

精神保健福祉センターにおける依存症対策の取り組み
～ARPPS の実践を通して～

長野県精神保健福祉センター

○本島理子 小泉典章 半場有希子 山崎亜花里 小林佳奈

I はじめに

近年、アルコール健康障害対策基本法や統合型リゾート（IR）法の成立、薬物事犯などの刑の一部執行猶予制度が開始されるなど、依存症問題について取り上げられる機会が増え、当センターにおいても依存症に関する相談件数は増加している。また、当センターでは2年前から配置しているが、平成29年度の国の依存症対策総合事業として、全国の精神保健福祉センターへの依存症相談員の配置が盛り込まれた。

当センターでは、依存症対策事業としてアルコール問題相談事業を昭和55年に開始し、以降、アルコール、薬物、ギャンブルを対象とした依存症の個別相談、グループミーティング、各機関への研修・技術援助、普及啓発を行ってきた。

当センターで運営している依存症グループミーティングでは、アルコール、薬物、ギャンブルの問題に悩む当事者と家族を対象としている。今回、当センターにおける依存症対策の新たな取り組みとして、平成26年度から当事者依存症グループミーティング（以下、当事者グループ）で取り入れてきた神奈川県立精神医療センター旧せりがや病院で開発された覚せい剤依存再発防止プログラム SMARPP（Serigaya Methamphetamine Relapse Prevention Program）の実践について当事者グループの活動内容を通して報告する。そして、昨年度 SMARPP を参考に作成した長野県版依存症治療・回復プログラム ARPPS（Addiction Relapse Prevention Program in Shinshu）の実践と普及について考察する。

II SMARPP（スマープ）とは

SMARPP は、覚せい剤による薬物依存症を主な対象とし、再使用の防止を目的に平成18年に開始された認知行動療法による外来治療プログラムである。SMARPP は、ロサンゼルスのマトリックス研究所のクリニックで開発されたマトリックスモデルを参考にしており、否認や治療中の再使用があっても、正直に語り通院継続できていることを評価する、治療継続を重視した支持的な治療プログラムとなっている。プログラムでは、専用のワークブックを用いた具体的な対処スキルや知識の習得だけでなく、コーヒー等が用意された温かく受容的な雰囲気に参加者を歓迎し、プログラムが1クール終了すると賞状を渡すなど、薬物依存患者が次も来たいと思うような雰囲気で行われている。

III 長野県精神保健センターでの実践

1 ARPPS（アルプス）ができるまで

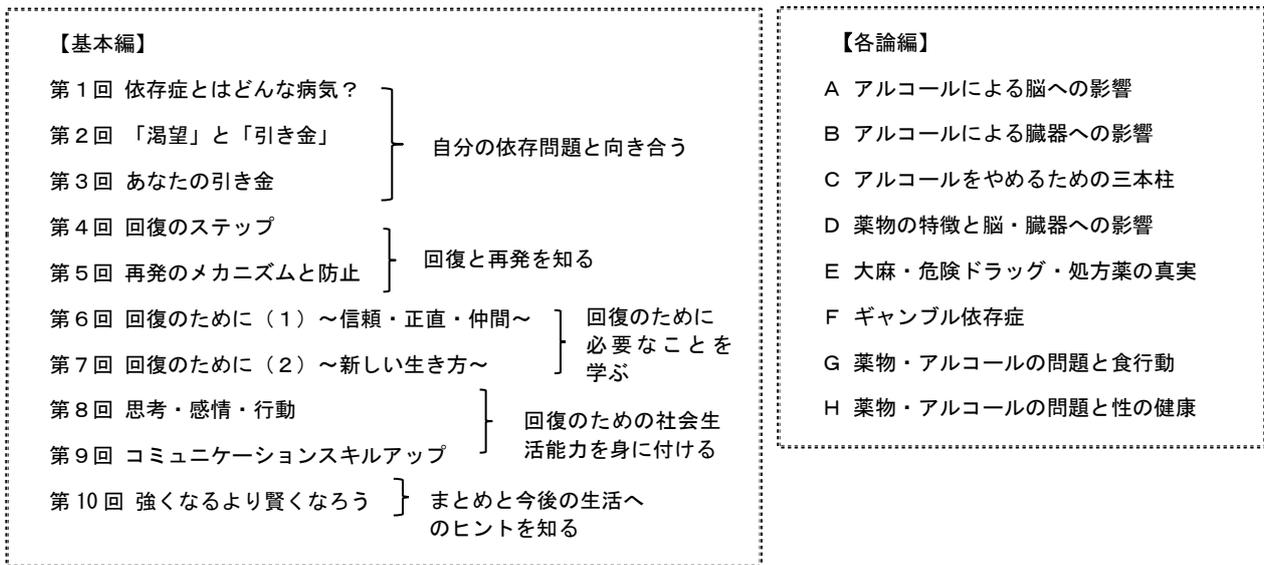
長野県では、平成21～23年度に「長野県薬物依存症対策推進事業（厚生労働省地域依存症対策推進モデル事業）」の取組みとして、こころの医療センター駒ヶ根で治療・回復プログラム「KOMARPP（コマープ）」が開始された。しかし、「KOMARRP」は、実施対象がこころの医療センター駒ヶ根で入通院している薬物依存症の人に限られ、他の依存症で悩む人は、プログラムを受けたくても難しい状況だった。当センターでは、従来から、アルコール・薬物・ギャンブルの当事者グループを実施しており、そこからGA（ギャンブラーズアノニマス）が誕生したことや、平成26年度から SMARPP プログラムを活用していたことから、平成27年度厚生労働省の新規事業である「依存症者に対する治療・回復プログラムの普及促進事業」に採択され、長野県版依存症治療・回復プログラム「ARPPS」を作成し、平成28年3月にテキストを発行した<図1>。

2 長野県版依存症治療・回復プログラム「ARPPS」について

「ARPPS」は、「SMARPP」等を参考に作成した、アルコール・薬物・ギャンブル依存症者に対する回復プログラムである。テキストは本編と各論編の2部（A4サイズ・カラー・全114ページ）で構成され〈図2〉、本文全てにルビをふり、図を多く取り入れている。県内のどの機関でも活用できるプログラムとして、支援者も一緒に学ぶことができる内容となっている。「ARPPS」では、プログラムを通して、自分の根本の問題に気づき、自信を取り戻し、自分を大切に思えるようになり、仲間とつながりアルコール・薬物・ギャンブルに頼らない生き方を見つけることを目的としている。



〈図1 ARPPS テキスト〉



3 当事者グループでの実践

(1) 経過

当センターでは、〈図3〉のような経過で、当事者・家族グループを行ってきた。アルコール・薬物・ギャンブルを対象とした当事者グループは平成24年度から行っており、平成27年11月からは、長野会場に加え松本会場も開設して、当事者グループを運営している。

ARPPSは、H28年4月から長野会場および松本会場の当事者グループにおいて導入している。

年度	S55	S56	S58	H6	H13	H14	H21～H23	H24～H26	H27～
グループミーティング	アルコール家族グループ			アルコール当事者グループ			アルコール・薬物・ギャンブル家族グループ		
							アルコール・薬物・ギャンブル当事者グループ		
厚労省 事業						地域依存症対策推進モデル事業		依存症者に対する治療・回復プログラムの普及・促進事業	

〈図3 当事者・家族グループミーティングの経過〉

(2) 内容

日時：【長野会場】毎月第1・3火曜日
 【松本会場】毎月第4火曜日<図4>
 いずれも 13:30~15:30
 場所：【長野会場】長野県社会福祉総合センター
 【松本会場】松本合同庁舎



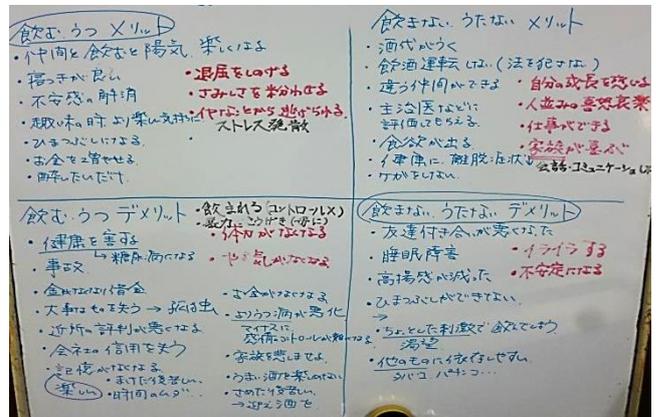
<図4 当事者グループ（松本会場）の様子>

- ～当事者グループの流れ～
1. チェックイン(10分程度)
 - * カレンダーにシールを貼る<図5>
 - 金：断酒・断薬・断ギャンブルできた日
 - 黄：引き金の強い日（黄色信号）
 - 赤：スリップした日
 - アルクマ：ミーティングに参加した日
 2. 分かち合い（40分程度）
 - (1) ミーティングルールの確認
 - (2) 自己紹介、近況振り返り
 3. セッション（60分程度）
 - (1) プログラム（ARPPS）の読み合わせ
 - (2) 課題に取り組む<図6>
 - (3) 課題の共有
 4. チェックアウト（10分程度）
 - * ミーティングの感想
 - 次回までに予想される危険な状況とその対処方法等



<図5 カレンダー>

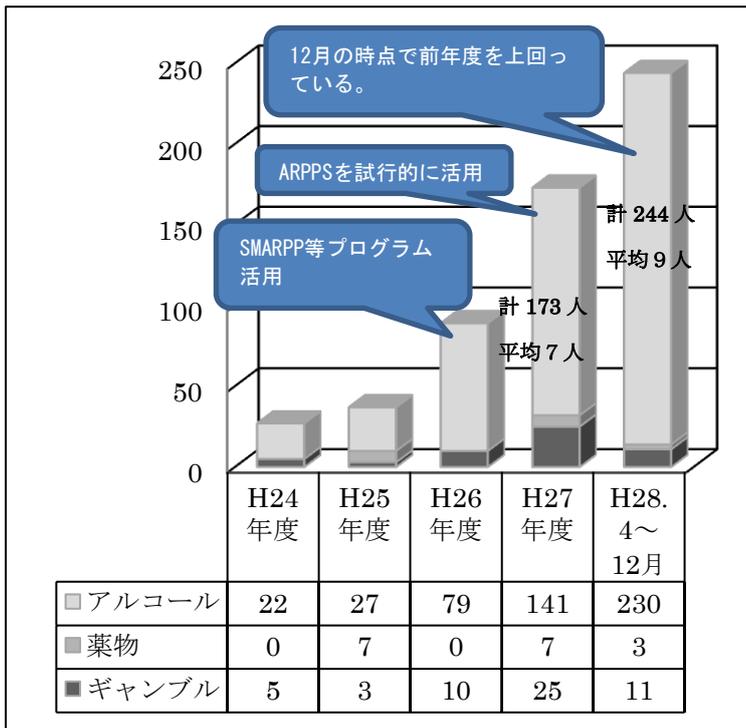
当センターの当事者グループは、アルコール・薬物・ギャンブルの問題に悩む当事者を対象とし、運営スタッフは当センターの職員のみである。また、同じスタッフが依存症家族グループも運営しているため、当事者グループでの学習内容や出された知恵を、参加者の了解を得た上で家族グループに伝え、当事者と家族が同じ知識を持って依存症対策に取り組めるような工夫を取り入れている。



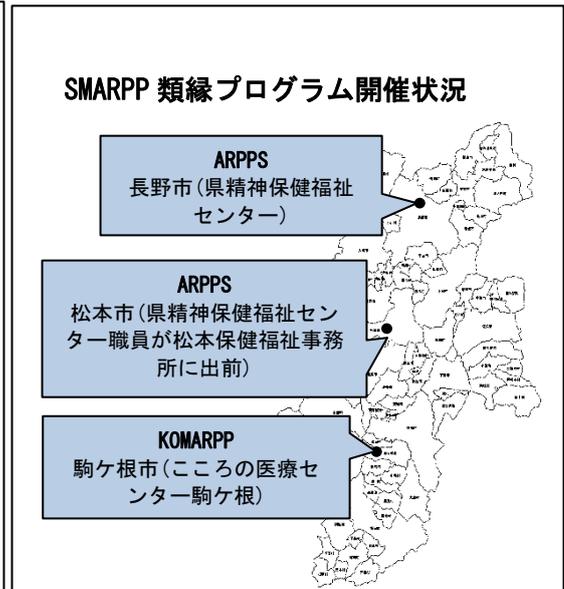
<図6 当事者グループでの取り組み>

IV ARPPS の普及

当センターの当事者グループ（長野・松本）への参加者数は、H27年度に前年度よりも94%増加しており、「ARPPS」を導入した平成28年度においても12月の時点で前年度を41%上回っている<図7>。当センターにおける当事者グループの延べ参加者数は着実に増加している一方で、当センターや限られた医療機関のみのプログラムでは、広い県内の対象者をカバーしきれないというのが課題ある<図8>。そこで、当センターでは身近な地域の相談機関に気軽に依存症の相談ができるよう、平成28年11月に県内各機関の支援者向けにARPPSの内容を周知することを目的とした「ミニARPPS」を作成し、各関係機関への配布を行うことによって、長野県内のARPPS普及促進を図っている。



<図7 依存症当事者グループミーティング参加者延べ人数推移>
(H28年12月末日現在)



<図8 長野県内の SMARPP 開催状況>

V 考察

依存症は適切な治療と支援により回復が可能な疾患である一方で、治療や相談に繋がりにくい問題を抱えている。当センターでは、新たな依存症対策として、長野・松本の当事者グループにおいて平成28年度から ARPPS を導入した。その結果、グループ参加者数は順調に増えている。参加者の8割はアルコール依存症者であり、継続的に参加されている方が多い。一方で、薬物、ギャンブル依存症の参加者数は少なく、また定着率は低い。今後は継続参加者の地域自助グループへの移行と、アルコール依存症者だけでなく薬物やギャンブル依存症の新たな参加者のリクルートが課題となる。

当事者グループでは、体験談を中心とした分かち合いや意見交換、「ARPPS」を用いたテキストの読み合わせや課題に取り組んでいる。依存対象は異なっても抱えている悩みや生きづらさは共通しており、正直に語り合い、仲間で支え合い、知恵を出し合うことが、参加者の励みや自信となり、回復へのモチベーションにつながっている。現在、依存症治療のために入院している方が、病院職員や断酒会のメンバーの紹介により当センターの当事者グループに参加されるなど、当事者グループが依存症者の地域生活を支援する一つの方法として受け入れられてきている。今後は、当センターや一部の医療機関だけでなく、県内の行政機関や医療機関で ARPPS の活用が広がるよう普及啓発を行っていく必要がある。

参考文献

- 1) 松本俊彦：よくわかる SMARPP－あなたにもできる薬物依存者支援。金剛出版，東京，2016
- 2) 小泉典章：長野県精神保健福祉センターにおける SMARPP の実践について。
こころの健康、31(2):27-33, 2016