

り・ぼん通信

令和4年7月発行



ご挨拶

一般社団法人 り・ぼん
代表理事 金子 博

はじめまして。

昨年2021年7月27日に、新たに設立された「一般社団法人 り・ぼん（以下、り・ぼん）」の機関紙創刊にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

私はり・ぼんの代表理事を仰せ付けられました金子と申します。不勉強の身の上につき、皆様方のご指導・ご鞭撻を賜りますよう、心よりお願いいたします。

さて、様々な依存症の方が、社会で普通に暮らせるためには、医療機関・行政機関をはじめとした各専門機関の役割が重要です。と、同時に各人の自立生活の基盤である地域社会や働くための企業等に繋がる事が重要です。そのためには、一人ひとりの自主性を重んじながら、「他者と協力して生きる力を培うための応援団・中間施設」が必要です。その中間施設として「り・ぼん」が設立されました。

従前、中間施設としての役割を行ってきたNPO法人がりましたが、理事長の度外れの公私混同と組織運営・経理面で様々な問題点が発覚・噴出し、結果として自壊・自滅（法人解散）に至りました。そこで、利用者（依存症の方々やご家族・保護者の方々等）、行政機関等に極力ご迷惑が掛からぬよう、残る役職員・経理事務所・弁護士事務所の連携で、NPO法人が抱えていた課題・問題点が多く、法的に必要なことを整理し、新たに「一般社団法人 り・ぼん」を設立して再出発に至りました。ご指導・ご協力いただきました関係者・関係機関に感謝を申し上げます。

解散したNPO法人の負債額は①利用者への返金約1,050万円、②行政（新潟県と長岡市等への返還金1,716万円）、③個人からの借入返済約550万円、合わせて3,316万円という莫大な金額となりました。残った資産の処分と一般社団法人「り・ぼん」による借入金で金銭的には①②③を処理しての大借金スタートとなりました。

このゴタゴタで、去った役職員もおられますし、新たに参加してくれる人もおられます。どの事案も無理からぬ事情と思われ、事情は理解できます。

利用者・当事者・医療機関・行政機関・企業・支援者など、多くの方々のご協力を得ながら社会的責務を自覚して事業を推進してまいります。皆様方のご指導・ご鞭撻を再度お願いして、創刊号のご挨拶とさせていただきます。

り・ぼんをよろしくお願いたします。

一般社団法人り・ぼん

斉藤 純子

はじめまして、一般社団法人り・ぼんの斉藤です。（利用者の皆さんからは旧姓の佐藤と呼ばれています）9月中旬より入所施設の「自立の家り・ぼん」10月からは通所施設の「地域活動支援センターり・ぼん」の活動がはじまりました。

設立までには、長岡市福祉課、弁護士の先生、税理士事務所、利用者の方、ご家族などから沢山のご助言、ご支援を賜り、また開設後は医療機関、行政機関の方を始め、依存症支援に関わる関係者の方々から沢山の応援をいただき、心より感謝しております。

私は薬物依存症で、10代から幾度となく失敗を繰り返し、途中から処方薬依存や感情のコントロールが利かなくなり35歳の時に以前同じ場所で活動していた依存症の施設に通所プログラムを受けることになりました。その後施設で働くことになりましたが2021年に施設が無くなることになり、入所の皆さんに、他施設やアパート等への移動をしてもらうことになりました。利用者や家族の方、今まで応援してくださっていた方達を落胆させてしまう事態となり、それを事前に防げなかった責任を感じています。このことにより依存症の仲間たちと考え方の相違や誤解から交流を断つことになり、精神的に辛い状況でしたが、法人の解散、清算の業務をするために清算人となった大野さんと、金子代表、また応援してくれる関係機関の方や仲間達に励まされながら清算業務のお手伝いを半年に渡り行いました。その間、毎日ここに来てくれる仲間達がいち、改めてみんなの居場所が必要だと思いました。清算業務と並行し、関係者の方々話し合いながら新しい法人を設立していくことになりました。解散した法人と同じ場所で、同じ依存症の支援をやっていくことに抵抗や戸惑いがありましたが、話し合いの末、この場所で、り・ぼんを始めることになりました。

始めたばかりのころは、入所者さん1名と通所者さん5名ほどで、回復していくためにどのような環境が必要か、利用者の皆さんと一緒に考えながら形づくりをしてきました。現在は入所者さんが9名となり通所の人数も多い時で10人近くなる時があります。利用者さんの今までの生活状況や、年齢、依存症の症状など一人一人が違うので、一律の支援だけでなく、一人一人にあった対応を考えています。

話が変わりますが、今年も例年通りに雪が沢山積りました。施設裏の駐車場は消雪機能が無く雪の始末には苦勞するのですが、利用者さんが自主的に毎朝早くから車が入れるように除雪してくださいました。職員は女性だけですので、大変助かりました。また新しい利用者さんの話し相手や、施設を見学に来所された関係者の方々との対応など、皆さんがとても協力的です。今現在、「り・ぼん」の雰囲気はとても良いように思えます。二月からは長年一緒に自助グループのミーティングをしてきた齋藤桂子さんがスタッフとなり、今まで以上に明るい雰囲気でみんなが毎日過ごしています。

依存症の施設なので、対応等で今後色々な問題もでてくると思われます。そんなとき自分たちだけで抱え込まず関係者やご家族の皆様にご相談させてもらいたいと思います。また利用者の増加に伴い今のシェアハウスだけでは部屋が足りなくなってきたり、今後新しい入所施設を増やしたいと考えています。経済的に非常に厳しい状況なのですが、実現に向けて動いていきたいと思っています。課題はたくさんありますが、一人でも多くの皆様に関わっていただき、風通しがよい施設にしていきたいです。どんな形でも活動を応援してくださる方がいらっしやいましたら、本当に嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。



スタッフは女性3名です

女性の相談もお待ちしています！

はじめまして

一般社団法人り・ぼん
齋藤 桂子

今年の2/16からり・ぼんの職員となりました。よろしくお願いします。

私は約15年前、摂食障害の当事者として、以前あったリハビリ施設・自助グループに通いはじめました。

強迫的な過食とダイエットが止められず、仕事や家族、人間関係に悩まされ、どうにもならなくなり、クリニックに通い薬も飲みましたが、症状や悩みが消えることはなく、誰にも言えず10年以上一人で苦しんでいました。

しかし、リハビリ施設や自助グループの存在を知り、はじめは「私は依存症なんかじゃない！私は食べ物から逃げたくて苦しんでいるんだ！こんな人達とは違う！」と思っていましたが、そこにいる人達のアルコールや薬物、ギャンブルといった依存の話聞くにつれ(当時は摂食障害の人はほとんどいませんでした)、「一緒だ」と感じるようになりました。「やめなきゃなのに、やめられない。やめたくない。それを自分ではどうすることもできない」嗜癖は違ってもみんな一緒なんだ、と。

こういった、「正直にありのままの自分を出しても大丈夫」という安心できる居場所をもらって少しずつですが過食とダイエット地獄から抜け出し現実に向き合う勇気をもらいました。

り・ぼんは「依存症や困っている人達の居場所を無くしてはいけない」という人達の強い想いで、様々な困難を乗り越えて実現したという経緯を聞き、私も力になりたいと思い志願しました。まだまだ分からないことだらけですが、みなさんに教えて頂きながら、いつか恩返しができるよう尽力してまいります。よろしくお願い致します。

いつでも遊びに来て下さい
お待ちしております



体験談

自立の家 り・ぼん 利用者
Kさん

2018年(H30)8月20日に1度目の入院をしました。

その時は離婚のショックで東京から新潟（東京に自分の家があったのに）に戻って来ました。仕事しながら、ショックのあまり酒が止まらず、帰りは必ず飲みながら家（アパート）に帰る毎日でした。家に帰っても一人でつまらんと家で飲み、また近くの居酒屋、そしてスナックでカラオケをしながら飲む毎日でした。

そんな毎日でしたから、兄が心配して病院に入ることになりました。

一度目の時に長岡の依存症の施設で1日3回のミーティングをして生活していましたが施設のトラブルで入居者が全員解散となってしまい、他の施設に入る人や、1人でアパート暮らしを始める人など全員がバラバラになってしまいました。自分も1人アパート暮らしの為、ついまた飲み始めてしまいました。話し相手がない為、アルコール関係の店で話しながら飲む毎日でした。そうなれば仕事も出来なくなり、2度目の河渡病院入院となりました。

先生の診断で、アルコールで頭の方がやられています。脳の萎縮が進行している。このままで行けば認知症になって自分が誰かわからなくなり、最後は死ぬことになるでしょう。

自分自身、大ショックで入院することにしました。

さんざん親、父兄に迷惑をかけ、これ以上やってはいけなと。

2度と酒を手にしなないことをここに約束します。



6匹のツバメの赤ちゃんが産まれ

6月に巣立ちました

お盆ころまでにもう一回子育てする予定です

是非見に来てください

活動報告

令和3年

9/10 通所の方とのミーティング開始（地域活動支援センター開始準備中） 9/13 新潟県庁障害福祉課へご挨拶 9/17 自立の家り・ぼん入居者受入開始 10/11 長岡市長寿はつらつ課来所 10/19 長岡市パーソナルサポートセンター来所 10/19 障がい者支援センターさんわを訪問 10/19 長岡市健康課、長岡市福祉課窓口にチラシ等を持参 10/28 長岡保健所を訪問（ご挨拶、チラシ等配布のお願い） 10/29 パートナースプロジェクトと会議 10/5 さいがた医療センター見学のため来所 10/7 利用者と柿の収穫 枝切作業 11/5 さいがた医療センター家族会参加 11/5 パートナースプロジェクトと会議 11/12 メンタルクリニック長岡へチラシ持参 11/12 脳とこころの訪問看護ステーション長岡 脳とこころの相談室へチラシ持参 11/25 行政関係者 見学とミーティング参加 11/18 新規入所にあたり本人、関係者等と会議 11/15 ながおか心のクリニック訪問（ご挨拶、チラシ持参） 11/17 長岡市パーソナルサポートセンター来所 11/30 新規入所（短期）にあたり本人、関係者会議 12/1 長寿はつらつ課、健康課、見学のため来所 12/7 新潟市西区社会福祉協議会と関係者来所 12/29 年末ミーティング&ランチ会

令和4年

1/14 新潟ダルクー日ダルク教室に参加 1/28 相談支援事業所ふかさわ 見学のため来所 1/31 長岡消防署 消防設備点検 2/14 新規入所者 引越 翌日より入所 3/11 さいがた医療センター主催 アディクションフォーラム参加（ZOOM開催） 3/12 にいがた公的扶助研究会 研修会参加 3/13 薬物依存症家族の会 研修会参加 3/17 4/5 新潟ダルクー日ダルク教室に参加 4/12 花見 利用者7名、職員2名 飲み物配布 4/24 三和 1丁目町内会クリーン作戦参加 4/20 長岡パーソナルサポートセンター来所 4/25 県立精神医療センターを訪問（ご挨拶、チラシ配布） 5/2 新潟ダルクー日ダルク教室に参加 5/13 総会 5/16 新潟保護観察所と川岸寮より来所 6/3 さいがた医療センター家族会に参加 6/6 新潟ダルクー日ダルク教室に参加 6/12 薬物依存症家族の会 研修会参加 6/21 県立精神医療センター 見学のため来所 6/22 非行問題研究所 大島様来所



通所者のお母様からいただいた
レース編みです

献品でいただいた
わらびです



献品でいただいた
タケノコです

地域活動支援センターり・ぼん年末ミーティング&ランチ会

令和3年12/29(水)



参加した利用者の方の感想

美味しいランチと各個人の持つ才能ある演奏会や歌で最高でした。

※次の時は「人生が二度あれば」を歌うかな？（自分の人生の反省の為に）

入所者 K様 （※音楽の経験が豊富なK様からは合唱の指揮などをお願いしました）

ふだん会わない人とお会いでき、話もできたので楽しかったです。

通所者 F様 （※F様は足のケガのため移動が困難な中、参加してくださいました。）

大変楽しい時間でした。お寿司もケーキも美味しかったです。

自分は初めてお逢いする人ともお話も出来て良かったですね。

またこのような会があるとよいです。

次回に期待します。

入所者 M様 （※M様には会場設営などのお手伝いをさせていただきました。）

ブルースハープを吹いて下さい。なごり雪でもピアノで弾ければと思ったんですが、食事会の人数はいないと思ったのですが、たくさん来ちゃったんで緊張しました。

通所者 I様 （※オカリナやハーモニカなどの演奏がご趣味のI様からは楽器の演奏をさせていただきました）

見学&月一ダルク教室

令和4年 1/4(金) 3/17(木) 4/5(火) 5/2(月) 6/6(月)

新潟ダルクの皆さんのご厚意で、り・ぼんの入所者さんとお邪魔し一緒に食事や、勉強会に参加させてもらっています。ありがとうございます。



お花見 令和4年4/12(火)



今宮公園に皆でお花見に行きました。広いグラウンドがありバドミントンやキャッチボールも盛り上がっていました。

一般社団法人り・ぼん 利用者数 令和3年9月～令和4年6月

地域活動支援センターり・ぼん 利用者数

年月	利用実員	延べ人数
令和3年10月	12	163
11月	14	160
12月	10	176
令和4年1月	12	181
2月	12	189
3月	11	226
4月	10	229
5月	13	230
6月	13	252

自立の家 り・ぼん 入所者数

月日	利用実員	延べ人数
令和3年9月	1	14
10月	1	31
11月	3	43
12月	3	62
令和4年1月	2	62
2月	3	69
3月	3	109
4月	4	120
5月	5	131
6月	6	150

献金・献品のお願い

一般社団法人 り・ぼんの通所施設「地域活動支援センター り・ぼん」は令和3年10月より、長岡市から補助金を頂いていますが、入所施設「自立の家 り・ぼん」は自主運営をしています。まだ始まったばかりの施設ですので、皆様からのご支援があって活動を継続していくことが出来ます。どうぞよろしくお願いいたします。

会員募集のお知らせ

一般社団法人 り・ぼん では、法人運営活動に参加していただける「正会員（社員）」および、活動をご支援いただける「賛助会員」の方を随時募集しております。

「正会員（社員）」 ー□ 10,000円 「賛助会員」 ー□ 3,000円

郵便局 00520 - 6 - 88055 一般社団法人 り・ぼん

第四北越銀行 長岡南支店 普通 5036225 一般社団法人 り・ぼん 代表理事 金子 博

発送作業簡略化のため、振替用紙を全員の方に同封しております。

ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■発行■ 一般社団法人 り・ぼん 〒940-1151 新潟県長岡市三和1丁目5番19号
TEL 0258-86-8588 FAX 0258-86-8932
HP <http://park17.wakwak.com/~re-born/>