

## はじめに

依存症とは、ある特定の物質（アルコール・薬物等）の摂取や行動（ギャンブル・ゲーム）のコントロールができなくなる病気です。

依存症は本人の自覚がないまま、徐々に進行することがありますが、家族や周囲の人の関わり方で、本人の問題行動を減らすことや治療につなげるきっかけを作れることが知られています。

このワークブックは、依存症問題でお悩みのご家族に、依存症の問題を持つ人にどのように関わるとよいのかを学んでいただくために作成しました。

依存症という病気についてと、本人が受け入れやすいコミュニケーションの方法や相談機関等の情報をまとめています。

悩んでいるご家族がこのワークブックを活用されることで、解決の糸口が見つかることを願っております。



令和3年3月  
神奈川県精神保健福祉センター 相談課