

演題 社会の荒廃の中に光る希望 - アルコール依存症者の死をみつめて -

講師 前三重県立こころの医療センター 診療部長 猪野 亜朗先生



猪野先生は京都府立医科大学を卒業後、三重県立高茶屋病院（現在の三重県立こころの医療センター）へ勤務され、当時の精神科医療のひどい現場と立ち向かい、日本の精神科医療を変えられたそうだ。また、アルコール依存症治療の取り組みについては、「多くのアルコール依存症者の死に接してきたこと」「心に残っている人々のこと」「アルコール依存と自殺（うつとの関係）」「アルコール依存症は『否認の病気』で、なかなか自分の問題に気がつかないこと」などを、約40年に亘る医療現場での凄まじいまでの体験を通して、熱く語っていただいた。「うつ（自殺）」や「飲酒運転」の背景にはアルコール問題が関係しているのではないかということだった。

* 講演の全文は、三重いのちの電話ホームページに掲載しましたので、ぜひご覧ください。

三重いのちの電話 HP アドレス <http://www12.plala.or.jp/mie-inochi/>

「アルコール依存症でうつ状態を合併した人の7割は、断酒するだけで回復するというデータが出ている。アルコールがうつ状態をもたらす事や自殺者にアルコールが非常に悪い影響を与えるという事が、社会の中に知識として共有されない。過労自殺の方のうち、結構多くの方の背景にアルコールがあるのではないか。」「最近、飲酒運転が問題になっているが、その背景にアルコール依存の問題があるのではないか。去年、福岡で子どもが3人死亡した事で、飲酒運転した人を社会から排除するような状況になって来ている。職場を解雇されると、アルコール依存と闘い、仕事を失った状況とも闘い、家族にも非難をされ家族のプレッシャーとも闘わなければいけない。その人達の人生は大変なことになるのではないかと心配している。厳罰だけでは飲酒運転の本当の防止策にはならない。背景にアルコール依存の問題がある事を社会が否認するという事は、絶対許されないと。アメリカでは、飲酒運転で捕まれば教育の期間が与えられ、自分の病気を治すチャンスを与えられる。日本でも是非やってほしい。」「自殺にしても飲酒運転にしても、アルコール依存症、アルコール乱用との関係が見えてこない。皆さんにはその関係を見てほしい。」

「アルコール依存症の方の回復の手伝いをしたいと、自助グループ『断酒会』を三重県で（アルコール依存症の方）皆さんと一緒に作って行く取り組みをし、三重に断酒会ができたという事は胸を張って言える事だと思う。」「断酒会も源流はアメリカで、断酒会の前進のAA、アルコホーリクス・アノニマスは、アメリカで誕生している。私たちも、アルコール依存症は治る病気だと、自助グループの中で初めて教えられた。断酒会が定着する迄にはとても大変な時期があったが、そういう時期を経て、『依存症は治る病気』であり、自助グループが非常に大きな功績を果たすという事が分かってきて、段々落ち着いて来る。そんな中で、心に残っている人たちの死に様と言うか、死に接した時の色々な思い出がたくさんある。」

猪野先生は、「アルコールは脳に多大なダメージを与える」ことから、脳についてずっと興味を持って来られ、最近よく脳科学の本を読まれるそうだ。「長年飲んでいると脳が萎縮し脳の機能障害が起こってくるが、お酒を止めると脳の活動が回復してくる」などが、脳の検査装置で分かる時代になってきているそうで、脳の科学をもっと活用してほしいということだった。また、「愛は脳を活性化させる」そうだ。

自殺は予防できる

~ こころの健康づくり ~

= 自殺予防対策 三重県の取り組み =

三重いのちの電話協会理事
三重県健康福祉部医療政策監
西口 裕

厚生労働省人口動態統計によると、三重県において毎年300人以上の方が自殺でいのちを亡くされています。自殺の原因は様々ですが、背景に健康問題や家族問題、経済的な問題などがあることは間違いありません。



三重県では、こころの健康づくりを進めるため、リスナーの養成や、企業などの職域メンタルヘルスサポーター養成講座等を県内各地で開催し、昨年度までで、延べ5,936人の方々がこころの健康づくりに関する相談技術の習得を行って頂き、各地域で活動していただいています。また、自殺予防には様々な機関団体の連携が必要なことから、昨年度から三重県自殺予防対策推進協議会を開催しています。三重いのちの電話協会もその重要なメンバーになって頂いています。今年度からは、協議会内にワーキンググループを設置し、より具体的な連携や目標を明確にすることとしています。

自殺予防対策は、社会のあらゆる人々が関わる公衆衛生の問題として捉える必要があります。また、私たちは、自殺は予防できるという強い決意をもって臨むことが大切です。