

# 依存

ふくしまの現場から

いわき市の30代男性、花守涼さんは2018（平成30）年2月、クリニックを初めて受診した。買い物依存症と、子どもの頃に負った心の傷を抱えて大人になった「アダルトチルドレン」と分かった。治らない病気だと医師から告げられた絶望感と同時に、原因が分かってどこかほっとした。

病院勤務時代に患者の金を盗んでは、買い物を探り返したが、被害者であるはずの患者は処罰を望まなかった。買い物依存症から立ち直るチャンスを与えてもらったと感じた。

通院が始まった。同じ症状に苦しむ当事者たちの自助グループにも通った。生い立ちや犯した過ちを打ち明けると、心から共感され、励まされた。「私のつらさは誰にも理解されない」と思っていたが、世の中に同じような人たちがいると初めて知った。依存症状を脱した仲間の姿に「自分も良くなれるかもしれない」と希望が湧いた。買い物依存症を専門とする自助グループは、いわき市内にな

# 症状回復の機会に

かった。花守さんは郡山市の自助グループに通った。移動時間は車で往復約3時間を要し、容易ではなかったが根気強く通い続けた。

回復プログラムに取り組んだ。2年半がたったころには、自分の収入の範囲内で生活できるようになった。

診断から7年が経過しよう

している現在、症状は落ち着いている。「私のように重症でも立ち直れる」花守さんは自らの経験を他の依存症者のために役立てようと21日、いわき市に自助グループ「KATARI B

ASE いわき」を立ち上げる。一般的に、自助グループは特定の依存症者が集まって活動する場が多いが、アルコールやギャンブル、買い物、薬物など依存症の種類を問わない。依存症者をはじめ、虐待や過干渉などの機能不全家族で育った「アダルトチルドレン」が自ら運営していく。

回復のヒントが記された書籍を使って、依存症への向き合い方を徐々に習得していく。毎月第3土曜日、いわき市総合保健福祉センターで活動する。参加費や会費などは徴収しない。いわき市内は、依存症者を支える環境が他の都市部より手薄

だと感じている。郡山の自助グループの仲間からは「いわき人は途中で（郡山に）来なくな

る」という話を聞かされた。回復したいと願っていても、移動距離や時間、ガソリン代などが重荷になったのではないかと思われた。

県精神保健福祉センターが県内の自助グループの開催状況などを紹介する「アディクション伝言板」などによると、県内4大市の自助グループ数は【表】

# 自助グループ立ち上げ



いわき市に、さまざまな依存症者のための自助グループを立ち上げる花守さん。「依存症や生きづらさを分かち合い、解消する一助になりたい」という

## 【KATARI BASE いわき】

- 代表者 花守 涼
- 活動場所 いわき市総合保健福祉センター（1階ボランティア室）
- 開催日 毎月第3土曜日
- 問い合わせ kataribaseiwaki.2603@gmail.com
- ※いわき市総合保健福祉センターへの問い合わせはお控えください



問い合わせ先につながるQRコード

	福島市	会津若松市	郡山市	いわき市
アルコール	2	2	8	3
ギャンブル	1	1	2	0
買い物	0	0	1	0
摂食障害	1	0	1	0
薬物	1	1	2	0
窃盗癖	0	0	1	0
アダルトチルドレン	1	0	3	0
ゲーム	0	0	1	0
その他	0	0	0	1
計	6	4	19	4
家族グループ	4	1	10	1

花守さんは「KATARI BASE いわき」に集まった依存症者が、さらに新たな自助グループを立ち上げ、受け皿が広がっていく未来を思い描く。「依存症や生きづらさを分かち合い、解消する一助になりたい」と

【依存症に関する悩みや身近な情報をお寄せください】  
報道部 電話024（531）4122 メールアドレスhoudou@fukushima-minpo.co.jp