第１章　依存症の基礎知識

１　依存症とは

（１）依存症とは

●依存症とは、アルコールや薬物やギャンブルといった特定の物質や行為を「やめたくても、やめられない」状態になり、学業や仕事など本人の日常生活や社会生活に重大な支障が生じるだけでなく、家族等の周囲の人にも影響を及ぼすという特徴があります。

●依存症は、本人の意志や性格の問題と誤解されることが多くありますが、特定の物質摂取や行為をコントロールする脳の機能が弱くなる精神疾患の一つであり、誰でも発症する可能性がある疾病です。

●依存症は、適切な治療やサポートにより十分に回復が可能であるにも関わらず、本人や家族等の依存症に対する知識や情報不足など、正しい知識の欠如のために相談につなげることができなかったり、周囲の誤った理解などのために医療や回復支援機関等へのアクセスが妨げられたりすることも共通の特徴です。

栃木県依存症対策推進計画（令和６年３月策定）より引用

依存症には主に「物質への依存」と「行動への依存」の２種類があります。

①物質への依存

アルコールや薬物といった依存性のある物質の摂取を繰り返すことによって、以前と同じ量や回数では満足できなくなり、次第に使う量や回数が増えていき、自分でもコントロールできなくなる状態のこと。

②行動への依存

物質でなく特定の行為（ギャンブル等やゲーム、買い物など）や過程に必要以上にのめり込んでしまう状態のこと。また、対人関係・恋愛関係・共依存など、関係への依存もある。

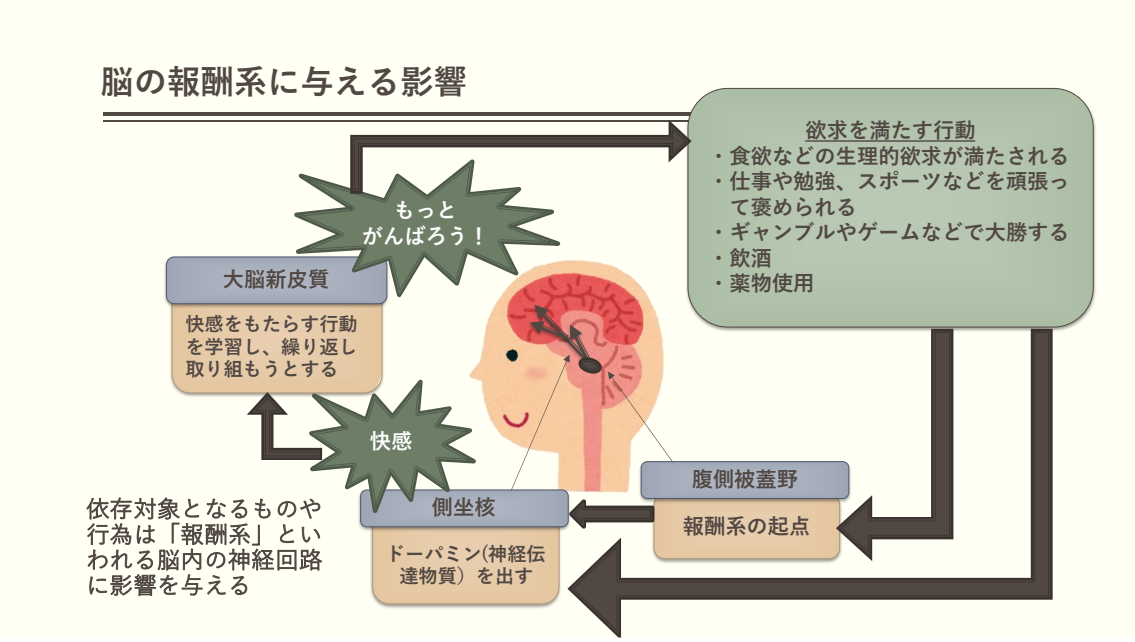
どちらにも共通して、繰り返す、より強い刺激を求める、やめようとしてもやめられないなどの特徴があります。

どこまでが”熱中”で、どのレベルからが“依存症”なの？

「依存対象の使用などによって、日常生活や社会生活を送るための機能（能力）が低下し、支障が生じているのにやめられないかどうか？」が判断するポイントです。

（２）依存症が起こる要因

依存症になる要因は様々ありますが、「依存対象の特性と脳の回路の変化」「本人側の要因」「環境要因」が複雑に絡み合っているとされています。



（栃木県依存症関連機関連携会議　栃木県依存症支援者向けガイドブック作成ワーキンググループ作成）

脳幹と大脳辺縁系をつなぐあたりに「心地いい」＝「快感」と感じる報酬系と呼ばれる回路があり、食事を食べる、仕事や勉強、スポーツなどを頑張って褒められたりすると「満たされた」「やった！」という快感を感じます。欲求を満たす行動をすると脳内の腹側被蓋野が刺激されます。すると側坐核からドーパミンが出て、快感を感じるようになります。依存性のある薬物や行為は直接報酬系の回路に働きかけるが、次第に耐性ができ、同じ量では快感が得られなくなり、その依存対象の使用に対してコントロールが効かなくなるのです。

（３）なぜ依存対象を使用等してしまうのか？

依存対象を使用等することは、様々な生きづらさを抱えた人が苦しさなどから逃れるための「孤独な自己治療」といわれることがあります。そのため、物事や人間関係などがうまくいかないときや孤独になると依存対象への使用・行動欲求が高まるといわれています。

（４）依存症の特徴

依存症の特徴として、依存対象の使用や行動をコントロールできない、徐々に悪化し依存対象中心の生活になる、考え方が極端になる、問題を否認する、嘘をつく、家族や周囲を巻き込むなどが挙げられます。

依存症になる主な要因	解　説
依存対象の特性と脳の回路の変化	依存性が強いものほど、もっと使用したいという脳の神経回路が強く刺激され、それを求める欲求をコントロールしにくくなります。また、同じ効果を得るのに必要な量や回数等が増えていきます。
本人側の要因	①生物学的要因 生来的な体質や遺伝子の関与が示唆されていますが、まだ解明されていません。 ②心理的・精神的要因や性格傾向 うつ病や発達障害、パーソナリティ障害、刺激や新しいものを好む、危険回避行動を取らない、衝動的といった性格傾向が、依存症のリスクを高めるとされています。
環境要因	幼少時期の体験や、早期から依存対象と接触する環境、安全・安心な人間関係が構築できない環境であったなどが挙げられます。 ①幼少時期の体験（いじめや虐待などの逆境体験） 幼少時期の逆境体験等から、トラウマや不安、苦悩等につながります。 ②接触の容易さ 身近に依存対象と容易に接触できる環境や機会があること等が挙げられます。

（出典）横浜市こころの健康相談センター「入門イチから学ぶ依存症支援」より引用

依存症に共通した特徴

1 コントロールができない

依存症になると自分をコントロールする力が奪われていきます。アルコールや薬物、ギャンブル等などは不快な感情から逃れさせてくれますが、その効果は一時的なものであり、繰り返し続ける必要が出てきて、依存症への悪循環が作られるのです。

2 意志や性格の問題ではなく誰でもなり得る

依存症は、「意志が弱いから」「性格に問題があるから」ではなく、誰でもなり得るのです。依存症の原因は、アルコールや薬物、ギャンブル等などの影響を脳が受けたことにあります。

3 慢性の病気ともいわれている

アルコールや薬物、ギャンブル等などの快感を経験した人は、それらを目の前にして、欲求が生じない体質に戻ることができません。そのため、依存症は「治ることのない慢性の病気」ともいわれています。しかし、「依存行動とどのように付き合うか」を考え、依存対象を使用しない・やらない生活を続けることによって、失われた健康や信頼、仕事などの社会的な役割を取り戻し、回復することは充分に可能です。

４進行性・致死性の病気ともいわれている

依存症は進行性の病気ともいわれています。アルコールや薬物、ギャンブル等などをやり続けることで依存が進行していき、心や社会生活に様々な問題が生じてきます。

また、身体を壊したり事故や自殺などにより亡くなる方も少なくありません。その原因として、仕事や家族をはじめとした多くのものを失い、借金や生活の困窮、社会的な孤立、幻聴や離脱期のうつ状態などが挙げられます。

５性格が変化する（問題を否認する、嘘をつく、考え方が極端になるなど）

依存症になった結果、これまでとは別人のような性格になってしまうことがあります。お金を依存対象につぎ込み、家族や大切な人に嘘をつき、周囲からの信頼を裏切ります。ささいなことで激しく怒り、暴力をふるうこともあるかもしれません。

しかし、依存対象を止め続けることで、かつての本来の自分を取り戻すことができます。

６はまりやすいものは次々に増える（クロスアディクション）

依存のメカニズムが作られると、脳が何事にものめり込みやすい体質を記憶してしまいます。そのため、アルコールや薬物、ギャンブル等に同時にはまったり、はまる対象を次々と変えたりすることは多く見られます。

７周囲の人を巻き込む

依存症は、本人だけでなく周囲の人を巻きこみます。たとえば、家族をうつ状態にしたり、家族や周囲の人との関係に依存症に関する悪循環が起こりやすくなります。親の依存症は子どもに対して強い心理的な負担や影響を及ぼしやすいことがわかっています。

さらに、依存症者を助けたいと思って援助している中で周囲の人たちに不健康な考え方や行動パターン（イネーブリング、共依存）*が生まれ、かえって依存症者の病気を悪化させてしまう場合もあります。　　*イネーブリング、共依存は第２章 P29～30 参照

（出典）「横浜版依存症回復プログラム WAI-Y テキスト」

SMARPP（作成責任者：松本俊彦）、だるま～ぷ（作成責任者：今村扶美　小林桜児　近藤あゆみ　松本俊彦）、 TAMARPP（作成責任者：近藤あゆみ）、ARPPS（発行者：長野県精神保健福祉センター）、GTMACK ワークブック（発行者：久里浜医療センター）を参考

（５）回復と再発

【依存症からの回復とは】

「回復」とは、依存症の本人や家族等の抱える困難が軽減され、より自分らしく健康的な暮らしに向かって進んでいけること、自分らしく健康的な暮らしを続けることと定義されています。　　（出典）「横浜市依存症対策地域支援計画」より引用

依存症の治療

1 からだの治療

長期間の依存行動（飲酒・薬物・ギャンブル等）でボロボロになったからだを健康的な状態に近づけていく。

2 心の治療

依存行動によって出てきた・悪化したうつや不安感を少しずつ解消していく。

3 欲求との付き合い方

回復していくなかで、再度アルコール・薬物・ギャンブル等などを使いたくなってしまったときの対処方法を学んでいく。

4 周囲との関係修復、社会生活の再開

依存行動によって傷ついた周囲との関係を修復していく。

5 その他の様々な生きづらさへの対応

過去のトラウマ体験、発達障害など、その人が抱えている生きづらさに少しずつ対応していく。

依存症からの回復には身体面や情緒面での変化を伴います。それは行きつ戻りつ、好調・不調の波を繰り返しながら進むものです。依存行動で影響を受けてきた脳の回復には、相当の時間がかかることを理解しておくことが大切です。

病院を受診するだけでなく、本人の困りごとに応じて支援を考えていくことが重要です。同時に、家族などの周囲の人も自分の生活を取り戻すなど、家族の回復にも取り組む必要があります。

【再発とは】

「再発」とはしばらくやらなかったのに、また再び依存対象をやってしまうこと（再使用）ではなく、「再使用を続けた結果、依存対象の使用などがやめる前の元の状態に戻ってしまうこと」です。

●「再使用の前にすでに再発は始まっている」という考え方

再発は再使用の前にあって、再発したまま何も対処しないでいるとやがて再使用に至る。

●「再発は再使用等の後に生じる」という考え方

依存対象を再使用等した人が、その後何も対処しないで再使用等を続けた結果、元の状態に戻ってしまう。

大切なのは再使用等したとき自暴自棄にならず治療等を継続し、そのことを治療や相談の中で丁寧に取り扱うことで再発を予防し、再使用等の害を最小限にとどめることです。

（出典）SMARPP　物質使用障害治療プログラム集団療法ワークブック（作成責任者：松本俊彦）参照

●もしもスリップ（再飲酒、再使用、再ギャンブル）してしまったら？

スリップとは、お酒、薬物、ギャンブルをやめている最中に、ごく一時的に再びお酒や薬を使用したりギャンブルをしたりすることです。もしスリップしてしまったら、回復を諦めないでください。すぐにまた断酒、断薬、断ギャンブルを始めましょう。

依存症対策全国センターHP より引用

「再発」と聞くと「治療などがうまくいかなかった」と考えてしまいがちですが、回復の過程でも再発は決してめずらしくはなく、むしろ再発について積極的に支援者に話せることが、回復のためにはとても大切です。単に依存対象をやめさせるだけでは、本人の生きるための「つえ」を奪ってしまう可能性もあります。

再発時に責めたり罰を与えたりすることは、むしろ回復の妨げになります。回復のためには、依存対象との関わり方の見直しと同時に、依存対象の代わりになる新しい「つえ」を作っていくことも大切です。

参考サイト URL

1）依存症対策全国センター:https://www.ncasa-japan.jp/

（なお、「e-learning で学ぼう依存症の基本」：https://www.ncasa-japan.jp/e-learning/）

2）特定非営利活動法人 ASK：https://www.ask.or.jp/

3）横浜市こころの健康相談センター（依存症って知っていますか）：https://www.city.yokohama.lg.jp/kenko-iryo-fukushi/kenko-iryo/kokoro/izonsho/chishiki/izonkisochishiki.html

（６）様々な背景の課題

依存症になる方は背景にさまざまな課題を抱えているといわれています。

例えば、虐待、DV、家族の自殺、家族の依存症、いじめ、ヤングケアラーなどが挙げられます。親の期待への過剰適応により、負の感情を抑え込んで生きづらさを抱えている場合もあります。他にも、子育てのストレス、性被害、身体疾患や障害、精神疾患、発達障害、知的障害などが、直接・間接的に依存症に影響している場合もあります。

依存症に起因して社会生活や家庭生活に様々な課題が生じていることが見られます。多重債務、DV、自殺など差し迫った危機に直面している場合も多く、危機回避を行わなければ、回復プロセスが進まないという事例があります。様々な背景の課題へ支援介入するには、医療・福祉・司法など、様々な領域の専門家が連携して支援を行うことが求められます。

また、「トラウマインフォームドケア（TIC）」（コラム P7 参照）を意識した関わりなども求められます。

依存症の様々な背景課題

●支援の入り口は多様であること

生活困窮や虐待、障害、介護、多重債務、DV、子育て、教育など、様々な生活課題についての相談事例でも、背景に依存症の問題を抱えている可能性があり、その有無について評価し、必要な依存症の回復支援を行うことが大切です。

女性の依存症

近年、女性のアルコール依存症が増加しています。女性は男性の半分程度の飲酒量で身体にダメージを受けると言われており、摂食障害やうつなどの様々な精神的問題を抱えていること、配偶者からのDVなど人間関係の問題が多くみられることなどの特徴があります。家族関係の調整や重複障害等の治療、自己効力感の向上などにも配慮した治療や支援が必要と言われています。　（出典）厚生労働省ｅ-ヘルスネット「女性の飲酒と健康」：https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/alcohol/a-04-003.html を参照

トラウマインフォームドケア（TIC）

小児期に体験した逆境体験（ACE：精神的・身体的ストレス、家庭内機能不全）から心身の健康や社会適応の不全を招き、トラウマに支配された生活から健康リスク行動に走ると言われています。

トラウマインフォームドケア（TIC）とは、支援者がトラウマ体験がどのように影響しているかを認識して、トラウマに対して多面的に対応することです。トラウマの正しい知識を持ち、当事者中心の視点で再トラウマ体験を予防することが大切です。

２　様々な依存症

（１）アルコール依存症とからだ

●アルコールと身体症状

お酒に関する相談では身体へのダメージも評価し、必要に応じて身体治療が優先されることもあります。アルコールは高い依存性を有し[1)]、身体依存という特徴も持っています[2)]。身体依存は、飲酒を続けることで効果を得るために必要な量が際限なく増えていく「耐性の形成」と体内のアルコール濃度が低下した際に様々な身体症状を生じる「離脱症状」で証明されます。

飲酒による離脱症状は、手の震え、発汗、頻脈、吐き気、頭痛、不眠、倦怠感、不安、抑うつ感、イライラなどがあり、重度になるとてんかんのような発作や幻視が出ることもあります。“2 日酔い”はまさに離脱症状の典型で、いわゆる“迎え酒”は離脱症状を軽減するために体内のアルコール濃度を上げるというものです。

アルコールには耐性形成があるため、同じ効果を得るために必要なアルコールの量は際限なく増えていきます。

●飲酒が止まらない背景に身体症状が？

お酒をやめようと一度は挑戦するのですが、離脱症状のため再飲酒してしまい、「自分はなんて意志が弱いんだ」と自己嫌悪に陥って飲酒問題が悪化していくというサイクルをたどることになります。

アルコールは強い発がん性と神経毒性を有する物質であるため、飲酒が長期間続くことによって肝臓・すい臓・脳などの臓器がダメージを受け、やがて死に至ることもあります。

飲酒問題は多くの人が経験する可能性があるため、治療につながれるよう、減酒外来（お酒をやめるのではなく、減らすお手伝い）や内科での診療などの取り組みも見られています。

参考文献・URL

１）Nutt et al.（2007）Development of a rational scale to assess the harm of drugs of potential misuse. The Lancet 369(9566):1047-53.
２）白倉ら.（2008）アルコール・薬物関連障害の診断・治療ガイドライン.じほう.
３）依存症対策全国センター：https://www.ncasa-japan.jp/understand/alcoholism
４）厚生労働省 e-ヘルスネット: https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/alcohol
５）特定非営利活動法人 ASK :https://www.ask.or.jp/article/12

（２）身近な問題としての薬物依存症

●薬物依存症は違法薬だけではない。

近年では薬物依存症の対象が大きく変化しています。全国の精神科医療機関を対象とした調査[1)]では、薬物依存症の受診患者のうち、依存薬物で最も多いのは覚せい剤（約 40%）、２番目は処方されている抗不安薬や睡眠薬（約 30%）、３番目は薬局などで販売される市販の医薬品（約 9%）でした。薬物依存症の人たちの約４割が「合法」な薬物の使用を続けた結果、依存症になっているという現状があります。合法な薬物への依存は 10 代の非行歴のない女性が中心で、きっかけも「不安感」「眠れない」といった症状の緩和が目的です[2)]。背景には家庭での孤立、いじめなどの社会的な状況があり、自分の悩みに対する自己治療として合法な薬を使用しているという実情があります。

●孤独の病としての薬物依存症

薬物依存症＝悪い人たちというイメージは、薬物依存症の実態からかけ離れている可能性があります。例えば、覚せい剤でも LGBT などの性的マイノリティの悩みがリスク要因になること[3)]があり、違法な薬物の使用であっても、必ずしも非行や他の犯罪行為と結びつくわけではありません。しかし、当事者の多くは薬物依存症に対する根強い偏見から「悪いことだと叱られ、理解してもらえないのではないか」と相談をためらいます。支援者は偏見を持たず、誰もが抱える可能性があるという認識を持つことです。

薬物使用の最大のリスク要因は、「悩み」と「孤立」といわれています[4)]。もし薬物を使用していることを告白されたら、それはあなたに勇気をもって話してみようと心を開いたサインです。非難することなく、「勇気を出して話してくれてありがとう」と伝えることができれば、回復に向けた大きな一歩をあなたがサポートしたことになります。

参考文献 URL

１）松本俊彦ら.(2019).全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患の実態調査.

２）松本俊彦ら.(2011).わが国における最近の鎮静剤（主として Bz 系薬剤）関連障害の実態と臨床的特徴 覚せい剤関連障害との比較. 精神神経学雑誌,113(12):1184-1198.

３）松本俊彦.(2015). アディクションケースブック.星和書店.

４）NHK.(2021).今日の健康, 2021 年 11 月号. :https://www.nhk.or.jp/kenko/atc_1349.html

５）依存症対策全国センター :https://www.ncasa-japan.jp/understand/drug

６）特定非営利活動法人 ASK :https://www.ask.or.jp/article/201

（３）相談の裏に潜むギャンブル等依存症

●身近な悩みの裏にギャンブル等の問題が？

代表的な行為依存としてギャンブル等依存症が挙げられます。ギャンブル等依存症は決してめずらしい問題ではなく、家族は借金などに関して悩んだ経験があります。家族関係の悩みや金銭問題の背景に、ギャンブル等が関係している場合があるということです。

また、ギャンブル等の問題は多くのこころの病気とも関係しています。うつ病などの気分障害や不安障害を合併していたり、自殺企図の経験があることもあります。

●ギャンブル等について聞いてみよう

「死にたい」という考えや行動・気分の落ち込み・家族関係の悩み・借金などの相談はどの相談窓口でも出会う可能性がある相談です。「もしかしたらギャンブル等の問題が隠れているかも？」という視点を持つことがとても大切になってきます。

一口にギャンブルと言っても、公営の競馬、競輪、競艇、オートレース以外にも、パチンコ、パチスロなどのギャンブル同等と考えられるもの、FX（為替取引）、先物取引、宝くじなどギャンブル性の高いもの、違法カジノ、オンラインカジノなどの違法ギャンブルと様々な形態があります。先入観を持たず、ギャンブル等の問題は解決可能であることを伝え、相談を促してみてください。

参考文献・URL

１）依存症対策全国センター：https://www.ncasa-japan.jp/understand/gambling

２）特定非営利活動法人 ASK：https://www.ask.or.jp/article/260

３）公益社団法人　ギャンブル依存症問題を考える会：https://scga.jp/

（４）ゲーム障害と子どものこころ

●ゲーム依存と思春期危機

ゲーム障害は、近年最も注目されている依存症の一つです。その特性として、学童期・思春期の子どもたちが多いことが挙げられます。

思春期は心身ともに変化が大きく、アイデンティティの確立[1)]に向けて心理的に動揺し、不安定になることが多い時期です。そのため、不登校、親子の衝突など様々な課題が出現することが知られていますが、ゲームやスマートフォンの過度な使用も決してこれと無関係とは言えないでしょう。

●何のためのルール？

ゲームやインターネットによる問題を予防・支援するためにはルールが大切です。ルールは「お互いの気持ちを理解」[2)]した上で作る必要があり、保護者が一方的に線引きをし子どもの意向を一切聞かないのでは意味がありません。ルールを決めることは、子どもと家族とがお互いの境界線を作り上げていく作業でもあり、お互いが納得できる話し合い、妥協点を

見つけていく過程が子どもの自立や健全な成長を支えることにつながります。

ゲームやインターネットには課金などトラブルを招きやすい要素、時間のコントロールが難しくなりやすい仕組みがあるため、保護者は知識を得た上でルールを決める必要があり、専門的な知識を持った人の助言を受けることも大切です。

しかし、「ゲーム依存がよくなったら全て解決する」という考えは安直すぎるかもしれません。「どうしてゲーム/インターネットに依存的になってしまっているのか」など、その背景に潜む心理的葛藤、家族関係などの課題を本人や保護者、支援者が一緒になって話し合っていくことが重要です。

ゲームやインターネットが、子どもたちが思春期の心理的な危機に立ち向かう支えになっていることもあります。頭ごなしに叱責することは、「自分のことを理解してくれない」と孤立を深めてしまう危険性があります。まずは話を聞き、その子にとってどういう意味があるのか共に考えてみてください。

参考文献 URL

1）氏原寛ほか.(2006). 心理臨床大辞典. 培風館.p761

2）横浜市健康福祉局精神保健福祉課　/ 横浜市教育委員会事務局健康教育・食育課.(2022).家族で考えよう! ゲームとのつきあい方　リーフレット.

3）横浜市 ゲームとのつきあい方

https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kosodate-kyoiku/kyoiku/sesaku/hoken/game.html

（５）その他の依存症

●いろいろな依存症

現在の精神医学の診断基準の中で 依存症（厳密には嗜癖）という医学的な診断基準が存在するのはアルコール、薬物、ギャンブル等の３種類です。しかし、それ以外にも ICD-11 にゲーム障害が加えられた他、抜毛、病的窃盗、性的逸脱行為、食行動異常、放火、買い物、自傷など、こころの病気は多くあります[1)]。これらを依存症として扱うべきか議論はありますが、心理的なストレスを緩和するその人なりの工夫である[2)]という点では、共通した病気のメカニズムがあるといえるかもしれません。

●身構えなくても大丈夫

依存症と聞くと支援者は特別なものと考えがちですが、実は「自分の問題行動に嘘をつかず正直であること」「孤立しないこと」といった非常にシンプルなものなのです。医療機関、行政機関、当事者団体などと身近な支援者が協力し、地域での様々な依存の問題で悩む人たちがどうすれば「孤立」せず、「正直に困ったと言えるか」を考えていくことが大切になってきます。依存症の程度やライフステージに合わせて様々な機関が連携・協働して支援に当たる必要があります。

参考文献・URL

１）松本俊彦.(2019).「ハマる」の来し方･行く末 アディクション概念の変遷について.こころの科学.205(5),18-25

２）白川教人.(2013). 病院・ネットでは教えてくれない「依存症」の本.大和出版.

３）横浜市健康福祉局精神保健福祉課.(2021).横浜市依存症対策地域支援計画
https://www.city.yokohama.lg.jp/city-info/koho-kocho/press/kenko/2021/20211021izonkeikaku.html

４）神奈川県依存症ポータルサイト　http://kanagawa-izonportal.jp/column/依存症の診断について

５）特定非営利活動法人 ASK　https://www.ask.or.jp/article/771

３　依存症の専門機関について

（１）本人と家族を支える支援機関

【身近な支援者】

依存症支援の専門ではないものの、初期の相談対応や早期発見、地域での回復支援の面で重要な役割を担う行政・福祉・医療・司法・教育といった幅広い領域での相談・支援者

【依存症の専門的な支援者】

民間支援団体などの支援者、専門医療機関、依存症の治療を行う医療機関、精神保健福祉センター、保健所・健康福祉センターの精神保健福祉相談などの依存症に関する相談・支援・治療を行う者　（出典）「横浜市依存症対策地域支援計画」より引用

（２）依存症の専門機関の主な役割　（連携機関・団体一覧 P53 参照）

●専門医療機関

専門医療機関とは、依存症にかかる所定の研修を修了した医師などが配置され、依存症に特化した専門プログラムを行うなど、依存症に関する専門的な医療を提供できる医療機関のことです。専門医療機関の中には、アルコール・薬物・ギャンブル等の依存症に合併する精神疾患への対応や障害福祉サービスなどへの連携なども行われています。

●自助グループ

自助グループとは、なんらかの障害、問題、悩みなどを抱えた人たち同士が出会い、ミーティングや情報交換を通じ、相互に援助しあうことで、その問題からの回復を目指すことを目的とした集まりを指します。また、自助グループの中には、互いに実名を伏せて匿名で関わり合うものもあり、匿名（無名の）グループ　（Anonymous アノニマス）という言い方がされることもあります。

自助グループには、アルコール・薬物・ギャンブル等といった依存症の本人・家族を対象とする団体などがあります。

●回復支援施設

回復支援施設とは、様々なプログラムや支援メニューを実施し、依存症等からの回復を支援する施設のことを指します。

施設のスタッフは、依存症からの回復者が携わっていることも多く、回復者が施設長を務める施設も多くあります。

また、運営体制は、障害者総合支援法に基づく障害福祉サービス事業所として運営する施設、法人として独自の財源により運営している施設などがあり、入所して共同生活を営む施設、通所によるプログラムを提供する施設などがあります。

●相談機関

依存症相談拠点である精神保健福祉センターと各健康福祉センターなどの精神保健福祉相談を中心に、依存症の本人や家族の状況に合わせ、医療・保健福祉・教育・司法・警察・経済などの関係機関と連携して支援を行っています。

また、依存症相談拠点機関では依存症支援に関する普及啓発や相談体制の充実を図っています。