

若年層の市販薬等オーバードーズ防止と自殺総合対策の取組

～大学生と高校生の現場から見える実態に焦点を当てて～

東京都南多摩保健所 市町村連携課・管理課(☆)
平田真未恵 林 美紀 矢島寛希 岡田美保(☆) 根岸 潤

1 はじめに

令和6年版の自殺対策白書によると、我が国の自殺者数は、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、令和5(2023)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。

また、東京都、南多摩保健医療圏では20代以下の若者の自殺者数の割合が高い傾向があり(図1)、南多摩保健医療圏

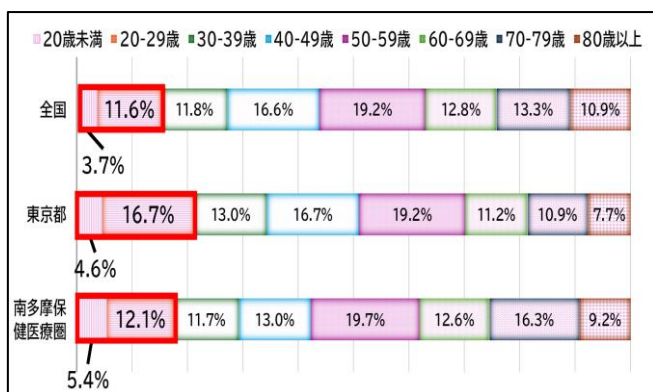


図1 令和5年 年代別自殺者数割合 (全国・東京都・南多摩保健医療圏)

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。

一方、近年若い世代の市販薬多量服薬(オーバードーズ)が問題となっている状況をふまえ、南多摩保健所では、令和5年度にオーバードーズ対策の普及啓発物を作成した。対策の主な対象者である10代・20代の若者は、その背景に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ることが多いと言われており、自殺対策とも共通した課題を抱えている。そこで、令和6年度にオーバードーズの問題と連動し自殺対策の取組を行った。

2 実施内容

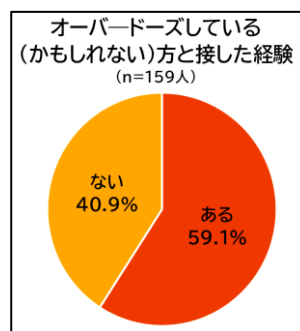
自殺の背景には様々な要因があるため、所内連携の上、以下①から④の取組を実施した。

- ① 講演会等による関係者向けの啓発
- ② 普及啓発物の作成・更新
- ③ 普及啓発物の配布・案内
- ④ 連絡会等を活用した啓発、関係機関との連携

取組を進めるなかで、大学生と高校生の自殺相談やオーバードーズの実情を把握したため、その内容について以下に報告する。

(1)「若者支援者向け自殺対策講演会」アンケート結果

7月に実施した「若者支援者向け自殺対策講演会」のアンケートで、「オーバードーズをしている(かもしれない)」方への対応経験を問う質問には、約6割が「ある」と回答した。(図2)



の対応経験を問う質問には、約6割が「ある」と回答した。(図2)

図2 若者支援者向け講演会参加者オーバードーズ対応経験

(2) 大学への実情聞き取り調査

平時の感染症対策の取組と若者の健康づくりに関して、大学の保健管理部門の担当者と保健所でネットワークを構築し、現在は 11 大学・短期大学が参加している。

令和 7 年 3 月に実施した「大学生の健康づくりネットワーク会議」において、大学におけるオーバードーズや自殺に関する相談状況を伺った。大学でのメンタル相談は、学生相談室で心理職が対応することが多く、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。

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。

(3) 高等学校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)

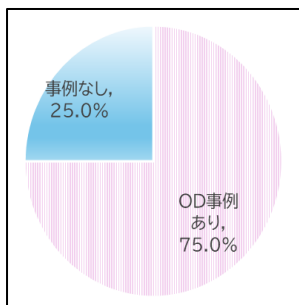


図3 高等学校におけるオーバードーズの事例の有無 (n=8)

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らる」などの実情を伺うことができた。

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行為に及ぶ要因となっているケースが多いのではないかとのことであった。

3 課題分析・今後の方向性

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うかがえた。

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、大学・高校いずれも相談を受け、対応を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の低年齢化が進んでおり、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実態が確認できた。今後は早期相談を促すため、これ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うことが重要である。

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ないため、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。

4 まとめ

本調査を通じ、大学や高校の現場ではオーバードーズや自殺に関する相談が一定数存在することが明らかとなった。

こうした現場の実態を踏まえ、若者が早期に相談できる環境づくりや、支援者の対応力向上、関係機関との連携強化がより一層重要である。

今後も圏域の市や関係機関とも連携し、保健所の強みを活かして、所全体で横断的な自殺対策の取組を推進していくことが重要である。