

第48回

いのちの電話シンポジウム 依存症といのち

Symposium

シンポジウム 13:00 ~ 16:30



成瀬 暢也 氏

精神科医、埼玉県立精神医療センター副院長
専門分野：薬物依存症・アルコール依存症、中毒性精神病の臨床

演題：依存症の生きづらさと回復について

主な著書：「ハームリダクションアプローチ やめさせようとな
ない依存症治療の実践」中外医学社、「薬物依存症の回復
支援ハンドブック」金剛出版など



高知 東生 氏

俳優、小説家

演題：ピンチからの脱出法

主な著書：「生き直す 私は一人ではない」青志社、
「土竜」光文社など



司会進行役

米沢 宏 氏

精神科医、臨床心理士、埼玉いのちの電話理事
ジャパンEAPシステムズ 産業ダイアログ研究所 所長

主な著書：「マジ会社に行きたくないんですけど」そらふブックス、
「アルコール依存症の治療と回復」東峰書房など

2024

9.15 ①

12:30(開場) 13:00(開演)

会場：埼玉会館大ホール

入場無料

手話通訳がつきます。

オンライン
同時開催



YouTubeでライブ配信いたします。
(事前申し込み不要)

連絡先：社会福祉法人埼玉いのちの電話事務局
(平日 10:00 ~ 17:00)

TEL048-645-4322 FAX048-645-4355

主催：一般社団法人日本いのちの電話連盟・社会福祉法人埼玉いのちの電話

共催：一般社団法人日本自殺予防学会

後援：埼玉県、埼玉県教育委員会、埼玉県 PTA 連合会、埼玉県社会福祉協議会、さいたま市、さいたま市社会福祉協議会、

さいたま市教育委員会、さいたま市 PTA 協議会

厚生労働省自殺防止対策事業

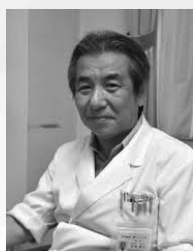
なぜ今、 依存症なのか

埼玉いのちの電話が自殺予防学会の公開シンポジウムを担当するのは、第25回大会(2000年11月)に
続き2度目になります。

今回のテーマは「依存症といのち」になりました。自殺といううつ病との関係を思い浮かべる方が多
いと思いますが、実は依存症者の自殺のリスクは極めて高いのです。

依存症治療の分野で著名な成瀬暢也先生と、薬物依存症から回復し依存症理解の啓発活動を続けてい
らっしゃる俳優の高知東生さんをお招きしました。お二人の語りを通して依存症に対する理解を深めてい
きたいと思います。

シンポジストからのメッセージ



成瀬 暢也 氏

依存症とは、「物質使用のコントロール障害」を主症状とする精神疾患であるが、一般に病気とは理解されず、「意志が弱い」な
どと責められる。初めは好奇心から手を出す、依存症になる患者は、「生きづらさ」を抱えており、苦しさを紛らすために物質
を手放せなくなる。患者はやめたいのではなくやめられないのである。依存症患者の共通した特徴は、「自分に自信を持ってない」「人
を信じられない」「本音を言えない」「見捨てられる不安が強い」「孤独で寂しい」「自分を大切にできない」などであり、「人間不信」
と「自己否定」に集約される。依存症患者の物質使用は、「人に癒されず生きづらさを抱えた人の孤独な自己治療」という視点が最
も適切である。アルコール依存症の自殺企図率は55%、薬物依存症では60%にも及ぶ。回復には「安心できる居場所」と「信頼で
きる仲間」が必要である。人に癒されるようになると、依存性物質はその役割を終えるのである。



高知 東生 氏

2016年に違法薬物の所持で逮捕され、執行
猶予付きの有罪判決が確定。俳優として何不自
由なくやっていたが、事件を契機に大きなバツ
シングを受け、何もかも失った。しかし失意の
中、2019年、薬物などの依存症の当事者たち
が各自の体験を語り、互いの回復を支え合う「自
助グループ」と出会い、「生き直し」への一歩を
踏み出した。人が離れ信頼を失った人間がどの
ようにピンチから脱出するのか？自分自身の体
験を語る。



米沢 宏 氏

埼玉いのちの電話には1991年から30年以
上に渡り研修面で関わり、「自死」についての講
義を担当。昨年より埼玉いのちの電話理事に就
任。母子保健への貢献により2021年に厚生労
働大臣表彰を受賞。

司会進行役として、アルコール依存に関わっ
ている立場からも、成瀬氏、高知氏から興味深
い話しをお聞きし、シンポジウムを盛り上げま
す。

社会福祉法人 埼玉いのちの電話

「埼玉いのちの電話」は「いつでも だれでも どこからでも」24時間休むことな
く開設以来33年間電話を受け続けています。年間では約25,000件の電話と約
900件のメール相談を受けています。

苦しみや悩みを抱えながら、誰にも相談できずに自死などの心の危機に追い込
まれる人たちがいます。その人たちが再び生きる意欲を自ら見出すことができる
よう、心の支えになることを願うボランティア活動です。

自死直前の人やうつ状態にあることが多いと言われています。そのような方々
がいつでも話をすることができるのが「いのちの電話」です。

辛いときには、いつでも電話をかけてください。メールを送ってください。名前
を言う必要はありません。

一人で悩まずに...

相談電話

048-645-4343 (24時間 365日)

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
0120-783-556 (毎月10日午前8時から24時間)
(10日を除く毎日16時から21時)

ナビダイヤル
0570-783-556 (毎日10時~22時)

インターネット相談

埼玉いのちの電話

検索



ACCESS

埼玉会館

JR浦和駅(西口)下車 徒歩6分

国道17号の県庁前交差点から東側(浦和駅方面)へ道なりに
約500mお進み頂いた左側です。

〒330-8518 埼玉県さいたま市浦和区高砂3-1-4
電話:048-829-2471(代) Fax:048-829-2477