

＜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 めじゅみ

平成 28 年新年号 №79

ギャンブル・買い物依存、浪費癖などご相談ください

## 謹賀新年

2016 年

初春のお慶びを申し上げます

旧年中のご厚情に、御礼申し上げますと共に

本年もご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます



## はじめり

NPO法人又ジュミ代表理事 田上 和則

デイケアセンターぬじゅみ（沖縄の希望の言葉で希望の意）をこれまでも物心両面にわたり、支えて下さったたくさんの方々、関係者、仲間たちに、スタッフ・理事一同心より感謝しております。

年頭にあたり、またお願いになります、「ぬじゅみ」の存続を手助けしてください。この7年を振り返り、女性たちは助けを求めにくく、顕在化しにくい現状にあることは明らかです。

ぬじゅみは2007年（平成19年）4月に任意団体として開始。女性の健康回復と社会復帰を支援する民間リハビリテーション施設を3年にわたり活動してきました。平成22年11月NPO法人の登録後、横浜市に地域活動支援センター開所の要望書を提出し、翌年認定されて補助金を受け、現在に至っております。

ギャンブル依存症から女性の回復施設は、日本で唯一です。アルコール、薬物以外でも重複で苦しんでいる女性たちの行く所は本当に少ないのが現実です。買い物依存や摂食しょうがいなどで悩んでいる本人、家族がぬじゅみを利用しています。女性のスタッフがいて女性だけが集える、安心できる居場所がなのが必要です。

回復のはじめりに病気（人格や性格ではなく）を受け入れて一緒に歩く仲間がいます。ぬじゅみにはやめ続けて、これから一人の女性として生きるプログラムがあります。頑張って、活躍しなくて良いから、あたり前の自分の生活を見つけるきっかけになって欲しいのです。



## 年々歳々

相談員&事務長：椎崎洋

人生も折り返しを過ぎたこの年になると過去を振り返ることが多くなって、と同時に未来と将来に向かっての明るい期待が少なくなる。中国の偉い人は心のままに行動しても道を踏み外すことがなくなると言っているが、残念ながらまだその域には達していない。それでも「欲」は少なくなっているようで、理不尽で自己中心の行動をしている方々を見ても腹を立てることは少なくなった。新しい年は継ぎ目なく去年から続いているものにはあるが、自分ではつけがたい区切りを教えてくれるまたとない機会なのだ。

元旦の朝日を拝み大きく冷たい空気を吸って、今日一日を仲間と一緒に歩んでいこう。



デイケアぬじゅみ 施設長 田上 啓子

デイケアぬじゅみに問い合わせさせていただき、パチンコやスロットなど、買い物などに問題ある女性たちの多くが、こんなことになるはずではなかった！と思いつつ、恥ずかしいことをしているから…一人ではやめられるものならと試行錯誤の末に、本人や家族・友人たちも、やっと相談してくれます。私たちスタッフは「一刻も早く治療に入って欲しい、一度見学に来てください」とお伝えして、対応させてもらっています。

ギャンブル（お金に換金できる）遊技場もいろいろな種類があります。遊びで出来ている時は、健全な娯楽と社会では言われています。買い物も必要な物の範囲を超えて本気になってはまってしまったのです。

そうなってしまったのですから、相談して頂いたその時からでも、決して遅くはないのです。

◎住居のない方もしくは通うのに不便な方に、近隣のアパート紹介できます。

スタッフたちは女性の当事者ですから、共通点が多くあり分かり合えます。やらない生活を身につけましょう。

関係者各位の皆様にも、ぬじゅみへのご紹介にご協力を切にお願い致します。

今年もどんな女性たちにお会いできるのか楽しみです。



スタッフ 竹腰 歌代

又ジュミの広報にいつも目を通してくださる関係者の方、ご家族の方、仲間の皆さま、明けましておめでとうございます。

六年前又ジュミという場所に繋がってからの一年目は、とてつもなく長い一年でした。今はあっという間の一年を感じさせてもらってます。あの頃の自分は、これからどうなるのか・・・これまで自分のしてきた事は許されるのか・・・年月が経つにつれ知らず知らずのうちに、自分の中にある重い荷物をおろさせてもらっている様な気がしています。過去は変えられないけどこれからの自分は変えられる。何度も伝えてもらった言葉です。三年前出産を経験し、一年半後に又ジュミへの職場復帰。息子はお蔭様で三歳を迎えることができました。

誰に似たのか（笑）聞き訳がなくヒステリーを起こして自我を通そうとする・・・関わりある人達が「成長だ、成長だねー」と言ってくれるから、「あ！そうだ成長だ」と思える毎日。どんなに大変だと感じる日でも、憎たらしー！！と感じても、可愛くてたまらない・・・親の気持ちがほんの少し分かり始めた気がしています。人に支えられ、人が関わってくれて今の自分が生かされ子供も生きている事。忘れない為にも今日一日のクリーンを仲間と一緒に続けたい。共に成長を。

皆様にとって、仲間にとって、自分にとって、家族にとって実りある一年になりますように。本年もどうぞよろしくお願い致します。

ボランティアスタッフ 松崎 晴美

明けましておめでとうございます 今年も宜しくお願いいたします

子供の頃は、お正月がとても楽しみな私で、家族に囲まれてテレビを観たり、冷凍みかんを食べたり、初詣に出掛けたりして過ごしていました。

何より楽しみなのは、みんなとトランプの「おいちょかぶ」で我家ではお金の代わりにマッチ棒で賭ける方法で大人も子供も夜中まで楽しみました。これによって苦手な計算を少しずつですが、指を使って数える事から暗算へと覚えていきました。なんとなく夢中になれば乗り越えられるかもと思ったのは、小学校2、3年生の頃だと思います。いつも妹に負けたくないと思っていた自分が勝ったと少し自信がついたと思いました。

パチンコとアルコールの依存があり、発達障害もある私、四季ごとの楽しみをきた心地のしない生活へとゆっくりゆっくり家族ごと変化していきました。クリーンが始まり、その時点で必要のないものは取り払われ、その後に必要なものが与えられてきました。

ぬじゅみとの出会いもその中のひとつです。私の問題行動を受け入れること、仲間や施設長、スタッフ達とのやりとり、同じ病気であるということ、時間があるという安心感を感じています。

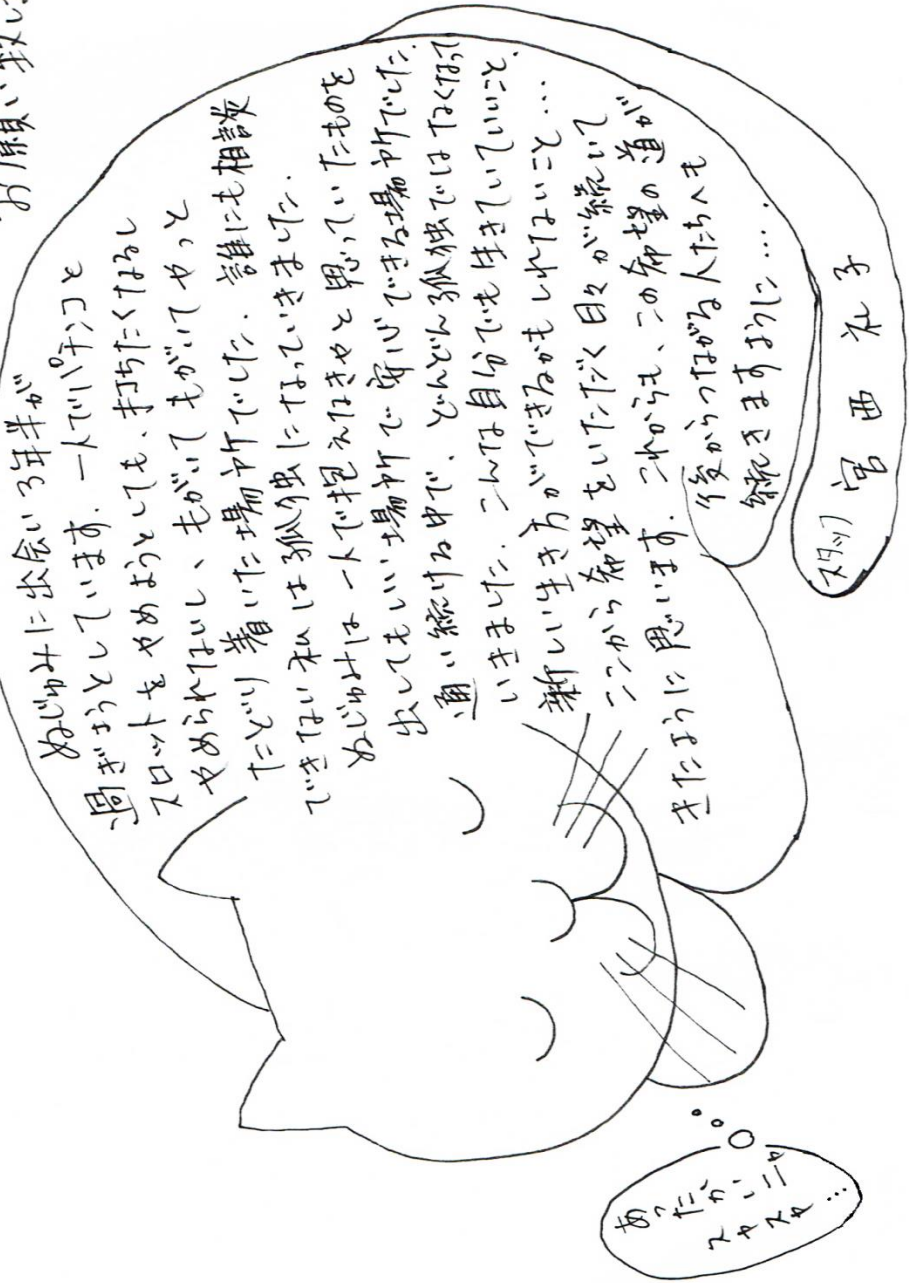
今、自宅の小さなベランダは話好きな花達で大賑わいです。中でも小さな白い花達が一番おしゃべりで「早く大きくなりたいわ！！」と口々に、その実りが与えられる事を願っています。今はみどり色の赤ちゃんの実ですが、何になるのか楽しみです。

ぬじゅみにも色とりどりの個性ある花や実が、たくさんおしゃべりをしているのです。その後が楽しみです。



日明けまして おめでたいです。今年もどうぞよろしく

お願い致します。



ぬいゆみに出会って半年が  
過ぎようとしています。一トイパチンコと  
スロットをやめようとしても、打ちたてけるし  
やめられず、もがいてもがいてや、と  
たどり着いた場所でした。誰にも相談  
できず、私は孤独になりました。  
ぬいゆみは一トイ抱えなせと書いていたものを  
出して、いい場所を穿びてみる場所です。  
通い続ける中で、とんとん孤独ではなくなっ  
てきました。こんな自分でも生きていいこと、  
新しい生き方ができるかもしれないこと...  
これから希望をいたす。日々が楽しい  
ように思います。これから、この希望の道  
を歩いていきます。後からつづける人たちはも  
つづけていきます。

宮西 礼子

あー、たーかー、いーやー...

編集後記;はじめての試みで新年号をスタッフ全員のご挨拶とさせていただきます。また、昨年の広報のNo.77号が重複となり 12月号は78号となります。お詫びして訂正させていただきます。読者の方から教えていただきありがとうございます。

施設長：田上啓子 -6-