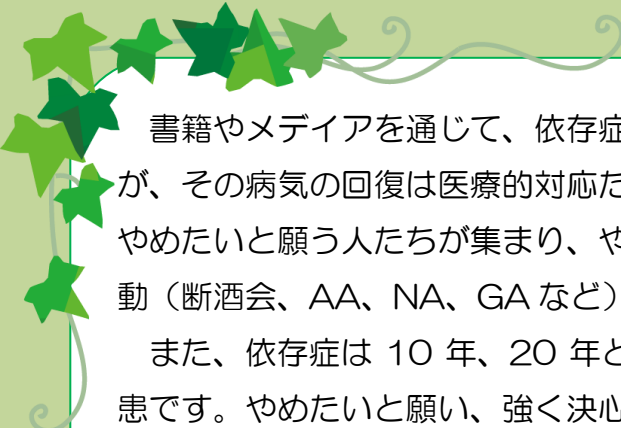


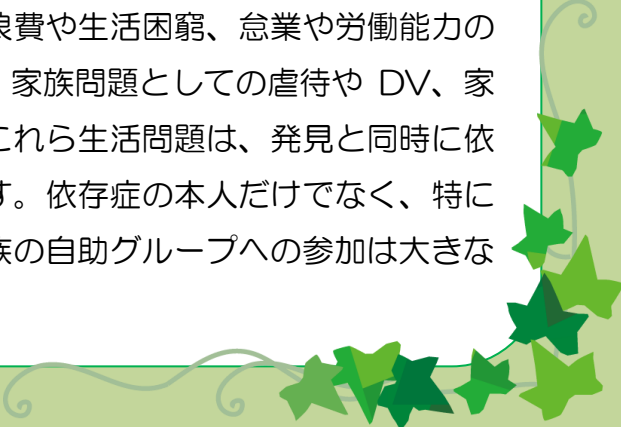
広げよう 回復・治療・支援の輪
～知っておきたい依存症関係機関・団体紹介冊子～



書籍やメディアを通じて、依存症が病気であるという認識は広がっていますが、その病気の回復は医療的対応だけでは限界があります。回復には、依存をやめたいと願う人たちが集まり、やめることに取り組んでいる自助グループ活動（断酒会、AA、NA、GA など）への参加が大切です。

また、依存症は 10 年、20 年という長い時間をかけて進行してきた慢性疾患です。やめたいと願い、強く決心しても、やめ続けることは容易なことではありません。回復初期の 1、2 年間の回復施設の利用は回復率を高め社会参加を促進しています。

依存症は周囲の人を巻き込む病気で、依存症に関連して様々な生活問題が発生します。依存症本人や家族の健康問題、浪費や生活困窮、怠業や労働能力の低下による失業、非行や犯罪、事故や自殺、家族問題としての虐待や DV、家出や離婚、女性や子どもたちの問題など。これら生活問題は、発見と同時に依存症問題と並行した相談支援を必要とします。依存症の本人だけでなく、特に家族は依存症問題で悩んでおり、依存症家族の自助グループへの参加は大きな助けになります。





はじめに

この冊子は、依存症相談窓口の周知を目的として、広報活動にかかわる普及啓発の取り組み推進のひとつとして、作成しました。

依存症医療機関や依存症相談窓口、依存症の回復に不可欠とされる本人や家族の自助グループ、回復と社会参加を支援する回復施設、依存症関連生活問題を解決するための社会資源などを紹介しています。

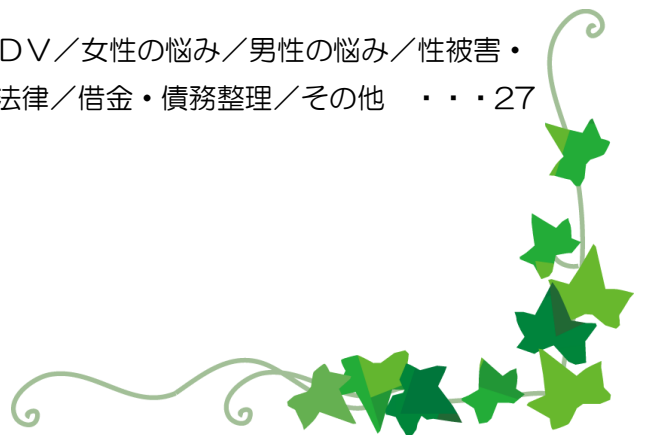
依存症の本人や家族等からの相談に対応する方、依存症の当事者や家族、府民の皆様の活用を期待しています。

平成 30 年 3 月 大阪府依存症関連機関連携会議
地域生活支援部会



目次

I. 依存症の知識	3
II. 自助グループ		
アルコール依存症	〔本人〕大阪府断酒会	5
	〔本人〕AA（アルコールクスアノニマス）	6
	〔家族〕大阪府断酒会家族会	7
	〔家族〕アラノン家族グループ	8
	〔家族・友人〕家族の回復ステップ12	9
薬物依存症	〔本人〕NA（ナルコティクスアノニマス）	10
	〔家族〕ナラノンファミリーグループ	11
ギャンブル等依存症	〔本人〕GA（ギャンブラーズアノニマス）	12
	〔家族・友人〕GAM-ANON（ギャマノン）	13
III. 回復施設	〔本人・家族〕大阪ダルク	14
	〔本人・家族〕大阪マック	15
	〔本人・家族〕いちごの会「リカバリハウスいちご」	16
	〔本人・家族〕フェニックス会	17
IV. 支援プログラム	〔家族〕大阪ファミリープログラム	18
	〔家族〕DASY（デイジー）	19
V. 相談機関	〔本人・家族〕精神保健福祉センター（大阪府・大阪市・堺市）...	20
	〔本人・家族〕大阪府・中核市保健所	22
	〔本人・家族〕大阪市保健福祉センター、堺市保健センター ...	23
VI. 医療機関	都道府県連携拠点／地域連携拠点	24
VII. その他の相談機関	非行・問題行動／児童虐待／DV／女性の悩み／男性の悩み／性被害・ セクハラ・犯罪被害／人権・法律／借金・債務整理／その他	27



I. 依存症の知識

依存症とは

アルコールや薬物、ギャンブルなど、特定の物質や行為・過程に対して、「やめたくても、やめられない」「ほどほどにできない状態」になることです。依存症には、アルコールや違法薬物（覚せい剤・有機溶剤・危険ドラッグ・大麻など）、処方薬・市販薬（睡眠薬・抗不安薬・咳止めなど）といった物質への依存と、ギャンブル・インターネット・買い物・万引きなど、行為や過程にのめりこんでしまう「プロセス」への依存があります。

意志や性格の問題ではなく、誰でも依存症になる可能性があり、特別な人だけになるわけではありません。いったん依存症になると、自分でコントロールすることは困難となります。だんだんと、飲酒や薬物の使用・ギャンブルをすることなどを第一に考えるようになってしまい、他のことがおろそかになり、社会生活をしていく上で優先しなければいけない様々な活動を選択できなくなっていくます。

本人一人の力では難しいことですが、依存症から回復することはできます。治療を受けて、様々な助けを借りながらやめ続けることで「飲酒や薬物使用、ギャンブルなどに頼らない生き方」をしていくことが可能です。本人や家族だけで抱え込まず、早めに相談することが大切です。

アルコール依存症とは

アルコールを長期間にわたって飲み続けることで、飲酒のコントロールができなくなる病気です。だんだん同じ量では満足できなくなり、飲む量がどんどん増えていきます。いったん依存の状態になってしまうと、体内のアルコール量が減ると震えや幻覚などの身体の症状が出るといった離脱症状をおさえるためにアルコールを求める身体的な依存と、飲酒できないことで強い不安などが生じて激しい飲酒欲求が生じる精神的な依存とが生じます。

アルコール依存の状態が続くと、イライラや不眠などの精神的な症状や、仕事や人間関係のトラブル・借金や暴力など社会的な問題、配偶者間の問題や子どもへの悪影響など家庭での問題などとともに、肝臓や心血管系、脳など、身体的に深刻な悪影響を及ぼし、命にもかかわることもあります。

回復のために、精神科医療機関での治療や自助グループである断酒会や AA、回復施設、保健所・保健福祉センターなどの相談機関を利用することができます。家族は、家族の自助グループである断酒会の家族会やアラノン、家族の回復ステップ 12、保健所・保健福祉センターなどの相談機関を利用することができます。

薬物依存症とは

覚せい剤・コカイン・ヘロイン・大麻・有機溶剤・危険ドラッグなどの違法薬物や、睡眠薬・抗不安薬・咳止めなどの処方薬・市販薬などの使用をコントロールできなくなる病気です。使用する薬物によって、身体症状や精神的な症状の現れ方はそれぞれ異なりますが、だんだん同じ量では効かなくなり、量が増えていくことや、効果が切れたときに離脱症状が出ることなどの身体依存と、精神的に強い依存が生じることはアルコール依存と同様です。違法薬物による依存の場合には、司法的な対応との連携が必要になることもあります。

回復のために、精神科医療機関での治療や自助グループである NA や回復施設、保健所・保健福祉センターなどの相談機関を利用することができます。家族は、家族の自助グループであるアラノンや、保健所・保健福祉センターなどの相談機関を利用することができます。

ギャンブル等依存症とは

ギャンブル等にのめりこんで、自分の意志ではコントロールできなくなり、人間関係や仕事、生活などに深刻な影響が出ているのに、やめられない病気です。ギャンブル等とは、偶然が結果を左右するようなゲームや、競技、その他の催事において、金銭をかけて金銭を儲けようとする行為のことで、所有財産を失うリスクもあります。様々な種類がありますが、日本ではパチンコ・スロットが多いと言われています。

嘘や借金などのために家族など大切な人との間に問題が起こったり、仕事や社会的信用を失ったりするという問題が生じたりすることがあります。

回復のために精神科医療機関での治療や自助グループであるGA、保健所・保健福祉センターなどのなどの相談機関を利用することができます。家族は、家族の自助グループであるギャマノンや、保健所・保健福祉センターなどの相談機関を利用することができます。借金や多重債務などの金銭問題がある場合には、弁護士や司法書士などに相談することも大切です。

依存症と関連する様々な問題

依存症が進行していくと、多様な生活問題が起こるようになります。本人だけではなく、家族など周りにいる大切な人たちにも大きな影響を及ぼします。健康問題や浪費・借金などの経済問題、欠勤・失業などの労働問題、非行・犯罪、事故・自殺、虐待・DV・家出・離婚・子どもの問題・女性問題など家族問題などとも関連します。相談支援の場では、依存症問題の背後にこれらの生活関連問題があったり、生活問題の相談の背景に依存症の問題があったりするということを理解し、それぞれの必要に応じて、適切な支援につなげることが大切です。

自助グループとは

同じ問題を抱えた人と自発的につながり、その結びつきの中で問題の解決に取り組む集まりのことを言います。自助グループでは、ミーティングや例会で、自分の問題について正直に、率直に語り、仲間の話を素直に聞くことを通じて問題解決に努力します。そこでは「言いつばなし、聞きつばなし」が原則で、誰もアドバイスやコメントはしませんが、仲間の話から自ら学びます。本人だけ、家族だけが参加するグループや、友人や関係者は誰でも参加できるグループがあります。

自助グループに参加することで依存症という病気を受け入れることができ、その認識の変化が依存症に対する感情や行動の変化になります。また、やめる方法や、やめた後の生活の仕方を学びそれが回復へのエネルギーを高めます。

依存症になると、信頼を失い、家族からも見放されて孤独な状態になる人もいます。自助グループに参加して、体験を語り・聴く中で仲間に受け入れられ、理解され、孤独から解放され、自信を取り戻します。自助グループは例会やミーティング以外にイベントを開いている場合があります。そこに参加することで、友情や連帯が生まれます。

※自助グループの活動は大阪府内各地で行われています。例会やミーティング会場の所在地は資料編やホームページ等で御確認ください。

回復施設とは

施設によって内容は異なりますが、依存症に関する相談を受けたり、日中活動や居場所の提供、ミーティング等を行うリハビリ施設です。また、グループホームを運営しているところもあります。利用にあたって利用料が発生することもあります。

Ⅱ. 自助グループ

〔本人〕大阪府断酒会

大阪府内には、60の地域断酒会があり、例会場の数は、120ヶ所を超えます。(詳しくは例会場案内へ)あなたのお近くには、必ず二、三ヶ所の例会場があるでしょう。

断酒例会とは、断酒会活動の基本で、魔の時間といわれる午後7時ごろから午後9時ごろまで、約2時間、酒害者本人とその家族が集まり、酒害体験談を話し、聴くものです。

一人じゃない、独りじゃない。この一体感と自覚が、断酒継続の原動力になります。

また、体験談は言っぱなし、聞きっぱなしというルールがあります。

酒に囚われていた者が集まり、一緒に酒を止め続けていくことを目指します。例会では互いの酒害体験を語り、聞くことにより、酒を飲まない決意を新たにするとともに、酒に囚われない自分自身の新しい人生の創造と当事者団体として今、酒に悩んでいる人への可能な支援を行います。

問合せ先	TEL:072-949-1229
対象者	アルコール依存症の本人・家族
対応時間	午前9時30分から午後4時まで (日、祝日、年末年始は除く)
内容	相談/集団支援/例会の案内
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
	*対象者以外の方の参加も歓迎

最新情報はHPをご確認ください。 <http://oosakafudann.sunnyday.jp/>

【体験談・メッセージ】

どんな怖い人たちの集まりだろうと、最初は不安でいっぱいでしたが、あたたかく迎えてもらえました。酒の止め方を早く教えてくれと思って聞いていましたが、私よりひどい飲み方の体験談ばかりでした。話を聞いているうちに自分にも思い当たる部分も多少あり、同じような酒の悩みを抱えながらも、今は酒を断ち立派に話をされ前向きに酒を止めている人たちを見ました。例会場からの帰りには来週も来てくださいね、と声をかけてくれました。例会に通うにつれ、他の人たちと一緒に、ここで何とか酒を止めることができるかもしれないと思えるようになりました。

1週間で飲んでしまい、1ヶ月持たずに飲んでしまい、失敗も何度かありましたが、その都度、たとえ転んでもすぐに立ち上がれば良い、一緒に頑張ろうと励ましてもらいました。飲みたい気持ちは例会場に捨て、何とか酒の無い一日を続けています。

〔本人〕 AA（アルコールクス・アノニマス）

AA（アルコールクス・アノニマス）とは

AAとは、さまざまな職業・社会層に属している人たちがアルコールを飲まない生き方を手にし、それを続けていくために自由意思で参加している世界的な団体です。AAのメンバーになるために必要なことは、飲酒をやめたいという願いだけです。会費や料金は必要ありません。

AAのオープンミーティングにはだれでも参加できます。このミーティングでは通常、司会者2～3人のメンバーが自分のアルコールリズムとAAでの回復に関する話をし、経験を分かち合っています。またAAを、アルコールク（アルコール依存症者）でない一般の人たちに知っていただく目的で開く特別なミーティングもあります。ここには医療関係者、聖職者、行政関係者が招かれます。これに対して、クローズド・ディスカッション・ミーティングはアルコールクだけが参加できるものです。

問合せ先	TEL：06-6536-0828 FAX：06-6536-0833
対象者	アルコール依存症の本人・家族、AAに興味のある方
対応時間	午前10時から午後4時まで（日、祝日、年末年始は除く）
内容	相談/集団支援/ミーティングの案内
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
	*対象者以外の方の参加も歓迎
最新情報はHPをご確認ください。 http://www.aa-kco.com/	

【体験談・メッセージ】

ようこそ、AA（アルコールクス・アノニマス）のミーティングへいらっしゃいました。心から歓迎します。まずは気を楽しんでください。

私たちはみな、飲酒の問題から解放され、飲まないで生きていきたいと願っています。

私たちもあなたと同じようにして、数か月前、数年前、あるいはもっと前にAAにたどりつきました。そして今は、飲まないで生きることを楽しんでいます。

もし、飲酒をコントロールできないようでしたら、AAを試してみてください。AAの回復プログラムと、私たち一人ひとりの経験が役に立つことでしょう。

出典：NPO法人AA日本ゼネラルサービス（J.S.O）発行「ようこそAAへ」3頁

〔家族〕大阪府断酒会家族会

アルコール依存症は、アルコールによって自らの身体を壊してしまうだけではなく、家族や周りの人に迷惑をかけたり、事件や事故に繋がることで社会的、人間的な信用を失ったりします。このような状況の中で暮らす家族は限界を感じながらもアルコール依存症の当事者に振りまわされ、アルコールを止めさせようとあらゆる努力を尽くします。心身共に疲れ果て、不健康な状態が続いていきます。大阪府断酒会家族会は、アルコール依存症という病により心を痛めてきた家族が体験談を通して共感し、分かち合い、共に回復への道を行く自助グループです。

問合せ先	TEL : 072-949-1229
	FAX : 072-933-1220
	Eメール : fudanshu@kawachi.zaq.ne.jp
対象者	アルコール依存症の本人・家族
対応時間	午前9時30分から午後4時まで（日、祝日、年末年始は除く）
内容	約1時間30分から2時間 体験談と「家族のための回復への指針」の読み合わせ
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
・わかるようであれば事前に連絡をお願いします。	
最新情報はHPをご確認ください。 http://oosakafudann.sunnyday.jp/	

【体験談・メッセージ】

当事者のアルコールに巻き込まれる日々を送ってきました。

病気であるということがわからなかったばかりに、時には憎み、疑い、軽蔑し、それでもアルコールを止めてほしいと願いながらの行動ばかりでした。しかし、その行動は必ずしも当事者のアルコールを止める方向へ繋がるものではありませんでした。ギクシャクした関係の中でお互いが自分を見失い、家族でありながら信頼することが出来なくなっていました。

悲しみのどん底にいた自分が『家族会』に出会い、安心して話せることでより身近な繋がりを持つ事ができました。

正しい知識を身につけることが意識や行動を変えていくと言われていきます。多くの体験談やアルコール専門病院の医療関係者の方々の回復事例の解説などを通して自分を再確認することで回復へと繋がっていくことがわかりました。

専門病院や保健所などの紹介で参加された方には、不安を抱えての家族もおられます。私もそうでした。同じ悲しみを乗り越えてきた家族との出会いは、相談する相手もなく、ひとりで思い悩まれている方にとって心を開ける第一歩だと思います。

〔家族〕アラノン家族グループ

アラノンはアルコール依存の問題を持つ人の家族と友人が、お互いの共通の問題を解決していく自助グループです。アラノンに通うことによって自分自身の毎日が楽になり、そこから依存症者、また家族全体が良い方向に変化した例は数多くあります。

アラノンは個人のプライバシーを厳守します。誰と会ったか、何が話されたかは家族にも口外しません。アラノンは会費も月謝もありません。自分たちの自由な献金と書籍の売り上げだけで自立しています。

アラノンの目的は、アルコール依存症者の家族を助けることです。

問合せ先	TEL : 03-5483-3313 Eメール : gso@al-anon.or.jp
対象者	アルコール依存症の家族・友人
対応時間	午前 10 時から午後 4 時まで 水曜・日曜・祝日は休み ※土曜は午前 12 時まで
内容	ミーティング
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
	・アラノンへの参加は 15 歳以上となります。 ・お子様連れでの参加はできません
最新情報はHPをご確認ください。 http://www.al-anon.or.jp/	

【体験談・メッセージ】

結婚してからずっと夫のお酒の問題に悩まされ、何とかしようとあらゆることをしたにもかかわらず同じことが繰り返され、どうにもなりませんでした。

私は悪くないと思うことで自分を保ちたくても、不安で常に心が揺れ動き自分の存在価値が見いだせず孤独でした。そして誰かに「あなたは正しいよ」と言ってほしくてアラノンに通うようになりました。最初は何も話せませんでしたが、次に参加したときにはそこに座っただけで溢れるほど涙がこぼれ落ちました。そこでは「あなたは正しいよ」と言ってもらうことはありませんでしたが、同じ経験をした人と触れ合い、かかわることで一人ぼっちではないと思えるようになりました。どう生きていいのかわかりませんでしたが、アラノンにはプログラムがありました。ものの見方と態度を変えることを時間をかけて学び、だんだんに安心感をもてるようになっていきました。気がつくと夫は回復への道を歩み始め、結婚生活を立て直すことに取り組むという奇跡が与えられました。

(アラノン 女性)

〔家族・友人〕 家族の回復ステップ12

私たち「家族の回復ステップ 12」は、共通の問題を解決するために、自分たちの経験と力と希望を分かち合う、アルコール依存症者の家族や友人たちのフェローシップ（仲間としての集まり）です。私たちの姿勢を変えることで、回復を助けることができると信じています。苦しむ仲間の手助けの場とすることを、唯一の目的としています。現在、全国十数グループが定期的ミーティング、オープンスピーカーズミーティング、病院メッセージを行っています。また、AA やその他関係機関との協力をお願いし、活動しています

問合せ先	TEL：090-5150-8773 Eメール： steps12family@docomo.ne.jp
対象者	アルコール依存症の家族
対応時間	月・水・金（祝日可） 午前12時（午後0時）から午後2時まで
内容	書籍の読み合わせと言いばなし聞きばなしの体験・経験の分かち合い60～90分
利用方法	<p><予約> 事前の申し込みは不要です。直接、会場にお越しください。</p> <p><費用> 入会金や会費もありません。自分たちの自由な献金で成り立っています。</p> <ul style="list-style-type: none">・アルコール依存症の家族以外の方も自由に参加していただけるオープンミーティングです。お子さま連れの方も参加できます。・匿名で個人の秘密は守られます。
最新情報はHPをご確認ください。 http://frstep12.info	
※電話・メールでの個人的相談には、応じかねます。	

【体験談・メッセージ】

「あの人がアルコールさえ止めれば全ての問題が解決するのに…」「あの人の言動で傷ついたり、恥ずかしい思いをして…」「私の苦しみは誰もわかってくれない」「我慢ばかり」etc …

アルコールを楽しんで飲めない病気があるということを知ることは、私が苦しみから抜け出す第一歩となりました。それは、私のせいではないし、私には治せないということが分かって「じゃあ、私はどうすればいいの？」という新たな苦悩が始まりました。

ミーティングに参加して仲間の中で話し、プログラムを伝えてもらうことで、自分の過去を違った形に置き換えていくことができつつあります。緊張と怒りに溢れた家庭で育った子どもたちに与えたものにも向き合うことで、精一杯生きてきた自分自身の宝物が見つかりました。今は、自分の心が軽くなり温かいものが流れています。大切な人が「私の邪魔でしかない人」と感じていた頃も忘れずに、今日一日の平安に感謝していきたいと思えるようになっていきます。

身近な人の飲酒で「何かがおかしい」と感じているあなたを、ミーティング場でお待ちしています。家族としての回復の歩みを一緒に始めましょう。 アノニマス

〔本人〕 NA（ナルコティクスアノニマス）

NA（ナルコティクスアノニマス）は、薬物によって大きな問題を抱えた仲間同士の非営利的な集まりです。ナルコティクス・アノニマスのグループとは、薬物依存という病気から回復することを目的として、決められた時間に決められた場所で定期的に行われる、2人以上の回復中の薬物依存者からなるミーティングのことを言います。

私たちは、互いに助け合い、クリーン（使わないで生きる）でいるために定期的に仲間と会うことによって回復しているアディクト（薬物依存者）です。NA はあらゆる薬物から完全に解放されるプログラムで、メンバーになるために要求されることは、使うことをやめたいという願望だけです。私たちはあなたに、心を開いて自分のためにチャンスを与えなさいとすすめます。

問合せ先	TEL・FAX：03-3902-8869 (NA 日本リージョン・セントラル・オフィス)
対象者	薬物依存症の本人・家族
対応時間	毎週火曜日 午後7時から午後8時まで 毎週土曜日 午後1時から午後5時まで (FAXは毎日24時間受付けています)
内容	ミーティング
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
	・電話やメールでの相談業務を行っておりません。 薬物の問題でお困りの方は、まずは最寄りのミーティング会場にお越しください。
最新情報はHPをご確認ください。 http://najapan.org/	

【体験談・メッセージ】

ナルコティクス・アノニマスのグループは全て「NAの12ステップと12の伝統」の原理で結ばれています。NAミーティングは薬物依存者のために、薬物依存者によって運営されます。これは個人的で霊的なプログラムであり、それ故にミーティングのテーマは、個人の経験やNAの原理やNAの一般的な情報といったものとなります。

グループの第一の目的は、『今もなお苦しんでいる薬物依存者に回復のメッセージを運ぶこと』です。グループはそれぞれのメンバーに、クスリを使わずによりよく生きる方法を学んでいる他のメンバーの経験を聴き、分かち合える機会を提供します。グループとは本質的に我々のメッセージが運ばれる乗り物なのです。そこは、新しく来たメンバーが回復中の依存者と分かち合うことが出来、回復の雰囲気を見いだせる場となります。

グループ・ブックレット「グループとは」より

〔家族〕 ナラノン ファミリー グループ

ナラノン ファミリー グループは、身近な人の薬物（覚せい剤・シンナー・処方薬・市販薬 etc.）の問題で、自分の生活と生き方に影響を受けている人たちのための世界に広がる自助グループです。「ナラノン 12 のステップ」に基づいて、私達は経験・力・そして希望を分かち合うことにより助け合います。

私達は、もう一人ではないということを伝え、ナラノンの 12 のステップを実践し、そして私たち自身の行動を変えていくことにより、希望のメッセージを伝えていきます。ナラノンは宗教ではなく、スピリチュアルな生き方のプログラムです。

このグループには、入会の手続きや会員名簿などはなく、入会金や会費もありません。純粋に自分たちの自由な献金だけで自立しています。

問合せ先	TEL・FAX：03-5951-3571
対象者	薬物依存症の家族
対応時間	平日 午前 10 時から午後 4 時まで
内容	ミーティング
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要

最新情報はHPをご確認ください。<http://nar-anon.jp/>

【体験談・メッセージ】

どこに相談したらいいのか分からず、孤独の中で私はどうすればいいのか？という思いでナラノンの扉をたたきました。

同じ問題を抱えた仲間の優しさと外部に漏れないという安心感の中で、だれにも話せない苦しい思いがはじけ、とめどもなく涙がこぼれた。

そして希望と立ち上る勇気ももらった。

自分と同じ問題で苦しんでいる人たちがこんなに多くいるのか」と驚くと同時に「苦しんでいるのは自分ひとりではない」と感じた。

言っぱなし、聞きっぱなしのミーティングで「私の答えはどこにあるの？」と物足りなく感じた頃もあった。通い続けているうちに、自分にはなくてはならない居場所になっていた。

【本人】GA（ギャンブラーズアノニマス）

ギャンブルをやめたいと思うあなたを、GAはお待ちしております。

ギャンブラーズ・アノニマスは、経験と力と希望を分かち合って共通の問題を解決し、ほかの人たちもギャンブルの問題から回復するように手助けしたいという共同体です。

ミーティングは、経験と力と希望の分かち合いの場です。ギャンブラーズ・アノニマスのミーティングでは、自分とギャンブルがいつもどのようであったか、何が起こったか、今どのようであるかを大まかに明らかにします。ミーティングの場で、誰かが、何をどのように話そうとも、それはあくまでもその個人の考えであり、感じ方とし、受け入れられ認められます。あなたが自分の感情を分かち合う限り、何を話すかも自由です。

また、われわれは、アノニミティ（無名性）を大切にします。無名であることは、たとえどのような社会的地位にいるなかまでもグループでは、すべてのメンバーが平等な立場であることを意味しています。新しく来たなかまも以前からのなかまも皆平等です。

問合せ先	TEL：090-7364-1937
対象者	ギャンブル依存症の本人・家族
対応時間	随時相談できます
内容	ミーティング、分かち合い
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 要 冊子代 200 円程度 ・詳細はミーティング会場にて説明します。

最新情報はHPをご確認ください <http://www.gajapan.jp/>

【体験談・メッセージ】

「ウソ」と「現実」の見境がつかなかった。何度も何度も繰り返す借金。自分でもおかしいと思っているがギャンブルが止められない。出張で家にいない時間が多くてもギャンブル場に行く時間は作っていた。そんな時妻が調べてくれ、相談機関につながり医療機関も紹介された。

息子から「親父、病気やったら治してこい」それが私にとってまさにその時でした。カウンセリングを受け、気分が楽になった。また、自助グループを教えてもらったことが回復の始まりであり再出発の時でした。GAで自分と同じような仲間がいることを知った。しかし、「これで回復するのか？」と思ったのも事実。しかし、不思議なことが起こった。心が落ち着いてきた。回復の兆しかもしれないと思えた。

もうあの負のスパイラル（借金、ウソの生活）には戻りたくない。ミーティングによる仲間との分かち合いに参加し続け、回復の道を歩き続けたいと思います。

〔家族・友人〕 GAM-ANON（ギャマノン）

ギャンブルの問題の影響を受けた家族・友人のための自助グループが、GAM-ANON
ギャマノンなのです

悩みや苦しみを分かち合い、勇気と元気をもらうために各地でミーティングが行われています。

問合せ先	TEL・FAX：03-6659-4879 電話対応は、毎週月・木 午前10時から午前12時まで 年末年始除・祝日対応
対象者	ギャンブル依存症の家族、友人
対応時間	各グループによりミーティング時間が異なります。
内容	グループミーティングでの話し合い
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 不要
最新情報はHPをご確認ください。 http://gam-anon.jp	


【体験談・メッセージ】

住所・氏名あなたのプライバシーを話す必要はありません
ギャマノンメンバーの話に耳を傾けて聞いてみてください
誰にも聞いてもらえない、話せないと思っていたことを、話してみてください
あなたを悩ます借金問題も解決できる道があります
話したくないときには話さなくていいのです
一人で悩まないで話してみてもいいです 悩み苦しみは皆同じです
私たちと一緒に回復への道を歩みませんか

Ⅲ. 回復施設

〔本人・家族〕大阪ダルク

覚せい剤、処方薬、市販薬などの薬物に依存しない新しい人生をスタートさせるための回復施設です。自宅からの通所、もしくは入所して共同生活を営みながらの利用が可能です。プログラムの核となるのが、一日 2 回大阪ダルク内で行われるグループミーティングです。依存症からの回復プログラムとしては古典的なものでじんわりと奇跡のように効いてきます。ミーティングの手法及び内容は、NA という自助グループのミーティングの中身にほぼ準じています。刑務所、保護観察所、医療機関等で行われるグループのやり方とは全く別のものです。

所在地	大阪市東淀川区下新庄 4-21 生島リバーサイド A-103 号
問合せ先	TEL : 06-6323-8910 (大阪ダルク) 薬物依存当事者一随時 06-6320-1463 (Freedom) 家族来所面接相談予約受付一随時 06-6320-1196 「薬物依存電話相談」毎土曜 午後3時から午後7時まで FAX : 06-6323-8910 Eメール : osakadarc@gmail.com
対象者	薬物依存症の本人・家族
対応時間	日曜を除く 午前 10 時 30 分から午後 5 時まで
内容	回復の 1 2 ステップに基づくグループミーティング、生活サポート他
利用方法	<予約> 電話予約して初回面接の日時を決めます。 <費用> 通所月 1,000 円 (コーヒー等消耗品費) 入所月 155,000 円 (宿泊、食費、生活費など) 生活保護での利用も可
最新情報はHPをご確認ください。 http://oska-darc.sunlar333-pinoko.com (大阪ダルク) https://www.freedom-osaka.jp (Freedom)	
 大阪ダルク	
 Freedom	

【体験談・メッセージ】

3 回目の刑務所受刑中に大阪ダルクのことを知りました。

今までは出所するとすぐに地元に戻って、受刑中に迷惑をかけた家族のためにも、仕事を一生懸命したりしましたが、ストレスが溜まって来るとすぐにクスリに手を出してしまいました。

今日覚せい剤が体に入ってなければそれは「クスリをやめてる」という感じでした。でもやめ続けるためには、今までと違うやり方が必要だとダルクに来て気づきました。それと自分は心の奥深くでは自分を責め続けていましたが、ダルクで同じ回復の道を行ってある仲間と一緒にいると罪悪感から少しずつ解放されていったのでした。

最近の私はよく笑います。

心のつかえが少し取れてきたのでしょね。(ヒロミ)

〔本人・家族〕大阪マック

大阪マックは1981年、日本で3番目に開設された、アルコール・薬物・ギャンブル等依存症者のためのリカバリーセンターです。マックのスタッフは殆んどがこのプログラムにより助けられ回復してきたスタッフです。ですから皆、この回復のプログラムを信じ、皆さんに依存症からの回復をお伝えできる、と確信しております。“どんな依存症者でも必ず回復出来る”を合言葉に今日も頑張っております。一緒にやってみませんか？回復へのプログラムを…。

所在地	大阪市浪速区日本橋東 1-3-5
問合せ先	TEL：06-6648-1717・1718 FAX：06-6648-1300 メール： osaka-mac@sirius.ocn.ne.jp
対象者	アルコール依存症の本人・家族 薬物依存症の本人・家族 ギャンブル依存症の本人・家族 その他依存症（摂食障害・クレプト、他）の本人・家族
対応時間	午前9時から午後5時まで（日曜日 午前11時30分から午後5時まで）
内容	相談/集団支援/ミーティング/その他
利用方法	<予約> <input type="checkbox"/>
	<費用> グループホーム <input type="checkbox"/> （月額 約120,000円） 地域活動支援センター・生活訓練大阪マック <input type="checkbox"/>
	・生活訓練、グループホーム利用者は障がい福祉サービス受給者証が必要です。
最新情報はHPをご確認ください。 http://osakamac.com	

【体験談・メッセージ】

マックは、毎日グループセラピー（仲間と一緒にミーティング）を行っている依存症から回復したいという仲間の集まるセンターです。マックの目的は、依存を止めたい仲間の手助けをする事です。どんなに酷い依存症者でも自分に正直にマックプログラムを実践すれば、必ず回復できるという“希望”のメッセージです。12ステップにより回復している多くの仲間がそれを証明しています。マックにおいて要求される事は、依存を使用しない人生をこれから生きていきたいという願いだけです。マックプログラムは、依存症者が依存しないで生きるための道案内です。

一緒にやってみませんか？“自由”という希望に繋がるこの回復のプログラムを…。

〔本人・家族〕いちごの会「リカバリハウスいちご」

リカバリハウスいちごは、大阪のアルコール依存症地域ネットワークづくりの中から1999年に生まれた「新たな生き方を支援する」回復施設です。必要な治療継続支援・自助グループ定着支援・生活リズムをつくるプログラムを提供し、回復生活の基礎をつくります。一人ひとりのニーズに着目して、多種多様な仕事の機会を提供し経験してもらい、自分を知り、人の中で共に生きていく生活を過ごしていきます。困ってきたご本人や家族の方を中心に、必要な機関と自助グループと協働しながら、回復へのガイド役を努めます。

所在地	大阪市東住吉区住道矢田 3-4-3
問合せ先	TEL : 相談支援については 06-6769-1517「サポートセンターいちご」へ 日中活動及び就労相談は 06-6769-1517 もしくは 06-6694-4701 へ グループホームの相談は 06-6769-1517 もしくは 06-6694-4701 へ
対象者	アルコール依存症の本人・家族 薬物依存症の本人・家族 ギャンブル依存症の本人・家族 その他依存症の本人・家族
対応時間	各事業所により若干異なります。午前9時30分から午後5時まで
内容	相談・日中活動（女性スペース有）・就労活動・グループホーム・研修・啓発
利用方法	<予約> 電話相談から始まり、見学、初回面接の予約を行います。 <費用> 障害者総合支援法に基づく/食材費やレクリエーション等は実費 家族ミーティングを第1・第3土曜日に開催（午後2時から午後3時30分まで）・カウンセリングルーム/精神保健福祉相談室有り（一部有料）・自助グループ会場提供有り
最新情報はHPをご確認ください。 http://ichigonokai.jp/ 大阪地域と尼崎地域で開設しています。リカバリハウスいちご尼崎（06-7173-6642）	

【体験談・メッセージ】

「お酒やギャンブル・薬物の問題がある」「どこに相談に行けばいいのか分からない」「やめたい」「入退院をくりかえしている」「依存症の初期治療は終えてこれからどうしていけばいいのか分からない」「することがない」「働きたい」「生き方を変えていきたい」「孤独だ」このような悩みを抱えている方・ご家族のためにリカバリハウスいちごがあります。

～ある体験者より～

主治医のすすめで通所するようになりました。最初の頃はお酒をやめる気持ちもなかったけれども、今はどんな病気であるのかということも分かり、止める日々を送ることができています。将来子どもと一緒に暮らす目標もっています。できなかった仕事も少しずつできるようになってきて嬉しい。これまでにはいなかった仲間もできてきて、規則正しい生活もできてきて、投げやりだった自分が、人の中で過ごしていろいろな経験をしていろいろ学んできていると思います。これからもっと自信をつけていきたいです。

〔本人・家族〕フェニックス会

ひとりぼっちになっていませんか？ひとりで食べるご飯はおいしいですか？ 昼間の時間をどう過ごしていますか？ お酒をやめ続けようとする人たちが、孤独におちいらぬように仲間作りの場として通ってきています。

- お昼ご飯をみんなで毎日楽しく食べています。
- かんたんな軽作業。出席日数と時間に応じて工賃を支給。
- 月1回の酒害ミーティング。希望者には院内例会・各昼例会にも送迎します。

所在地	堺市中区東山 721-4
問合せ先	TEL : 072-238-6722
	FAX : 072-238-6722
	Eメール : phoenix238@hop.ocn.ne.jp
対象者	アルコール依存症の本人・家族、薬物依存症の本人・家族、ギャンブル依存症の本人・家族、その他依存症（精神障がい全般）の本人・家族
対応時間	午前9時から午後4時まで（年中無休）
内容	就労継続支援B型 各事業所ミーティング開催 自助グループ・院内例会参加、等
利用方法	<予約>見学、体験利用、通所日数など、お気軽にご相談ください。
	<費用>障害者総合支援法に準じます。
	堺市・高石市・和泉市・岸和田市・泉大津市・貝塚市に7事業所展開しています。通所事業所、送迎などお気軽にご相談ください。

【体験談・メッセージ】

現在通所中 Tさんの体験談

3年前にアルコール依存症と診断され、一度は職場復帰しましたが、3回の入退院を繰り返すも酒は止められませんでした。職も家庭も失った自分がいましたが、一人になると、寂しさからより酒量は増し、連続飲酒が続き警察の厄介になることも、度々ありました

そんな自分を変えるために、まずは乱れきった生活リズムを整えるため、フェニックス会に毎日通い、止める気のなかった酒ですが、飲まない仲間と過ごすうちに酒の怖さや依存症という病気について理解するようになり、酒を止めることができるようになりました。

アルコール依存症という病気をなんとか出来るのは、仲間と共に生活環境を整え、断酒する気になった本人だけだと私は思います。フェニックス会の酒を飲まない仲間と環境のおかげで今も断酒継続できています。これからの目標は社会復帰です。

IV. 支援プログラム

〔家族〕大阪ファミリープログラム

薬物依存症者（覚せい剤、大麻、シンナー、処方薬、危険ドラッグ、など）の回復を支援することを願う、ご家族や友人や、関係専門職が集まり、薬物依存症や、その病気になった人への理解を深めるためにテキストを用いて学習し、その対処についてともに語り、聞き、学びあいます。学習とご家族との交流のためにぜひご参加ください。

所在地	大阪市立東淀川区民会館 4階 会議室
対象者	薬物依存症の本人・家族・関係専門職
対応時間	毎月第1火曜日 午前10時から午後0時まで
内容	テキストを用いた学習、交流等
利用方法	<予約>不要
	<費用>500円/回
	最新情報はHPをご確認ください。 http://family9.web.fc2.com/

【体験談・メッセージ】

息子が再びシンナーで逮捕され、ようやく、私たちは薬物家族を支援している大阪ファミリープログラムにつながりました。そして妻は自助グループナラノンにつながりました。薬物依存が病気であること、薬物をやめさせようとコントロールすることはできない、無力であること、本人の立ち直りたいという回復力を信じ、大人としての本人への対応や理解を深め、暖かい家族関係を築き、家族の絆を強めることの大切さを学びました。実践していく場面では難しいことが多いですが、一歩ずつでも進めていく過程でそれは、また、私達自身が自分らしさを取り戻し回復し本当の家族になっていくことに繋がっていると感じています。

1年2か月で出所してからはシンナーもやめ、仕事も頑張り、私との関係も少しずつきて、話せることも増えました。

5年ほど前には彼女ができ、さらに生活を頑張ろうという気持ちが高まったようです。出所後、まもなく10年。仕事も頑張り、息子は本当に良い父親をしています。

K. O

〔家族〕DASY（デイジー）

DASYは「あなたのための薬物問題対策講座（Drug Addiction Seminar for YOU）」の頭文字です。デイジーと読みます。1993年にソーシャルワーク専門家が社会貢献活動として開始しました。薬物問題に関する〈正確な知識〉〈安心して話ができる場〉の提供を通じて、身近な人の薬物問題に心を痛めるご家族やご友人等をサポートしています。

【ベーシック：ご家族、ご友人はどなたでも】、【ベターハーフ：パートナーのみ可】、【パパクローズド：お父さんのみ可（Freedomと共催）】をそれぞれ月1回開催しています。

所在地	大阪市内
問合せ先	Eメール：ホームページのコンタクトフォームをお使いください。
対象者	薬物依存症の家族 (アルコール、その他の依存症の家族も可)
対応時間	各回のプログラムにより異なります。
内容	プログラムは、いずれも90分で、①依存症の理解と対応に必要な基礎知識に関する講義 ②参加者による体験の分かち合いを行っています。 *お名前やご住所等を伏せてご参加いただくことができます。
利用方法	<予約> 不要
	<費用> 無料
・英語での相談にも対応しています。(この場合は、HPから事前予約が必要)	
最新情報はTwitterをご確認ください。	
Twitter	https://twitter.com/dasy_japan
DASY ホームページ	http://dasy.p2.weblife.me
DASY facebook	https://www.facebook.com/5dasy/

【体験談・メッセージ】

DASY参加者からのメッセージ

8年前は毎日泣いていましたが、DASYや自助グループなど、同じ悩みをもつ仲間の方々と知り合って、自分の状況を話し、また聞かせていただくことを続ける中で、少しずつ気持ちが整理でき、楽に毎日を過ごせるようになりました。本人への親としての責任感からも解放されました。息子は息子の人生を、私は私の人生をと考えられるようになったのは、大きな私の成長と思っています。

先は長いので、あまり先回りせず、「今日を幸せに無事にすごせたら良し！」と考えて、日々を重ねています。周りに感謝の気持ちを忘れずに、平安な日々が送れることがありがたいです。(女性・50代)

V. 相談機関

精神保健福祉センター

■大阪府こころの健康総合センター

所在地	大阪市住吉区万代東3丁目1-46
問合せ先	【依存症専門相談】TEL：06-6691-2818
対象者	アルコール・薬物・ギャンブル等依存症の本人、家族 ※大阪府内（大阪市、堺市を除く）にお住まいの方が対象
対応時間	平日 午前9時から午後5時45分まで（年末年始、祝日を除く）
内容	・依存症の本人、家族からの相談対応 ・「薬物依存症者家族サポートプログラム」の実施 ・「ギャンブル等依存症者家族サポートプログラム」の実施
利用方法	<予約> 要 ※家族サポートプログラムは相談いただいた方に必要に応じて御案内させていただきます。 <費用> 無料

■大阪市こころの健康センター

所在地	大阪市都島区中野町5丁目15-21
問合せ先	【依存症相談】TEL：06-6922-8520 ※各区保健福祉センターでも、依存症相談をお受けしております（P25参照）
対象者	アルコール・薬物・ギャンブル等依存症の本人、家族 ※大阪市にお住まいの方が対象
対応時間	平日 午前9時から午後5時30分まで（年末年始、祝日を除く）
内容	・依存症の本人、家族からの電話等による相談（予約不要） ・医師による依存症専門相談（要予約） ・依存症の家族支援として家族教室の実施（要予約）
利用方法	<予約> 事業により予約が必要な場合があります。 詳細につきましては、お問い合わせください。 <費用> 無料

■堺市こころの健康センター

所在地	堺市堺区旭ヶ丘中町 4 丁 3-1 健康福祉プラザ 3 階
問合せ先	TEL : 072-245-9192 FAX : 072-241-0005
対象者	薬物依存症、ギャンブル等依存症の本人、家族 ※堺市内にお住まいの方が対象
対応時間	平日 午前 9 時から午後 5 時 30 分まで（年末年始、祝日を除く）
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・専門相談として、ひきこもり・薬物依存・自死・性暴力被害に関する相談に応じています。 ・個別の相談には精神保健福祉士や心理士、保健師などが担当します。 ※相談は予約制で行っています。予約せずに直接来所の場合、対応しかねる場合があります。
利用方法	<予約> 要
	<費用> 無料
	こころの健康センター代表電話に相談したい旨をお伝えください。

大阪府保健所・中核市保健所

こころの健康に関することその他、HIVについての相談も受け付けています。

アルコール依存症・薬物依存症・ギャンブル等依存症などについての相談を受けています。

■大阪府保健所

名称	郵便番号	所在地	電話番号	所管市町村
池田保健所	563-0041	池田市満寿美町 3-19	072-751-2990	池田市、箕面市、能勢町、豊能町
吹田保健所	564-0072	吹田市出口町 19-3	06-6339-2225	吹田市
茨木保健所	567-8585	茨木市大住町 8-11	072-624-4668	茨木市、摂津市、島本町
寝屋川保健所	572-0838	寝屋川市八坂町 28-3	072-829-7773	寝屋川市
守口保健所	570-0083	守口市京阪本通 2-5-5	06-6993-3133	守口市、門真市
四條畷保健所	575-0034	四條畷市江瀬美町 1-16	072-878-1021	大東市、四條畷市、交野市
藤井寺保健所	583-0024	藤井寺市藤井寺 1-8-36	072-955-4181	松原市、羽曳野市、藤井寺市、柏原市(※)
富田林保健所	584-0031	富田林市寿町 3-1-35	0721-23-2684	富田林市、河内長野市、大阪狭山市、太子町、河南町、千早赤阪村
和泉保健所	594-0071	和泉市府中町 6-12-3	0725-41-1342	和泉市、泉大津市、高石市、忠岡町
岸和田保健所	596-0076	岸和田市野田町 3-13-1	072-422-5681	岸和田市、貝塚市
泉佐野保健所	598-0001	泉佐野市上瓦屋 583-1	072-462-4600	泉佐野市、泉南市、阪南市、熊取町、田尻町、岬町

(※) 柏原市は平成 30 年 4 月から藤井寺保健所の所管となります。

■中核市保健所

東大阪市

名称	郵便番号	所在地	電話番号
東大阪市保健所	578-0941	東大阪市岩田町 4-3-22-300	072-960-3802
東保健センター	579-8054	東大阪市南四条 1-1	072-982-2603
中保健センター	578-0941	東大阪市岩田町 4-3-22	072-965-6411
西保健センター	577-0054	東大阪市高井田元町 2-8-27	06-6788-0085

高槻市

名称	郵便番号	所在地	電話番号
高槻市保健所	569-0052	高槻市城東町 5-7	072-661-9332

豊中市

名称	郵便番号	所在地	電話番号
豊中市保健所	561-0881	豊中市中桜塚 4-11-1	06-6152-7315

枚方市

名称	郵便番号	所在地	電話番号
枚方市保健所	573-0027	枚方市大垣内町 2-2-2	072-807-7625

八尾市(※)

名称	郵便番号	所在地	電話番号
八尾市保健所	581-0006	八尾市清水町 1-2-5	072-994-0661

(※) 八尾市保健所は平成 30 年 4 月に設置されます。



大阪市の保健福祉センター

精神保健相談全般についての相談を受けています。12カ所の保健福祉センターで「酒害教室」を毎月開催しています。飲酒問題で悩んでいたり、困っているご本人やご家族の方などを対象に、正しい知識や理解を深めてもらうための教室です。

開催しているいずれの区の保健福祉センターに参加いただいてもかまいませんが、開催日時に関しては開催区にお問い合わせください。(H30年4月時点)

<開設時間：平日 午前9時から午後5時30分まで>

名称	郵便番号	所在地	電話番号	酒害教室
北区保健福祉センター	530-8401	北区扇町 2-1-27	06-6313-9968	○
都島区保健福祉センター	534-0027	都島区中野町 5-15-21	06-6882-9968	
福島区保健福祉センター	553-8501	福島区大開 1-8-1	06-6464-9968	
此花区保健福祉センター	554-8501	此花区春日出北 1-8-4	06-6466-9968	
中央区保健福祉センター	541-8518	中央区久太郎町 1-2-27	06-6267-9968	
西区保健福祉センター	550-8501	西区新町 4-5-14	06-6532-9968	○
港区保健福祉センター	552-8510	港区市岡 1-15-25	06-6576-9968	○
大正区保健福祉センター	551-8501	大正区千島 2-7-95	06-4394-9968	○
天王寺区保健福祉センター	543-8501	天王寺区真法院町 20-33	06-6774-9968	
浪速区保健福祉センター	556-8501	浪速区敷津東 1-4-20	06-6647-9968	
西淀川区保健福祉センター	555-8501	西淀川区御幣島 1-2-10	06-6478-9968	○
淀川区保健福祉センター	532-8501	淀川区十三東 2-3-3	06-6308-9968	
東淀川区保健福祉センター	533-8501	東淀川区豊新 2-1-4	06-4809-9968	○
東成区保健福祉センター	537-8501	東成区大今里西 2-8-4	06-6977-9968	
生野区保健福祉センター	544-8501	生野区勝山南 3-1-19	06-6715-9968	○
旭区保健福祉センター	535-8501	旭区大宮 1-1-17	06-6957-9968	
城東区保健福祉センター	536-8510	城東区中央 3-5-45	06-6930-9968	
鶴見区保健福祉センター	538-8510	鶴見区横堤 5-4-19	06-6915-9968	○
阿倍野区保健福祉センター	545-8501	阿倍野区文の里 1-1-40	06-6622-9968	○
住之江区保健福祉センター	559-8601	住之江区御崎 3-1-17	06-6682-9968	
住吉区保健福祉センター	558-8501	住吉区南住吉 3-15-55	06-6694-9968	
東住吉区保健福祉センター	546-8501	東住吉区東田辺 1-13-4	06-4399-9968	○
平野区保健福祉センター	547-8580	平野区背戸口 3-8-19	06-4302-9968	○
西成区保健福祉センター	557-8501	西成区岸里 1-5-20	06-6659-9968	○

堺市の保健センター

精神保健相談全般についてのご相談をお受けしています。HIVに関する相談は、堺市保健所感染症対策課でも相談を受けています。

<開設時間：平日 午前9時から午後5時30分まで>

名称	郵便番号	所在地	電話番号
堺保健センター	590-0953	堺市堺区甲斐町東 3 丁 2-6 保健医療センター内	072-238-0123
ちぬが丘保健センター	590-0822	堺市堺区協和町 3 丁 128-4	072-241-6484
中保健センター	599-8236	堺市中区深井沢町 2470-7 中区役所内	072-270-8100
東保健センター	599-8112	堺市東区日置荘原寺町 195-1 東区役所内	072-287-8120
西保健センター	593-8325	堺市西区鳳南町 4 丁 444-1 鳳保健文化センター内	072-271-2012
南保健センター	590-0141	堺市南区桃山台 1 丁 1-1 南区役所内	072-293-1222
北保健センター	591-8021	堺市北区新金岡町 5 丁 1-4 北区役所内	072-258-6600
美原保健センター	587-0002	堺市美原区黒山 782-11	072-362-8681

VI. 医療機関

圏域	名称	電話番号	対象疾患
<三島>	新阿武山病院	072-693-1881	アルコール
	新阿武山クリニック	072-682-8801	アルコール・ギャンブル
<北河内>	精神医療センター	072-847-3261	アルコール・薬物・ギャンブル
	ねや川サナトリウム	072-822-3561	薬物・ギャンブル
	ながお心療内科	072-810-2562	薬物・ギャンブル
<中河内>	ひがし布施クリニック	06-6729-1000	アルコール・薬物
<南河内>	丹比荘病院	072-955-4468	アルコール
	結のぞみ病院	0721-34-1101	アルコール・薬物・ギャンブル
	成研会クリニック	0721-52-1333	アルコール・薬物・ギャンブル
<泉州>	新生会病院	0725-53-1222	アルコール
	浜寺病院	072-261-2664	アルコール
	阪和いずみ病院	0725-53-1555	アルコール
	七山病院	072-452-1231	アルコール・薬物
	久米田病院	072-445-3545	薬物
	川田クリニック	072-437-2711	アルコール
<大阪市>	藤井クリニック	06-6352-5100	アルコール・薬物・ギャンブル
	小谷クリニック	06-6556-9960	アルコール
	悲田院クリニック	06-6773-2971	アルコール
	にじクリニック	06-6301-0344	アルコール
<堺市>	金岡中央病院	072-252-9000	アルコール

(※) このリストは、平成 30 年 4 月から、都道府県拠点や地域連携拠点になる予定の医療機関です。都道府県拠点、地域連携拠点とは、医療法に基づき、都道府県が作成する医療計画において、依存症など多様な精神疾患等に対応できる医療連携体制の構築に向けて定めるものです。大阪府では、専門プログラム（疾病教育・ミーティング・認知行動療法等）を実施する等の条件を満たす医療機関を依存症の拠点としています。

Ⅶ. その他の相談機関

非行・問題行動／児童虐待／DV／女性の悩み／男性の悩み／性被害・セクハラ・犯罪被害／人権・法律／借金・債務整理／その他

名称	電話番号	備考	
● 非行・問題行動			
少年事件法律相談（大阪弁護士会）	06-6364-1248	総合法律相談センター予約電話 月～金 9:00～20:00／土 10:00～15:30	
少年サポートセンター	グリーンライン（少年相談）	06-6944-7867	月～金 9:00～17:45 面接相談は要予約 〒543-0061 大阪市天王寺区伶人町 2-7 大阪府夕陽丘庁舎 3F
	青少年クリニック	06-6773-4970	
	中央	06-6772-4000	都島、中央（旧東区）、旭、天王寺、東成、阿倍野、城東、生野、東住吉、鶴見、平野の各区
	梅田	06-6362-2225	北、福島、此花、西淀川、東淀川、淀川の各区
	難波	06-6211-3400	西、港、大正、中央（旧南区）、浪速、住吉、西成、住之江の各区
	豊中	06-6866-3000	豊中、池田、箕面の各市と豊能郡
	茨木	072-625-6677	吹田、高槻、茨木、摂津の各市と三島郡
	枚方	072-843-2000	守口、枚方、大東、寝屋川、門真、交野、四條畷の各市
	八尾	072-992-3256	東大阪、八尾、柏原の各市
	富田林	0721-25-4922	富田林、河内長野、松原、羽曳野、藤井寺、大阪狭山の各市と南河内郡
堺	072-274-2355	堺、泉大津、和泉、高石の各市と泉北郡	
岸和田	072-423-2486	岸和田、貝塚、泉佐野、阪南、泉南の各市と泉南郡	
● 児童虐待			
大阪府子ども家庭センター [虐待通告電話] 9:00～17:45 土・日・祝除く	池田子ども家庭センター	072-751-1800	豊能地域
	吹田子ども家庭センター	06-6389-2099	三島地域
	中央子ども家庭センター	072-828-0190	北河内地域
	東大阪子ども家庭センター	06-6721-5336	中河内地域
	富田林子ども家庭センター	0721-25-2263	南河内地域
	岸和田子ども家庭センター	072-441-0125	泉州地域
	夜間・休日専用	072-295-8737	月～金の17:45～翌9:00 および土・日・祝・年末年始
児童虐待ホットライン（大阪市）	0120-01-7285	24時間・365日対応	
堺市子ども虐待ダイヤル	072-241-0066	24時間・365日対応	
子どもの虐待ホットライン（児童虐待防止協会） HP	06-6762-0088	月～金 11:00～17:00（祝日・年末年始除く）	
児童相談所全国共通ダイヤル	189	24時間・365日対応	
● DV（ドメスティック・バイオレンス） ※最寄りの警察署及び市町村福祉事務所でも相談に応じています			
大阪府女性相談センター	06-6949-6022 06-6946-7890	9:00～20:00（祝日・年末年始除く） 年中24時間対応	
配偶者暴力相談支援センター （DV相談専用電話）	中央子ども家庭センター	072-828-0277	月～金 9:00～17:45（祝日・年末年始を除く）
	池田子ども家庭センター	072-751-3012	
	吹田子ども家庭センター	06-6380-0049	
	東大阪子ども家庭センター	06-6721-2077	
	富田林子ども家庭センター	0721-25-2065	
岸和田子ども家庭センター	072-441-7794		
大阪市配偶者暴力相談支援センター	06-4305-0100	月～金 9:30～17:00（祝日・年末年始除く）	
堺市配偶者暴力相談支援センター	072-228-3943	月～金 9:00～17:30（祝日・年末年始除く）	
大阪弁護士会「女性に対する暴力電話相談」	06-6364-6251	第2木 11:30～13:30（相談無料）（祝日・年末年始除く）	
● 女性の悩み			
大阪府女性相談センター	06-6949-6022 06-6946-7890	9:00～20:00（祝日・年末年始除く）	

名 称	電話番号	備 考
大阪府立男女共同参画・青少年センター (ドーンセンター) HP	06-6937-7800	火～金 17:00～21:00/土・日 10:00～16:00 (月・祝・年末年始休)
フェミニストカウンセリング堺 HP	072-224-0663	電話受付: 9:00～18:00 (第3日曜・祝日除く) 個人カウンセリング: 10:00～20:00 (有料・予約制)
ウイメンズセンター大阪 電話相談 (女からだ110番) HP	06-6632-7011 06-6632-7012	月～土 10:00～17:00 第1・2・4木 13:00～20:00 (第3・5木・祝日除く) 第3土 10:00～13:00 有料カウンセリングあり
家庭養護促進協会 思春期妊娠危機センター (APCC) HP	06-6761-1115	月～金 10:00～17:00 〒543-0021 大阪市天王寺区東高津町12-10 大阪市立社会福祉センター内
● 男性の悩み		
男性のための電話相談 HP	06-6910-6596	第2・3土 17:00～21:00 その他の週 水 16:00～20:00
● 性被害・セクハラ・犯罪被害		
大阪府警察本部・性犯罪被害相談 (ウーマンライン) HP	06-6941-0110	月～金 9:00～20:00 女性警察官が対応
職場におけるセクシュアル・ハラスメント相談 大阪府総合労働事務所 南大阪センター	06-6946-2601 072-273-6321	要予約 月～金 9:00～17:45/第1・2・3・5木曜 9:00～20:00 月～金 9:00～17:45/第4木曜 9:00～20:00
学校におけるセクシュアル・ハラスメント相談 「すこやか教育相談」 子どもからの相談 保護者からの相談	06-6607-7361 06-6607-7362	大阪府教育センター 9:30～17:30 (土・日・祝・年末年始除く) 相談者と同性の相談員が対応
ストーカー110番 (大阪府警察本部)	06-6937-2110	24時間 ストーカー被害相談
列車内ちかかん被害相談 (大阪府警察本部)	06-6885-1234	24時間 女性警察官による対応
大阪地方検察庁 (被害者ホットライン) HP	06-4796-2250	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く) 犯罪被害者の相談に対応
女性の安全と医療支援ネット SACHICO HP (性暴力救援センター・大阪)	072-330-0799	24時間・365日ホットライン対応 産婦人科医師による診察と検査・薬の処方可
● 人権・法律		
NPO大阪精神医療人権センター HP	06-6313-0056	水 14:00～17:00 〒530-0047 大阪市北区西天満 5-9-5 谷山ビル 9F
障がい者110番 (権利擁護ネット) HP	06-6774-0110	9:00～17:00 (土・日・祝除く) (社福) 大阪障害者自立支援協会
大阪法務局人権擁護部 一般的な人権相談 HP みんなの人権110番 (ナビダイヤル) 子どもの人権110番 女性の人権ホットライン (ナビダイヤル)	06-6942-9496 0570-003-110 0120-007-110 0570-070-810	〒540-8544 大阪市中央区谷町 2-1-17 大阪第2法務合同庁舎 ※インターネット人権相談あり (HP参照) いずれも平日 8:30～17:15
大阪府人権協会 電話相談 HP	06-6581-8634	平日 9:30～17:30 (年末年始・祝日除く) 面接相談あり (予約制) 〒552-0001 大阪市港区波除 4-1-37 HRCビル 8F
大阪弁護士会 高齢者・障害者総合支援センター「ひまわり」 HP	06-6364-1251 FAX 06-6364-1252	案内: 月～金 10:00～12:00/13:00～16:00 電話相談: 火・水・金 13:00～16:00 (祝休) 来館相談: 火・水・金 13:00～16:00 (予約制) ※聴覚障害等により電話が困難な人はFAXで受付可 基本的には有料、法律扶助制度 (弁護士費用の立替) あり。 法律相談 (出張・来館相談)、成年後見・任意後見・財産管理、精神保健 (退院請求・処遇改善)、高齢者・障害者に対する虐待、障害者の刑事弁護、その他

名 称	電話番号	備 考
大阪弁護士会 法律相談センター [HP]		原則有料（障害者手帳所持者は無料）要予約 予約電話受付時間：
大阪弁護士会（総合法律相談センター）	06-6364-1248	月～金 9:00～20:00 土 10:00～15:30
谷町法律相談センター	06-6944-7550	月～金 10:00～16:45
なんば法律相談センター	06-6645-1273	月～金 9:00～12:00/13:00～20:00
堺法律相談センター	072-223-2903	月～金 9:00～12:00/13:00～17:00
南河内法律相談所	06-6364-1248	月～金 9:00～20:00 土 10:00～15:30
岸和田法律相談センター	072-433-9391	月～金 9:00～12:00/13:00～17:00
大阪弁護士会・子どもの人権110番	06-6364-6251	水 15:00～17:00/第2木 18:00～20:00（相談無料）
大阪弁護士会・犯罪被害者支援センター （犯罪被害者弁護ライン）	06-6364-6251	火 15:00～18:00（祝日・年末年始を除く） 無料の電話相談や面接相談（初回無料）
大阪被害者支援アドボカシーセンター [HP]	06-6774-6365	月～金 10:00～16:00（祝・年末年始休） 電話相談・直接的支援問い合わせ 犯罪、事故、災害等の被害者
「法テラス」サポートダイヤル [HP]		日本司法支援センター
法的トラブルで困ったとき	0570-078374	平日 9:00～21:00/土 9:00～17:00（祝・年末年始休）
犯罪被害者支援ダイヤル	0570-079714	平日 9:00～21:00/土 9:00～17:00（祝・年末年始休）
● 借金・債務整理		
近畿財務局（多重債務相談窓口）	06-6949-6523	月～金（祝日除く） 9:00～17:00
大阪弁護士会（総合法律相談センター）	06-6364-1248	月～金 9:00～20:00 土 10:00～15:30
大阪司法書士会（総合相談センター）	06-6943-6099	月～金（祝日除く） 10:00～16:00
法テラス（日本司法支援センター）		
	（大阪） 050-3383-5425	月～金 9:00～17:00（祝日除く）
	（堺） 050-3383-5430	月～金 9:00～17:00（祝日除く）
公益財団法人 日本クレジットカウンセリング協会大阪センター	0570-031640	月～金（祝日、年末年始除く） 10:00～12:40 14:00～16:40
各市町村（多重債務相談窓口）		各市町村の代表番号で相談窓口を確認してください。
大阪いちょうの会	06-6361-0546	相談受付電話：月～金 13:00～17:00（祝日除く）
● その他		
おおさか精神科救急ダイヤル	0570-01-5000	平日 17:00～翌朝 9:00（土日祝・年末年始 9:00～翌朝 9:00）かかりつけの医療機関が診療を行っていない夜間・休日において、精神疾患を有する方やその御家族などから、こころの病気の緊急時に電話をすれば、必要に応じて精神科救急医療機関の利用について案内
こころの健康相談統一ダイヤル [HP]	0570-064-556	地域によって受付時間が異なります。
大阪府こころの電話相談	06-6607-8814	月～金 9:30～17:00
大阪市こころの悩み相談	06-6923-0936	月～金 10:00～15:00
堺市こころの電話相談	072-243-5500	月～金 9:00～12:30 13:30～17:00
関西いのちの電話 [HP]	06-6309-1121	24時間 365日
大阪自殺防止センター [HP]	06-6260-4343	金 13:00～日 22:00 まで（57時間）
こころの救急箱 [HP]	06-6942-9090	月 20:00～火 3:00 まで（7時間）
自殺予防いのちの電話	0120-783-556	フリーダイヤル 毎月10日のみ 8:00～翌 8:00 まで（24時間）
妊産婦こころの相談センター [HP]	0725-57-5225	月～金 10:00～16:00
にんしんSOS [HP]	0725-51-7778	月～金 10:00～16:00



MEMO



大阪府こころの健康総合センター 平成 30 年 3 月

〒558-0056 大阪市住吉区万代東 3 丁目 1-46 TEL : 06(6691)2811 FAX : 06(6691)2814

ホームページ <http://kokoro-osaka.jp/>

この冊子は 800 部作成し、1 部あたり 124.2 円です。