

# 市販薬の過量服用(オーバードーズ)等の乱用防止に係る普及啓発活動を踏まえた自殺総合対策の取組

南多摩保健医療圏

実施年度	開始 令和 6年度 終了(予定) 令和 6年度
背景	<p>近年、10代・20代の若者を中心に、処方箋がなくてもドラッグストア等で購入できる市販薬(OTC薬)の乱用が広がっており、当所では、令和5年度に医薬品の適正使用及びオーバードーズの危険性に関する情報を発信する普及啓発資料を作成した。</p> <p>10代・20代の若い世代を中心にオーバードーズが増加している背景には、家庭や学校等で感じている「生きづらさ」があり、そのような若者が相談支援につながることで、周囲の支援者が適切な対応ができることは、自殺対策と共通している。そのため、自殺対策の取組をオーバードーズの危険性や相談先の啓発も含めて展開することで、より効果的なゲートキーパー(自殺のリスクにつながるような悩みに気づき、必要な支援につなげ、見守る人)の啓発となる。</p>
目標	<p>オーバードーズの問題について、自殺対策の普及啓発と連動して行うことにより、『東京都自殺総合対策計画』及び『南多摩保健医療圏地域保健医療推進プラン』において重点的に取り組むとしている「若者の自殺対策の推進」を図る。</p>
事業内容	<p>自殺の背景には様々な要因があるため、自殺対策を実施するうえで所内連携は重要であり、市町村連携課を中心に生活環境安全課、保健対策課とも連携の上、以下の取組を実施した。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>講演会等による関係者向けの啓発 <ul style="list-style-type: none"> <li>オーバードーズをテーマにした若者支援者向け自殺対策講演会を開催</li> <li>八王子労働基準協会講習会(4月新入社員対象)にて講義を実施</li> <li>薬物乱用防止5市関係者連絡会にて、「オーバードーズに関する相談対応について」研修を実施</li> <li>南多摩保健医療圏地域保健医療福祉フォーラムでオーバードーズ啓発物作成の経緯・普及啓発状況を演題発表</li> </ul> </li> <li>普及啓発物の作成・更新 <ul style="list-style-type: none"> <li>オーバードーズと自殺総合対策の関連性に係るチラシ「若い世代にオーバードーズが増えています」の作成</li> <li>若者向け自殺対策リーフレット(扉)の更新(オーバードーズ相談先の追加)</li> </ul> </li> <li>普及啓発物の配布、案内 <p>様々な機会を捉え、オーバードーズ及び自殺対策の啓発物の配布・案内を行った。</p> </li> <li>連絡会等を活用した啓発、関係機関との連携 <ul style="list-style-type: none"> <li>大学生の健康づくりネットワーク連絡会での啓発</li> <li>圏域5市自殺対策担当者連絡会での啓発</li> <li>管内高等学校、管内大学への実情聞き取り調査</li> </ul> </li> </ol>
評価	<p>若者に関わる職種や、薬局等も含めた関係者向け講演会において、講義内容を理解したと回答した人が全体の99%と高く、対応方法についてのヒントを得られたという声もあり、支援者の資質向上につながったと思われる。</p> <p>また、高校の養護教諭等や大学の健康管理部門の担当者へ、聞き取り調査を実施したことで、ただ啓発物を送付するだけでなく、若者のオーバードーズの現状を知り、今後の啓発先の開拓も含めて展開することができた。</p> <p>引き続き関係機関のニーズをふまえた啓発物の配布など、関係機関・所内連携を行いながら取り組んでいく。</p>
問合せ先	<p>南多摩保健所 市町村連携課 企画調整担当</p> <p>電話 042-371-7661</p> <p>ファクシミリ 042-375-6697</p> <p>E-mail S1153205@section.metro.tokyo.jp</p>

## 1. 南多摩保健医療圏における自殺の現状

令和6年度の自殺対策白書によると、我が国の自殺者数は平成10年以降緩やかな減少傾向にあったが、コロナ禍の令和2年に増加に転じた後、令和4年まで3年連続で増加し、令和5年に4年ぶりに減少した。全体としては減少傾向にあるものの、子供については増加傾向にある。特に小中高生の自殺者数については、

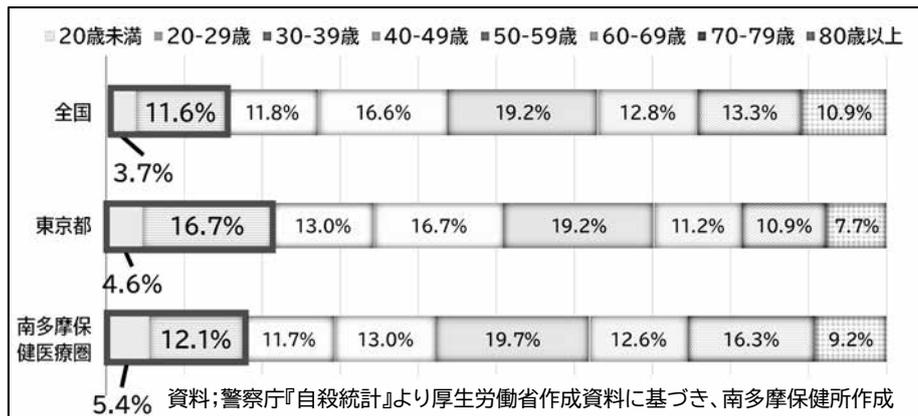
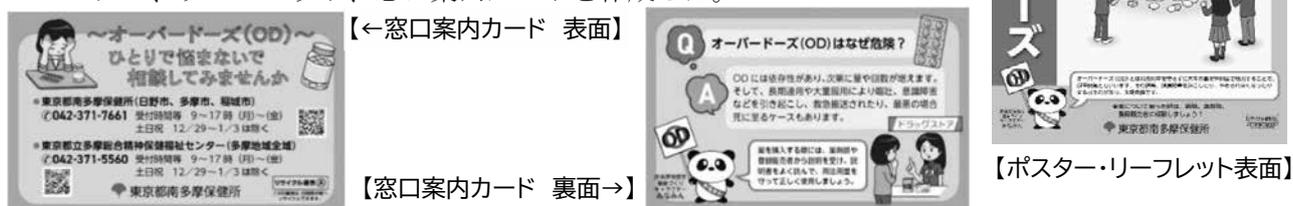


図1 令和5年 年代別自殺者数割合(全国・東京都・南多摩保健医療圏)

令和5年に513人となり、過去最多であった前年と同水準で推移している。  
令和5年の年代別自殺者数割合において、20代以下が全国に比べ、東京都、南多摩保健医療圏ともに高い状況である。(図1)このような状況も踏まえ、南多摩保健医療圏地域保健医療推進プランにおいても、重点プランに「自殺対策の総合的な推進」を掲げ、若い世代への普及啓発も継続的に実施している。

## 2. 令和5年度実施の成果

近年、10代20代の若者を中心に、市販薬(処方箋が無くても薬局、ドラッグストア、インターネット販売等により購入可能な医薬品)の過量服用(以下「オーバードーズ」という)の広がりが懸念されており、SNS上でも医薬品のオーバードーズや医薬品の売買に関連する書き込みが横行し、昨今社会問題となっている。このような背景をうけ、南多摩保健所では令和5年度からの1か年事業として「市販薬のオーバードーズ等の乱用防止に係る普及啓発活動」を実施することとし、自殺対策や保健相談を担う所内の多職種で連携して、管内の市販薬乱用の状況を分析・共有しながら、啓発資材の内容の検討を行い、以下のポスター、リーフレット、窓口案内カードを作成した。



オーバードーズ対策の対象者は、10代・20代の若者であり、その背景には家庭や学校で抱えている「つらい気持ち」があり、それを和らげるために市販薬に頼ってしまうことが多いと言われている。同じような背景を持つ若年者の自殺対策においても、この成果物を活用しながら、自殺対策を推進していくこととした。

## 3 事業内容

### (1) 目的

オーバードーズの問題と自殺対策の普及啓発を連動して行うことにより、『東京都自殺総合対策計画』及び『南多摩保健医療圏地域保健医療推進プラン』において重点的に取り組むとしている「若者の自殺対策の推進」を図る。

### (2) 事業実施の方向性

自殺の背景には様々な要因があるため、連携した取組が重要である。そのため、市町村連携課を中心に主に生活環境安全課薬事指導担当・保健対策課地域保健担当と連携の上、事業を実施した。また、所内横断的に事業を実施していくため、所内での会議等を活用し、その意見を反映させながら



③その他、様々な機会を捉え、オーバードーズ及び自殺対策の啓発物の配布・案内を行った。

4) 連絡会等を活用した啓発、関係機関との連携

①大学生の健康づくりネットワーク会議

管内には、大学・短期大学が11校あり、感染症発生時の対応をきっかけに、健康管理部門の担当者（看護師または保健師）と、平時から連携を図ることにより大学生の健康づくりを推進することを目的として、平成24年度から大学生の健康づくりネットワーク支援事業を実施している。

3月に実施したネットワーク会議において、薬事指導担当から、啓発物の周知を行い、地域保健担当から相談先として、保健所事業を紹介した。大学側には、オーバードーズや自殺に関する相談状況を伺った。

大学においては、学生相談室で心理職が対応していることが多く、保健室でのこころの相談件数は少ないが、保健室でも自殺に関する相談が年に平均1-2回程度あることが明らかになった。(図2)

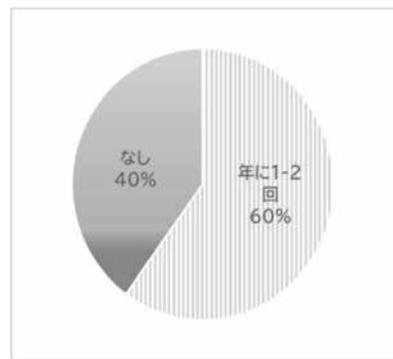


図2 大学における年間の自殺相談回数(n=10)

オーバードーズ事例は、内服加療している者がオーバードーズした事例や、一人暮らしでリストカットやオーバードーズを繰り返す事例、オーバードーズが繰り返されるために、精神科受診を促したなどの事例が確認できた。

②圏域5市自殺対策担当者連絡会において、薬事指導担当からオーバードーズ啓発物作成の経緯や活用について説明し、地域保健担当からは、相談対応者のケアについての助言を行い、各市の自殺対策の状況を共有した。

③管内高等学校、管内大学への実情聞き取り調査

管内には、都立高校が5校・私立高校が3校の計8校ある。全校の養護教諭等の担当者に聞き取りを実施した。

8校中オーバードーズに関する相談事例がない学校は2校のみであり、75%の学校で事例があると回答があった。(図3) 相談事例のある学校からは、「(特にネットを経由してできた)友人を通じて始まることが多い」「今思い浮かべるだけで5-6人の顔が浮かぶ」「中学1年生でもやっている子はいる」などの実情をうかがうことができた。



図3 高等学校におけるオーバードーズの事例の有無(n=8)

オーバードーズに関する教育機会の有無については、6割があると回答しており、全て都立高校であった。私立高校については、相談に至っていない潜在的な事例を考慮して、全体に

向けての教育は、タイミングを見計らっているとの意見も聞かれた。

相談にくる生徒の背景は様々だが、家族関係や人間関係の悩みがあることにより、行為に及んでいるケースが多いようだとのことであった。

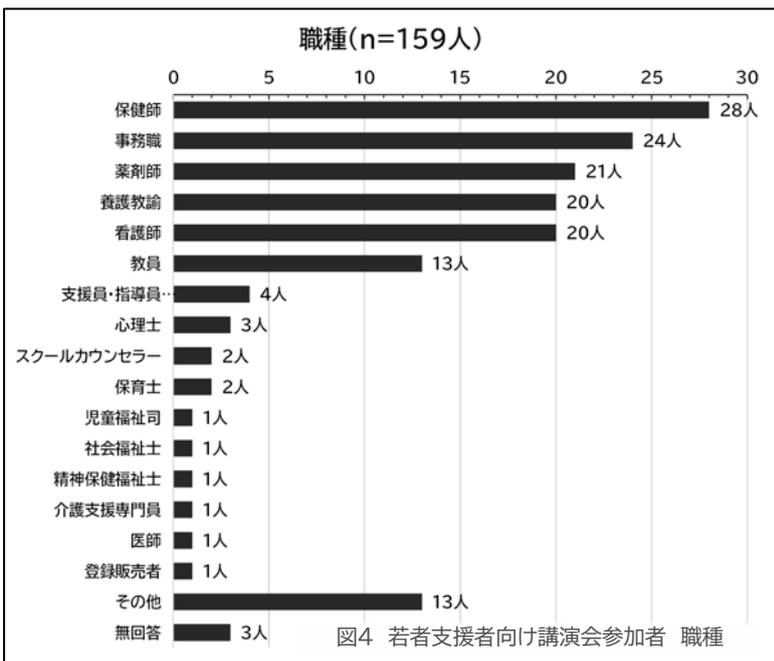


図4 若者支援者向け講演会参加者 職種

4 事業実施の評価

(1) 講演会実施の評価

講演会参加者のうち、アンケートに回答した159人を職種別にみると、保健師が28人と最多であり、次いで事務職24人、薬剤師も21人の順だった。

養護教諭も20人の参加があり、教員と合わせると33人で、教育現場において、関心が高いことがうかがえた。(図4)

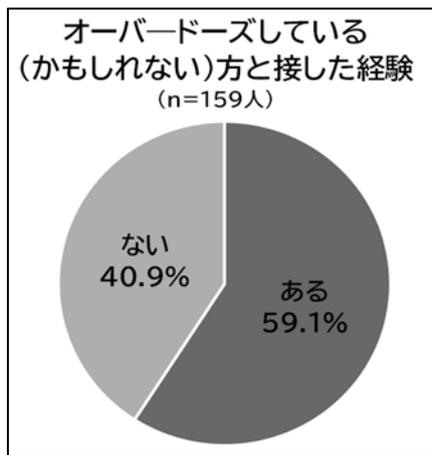


図5 若者支援者向け講演会参加者  
オーバードーズ対応経験

また、「オーバードーズをしている(かもしれない)」方との対応経験を問う質問には、約6割が「ある」と回答した。(図5)

高等学校への聞き取り調査の結果と比べて低い数字ではあったものの、学校や相談現場では、オーバードーズに関する問題が表面化、常態化している現状が伺えた。

参加者からは、「オーバードーズは、子供なりに困難な状況に立ち向かうための行動であり、安心して相談できる大人と繋がることが大切であることを改めて理解した」や「行動として表出されるような苦痛を子どもたちだけで解決しようとした時に何が起こるか、周囲としてはどのような環境を整えていけばよいのかを知ることができた」、「オーバードーズをやめさせるのではなく気持ちに寄り添う支援が必要であるということがわかった」、「学生との関わりの中で悩むことが多くあったが、講義を聞き納得することが多くあった」などたくさんの感想が寄せられ、参加者の満足度が高い講演会となった。

今回、講演会に参加した人へ、オーバードーズの背景や考え方を伝え、対応方法やヒントなど、正しい知識を普及啓発できたことで、オーバードーズに悩む若者への支援が深まり、支援者の資質向上にもつながったのではないかと考えられる。

また、薬局・薬店等関係者からも多く参加があり、質問がでるなど、積極的な様子が見られた。今後ゲートキーパーとして活躍していただける可能性が伺えたため、今後の検討課題としたい。

## (2) 高等学校・大学聞き取り調査の評価

大学と高等学校の聞き取り調査では、学生・生徒と養護教諭の距離感や、全ての事例が把握できていないなどの違いはあったが、いずれも相談を受け、対応していることが明らかになった。

高校ではオーバードーズが低年齢化しており、その背景には家族関係の課題や人間関係の問題が潜んでいることが推察された。今後は早期の相談を促せるよう、今まで実施できていなかった私立中学校や高校にも情報提供を行っていくことが大切である。

大学における相談は、心理職が行っており、健康管理部門での対応は少数であるため、今後は心理職ともネットワークを構築し、ともに若者への自殺対策を推進する必要がある。

## 5 まとめ

今回の取組を通して、講演会の実施や、様々な場面での普及啓発を重ねることにつながりが生まれ、そのつながりを基に、地域の実情を垣間見ることができた。

今回繋がった高等学校とは、新たな啓発の場としてさらなる連携を図る必要がある。他課と連携しながら対策を進めていくことで、今までとは違った場を含め、幅広く普及啓発活動ができた。

相談など援助希求をする人は氷山の一角であり、潜在している多くのハイリスク者が相談につながりやすいよう啓発し、直接支援にあたる人が適時適切な対応ができるよう働きかけることが、自殺対策でもオーバードーズ対策を行う上で重要である。今後も薬事指導担当で作成したリーフレットを活用し、圏域の市や関係機関とも連携しながら、保健所の強みを活かし、所全体で横断的な自殺対策の取組を推進していく。