

## ＜女性のギャンブル依存症のリハビリテーションセンター＞

デイケアセンター **ぬじゅみ だより**

平成 27 年 4 月号 発行元 NPO 法人 又ジュミ №73



買い物依存、浪費癖などお相談ください

**年一回のバス旅行、通常ミーティングと、パッチワーク、ヨガ、調理プログラム、DVD体操、DVD鑑賞 etc しました。**

### ＜仲間の話＞

#### 旅行の感想

何日も前からステップもお祈りも頭の片隅に追いやり「行きたくない！！」を連発し、「罰を受けに行く罪人」のような私が、朝の集合場所に居ました。でも、帰りのバスでは「ひとりぼっちじゃない」「プログラムに繋がれた事で希望がある」と感じている私が居ました。

それは、チンアナゴの水槽をトントンと叩き、驚いて砂に潜る様子を何度も試して嬉しそうだったAちゃんと一緒に、トドの鳴き真似が上手な施設長が一瞬にしてペンギンやイルカを手なづける姿に「霊的成長ってこういうことなのか！！」と思えたからかも知れませんが・・・「うちのお母さん、優しいけど差がある」と笑って話してくれた娘さんにアウトレットで連れて歩かれてる施設長の姿に「こうなりたい！」って強く願い求められたからと思っています。

でもやっぱり、ずーっと仲間と一緒に過ごせた事、ミーティングさせてもらった事で温泉のようにあたたかくて、富士山のように揺るぎないどっしりとした力強い感覚をハイヤーパワーが与えて下さったのかなと



思えています。

ギャンブルの行動は止めさせていただいているものの、感情障害、コントロール障害の“問題生産機”な私です。ぬじゅみにお世話になり続けながら、ゆっくりと回復を目指したいと思っています。 M・S

### 旅行の思い出

平成 27 年 3 月 9 日（月曜日）、3 月 10 日（火曜日）と一泊二日の研修旅行として西伊豆（土肥温泉）へ行って来ました。

初日はイチゴ狩り、沢山食べました！その後はシーパラダイス！イルカショー感動しました！夜は一時間のミーティング。食事のバイキングもおいしかったですよ！（^-^）

2 日目はホテルを出発し、アウトレットパークへと行きました。

仲間達と共に旅行へ行ったのは今回で 2 度目です。昨年の私は、まだぬじゅみへ通所したばかりの頃で、再発ばかり。。何が何だか分からないまま行きましたが、当時の私は、旅行は正直つまらなかったです。楽しいはずの旅行がなぜ“楽しい”と思う事が出来なかったのか。。

私は本当に集団行動が嫌いでした。28 年間もパチスロ屋へと一人で通う日々が続いて、日常生活の一部となっていたからだと思います。もちろん周りの景色も感じないで、ひたすらスロットへと足を運び打ち続ける日々・・・借金に追われる日々、自殺未遂しようと考えてた日々、本当に悲惨な日々を過ごしていました。

ぬじゅみに通所して、自助グループへと繋がり一年が経ちました。スロットを打ち続ける事もなく、仲間達、スタッフに支えられ何とか進行を止めさせてもらって 10 ヶ月です。周囲の事も見えるようになり、季節を感じるようになり、普通の暮らしをしています。施設はまだまだ通所するけど、これも自分の為！安全な場所へと足を向けて、これからも止め続けて行く日々を送りたいと思っています。 “今日一日”

今の私が、生きていられるのも仲間達の支えがあるからだと思います。もちろん、一人では決して止められないんだと。。 Y・S

このバス旅行は楽しみにしてました。今までは熱海でしたが、今年は西伊

豆でした。苺はおいしかった。ハウスは久々で楽しかった。それも仲間の中に居たからだと思います。

私は何回目の旅行だったかな？これから先もず〜っと仲間の側に居たいです。旅館の風呂は広くって気持ち良かった。料理はおいしいので良かったけど、問題は夜でした。いびき組で私は眠れません。ご丁寧に一人一人間をあけてのいびき・・・私もかな。

最後のアウトレットはつまんない、人や犬のウォッチングは楽しい。富士山は大きくきれいでした。やはり世界のフジヤマです。 R・I こんにちは。パチンコ依存症のKといいます。私が初めてパチンコを打ったのは高一の時で、クラスメイトの女の子とその両親に誘われて、自分のバイト代で打ちました。

学生の際は友達と遊ぶとかバイトが忙しかったし、卒業してから動物関係の仕事を住み込みでやったり、動物を撮影で使う仕事をしたりで、お給料は良かったんですが、お休みが少なく疲れ切ってたので、パチンコはほとんど打ってませんでした。

ひどく打つようになったのは28歳の頃、病気の父と家に2人であるのが嫌だったり、その頃働いていたペットショップでの人間関係に悩んでいて、休みの日は朝から閉店まで打つようになりました。家に8万円渡して、残りの7~8万でパチンコを打つ。お金が無くなったら、家に入れたお金を返してもらったり、その時付き合っていた元夫に嘘をついてお金を借りたり、親のバックから盗んだり・・・。

35歳の時に結婚をして1ヶ月で妊娠しました。元夫は口が悪く「思いやり」のかけらも無いことを口にするが多々あり、妊娠3ヶ月の時にブチ切れて実家に家出をし、最後のお給料で、妊娠中にも関わらずコーヒーとタバコだけで何時間も打ってました。赤ちゃんが生まれたらもう打てないから・・・って思いながら。結局8ヶ月の時、パチンコ屋で破水してしまい、破水止めの点滴、次は陣痛促進剤、3日間陣痛を経験して、緊急の帝王切開で無事に健康な男の子が



生まれました。小さく生まれたので1ヶ月NICU（小児集中治療室）に入院してたので、自分の手元に来た時は本当に嬉しくて愛おしくて大切に…。息子が0歳の時、元夫が浮気していることに気付いたんですが、セックスレス夫婦だったし生活費稼いでくればそれでいいぐらいに思ってた、追求はしませんでした。

息子と何ヶ月間か過ごしていて、ふと「寝てるばっかだし、ちょっとぐらい打ちに行っても・・・」と思ってしまい、それから息子が3歳になる年まで、ほぼ毎日パチンコ打つようになりました。軍資金は身内、元同僚、親戚に生活費を落としたりとか、いろんな嘘をついて借りまくったり、元夫がくれた腕時計を何度も質屋に入れたり、出したり。

義姉が寝ている子供を置いてパチンコ屋に行っていることに気付き、母にも付き添われて、精神科や依存症に詳しいクリニックにも行きましたが、この日に来てくださって言われた日に行ったのに休診だったり、通院は続きませんでした。車の事故で70万が手に入り、母に息子を預けそのまま3日間失踪しました。死ぬ気でした。ある海が見える駐車場で多量服薬と手首をカッターで深く切り、母が110番したらしく警察が来て助けていただきました。

そのあと精神科の閉鎖病棟に3ヶ月入院、その時無職でずっと浮気をしてた元夫に子供を取られるのが悔しくて、区役所の福祉課に相談に行ったら「まず、あなたのパチンコ依存症をどうにかしないと親権は取れないと思います。」とハッキリ言われ、ぬじゅみのパンフレットをいただきました。隣の区役所でも同じくパンフレットをいただきました。入院中に3回元夫と話し合いをしましたが、精神科の先生に「子育ては難しいと思います。」と言われたし、信頼している兄からも「今のお前じゃ調停しても親権は取れない。よくなればまた親権取れるから」と諭されて、泣く泣く諦めました。

退院した日に離婚して親権も譲って実家に出戻り、毎日死ぬことばかり考えていましたが、2ヶ所の区役所からいただいたパンフレットを見て「このままじゃダメだ」「なんかしないと」と考え直し、母に付き添ってもらいH24年10月16日初めてぬじゅみを訪ねました。その日から毎日、一年365日大雨でも大雪でも電車が止まらない限り、朝から夜までスリーミーティングを歩き続け、昨年11月末に修了をいただきましたが、今も週3日利用させてい

ただいています。

一人ぼっちで真っ暗なトンネルの中で、右も左も分からず「死にたい」「消えたい」と思っていた私にすごく温かくて居心地のいい「私の居場所」を作ってくれて、いろんな区役所の福祉課にぬじゅみのパンフレットを配って歩いてくれた施設長に心から感謝しています。

いつか施設から旅立つ日が来るかもしれませんが、愛と共感をいただけるこの場所で、笑って回復の道を歩き続けようと思います。ありがとうございました。

M・K

\*\*\*\*\*



春のバス旅行↑2枚



↑調理プログラム



↑散策 桜満開 西谷浄水場

	利用者	電話相談	メッセージ
2月	18名	2件	6ヶ所
3月	16名	12件	7ヶ所

NPO 法人ヌジュミの財源が困窮しています！なおいっそうのご支援を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

★お振込先：加入者名 NPO法人ヌジュミ  
郵便振替口座番号 00270 4 61229  
＜カンパしてくださっている方々（順不同）＞

ほか匿名希望の皆様

＜暖かいご支援ありがとうございます。大切に使用させていただきます。＼(^o^)  
2月5日から4月16日までの支援者の皆さまを掲載させていただきました。

※お問い合わせ デイクアぬじゅみ ☎045-744-6516・  
FAX045-744-6517  
ホームページ：http://homepage3.nifty.com/nujyumi/

#### ＜編集後記＞

春の寒暖の差が激しいせいか、今年も白セキレイが施設の軒下に巣作りを始めたのですがひながかえるのは先のようにです。

精神科医によるギャンブル依存（現在の医学界ではギャンブル障害、買い物障害…）の講演に参加してきました。Q&A 時に私は2つの質問しました。一つは「パチンコやスロットはギャンブルなんですか？」です。また「ギャンブリング（賭け事をする行為）の障害」、二つは「処方箋のこと」。その答えに「依存症だけの場合は2錠以上処方する病院や診療所は変えてください」とのことでした。

講義の資料によると日本のギャンブルの歴史として685年天武天皇が紫宸殿で賭博（双六？）、689年禁止令。世界では古代インド、各国の利害調整にかけが用いられた。（前7世紀頃）などの箇所は関心をひきました。

男尊女卑の歴史上で女性の病的ギャンブリングはいつ頃かしら？

施設長 田上啓子

## みなさんにお願ひがあります

私たちはギャンブルや買ひ物の浪費で苦しんでいる女性の支援をしています。

皆様の周りにも相談する場所がなく、困っている女性がいるかもしれません。

そのような女性たちへ私たちの活動があることを伝えてください。



ぬじゅみ

〒240-0052 横浜市保土ヶ谷区西谷町

電話 045-744-6516

携帯電話 080-6611-7526

Eメール [nujyumi@nifty.com](mailto:nujyumi@nifty.com)

# ヌジュミ8周年セミナー



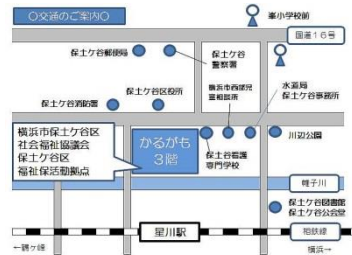
女性の回復をはばむもの  
～それぞれの回復！～

【日時】：2015年6月14日（日）10：00～15：30

【会場】：横浜市保土ヶ谷区川辺町5-11 かるがも 3階  
保土ヶ谷区福祉保健活動拠点「かるがも」

★講師：水澤都加佐先生 ソーシャルワーカー  
水澤都加佐カウンセリングオフィス

★入場：無料



【お問い合わせ】NPO法人ヌジュミ

【住所】横浜市保土ヶ谷区西谷町1230番地

【電話番号】045-744-6516

【携帯電話】080-6611-7526

主催：横浜市地域活動支援センター デイケアぬじゅみ

\*\*\*\*\*

## <プログラム>

### 午前の部

- ☆開場 . . . . . 9：30
- ☆開始 あいさつ . . . . . 10：00
- ☆スタッフとOGの体験談 . . . . . 10：10～11：50
- ☆お知らせ . . . . . 11：50～12：00

—昼食・休憩—

### 午後の部

- ☆利用者の話 . . . . . 13：00～13：30
- ☆講演 水澤都加佐先生 . . . . . 13：30～15：00
- ☆質疑応答 . . . . . 15：00～15：30
- ☆終了 . . . . . 15：30