ひのきしんスクール勉強会を受講して
～依存症からの回復プログラム～ 第2回

4月号でも掲載しましたが、これから数回に分けて、依存症について少し詳しくお伝えさせて頂きます。

▼こんなものが、やめられなくなったら依存症▲

《アルコール》
ビール・ウイスキー・焼酎・日本酒・ワイン・その他

《薬　物》
危険ドラッグ・マリファナ・ガス・シンナー・処方薬・その他

《ギャンブル》
パチンコ・パチスロ・競馬・競輪・賭けマージャン・FX等のハイリスク投資・その他

《ゲーム・ネット》
スマホゲーム・オンラインゲーム・コンシューマゲーム・ゲームセンター・SNS・その他

《恋愛・共依存》
不健全な依存関係・傷つけあうのに離れられない・共依存・その他

《自　傷》
リストカット・壁を殴る・脱毛・その他

《摂　食　障　害》
過食嘔吐・拒食・その他

▼とってもヘンな病気です▲

☆「あら私、依存症だ！」と、自分で気づける人はほとんどゼロ

☆やめられる時期があるから、まさか病気だとは思わない

「愛好家」と「依存症」の違い（ギャンブルの場合）

「愛好家」
パチプロ（勝ったらやめられる）・困ったらやめられる・現実を理解している（どのくらい使ったか、勝ったか負けたか、借金はいくらあるか）

「依存症」
負け続けてもやめられない・困ってもやめられない・現実を認めなくなる（自分はおかしくない。問題なんて起きていないと思う。トータルで負けているのに1年前に勝ったことに拘る）

（依存症の例）
・今日こそ負けられない！開店前に並びに行かなくっちゃ
・悪いけど五千円だけ貸してくれない？（これで四度目だけど…）

▼依存症は脳の機能不全▲

「普通の人」
いろんなことをバランスよく考えている

「依存症の人」
そのこと以外、脳が興味を持てなくなる

脳が変化を起こしているから、自分で気づくことができない。では、依存症で苦しんでいるご家族などから相談を受けたらどうしたらいいでしょうか？お願いづとめやおさづけを取り次がせて頂くのはもちろんですが、依存症の方や共依存で苦しんでいるそのご家族などを、全国にある**「依存状態からの回復を目指す人が集まる自助グループ」「依存症状問題で影響を受けた家族・友人のための自助グループ」**に導いて下さい。それが、おたすけになります。

「私が、説得して辞めさせる！」と考える方も多いと思いますが、依存症の方にはそんなことは無理ですし無意味なのです。　次回に続く…

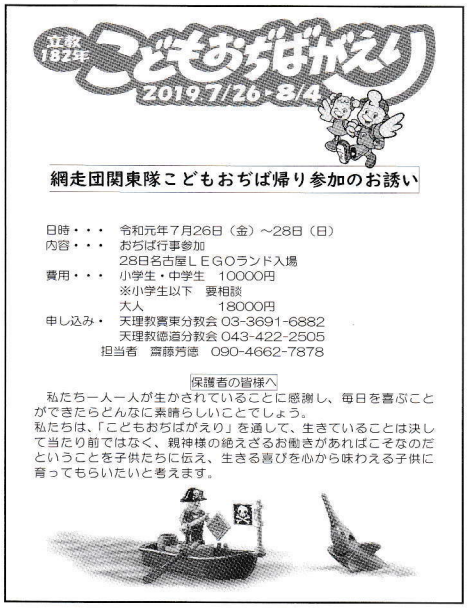
（文　永井康幸）

少年会

立教182年　こどもおぢばがえり

毎年恒例の夏のビッグイベント・こどもおぢばがえり！いよいよ来月に迫ってまいりましたが、本隊は7月27日から8月1日の5泊6日、関東隊は7月26日から28日の2泊3日でおぢばへ帰らせて頂きます。

おぢばでのさまざまな行事や団体生活を通して、たくさんの仲間と出会い、「生きるよろこび」や「感謝をすること」そして「思いやり」の心をスタッフと一緒に育ませて頂きます。

子供を一人で送り出すのは心配だと思われる方もおられると思います。ですが、そんな心配も帰って来た時には、行かせて良かった！そう思えるに間違いありません。優しいスタッフがしっかりとサポートしてくれます。参加お待ちしております。

詳細は左記をご覧下さい。