

SSKO

Remission

2020/11/10
NO.210

栃木DARC News Letter

目次

- P1 栃木DARC代表
「日本は先進国か」
- P2 1st施設長
「回復のチャンス」
- P3 3rdメンバーメッセージ
「今後の計画」
- P4 PPメンバーメッセージ
「回復2」
- P5 1stメンバーメッセージ
「初めての
ニュースレター」
- P6 プログラム風景と紹介
編集後記
- P7 8月のステップアップ
8月の献金、献品
施設報告
- P8 CFメンバーメッセージ
「Legalize It」
- P9 2ndメンバーメッセージ
「5年間の施設生活
で得たもの」
- P10 次月活動予定



栃木 DARC®

日本は先進国か

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

朝晩の冷え込みも冬めいてまいりました今日この頃、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

GoToキャンペーンで出かけやすくなりましたが、ヨーロッパでは感染が急速に拡大しているようです。日本もそうならなければ良いなと思います。

ダルクは今年8月に開催予定であった35周年フォーラムが延期となり、来年5月になかのZEROという会場で開催する見込みとなりました。約1300席の会場を半数にしての開催です。5年ごとに開催していますが、このような状況では初めてです。成功することを祈っています。さて日本では、アルコール依存症対策にはアルコール健康障害対策基本法というものがあります。ギャンブル依存症には依存症対策基本法があります。薬物依存症はというとありません。同じ依存症なのになぜでしょうか。薬物は違法なものもあるので障害福祉の分野に収まらないということなの

かと思いますが、刑罰では治らないということはもう一般的に理解されています。更生と回復は別物であるということです。違法なのであればその部分は刑罰で残った依存症回復の部分は障害福祉の分野に関わらなければなりません。そう考えれば薬物基本法も制定されてもおかしくありません。もちろん基本法ができたからと言って劇的に変わるわけではありませんが、障害福祉に関わるべき問題であるという認識にはなります。

世界的に見ても薬物依存症には違法なものが含まれていますが、ドラッグコート（薬物裁判所）などもあり障害福祉であるという認識です。少なくとも先進国ではそうです。日本は超先進国だと思いますが、なかなか認識が変わりませんね。どうしたら認識が変わるのか、何かしらキャンペーンをする必要があると思います。

次月活動予定

11月

- 4日 再犯防止推進サポート事業県南本人向け 再乱用防止教育事業県北
5日 県南家族の集い
7日 再犯防止推進サポート事業県南家族向け
9日 東京保護観察所プログラム 下野市障がい児者相談支援センター施設見学
10日 宇都宮保護観察所プログラム
12日 県北家族の集い
13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
14日 ダルク意見交換会
17日 再乱用防止教育事業県南
18日 那珂川町更生保護女性会との交流会
19日 再乱用防止教育事業県庁
20日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
24日 再犯防止推進サポート事業県南本人向け
26日 宇都宮保護観察所プログラム 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
再犯防止推進サポート事業県央本人向け
27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本人向け
28日 再犯防止推進サポート事業家族向け 再犯防止推進サポート事業本人向け
家族教室 再乱用防止教育事業県央

発行所
郵便番号一五七—〇〇七二 東京都世田谷区祖師谷三—一—一七—一〇二号 定価1000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



栃木 DARC®

回復のチャンス

1st施設長 栃原晋太郎

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けた形が多く、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。



急激に寒さが増してきた今日このごろ、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

今年の5月頃に書かせてもらったニュースレターでは、タバコのアレルギーで入院しましたって報告をしましたが、今年はその後も体調変化というか不調が続いています。そのあたりも含めて僕個人の事や施設のメンバーの事など、今回も近況をお伝えしたいと思います。

1ヶ月前の10月最初の土曜日にコインランドリーで布団を乾燥させている時に、なんだか腰が痛いなぁ～長距離運転した後みたいな痛みだなぁ～って違和感を感じました。そしたらどんどん痛みが増していつて30分ほど経った時には人生で感じた事がないレベルになりました。もう何か身体の中で異変が起こっているのは間違いないし大病じゃない事だけを願って車の中で痛い痛い大きな独り言言いながら悶え苦しんでいたら30分くらいで我慢できるレベルになったので、急いで家に帰ったら奥さんが病院に連れて行ってくれました。尋常じゃないですよ尿管結石の痛みって。それが流れ出るまで4回。1回あたり2時間から9時間、どの体勢でも痛い。痛み止めを飲んで水を大量に飲んで流れ出るまで耐えるしかない。原因は乳製品取りすぎ・食生活全般・運動不足・尿酸値の高さ・ストレスなどって言われましたが、飲むヨーグルト飲んでチーズ食べてれば健康って思っていた僕にとっては驚きで全面的な変化を求められた気がします。40代で50%の人がが経験するらしいですよ。でも気をつけられないですよ。

それと僕が担当している那須の1st stage centerですが、今日現在で15名のメンバーと生活しています。20代前半もい

れば60代もいて、覚醒剤が原因の人もアルコールの人も大麻の人もいます。回復初期のメンバーの居場所なので、変わった方がいいのか、回復って良い事なのか悩んでいるメンバーが沢山います。でも多くのメンバーが1ヶ月も生活すると笑顔が増えてくるようです。ミーティングに慣れてきたタイミングなのか、周りのメンバーを仲間と思えるようになるタイミングなのか、実はよく分かりませんが僕にとってはどんどん楽しくなる瞬間なんでよく伝わってきます。コロナで外仕事が減るまで、僕は週に3回ほど、そのうち1回は2時間だけしか施設にいないで啓発や教育・講演などをしていました。信頼できるスタッフはいましたがそのスタッフもボランティアスタッフで、そもそも本人の回復を深めてもらいたい時期の人です。毎日マメに電話をしていれば大丈夫って思っていたのですが、それはどこまでいっても他者が感じた事をもとに自分が把握してる気になっているだけ。僕は仕事が忙しいので、沢山の人が求められているから、僕は回復を重ねてきたから経験を積み上げてきたから同時進行できる物も多いの。本気で思っていました。これらは全て勘違いです。今は那須に週5日はいます。スポーツなんか部活のように暑くやっています。僕も沢山笑っています。

今回手放す事が多すぎて大変でした。そしてなんだか申し訳ないんだけど過去も今も受け入れてくれている仲間達に感謝しています。僕はゆっくり長所を伸ばします。



「5年の生活で得たもの」

依存症のポポ

2nd StageCenter

～回復～

2nd StageCenter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きます。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。



皆さんお久しぶりです。しばらくニュースレターを書いてない間になんと施設を卒業する事が決まりました。仲間の皆様におかれましては「あんなに働きたくないって言ってたのに!？」と思う事でしょう。私が一番それを感じております。働きたくない気持ちは変わっておりません、どうかご安心を。

思い返せば5年前、自然に囲まれた那須の施設に連れてこられ「施設とか言ってるけど、俺はこの山奥で人知れず殺されるんじゃないだろうか」と半信半疑になりながら栃木ダルクに入寮した私は、幻聴が入った仲間から一晩中罵倒され続けたり、NA会場から所持金5000円で逃走してみたり、色んな事を乗り越えてきました。働きたくないだの深夜のサッカーW杯を見るには就労に出たら無理だとか言いながら野木のチーフを2年間以上に渡り続けてきましたが、風の噂で「今月中に仕事決まらなかったら宇都宮に強制異動らしいよ?」と聞きつけた私はハイパーパワーの力で今の職場を見つけたのでした。環境の変化に弱い私はそれまで「覚せい剤依存症で施設に入ってます、生活保護受けてて給料取得に制限があります、逮捕歴もあります」と正直になるプログラムをフルに使って受けてきた面接をことごとく落ちてきたのですが、嘘も方便という古くから伝わる諺を参考に「アルコールで施設に入ってます」と言った所、応募先の店長のお兄さんが1か月前にアルコールが理由で亡くなっていたらしく、「他人とは思えない」と言われ合格したのでした。バイト先は飲食店なのですが、飲食店＝超体育会系の職場という思い込みがあった私のイメージは覆され、職場の仲間は皆明るく話しやすくストレスフリーなまま仕事を続ける事が出来ました。働き始めてすぐに、店長には「実はアル

コールじゃなくて覚せい剤なんです」と打ち明けましたがそれも受け入れてもらえました。何か新しい事を始める時、必ず「〇〇だったらどうしよう」「プライドが傷付けられるんじゃないか」「思い通りにいかないんじゃないか」とネガティブな妄想に支配されそうになる癖がありますが、今までの人生で勇気を出して一歩踏み出した先に嫌な事があった事なんてありませんでした。耐えられない程の嫌な事は決まって逃げ出した先に待っているものでした。覚せい剤の力を借りて見たくない現実から目を背けてきたし、その結果逮捕され施設に入寮しましたが、施設に入って最初の頃のお客様気分でした時には何の変化もありませんでした。施設や仲間の中に自分の居場所を見つけて、自分の出来る事を見つけて、それでも余裕があったら今まで出来なかった事、やらなかった事に挑戦してみ、やってみた結果駄目だったらその都度軌道修正をして、頑張り過ぎて疲れたら目いっぱい休んで、休みすぎて怒られての中で回復していったように思います。ほとんど休んでましたけど。薬を使っていた頃は人を避けて自分から孤立してましたが、断薬を続けるには自分の居場所は重要だと気付きました。施設を離れても自分の居場所だけは無くさないようにこれからも疲れないう程度に頑張ろうと思います。



今後の計画

依存症のはるき

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。

僕は入寮してから今日まで、施設スタッフをやらせてほしいという思いを持ち続けて生活してきました。今もその思いに変わりはありません。さあ、今回はそんな僕の考え方の変化を記していきたいと思います。

今まで僕が言い続けてきたことは「ダルクを卒業して社会に出たら、必ず覚せい剤を使ってしまう確信があるから施設を出るのが怖い、だからダルクでスタッフをやりたい」でした。この言葉に嘘はありませんが・・・少し嘘が含まれているかな・・・(笑)。さてこの辺で少しづつ本当の心の内を話していきましょう。

僕は多分社会に出ても働いて生きていきます。覚せい剤を使うか使わないかは正直わかりません。ただ「もしかしたらもう大丈夫なんじゃね？」という思いもあります。そのたびに僕は「いやいや・・・4回も刑務所に行って、何回も何回も同じ事を繰り返してきたじゃねーか」と思うようにしています。ダルクで言うところの治っちゃった病だと自分に言い聞かせてきました。みんなにも今までずっと「俺はダルクを出たら必ず覚せい剤を使ってしまう自信がある！」と言い続けてきました。「だから俺はダルクに守ってもらいながらスタッフで生きていく」と。・・・なんか書いていて恥ずかしい・・・。更には「自分自身のことでもまもらないのに仲間のためにとか今は考えられない」等々・・・。

ここに大きな嘘がありました。自分自身のためにという考えは本当です。しかし仲間のためにとか今は考えられないというのは大きな嘘でした。自分の回復は先行く仲間、同期の仲間、あとから来た仲間によってもたらされています。そん

な自分の回復と成長を仲間と共に分かち合っていきたい。これが僕の本心です。なんで今まで嘘をつき続けてきたのか言い訳をします。「恥ずかしかった」だけです・・・(笑)。

「仲間のことが嫌い」これも僕がミーティングで言い続けてきたことです。だって仲間は僕を苦しめるんです。僕をイライラさせたり不安にさせたり悲しませたり。でも、助けてくれるのも仲間なんです。昨日僕を苦しめた仲間が今日僕を助けてくれたり、昨日僕を助けてくれた仲間が今日僕を苦しめたり。だから仲間は嫌いです。嫌いなんですけどそんな仲間がたくさんいるから僕は今も孤独じゃないし、今も毎日成長と回復を続けていけています。さあ、ここもそろそろ正直にならないとね・・・。仲間とは毎日色々なことがあるけど、僕はそんな仲間たちと一緒にこれからも成長と回復を楽しみたいです。

さて、そろそろ締めくくりに入ります。僕は施設を出て外で働くことができないからスタッフになりたいのではありませんでした。僕はプログラムの司会をすることが好きです。司会をするにはその日のプログラム内容を確認して勉強します。自分自身勉強ができてさらにはそれを仲間と分かち合えることがすごく楽しいです。時にはうまく伝えられず悩むこともあります。それも含めて楽しいんです。でもそれだけでは足りないことも学びました。僕だけの思いではなく、ダルクがスタッフになりたい僕に求めることってなんだろう？そのあたりをゆっくりと考えて生活していこうと思っています。



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す。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、2回目のニュースレターです。今僕は、那珂川コミュニティファームにいます。プログラムは農作業をしています。僕が初めて薬物を使ったのは16歳の時で、その時初めて使ったのが大麻でした。でも初めて使った時は気を張って普通でした。2回目からだんだん気が緩んで、お財布の紐も緩んで毎日毎日大麻をやって、パチンコやクラブや合コンをしていました。16歳からやっていたレゲエミュージックで、はじめたマリファナでいろんな人と知り合いになりました。僕がやっていたSound名はHigh TimesでMCをしていました。その当時は高校に通っていて終わったらバイトでだんじりの青年団に入っていて春夏秋冬1年365日がレゲエであり1年365日がだんじりでした。だんじりの青年団では酒を飲み、レゲエのダンスでは、ガンジャを吸い歌って、踊って毎年毎年楽しんでいました。小学生からヤンチャでケンカばかりしていて、小6の時に初めてタバコを吸いました。中学生に上がって色んな仲間に出て俺も少しずつ変わって大人になって街も空も少しずつ変わってきてつるむツレも変わって住んだ場所も変わって少しずつ色あせて大人になってきたけど何歳になってもタバコだけは止められへん。そんな感じで今まで生きてきたけど俺も変わる所は変わらなアカン。薬物をしてしまうと、酒を飲んでしまうと、女ったらしなとこ。それでもタバコはやめられへん。でも悪気があってやったわけじゃないでかあちゃん。俺も俺で夢とかあるんやで、家族を守る事。女を守る事。それでもタバコはやめられへん。でもこんな俺も28歳。そろそろ嫁でももらわなあ一生終わっ

Legalize It

アディクトのコウヘイ

てしまう。誰かこんな俺を拾って下さい。酒もせえへん、タバコもせえへん、そんな女がいいな。そんな事を考えながら毎日を過ごしています。昔付き合っていた彼女、昔つるんでいた仲間、今でも忘れていない、俺の宝物やで。毎日俺をしかってくれた教師。毎日俺をしごいてくれた先輩。それもこれも全部DARCが教えてくれた。ミーティング、キッチン、エイサー、カホン。どれをとっても最高でした。そして、今は農作業をやっています。野菜は芋作り、茄子づくり、そしてお米はナスヒカリです。お米の有難み、お金の有難み、それもこれも全部12ステップとプログラムと野菜が教えてくれました。僕は野菜が好きです(マリファナの事)。僕はレゲエが好きです。僕は祭りが好きです。そして僕は女が大好きです。それもこれもすべて祭、レゲエ、DARCが教えてくれました。今ではこんなに大きくなり大人になり、いろんな事が無駄じゃなかったんだと解りました。薬物をした事、DARCに入った事、あいつの事好きやった事、そういえばあいつ元気かな？今頃何してるかな？今年は地元のだんじり祭りもコロナで自粛したみたいやし、僕も風邪ひかんように気をつけて雨の日も風の日もできるだけ等身大で、来る日も来る日も、野に咲く一輪花の様に、上を向いて、涙がこぼれない様にNo Weed No Life No Regae No Life HighTimes Lion Po-

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、Stage 1～3を最短12ヶ月で行います。

Stage 1

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する導入の部分を行います。

Stage 2

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、社会の有用人員となる準備をします。

Stage 3

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Stage 1、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、また他者とのコミュニ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。

10月にステップアップした仲間

1st

- ・ダイゴ ケンタ サク メンバー～サポートへ
- ・ツネ サポート～リーダーへ

2nd

- ・タクヤ Stage 1～Stage 2へ

3rd

- ・ハルキ オギ Stage 2～Stage 3へ

CF

- ・該当者なし

PP

- ・該当者なし



10月の献金・献品

(献金) 那須トラピスト修道院様、他匿名者2名

(献品) カトリック長岡教会様、匿名者5名

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

- ・修子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) 15名 2sc(回復) 13名 3sc(社会復帰) 16名 CF(農業) 9名 PP(女性) 13名計66名で活動しております。

各々の施設でステージ毎のプログラムを実施しております。



回復2

依存症のミホ

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、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。

こんにちは、お久しぶりです。今回で3度目のニュースレターを書かせていただく事になりました。
この秋から冬へ向かう季節は私がダルクにつながった時期で感慨深く、それから2年が過ぎ、時の流れを感じています。
今年の2月に夢のステージ3に上がる事ができ、今まで色々あきらめずに頑張ってきた来て本当に良かったと思いました。同時にサブリーダーからリーダーへの役割をいただきそれに伴い施設での自分の出来る事、頼まれた事を頑張るだけで、それ以上の事や分からない事は全てリーダーに頼っていた自分が、今その立場になって任されているという感謝の思いと、それ以上にどれだけ私は責任をもって仲間達と向き合っていく事が出来るか、自分の回復の為に何を考えどういう所を改善してゆくべきなのか、日々勉強させていただいています。
入寮当初はただ薬物が止まっていればそれで良いのではないかと考えていたり、言われるがままに受けるプログラムや入寮生活に対して多少の不安と疑問を感じていた頃もありましたが、ステージ2に上がった頃から今に至るまでにいただいた役割やプログラムの担当を通して関わってくるあらゆる事の責任さえもやりがいとなり、ここに自分の居場所を感じられるようになりました。人間関係の中で感じる矛盾、怒りもただその感情をむき出しにしてぶつけ合うという事も今迄の私だったら簡単なことで、自分の都合のよい人間関係の中だけで生きて来ました。担当するアサーティブトレーニングを通して、ネガティブな気持ちをもアサーティブに相手に伝えて行く大切さと難しさを仲間と共に生活する中で実感しています。

ダルクに来て、アディクト同士の色の濃い他人と朝から晩まで一緒に生活をしていて何の違和感も無い訳はないと思っています。自分の中だけで疑問や小さな不満をただ我慢していてもそれは知らないうちに恨みに近い感情に変わって行く様な自分の心に気付く苦しくなることがあり、“相手に伝えていない本当の自分の気持ち”についてアサーティブに小出しにしていく事が自分も相手もこじれない人間関係を作っていく事に気付きました。そんなネガティブな事もあるものの、仲間同士で夜は夜食を持ち寄ってゲラゲラ笑い話をしていたり、基本は楽しく細かい事は気にしない（施設長からは怒られますが）をモットーに色々な事も全て成長のかてと思い前向きにとらえています。
先日、家族再構築があり久しぶりに家族と再会しました。うれしい気持ちとこれからの事を考えなければならない選択について、正直とまどいました。今の毎日の生活の事ばかりで頭がいっぱいで、自分は依存症である事を何故か忘れていました。どうやって社会に戻ったらリラプスしない生活を送れるか等、本気で考えた事は無かったかもしれません。以前と同じ様な暮らしに戻ったらリラプスする確率も高いと言われ、薬物を甘くみていました。今施設に居ると欲求も無いし守られているし自分を過信していた所がありました。これだけミーティングに参加して来ているのだから、そろそろこの先の事も考えて行きたいと思う今日この頃です。

覚醒剤に支配されて失って来たものが沢山ありました。それを取り戻す事は出来ませんが、今あるものを大切にして行きたいと思います。



初めてのニュースレター

依存症のサク

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。



みなさん、こんにちは、依存症のサクです。

初めてのニュースレターで、読みづらいと思いますが最後まで宜しくお願いします私が栃木ダルク 1 stage centerにつながったのは、今から三ヶ月半前のことです。三ヶ月半前の私は、精神病院にお世話になる生活を送っていました。

精神病院に行く前は、とび職で生計を立てながら覚醒剤を使う生活をしていました。

覚醒剤を覚えたのは十七歳でした。暴走族をやりながら、ケツモチに「これを使ってみろ」と言われ、使ってみると案外、気持ちが高揚して、良かったのを覚えています。

その後、ケツ持ちに売買を頼まれて、一緒に売買を繰り返し、計りで小分けにしていって作業をやりました。

繰り返し売買をしていた為か、ケツモチから信頼されるようになり、十八歳の時には、組織の準構成員として組織に出入するようになりました。今考えると、この頃から覚醒剤の本当の深みにハマって行ったのかもしれない。

私の場合、仕事をやりながら使っていたので、まだ良かったのかもしれませんが、この生活が二十八歳まで続きました。

こんな私にも、心境の変化が起きました、二十八歳の時でした、悪いことをしているとやはり見つかるもので、人生初の逮捕をされ、自由を奪われました。一度目の逮捕を経験すると、二度目の逮捕は詐欺、恐喝、の容疑ですぐに逮捕され、懲役が決まり、人生初の刑務所への収監が決まりました。

刑務所では、三年半の刑期で満期出所となりました、無事に罪を償い反省しまし

た。又、収監のときに母親がガンになり、父親からの手紙で知らされ、気持ちが下がったのを覚えています。

私は一人っ子の為、甘やかされて生活してきたのかといえ、そんなこともなく、ごく普通に育てられてきました。

母親の死に目にも会えず、苦勞と迷惑ばかりをかけて来ました、後悔しています。今は反社会的なことはしないで、普通な生活を送りたいと思っています。個人的には覚醒剤をやめて八年間が経ちますがあのときにやめておいて本当に良かったなと思っています。

話は変わり、社会復帰の事になります。施設にいと社会復帰のことが頭をよぎります。社会に出ることが私の目標になっていますが、大きな不安もあります。その不安とは、覚醒剤のことではなく、体力的なことです。私はとび職なので、体力がないとやっていけません。今のままで本当に良いのかという自分や社会に出ないくては、という自分と常に葛藤しています。そうすると、第3ステージまでいけるのかと思ってしまうからです。

薬物依存の問題がないといったとしても、それは自分だけの考えなのでなんとも言えません。

今はとにかく、社会に出るか出ないかの葛藤を模索しながら頑張っていきたいと思っています。

どちらにしても遅かれ早かれ、社会に出るタイミングを間違えることなく、社会復帰をしたいとはおもっています。ありがとうございました。

おわり

プログラム紹介

栃木ダルク合同イベント

今回は11月2日（月）に行われた栃木ダルク全施設で行ったソフトボール大会の様子を紹介したいと思います。
今回は女性施設も加わり那須町の方のグラウンドを借りて行いました。



いつもは施設対抗の試合形式で行いますが今回は全施設でランダムに人を分け混合チームを作り対戦しました。



1scで食事を作り皆で食べている様子です。焼きそば、豚汁美味しかったです。

編集後記
みなさまいかがお過ごしでしょうか。気がつけば今年も後2ヶ月ですね。日に日に寒さが増して体調管理が大変ですが、コロナに負けず乗り越えましょう。
編集秋葉