

民間支援機関・実務者紹介 ～ 特定非営利活動法人 ジャパンマック ～

特定非営利活動法人ジャパンマックは、全国四つの地域（東京都北区・板橋区、川崎市川崎区、北九州市北小倉区、福岡市博多区）で、様々な依存症に陥った方の回復を支援する事業所を営んでいる民間団体です。

今回、荒木龍彦副代表理事がインタビューにお答えくださいました。

特定非営利活動法人ジャパンマックインタビュー（令和4年8月19日）

● 特定非営利活動法人ジャパンマックについて

ジャパンマックの正式名称は「メリノール派（M）アルコール（A）センター（C）」です。昭和53年（1978年）6月、アルコール依存症の方たちが、断酒のための自助グループに通えるように支え合う施設として創設したのが初代「三ノ輪マック」です。以来、多くの依存症の方々の回復を支えてきました。

当法人のスタッフの多くは、自身が依存症から回復した経験を持っていますので、スタッフにとって、施設利用者の方々の回復は仲間の回復であり、喜びでもあります。

私は、平成31年3月まで各地の保護観察所や地方更生保護委員会に勤務していました。20年以上前、アルコール依存症で犯罪前歴がある方の回復支援で連携したことがマックとの最初のご縁となりました。本来、マックは犯罪をした人の再犯防止を目的とした施設ではありませんが、刑の終了後にマックで生活して依存症を乗り越え、人として望ましい生き方をしていくということが、最も効果的な再犯防止となることだと思っています。



特定非営利活動法人ジャパンマック

● 依存症からの回復と自助グループ

マックの活動の目的は、アルコールでいえば「飲まないで生きる」生活を維持するための知恵や回復のプログラムを提供し、新たな生き方を獲得する手がかりを共に探ります。

マックの支援対象者の依存対象はアルコールだけではなく、ギャンブル、薬物、窃盗、摂食障害、性、ゲームやスマホなど多岐にわたります。後にお伝えするような様々なニーズに

対応したプログラムや支援メニューを展開し、その方に合った、その方だけの支援を提供しています。依存症から回復することは可能なのです。

マックにおける依存症からの回復手法の基本は、自助グループのミーティングに参加して、12のステップ（AA 日本ゼネラルサービスホームページ <https://aajapan.org/12steps/> 参照）に取り組むことです。

現在、12のステップの自助グループミーティングは、アルコール依存症、薬物依存症などについてはその問題性ごとのグループ編成ができていますが、摂食障害、性嗜好障害については編成が難しくなっています。そのため、摂食障害の方は、その方が有している他の問題性（例えばアルコールなど）のグループに入らせていただくなどしています。また、性嗜好障害については、犯罪類型が様々あってグループ編成がとても難しいので、専門家の個別面接などで対応しています。なお、行為そのものが違法ではないギャンブル依存等についても、犯罪行為に及んでいるかどうかで個別対応となる場合もあります。

また、将来的には、家族の自助グループを編成したいと考えております。

マックの利用者の方には必ず自助グループに行っているため、その中で、回復の道のりの先を行く先輩と一緒に付いて、生活上の細かいことなどを相談するよう助言しています。先輩という存在は、単なる相談相手ということだけではなく、アルコールなどの依存対象を使わない生活を続けているロールモデルとして重要な意味があります。

マックのような入所施設のある支援施設を中間施設といい、仕事をしないで集中的に通って回復の糸口をつかんでいただくことがその役割です。最終的には、昼に仕事をして夜のグループに通い、医療機関にも通院するという生活が理想です。自助グループに必ずつながっていただくのは、中間施設を出た後のためなのです。

● サービス提供の枠組みと各種プログラム

マックでは、精神障害福祉サービスの枠組み（障害支援区分認定が必要）で回復支援を行っています。東京においては、男性の依存症の方のための生活訓練事業所「みのわマック」、12ステップを学ぶプログラム（リカバリー・ダイナミクス）を提供する生活訓練事業所「RD デイケアセンター」、女性の依存症の方のための生活訓練事業所「サポートセンターオ‘ハナ」、就労継続支援 B 型事業所「ワークプレイスアミカ」があります。

また、マックでは、基本プログラムであるリカバリー・ダイナミクスの他、家族相談会、女性のための依存症相談（デイケア・ナイトケア）、リワーク早期復職プログラム、ギャンブル依存回復支援プログラム、万引き・盗癖回復支援プログラム、刑事事件再発防止支援プログラム、性依存回復支援プログラムを提供しています。現在、力を入れているのは認知行動療法を用いたプログラムです。大学とタイアップして、開発から効果検証まで行っています。

依存症の回復施設というと、そこで暮らさなければならぬというイメージがあるかもしれませんが、そんなことはありません。個室のグループホーム等のナイトケア施設も運営していますが、入所せず日中活動に通所するだけの人もいます。ただ、入所して毎日プログラムに通っていた人が、入所施設を退所して一人暮らしを始め、週1回の通所になるなどの移行期には注意が必要だと感じています。再犯者を出さないつもりで支援しています。

事業所もプログラムをいろいろ用意していますので、その方のニーズや個性によってご提案しています。依存の仕組みを理解したい人、自分の体験を話したい人等、いろいろな方がいらっしゃいますが、共通目標は、活動を通じて仲間意識を高めることです。

● 地方公共団体へのメッセージ

依存症に関してお困りの方があれば、まずはお電話等でぜひご相談ください。ご相談は無料です。保健所、精神保健福祉センター、その他の行政機関からも、お待ちしております。

病院からの退院支援によりマックにつながる方が多いのですが、ご本人等へは「マックの施設では入所だけでなく通所でも対応できます。」と案内しております。また、「お酒をやめたい」というご本人への意思確認さえできていれば支援は可能ですし、少しでも良くなりたい、というレベルの意思でおいでいただいても構いません。区市町村やご家族がご本人をマックにつなぐときにも、「お酒をやめ続ける生活を送っている人がいるから、話を聞いてみない？」と持ち掛けていただければと思います。

飲酒は違法行為ではありませんので、回復に向けた動機づけが難しい問題です。病院からの紹介だったり、お酒が犯罪行為に絡んでいたりするような場合は、動機づけが高いように思います。病院に受診したことのない方も、たいていはマックに来てから専門医療機関につながっています。マックがどのような形で支援を提供するかについては、ご相談いただいてから一緒に考え、その上で提案いたします。とりあえずは、まずご相談ください。

依存症にお困りのご本人だけでなく、ご家族からの相談があった場合にも、マックをご紹介ください。ご案内のチラシも用意しておりますので、お気軽にお知らせください

※ジャパンマックの詳しい案内はホームページでご覧いただけます。

ジャパンマックホームページ (<https://www.japanmac.or.jp/>)