

# SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

## DARC

# Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第50号(2007, 6, 13)

(51)

### 那須 TC の現状

那須 TC 責任者 長谷川貴則

6月に入り雨が上がるたびに気温が上昇している今日この頃ですが皆様いかがお過ごしでしょうか、今月のニュースレターは栃木 DARC の那須 TC と宇都宮 OP、RH の現状報告をしたいと思います。

現在、那須 TC 利用者は15名で入院が1名います。栃木ダルクでは利用期間を5段階に分けています。那須 TC の役割は5Stage Program の3段階目までを行っており薬を使わない生活に慣れるということまでです。

これがなかなか難しく昨日まで薬を使っていた生活から入寮して集団生活に入り、これを直ぐに実践できる人達は少なく定着率は低いです。それと、暖かくなってくるからか出入りを繰り返す仲間が増えてきているのが現状です。

プカラムの方は去年から始めた畑でジャガイモ、ほうれん草、とうもろこし、等を家族の方々の手を借りながら作っています。しかし、もともと農作業などをほとんどの仲間がしたことがなく、せっかく植えた苗を作業中に踏んで駄目にしてしまうなど色々なことがあります。何とか形になってきたように思います。

カホン（打楽器）は材料を買ってきて自分たちで作るところから始めました。初めてこの楽器を見たときはゴミ箱かと思いました。小学校に置いてあった木のゴミ箱にそっくりです。

カホンとはペルー生まれの打楽器で「大きな箱、引き出し」という意味で、この箱を叩くと乾いた心地よい音が出ます。この演奏は評判が良く色々な場所に呼ばれて練習した成果を沢山の人達に見てもらえるし、すごく良かったといってもらえるのがたいへん励みになっています。畑やカホンのプログラムは作業や演奏が終わった後に達成感を得ることができ、それに伴い自己肯定感を上げることもつながります。薬をとめてつらく苦しいことばかりでは無いと言う事を実践して学んで行ければいいと思っています。今後ともよろしく願いいたします。ありがとうございました。

## 栃木ダルク宇都宮OP・RHの現状について

宇都宮OP・RH 責任者 栃原晋太郎

緑の美しい季節になりましたが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

さて今回は、昨年1月に社会復帰準備と社会復帰活動を目的に開設した宇都宮の2施設の現状を報告させていただきます。

まずは報告になりますが、先月2段ベットを4つ入れたので定員も10名から12名に変更になり、より多くの仲間が社会復帰に向けてプログラムを進めていける環境になりました。これもご支援いただいている皆様のおかげです。感謝を忘れずに今後につなげていきたいと考えております。

現状についてですが、現在は入寮者10名・通所者1名の計11名でやっています。そのうちトレーニー（＝スタッフ研修）が1名。アルバイト（作業所への通所も含む）に通っている仲間が5名です。その他のメンバーも自分のプログラムを自分のためにやっていますし、ある程度は順調にやっているのではないかと思います。

その理由については、まず宇都宮での生活を始める前に、那須TCや他のダルクでのプログラムを終えてからきてもらうという段階を設けているのが一番大きな部分です。利用者はクリーンでいることには慣れていますが、それと宇都宮というある程度の繁華街で、ある程度の自由とある程度の責任を負うという段階式のプログラムを各々が理解しようとしていること、今与えられている環境の中で楽しむという事が出来るようになってきているという部分が少くないのではないかと思います。また宇都宮では今までより社会性の獲得に重点を置いたプログラムの提供を目指していますが、試行錯誤を繰り返しながら少しずつですが、理想に近づいているというのも一つの要因ではないかと思っています。

逆に問題点もいくつかあります。まずは・・・ほぼ全員がデブです（＾＾）。体重が100Kgを超えそうな仲間が何人もいます。回復を始めた頃は確かに「回復は太ることから」と言われるのですが、クリーンも長くなっていますし仕事を始めるとしても体調管理くらいは自己責任で出来るようになる必要があると思います。又、5ステージを徹底することでの弊害といえますが、宇都宮は本来なら後半の4、5ステージを行う場所なのですが、イレギュラーな形で宇都宮の施設を利用する仲間が出てきた際に、他の仲間との差が極端にあることで、本人はプログラムに乗れない、そして周りは上下関係を無意識に作ってしまい、昔の生き方に近づいてしまう。またそのことでプログラムを続けてい

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）  
2007年6月15日発行 SSKO 通巻第6435号

るにも関わらず本人の自己肯定感が上がらないといった問題にも繋がります。このようなイレギュラーはダルクですから付き物なのですが、各施設のスタッフのレベルアップと連携の必要性を常に迫られている気がします。

こうした様々な問題を抱えながらも、より良い施設を目指し日々努力は続けていこうと思っておりますので、これからもご支援ご協力のほど宜しくお願いいたします。

やってみよう（＾＾）

シュン

僕が栃木ダルクに来てから22ヶ月が経ちます。同時にシラフでの生活も同じだけの日にちが経ちました。19才の時に初めてマリファナを覚え、その後色々な薬物を使用し辿り着いたのは、自分では薬物へのコントロールがきかない薬物依存症者でした。

薬物を使っていたのは様々な要因があると思っています。ミーティングを続けているうちに自分を見つめなおす時間をすごし、だいぶ自覚が持てるようになってきました。その中でも自分が特に問題視しているのは人と自分を比べてしまうこと、特に姉姉と常に比べていた事に気が付きました。ミーティングでもよく話をするのですが兄や姉たちは僕が欲しいと思うもの全てを持っています。それは精神面・性格・外見までも羨ましいと思っていました。しかし自分はそれらを得る為の努力をし続けることが出来ない人間に成長していきました。そんな劣等感を抱えながら（その当時は自覚はなかったような気がします）生きていました。そんなことも僕が薬物依存症になった一つの要因だと考えています。その上で薬物を使うこと、さらに使い続けることだったら姉姉には出来ない！自分にしか出来ないことだろうという狂った考えが更に僕の病気を助長していきました。

しかし、そんな生活は長くは続かず底をつきダルクにやってきました。嫌な日が続く何度も全部放り出して施設を離れて昔の生きかたに戻ろうと思っていました。でもそんな時にいつも僕の話聞いてくれる先行く仲間たちがいました。「出て行くことは仕方のない事だけれど、こんな考えもあるよ」と些細なことから大きな判断をする時も相談に乗り提案を出してくれました。そういうことを繰り返していくうちに、今でもそれが正しかったのかは分かりませんが、仲間に強く依存していきました。でもそ



1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）

2007年6月15日発行 SSKO 通巻第6435号

の事は僕が施設生活を続けていく事に必要なことだったと思っています。その後その仲間達とは物理的に距離をとる環境にありますが、いつでも連絡をとれる仲間には今も話を聞いてもらってます。

宇都宮 OP に移動して1年ちょっとになりますが、最初は人数が少なくてミーティングでの一人あたりの持ち時間が凄く長く感じ、長い話をするのが苦手だった僕はストレスを感じながら毎日を過ごしていたのですが、時間がたつにつれてそのことも楽

になり、今ではその当時持ち時間が長かったことによって自分を見つめなおす作業になったんだと思えるようになりました。那須 TC にいた頃は薬を止めるだけにしか目が向けられていませんでしたが、宇都宮に来てやっと自分自身に目を向けられるようになってきたと思っています。こっちで自動車の免許を取らせてもらったりと一歩づつ社会に出るための準備をし、薬を使わずに生きていくためのスキルや心の持ち方も日々蓄えていっています。

今はトレイニーというスタッフの研修に入っており、そこでも自分が今まで出来なかった事やこれから必要な事を施設や仲間を通して学んでいっています。日々仲間と生活を共にすることで気付かされる事や、自分と同じような考えや行動をする仲間を目の当たりにすることでもどかしくなることもあります。でも、そういう一つ一つが自分を今成長させてくれています。

実はトレイニーに入るかどうかを考えていた時はダルクに来てから一番悩み、色々な人に相談し、ようやく答えを出したんです。大きな選択をして始めてはみたものの継続していくうちに「これは自分にとって正しい選択だったのか？」と考えた事もありましたが、今ではネガティブ志向な僕が少しだけポジティブに考えられるようになってきたように思いますし、やりがいも感じられるようになりました。仲間の姿を見ていてアルバイトに出るのも社会復帰への目に見えるプログラムなので羨ましく感じる時がありますが、僕は今はダルクにいて今まで迷っていた将来像を強く意識する時間が持てるし、もし挫折したり諦めたりしてしまうのかもと思えば不安を感じたりしますが、やるだけやってみようと思うようになりました。今は自分のペースを守ってやっていけているんじゃないかと思ってもいます。プログラムのおかげで今まで自分で思っていた自己評価も少しずつ上がってきているし、今は焦らずにやろうと自分に言い聞かせています。今必要な事を理解する事とそれを実行することは難しい事ですが、でもそれが一番大切な事だと思っています。

今は日々仲間に助けてもらいながらなんとかやっていけているし、これからは自分

がしてもらった事を分け与えていければ良いと思っています。時には感情的になる事もありますが、高慢にならず仲間と共に回復・成長を続けていければいいなと思っています。



### 6月・7月予定表

6月13日	黒羽刑務所覚醒剤教育
6月18日	陽西中学校講演
6月20日	黒羽刑務所覚醒剤教育
6月22日	金田北中学校講演
6月22日 ～23日	日本アルコール関連問題学会参加
6月24日	宇都宮家族会
6月27日	黒羽刑務所覚醒剤教育
7月3日	ANAK 家族会
7月6日	三依中学校
7月10日	アルコール関連問題研究会
7月11日	馬頭中学校

### 献金のお願い

少しずつ気温が上がってくる今日この頃ですがいかがお過ごしでしょうか、6.7.8月と施設でも外出する機会が増えてくる予定で、そう考えると運営費のほうがありません。いつもお願いばかりで心苦しいのですが献金をお願いいたします。

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  
形松ビル 3F

栃木県那須郡那須町豊原丙 3227-2

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>

### 5月献金を下さった方々

林隆雄様

匿名6名様

### 5月献品を下さった方々

DAKKS様、白河教会様、金井恵美子様、黒崎富子様  
匿名5名様

毎月献金、献品を戴きましてありがとうございます。  
これからも宜しく願いいたします。

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願いいたします

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