

## 自立訓練（生活訓練）カルデモンメのご案内

事業所番号：2613500681

### 【カルデモンメとは】

カルデモンメは、依存症からの回復を支援する施設です。毎日行われるグループミーティングを中心に、依存から回復したいと望む仲間が集まる場所です。

カルデモンメの目的は、依存問題から回復したい仲間の手助けをすること、ただ一つです。「どんな依存症者でも、プログラムに従って徹底的に取り組めば必ず回復できる」という希望のメッセージを伝えています。

### 【インテーク&オリエンテーション】

カルデモンメでは、最初にスタッフが面談を行い、利用に関する簡単な説明を行います。また、相談者にとってどのような回復への取り組みが望ましいか、共に考え提案させていただきます。ご不明な点は、スタッフになんでもご質問ください。

### 【施設概要】

障害福祉サービス事業 自立訓練（生活訓練）通所施設 カルデモンメ（通所定員 20 名）

### 【所在地・連絡先】

〒619-0206 京都府木津川市山城町北河原内畑 74-1

Tel / Fax: 0774-26-4151

E-mail : kardemomme.kizugawa@gmail.com

URL: <https://kardemomme.recosuppo.org/>

### 【面談予約・お問い合わせ】

月～金曜日 9:30～16:30

合法・非合法を問わず、依存の問題でお困りの方はお気軽にお電話ください。秘密は厳守いたします。初めてカルデモンメを訪問される際は、できるだけ前日までに面談のご予約をお願いいたします。

※薬物（アルコールを含む）が入った状態での面談はできません。

### 【魅力ある回復の居場所として】

私たちは、以下の 5 つの柱を大切にしています。

1. 安心感：依存症者は、しばしば自分自身や周囲の人々に対し不安感を抱えています。回復への第一歩は、安心を感じられる環境に身を置くことです。利用者に安全な空間を提供することで、回復への歩みを始めることができます。
2. 希望：「自分には希望がない」と感じている仲間に、希望を届けます。回復への道が長く険しいことを理解することも大切ですが、それ以上に「回復できる」という希望を感じられることが重要です。回復に向かう過程で、成長や進歩を実感できるよう支援します。
3. 社会的つながり：孤立や孤独感は回復の敵です。社会的なつながりを促進することで、治療や回復への取り組みを続けるための相互支援（ピアサポート）を得ることができます。
4. 自尊心の回復：低下してしまった自尊心を、回復の過程で取り戻し、自分自身を肯定できるようサポートします。
5. 実用的な支援：回復プロセスには、具体的な生活支援も必要です。就労や住居探しの手助けなど、利用者が回復に向かって前進できるよう実用的な支援を行います。



## 【利用料について】

- ・ 訓練等給付費対象サービスの料金：訓練等給付費によるサービスを提供した際は、サービス利用料金（厚生労働大臣の定める額）のうち9割が訓練等給付費の給付対象となります。事業者が訓練等給付費等の給付を市町村から直接受け取る（代理受領する）場合、利用者負担分として、サービス利用料金全体の1割の額を事業者にお支払いいただきます。（これを定率負担または利用者負担額といいます。）
- ・ 定率負担または利用者負担額の軽減等が適用される場合はこの限りではありません。お手元の「障害福祉サービス受給者証」をご確認ください。 ※詳しくは重要事項説明書をご覧ください。

## 【カルデモンメ 利用者確認事項】

**利用にあたり、以下のルールを厳守してください。**

- ・ ミーティングへの参加 NA（他の自助グループも含む）のミーティング参加を習慣化することが、カルデモンメのプログラムの重要な目的です。できるだけ毎日参加しましょう。日中カルデモンメを利用していても、NA等のミーティングに出席しなければ、当施設を利用する意味が薄れてしまいます。参加姿勢が見られず出席率が低いと判断された場合、利用を中止していただくこともあります。（特別な事情で参加できない場合は、必ずスタッフに相談してください。）
- ・ 薬物・アルコールの持ち込み禁止 施設内への薬物（アルコールを含む）の持ち込み、使用は一切禁止です。（病院で処方されている治療薬は例外ですが、乱用目的が明らかな場合は持ち込み禁止の対象となります。）
- ・ 暴力の禁止 暴力行為（暴言を含む）は絶対に行わないでください。
- ・ 身体拘束・行動制限について：身体拘束は原則として行いませんが、自傷や他害の恐れがあり、生命・身体の安全確保が必要と判断される場合に限り、一時的な行動制限を行うことがあります。
- ・ 金銭・賭け事の禁止：利用者同士の金銭の貸し借りや、施設内での賭け事はトラブルの原因となるため禁止です。
- ・ 連絡先交換の制限：新たな生き方が始まったばかりの利用者同士が、電話番号を交換したり自宅を行き来したりするのは危険です。使用していた頃の薬物仲間と同じような関係になりかねません。連絡先を教えあうのは、スタッフや数年のクリーンタイム（断薬期間）を持つ仲間にしておきましょう。
- ・ 薬物の話題について：薬物の生々しい話や武勇伝は、「今日だけ」薬物をやめ続けている仲間の回復にとって、役には立ちません。場にふさわしい発言を心がけましょう。
- ・ カルデモンメや NA で知り合った仲間と薬物を使用することや、密売人の連絡先・入手方法を教える行為は、仲間の命を奪いかねない危険な行為です。発覚した場合は、即座に利用を中止していただきます。
- ・ 恋愛・性的関係の禁止：クリーンタイム（断薬期間）が短い時期に、施設や NA で知り合った仲間と恋愛関係や性的な関係になることは、回復の妨げになります。
- ・ 器物破損：施設の備品は大切に使ってください。故意に破損させた場合は、実費を弁償していただく場合があります。
- ・ 感染症・疾病について：C型肝炎等の感染症や、その他の疾病をお持ちの方で、配慮や治療が必要な方は利用契約の際にお申し出ください。プライバシーは厳守します。

## 【施設内での呼び名（ニックネーム）について】

カルデモンメでは、プライバシー保護とメンバーの平等を保ち、過去のしがらみから離れて安心して回復に専念するため、本名ではなくニックネームで呼び合います。ニックネームは、ご自身で「呼ばれたい名前」を自由に決めてください。

## 【基本的な週間スケジュール】

	月	火	水	木	金	土	日
9:15	開所	開所	開所	開所	開所	午前 オンライン ミーティング	午前 セルフケア
9:30-10:30	全体 M	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング		
11:00-13:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食		
13:30-14:30	ミーティング	ミーティング	ミーティング	ミーティング	NA	午後 日用品の 買い物等 NA	午後 NA もしくは ミーティング
15:00-16:00	掃除・夕食	掃除・夕食	掃除・夕食	掃除・夕食	掃除・夕食		
16:30	閉所	閉所	閉所	閉所	閉所		
19:00-20:00	NA	NA	NA	NA	NA		

## 【NA・12 ステップグループへの参加について】

- NA（ナルコティクス・アノニマス＝無名の薬物依存者たち）は、1953 年の発足以来、世界各国に広がりを見せている 12 ステップを用いた薬物依存者の自助グループです。こうしたコミュニティに広がりを持つサポートグループとの連携は、施設の回復プログラムの効果を最大化させます。
- そのため、カルデモンメでは NA や AA への出席を強く提案しています。施設への通所を通じてミーティング参加を習慣化することは、退所後の人生において命綱となるからです。
- 「スポンサー」と呼ばれる、積極的に回復と成長を続ける仲間と繋がり、グループ内で役割を持ち、ホームグループの一員となること。そして 12 ステップを継続して実践することが、薬物やアルコールを使わない新しい生き方を確かなものにします。

## 【プログラム・活動内容】

### グループミーティング・カウンセリング

プログラムの核となるのが、施設内で行われるグループミーティングです。ミーティングの手法や内容は、NA や AA の形式に準じており、依存症回復プログラムとしては最も実績のある標準的なスタイルです。まずは自助グループのミーティングに参加することを習慣化させることが、カルデモンメのプログラムの第一の目的です。また、弁護士、精神保健福祉士、公認心理師の資格を持つ理事や職員による、個別相談・カウンセリングも行っています。

### 昼食作り

利用者同士で話し合っって献立を決め、近所のスーパーへ食材の買い出しに出かけます。その間、施設に残るメンバーは米を炊いたり、お茶の準備や下ごしらえを行ったりします。買い出し担当が戻ると、交代でキッチンに立ち調理が始まります。レシピ本を見ながらスタッフと共に献立を考え、協力し合って作業することは、メンバー間の親睦を深めることにも役立っています。解毒後間もない時期は、体力の回復と正しい栄養バランスが不可欠であり、こうした食生活は肉体的な回復の大きな糧となります。また、様々な料理を覚えることは、将来の自立生活に向けた準備としても効果が期待できます。

### 活動・作業・レクリエーション

スキル習得・創作活動 デジタルプラットフォームを活用した回復支援プログラムや、パソコン（ビジネスソフト）の習熟、チラシ制作などを行います。

社会参加 バザーやボランティア活動へ積極的に参加します。

運動・スポーツ スポーツ施設での運動やヨガ、他施設との合同スポーツ大会などを通じ、健康的な身体づくりを行います。

### メッセージ活動

拘置所や精神科病院などで治療・処遇を受けている薬物依存者の元へ面会に行き、自身の経験を通して

「回復の希望」を伝えます。（※原則として、スタッフおよび3ヶ月以上のプログラム参加者が行います。）

### イベント参加・啓発活動

各種フォーラム、NA のパブリックインフォメーション（広報活動）、セミナーのほか、行政・司法・医療・教育・更生保護機関等が開催する薬物関連の研修会や講座へ参加します。要請に応じて、当事者としての体験発表なども行います。また、NA などが主催する宿泊研修会（通称：ギャザリング）へも参加します。

### 【カルデモンメでよく使われているスローガン】

<i>JUST FOR TODAY</i>	今日だけ
<i>EASY DOSE IT</i>	気楽にやろう
<i>I CAN'T WE CAN</i>	私には出来ないが、私たちなら出来る
<i>KEEP IT SIMPLE</i>	簡単に
<i>FIRST THINKING FIRST</i>	第一のことは第一に

### 【アクセス】

- ・ JR 棚倉駅より徒歩 12 分
- ・ JR 京都駅より奈良線にて JR 棚倉駅下車徒歩 12 分（京都駅より約 1 時間 10 分）
- ・ JR 天王寺駅より大和路線大和快速にて JR 木津で奈良線に乗り換え、京都駅行きで JR 棚倉駅下車徒歩 12 分（天王寺駅より約 1 時間 30 分）
- ・ JR 京橋駅より学研都市線にて JR 木津駅で奈良線に乗り換え、京都駅行きで JR 棚倉駅下車徒歩 12 分（JR 京橋駅より約 1 時間 30 分）



グーグルマップ QR コード



2026 年 1 月現在 カルデモンメ