

TOPIC

8月のNEWSはコチラ!!



8月14日(金) 農業プログラムでお世話になっている農家さんのご家族含め10名の方々とBBQをしました。寮生合わせると総勢50名でのBBQとなり、お肉を喰らうだけでなくスイカ割りも行いました。農家さんのお子さん達も来ており、みんなで遊んだりして楽しく過ごさせて頂きました。お肉も大量で大満足の1日でした。

8月15日(土) この日は、町のお祭りに北軽琉球太鼓として参加しました。雨の降りしき中、お客様も傘もささずに足を止めてくれたり、一緒になって歌って、踊ってくださり盛り上がる事ができました。

今年の北軽井沢の夏は特に涼しく、扇風機のみで快適に過ごせました。今年は雨が多く洗濯物が乾かないという問題も発生しました。8月の終わりにはTシャツだけでは夜は肌寒いというくらいまで気温が下がってきています。秋どころか冬の訪れすら感じています。

今回のニュースレターは写真を多めに貼りたいと思います。日々の様子をどうぞご覧ください。

そして、我々は北軽井沢の厳しい冬を迎えます。その寒さにも負けず、回復活動に努めていきます。今後とも、皆様の変わらぬご指導とご鞭撻を賜りますよう、宜しくお願い致します。



スタッフのつぶやき スタッフ研修 ひで

ギャンブル依存症当事者、そしてAREA軽井沢スタッフ研修のひでです。時の流れは驚くほど早く、スタッフ研修を始めてから9月で1年が経過します。その間仲間と気持ちがぶつかって怒ったり、時には涙を流すほど笑い合ったり、とてつもなく濃密な時間を過ごさせていただきました。そんな時間を胸に抱いて、10月から社会復帰を目指して東京にあるBASEという施設に移動することになりました。次のステップに進める喜びと、仲間と離れる寂しさを噛み締めるように残りの時間を大切に過ごしています。振り返ってみればAREA軽井沢での日々は、学生時代に取りこぼした『青春』そのものだったなあと。そんなことを考えています。本当にありがとうございました。そしていきます！



TOPIC 入寮体験談 ～コウジ～



ギャンブル依存症のコウジです。

僕は滋賀県出身の37歳で2025年5月1日にAREA軽井沢に入寮しました。僕は施設につながる直前の数日間、自分の借金問題が原因で家出をしていて、そこから仲間に来てもらい施設に入寮しました。当時の施設は僕を含めてまだ十数人くらいしかいないできたばかりの施設で、楽しめる事なんて何一つなく現状を受け入れる事ができずに寝れない日々が続いていきました。

そんな中で僕を少しずつ変えていくくれたのは、施設で出会った自分と似たような境遇、経験をしてきた施設の仲間との存在でした。最初は仲間の前でも自分の本心を知られないようにする為に嘘ばかりついていました。毎日仲間との共同生活が続いていく中で仲間が少しずつ変化していく姿を見る内に「自分もこのままじゃダメだ！」と心の底から強く思うようになりました。

施設では「分かち合い」と呼ばれる数人のグループに分かれ、隔離された部屋で仲間の話を聞くだけ自分の話をするだけというプログラムがあり、多い時は朝、昼、夜の3回あるのですが、そのプログラムの中で相手の話をよく聞く、自分の話を正直にするという今までの自分の人生でしてこなかった当たり前のことを毎日繰り返し、それを積み重ねていくことによって少しずつ自分の過去や今自分が思っている事を嘘をつくことなく正直に話せるようになっていきました。

今では、両親や友人などに正直に話すことができなかった話も仲間の前でできるようになりました。仲間の前では責められることもなく「辛かったね。苦しかったね」と共感してもらえて、今まで誰にも言えずに孤独を感じていた自分自身が「独りじゃない、僕には正直になれる自分の居場所がある。」と思えるようになりました。

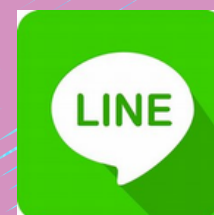
9月で施設生活も1年4ヶ月が経ち、分かち合い以外にも色々なプログラムに取り組んできました。その中でエイサーに取り組んでいるのですが、エイサーはプラスの感情もマイナスの感情も本当にたくさん出るし、僕にとってエイサーは施設での一番のプログラムであると思い日々取り組んでいます。やると言っても実際に行動に移すこと、継続することやり遂げる事全て僕が苦手な事でした。やりたくないけど自分の為にしたい方いいと思うプログラムなので、いつまでもたってもエイサーを好きにはなれないし、自由時間を献上しての仲間との練習は本当に毎日キツイです。やめる事は簡単だけれど物事を継続する事の難しさと向き合いながら毎日取り組んでいます。外部公演を見に来てくれるお客様が自分の演舞を見て拍手をしてくれたり、感動して泣いている姿を見ると「続けてきて良かった。」と毎回思うし、練習はキツイですが得られる達成感や充実感が大きいのでそれを原動力に仲間と協力しながら日々頑張っています。

自分が施設にいる間に、両親に自分のエイサー演舞を見せることができればいいなと思っていますが、そこはハイパーパワーに委ねて、いつの日かギャンブルに狂っていた自分ではなく、今のありのままの姿を見せることができればいいなと思っています。

過去や自分がしてきたことは変えませんが、日々回復を続けていながら今後の人生においてギャンブルを手放して生きていくことはできると今は信じています。

これからは自分に関わってくれる全ての人達に対して、誠実で素直な自分で生きていきたいと思っているので、その理想の自分になれるようにこれからも毎日自分と向き合い続けながら回復していきたいと思っています。

LINE相談 9:00～17:00
実施中！ 時間外も対応可



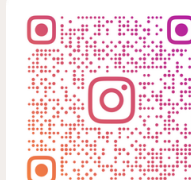
一般社団法人AREA
AREA軽井沢

(Address) 群馬県吾妻郡長野原町北軽井沢
2032-2172

(TEL) 0279-82-1694

(MAIL) area-karuizawa@hotmail.com

(WEB) https://area-karuizawa.com



AREAKARUIZAWA