



2021年度版 学生生活スタートブック

# 学生生活は 危険がいっぱい

必ず知って  
おいてほしい  
15のこと



見本

〇〇学校名〇〇

## 学生生活を楽しくすごすために 知っておいてほしいこと

新しく学生生活を始めるみなさんは「これから楽しい生活が始まるぞ」と胸を躍らせていることでしょう。たしかに学生生活では楽しいことがたくさんあります。これまで出会ったことのない人と出会い、知らなかったことを知り、経験したことのないことを経験する。知っておいてほしいのは、このなかには「危険がいっぱい」だということです。

危険といっても、それらは天災のように降りかかってくるものではありません。ほとんどはみなさんの軽率な行動や発言が招くものです。ルールを守り、他人を思いやり、学生として正しく行動すれば、危険を回避し、問題が起こっても適切に対処することができるでしょう。

本書ではさまざまな危険を15に分類して紹介しています。紙面の関係上、すべての危険が網羅されているわけではありませんが、重要なのはすべての危険を知ることではなく、どういう場面でどういうことに気をつけなければいけないかを知ることです。

2022年4月1日より民法の改正により成人年齢が20歳から18歳に引き下げられます。成人となることで親の同意を得ずに様々な契約ができるようになりますが、まずは大人としての自覚を持つことを心がけましょう。また飲酒や喫煙は成人年齢と関係なく20歳からなので注意してください。

つい誘惑に乗ってしまったせいで楽しい学生生活をすごせなかった、などということにならないために、危険について知り、学生として正しい行動や発言について考えてみてください。



QRコードから  
スマホサイトに  
アクセス

### 理解度チェック

本書を読み終わったら内容をどのくらい理解できたか理解度チェックをしてみましょう。100%にならなかった項目については読み返して正しく理解してください。

### 相談先と対処方法

もしも危険が起こってしまった場合の相談先や対処方法について掲載しています。万が一に備えてブックマークしておきましょう。



|                    |    |
|--------------------|----|
| 1 薬物(ドラッグ)のこと      | 04 |
| 2 喫煙のこと            | 06 |
| 3 飲酒・アルコールのこと      | 08 |
| 4 身近にある犯罪のこと       | 10 |
| 5 詐欺・悪質商法・悪質な団体のこと | 12 |
| 6 人間関係のこと          | 14 |
| 7 こころの病・うつ病のこと     | 16 |
| 8 性感染症・SEXのこと      | 18 |
| 9 スマートフォン・SNSのこと   | 20 |
| 10 アルバイトのこと        | 22 |
| 11 お金のこと           | 24 |
| 12 交通・通学のこと        | 26 |
| 13 住まい・防犯のこと       | 28 |
| 14 海外留学・旅行のこと      | 30 |
| 15 自然災害・救急のこと      | 32 |
| 全国共通相談窓口           | 34 |

## 1 薬物(ドラッグ)のこと

# 自分で自分をコントロールできなくなる薬物の恐怖

薬物のもっともこわいところは、自分で自分をコントロールできなくなることです。先輩や友人に誘われて、1回だけと興味本位で手を出したら最後、薬物依存となり後戻りができなくなります。絶対に手を出してはいけません。

眠気がふっとんで  
勉強がはかどるよ

簡単に  
やせられるよ

とりあえず  
試してみてください



みんな  
やってるよ



### 危険ドラッグ

お香やハーブなどとして販売されていることもあります。精神錯乱などを引き起こし麻薬や覚せい剤以上の危険性も指摘されています。



### 大麻

気分を高揚させるとともに知覚を変化させ記憶障害や人格の変化を引き起こします。

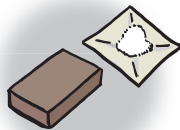


### 覚せい剤

幻覚や妄想など精神異常を引き起こし、大量摂取すれば死に至ります。

### コカイン

神経を興奮させる作用がありますが効果が短いため精神依存が形成され、乱用するようになります。



### MDMA

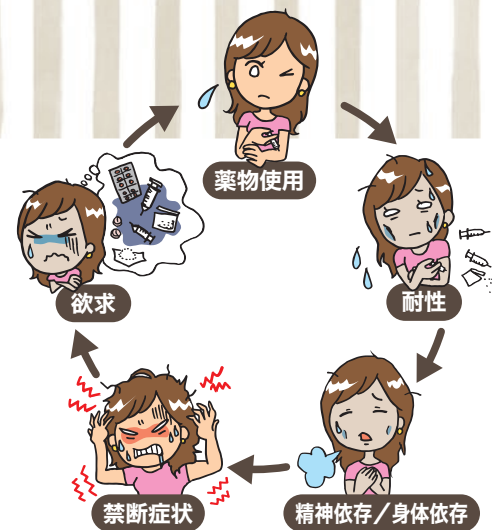
俗に「エクスタシー」と呼ばれる合成麻薬で、認知機能低下やパーキンソン病様症状を引き起こします。



## 危険ドラッグはほんとうに危険

危険ドラッグは覚せい剤や麻薬に化学構造を似せて作られた物質が含まれており、体への影響は覚せい剤や麻薬と変わりません。それどころか体にどんな影響が出るのかわからず、覚せい剤や麻薬以上に危険ともいえます。また危険ドラッグはお香やハーブ、アロマオイルなどとして販売されており、危険ドラッグとは知らずに利用してしまう危険性もあります。おしゃれなパッケージやカラフルな液体でも、中身は恐ろしい薬物です。「合法」や「安全」と書かれていてもだまされないようにしてください。

## ★薬物依存のスパイラル



薬物はたった1回の使用でも薬物依存のスパイラルに陥り、抜け出せなくなります。使用を繰り返すうちに量や回数がどんどん増えていき、どうすることもできなくなります。薬物乱用により脳は深刻なダメージを受けてしまいます。また幻覚や妄想によって殺人や放火などの凶悪犯罪を引き起こすようになります。

薬物についての相談は全国の相談窓口へ

厚生労働省 薬物相談窓口

検索



## 薬物の使用は個人の自由?

学生を対象に行われたある意識調査では、危険ドラッグの使用について回答者の1割近くが「他人に迷惑をかけなければ個人の自由だ」「1回くらいなら害がないので構わない」と答えたそうです。これは危険ドラッグにたいする誤解です。危険ドラッグは、ほんとうに危険なのです。



これって危険ドラッグじゃないの?と思ったら

あやしいヤクブツ連絡ネット

検索