

めいちゃんてい
名探偵エイトがあなたと
一緒に調べます

今月のテーマ

薬の過剰摂取「オーバードーズ」に悩んだら

名探偵エイトの

お悩み
相談室オーバードーズ
とは…

決められた用法・用量を守らず、医薬品を一度に大量に服用すること。医薬品を不適切に使用すると、心身に悪影響を及ぼす。近年では、本来の目的以外で市販薬を大量に服用するケースが特に若者の間で広がっている。

治療ではなく
乱用目的で
市販薬を使用した経験

高校生

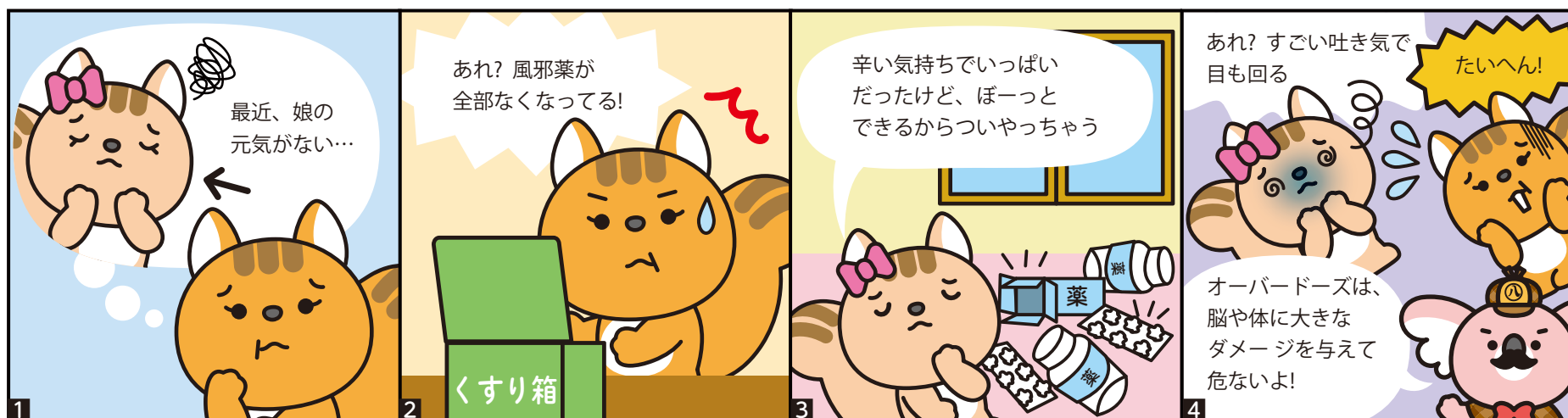
約70人に1人

中学生

約55人に1人

国立精神・神経医療研究センター「薬物使用と生活に関する全国高校生調査」(令和7年度)
「薬物乱用・依存状況の実態把握のための全国調査と近年の動向を踏まえた大麻等の乱用に関する研究」(令和6年度)より今月の相談者
リス奈さん(母43歳)
リスっぺさん(娘15歳)

「市販薬でも、間違った使い方をすると危険!」の巻



どうしたらいいか相談しよう!

教えて!
廣瀬さん

- オーバードーズは、**重い健康被害や最悪の場合は命に関わる恐れもあり、非常に危険です。**
 - 繰り返すことで、**依存症になり自分の意思ではやめられなくなることもあります。**
- 心と体を大切にするために、
本人も周りの方も一人で抱え込まず、相談してください!**

健康福祉局環境薬務課のひろせ



ステップ1 オーバードーズを知る

なぜオーバードーズをしてしまうの?



家庭や学校などで抱える悩みや不安、生きづらさから一時的に逃避するためなどといわれています。

家族や周りの方ができることは?



○ 適切な行動

- ・落ち着いて冷静に対応し、緊急の場合は救急車を呼ぶ
- ・本人の話に耳を傾け、気持ちに寄り添う
- ・子どもを相談窓口につなげる
- ・自身も相談窓口相談する

× やってはいけないこと

- ・子どもの行動や人格を責めたり否定したりする
- ・医薬品を無理やり取り上げる
- ・自身の不安を子どもにぶつける

ステップ2 あなたの悩みにあった相談窓口を見つける

名古屋市相談窓口情報サイト

家族・学校・交際関係など
さまざまな悩みに関する相談窓口をご案内。詳しくは
こちら心のモヤモヤを
相談してみようかな依存症かも…
家族からの声のかけ方を
知りたいな

例えば友人関係に悩み、学校に行きたくない…

例えば薬の依存症が心配…

子ども・若者総合相談センター **秘密厳守** **無料**「友人や親との関係がうまくいかない」「人とうまく話せない」などのさまざまな悩みをお持ちの**子ども・若者とその保護者**を対象とした、専門の相談員による面接相談(予約制)やLINE相談。

まずはお電話を ☎ 052-961-2544(予約用)

受付 月曜日～土曜日(祝休日休み)の午前10:00～午後5:00

対象 市内在住でおおむね**39歳までの方とその保護者**

場所 東区・中区

LINE相談も! 匿名可能日時 月曜日～土曜日(祝休日休み)の午後5:30～9:30
(受け付けは午後9:00まで)詳しくは
こちらさまざまな相談方法が
あるから相談しやすいね

精神保健福祉センター こころば依存症相談窓口

秘密厳守 **無料**アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症に関して、**本人や家族**などを対象とした、専門の相談員による電話相談や面接相談(予約制)。まずはお電話を ☎ 052-483-3022 **匿名可能**

受付 月曜日～金曜日(祝休日休み)の午前8:45～午後5:15

対象 市内在住か在勤(学)の方

場所 中村区

相談のほかにも家族向けの「依存症家族のつどい」などで
対応方法も学べる。詳しくは
こちら子どもとの
コミュニケーションの
取り方のヒントになった