

<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 だより

令和2年8月号 発行元 NPO 法人 又ジュミ №98

買い物依存、浪費癖の方もご相談ください



<仲間たちの話>

「久しぶりのお出かけ」

この間久しぶりに外食でおいしいしなそば(私はしょうゆチャーシューめん味付け玉子付き)を食べました。コロナの中で自粛規制があり、どこにも行けず、外に出られる様になっても、コロナ患者が増えていく中でしたが、7月の予定でラーメンdayが出たので、この日を楽しみにしていました。

いつもならば、ラーメン食べて、リサイクルショップで限られたおこづかいで自分の好きな物を買ってカラオケに行くパターンでしたが、今回はラーメン、買い物でした。買い物中、みんな目の色を変えて、一生懸命自分の欲しい物を探して、「これとこれ、どっちがいいかな?」とワイワイしている姿を見て、かわいいなあと思いました。いつもなら、個人で相談して買わせてもらう中で、みんなと一緒に買い物することは年1~2回のことなので、気兼ねなく買って見せ合いっこしてと楽しい一時でした。戻ってきてからは疲れてみんな、寝てましたが(笑) (I.N)



「外食プログラムに参加して」

先日、外食プログラムが行われ、参加させて頂きました。

私は2回目の参加で、コロナウイルスの影響もあり、久しぶりの外食でした。久しぶりのラーメンは、とても美味しかったです。(私は塩ラーメン+味付け玉子を頂きました。)この日のために、しばらくラーメンを我慢した買いがあったなあと思いました。食後、隣接するリサイクルショップで買い物をしました。宝探しをする様に皆一生懸命、自分の欲しいものを探していました。

私は鞆と服、そして小説3冊を購入しました。

小さいころから、読書が好きだったのですが、いつかしくなっていました。
しかし、自粛中何冊か本を頂くことがあり、“そういえば、私本が好きだったな”と思
い出し、よく読んでいた作家さんの本が欲しいなと思っていたのです。
いつも買い物後はカラオケへ行くのですが、今回はコロナウイルスのこともあり、
そのまま施設へ戻りました。

数時間の外出でしたが、久しぶりの外出でしたし、戻ってから仲間
と互いの戦利品を見せ合って、わいわいするのもとても楽しい時間
でした。

世間ではコロナウイルス感染者が日に日に増えており、外出する
のも中々難しいかもしれませんが、出来ることをきちんとやって、ま
たみんなで外出したいな、と思いました。
購入した本を読むのも楽しみです。(K.H)



< 仲間たちの作品 >



編集後記 & ご挨拶

酷暑のみぎり、皆様いかがお過ごしでしょうか。私はぬじゅみOGのMと申します。前回の広報誌より、少しずつ編集のお手伝いをさせていただいております。まだまだ不慣れで、前施設長のお手を煩わせてばかりですが、お世話になったぬじゅみに少しでも恩返しができるかと、日々勉強中です。

私は2012年の1月、母親とぬじゅみを訪れました。多額の借金とギャンブル癖が家族に発覚してしまったからです。毎日家族会議を開き、追い詰められた母親から、今から一緒に死のうと心中を持ちかけられたこともありました。自分たちで何とかしようと考えている間、その選択肢しか思いつかなかったのです。

そんな中、母親が精神保健福祉士の従兄弟に相談をし、この事を伝えました。母親は藁にも縋る思いだったと思います。私は従兄弟から、ギャンブル依存症ではないかという言葉をもらいました。

不思議なことに、そして運がいいことに、それからはとんとん拍子でぬじゅみに繋がることができました。

初めは、身内の問題は身内で解決しなければ、という思いから離れられなかった私たちも、外にヘルプを出すことで、思いがけない解決策を得ることができました。

自分自身がギャンブル依存症、あるいは買い物依存症だと認めることは、不安で怖いことだと思います。でも、ここには自分のアディクションを使わずに生きている仲間がいます。通い始めは暗く強張った表情だった仲間も、時がたつにつれ、無邪気な笑顔を見せてくれます。その姿を見るたびに、私は仲間と出会えてよかったと心から思います。

今振り返ってみれば、まだ通所中だった私にとって、この広報誌は手紙のようなものでした。家族やお世話になった方々に、私はなんとかここでやっているよ、と伝えるメッセージでした。私の母も、送られてきた広報誌の中に、私の姿を見つけることが楽しみだったようです。

私はこの広報誌を通じて、まだ苦しんでいる仲間、そのご家族と支援をしてくださる方々に、ぬじゅみという居場所を知っていただきたいと思っています。

そして、不安ながらも一歩踏み出そうとするあなたの背中を、ぽんと押せるような紙面になれば幸いです。

これからもどうぞよろしく願いいたします。

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


<カンパして下さっている方々（順不同）>

♥暖かいご支援ありがとうございます。大切にに使わせていただきます(^-^)
令和2年6月14日から令和2年8月11日までの支援者の皆様を掲載させて
いただきました。

	利用者	電話相談	メッセージ
6月	15名	9件	0カ所
7月	16名	5件	0カ所

※お問い合わせ

〒240-0052 横浜市保土ヶ谷区西谷町 1230-1
NPO 法人ヌジュミ 横浜市地域活動支援センター
デイケアぬじゅみ

 045-744-6516

FAX045-744-6517

Email: nujyumi@nifty.com