

Special Issue

依存症の理解促進、依存脱却支援の地道な活動を続けています。
経験者が伝える薬物乱用防止・再発防止

★高校での講演会★ 6月27日(水)奈良・宇陀市

身近にある病気として、
福祉を志す高校生にメッセージを。
棟生昇陽高等学校講演会

日頃、ワンネスグループやフラワーガーデンを支援してくださっている「国際ソロプチミスト奈良-まほろば」の吉岡会長より、この度、高校生へ向けての講演の機会をいただきました。6月、奈良県立棟生昇陽高等学校福祉科1～3年生の生徒105名、教員10名に向けて「依存症について正しい理解を」という題で、講師として話をしました。

・依存症は身近な病気であること ・依存症には治療が必要なこと ・依存症についての病識を持つことが大切なこと ・回復できること ・回復に必要な社会資源を知ること…等を中心にお話しました。これから介護福祉士を目指す生徒の皆さんに知っておいてほしいこと、また実際に職業についていた時に依存症問題を持つ方の回復のための知識を得てほしいと思い、当事者として、支援者として発信しました。

当日はフラワーガーデンより、施設利用者の方も同行してくれ、自身がなぜ依存症になったのか、依存症でどうなっていったのか、そして回復につながったきっかけやこれからどうしていきたいかなど、体験談も伝えてくれました。

依存症のことをよく知らなかった生徒にとっては、体験談や病識を知ることがはビックリする内容だったかも知れません。しかし、依存症は身近にある病気だと認識することはとても大切だと思います。将来、生徒たちが「依存症理解」という名のパンをつなげてくれる存在になってくれるかも知れません。このような機会を作ってくださった「国際ソロプチミスト奈良-まほろば」の皆さま、棟生昇陽高等学校の皆さま、ありがとうございました。(ワンネスグループ副代表・フラワーガーデン代表／オーバーヘイム容子)



「将来、支援者になった時に依存症の方に出会ったら、必ず専門の病院や施設につなげてあげてほしい。依存症者は生きづらく、何でも話せる存在が本当に必要です。」と伝えました。

★更生保護施設でグループワーク★

奈良本部では、毎月一回、県内にある更生保護施設へスタッフが向向き、グループワークの場を設けています。そこでは自分の内面と向き合い自分を変えていく取り組みをすることで、生きづらさから脱却できることを伝える活動を行っています。スタッフは自分の感情に触れることができるようなグループワークを行い、参加された方に気づきや癒しを体感していただける場になるよう努めています。「普段は自分のことを真剣に話すことなどほとんどないし、恥ずかしい思いをするだけだから話さなかった。でも、この場で自分のことを掘り下げて話すことで、気持ちが楽になった」という声も聞かれます。また参加をきっかけに依存症脱却のための自助グループに興味を持たれる方もいます。月に一回ですが、今後もこのグループワークをきっかけに自分自身に興味を持ち、自分との繋がりを深めようという方が一人でも増えることを願っております。(奈良GARDENスタッフ／川端理之)



生きづらさを抱えた方が、自分の気持ちを気軽に話せる雰囲気大切にしています。

From OKINAWA

施設便り～セレニティパークジャパン沖縄～
「支えあい、認めあい、共に歩む。」

ワンネスグループの各施設では依存症の根底にある生きづらさを見つめ、自身のこれからの人生をより良くしていく様々なプログラムを行っています。今回は、そのひとつ「アフメーション」について紹介します。アフメーションとは「言葉の贈り物」と表現することもできます。一日のプログラムの終わりに行われることが多く、相手の名前を呼び、目を見て、仲間へ直接感謝の言葉を伝えます。

依存の渦中にいた頃は自分勝手な行動に終始していましたが、現在は「回復」という希望への道を歩みだし、自分一人では生きていけないことや、仲間がそばにいてくれる事で迷いながらも前に進んでいることに気が付き、感謝するようになりました。「役割ごとで、みんなをまとめてくれてありがとう。」「一緒にご飯を作れて楽しかった。ありがとう。」「みんなの前で堂々と話をしていてすごいと思った。」「いつも明るくて、一緒に居るだけで楽しい」など、たとえ些細に思えるようなことも、仲間と日々過ごしている中で気づいた感謝や尊敬の気持ちなどを伝えています。相手のよい所を見つけ、認める気持ちを養い、お互いに手を取り合って歩いています。



アフメーションの際、今までは言えなかった感謝の気持ちを直接伝え、お互いにハグを交わして認め合うシーンも見られます。

ワンネスグループでは依存症問題の包括的な支援として、施設や相談拠点の運営だけでなく、理解促進や予防教育、再犯防止につながる取り組みなど、積極的に活動を行っています。活動を継続するなかで、社会のセーフティネットを充実することを目的としており、現在は教育機関や行政の専門支援員の方と協力しあえる体制ができるようになってきました。私たちの依存症専門職としての知識と、依存症体験者としての経験が、リアルなメッセージとして皆さまにお役に立てることとは、喜びであり、自身の回復にもつながっています。ここでは最近の活動をレポートいたします。

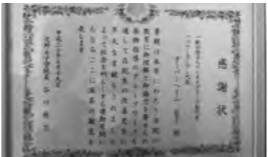
★表彰を受けました!★ 7月19日(木)大阪・交野市

依存症からの本当の回復を目指して
女子少年院での授業活動を
表彰していただきました。

大阪府・交野市にある「交野女子学院」は、全国に9つある女子少年院のひとつです。2014年6月、ワンネスグループでフラワーガーデンが開設してから間もない頃、私、オーバーヘイムと共同代表の伊藤と一緒に「依存症の離脱指導教育をさせていただきますか」と、直接お願いにあがったことからおつきあいがスタートいたしました。「依存症からの回復は、ただ薬物や依存行動が止まっているだけではダメです。そして、回復し続けるためには同じような経験をしている仲間や存在、希望や共感が必要です。そして、依存症からの回復は可能だということを、少女たちへ伝えさせて下さい」と懇願したことを覚えています。

初回の授業は2014年10月24日にスタートしましたが、新しい仲間との出会いにワクワクしながらも、彼女たちに受け入れてもらえるのだろうか、とても緊張していました。以来、月に1回、訪問し、メッセージを届けています。あれからもう4年が経とうとしています。

この度、私たちの活動を推薦していただき、法務省による第68回「社会を明るくする運動～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～」の表彰をいただきました。この表彰を励みとして、これからも一人でも多くの仲間へ会うためにメッセージを運ぶ活動を続けていきたいと思っています。(ワンネスグループ副代表・フラワーガーデン代表／オーバーヘイム容子)



非行や犯罪を犯した人の更生について理解を深め、それぞれの立場で力をあわせて犯罪のない地域社会を築こうとする運動。

★保護観察所で講演★ 10月4日(木)大阪市

ガーデン施設長の酢谷が、大阪保護観察所にて「回復者とその家族の経験談」というテーマで講演をさせていただきました。酢谷自身も薬物依存症経験者です。薬物を使用していた経験から、当時考えていたこと、感じていたこと、そして回復につながってから学んだことなどをお話しました。また依存症からの脱却は、依存対象を使わないだけでなく、自分の生きづらさに焦点を当てて向き合い、人生を豊かにする生き直しの機会であることを、自身の経験を織り交ぜながら伝えさせていただきました。

後半には、酢谷のお母様にも登壇していただき、当時の状況や心境、そして家族の関係性がどのように変わっていたのか、率直にお話いただきました。お母様自身も家族会につながり、お互いが変化の中で関係性を修復するだけでなく、新しい関係を築いていくことの希望について話をされました。

実際に依存症当事者とその家族が回復しているケースを知っていただくことで、今、問題を抱えている方にも、解決策があることを知ってもらえることを願っています。(奈良GARDENスタッフ／川端理之)



依存症問題の解決策を知っていただくことで、薬物などの再犯防止につながることを願っています。

From OKINAWA2 8月28日(火)那覇市

地道な地域活動が「人の輪、繋がり」を生みだす。
生活保護担当職員の方への
講義を担当させていただきました。

8月の終わり、沖縄県総合福祉センターにて「平成30年度福祉事務所等生活保護担当中堅職員研修」が開催され、ワンネスグループ沖縄代表の位田忠臣、一般財団法人ワンネスグループ共同代表の三宅隆之が、講師として登壇しました。講義の内容は大きく2つ。

- 1)アルコール依存症者の特徴や対応方法について
- 2)アルコール依存症者をどのようにして、施設等の専門機関へつなげるか

上記問題に対して、依存症経験者でもある位田、三宅が、経験談やワンネスグループの取り組み、支援事例を交えて丁寧に分かりやすく解説しました。講義終了後は、職員の方より質問や相談が寄せられ、生活保護対象となる方々の支援業務に生かしていただける講演になったのではないかと感じています。

依存症の正しい知識がないために、困り果てている現状が多面で存在しています。その中で、正しい知識や問題の本質を知ってもらう為には、地道な活動がとても大切だと講演を通して改めて実感しました。(セレニティパークジャパン沖縄 南城依存症ケアセンター／松井健二)



2日間の研修の初日の2時間を担当。ワンネスグループと連携して困難なケースを担当している地域職員の方もゲストとして協力してくださいました。

Report 1

中四国地方では、新たな出会いがありました!
秋は北海道をまわり、11月は東北地方へ。「依存症を知るセミナー」
キャラバンレポート2018秋

出会いをきっかけに、生きづらさを見つめ、問題解決の第一歩を踏み出してほしいと各地をまわっている「依存症を知るセミナー」キャラバン。9月21日高知、22日愛媛、23日広島、24日山口、25日島根と、8月からスタートしていた中四国地方の後半を実施させていただきました。引き続き10月は北海道キャラバンを実施。10月5日根室、6日帯広、7日旭川、8日札幌をワンネスグループ共同代表の三宅、セレニティパークジャパン名古屋代表の池田、本部スタッフの真篠の3名で回りました。

各会場ともに午前は「家族向けセミナー」、午後は依存の背景にある「生きづらさ」をトピックとした「メインセミナー」の2部構成で、各回終了後には個別相談会も開催しました。

普段、相談ダイヤルやメール相談を経由して、全国から私たちのもとに寄せられる依存症の相談は、各地方ごとに件数が多いエリア、少ないエリアがあります。しかし相談件数が少ないからといって、依存症問題が少ないというわけではありません。問題行動の背景にある依存症に気づかないケースや、地域性やスティグマ(偏見)によって依存症と分かっていてもご本人やご家族が、なかなか思い切って相談支援につながっていないケースも多々あるように感じます。

「家族向けセミナー」では池田より、支援の現場から見てくる当事者の方へのかかわり方のポイントやイネー

Report 2

最新の心理学を施設利用者の方と学ぶ。
リカバリープログラムレポート

ワンネスグループでは、依存症経験のある人が、今、苦しんでいる人をサポートするという相互援助型の自助グループの考えをベースにしながらも、依存症の回復に効果があると実証されている心理学的な手法を回復支援プログラムとして積極的に導入してきました。当事者性と専門性のよさを最大限に活用して支援を行うことが、ワンネスグループの実績につながっています。現在、その一環として施設利用者の方に提供している「リカバリープログラム」をご紹介します。

これまでグループ拠点各所で実施してきた、全米薬物・アルコールインタベンション協会(N.A.D.A.I)のアディクションカウンセラー養成講座をベースに、回復の一助となる最新の心理学を、受講を希望された施設利用者の方と一緒に学ぶ試みです。奈良では、6～8月にかけて行い、多くの方にご参加いただきました。そして9月からは沖縄県南城市で、沖縄県内各施設から集まった施設利用者さんに向けてプログラムをスタートしています。

薬物、アルコール、ギャンブル、ゲームなどへの依存は認知され始めてきていますが、それ以外にも、食べ物、人間関係、暴力(怒り)への依存などもあります。

何に依存するかの違いはあれど、すべては心の問題。それゆえ、心理学を学び、実践することは回復の助けになると確信しています。心理学や脳科学の研究は日々進歩していますが、その都度更新し、今後も最新の情報を提供し続けていきたいと思っています。心理学による回復プログラムにご興味のある方は、ぜひお気軽にお問合せください。

(東京・横浜オフィス心理カウンセラー／片桐淳)



1日約6時間、計12回の講義です。皆さん、集中して話を聞き、積極的に質問してください。私も楽しく授業をさせてもらっています。

★中四国・北海道キャラバン参加者感想(一部)★

★ギャンブル依存症も薬物依存症も根っこ部分は同じところにつながっていくことが分かりました。それぞれの依存で対応が変わるのかと思っていたので、今回こちらに参加にさせていただいて勉強になりました。

★断酒まで、とりえず止めることばかり眼が向いていましたが、依存対象がなくなってからの「生きづらさ」について勉強になりました。また、対象者が治療へとつなげていくための家族の役割など、今後参考にさせていただきます。

★家族向けセミナーではインタベンションの成功率の高さに希望が持てると思いました。メインセミナーでは思い切って参加させてもらって大変よかったです。初心に帰れました。また機会がありましたら参加したいです。

★依存症を知るセミナー東北キャラバン 2018 秋 ★

【山形・山形市】11月16日(金)
ビッグウイング会議室403(山形市平久保100)
【岩手・盛岡市】11月17日(土)
いわて県情報交流センターアイーナ会議室602
(盛岡市盛岡駅西通1-7-1)
【宮城・仙台市】11月18日(日)
日立システムホール仙台 研修室2(仙台市青葉区旭ヶ丘3-27-5)
【福島・いわき市】11月19日(月)
いわき産業創造館 会議室2(いわき市平字町120ラフ6F)

■スケジュール(全会場共通)
第1部10:30～11:30家族向けセミナー / 11:30～無料相談会
第2部14:00～15:30メインセミナー / 15:30～無料相談会
※無料相談会は各回いずれも限定4組、事前申込みが必要

■参加費 / 無料(資料代として1,000円が当日必要)
■無料相談会の予約
TEL0120-111-351(月～金曜10:00～17:00)
Email info@oneness-g.com
※メールには参加予定の会場名、相談を希望する時間帯(午前11時半～/午後3時半～)、相談内容を記入し送ってください。

[裏面イベント情報でも紹介](#)

Report 3

IR候補地で、地域に向けた依存症対策を
～大阪・横浜オフィスの取り組み～

ワンネスグループの施設外相談拠点である「大阪オフィス」「横浜オフィス」は、それぞれの開設以来、地元自治体はじめ関係機関と連携を取りながら、様々な取り組みをしています。まもなく開設1年を迎える横浜オフィスでは、毎月依存症セミナーを開催(横浜と東京で隔月交代)。9月のテーマ「インターネットゲーム依存」では、奈良施設とネット電話をつなぎ、経験者の話や依存脱却支援を紹介。会場が満席になる関心の高さとなりました。

また、大阪オフィスでは敬老の日にあわせて「ファミリーデー」を開催しました。この日は依存症に関係なく赤ちゃんから大人まで多くの方に会場へお越しいただき、紙芝居、ゲームなどを楽しみ、最後はみんなで「今日の日はさようなら」を歌いました。一緒に楽しむ、笑うことでつながる。オフィス内の小さな取り組みではありますが、誰かにとっての居場所になることで、ひいては依存症に陥る背景ともいえる生きづらさが解消することにもなると思います。

さらに、大阪オフィスからの発信として、府内各地の各団体から出張版セミナーのお声がけがあり、大阪府・大阪市IR推進局からの依頼で、高校でのギャンブル等依存症予防の講演の機会をいただくなど、その輪は少しずつひろがっています。

今後、両オフィスでは、ここらについての集会所を目指して、外部の団体と関わりながら「子育てについての集まり」や「中高年の方が集える場」などの企画を実施していきます。



セミナーではネット電話を使用して、横浜オフィスと奈良施設をつなぎ、リアリティのある情報を発信することができました。



訪れた方同士、つながりの輪がひろがっている大阪オフィス。アットホームなイベントでホッとひと息、笑顔がこぼれます。