

あなたはいくつ当てはまりますか？

学生生活に潜む危険

闇バイト
による
犯罪加担



「SNSで応募している高額報酬のアルバイトを興味半分でしてみた」



それ、大丈夫ですか？

犯罪や違法行為の場合、**アルバイトであっても逮捕される可能性**があるので注意が必要です。

過激派等
からの勧誘



「サークル活動や勉強会などの勧誘で、いきなり連絡先の交換を持ちかけられた」



それ、大丈夫ですか？

実は、身近なところに怪しい宗教団体は潜んでおり、**知らない間に勧誘されている可能性がある**ので注意が必要です。

薬物乱用



「夜更かししても、眠気が取れる錠剤があるから大丈夫」



それ、大丈夫ですか？

市販薬でも**正しい用法を守らな**かったり、**注意事項を理解せずに服用**することにより、**健康被害を引き起こす**ケースがあるので、注意が必要です。

投資詐欺



「簡単に儲かる投資があるから、始めてみないか」
「すぐに儲けが出て返済できるから借金しても大丈夫」



それ、大丈夫ですか？

投資は常にリスクがあり、**簡単に儲かるなんてことはありません**。「オイシイ話」に惑わされ、多額の借金を負わされたり、学業に支障が出ることもあるので注意が必要です。

消費者
トラブル



「クレジットカードの使いすぎにより、請求額を支払えなくなった」



それ、大丈夫ですか？

クレジットカードの返済困難により、分割払いや借金を繰り返すことで、**多額の借金を負う場合もあります**。限度額の調整や使用額をこまめに確認するなど、上手に活用しましょう。

飲酒
トラブル



「一気に飲みしなれば多少飲みすぎても大丈夫」
「救急車で運ばれなければ、20歳未満でも飲酒して大丈夫」



それ、大丈夫ですか？

飲みすぎは依存症の危険性があるだけでなく、友達・店に迷惑をかけることで**将来の自分に不利**となることもあります。また、**20歳未満の飲酒はいかなる理由でもいけません**。



自分は大丈夫と思わず、**自分事としてとらえる**ことが大切です。

悩みや不安なことがあれば、**迷わず各大学等の学生相談窓口や自治体の相談窓口等へご連絡**ください。



文部科学省

もしかしてこう思っていないですか？

学生の悩み・不安

「新学期が始まったけれど、なんだかつらい」



「帰省の後、一人暮らしを再開したけど、なんだか寂しい」



「なんだか課題をやる気が出ない。けど、人に相談するほどでもないし・・・」



「通学のために電車に乗っていたら、急に心臓がドキドキして苦しくなってしまう」



「やめたいと思っても、なかなかやめられないことがある。でも、自分がだらしないだけ・・・」



こんな誤解していませんか？

- | | |
|----------------------|------------------------|
| □誤解1：弱い人がこころを病む | →こころの病気は誰でもかかる可能性があります |
| □誤解2：友達が少ないから、心を病む | →友達の数と、こころの病気は無関係です |
| □誤解3：こころの病気は遺伝する | →病気そのものは遺伝しません |
| □誤解4：弱いから、いじめられる | →いじめは、「いじめる側」の問題です |
| □誤解5：悩みや不安を人に話すのは弱い人 | →悩みを話すことで、より信頼しあえます |
| □誤解6：こころの病気は一生治らない | →こころの病気も回復が可能です |

出典：厚生労働省 「こころもメンテしよう～若者を支えるメンタルヘルスサイト～」



些細な悩みでも、相談することで気持ちが軽くなることもあります。
まずは、自分の悩みを言葉にすることが大切です。
悩みや不安なことがあれば、各大学等の学生相談窓口や
下の相談窓口等へご連絡ください。

【相談窓口】

厚生労働省 「まもろうよ こころ」
<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>



文部科学省