

English	Japanese
The following indicators or warning signs are associated with alcohol and drug addiction, and other physical and mental disorders. Use this list in psychological first aid situations. If several symptoms are present, refer the person for alcohol and drug assessment. This list is not to be used as a substitute for a screening or qualified clinical assessment.	以下の諸症状は、アルコール・薬物依存症、身体障害、精神障害の兆候・危険信号だと考えられます。緊急時の参考にしてください。これらの症状が複数見られる人には、医師の診断を薦めてください。以下にあげた諸症状のリストは、医学的判断の代わりとなるものではありません。
Physical/Emotional Indicators	身体や感情に現れる兆候・危険信号
Has smell of alcohol on breath or marijuana on clothing	息にアルコールのにおいがしたり、衣服に大麻のにおいがする。
Has burned fingers, burns on lips, or needle track marks on arms	指や唇にヤケドがあったり、腕に注射の痕がある。
Slurs speech or stutters, is incoherent	ろれつが回らない、どもりがち、言っていることが意味をなさない。
Has difficulty maintaining eye contact	相手の目をしっかり見ることができない。
Has dilated (enlarged) or constricted (pinpoint) pupils	瞳孔が開いている状態、あるいは縮んだままの状態である。
Has tremors (shaking or twitching of hands and eyelids)	震えが止まらない（手やまぶたが震えていたり、ピクピクとけいれんしている）。
Is hyperactive and overly energetic	活動過多。度を過ぎて活発である。
Appears lethargic or falls asleep easily	無気力に見える。すぐに眠ってしまう。
Exhibits impaired coordination or unsteady gait (e.g., staggering, off balance)	手足の動きがうまく機能せず、足元がふらふらする（よろめいたり、バランスが取れない状態）。
Speaks very rapidly or very slowly	非常に早口で話したり、非常にゆっくり話す。
Experiences wide mood swings (highs and lows)	気分のむらが激しい（躁状態と鬱状態の差がある）。
Appears fearful or anxious; experiences panic attacks	おびえたり、心配そうにしている。パニック発作を起こす。
Appears impatient, agitated, or irritable	イライラして短気、落ち着かない、怒りっぽい。
Is increasingly angry or defiant	怒りっぽさが強まったり、けんか腰になりがち。
Personal Attitude/Behavior Indicators	態度や行動に現れる兆候・危険信号
Talks about getting high, uses vocabulary typical among drug users	薬物で気分を良くしたいなどと話したり、薬物依存症者の使いそうな言葉を発する。
Behaves in an impulsive or inappropriate manner	その場に不適切、あるいは衝動的な行動を

	とる。
Denies, lies, or covers up	事実を否定する、ウソをつく、隠そうとする。
Takes unnecessary risks or acts in a reckless manner	不必要な危険を冒そうとしたり、無鉄砲な行動をとる。
Breaks or bends rules, cheats	規則を破ったり、都合の良いようにルールを歪曲したり、ごまかしたりする。
Misses interviews, appointments, or meetings or arrives intoxicated	会合などを連絡なしに欠席したり、陶酔状態で現れたりする。
Fails to comply with program requirements without easily verifiable reasons (may be verbally uncooperative to disguise the problem or divert attention)	作業上のルールに従わず、わざと真偽が分かりにくい理由を持ち出して、物事を正当化しようとする（問題を隠したり、注意をそらすためか、言うことが非協力的である）。
Cognitive/Mental Indicators	心理面、精神面に現れる兆候・危険信号
Has difficulty concentrating, focusing, or attending to a task	与えられた任務や仕事に集中することが難しい。
Appears distracted or disoriented	気が散ったり、頭が混乱してしまう。
Makes inappropriate or unreasonable choices	物事の判断が不適切で、合理的でない。
Has difficulty making decisions	判断や決断ができない。
Experiences short-term memory loss	短期的な記憶を喪失している。
Experiences blackout	一時的に気を失ってしまう。
Needs directions repeated frequently	繰り返し同じ指示を受けないと、作業が出来ない。
Has difficulty recalling known details	良く知っているはずのことが思い出せない。
Needs repeated assistance completing ordinary paperwork (e.g., application forms)	申込書のような簡単な書類の記入にも戸惑い、援助を必要とする。

United States Based Resources

米国を本拠地とする相談窓口

Western United States	米国西部
Asian Counseling and Referral Services 3639 Martin Luther King Jr. Way S, Seattle, WA 98144 Phone: (206) 695-7600 Website: www.acrs.org	アジアン カウンセリング アンド リファーラル サービス (Asian Counseling and Referral Services) 3639 Martin Luther King Jr. Way S, Seattle, WA 98144 電話 : (206) 695-7600

Tips for Emergency and Disaster Response Workers:
Possible Alcohol and Substance Abuse Indicators

緊急災害担当者へのアドバイス
アルコールや薬物乱用の兆候・危険信号について

	ウェブサイト： www.acrs.org
Asian Community Mental Health Services 310 8 th Street, Suite 201, Oakland, CA 94607 Phone: (510) 451-6729 Website: www.acmhs.org	アジアンコミュニティ・メンタルヘルス サービス (Asian Community Mental Health Services) 310 8 th Street, Suite 201, Oakland, CA 94607 電話：(510) 451-6729 ウェブサイト： www.acmhs.org
Asian Pacific Development Center 1544 Elmira, Aurora, CO 80010 Phone: (303) 365-2959 Website: www.apdc.org	アジア・太平洋開発センター (Asian Pacific Development Center) 1544 Elmira, Aurora, CO 80010 電話：(303) 365-2959 ウェブサイト: www.apdc.org
Asian Pacific Family Center 9353 E Valley Blvd, Rosemead, CA 91778 Phone: (626) 287-2988 Website: www.pacificclinics.org	アジアンパシフィック・ファミリーセンター (Asian Pacific Family Center) 9353 E Valley Blvd, Rosemead, CA 91778 電話：(626) 287-2988 ウェブサイト： www.pacificclinics.org
Coalition for A Drug-Free Hawai`i 1130 N. Nimitz Hwy., Suite A259, Honolulu, HI 96817 Phone: (808) 545-3228 Website: www.drugfreehawaii.org	ハワイ違法薬物追放連合 (Coalition for A Drug-Free Hawai`i) 1130 N. Nimitz Hwy., Suite A259, Honolulu, HI 96817 電話：(808) 545-3228 ウェブサイト： www.drugfreehawaii.org
Hawaii Department of Mental Health The Adult Mental Health Division 1250 Punchbowl Street, Room #256, Honolulu, HI 96813 Phone: (808) 586-4686 Website: www.amhd.org	ハワイ精神保健省 (Hawaii Department of Mental Health) 成人精神保健部 (The Adult Mental Health Division) 1250 Punchbowl Street, Room #256, Honolulu, HI 96813 電話：(808) 586-4686 電話： www.amhd.org
Little Tokyo Service Center 231 E Third St, Suite G-106, Los Angeles, CA 9001 Phone: (213) 473-3030 Website: www.ltsc.org	リトル東京サービスセンター (Little Tokyo Service Center) 231 E Third St, Suite G-106, Los Angeles, CA 9001 電話：(213) 473-3030 ウェブサイト： www.ltsc.org

<p>National Asian American Pacific Islander Mental Health Association 1215 19th Street, Suite A, Denver, CO 80202 Phone: (303) 298-7910 Website: www.naapimha.org</p>	<p>ナショナル・アジアンアメリカン・パシフィックアイランダー精神衛生協会 (National Asian American Pacific Islander Mental Health Association) 1215 19th Street, Suite A, Denver, CO 80202 電話 : (303) 298-7910 ウェブサイト : www.naapimha.org</p>
<p>RAMS Inc. 3626 Balboa Street, San Francisco, CA 94121 Phone: (415) 668-5955 Website: www.ramsinc.org</p>	<p>RAMS Inc. 3626 Balboa Street, San Francisco, CA 94121 電話 : (415) 668-5955 ウェブサイト : www.ramsinc.org</p>
<p>The Union of Pan Asian Communities 1031 25th Street, San Diego, CA 92102 Phone: (619) 232-6454 Website: www.upacsd.com</p>	<p>アジア全域共同体連合 (The Union of Pan Asian Communities) 1031 25th Street, San Diego, CA 92102 電話 : (619) 232-6454 ウェブサイト : www.upacsd.com</p>
<p>Eastern United States</p>	<p>米国東部</p>
<p>Japanese American Citizens League 1828 L Street NW, Suite 802, Washington, D.C. 20036 Phone: (202) 223-1240 Website: www.jacl.org</p>	<p>日系アメリカ人市民同盟 (Japanese American Citizens League) 1828 L Street NW, Suite 802, Washington, D.C. 20036 電話 : (202) 223-1240 ウェブサイト : www.jacl.org</p>
<p>Harvard Program in Refugee Trauma Department of Psychiatry, Massachusetts General Hospital 22 Putnam Avenue, Cambridge, MA 02139 Phone: (617) 876-7879 Website: www.hprrt-cambridge.org</p>	<p>ハーバード難民トラウマプログラム (Harvard Program in Refugee Trauma) Department of Psychiatry, Massachusetts General Hospital 22 Putnam Avenue, Cambridge, MA 02139 電話 : (617) 876-7879 ウェブサイト : www.hprrt-cambridge.org</p>
<p>New York Coalition for Asian American Mental Health Two Bridges 275 Cherry Street, New York, NY 10002 Phone: (212) 720-4524 Website (Japanese): www.jassi.org Website (English): www.jassi.org/index_E.html</p>	<p>アジア系アメリカ人精神衛生ニューヨーク連合 (New York Coalition for Asian American Mental Health) Two Bridges 275 Cherry Street, New York, NY 10002 電話 : (212) 720-4524 ウェブサイト (日本語) : www.jassi.org ウェブサイト (英語) : www.jassi.org/index_E.html</p>

Information Clearinghouses	情報提供機関（クリアリングハウス）
<p>National Mental Health Information Center (NMHIC) P.O. Box 42557, Washington, DC 20015 (800) 789-2647 (English and Español) (866) 889-2647 (TDD) www.mentalhealth.samhsa.gov</p>	<p>国立精神衛生情報センター（National Mental Health Information Center (NMHIC)） P.O. Box 42557, Washington, DC 20015 (800) 789-2647（英語とスペイン語） (866) 889-2647（聾啞者用通信機器） www.mentalhealth.samhsa.gov</p>
<p>National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (NCADI) P.O. Box 2345, Rockville, MD 20847-2345 (800) 729-6686 (English and Español) (800) 487-4889 (TDD) www.ncadi.samhsa.gov</p>	<p>全米アルコール・薬物情報センター (National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (NCADI) P.O. Box 2345, Rockville, MD 20847-2345 (800) 729-6686（英語とスペイン語） (800) 487-4889（聾啞者用通信機器） www.ncadi.samhsa.gov</p>
Treatment Locators	治療機関の検索ガイド
<p>Mental Health Services Locator (800) 789-2647 (English and Español) (866) 889-2647 (TDD) www.mentalhealth.samhsa.gov/databases</p>	<p>精神保健サービス検索ガイド (Mental Health Services Locator) (800) 789-2647（英語とスペイン語） (866) 889-2647（聾啞者用通信機器） www.mentalhealth.samhsa.gov/databases</p>
<p>Substance Abuse Treatment Facility Locator (800) 662-HELP (4357) (Toll-Free, 24-Hour English and Español Treatment Referral Service) (800) 487-4889 (TDD) www.findtreatment.samhsa.gov</p>	<p>薬物乱用治療施設検索ガイド (Substance Abuse Treatment Facility Locator) (800) 662-HELP (4357)（フリーダイヤル、24時間 英語とスペイン語での治療照会サービス） (800) 487-4889（聾啞者用通信機器） www.findtreatment.samhsa.gov</p>
Hotlines	ホットライン
<p>National Suicide Prevention Lifeline (800) 273-TALK (8255)</p>	<p>全米自殺防止ライフライン (National Suicide Prevention Lifeline) (800) 273-TALK (8255)</p>
<p>SAMHSA National Helpline (800) 662-HELP (4357) (English and Español) (800) 487-4889 (TDD)</p>	<p>薬物乱用・精神衛生管理庁全米ヘルプライン (SAMHSA National Helpline) (800) 662-HELP (4357)（英語とスペイン語） (800) 487-4889（聾啞者用通信機器）</p>
<p>Workplace Helpline (800) WORKPLACE (967-5752) www.workplace.samhsa.gov/helpline/helpline.htm</p>	<p>ワークプレイス・ヘルプライン (Workplace Helpline) (800) WORKPLACE (967-5752)</p>

	www.workplace.samhsa.gov/helpline/helpline.htm
Japan Based Resources	日本を本拠地とする相談窓口
<p>Japanese Society of Certified Clinical Psychologists Hotline for the Care of the Heart Toll-Free: 0120-111-916 Web Site: http://www.jsccp.jp/info/infonews/detail?no=93 Contact Address: 113-0033 Tokyo-to, Bunkyo-ku, Hongo 2-40-14-401</p>	<p>日本臨床心理士会 心の相談緊急電話 フリーダイヤル 0120-111-916 ウェブサイト: http://www.jsccp.jp/info/infonews/detail?no=93 連絡先住所 〒113-0033 東京都文京区本郷 2-40-14-401</p>
<p>Japan Phone Call for Life Federation The website has a list of local phone numbers. Web Site: http://www.find-j.jp/zenkoku.html</p>	<p>日本いのちの電話連盟 全国都道府県のいのちの電話番号一覧 ウェブサイト: http://www.find-j.jp/zenkoku.html</p>
<p>Child Line The website has a list of local phone numbers. Web Site: http://www.childline.or.jp/supporter/ Contact Address: 162-0065 Tokyo-to, Shinjuku-ku, Sumiyoshi-cho 8-5 Akebono-Bashi Coop 2F</p>	<p>チャイルドライン 全国都道府県の電話チャイルドライン 全国都道府県チャイルドライン電話番号一覧 ウェブサイト: http://www.childline.or.jp/supporter/ 連絡先住所: 〒162-0065 東京都新宿区住吉町 8-5 曙橋 コーポ 2階</p>



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Substance Abuse and Mental Health Services Administration
Center for Mental Health Services
www.samhsa.gov