

# り・ぼん通信

令和 7 年 (2025 年)

1 月発行 第 5 号



## 御挨拶

いつもお世話になっております。一般社団法人り・ぼんです。

現在入所者 6 名、通所者 6 名前後の仲間達がり・ぼんで過ごしています。

今号の関係機関のご紹介のコーナーでは、更生保護法人 新潟県保護会 川岸寮の活動の紹介と鈴木様のお話を掲載しています。

是非ご一読くださいますようお願いいたします。ご意見や感想がございましたら、お聞かせいただけると幸いです。

## 利用者状況 令和 6 年 (2024 年) 7 月～

地域活動支援センター り・ぼん 利用者数

自立の家 り・ぼん 入所者数

年	月	開所 日数	一日 平均人数	利用 実員
令和 6 年 (2024 年)	7 月	31 日	9.2 人	12 人
	8 月	31 日	8.3 人	14 人
	9 月	30 日	7.1 人	13 人
	10 月	31 日	8 人	12 人
	11 月	30 日	7.9 人	12 人
	12 月	30 日	9.1 人	14 人

年	月	利用 実員
令和 6 年 (2024 年)	7 月	5 人
	8 月	6 人
	9 月	5 人
	10 月	5 人
	11 月	6 人
	12 月	6 人

## 「施設に入って」 ギャンブル依存症 | (自立の家 り・ぼん 入所中)

私は、さいがた医療センターにてギャンブル依存症と診断され、3カ月間入院致しました。

そこでは同じ依存症、他のアルコール薬物などの依存症の方々が入院していました。

同じ境遇や心境の方々がいて私は様々なプログラムに参加しているうちに、心の中のたまっていたものを打ち明けることが出来るようになりました。

入院中に知り合った仲間とバンドを組んでライブを行ったことは私の中で自信につながっていますし、一生の思い出となりました。感謝しております。

令和6年11月20日より、り・ぼんに入寮させていただいておりますが、自分を除いて5名の入寮者がいらして皆様々な依存症の方々です。入院中と同様に、同じ境遇や心境の方々に、皆さんが隠し事や嘘ではなく、本音で話し合えて私自身が素直で正直な気持ちになり、話をする事が出来ましたし、安心できました。

これから社会復帰に向けて、目標と強い気持ちを待ち、遅くても、一步一步、歩みを続けていきたいと思っております。

## 「入所して4カ月が過ぎて思うこと」 アルコール依存症 オカ (自立の家 り・ぼん 入所中)

さいがた医療センターを退院して、家には戻らずにり・ぼんへ入所しました。

金銭面の管理はしっかりして頂いていて午前・午後のミーティングを行い、アルコール依存に対する理解と認識を日々深めています。

入所の皆さんと一緒にアルコール依存やギャンブル依存について考えてくれることで孤立することなく断酒が出来ている状況です。

今後は障害者枠での就労について支援センターと連絡を取り合い進めていきたいと思っております。

焦らず一步一步進んで行き自立を目標に考えていきたいと思っております。

「り・ぼんに通所して」  
薬物依存症 A （薬物中間処遇 通所）

薬物依存で令和6年9月から通所させてもらっています。きっかけは刑務所で薬物事犯中間処遇を受けないかと言われたことです。

正直、仮釈を多くほしいから受けると言いました。（実際は多くもらえるとかはない笑）

ミーティングなんてなんの意味があるの？って思っていました。人に聞いてほしいほどのことも特にななし、ミーティングに参加することによって私は何もない人間だと思い知らされるだけって思っていました。

でも実際ミーティングに参加したり、仲間と雑談したりしていたら、薬物のことを自然と考えなくなったり、考えたとしても実際には手を出さずほどにはいかなかったり、いまのところスリップはないです。まだ3か月だから先のことは分からないけれど3か月经ってみて私が思うのは、つながりを作る大切さです。

私は自分に軸が無いから、人とのつながりが本当は苦手です。苦しくなります。でもり・ぼんでは苦しくなりません。私にとって距離感がちょうど良いからです。それはきっと同じような苦しさや悩みを抱えて生きてきた人たちだからかなって思います。薬物を使う根本の原因って、だいたい寂しさだと思えます。寂しいとか弱いとか。たぶん。

でもうまく発散できなくて、助けても言えなくて結局薬にいくと思えます。助けになるかは人によるけれど、言っぱなし聞きっぱなしのミーティングでとにかく話すと、聞くと時間は過ぎます。薬物をしなかった時間が増えます。やめ続けるって、たぶんそういうことかなって思います。一人だと時間が過ぎるのがとても遅く感じます。でも、だれかと繋がって他愛のないことを話すことだけで救われることはあります。私はり・ぼんがそのひとつです。

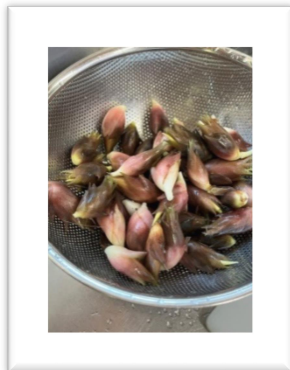
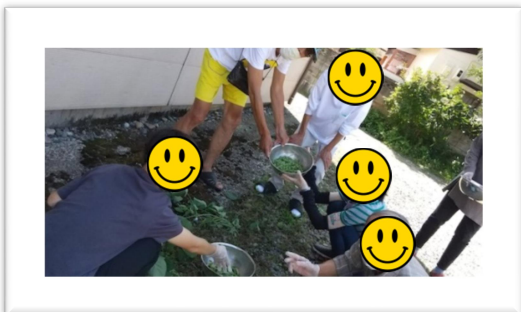
12月で関東の自宅に帰るのでたまにしか来られなくなるのが寂しいけれど、つながれてよかったです。逃げ道しだとしても道は多い方がいい。道(り・ぼん)を知れて良かったって思います。分かりにくい文でごめんなさい。



り・ぼん写真館



8月2日は長岡まつり大花火大会を  
みんなで観に行きました。



り・ぼんのミニ畑今年は豊作でした。



## 公益財団法人みずほ福祉助成財団から 冷蔵庫購入の助成金をいただきました

地域活動支援センターり・ぼんの利用者増加や温暖化に伴い、お弁当等の食事の保冷、飲料水用の氷の製造等、今まで使用していた冷蔵庫では対応が困難になっていました。

公益財団法人みずほ福祉助成財団様の助成事業に応募し冷蔵庫購入資金を頂きました。

今回のご厚意に感謝いたします。



ありがとうございました

## 活動報告 令和6年7月～

### 7月

- 7/12 県立精神医療センターメッセージ
- 7/18 消防点検
- 7/22 枝豆収穫
- 7/22 り・ぼん会議
- 7/23 新潟保護観察所来所
- 7/23 機関紙封入れ・発送
- 7/27 AA さざなみグループオンラインミーティング
- 7/31 新潟保護観察所来所



### 8月

- 8/2 花火見物
- 8/5 新潟保護観察所来所
- 8/5 新潟保護観察所川岸寮職員来所
- 8/9 県立精神医療センターメッセージ
- 8/9 関病院フォーラム打ち合わせ
- 8/14 さいがた医療センター来所
- 8/19 り・ぼん会議
- 8/23 新潟県看護教員の会7名見学
- 8/24 AA さざなみグループオンラインミーティング
- 8/27 南魚沼市役所来所
- 8/30 新潟県地域生活定着支援センター来所



### 9月

- 9/4 新潟県薬物事犯者等地域支援連絡協議会及び新潟県・新潟市依存症対策連携会議出席
- 9/10 新潟川岸寮来所
- 9/13 県立精神医療センターメッセージ
- 9/17 南魚沼市ふらっと参加
- 9/18 新潟県地域生活定着支援センター来所
- 9/19 り・ぼん会議
- 9/27 AA 新潟地区メンバーメッセージ来所
- 9/27 さいがた医療センター来所
- 9/27 枝豆・柿・みょうが収穫
- 9/28 AA さざなみグループオンラインミーティング
- 9/30 関病院オンライン打合せ



# 10月

- 10/3 県立精神医療センター来所
- 10/5 関病院つながるフォーラム
- 10/11 県立精神医療センターメッセージ
- 10/16 新潟県地域生活定着支援センター来所
- 10/16 新潟少年学院見学
- 10/18 さいがた医療センター訪問
- 10/21 高田西城病院来所
- 10/21 り・ぼん会議
- 10/26 AA さざなみグループオンラインミーティング
- 10/29 秋の食事会開催
- 10/31 みずほ福祉助成財団助成冷蔵庫設置



# 11月

- 11/1 司法福祉研修打合せ
- 11/6 県立精神医療センター 市民公開講座（オンライン）
- 11/6 精神障害者リカバリーストーリー発表会研修
  - 11/8 県立精神医療センターメッセージ
- 11/15 みずほ福祉助成財団贈呈式（オンライン）
- 11/18 り・ぼん会議
- 11/19 南魚沼市ふらっと参加
- 11/19 さいがた医療センター来所
- 11/22 長岡療育園来所
- 11/23 AA さざなみグループオンラインミーティング
- 11/25 チューリップ球根植え付け



# 12月

- 12/7 司法福祉研修講師
- 12/13 県立精神医療センターメッセージ
- 12/16 り・ぼん会議
- 12/27 クリスマス食事会
- 12/28 AA さざなみグループオンラインミーティング



**2024年度 司法福祉研修**

基調講演「津久井やまゆり園の再生から」  
講師：山下 康様

〒950-8501 長岡市大手通2-3-10 米百俵プレイスライエ

無料

共催：社会福祉法人 長岡市社会福祉協議会

対象：医療福祉・司法・教育・行政 関係者等から地域の皆さまなど

定員：100名

懇親会あり！

できること

主催：公益社団法人 新潟県社会福祉士会 新潟県地域生活定着支援センター（併発支援事業）

詳細・申込は裏面

※当事者及び家族の相談や来所、電話相談については記載を省略しています

り・ぼんでは、医療・行政・福祉をはじめ、様々な関係機関や支援者に支えられながら活動を行っています。新潟県・新潟市依存症対策連携会議など、医療機関をはじめとした依存症に関わる機関、支援団体等との会議や研修等に参加させていただき、他機関との連携ができるように心がけています。

り・ぼんには多種多様な依存症の方が通所や入所をしています。依存症や元々持っている生きづらさ、病気や障害等の特性から刑事事件に発展してしまった方もおられます。今回ご紹介する川岸寮や、専門医療機関、保護観察所、地域生活定着支援センターなどを通じて、色々な課題を持った仲間がり・ぼんに来られます。これらの機関のほかにも、相談支援事業所、行政機関、障害福祉サービス事業所等が関わり、複数の機関で見守りながら依存症の方が地域で安定した暮らしを送ることが出来る様に支援を行っています。

## 関係機関のご紹介

いつもお世話になっております

今号は更生保護法人 新潟県保護会（新潟川岸寮）を  
ご紹介させていただきます

### 更生保護法人 新潟県保護会（新潟川岸寮）パンフレット



詳細については次ページの川岸寮 鈴木様のお話をお読みください



新潟川岸寮 鈴木様に  
原稿をお願いしました。

更生保護法人 新潟県保護会 新潟川岸寮

更生保護施設とは、法務大臣の許可を受けて、刑務所や少年院を「仮釈放」「仮退院」「満期釈放」をされても帰住先が無い人を収容し、再犯防止と自立更生を目的に、宿泊の場所や食事を提供し、就労をはじめ各種支援を行う施設です。

新潟川岸寮の定員は、男子 30 名・女子 4 名となっています。

福祉、薬物専門職員が常勤し「高齢・障がい者特別処遇実施施設」「薬物処遇重点実施施設」に指定されています、近年ではフォローアップ事業を開始し、当会を退会した後も訪問支援等を実施しています。

新潟川岸寮では、犯罪・非行をした人達を入所させ適切な援助を行い、再犯・再飛行を防ぎ、一日でも早く自立更生できるよう支援しているところですが、飲酒、薬物、窃盗等の依存症を抱える入寮生も多く、「り・ぼん」が行っているミーティングや日中活動の仲間に入れてもらい、「り・ぼん」の皆さんに寮生の依存症の回復にご協力いただいています。

今後も「り・ぼん」の皆さんと連携を取りながら支援に取り組みたいと思います。

今後とも、よろしく願いいたします。



り・ぼんのみんなからの一言

テーマ「**新年にあたり・・・**」

健康な1年でありますように

(T.K)

そろっとり・ぼんを出て行くことを考えて次の新しい生活を考えたい。

たとえば老人ホーム、グループホームなど、まだ無理かなあ～！

(龍)

本年もよろしくお祈いします。

(T.T)

自立してAAの活動を全力でやる

(M.S)

去年は入院退院し、り・ぼんに入所4カ月が過ぎましたが、引き続き見つめ直して行こうと思います。

(岡村)

うそ、いつわりのない毎日

(I)

今年は健康に気をつけます

(K)

買物依存は大事な事でミーティングの参加はもちろんですが、就労がはじまったらこれからの生活のためにも集中したい。

さらに興味のある資格の勉強にも挑戦したいので健康にも気を配りたい。

(なつ)

タバコをやめる

(I.S)

今年は怒らないこと！

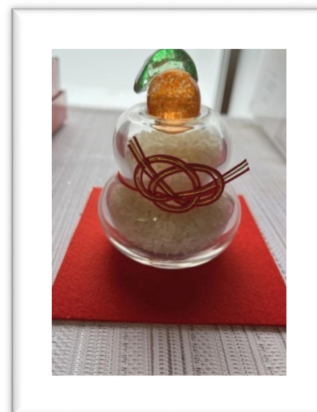
(K.S)

今年こそは昔のジーンズが履けるようになりたい。

他にやりたいことが沢山あります。

そのためにはまず健康。

(J.S)



## 地域活動支援センター り・ぼん 通所について

通所の利用料は無料です。長岡市から補助金を受けて運営しています。

時間割	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00	開所						
10:00 ~ 11:30	ミーティング						
11:30 ~ 12:00	自由時間						
12:00 ~ 13:30	昼食 & お昼休憩						/
13:30 ~ 14:30		ワーク	ミーティング		ミーティング		
14:30 ~ 15:00							
15:00 ~ 16:00	相談、わかちあい、情報交換、その他						

### 開所時間

平日 9:00~16:00

土日 9:00~12:00 (祝日は時間変更になる場合があります)

※上記の時間以外は、自立の家り・ぼんの入所者のみ、地域活動支援センター内への出入りが可能です。

※イベント等で予定が変更となる場合があります。

## 自立の家 り・ぼん 入所について

### 1 カ月分利用料

1. 家賃	20,000 円
2. 水道光熱費	10,000 円
3. 雑費	5,000 円
合計	35,000 円

- ✦ 雑費には日用品費、町内会費、保険料等が含まれます。
- ✦ 食費は実費となります。(1 カ月精算)
- ✦ 行事、イベント等で発生した費用は、実費負担とさせていただきます。

短期入所についてもご相談ください。

(一泊食費込み 2,500 円~)

**お気軽にご相談ください**

## 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。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「賛助会員」の方を随時募集しております。

「賛助会員」 一口3,000円 「正会員（社員）」の募集は、現在調整中です。

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/>



ホームページと X（旧 Twitter）を更新中