誰にも相談できずに悩んでいませんか？



オーバードーズや薬物についての
悩みや疑問を感じたときは、
ひとりで問題を抱えず、
周囲の信頼できる大人や
専門家に相談してみましょう

三重県

オーバードーズ（過量服薬）や薬物に関することでお悩みの方へ



三重県医療保健部　薬務課

オーバードーズや薬物に関することで困っていませんか？

オーバードーズ（過量服薬）とは、薬を決められた使い方を守らずに大量に服用することです。

たとえば、こんなお悩みはありませんか？

- 学校や家庭でつらい気持ちを感じて、オーバードーズをしてしまう
- やめたいけどやめられない
- 何度かやめようとしたが挫折した
- 自分自身でコントロールができない
- 身近な友人からの誘いを断れない
- 大切な家族や友人、学校や仕事よりも薬物を優先してしまう
- 友人や家族が困っているがどうしたら良いかわからない
- オーバードーズや薬物に関することで事件に巻き込まれそうになっている



三重県では薬物乱用に関する相談を受け付けています



オーバードーズや薬物に関することでお悩みの方、またその家族や友人の方がおられましたら、相談窓口までご相談下さい。
困ったときは一人で悩まず相談しましょう。
ご本人はもちろん、家族や友人の方の相談も受け付けています。

＜薬物乱用はなぜいけないの？＞

- 処方された薬や、薬局やドラッグストアなどで買える風邪薬や咳止め（市販薬）も決められた使い方を守らずに大量に使用することは「薬物乱用」です。
- 薬は使い方を間違えると、肝障害や急性中毒などになり、最悪の場合は命を落としてしまうこともあります。



三重県内の薬物に関する相談窓口

相談は秘密厳守です。
個人情報が外部に漏れることはありません。
少しでも早く相談してみましょう。



相談先		電話番号
保健所	桑名保健所	0594-24-3623
	鈴鹿保健所	059-382-8674
	四日市市保健所	059-352-0592
	津保健所	059-223-5112
	松阪保健所	0598-50-0529
	伊勢保健所	0596-27-5151
	伊賀保健所	0595-24-8080
	尾鷲保健所	0597-23-3461
	熊野保健所	0597-85-2159
三重県医療保健部薬務課		059-224-2330
精神保健福祉センター	三重県こころの健康センター	059-223-5243
警察	三重県警察安全相談電話 ＜事件・事故情報に関する相談＞	059-224-9110
	少年相談１１０番 ＜20歳未満の方やその家族の方の相談＞	0120-41-7867
医療機関	ユース・メンタルサポートセンターMIE （三重県立こころの医療センター内） ＜若者のこころの相談窓口＞	059-235-2125（代表） 「ユース・メンタルサポートセンター MIE」までお問い合わせください。
	国立病院機構榊原病院地域医療連携室 ＜受診に関する相談＞	059-252-0211（代表）