

ハイランドレポート  
(高原通信)

# Highland report !?

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27号(2005, 6, 6)

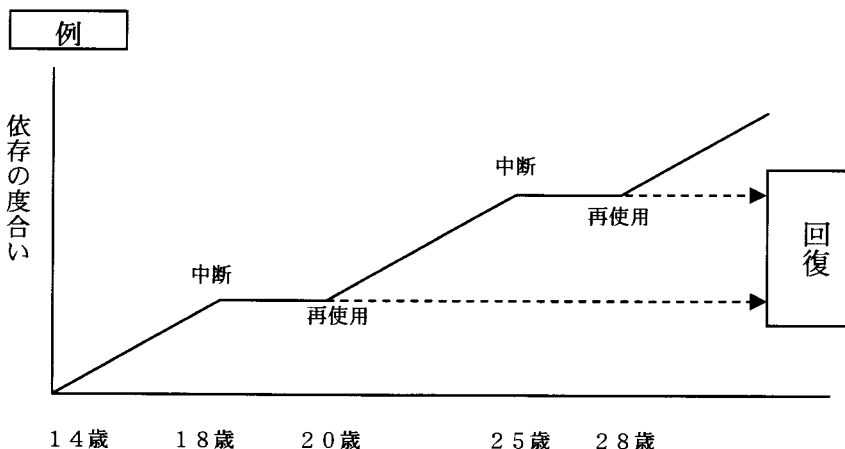
## 回復と成長

施設長 栗坪千明

今回は、当施設における回復の考え方について書きたいと思います。

### 1. 成長が止まる病

- 薬物依存症は使い続ける限り進行しつづけ、進行し続けている間は大人になる作業をすることができないため、精神年齢は使い始めた頃から成長しない。



- 薬物使用開始年齢は14歳が圧倒的に多い。一方、回復施設につながる年齢は28歳から30歳である。ということは、最低でも14年以上は成長が止まっているということになる。
- なんらかの形で使うのを休んでいるときも、妄想や使いたいという強迫観念に縛られている間は、成長が止まっている状態。

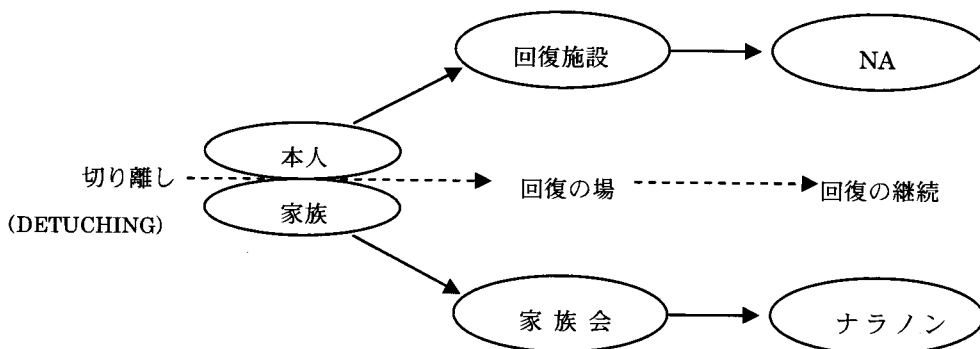
### 2. 回復とは

- まず家族自身が変わること、本人は使い続ける限り変わることはできない。
- 依存者本人と家族は別々の回復の過程を歩む。
- 依存症は、体からクスリを抜いて、内科的治療をするだけでは回復しない。

- 回復とは、単に薬物を使わないということだけではなく、病的に何かに依存してしまうという生きかたを変えるということ。
- 再使用してしまうことによって、自分の病気を認め、一層徹底的にプログラムを実践し、回復への大きなきっかけになる場合もある。
- 薬物への欲求を認め、NAの12ステップの実践により得られる回復が施設の目的である。

### 3. 成長の手助け

- 「やめなさい」ではなく「いっしょにやろうよ」。
- 施設にいる間、元の（使っていた頃の）環境に戻れるという前提でプログラムを受けていると、「（悪いことをした罰として）ここに居る間だけ止めよう」という考えに陥りやすい、そのため自分を変えようという努力ができない分成長が遅れる。
- 家族や妻や夫に協力を依頼し、家族と本人との切り放しを実行し続けるということは、家族を依存者本人から解放し、家族自身の回復を手助けするとともに、依存者本人も自分の回復に専念させ、成長の手助けをするということにつながる。



### 4. アフターケアの場としてのNA

- NA（ナルコティクス アノニマス）とは薬物によって大きな問題を抱えた男女の仲間の非営利的な集まりである。
- 社会の有用な一員としての社会復帰とアフターケアの場としてのNAにつなげていくことが施設の目的。
- 自立した生活をしながらNAに参加することが回復し続けるということ。

### 5. 回復と成長

- 薬物依存からの回復は単に薬物を使わないということだけではなく、精神的な成長がなくては再発（リラプス）の危険性が大きい。とにかく使わない体と心に慣れるための場としての施設と、使わないこと（クリーン）を継続し、成長していくためのNAに出来るだけ早期に繋げていけるシステムが必要。

## 少し楽になれたかな？

アディクトのマロなり

こんにちは、アディクトのマロです。僕は、この那須ヶアセンターで3ヶ所目の施設生活をさせて頂いています。元々、僕が“主に”使用していた薬物は、覚醒剤ですけど、他にも、マリファナ・LSD・エクスタシー・シンナーなんかも使用したことが有ります。勿論、使用すること事態は、止めて生きたい。と思いますが・・・



今でも“使いたい”気持ちは、全く消えません(><)。僕は、アディクトですから・・・ね。病気って本当に恐いですね。そんな僕ですけど、今は“すこぶる”状態が良いんです。

・・・なんでだろう(？〇？)。自分の気持ちに正直に生活できはじめたのかなあ(笑)。考えてみたら僕は、他人にも自分にも“嘘”ばかりだったからなあ。クスリを使うずっと前から・・・。



僕は小さい頃、父親が“大嫌い”でした。夕飯の時には毎日毎日ビールを飲み、母親を怒鳴っていたし、親戚がたくさんいる前で1度、素っ裸にされたことがあって・・・すっげえ恐かった。僕は、野球が好きな野球少年だったのですが、それも、父親に気に入られる為に始めた事が、きっかけでした。その事を思い出したのも最近です。それでも野球が上達するにつれて、野球が好きになったのも事実です。僕は、今年34歳になるのですが、僕の先輩達は、めちゃくちゃ悪かったです。そんな先輩達に“憧れ”ました。タバコ・シンナー・マリファナ・覚醒剤・・・勧められたりしましたが、全部自分から手を出しました。確かに、僕にとっての父親や先輩の存在は、かなり影響を与えられました。けれども楽しい事もたくさんありました。

その後、僕は、(中学3年間・高校2年間)スリリングでバイオレンスな学生時代を過ごしました。高校を2年で中退した僕にとって、家庭でも肩身が狭くなり家にいることが苦痛になっていきました。しっかりした自分の考えも無いままに“女性”と結婚して子供を作ったり、返済能力も無いのに借金したり、会社でイヤな事があるとす

ぐに辞めたり、友達と呼べる人間を大切にできなくなっていたり……。未だに治っていない事もいっぱいあります。そんな自分が“大嫌い”でした。何か問題が起こるとすぐに逃げて引っ越したり、転職したり……。何も変わらない。何処に行っても、誰と居ても、何をやっても“自分”が“嫌い”でした。そんな中”クスリ“を使用しているのだから”妄想“も半端じゃありませんでした。

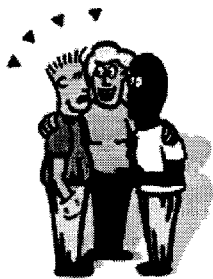


そして、3回目の結婚をして生まれた子供を初めて僕の両親に会わせました。その時の両親は、すっごく優しくったのを覚えています。それでも僕のクスリは止まりませんでした。それから何度となく挫折感と孤独感を味わいました。そして、離婚。

僕は子供に対する罪悪感も持ちました。勿論、子供を可愛がってくれた両親にも姉にも親戚にも……。自殺未遂を何度も試みました。……。死にきれませんでした。それから半年くらい”クスリ“を使用しながら一応仕事は、していたのですが、限界でした。（涙）。

それが今から1年4ヶ月ほど前です。自分で調べて、ダルクを知りました。僕は東京出身なので、上野のダルクへ向いました。そこからクリーンな生活が始まったのですが、9ヶ月でスリップを経験しました。その間にも、たくさんの”仲間“と出会いました。今の僕にとって”仲間達“との出会いは”宝物“だと思っています。本当に色々な仲間がいて……。(><)。

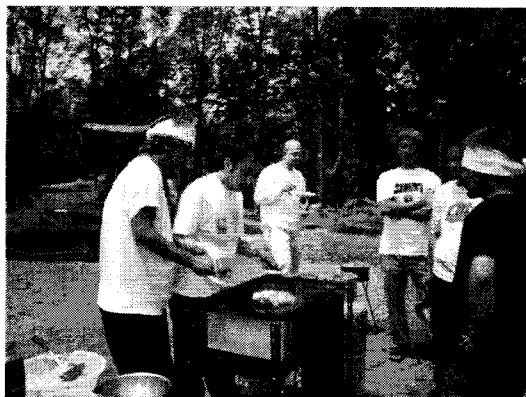
僕の“欲求”が入った時、夜中でも話を聞いてくれた先行く仲間。コワモチだけど相談に乗ってくれて、マクドナルドで一緒に涙を流してくれた仲間。事あるごとにNAの文献をくれたブサイクな仲間。干支は一回り僕より上なのに、何でも話をしてくれた仲間。……。書ききれないけど……。俺は、本当に生きていて良かったと思う。



今では、仲間達のおかげで、毎日毎日たいくつしないで笑いながら生活できています。先のことは、解かりませんが“大切”だと思ふものを“大切”にして、生きたいと思ひます。

仲間もミーティングも……。自分も。今は、自分の事を少しだけ“好き”になっています。 ナハハハハハ。

## しいたけ収穫祭&バーベキュー



### 6月予定表

- 4日 DACCS
- 11日 ダルク 20周年フォーラム
- 24日 裁判
- 26日 那須ケアセンターを支援する家族会
- 28日 昭和大学講演
- 29日 南河内中学校講演



しいたけ収穫祭で会員の方々と愉快的仲間達

発行所

郵便番号一五七〇〇七三  
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

### 5月献金を頂いた方々

那須ケアセンターを支援する家族会様、森裕様、バルロ材・マクマホン様、田内幸子様  
大藤礼子様、大藤スミ様、柴田幸作様、日下部幸雄様、小林実様、工藤和明様、  
国島賢様、水井清次様、土屋富士雄様、小西憲様、飯島博様、大久保寿子様、  
大賀悦郎様、杉岡栄治様、坂本幸代様、鎌田和子様、大久保健三様  
大金和人様、久保君子様、木曾一様 匿名2名様

### 5月献品を頂いた方々

鈴木鈴与様、伏見忠義様、矢管健様、高瀬栄子様、渡部慶次郎様、井澤和子様  
ダックスとちぎ様、鈴木洋子様、くるみの木の会様、磐梯ダルク様、森前誠二様  
威徳院 極楽寺様、中野香織様、聖血礼拝堂修道会様、エックスインターナショナル様  
那須ケアセンターを支援する家族会様 匿名1名様

#### 編集

D.A.R.C 那須ア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/>