

## VI 資料編 2 相談機関・自助グループ一覧

圏域	名称	開催曜日	時間	会場	備考
長野	長野グループ	第3木	19:30~21:00	長野市ふれあい福祉センター	オープン
女性	女性ミーティング	第2火	19:30-21:00	佐久市福祉総合センター	クローズド（女性のみ）祝日休
院内メッセージ	信濃病院内	第1・3土	19:30~20:30	信濃病院	
	佐久総合病院内	第2・4金	19:30~20:30	佐久総合病院	
	駒ヶ根病院内	第2日	13:30~15:00	駒ヶ根病院	
	安曇総合病院内	第1・3木	19:30~20:30	安曇総合病院	
	村井病院内	第3日	10:00~11:00	村井病院	入院・通院患者対象 オープン

### ③ アラノン（アルコール依存症者の家族と友人の集まり）

お酒の問題を持つ人から影響を受けた、または受けている家族・友人・関係者の方なら誰でも参加できます。同じ経験を持っている仲間だけが参加できるクローズドミーティングです。

連絡先：NPO 法人 アラノンジャパンGSO（日本アラノン本部） 〒145-0071 東京都大田区田園調布2-9-21 電話 03-5483-3313（10:00~17:00）日・祝休み					
圏域	名称	開催曜日	時間	会場	
長野	長野グループ	毎週金	19:00~20:00	カトリック長野教会	
諏訪	諏訪グループ	毎週木	19:30~20:30	カトリック諏訪教会	
アラノンACグループ(※)					
松本	AC松本グループ	毎週火（祝日休）	13:00~14:00	カトリック松本教会（信徒館研修室）	

(※)アラノンAC（アダルトチルドレン）は、子どもの頃に両親あるいは身近な人のアルコール依存の影響を受けた人たちの集まりです。

## VI 資料編 2 相談機関・自助グループ一覧

### ④ 断酒のための当事者グループ（酒害者回復クラブ・病院内当事者グループ等）

半自助・半治療と位置づけた会です。支援者の参加もあります。活動の詳細は各団体にお問い合わせください。

圏域	名称	連絡先・電話	例会日	会場	備考
上小	アルコールプログラム	千曲荘病院 0268-22-6611（代表）		千曲荘病院内	
	信濃病院 合同断酒会	信濃病院 0268-64-3205（代表）	毎週日	信濃病院 2 階 食堂	14：30～16：00
諏訪	茅野 酒害者回復クラブ	諏訪中央病院 医療相談室 0266-72-1000	毎週火	諏訪中央病院 講義室	19：00～21：00
	下諏訪 酒害者回復クラブ	諏訪共立病院 相談室 0266-28-2012	毎週木	諏訪共立病院 相談室	19：00～21：00
諏訪	富士見 酒害者回復クラブ	諏訪保健福祉事務所 0266-57-2927	毎週金	富士見町保健 センター	18：30～20：30
飯伊	松川町 酒害者回復クラブ	こころの医療センター駒ヶ根 A 2 病棟 0265-83-3181	毎週月	松川町中央公 民館	19：00～21：00
	ダルクメッセージ	こころの医療センター駒ヶ根 A 2 病棟 0265-83-3181	第 3 木	こころの医療 センター駒ヶ 根	※薬物依存対象
	飯田病院 やすらぎの会 (断酒会)	飯田病院 0265-22-5150（代表）	第 3 水	飯田病院	13：00～14：00
松本	院内メッセージ (断酒会)	村井病院 0263-58-2244（代表）	第 2 日	村井病院	10：00～11：30 本人対象、家族 可
	アルコール ミーティング	村井病院 0263-58-2244（代表）	毎週火	村井病院	16：00～17：00 本人対象、家族 可

## VI 資料編 2 相談機関・自助グループ一覧

圏域	名称	連絡先・電話	例会日	会場	備考
大北	体験断酒会	安曇総合病院 0261-62-3166 (代表)	第2火	安曇総合病院	16:00~18:00
長野	栗田病院雷鳥会 (断酒会)	栗田病院 026-226-1311 (相談室呼出)	毎週金	栗田病院会議室	11:00~12:00
	アルコールミーティング (院内断酒会)	鶴田メンタルクリニック 026-259-9939	第2・4木	院内 ※時間はいずれも 16:00~17:00	第2・4金はアルコール家族の会

### ⑤ アルコール依存症の専門治療医療機関

※信州保健医療総合計画に、「重度アルコール依存症入院医療管理加算届出医療機関（平成24年10月1日現在）」として掲載されている医療機関を掲載しました。

これ以外の精神科医療機関についてもアルコール依存症の治療を受けられる場合がありますので、各医療機関にお問い合わせください。

名称	住所	電話番号
千曲荘病院	上田市中央東4-61	0268-22-6611
こころの医療センター駒ヶ根	駒ヶ根市下平2901	0265-83-3181
飯田病院	飯田市大通1-15	0265-22-5150
城西病院	松本市城西1-5-16	0263-33-6400
安曇総合病院	北安曇郡池田町池田3207-1	0261-62-3166

## VI 資料編 3 参考図書・参考資料

### 参考図書等

タイトル	著者名（編集／監訳）	発行	発行年
西原理恵子月乃光司のおサケについてのまじめな話 アルコール依存症という病気	西原理恵子 月乃光司	小学館	2010年
元夫のアルコール依存症に悩んだ漫画家・西原理恵子さんと、自身が若年性アルコール依存症になった経験を持つ月乃光司さんが、それぞれ家族と当事者という立場からこの病気について語りあう、わかりやすくなるためのガイダンス。			
アルコール・薬物関連障害の診断・治療ガイドライン	白倉克之 樋口進 和田清	じほう	2002年
アルコール医療ケース・スタディ	白倉克之 丸山勝也	新興医学出版社	2008年
アルコール・薬物依存臨床ガイドエビデンスにもとづく理論と治療	パウル・M・G・エンメルカンプ、エレン・ヴェーデル／小林桜児	金剛出版	2010年
アルコール医療を目指す若い医師や看護師、保健師、精神保健福祉士、医学生ないし看護学生、職場の産業保健やメンタルヘルスに関与する方々にご理解頂くための入門書。			
動機づけ面接法 ～基礎・実践編～	W・R・ミラー、S・ロルニック／松島義博、後藤恵	星和書店	2007年
動機づけ面接法 ～実践入門『あらゆる医療現場で応用するために』～	S・ロルニック、W・R・ミラー、C・C・バトラー／後藤恵、荒井まゆみ	星和書店	2010年
動機づけ面接法 ～応用編～	W・R・ミラー、S・ロルニック／松島義博、後藤恵、猪野亜朗	星和書店	2012年
薬物依存治療動機づけ（サイト）原井宏明の情報公開	W・R・ミラー／原井宏明	<a href="http://harai.main.jp/puroto/puroto1.html">http://harai.main.jp/puroto/puroto1.html</a>	
相談者中心かつ目的志向的な面接のスタイルによって相談者の両面的（アンビバレンス）な考えを探り、それを解消する方向に行動の変化を促していく面接技術である動機づけ面接法を紹介。依存症にとどまらず、行動を変える決心をする前段階にいる相談者への対応方法として広く使用していくことができます。			
薬物・アルコール依存症からの回復支援ワークブック	松本 俊彦、 今村 扶美、小林 桜児	金剛出版	2011年
米国で開発された認知行動療法を用いた依存症治療、Matrix Modelをもとに日本でつくられたワークブック。患者自身がテキストとして取り組むことを想定して作られている。			

## VI 資料編 3 参考図書・参考資料

タイトル	著者名（編集）	発行	発行年
CRAFT 依存症者家族のための対応ハンドブック	R・J・メイヤーズ、B・ウォルフ／松本俊彦、吉田精次、渋谷まゆ子	金剛出版	2013年
CRAFT 依存症患者への治療動機づけ	J・E・スミス、R・J・メイヤーズ／境泉洋、原井宏明、杉山雅彦	金剛出版	2012年
<p>家族に対して認知行動療法に基づいて、コミュニケーション法を中心にしたトレーニングを実施するCRAFTを紹介。治療者や家族が学べる実践マニュアルとなっている。依存症やひきこもりなど家族が巻き込まれやすい病理について活用されている。</p>			
アルコール使用障害特定テスト（AUDIT）使用マニュアル	WHO / 監訳・監修 小松 知己・吉本 尚	沖縄協同病院HP <a href="http://oki-kyo.jp/who_audit_bi.html">http://oki-kyo.jp/who_audit_bi.html</a>	
<p>WHO発行の使用法についてのマニュアル。監訳者によりWeb上に公開されている（P51 IV-2を参照）。</p>			
アルコール早期介入 HAPPYプログラム あなたが作る健康ノート 他	（独）肥前精神医療センター	テキスト、ワークブック、DVDなど（ホームページから申し込み）	
<p>多量飲酒者に対する飲酒量低減法のブリーフ・インターベンション（簡易介入）法として開発されたHAPPYプログラムの講習・実践教材。プログラム講習の講師は肥前精神医療センター及び久里浜医療センターの研修により養成している。</p>			
<p>&lt;各酒造会社発行の啓発教材&gt;</p>			
適正飲酒啓発冊子『適正飲酒のススメ』	ビール酒造組合	家庭や学校などでの教材として	
小学生向け啓発ツール『どうする？どうなる？お酒のこと』	アサヒビール（株）	小学生高学年以上から	
お酒と健康ABC辞典（小冊子）	キリンビール（株）適正飲酒啓発事務局	学生、成人式などでの教材として	
知っておこうお酒のこと 子どもの飲酒防止のために（パンフレット）	サッポロビール（株）	小学校高学年～中学生向け	
酒は、なによりも、適量です その正しいつきあい方を考えよう	サントリー（株）	家庭や学校などでの教材として	
<p>各酒造会社では、適正飲酒の啓発および未成年者飲酒防止等の啓発教材を作成しています。利用については各社にお問い合わせください。</p>			

参考サイト等

タイトル	管理者	URL
みんなのメンタルヘルス総合サイト	厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/kokoro/">http://www.mhlw.go.jp/kokoro/</a>
e-ヘルスネット	厚生労働省	<a href="http://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/">http://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/</a>
アルコール健康障害対策基本法推進ネットワーク	アル法ネット事務局NPO法人ASK（アルコール薬物問題全国市民協会）内	<a href="http://alhonet.jp/">http://alhonet.jp/</a>
アルコール依存症治療ナビ.jp	日本新薬（株）	<a href="http://alcoholic-navi.jp/">http://alcoholic-navi.jp/</a>
アルコール問題・アルコール依存症について詳しく解説されているサイト、情報公開がされているサイトです。		
断酒会 ひとくち講座	（公社）全日本断酒連盟	<a href="http://www.dansyu-renmei.or.jp/">http://www.dansyu-renmei.or.jp/</a>
“お酒を止めたい”AAを知らない方々に、理解し知って頂くために	アルコホーリクス・アノニマス 日本ゼネラルサービス	<a href="http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/">http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/</a>
Al-Anon アラノン家族グループ	特定NPO法人 アラノンジャパンGSO	<a href="http://www.al-anon.or.jp/">http://www.al-anon.or.jp/</a>
マックプログラム	全国マック協議会 事務局みのわマック内	<a href="http://www7b.biglobe.ne.jp/~zen-mac/">http://www7b.biglobe.ne.jp/~zen-mac/</a>
長野ダルク薬物問題相談室	長野ダルク	<a href="http://darc-nagano.com/">http://darc-nagano.com/</a>
自助グループについての情報提供のサイトです。相談窓口の紹介や、ミーティング、例会の日程や会場の案内が掲載されています。また、依存症からの回復の方法について詳しい解説や体験談が紹介されているものもあります。		

## 参考文献

- 「AUDIT アルコール使用障害特定テスト 使用マニュアル」  
(WHO2001) Thomas F. Babor 他/監訳・監修 小松 知己・吉本 尚 三重大学大学院医学系研究科環境社会学講座 家庭医療学分野
- 「アルコール依存症職場復帰支援マニュアル」 廣尚典 (産業医科大学産業生態科学研究所精神保健学)
- 「アルコール健康障害対策基本法リーフレット」 アル法ネット
- 「アルコール・薬物依存関連障害の診断・治療ガイドライン」 2003じほう
- 「アルコール・薬物依存症への対応方法の普及」 厚生労働科学研究 様々な依存症における医療・福祉の回復プログラムの策定に関する研究 (研究代表者 宮岡等, 分担研究者 小泉典章)
- 「CRAFT 依存症者家族のための対応ハンドブック」  
Robert J. Meyers Brenda L. Wolfe/監訳 松本俊彦 吉田精次 (金剛出版2013)
- 「CRAFT 依存症患者への治療動機づけ」  
Robert J. Meyers J.E. スミス/監訳 境泉洋 原井宏明 杉山雅彦
- 「市民公開セミナー2013講演録」 N P O長野県断酒連合会
- 「TAMARPP」 多摩総合精神保健福祉センター アルコール・薬物依存症再発予防プログラム 2008
- 「福祉事務所・児童相談所など相談支援機関における アルコール・薬物依存症者への援助」  
北九州市地域依存症対策推進事業/北九州市精神保健福祉センター
- 「健康日本21」 厚生労働省
- 「我が国のアルコール関連問題の現状」 1994厚健出版
- 「自立支援の手引き」 厚生労働省
- 「精神保健福祉ハンドブック2013」 長野県精神保健福祉センター
- 「薬物依存症者のための相談対応ハンドブック」 長野県薬物依存症対策推進会議

### <Webサイト>

- みんなのメンタルヘルス総合サイト (厚生労働省) <http://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html>
- 資料集・簡易版アルコール白書 (日本アルコール関連問題学会) <http://www.j-arukanren.com/index.html>
- アルコール依存症治療ナビ.jp (日本新薬株式会社) <http://alcoholic-navi.jp/>
- アル法ネット (アルコール健康障害対策基本法推進ネットワーク) <http://alhonet.jp/>
- 特定非営利活動法人 ASK (アルコール薬物問題全国市民協会) <http://www.ask.or.jp/>
- (公社) 全日本断酒連盟 <http://www.dansyu-renmei.or.jp/>
- アルコホーリクス・アノニマス 日本ゼネラルサービス <http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/>
- 特定NPO法人アラノンジャパンG S O <http://www.al-anon.or.jp/>
- 全国マック協議会 事務局みのわマック内 <http://www7b.biglobe.ne.jp/~zen-mac/>
- 長野ダルク薬物問題相談室・長野ダルク <http://darc-nagano.com/>

## アルコール問題相談対応ハンドブック

平成26年2月発行

発行 長野県精神保健福祉センター

〒380-0928 長野市若里7-1-7

電話 026-227-1810

FAX 026-227-1170

E-mail [withyou@pref.nagano.lg.jp](mailto:withyou@pref.nagano.lg.jp)

<http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/>