



# せりがや通信第16号

神奈川県立精神医療センターせりがや病院

## 薬物依存症者の回復に向けて（SSTの実施）

SST 担当グループ

当院は薬物依存症者の回復プログラムとして、集団精神療法、SST などを行っています。今回は SST についてご紹介します。H12 年度より看護職員は生活技能訓練研修を受講し、H14 年度より、薬物依存症者に SST（生活技能訓練）を開始しました。SST の主な目的は、健康な自分を取り戻し、建設的で協力的な行動を学び、心地よいコミュニケーションが出来るようになる。励まし、励まされながらも、自分と他人の欲求や感情に気付き、コミュニケーション技術を向上することが出来る。病気の中で生じてくる問題を解決するため、参加者全員の協力により、対処法を学び、日常生活で実行出来るようにする。などです。これらの技術を習得出来るよう、看護師が主となり、毎週実施しています。月 1 回は医師も担当し、薬物に関する知識を教えています。その内容は、自己紹介やサイコロトークなどのウォーミングアップを行い、リラックス出来る雰囲気作りを行います。その後、現在の悩みや退院後の不安などテーマを出していただきミーティングやロールプレイなどを行っています。「仲間と共に話し合うことでスッキリした」「楽しかった」などの感想が多く聞かれ、自分自身の思いを素直に吐き出せる場所になっています。依存症治療を行う上で、「全てを正直に話すことが出来る」「人の話を聞くことが出来る」ことは最も重要なことです。担当スタッフは、楽しく、明るい雰囲気作りを心掛け、積極的な意見交換が出来るよう、日々努力しています。その結果として、退院後、ナラノンやダルクなどの自助グループに継続して参加することが出来、回復の道を歩かれるきっかけになることを願っています。

## 『百聞は一見にしかず』横浜ダルク・寿アルクを見学して

平成 19 年度転入職員

<横浜ダルク> スタッフの方から施設の説明を受け、グループセラピーへの参加、宿泊施設の見学をさせていただきました。印象深かったのは、薬物の再使用を防止するために、刑務所やせりがや病院に出向き経験者のメッセージを伝えていることでした。実際に薬物使用者からの話には、耳を傾けて聞くことが出来ると思います。グループセラピーでは、参加者が自分の経験を正直に話し、家族との関係や自分の気持ちを表現されていました。その雰囲気から、正直に語ることや最後まで参加することに意味があることがよく伝わってきました。ダルクのスタッフは当院にもメッセージに来て頂いています。今回見学をさせて頂いたことで更に身近に感じる事が出来ました。<寿アルク> こちらもダルクと同様、職員の方にあたたかく迎えて頂きホッとしました。施設長の説明で寿町の歴史、現状、施設の役割などを知ることが出来、アルクの存在価値の大きさを実感しました。また、退院された患者様がミーティングに参加されている姿に出会い、本当によかったなと思いました。さらに、社会復帰に向けて、第 2、第 3 のアルクやグループホームを立ち上げているというお話を伺い、リハビリ施設は回復への 3 本柱の大きな 1 本であることを実感しました。私たちも施設見学で得たことを、今後の支援に役立ていきます。

**【家族教室のご案内】**

当院においては、患者様やご家族のため、アルコール・薬物依存症者の家族教室を開催しています。アルコール並びに薬物依存症の知識や特質について学び合い、適切な関わり方を共に考えていくことを目的としています。(なお、この家族教室は、当院を受診していない方のご家族も参加できます。)是非、ご参加ください。なお、参加は予約なし・無料です。

< 20 年度アルコール家族教室のご案内 >

< 20 年度薬物依存症の家族教室の日程 >

日 程	担当	日 程	担当	日 程	テーマ	日 程	テーマ
4月3日(木)	B	4月5日(土)	C	4月10日(木)	2	4月24日(木)	3
4月17日(木)	A	5月1日(木)	B	5月8日(木)	4	5月22日(木)	1
5月15日(木)	C	6月5日(木)	A	6月12日(木)	2	6月26日(木)	3
6月7日(土)	B	6月19日(木)	C	7月10日(木)	4	7月24日(木)	特
7月3日(木)	A	7月5日(土)	B	8月14日(木)	1	8月28日(木)	2
7月17日(木)	C	8月2日(土)	A	9月11日(木)	3	9月25日(木)	4
8月7日(木)	B	8月21日(木)	C	10月9日(木)	特	10月23日(木)	1
9月4日(木)	A	9月6日(土)	B	11月13日(木)	2	11月27日(木)	3
9月18日(木)	C	10月2日(木)	A	12月11日(木)	4	12月25日(木)	1
10月4日(土)	B	10月16日(木)	C	1月8日(木)	2	1月22日(木)	3
11月1日(土)	B	11月6日(木)	B	2月12日(木)	4	2月26日(木)	特
11月20日(木)	C	12月4日(木)	B	3月12日(木)	1	3月26日(木)	2
12月6日(土)	A	12月18日(木)	C	< 特別講座のご案内 >			
1月15日(木)	A	2月5日(木)	B	特別講座 : 横浜ダルクの方がゲスト			
2月7日(土)	C	2月19日(木)	A	特別講座 : ナラノメンバーがゲスト			
3月5日(木)	B	3月7日(土)	C	特別講座 : 当センター医師			
3月19日(木)	A			《テーマ》			
《担 当》				1 : 薬物依存症とは、2 : 否認の心理 3 : 自分自身を振り返る、4 : 家族の変化・本人の変化、としソーシャルワーカー・臨床心理士が上記の日程で開催致します。			
A : 医師、B : ソーシャルワーカー・臨床心理士、C : 看護師がそれぞれの立場から上記の日程で開催致します。							
日 時 : 第1土曜日 午前10時30分~12時 第1・3木曜日 午後1時30分~3時30分(但し、祭日はお休み)				日 時 : 第2・4木曜日 午後1時30分~3時 (但し、祭日はお休み)			
開催場所 : 当院2階ダイケア室				開催場所 : 当院2階ダイケア室			

家族教室問い合わせ先 : せりがや病院 心理・相談科 045-822-0365 (内540)



外 来 診 療 ( 新 患 ・ 再 来 ) は 予 約 制 です。

予約変更は平日の午後2時~午後4時にご連絡ください : 045(822)0365

〒 233-0006 住所 神奈川県横浜市港南区芹が谷 2-3-1

<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/byouin/seisin/index.htm>

発行所 神奈川県立精神医療センター せりがや病院 編集委員