

滋賀県立 精神医療センターたより

第51号

令和8年
9月発行

Contents

- 依存症治療プログラムをリニューアルしました
- 届けます「看護の魅力配達事業」出講後の報告
- 新入職員紹介
- 小学校でゲーム依存のお話をしました！
- アクセス・受診案内

ARP アディクション リカバリー プランニング

依存症からの回復とこれからの人生に向けてプランニングしていきましょう



依存症外来を受診された方へ

ここにきてくださったことだけでも大層な一歩です。
アルコールや薬物、ギャンブルなどの問題はお悩みの一つかもしれません。
一人で抱えこまず、支援や相談ができることを目指していきましょう。
この冊子では、依存症とはどんな病気なのか、回復までのような治療や支援を行っているの
私たちが回復への一歩を支える存在でありたいと思っています。

依存症とはどんな病気？

アルコールや薬物、ギャンブルなどを「やめたいが辞められない」と思っている自分自身のこと
ではコントロール出来なくなることがあります。このような状態を依存症といいます。
アルコールや薬物など神経に作用する物質への依存や、ギャンブルやゲームなど特定の行動
プロセスへの依存があります。
意志の弱さや性格の問題ではなく、脳の働きが関係して起こる病気と言われています。その
ため、「もうやめよう」と思ってもまた繰り返してしまうのです。意志だけではコントロールする
ことが難しくなる病気です。依存対象への欲求が強くなりコントロールすることが難しくなる
状態は、アクセルが効き過ぎてブレーキが効かなくなる車の状態に例えられます。

依存症は放置すると致死性の病気とも呼ばれますが、回復が可能な病気です。
回復は一步一步すすんでいきます。

依存症治療プログラムをリニューアルしました。

当センターではこれまで断酒を目的として実施してきた、旧「ARP(アルコール・リハビリテーション・プログラム入院)」をリニューアルし、令和8年度より、新「ARP(アディクション・リカバリー・プランニング)」としてあらたにスタートしました。

今回のリニューアルでは、アルコール依存症だけでなく、ギャンブル依存症や薬物依存症の疾患に対応できるプログラムへと拡充しました。また、新たにARP冊子を作成し、外来・入院・退院まで一貫して活用することで切れ目のない支援を行っています。

新ARPでは“依存症からの回復に伴走する”をコンセプトに、外来受診の時点からご本人やご家族とともに回復への道筋を一緒に考えていくことを大切にしています。

入院中のプログラム内容においては、依存症についての理解を深める心理教育や再発予防プログラムに加え、日常生活に役立つ工夫を学ぶ生活講座、自分らしい楽しみや趣味を見つけるきっかけとなるように軽運動、映画鑑賞、園芸活動を取り入れました。

さらに、ご家族への支援についても見直しを行いました。これまでのアルコール問題を抱えるご家族に限定していた家族教室を、ギャンブル、薬物の問題を抱えるご家族も参加できる「依存症家族教室」へ変更し、ご家族が依存症について理解を深めるとともに、ご家族自身の健康や生活も大切にできるように支援しています。

これからもARPを通して、ご本人とご家族の回復への歩みに寄り添い、多職種で支援を続けていきます。

届けます「看護の魅力配達事業」出講後の報告

7月17日滋賀県看護協会・滋賀県ナースセンター主催の「看護の魅力配達事業」のため国際情報高校に講義に行きました。参加学生は10名でした。

私がお伝えしたエッセンスは「精神科看護師の仕事内容や体験談、やりがい」についてです。学生は特に精神科看護に特化した内容に興味を示してくれました。「看護の分野でもまだまだ知らないことがたくさんあることを知れた。」との感想も頂き、看護の仕事に興味関心を持ち視野を広げる一助になれたならば嬉しく思います。

進路選択の重要な時期にある高校生が、私と同じ看護の道を志していることを知りとても嬉しく感じました。



新入職員紹介

令和8年4月から滋賀県立精神医療センターで勤務しております。初めて経験する事も多く至らぬ点もあるかと思いますが、滋賀県の精神医療に貢献できるよう精進してまいりたいと思います。よろしくお願いします。

木内 正子

本年3月まで大学病院に勤務しておりました朝倉大志と申します。当センターが滋賀県の精神医療において果たす重要な役割を自覚し、県民の皆様のお役に立てるよう、力を尽くして参ります。

朝倉 大志

令和8年度依存症治療拠点機関事業 小学校でゲーム依存のお話をしました！

当センターでは、依存症治療拠点機関として専門医療の提供以外にも普及啓発活動に取り組んでいます。前年度、滋賀県教育委員会が生涯学習課内に設置した「しが学校支援センター」に登録を行い、この度、甲南第三小学校よりPTA研修会においてゲーム依存に関する講演依頼を受けました。



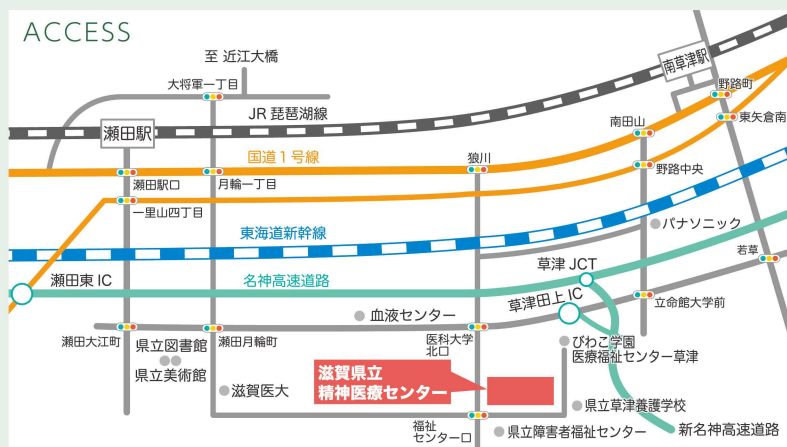
当日の講演テーマは、「依存と居場所」で、当センターの石田医師が講師を務めました。ゲーム依存の何が問題になるのか、依存と嗜癖の違いや診断基準など医学的な視点だけでなく、子どもたちがゲームに依存する背景について触れ、子どもたちを取り巻く環境を考えていくことや、安全な居場所を担保する重要性をお伝えいたしました。

また、ゲームをやめられない子どもへの対応に関する質問に対し、ゲームはやめられないよう作られており、ゲーム機器を取り上げる、Wi-Fiを切るような関わりは親子双方にとって好ましくなく、やめさせることに重きを置くのは現実的ではないことをお伝えしました。使用にあたりルールを決めた際、ルールは守って当たり前ではなく、守れた時の関わり：「ほめる」を習慣化していくようお答えしました。

医療機関としては、健康を害するような状況は回避したいものです。早期支援の一つとして、保健所や精神保健福祉センターに相談窓口があることをお伝えし、早めの相談を推奨させていただきました。

今後も、依存症治療拠点機関として、予防医学の視点で、正しい情報を発信していきたいと思います。

■交通のご案内



JR瀬田駅から

- ① バス(滋賀医大方面行き)
「大学病院」下車 徒歩10分
- ② タクシー 約15分

JR南草津駅から

- ① バス(草津養護学校行き)
「県立総合福祉センター」下車徒歩1分
- ② タクシー 約10分

自動車

新名神高速道路
草津・田上ICから約5分

■外来診療のご案内

● 診療日:月～金曜日 ● 休診日:土・日・祝日・年末年始

	月	火	水	木	金
精神科外来	千 貫 桐 山 石 田 木 内	辻 本 野 口 濱 川	千 貫 石 田 栗 本	松 村 藤 川 有 田 尾関(午前)	野 口 濱 川 朝 倉 増 田
中・高生 こころの専門外来	桐 山	野 口 日 指		桐 山	野 口
依存症専門外来	千 貫 桂 木	濱 川	千 貫		濱 川
内科外来	浅 田	浅 田	浅 田	浅 田	浅 田

※…精神科全般：アルコールおよびその他依存症、中高生の精神疾患、発達障害に関する診察、その他精神科疾患の診察を行っています。(認知症・てんかんの診察はしていません。)

※…栗本医師の診察日については予約専用ダイヤルにてお問い合わせください。

※…担当医師については予告なく変更する場合があります。

完全予約制です 予約専用ダイヤルにお問い合わせください。

【予約専用ダイヤル】☎ **077-567-5023** でお受けしています。

・受付時間:平日の9時から16時まで。

・緊急時は、代表電話:077-567-5001へおかけください。



滋賀県立 精神医療センター

〒525-0072 滋賀県草津市笠山八丁目4番25号
TEL:077(567)5001/FAX:077(567)5033

