

SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第64号(2008, 8, 15)

栃木ダルク

長谷川 貴則

8月に入り暑い日が続いておりますが皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか、施設のほうも昼間は猛暑で、夕方からおかしな天候で山間にあるために週のうちの半分ぐらいは雷が鳴っています。

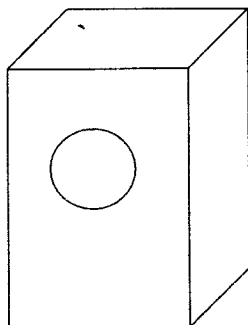
去年までに比べて格段に多くなっているようで、先日は雷が落ちたせいで水をくみ上げるための制御版が壊れて水が出なくなりました。

今までにも何度か経験をしているのでスイッチを戻せば直るものとタカを括っていたところ、直らず業者に頼みましたが前日の雷で人を出払っているといわれ、治すのには2、3日かかるかもしれないとの話でした。

その日からが大変でした。たかが水と正直思っていましたのが、みんなの風呂は？トイレは？処方は？食事は？と感じて水が無いと何にも出来ないということに気づきトイレは全員で公園に行き食事は弁当にして飲み水は朝、ペットボトルに汲みにいくと不便な生活を体験しました。

その後、業者が直してくれ水が出ました。水が出た瞬間の歓声はすごかったです。それと車の故障が多くなってきました。毎日ミーティングやプログラムに使うので普通よりも距離を乗っているからだと思います。常に一台は修理工場にといい感じ

これがカホンだ。



8月6日にウクレフェスタにカホン演奏で参加させていただきました。今年で3回目の出場になります。カホンと言う楽器をご存じない方もいらっしゃるかもしれませんがカホンとはスペイン語で「ダンスの引き出し」という意味で形は大きな巣箱みたいって言う人もいます。この箱を叩くと乾いた心地よい音が出ます。

穴の開いた側を後ろにして、箱の上に座り前面を手のひらで叩きます。叩き方や叩く箇所を工夫することによってバスドラム（大太鼓）、スネアドラム（小太鼓）の様な音がして手軽に本格的なパーカッションとして使えます。

作り方を教わり自分たちで1から作りました。曲も増えてきて、今では5曲が演奏できるようになっています。



毎年、メンバーは変わりますが不思議なことに年々、演奏のレベルが上がってきてるような気がします。入寮当初は全然叩けなかったメンバーがプログラム以外でも練習をして本番では緊張しながらステージに上がれるまでになっています。今回のステージは400人ぐらいが入る場所でした。当日は立ち見が出るほどの盛況でした。たくさんの人たちが見ている中での演奏は緊張しているようにも見えましたが普段の練習よりもすばらしい演奏ができたと思います。演奏が終わった後はたくさんの拍手をいただきメンバーの達成感も得られたと思います。

もうひとつは実際にカホン演奏を聴いた人たちからいろいろな場所に呼ばれるようになりました。今年も那須町のイベントなどに、カホン演奏で参加して欲しいと言われています。年々発表の場所が増えプログラムにも力が入ります。

施設の中だけでなく、今後も色々な場所で演奏が出来ればと考えています。

葉を使わずに素面でも達成感を得られるということを感じてもらえれば最高です。

感謝

回復と成長

依存症のクロ

「人生は何が有るかは解らない！？」、そのように実感させられたのは、自身が事務所に入り、仲間の手助けをするようになったから。最初は「僕が研修に入る！？」誰がそんな自分を想像できただろうか？・・・最初は、「嫌がらせ！？いじめ！？無理！？」そうネガティブに捉えてしまったが、成長したのだと思い込むようにした。今は、事務所に入りこの体験談をパソコンで打ち、微力ながら、迷惑を掛けつつも、サブトレーニーとしての役割を与えられた。悪戦苦闘しながら回復と成長を目指している。毎日を仲間に支えられ、支え、生き方を変え始めようとしている。少しずつ前へ。以前の自身とは、まったく違った生き方をする為、昔の思考と違う健康的に変わった自身を作ろうと頑張っている。現在までは常に選択肢は自身に有って、楽な方へばかりを選んできた。薬物を中心に適当で、しかもいい加減に生きてきた。そして、周りの人達に多大な迷惑を掛け、最終的には居場所・信用・生きる気力を失い、嫌々ながらに仕方なしに施設に入寮した。入寮当初は、大嫌いな集団生活、男だらけ、軟監禁状態で不自由。「嗚呼、終わったナ！！絶望だ！」とても、生きづらく思えた。でも今は、総てではないが受け入れられるように、少しずつだがなって来たし、その生きづらさの中には明るい未来の基礎が有ったのだと思えるようになってきた。同時に未熟な自身が居たのだと、気付かされた。毎日の施設活動を使い、過去の棚卸しをし、施設内外でのミーティングやプログラム、集団生活、総てを通して自身を見つめるが、過去での自分や回りの人達を大切にしない生き方をしてきて、家族、友達、同僚、等、たくさんの人達を裏切り、傷つけ、いきづらさを感じる時も有るが、過去は「過去」なのだと、区別・整理をし、古い生き方を捨て「新しい生き方の道しるべ」を今は学び得ている。時に過去を捨て去る勇気が薄くなる時も有るが、過去に囚われる事無く新しい人生を見つけ、毎日を大切に健康的に生きる。困難ばかりだけど、受け入れられるようになってきた。光がうっすらと見えてきた、真っ直ぐ生きていこうと思う！これからは、自身の為に！誰かの為に！過去での薬物を中心の生活で、必要以上に失った物、後悔等が、有ったからこそ、生き方を変える為の基礎作りを与えられたと思うようになってきた。しかし、時として、過去の整理に間に合わず、今日一日を大切に過ごす事を忘れつつ有る時も有るが、そういう時は、ミーティングで過去・現在の生きづらさやとらわれ等の悩みを吐き、未来の生きやすさを得る為、初心を忘れず、健康的で、前向きな生き方へ向

ける様、真っ直ぐに生きて行きたい。生きる難しさを今はシラフの状態を受け入れ、それに負けない精神力を培える様にする。たち止った時でも大変な時でも何時でも周りには仲間が居て自分を助けてくれる。そんな環境下の中で、甘える事無く自身を見つめ普通に生きる、薬物無しで生きて行く・楽に生きる・就業継続。そんな普通で当たり前の作業だけど！？甘えの多い、アディクトの自身には荷が重過ぎると！「無理矢理と回復のレールに乗せられた」と、ずっとネガティブ思考だったのだが、ここで、自身にムチを入れ、様々な経験が、自身を変えつつあるし、辛いと感じた時も多く有るが、でも「一人じゃない」「支えてくれる仲間」が居ると、「家族に安心を与えたい」、「クリーンタイムを延ばしたい」、「自身を大切にしたい」、「同じ過ちを繰り返さない」、「楽な生き方をする為に」等、そんな思いが有って総てが、今、自身の中で変わろうとしてる。生きてる実感をし、自身を大切にする、見えない不安、恐れ等、いっぱい過ぎる程の「未知なる怖さ」は有るが、「消化しきれず」、「逃げ出したい」、「耐えられない」、そんな総ての、感情をうまく活用しポジティブに、自身の中での本当のスタートはまだ、切れていないが、前向きに生きて行く。数えきれないほどに傷付け、何度となく、逃避し、多くの迷惑をかけてはしまったが、「繰り返さない」、自身の中でもそれが、過去の「大きな欠点」、「弱み」、なのだと気づき、現状になってみて自身が、いかに無力者なのかとも思わされる。でも、未来は、変えて見せたい！自身の中で変化したいし、何より「迷惑を掛けた人達」への償いだと思う、そして、自身の「生きずらさ」を減らす為に、「生きやすさを増し笑って暮らせるよう」に、過去を捨て、新しい人生に向かって歩いていく！。



8,9月予定

- 8月13日 喜連川少年院講演
- 8月22日 HIV ワークショップ参加
- 8月29日 喜連川社会復帰促進センターにて覚醒剤教育
- 8月31日 宇都宮家族会参加
- 9月11日 思春期関連問題研究会
- 9月12日 薬物依存研究部講演
- 9月24日 黒羽刑務所覚せい剤教育
- 9月28日 宇都宮家族会参加
- 9月30日 宇都宮保護観察所講演

7月献金を下さった方々

佐藤忠雄様、杉岡栄治様、田嶋幸吉様、岩淵淳子様
田畑幸子様
匿名6名様

7月献品を下された方々

星観光ぶどう園様、(有)林屋川魚店様、五味洵秀雄様、大金玉枝様
阿久津功様、榎本一夫様、秋元秀昭様、野崎正雄様、田崎様
荒木純子様、バルト・ロミア・マママホ様、(有)大西製麺様
匿名3名様

編集

NPO 栃木DARC

〒320-0014

栃木県宇都宮市大曾 2-2-14 形松ビル 3F

TEL 028-650-5582 FAX 650-5597

URL <http://www.t-darc.com>

Eメール:nesm@t-darc.com

発行所

郵便番号一五七一〇〇七三 東京都世田谷区砧六一二六一二一
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