

SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第58号(2008, 1, 17)

2008、新春に思うこと

栃木 DARC 代表 栗坪千明

2008年明けましておめでとうございます。

昨年中は皆様にご支援をいただきありがとうございます。本年も引き続きご支援、ご指導宜しく願いいたします

さて、栃木ダルクは昨年も毎年ではありますが、いろんなことがありました。まず昨年の4月から開始した5ステージプログラムですが、私としては一定の効果は上げていると思います。細かな点では少しずつ修正を加えながら続けました。その甲斐あってか9月から今までにステージ5を修了して社会復帰していくメンバーが4人とまずまずだと思っています。利用者、スタッフ共に自信をもてるようになって来ました。その他の活動としては特に目新しいことがあったというわけではありませんが、その前の年に比べれば、確実にレベルアップしています。これを続けていくことも今年の目標の一つです。

今年の目標は法人化です。役員も決まり、現在来月の上旬の申請に向けて準備をしています。予定通り認可が進めば4月にはNPO法人として活動を始めます。法人化することにより栃木ダルクが個人のものではなくなるということも大きいのですが、活動も広がりを持つと思います。

また、行政的にも今までとは違った動きがあるので、今年は薬物問題の転換期になるかもしれないと思っています。そうなったときに恥ずかしくない施設であり続けたいと思います。

以上を年頭のご挨拶に代えさせていただきます。

感謝

テル

明けましておめでとうございます。

去年を振り返ると本当にあっという間の1年でした。一昨年の12月に家族との3者面談であと1年だなと言われました。そこでやるやらないは自分の判断ですけど、その話まで施設生活を2年やってきた自分にはもう充分じゃないのか？って気持ちが非常に強かったのであと1年って言われたときにはさすがに凹みました。ですが先行く仲間の提案を素直に受け入れ、お任せしてみるかってことの出来る自分がそこにはいました。ただやるからには、あと1年って気持ちを捨てないと消化ゲームの施設生活になってしまうので、1年経ったら今後どうするか考えようって思い生活をしていました。今まで出来なかったお任せが出来るようになってからの生活は非常に楽しかったです。

あっという間に時が過ぎ去年の9月頃に那須の責任者にテルは今後どうするの？と言われたんですが、自分はすぐに返事が出来ませんでした。入寮者のことや、施設のあり方や、納得できないこと、考えてること、言いたいことはなんでも言ってきたつもりでしたが、自分のことになると全然答えが出せない優柔不断な欠点があることに気付きました。自分が今後どうしたいのか考えるために、施設を移動させてもらえないかって責任者に相談したところ、その当時人手不足で大変だったのにも関わらず俺が頑張るからテルはゆっくり自分の事だけを考えて来いって言ってくれました。那須の責任者には今まで色々なことを勉強させてもらいました。自分の都合で迷惑をかけてしまって暖かい言葉を貰い送り出してくれたことにとても感謝しています。

去年の10月から宇都宮 OP で自分探しの生活を始めるんですが、代表や宇都宮の責任者にも本当によくしてもらい、栃木ダルク、家族、仲間、みんなの支えがあって今の自分があるのでこの3年間は無駄じゃなかったって心から言えます。本当に感謝しています。

未だ今後の自分についてははっきり答えを出せていませんが、ゆっくり考えて行こうと思います。本年も栃木ダルクを宜しく願います。

那須 TC 長谷川貴則

明けましておめでとうございます。

昨年1年は色々なことがありました。自分ごとではダイエットに失敗しリバウンドで

以前より体重が増え自分の無茶加減に嫌気が差すこともありました。

施設の方はプログラムの充実が去年一番大きな出来事だと思います。5ステージプログラムも浸透してきた感があります。人数も増えていますが雰囲気は数年前と比べ大人しいという感じです。

宇都宮と那須の施設ごとの役割というものが明確に分かれている為、自分たちにとっても利用者にとっても目標を持って生活しやすい環境になっていると思います。

今年一年も色々なことがあると思いますが、宜しくお願いいたします。

受け入れる落ち着きを

依存症のリユウ

去年は、色々と家族のことで悩まされることがあった年でした。

まず弟が、仕事がうまくいかずさらに入院するという事があり、そのことで両親が困ってしまい連絡は一応くれましたが、自分も今は入寮生活で何もできなくて・・・両親も年ということもあり、また遠いということもあり病院に行ったりしてアパートの後処理など面倒なことは、結局近くに住んでいる姉にやってもらいました。

さらに暮れには、母親が歯医者に通う為に血圧を下げる薬を1週間程度止めたら脳梗塞で倒れ、体がほとんど利かず口も回らない状態になってしまいました。連絡を受け一度家に帰って見て来たけれど、母親はこちらの言うことは分かるみたいでしたが、話がほとんどできなくて会話にはなりません。それでも親なんでしょうね、自分のことよりも息子さんの方が気になるようでした。

今この年になって、ようやく両親の苦勞が少しはわかってきて苦勞話にも付き合えるかなと思えてきたのに、残念ですが仕方ない。

両親も若いときから苦勞ばかりの生活で息子が二人とも仕事もうまく行かずこのような状態では可愛そうで、でも自分がここで無理に何かをしようとして、またここで失敗したらどうなる。弟と母親の事は父親が一生懸命やってくれていて、忙しさを父親も余計なことは考えなくてすんでいると言っていた。今、家はたいへんだが忙しさが父親の悩みを消してくれているようです。

今、ほかから見たら色々やる事があるじゃないかと言われそうですが、母親の状態が良くなるも悪くなるも運まかせ、酒を飲んでた時ならあせって何かやらかして、何もかもあきらめるか、やけくそで失敗ばかりを繰り返してきたが、今それをしたら死ぬまで後悔が残る、何も出来なくても今はじっと我慢しかないかな、世間一般の人

は親が病気になったり、死んだりするのを当たり前（それは悲しいだろうが）受け入れることが出来ているはず。出来れば弟の世話や母親の介護など出来ればと思うが、あれもこれもやりたいと思うのは贅沢。よく両親に若いときに言われたのは、人のことは良いから、自分をもっとしっかりしなさいと言われていた事を思い出した。

今は、たとえ家族の事でも自分に出来ないことは考えずにやれる事をやるしかない、と考えるようにして行かなくては。人に何か言うときには分かったような振りをして話をしている自分がいて、実際に自分の話となると簡単には考えることが出来ない、頭では分かっているつもりでもやっぱりどこかで考えこんでしまう。

でも出来る事ならいくらでも後悔の残らぬ用にしたい。

変えられない状況と、自分の能力は受け入れるしかない。

この4ヶ月を振り返って

アディクトのアキラ

昨年の9月にスタッフ研修に入ってはや4ヶ月が過ぎました。入寮者でいた頃の生活と事務所で過ごす生活とは予想していたより大きく違いが感じられました。入寮者の頃の自分であれば施設側のプログラムを受けるという受身の感覚でした。しかし、研修後はいかに

自分も含め他の施設の仲間が葉なしでプログラムに取りくんでもらう手助けできるか？もっと言えば過去の古い自分を捨て去り新しい生き方を始めてもらう為に先行く仲間としてどうアドバイスできるか？と言う事を考えています。年齢や使った薬物も違う。入寮までの生き方が違う大勢の仲間がいれば日々、色々なことが起こります。何かに囚われて調子が悪そうな仲間には自分で経験したことを話してみる。何かに不満をもっている仲間にはその理由を聞いてみる。ケンカをしている仲間がいれば場合により仲裁に入り仲直りさせる。欲求が入っている仲間にはミーティングでその感情を話してもらう。など自分で考えられる範囲の事を仲間に与えることによって自分も気づかされる事がたくさんあります。責任者には物事を行う時にはなぜそうするのか？考えて行動するよう言われていますがなかなかすべて実行に移すのは難しいです。これからは回復と成長の為に自分が何事に関しても必要性和公平性を心がけて、探求心をもって行動できるよう心がけていきたいと思えます。施設生活以外ではクリスマス・チャリティコンサートでカホンを叩いた事とクリスマスイブに仲間があげるミサに参加できた事が何よりもうれしかったです。

1年を振り返って

シュン

新年、明けましておめでとうございます。

去年は僕にとって様々な体験をさせてもらった1年でした。始まりは車の免許で、一昨年から自動車の免許取得のために教習所通わせてもらい2月に無事取ることができました。ダルクに来る前にも1度教習所には通っていたことがあったのですが、その時は薬を使いながら行っていたので色々な症状が出てきてしまい結局途中で断念してしまいました。今回また通い始めるにあたってやっぱり前に断念したことが頭をよぎり不安な気持ちがありましたが無事取ることが出来、自分にも満足できたことの1つになりました。その直後にスタッフの方からスタッフ研修に入らないかという提案を受け、最初は絶対に自分には向かないと思ったし出来ないと思っていたので、受けるつもりはありませんでした。しかし、当時役割を持っていた先行く仲間達に様々なアドバイスをしてもらい、宇都宮の施設で研修に入る事にしましたが、やはり最初は上手いかなんかことがあつたりして降りようとする事もあります。でもそういうものも全部ひっくるめて自分にはいい経験をさせてもらっていると思います。今は那須の施設で事務所の手伝いをさせてもらっていますがそこに移る時も悩んだり現実逃避を試みたり提案をうやむやにしたりしましたが、結果自分のためになることだと思い移動を決めよい経験をしていると思います。去年の1番の収穫はやる前から駄目だと決め付けていたら何も出来ないということに気づかされたことでした。今後また何か自分に与えられることがあるかもしれませんが、そのときにはまた悩み、考え、振り返った時によかったと思えるようにしていきたいと思います。



年末には沢山の方々から献金や献品を頂きました。
ありがとうございました。
今年も何人かの仲間が自立に向かい歩き出していくことと思
います。そこでお願いがあります。洗濯機や冷蔵庫など家電製
品をいただけたら助かります。いつもお願いばかりで心苦しい
ですがどうか宜しく願いいたします。

12月献金を下さった方々

渡邊厚司様、尾崎伸弘様、工藤和明様、鈴木淑子様、杉岡栄治様
黒崎マシ様、安井武雄様、樋口良二様、林隆雄様、榎本佳津江様
赤石美紀子様、聖体奉仕会修道院様、アクション家族とちぎ様
カトリック本町教会様、ガリヤの家ラント・ピエール様、那須教会信徒会
那須町障害者施設支援第7回クリスマスチャリティーコンサート&バザー様

歳末たすけあい運動

（那須町、那須町社会福祉協議会、共同募金会那須町支部）様
匿名12名様

12月献品を下さった方々

栗坪誠様、相馬ひろ子様、白河花里倶楽部、聖血礼拝修道院様
アクションポータルセンターとちぎ様、山口絵美様、清水忠彦様
バルロ材・マカロン様、IONodeMUJIKA様、尾花英夫様

匿名6名様

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>

Eメール:nesm@t-darc.com

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—二二
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