

平成 23 年 6 月



東日本大震災で被災された皆様へ、一日にも早い復興を心からお祈り申し上げます。

## 地域活動支援センターへの移行に伴うご支援のお願い

特定非営利活動法人 ヌジュミ 理事 田上和則

平成 23 年 5 月 10 日

女性のギャンブル依存症者たちは、行き所もなく、病気とも知らないで苦しんでいます。借金をして、家族も巻き込み、自分を責めて生きてきた方がほとんどです。

本人たちと、医療・行政関係者、家族の方と一緒に、「回復の場」＝安全で安心できる環境と回復するプログラムが必要との思いで、開設準備の話し合いがもたれました。始まりからお金もなく綱渡りの状態が続き、助成金や支援金などで、かろうじて 4 年目を迎えています。

安全で安心できる場をつくろうと開始したのに、利用者には迷惑をかけています。マンション一階のワンフロアで、狭い室内をミーティング場と事務所に分けるため本箱で間仕切りしました。が、電話対応の声は筒抜けです。悪い条件ながら利用者と一緒に使い方を工夫しながら進めています。この 4 年間でヌジュミを利用したのは 57 名です。回復のプログラムを通して自立し、仕事に就ける方は就労し、家に帰れる方は家族の元に戻りました。

実際、施設をはじめて利用者たちの女性特有の課題と問題点はみえてきました。回復の初期には、女性たちの中で、自尊心（セルフ・エスティーム）を培う大切さがあります。ミーティングだけではなく、ゆるやかなプログラムの内容で協働作業も必要といえます。元来しゃべる能力は高いのですから、一緒にやるのが自分を大事にすることにつながり、一体性を保てます。

今年の 4 月に非営利活動（NPO）法人として登録されました。横浜市健康福祉局から地域活動支援センターとして今年度の予算が決まったという連絡が入り

ました。今後は保土ヶ谷区役所と相談しながら話を進めることとなります。

行政の許可はありましたが、一番大きな問題は資金です。これから物件探しと内装工事が必要です。今年度の予算ですから、今年中には必ず仮開所が条件になります。本開所になっても助成金はすぐにいただけませんので、開設までと助成金を受け取るまでの苦しい運営が見込まれます。

**ご協力の方法は、会員・賛助会員になっていただくことです。**

ヌジュミ（沖縄の方言で希望の意味）は、皆さんに支えられ今日に至ります。

ヌジュミが新しく生まれ変わるには、お金が必要です。皆さまのご支援がなければ、生まれ変わることはできません。何とぞ、ご支援を賜りますようによりしくお願い申し上げます。



---

### <仲間の話>

#### 私とヌジュミ

M

私がヌジュミにつながったのは、2年前の2月でした。前月の1月29日に岩崎クリニックに受診して、ヌジュミを紹介される前日まで、私はギャンブル依存症だと認められず、ギャンブル場に通い続けました。

初めてパチンコをしたのは、20歳の時で、入社したところでパチンコをする人の話を聞いて、どんなところか興味本位でギャンブル場に入り、台に座りました。当時は100円単位で玉を買えたので、5600円買ってやってみました。電動スイッチをうまく合わせられず、ほとんどの玉が無くなりました。見かねた店のおじさんが、合わせかたを教えてくださいとすぐに大当たりしました。1時間ぐらい遊んで5～6千円増えて帰りました。でも店の空気は悪いし、音は大きいし、とても怖いところとうイメージで、現金に変えられるのも嫌でした。

怖い場所だと思いつつも、ストレス解消のために時々ギャンブル場へ行きました。1回が2回、10回とギャンブル場へ行く回数は少しずつ増えていきました。それでも28歳で結婚し、東京から神奈川に移るまでは、両親がうるさいこともあって、ギャンブル場に行く回数が多くならなかつたので、結婚したらやめられるとか、子どもが生まれたらやめられるとか、きっかけさえあれば自力でやめられると思っていたので、まさか20数年間通い続けるとは思ってもみませんでした。

た。

確かに、きっかけがあれば1ヶ月とか2ヶ月ギャンブルが止まることもありましたが、でも、主人の帰りが遅いからとか、育児のストレス解消だとか、何かと理由をつけてギャンブル場に通い、止めてはひどくなるのを繰り返していました。

パチンコからスロットに変わってからは、ますますひどくなり、子どもにミルクを飲ませ、次のミルクまで、2～3時間ぐらい寝てくれるのをいい事に、その間家から15分ぐらいのところにあるギャンブル場に行き、ギャンブルとギャンブルの間に育児をする始末でした。家事も手抜き放題で、スーパーで買ったものを「チン」して出すだけとか、主人が変える15分ぐらい前にざっと掃除をするだけで、主人にばれないためにごまかすことばかり考えていました。挙句には体調が悪いといったら、主人に外食してもらい、毎日布団に寝ている状態でした。

さすがに主人も段々おかしいと思うようになり、スロットをしていることがばれても、その場は「もう二度としない」とないて謝って、その翌日にギャンブル場に行き、主人には「もう行ってないよ。」と嘘をついていました。自分の言い訳の為ならどんな嘘でもつき、主人から「お前のいう事は信用しない。」といわれても止められず、最後は自分でもスロットを楽しめなくなっても、ギャンブル場に通い続けました。自分でおかしいと思っても、お金というお金は全てメダルに変え、メダル全部をスロットの台に入れなければギャンブル場から出られず、貯金を使い果たし、子どものお金にまで手をつけるまで岩崎クリニックに電話できず、ヌジュミにもつながりませんでした。

ヌジュミにつながってからも、始めは仲間を信用できず、表面だけ従っていました。ミーティングやGAもあまり意味があると思えず、本当にギャンブルが止まるか信用できませんでした。ずっと通い続けるのもいやでした。でも、半信半疑のまま通い続け、1年のバースデーを迎えたとき、「1年間止め続けている驚きと、ヌジュミでやっているプログラムが無駄でない」ことに気付きました。ヌジュミの仲間やミーティングが私に力をくれているのです。そう思えたらとても気持ち楽になりました。「やらされている」ではなく、「やってみよう」と思えるようになったのです。

そして、更に1年通い続け、今年の2月に2年目を迎えることが出来ました。

一人だったら、やめ続けられなかったと思います。私にとってヌ



ジュミは、同じ目標を持った仲間がいる安心できる場所になっていました。

これからも、やめ続けたいです。そして一人でも多くの方が、ヌジュミにつながって回復して行って欲しいです。ありがとうヌジュミ！

## ヌジュミ家族セミナーのアンケート結果

平成23年4月24日(日)かながわ県民センターにて

講師：藤沢市 岩崎クリニック院長 岩崎正人先生

### 1. ギャンブル依存症という病気をご存知でしたか？

知っていた 10名 知らなかった 0名

### 2. 女性にもギャンブルをやめられないという、ギャンブル依存症の症状があることをご存知でしたか？

知っていた 10名 知らなかった 0名

### 3. このアンケートをお書きになっているあなたは

ご家族	6名	ギャンブル依存症の本人	2名
関係者	1名	その他	1名

### 4. 本日参加されてのご感想をお聞かせください。

- ・ 3名の方の体験談は、正直に自分を見つめてお話されて、涙が自然と出て止まりませんでした。子供(長男ギャンブラー)の気持ちがよくわかりました。
- ・ 家族も本人も、依存症をきっかけに、以前よりもっと成長していける、人間の成長のチャンスを与えてくる、そういうものだと強く本日参加して感じました。
- ・ 先生のお話は、わかりやすくとても参考になりました。ありがとうございます。正直なお話を聞かせて頂き、本当にありがとうございました。離れて暮らしている母がギャンブル依存症で、2年前から母は地元のGA、私はこちらのギャンノンに通ってます。
- ・ 会場がちょうど良い。経験談のスピーカー者の落ち着いた口調が素晴らしい。パンドラの箱が希望の箱にの話は良かった。
- ・ 家族はどうすれば良いのか?→病気を正しく理解し、本人の回復を家族として正しく援助する→何処でその知識を得るの



か?→ギャンブル依存症はまだまだ認知度が低い、受け入れる施設も少ない→問題が山積みです。どうか頑張ってください。私たちもがんばります。休憩時のBGMはいいですね!

- ・ギャンブル依存症という病気の恐ろしさを知りました。又、ご家族の身内を思う気持ちに心を打たれました。岩崎先生のお話は、とても参考になりました。ありがとうございました。
- ・家庭があるのに、ギャンブルに挑んだ感じ・・・の言葉に胸がつかまりました。人間誰も何らかの依存症があると思います。現実逃避のない人生を歩みたいものです。

---

## 岩崎先生の講演を聴いて

4月24日(日)家族セミナーにて

「無知と無理解。」

自分がギャンブル依存症に罹患し、なかなか抜け出すことが出来なかった理由はそこにあったように思います。

今まで、この病気について「知る」機会は非常に限られたものでした。同じ依存症でも、アルコール依存症はその対策の歴史が古い分、徐々に世間に認知されつつあるように思います。しかし、ギャンブルとなるとまだまだ世間の認知度は低いと言わざるを得ません。そういう現状の中で、先生の講演を聴く機会を得ることができたのは非常に幸運なことだと思います。

今回、ギャンブル依存症という病気を体系的に、分かりやすく説明していただいて、自分の中でもかなり整理できたように感じます。

先生の説明の中の一言一言を自分に照らし合わせて聴いてみると、実に当てはまることが多いのに驚かされます。

特にギャンブルへの強いこだわりが「負けを認めることができない」性質と相まって、経済的・社会的・精神的問題を作り出してゆく過程などは、まさしく自分が今まで辿ってきた人生そのもののように感じました。

今回のような講演で得た知識でもって、初めてギャンブル依存症者は  
<なぜ自分はギャンブル依存症になったのか?>

<自分の中にどのような傾向があり、またどのような環境の中でそれが形成されてきたのか?>といった「建設的な内省」に辿りつくことができるのではないかと思います。

病気の本質を「知ること」は本人の内省のみならず、本人を取り巻く家族にも「対策」という解決の道を指し示してもらえるものだと感じます。もし、この病気について「罪」があるとすれば、「病気になったこと」ではなく、この病気に対して「無知であること」にあるのではないかと考えます。

いまなおこの「罪」について苦しんでいる仲間やその家族に向け、こういったセミナーが続けて行われることを願ってやみません。

	電話相談	メッセージ
4月	5件	0箇所

女性	面接	関係者	利用者
4月	1名	0名	11名

### HELP ME! **又ジュミを続けさせてください!**



又ジュミを安定運営にするために、ぜひとも、ボランティアでのご協力を、お願い致します。

運営委員会は、毎月開いています（詳細についてはご連絡くださったときにお伝えいたします。）

#### 会員になってください!

- ・正会員 個人 1,000 円(一口以上)  
団体 5,000 円(一口以上)
- ・賛助会員 個人 1,000 円(一口以上)  
団体 5,000 円(一口以上)

\*郵便振替口座

口座番号 00270-4-61229

加入者名 又ジュミ

#### 【お問い合わせ先】

★女性の施設のため住所は省略いたします

電話&FAX 045-743-5854

携帯電話 080-6611-7526

Mail [nujyumi@nifty.com](mailto:nujyumi@nifty.com)