



# わかやま

和歌山県精神保健福祉センター

No.6 2  
2015年2月

和歌山ダルク  
和高 優紀

## 和歌山の薬物依存症の問題について

薬物依存症者が、薬を止め続けて過ごしている場所は、病院・施設自助グループなどが考えられます。稀に、依存症者の対処スキルを学びながら回復支援が来ておられるご家族のもとで過ごしている人も居ます。和歌山県は薬事事犯が多い県ですが、残念ながら専門病院が在りません。医療的な介入無くして回復は考えにくく、刑務所に行くケースが増えることが懸念されます。医療的介入が必要な理由は、ダルクでご相談を受けてもシラフの状態でないコミュニケーションが取れず、具体的な治療のコーディネートが出来ません。そして、長年薬物が止まらない人の傾向は、薬物性精神障害だけではなく重複障害である事が問題となってきます。もともと精神障害を持っていた為に強迫的に連続使用する傾向が多い事が判明してまいりました。解毒治療の後に明確になってくる症状のケアの道筋を作って、そこから初期介入が始まり、意見書をもらい、薬物を使用していた土地から離れて他県のダルクでの入寮治療を1年半程行なうのが通常です。薬物を乱用していた事により、隠れていた精神障害が出てくると入寮生活が続かず、再発してしまい、絶望的な結果となります。医療的介入の在る無しによって、随分変わってしまいます。又、和歌山県では回復者が率先して開設する自助グループの維持も大変困難で、解毒治療されていない状態のメンバーの数が多くなり、プログラムが維持出来ない状態が続き、何度かチャレンジはしたものの、自助グループを閉鎖しなければならなくなりました。このような現状で、ダルクの出来る事は、乱用前の若い人達に対しての予防教育と、刑務所・少年院に居る依存症者に対して治療の動機付けに協力を継続する事と、他県のダルクで回復をして和歌山に帰って来た仲間の回復維持の手助けに力を注ぐ事も重要かと思えます。せっかく薬物をやめ続けても、使っていた場所に帰ってくると再発してしまいます。治療の継続と維持にOBやOGの為の自助グループを準備しました。又、病院が無い事は、ご家族にも過酷な状況となります。やはり、頼れるのは仲間です。不安な日々を送られているご家族には、是非家族会に足を運び、支えてくれる仲間を持つ事をお勧めしたいです。毎月第1週目の金曜日の午後二時から四時まで、屋形町カトリック教会の二階のお部屋をお借りして集まっています。(参加費1000円 参加費は、茶菓・資料・会場費に充当) 和歌山ダルクは、恵まれない環境と条件の中で活動を続けて参りました。活動費も応援して下さいの皆さんの献金によるもので、人件費すらありません。人手不足も深刻です。しかし、わずかな希望を持ち続け、続けさせていただいております。将来、専門の病院が出来て、再び連携を取りながら回復支援が出来る日が来る事を信じて続けて行きたいと願います。



## もくじ

- P1 和歌山の薬物依存症の問題について
- P2 シリーズセンター長だより / 3月は自殺対策強化月間です
- P3 自死遺族に関わって / うめの花・自死遺族相談の予定
- P4 第4回命をまもる・生きるを支えるメッセージ入賞作品 / 講演と演劇上演のお知らせ
- P5 和歌山メンタルヘルス / 研修会開催報告 / こころと命の研修会のお知らせ
- P6 は一とふるネットワーク / お知らせ / 編集後記

和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階  
☎ (073) 435-5194 FAX (073) 435-5193



## シリーズ センター長たより②①

和歌山県精神保健福祉センター所長 小野 善郎

### “マッサン”

NHKの朝ドラ“マッサン”もいよいよ佳境に入り、目が離せない日々が続いています。じつはこのドラマの舞台になっている北海道の余市には縁があり、ニッカウヰスキー余市蒸留所には学生時代に何度も行きました。といっても、別にニッカのウヰスキーの大ファンというのではなく、かつてニッカの工場は貧乏学生の旅人の定番で、工場見学後の試飲を目当てに何度も通ったものでした。工場見学の間にも何度か「竹鶴政孝」という名前を聞かされるので、私の頭の中には「ニッカ＝竹鶴政孝」という公式はいまだに定着しています。昨年、北星余市高校を訪れたとき、校長先生が町内唯一の観光資源であるニッカに連れて行ってくださいましたが、今も昔と変わらない風景に30年以上前の記憶が蘇り、とても懐かしい思いをしました。

“マッサン”のおかげでウヰスキーの売り上げも回復してきているようですが、お酒の飲み方には気をつけなければなりません。アルコールは私たちの生活に豊かさと潤いを与えると同時に、依存症や健康への悪影響などの負の側面もあります。アルコールをめぐる問題には長い歴史がありますが、昨年6月に施行されたアルコール健康障害対策基本法はアルコール問題への新たなステップとして期待されています。1月23日～24日に開催された第21回関西アルコール関連問題学会和歌山大会では大会長を務めさせていただき、これからの取り組みに向けて気を引き締めたところです。ウヰスキーの復権とともに、アルコール問題への関心も高まればと思っています。



### 3月は自殺対策強化月間です

平成27年3月1日～同月31日までの1ヶ月を「自殺対策強化月間」として、啓発活動を重点的に実施します。

平成24年に年間の全国自殺者数が3万人を下回りましたが、平成25年全国の自殺者数は27,283人、和歌山県では221人とまだ多くの方が自ら命を絶たれています。(警察庁統計より)自殺の要因はひとつではなく、社会構造・経済的要因等が絡みあった複雑な問題が背景にあると言われています。また自殺未遂者は亡くなられる方の数倍あり、自殺が家族や地域に与える心理的・社会的影響は多大なものです。

1人でも多くの自殺者をなくすため、援助を求めるに至った悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるよう、こころの健康や命の大切さについて、街頭啓発と講演会を実施します。

☆県内の9地域で行政機関と関係団体が一緒に街頭啓発を行います。

(実施地域は和歌山市内、岩出保健所、橋本保健所、海南保健所、湯浅保健所、御坊保健所、田辺保健所、新宮保健所、新宮保健所串本支所の各管内)です。

☆講演会と演劇上演 (4ページをご覧ください)

## 自死遺族に関わって

精神保健福祉センター  
臨床心理士 佐伯 明子

和歌山県精神保健福祉センターでは、自死遺族支援事業として、専門のスタッフによる個別相談を月2日、大切な人を自死で失う辛さをわかちあうグループ（「わかちあいの会和歌山うめの花」）を2か月に1回実施しています。また、「こころの電話」や「はあとライン」で電話相談も実施しており、そこでも、自死を考えている方や自死遺族からの相談も受けています。私は、昨年4月に当センターに異動し、これらの場所で、自死遺族の話を伺う機会が増えました。

自死遺族の話を伺う中で意外だったのは、家族の自死について、家族内で話すことがほとんどないという方が少なくないことでした。友人や近所の人など家族外の人に自分の家族の自死について話すことは、自死に対する偏見や話を聴く側の衝撃を考えるとためらうことだろうとは想像できることですが、私には、同じ経験をした家族同士は、大切な人を自死で失った辛さや衝撃をわかちあい、ともに立ち直っていくイメージがありました。しかし、自死遺族の話を聴く中で、同じ経験をして、その捉え方やそこから受ける衝撃は様々で、そのために、家族同士で語り合っても、互いに、思うように理解や共感が得られず、そのことがさらなる傷つきになることや、「思い出すと辛いから、一切その話はしないでほしい」「そんなことをいつまでも言わずに前向きになろう」と言われたり家族内で自死について語る事が暗黙の了解でタブー視され、家族内でも思い浮かぶままに気軽に話ができない緊張感があるということを知りました。また、子どもは、自死の事実すら伝えられていないことも珍しくないということも意外でした。子ども側も、薄々知っていても、面と向かって他の家族に確認はせず、暗黙の了解のような形になっている場合もあるようです。自死遺族のこのような状況を知り、だからこそ、家族の自死を語る事の出来る場が必要であることがわかりました。

わかちあいの会では、自死に関係のない雑談のような内容の話になることもあります。近所の人と普通に話をしている時に自死をした人の話題になることを先走って心配してしまい、近所の人と話す時に身構えて気軽に話ができなくなったという話も聞くので、雑談も含めて、頭に思い浮かんだままに話すことができていることにも意味があると考えています。

しかし、一方で、「他の人の話を聴くと、自分の体験があまりにリアルによみがえってきて辛いので、とてもわかちあいの会には参加できない。」という方もいます。個別相談やわかちあいの会に、家族を自死で失って数週間で参加される方もいらっしゃるかもしれませんが、何十年も経ってはじめて参加される方もいらっしゃいます。

精神保健福祉センターの支援が、一人でも多くの自死遺族の心が軽くなるような場になればと考えています。

### うめの花・自死遺族相談の予定

#### ●遺族相談（要予約）

自死（自殺）により大切な人を亡くされた方を対象に、死別による悲しみからの回復をお手伝いする相談をおこなっています。

対象：自死（自殺）により大切な方を亡くされた方  
（家族・知人・友人）

日時：第4月曜日 13:00~17:00（11月・12月は第3月曜日）

\*都合により、日程が変更される場合があります。



#### ●わかちあいの会和歌山「うめの花」（要申込）

自死（自殺）により大切な人を亡くされた方どうしが、悲しみや苦しみを安心して語ることができるわかちあいの会を開催しています。

対象：自死（自殺）により大切な方を亡くされた方  
（家族・知人・友人）

日程：偶数月の第3土曜日開催（6月は第3金曜日・8月は第2土曜日）

申込み：TEL 073-435-1700（はあとライン）



# 第4回 「命をまもる・生きるを支えるメッセージ」入賞作品

☆☆最優秀賞☆☆  
**「大丈夫？」 たった一言 誰かを救う** 中学1年 女

☆優 秀 賞☆  
 一度だけ、一回だけのこの時間  
 一つきり 明日へ つなぐ あなたの命  
 高校3年 女  
 一 般 女

☆入 選☆  
 きっとね 未来のあなたは 笑ってる  
 思いやり それは人の心をつなぐもの  
 生きようよ あゆむ人生 大切に  
 ささえあい いきる喜び 感じよう  
 やさしい目 やさしい心で きづこうよ  
 生き方は みんな違って 当たり前  
 信じよう あなたを信じる 人のこと  
 中学2年 女  
 中学1年 男  
 小学5年 男  
 中学1年 男  
 中学1年 男  
 中学1年 男  
 中学1年 男

## 講演と演劇のお知らせ

和歌山県精神保健福祉センター 自殺対策事業

平成27年3月21日(土) 13:30~16:30  
 和歌山市中央コミュニティセンター 3階多目的ホール  
 (和歌山市三沢町1丁目2番地)  
 入場料:無料 定員:200名 先着順 要予約  
 締切:平成27年3月13日(土)



和歌山県精神保健福祉センターに、電話またはファックスでお申込ください。  
 TEL 073-435-5194 FAX 073-435-5193

### ◆第4回 命をまもる・生きるを支えるメッセージ」表彰式 13:30~14:00

こころの健康や命の尊さについて見つめ直し、自殺のない和歌山県をめざして応募いただいた力作のメッセージを表彰します。

### ◆講演&演劇上演 14:10~16:30



講演「若者のコミュニケーション能力をひきのばす教育実践」  
 ~ 演劇ワークショップをとおして ~  
 講師 りら創造芸術高等専修学校 校長 山上範子氏

子どもたちに生きる底力を身につけさせることを教育目標にあげ、コミュニケーション能力を  
 きのばす教育実践の一つである演劇ワークショップを取り入れて成果をあげています。  
 その取り組みについて、講演と演劇上演によりご紹介いただきます。

### 演劇上演「Digital Family(デジタル ファミリー)」 劇団Re:Light

【Digital Family(デジタル ファミリー)あらすじ】

近未来。知らない誰かと架空の「ファミリー」になれる携帯アプリが全国的に流行っていた。それぞれの満たされない想いを持って集まった「ファミリー」。しかし、次第にアプリは現実にも干渉し始め、ゲームマスターはそれぞれの「ファミリー」を、携帯にしばりつけるようになる。全国で携帯を手放せない人が増え、日本が危機的な携帯依存に陥っていく。現実より、架空の世界にのめり込む人々。その危機に気づいたノゾミは、このゲームの秘密に迫っていく。果たして、世界は架空の世界から脱出できるのか。



【自死遺族支援関連講演会・音楽会・交流会】

平成26年12月13日(土)、和歌山県精神保健福祉センタープレイルームにて、標記の会を開催しました。講演会では、カウンセリングスペース「リヴ」代表佐藤まどか氏が、「大切な人を自死でなくした悲しみからの回復」という演題で、親の自死を子どもの立場で経験した中で考えたこと、感じたことや、その経験を踏まえた自身の自死遺族支援などについてお話されました。参加者は11名でした。音楽会では、ユメグミ氏によるクロマティック・ハーモニカの演奏がありました。参加者は14名でした。交流会では、講師にも参加していただき、お茶やお菓子を飲食しながら、互いの経験についてわかち合いました。参加者は4名でした。

【動機づけ面接法を学ぶ】

平成26年12月19日(金)和歌山ビッグ愛にて、成増厚生病院診療部長の後藤恵氏による研修会「『変わらない人』を「変わる人」に変える技法～動機づけ面接法を学ぶ～」を開催しました。動機づけ面接法は、クライアントの動機を引き出し強化して、自らの行動の変化を選ぶように援助する面接法で、依存症治療をはじめ、様々な領域で活用され、医療や福祉に従事する人にとって基本かつ必修の技法になっています。研修会では講義に加え2人1組になってのロールプレイを通じ、面接を行うときの基本的な態度や話の聴き方、クライアントが変化を語る言葉の引き出し方などについて学びました。対人援助職37名の参加があり、参加者からは、今後の支援に活用したいという感想が多く得られました。

【パーソナリティ障害の理解と対応】

平成27年1月16日(金)和歌山ビッグ愛にて、成田心理療法研究所長成田義弘氏に「パーソナリティ障害の理解と対応」というテーマで講演をしていただきました。

成田氏は、パーソナリティ障害とは認知、感情、人間関係が柔軟性に欠け、不適応で、持続的に著しい機能障害や主観的苦痛を引き起こす障害で、援助者は患者と患者をとりまく人を俯瞰し情報の発信、伝達をしながら患者が適応的になれるように支援することが大切であるとお話されていました。講演会には127名が参加しました。

【家族教室(日高圏域)第1回 開催報告】

平成26年12月18日(木)、御坊保健所にて、標記の会を開催しました。講演会では、当センター所長小野善郎が、「ひきこもりの理解と対応」という演題で、「ひきこもり」問題の背景や家族や当事者の問題、ひきこもりの支援などについて話をしました。参加者は19名でした。

【家族教室(日高圏域)第2回 開催報告】

平成27年1月23日(木)、御坊保健所にて、家族教室(日高圏域)第2回を開催しました。講演会では、南紀若者サポートステーション訪問支援員の南芳樹氏がコーディネーターを行い、ひきこもり経験者2名が、ひきこもっていた当時のことや回復の経過、現在について話しました。参加者は38名でした。講演会後、交流会を行いました。交流会では、参加者が現状について話しました。参加者は9名でした。

【家族教室(日高圏域)第3回 開催報告】

平成27年2月20日(金)、御坊保健所にて、家族教室(日高圏域)第3回を開催しました。講演会では、子どものひきこもりを経験した方に、ひきこもっていた当時の生活や自身の子どもへの接し方、他の子どもへの影響、回復の経過などについてお話していただきました。参加者は20名でした。講演会後、講師も参加して、交流会を行いました。交流会では、参加者が現状や日々考えていることについて話しました。参加者は10名でした。

【家族教室(西牟婁圏域) 開催報告】

平成27年2月19日(木)、上富田文化会館にて、家族教室(西牟婁圏域)を開催しました。講演会では、南紀若者サポートステーション訪問支援員の南芳樹氏がコーディネーターを行い、ひきこもり経験者2名が、ひきこもっていた当時のことや回復の経過、現在のことについて話しました。途中、参加者からの質問を質問票に記入してもらい、後半には、その内容をふまえた話をしていただきました。参加者は20名でした。

研修会・講演会開催のお知らせ

和歌山県精神保健福祉センター ころと命の研修会

講演

『危険ドラッグを中心とした薬物依存症の回復支援』

日時：平成27年3月13日(金)  
 会場：県民交流プラザ和歌山ビッグ愛 9階A会議室  
 開場：午後1時30分 開演：午後2時(終演予定：午後5時10分)  
 対象：保健、医療、福祉、司法、教育機関等で相談をうける方  
 定員：80名(先着順)  
 参加費：無料  
 申込先：和歌山県精神保健福祉センター TELまたはFAXでお申込みください。  
 TEL 073-435-5194 FAX 073-435-5193

◆講演① 14:00~16:00  
 ◇講師 埼玉県立精神医療センター 副院長 成瀬 暢也 氏

◇講演② 16:10~17:10  
 ◆講師 和歌山ダルク 代表 和高 優紀 氏

精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。  
今回は、田辺市障害児・者相談支援センターゆめふる 相談支援専門員  
石神 慎太郎さんです。



## はーとふるネットワーク

### 一障害児・者相談支援センターゆめふるとはどのような機関なのですか？

平成20年4月に田辺市のふたば福祉会、やおき福祉会、和歌山県福祉事業団、田辺市社会福祉協議会の4法人から相談員を1名ずつ配置し、「ワンストップ窓口とそれぞれの法人の強みを活かした包括的支援」を目指して設立されました。

平成24年4月より自立支援法の改正により、「基幹相談支援センター」として相談支援事業の向上を目指しており、平成25年4月からは自立支援協議会事務局員を含む7人体制で取り組んでいます。

### 一支援に際して、苦勞されることはありますか？

新規相談件数が月平均17件とほぼ毎日1件の新規相談があるという状況です。私自身の対応件数も月120件から150件で、1日に換算すると6件から8件となり、限られた時間の中でどう記録をまとめるかということが一番の課題です。

あとは相談の複雑化、障がいの多様化、難病への対応、社会資源の不足、多様化するニーズへの対応など…というところでしょうか。

### 一最近のトピックがあれば教えてください。

今年9月に紀の国わかやま国体・紀の国わかやま大会が開催されます。ここ田辺市では国体競技として軟式野球、サッカー、ボクシング、弓道、合気道、インディアカ、キンボールが行われ、大会競技としてバスケットボールとバレーボールが行われるため、西牟婁自立支援協議会就労部会では、地域の作業所の連携を目的に就労関連の事業を行っているいくつかの法人に呼びかけ、「国体に向けてのプロジェクトチーム」を立ち上げて商品開発や店舗販売に取り組んでいます。

### 一今後の抱負を教えてください。

私は昨年4月に異動でゆめふるに配属されたばかりですが、地域医療や年金制度などたくさんの事を学びました。そして、まだ多くの方が制度やサービスを知らずに過ごしていることを知り、一人でも多くの方が豊かな生活を送ることができるよう、相談支援の機動力を高めていきたいと考えています。

### 一次の方のご紹介をお願いします。

同僚である社会福祉法人やおき福祉会「やおき工房」所長の村上和也さんをご紹介します。普段からとてもやさしく、利用者さんや職員さんからも慕われており、今回の依頼も快く引き受けてくれました。それでは村上さんよろしくをお願いします。

## お知らせ

### 薬物依存症の個別相談を始めます

和歌山県精神保健福祉センターでは、SMARPP（スマープ）という物質使用障害治療プログラムのテキストを用いて、薬物依存症者に対する個別相談をはじめます。ワークブックにそって物質依存のメカニズムや物質の心身への影響などを学習したり、生活について振り返りながら、薬物を使いたい気持ちへの対処法についてともに考えていきます。

ご本人やご家族のご相談をお待ちしています。

相談時間：月～金 10:00～16:00 の間の40分程度(予約制)

相談場所：和歌山県精神保健福祉センター

(和歌山市手平2-1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛2階)

相談対象者：違法薬物、危険ドラッグ、処方薬などの薬物依存にお悩みの方

料 金：無料

## 編集後記

トワイライトエクスプレスが3月に引退というので、札幌～大阪間に乗車しました。Bコンパートメント(4人部屋)でしたが、サロンカーでゆったりと寛ぎながら、車窓の雪景色と太平洋に沈む夕日や、雪の山の端から昇る朝日を眺めて命の洗濯をしてしまいました。

