

浜松市における依存症対策事業～家族勉強会の展開と展望～

浜松市精神保健福祉センター

○長島麻莉 池田千穂 松尾詩子 志倉祥 河合龍紀 二宮貴至

1. 要旨

浜松市精神保健福祉センター(以下センター)では、平成21年度より依存問題の普及啓発、当事者及び家族の依存問題への適切な対応等を目的として依存症対策事業に取り組んでいる。センター設立当初より個別相談を開始。当事者支援としては平成23年度からアルコール・薬物再発予防プログラム、平成31年度からギャンブル依存症者回復トレーニングプログラムを開始。家族支援としては平成25年度からは家族教育プログラムを用いた家族勉強会を開催している。今回はこの家族勉強会について、近年の傾向を踏まえた課題と今後の展開について報告する。

2. 事業概要

家族勉強会の開催の背景として、平成24年度以降、依存の問題を持つ家族からの相談が増加傾向にあり、家族に対する適切な助言や支援を行うことが求められてきた。そのような状況の中で当センターでは、他自治体の精神保健福祉センターで実施している依存症者をもつ家族を対象とした心理プログラムを研究し、講義内容や資料作成を行い、平成25年度から家族勉強会を開催した。この家族勉強会は、参加した家族が依存問題への対応力を高め精神保健の向上を図ることを目的としている。

3. 開催内容

開催頻度:年2回(前期・後期) 1クール全4回 各2時間

参加定員:1クール 20家族(家族の続柄、依存対象、診断の有無は問わない)

内容:第1回「依存症とは」・第2回「家族の接し方①」・第3回「家族の接し方②」・第4回「体験談」

各回の前半はテーマに沿った講義、後半は参加者同士のわかちあいの時間としている。

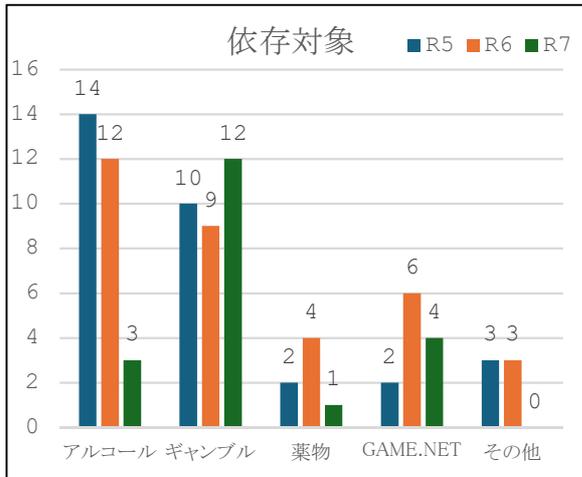
※第4回の体験談では、依存症当事者や家族を招き、自身の体験を語ってもらう回としている。

4. 近年の参加者の傾向

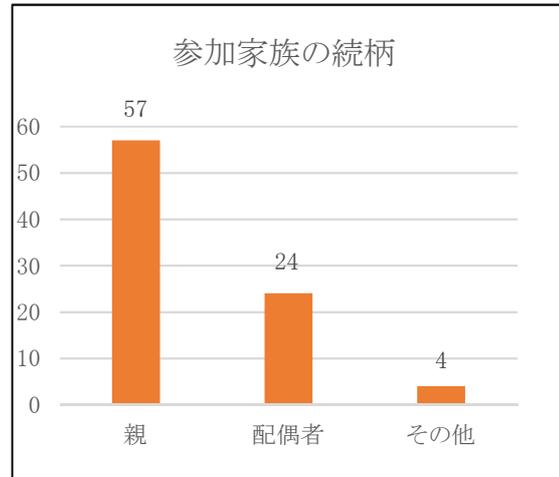
令和5年度から令和7年度の前期までの参加者総数は、85名であった。参加者を依存対象別に分けると、そのうち一番多い依存対象はギャンブルの31名で、次いでアルコールの家族が29名参加されており、毎年平均的にギャンブルのご家族が多いことが分かる(図1)。また、令和5年度と比べ、ゲーム・ネットの家族が増えている傾向にある。次に参加された方の続柄としては、一番多いのは親で57名となっている。次いで多いのが、配偶者で24名となっている。その他の家族としては、同胞や子等の参加も見られた(図2)。

ここ数年の参加者の傾向を見ていくと、一番多い参加者はギャンブルの子どもを抱えた親で21名参加をされている。次いで、アルコールの配偶者をもつ家族で15名参加をされている。

(図1)



(図2)



5. アンケート結果

家族勉強会参加者には毎回アンケートを取っている。その中からいくつかの結果を紹介する。アンケートは令和6年度と令和7年度前期の参加者(総回答数:153件)を対象としたアンケートであり、結果は以下の通りである。

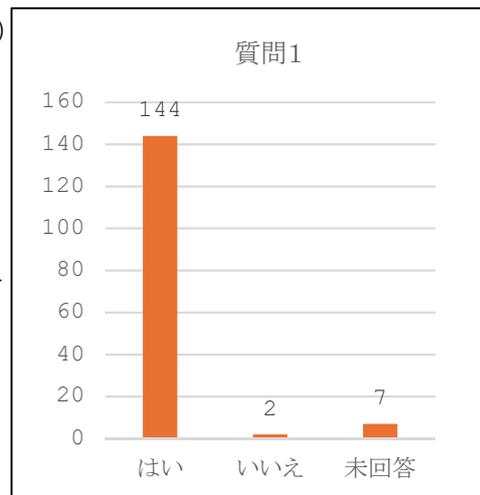
(図3)

●質問1「今回の勉強会の内容は今後の生活の役にたつと思いますか」(図3)

●回答:「はい」144件、「いいえ」2件、「未回答」7件

参加者意見

- ・向き合い方を再確認できた。・基本的な知識を入れた上で接しようと思います(第1回) ・自分の気持ちの伝えた方を変えるように努力しようと思いました(第2回)
- ・本人へ話をするタイミングが大切(第3回)・自助グループの情報を知っておくだけでも安心感がある(第4回)



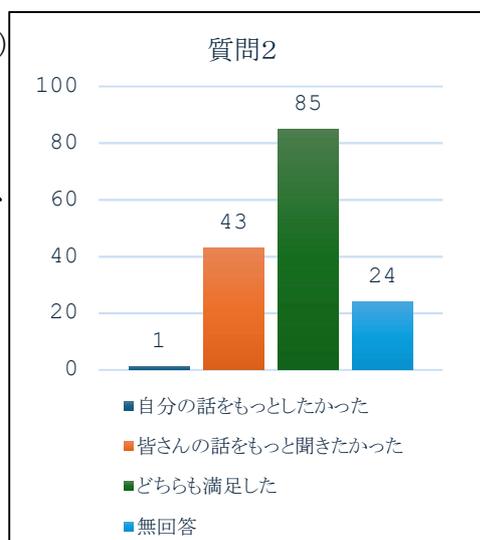
●質問2「わかちあいの時間で、当てはまる所の一つチェックをお願いします」(図4)

(図4)

●回答:「自分の話をもっとしたかった」1件、「皆さんの話をもっと聞きたかった」43件、「どちらも満足した」85件、「未回答」24件

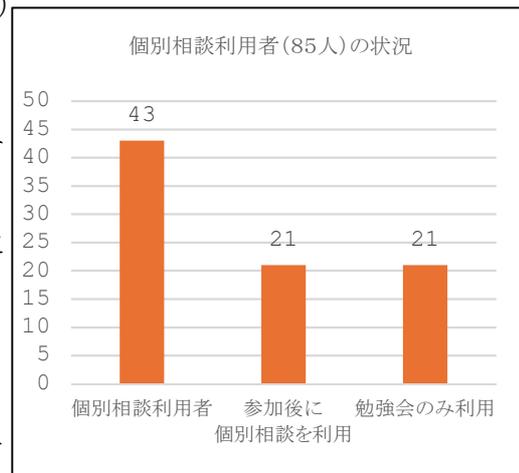
参加者意見

- ・悩みを話したり、聞いたり、共感しあえてよかったです。
- ・同じような状態のご家族の話を知ることができて、すごく安心した。・あまりグループで行うのが好きではないけど、話を聞いて良かった。・ひとりではないと思える時間は大切だと思いました。



6. 勉強会参加後の動向 (図5)

依存症の家族勉強会は開始当初より、センターの個別相談利用者を対象にしてきた。令和5年度から個別相談を利用していない市民に対しても参加を促すことができるようにオープン参加を実施。広報冊子や医療機関、庁内関係部署へ周知を進めてきた。それに伴い、相談歴のない参加者からの申し込みを受けるとともに、新しく個別相談を希望する家族にも積極的に周知し、参加を促してきた。オープン参加を開始した令和5年度から令和7年度前期までの参加者の動向について報告する(図5)。上記期間の勉強会参加人数



は、85名であった。うち勉強会開始前から個別相談を利用していた人数が43名で、開始後に個別相談を利用した人数が21名であった。勉強会のみ参加した人数が21名であった。

7. 考察

依存対象を見ていくと、ギャンブルの子をもつ親、アルコールの配偶者という家族が多い一方で、ゲームやネットのご家族も増加傾向である。また、薬物の家族を抱えた家族は、毎年参加が少ない傾向がある。近年の傾向である当事者の低年齢化や依存対象の拡大を踏まえて、今後の勉強会の周知先として、矯正施設や保護司、大学などの学校現場にも範囲を広げていくことも検討してもよいかと感じた。

今回、勉強会後に個別相談を利用する家族が増えていることから、広くオープン参加にすることは意味がある取り組みであったと言える。しかし、個別相談に繋がる家族がいる一方で、勉強会での参加に留まる家族も同数いることが分かった。勉強会の中でも、口頭で「困った時にはいつでも相談してください」と伝えているものの、その後は繋がりが途絶えてしまっているのが現状である。勉強会の開催中に個別相談に繋げるような取り組み、そして勉強会を終えてからも「また相談してみようかな」と思い出してもらえらるきっかけとなるリーフレット作成なども検討しつつ、今後も「勉強会が相談の入口」となっていけるように開かれた勉強会のあり方を継続していきたいと思った。

アンケート結果からも、講義内容が今後の生活の役に立つという回答をいただいている。講義の中では基本的な知識を伝えるとともに、ワークで家族自身の気持ちの整理やアイメッセージで伝える練習などを実施してきた。知識の獲得も重要であるが、この勉強会を通して家族が自分の気持ちと向き合い、当事者との関わりの気づきを得ることが重要とも言える。依存の家族は、家族も“孤独”な環境の中にいることが多いと感じる。その環境の中で、提供しているわかちあいの場は、他の家族と出会い、意見や気持ちの共有ができる貴重な場となっていると思われる。満足度も高いため、今後も場の提供を引き続き行っていきたいと思った。

本人の回復には、身近な家族の回復がとても重要と考えられている。浜松市では当事者支援と並行しながら、勉強会を含めた家族支援を今後も継続していきたいと考えている。