

薬物依存症当事者、家族の声



◇覚せい剤依存の当事者◇

薬をやって暴れるたびに、両親に「もう薬をやめてくれ」と泣きつかれたが、薬をやることでしか嫌なことを忘れられなくて、やめたくても出口が見えず不安だった。逮捕されたとき、「薬をやめない限りお前の帰る家も家族もない」と突き放されたことで、行き場がなくなり長野ダルクに逃げ込んだ。ミーティングで仲間の話を聞き、自分は孤独でないことが分かり、正直に話しができた。何となく、こうしてやめていられそうだと感じた。

依存症・精神保健福祉の相談機関

長野県精神保健福祉センター

〒380-0928 長野市若里7-1-7

TEL 026-227-1810

FAX 026-227-1170

E-mail withyou@pref.nagano.lg.jp

<http://www.pref.nagano.lg.jp/xeisei/withyou/>

長野県内の保健福祉事務所

(健康づくり支援課)

佐久保健福祉事務所	TEL0267-63-3164
上田保健福祉事務所	TEL0268-25-7149
諏訪保健福祉事務所	TEL0266-57-2927
伊那保健福祉事務所	TEL0265-76-6837
飯田保健福祉事務所	TEL0265-53-0444
木曾保健福祉事務所	TEL0264-25-2233
松本保健福祉事務所	TEL0263-40-1938
大町保健福祉事務所	TEL0261-23-6526
長野保健福祉事務所	TEL026-225-9045
北信保健福祉事務所	TEL0269-62-6104

長野市 長野市保健所 Tel026-226-9960



ご家族の薬物依存症で
お困りの方へ



ご家族だけで問題を抱えずに

相談してみませんか

長野県

薬物依存症の回復のために



薬物依存症による問題で、家族が悩まされたい疲れていませんか
正しい知識と対応を学び、家族にも休息と心のケアが必要です

薬物依存症とは

依存性のある薬物を使い続けているうちに、身体依存（薬物をやめると不快感が出たり苦しくなる）や、精神依存（薬物が欲しいという強い欲求が生じる）の状態となり、その薬物をやめ続けられなくなってしまう状況を言います。本人の意志の力ではやめることができない「病氣」として捉えることが必要です。

家族に出来ること

薬をやめるよう家族が説得したり、約束させてみても、効果は期待できません。また、借金を肩代わりするなど本人が起こした問題の尻拭いをしていると、本人が自分の問題として自覚しにくくなり、かえって回復の妨げになります。家族が出来ることは、当事者にまきこまれないようにすること、自分達の悩みを相談できる相手を見つけることです。

依存症からの回復

当事者が依存症の適切な治療を受け、自助グループ（NA）等に参加しながら薬物を使わない生活を送ることで、依存症からの回復が可能です。しかし、当事者は自分の問題を認めない（否認する）ことが多くあります。まずは家族が依存症の特徴を理解し、正しい対応を取ることが、当事者にとって回復への有効なきっかけとなります。

ご家族だけで問題を抱えず、まずは相談してみませんか



【自助組織・自助グループ】

HP に依存症の情報や書籍の紹介等も掲載しています。

全国薬物依存症者家族連合会（薬家連）

薬物依存症者の家族の回復と癒しを目指し、家族への相談支援等を行っている自助組織です。

電話：0285-30-3313 FAX：0285-30-3314

HP： <http://yakkaren.com/>

薬物依存症の家族の自助グループ（ナラノン）

家族や友人のための自助グループです。

電話/FAX：(03) 5951-3571

毎週月～金曜日10時～16時（祝祭日休）

HP： <http://www4.ocn.ne.jp/~nar633/>

依存症・精神保健福祉に関する相談

当事者、家族等からの全般的な相談に応じています。各地域相談機関の情報提供も行っています。精神科医師による相談や依存症家族教室を行っている機関もあります。

相談機関

長野県精神保健福祉センター（電話別記）

保健福祉事務所（電話別記）

各市町村の精神保健福祉相談窓口



家族への暴力や自分を傷つけるおそれがあった時の対応について

家庭内で解決しようとしたり、内密なままにするのは危険です。問題行動がエスカレートする可能性もありますので、警察署などに連絡し、家族の取るべき行動について指示を受けて下さい。

薬物の離脱症状や精神疾患の治療

精神科医療機関（事前に問合せ必要）

依存症の専門治療機関

こころの医療センター駒ヶ根（県立駒ヶ根病院）

電話 0265-83-3181

（事前に問合せ必要）