

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）

2008年1月19日発行 SSKO 通巻第6944号

SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

Grow up!!

栃木ダルク

ニュースレター 第69号(2008, 1, 10)

新年のご挨拶

栃木ダルク代表 栗坪千明

新年明けましておめでとうございます。

支援者の皆様には昨年中はなにかとご支援賜りありがとうございました。

本年も昨年に引きつづきご支援ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

さて、栃木ダルクは今年で開設6年を迎えることになりました。昨年の1番大きな出来事としては、NPO化です。法人化したことにより活動の幅も広がり、来年度（今年4月）の事業としてアディクションカウンセラーのカリキュラムの開発事業を行います。内容はそれぞれの専門家に精神保健福祉、法律、作業療法、国際的視点、医学、リハビリ、心理分野のアディクションにまつわる部分の理論を研修テキストとして作成します。

これにより栃木ダルクスタッフのスキルアップを図るとともにスタッフ研修を受け入れることができるようになるので成果を期待しています。

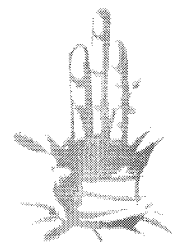
今まで、オリジナルプログラムの開発と実践を積み重ねてきました。

認知を変え、感情をコントロールすることに主眼を置いたコンゲームは、論理的な感情処理を目的としたロジカルトレーニングを加え1クールが11回に増えました。

回復を5段階にわけてステージごとに指標を設けた5ステージも定着し今年はさらに内容を深めていこうと思っています。

那須TCの移転も含めると今年は栃木ダルクにとって転換期となることでしょう。さらに飛躍の年となるようご指導、ご支援を頂きながら努力していきますのでよろしくお願い致します。

A Happy
New Year



新年を迎えて

宇都宮 OP 栃原晋太郎

あけましておめでとうございます。

去年は、施設としても個人としても本当に色々なことがあり、かなりバタバタと過ごしました。そのたびに周りの方々に支えられて何とか1年をクリーンで、新しい生き方を積み上げられたことに感謝しています。ありがとうございました。施設としてはNPO化も大きな動きだったと思いますし、1年中プログラムの充実を考えていたので、それなりの成果はあったように思います。それと施設が立ち上がってから丸5年が経ったこともあり、助成金の申請にも取り掛かるようになりました。新しい事業やプログラムを行う上で、常に資金難と向き合わなければいけないダルクとしてはこれも一つの方向性かもしれないと思いますし、今後もチャレンジしていこうと思っています。

「利用者が回復しようと思えば出来る場所を提供し続ける」この言葉を何年も前からよく耳にしましたし、確かにダルクの目的のひとつだと思っていますが、なかなか難しいですね。完成形がないから面白いのかもしれませんが、より栃木ダルクが考える理想に近づけるように、今年も役割を続けていきます。

プライベートとしては去年の1月からアパートを借りて自立をスタートしました。基本的に焦ることを変えられずにいますから、入寮者の時から早く自立したいと思い続けてきた延長のような気もしますが、私なりに棚上げを繰り返して、実際に生きていけるのかを何度もシュミレーションして、他のスタッフに協力をしてもらい何とか実現することが出来ました。続けること、焦らないこと、淋しさと向き合うこと、ここでも自分の問題は日々顔を出しますが、毎日起こるイベントを楽しむようにしていますし、乗り切れば自分の未来の糧になると信じています。

それと人生2度目になりますが、昨年11月30日に入籍をしました。相手もアディクトですし私と同じような仕事を選んでいきます。私自身が自分の回復や成長が止まっていないか不安になることも多いですし、変えないといけないことも沢山見えてきています。そのなかで大丈夫かと不安にもなりますが、約2年の付き合いを経てある程度は自信ももてました。犬もいてくれますしね。何よりも回復や成長は幸せになるために続けるものだと思っているので、今の環境を大切にしていこうと思っています。今年も1年、宜しくお願いします。

体験談

薬物依存症のユメ

自分は、横浜で生まれました。

小さい時は、やんちゃで、いつも両親につれられて謝りにばかり行っていた子供でした。

親の都合で、住む場所をてんでんとして、その中で友達を作ろうと努力するのですが、なかなか相手にしてもらえず、心の中ではどうしたら、みんなにとけこむ事が出来るのか、という事に葛藤していました。

初めて薬に出会ったのは、高一の時でした。シンナーに似たベンジンを吸いました。体が冷たくなって、耳なりが止まらなくなり、気が付いたら、ベッドからとびおっていました。トルエンに出会うまでは、そう時間はかかりませんでした。不良仲間の家に行き、トルエンがあったのでなにげなく使いました。

世界観が変わって、これがあれば、時間を楽しく過ごせる様に思い、一生懸命に、シンナーをすいました、喧嘩をして、高校を中退し、直ぐに、バイトをしたのですが、ながつづきしなくてやめて、すぐに地元の暴走族に入りました。

そこでは薬と女、そして暴力が支配していました。マリファナもその時に使い笑いころげていました。

自分の力では仕事もながつづきせず食事もとれなくなりヤクザの人達と付き合い合うようになりました。食事は取れるようになったのですが、傷害事件を起こし、少年院に入り、出てから、まじめに働こうと思ったのですが、友達が、覚せい剤を使っているのをしって、自分も薬をやりたくなり、手を出しました。

何に対してもその場の雰囲気、自分の人生を潰している事にも気付かず、後先考えずに薬に没頭していました。

21歳の時に子供が出来たのですが仕事嫌いの自分には家庭を築く事ができず子供が1歳になる前に離婚しました。

27歳位から又、覚せい剤に手を出して、やればやるほど妄想、かんぐりが止まらなくなり、社会では生活していく事が出来なくなり、泣きながら、交番に、とびこみました。最初は留置場で普通に話が出来ていたのですが、だんだんおかしくなって拘置所の中では、すっかり出来上がっていました。

裁判がおわり、執行猶予3年で社会に、出られたのですが、今思うとよく、社会に、出てこれたなー、と思います。

もともと家族との関係が、あまりよくなかった自分には、居場所が、ありませんでした。実家に泊まらせてくれたのですが、半年位で、親父が再婚した義理の母が、あなたはここにいちやだめですよ、早く仕事を見つけにいきなさいと、屋根の下で寝る事を没収されてしまい約3、4年位仕事探しをしながらこじき生活をする事になりました。

仕事を捜して見つけるのですが、幻聴、かんぐり、妄想と、次々に覚せい剤の後遺症が出て、11件位の仕事をしたのですが、どれも長続きせず公園で寝る生活が続きました。

精神病院にも入院するのですが、3、4日位で、仕事をやるから、退院させてください、という具合に社会に出て仕事をやるのですが、こじき生活が身に付いてしまい、お金も、人間関係も、底を付いてしまい、路頭に迷うと、また、精神病院に入るとい生活の繰り返しでした。3回か4回目の入院は、きちんと退院しました。その時に、ダルクに行ってみたら、という話を聞き入れて、ダルクに入寮する事になりました。

ダルクに繋がって約6年経ちます、いまだに妄想の入りやすい精神状態ですが、 트레이ニーと言う役柄をいただき、生活しています。

自分の力では、何も出来なかったわけですが、今思うと何も出来なくなる薬をまじめに使っていたのだと思います。使っている時だけ、やる気が出るという風に、薬を使うのを止めてしまうと、何も出来なくなるという病気の様な気がします。今は何事に対しても、少しでもやる気を持って、生活していけば、自分の病気や、中途半端な心を、少しでも洗い流せると、希望を、見つけた様に思います。

最初は、あまりプログラムなどには、力を入れずただ単に、いい事を話して、自己肯定を上げる作業をしていました。でも自己肯定を上げるだけでは、物足りない様な気がしてきて、どうせ、プログラムをやるのだったら、生き方なども変えて行きたくなってきました。

とても怒りやすかった自分ですが、なんで怒っているのか、自分は、どうしたいのか、など考える事が出来て来たら、少し気が長くなった気がします。

プログラムでは不思議な事ばかりが、次々と感じられて、生き方を変えたい自分には1番の薬の様な気がします。

薬でおかしくなった自分には、プログラムという、特効薬が、必要なのかもしれませんが。

1月2月予定表

- 1月14日 黒羽覚せい剤教育
- 16日 喜連川薬物依存離脱指導
- 21日 黒羽覚せい剤教育
- 23日 喜連川薬物依存離脱指導
- 25日 アクション家族会とちぎ
- 26日 更生保護女性会募金贈呈式
- 30日 喜連川薬物依存離脱指導
- 2月6日 北関東薬物関連問題研究会参加
- 8日 市民活動フォーラム



年末に餅つきをしました



施設移転に伴うご協力をお願い

昨年末に皆様をお願いしていました那須TCの移転に伴う費用として献金をお願いしていました。おかげさまで短期間にも関わらず約50万円募ることが出来ました。誠にありがとうございます。しかしながら、プログラムに支障をきたさない移転をするには、おおよそではありますが宇都宮OP開設時を考えてみると200万円は必要です。したがって残り150万円の資金が必要です。毎度心苦しいお願いではありますが、引き続きご協力をお願いいたします。

12月献金を下さった方々

佐藤忠雄様、杉岡栄治様、内田ミツ子様、吉田重信様、川上悦男様、工藤和明様
カトリック富岡教会様、真野高宏様、谷部陽子様、那須町社会福祉協議会様
森千鶴様、田畑幸子様、那須町様、カトリック本町教会様、鈴木淑子様
(宗) 聖体奉仕会修道院様、矢板中央高等学校様、鬼沢信様、原茂様
共同募金会那須町支会様、黒崎マシ様、那須トラピスト修道院様 匿名7名様

12月献品を下さった方々

山口絵美様、聖血礼拝修道院様、井上勝利様、大島一夫様、バルト・ロメオ・マクホン様
森谷和義様、近藤真乃様、黒崎マシ様、野崎正雄様、宮崎真優美様
小原公二様、佐藤忠雄様、大金様、伊藤光子様、那須町 匿名9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
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