

# SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

## DARC

# Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第40号(2006, 7, 10)

## 気づきのプログラム

栃木 DARC  
代表 栗坪千明

宇都宮に施設を宇都宮 OP として開設し、早くも半年の月日が過ぎました。当初の目的であった相談窓口の充実という点においては順調だと思います。平均すると週に一件の割合で来所されるかたが宇都宮を中心として県内、県外からやって来られます。相談内容も様々で最近の傾向としては、年配者や女性の相談が多く、使用薬物もアルコールや市販薬、クラブドラッグが増えてきています。

本当の意味では DARC のような施設に助けを求めて来られるのは社会的にみると良い傾向ではないと思いますが、薬物の問題で困っている人は少なくないというのも現状です。

そして特に多いのがクロスアディクションの問題です。初めは薬物の問題で相談に来ますが、相談していくうちに他の問題が出てきて、摂食障害や盗癖、暴力などの問題が浮上してきます。薬物よりもこちらの問題が深刻であったりもします。これらの問題は単に薬物が止まっているだけでは良くなりません。生き方を変える必要があるのです。

アディクト（依存者）は自己肯定感が低く、人間関係を円滑に保つことが困難で、

そのために被害妄想に陥りやすく、今までの生き方に戻るための理由付けをしてしまいます。私はこれを自動思考と読んでいます。上に書いたような考えが無意識のうちに頭の中で繰り返されて、新しい場所に行っても一定の期間が過ぎると結局もとの場所に立っているということになってしまうという生き方を変える必要があるのです。

栃木 DARC は那須 TC と宇都宮 OP がそれぞれの役割を果たし、一連のプログラムを経て社会復帰していくという段階式です。入寮し、そのままプログラムに乗ってリハビリを続けるメンバーも居ますが、大方の場合は自分の生き方がアディクションの自動思考に囚われていたということに気づくまでに多くの時間を使います。この期間に施設を出て薬の再使用をしてしまったり、出て行かなくても、プログラムに怠惰になったり、ちょっとしたことで不機嫌になり他のメンバーとの関係が悪くなったり、投げやりになったりを繰り返しながら、問題は自分以外のところにあるのではなく自分にあって、自分が変わるしかないということに気づいていくのです。

つまり失敗を繰り返してわれわれアディクトは成長し回復していくのです。失敗しても多くのメンバーがその失敗に共感することができます。そのことによって自分だけではなく他のメンバーもそうであるということを知ることによって勇気付けられ、リラプス（依存症の再発）から遠ざけてくれるのです。

私たち DARC のスタッフが出来ることは、自分の経験（特に失敗の）を分かち合うことと、その回復の場が安全であることを守ることだと思っています。

現在、宇都宮では社会復帰間近のプログラムを実践しているメンバーは二人です。今も苦しんでいることはあると思います。生き方の病はそう簡単には私たちを解放してはくれませんが、今までの施設での経験により、乗り越えていることもたくさんあると思います。

栃木ダルクには那須、宇都宮合わせて 25 人のメンバーがプログラムを受けています。相談を受けることも大切なことですが、回復していくメンバーを見守ることも大切なことです。この2つのことをしていくことによって、私たちは社会との接点を保っているのかもしれない。私たちの活動が社会から必要とされている限り、続けられるようにしていきたいものです。

そのためには関係者の皆様のご協力が力のない私たちにはとても重要です。今まで支援をいただきありがとうございます。また、今後ともよろしく願いいたします。

## 気づき

アイトのヒカル

自分が覚せい剤と出会ったのは18歳のときです。先輩に勧められてやったのが初めてです。2回目に使用したのは半年以上過ぎてからでしたのでテレビで見るとような中毒にはならないと思い込んでいました。

18でヤクザになり大勢の人達を泣かせてきました。彼女にも体を売らせていました本当は嫌なのに、それがヤクザとして当たり前だと思っていました。その頃は薬にどっぷりと嵌る様になっており21歳の時に逮捕され刑務所に行きました。23歳で出所して妻と出会い結婚しました。ヤクザを辞め覚せい剤を使う事もなくなりましたが26歳のとき自分の浮気が原因で離婚し、またヤクザの世界に戻り薬も使うようになりました。そんな自分に嫌気が差し大阪にヤクザ修行に出ました。抗争や色々なことがあり忙がしい日々を送ってましたが、自分の甘さからまた薬を使う様になってしまいました。この頃から仕事で覚せい剤を売ったりするようになりましたが、女性で金を儲けるような事は自分の辛い経験からしなくなりました。

二十八歳の時に指をつめ、地元の組織に戻りました。帰ってからは金貸しの仕事をしていましたが、以前から薬を使ってしまう自分が嫌いでしたので、止める努力はしていましたが、やはり完全に止めることができずにたまに使う生活を繰り返してどんどん自分で自分の事が情けなく思う様になっていったんですが、どうしても月に1・2度使ってしまうていました。そうして生きているうち金貸しの仕事も思う所有りやめ、水商売の店を経営する様になっていました。商売は上手くいき次々に出店するようになりましたが、やはり薬を完全に断ち切ることはできずに仕事のパートナー達とも何か関係がギクシャクしていった様に思います。

自分は薬を止める為に毎日寺に通ったり、酒を断ったりしましたがどうしても止めることができないどころか、それまで月に1・2度だった使用も次第に増えてコントロールが利かない状態になっていき、自分が選らぼうと考えたのが刑務所に入る事か、欲の根元である性器を切り落とすことでした。その時に元妻がダルクの存在を調べてくれ、スタッフの人と電話で話をすることができました。その電話でその人からかけられた言葉が胸にしみてポロポロ涙をこぼしてしまいました。そのスタッフの人は最後に「きな本当に止めたいなら、今すぐ来な」と言ってくれ、直ぐに電車に乗り北海道のダルクへ向かいました。ダルクの人達は皆暖かく迎えてくれて、その日からダルクの生活が始まりました。正直自分は「こここそ自分が今居るべき

施設長たちはそんな自分に優しく対応してくれましたが、また自分はその優しさに付け込み、自分に甘え使用を繰り返しました。

ダルクに来た時、自分の事を「薬に勝てない根性無しのダメな男」と思っていました。仲間から聞いた「無力・勝負すること事態が間違い」という話を聞き、少し判りかけてきていましたので施設移動を言われた時も素直に聞いてこの那須へやって来ました。しかし来た当初はこの山の中から出たい時に出られない状態や、気が合わないスタッフへ腹を立てて元妻に電話で帰りたいと愚痴をこぼしていましたが、施設で言われている最低9ヶ月は頑張るということを元妻と約束し今までやってきました。

8ヶ月が過ぎた時に元妻に「あと1ヶ月で帰る」と言ったら、「もう少しだけやってみて、薬を使わないことにもう少しだけ慣れてきてから帰ってきて」と言われ、そうしたらもう1回籍を入れて一緒に頑張ろうと言われ、もう少しここで頑張ろうという気持ちになりました。

もう少し居ると決めてから急に心が楽になっていきました、すると色々な事を毎日気づけるようになってきました、そして今この原稿を書いている日がちょうど9ヶ月目の日です。

回復ってなんだろうと考えると、自分の生きていく道というか、生き方がわかってきたような気がします。自分の様な世の中に迷惑ばかりかけてきた人間でも出来る事が何かあるような気がします。頭もないしそんな良い性格も持っていませんが、自分の回復の為、自分の大好きな人達がいるこの世界の為、あまり自分に無理をかけず、自分の出来る範囲で世の中に思いを少しでも返せるような生き方をしたいと心から思っています。

幸せって金じゃないし、欲を満たすことでも無いって生まれて初めて心から思っているような気がします。

無理をせず頑張って妻と子供と一日も早く人間らしく生きれるようになりたいと思います。

最後に両親・友達・兄弟・仲間・先祖の方々、そして神に本当に有難う御座いますとお礼を言いたいです。

## 7.8月予定表

- 11 昭和大学講演
- 13 茂木中学校講演
- 15 北関東薬物関連問題研究会
- 20 施設見学
- 25 ガイドポスト
- 30 宇都宮家族会
- 1.2.3 秋田フェロ-シップ
- 5 TC研究会
- 7.8.9 茨城フェロ-シップ
- 10 栃木県薬物依存フォーラム

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>



映画を見に行きました。

### 6月献金を下さった方々

工藤和明様、瀬尾智恵子様、佐藤久子様、西那須野更正保護女性会様  
ア・イクシオンホ・センター-NASU様、ア・イクシオン家族会とちぎ様  
久保将雄様、渡部厚司様、三重ダルク青山大介様  
匿名7名様

### 6月献品を下された方々

深町保夫様、栗坪誠様、水井清二様、山本はるひ様、森嶋恵美子様  
匿名3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

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