

学生事例に見る若者の現状と家族を含めた支援の在り方

県立広島大学後援会総会

日時 令和8年(2026年)6月21日(日)
10時50分～11時40分

場所 県立広島大学 広島キャンパス

講師 大学教育実践センター・学生相談室

藤巻 康一郎

石原 克秀

県立広島大学後援会総会講演

目的・目次

対象

本学後援会会員ならびに本学学生の保護者・ご家族の皆さま

目的

大学生の身近にある依存および嗜癖行動への理解を深め、学生の変化に気づき、適切な対応につなげるための視点を共有する。

目次

学生に関係する依存および嗜癖の定義(広義)について (藤巻)

大学生の依存にまつわる社会的トピックスの紹介 (石原)

大学生の依存に関する実態・学生生活への影響事例 (石原)

本学における学生支援体制の紹介 保護者へのお願い (石原)

まとめ (藤巻・石原)

質疑応答(ご質問1名程度) (藤巻・石原)

1. 学生に関する依存および嗜癖の定義（広義）

「好き」「熱中」と「生活に支障が出る依存」を区別して理解する

依存（addiction）

特定の物質・行動を「やめたいのにやめられない」状態。コントロール困難、優先順位の逆転、悪影響があっても継続が中心。

① コントロール困難

量・時間・頻度を調整できない

② 優先順位の逆転

学業・睡眠・人間関係より優先

③ 悪影響があっても継続

遅刻・欠席・金銭問題・体調不良

嗜癖（広義）

物質だけでなく、ギャンブル・ゲーム・SNS等の行動も含め、強く好んで繰り返す行動パターン（習慣や傾向）。医学的診断名とは限らない。

要点：問題は「意思が弱い」ではなく、孤立・不眠・不安・ストレスと結びつきやすい“支援が必要なサイン”として捉えます。

「熱中」と「依存」の間には連続性があります

熱中：生活の中心ではあるが、自分で調整できる

危険な使い方：睡眠不足・遅刻・欠席・課金などが始まる

依存状態：やめようとしても戻ってしまい、本人・家族の生活に支障が出る

熱中

危険な使い方

依存状態

物質

アルコール・ニコチン（タバコ）・市販薬／処方薬の不適切使用、違法薬物

行動

ギャンブル・ゲーム・SNS・動画・買い物等

背景

孤独感・不眠・不安
・抑うつ・発達特性
・過重なストレス

目標

罰することより、
早めに気づき相談
につなぐ

医学的には、ICD-11で物質使用症群に加え、ギャンブル障害・ゲーム障害が「嗜癖行動による障害」として扱われます。

県立広島大学後援会総会講演

家族が気づきやすい「変化」のサイン

生活リズム

昼夜逆転、遅刻・欠席、食事・入浴・片付けの乱れ

学修・行動

課題未提出、成績低下、実習・バイトのトラブル

対人・感情

孤立、急な怒りっぽさ、落ち込み、相談を避ける

金銭・物品

急な出費、課金・借金、薬や空き箱が増える、所持品の変化

身体・安全

不眠、体重変化、ふらつき、過量服薬、自傷をほのめかす発言

緊急性が高いサイン：自殺を示唆する発言、意識障害、過量服薬、暴力・著しい混乱がある場合は、医療機関・救急・地域の相談窓口につなげます。

ご家庭での初期対応：問い詰めるより、事実確認と安全確認

1

まず変化を伝える

「最近眠れていないように見える」など観察事実から話す

2

困りごとを聴く

説教・叱責よりも、本人の困難と背景を確認する

3

安全を確認する

過量服薬・自傷念慮・借金等があれば早めに専門相談へ

4

大学・医療につなぐ

学生支援係、学生相談室、保健室、医療機関と連携する

避けたい関わり

「なぜやめられないの」「意志が弱い」など責める言い方

有効な関わり

「一緒に整理しよう」「相談先を一緒に探そう」

大学は、ご本人の意思と安全に配慮しながら、ご家族を含めたチーム支援を検討します。

県立広島大学後援会総会講演

薬の過剰摂取 オーバードーズ 搬送最多319人

広島市消防局 25年 目立つ若い女性

広島市消防局の管内で2025年、風邪薬や頭痛薬といった医薬品の過剰摂取「オーバードーズ(OD)」とみられる救急搬送が319人(速報値)に上り、記録を取り始めた20年以降で最多となったことが市消防局への取材で分かった。女性が8割近くを占め、若年層の比率が高いのが特徴。ODは意識障害を引き起こし、命に関わるケースもある。広島県全体でも高止まりの状況が続いている(27面)関連記事。

(菊池諒)

市消防局が管内の広島市、廿日市市吉和地区、田町を対象に、救急搬送

クリック

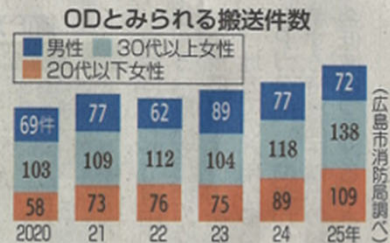
オーバードーズ(OD) 医薬品を決められた量を超えて過剰に服用する行為。意識がなくなったり、呼吸が困難になったり、死に至るケースもある。市販薬の乱用が広がる中、国は関連法を改正。今年5月に施行され、

乱用の恐れがある成分を「指定濫用防止医薬品」とした。これらを有効成分とする医薬品を販売する際、薬局やドラッグストアは購入者への確認と情報提供をするのが義務化された。他の店舗や他の指定医薬品の購入の有無などの確認も必要になった。

時に隊員が作成した業務報告書の傷病名から「OD」「薬」「過剰」などの単語を抽出し、算出した。25年のODが原因とされる搬送者は319人で、女性が77・4%の247人。20代以下の女性は109人で、全体の3割超に上っている。搬送者数は増加傾向にある。20年230人▽21年259人▽22年250

人▽23年268人▽24年284人。いずれも女性が6割以上を占め、20代以下の女性の割合は全体の25%を超えている。一方、広島県業務課によると、県内全13消防局・本部のデータを県が独自に算出した結果、25年のODとみられる搬送者は585人。20代以下が249人で42・6%を占める。算出を始めた22年以降、500〜600人台で推移し、同課は「高止まりの状態。普及啓発に力を入れる」とする。

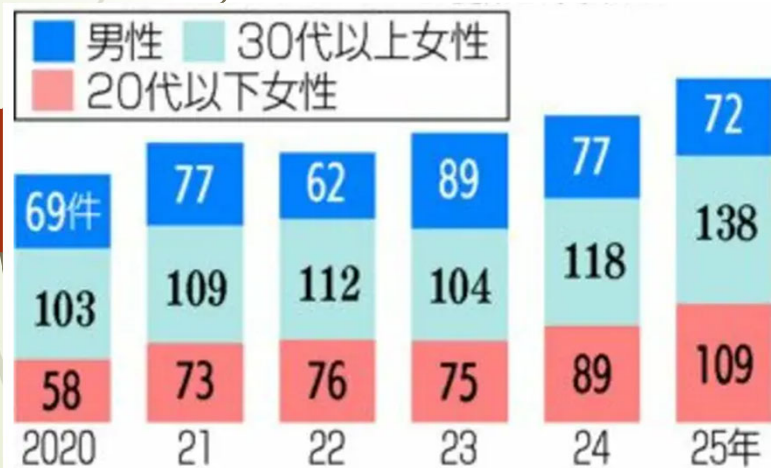
瀬野川病院(広島市安芸区)で薬物依存症を専



大学生と依存関連問題

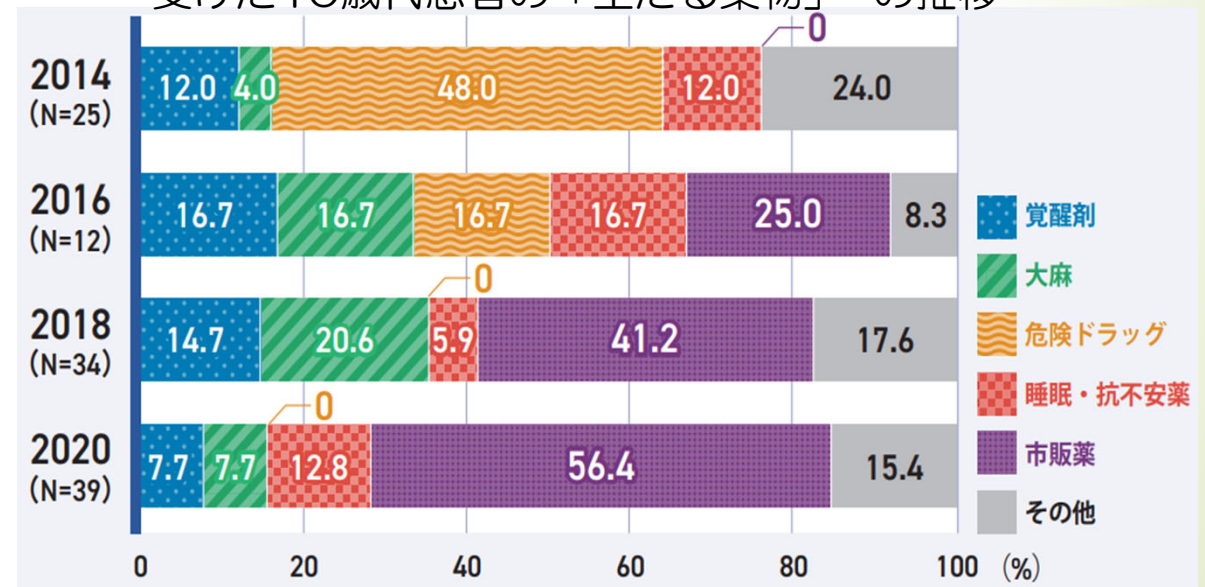
- 飲酒 喫煙 過度なエナジードリンク摂取
- OTC薬(市販の指定濫用防止医薬品)や処方薬の不適切な服用 違法薬物(大麻等 危険ドラッグ 覚醒剤)摂取
- ギャンブル(公営ギャンブル オンラインカジノ)
- SNS ゲーム 動画 インターネット 推し活・・・

ODとみられる搬送件数



広島市消防局調べ 中国新聞2026.6.3

全国の精神科医療施設における薬物依存症の治療を受けた10歳代患者の「主たる薬物」※の推移



参考: 全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患の実態調査(2020年) 県立広島大学後援会総会講演
 ※「主たる薬物」とは患者の精神的症状に関して臨床的に最も関連が深いと思われる薬物

大学生に身近なオーバードーズ(OD)事例

A県内の10代の女子大学生が初めてODを経験したのは2025年11月のこと。大学の交友関係に悩み、孤独を感じ、眠れない日々が苦しかった。「もう死んでもいい...」。大量の錠剤を一気に飲んだ。

昔から人の言葉のニュアンスをくむのが苦手だった。大学に入り、周囲の学生との距離感がつかめず、「自分が浮いていると感じるようになった」。友達と思っていた相手に裏切られた。「私の居場所はない」と思い詰めた。親にも心配かけたくないと相談できず、1人で抱え込んだ。

寝られない夜が続き、精神科を受診した。処方された薬を服用すると楽になったが、一時的だった。そんな時、ODがよぎった。「苦しみから逃れられるなら死んでもいいや」。昨年11月、1回2錠の薬を20錠飲んだ。

意識が遠のいていく。足に力が入らない。ベッドにたどり着けず床に崩れ落ちた。翌日、目が覚めた時は激しい頭痛に襲われた。それでも翌12月、再び薬に手を出した。

女子大生はODについて「後悔はしていない」と言う。ただ死の危険性を感じたのも確かだった。そんな時、大切な人から「自分を表現できるものに打ち込んでみてはどう」と声をかけられた。はっとしたという。

今、その打ち込みたいものが見つかった。薬から距離を置き、自分を見つめ直している。



中国新聞オンライン <https://www.chugoku-np.co.jp/articles/-/840985> 2026.6.3一部改変
県立広島大学後援会総会講演

大学生に身近なオーバードーズ(OD)事例

A県内の10代の女子大学生が初めてODを経験したのは2025年11月のこと。大学の交友関係に悩み、孤独を感じ、眠れない日々が苦しかった。「もう死んでもいい...」。大量の錠剤を一気に飲んだ。

昔から人の言葉のニュアンスをくむのが苦手だった。大学に入り、周囲の学生との距離感がつかめず、「自分が浮いていると感じるようになった」。友達と思っていた相手に裏切られた。「私の居場所はない」と思い詰めた。親にも心配かけたくないと相談できず、一人で抱え込んだ。

寝られない夜が続き、精神科を受診した。処方された薬を服用すると楽になったが、一時的だった。そんな時、ODがよぎった。「苦しみから逃れられるなら死んでもいいや」。昨年11月、1回2錠の薬を20錠飲んだ。

意識が遠のいていく。足に力が入らない。ベッドにたどり着けず床に崩れ落ちた。翌日、目が覚めた時は激しい頭痛に襲われた。それでも翌12月、再び薬に手を出した。

女子大生はODについて「後悔はしていない」と言う。ただ死の危険性を感じたのも確かだった。そんな時、大切な人から「自分を表現できるものに打ち込んでみてはどう」と声をかけられた。はっとしたという。

今、その打ち込みたいものが見つかった。薬から距離を置き、自分を見つめ直している。



中国新聞オンライン <https://www.chugoku-np.co.jp/articles/-/840985> 2026.6.3一部改変
県立広島大学後援会総会講演



スマートフォンに依存していると思うジャンル(参考)

(複数)※性年代別 上位5位抜粋

男性10代 (n=119)			男性20代 (n=564)			男性30代 (n=549)		
1位	動画視聴	62.2%	1位	動画視聴	55.1%	1位	ネットサーフィン	51.0%
2位	SNS	54.6%	2位	SNS	47.2%	2位	動画視聴	46.3%
3位	ゲーム	50.4%	3位	LINE	41.8%	3位	スマホ決済	41.3%
4位	LINE	46.2%	4位	ネットサーフィン	41.5%	4位	LINE	41.2%
5位	音楽	41.2%	5位	ゲーム	37.4%	5位	SNS	40.8%
男性40代 (n=671)			男性50代 (n=684)			男性60代 (n=496)		
1位	ネットサーフィン	49.9%	1位	スマホ決済	46.3%	1位	LINE	59.1%
2位	スマホ決済	43.8%	2位	LINE	43.3%	2位	スマホ決済	48.2%
3位	LINE	43.2%	3位	ネットサーフィン	36.7%	3位	メール	45.8%
4位	動画視聴	39.0%	4位	地図	36.5%	4位	電話	42.1%
5位	メール	29.8%	5位	メール	34.1%	5位	地図	38.9%
女性10代 (n=105)			女性20代 (n=595)			女性30代 (n=602)		
1位	SNS	84.8%	1位	SNS	67.1%	1位	SNS	52.7%
2位	動画視聴	59.0%	2位	動画視聴	53.9%	2位	ネットサーフィン	50.2%
3位	音楽	56.2%	3位	LINE	47.2%	3位	LINE	49.2%
4位	LINE	44.8%	4位	ネットサーフィン	37.0%	4位	動画視聴	41.7%
5位	スマホ決済	34.3%	5位	音楽	30.6%	5位	ショッピング・通販	37.0%
女性40代 (n=670)			女性50代 (n=675)			女性60代 (n=521)		
1位	ネットサーフィン	46.0%	1位	LINE	48.1%	1位	LINE	61.2%
2位	LINE	44.0%	2位	ネットサーフィン	37.0%	2位	スマホ決済	38.0%
3位	SNS	38.1%	3位	動画視聴	32.6%	3位	メール	35.5%
4位	動画視聴	33.3%	4位	スマホ決済	31.3%	4位	電話	34.4%
5位	ショッピング・通販	31.8%	5位	SNS	30.5%	5位	カメラ	29.8%

2024.8.20https://mmdlabo.jp/investigation/detail_2358.html MMD研究所 2026.4.10引用

県立広島大学後援会総会講演

保護者の皆さまへ ご協力をお願い

- 本学の学生支援体制 大学とご家族を含めたチーム支援
教員(チューター担当制)及び研究室(ゼミ)担当指導教員
各キャンパス 教学課学生支援係、保健室



学生相談室 カウンセラー10名(広島2名、三原3名、庄原5名)

キャリアセンター アドバイザー7名(広島1名、三原3名、庄原2名)

- 連携、情報共有について

講義や実習、実験等出欠状況や課題提出、学修成績の変化について担当教員による期初面談を実施
単身生活状況の変化、ライフライン、食生活、金銭管理状況、交友関係、急激な体重増減、
帰省時ご家庭内での様子、学修意欲や将来への自己イメージ・・・etc

• 何らかの理由で学修継続が困難な状況が判明した際、まずは本人が**何に困っているのか、悩んでいるのか**について丁寧に聴き取ってください。身体または精神症状が疑われる場合は早期に医療機関や精神保健センター等へのご相談、受診をお願い致します。ご心配な場合は付き添いをお願い致します。



まとめ

ご家庭では手をかけすぎず、一方で適度に様々な**変化の観察**と**支援が必要なサイン**に目を配ってください。

学生自身にとって、何らかの不都合な事実(例/急激な成績低下や欠席増加、借金など)が明らかとなった際には、まずは本人から丁寧に事情を聞き(説教や問い詰めるよりも**正確な事実確認**)、サポート役として正直に明かしてくれたことを評価し(**受け止める姿勢**)、身体・精神的影響の有無やその程度、生活への影響にも着目した**安全確認**と、必要時各関係機関への**相談や対応の検討**をお願いいたします。

本学(各キャンパス教学課学生支援係や学生相談室、キャリアセンター)でもご本人の意思と安全に配慮ながら、ご家族と協働して対応を検討しています。ご相談ください。

- 質疑応答