



今回は、依存症の治療プログラムの紹介をします！

当院では、入院してARP(Addiction Rehabilitation program)に参加します。
ARPは『アディクション リハビリテーション プログラム』の頭文字です。

そうです！ただ、の～んびり入院してお酒を断つわけではありません。同じ依存症という病気を抱えた仲間と共にプログラムに参加し、飲酒やギャンブルについての振り返りを行います。

ARPのひとつに入院・通院患者様と合同で行う、『合同ミーティング』があります。

『合同ミーティング』、ミーティングテーマは以下の8個があります。

- | | |
|---|---|
| ① | 「依存症とはどのような病だと思えますか？」 |
| ② | 「飲酒・ギャンブルはなぜ必要でしたか？」「どのように役に立っていましたか？」 |
| ③ | 「飲酒・ギャンブルをやめて、どのような思い（気持ち）がでてきましたか？」 |
| ④ | 「欲求が出たときにはどのように対処をしますか？」 |
| ⑤ | 「大切にしたいことは何でしょうか？」 |
| ⑥ | 「思いを話せる人はいますか？いないときにはどうしますか？」 |
| ⑦ | 「これから生活する中で、どんなことが飲酒やギャンブルにつながりますか？」 |
| ⑧ | 「回復とは？回復を妨げるものは？回復のためにどのような取り組みが必要ですか？」 |

その日のテーマに合わせて自身の体験や考えていることについて話をします。

入院患者様・外来患者様と一緒にミーティングをする目的

【入院中の方にとっての目的】

外来で通院されている方の話を聞くことで退院後の生活のイメージすることができます。これからやめていく生活の中で起こる困難や対処方法のヒントを得ることができ、回復のモデルを見ることができます。

【外来の方にとっての目的】

入院していた頃の自分、やめ始めたころの自分を思い出し、振り返ることができます。自分の体験を話すことで何らかのストッパーになり、回復の取り組みの再確認をすることができます。

自助グループとの違いは、そこにスタッフが参加しているということです。言いつぱなし、聞きつぱなしではないのが特徴です。

依存症からの回復はたった一人では難しいものです。病院のスタッフや仲間と共に、一緒に分かち合いをしていきましょう。多くの気づきを得られます！

毎月第2土曜日にリカバリーセンターで10時から実施しています。まずは気軽にご参加ください。

お問い合わせ:092-811-1821 地域移行推進課まで

あけましておめでとうございます。リカバリーセンターに勤務しております辻です。本年もデイケア卒業生の方のインタビューをお届けしていきたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

今回は、アディクションリカバリーセンター（ARC）卒業生の**中嶋 麻美さん**です！！現在、倉光病院のデイケア桜で勤務されています！！リカバリーを目指すみなさん、そのご家族や地域の方々など沢山の方々に読んでいただくと嬉しいです。



Q. 現在、倉光病院通所部門の‘デイケア桜’で勤務されていますが、働いていて嬉しいことは何ですか？

利用者の方から「ありがとう」と言ってもらえた時がとても嬉しいです。また、入院していた時から倉光病院で働いている方々を見て、すごいなと思っていたので、毎朝、倉光の制服を着て、名札を付ける時がとても感慨深く思います。

Q. では、反対に働いていて大変だなあと感じることはありますか？

忙しい時に周りを見て、優先順位を咄嗟に考えて動くのが難しいです。そういう時に「～して下さい」と具体的に指示していただけるので、とてもありがたいです。

Q. 働こうと思ったきっかけは何かありましたか？

入院していた頃から「いつか倉光病院で働けたら良いな」と思っていました。本格的に思い始めたのは、作業所に通わせてもらうようになって作業の一環でデイケア清掃をさせてもらうようになってからです。

Q. 現在は病気とどのように付き合っていますか？

アルコール依存症に限らず、感情の起伏やHSPの気質など生きづらさがお酒を止める中で次々と出てきて、混乱して何回か入退院をしましたが、今はどんな自分も自分で、そんな自分を自分なりに精一杯生きていきたいと思っています。

Q. これからの夢や目標はありますか？

今までたくさんお世話になってきた倉光病院に少しずつ恩返ししていきたいです。また、自分の人生を振り返った時に「今まで頑張ってきたな」と自分自身に感謝できるような生き方をしていきたいです。

☆最後に、社会復帰を目指す仲間メッセージをお願いします！！

今まで一生懸命生きてきた自分を労ってあげてください。思い通りにいなくてイライラする事の方が多いかもしれませんが、一生懸命アディクションから離れて過ごしていれば必ず報われる時が来るので諦めずに一緒に頑張りましょう(*^_^*)

中嶋さん！ありがとうございました！！

家族教室お知らせ(アディクション家族教室は下記内容で開催中です)

日時:第2土曜日 10時~11時45分

場所:リカバリーセンター

*マスク着用のご協力をお願いいたします。

<お問い合わせ> 092-811-1821

地域移行推進課まで

< 日 直 >
い くら
い み
も り つ

