

# 歌舞伎町に集まる若年者から見る 市販薬濫用の実態と施策

公益社団法人 **日本駆け込み寺**

東京都新宿区歌舞伎町2丁目42-3

03-5291-5720

代表理事 天野 将典

---

## 公益社団法人日本駆け込み寺とは

---

# 新宿区歌舞伎町で21年間、 5万人のあらゆる問題を解決してきた。

2002年、歌舞伎町であらゆる悩みを抱えた人を救済する為に開設した。  
「たった一人のあなたを救う」をモットーに21年間活動してきた。

近年では、歌舞伎町で彷徨う若年者に対しての支援をする中で、若年者の市販薬濫用が進んでいることが分かった。

(歌舞伎町アウトリーチ、子ども食堂)

これまでの21年間の活動の中で、大麻、違法ドラッグなどの相談を受けることも多いことから、近年増加した市販薬濫用の相談にも対応している。



---

---

01

# 歌舞伎町に集まる若年者

公益社団法人日本駆け込み寺事務所のある歌舞伎町に集まる若年者の特徴。

01



# 家庭や学校に居場所のない。 愛情を感じたことがない。

様々な要因により、家庭や学校に居場所が無い若年者が多い。また、育児放棄や両親の離婚などが原因で愛情を感じられず、社会にうまく馴染めていない若年者が多い。ほとんどの問題は家庭内で発生しているように感じる。

家庭：家庭内暴力、虐待、育児放棄、貧困、ひきこもりなど  
学校：いじめ、学力など





## TIKTOK ,XなどのSNSから 歌舞伎町という居場所を 見つけた。

多くの若年者はSNSなどで情報を得ている。また、歌舞伎町に来た若年者のほとんどがSNS（特にTikTokやX）を見て歌舞伎町を訪れた。

未成年者の多くは補導から逃れるためにホテルやネットカフェで夜間を過ごしている。一部の未成年者は自宅に帰ることなく、家族などから搜索願を出されている者も多くいる。

---

---

02

## 市販薬濫用の実態

特に歌舞伎町に集まる若年者の市販薬濫用について。  
全国の若年者の実態と重なる部分も多い。また、歌舞伎町には全国から若年者が訪れることから、問題が表面化しやすい側面がある。

02

# みんなやっているから… 仲間はずれになりたくない…

自分の居場所を求めて訪れた歌舞伎町で、居場所を見つけた若年者が、上記の理由で市販薬濫用することが多い。

気軽に市販薬乱用するものが多い、違法行為ではないこと、薬が簡単に手に入ることで実践するハードルが低い。

友人との会話の中でも市販薬濫用の話題がよく出るのを、当団体職員も確認している。（子ども食堂開催時、アウトリーチ）市販薬の種類、摂取量などの情報を共有したり、比べたりしている。



## 市販薬濫用者の特徴

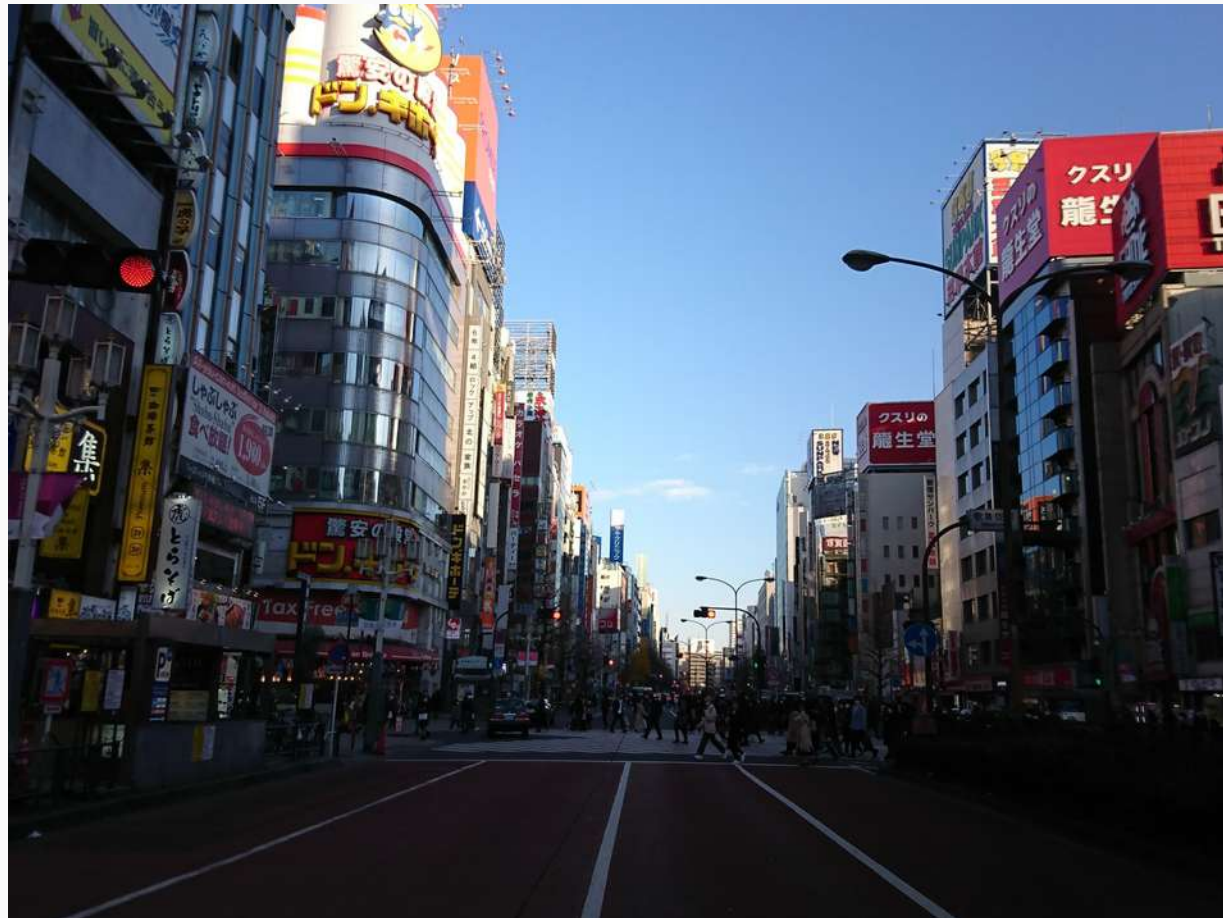
- ① 10代～20代（特に中高生等）が多い（市販薬の濫用は特に）
- ② 女性が大半である
- ③ 濫用は10代から開始する人が多い



## 市販薬濫用の動機

市販薬濫用は意図的なものである。

- 友達がやっているから。仲間外れになりたくない。
- ファッション感覚で行う。オシャレなイメージがある。（薬のキーホルダーもある）
- 犯罪行為ではない。
- 気軽に簡単に入手できる。
- 多幸感を味わいたい。楽しい気持ちになりたい。現実逃避したい。  
（パキカラと言ってハイな状態でカラオケに行くのが流行している。お酒と同じ感覚。）
- 身体的外傷がない。
- 興味本位（SNSなどでODの投稿を見て興味を持った）



## 購入経路は、実店舗での購入割合が多い。

歌舞伎町に訪れている若年者の多くは、歌舞伎町内のディスカウントストアで市販薬を多く購入している。しかし、購入数量の制限がある場合は友人らに代理購入を依頼する者もいる。また、渋谷、池袋など近隣の地域へも購入のために足を運ぶこともある。何よりすぐに入手できるため実店舗での購入割合が多い。

常習的に市販薬濫用を行っており、そのための市販薬を常備しているような若年者はネット通販を利用して大量の市販薬を一度に購入している。一部では市販薬の転売をしている者もいる。

## 市販薬濫用に使用される主な薬

### ★メジコン

錠剤が小さく飲みやすい。一度に330錠摂取した者もいる。

### ★ブロン

錠剤がやや大きい。糖衣を水で溶かして小さくして摂取している。糖衣が甘くて飲みやすい。

ラムネのお菓子と混ぜてロシアンルーレットのようにしてゲーム感覚で摂取している者もいる。

その他多数（ウット、パブロン、コンタック、イブ等）

それぞれの薬で効果や現れる現象に差があるため、気分によって種類を変えたりする。

また、複数の市販薬を混ぜ合わせることで効果の違いを比較したりしている。一部では薬について勉強している者もあり、成分を確認して自分に効果のあるものを選択する。

友人からのODの相談に乗り薬の紹介をしている者もいる。

# 17歳の女性が所持していた薬



# 16歳の女性が所持していた薬



## 身体的特徴が無いため 見抜くことが困難

市販薬濫用をしても、身体的な特徴や外傷がないため濫用者を見抜くことが困難である。身体的特徴や外傷が無いことから販売者も濫用目的の購入なのかの判断が難しい。また、若年者も気軽に濫用をすることができる。

この気軽さが市販薬濫用者が増加している理由の一つである。



## 市販薬濫用者のインタビュー

### ODしたくなる時はどんな時？

バットに入った時。  
気分が落ち込んだ時。  
気分を変えたい時。  
寂しい時。  
みんながしている時、自分も一緒にしたくなる。

### ODは一人で行うの？

一人でする時もあるけど、みんなと一緒にすることが多い。みんなと一緒にODすることが楽しい。みんなでODしてカラオケに行くパキカラが楽しい。  
ホテルでみんな集まって飲むと安心する。仲間意識が強まる気がする。



## 市販薬濫用者のインタビュー

### ODってどんな感覚ですか？

大人はお酒飲んで楽しんでいる、私たちにとっては大人がお酒飲むような感覚。

お酒とタバコとODは同じような感じ。

### ODを始めたきっかけは？

友達がやっているから。

お酒、タバコの未成年者の購入が難しくなってきたから、ODをするようになった。

SNSでODをしている人の投稿を見て自分もやってみようと思った。

## 市販薬濫用者のインタビュー

**薬の成分について調べたことある？**

めちゃ調べた。  
アッパー系の成分とダウン系の成分が入った市販薬を同時に飲んで、自分の体内で両方の薬が戦っている感覚が楽しい。調べて勉強して実践するを繰り返している。

**どうしたらODしなくなる？**

飲みにくい薬の形状にしたほうがいいと思う。星型や四角形のように角があったら飲みにくい。  
本当に薬が必要な人は飲みにくいかもしれないけど、OD目的で使っている人がほとんどだと思う。

## 市販薬濫用者のインタビュー

### ODを辞めたきっかけは？

これ以上やったら死ぬって思った。  
あとは、友達がODでパキっている時の様子を見た時に自分もこうなっているんだと思って辞めた。  
家族にパキっている姿を見られた時。おばあちゃんに見られたのがショックで辞めた。

### 違法薬物には手を出さないの？

出さない。  
もちろんやってる人もいるけど、私はしない。やっぱり違法っていうところに抵抗がある。

---

---

03

# 日本駆け込み寺の考える施策

日々の活動の中で日本駆け込み寺の考える施策について。

03

## 市販薬濫用から離れるきっかけをつくる。

- 濫用目的での購入をさせない
- 薬品購入履歴アプリの導入
- 市販薬濫用の危険性を伝える（家庭環境・教育）
- 市販薬濫用をやめるブームをつくる（当事者たちの中で）
- 居場所の提供

## 濫用目的の購入をさせない

市販薬濫用の手軽さから濫用する若年者が後を経たない状態。販売者が濫用に使用される可能性を見抜くのは困難であるが、明らかに適切な使用をしていないと思われる人に対して、症状のヒアリングであったり、声かけなどを行う。

※適切な対応をしていないと思われる人の例

- ・頻繁に大量の市販薬を購入する（用法、容量を守った場合2週間分ある薬品を3日に一回購入するなど）

これまでの支援の経験より若年者には「使用上の注意、用法、容量の読み合わせを行った上で、濫用により危険性を伝える。」ことで濫用を防ぐことができると考える。医薬品の購入に負荷をかけることで濫用目的の購入を減らす。コンビニで酒類やタバコ類を購入した際に20歳以上ですか？との問いがあるように、適切に摂取するかの確認をする。

身分証提示、会員限定なども有効と考える。（次項のアプリ導入が有効案）

## 薬品購入履歴アプリの導入



市販薬濫用を防止するために薬品購入履歴が記録できるアプリを使用する。大型店舗から小型店舗、個人経営の店舗まで、費用がかからない方法でシステムを導入できるように工夫する。課題としてスマホを持っていない人（高齢者や子供、外国人）の履歴の管理ができないこと、データの管理の問題などがある。

## 市販薬濫用の危険性を伝える

歌舞伎町など市販薬濫用者が多く集まると思われる、地域では街頭広告などで市販薬濫用の危険性を伝える広告を行う。また、TikTokやXなどのSNSを活用した広告などで訴求すると若年者にリーチしやすい。これを各市区町村が行い、全国的に危険性を発信することで浸透しやすい状況をつくる。学校での教育も行う。（保健体育や健康診断の際などに勉強の機会を提供する）

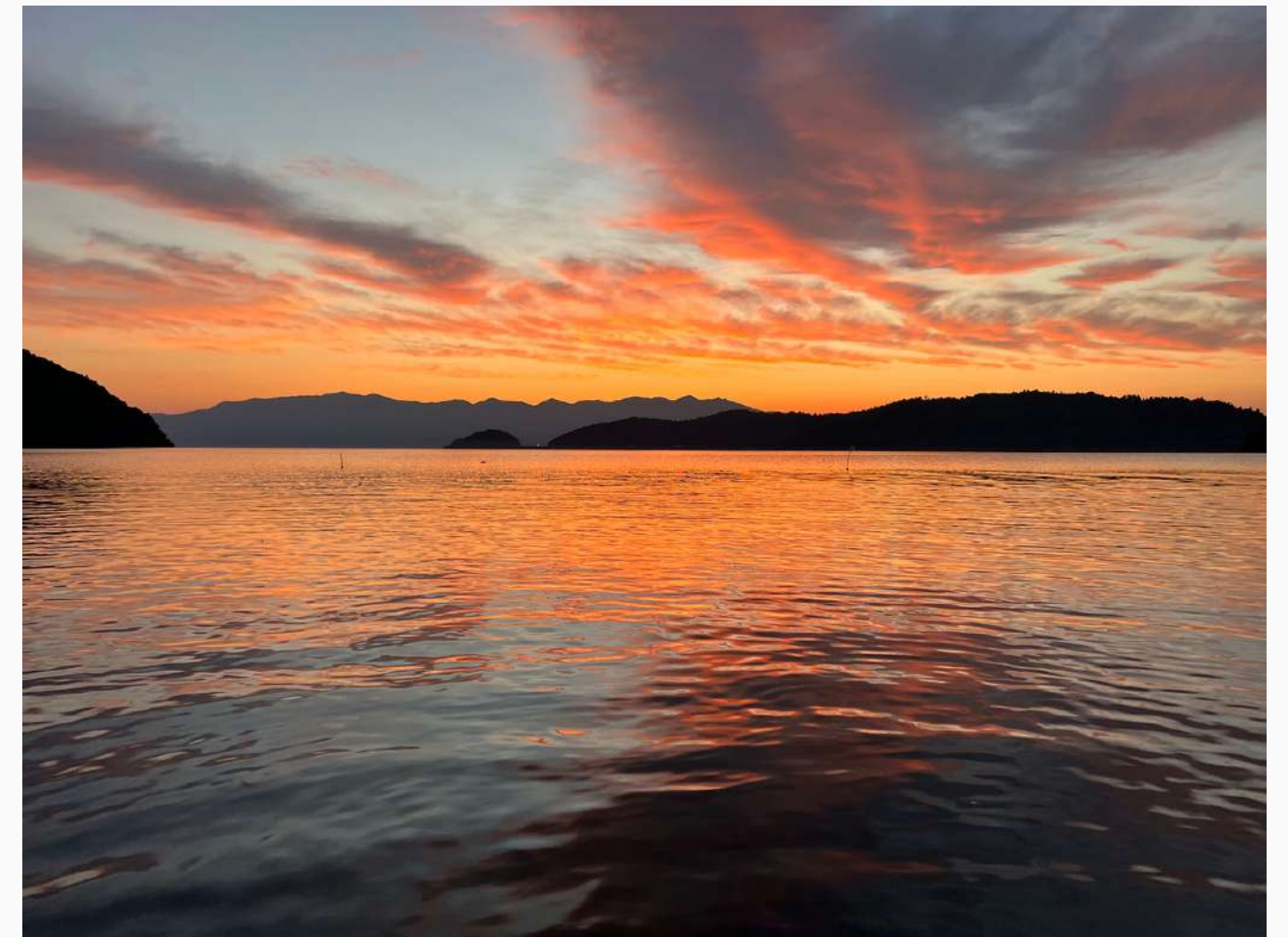
実際に歌舞伎町に訪れていた若年者の数名は市販薬濫用が原因で死亡しているケースがあり、非常に危険であることを当事者らも認識しているがやめられない状態である。





# 市販薬濫用をやめるブームをつくる

歌舞伎町に訪れる若年者の中で影響力のある人物と協力して市販薬濫用をやめさせるブームを作り出す。「みんなやっているからODをした」と話す若年者が多いため、「みんなで止めよう」といった風潮を作り出す。夢を与えることが必要だと考える。



## 居場所の提供

自分の居場所がない。孤独である。愛情を感じたことがない。と言った若年者が市販薬濫用を行うケースが多いように感じる。そのような、若年者に対して安心して過ごせる居場所を提供し一定期間の保護を行う。保護期間の中で、市販薬濫用の危険性の教育を行うほかに、対人、家族関係で悩んでいることや自分の将来について悩んでいる事など、相談、カウンセリングを行う。

