

大阪府版
依存症相談対応
人材養成テキスト
【ロールプレイ編】
＜アルコール依存症編＞



Ver. 2

1-1 アルコール依存症本人編

★流れ

導入 ⇒ ロールプレイ（4分） ⇒ 感想・振り返り（4分）

<ロールプレイ>

【事例】

きよしさんはアルコール問題を抱えています。ある時生活費がなくなり、支援者であるあなたのもとへ相談に来られました。きよしさんは初めての相談です。電話で予約をしていましたが、詳しくはこれからです。あなたはどのように話を聞いたらいいでしょうか。

支援者：きよしさん、こんにちは。よく来てくださいましたね。今日は、相談があるということですが、どうされましたか。



ねぎらう

まず、

じっくり話を聴く

きよし：あの一、あまり、他の人には知られたくないんですけど、大丈夫ですか？

支援者：はい。きよしさんの相談を他の人に話したりしませんよ。秘密は守りますので、安心してくださいね。



秘密は守ると約束する

きよし：それを聞いて安心しました。恥ずかしい話なんですけど、生活費がなくなってしまって、これからどうやって生活していけばいいか、悩んでいるんです。年金が入るまであと半月もあるのに。どうしたらいいでしょうか？

支援者：生活費がなくて、お困りなんですね。話してくださって、ありがとうございます。一緒に考えましょう。もう少し詳しく聞かせてくれませんか。



ねぎらう



一緒に考える



まず、

じっくり話を聴く

きよし：はい。今は年金生活なんです。前は貯金もあったんですが、外食が増えて、いつの間にか貯金もなくなってしまって。

支援者：よく外食されるんですね。外食が増えたのは、どうしてですか。



まず、

じっくり話を聴く

きよし：3年前に妻に先立たれてから、一人で家にいてもやることはないし。寂しさもあって、毎日のように飲み歩いているんです。気は紛れるけど、今度は生活が苦しくて…。

支援者：奥さんを亡くされてお一人で大変でしたね。寂しさを紛らわせるためにお酒を飲んでいたんですね。そのせいで貯金まで使



共感する



肯定する

ってしまって、困っておられるんですね。

きよし：そうなんです。節約のためにもお酒を控えないとだめだとは思ってるんだけど…。こんな状況でもお酒を飲んでしまう自分があるんです。貯金もどんどん減って。これ以上手をつけたらだめだとわかっていても、いつもお酒のことばかり考えていて、気付いたら飲みに行ってるんです。自分でも、どうしたらいいか、わからないんです。

支援者：お酒を控えないといけないとは思っているけど、どうしたらいいのかわからず困っておられるんですね。

わかりました。まず、当面の生活費の問題について、社会福祉協議会へ相談に行きましょう。あそこなら、いろいろな情報もありますし、今からでも一緒に行きませんか。

◎ 要約する

◎ 情報提供

◎ つなぐ

きよし：はい。よろしくお願いします。生活費を助けてもらえるなら、もう大丈夫な気がします。

支援者：生活費だけではなくて、原因となっているお酒の飲み方の問題についてですが、保健所で相談にのってもらえるんですが、ご存知ですか。

◎ 情報提供

きよし：お酒の飲み方の相談なんかできるんですか。知りませんでした。

支援者：お酒の飲み方のことで悩んだり、いろんな問題を抱えて悩んでいる人が、どうすればいいか相談にのってもらえるんです。

きよし：お酒をやめろって言われませんか？

支援者：やめろって言われるのは、嫌ですよ。でも、いま持っている何とかしたいという気持ちが大切です。その気持ちを大切にして、一歩前に進んでみましょう。よければ、保健所に連絡しますので、一緒に行きましょう。

 共感する

 一緒に考える

◎ つなぐ

きよし：じゃあ、お願いします。

年金支給日後の、きよしさんの都合のよい日時を確認し、支援者が保健所の相談の予約をしました。

支援者：それでは、〇日に保健所で待ち合わせしましょう。
それまでに何かあれば、すぐに連絡してくださいね。
では、これから社会福祉協議会に行きましょう。



長く関わる

きよし：わかりました。よろしくお願いします。

【この後の経過】

支援者は社会福祉協議会へ同行し、現状について相談したところ、年金が入るまでの食料を提供してもらいました。後日、きよしさんは支援者と一緒に、保健所に相談に行き、専門の医療機関を紹介してもらって受診し、通院することになりました。また、医療機関でアルコール依存症の自助グループを教えられ、通うことになりました。支援者も、きよしさんと連絡を取り合い、お酒の問題や、自助グループで感じたことなどについて一緒に考え、長く関わり続けています。

1-2 アルコール依存症家族編

★流れ

導入 ⇒ ロールプレイ（4分） ⇒ 感想・振り返り（4分）

<ロールプレイ>

【事例】

さつきさんの夫（つよし）にはアルコールの問題があり、昼間から飲み、大きな声を出しています。さつきさんが飲酒について注意すると、物を投げたり、壁を殴ることもあります。そんなさつきさんが支援者であるあなたのところに相談に来たら、どのように話を聞いたらいいでしょうか。

支援者：さつきさん、なんだか元気がないように見えますが、どうかされましたか。



まず、
じっくり話を聴く

さつき：う～ん…。

支援者：よければ話を聞かせてもらえませんか？お話しいただいたことは、さつきさんの相談は、誰かに話したりしませんので、安心してください。



秘密は守ると約束する

さつき：実は…、夫が、お酒を飲むと手がつけられなくなって、大変なんです…。

支援者：そうなんですね。ご主人さんのことで大変な状況なんですね。話しにくいことを話して下さってありがとうございます。手がつけられなくなるということですが、もう少し詳しく聞かせてもらえますか。



ねぎらう



まず、
じっくり話を聴く

さつき：すごい量を飲むんです。途中でやめるように言うんですけど、そうすると物を投げたり、大きな声を出したりするんです。

支援者：それで元気がなかったんですね。さつきさんがケガをするようなことはありませんでしたか。



まず、
じっくり話を聴く

さつき：そこまではいってないんですけど、すごまれたりするので、怖いんです…。だから、飲ませた方がいいかな、ってなってしまうんです。

支援者：そんな大変な思いをされて、つらかったですね。そういうふう
に思うのは、当然のことだと思います。



共感する



肯定する

そういうお酒の問題はいつ頃からあったんですか。

さつき：もともとお酒が好きでよく飲む方だったんですが、一年ぐらい前にリストラされてから、さらに量が増えて…。毎日、昼間から飲むようになったんです。

支援者：毎日昼間からかなりの量を飲まれているんですね。つよしさんのお酒の問題についてどこかに相談されたことはありますか。

さつき：いいえ、相談したことはありません。

リストラされて飲まずにはいられない夫の気持ちも分かるんですが、いつまでもお酒ばかり飲んでどうしようもないのは、あの人の性格の問題だから、相談してもどうにもならないと思ったりして…。

支援者：相談してもどうにもならないと思って、一人で抱えていたんですね。さつきさん、今まで一人でよくがんばってこられましたね。今日はお話してくださり、ありがとうございます。お話を聞きしていると、ご主人さんはお酒の飲み方を自分でコントロールできない状態になっているのかもしれない。

さつき：好きで飲んでいるように見えるんですが…。

支援者：確かに、ご家族からすると、そういうふうに見えますよね。実は、アルコール依存症という、お酒をやめようと思ってもやめられない、コントロールできない病気があるんです。依存症は、治療を受けたり、相談したりする中で、時間はかかるかもしれませんが、回復することができる病気とされています。ご主人さんのお酒の問題について、依存症かどうかということも含めて、一度、保健所に相談してみませんか。

さつき：そんなところがあるんですか？でも、夫は自分には関係ないと言って、行かないと思います。

支援者：そうですね。ご本人が最初から相談に行くことは少ないみたいで、ご家族だけで相談することもできるんですよ。

さつき：そうなんですか？夫の身体も心配だし、お酒はやめてほしいん



まず、
じっくり話を聴く



ねぎらう

◎ 情報提供

◎ 情報提供

◎ つなぐ

◎ 情報提供

○ ロールプレイまとめ

<本人編>

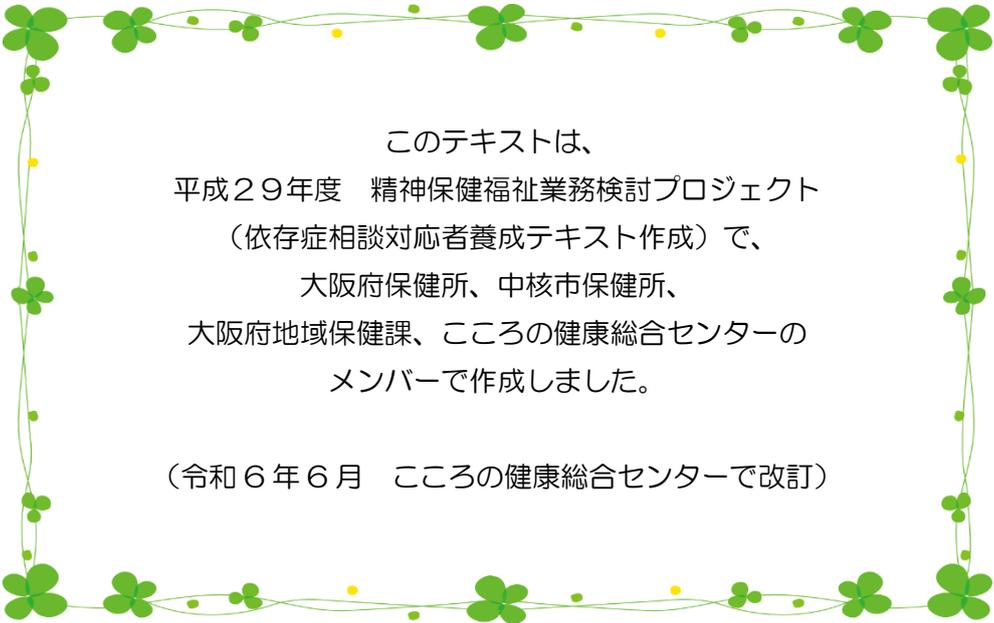
- ・本人が依存について相談をする時は、「こんなこと言っても大丈夫かな」「責められないかな」といった不安や恐怖など色々な思いを抱えています。まずは、「話して下さってありがとうございます」とねぎらいます。
- ・本人は「やりたい」「やめたい」という2つの気持ちの中で揺れていることが多く、この2つの気持ちがあるからこそそのしんどさに共感し、声かけをします。その中で本人が回復したい思いを持っていることを確認し、そのためにできることを一緒に考えていきます。

<家族編>

- ・依存症の人の家族は他人に依存の問題について話すことに抵抗があります。そこで、安心してもらえるように、秘密は守ることを伝えた上で、話を聞いていきます。この時、話すことに無理強いせず、話してもらえた時には、話しにくいことを話して下さったことをねぎらいます。
- ・暴力や暴言がひどく、家族に危険が及ぶ可能性が高い場合は、安全の確保が最優先です。避難場所を探すことや通報の必要があると判断される場合は、家族の同意を得た上で、他機関に連絡するなどの対応をとってください。
- ・「私の関わり方が悪かったせいだ」などと、自責感を抱いていることもあります。「ねぎらう」「肯定する」「共感する」を使って、家族の気持ちを否定せずに受け止めます。

<まとめ>

本人・家族どちらにも共通していることですが、依存症の問題は、本人の身体面・精神面の問題だけでなく、家族・職業・人間関係、借金など様々な問題が関係していることも多くありますので、様々な機関と連携して支援にあたる必要があります。タイミングを見て、医療機関や相談機関、自助グループ等を紹介します。初めての場所へ一人で相談に行くのは勇気のいることなので、関係機関の連絡先を伝えるだけでなく、その機関についてわかりやすく説明をしたり、支援者が相談の予約を取ったり、場合によっては同行したりすることがとても大切です。



このテキストは、
平成29年度 精神保健福祉業務検討プロジェクト
（依存症相談対応者養成テキスト作成）で、
大阪府保健所、中核市保健所、
大阪府地域保健課、こころの健康総合センターの
メンバーで作成しました。

（令和6年6月 こころの健康総合センターで改訂）



こころの健康総合センター 相談支援・依存症対策課

令和6年6月改訂

☎ 558-0056 大阪市住吉区万代東3-1-46

☎ 06-6691-2818 FAX 06-6691-2814

ホームページ「こころのオアシス」<http://kokoro-osaka.jp/>

