

(資料4)  
(表紙)

Herb Magazine 誌、2017 年夏号

タスクフォースによる調査結果  
ペットのための大麻に  
マリファナ&ブレックファスト  
大麻に適した運動

CLEARING THE HAZE (霧を晴らす): バンクーバーにおける医療大麻

## 目次

- 4 用語集 一般的な用語
- 5 大麻コース カナダの大麻合法化への動きに伴い、拡大が見込まれる大学のプログラム
- 6 書籍紹介 The Sacred Herb/The Devil's Weed ( 聖なる薬草もしくは悪魔の雑草 )
- 7 大麻に適した運動 大麻と運動
- 9 連邦政府対策本部 2018 年 7 月までに合法化する大麻
- 13 医療大麻をペットに 今では獣医は CBD を使わない治療を想像もできない
- 15 パド&ブラックファスト 新たな Airbnb ( エアビーアンドビー )
- 16 カナダの医療大麻ツアー 全国でガイド付き観光ツアーが利用可能 / オンラインデート
- 17 手作りレシピ 初心者にも簡単なレシピ
- 18 LIFT 大麻エキスポ バンクーバーでの開催日を発表
- 19 オピニオン 2 つの大麻ショップの物語
- 20 大麻の品種 新規ユーザーのためのガイド
- 24 最終的意見 課税は死を招く？

免責条項：本ガイドの提供する情報は、オンライン調査ならびに専門家と個人の見解を合わせて編集したものである。本ガイドは、医療専門家による助言に代わるものとしての使用を意図して書かれたものではない。

## 編集者から

まえがき

サンドラ・トーマス (SANDRA THOMAS)

[herbmagazine@gmail.com](mailto:herbmagazine@gmail.com)

最近、私が話をした4人の孫を持つ女性は、定期的に大麻を使用しているという。

彼女が買っているのは、カンナビジオール (CBD) 含有量の多い大麻製品だ。これはつまり、ハイにならずに、この薬剤の鎮痛、抗炎症および抗不安作用を享受できることを意味する。本人によれば、関節炎の痛みと不眠症には効果が大いという。彼女の実名を明かさないのは、いまだに大麻の使用には嫌悪感が付きまとうためだ。大麻製品の使用は、痛み止めとして毎日使っていた処方薬と市販薬を減らそうと願ったことだったが、彼女は友人だけでなく家族にさえ、ある種の「マリファナ常用者」になったと思われるかもしれないことを恐れている。

彼女は、痛み止めに大麻を使う方法を CBD で見つけたと言う。

議論を始めることは、医療大麻を取り巻く嫌悪感を低減する一つの方法である。そして、2018年7月までに嗜好品としてのマリファナが連邦政府によって合法化されることによって、間もなく医療大麻反対派の最後の砦も崩れ去るだろう。カナダ統計局の健康調査によると、高校生の大麻使用は減少しているが、大麻を使用中の高齢者数は劇的に増加している。科学的手法による中毒研究を専門とし、英国に本拠を置く学術団体 Society for

the Study of Addiction (中毒研究学会) が2016年に発表した研究によると、2006年から2013年までの間に65歳以上の大麻利用者が250%増加したことが示されている。

これは偶然ではない。事例証拠が示すように、多くのベビーブーマーや高齢者が、医薬品の使用を回避または削減するために初めて医療大麻の使用を試みたり、同様の理由で過去に使用した人々が再び大麻を使用したりしている。

私たちの目標は、大麻に好奇心を向ける人々のために大麻を取り巻く霧を晴らす一助となることである。そして、医療大麻への嫌悪感を打ち破る方法として、私たちが想定した出版物は、すべてのおばあちゃんがコーヒーテーブルに気持ちよく置いておけるようなものだ。それが実現していることを願っている。

ハーブの世界へようこそ

## 用語集

初心者にとって、大麻の世界は分かりにくいかもしれない。新規ユーザーに注目してもらいたいキーワードを、一部だが以下に簡単に説明する。

### 医療大麻薬局

バンクーバーでは、医療大麻を販売している店舗であることを示す明るい赤色または緑色の十字や光る緑色の大麻の葉で飾られた店をよく見かける。また、大麻からハッシュオイル、気化器、そして水パイプまでのすべてを販売している店もあれば、完全に医療大麻製品のみを販売している店もある。バンクーバーで大麻を購入するには、買い手は医療大麻購入ライセンスを持っているなければならない。このライセンスは地元の医師または自然療法医に発行してもらうことが多い。

### 水栽培

大麻を含む植物を、砂、砂利または液体に栄養分を添加して栽培するプロセス。土は使用しない。

### THC

Tetrahydrocannabinol(テトラヒドロカンナビノール)の略語。大麻使用者にハイになる効果をもたらす精神活性物質。

### CBD

Cannabidiol(カンナビジオール)の略語。THCよりも精神活性効果が少ないが、より広範囲の用途を有する。

## 蒸気化または「気化」

気化には電子たばこの使用も含む。ユーザーは喫煙の代わりに、これらの小さな機器を使用して、大麻を控えめに摂取することができる。匂いはほとんどない。

### インディカ

穏やかな特性で知られる大麻の一種で、使用者がソファでナチョチップを食べながら寛ぐような効果をもたらす。

### サティバ

この株は、自分のエネルギー、創造性および気分のために大麻を求める使用者に向いている。

### ハイブリッド

一般的にサティバとインディカの交配株で、ルデラリスを掛け合わせていることもある。

### ルデラリス

東欧発祥の力強い大麻品種。

### チンキ

経口または飲み物に混ぜて摂取する液体状の大麻。チンキは、大麻草のアルコールまたはグリセリン抽出物。

### 大麻食品(エディブル)

大麻を使って調理した食べ物、菓子および飲み物。これらの製品は、薬物の喫煙や気化を好まない大麻使用者に人気がある。効果が現れるまで時間がかかるが、長く持続する傾向がある。

## 大麻コース

カナダの大麻合法化への動きに伴い、拡大が予想される大学のプログラム

サンドラ・トーマス (SANDRA THOMAS)

[herbmagazine@gmail.com](mailto:herbmagazine@gmail.com)

成長する大麻ビジネスへの参入に興味がある新進の起業家は現在、クワントレン・ポリテクニク大学の成人教育コースに参加することができる。

このコースは Cannabis Professional Series (大麻専門職シリーズ) の一環として提供され、急速に拡大する医療大麻市場において、成功の概要と継続的な課題を提供するように設計されている。コースはオンラインで提供され、いつでも誰でも参加できる。園芸家、弁護士、マーケティングスペシャリストなどの業界をリードする専門家がコースを指導する。最近の連邦政府により2018年7月の嗜好目的での大麻合法化が発表されたのを受け、より多くの人々が大麻ビジネスのコツを学ぼうと関心を向けるのは理にかなっている。

このコースは、「医療大麻を使用するカナダの患者が安全で規制された環境で高品質の製品やサービスにアクセスできるようにする」ことに力を注ぐ Canadian National Medical Marijuana Association (CNMMA : カナダ医療大麻協会) との協力により提供される。CNMMA は、植物の生産、施設管理、規制、マーケティングなどの入門教育を含むコースを提供することで、医療大麻

の使用および重要なデータと情報を提供する「ベストプラクティス」の共有に尽力している。

Cannabis Professional Series についての疑問を解消するため、Herb 誌では、クワントレン大学 Continuing and Professional Studies (継続研究および専門研究) コースのインストラクターであるディーパック・アナンド (Deepak Anand) 氏にインタビューした。

**これらのコースを提供するという発想はどのようにして生まれたのですか？**

有資格で知識のある従業員を求める強い要望が業界からありました。KPU と CNMMA は、カナダ保健省からライセンスを受けた生産者と協力して、このコースを開設しました。

**反応はどうでしたか？**

反応は極めて驚異的なものでした。世界中から 450 人以上もの学生がコースを受講しています。さらに、ここで学んだ多くの学生が、大麻産業、またはこの業界を支える関連産業に従事しています。ライセンスを受けた生産者からは、私たちの卒業生への称賛の声しかありません。

**このコースを受講すると、どのような仕事に就くことができますか？**

大麻業界で直接働くか、もしくはそれを支える関連産業で働くなど、さまざまな仕事があります。

コースの詳細については、クワントレン・ポリテクニク大学のホームページ ([kpu.ca](http://kpu.ca)) を参照のこと。

### 書籍紹介

The Sacred Herb/The Devil's Weed( 聖なる薬草もしくは悪魔の雑草 )

大麻使用の 2 つの側面を示すととても楽しいフリップブック

サンドラ・トーマス ( SANDRA THOMAS )  
[herbmagazine@gmail.com](mailto:herbmagazine@gmail.com)

マリファナたばこは、私の完璧な人生計画を脱線させるのか？

「たぶん。君は最後にキャンプ旅行を計画したときのことを覚えているかい？それがうまくいったことを思い出してくれ。」

これは、ビクトリアを拠点とする作家アンドリュー・ストゥルサーズ ( Andrew Struthers ) によって書かれた両面フリップブック「The Sacred Herb / The Devil's Weed」の第 12 章の冒頭部分だ。

この両面ペーパーバックの 2 つの表紙は、劇的な表紙で読者を引き付けようと目論む読み捨ての三文小説を連想させる。この形式では、1 冊の本を読みながら本をひっくり返すことで、2 つ目の表題を楽しむことができる。

Sacred Herb ( 聖なる薬草 ) では、大麻に関する 20 個の質問形式で、「それが作り上げる友情から、促される創造的な成果までの大麻の栄誉あるハイ」を称賛している。一方、Devil's Weed ( 悪魔の雑草 ) は、季節によって区切られ、作者が誤って「チョコレート」ケーキを食べ過ぎた後に浴槽の底から伝えられた大麻に関するいくつかの災難と不幸な出来事の物語が記され、大麻の予期せぬ側面が示されている。

ストゥルサーズは、彼のしばしば陽気な黙想を通して、かつて映画「リーファー・マッドネス 麻薬中毒者の狂気」に代表されるヒステリックな批判の標的だった大麻の相反する性質に対して、彼の「華麗な狂気」を向けている。本の中でストゥルサーズは、「彼がバス停で会ったデニスという男と一緒に、彼が先週吸った非常に危険な品種 ( 3 回ふかすだけで、もう少しで彼を車椅子に座らせるところだった ) を数に入れられないなら、彼は大麻が完全に無害で楽しいと考えている」ものの、聖なる薬草を合法化することについて彼は決して偏っていないと述べている。

## 大麻に適した運動

「大麻とフィットネスを組み合わせると言っても、ハイキングやヨガのクラスに参加する全員が、開始前に一緒に大麻を喫煙するというわけではありません」と、大麻のあるライフスタイルを紹介するウェブサイト Flower and Freedom の創設者は述べる。

SANDRA

[THOMASherbmagazine@gmail.com](mailto:THOMASherbmagazine@gmail.com)

「必ずしも一緒に喫煙するわけではありません」と、カナダで暮らす自称「冒険的なオーストラリア人」の Bethany Rae は語る。「医療やレクリエーション目的で多くの人々が日常的に大麻を消費していることは事実です。それは供給されているものではありません。それが多くの人々のライフスタイルの一部であることを認識するというだけのことです。」

Flower and Freedom はベビーブーマーや高齢者を含む大麻消費者に教育と洞察を提供し、健康に焦点を当てたライフスタイルに大麻を組み込む方法を共有することに重点を置いていると Rae は述べている。また、2018年に予定されているレクリエーション用大麻の合法化に伴い、新製品、サービス、トレーニング、および旅行先などに関する知識など、彼女のウェブサイトですできるだけ多くの有益な情報を提供できるようにしたいと語る。彼女は実験室で訓練を受けた科学者ではないが、大麻の科学を学び、読書、実験、イベントへの出席、コースの受講、および大麻の働きについての討論を介して学習を続けている。

Rae はまた、大麻使用に関連した嫌悪感や固定観念を打破したいと考えており、女性の教育に非常に注力している。大麻を使用している女性の数が増加しており、その理由の一つとして彼女らの健康と生活習慣の選択を制御する必要性が挙げられる、と彼女は指摘する。Rae は、大麻への関心が高まっているのは、多くの女性が長い一日を仕事で過ごした後くつろぐには、大麻がアルコールよりも健康的な方法であると信じているからだ、と付け加える。また、アルコールが睡眠パターンを乱すことがずっと以前から分かっているが、多くの研究で、大麻が不眠症を緩和することが示唆されている。Rae は、ますます多くの女性起業家が自己の教育と経験を大麻産業にもたらし、女性のための製品とサービスを創造していくだろう、とも述べている。

「薬剤の消費を減らすために、月経痛を緩和する大麻浸出製品が Whoopi & Maya から発売されました。これは、私の友人たちと私が気に入っているアイデアでもあります。」女優であり、テレビのトークショーの司会を務め、Om Edibles の創始者であるウーピー・ゴールドバーグとマヤ・エリザベスが立ち上げた大麻ビジネスについて、Rae はこう述べている。

Rae は、大麻の使用について人々がもっと気軽に人前で話せるようにしたいと考え、新たな大麻使用者には、それが全体的な健康的ライフスタイルのほんの一部に過ぎないと理解するよう望んでいる。「これはライフスタイルの一部であり、それはあなたをマリファナ常用品にさせることはありません」と、Rae は述べている。

連邦政府对策本部

2018年7月に大麻合法化

SANDRA

[THOMASherbmagazine@gmail.com](mailto:THOMASherbmagazine@gmail.com)

2016年6月、連邦政府は「大麻の合法化および規制に関するタスクフォース」を結成し、同年11月に報告書、調査結果および勧告を提出した。

According to the task force, due to the fact cannabis prohibition has been in place for almost 100 years, "we cannot, and should not, expect to turn this around overnight." タスクフォースによれば、大麻禁止はほぼ100年間実施されているという事実により、「これを一晩でひっくり返すことはできないし、そうすべきではない」。タスクフォースは、大麻禁止からの方向転換には時間がかかっている一方、メンバーは将来における微妙な差異についてはすべてを予期しているわけではない、と述べた。

また、タスクフォースは次のようにも述べている。「結局のところ、我々の社会は依然としてアルコールやたばこの規制に関する問題に取り組んでいる。大麻および人間の健康と発達に及ぼす大麻の影響について、現在の知識ベースが不足していることは認識している。その結果、この報告書に記載されている勧告には、進行中の研究と調査、および現行および新規の政策の必要性に適応し、対応する柔軟性を求める訴えが含まれている。」

3月、ジャスティン・トルドー首相は2018年7月に大麻が全国で正式に合法化されることを発表した。それまでの期間中は、これに対処するために全国の都市で独自のガイドラインが作成されている。バンクーバーでは現在、多くの医療大麻診療所が市議会と協働し、政策や許可を得て運営されている。

長文報告書に含まれる重要点と推奨事項の一部を以下に示す。

### 大麻法の変更

報告書によると、大麻の使用に関連して、若者の精神的発達および不正な利益への影響を含めた公衆衛生上および安全上のリスクがある。検査も規制も受けていない大麻製品を違法に供給することにより、健康リスクがさらに高まる可能性がある。カナダ政府は以下の目的のため、大麻の厳格な生産、流通および販売のシステムを作る。

- 医療目的以外での大麻の入手を規制することで、健康を保護し、公共の安全を向上させる。
- 大麻事業の収益性を少なくすることで、違法薬物販売業者や組織犯罪集団が大麻事業にとどまることを抑止する。
- 大麻が青少年の手に届かないようにする。

### 若者の保護

新しい規制の枠組みでは、若者が大麻を入手し難くすることにより、カナダ人の健康保護を向上させる

### 薬物使用下の運転

カナダ政府は、大麻などの薬物を使用して運転する者を確実に、より厳格な法律の対象とすることを約束し、薬物使用下での運転を検出して起訴する能力を向上させる方法を検討している。

### 政府への助言：大麻ベースの食べ物

タスクフォースは連邦政府に対し、以下の通り勧告している。

- 見慣れている食品に似ている、もしくはそれを真似ている製品、キャンディのように見える包装が施されている製品、もしくは明るい色や漫画のキャラクター、子供に魅力的な画像で包装されている製品を含め、「こどもに魅力的」であるとみなされる製品を禁止する。
- 子供による大麻製品の入手を制限するため、子供が開封できない、または子供が扱えない不透明で再シール可能な包装が必要である。
- 普遍的な THC シンボルを用いて、標準化された個包装とする。
- 1 食分あたり、および製品あたりの THC の最大量を設定する。
- 例えば、大麻が注入されたアルコール飲料のような混合製品、またはタバコ、ニコチンやカフェインを含有する大麻製品を禁止する。
- THC および CBD の警告ラベルとレベル表示を含む大麻製品に適切なラベル貼付が必要である。
- 大麻食品については、食品および飲料製品に適用されるラベル表示要件を設定する。
- 特定の製品タイプ、添加剤または甘味料の使用、または THC やその他の成分の限度値の指定に関する新たな証拠に適應できるように、柔軟な法的枠組みを作成する。

### **政府への助言：THCの効能**

- 不正な生産に関連するリスクを最小限に抑えるため、大麻濃縮物の規制監督を行う
- 高効能製品の購入を妨げるよう、効力に基づく価格と税制を含め、低効力の大麻消費を促進する戦略を策定する。
- すべての大麻製品に、THC と CBD のレベルを識別するラベルの貼付を要件とする。
- THC やその他の成分の制限に関するルールを設定するため、新しい証拠に適応できる柔軟な立法的枠組みを可能とする。
- カナダの国民に、問題のある使用のリスクについて知らせ、低リスクの使用に関するガイダンスを提供するために、事実に基づく公的教育戦略を策定し、実施する。

### **現在の大麻に関する法律の根拠とは？**

- 大麻は、依然として Controlled Drug and Substances Act (規制薬物および物質法) 下のスケジュール II の薬物であり、医療目的の生産および流通のために別途規制されない限り、犯罪の対象となる。
- 医療目的以外で大麻を所持し販売することは、依然としてカナダ全土で違法である。

## 医療大麻をペットに

今では CBD を使わない治療は想像もできない、と獣医師は語る

SANDRA

[THOMASherbmagazine@gmail.com](mailto:THOMASherbmagazine@gmail.com)

獣医師の Katherine Kramer は、大麻ベースのカンナビジオール (CBD) の処方を勧めた 18 歳の猫を思い出す。

Vancouver Animal Wellness Clinic (バンクーバー動物ウェルネスクリニック) の獣医師である Kramer は、「心臓病や膝炎を患っていたため、従来の量の鎮痛薬に彼の身体は耐えられず、生活の質は低下しました。だから、私は医療大麻支援クラブに連絡しました」と語る。

飼い主は失うものはあまりないと考え、協力することに同意しました。すぐに猫は再び食べたり、遊んだりするようになりました」と、Kramer は続ける。

Kramer は「これはまさに、奇跡にほかなりません」と述べている。

彼女はそれ以来、顧客が癌のような病気と診断された老齢の動物を連れて来て「壁にぶつかってしまっている」と、治療選択肢として CBD を提案する、と述べている。Kramer は、6 年前なら、顧客のペットに医療用大麻を勧めるように誰かに提案されたら、彼女は笑っただろう、と言う。しかし、その 1 年後、彼女は猫や犬に CBD を使用するために働き始めた。研究では、精神作用を伴わない鎮痛作用、抗炎症作用、および抗不安作用が CBD にあることが示されている。現在、彼女は小動物に対して CBD で治療を行う分野の先駆者と考えられている。

「そして今、私は毎日獣医から電話を受けますが、これは内密の相談です」と Kramer は語る。「私は喜んでこのことについて公で話をする数少ない獣医の1人です。私はかつて、問題が発生した場合、顧客を専門家に紹介していましたが、今では専門家が私に電話してきます。今では CBD を使わない治療は想像もできません。」

Kramer を CBD の信者にした症例は他にも、安楽死させる予定日がきまっていた 12~13 歳のゴールデンレトリバーだった。この犬は癌を患っており、痛みが激しかったため、飼い主はペットを安楽死させるという悲しい決断をしていた。しかし、飼い主はそれを実行する前に、最後にバンクーバー動物ウェルネスクリニックに犬を連れてきた。

「そこで私は、ここでは CBD を試すことができる」と伝え、潜在的な副作用が生じる可能性がある」と飼い主に警告しました」と Kramer は述べた。さらに彼女は、週末が過ぎて、飼い主から連絡がなかったので、彼らは予定を実行したのだと思った、と語った。不思議なことに、Kramer は次の月曜日に飼い主に電話をした。「24 時間以内に犬がリードをくわえて飼い主たちをスタンレー公園に散歩に引っ張って行ったことを、飼い主は私に伝えました。彼らはかつて毎日スタンレー公園に散歩に行っていたのです」と、Kramer は語った。

Kramer によると、飼い主は愛犬とさらに 6 ヶ月間の痛みのない月日を過ごしたとのことだ。

ブリティッシュ・コロンビアの獣医学会は、獣医が CBD を合法的に処方することを許可していないため、Kramer は単に推奨するにとどまる。彼女はまた、CBD がペットのために役立つものである一方、猫や犬に定期的に大麻を与えることは非常に危険であり、ペットが死に至る可能性もあると警告している。

## バド&ブレックファスト

SANDRA THOMAS

[herbmagazine@gmail.com](mailto:herbmagazine@gmail.com)

ブリティッシュ・コロンビア州ビクトリアにあるこのベッド&ブレックファースト（朝食付き民宿）のホームページでは、「ポータージ・インレットの豪華な景色を望む、美しく新しい1ベッドルームの水辺のキャリッジハウスです。スイートルームはロマンティックなビーチ感あふれる雰囲気快適な2人部屋です」と説明されている。

この広告は Airbnb（エアビーアンドビー、宿泊施設・民宿を貸し出す人向けのウェブサイト）の他の多くの広告と同じように見えるかもしれないが、さらに次のように続く。「ビクトリアには30軒以上の医療大麻薬局があり、地元で世界最高の医療大麻を手に入れることができます。」

大麻フレンドリーなロッジ、バド&ブレックファーストへようこそ。2015年に米国コロラド州に初めて設立されたこのレンタル専用の宿泊施設は、その前年に同州で予想された大麻合法化に伴う「グリーン・ラッシュ」に対応したものだ。しかし、コロラド州に観光客を引き込む方法として始めたこの施設は、バンクーバーに1軒、さらにB.C.に散在している数軒を含め、大麻フレンドリーなレンタル宿泊施設として世界中で利用できる、国際的な動きに発展した。

創業者兼 CEO の Sean Roby はまた、コロラド州では医療大麻を合法的に購入することができるが、公共の場で消費することは法的に認められていなかったため、

[budandbreakfast.com](http://budandbreakfast.com) を開始した。今日、バド&ブレックファーストには、ジャマイカ、メキシコ、インド、ロシア、ニュージーランド、およびフィリピンなど、ドームルーム（睡眠用の大部屋）から高級貸し別荘まで160の物件リストがある。Visit [budandbreakfast.com](http://budandbreakfast.com).そして、他の休暇用宿泊施設と同じように、バド&ブレックファーストの施設のレビューは、TripAdvisorで確認することができる。

[budandbreakfast.com](http://budandbreakfast.com) にアクセスしてみよう。

## カナダの医療大麻ツアー

全国でガイド付き観光ツアーが利用可能  
バンクーバーの大麻事情が分からない？オ  
タワで OG を買う場所は？トロントでは、  
どこでチンキを買うの？

カナダの医療大麻ファンのために良いニュー  
スがある。もはや正規の大麻薬局を求めて、  
知らない都市の街路をあてもなくさまよう必  
要はない。その代わりに、カナダの大麻産業  
についての情報を提供する Cannabis Tourism  
Canada を利用することができる。また、一  
部の都市では、プライベートツアーも提供さ  
れている。

バンクーバーは長い間、大麻ユーザーの避  
難所として知られている。そのため、オラ  
ンダのアムステルダムに何十年にもわ  
たって点在してきた数多くの大麻専用の  
コーヒーショップに敬意を表して「バンス  
テルダム」と呼ばれている。実際、有機栽  
培法の人気により、B.C.州全体が他のどこ  
よりも優れた入手可能な大麻を生産するこ  
とで有名となっている。  
cannabis-touristn.ca にアクセスしてみよ  
う。

## オンラインデート

そのアプリは本当に存在する

HIGH THERE!

この無料のデートアプリは、大麻コミュニ  
ティのためのソーシャルネットワークの一  
種で、「友好的かつ判断の自由な環境」で  
ユーザーをつなぐことを目的としている。

他のほとんどの出会い系アプリと同様、  
High There!は、エネルギーレベルについ  
ての質問、喫煙と気化器の使用ではどちらを  
好むかなどの質問や、個人情報を収集する  
ことによって、使用者の好みに基づいて  
マッチングを行う。その後、Tinder のよう  
に、使用者は写真を含め、マッチをチェッ  
クすることができるが、左または右にスワ  
イプする代わりに、気分に応じて「High  
There!」および「Bye There!」というラベ  
ルの付いたボタンをクリックする。  
bighthere.com にアクセスしてみよう。

## MY420MATE.COM

2014 年に開始されたこのデートアプリは、  
医療用大麻使用者とレクリエーション目的  
の喫煙者が会うことができるように作成さ  
れた。

ウェブサイトによると、大麻使用はしばし  
ば関係を築き、それを壊すことがあるため、  
My420mate の背後にある目標は、最初から  
テーブル上のすべてのカードを取得するこ  
とである。そのため、気に入る可能性のあ  
る相手に会い、その人が大麻使用のファン  
ではないことを知るだけに終わるというよ  
うなことで時間を無駄にするのではなく、  
My420mate では、コミュニティがそのライ  
フスタイルを受け入れることが保証されて  
いるため、誰もが最初から相手の姿勢を知  
ることができる。my420mate.com にアク  
セスしてみよう。

## 手作りレシピ

クックブックには初心者向けのシンプルな大麻レシピがある

Cannabis Kitchen Cookbook (大麻キッチンクックブック) は、健康な大麻料理の秘訣を伝授してくれる一流シェフによる大麻フレンドリーなレシピをまとめた料理本だ。Robyn Griggs Lawrence が編纂・編集したこの料理本は、大麻の独特な風味と食欲をそそるレシピによる薬効を生かすためのガイドである。

生、ビーガン(完全菜食主義)、ベジタリアン、およびグルテンフリーのオプションを含むカラフルな写真やおいしいレシピ(カクテルも含む)がぎっしり詰まったこの本は、新しい小売環境を探し求め、望ましい効果と快適さのレベルを定め、滲出やチンキについて学ぶ上で必要な情報も提供してくれる。

### 20分でできる大麻入りオリーブオイル

CHRIS KILHAM

約 1/4 カップ分

細かく砕いた大麻の花 1/4 オンス

有機エクストラバージンオリーブオイル

1/4 カップ

コーヒーグラインダー

細かいメッシュストレーナー

チーズクロス

大麻をコーヒーグラインダーに入れ、粉末になるまで砕く。大麻はグラインダーの内部にくっつくので、徹底的に削り出す。(強力なねばりがあるので、スプーンを舐めるときは注意する。)

直径6インチの浅いフライパンまたは鍋に油を入れる。木製のスプーンを使用して、非常に低温で10~20分間、ぐつぐつ煮ながら、油の中で大麻を連続的にかき混ぜる。火から下ろし、冷やす。

チーズクロスに細かいメッシュストレーナーを並べ、ボウル、広口ジャーまたは計量カップの上に置く。チーズクロスで大麻をひねり、最後の一滴までオイルを搾り出す。大麻固形物は肥料にする。

直ちにオイルを使用するか、蓋やコルクを使用して清潔で透明または暗色のボトルまたはジャーにオイルを移す。オイルの種類と日付を記入したラベルを貼る。涼しく乾燥した場所に1年間保管できる。

この簡単で多目的な食品は、パスタソースに攪拌して入れたり、ブルスケッタに刷毛で塗ったり、エクストラバージンオリーブオイルを必要とするその他の多くのレシピで使用することができる。

## シンプルな大麻バター

ROWAN LEHRMAN

分量：約 2 カップ分

塩漬けし、よく整えられた大麻の花または細かく砕いたトリム 1/8 オンス

バター 1 ポンド (2 カップ)

ストレーナー

水 2 カップ

チーズクロス

密封容器

大麻、水、バターを蓋付きの鍋に入れる。水が沸騰し始めるまで中低温で温め、木のスプーンで静かに混ぜる。

温度を下げ、鍋に蓋をして、わずかな亀裂を残す。約 2 時間コトコト煮る。

ストローナーの中にチーズクロスを敷き、ボウルの上に置く。ストレーナーを通してボウルに液体バターを注ぐ。すべての液体を放出するためにチーズクロスを絞る。砕いた大麻は肥料にする。

鍋にバターを戻し、蓋をしっかりと閉め、一晩冷蔵する。

ラベル付き密閉容器に移し、冷蔵庫で最長 2 ヶ月間、冷凍庫で最長 6 ヶ月間保管できる。

## LIFT 大麻エキスポ

バンクーバーでの開催日を発表

SANDRA THOMAS

[herbmagazine@gmail.com](mailto:herbmagazine@gmail.com)

バンクーバーで開催される Lift 大麻エキスポ 2018 の出展者の募集が始まっている。

5 月に、Lift はトロントで第 2 回 Lift 大麻エキスポを開催し、3 日間で大麻に関心を寄せる約 15,000 人の参加者を迎えた。今回のエキスポは 2018 年 1 月 12 日 ~ 14 日にバンクーバー・コンベンションセンターで開催され、バンクーバーでは初めての大会となる。

「Lift エキスポのビジョンは、患者、業界、医療従事者などすべての利害関係者が協力して業界を推進するための会場の場を創設することでした」と、Lift の CEO である Matei Olani 氏はニュースリリースで語っている。また、「このショーの驚異的な成長は、このようなスペースの必要性を証拠立てるものであり、大麻エキスポをバンクーバーで開催することでこの勢いを維持し、2018 年という年の幕を開けることに興奮しています」とも語っている。

バンクーバーのエキスポは、連邦政府がレクリエーション大麻の使用を合法化する予定の日である 2018 年 7 月の数ヶ月前に開催される。

詳細は、[Inc.cpo.ca](http://Inc.cpo.ca) を参照のこと、

## オピニオン

### 2つの大麻ショップの物語

SANDRA

[THOMASherbmagazine@gmail.com](mailto:THOMASherbmagazine@gmail.com)

大麻について調査し記事を書いている間、私は医療大麻カードの申請にはどれくらいの時間がかかるのかを正確に知るため、自らカードの申請を行った。

インターネットで検索した結果、私は単にオフィスに最も近い薬局という理由だけで、West BroadwayにあるHealing Tree Vapor Loungeを選んだ。私はBroadwayの約半ブロック離れたところに駐車場を借りていたのだが、そのすぐ前に偶然にも名前は憶えていないが別の大麻薬局があった。

ここでも良いのではないかと考え、私がこの無名の店に足を踏み入れると、若い女性が挨拶してきた。私がカードを申請したいと説明すると、彼女は約5分間ごそごそと動き回ったあげく、書類を見つけることができなかつたと説明し、どっちにしろ何か役に立てるだろうと言った。私が不眠症について訴えると、彼女は私に袋に入った大きな黄色のカプセルを渡した。「それは本当に強いですよ」と言い、それ以上の説明はなかった。

Healing Treeまで通りを歩いていったとき、私が気づいた最初のことは、ロックされたドアと格子付きの窓に面した小さなパティオだった。そこを歩いてドアまで行くと、別の若い女性がすぐに挨拶し、鍵を開けて

私を店内に入れてくれた。店を入るとすぐ左側にカウンターがあり、私は3ページの申込書を渡され(記入は非常に簡単)、次にカードを手渡された後、店の奥に案内された。そこでは商品が壁と明るく点灯されたショーケース内に並べられていた。すると、若い男性(彼の名前を覚えていればよかったのだが)が出てきて、私にいくつかの質問をした。「ハイになりたいですか?」と尋ねられたので、私は「いいえ」と答えた。すると彼は、精神作用のない鎮痛、抗炎症および抗不安特性を有することで知られているカンナビジオールを成分とする小さな緑色のカプセルを勧めた。

また、彼は私の不眠症について尋ね、それから彼自身で作ったという医療大麻とメントを含むバスソルトの袋を試すようにと、無料で私にくれた。それから彼は、他に摂取しなくてもリラクゼーションできる方法として、何種類かのバスソルトを入れた温浴を勧めた。

私はこの経験にを基に、何軒かのお店を回ってみることを勧める。1軒の大麻ショップで快適さを得られない場合は、単にそこを出ることだ。通りを少し歩けば、すぐに別のオプションがあるはずだから。

## 大麻の品種

記号の説明

強い

中

弱い

THC 濃度

CBD 濃度

身体的効果

眠気誘発効果

頭部

身体

IND インディカ

SAT サティバ

R ルデラリス

免責事項：この品種ガイドにまとめられた情報は、オンライン調査と専門家の意見の両方から得られたものである。また、情報提供者により、情報の変化が見られることもあった。さらに、品種は栽培者間の変動もしくは作物の個体差があることに注意すること。提案されたすべての医療上の利点は事例であり、科学的根拠を伴うものではない。

注記：CBD は大麻化合物で、THC 優性株より精神活性が低いことが判明していることから、大麻による高揚感なしで大麻の医療利益を求める人にとっては魅力的な選択肢となっている。

## インディカ

既知のまたは穏やかな特性を有する大麻で、使用者を「カウチロック」(ソファから動けないようなリラックス効果を提供)する可能性がある。

### エイリアン オン ムーンシャイン

CBD 含有量の高い品種で、炎症、過敏症および軽度の身体的不快感を緩和すると考えられている。

### ブルーブツダ

この品種は、ADD / ADHD および慢性ストレスを抑制しようとする消費者に人気がある。

### ゴールドデン ヌゲット

この品種は、ストレスと疲労を緩和し、創造性を促進すると考えられている。

### ブルーベリー

ブルーベリーは、痛みの緩和とリラクゼーションに優れた品種と考えられている。

### スーパーシルバーヘイズ

スーパーシルバーヘイズは、創造的な思考や知的な会話を高めると考えられている。

### パープルクッシュ

パープルクッシュは強いスモーキーな味で高い濃度の THC を含む。「リラクシング」とも呼ばれている。

## ホワイトウイドウ

このかつての Cannabis Cup 受賞品種は「potent (強力)」と表現され、ストレスを和らげるのに役立つと考えられている。

### ブラックインディカ

ストレスを緩和し、使用者をリラックスさせると考えられている。

### チェリークッシュ

不安、うつ病、不眠症に役立つと考えられている。

### ブルーチーズ

痛み、食欲不振、不安に役立つと考えられている。

### クラウン ロワイヤル

この強力な組み合わせは痛みを和らげ、リラックスさせるのに役立つと考えられている。

### ババクッシュ

不眠症と痛みの軽減に良いと考えられている。

### ゴッドズギフト

不眠症と痛みの軽減に良いと考えられている。

### ベリーホワイト

痛み、不安、うつ病に役立つと考えられている。

### クリティカルマス

痛み、食欲不振、不安に役立つと考えられている。

### アーリーピクセン

不安やうつ病に苦しむ使用者に有用だと考えられている。

### ホワイトクッキー

この品種は全身緩和をもたらすことで知られている。

### フルーティペブルズ

痛み、不安、およびうつ病に役立つと考えられている。

### バブルガム

不眠症および不安の治療に有用であると考えられている。

### キャンディケーン

ストレスを和らげ、緊張を緩和し、多幸感を創出するのに良いと考えられている。

## サティバ

この品種は、活力がない人やうつ病に苦しむ人を助けると言われている。

## ブルースパナー

痛み、不安、うつ病に役立つと考えられている。

## ジュシーフルーツ

不安、うつ、吐き気に役立つと考えられている。

## 8マイルハイ

不安、うつ、吐き気に役立つと考えられている。

## ゼウス

ゼウスには非常に高濃度の THC が含まれ、エネルギーを高めて、使用者をより社会的にすると考えられている。

## ヘイズ エクストリーム

創造的な会話を維持するのに役立つと考えられている。この品種は使用者を覚醒させるため、夜間の使用は良い選択ではない。

## モルフェウス

妄想が起こらずに大麻を体験したいユーザーのための品種。

## アジュールヘイズ

活力を刺激し、うつ病と戦うと考えられている

## ゴーストトレインヘイズ

食欲減退を退け、痛みやうつ病を和らげる手助けをされると考えられている。

## ハイブリッド

一般的にサティバとインディカとの交配である。

### ノーザンライツ

うつ病、ストレス、不眠症の緩和に役立つと考えられている。

### ドワーフ ローフライヤー

ストレスを和らげ、リラクゼーションに役立つと考えられている。

### リボルバー

痛みを和らげる効果があると考えられている。

### アイランド マウイ ヘイズ

この品種はうつ病や疲労を助けると考えられており、幸せな心の状態を作り出すことで知られている。

### ジャック・ヘラー

使用者に幸福感を与え、鮮明で創造的な気分させると考えられている。

## 最終的意見

課税は死を招く？

SANDRA

[THOMASherbmagazine@gmail.com](mailto:THOMASherbmagazine@gmail.com)

私たちが Herb 誌を新聞社に送付した同じ日に、カナダ各州の財務大臣がオタワで会合を開き、レクリエーション大麻の合法化が州にどのような負担をかけるのか、そして2018年7月の合法化以降はどのように課税するのかについての懸念を表明した。

州が医療、セキュリティ、教育プログラムなどのサービスに追加の収入が必要となることを懸念しているが、一方で大麻に課税をすれば、非常に多くの使用者が闇市場に戻ってしまうだけだという点を問題として挙げている。連邦政府は、合法化の目標は、犯罪者が大麻から利益を得ず、若者の手に渡らないようにすることだ、と述べている。

医療大麻の場合、1日乗り切るにはそれが必要だと断言する使用者がいる。私はある程度の課税には賛成だが、地方政府は合法化以前の時代には、闇の大麻業界が存在していたこと、そして価格が高すぎると、再び闇市場が生まれる可能性があることを忘れてはならない。