

SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第37号(2006, 4, 10)

東京新聞2006/3/29掲載分より転載

苦しまず早めに相談を



薬物やアルコール依存症からの回復をサポートする民間団体「栃木ダルク」。那須町で運営する入寮施設に加え、今年一月、宇都宮市大曾に通所施設「宇都宮アウトパシエント(OP)」を開設した。都市部での相談態勢や社会復帰支援の強化を狙いだ。スタッフ八人は、いずれも薬物で苦しんだ経験があり、代表の栗坪千明さん(37)は「薬物依存は“病気”であり、意志や根性の問題とは違う。早めに相談してほし

い」と呼びかけている。

栗坪さんは、仕事上のストレスがたまっていた二十代半ばのころ、覚せい剤にのめり込んだ。使用すると体から疲労感が消え、集中力が高まるような気がした。「こういう使い方をすればいいのか」と、はまってしまった。

覚せい剤は当時、1gあたり二万円。買い続けるうちに使用量も増え、半年で数百万円の貯金は底をついた。だが、体は薬がなければ、出勤できなくなっていた。遅刻を繰り返し、担当の仕事を外され、減給されるなどした後で結局、勤め先を辞めた。

それでも薬物への欲求は抑えきれず、借金は重なるばかり。金銭関係が原因で、友人は去っていった。自分の居場所を失い、二十代後半には「家族が自分をだまそうとしている」「誰かに監視されている」と妄想に悩まされるようになった。自宅で暴れた時に、家族が耐えきれずに警察へ通報、病院に收容された。

その後、家族が活動を聞き付けてきた茨城ダルク(茨城県)などでリハビリに取り組んだ。被害妄想などの後遺症に苦しむこともあったが、やがて同団体の運営にスタッフとして参加。二〇〇三年には入寮施設を開設するなど、栃木県内での活動を本格化させた。

一月の通所施設の開設以来、三十件以上の相談が寄せられている。依存者の家族からの「暴力に困っている」「このままで、うちの子は大丈夫か」といった内容が目立つという。

同施設で行う「ミーティング」では、依存者らがそれぞれの過去を打ち明け合う。自らが話すだけでなく、同じような経をした人の話を聞くことで、自身が薬物に手を出した経緯や、思考パターンを気づかせるのが目的だ。

栗坪さんは「回復させるためには、家族は愛情を持って突き放すべきだ」と強調。「身内に薬物依存者がいるのは恥ずかしい」などと家庭内の問題にとどめようとすればするほど、症状は悪化するといひ、周囲が異変に気付き次第、早めに相談する必要性を訴えている。

編集

栃木DARC

宇都宮OP

那須TC

〒320-0014

〒329-3225

栃木県宇都宮市大曾 2-2-14

栃木県那須郡那須町豊原丙 3227-2

形松ビル 3F

TEL 028-650-5582 FAX 650-5597

TEL 0287-77-7157 FAX 77-7158

ホームページアドレス <http://www.t-darc.com>

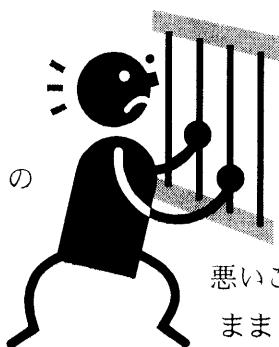
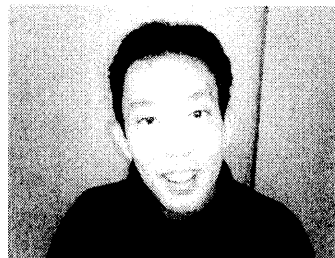
回復に向かって

依存症のジュン

26歳の時にダルクにつながり、今年で37歳になります。

初めて薬物を使ったのは14歳の時です。きっかけは中学2年の時、部活の先輩がシンナーを使っていて仲間や先輩に勧められて興味本位から一回だけなら大丈夫だろうと軽い気持ちで始めたことからです。

そもそも薬物に対して初めから興味があったのではなく先輩や仲間から嫌われたくないとか仲間はずれになるのが怖いとか、そういった考えがあって使ってしまったのです。



の

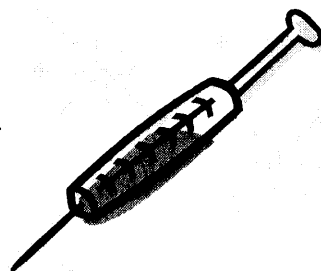
した。

この頃から少しずつ自分のずれた考え方が始まったんだなーと今になって思います。今まで少年院、刑務所、精神病院と人生の大半を薬物と自分生き方によって潰してきました。その中でも色々と学んだことが有りましたが自分にとって都合の

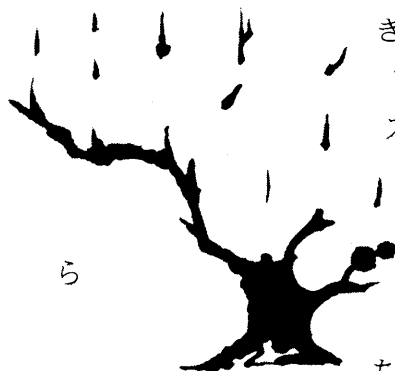
悪いことを何一つ認めることが出来ず。自己中心的でわがままにやりたい放題でした。そしてダルクにたどり着きま

入寮した当初から僕の病気は全開でした。小さい頃から寂しがりやで甘えたところがあり誰かにかまってもらいたいとか人に気に入ってもらう為に嘘をつき、その嘘がばれたくないために、また嘘をつく、そんなことを繰り返して、その場所にいづらくなったらダルクを飛び出し外で薬を使い薬が使えなくなったらダルクに戻る。そんなことを繰り返してばかりいました。

どうしたら薬が止まるのだろうか、今までの



生き方もすべて変えなくては、また薬を使ってしまうのだと嫌なことがあると薬に逃げてきて普通の人と考えが違って生きてきた自分にとって生き方を変えるという事は簡単ではありません。



ら

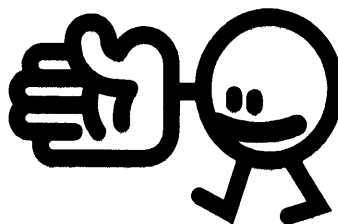
でもダルクは、そんな自分に与えられたチャンスだと思えるようになりました。みんな目標は一緒です。自分は最初の頃、ミーティングさえ真面目にやっていればいいんだとか決められた掃除や役割をやっていればいいんだという考えでした。しかしここで生活しているうちに気づきがありました。仲間が自分を変えたり、

自分が仲間を変えることは出来ません。今まで自分は人をコントロールしようとしたり、人の気持ちを自分に向けようと嘘をついたり大きな事を言ってきました。しかしそんなことをしても人の気持ちが自分に近づくどころか、どんどん遠ざかって行くことに気づきました。自分は今の生活の中で毎日が気づきのプログラムです。

仲間との会話一つ一つどれをとっても自分のためになります。失敗をして苦しい思いをしたり生きづらくなったりして薬を使いたくなる時仲間とぶつかったり感情が乱れたり本当に大変です。

そんなときは今何の為にここにいるのか考えます。やっぱり回復したいからです。自分はダルクにいることを感謝しています。なぜならここにたどり着けなかったら死んでいたかもしれないからです。

これからはあせらず「今日一日」という言葉をかみしめて、自分が回復するには自分自身が変えるしかない人は変えてくれないんだということを心にとめて生活していきます。





3月にバザーに参加してきました。踊りがメインでしたが僕たちはお好み焼きにウインナーを完売してきました。ご協力して下さった方々に感謝また参加したいです。



春の暖かい日に全員集合

発行所

郵便番号一五七―〇〇七三
東京都世田谷区砧六―二六―二一
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

定価100円

3月献金を下さった方々

水井清次様、朝日会 朝日病院様、大和田訓次郎様、山口武様
他2名様

3月献品を下された方々

栃木ダルクを支援する家族会様、水井清次様、高久勝様
鈴木鈴与様 他1名様

発送作業簡略化の為、振込み用紙は全員に同封させていただいております。ご理解の程よろしくお願いたします