

聴覚障がいと アルコール関連問題 理解とサポート

～支援者向けガイド～

聴覚障がいの支援者とアルコール依存症の支援者が互いに学び合い、いつか「手話を言語」とした自助グループを立ち上げたいという共通の目的のもと、令和4年3月から活動をはじめ、これまでの経験をもとに、このガイド作成しました。ご意見やご感想をいただければ幸いです。このガイド作成にあたり、私たちと関わり、さまざまなことを教えてくださった聴覚障がいのある方、アルコール依存症のご本人とご家族に深く感謝いたします。

聴覚障がいのあるアルコール依存症者のグループ検討会 〈お問い合わせ〉	1
・オラシオン相談支援センター oracion-inc@nifty.com	
・相談支援「ゆに」 unii1999@cilyao.jp	
作成 聴覚障がいのあるアルコール依存症者のグループ検討会	
監修 今川竜二（東大阪生協病院） 辻本土郎（東布施野田クリニック）	
発行 令和8年1月	
印刷 アドバンスエデュース	
本ガイドは、公益財団法人 三菱財団の助成を受けて作成しました。 非営利目的に限り、出典を明記したうえで複製および配布を許可します。ご活用の際は、内容やデータを改編せず、原文のまま印刷してご使用ください。内容の改編を希望される場合は、事前にお問い合わせ先までご連絡ください。	

アルコール依存症とは？

長期間、多量にお酒を飲み続けることで脳の働きに支障をきたし、飲酒のコントロールができなくなる病気です。最初は気晴らしや楽しみだったお酒が習慣となり、次第に「お酒がないと落ち着かない」「以前より多く飲まないと酔えない」「酒が切れると手が震える・眠れない」といった症状が出てきます。気づいたときには「やめたいのにやめられない」状態に陥り、自分を責めながらも飲まずにはいられない、とても苦しい状況になります。

関連する問題

- 飲酒のコントロールができなくなると、様々な問題が生じます。
- ・身体 の健康
 - ・こころ の健康
 - ・家族・人間関係
 - ・仕事・生活

表面に出てきた問題への対応だけでは解決できず、根っこにある「お酒の問題」に向き合うことが大切です。

発症の要因

アルコールは依存性のある薬物のひとつであり、長期・多量の飲酒が依存症を引き起こします。依存症の背景には...

- ・ 心理的要因（不安、孤独、ストレス）
- ・ 社会的要因（人間関係、生活困難）
- ・ 生物学的要因（体質、脳の働き）

が重なっています。性格や意志の弱さが原因ではありません。つまり、「お酒を飲む人なら誰でもなりうる病気」なのです。

回復できる病気です

アルコール依存症は慢性疾患であり、「適度に飲める状態」に戻すことはできず、1杯でも飲めば再び元の苦しい飲み方に戻ってしまいます。しかし、治療や支援を受けながら断酒を続けることで飲酒の悪影響から回復し、自分らしい生活を取り戻すことが可能です。

- ・ 適切な医療
- ・ 家族や支援者の理解
- ・ 仲間（自助グループ）とのつながり

これらが回復を支える大切な要素です。

家族への支援

アルコール依存症は本人だけでなく、家族にも大きな影響を与える病気です。家族は「本人を支える役割」を求められがちですが、実は家族自身も病気の影響から回復し、主体的な生活を取り戻すことが大切です。家族が落ち着きや元気を取り戻してこそ、本人に適切に向き合えるようになります。

そのためには、安心して相談できる場や同じ経験をもつ仲間の存在が必要です。医療機関や行政機関では、家族相談や家族教室を行っています。民間団体によって運営されている、家族の自助グループもあります。本人が治療につながっていなくても、家族から支援を受け始めることができます。

回復のために必要なこと

アルコール依存症になると「意志や我慢」だけでアルコールをやめられません。回復には、適切な治療、安心して相談できる人や場所、そして同じ経験をもつ仲間の存在が欠かせません。回復は、信頼できる人との出会いから始まります。今そばにいるあなたとのつながりが、その第一歩になるのです。

社会資源（1）

- 【医療】
- ・ 依存症専門病院・クリニック
ソーシャルワーカーが窓口となり、受診・治療・リハビリについて、相談に応じます。断酒を続けるために、デイケアやリハビリプログラム（集団療法・認知行動療法など）もあります。
 - ・ 精神科訪問看護
療養環境の整備、心身の不調の早期発見・対応、断酒の動機づけなどを行います。
 - ・ 医療情報ネット（ナビィ）
検索により聴覚障がい者への配慮をしている医療機関を調べることができます。

- 【自助グループ】
- ・ 断酒会
日本各地にあり、アルコール依存症の回復を目指す人々が集まり、互いに支え合いながら断酒を継続するための自助グループです。

- ・ AA（アルコホーリクス・アノニマス）
世界で約150の国にあり、アルコール依存症から回復したいと願う人々が集まる匿名の自助グループです。

- 【行政】
- ・ おおさか依存症ポータルサイト
断酒会
断酒会に関する正しい知識、大阪府内の医療機関・相談機関等検索や普及啓発リーフレットなど様々な情報を掲載しています。

- ・ 保健所や各市町村等の精神保健窓口での相談
家族や関係者からの相談も受け付けています。精神保健福祉相談員や保健師などが医療機関受診や社会復帰に向けた相談などに応じています。嘱託医が勤務していることもあり、状況に応じて直接自宅に訪問してくれる場合もあります。

- ・ 市町村の障がいに関わる窓口
手話通訳者や要約筆記者の派遣申し込みが可能です。

- 【その他】
- 障がい福祉・介護保険サービスには、聴覚障がい者支援・依存症支援の経験豊富な相談機関への相談を推奨します。

Q&A（よくある質問）

Q. 依存症かどうかわからなくても相談できますか？
→ できます。お酒が困りごとの一因かもしれないときは、ご相談ください。

Q. 本人や家族が医療機関に行くことをためらう場合は？
→ 不安や偏見が背景にあることも多いです。関係機関と連携して、時間をかけて一緒に考えていくことが大切です。

Q. 医療機関で聴覚障がいへの配慮はありますか？
→ 受診のときは、行政の通訳派遣制度を使って、手話通訳・要約筆記を事前に申し込み、調整することができます。費用や申し込み方法は、利用する自治体担当課に確認してください。

Q. 就職すればお酒はやめられますか？
→ これまでの飲酒習慣や仕事のストレスにより再飲酒リスクが高まります。就職後も断酒を続けられる計画が必要です。就職前に、これらのリスクへの対処方法や断酒を続けるためにできることを学ぶことが大切です。

Q. なぜ自助グループが大切なのですか？
→ 依存症は「孤独の病」とも言われています。仲間とのつながりが回復を支え、断酒を続ける助けになります。

～コラム（事例）～
『回復の歩み』

聾学校を卒業してから、仕事が長く続かず転々としていました。そのあいだ、お酒に頼るようになり、食事もありとらない生活になっていきました。人にだまされて借金を抱え、ホームレスになったこともあります。そんな中、生活保護のケースワーカーさんが、あきらめずに寄り添ってくれて、アルコール専門病院への入院につながりました。入院中に断酒の基礎を学び、その後は依存症専門のクリニックに通い続けています。治療では、手話通訳者の派遣や筆談をしてもらい、安心して話すことができました。退院後は、相談支援や手話のできるヘルパーさん、訪問看護のサポートを受けながら生活を整えていきました。生活訓練事業所ではSST（社会生活技能訓練）や当事者研究に参加し、3か月ごとに支援会議を開きながら、5年間かけて少しずつ生活を立て直していきました。その後は就労継続支援B型で働く練習をし、就労移行支援にもつながりました。お酒をやめ続けるのは簡単ではありませんでしたが、手話通訳派遣制度を利用して、週1回、自助グループに通い続けることで支えを得られました。仲間と励まし合いながら、今では断酒12年を続けることができています。

聴覚障がい是一人ひとり違います

<聞こえ方の違い>

- 少し聞こえる人
- まったく聞こえない人
- 片耳だけ聞こえない人

<コミュニケーションの違い>

- 手話を使う人
- 音声でやりとりできる人
- 筆談が得意な人
- 筆談が苦手な人

<話し方の違い>

- 話せる人
- 話せない人
- 話さない人



～「情報保障」～

聴覚障がいのある人が、周囲の人と同じように情報を受け取り、理解し、参加できるようにするための支援を、情報保障といいます。音で伝わる情報を、文字や手話、視覚的な方法でわかるようにすることが大切です。情報保障は、「特別な配慮」ではなく、平等に社会に参加するための基盤です。

9

コミュニケーション方法を確認

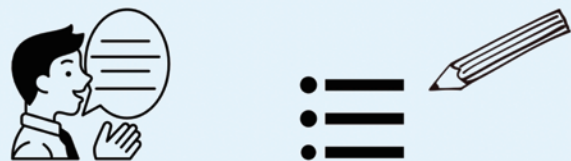


コミュニケーション方法は、個々によって異なります。

必ずはじめに確認をしましょう。

例) 手話・音声・口話・筆談・写真・図・音声認識アプリなど
手話通訳や要約筆記が必要な場合は通訳派遣の手配を行います。

話すときのポイント



- ・ ゆっくり・はっきり 口の形がわかるように話しましょう。
- ・ 筆談は、短く簡潔に書きましょう。
- ・ 図、絵、写真、動画などの視覚情報を活用しましょう。

10

必要な環境を整える



■ やりとりで集中できる環境

聴覚障がいのある人は、口形・表情・手話などの視覚情報で相手の話を理解します。そのため、周囲に人の出入りが多かったり、背後で動く人がいたりすると、視界に“目に入るノイズ”が増え、会話に集中しにくくなります。話している人だけに集中できる、落ち着いた視界が必要です。

■ 音の影響を減らす

補聴器や人工内耳を使っている人にとって、周囲の音が「全部まとめて同じ大きさで入ってくる」ことがあります。近くの声、遠くの声、物音など区別されず耳に入るため、話している相手の声だけに集中することが難しくなります。静かな場所を選ぶ、余計な物音を減らす、向かい合って話すなどの工夫で、聞き取りやすさが大きく変わります。

■ プライバシーの確保

手話や口形での会話は、音声と違い“距離が離れていても内容が見えてしまう”という特性があります。周囲に人がいると、話題によっては内容が他者に見えてしまうことに不安を抱える方もいます。「安心してゆっくり話せる、周囲の視線を気にしない空間」の確保が必要です。

11

支援者に知っておいてほしいこと



✓ 筆談だけでは伝わらないこともある

人によって日本語の読解力や知っている言葉の数は違います。筆談が有効な場面もありますが、それだけでは伝わらないこともあります。

✓ うなずき = 理解ではない

会話の中でうなずくことがあります。「わかりました」という意味とは限りません。聞いている合図や話を続けてほしいというサインのこともあります。

✓ 表情や視線を大切に

表情や態度、視線をあわせることで、より伝わりやすくなります。相手の反応を見ながら、ゆっくり丁寧に伝えてみてください。聴覚障がいのある人は、情報が伝わりにくいことで、支援や治療につながりにくいです。孤立感や偏見、コミュニケーションの壁により、相談の第一歩が踏み出しにくいのです。

✓ 情報保障の活用を

受診や面談時に、手話通訳や要約筆記などの情報保障を利用できることを支援者が理解し、必要に応じて活用できるようにしておくことが大切です。正確な情報を伝えることは、適切な治療や回復につながる重要な支援です。

12

背景理解と適切な支援のために（１）



■ 病気の説明を伝わりやすくする工夫

情報が音声中心のため、聴覚障がいのある方には十分に情報が得られないことがあります。

手話、筆談、写真、図、絵、動画（手話付き・字幕付き）など、視覚的で分かりやすい資料を活用しましょう。

■ 発症や再飲酒リスクを高める背景

聴覚障がいに伴う生きづらさから、ストレスや孤立感が強まり、発症の要因につながることがあります。

- ・ 周囲との会話についていけないことへの不安や疲労
- ・ 情報が得られないことによる疎外感や不安
- ・ 「わかったふり」をしなければならない場面での緊張
- ・ 誤解や偏見を受けることへの無力感
- ・ 自分の気持ちを十分に表現できないもどかしさ

こうした積み重ねが、心身の負担となり、回復を難しくすることがあります。

13

背景理解と適切な支援のために（２）



■ 回復を支える家族へのサポート

家族自身も回復の主体者です。手話通訳や要約筆記等を利用し、家族と本人が安心できる環境を整えましょう。

ただし、家族が通訳を担う場合は、「家族としての立場」と「通訳者としての役割」を分けることが大切です。家族の思いや感情が入ると、正確な情報伝達が難しくなることがあります。

できるだけ第三者の通訳者を依頼し、家族は支え手として本人を見守る立場を大切にしましょう。

■ 適切な医療機関へつなげる

聴覚障がいのある人が安心して医療を受けられるよう、本人の意思を尊重しながら、わかりやすい方法で情報を伝え、適切な医療機関につなげたり、情報保障環境を整えましょう。

■ 回復に向けた支援

アルコール依存症は、適切な治療や支援につながることで「回復できる病気」です。

そのためには、安心して医療・プログラム・自助グループに参加できる環境づくりが欠かせません。

14

関連手話単語（１）

手話



通訳



筆談



支援



一緒



仲間



家族



※本イラストは手話表現を示した参考図です。
動きや細かな表現については、あわせて動画等でご確認ください。

15

関連手話単語（２）

元気



つらい



安心



困る



やめる



病気



※本イラストは手話表現を示した参考図です。
動きや細かな表現については、あわせて動画等でご確認ください。

16