

いつでもやめられる。  
自分には問題ない

どうせやめ  
られない…

本当はクスリを  
やめたいのに…  
使ってしまう…



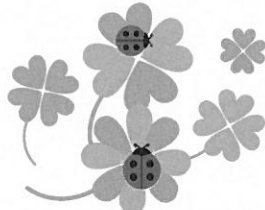
### 薬物依存症とは？

## やめたくても、やめられない！ 薬物依存症は脳の『病気』です。

依存性のある薬物\*を繰り返し使用していると、いつでもやめられると思っていても、薬の欲求を自分の意志ではコントロールできない状態に陥ってしまいます。また、薬の使用を第一に考えるようになり、社会生活に悪影響を及ぼす可能性があります。

薬がやめられないのは、本人の性格や意志の問題、親の育て方の問題ではありません。

\*覚醒剤、大麻、危険ドラッグの他、使い次第では処方薬、市販薬なども依存性を持ちます。



### 『薬物依存症からの回復』

## 誰にも相談できずに悩んでいませんか？

# ひとりで抱え込まないで、ご相談ください

### 薬物依存症からの回復

薬がやめられないのは依存症という病気だからです。依存症は我慢や心がけでは治りません。

医療機関の受診や自助グループ等への参加を続けて、『薬を必要としない生き方』を見つけ、『薬物に頼らざるを得なかった自分』を変えていきます。

**医療機関の受診**▶身体症状や精神症状がある場合はまず治療を受けてください。

**自助グループ等への参加**▶自助グループのNAや回復施設のダルクでは、同じ悩みをもつ仲間が集まり、薬物から解放されるためのプログラムを取り入れ、ミーティングを行いながらお互いを分かち合い回復を支えています。

### 本人の自助グループ

#### \* NA (ナルコティクス アノニマス)

【福島・郡山・会津会場】NA福島 ☎ 080-3334-2940  
【白河会場】NA栃木 ☎ 0287-71-1031 (栃木ダルク)

ホームページ：NA (ナルコティクス アノニマス)

### ダルクDARC(回復施設)

#### \* 磐梯ダルク リカバリーハウス

薬物依存症からの回復者が運営  
耶麻郡北塩原村 ☎ 0241-33-2111  
(施設入寮は有料。男性のみ入寮可)

自助グループの開催日・会場については、  
精神保健福祉センターホームページ  
「**アディクション伝言板**」をご覧ください。

### 家族にできること

#### つながる \* 相談 \*

まずは、相談機関に相談しましょう。薬物の問題を家族だけで解決することは困難です。



家族教室に参加して薬物依存症の正しい知識や、対応方法を一緒に学んでいきましょう。

#### 知る \* 学ぶ \*



#### 支え合う \* 出会い \*

仲間と出会い・支え合いながら薬物の問題に取り組んでいきましょう。

### 家族などの自助グループ

#### \* ナラノン郡山

問い合わせ：ナラノンジャパンNSO  
☎ 03-5951-3571  
(10時～16時。土日祝日休)

ホームページ：ナラノン

#### \* 郡山家族会 (DA)

問い合わせ：☎ 0248-72-3663 (深谷)  
ホームページ：全国薬物依存症者家族会連合会

#### \* FA郡山

問い合わせ：☎ 090-2271-7306  
ホームページ：FA (ファミリーズ アノニマス)

意志が弱い。だらしない!

クスリの使用をやめてほしい。どうしたらやめさせられるの?

本人にどう接していったらいいの?

Q. 家族は本人に薬をやめさせようと頑張ってきましたが、本人は家族の言うことを聞いてくれませんか。どうすれば薬をやめさせることができるのでしょうか?

A. ご家族は、本人のためと思い努力をし、ご苦労されてきたことと思います。

薬物の使用を何とかしてやめさせようとして、叱責、小言、懇願、尻拭いなど、考えられるあらゆることをやってみますが、そうした関係の持ち方はかえって本人の自覚を損ねてしまいます。この関係性を変えていくことが薬物依存症からの回復のためにはとても重要です。そのためには、ご家族が薬物依存症や対応方法を知ることが必要です。薬物問題は本人だけではなく、家族にも影響を及ぼします。

回復には時間がかかります。

まずは、ご家族が元気を取り戻して、本人の回復を支えていきましょう。

「家族にできること」 中面へ

\*\*\* ご相談はこちらへ \*\*\*

### \*\*\* 薬物関連専門相談 \*\*\*

精神科医師、回復施設スタッフが相談に応じます。  
予約制です。事前にお電話ください。

### \*\*\* 薬物家族教室 \*\*\*

薬物依存や対応方法について学ぶとともに、同じ悩みを持つご家族同士が交流する場です。  
参加ご希望の方はお電話ください。  
(参加はご家族のみ)

### 薬物乱用・依存に関する相談

ご家族・ご本人どなたからの相談もお受けします。

## 福島県精神保健福祉センター

☎ 024-535-3556

(月～金 8:30～17:15 (祝休日・年末年始除く))

〒960-8012 福島市御山町8-30  
(福島県保健衛生合同庁舎5階)

ホームページ：福島県精神保健福祉センター

### 薬物乱用に関する困りごと

## 福島県薬務課

☎ 024-521-7233

(月～金 8:30～17:15 (祝休日・年末年始除く))

※最寄りの、保健福祉事務所、保健所でも  
相談をお受けしています。

※秘密は守られます。相談は無料です。

# 薬物の問題で 悩んでいませんか?

薬物の使用は、本人の意志や  
家族の力だけでは止まりません

## こんなことはありませんか?

### 【ご本人へ】

- このままクスリを使い続けていては、まずいと思っている
- クスリの使用をやめたいと思っているのに、やめられない
- どうやっても今の生活を変えることができないと考えてしまう

### 【ご家族から見た本人の変化】

- 嘘が多くなった
- 感情の起伏が激しくなった
- 目つきが変わってきた
- 意味不明なことや独り言を言うようになった
- 金遣いが荒くなった
- 空袋、空き缶、空き瓶、注射器など今まで見たことのないものが部屋にある

福島県精神保健福祉センター  
福島県薬務課