

リバティ-・ウィメンズハウス・おりーぶ | 広報誌

リぼーん

春

2022 SPRING
Vol.01



あなたにふさわしいやり方で生きてみませんか？



「創刊号 yuKie先生からのメッセージ」

春の特集



2022 recovery
悩みながら踏み出した一歩が
人生を変える大きな一歩になる

困難な問題を抱える家族も悩まないで！

家族会もくせいクラブ

共感と分かち合い・生きづらさからの回復を目指す



▲HPへのアクセス
はこちら

ごあいさつ

PRESIDENT MESSAGE



りぼーんとは、Re（再び）BORN(生まれる)の意

りぼーんは、精神的に新しく生まれるというイメージです。

この言葉こそ、私たちの目指している回復そのものだと思っています。

わたしたち、おりーぶのメンバーは依存症という足枷をつけながら、必死で生き延びた仲間という点が一致しています。

生きづらさの結果、現状をどうにもできない状態を改善したいとの思いから、自身の決断でここにいるという点でも一致しています。

おりーぶだよりは、久しく途絶えておりました。今回広報誌りぼーんとして、新生をいたします。

おりーぶ11期目を迎えます春にあたらしい形で、季節ごとのニュースなどをお伝えできたら幸甚です。コロナウィルス蔓延から出来るだけ早期に解放されます事を祈りながら、ぼちぼちと毎日を送ってまいります。こんなおりーぶををひきつづき、よろしく申し上げます。

🌿 おりーぶ利用者の声

ニックネーム：のえるさん

クスリと離婚とDVと



ここに来る前の生活は刑務所に入ったり出たりを繰り返してそれも同じ罪名でなかなか薬をやめる事が出来ず、結婚も5回して薬をやめたのは前の主人のおかげで、今、8年やまっています。この薬をやめた事には主人に感謝しているけど私がここにきた理由は、その主人のDVで来ました。

最初は自分がなぜ、ここにいるのかさっぱりわからなかったけど、日々、プログラムを受けていくうちに自分は共依存なんだという事に気が付き、日々、勉強をしている毎日です。これから自分がどうしたいかという目標はおりーぶのスタッフになるのが目標です。今は、その目標に向かって頑張っている最中で、本当におりーぶの施設長はじめスタッフの方々には感謝しかありません。

仲間がいるから

ニックネーム：アイゴーさん

私は昔から人に対して「嫌だ」という事が言えず相手に合わせてしまったり、一方で心を許した人にはその人をコントロールしようとしてしまったりと人間関係を作る事が苦手で、家族に対しても暴言や暴力をしてしまい、そんな自分に悩みひきこもってしまう時期がありました。



自分を変えたいと思い おりーぶに入所してからは、私の生きづらい生き方を理解してそばで見守ってくれる人ができ、今まで1人で悩んで、しんどくて逃げたくなる問題にも向き合えるようになり、自分は1人じゃないのかもしれないと少しずつ思えるようになってきました。今もまだ自分の感情をおさえこんでしまう生きづらさは残っていますが、仲間の力で少しずつ自分を出せるようになってきたので、これからも自分に正直になって楽に生きられるようになりたいと思います。

特集 | yuKie先生からの

メッセージ



悩みながら踏み出した一歩が
人生を変える大きな
一歩になる

Profile

19歳の時に、高卒認定取得
最終学歴は 自由が丘産能短期大学 通信教育過程卒
社会福祉主事任用資格 を持つ、心理学・社会学・法学に
精通する社会福祉のスペシャリスト
もともと非常に複雑な家庭環境で育ったこともあり、精神科
に通院していた過去がある。主治医より当時の家庭環境から
離れる必要があるとの判断により「おりーぶ」に入所。
数々の出会いや気づきを経て、現在はおりーぶスタッフ
として明るく楽しく勤務・社会貢献をしている。

この春から、おりーぶ広報誌「りぼーん」を創刊いたしました。
当事者の方やそのご家族の方、支援関係者の方、また「おりーぶってどんな所？」
「依存症って何？」と思う方など、様々な方たちに読んでいただけたら幸いです。

私はおりーぶでスタッフをしている、yuKieといたします。
今年の3月からは、デイセンター・おりーぶ（自立訓練（生活訓練）事業所）の
サービス管理責任者に就任いたしました。
まだまだ未熟ではありますが、理事長始めスタッフの方々力を借りながら、
利用者さんと共に成長していきたいと思っております。

そんな私ですが、実はおりーぶでスタッフとして働く前は利用者としてお世話になっていました。

私がおりーぶに入所した理由は、親から離れるためです。
私は小学1年生の時、友達との些細なトラブルがきっかけで不登校になりました。それでも
小学校はたまに登校していましたが、中学校はほぼ登校できず、制服も持っていませんでした。
母は昔から私に関心がなく、特に何か言われた記憶もありません。

父は私を精神的におかしい子、と言っていました。

小学生の時から色々な病院に連れて行かれて、入院もしました。
全部父が決めて、私はよく分からずただ言われるがままでした。



それから父は母のことが嫌いで、よく母に対して暴言を吐いたり、殴る、引っ張り回す等の暴力もありました。私は父の言うことを聞かなければ母のような扱いを受けると思って、父の機嫌が悪くならないよう、父が望んでいる言動や行動を常に考え、言うことを聞いてどんなに嫌なことがあっても笑顔でいるようにしていました。言うことさえ聞いていれば、それなりに優しくしてもらえました。怒鳴られてばかりの母や妹に対しては、可哀想というよりなぜもっと怒られないための努力ができないのだろう? と思っていました。

・・・私が中学生になる頃には、父は私を異性として見るようになり、**性的な接触**も求められました。

そのうち、父を殺すか自分が死ぬか、それしか逃げる方法はないと本気で思うようになり、まともに物事を考えられなくなりました。そんな日々が20歳まで続きました。

ある日、父が私に普通院していた病院に行かないかと提案してきました?もしかしたら助けを求められるかもしれない・・・と思って病院に行ったら、私を中学生の時に診てくれていた先生が再び担当医になりました。先生にすべてを話して、それから**おりーぶ**を紹介してもらいました。後日、理事長が私を迎えに来てくれて、おりーぶに入所しました。



入所したばかりの頃の私は「依存症」という言葉も知りませんでしたが、おりーぶで色々な仲間を見てきました。お酒を飲むと止まらず、ずっと唸り声をあげながらお酒を飲み続ける仲間や夜中にリストカットをして救急車で運ばれる仲間・・・他にもたくさん苦しんでいる仲間がいました。その仲間たちの真似をしたこともあります。OD、リストカット、過食嘔吐などなど・・・。

親から逃げて自由になったのになぜか苦しくて、現実逃避の方法を模索していました。

でもそんな何も分からず出来ない私に、嫌な顔ひとつせず教えてくれた仲間や、私を信頼してデイセンターの昼食代管理を任せてくれたスタッフがいてくれて、「出来ること」が増えてきました。少し自信が持てるようになり、自分の存在を肯定できるようになってきました。

そしてコンビニで1年間アルバイトをした後、おりーぶでお手伝いをさせてもらえるようになり、その半年後おりーぶを退所、正式にスタッフとして働かせていただくことになりました。

ワードやエクセル等のパソコン操作は他の職員に教えてもらったり、インターネットで調べたりして覚えて、電話対応も他の職員はどんな風に対応しているかを見て真似しながら、少しずつ出来るようになりました。働きながら通信制短期大学に入学し、短期大学士と社会福祉主事任用資格を取得しました。今年の4月からは通信制大学に編入し、精神保健福祉士の資格を取得したいと思っています。

昔の私は何も知らず、何も出来るはずがないと思いついていました。

でもおりーぶで過ごした日々の中で、様々な気づきがありました。

スタッフになった今でも、昔を思い出して調子を崩したり、感情がうまくコントロールできない時もあります。それでも理事長やスタッフ、利用者、おりーぶを卒業した仲間等、多くの人に支えられながらなんとか頑張っています。なので今、色んな理由で苦しんでいる方には **まず一歩を踏み出してほしい** と思います。

その一歩が、人生の中で大きな一歩になります。こんな私でも出来たので、諦めないでください。

また、おりーぶは当事者の方に対する支援だけではなく、家族会「もくせいくらぶ」を開催する等、当事者家族の方に対する支援も行っていますので、ぜひホームページもご覧いただきたいと思います。いつでも連絡をお待ちしています。



拙い文章になりましたが、読んでいただきありがとうございました。では次号をお楽しみにしてください。





各種依存者家族の自助グループ

もくせいくらぶ

おりーぶに入所されているご家族や、各種依存症や精神疾患など様々な理由によって生きづらさを抱えている「女性のご家族」を対象としています。

共感と分かち合いが問題解決の糸口になればと考えています。
一人で悩まないで、みんなで生きづらさの回復を目指していきましょう。

日程：毎月第2・第4金曜日

時間：19:00～21:00

会場：非公開につきお問合せください

Tel：077-535-0313（おりーぶ）



家族会「もくせいくらぶ」について



滋賀湖西の地、リバティー・ウィメンズハウス「おりーぶ」のもとで、生きづらさに悩む女性がともに生活し、新しく生まれ変わって生きる力を育んでいます。その利用者のまわりには支援者や協力者が陰になり日向になり力となって見守って下さっています。

離ればなれになった家族は困難な問題を抱えながら、長い年月孤立しがちな生活に耐えています。親、支援者等が安心できる場に集い、過去の体験や将来への手ごかりを話すことで、苦しい気持ちを軽くし、普通の生活を取り戻すことが出来ています。また、利用者の家族だけでなく、同じような悩みを持つ方々の参加を含め、勇気を持って前に向けるよう励まし合っています。

癒され、支え合う集いの場の存在の意味は大きく、運営の努力に感謝し、末長く継続することを望んでいます。誰もが親しみやすい会として「もくせいくらぶ」と命名されました。

樹木「オリーブ」には一般的に「平和」や「家族の円満」などのイメージがあり、最近では観賞用や果実は食用として好まれています。モクセイ（木犀）科に属し、キンモクセイ、ジャスミン、ライラック、ヒイラギなどが仲間です。泡のような小さい花の塊りから芳しい香りを放ち、散ると、木の周り花の絨毯が広がります。そして、やがて緑や紫の実を結びます。

ほのかな「もくせいくらぶ」の願いが届き、「おりーぶ」に関わる者それぞれが香りある小花をつけ、結実することを信じていきたいものです。

ご支援のお願い

「リバティー・ウィメンズハウス・おりーぶ」は、利用者負担のほか、会員の年会費と、個人・法人の皆さまからのご寄付で支えられています。当法人の活動にご賛同してくださる方は、ぜひ、賛助会員としてのサポートをお願いいたします。金額の多寡を問いません。日用品や食料品などの生活物資も大変感謝です。随時受け付けさせていただきます。ご支援をいただいた方にはお礼状を差し上げたく存じますので、E-mailまたはFAXにてお名前とご連絡先（ご住所、お電話番号）とメッセージをお書き添えの上ご連絡をお願いいたします。



【支援金 振込口座】

- 滋賀銀行 / 今津支店（店番716）普通 621483
特定非営利活動法人 リバティー・ウィメンズハウス・おりーぶ

【物資支援 送り先】

- 〒520-0502 滋賀県大津市南小松1594-357
特定非営利活動法人 リバティー・ウィメンズハウス・おりーぶ
TEL: 077-535-0313

何でもお手伝い屋（株）ねこのて

おりーぶが運営する便利屋さんです。ご依頼・ご相談お待ちしております♪



〒520-0502

滋賀県大津市南小松1594-357

電話：077-535-4495

携帯：090-1677-8068

FAX：077-575-2767

HP：<http://nekonotebiwako.com>

E-mail: info@nekonotebiwako.com



進め！私たちの 回復への道

 お困りございませんか？



滋賀県・京都府を中心に、
おりーぶが運営する便利屋さんです。
頼める内容は、盛りだくさん。
草刈り・荷物運び・畑作業・引っ越し
不用品の処分・お掃除各種
お気軽にお問合せください！

おりーぶ 広報誌 りぼーん

発行日：2022年4月1日 初版第1刷発行
発行元：リバティー・ウィメンズハウス・おりーぶ
編集人：Web Create Petit-Reve
印刷・製本：便利屋（株）ねこのて ポスティング部門
■事業本部
〒520-0502 滋賀県大津市南小松1594-357
TEL：077-535-0313 FAX：077-535-0313

女性のための 各種依存症からの回復支援施設
新しく生きる力を育む場所



おりーぶは、薬物・アルコール依存症
摂食障害など各種依存症に悩む
成人女性のための回復支援施設です。

お酒、薬物をやめたい
いつも寂しいかんじがして虚しい・・・

おりーぶはそんな女性のたちの回復の場です。

IBNS 978-4-87630-098-1

C9496 定価 無料・ご自由にお持ち帰りください