

SSKO

ハイランドレポート
(高原通信)

Highland report 17

D.A.R.C 那須アディクションケアセンター
ニュースレター 第18(2004.9.5)

緊急お願い

ケアセンターも開所してから1年6ヶ月過ぎました。その間に約50名の仲間が施設を利用して行きました。本人の都合で出て行き戻って来るかもしれない仲間の荷物が増え、現在入寮中の仲間の荷物が倉庫に入りきらず、廊下に荷物を置いている状態です。そこでコンテナハウスなどありましたら献品して頂きたいと思います。取りに伺う準備は有りますので宜しくお願いいたします。

4年間を振り返って・・・

茨城ダルク女性シェルター 美沙

私はこの四年間、何を考え何を感じて生活していたのだろうか？ただ時間だけが過ぎていたような気がします。四年経って自分の足元を見たら何も無い様な気がします。

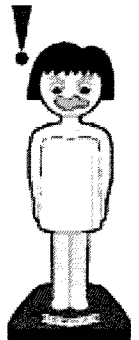
「回復と成長とはこんなものなのかな？」素面の生活とはこんなものなのかな？施設生活のこの四年間には色んなことが有り過ぎる位有りました。

アルコールに問題のある父親、そして母と私は三人姉妹の次女として生まれました。小学校の五年生頃から不良の仲間と遊ぶ様になりタバコとアルコールを飲むようになりました。

十五歳頃からシンナーを吸うようになり十九歳の時に一時止まったのですが、その頃出会った彼と付き合い始めて、その時は彼に依存が切り替わっていたので何年かクリーンな日々を過ごしていましたが気がつくともた、アルコールを飲み始めていました。

そして外に足が向きそこで覚醒剤を使ってしまい罪悪感から彼の家を飛び出て、この薬で死んでしまおうと半年間大量使用しました。気がつくとも体重が20キロ代まで落ちていました。自分で自分の体重を支える事も出来ないくらいになっていて、それでも死ねませんでした。

そして、ダルクに繋がる事になりました。「あなたは、薬物依存症で病気だ！！」て、訳が分からなかったです。とりあえず東京に女性ハウスがあるからと言われ一週間体験で入寮しました。その後は栃木から東京までミーティングに通い途中から茨城ダルクに通所するようになり、だけど薬は止まらず、生まれて初めての精神病院に入院しとても悲しかったです。親からどころか施設からも突き放されて、全く知らない九州の土地で薬は



止まらないし、仕事も出来なければ死ぬ事さえも出来なくてボロボロの滅茶苦茶でした。そんな私を受け入れてくれたのは福岡のマック女性ハウスでした。そこで約一年間プログラムをさせて頂き、そこからは仙台のデイケアハウスに通わせて頂きました。二年半前に今の茨城の女性センターに居場所を与えて頂きました。「ここはどこ?」から始まって、なにがなんだか分からなくて涙をこらえながら目の前の現実を見てきました。そして自分なりのペースで前進してきたような気がします。

初めの一年は素直に辛かった。いつになったら地元に戻れるのだろうか?私の目の前を何人もの仲間が繋がっては出て行き…そんな時、いつも私は見ていることしか出来ませんでした。そして先行く仲間の後をついて行く日々でした。勇気をだして心の扉を開いては閉じ開いてはまた閉じて、自分を見つめ直し振り返っても何も無い自分しか見えてこなくて何度も投げ出したくなっては、もう一度踏ん張ってみよう!!そんな時、目の前や周りの仲間達にどれだけ助けられたのだろうか?すぐに無力とは反対の有力になり感謝を忘れてしまう私にとって仲間を通してのハイパーは良い事でも悪い事でもとても大きなものでした。

一年過ぎてからの四年までの月日は、ほんと「あっ」と言う間で色んな意味で試練が次から次へと、「お願いだからハイパーもう苛めないで、苦しめないで」と、そんな感情がふつふつと湧いてきたけどそれが今、私の現実でありハイパーからの最大の贈り物なのだと受け入れ、それらがあったから今の自分が在るのかもかもしれません。

今までは辛く苦しい涙ばかりでしたが、今はまだまだ少しだけ嬉し涙が出る様になりました。私にとって素面での人付き合いは何かの試験よりも難しいものです。施設生活の中で役割を与えて頂きその中で自分を見つめていくのは今までとは違う新鮮さが在りました。人生経験もまだまだだし、回りでは文句や批判はしても協力はないし…頭の中ではいつも「負けてたまるか!!」とか「美沙だから…」とか言われたくない!!とか、でもそうして一生懸命背伸びをしようとしている自分は実はとても辛かったです。今の自分の等身大を自分でしっかり見てあげて受け入れた時、何かとても楽で穏やかな時間が流れて忘れかけていた自分という感情を思い出しました。

過去薬を使い続けていた生活の中で失った大切な物や大切な人を、薬を止める事によって、また一つずつ取り戻している様な気がします。新たな大切な物や大切な人との出逢いを与えられて今を生かされているのだと実感します。

自分の病気と真剣に正面から向き合おうと思ってから、仲間一人一人は「グイェンド」のように思えてなりません。そう思えると同時にすごく素晴らしいものを授けられて、この世に誕生した

のだ、そう思うと「依存症」という自分の病気は一生付き合っで行かなくてはいけないう病気だけれど、今はとても幸せだしこんな自分だけ今自分の事が大好きです。そう思える自分や今を大切に生かされていきたいと思えます。今、ハウスには9人の仲間が居ます。一人一人が真剣に自分の病気と向き合いながらも助け合い協力しあいながらも落ち着いて平安な一日を過ごさせて頂いています。仲間が居るから私は居させてもらっているのだと、心から感じます。今日一日に感謝します。



週間プログラム

日	土	金	木	水	火	月	曜日
起床 7:20 ・ 朝食 7:30							
● セルフケア	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング スタッフ ミーティング	午前(九時～十時半)
	作業班・調理班の仕事・昼食 等						
	● セルフケア	● オキユベインショナル プログラム (山林作業・パソコン)	● コンゲーム	● ステップミーティング	● スポーツプログラム (那須のS・スキー・スノボ)	● 洗車	● ハウス ミーティング
夕 食							
● 須賀川カトリック教会 (第一日曜日)	● センター	● 大田原カトリック教会	● センター	● 那須カトリック教会	● カトリック白河教会	● 郡山細沼教会 (宇都宮)	● 松が峰カトリック教会 NAミーティング
就 寝 23:30							



朝のミーティング

献金、献品を下された方々

日下部幸男様、那須ケアセンターを支援する会様、栗原喬一様
福田澄夫様、田口清様、高橋美紀様、山口武様、ダックスとちぎ様
高橋紘一様、飯島博様、長田康司様、工藤和明様、柴田豊助様、
佐藤忠雄様、水井清次様、杉岡栄治様、鬼沢信様、岡田三男様、
上都賀地区保健師業務研究会様、

匿名4名様

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

編集

D.A.R.C 那須アディクションケアセンター
〒329-3225 栃木県那須郡那須町豊原丙 3227 番地 2

TEL 0287-77-7157 FAX 77-7158

Eメール n-cc@mte.biglobe.ne.jp

ホームページアドレス <http://www5f.biglobe.ne.jp/~NACC/>