

明日への扉を今開こう！

OPEN

ドラッグを使わない新しい生活をはじめたいあなたに

- 1 言いたい事を言ってみよう
- 2 あなたの引き金と渴望
- 3 依存症ってどんな病気
- 4 回復へのステップ
- 5 あなたのまわりにある引き金への対処
- 6 あなたの中にある引き金への対処
- 7 大切な人を失わないために
- 8 ライフスタイルと薬物乱用
- 9 新しい生活のスケジュールを立ててみよう
- 10 自分と大切な人の健康のために
- 11 再発のメカニズムと対処
- 12 コミュニケーションスキルアップ 1
- 13 コミュニケーションスキルアップ 2
- 14 明日への扉を、今開こう！



プログラムについての
お申し込み／お問い合わせ

・京都府薬務課 075-414-4786

<http://www.ncnp.go.jp/nimh/yakubutsu/open/>

OPENの詳細は、WebサイトへGO>>

NCNP OPEN

検索

明日への扉を今開こう！ 

OPEN

ドラッグを使わない新しい生活をはじめたいあなたに



「若年者向け薬物再乱用防止プログラム」のご案内

近年、高校生や大学生などの若者における薬物問題が注目されています。インターネットや携帯電話を通じた売買など入手方法の多様化により、若年者への乱用拡大が懸念されています。若者の間では大麻、MDMA、覚せい剤などの違法薬物のみならず、向精神薬などの医薬品も乱用の対象となっています。

薬物依存者の多くが10代～20代前半に薬物乱用を開始しておりますので、若年者に向けた取り組みが重要となります。しかしながら、これまでは教育機関での薬物乱用防止教育や啓発キャンペーンなど薬物乱用を開始させないための取り組みが中心で、すでに薬物乱用を開始している若者が、再び薬物乱用をしないための取り組みは十分とは言えない現状にあります。

そこで京都府では、「認知行動療法」をベースとした若年者向けの薬物再乱用防止プログラム（OPEN）を開始いたしました。このプログラムではワークブックを用いて、再乱用に至るメカニズムを正しく理解し、各自の再乱用を引き起こすきっかけや状況を特定し、再乱用を防止するための対処スキルを身につけていきます。

プログラムの概要

1. 日時 プログラム実施日は、京都府薬務課・京都ダルクへお問い合わせください。
2. 場所 龍谷大学矯正 保護総合センター
3. 対象 おおむね30歳以下で、京都府に在住、在勤、あるいは在学の方
4. どのような特徴がありますか？

- ◆ 初期の薬物乱用者向けのプログラム：重篤な薬物依存者でなくても参加できます。
- ◆ 若年者向けの内容やデザイン：若者の生活や価値観を尊重した内容やデザインになっています。
- ◆ 科学的根拠（エビデンス）に基づくプログラム：国内外で得られた研究成果が盛り込まれています。
- ◆ コミュニケーションスキル：対人スキルの向上や、仲間からの誘いを断るセッションがあります。
- ◆ 健康教育：摂食障害や性感染症など若者と関連の深いテーマも扱います。

5. どのように実施しますか？

- ◆ プログラムは週1回、約90分間です。グループ形式で実施します。無料です。
- ◆ 全14セッション（約7カ月）を1クールとします。
- ◆ 薬物乱用 依存に理解のあるスタッフが行います。
- ◆ 参加者の動機を高め、プログラムを継続できるような工夫をいたします。
- ◆ プログラム終了者には修了証を発行いたします。

6. お申し込み お問い合わせ 京都府薬務課：075-414-4786

- 「仲間から連絡がきて」、「親に怒られ、イライラして」、「お酒を飲んで、ほろ酔い気分になって」、いくらドラッグをやめようと思っても、いろいろな理由で、また使いたいと考えはじめ、再び使ってしまうこともあります。
- OPENは、ドラッグをやめたい、ドラッグを使わない新しい生活をスタートしたいと考えはじめている方を応援するプログラムです。
- ドラッグといってもいろいろあります。大麻（マリファナ）、MDMA（エクスタシー）、覚せい剤（エス）でお困りの方ははじめ、シンナーやガス、向精神薬や市販薬などの問題でお困りの方もサポートいたします。
- あなたのプライバシーは守ります。ご安心ください。

- 当プログラムの開発は、平成23年度厚生労働科学研究費補助金障害者対策総合研究事業「若年薬物乱用者向け認知行動療法プログラムの開発と効果に関する研究」（研究分担者 嶋根卓也）の一環として行われております。

