



「依存症を考えるつどい」の取り組み

北海道渡島総合振興局保健環境部保健行政室
健康推進課
保健師 鹿内 文枝

南渡島地域について

人口～38万人（2市7町、うち函館市が26万人）

面積～2,666km²

地域特性

- ・ 飲酒に寛容な土地柄、多量飲酒者が多い
- ・ ギャンブルの場（競馬場、競輪場）



地域資源

- 依存症専門医療機関はない
- 入院病床を持つ精神科医療機関は 4 病院
- 依存症プログラムがある医療機関は 1 病院
- 自助グループは 7 G。6 G が函館市内で開催。
(断酒会 2、AA 3、GA 1、ギャマノン 1)
- 新規参加者の減少、高齢化により活動が
停滞・休止している自助グループもある

「依存症を考えるつどい」とは

【対象者】

南渡島地域に住む依存症者、家族

アルコール、薬物、ギャンブル、摂食障がい等

※依存症の診断や治療の有無は問わない

支援者

保健師、精神科医師、精神保健福祉士、看護師、
保護観察官等

【方法】

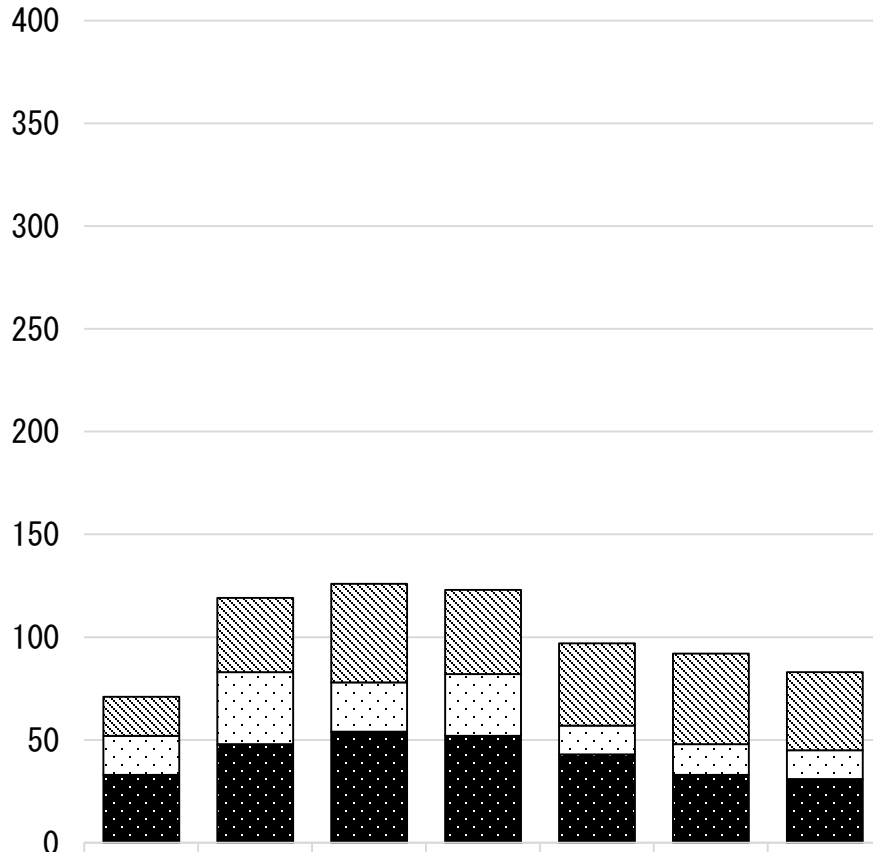
内容：グループミーティング

日時：第3土曜日 13：30～15：30

※年2回本人と家族を分け、家族には精神科
医師の講話あり

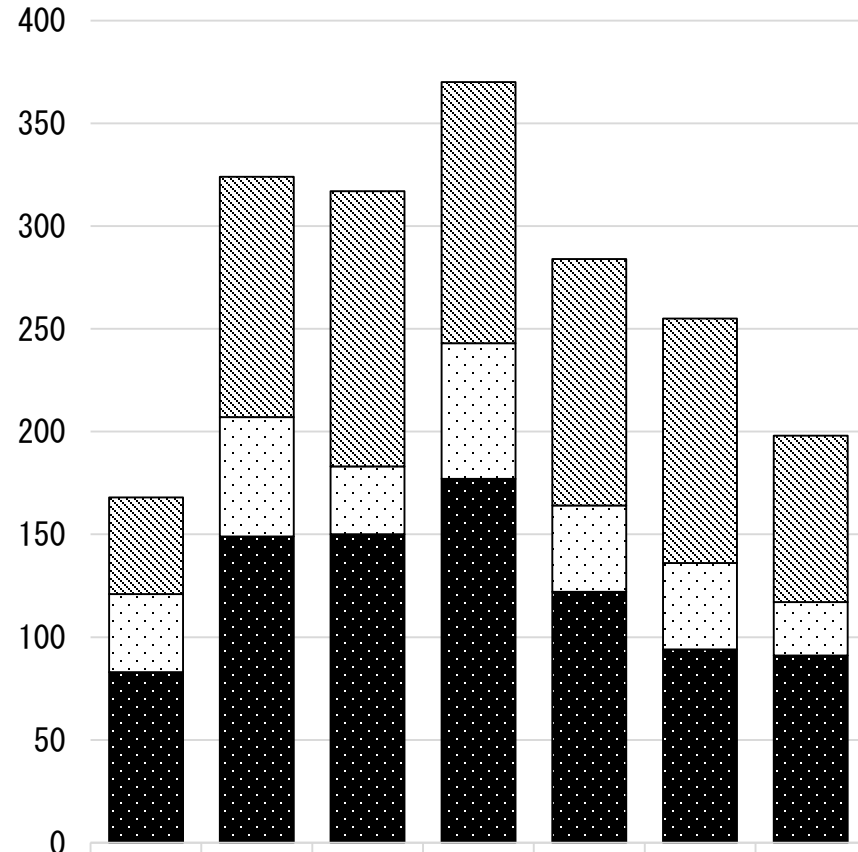
【参加者数】

参加者の推移（実）



■本人 □家族 ▨支援者

参加者の推移（延）



■本人 □家族 ▨支援者

【H30年度の参加者】

実92 / 延269

※新規参加者29名

	アルコール	薬物	ギャンブル	摂食障がい	複数
依存症者	27 / 94	1 / 2	4 / 5	0 / 0	1 / 7
家族	7 / 18	1 / 3	6 / 11	1 / 10	0 / 0

【参加者平均】

全体 22.1人

依存症者 7.8人

家族 3.5人

支援者 5.5人

【話しあいの内容】

- 依存症を認識、受け入れたきっかけ
- やめる決断のきっかけ
- 「依存症」と「趣味」の境目は？
- 種別の違う依存症の共通点
- 回復の方法、やめ続けるための工夫
- 家族の回復、回復を支える辛さ

【雰囲気】

- 自身に近い回復モデルが見つかる。
- 正直に話せる
- 依存の種別や立場を超えて互いに気遣う発言がある。
- 依存症者と家族、支援者が互いに学び合える。



※ 参加者の了解を得ています ※

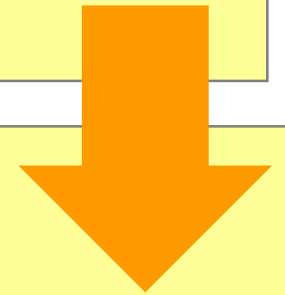
運営について

【開始当初】

- ・ 主催、企画、当日の進行と記録のすべてを函館市と渡島保健所で実施。
- ・ 毎月S M A R P Pを参考にテーマを決め、函館市と渡島保健所で前後の打合せを実施。
- ・ 管内精神科医師の他、外部機関の助言を得て保健師のスキルアップを図った。

【現在】

- ・ 主催、企画 函館市と渡島保健所
(管内精神科医師の協力は継続中)
- ・ 当日の進行 行政保健師、精神科医療機関職員
- ・ 当日の記録 精神科医療機関と保護観察所職員
- ・ 事前事後のカンファレンスを当日従事者全員で実施



つどいの意義と効果①

依存症者、家族

- 行政主催のため、回復の一步目として参加しやすい。
- 回復の選択肢が増えた。
- 依存の種別が違ってても共通する部分の発見や
依存の種別が違うことでの新たな気づきがある
- 支援者や自助グループと知り合い、つながる
きっかけづくり（少しの希望）
- 正直さ、新たな生き方・人間関係の獲得
- 気持ちをほき出す

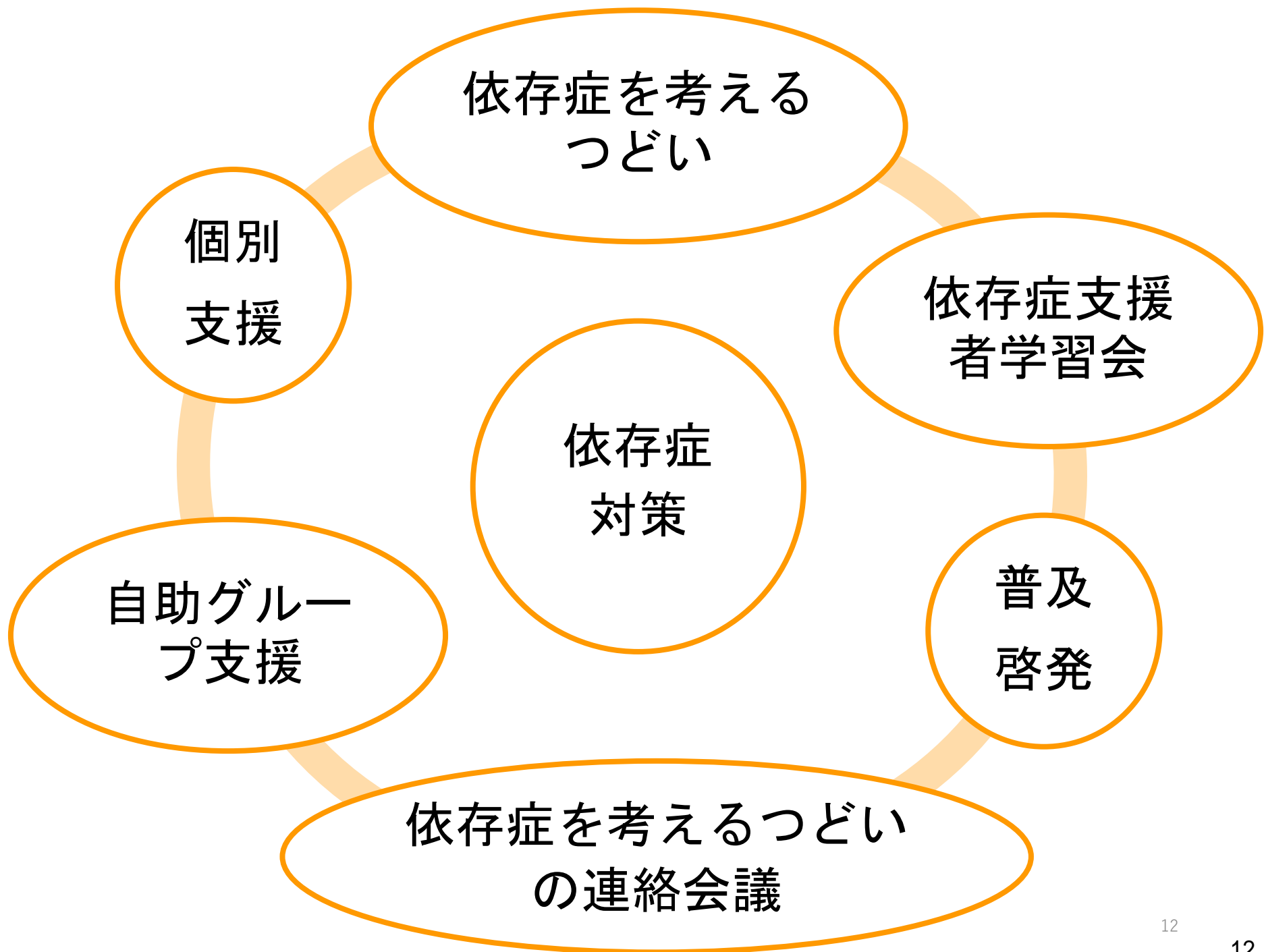
つどいの意義と効果②

支援者

- ・ 行政主催のため安心して紹介できる。
- ・ 依存の種別や立場を問わないことで一定数を確保、継続しやすい。
- ・ 依存症者の回復を信じられる。
- ・ 自助グループの活動について情報が得られる。
- ・ グループ支援を実践できる。
- ・ 支援者同士、顔の見える関係ができる。
- ・ 支援機関の活動について情報交換できる。

自助グループ

- ・ 活動紹介、新規参加者の勧誘の場



地域の変化

- 新たな自助グループの立ち上げ
平成27年～GA
平成30年7月～AA
平成30年9月～ギャマノン
- 更生保護施設での薬物ミーティングの開始
- 精神科医療機関における依存症回復プログラムの立ち上げ（家族の勉強会、ARP等）
- 「依存症を考えるつどい」から家族グループ
自主化への動き

課題と対策

- 1 単回の参加で、自助グループにつながらないケースが多い
 - ⇒個別支援との連動（新規参加者は前後に面談）
 - ⇒南渡島地域の自助グループを掲載したリーフレットの作成、配布

- 2 流動的なグループのため、コンダクトに困難を感じる人が多い
 - ⇒事前、事後カンファレンスの充実
 - ⇒つどいの覚え書き等ツールの作成
 - ⇒グループ支援等に関する技術支援