の受付	◆性的な被害にあった。 ◆誰にも言えない。 ◆契約違反と言われてどうしていいかわからない。など	警察官や法律の専門家等による相談の受付、対処方法等に関するアドバイス	A
カウンセリングなど	◆今の自分が嫌い。 ◆普通の生活が送れない。 ◆不安な気持ちに押しつぶされそう。など	警察の少年補導職員や児童相談所の児童心理司等の専門家によるカウンセリング、立直り支援のための各種活動への参加支援	B
安全な居場所の確保	◆自宅に帰ることができない。 ◆居場所がない。 ◆どこか安全な場所に避難したい。など	婦人相談所や児童相談所での一時保護、避難できる民間団体等の紹介	C
医療機関の受診援助	◆もしかしら妊娠したかもしれない。 ◆性病をうつされたかもしれない。 ◆病院に行きたいが一人では行く勇気がない。など	病院を紹介したり、一緒に病院に付き添うなどの受診に関する援助	D
画像等の削除	◆自分の性的な画像がインターネット上に流れている。 ◆SNS で写真が拡散された。など	削除依頼方法の助言等必要な支援（早く対処することで拡散を防ぐことができる場合があります）	E

アルファベットは、右記相談窓口に対応しています

相談窓口 安心して相談できる窓口があります。まずは相談を。

各相談窓口では、それぞれの専門家があなたの話を聞いてくれて、適切なアドバイスをしてくれたり、対処方法を一緒に考えてくれたりします。あなたの未来を守るためにも、一人で悩まず相談してください。（匿名での相談が可能な窓口もあります）

1. 警察

✓最寄りの警察署…警察署に直接ご相談ください。

✓警察相談専用電話 **#9110**

（最寄りの警察本部の相談窓口につながります）

※受付時間は各都道府県警察により異なります。執務時間以外の場合は当直または音声案内で対応する場合があります。

✓少年相談窓口

<http://www.npa.go.jp/higaisya/shien/torikumi/madoguchi.htm>

※受付時間は各都道府県警察により異なります。

✓性犯罪被害相談電話 **#8103**（ハートさん）

（最寄りの警察本部の相談窓口につながります）

※受付時間は各都道府県警察により異なります。執務時間以外の場合は、当直または音声案内で対応する場合があります。

✓匿名通報ダイヤル **0120-924-839**

（受託業者が被害内容を聞いて、警察に伝えてくれます）

※受付時間…平日 9:30～18:15

モバイルサイト <http://www.tokumei24.jp/>

※24時間オンライン受付

ABDE

2. 婦人相談所

http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/e-vaw/soudankikan/02.html

婦人相談窓口

検索



3. 児童相談所

児童相談所全国共通ダイヤル「189」

（最寄りの児童相談所につながります）※受付時間…24時間

4. 日本司法支援センター（法テラス）

0570-079714（なくこたないよ）

IP 電話からは **03-6745-5601**

※受付時間…平日 9:00～21:00

土曜日 9:00～17:00

5. 法務局

子どもの人権 110 番（最寄りの法務局・地方方法務局につながります）

0120-007-110 ※受付時間…平日 8:30～17:15

6. 違法・有害情報相談センター（総務省支援事業）

<http://www.ihaho.jp>

違法・有害情報相談センター

検索



ホームページ上で利用登録を行い、その後に相談フォームから相談ができます。※24時間オンライン受付