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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

SSKO 栃木DARC News Letter

Remission

2020/7/1
NO.206

目次

P1　栃木DARC代表
「コロナをもろともしない」
P2　PP施設長
「ない」より「ある」
P3　CFメンバーメッセージ
「心の変化」
P4　PPメンバーメッセージ
「最近思う事」
P5, 3rdメンバーメッセージ
「部屋と酒と私Part3」
P6. プログラム風景と紹介
編集後記
P7　5,6月のステップアップ
5,6月の献金、献品
施設報告
P8 1stメンバーメッセージ
「生い立ち」
P9 2ndメンバーメッセージ
「生き方]
P10　次月活動予定

コロナをもろともしない

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事　栗坪千明

梅雨に入り、雨が続き、寒暖差が激しいこの季節、体調管理はいかがでしょうか。

長く続くコロナ対策でzoom会議にも慣れてきました。DARCはというと大きな変化はありませんが、出かけられないという閉塞感からストレスのたまる人もいます。いつまで続くのかと先取りの不安に囚われます。

社会復帰活動をしているメンバーも、雇用主自体が経営が大変な時期なので、なかなか就労先が決まらず就職活動も難航しています。

NPO事業である刑務所や保護観察所、執行猶予者、家族向けのプログラムは先月から再開しました。ソーシャルディスタンスをとって全員マスク姿のプログラムは必要とはいえシュールな感じはしますが、逆に人数制限があるので、プログラム効率は良いかもしれません。

話は変わりますが、宇都宮医師会では社会的処方という事業が立ち上がっています。いわゆる市民活動によって医療では手が届かないところをサポートし、病気の予防、長期化を防ぐ等の活動です。これはまさにダルクがこれまで行ってきた家族支援や対象者の周辺の環境調整ということだと思います。何か関われることができないものかと検討中です。

そんな中本部の主人といっても過言ではないバーニーズマウンテンのエルくんは毎日元気いっぱいです。寒い国の犬種なので暑さには弱いですが、番犬としての責務を全うし、少しでも良いおやつが手に入ることを願いつつ頑張っています。コロナは全く関係ありません。このフットワークには脱帽です。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

次月活動予定

8月

1日　再犯防止推進サポート事業県南家族教室

3日　アディクションフォーラム実行委員会

5日　再犯防止推進サポート事業県南　再乱用防止教育事業県北

7日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導

8日　家族教室　再犯防止推進サポート事業県央家族教室

11日　宇都宮保護観察所プログラム

14日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導　再犯防止推進サポート事業県北

18日　再乱用防止教育事業県南

20日　再乱用防止教育事業県庁

21日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導

22日　家族教室　再犯防止推進サポート事業県央家族教室

24日　東京保護観察所プログラム

26日　再犯防止推進サポート事業県南

27日　宇都宮保護観察所プログラム　再乱用防止教育事業県北
　　再犯防止推進サポー事業県央

28日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導　再犯防止推進サポート事業県北

発行所　郵便番号一五七―〇〇七二　東京都世田谷祖師谷三―一―一七―一〇二号　定価１００円
特定非営利活動法人障害者団体定期刊

編集　特定非営利活動法人栃木ＤＡＲＣ
〒321-0923
栃木県宇都宮市下栗町 2292-7
TEL 028-666-8536　FAX 666-8537

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

栃木 DARC®

「ない」より「ある」

ピースフル・プレイス
栃原　夕子

栃木DARCの事業

栃木DARCの事業の多くは、委託または助成を受桁形が多く、一般社会に向けての特定非営利事業と施設事業を行なっています。
特定非営利事業は、一次予防としての乱用防止、二次予防の再乱用防止を多く含み、施設事業は、三次予防以降となる依存症からの回復のための場所とプログラムの提供を行なっています。依存症本人が誰かに薬物を勧めることで薬物問題が広がるリスクを考えると、これも乱用防止の一環であると言えるでしょう。

じめじめと雨が降る季節から、少しずつ夏の暑さを感じ始める7月。
いつもなら夏バテを回避するかのように夏のイベントを予定に入れ込み、それなりの楽しみを待っているのですが、今年はコロナウィルスの影響でイベントへの参加もほとんど見送りになりそうです。
ある日突然・・ではなかったものの、気がつくと当たり前の日常生活が送れなくなっていて、女性施設のメンバーたちもできる限りの自粛生活を送っていました。買い物の日数を最低の数に減らし、プログラムも施設内で行うものが中心となりました。休日の外出も取りやめました。マスクを手に入れることができないため、布とゴムを大量に買って手作りマスクをプログラムで縫いました。トイレットペーパーがなくなる！？・・と騒がれたのは一瞬でしたが、それでも16名の女性がいる施設では、ある程度の量が確保されていないと生活できません。全員で小銭を持って、1人1袋のトイレットペーパーを買いに走りました。
そんな自粛生活が続くと、ストレスも当たり前のように溜まってきます。ストレスが最小限で済むように、プログラムを工夫してみたり余暇時間に出来ることを増やしてみたりしましたが、全てカバーはできません。
そんな中、メディアから流れてくる社会の現状を知りながら「私たちだけじゃないからね、今は仕方ないよね」と何度も話していたように思います。
今まで普通に手に入っていたものが入らなくなったとき。何気なく送れていた生活が送れなくなったとき。できなくなったことだけが大きく膨らんで不安になって、不満になって、目の前を見失いそうになるんだなとつくづく思いました。よくよく見てみれば、手に入っているもの、できているものの方がたくさんなのに、そこが見えなくなる。この「ある」のに「ない」って思ってしまう現象は、私の日常生活の中でもよく出てくる現象でした。そして、自分自身に対しても同じ現象が起こります。
家事を手伝ってくれる夫に対して、手伝ってくれていることよりも「これは、こうしてほしい」と言ってみたり、自分で早起きをしてきた娘に対して、早起きができたことよりも「早くご飯食べないと遅刻するよ」と言ってみたり。自分に対して、今日は仕事を頑張ってきたということより「ちゃんとご飯作れてないよね」と外食したことを責めてみたり。
できていることはあるのに足りないと思うところばかりを見てしまうのは、私の生き方の癖だと最近思うようになりました。
コロナウィルスの影響で確かに自粛生活は大変だったけれど、外出できない分、皆でDVDをいつもよりたくさん観られて楽しかったよね。外食はできなかったけれど、家で料理を作る時間がいつもよりもてたよね。
「ない」より「ある」を見る方が、全然ラクでした。
いつ、また当たり前の日常生活が送れなくなるか分からない今の時代ですが、不安を必要以上に膨らませるよりも自分がラクだと感じられる過ごし方ができれば、それを次にも繋げていくことができるだろうと思います。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

生き方

依存症のシュン

2ndStageCenter
~回復～

2ndStageCenterは、回復の中心を担っています。
ある程度のクリーンを持ったメンバーが、各々のプログラムを深める時期にあたるので、過去を正しく振り返ること・メンバー同士の関わり方などをグループワークに参加しながら試行錯誤して自身の回復につなげています。
回復を確かなものにしていくための重要な時期をこの施設で過ごしています。

こんにちは、アディクトのシュンです。今回約1年ぶりに3回目のニュースレターを書くことになりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？私は那須1SCで7カ月、那珂川コミュニティーファームで5カ月、今は野木の施設に1年6カ月です。

なぜ施設につながったのかを振り返ったら、大事件を起こしてしまい警察に逮捕されました。刑務所に行くと思いましたが、幻聴が生まれて初めて聞こえて、幻聴に従い事件を起こしてしまいました。病名は統合失調症と覚せい剤精神病と言われました。そしたら鑑定入院を佐野の両毛病院に3カ月、措置入院を3年間宇都宮の岡本台病院に入院しました。その時に、病院のスタッフに勧められ一度だけでいいからミーティングに参加しないかと言われ、参加しました。最初はどうしてハグをしなくちゃいけないとか、どうしてミーティングをしなくちゃいけないとか、よくその意味が分かりませんでした。

その時にダルクにつながり、宇都宮・那須1SC・那珂川コミュニティーファームの人たちとミーティングをしていました。みなさんはお話が上手で驚きました。私はミーティングでも最初はすごく短く、ミーティングは苦手でした。だけど那須1SCでは病院で体験外泊をすることが出来、一度行きました。そしたら昔の友達に会いお互いおどろきました。それから何度か繰り返し行き、那須１SCに入寮しました。

私は入院した時に正直、回復ってなんだろうかと思い、成長ってなんだろうかなって思いました。ただ最初は、回復の言葉が頭の中にはありませんでした。長くいれば回復できると思い込んでいました。集団生活は苦手ではありません。私は刑務所に二度覚せい剤で行きました。だから集団生活は苦手ではありません。今まで覚せい剤で人生を狂い、失ってしまいました。

1SCでも最初は、ものすごく欲求が入りました。ものすごく逃げたいと思うことがありました。ここで逃げたら昔の人生に戻る。昔の私は嫌な事があれば逃げることが何度かありました。それをしたらばこれから回復にも成長にもつながらない、誰でもつらいとき、苦しい時を乗り越える、それを乗り越えたならば必ず希望が見えてくる、だからこれからの人生に大きな影響があるはずだと思いました。その言葉は、心の底に常に思っています。

それから1SCからステージアップで、那珂川コミュニティーファームに移動しました。人生で初めて農業をしました。ものすごく自然に囲まれて気持ちがよかったです。感じたことは、汗水流した農作物がスーパーにあることです。ものすごくおいしい農作物です。

それから5カ月間いましたが、野木の施設に移動する事が決まりました。最初に玄関を開けたらものすごくオシャレでした。夏は涼しく、冬は暖かいです。今の施設は、朝はゆっくり寝れます。ものすごく生活環境もよく、私に合っている生活です。今月で施設に1年6カ月もいます。色々とたくさん考える事や思い込むこともたくさんあります。だけど、必ず以前の人生だけは送ることはありません。施設に入って正直よかったと思います。それは、覚せい剤をすることはありません。たくさん変化を起こしてきました。変化こそもの凄く重く、大変な言葉だと思います。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

部屋と酒と私part3

依存症のナカ

3rd StageCenter
～社会復帰～

3rd StageCenterは、社会復帰間近の回復後期・社会復帰期を担う施設です。1st StageCenterで断薬を目的として規則正しい生活や体力回復をし、2nd StageCenterで個々のプログラムを含めて過去の整理や人間関係の作り方を学んだメンバーが、実際の社会に近い環境で社会性の獲得と、健全な家族及び人間関係を身につけてもらう事を目的としたプログラムを組んでいます。本人の責任において生活するために起床、就寝などの時間も特に設けず、職場に出勤するのと同じようにプログラムの開始時間も設定しています。主体性を強化して社会復帰の準備を行う場所です。

さてやってまいりました、何年目振りかのニュースレターです。今の状況を話したいと思います。まず最初にこの栃木にやって来た理由から・・・最初私は千葉の拘置所にいました。（何故そんなところに居たかって？）それは深い理由があって、労役で入っていました。そこの刑が終わってから出たのですが（この際だから全てをぶちまけてやるー）拘置所の中にいた時事件は起こったのです、中に入っていた時の事でした私が座っていて考え事をしていたら突然壁から声がしてきたのです。何故かその声に答えていました。多分その頃から精神的におかしかったと思います。そんな事が毎日起きていて、もう精神状態が幻覚、幻聴、追跡妄想が出てきて薬まで飲んでいました。訳の分からない毎日を過ごしていて、あっという間に刑期が過ぎていました。拘置所から出て門をくぐって外へ出たのと同時に思ったのが外に誰かが待っているんだよなぁと思い（まだ幻聴の中）周囲を見渡していると、幻覚でみた人達が居ました（嘘じゃなく・・・）私は車の方へ向いて立ってる人の方へ行き役所の人ですか？と聞きました。（ここまでが幻覚の中での出来事）と同時に私は車に向かって車に乗り後ろの席に座りました。それからは余り記憶がなくこちら栃木にきてもほぼ記憶が無かったのです。戻ってきたのが約半年位たってからです。何がなんだかわからないまま月日が経ち今日まできました。多分ここら辺までくると以前にも書いたと思います。何だかやっている内に３rdステージまでと３rdステージセンターまでやっと来ました、とまぁここまでやって来たのですが、ここから書く事がないのです。。。いつも口数が少ないため文章を書くのに四苦八苦です。（汗）さてここから新しい生活の始まりです。こちらの場所に来てまず楽しかったのは自由行動、そしてチャリンコでした。何年ぶりに、チャリンコに乗ってなんか楽しいです。子供におもちゃを与えたみたいです（笑）休日になるとチャリンコであっちこっちプラプラ出掛けている所です。なんせ駅まで遠いものだから駅に行くまで大変！結構時間がかかる。。。だから余計に楽しくなってしまう。その途中にいろいろあって楽しめる、今の私の楽しみは飲食店に行く事です。ラーメン、焼き肉、牛丼、中華料理、その他です。その中でも特に、ラーメン屋さんはよく行きます。何件か行きましたがどれも口に合わず一件だけは自分の口にあっていたようです。どうも私の人生みたいだなって思います。ラーメンの麺は細長くなっています。けど、途中で切れていたり縮れたりしています。ですから私の人生みたいな気がして仕方ないのです。焼き肉屋では一見見た感じグロテスクに見えても焼いて食べた時の感触が、何とも言えない旨味に変わってくれた時の嬉しさとは何とも言えない（笑）これまた私の人生みたいです。この先の自分の人生は細長くコシガあり食べ応えのある人生にしたいですね。今のところノホホンしていますが、先の事は普段から考えています。これまた語りだすと止まらなくなるのでやめておきます。読んで頂きありがとうございました。
に向かって頑張ります。読んで頂きありがとうございました。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

心の変化

依存症のチュウ

Community Farm

～農業～

栃木ダルクに通うメンバーの中には通常のプログラムが適さない方も少なくありません。CF (コミュニティーファーム)では、薬物依存症以外にも社会復帰を目指した際に問題（高齢である・重複障害がある）を抱えたメンバーがゆっくりと自分なりの回復を深めて、それぞれの社会復帰の形を探ってもらうための場所です。他の男性施設とは違い、テキストを使ったプログラムも少なく、ステージ毎に居場所を変える事もありません。
農作業やボランティアなどを活動の中心にしています。金銭管理や処方薬の管理、家族の再構築など基本的な部分に時間をかけて丁寧に社会復帰の準備を行なっています。

こんにちは、依存症のチュウです。これから入寮、二回目のニュースレターを書きたいと思います。

私が栃木ダルクに入寮したのは２年前の秋でした。山の中の初期施設での生活は戸惑いの連続でした。私は、ここに何をしに来たのだろうか、こんな山の中で自分を変える事が出来るのだろうかと、刑務所と、あまり変わらない様な所で自分を変える事が本当にできるのだろうかと、そんな気持ちで始まった施設生活でした。約5ヶ月間の初期施設での生活の中、薬物依存症からの回復、そして間違った人生を生きてしまった人間性をかえる事の難しさを痛感させられました。そんな気持ちを私に考えさせてくれた山の中での初期施設での生活の途中で仲間とのトラブルで、那珂川コミュニティーフアームへの強制移動となりました。CFでの生活は毎日、農作業で汗と土にまみれになった生活でした。私は刑務所で刑務作業として農作業を経験していましたので人生2度目となる農作業をしながらの回復への道を歩むことになりました。じゃがいもや里芋、長ネギなどの栽培でもっとも大変だったのは茄子の栽培でした。茄子の成長の為には剪定をしっかりしてやらなければ良い茄子が育ちませんので大変に苦労させられました。そんな農作業プログラムをしながら私が忘れてしまっていた本来の自分の姿を見出せた様な気がしました。薬物を使うことをやめるには薬物を使ってしまう自分を変える事の大切さを実感した生活でした。そんな5ヶ月半の生活を終え野木の2stへ施設移動になりました。また新たな環境でのスタートです。まず野木の生活で驚いたのは生活リズムが那珂川とは違い時間が、ゆっくりと過ぎてゆく感じがして今まで張り詰めていた気持ちが落ち着きました。その分、一日が、とても長く感じます。ここでのプログラムは私が苦手とするミーティングがメインです。昔から人前で話しをする事が嫌いで避けてきた私には、とても苦痛な時間です。それでもプログラムを一日も休まずにやって来れたのは、こんな私を支えてくれた仲間達とほんの少しの私の回復意欲でした。この回復意欲が、いつの日か少しではなく大きなものになり胸を張って自分は回復の道を歩んでいるアディクトだといえる様に頑張っています。そして話は少し変わりますが、野木の施設では大きな犬を飼っています。犬種はセントバーナードで名前はセンちゃんと言います。このセンちゃん！セントバーナードだけあって体は大きく体重も60kgまるでライオンの様です。見かけは大きいのですが気が小さくおとなしいのです。ただ、たまにスイッチが入ると手の付けられない暴れん坊に変わるのです。それでも、このセンちゃんが時には甘えて来るので、とても癒される時が、ありました。こんなセンちゃんや仲間達との思い出のある野木施設での8ヶ月の生活にピリオドをつけ今また、那珂川コミュニティーファームに戻り農作業に取り組み、いずれ訪れる社会復帰に向けて日々、精進して行きたいと思っています。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

3 Stage System の概要

AAや NAなどの自助グループの12ステップを基に、意味を抽出したものを３段階にわけ、Stage１～３を最短１２ヶ月で行います。

Stage１

①認める②信じる③まかせることを通じて、自分のアディクションの問題を認め、助けてくれる存在を信じ、回復プログラムに自分の回復を任せるという導入の部分を行います。

Stage２

①過去の整理②本質を探る③欠点を取り除く④手放す⑤準備する　これまでの問題の分析をし、自分の問題の本質を探り、アディクションに繋がる部分を取り除き、自らの問題を手放し、社会の有用な一員となる準備をしてもらいます。

Stage３

①行動の変化②実行し続ける③配慮④継続として、これまで行ってきたStage１、２のプログラムを踏まえ、どのように行動を変化させていくか、それを実行し続けるにはどうしたら良いか、また他者とのコミニュケーションはどのようにするか、これまで行ってきたことを社会の中で実践し続けていくには何が重要かを見出していきます。

6月にステップアップした仲間

1st

・該当者なし

2nd

・ET Stage1～Stage２へ　メンバー～サポートへ
・ベー　Stage２～Stage３へ
・ハニオ　メンバー～サポートへ
・ショウ　サポート～リーダーへ

3rd

・該当者なし

CF

・該当者なし

PP

・該当者なし

6月の献金・献品

（献金）那須トラピスト修道院様、匿名者5名様、（献品）原茂様、匿名者8名様とても助かっております。栃木ダルク一同感謝しています

献品のお願い

・修了予定者がこれから数名いるので、日用品、家電一式、原付バイク、自転車、その他自立して使用できるものがあればよろしくお願いします。
・1st StageCenterからソフトボール用品あればよろしくお願いします。
・CFから農機具関係（草刈機、農作業用品、トラクター）等あればよろしくお願いします。

施設報告

1st(導入）１2名　2sc(回復）14名　3sc(社会復帰）15名　CF(農業）12名　PP(女性）16名計69名で活動しております。

各々の施設でステージ事のプログラムを実施しております。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

最近思う事

依存症のミチコ

Peaceful Place
～女性～

PP(ピースフル・プレイス）は女性専用の施設です。ファースト・セカンド・サードの全過程を同じ場所で過ごしながら、それぞれの回復を進めていきます。女性依存症者の多くは、それまで生きてきた背景に様々な問題を抱えています。生きるための道具だったアディクションを手放していくとき、経験を共有し合える仲間が小さな安心感を積み重ねてくれます。その安心感が私たちを自己否定ではなく自己受容という形に変えてくれるのです。安全を感じながら回復を進めていくことができる場所とプログラムを提供すると共に、自分を大切にする生き方を身につけてくれるように願いながらサポートを続けていきます。

お久ぶりです。今回４度目のニュースレターを書くことになりました、依存症のみちこです。

入寮してから早いもので、丸３年が経ちました。施設での生活もだいぶ慣れてきて下から数えるより、上から数えたほうが早いくらいの古株になりました。最近思う事は、シラフで生きていく事の難しさ、なんでもない日常を過ごしていく事の大切さ、です。掃除が苦手で、でもしなければいけなくて、せっぱつまった気持ちで始めた覚醒剤。結局、掃除にハマることなくダラダラと使い続けて、ここにたどりつきました。

今施設で生活をしていて当然掃除があるのですが、やはり苦手です。でも、クスリに頼ることなく３年も続けられているというのが、自信に繋がっています。あと、私は処方薬のアディクションも持っており、安定剤を乱用したり睡眠薬も昼間に飲んでフワフワした感じを楽しんだり、というようなことをしていました。どちらかというと、覚醒剤を使いたいという欲求よりも、睡眠薬とか安定剤を飲みたいという欲求のほうが強いです。・・というのも、乱用していた当時は、それらを飲むほうが掃除がはかどったからです。

今、施設で生活をしていて、そろそろこの先の事を真剣に考えなければいけない時期に差しかかってきていて、卒業後の自分を想像する時、また処方薬に頼った生活を送ることになるのではないか・・という不安が付きまといます。ここで生活をしていれば仲間がすぐそばにいてくれるので、何かあった時にはすぐに相談にのってくれたり、一緒に笑いあったり、私に出来ない事は代わりにしてくれたり、してくれるので、すごく楽しいし助かったりします。でも当然良い事ばかりでもありません。困った事やイラッとくる事もあります。私は感情、とくに怒りの感情を出すということが中々出来ずに内に溜めこんでしまい、鬱々としてしまいます。そんな時処方薬を飲んで楽になりたいと思ってしまいます。あと仲間が楽しそうにしている中でそのノリについていけなかったりする時、とてもさびしい思いをしてしまいます。そんな時は覚醒剤を使いたい欲求にかられます。きっと今の私を中々受け入れる事が出来ないんだなぁと、書いていて思いました。最近ではコロナの影響で、レクやイベント、外の会場へも行けず、閉そく感があり、薬への欲求も感じる事が多くなりました。そんな時はタバコをゆっくり吸う事でなんとかガス抜きをしています。今、私は次のステップ、つまり作業所へ通うことが決まっていました。６月に作業所の見学が決まっていたのですが、DMやNAなどで、ウトウト居眠りをしてしまう事が多くなって、取り消しになってしまいました。ものすごく反省したし、だらしない自分を責めました。このニュースレターがのるころには、いい報告が出来ると・・・いいなぁと思っています。

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）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

生い立ち

依存症のツネ

1st StageCenter
～導入～

1st StageCenterでは、回復初期に、生活習慣の改善と健康的な肉体を取り戻す事に主眼をおき、規則正しい生活を目的としています。グループワークや学習型のプログラムは少なくして、その分、作業やスポーツなどの体験型のものを多く取り入れて、使わない生活に楽しみが感じられることに重きを置いています。依存症者は充実感、安定感、所属感を取り戻す必要があり、この三つをできるだけ効率よく感じられるようにプログラムは組まれています。

初めてニュースレターを書くことになりました、依存症のツネです。

自分は覚醒剤所持および使用の罪で４回の服役の後、精神病院の勧めで今年の２月に栃木ダルクに入寮し、今月で４ヶ月になります。

初めて薬物を使ったのは１７歳の時で、シンナーを好奇心で仲間と使ったのが初めてで、２０歳位まで１ヶ月に２～３回のペースで使っていました。１４歳で暴力団の準構成員になっており、そこで自分の兄貴分に覚醒剤をやってみろと言われて怖かったけれど断ることができずに使ってしまいました。それが２０歳の時です。それからは、それまで使っていたシンナーに変わり覚醒剤にどっぷりはまり、今に至るまで使い続け、４回の服役、時間にして約１０年間を費やしました。今思えば、つまらない人生の繰り返しだったと思います。

覚醒剤を始めた時は、最初は気分が悪くなり、こんな物は絶対にやるまいと思ったのに、打ち続けると段々と気分が良くなり、身体が浮いている様な感じになり、こんなに気分が良いものなのかと、繰り返し打つようになりました。組織に入ってからも覚醒剤を打ち続けて、本部当番や事務所当番も行かずにいたら、けじめの小指を切ることになってしまい、組長と兄貴分にも薬から足を洗えと言われましたが、それでもやめられませんでした。

覚醒剤を打っている時には何でもやりました。他の組事務所に一人で包丁を持って乗り込んで行ったりもしました。その時に今は亡き総長にかばってもらい、元兄貴分が行った山中湖に総長自ら来て、和解したからもう許してやれと言われて、俺も親分の言葉一つで許すことにしました。それからは、その組員とも仲良くして飲みに行ったりしました。

話が飛び飛びになりますが、兄貴分とフィリピンに行き、覚醒剤をしたり、女遊びをしたり、遊びまくりました。

挙句の果てには親の金を使ったり、実の兄の金を使って若衆と服を買いに行ったりしていました。若衆にも覚醒剤を打ってしまって、若衆も呆れて離れて行ってしまいました。悲しかったです。

ある日、４回目の服役で暴力団をやめると決意して、足を洗いました。ある会社で土木作業員として働いていましたが、そこでも覚醒剤をやめることができず、自ら社長に覚醒剤をやってしまいましたと言ったら、「正直に行ってくれて嬉しいよ」と言ってくれました。社長には感謝しています。もう一度頑張れと言ってくれましたが、覚醒剤精神病で入退院を繰り返しました。入院中、先生がダルクへ行ってみないかと話をされ、栃木ダルクに来ました。初めての集団生活なので戸惑いがありましたが、仲間たちと調和を取りながらうまく生活しています。栃木に来る時に、山梨ダルクの仲間が、頑張って来いよと励ましてくれました。心強く思いました。今、仲間たちとの生活はとても楽しく、いろいろなことに挑戦しています。俺はまず、セクレタリを積極的にやっています。将来は、ここを卒業して北海道に行きたいと思っています。今とても充実して楽しいです。このままクリーンを続け、シラフの楽しさをいっぱい感じたいです。今までの生き方を変えて回復を目指します。もう覚醒剤には手を出しません。

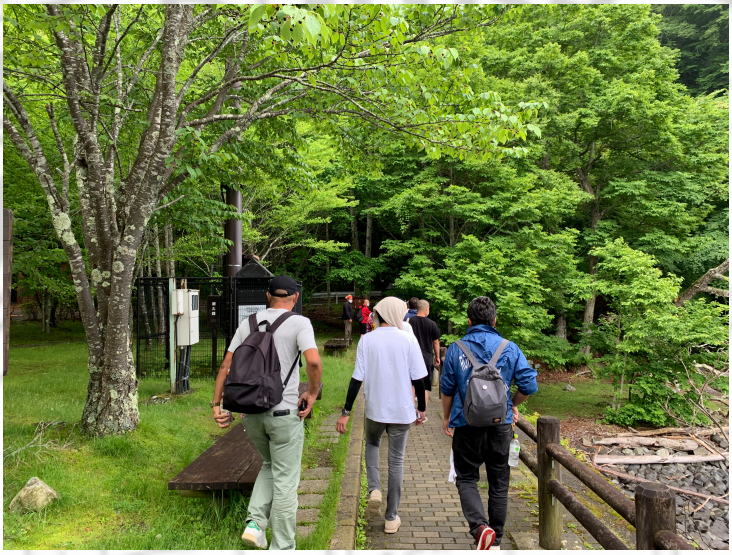
1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2020年7月1日発行　ＳＳＫＯ　通巻第10527号　無断転載禁止

プログラム紹介

プレジャー

この言葉の意味が示す通り「楽しむ」という事です。月に一度メンバーの希望を募り、季節に合わせた山登りやスキー、スノボード、ゴルフ、映画鑑賞、温泉、ショッピングや観光地巡りなどを行います。薬物以外の楽しい事を経験し、社会復帰後の余暇の過ごし方の参考にするというのが目的です。

今回は栃木県の日光市にある中禅寺湖の周りの森の中を栃木ダルク男女合わせた全施設で散策しました。



編集後記

毎日梅雨空の中雨が多く天気が悪い日が続いてますが、皆様におかれましては如何おすごしでしょうか。
県をまたぐ移動も6/19から緩和され、栃木ダルクでも全体のイベントも今年初めて出来ました。これからはコロナの感染等には十分気を付けつつイベント等できればと思っています。

編集秋葉