

いちご通信

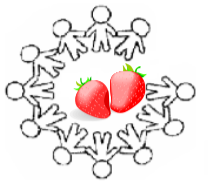
リカバリハウスいちごは、アルコールをはじめ、あらゆる依存問題からの回復をめざす本人及び家族の方のための依存症回復施設です。

発行人：特定非営利活動法人
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

リカバリハウスいちごは 医療や行政機関・自助グループ・そして地域の方々と連携・協働して、依存の問題を抱える人びとがそこから脱却し、新たな生活と仕事づくりへ向けて仲間と共にリカバリーをめざす場です。

特定非営利活動法人いちごの会では「癒し・チャレンジ・エンパワメント」活動を通じて一人ひとりの地域社会での回復生活をみつめ、また、社会の偏見や誤解をなくしていく啓発活動に取り組んでいます。

リカバリハウスいちご開設20周年記念 『感謝の1日研修交流会～仲間とともに～』



たくさんの方にご参加いただきました。

2019年9月16日、リカバリハウスいちごが誕生した東住吉区で、20周年記念の集いをもつことができました。日頃よりお世話になっている多方面の方々から総勢で約480名お越しくださいました。当日は、とんでもないハプニングもありましたが何とか無事に終えることができました。皆様に支えられ、支え合いながら「回復」に取り組むことができた20年を振り返り感謝の気持ちでいっぱいになりました。どうもありがとうございました。

「一人の人の回復を大切にしていこう」少しずつ広がってきたこの仲間の輪がこれからも少しずつでも広がっていきますように、皆様とともに力を合わせて取り組んでいくことができたらと願っています。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。(文責 佐古)



前日準備の風景



各係の人からの感想

案内係	当日は晴天に恵まれ軽く汗を掻くほどのいい天気でした。おかげ様で多くの方にお越しいただきありがとうございました。みんなで手分けして、事故なくスムーズに誘導ができたのではないかと思います。ありがとうございました。
舞台係	マイクの調整や音響、プロジェクターなどの舞台装置の操作をしていましたが、こうして過去の経験を活かすことができ嬉しかったです。普段来てもらっている訪看の事業所の方にも活躍の場を見てもらえて良かったです。
設営係	段取り良く進むように、前日までに集まり打ち合わせをしていたおかげで、また協力してくれる方も多く設営も片付けもスムーズにできました。何事もなく良かったです。
お土産係	作っている時は特に思わなかったが、記念品として配られているのを見るととても可愛らしくて良かった。縫い物をするのもなかったので、良い機会になった。さおり織りマグネットはとてもかわいいし、家でも飾っている。
配布資料封入作業係	会場が使える時間の関係で前日の夜に作業を行うと聞いて、どのくらいかかるのだろうかと思っていましたが、係以外の方も手伝いに来てくれ、みんなで手分けして効率よく行ったためあっという間にできました。
弁当係	沢山の方にお越しいただきありがとうございました狭いスペースで混雑していましたがみんなで手分けすることでスムーズにいけたのではないかと思います。
体験談発表	とても緊張して、自動車の教習所での試験ぶりに足が震える中体験談を話しました。止めざるを得ない状況から始めた断酒ですが、そこらからいちごに繋がってこれまでのことを振り返り、これからどうやっていこうかなと考えるきっかけにもなりました。

新たにいちごの本ができました

この度、いちご20周年という節目にあたり、『回復(リカバリー)の道標(みちしるべ)』という本を発行致しました。いちごのメンバーやスタッフの思いや色々な人達の多様な回復への軌跡、日頃お世話になっている医療機関や運営委員の方々からの寄稿が一冊にまとめられています。スタッフやメンバーの描いたイラストも随所に施され、温かい気持ちにもなれるのではないかと思います。購入をご希望される方は右記のお問い合わせ先までお電話頂けましたら、対応致しますのでよろしくお願い致します。

『回復(リカバリー)の道標(みちしるべ)』



全198ページ 700円
ご連絡お待ちしております。
Tel : 06-6694-4701
(リカバリハウスいちご長居)

メンバー体験談

無事に断酒して3年が経ちました。
3年を迎えるまでに再飲酒もなかった。

5年前26歳で依存症と診断され入院し、いちご作業所とグループホームに入所して断酒をしようとしたけど自分の力では「まだ飲める、自分は依存症ではない」と否認し、退院して1週間で再飲酒をし、1年間飲み続け再入院しました。

再飲酒をして止まらない、どうしようもなくなった自分にいちごスタッフさん、仲間みんなが大丈夫、またやりなおしをして一緒に頑張ろう、

と声を掛けてくれたおかげでもう一回がんばろうと思い、断酒をやりはじめました。

いちご作業所へ通所を続けていく中で仲間が増えて友達が増えとても楽しいです。

夏には楽しい海でのバーベキュー。
年に一回のいちご旅行にもしらふで参加でき、楽しく断酒させてくれて
いるいちごに感謝。

堀川美春

お酒で肺炎になったのが32歳の時でした。

その頃の私は無職で引っ越しをし、初めての一人暮らしを始めた時でした。それまでも、部屋で一人呑み、焼酎を文字通り浴びるほど飲んでいました。それでも断酒・減酒には意識があり、何度もお酒を捨てては、飲みたくなりコンビニで220mlのペットカップの焼酎を2本買って飲んで挫折したのを覚えています。

その後も、飲んで吐き、吐くものもないのにトイレに駆け込み、食事もとってないのにお腹を下すといった現象で、体力も落ちクタクタになって毎日を過ごしていました。

引っ越してから2週間後、以前から起きていた身体の痛みが始まりました。今までは身体全身を触れるだけで痛みが走るといった症状だったのですが、今回は集中して背中にコンバットナイフで刺されたかのような痛みが響きます。痛みのあまり動けず眠れず、ただ冷や汗と眠れない激痛の時間が過ぎていきました。

これはおかしいと思い、曜日の関係で緊急病院に自力で向かいCTと血液検査を行ってもらった結果、答えは出ず痛み止めを渡されて帰ってしまいました。(数年前にも何度も同じ受診と結果を受けていたので、「またか・・・」という気持ちでした)

帰ってからも、痛み止めは効かず、痛みを耐えながら内科の先生が出る月曜日を待ち、歩くのもやっとの思いで病院に行き、先生が前回の結果を見ると、即「急性肺炎の可能性が高い」と言われ、CTではなくMRIに通され、血液検査の結果を待つ間も黄色い胆汁をベッドの上で吐きながら待ち続けた所、結果は「急性肺炎で間違いありません。集中治療室で治療を受けてもらいます」との事でした。

今まで長年続いた謎の痛みに答えが出た安心感と同時に、少しでも早く楽になりたいという思いから病院に着くまでの間は気持ちが張っていたのを覚えています。

その後、病院では意識を失い何度も目覚めては点滴で栄養投与を受けました。徐々に治療の結果がでていき、無事退院を迎えることができました。退院後は毒気を抜かれた事もあり、断酒もなんなく続いていきました。

断酒1か月を迎えたある日、偶然手元にお酒を入手してしまう事があり、そこから再飲酒が始まってしまいました。

そこから2年間、仕事も再開し、お酒をやめる事はできずとも量は以前より少ない状態をキープできていました。

しかし何度も断酒を試みていた矢先、突然手足が動かなくなる日が続く、何度も外出先で倒れては救急車で運ばれる日が続きました。最終的に足取りもおかしく、彷徨っている所を警察に保護され、精神科の入院を通じてこころの医療センターへ入院しました。

入院での断酒をしてからは不眠にひどく悩まされましたが何とか3か月をこなし、一人暮らしを終了し実家へ帰宅となりました。

いちごへのつながりは、入院時にいちご尼崎の存在を知ってはいましたが、入院中の見学へ繋がらず、自分で電話で申し込み、見学を行わせていただきました。日々を過ごせそうな雰囲気よさに、そのまま通所を決定し、今に至ります。

今となっては入院時には酷い禁断症状を侵していたのかと思います。肺炎になった時に、しっかりと断酒を行ってればよかったのに、自分の意識の甘さから招いた結果だと恥ずかしい気持ちでいっぱいです。

現在は断酒3か月の節目を迎え、時折やってくる飲酒欲求とも折り合いをつけながら、いちごに通って日々のリズムある生活を送っています。

河田華奈

〇さんを偲んで

昨年7月に断酒を続けられながら、惜しくも御病気で亡くられた〇さんについて、スタッフとメンバーとで思い出を綴りました。

《スタッフの荒川より》

〇さんがいちごに来られたのは、およそ3年前のことで、当時彼はAAや酒害教室を回りながらお酒を止めており、それを更に強固なものにするために自ら望んでいちごに来られました。

いちごに来てからは、様々なプログラムに参加される中で、自身の力を発揮されながら更に伸ばされ、またその取り組みの姿勢には回復へ向かっていく真剣さが感じられました。ミーティングで話される体験談も自身の過去をよく掘り起こされたものを率直な想いととも話され、それはある種の切実さを伴いとても胸を打つようなものでした。その一方で普段は周りの人に対する関心と配慮も厚く、彼独特の陽気さもあり、みんなを楽しい気持ちにさせてくれるような方でもありました。

そんな彼が外部作業に入られたり、介護関係の資格を取るために研修を受けたりと着実に回復へと向かって前進しているときの事でした。首にできた腫瘍の検査入院をされていたのですが、お見舞いに行った時、彼の姿はとても弱々しく見え、数日合わない内に一気に変わってしまったように見えました。戸惑う私とは裏腹に、〇さんは手帳に書き取った医師からの説明を見せながら冷静に病状を説明してくれました。腫瘍は癌だったのでした。

その後の彼は私たちに驚くべき強さを見せて下さりました。医師の許可を得た上でのことですが、彼の強い希望により、治療のため入院中ではありましたが研修に通い、外部作業も彼が限界だと判断するまで続けられました。本当に本当にしんどかったと思いますが彼はぎりぎりのところまで続けました。研修も最後まで全うされました。

お見舞いに行くと〇さんは必ず「皆さんお元気ですか」と他の方の様子を伺っていました。こんなに優しい方が、真面目に努力を重ねてきたのにも関わらず、これからという時に他の病気のため夢半ばで亡くなるのは本当に惜しい気持ちで一杯です。

《〇さんと親しくされていたメンバーさんより》

〇さんと初めて出会ったのは、彼がまだいちごに繋がる前の事で、彼は私の所属するAAへちょこちょこ来てくれていました。本人もどうしようか迷っていたそうですが、こちらからお声がけするとグループに入ってくれました。

依存症のことも認めて、何事にも取り組み、いちごでの作業にも積極的な様子でした。AAの中でも自分自身の体験談を隠す事なく話してくれました。真剣に自分に向き合ってお酒を止めていく生活をしていました。

彼とはいちごやAAに限らず親しくしてもらっていて、色々とお互いの事を語りあったり、誕生日を祝いあったりと、とてもいい関係が築けていました。

彼とは年齢も近く、同年代の方がまだまだこれからという時に亡くなってしまうのはとても寂しいです。

いちごの会
特定非営利活動法人

- 大阪**
- ◇リカバリハウスいちご (多機能型事業)
 - ◇サポートセンターいちご (指定相談支援事業)
〒546-0022 大阪市東住吉区住道矢田 3-4-3 TEL06-6769-1517
 - ◇リカバリハウスいちご長居 (地域活動支援センター)
〒558-0004 大阪市住吉区长居東 4-6-15-302 TEL06-6694-4701
 - ◇リカバリハウスいちご女性ユニット (生活訓練事業)
〒558-0004 大阪市住吉区长居東 4-6-15-402 TEL06-4703-3884
 - ◇カフェレスト苺 (就労継続支援B型事業)
 - ◇お弁当ハウス苺 (就労継続支援B型事業)
〒545-0022 大阪市阿倍野区播磨町 1-4-15 TEL06-6628-1121

兵庫

- ◇グループホームいちご (共同生活援助事業)
- ◇ヘルパーズハウスいちご (居宅介護事業)
〒558-0004 大阪市住吉区长居東 4-2-7-201 TEL06-4700-3608
- ◇いちごいちえ (生活介護)
〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町 6-1-15 TEL06-7503-8087
- ◇送迎サービスいちご (福祉有償運送事業)
- ◇リカバリハウスいちご尼崎 (生活訓練・就労継続支援B型事業所)
〒660-0087 兵庫県尼崎市宮内町 2-85-1 TEL06-7173-6642