

## Pickup! AREA軽井沢よりご挨拶

### 『AREA軽井沢 News Letter発行開始に寄せて』

平素より格別なるお引き立てを賜りまして誠にありがとうございます。  
AREA軽井沢におきまして施設責任者を務めております、針木小太郎です。

日頃より当所運営に際しては、数多くの方々のお力添えを賜りながら  
昨年4月1日の開所以来今日まで進めてくることができました。  
皆さまにきちんとお会いして、お一人ずつ感謝をお伝えすべきことは  
重々わかっていながらも、マルチタスクのできない私は年末の大掃除に  
もデスク廻りの掃除すらままならず、当然この原稿も〆切を大幅に超過し  
取りまとめてくれている担当者からの“いいんです、大丈夫です”の一言に、  
“いつもと違う何か”を感じ慌てて書いている始末でして、お恥ずかしながら  
も News Letterの紙面を用い改めて皆様に御礼申し上げる次第です。  
いつも多くのご支援・ご指導を賜り、本当にありがとうございます。



一般社団法人AREA AREA軽井沢 施設長  
針木 小太郎

当法人代表理事の山本から、藤岡ダルク(我々の出身母体であり当法人内の依存症回復施設)のスタッフルームで不意に  
呼び止められ、“北軽井沢にギャンブル等依存症の回復施設を立ち上げる、お前がやれ”と言われた日から  
まだ2年も経っておらず、私自身の回復も今月でやっと5年を迎えたばかり・・・そう遠くないにも関わらず、最近  
これまでの事を振り返るとあつという間だった、と得も言われぬ感情を抱くことがしばしばあります。  
開所時、私を含めた13名でスタートしたAREA軽井沢はその後多くの入寮相談を頂き、現在は30名が様々な想いを抱き  
ながら“戻るべき場所”へ向けて生活しています。

卒業生や当所でのプログラムを修了し社会復帰に向け施設移動して行くのを見届けられた喜びもあれば、“人は変え  
られない・変わろうとする思いの種を手渡す事しかできない”という相反する感情を抱く別れも幾度となくありました。  
その度に私自身の《病的思考》がむくむくと顔を出し、回復の為の12ステップの1番目である、『無力を認める』こと  
に直面しながら、私も根っからの一依存症当事者であることを思い返し、ここで立ち止まってはいけないという気持  
ちを新たに抱かせてくれた仲間たちに感謝し、また次の“今日一日”を入寮生とともに歩んでいます。

2026年、2年目に入って行く中でこれまでとは異なる課題や新たな挑戦が待ち受けています。支えてくださっている  
皆様、そしてともに回復を続ける仲間たちからもらった多くのものを、これからも次の仲間へ手渡して参りたいと思  
います。

どうぞ本年もよろしくお願いいたします！

## 施設概要

### 一般社団法人AREA AREA軽井沢

(Address) 群馬県吾妻郡長野原町北軽井沢2032-2172

(TEL) 0279-82-1694



AREA軽井沢ホームページができました！  
<https://area-karuizawa.com>



# Challenge! プログラムの様子

## 地域連携ボランティア

AREA軽井沢では様々なプログラムを行っております。  
今回はその一つである地域住民の方とのボランティア活動をご紹介します  
と思います。

2025年4月1日に開所した当施設は群馬県長野原町北軽井沢に所在しております。  
当初より施設長を中心に地元の方々と交流を図りたいという気持ちがあり、施設  
開所以前よりつながりのあった地元の方に相談をした結果、20~60歳の成人男性が  
多数あり、地元の方との交流を図りたい当施設と人手が欲しい地元農家さんのニーズが  
合致し、地元農家さんのキャベツとトモロコシの収穫作業のお手伝いをさせて頂くこ  
とになりました。それが2025年の7月の事です。



農家さんは長野原町の隣にある嬭恋村におり、嬭恋キャベツが名産地になっている場所です。最初はキャベツの収穫作業を  
1週間程度行いました。その後、とうもろこしの収穫作業を行ったのですが、なんとこの農家さん！嬭恋村でも1, 2を争う  
とうもろこし農家さんだったのです！とうもろこし畑は数か所あり、総数9万本になるとの話しを聞いた際は私自身驚いたこと  
を覚えています。

収穫作業は早朝5時から開始ということもあり、早起きが苦手な仲間にとっては大変そうな印象でした。収穫作業を未経験  
の仲間が多かったのですが、ご夫婦に手取り足取り教えて頂きつつみるみるうちに上達していきました。ギャンブル依存症の  
仲間は元々仕事をしていた方も多く、体力面の問題は心配ない様子でした。収穫したとうもろこしを頂く機会があり、取り立て  
の甘さに感激しました。

このご夫婦は、我々がギャンブル依存症であることを承知の上で収穫作業の依頼をしてくださりました。依存症に対して  
抵抗が残っている昨今のなか、とても有り難いことです。日替わりで参加するメンバーが変わるのですが、メンバー一人  
ひとりのAネームを覚えてくださり、我々もコミュニケーションが取りやすくなったのを覚えています。

施設生活では施設内でのプログラムが多数を占めておりますが、このようなボランティア活動を通して施設外の方々とふれあいを  
行う中でそれぞれ感じるものがあるのではないかと考えております。施設生活を行っているとしても施設外の方とのコミュニケーションが  
少なくなり、施設内で行っているようなコミュニケーションをとってしまいがちですが、使い分けをする練習にもなると思  
います。今後社会復帰を目指す仲間が多い中で、社会の方々とふれあいを通して自身の今後にもつなげて  
ほしいと考えております。

前出の農家さんだけでなく、長野原町役場とのつながりの中で新しくボランティアの機会をいただいた町民の方もいらっ  
しゃいます。

当施設が開所して約9カ月が経過し、少しずつですが地域の方々とつながりが増えてきたと実感しております。今後は今回紹介した  
地域住民の方々へのボランティア活動に加え、啓発予防活動等も行っていければよいと考えております。我々ギャンブル依存症者  
にとって人と人とのつながりは施設生活前にはないがしろにしていたことの一つであると考えています。人と人とのつながり  
によって感じる温かみや感情といったものを身をもって経験することがこれからのギャンブルを行わない人生、新しい  
生き方の一歩になればと考えております。

スタッフ研修 キョウ



AREAKARUIZAWA

## スタッフのつぶやき

北軽井沢は毎日極寒の寒さです。自分の部屋に置いてあるコーラが  
いつもキンキンに冷えて喉ごし爽快！施設も開所して9か月が  
たちました。仲間同士の殴り合いも大きなめ事もなく少し物足りなさも  
感じる中、寮生共々回復に取り組んでおります。

施設のプログラムの中のSAT-G（ギャンブル障害回復トレーニング）  
の座学をやっているのですが、寮生の皆さん

「おい！真面目か！！」ってくらい一生懸命に取り組んでいます。

セルフケアの時間を使って座学の復習をしたり、一日の自分のギャンブル  
に対する感情や欲求を振り返ってアウトプットしたりと、自分の病気を  
理解して、ギャンブルに対して自分にとっての正しい対処法を学びたい  
気持ちが強く感じられます。

寮生みんな回復の仕方は様々ですが、「もうギャンブルをしていた頃の  
自分に戻りたくない。家族や友人、そして自分自身を二度と傷つけない」  
という想いは一緒のはず。

今日一日をクリーンで生きていく為に！周りの仲間とたくさん笑い、語り、  
楽しい回復ができていたら幸せだと思います。

スタッフ研修 ゆうじ

## 新ナイトケアハウス開所のご案内



施設利用者満員に伴い新たに  
ナイトケアハウスを開所しました！  
次号に施設内の様子を掲載しますので、  
お楽しみに！！

## LINE公式アカウントのご案内



各種相談(入寮相談)等  
LINEにて受付けてお  
ります。  
是非、友だち追加  
お願いします！！

## 献品の御礼



初めまして。ギャンブル依存症そしてAREA軽井沢スタッフ研修のひでと申します。この度は、心も身体も温まるたくさんの献品、本当にありが  
とうございました。頂きました献品はひとつひとつ感謝の気持ちを込めて、大切に活用させていただきます。

いきなりですが少しだけ自分の話をさせていただきます。僕はギャンブル依存症という病氣と診断される前に〈パニック障害〉〈うつ病〉〈双極性  
障害〉と診断されたことがあります。当時は自分で気付かないようにしていたのですが、ほんの些細なことでも精神的に不安定になっていま  
した。それは「寒さ」にも言えることであり、AREA軽井沢周辺の気温計はマイナス8度を示す夜もありめちゃくちゃ寒いです。大切なことな  
のでもう一度言います。めちゃくちゃ寒いです。

そういう日は精神的に不安定になりそうになる日もあります。そういう時に皆様から頂いた献品が本当に支えとなっています。

頂いたストーブや防寒具は身体を温めるだけではなく、「応援してくれる人がいる」という気持ちにさせてくれ、その気持ちはどんな最新防寒器具  
でも感じられないような温かさを感じさせてくれます。これからも自分の回復はもちろん、仲間のサポートにも  
真摯に取り組んでいきます。皆様のお心遣いに心よりお礼申し上げます。

スタッフ研修 ひで