

# OD倶楽部

## 合法薬使い達の 孤立と本音

大阪ダルク ディレクター・Freedom代表  
倉田めば(MHSW)

## ○D倶楽部を始めた理由

(1) 大阪ダルクに通所したり、入所する仲間の多くが覚醒剤ユーザーであり、市販薬、処方薬ユーザーの方が相談に来られても、ダルク利用に至らないこと。

(2) 倶楽部のメイン・ファシリテーター(倉田めば)自身が、市販薬、処方薬の○D当事者であり、自助グループや回復施設にアクセスする直前の入院は、○Dと自傷によるものであったため、○D当事者のピア・サポートについては関心があった。

## 典型的な症状

### ○アルコール依存症

＜一杯飲んだらコントロールが効かない

### ◇覚醒剤依存症

＜長期間やめていても強いクレイビング(渴望)に襲われる

### ☆市販薬・処方薬OD

＜自己破壊行動スペクトラム→

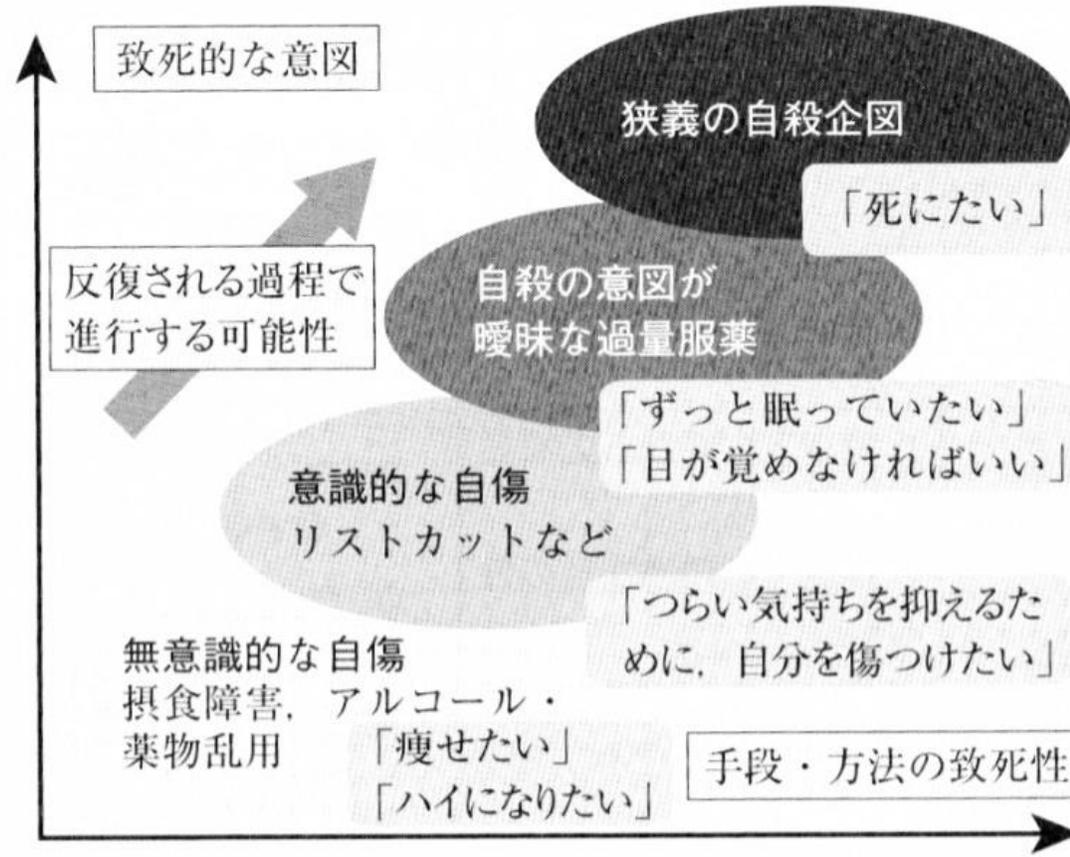


図1 自己破壊的行動スペクトラム (文献11より引用)

## OD倶楽部の10ヶ月（'22.12～'23.9）

- 大阪ダルクのプログラムの一つとして2022年12月にスタート
- 毎週火曜日15時15分～16時30分、会場 Freedom
- 2023年1月よりオンラインとのハイブリッド
- オンラインでは、顔出しをしなくても参加できる
- 倶楽部の進行の仕方
- 当事者以外の援助職などの見学も毎回1名～2名程度可能
- 倶楽部が終わってから15分程度の雑談、質問タイムを設ける

## OD倶楽部の10ヶ月(2) '22.12~'23.10

- OD倶楽部開催数・・・47回
- 参加者数・・・45名  
(男性13名、女性29名、その他3名)
- 延べ参加者数・・・378名
- 会場参加よりオンライン参加が多い
- オンラインは全国から参加
- 他の回復施設、病院からの参加もある
- すでに自助グループ体験のある仲間も多い

## OD倶楽部メモ

- 「過量服薬」「ほろ酔いOD」「常用量依存」
- 薬をやめていなくても参加できる。
- インフォメーションに「依存」「回復」という言葉を使わない。
- 対人関係についての話や相談が多い。
- 社会的に孤立している人が多い。
- 現在、毎回10名～12名くらい参加があるが、増えて行った時にどうするか？
- ダルクがやっているが、一銭にもならない。