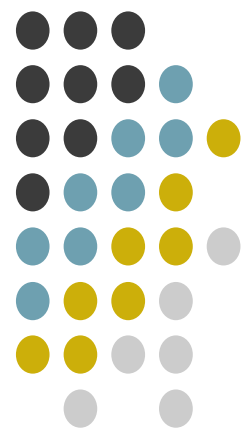




フェローシップ・ニュース 135



『遊びの大切さ』 「依存症」の支援を通して見えてきたこと

認定NPO法人ワンデーポート 施設長 中村努

特定非営利活動法人
アジア太平洋地域
アディクション研究所

発行日
2026年3月1日

●はじめに

ギャンブルの問題を持つ人に関わって四半世紀が経過しました。2000年にワンデーポートを立ち上げた当初は自分自身の体験と12ステップを指針にしていたのですが、多様な問題を持つ人に出会い、2005年頃から発達障害や個別性に活路を見出した時期もありました。さらにこの10数年は、暮らしの安定に重点を置くことが大事だと考えてきました。そして、ここ1年は遊びとの関係について思案を巡らしているところです。

昨年、ワンデーポートで主催したセミナーで遊びと依存問題の関係について話をしました。参加していた志立さん（アパリ事務局長）から「面白い視点なので是非アパリのフェローシップ・ニュースで伝えたい」と依頼されたので、今回書き綴ってみたいと思います。

●ホイジンガと遊び

子どもの心身発達には遊びが不可欠だと知られています。幼児から義務教育では勉強やスポーツに遊びの要素を入れるなど様々な試みがなされています。しかし、大人になると遊びは仕事の合間の余暇活動に格下げされ、あまり重要視されません。私が過去に出会ってきた人を見てみると、充実した生活をしている方は、大人になっても遊ぶことを大事にしているように見えます。一方、ワンデーポートで出会うギャンブルに問題がある人は遊ぶことが苦手です。ギャンブルをやめた後に何をしたらよいかわからないという人は少なくありません。遊ぶことが苦手な人が一つの遊びにハマると不具合を生じやすいはずで、その不具合が「依存症」と言われるものではないかと最近考えはじめています。

ご存じの方もいると思いますが、『ホモ・ルーデンス』という本があります。遊びについて書かれた本を探すと最初に出てくる名著です。「ホモ・ルーデンス」とは「遊ぶ人間」という意味です。著者のヨハン・ホイジンガ（1872-1945）はオランダの歴史学者ですが、人間の歴史を研究する過程で、文化の発展に遊びが重要な役割を果たしていることに気づいたそうです。ホイジンガは、戦争、裁判、宗教儀礼（神事）などは遊びという形式の中から生まれたと言っています。また、人間は（ストレス解消のように）何かのために遊ぶのではなく、ただ面白いから遊ぶと言っています。

ホイジンガは遊びには以下の特徴があると指摘しています。

- 自由な行為である（強制されない）
- 「日常生活」の外にある（非日常性）
- 特定のルールに従う（秩序がある）
- 物質的な利益を目的としない（利害関係がない）
- 緊張感、秘密がある

遊びでいちばん大事なことは自発性です。強制されたら遊びではありません。あまり意識している人はいないと思いますが、遊びの難しさはここにあります。遊ばせることができないのが遊びなのです。見方を変えると、遊びは他者からやめさせることが難しいということになるのかもしれませんが。

APARIとは、アジア太平洋地域アディクション研究所 (Asia-Pacific Addiction Research Institute) の略称です。

全国のDARCやMAC等の社会復帰施設、福祉・教育・医療・司法機関と連携しながら、依存症から回復しようとする方々を支援しているシンクタンクです。

目次：

遊びの大切さ-依存症の支援を通して見えてきたこと…中村努	1
支援につなげる弁護術(33)…高橋洋平	4
コラム 心のつぶやき日記(16)…野呂岳央	5
藤岡ダルク入寮者からのメッセージ…ヒロユキ	6
AREA軽井沢より…針木小太郎 BASEより…市川元太	7
司法サポートのご案内 家族教室スケジュール	8

真面目の反意語として遊びという言葉が使われることがありますが、ホイジンガのいう遊びは真面目で真剣なものです。遊びの緊張感について『ホモ・ルーデンス』の中で次のように語っています。

「緊張感の中で遊ぶ人の能力、たとえば、彼の体力、忍耐力、臨機応変の才、勇氣、根気などがためされ、同時に、彼自身遊びに勝とうと熱望しつつ、しかも、あらかじめ定められた遊びの規則を守りとおすように余儀なくされている点において、彼の精神力はためされるのだ（『ホモ・ルーデンス』）。

ギャンブルをしている人のことを言っているようです。ギャンブルにハマるといえるのは、ホイジンガの視点で見ると真面目な行為と見ることもできるわけです。

4つの遊びを、ホイジンガの遊びの特徴に当てはめてみます。

	自発的	非日常	ルールの存在	物質的利益を目的としない	緊張感がある、秘密がある
登山	自ら参加する	山の中は非日常	ルート、立ち入り禁止など	しない	滑落しないための緊張感
音楽ライブ	自ら参加する	ライブは非日常	席は決まっている。かけ声、振り付けなど	しない	緊張感に似たわくわく感 セットリスト
パチンコ	自分の意思で遊ぶ	パチンコホールは非日常	台を叩くこと、変則打ち禁止	しない※	勝つか負けるかの緊張感
自助グループ	自分の意思で参加する	ミーティングは非日常	言いつばなし 聞きつばなし	しない	人前で話すことの緊張感

(※パチンコは、物質的利益の移動はありますが遊びの結果であり、遊びの動機ではありません。)

わくわくするとか、没入することには遊びの要素があるのだと思います。自助グループにも遊びの特徴があるということは、自助グループに行くことが生活の一部になったことがある方にはわかると思います。

●遊びと余暇

遊びという言葉にはネガティブなことに使われることがあるためか、障害福祉の世界では余暇（支援）という言葉が使われています。余暇の中には遊びの要素も入っているわけですが、私はこの2つはわけて考えるべきではないかと思えます。役割に違いがあるからです。遊びは非日常に、余暇は日常に存在します。例えば、山登りを生きがいに行っている人がいたとします。月に1回の登山という遊びをするためには、準備が必要です。日常生活の中で体力づくりとして近場をウォーキングするとか、スポーツジムに行く人もいます。これは余暇になります。余暇が遊びを充実させる役割を果たしていることになります。テレビで野球観戦をしていた人が野球場に足を運ぶようになることは、余暇が遊びに変化したとも言えます。この2つの役割は違いますが、関係しあっていると思います。

遊びの特徴と役割	余暇の特徴と役割
非日常 自発的 わくわくするもの 生きがい、没入できるもの ときに仕事の中にもある	日常 必ずしも自発的ではない 休息や疲れをほぐす運動 遊びの準備 仕事以外の時間

●遊びの分類と遊びの墮落

ホイジンガの研究を基にして、遊びについて掘りさげたのが、フランスの社会学者のロジェ・カイヨワ（1913-1978）です。カイヨワは遊びを4つに分類しています。カイヨワの分類は、現代の遊びにも通じると思えます。4つの遊びはそれぞれが固定しているわけではなく、お互いに組み合わせられています。

たとえば、マラソンはアゴンを主にしていますが、仮装で走るとミミクリの要素が追加されます。登山はイリンクスですが、天気に左右されるという点ではアレアの要素があり、トレイルランニング大会になるとアゴンの要素が加わります。ミミクリは幅広いです。ハロウィンなどの仮装から、アイドルの推し活、スポーツ観戦、旅行もミミクリです。サッカーのサポーターが応援する選手に自分を投影するのはミミクリで、その選手のユニフォームを着るのもミミクリ、さらに声をそろえて応援するのもミミクリです。また、自助グループはミミクリの要素があります。他の参加者の体験談に自分の体験を重ね、ときに真似るからです。

ロジェ・カイヨワ(1913-1978)の遊びの分類

<p>競争</p> <p>スポーツ</p>  <p>アゴン</p>	<p>運</p> <p>富くじ カジノ 競馬場 施設賭博</p>  <p>アレア</p>
<p>模擬・模倣</p> <p>カーニバル 演劇 映画 スター崇拜</p>  <p>ミミクリ</p>	<p>めまい</p> <p>登山 スキー 空中サーカス スピードの陶酔</p>  <p>イリンクス</p>

また、自助グループはミミクリの要素があります。他の参加者の体験談に自分の体験を重ね、ときに真似るからです。

カイヨワは「社会の中でルールを失い、理性を欠いた状態」になることを「遊びの墮落」と呼びました。イリンクスの墮落に麻薬、アルコール中毒と記しています。1970年代に翻訳出版された本なので、中毒という言葉が使われていますが、カイヨワは急性アルコール中毒のようなものではなく、物質使用障害のような慢性的な依存を考えていたようです。アレアの墮落は占星術となっていますが、今の時代ならギャンブル障害となるのかもしれませんが。

遊びは真剣なものであるがゆえ墮落するリスクがあると考えられますが、カイヨワは「アゴン、アレア、ミミクリ、いずれの場合にも、遊びの激しさが病的逸脱の原因ではないことには注目すべきことである。それは日常生活の汚染から生じたものである。」と述べています。ギャンブルに依存している人がギャンブルに触れる前から日常生活に課題がある人が多いことと一致しています。

遊びの分類	遊びの墮落
アゴン（競争）	暴力 権力意志 術策
アレア（運）	迷信 占星術など
ミミクリ（模擬）	狂気(阻害)、二重人格
イリンクス（眩暈）	アルコール中毒、麻薬

●遊びを使った依存行動からの回復

遊びを使って依存行動に向きあう際、いちばんに大事なことは日常生活を整えることです。その人にあった環境調整を行い、暮らしを安定させます。次に遊びへのアプローチです。「ギャンブルをやらないために趣味を持ちたい」ということを言う人がいますが、この考え方は遊びを獲得することは難しいと思います。後述しますが、外発的動機づけに基づく行動は、継続性に難があります。新たな遊びにチャレンジするためには、「ギャンブル依存」ということを可能な限り頭から取り去り、フラットな気持ちで「その面白さに没入する」ことが鍵となります。

私が没入している遊びはマラソンです。2012年ごろワンデーポートの利用者の方に影響を受けてからハマっています。年齢を重ねてもそのときどきで自分なりの目標タイムにチャレンジできるので、ドーパミンの欲求を満たすことができます。ゴールしたときの気分の高まりはギャンブルで勝ったときの興奮に似ていると思います。走ることはお金になることではなく、何かを目的としたものではありません。ある意味で無意味なことです。しかし、その無意味なことの中に発見や喜びがあり、生きるモチベーションを与えてくれます。「ギャンブルをやめると生きている感覚がしない」という人にはお勧めです。

ギャンブルの代替行動を探す際、はじめは穏やかな遊びの獲得を試みるのはお勧めしません。刺激が少ない遊びは義務的になりやすいからです。入り口としては、短期間で変化を感じやすい（かつ1人でできる）ウォーキングやランニング（大会に出ることが重要）、筋トレなどに刺激を求め、だんだん穏やかな遊びにも目を向け、遊びを増やしていくことがよいのではないかと思います。身体を使う音楽活動、ダンス、登山などは終わりが明確なので、墮落するリスクが低いのではないかと思います。自然の中に身を置く遊びもお勧めです。もちろん、自助グループという遊びも代替行動の1つです。

●不安を抱いていたら遊ぶことはできない

ギャンブル依存問題を遊びの視点で改善に導くことは効果的だと私は考えています。そのためには、本人が前向きになることが大事です。なぜなら遊びは楽しむものだからです。不安や恐怖心を和らげるための遊びは成立しません。現在、ワンデーポートではじめて会う人には「今までどんな趣味がありましたか？ スポーツはしていましたか？」と質問し「遊びは生きていくためには絶対に必要です」と伝えます。その上で、「生活の立て直しと新たな遊びにチャレンジしましょう」と提案します。そして「生活が安定するまではギャンブルはやらないほうがいいけど、最終的にはギャンブルをやめるかやめないかは、あなた自身で決めてください」と伝えます。渦中にある人に「ギャンブルは一生できない」「進行性で脳の病気」という不安を抱かせるような情報は、生活の立て直しや遊びを獲得するための足かせにかなりません。

やめる、やめないにこだわらない関わり方は、物質使用障害におけるハームリダクションと似ているのではないかと思います。



2025.7.27 釧路マラソン

●内発的動機付けと外発的動機付け

心理学では内発的動機付けと外発的動機付けという考え方があります。内発的動機付けとは自分の内側から湧き出る意欲で、外発的動機付けは、外部からの報酬や強制によって引き出される意欲です。景色を観たいと思って山に登るのは、内発的動機付けによる行動といえます。ギャンブルをやめるために山に登るは外発的動機付けです。

本来、内発的動機付けで行っていた行動に外発的動機付けを与えたことで、かえって意欲が下がってしまうことをアンダーマイニング効果と言います。

《事例》

ギャンブルで借金をつくってしまったAさんがいました。Aさんはネットで自助グループを探し、自発的に参加しました。仕事の終わりに限り参加し、ギャンブルをやめ続けました。仲間との交流も楽しいと思うようになり、両親はそんなAさんの姿を見て、借金の利息がかさむことがもったいないと思い、肩代わりをしました。すると、Aさんは家族に申し訳ない気持ちになり、両親のためにギャンブルをやめようと思うようになり、次第にAさんはギャンブルをやめていく意欲が薄れ、再びギャンブルをやっけし、再び借金に手を出してしまいました。

Aさんは「自分の回復」（内発的動機付け）から「親への義理立て」（外発的動機付け）に変わってしまったわけです。外発的動機付けによる行動は、楽しくなく義務的になってしまいます。

人間の行動を変えるためには、いかに内発的動機を育てるか、ということになります。ワンデーポートの活動もおそらくすべての依存関連の回復施設も入口は外発的動機に働きかける存在です。したがって出口では内発的になるような工夫が必要だと思えます。その核となることが遊びや遊びの要素があるカリキュラムです。私が意識してことを記します。

- ・義務的でも楽しいと思ってもらえるカリキュラムをつくる(自然体験、食べ歩き)
 - ・遊びに関するカリキュラムは選択制にする
 - ・マラソン大会に私も一緒に参加し、外発的動機付けにならないようにする
 - ・音楽ライブやスポーツ観戦などカリキュラム以外で自発的に行くことを推奨する
 - ・アンダーマイニング効果について説明する
- (試行錯誤している途上で、まだまだ工夫が必要だと思っています)

●おわりに

今の社会は遊びより就労での生産性が重要視され、創造的で自由な精神を養う遊びは軽視されています。Z世代と呼ばれる若者は子どもの頃から能動的な遊びをしていないことで、大人になって不具合が生じやすくなっているという指摘もあります。そんな社会だからこそ、遊びを再評価する必要があると思えます。誰もが遊びに没入できるようになれば、依存の問題を持つ人もその他の生活課題を持つ人も生きやすくなると思えます。

コラム

支援につなげる弁護術 (33)

理事・嘱託研究員・弁護士 高橋 洋平

最近、大麻事件が増えたなという印象がありますが、それだけではなく、やはり刑が重くなっている、すなわち厳罰化されているなという印象です。

平成29年の新聞記事で興味深いものを見つけました。見出しは、「検察官が『刑が重すぎ』として、異例の控訴」というもの。内容は、大麻の初犯事件で検察官が懲役1年6月を求刑し、裁判所が懲役1年6月執行猶予3年の判決を下したところ、検察官が（異例の）控訴をし（量刑が不当だったため）、その結果、控訴審で刑が軽くなり、懲役6月執行猶予3年になったというもの。

それから10年近く経ちましたが、令和8年の大麻使用の初犯事件で検察官が拘禁刑1年6月を求刑。法改正を経て満を持して厳罰化ということなのでしょう。もっとも、まずはそれを許容する変化が本当にあるのか、しっかりと検討する必要があるように思います。

いずれにしても、法改正により大麻使用罪ができて、厳しくなりつつある大麻の事件。早めに支援のネットワークにつながる事がとても大切です！

Willのコラム

心のつぶやき日記 (16)

施設長 野呂岳央 (タケ)

「回復の場を守る そして今日を少しだけ楽しく」

最近、腹が立つ瞬間がありました。

依存症の回復の場で、仲間に向かって「働けるのに働かない」「馬鹿なふりをしてるだけ」「生活保護を受けているのが気に食わない」「自分で家賃を払っている俺のほうが偉い」といった言葉が投げられたのです。本人としては社会の常識を言っているつもりかもしれない。けれど回復の場では、その“正しさの顔をした偏見”が安全な居場所を害します。言われた当事者だけでなく、周囲も萎縮し、場が静かに壊れていってしまう。

こういうとき、支援で優先すべきは「どちらが正しいか」ではなく、「場を安全に保てるか」だと思っています。価値観のぶつかけ合いが続けば、回復の土台が崩れる。だから時に、場を離れてもらうことも必要になる。

「その言い方は場の安全を壊す」「ここでは守るルールがある」「必要なら距離を取ってもらう」

これは排除のためではなく、この場を続けていくための重要な境界線です。

怖いのは、対人のトラブルだけではありません。精神疾患を併存する人が必要な薬の服用をせず、状態が悪化していく場面も何度も見てきました。不眠、多弁、興奮、被害的な解釈、攻撃性。悪化はじわじわ進むことが多く、本人は自分の変化を自覚したり客観視したりできなくなる場合が多い。本人だけの問題だけでなく、周囲も巻き込んで場の安全や安心にも影響が出てきます。

この局面では、外部との連携で早めに手当てする必要があるのと同時に、私たちの支援の場から一旦切り離す判断が必要になることもあります。

まあ、場を守る決断をすると、こちらにもネガティブな感情がついてくるのですが。

と、ここまで書くと、どうしても重くなりますね。実際、現場では重いことがたびたび起こります。

だから同じくらい大事なのが、支援者の側がどう保つか。私たちも当事者であり生きづらさを抱えている。いつでも安定していただけるわけではありません。

腹が立つと、頭の中でネガティブな考えが勝手に育ちます。例えば「早く出て行ってほしい」「もう無理だ」「勘弁してくれ」。こういう思考は、放っておくと簡単に膨らむ。相手を悪者にできれば説明は楽でしょう。でも、その瞬間から支援は裁きに寄っていってしまう。自分自身が病的になる。周囲にも影響していきます。

だから最近、意識しているのは「今日一日を、ほんの少し楽しいものにする努力」です。

ネガティブをゼロにするのは無理です。うまくいかないことはいっぱいある。けれど、ネガティブな考えを膨らませ続けるか、いったん流して、視点を少しだけポジティブに置けるか。その小さな差が、私たちの心の持ち方を変える気がしています。

一日の中に「これなら楽しめる」が一つでもあると強い。コーヒーを味わいながらゆっくり飲む、好きな音楽を聴く、ちょっと散歩を楽しむ、誰かと談笑する。些細ですが、こういうものがあると、日常で受けた心の重さを全部抱えずに済みます。自分の状態が少し整っていると、境界線も落ち着いて引ける。ダメージにも少し強くなります。

回復は一直線ではありません。場から切り離される場合もある。場に戻ってくる場合もある。

だから守りたいのは、正しさよりも「戻ってこられる場所」「その場を守ること」だと思っています。



就労継続支援B型
事業所 Will

新規利用者
新規作業
大々的に募集中!!



新宿区障害者福祉課で聴覚障害の方へ配布します。



圧が不十分だと上手く作れません。



オリジナルデザインで作製もいたします。



藤岡ダルク 入寮者からのメッセージ

「回復の場所」

ヒロユキ

藤岡ダルクの入寮者からのメッセージをお届けします！



調理プログラムでキムチを一緒に皆で作りました。



初めての体験を楽しんでいます！



茨城ダルクの岩井さんに白菜の収穫の体験をさせて頂き、白菜も160個以上いただきました。茨城ダルクの皆さま本当にありがとうございました！

アルコール依存症のヒロユキです。1971(昭和46)年5月山梨県で生まれました。今年で55歳になります。

お酒を飲み出したのは高校に入ってからで、学園祭などの打ち上げをしてバンドを組み始めたので、ライブの打ち上げだったり、イベントがあった時だけ飲んで、平日はまったく飲まない生活をしていました。

高校を卒業してすぐの頃、父親がくも膜下出血で倒れ、父親が親方をしていた建築塗装の仕事を引き継ぐことになりました。3つ年上の兄も自分が働いている会社を辞めて一緒に働く事になりました。

働き出してから晩酌を飲むようになり、最初の頃はビール1、2本で済んでいました。一応父親が親方の会社という事もあり、兄と何人かの仕事仲間と一緒に真面目に、時に二日酔いの日もあったけど働いて、働いて、働いて、働いて、働いてきました。

24歳の時、長女も生まれ、2年後には双子の娘も授かり5人家族で生活をしていました。この時は裕福ではないけれど、このまま幸せに歳を取ってくんだなあ。と感じていました。

ところが、42か3の時、ほとんどの仕事をもらっていた親会社が倒産してしまい突然仕事がなくなってしまうました。この時から自分の人生が大きく変わってしまったと今では思います。

就職活動などしたことがなく、慣れない履歴書を書くことや面接などをして何とか仕事に就いても、自分の問題がそこからどんどんできて飽きっぽい、責任を取らないで逃げ出すような自分勝手さで中々仕事が長続きしませんでした。

当然生活も思うようにいなくなり、お酒を飲む日も、量も、増えていきました。お金がないときは万引きをするようになり、ある日スーパーで捕まってしまうました。罰金刑で2ヶ月労役に行き、この時に離婚をすることになりました。

それからは独りで生活をしなければならぬ孤独さや、寂しさに押し潰され、それに加えて仕事を探すことの難しさ、携帯やハローワーク、就職情報誌などでとにかく色々な仕事について頑張ってみても上手くいきませんでした。

お金がなくなり住むところもなくなると、兄や別れた妻に泣きつくことが度重なり、とうとう2020年4月、山梨ダルクに入寮することになりました。そこから自分のプログラムが始まり、何度も何度もスリップをしてスタッフや仲間にも沢山迷惑を掛けました。「お前はミーティングの効果が全くないなあ」と、言われた日もありました。「山梨ではこれ以上回復しないだろう」とも言われました。

2024年8月、藤岡ダルクにやってきました。第1回駅伝大会で来たことはあるのですが、山の上で周りに何も無く、どこに行くにも車を使わなければならないのですが、どうしてもお酒を止められなかった自分には、この施設が合っていると思いました。

ミーティング、NA、役割、エイサー、週二回の買い物。最初の頃はとにかく忙しかったです。それでも不思議な事に中々お酒が止められなかった自分が、ここに来て今現在1年6カ月のクリーンを作ることができています。

上手く説明する事はできませんが、自分勝手に責任感の持てなかった自分がここでは周りをよく見て、次第に仲間も見えてきて、思いやりや感謝をすることを沢山学ぶ事ができたような気がします。

いつかどこかで聞きました。「回復の場所は皆それぞれ違う、失敗しても違う場所でやり直せばいい」この言葉をたまに思い出して、今はこの場所でクリーンを続けています。それは日々の生活の中で、少しずつですが、仲間との関係性を築けたからだと思います。

正直に言うと今でも人と話したり、ミーティングで話を卸したりすることは得意ではありません。1人で居る時の方が落ち着くと感じる場面が多いからです。しかし、それでは今までと変わらないと感じ、仲間と一緒に何かをするという事、何かを成し遂げるということを経験し、達成感や充実感、何よりも楽しいという実感を得ることができました。この感覚は今まで感じる事ができなかった感覚で自分の中で変化と成長を感じた場面でもありました。

昔の自分と今の自分の中身を変える事はとても難しいことだと思っています。でも、この場所と、この施設の仲間たちと出会ったことで、自分のクリーンは今でも続けられています。だからそのことに感謝し、これからもこの場所で回復していきたいと思っています。



AREA軽井沢 開設1周年フォーラムのご案内

AREA軽井沢 施設長 針木 小太郎

皆様からのご支援・ご声援を受け、おかげさまで開設より1年を迎える運びとなりました。その感謝を込めて、開設1周年フォーラムを開催いたします。

AREA軽井沢 開設1周年フォーラム

『Change. だから私たちはここにいる。』

日時：2026年5月20日(水) 12:30開場 13:00~17:00

場所：“@長野原”長野原町住民総合センター

群馬県吾妻郡長野原町大字長野原1340-1

※詳細やお申込み等については随時、AREA軽井沢ホームページ (<https://area-karuizawa.com>)に情報を掲載してまいりますのでぜひご確認ください。皆様のご来場を心からお待ちしております！



BASE ON TOKYO

BASE 施設長 市川 元太

いつもお世話になっております。指定自立訓練（生活訓練）事業所BASEの市川です。1月5日の開所から2か月が過ぎ、少しずつではありますが東京における事業所BASEでの日々にも慣れつつあります。今回はBASEの日々のプログラムの様子を掲載させていただきます。

※BASEは皆様からの献金で活動を続けさせていただいておりますが、さらに多くの方々のお力が必要です。何卒ご協力をお願い申し上げます。

【振込先/群馬銀行 藤岡支店 普通 1504717 一般社団法人AREA 代表理事 山本 大】



1月はたこ焼
パーティー



上野の森へ
国立科学博物館
にて大絶滅展を観
てきました！



スポーツプログラム
上板橋体育館にて卓球や
バドミントンをしている様子

2月はカレー
ライス作り



国立西洋美術
館にて
オルセー美術館
展を鑑賞！



お問合せ: 03-6276-8575
住所: 東京都渋谷区本町1-16-17 保ビル
mail: basetokyo@hotmail.com

BASEではミーティング以外にも様々なアクティビティを行っています。
3月はボルダリング、水族館、北軽井沢フェロー 4月はお花見、高尾山etc



特定非営利活動法人
アジア太平洋地域アディクション研究所

アパリ東京本部
〒162-0055
東京都新宿区余丁町14-4
AICビル1階
電話：03-5925-8848
FAX：03-5925-8984
Email：info@apari.or.jp

藤岡ダルク
〒375-0047
群馬県藤岡市上日野2594番地
電話：0274-28-0311
FAX：0274-28-0313
入寮費：月額13万円+生活費
1日千円（初月のみ14.5万円）
（税別）
*生活保護の方も可能
入寮条件：依存症から回復
及び自立をしようとしている
本人。男性のみ。
入寮期間：個人により差が
あります。
<https://fujiokadarc.com/>



2019年7月よりホームページが新しくなりました。ぜひご覧ください。
<https://apari.or.jp>
<https://www.facebook.com/AsiaPacificAddictionResearchInstitute/>

発行責任者：志立玲子
2026年3月1日発行
定価 1部 100円

＜司法サポートのご案内＞

《薬物事犯で逮捕された刑事被告人に対する支援》

薬物犯罪で逮捕されたら刑務所に行くか、再犯防止に向けた何の取り組みもないまま執行猶予の判決を受け、また薬物のある日常に戻るしかなかった日本において、初めて刑罰以外の再犯防止に向けた取り組みを2000年7月からしています。

保釈中の刑事被告人に対する薬物研修プログラム、情状証人出廷、上申書作成、入寮契約、身元引受契約、出所出迎え、法律相談などあらゆるニーズにお応えします。なお、アパリの司法サポートを利用された方の再犯率は10%以下です。保釈中のプログラムの提供、受刑中の身元引受、出所出迎えをしてリハビリ施設につなげるまでをコーディネートします。

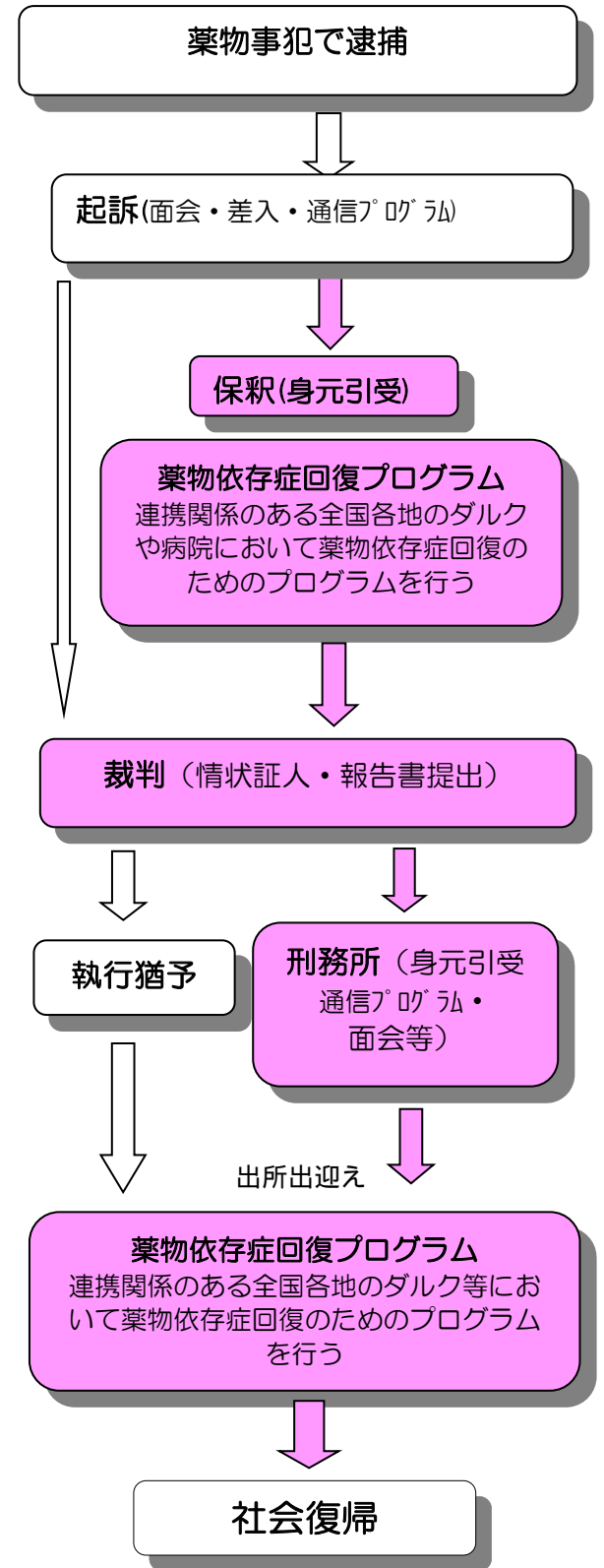
ギャンブルの問題が原因で逮捕された方の司法サポートも行っています。

[料金：コーディネート費用として20万円(税別)。
交通費・宿泊費の実費が別途必要です]

窃盗、横領、詐欺等で逮捕されたご家族のご相談もお受けしています。

【お問合せは東京本部まで】

アパリの支援



＜アパリ家族教室スケジュール・東京＞

第1月曜	連続講座	土曜	嗜癮行動家族教室
3/2(月) 13:30～ 18:30～	第7回 薬物問題を持つ人の家族の 回復プログラム	3/14(土) 17:00～	第2回(新) 家族を「見る」～ジェノグラム作成～
4/6(月) 13:30～	第8回 あなたの環境や状態をいいものに 変えよう	4/11(土) 17:00～	第3回(新) 家族内コミュニケーション～家族関係の「ゆがみ？」～
5/11(月) 13:30～	第1回 薬物依存症によるダメージと回復	5/9(土) 17:00～	第4回(新) 家族の歴史～世代伝播とは～
6/1(月) 13:30～	第2回 薬物の欲求と「きっかけ」「危険な 状況」への対処について	6/13(土) 17:00～	第5回(新) 依存症と家族 ～共依存やイネイブリング～

【対象】ご家族、支援者等(本人は参加できません)

どちらも全8回の講座ですが、どの回からでも参加できます。

【場所】アパリ東京本部 【参加費】3,000円(2名以上の場合は4,000円)

連続講座 講師：志立玲子(精神保健福祉士・公認心理師)

アシスタント：進藤俊明(青梅アライブ・精神保健福祉士)

嗜癮行動 講師：梅野充(アパリクリニック精神科医師)、志立玲子