



おうちで
こんぼ亭

第 九 十 八 回 こ ん ぼ 亭

市 来 真 彦

ダメ!と止める



支援から

ハーム・リダクション的 な

支援へ

- Q&A機能で質問できます
- 後日、見逃し配信あります

松本俊彦先生

精神科医 国立精神・神経医療研究センター
精神保健研究所薬物依存研究部 部長
薬物依存センター センター長



薬物依存症の治療プログラムに関する研究、自傷行為の臨床研究、自殺の実態解明に関する研究を行う。「人間とは薬物を使う動物である。これこそが人間の特徴」が持論。「ダメ。ゼッタイ」という政策は、痛みを抱える人たちをどうするのか、という想像力に欠けていると考え、ハームリダクション的な支援を推進。

2025
2/15 土
13:00 ~ 15:00

30分程度延
長する場合
があります

最終申込日

2月12日(水)
開催当日の受付はでき
ません。ご注意ください!

参加費

賛助会員	一般	グループ(3人まで)
1500円	2500円	6000円

オンラインで開催します

- 以下のサイトからお申込み下さい
(クレジットカード決済、コンビニ支払い)
右のQRコードからもアクセスできます。
<https://comhotei98.peatix.com>
- パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。
- オンラインの講演会システム ZOOM (ズーム) ウェビナーを使用します。
- 視聴している人は、画面に映りません。
- 開催後、動画を編集した後、約1~2週間ウェブサイトで公開。申込者は視聴ができます。



人間は薬物を使う動物。だからハームリダクション

「ハームリダクション」(Harm) = 害、「Reduction」= 低減)とは、薬物問題に対する公衆衛生政策の考え方です。依存性の高い薬物やアルコール、たばこなどをやめることができないとき、その使用量を減らすのではなく、「害を減らすこと」を目指して実践する方法・政策です。

最近では、その理念を応用した支援も行われています。たとえば、断酒困難な人に、飲酒を許容する代わりに自動車の運転をやめてもらう、ビタミン類やタンパク質が豊富な食事を提供して少しでも肝臓の保護をする。また、禁煙困難な人が、紙巻きタバコから加熱式タバコに切り替えるのも、ハームリダクションと

しての意味は多少あります。この考え方は依存症以外の問題にも応用できます。リストカットの場合、ナイフで切る代わりに冷たい氷を強く握りしめる、自傷後の傷のケアを推奨する。摂食障害の人に拒食や過食嘔吐を容認しつつも、最小限度のカロリーを含むプロテインとビタミン・ミネラル成分の補給を提案したり、胃酸による歯の腐蝕を防ぐべく嘔吐後の歯磨きを提案する、などの方策があり得るでしょう。

今回のこんぼ亭では、なんでも禁止するのではなく、「徐々に害を減らす」考え方を広めることで、本人も支援者も気持ちが楽になることを提案します。(松本俊彦)



くわしくはこんぼ亭ホームページで。

第98回こんぼ亭

https://www.comhbo.net/?page_id=43279

お問い合わせ **047-320-3870**
272-0031 千葉県市川市平田3-5-1 トノックスビル2F 認定NPO法人コンボ



第98回こんぼ亭 オンライン



お申込み方法

【お申込方法】 インターネットからの参加申し込みが難しい方は、コンボ事務局までご連絡下さい。
以下のサイトからお申し込みください。

(クレジットカード決済、コンビニ支払いです)

<https://comhbotei98.peatix.com>



◀ スマホの方は、こちらからアクセスできます。

※お申込みの個人情報、各種手配・手続き、コンボからの各種お知らせ以外には使用いたしません。

【オンライン開催について】

- パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。
- オンラインの講演会システムZOOM(ズーム)ウェビナーを使用します(ウェビナーは、視聴している人の映像は画面に映りません)。
- お申込いただいた方には、開催前日に、URLとパスワードをお送りいたします。
- お送りしたURLをクリックし、パスワードを入力してログインしてください。

【ご注意——コンボからのメール送信について】

- スマホでメールを受信する場合に、パソコンからのメールを受信できないといった現象がよく起きます。この場合、迷惑メールの設定で受信拒否をしている可能性があります。スマホの方は、必ず事前にコンボからのメール(comhbotei@gmail.com)を受信できるよう設定しておいてください。
- 開催前日にメールを送りますが、土曜日にアクセスできるメールアドレスをご使用ください。

【こんぼ亭講演会当日について／当日視聴できない場合】

- 講演会開始15分前から接続可能です。
- 講演会での質問は、「Q&A」という機能がありますので、質問をすることができます。
- 後半のトークライブは、みなさんからいただいたご質問をもとに、進めて参ります。
- 全てのご質問にお答えできない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

後から視聴
できます!

当日に視聴することができなくても、参加申し込みをされた方は、今回のこんぼ亭を約1～2週間に限り、ウェブサイトにて視聴することができます。録画後編集するため、配信するまでにしばらく時間がかかりますので、開催後、メールにてご案内をお送りいたします。

くわしくは、コンボのウェブサイトで。
https://www.comhbo.net/?page_id=43279

第98回こんぼ亭

