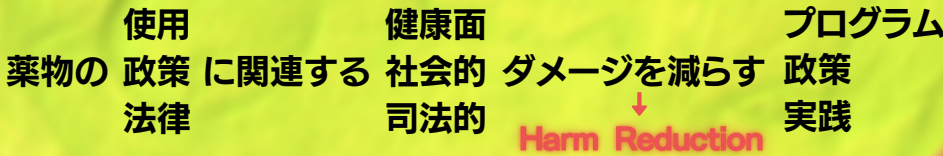




ハームリダクションとは...



ハームリダクションは

- 1 公衆衛生
- 2 人権擁護

1 公衆衛生

依存症の治療・回復支援のためにデザインされた療法や技法ではない...

2 人権擁護

当事者が中心
||
People who Use Drugs
薬物使用がある人

できることは...?

- ・脱植民地化という希望 (誰がほっとするの...?)
- ・若者や女性の当事者たちと連帯しているところと...

ハームリダクションの代表的な取り組み

- 1. 注射器の交換・配布
 - 2. オピオイド代替療法
 - 3. 薬物使用ルーム
 - 4. 救命薬(拮抗薬)の配布
 - 5. セーフアグッズの配布
 - 6. 健康情報の提供・健康教育
 - 7. 麻薬栽培の代替開発
 - 8. 薬物政策の改革 (麻薬戦争の終結)
- + 心理社会的支援

OD 市販薬・処方薬へのアプローチ

2023.11.11

OKチャット

~当事者コミュニティで“シェルター”になれば

古藤吾郎

ハームリダクション東京 共同代表

実装のポイント

- + 1 ハードルが低い
- 2 伴走する
- 3 いま役立つ

ハームリダクションのアクティビストとして当事者と出会うから...

薬物使用が道徳的問題(ルール違反)だとする視点から解放されている

脱植民地化 当事者たちが中心 奪われた尊厳を取り戻す

薬物使用は健康の「問題」じゃなくて健康の 이슈ー

依存症・アディクション・乱用・回復・治療...という土俵に乗っていない

当事者ゼロを目指す運動(麻薬戦争)ではない。当事者も暮らす社会で、当事者コミュニティの健康と安全(命)を守る

ハームリダクション
東京
2023年活動レポート
より

OKチャット 月・火・木・金（休日のぞく）
2pm-6pm
メッセージは24時間・365日OK

info PDFはリンクを
クリック

2023年活動レポート
フルバージョン



2022年度の総チャット数 チャットで出会った人数

2,377回
(前年度1,853回)

231人
(前年度 314人)

この1年を振り返って...

この1年、市販薬・処方薬のOD（過剰摂取）がメディアなどでとりあげられることが増えてきたと感じます。ほとんどの場合、OD自体が問題とみなされ、ODをやめましょう、手放しましょうというメッセージが伝えられます。覚せい剤や大麻などのいわゆる違法薬物においては、いわずもがなでNOとなります。

私たちは健康のために断薬を目指すことを否定しません。それも大切なアプローチのひとつです。同時に、NOだけを良しとする社会の姿勢に危機感を抱いています。NOというアプローチしかない社会では、現実にもODをする・薬物を使用する当事者たちは排除されてしまい、安心して日常の困りごとを話せる場所が育たないからです。

私たちのチャットでは、「はじめて話した」「話せると思わなかった」そういう声をよく聞きます。これまでに援助職に話したことがあるけれど、がっかりされた、もうしてはダメだと言われた、怒られた、通報すると脅された、話しても流された、診察時間が短いから話せる気がしない...、だからもう話そうと思わなくなった、ここで話したい、という声もよく寄せられます。

薬物依存症の回復支援の場では、「他の人はやめているのに自分はできていない」、「親切に接してもらえりけれど自分はそれに応えられない」、「頑張ってやめている人たちがいるところで、がんがん使っていることをとても話せない」...それで自分を責める、ますます孤立する、と感じる当事者たちにも出会います。

どうしてこれだけの当事者たちに出会えるのか

この1年で、200人以上の人と出会い、2,000回以上のチャットをしてきました。そしてその9割以上が、薬物使用がある当事者たちです。いまの日本では本当に稀有なことと捉えています。ここが当事者たちにとって安全・安心して話せる場所（シェルター）として機能できていると実感しています。

どうして伴走を大切にするのか

激しめなOD・薬物使用の背景には、複合的で社会的な（個人レベルじゃない）問題が深く影響していると考えられます。そしてそれはすぐに解決したり消えたりしない場合も多いでしょう。ODや薬物使用をすることで、いまを生き延びようとしていると、出会う当事者たちから教えてもらいます。だからこそ、ときには数年でも、伴走していくことが不可欠と考えます。活動開始して2年度め、ますます多くの当事者たちと伴走しています。

なにを目指すのか

当事者たちが命を落とすことがないように・生き延びることを目指します。大きなアクシデントやダメージを少しでも抑えられるように、そして少しでも安全に・健康でいられることを目指します。孤立化も防ぎます。その実現のために、ハードルが低く、アクセスしやすく、当事者を中心にしたハームリダクションのサービスが必須だと考えます。

どんな人たちと？

10代から中年まで。学生も、仕事している人も今はしていない人も。ヘテロセクシャルもLGBTQも。男性だけじゃなくたくさんの女性も。

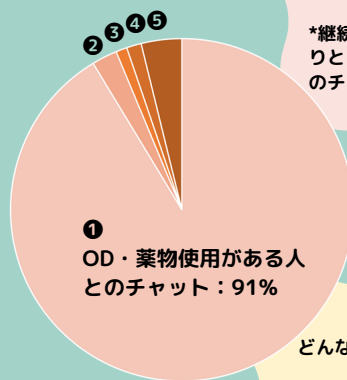
前年度はヤフーニュースのTopに取材記事が掲載された際に、非常にたくさんの方の訪問があり、人数が多くなりました。2022年度は231人と2,000回を超えるチャットをしましたので、ひとりひとりより伴走的なやりとりを実現することができました。

総チャットの内訳

- ① OD・薬物使用がある人とのチャット：91%
- ② 家族とのチャット：3%
- ③ 知り合い・友達・恋人：1%
- ④ 援助職・その他：1%
- ⑤ 不明：4%

そのうち、伴走タイプ*のチャット：92%

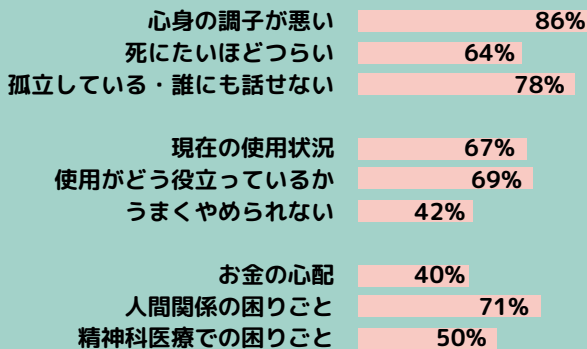
*継続的・断続的にやりとりしている人とのチャット



どんなクスリを？

さまざまな市販薬・処方薬・個人輸入薬から覚せい剤、大麻、MDMA、ラッシュなど多様です

チャットでよくでる話題は...（複数あります）



ハームリダクションの具体的な話 82%

0 20 40 60 80 100%