

# 第4回信州アディクションセミナー アンケート集計

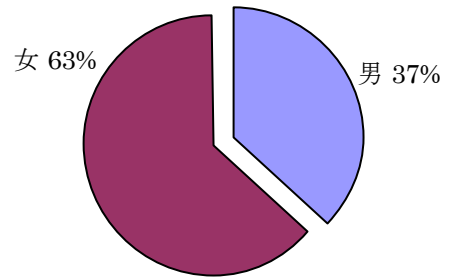
信州アディクションセミナー実行委員会

開催日：2013年9月8日（日） 開催地：松本市 M ウィング（中央公民館）

参加者数 220 アンケート回収数 73（回収率 33%）

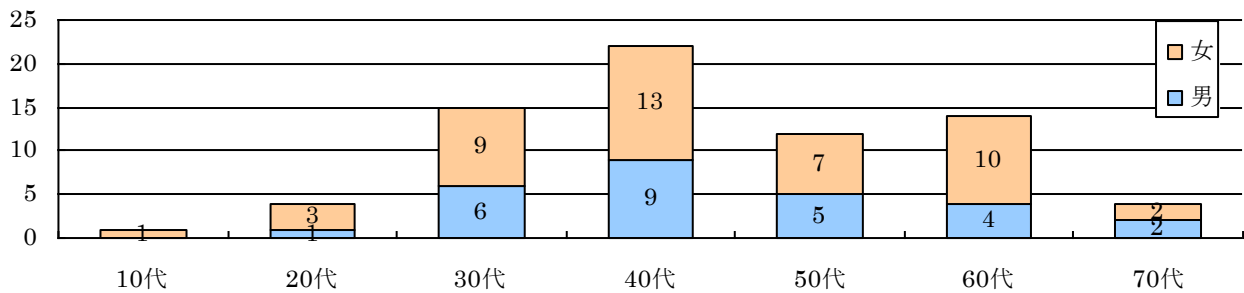
## 1. 性別

男性	女性
27 (37%)	46 (63%)



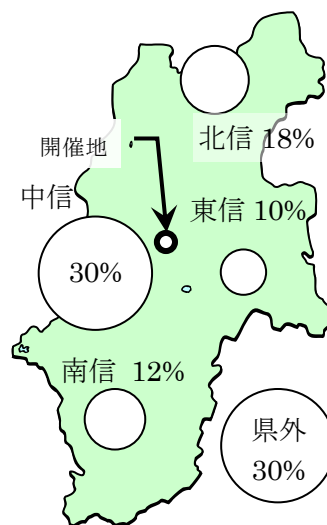
## 2. 年代

年代	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代～
男性	0	1	6	9	5	4	2
女性	1	3	9	13	7	10	2
合計	1 (1%)	4 (6%)	15 (21%)	22 (31%)	12 (17%)	14 (19%)	4 (6%)



## 3. お住まい

北信地方	13 (18%)
東信地方	7 (10%)
中信地方	22 (30%)
南信地方	9 (12%)
県外	22 (30%)

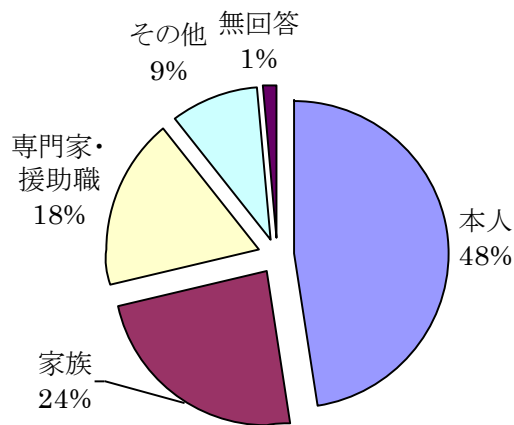


開催地は松本市（中信地方）右図○。

県外：東京 6、神奈川 4、山梨 5、群馬 2  
茨城・埼玉・千葉 各 1

#### 4. お立場（複数回答）

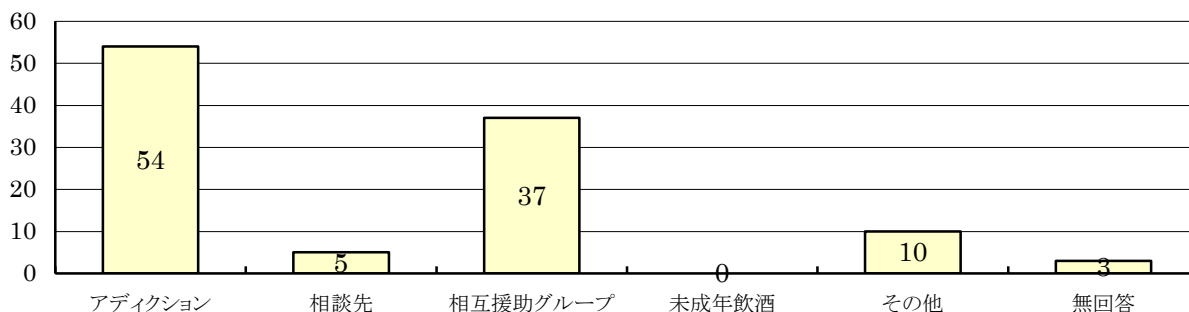
アディクション本人	36 (49%)
家族	18 (25%)
専門家・援助職	14 (19%)
その他	7 (10%)
無回答	1 (1%)



「その他」は、新聞・ポスター・チラシなどで開催を知った一般の人。

#### 5. どのような情報を求めて参加されましたか（複数回答）

アディクション（依存症）について	54 (74%)
相談するところについて	5 (7%)
相互援助（自助）グループについて	37 (51%)
未成年飲酒について	0 (0%)
その他	10 (14%)
無回答	3 (4%)

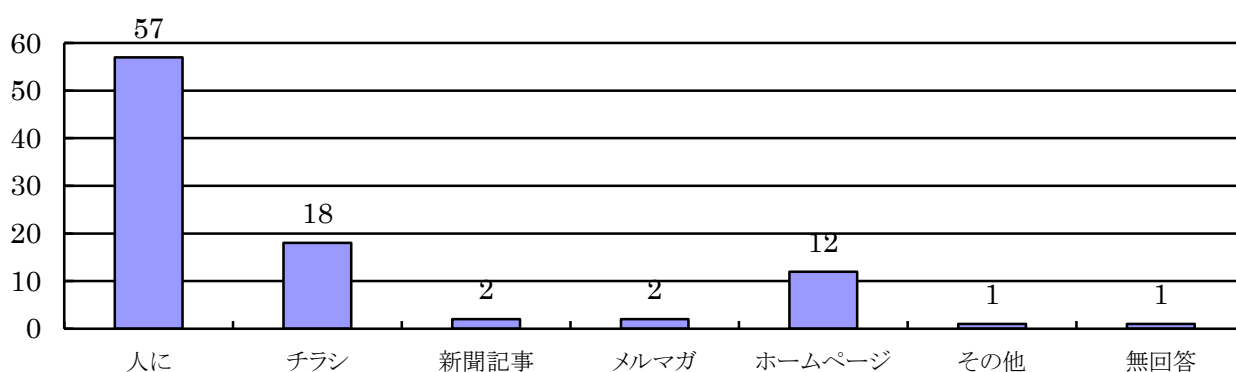


自由記述欄→別紙 1

#### 6. どちらでお知りになりましたか（複数回答）

- 人に教えられた、誘われた ----- 57 (61%)
  - ・ 医療・相談機関の方           9 (10%)
  - ・ 相互援助グループ           39 (42%)
  - ・ 家族                           3 (3%)
  - ・ その他                       6 (6%)
- チラシやポスターを見て ----- 18 (19%)
  - ・ 医療機関                   7 (8%)

- ・ 保健所・福祉事務所 4 (4%)
- ・ その他 5 (5%)
- 新聞記事 ----- 2 (2%)
  - ・ 信濃毎日新聞 2 (2%)
  - ・ その他 0 (0%)
- 情報誌・メールマガジン ----- 2 (2%)
  - 信州アディクションセミナーのメールマガジン
- ホームページ ----- 12 (13%)
  - ・ 信州アディクションセミナー 11 (12%)
  - ・ その他 1 (1%)
- その他 ----- 1 (2%)
- 無回答 ----- 1 (1%)



自由記述欄→別紙 2

7. 基調講演のご感想をお聞かせ下さい

自由記述→別紙 3

8. お勧めの医療機関・相互援助グループ・出版物・ホームページなどありましたら教えてください。

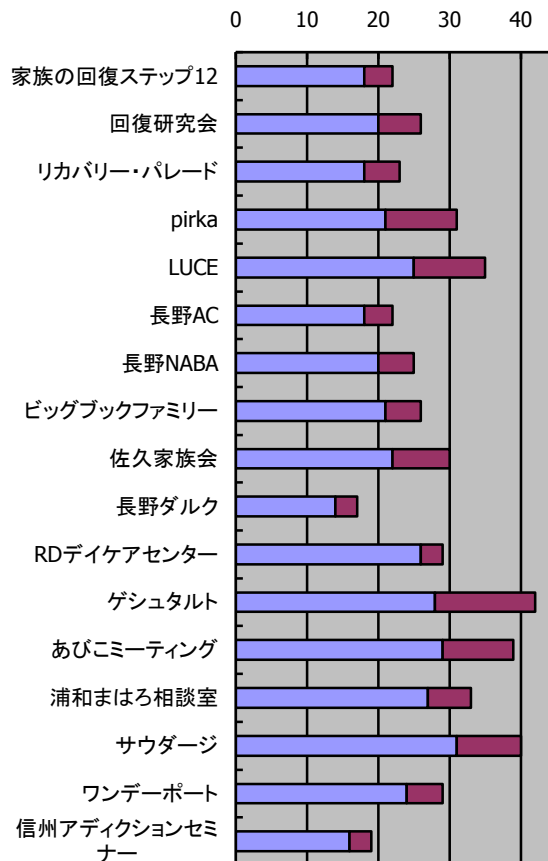
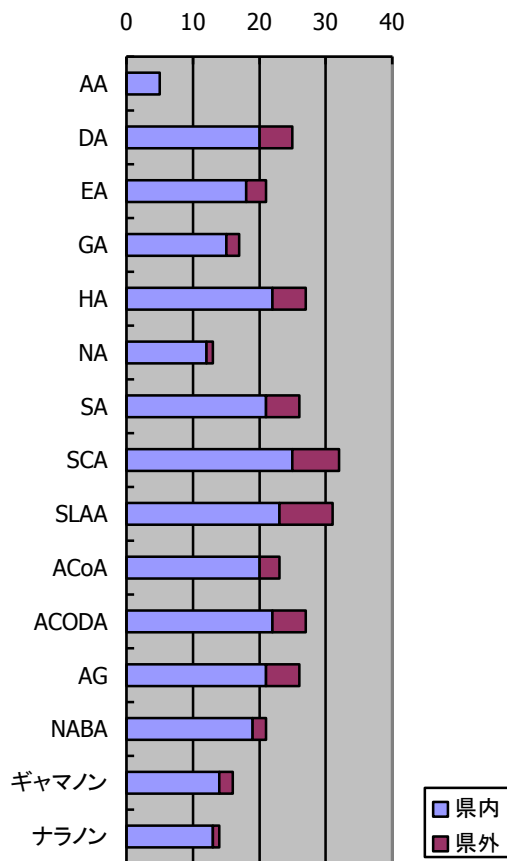
自由記述→別紙 4

9. 今回初めてその存在を知った団体は（複数回答）

有効回答数 42（県内 19・県外 23）

団体の知名度には地域的偏りが予想されるため、県内の参加者と県外からの参加者に分けて集計した。

団体名	県内	県外	合計
AA	5 (14%)	0 (0%)	5 (10%)
DA	20 (54%)	2 (13%)	22 (42%)
EA	18 (49%)	3 (20%)	21 (41%)
GA	15 (41%)	2 (13%)	17 (33%)
HA	22 (59%)	5 (33%)	27 (52%)
NA	12 (32%)	1 (7%)	13 (25%)
SA	21 (57%)	5 (33%)	26 (50%)
SCA	25 (68%)	7 (47%)	32 (62%)
SLAA	23 (62%)	8 (53%)	31 (60%)
WA	23 (62%)	9 (60%)	32 (62%)
ACoA	20 (54%)	3 (20%)	23 (44%)
ACODA	22 (59%)	5 (33%)	27 (52%)
AG	21 (57%)	5 (33%)	26 (50%)
NABA	19 (51%)	2 (13%)	21 (40%)
ギャマノン	14 (38%)	2 (13%)	16 (31%)
ナラノン	13 (35%)	1 (7%)	14 (27%)
家族の回復ステップ 12	18 (49%)	4 (27%)	22 (42%)
依存症からの回復研究会	20 (54%)	6 (40%)	26 (50%)
リカバリーパレード	18 (49%)	5 (33%)	23 (44%)
pirka	21 (57%)	10 (67%)	31 (60%)
LUCE（ルーチェ）	25 (68%)	10 (67%)	35 (67%)
長野 AC	18 (49%)	4 (27%)	22 (42%)
長野 NABA	20 (54%)	5 (33%)	25 (48%)
ビッグブックファミリー	21 (57%)	5 (33%)	26 (50%)
佐久家族会（中込自助グループ）	22 (59%)	8 (53%)	30 (58%)
長野ダルク	14 (38%)	3 (20%)	17 (33%)
RD デイケアセンター	26 (70%)	3 (20%)	29 (56%)
ゲシュタルトファシリテーター	28 (76%)	14 (93%)	42 (81%)
あびこミーティング	29 (78%)	10 (67%)	39 (75%)
浦和まはろ相談室	27 (73%)	6 (40%)	33 (63%)
心理相談室サウダージ	31 (84%)	9 (60%)	40 (77%)
ワンデーポート	24 (65%)	5 (33%)	29 (56%)
信州アディクションセミナー	16 (43%)	3 (20%)	19 (37%)



10. あなたは相互援助（自助）グループのメンバーですか？

総回答数 62

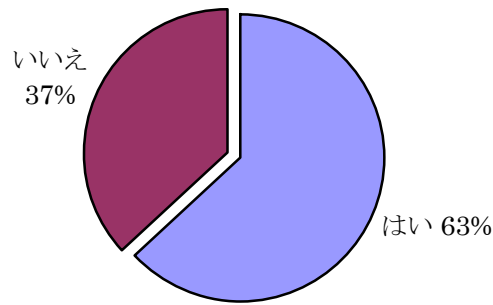
はい	いいえ
39 (63%)	23 (37%)

いいえの方は、今後相互援助（自助）グループに参加したいと思いますか？（回答数 12）

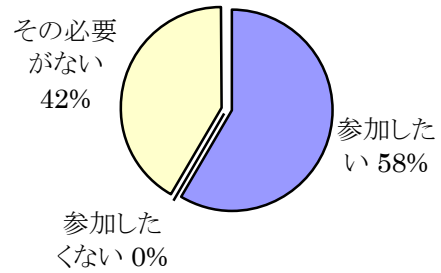
参加したい	参加したくない	その必要がない
7 (58%)	0 (0%)	5 (42%)

参加者の6割はすでに何らかの相互援助（自助）グループのメンバーであったが、まだ参加していない人々にも一定の誘導効果が見られた。

あなたは相互援助(自助)グループのメンバーですか？



いいえの方は、今後参加したいと思いますか？



現在参加しておらず、今後参加したいと考える人たちの属性 (回答数 7)

本人	家族	専門家援助職	その他	無回答
1	4	2	0	0

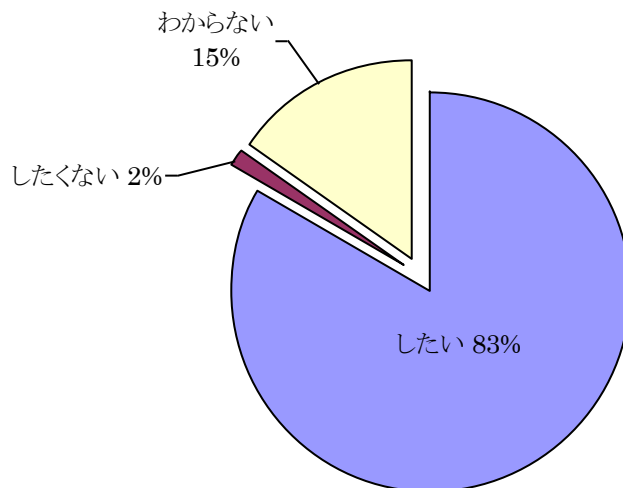
現在参加しておらず、今後その必要もないと考える人たちの属性 (回答数 5)

本人	家族	専門家援助職	その他
0	0	4	1

11. 来年もこのような催し物があったら参加したいですか？

総回答数 56

したい	したくない	わからない
55 (83%)	1 (2%)	10 (15%)



14. 今日参加されての感想をご自由にお書きください。(自由記述)

自由記述→別紙 5

以上

別紙1：Q5. どのような情報を求めて参加されましたか？（自由記述欄）

- ・ 竹内先生の講演（40代男性・本人）
- ・ 回復に向かっている本人たちがすばらしい。話をききたくて（60代女性・家族）
- ・ リカバリーパレードのメンバーとして（40代女性・本人）
- ・ 特になし。つい、つきあいにて参加しただけです（40代男性・本人）
- ・ 竹内先生の講演を聞きたくて（40代男性・本人）
- ・ 自分と同じような体験、感情を持っている方の話しなどを聴きたかった。現在、恐怖心などが強く、社会と関われない自分に何かのきっかけがつかめればと思った（30代女性・本人）
- ・ 人と人との関わり方のヒントを見つけたくて（40代男性・本人）
- ・ 夫をつれだし、回復への一つのチャンスの可能性があると思って2人で来ました（40代女性・家族）

別紙2：Q6. どちらでお知りになりましたか（自由記述欄）

- ・ M ウィング（30代女性・その他）
- ・ リカバリーパレード「回復の祭典」（40代女性・本人）
- ・ 市役所（40代女性・専門家援助職）

別紙3：Q7. 基調講演のご感想をお聞かせ下さい

- ・ とってもためになった（50代男性・本人）
- ・ 知識が深まった（60代女性・家族）
- ・ わかり易く、よくまとまったお話でした。とても良かったです（60代男性・専門家）
- ・ 回復ではなく完治する人の事が参考になりました。当事者グループの中では解らない事を知る機会にあえて良かったです（40代男性・本人）
- ・ 初めて参加しました。解りやすく、ていねいに講演していただき、依存ということが理解できました。薬物依存症の家族として薬物に対する共通のものを理解しました（60代女性・家族）
- ・ 遺伝学からはじまり、とても人間的でわかりやすく楽しかった。家族を支えるための心がまえになりました（30代女性・家族）
- ・ 医学的な立場から話がされて、今までより理解が深まりました（40代女性・家族）
- ・ アルコール依存症に関しての事が多くて、他のアディクションについてももう少し触れて欲しかったです（60代女性・家族）
- ・ 生物学的な病気として捉える事が、本人にも、周囲にも必要だという事がよく分かりました。日本はノーマルな事、皆と同じである事を良しとする社会なので、少しずつどんな人も暮らしやすい社会に変えていきたいと思います（40代女性・その他）
- ・ 大変良かった。グループについての日本の特殊性を聞けて、我が意を得たりだった（60代女性・

## 家族)

- ・ 専門的な立場からお話をされ、断酒会への参加が確かなものになりました (60代女性・家族)
- ・ よく分かりやすく、良かったです (60代女性・家族)
- ・ 外がうるさくて (廊下の方々) 話に集中できませんでした (40代女性・本人)
- ・ アルコール依存症 (物質依存) とその他の依存は違うと確信しました (40代男性・本人)
- ・ とても分かりやすく、視野が広がった (50代女性・本人)
- ・ 竹内先生のお話は、最新の情報もいろいろ知らせてくださり、依存書の息子を持つ親にとっては、本当に救われる、楽になっていいんだと大きな心につつまれる、ありがたい気持ちになって、軽くなって東京に帰れます。アダルトチルドレンの主人にこそ聞いてほしかったのに、かたくなに参加してくれないのですが、希望を持っていけると信じています。薬物依存症の息子にも責めることはいっさいやめて、あたたかく迎えていこうと誓います。底うちを待ってはいけなないと、つくづくわかりました (70代女性・家族)
- ・ 脳の働きからくる心の病に本人自身が認識しにくく、だから治療も困難。医学的見地からの説明が本当に分かりやすかった (30代女性・家族)
- ・ わかりやすいお話をありがとうございました。依存症が病気であるという認識をもつことが重要であること。自助グループの効用などがよく理解できました (40代男性・専門家援助職)
- ・ ありがとうございました。アパリに通ったこともありますので、今ある自分は皆様のおかげです (70代女性・家族)
- ・ 一寸むずかしかったけれど、非常に勉強になった。竹内先生の再度の講演をお願いします (70代男性・本人)
- ・ 脳の病気としての理解が深まりました (50代男性・本人)
- ・ アルコール依存症の病理がわかって良かった (40代女性・専門家援助職)
- ・ 広い知識をお持ちの方で、話が広がったが、もっとくわしく聞きたいというところもたくさん (60代女性・家族)
- ・ 大変わかりやすいお話でした。もう少し時間のゆとりがあると良かったです (20代女性・専門家援助職)
- ・ 素晴らしかった。お話があふれるように広がっていく。竹内先生の伝えたいという気持ちを強く感じました。知らない情報、知識、たくさんあり勉強になりました (20代女性・専門家援助職)
- ・ 依存症者にとっての自助グループの果たす役割の大きさをとても強く感じさせる内容でした。質疑応答の時間が少し短いように感じました (10代女性・本人)
- ・ 「脳の病」の話はとてもおもしろかったのですが、もっと詳しくしていただけたらなあと思いました。自助グループ、相互支援グループについての話をもっと詳しく聞きたかったです (40代男性・本人)
- ・ 脳の病気、病識を養っていく、という先生の言葉に納得しました。スポンサーシップが必要であることはいつも感じています。でもコミュニケーション力不足で家族との関係悪くなるなあ実感しています (40代女性・本人)
- ・ 科学的根拠に基づいた最新のメカニズムや国際的な状況などについて、とても分かりやすい話だったと思いました。ありがとうございました (70代男性・家族)
- ・ 以前、看護師として精神科に勤務しており、アルコール依存症の他科も入院されていたので、そ



の時のこととすりあわせながら聴け、とても興味深かった（30代女性・本人）

- ・ 内容も分かりやすく、新しい情報も伝えてくださって良かったです（40代女性・本人）
- ・ わかりやすくて良かった（50代女性・家族）
- ・ おもしろかった（30代女性・本人）
- ・ ありがとうございます（60代女性・家族）
- ・ 初めて耳にすることばかりでしたが「病気であること」の認識が深まりました。ひとりで悩まずに適切な治療や仲間が必要だと感じました（40代男性・本人）
- ・ 一般的なお話で、初心者の人にも分かり易かったと思います（40代女性・専門家援助職）
- ・ あいかわらず素敵な先生でした（60代女性・家族）
- ・ 大変、参考になった。病気と思いながら、コントロールできると入院治療で学んだが、どうしても手が出てしまう（アルコール）。この最後に手が出ないようにするには、どうしたらよいか。どうしてなるか。本人が気づき、早く回復して幸せな人々の仲間入りがしたい。できる、と。多方面から知識が得られたと思う。終わりなき学習です（40代女性・家族）
- ・ 現状の自助グループについて閉鎖的であるとの指摘は当たっていると思います。もっと地域、医療、行政との連携を深めなければと思いました（60代男性・本人）
- ・ 竹内先生はユーモアもあり、分かり易い話し方で、とても楽しかったです。自分はアルコール依存症にて、断酒に向かっている所ですが、知人もアルコール依存症の予備軍にて、どう接していけばいいのか？ どう行動すれば良いのかが分かった気がします。自分の相手もですが、良い方向にやっていますように、本日の講演を大切にしていきたいと思いました。ありがとうございます（30代女性・本人）
- ・ アルコールの問題と自死との関連が深いということを教わり、とてもためになりました。ただ、講演のタイトルとはだいぶずれてしまっているような印象は拭えませんでした（40代女性・本人）
- ・ 良かった（60代男性・本人）
- ・ アルコール依存症候群のことがわかりましたが、もう少しゆっくりききたいと思いました（40代女性・専門家援助職）
- ・ 良かった（50代男性・本人）

別紙4：お勧めの医療機関・自助グループ・出版物・ホームページなど教えてください。

- ・ MDAのサイト（60代女性・家族）
- ・ ジャパンマック／セレニティーパークジャパン（60代男性・専門家）
- ・ GA／NA／AA／回復研（40代男性・本人）
- ・ 心理相談室セコイア（50代女性・本人）
- ・ 内観（70代女性・家族）
- ・ 戸倉断酒会（70代男性・本人）
- ・ ナラノン（60代女性・家族）
- ・ 岩崎メンタルクリニック／CoDA／あざみ野ファミリー12ステップ／S.L.A.A.（40代女性・本人）

- ・ ゲシュタルトワーク／再決断療法（20代女性・専門家援助職）
- ・ GA（50代男性・本人）
- ・ EA ぐんま（40代男性・本人）
- ・ こころの医療センター駒ヶ根（60代男性・本人）
- ・ AA（50代男性・本人）

**別紙5：Q11. 今回参加されてのご感想をご自由にお書き下さい。**

- ・ いろいろなグループが集まって協力しているから驚いた。他の地方ではできないのではないかな？今後の活動に期待します（60代女性・家族）
- ・ 毎年参加していますが、今年は少し少なくて残念でした（60代男性・専門家）
- ・ どの公共機関にもかかったことがなく、3日前にたまたま見たポスターで初めて知り、来ました。何の知識もなく、誰にも言えなくて辛かったけれど、今日ここに来てこんなにも多くの方が悩んでいて、またこんなにたくさんのグループがあると初めて知った。自分に当てはまるグループは見つからなかったが「1人じゃない」というのが心にしみて、涙が出そうになりました。また機会があれば参加したいと思います。ありがとうございました（30代女性・本人）
- ・ 楽しい1日を過ごせました。日頃なかなかあえない仲間に会えて良かったです（40代男性・本人）
- ・ 家族や周囲の対応についてもっと話を聞きたい（20代女性・専門家援助職）
- ・ 語る、聞く、集まることの必要性・効果を実感しました（30代女性・家族）
- ・ 体験談、家族の話など貴重な話を聞くことができ良かったです。摂食障害の方の話が聞けたらもっと良かったです（40代女性・家族）
- ・ 治る、回復することにより、もっと人生が楽しめるようになるのでは・・・と希望をいただきました。苦しんでいる方にあきらめないで頂きたい（40代女性・その他）
- ・ 初めて参加しました。貴重なお話を聞くことができ良かったです（20代女性・その他）
- ・ いろいろな意見が聞いて良かった（30代男性・その他）
- ・ よかった。また開催してください（60代女性・家族）
- ・ 先生の話、体験談を聞かせていただき、ありがとうございました（60代女性・家族）
- ・ 本人だけでなく、家族の人の話が伺えて良かった（50代女性・本人）
- ・ “ひとりぼっちではない”ということを実感できました。参加できて良かったです（30代女性・家族）
- ・ アル中の高齢者の頭では英語が多くて難解な言葉が多すぎる（70代男性・本人）
- ・ 第1回から参加していますが、毎回勉強になります。ありがとうございました（50代男性・本人）
- ・ 様々なグループがあることを知りました。それぞれのグループの中で悩み、助け合い依存症からの回復を目指しているということがわかりました（40代女性・専門家援助職）
- ・ アディクション治療、看護支援に役立つお話を聞かせていただきました。ありがとうございました（50代女性・専門家援助職）
- ・ 仲間の分かちあいがすごく染みこみました（40代女性・本人）
- ・ スタッフ、参加者（20代女性・専門家援助職）

- ・色々知識が得られたという実感があります。ありがとうございました（50代女性・専門家援助職）
- ・もう少し、ゆっくり、じっくり竹内先生の講演を聞きたかった（50代女性・専門家援助職）
- ・私は摂食障害本人なのですが、依存症と言うことで今回参加をさせていただきました。午後の体験発表の中に接触障害者のお話も聞きたかったなと感じました（10代女性・本人）
- ・先生の講演、非常におもしろく、ためになりました。もっと詳しく話していただけたらと思いましたが「脳の病気」というところをもっと詳しく話して頂けたらと。午後の分科会、AAは参加者9名、家族の方3名、本人？1人、自助グループ5名でした（40代男性・本人）
- ・基調講演中の出入りする人が気になりました（40代女性・本人）
- ・午後の部では出てみたいのが重なってしまってちょっと残念でした。全体としては満足です（70代男性・家族）
- ・回復のステップを踏まれている方の表情がいききしているのが、とても印象的だった。自分はACの自助グループに通っていたが、場になじめなかったこと、12ステップの踏み方が自分の中でうまくいかず、離れてしまった。結局、今は話せる相手もいず、苦しんでいるだけなので、つながりが与えられるだけでも、とても有意義な時間だったと思う。こういうセミナーを開催してくれていることに本当に感謝しています。あと、体験談を聞くことで自分だけではないと思った（30代女性・本人）
- ・依存症というものが、一般で言われているのより、より複雑に、より身近な問題として迫ってきている、と感じました。体験発表を聴き、自助への過程というものを知り、最後の発表で一つにまとまった、と思いました。演者の方々、スタッフの皆様、お疲れ様でした。ありがとうございました（40代男性・その他）
- ・とても良かったです。言いつばなしではなく、そのごの個人カウンセリングも大切というお話を聞いて、私たちの行っている心理カウンセリングもお役に立てると確信させて頂けるお話で最多。もっと聞きたかった（50代女性・専門家援助職）
- ・私たち相互援助グループで行っているゲシュタルトの気づきのこととすぐくリンクしているお話しが聞けました。たいへんうれしく、自分たちの行っていることは間違っていないと確信しました（50代女性・専門家援助職）
- ・アディクションの多様さ、自助グループの広がり大きさに感じるものがありました（50代男性・本人）
- ・たいへん参考になりました（30代女性・本人）
- ・初めての参加でした。薬物依存、引きこもり、アルコール、仕事と色々な人の話を聞かせてもらいました。私も自助グループに繋がる依存症本人です。今回このような大型のセミナーへの参加は初めてでしたが「依存症者をかり立てるもの」は根が同じものなのだと改めて感じる事ができました（20代男性・本人）
- ・初めて知る自助グループがあり、自分の興味のあるグループだったので参加しました。良い経験、勉強になりました（40代男性・本人）
- ・様々なケースから学ぶべきことが多く、「共感すること」をヒントに毎日を送っていきたいと思います（40代男性・本人）
- ・実行委員会の皆様お疲れ様でした。会場が街中で食べ物屋やお店も近くにあって便利で良かったです（40代女性・専門家援助職）

- ・ 7月に退院しましたが、アルコール依存症と判明して1年程です。うつ病→休職→うつの悪化→アルコール依存症の併発という道のり。まだまだスタートラインから少しの所でしょうが、波のように行ったりきたり。けれど自助グループもそうですが、希望を感じる事ができます(40代女性・家族)
- ・ 松本で自助グループの活動が盛んであることを知って驚いた。事務局がきちんと組織されている姿が勉強になりました。ホールを開放したままにしていると、廊下の話し声がうるさかった。個人的にリカバリーパレード色が強すぎるようで、良い感じはしなかった(30代男性・本人)
- ・ 社会的に自助グループのPRの強化が必要(60代男性・本人)
- ・ とっても自分のためになりました。あわてず、一步一步、一日一日過ごして行きたいと思いました。同じ悩みを持つ人がたくさんいる事も分かり、少し安心しました。ありがとうございました(30代女性・本人)
- ・ 分科会が少ないような気がして残念でした。11:30の質疑応答の際に、最初から最後まで手を挙げていた方がいたのに、スタッフの方が気づかなくて気の毒でした。こういうことは今後ないように配慮してほしいです(40代女性・本人)
- ・ まあ良かった(60代男性・本人)
- ・ AAグループで回復中です(50代男性・本人)

以上