

岐阜ダルク利用者のスケジュール



- 9:00 Step houseに到着
- 9:30 掃除
- 10:00 ミーティング
(グループセラピー)
- 11:30 昼食
- 13:30 運動プログラム
- 16:00 自由時間
- 18:00 自助グループに出発
- 19:00 自助グループのミーティング



農業プログラム



土とふれあう事で張り詰めたい心がほぐれていきます

運動プログラム



健康な精神は健康な肉体から！！

料理プログラム



栄養士の先生に栄養バランスの取れた料理を教わります

ヨガプログラム



今ここに意識を集中させ、精神と身体のバランスを整えます

陶芸プログラム



想像力や集中力を養います

レクリエーション



薬を使わずに楽しむことを体験します

演劇プログラム



演劇や合唱を通して、表現することの喜びを知り、協調性を養います

合唱プログラム



依存症って？依存症になってしまったら、どうしたらいいの？

依存症とは、「何かをやめたくてもやめられない」状態になり、治療をしないと量や頻度がだんだん増えていく進行性の病気です。依存の対象には、薬物・アルコール・ギャンブル等があります。

こうした物事への依存行為を繰り返すことによって、それによる快感・喜びといった報酬を求めるように脳が変化してしまうために、自分では欲求をコントロールできなくなってしまうのです。だんだんと依存行為を第一に考えるようになってしまい、他の事がおろそかになっていき、日常生活をしていく上で優先しなければいけない様々な活動ができなくなっていくのです。そのことは、本人の身体や心に悪影響を及ぼします。仕事を休んだり借金をしたりするようになるなど、周りの人の生活にも悪影響を及ぼすことがあります。

いったん報酬を求める回路が脳に出来上がってしまうと、脳を以前の状態に戻すことは難しく、依存症は完治しないと言われてます。

しかし、治療をすることで依存行為を再発させずに生きていくことはできます。その方法の代表的なものが、アメリカで生まれ世界に広がった回復への12のステップのプログラムであり、岐阜ダルクではこのプログラムを実践し続けることで、依存行為に頼らない生き方をしていくことが可能です。

また、依存行為に頼らない生き方を続けるためには、正直に自分の気持ちを言える場所があることや、孤立しないことが大切と言われており、岐阜ダルクは同じ依存症を持った仲間が自分の気持ちに正直に向き合い、互いに支え合う場所を提供しています。



薬物の問題は、ダルクにご相談を！

薬物乱用により、何度も逮捕される人の報道に接すると、本人の意志の問題と思われる人が多いかもしれませんが、薬物依存症は、精神保健福祉法に規定された精神疾患であり、現在の医学では、残念ながらこれを『完治』する特効薬は存在しません。しかし、薬物依存症からの『回復』は可能です。また、誰もが回復を求めて良いのです。薬物乱用のきっかけの多くが、「繋がり」を求めていることありますが、薬物以外の「繋がり」が得られる場所がダルクです。薬物に関係した「繋がり」を断つために、まずは、気楽に相談をしてみてください。

朝日大学法学部・大学院法学研究科 教授 大野 正博

ご家族に向けて

薬物やアルコールなどの依存症は家族を巻き込む病気です。岐阜ダルクでは、依存症という病気を理解し、依存症者との適切な接し方を学ぶことができる家族会を開催しています。

家族会「ステップス」

058(201)3555にお電話下さい。

予約制

日時：第2・第4日曜日14:00～
内容：当事者であり、病院や福祉施設で働く精神保健福祉士お2人のお話・依存症者の体験談

自立訓練(生活訓練)事業所 Step house

岐阜市内

アンダンテ
男性のナイトハウス

オラシオン
男性のナイトハウス

ハンナ
女性ナイトハウス

ステップハウス
一日のプログラムを行う
デイケアセンター
(岐阜市の指定を受けて障害福祉
サービスを提供しています)



ナイトハウスから毎日ステップハウスに通います

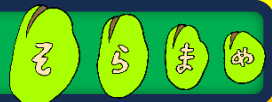
※岐阜ダルクの入寮費は月15万円(初回のみ17万円)です。
生活保護の制度などを利用しての入所も可能です。申請の手続きに関してはスタッフがサポートしますのでご安心下さい。
※医療機関と連携していますので、病院への通院が必要な方については、岐阜ダルクを利用しながら通院することも可能です。

入寮費内訳	生活費	2000円×31日分
	支援費	20,000円
	家賃負担分	32,000円
	共益負担分	36,000円(光熱費・日用品)

※生活保護費の範囲内で入寮もできます。

各務原市内

就労継続支援B型事業所



17
女性ナイトハウス
就労継続支援B型事業所を
利用する仲間の入寮施設

自然農法にて野菜を作り
お弁当作りをしています。

依存症(薬物・アルコール・ギャンブル・摂食障害)の問題を抱えている方や、一般企業で働く自信がまだ持てないなどの不安がある方に、就労の機会を提供し、就労に必要な知識・能力の向上のために訓練を行う場所です。

〒504-0813
各務ヶ原市蘇原中央町4丁目1-15

TEL 058-227-0435

MAIL soramamegohan.b@gmail.com

随時見学受付中

HPをご覧ください→

