

# いちご通信

2014年  
第32号

リカバリハウスいちごは、アルコールをはじめ、あらゆる依存問題からの回復をめざす方を対象としている施設です。

NPO 法人 いちごの会  
〒546-0022  
大阪市東住吉区住道矢田3-4-3  
Tel/Fax : 06-6769-1517  
発行人 : NPO 法人 いちごの会

## いちごレク 山の辺の道



2014年4月12日、奈良県は桜井から天理までのハイキングコースを歩いてきました。天気は快晴、それ程暑くない絶好のハイキング日和の中、10数名の参加者で歩き通しました。

### (メンバーの声)

楽しんで参加できました。天気もよく、丁度桜の時期でしたし、自然豊かな山の辺の道には様々な花が咲いていました。他にも古墳や神社などもあり、草も萌えていました。そして16kmという長い道のりにも関わらず、参加者全員がお互いペースを合わせながら、最後まで歩き通すことができ、一体感を感じることができました。

## メンバー体験談

### 「さよならの一言は」

中田 幸次

酒にとらわれてどうしようもなかった男が酒止めていても、我が娘とポタンの掛けちがいの中で、さよならの一言を言い出だせぬまま、今でも逢いたい気持ちともうこれで良いと思う心との狭間で気持ちが揺れ続く日々であります。

酒で流れて行先なくして、酒を私の友として一杯の酒で一つ信用をなくして、二杯飲んで二つ物なくして、春夏秋冬も忘れて着るものがボロボロになっても一杯の酒で何事からも逃げて、逃げる心と身体は千鳥足の中で又酒に逃げた日。今思えば馬鹿げていたなと一人考えては又、娘にあれもこれもしてやりたかったと、今は後悔する日々の自分の生きづらさを強く感じながら生きています。でも酒止めているからこんな事も考えて生きていけるとも思う。酒止めかけはイライラしっぱなしで、それが少しずつなくなり、振り返りができて、それが体験談として話す事ができるまで長い時間がかかりました。

物事を一つ一つしっかり見て生きていく今は、娘に逢わずに、さよならの一言は心の中で言って良いのではと一人雨降る夜に涙にくれている男です。娘の泪でしょうか、どしゃぶりの雨です、外は。こうして原稿を書いている私は心の支えが取れたように感じます。それとは逆に一人の人にはどんな事があっても、さよならの一言どころか、さよならの「さ」の字も口にははいけぬ人もいます。私の一杯の酒でどれほどつらい悲しい思いをさせたかと思うと、今書いている手がふるえて来る思いです。酒止めて二人で笑って少しだけ世間に良い顔をされて明日も精一杯生きていくのみ。でもヘルパー資格を取って少し仕事している今、「70歳まで働けるよ」と言って背中を押してもらったいちごの職員さんには「ありがとう」の一言でいいのだろうかと思う。あの時の場所、場面を思い出すと自然に熱いものがこみ上げて来て、涙が出ます。

## いちご旅行 I N 鳥取

毎年恒例の一泊旅行に、今年は鳥取県の三朝温泉に行ってきました。

### (メンバーの声)

私は今回が初めてのいちご旅行の参加でした。会社での慰安旅行とは全く違って周りの方の気遣いなど、これからの生き方を学ばせてもらった気がします。宴会の時でも昔の飲んでいた時は一人で騒いでいたが、お酒なしで飲まずにこんだけ楽しめるのだと気づきました。謙虚さなど学ばせてもらったり、沢山のことを気付かせてもらった点でも素晴らしい旅行でした。また新たに挑戦する気持ちになりました。みんなで楽しみを共有できて良かったです。



## 錦温泉清掃作業

昨年11月より、住吉区の錦温泉という銭湯での開店前の浴場の清掃作業を開始しています。毎週月曜～土曜の朝9時から11時半までの2時間半をかけて浴場の清掃作業を行っています。

### (メンバーの声)

実際作業に当たってみて、作業前に想像していたような力のいる作業はほとんどなく、むしろ心地よいくらいの適度な運動だと感じました。

### (メンバーの声)

実際に綺麗になっていくのが目に見えることで、達成感も感じられますし、そこを沢山の皆さんに快適に利用して頂くとすると、とても嬉しい気持ちになれます。



### < カフェレスト 近況報告 >

いつもご来店ありがとうございます。春を迎え、近くの幼稚園や小学校では入学式が行われていました。毎朝カフェレストの前を子どもたちが元気に通学していきます。今日もいってらっしゃい！とメンバーの店員さんが声をかけています。地域の子どもたちやお母さん方にも支えられ、カフェレストは今年の5月で7周年を迎えました。また、日頃の感謝の気持ちを込めて、5月はキャンペーン週間を企画させていただき、沢山の方々に足を運んでいただき、ありがとうございました。

(4月1日から営業時間が8時半～14時半に変更となりました。)

〒545-0022 大阪府大阪市阿倍野区播磨町 1-4-15  
(Tel) 06-6628-1121

### < お弁当ハウス 近況報告 >

いつもご利用ありがとうございます！

近況では皆さまの「おいしい！」という口コミのおかげでお弁当の注文がまた更に増えてまいりました。ありがとうございます！

毎日のお弁当に加え、花見弁当やピクニック弁当などの特別仕様のご注文も多く承りました。

季節に合わせた可愛らしいお弁当や、旬の食材を使った一品など更に美味しくなったいちごのお弁当をどうぞお楽しみに！御注文もお待ちしております。

〒545-0022 大阪府大阪市阿倍野区播磨町 1-4-15  
(Tel) 06-6628-1121

### < ヘルプスハウスいちご >

私はヘルパーとして利用者さんの家に行かせていただき、沢山のことを学ばせて頂いています。日常生活の中で利用者さんが抱えている大変さをまの当たりにする中で、ヘルパーとしてお手伝いさせていただき、少しでもお役に立つことが出来たとすると、うれしい気持ちにさせられます。

現在、ヘルパーさんを募集しています。

〒558-0004 大阪市住吉区長居東 4-6-15 4-A  
(Tel) 06-4700-3608

### < リカバリハウスいちご > < サポートセンターいちご >

## 内職関係

いちごでは様々な内職を行っています。メンバーの皆で協力しあいながら、和気あいあいと作業をしています。

#### (メンバーの声)

現在いちごでは和菓子用の箱を作成する内職を行っています。一口に箱と言っても、多くの作業手順があります。メンバーそれぞれの得意な作業工程を分担し、皆で教えあいながら作業を進めています。



### << 病院メッセージ >>

金岡中央病院・新いすみ病院・ひがし布施クリニックへいちごの紹介メッセージを行わせて頂いています。病院・クリニックのみなさん、真剣に聞いていただきありがとうございます。またお伺いしたいと思っていますので宜しくお願いします。

#### (メンバー感想)

作業所に通所して3年半になるが病院メッセ〜ジに行かせてもらう度にメッセ〜ジを通して通所することの意味やコミュニケーションの大切さを痛感させられています

## アルコール関連施設ソフトボール大会

5/19(月)に大泉緑地で毎年恒例のソフトボール大会が行われました。チーム一丸となり優勝することが出来ました。

#### (メンバーの声)

私は応援に行きました。選手や応援メンバーの力で優勝を勝ち取りました。また声の参加で一丸となってプレーしたいです。



## 長居植物園散策・野外ミーティング

5月20日(火)矢田・長居・いちごいちえのメンバーとスタッフで長居公園の植物園を散策し、お弁当を食べた後に野外でのミーティングをしてきました。

#### (メンバーの声)

ちょうどバラ園のバラが見ごろを迎えていて綺麗でした。数日前までは雨の予報だったので、天気が心配でしたが降らずに済んでよかったです。穏やかに過ごすことができました。

#### (メンバーの声)

普段会わないような方とも交流できました。屋外でするミーティングは新鮮で、和やかな気持ちになりました。



### < リカバリハウスいちご長居 >

## 茶話会・家族交流会

毎月、第3土曜日の15時半頃から家族の方と交流を兼ねた茶話会を行っています。ケーキや和菓子などを作り、みんなでワイワイ食べながら交流を深めています。

#### (メンバーの声)

僕は、いちご来てから始めてお菓子作りをさせていただきました。最初のうちは、自分にも作れるのか心配でしたが、教えていただきながら作っていくうちに、思ったより簡単で作るのが楽しくなりました。前日から仕込んだり、手間はかかりますが、みなさんがおいしそうに喜んで食べているのを見ると、うれしい気持ちになります。僕は家族の方と交流を持つことがほとんどないので、貴重な経験をさせていただいています。

## 風景写真コーナー

メンバー撮影の風景写真です。癒しのひと時を！

