

# 県立総合精神保健福祉センターの取り組み

## 薬物・アルコール依存症の治療回復プログラム

### 依存症ってどんな病気？

アルコールやニコチン、薬物などの「物質」を長年使い続けているうちに、やめたくてもやめられなくなる病気で。



す。そして、習慣的な使用により自身ではコントロールできない状態になります。その結果、心と体の健康を害し、家族や友人などの大切な人間関係、仕事、そして社会にも悪影響を与えます。薬物やアルコールはタバコと異なり社会問題も大きいのが特徴です。決して、「意志が弱い」「性格に問題がある」から依存症になったわけではありません。



### どういった人が依存症になるの？

基本的にはまじめな性格の人、がんばり屋さんなど、ごく普通の方が多くです。つらさを一人で抱え込み一人で解決しようと、アルコールやタバコ、薬物などの「物質」に頼ってしまいま

### 刑罰だけではなく治療・回復の機会を

飲酒運転や飲酒がらみの犯罪、大麻

や覚せい剤、危険ドラッグの使用などは社会のルールに違反しています。罰則が科される一方で、依存症という病気の治療や回復（リハビリ）支援が必要で。依存症は慢性的な病気です。一度発症すると一生コントロールが必要な病気として、例えば、糖尿病が挙げられますが、インスリン注射や食事・運動療法などの治療に取り組みながら、社会で活躍している人は大勢います。同じように依存症も適切な治療を続けることで、健康な人と変わらない社会生活が送れます。

そこで、当センターでは、薬物アルコール依存症の方のために、認知行動療法を取り入れた治療回復プログラムを平成28年10月から実施予定です（医療保険適用・自立支援医療適用）。9月から受付開始しますので、主治医と相談の上、お申込みください。  
※ニコチン依存症（タバコ）については、身近な医療機関の禁煙外来をご利用ください。



### 新規プログラムの紹介

- 薬物・アルコール依存症の治療回復プログラム  
10月スタート
- ひきこもり専門支援センター  
10月3日開所
- ひきこもりデイケア  
11月スタート



プログラム参加者による作品

## ●ひきこもり専門支援センター ●ひきこもりデイケア

### ひきこもりとは？

ひきこもりとはさまざまな理由で、家族以外の人間関係を避け、おおむね6ヶ月以上家庭にとどまり続けている状態です。ひきこもっているという状態ですから、悪いことでも病気でもありません。

ひきこもることが必要なときもあります。学校や会社などでもストレスを抱えることが多いと思われます。抱え込んだストレスをうまく解消できず、どうしても耐えられないときにはひきこもることもあります。疲れた心と体を休めるために必要な休養です。後ろめたいことはありません。ただ、5〜10年と長期間ひきこもり続けていると、自力での問題解決や社会参加が難しくなります。また、ゆううつだった



り、イライラしたり、神経過敏になっていると、その背景に病気がある場合もあります。

県では、ひきこもり専門支援センターを当センターに併設し、10月3日（月）から相談開始予定です（平成29年1月号で詳しくお知らせします）。ご家族や本人が相談することで解決の糸口を見つけていくお手伝いをしたいと考えています。

ご本人の支援の一つとして、デイケアを11月スタートに向けて現在準備中です。心と体の健康回復・社会参加への第一歩として、作業療法、人付き合いの練習、ストレス対処法などのプログラムを行います。

※精神科リハビリテーションが必要な方が対象です（医療保険適用・自立支援医療適用）。

## 大切な人を自死(自殺)で亡くされたご遺族の皆様へ

県内における自殺者数は281名（平成27年）で、交通事故による死亡者数41名に比べると、約7倍多い状況です。多くのご遺族が、かなしい、さみしい、あのとき気づいていればなどと、様々な気持ちを抱きます。大切な人を自死で亡くした「悲しみ・痛み」と向き合いながら、互いにつながり、支え合って、ともに歩んでいく。当センターでは、そのような「分かち合い」の場を設けています。

対象者：大切な人（配偶者、親、子ども、兄弟姉妹）を自死によって亡くされた方。  
原則として20歳以上。  
日時：毎月第3土曜日  
午後2時～午後4時  
（受付：午後1時30分～）  
場所：沖縄県立総合精神保健福祉センター  
1F デイルーム  
（南風原町字宮平 212-3）  
費用：200円（お茶菓子代）

〈自死遺族支援講演会のご案内〉  
日時：平成28年10月2日（日）  
午後2時から4時まで  
（受付：午後1時30分～）  
場所：沖縄県立博物館・美術館 講堂  
講師：岐阜県自死遺族の会「千の風の会」  
代表 木下宏明 氏  
対象：どなたでも参加できます  
申込：事前申込みは、必要ありません。  
直接会場へお越し下さい。  
入場：無料

お問い合わせ 県立総合精神保健福祉センター 電話：098-888-1443 FAX：098-888-1710