

訪問日：2017.9.5 / エリア：京都

## NPO法人 京都マック



回答者 辻井 秀治さん(NPO法人京都マック理事長)

### 活動の概要

京都マックが始まって28年目になります。アルコール・薬物・ギャンブル・摂食障害・クレプト（万引きや窃盗）・買い物等、依存の治療をサポートしています。スタッフは8名、仲間は20名程です。全国から来られています。京都マックは障害者総合支援法に基づく施設で、主に国からの補助金で運営しています。

治療のメインは、ミーティング(グループセラピー)をする活動になります。当事者の間に共感が生まれることから、ミーティングは「分かち合い」とも呼ばれ、自分で自身の依存を使っていた時の振り返り、話をする事で、問題がはっきり理解できるようになります。

薬物やアルコール、他の依存のことを、普通は家族や近い人にも話をするとはできません。それがミーティングでは、自分だけがやっていたんじゃないんだ、同じような事で悩み苦しんでいる人がいるんだということが見えるようになります。

言いつばなし、聞きつばなしのミーティングだけでなく、ディスカッションミーティングもしています。また学習会、心理士による心理教育もしています。依存からの回復も個人に合わせたプログラムです。

人にもよりますが、例えば、ギャンブル依存などを完全にやめられなくても、生活が大きく崩れないようにしていくこともその人にとっての回復かもしれません。

今は、アルコール、薬物、買い物など重複して依存を持っている方が多くなりました。小さい時に受けた暴力やいじめの問題もあつたりしますが、女性より男性の方がそういった問題を口にすることが少ないようです。ですから、プログラムは慎重に進めています。

### 依存症治療と文化活動の関係

何かに依存することに頼らず、みんなと一緒に色んなことをやってみる活動をしています。きれいな、楽しいといった新しいものの感じ方、新しい経験、感じ方をちよつとづつ身につけていけるような活動を取り入れています。京都マックに来て2~3箇月して馴染んでくると文化活動を楽しめるようになってきます。

依存症という病気は、依存している物質や行為が生活の中心になってしまいます。人間的な優しさや愛といった、もともと持っていたものも忘れてしまったりします。それを少しずつ取り戻してもらえればと思っています。よく言われるのは、依存しているものをやめているだけではいけなくて、生活習慣をひとつでも変えることは大事ということです。薬物やアルコール、ギャンブル等をやめて、本人としては頑張っている、いつまた依存の生活に戻ってしまうか本人も周りもピリピリしてきます。周りの方にも性格や習慣が変わったなと感じてもらえる、ごく普通の生活習慣・マナーなども含めて身につけてもらえるかが重要になってきます。

京都マック公開講座は、講師の方に来ていただき、講演をしてもらったり、京都マックの活動を映像にまとめたり、絵の展示をしたり、1年に1回の大きなイベントです。交流会の段取りは、進行員合いや司会などの役割も含めて仲間で決めていきます。お茶の先生が、毎年舞妓さんをお呼びくださるので、司会者からインタビューをしたり、舞台上で舞ってもらったりします。お茶を点てもらい、食事と一緒にお客さんに楽しんでいただくこともしています。これも自分たちで何かを成し遂げるという経験のひとつです。依存症で、劣等感の強さ、自信のなさという問題を抱えている人も多いことから、こういう経験を大事にしています。地区の保健センターの呼び掛けで、仲間の作品を作品展に出すこともあります。絵の得意な人がいて、その人が下絵をペニヤ板に描き、それをばらばらにして、色やデザインをそれぞれメンバー

アルコール・薬物・ギャンブル・摂食障害・クレプト(万引き・盗癖)・買い物などの依存症から回復するための通所施設、グループホームを備えたアディクションセンター。リカバリースタッフ(依存症回復者)の支えのもと、ミーティングの実施、スポーツ・ヨガ・音楽・お茶会などのレクリエーションも行う。

〒 600-8363  
京都市下京区大宮通丹波口下る  
大宮三丁目 18  
かつらぎ平安ガスセンタービル 3階  
TEL: 075-741-7125  
FAX: 075-741-7126

が塗って、最終的に合わせて展示したこともありました。

依存症の人は、人と人との関わりが苦手で避けてきた人が多いです。ミーティング、文化活動、イベントは自分が感じたことを言葉にする練習と考えています。楽しいことでも嫌なことでも思ったことを言う練習を大事にしています。言わなくてよいこと、言ってはいけないことはその後に覚えていけばよいと思っています。

## 行政への要望

活動の場所を見つけるのに苦労しています。キャンパスプラザ京都や、ひと・まち交流館 京都は3箇月前からしか予約できなかったり、行政のイベントが優先になったりするようです。3箇月前で場所が取れるか分からないというのでは、チラシを作り、配るのも間に合わないので困っています。

アルコール依存や薬物依存の人は何とか居場所ができてきましたが、京都マックがサポートしている買い物、ギャンブル、クレプト依存の方たちの居場所は全然ないと思います。保護観察や執行猶予付きで出てきた人が、依存症の問題を抱えているときに、治療よりも、更生すべき、仕事をすべきというだけでは、またお金を得て、依存の生活に逆戻りする確率が高いと思われます。

関西・京都の行政の方の依存症に対する考え方は、関東から見れば5年、10年ぐらい遅れているように思えます。対応を見ていてそう感じます。依存症回復イベントには(土日が多いためか)行政の方は参加されることが少ないと思います。依存症自体がまだまだ病気であるという認識が低く、だらしのない人になるもの、といったイメージが世の中にはまだまだあります。そのような認識を変えていただければと、思っております。