1976 年 2 月 26 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 8898 号

活動予定

2 月

2 日　アディクションフォーラム準備委員会
3 日　黒羽刑務所薬物離脱指導　茨城県こころの医療センター施設見学
　　榛名女子学園ミーティング
6 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導　野木町役場総務課施設見学
9 日　東京保護観察所プログラム
10 日　黒羽刑務所薬物離脱指導　J-MARPP
12 日　平成２６年度薬物関連問題関係機関連絡会議　岡本台病院プログラム
　　連絡協議会　再乱用防止教育事業県南
13 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導　茨城県こころの医療センター施設見学
14 日　家族教室　再乱用防止教育事業県央
16 日　岡本台病院メッセージ
17 日　黒羽刑務所薬物離脱指導　J-MARPP
18 日　宇都宮保護観察所プログラム
20 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導　再乱用防止教育事業県北
21 日　栃木県精神科救急シンポジウム
23 日　東京保護観察所プログラム
24 日　黒羽刑務所薬物離脱指導　宇都宮保護観察所引受人講習会
26 日　茨城県こころの医療センター施設見学
27 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導　研究成果報告会

３月

２日　茨城県こころの医療センター施設見学
3 日　栃木県依存症対策委員会
6 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導
7 日　家族教室
8 日　危険ドラックの研修及び討論会
9 日　東京保護観察所プログラム　ガイドポスト
11 日　茨城県こころの医療センター施設見学　再乱用防止教育事業県南
13 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導
16 日　岡本台病院メッセージ
17 日　茨城県こころの医療センター施設見学
18 日　東京保護観察所プログラム
19 日　県北家族教室
20 日　喜連川社会復帰促進センター薬物離脱指導　再乱用防止教育事業県北

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　特定非営利活動法人栃木ＤＡＲＣ
〒320-0014
栃木県宇都宮市大曽 2-2-14　形松ビル３Ｆ
TEL 028-650-5582　FAX 650-5597
URL　http://www.t-darc.comE メール：nesm@t-darc.com

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 8898 号

SSKO

栃木ダルク
***ニュースレター*　第 142 号（2015, 2,8）**

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

～仮釈放・満期釈放時～

◆リハビリを選んでもらう

保護観察所と連携した介入も、11 年から始まっています。それまで栃木ダルクは、身元引受人講習会の講師として家族に情報提供するだけでしたが、自立準備ホームとして契約したため、本人に直接介入できるようになったのです。

自立準備ホームは、16 年から施行される予定の「刑の一部執行猶予制度」（※）を見据えた先行事業です。あらかじめ自立準備ホームとして保護観察所に登録されたＮＰＯ法人、社会福法人人などが、それぞれの特徴を生かして刑務所出所者の自立をうながすシステムで、仮釈放・満期釈放に関わらず、出所後半年間は、保護観察所がそのための入寮・プログラム費を負担。対象者には、定期的な保護観察所への出頭や尿検査などが義務づけられます。栃木ダルクでも、保護観察所からの委託で、これまで三〇名ほどを受け入れました。

この制度を利用することで、より多くの人に介入ができるようになったわけですが、二年経っていろいろ問題も見えてきました。その一つが、保護観察所との契約終了時に、プログラムを離脱してしまうケースがあることです。

特に仮釈放で入寮した人の場合、刑期満了と共にいなくなってしまうことが少なくありません。そもそも、その人を最初に受け入れる段階で、仮釈放が欲しいために腰掛け的にダルクへの入寮を希望しているのか、本当にプログラムを受けたのか見極めることは難しいのです。

と言っても、通常の形でダルクに入寮してくる人たちも、きっちりとした動機づけができているわけではありません。その意味では、自立準備ホームの制度を利用して来る人に対しても、通常の形で入寮してくる人に対しても、対応にさほど違いは感じません。動機づけができていなくても、プログラムにつながる経験は大切ですし、これからはどうモチベーションを高めていくかが課題になると思います。

【刑の一部執行猶予制度】

刑法を一部改正することによって、判決で言い渡された懲役・禁錮刑の刑期を分割し、一部を執行後に残りの刑期の執行を猶予する。2013 年 6 月に改正案が成立、公布から 3 年以内に施行される。原則として初めて刑務所に入ることで、3 年以下の懲役・禁錮刑での場合が対象だが、薬物事犯の場合、過去に受刑経験があっても適用される。

たとえば「懲役 3 年、うち懲役 1 年は 3 年間の保護観察付き執行猶予」といった判決が可能になる。この場合、2 年間刑務所で過ごした後、3 年間保護観察を受けて社会の中で生活する。何事もなく執行猶予期間を終えると刑期が終了する。

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

うれしいこと

宇都宮 OP 施設長　吉岡俊輔

みなさんこんにちは。新年のご挨拶をできなかった方々にはあけましておめでとうございます。昨年に引き続き栃木ダルク共々ごひいきにしてくださいますよう今年もどうぞよろしくお願い致します。

さて、宇都宮 OP では新年からおめでたい話がありいくらか浮き足立っております。吉岡です。と言うのは、以前から就労を続けていたメンバーが２名、１／２６日に修了を迎え社会に戻っていきました。栃木ダルクのブログにその時の様子が乗っていますのでぜひ（^^）

１人は少し前まで、宇都宮の施設でチーフという役割を担い、僕と一緒に業務を行っていた仲間です。彼は底抜けに明るくいつも事務所、施設の雰囲気作りをしてくれていた仲間です。もう１人は僕が那珂川の施設で生活していた頃からの付き合いで、優しい性格をしているので施設に癒しをもたらしてくれていました。そんな２人がこつこつ活動を続け、プログラムを修了し社会に戻っていくのはとてもうれしいです。家族関係再構築では、僕の思いが先走ってしまう部分もおそらくあって、修了して社会に戻っていく際にはご両親だけではなく、これまで来られなかったご家族に対しても再構築出来たらなと考えおせっかいになってしまったこともあるかと思います。が、そこは僕の回復を続けていく上で大切な要素になったので、仲間や家族にもそうであるとうれしいなと思い関わらせて頂いています。おそらくやり過ぎに気をつけ今後もそうして行くつもりです！現在いるメンバーもそれぞれの回復プロセスを踏み、アルバイトを続け修了にむかっている仲間や、個人の問題に向け回復を深めている仲間など、みんな自分の想う将来にむけてプログラムを深めていっています。

自分らしい回復を続けていっていて、その人なりの社会復帰をしていってもらうことを願っています。

各職員うれしいポイントや達成感を感じるポイントは様々だと想いますが、社会復帰施設を担当させてもらっている僕としては、家族関係の再構築とそれを踏まえ社会復帰を迎える瞬間がそれになります。社会に戻った仲間や、これから社会に戻る仲間それぞれに思いがありますし、やはり仲間がうれしいと僕もうれしくなっちゃいます。

ダルクで集団生活をすることで出来なかったことを社会で謳歌して自分で選んだシラフでの喜びや悲しみを改めて体感してもらって全力で人生楽しんでもらいたいと思っています。よく言われることなのかもしれませんが、僕もせっかくシラフでいるんだから楽しまなければクリーンでいることが漠然とした人生になってしまうと思っています。自分自身薬を使っていた頃に選べなかった活動やそれまで意味を感じていなかったり抵抗を感じていたことを楽しめるようになれたらいいなとも思ってやってきました。それまでの先入観を手放し、くだらないと思っていたことを楽しめるようになれたらいい。そんなことがこれからも増やしていければ僕の思う回復を進めていけるのではと。結果ヲタクです（^^）今はそれなりに満たされていて笑顔が栃木に来たばかりの頃に比べると圧倒的に増えているようにも思います。薬を使っていた頃や使う動機でもあった、カッコつけたり見栄を張ること、等身大以上の自分に見せようと考えていると簡単に昔の発想や行動に戻ってしまいます。だから出来るだけそうあらず、上に書いたようなダセぇと思っていたことに目をむけていられるのがこころの豊かさにもつながっているような気がします。自分らしく素直でいること。大事にしてます。ビビっちゃって本音言えなかったり、妙に丁寧すぎたり、遠回しになっちゃうこともありますがそんな自分とありたい自分を近づけられるよう回復していければいいなぁなんて考えているこの頃です。仲間の回復のメッセージも毎月この冊子にありますのでぜひ読んでくださいね。

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

３施設合同スキースノボ　イベント！

ハンターマウンテン塩原にて！

３施設合同　初詣！白河南湖神社にて

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

桜の季節

アディクトのサクラ

依存症になってしまった僕の使っていた頃のはずかしい話は以前何度か書かせて頂いたので今回はそれ以前のお話です。私はもともとこの町に生まれたので、幼いころの記憶には二荒山神社の石段やオリオン通りが古い写真のように色あせて残っています。その後、父の仕事の関係で何度か引っ越しましたが 17 歳で家を出るまでずっと県内で暮らしていました。けっして恵まれた家庭環境とは言えませんでしたが親族からの愛情を受け世間を知らぬ間は、のびのびと育てていただきました。ただ、少年時代からなにか居心地の悪さを感じていまして、いっちょ前に外の世界に飛び出してみたいと夢を見ていました。とはいいつつ最終的には実家を継いで農業をやるんだろうなぁともぼんやり想像していましたので何か目標をみつけて頑張る時の僕はいつも「これがだめだったら田舎で百姓か…」とこの程度。何をやっても中途半端でそれは薬物を使い始めてからもかわりませんでした。自分の気持ちを言葉で表現したり、感情を表に出す事がうまく出来ず、相手にどう思われるかを意識する気持ちが強い、それは今でもあまり変わっていないようです。それでも優等生になれない僕は、人と違った事をして注目を集める事がだんだん気持ち良くなってきて、人が思いつかないようないたずらや危険な場所での冒険などが大好き。いつも暗くなるまで外で遊んでいました。家に帰れば酔って暴言を吐く祖父と、ボソッと恨み事を言う祖母、父に捨てられ油まみれのアパートで私たちを死に物狂いで育てている母にピーピー泣く妹たちという家族の中で決して「さびしい」や「苦しい」、という言葉を決して口にしてはいけない生活が待っていますから、友達と別れて家路につくと急に足が遅くなります。「出がけに財布から金を抜いたこと」という心配以外にも家に帰りたくない理由があったと思います。中学生ぐらいになってくると漫画のキャラになりきって、相手に因縁をつけてはめちゃくちゃに殴ったり、期末テスト期間の校舎に深夜忍び込んで〇〇〇三世のテーマをくちずさみながら問題を盗み出してそれを後輩に売捌くなどとやんちゃさが増してきました。すでに犯罪です。その一方で別の日の夜には職員室の窓ガラスをたたき割り自分の生徒手帳を放り込むなど不可思議な行動も出てきました。自分がそうしたいからしたというよりも、同級生や先輩、後輩、他校の生徒にあいつはヤルやつだと思われたくてしかたなくやっていたようです。それでも、ひとたび問題を起こすと周りの大人は口を揃えてこう言います「おまえがこんなことをするとは思わなかった」と。いったいいくつの顔を使い分けていたんでしょうね。「お酒を飲んでも乱れるような大人になりたくらいからその為の修行」「シンナーを吸ったことがないので、吸っている人の気持ちを知りたくて」「「こんなもんにびびってんぢゃねーよ」と怖い先輩に脅されて」それぞれ酒、シンナー、覚醒剤を最初に使った時の言い訳です。でもすぐに自ら欲して、自分が楽になる為に、人を騙して傷つけてまでも手に入れるようになり、自分だけの力では止められなくなりました。僕が薬物依存症になったのは偶然か必然か。そんな事は今さらどうでもいいことですし、変えられないことですが、自分を変えこれからの人生を変えることは僕の責任です。それをライフワークに幸せに生きたいと願う僕にとっては、一度ありのままの自分自身を知る事は必要なことでした。薬を断って３年、ようやく自分がもともと持っている特徴、薬物を使うことで表面化していた問題、自分の間違った思考のパターンなど変えていかなければいけないところが少し分かってきました。薬物を使っていないのに僕を苦しめる僕の問題点に仲間が気付かせてくれるからです。短い薬中人生の中でこのように途中で生き方を変える機会に恵まれることがどれほどあるのでしょうか、４回の刑務所と２度の精神病院で止まらなかった薬が今、止まっています。変われる機会と勇気を教えてくれた施設や仲間達、そしてハイヤーパワーにこころから感謝しています。

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

Around　40

薬物依存症のカイト

初めまして、薬物依存症の「カイト」です。自分は去年の９月に入寮し、気がつけば、お店の有線放送で「バレンタインデー・キッス♪」が流れる２月になり約５カ月の日々が経ちました。自分はチョコ好き男子なので、チョコを買う恥ずかしい時期でもあります。

私が入寮したきっかけは、脱法ハーブ、最近のニュースで聞く危険ドラックにハマってしまったからです。最初に手を出したのは去年の１月、その頃から TV でハーブの特集が取り上げられドラックのことを知りました。普通の精神状態なら気にもしなかったと思いますが、当時職場で激しいパワハラを受けていて、持病の欝が酷くなり、ついストレスの解消にドラックを使用してしまったのです。ドラックが効いている間はパワハラだけでなく、世の中の嫌なことまで全て忘れられる、魔法の薬かと思いました。「薬」って漢字は草冠に楽しいって書くように、まさしく草を吸って楽しむ脱法ハーブの罠に完全に染まってしまったのです。そんな矢先、ある日ハーブを吸っていたら自暴自棄の日々に嫌気がさし、ドラックを大量に摂取し、自脱未遂を起こしてしまいました。でも死に切れず姉に助けを呼び、そこで初めて姉に、自分がドラックを使用していることを白状しました。姉もまさか自分の弟がドラックをしてるなんて、半ば呆れ気味でしたが、それでも私の為に、仕事を休んでまで病院に付き添ってくれたり、ダルクの施設を見つけてくれてくれたのです。なんとか私に立ち直ってほしいと願って手を尽くしてくれたのです。私は入寮を決意しました。

しかし、入寮したての頃は苦痛だけの毎日でした。入寮したのはいいものの、他の人と上手くコミュニケーションが取れなかったり、プログラムも上手にこなせないのです。理由は私には広汎性発達障害があって、某病院の精神科の心理テストでいくつか例を挙げると①聴覚が弱く耳から得た情報を上手く脳で処理できない②瞬発力が低い③言葉を思うように表現することが苦手、などの障害が私にはあるため、楽器のカホンではなかなかリズムを取れなかったり、スポーツでは球技が極端に下手だったり、ミーティングでも話しが詰まってぎこちなかったりの連続です。

障害は施設に繋がる以前からの問題で、幼少期のころからあり自分は最近まで広汎性発達障害とは気付かず、生きづらい毎日を理由もわからずただ過ごしていたのです。コミュニケーションを周りといつも上手く取れず、いつも孤立してしまうたび欝病の症状も悪くなる負のスパイラルの繰り返しでした。職場のパワハラ以外にもこの辛さから、解放されたいためにドラックを使い、一番してはいけない罪を私は犯してしまったのです。プログラムで辛いと感じても毎日頑張っていけるのは、姉への償いだからです。大切な仲間がいるからです。スタッフ側も色々、障害や病気のある私への対応方法を考えてくれたりしてくれるので、とてもスタッフには感謝しています。それに全部のプログラムが苦痛というわけではありません。雪国の那須ならではのプログラム「スノーボード」に、初参戦し、楽しいって思えることができました。限られた生活の中でも楽しいこともあるなって。

私は今年４０歳になります。アラフォー世代です。ある自分と同じ年の仲間がミーティングでこんなことを言ってました。「３０代は薬と刑務所の繰り返しだったから４０代は別の新しい生き方を得るためにダルクで頑張っている」と。自分はこの言葉にグッと胸に響ききました。自分も４０代は３０代までとは違う生き方をしてみたい！ただ自分にはいろんな障害や病気がいろいろあって、思うようにそう簡単にいかないことも分かってますが、施設生活で、一つでも多くの事を学び再び社会に出る前の練習だと思って日々のプログラムに励んでいます。

「素晴らしい日々を目指して」

サポート・ハニ

初めまして。依存症のハニです。栃木ダルクに入寮して 1 月 24 日で３ヶ月になります。恥ずかしながら入寮期間がクリーンタイムになります。薬物依存症だと診断されて約 4 年になります。

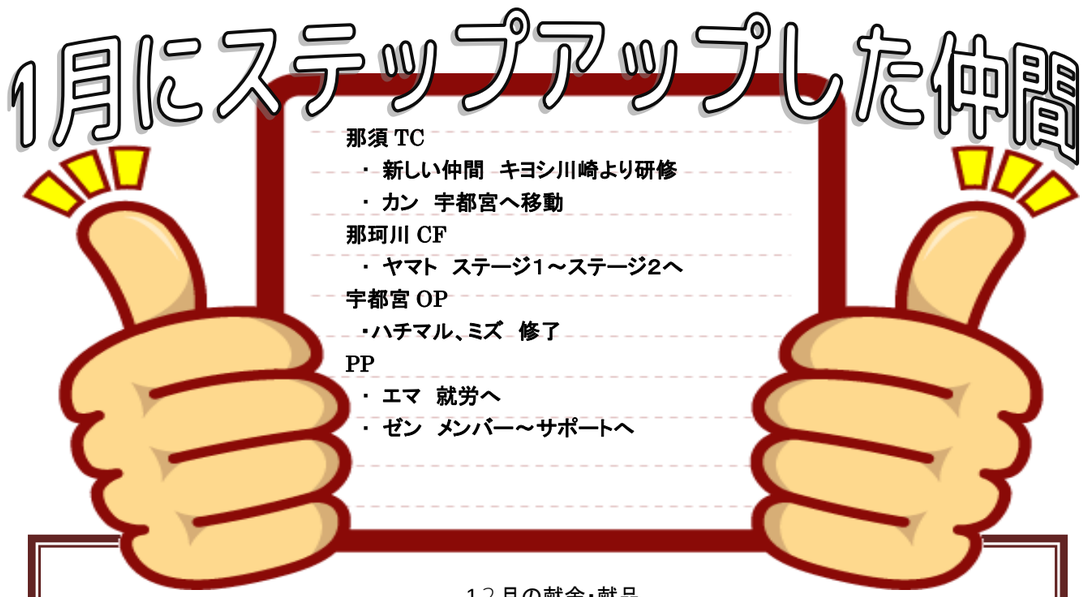
初めて薬物を使用したのは高校を卒業した頃の事です。友人が大麻を吸っていたのを見て一服させてもらったのが私の薬物人生の始まりです。その最初の一服の何とも言えない多幸感が忘れられず大麻にはまっていきました。その翌年には違う友人が覚せい剤を使用しているのを見て興味がわき、炙りで使ってみたところ大麻とは違う行動的で寝ずに平気で遊べるところが気に入って、今度は覚せい剤を吸う様になりました。

私は幼い頃からおとなしく皆には合わせるけれど、いつも孤独感に苛まれていました。それが薬物にはまっていった原因かもしれません。しかし 20 歳頃以降は人生が割と充実していて、デザインの専門学校に行ったりデザイン会社に就職したり、長年付き合っていた男性と 24 歳の時に結婚したりと順調な毎日を過ごしていました。4 人の子供にも恵まれ毎日忙しく、多分今現在よりも 100 倍くらい頑張って子育て家事を素面でこなしていました。が、夫の暴言に耐えきれず、やけくそを起こして結婚 10 年目で再びスリップしてしまいました。今思えば理由付けだと思うのですが、あの頃は誰もが敵に見えて自分１人で孤独だったのかと思い出します。

大麻を友達と月 1 回位、それくらいなら大丈夫と何の根拠もなく使用したりして、ありとあらゆる薬物を自分はちゃんと家事育児とパート掛け持ちで働いているんだからいいじゃないかと楽しんで使っていました。次第にやる回数も増え、月 1 回が週 1 回のペースになった頃、再び覚せい剤に手を出し注射器で打つ様になってからは毎日使用するようになっていきました。自分でもコントロールが出来ない状態になっていき、同時にお金に困って窃盗をしてはそれを売りさばくという手段でお金を作っていくまでになりました。止めたいのに止めれず、泣きながら万引きをしてはネットで商品を売り捌き、そのお金で覚せい剤を引くという地獄の生活となっていき、もう暗く長いトンネルを走っている様に落ちぶれていきました。そしてある時コンビニで万引きをして見つかり逃走したところ、店長に全治３か月の重傷を負わせ強盗致傷という重い罪状をもらってしまい、留置所生活を送り毎日不安な日々を送っていましたが、母が助けてくれて示談が成立し不起訴となりましたが、そのまま再び覚せい剤に手を染めて、元の生活へと逆戻りしました。結局どうしようもなくなり行きつけの精神病院に紹介してもらい国立精神神経医療研究センターの薬物依存症外来に繋がり薬物依存症と診断され、ホッとしたのを覚えています。しかし、まだ薬を止められず勇気を出して薬抜きの入院を決意致しました。それから立川マックに通所が決まり毎日通所と夜は NA とミーティングの毎日を過ごしていましたが、それでもスリップを繰り返しては通所、NA,KA,AA と１人で頑張って繋がり続けていましたが、２回目に万引きで捕まってしまいました。結婚生活も勿論そんなことで上手くいくはずもなく、結婚 20 年目にして離婚となりました。離婚して元旦那の暴言から解放されたものの自由になったとはめを外し過ぎて、クリーン 6 ヶ月もっていたのに、また危険ドラッグや覚せい剤に手を染めて周囲を巻き込んで迷惑をかけ、親さえも嘘に嘘を重ね、また孤独の道へと走っていき、生活費も使い込んでどうにもなくなり、やっとスタッフや主治医の提案を受け入れ東京を離れ栃木ダルクへの入寮を決意しました。

丸 4 年も施設や NA など繋がり続けて最大 6 ヶ月のクリーン生活でしたが、今現在規則正しい生活をし、不安や孤独、いつ捕まるか分からない、生きるか死ぬかの生活から抜け出し、娘と息子達との生活が出来る素晴らしい日々を目指し身を委ねています。

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号



１２月の献金･献品

（献金）カトリック古川教会様、個性保護女性連盟様、他匿名４名様

(献品) フードバング宇都宮様、他匿３名

とても助かっております。栃木ダルクー同感謝しています。

献品のお願い

- 修了者の為の原付バイクがあれば頂きたいです。中古、多少壊れていても結構です。
- 那珂川農作業で使用する軽トラのダンプタイプがあれば便利です。献品、もしくは安く譲って下されば助かります。
- 修了予定者が多数の為。家具、家電（TV、洗濯機、冷蔵庫、電子レンジ、ファンヒーター）等あればよろしくお願いします
- PP より　使用しなくたった自転車があればお願いします。

お礼

- 皆様にお願いしていた井戸献金の方が、この度大口献金があり集まりました。おかげで今年は水が枯渇する事がなく順調に水を使うことができております。これもひとえに皆様のお陰だと那須 TC 一同感謝しております。今後とも大切に使わせて頂きます。皆様のご協力有難う御座いました。
- 編集　秋葉

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

「新しい生き方」

依存症のヤマト

私は 18 歳の時、国立久里浜病院でアルコール依存症と診断されました。酒を飲み始めたのは中学一年生の時です。親に居酒屋へ連れて行かれる様になり、「お前も少し付き合え！」と言われ飲むようになったのがきっかけです。初めはフワフワとした酔心地を感じていただけでしたが、すぐに私はアルコールの虜になりました。学校では、先輩からも同学年の友達からも激しいイジメに遭っていたからです。私は何とかしなければならないと思いボクシングジムに通いました。苦しみを忘れる為に一人酒をするようになりました。酒臭い息を撒き散らして登校することもありました。私はボクシングで鍛えられた体で卒業までにイジメられていた連中に落とし前をつけ、暗い中学時代が終わることに喜びを感じ、明るい高校生活を期待していましたが、予期せぬ青春の厳しさに打ちのめさせられる事となったのです。それは辛い失恋でした。高校一年の時、入院した病院先の看護婦さんを好きになってしまったのです。私は喧嘩と酒に明け暮れた中学時代、両想いになった子、また、脈有りの子とも、ナメられてイジメられたくないという理由から敢えて女性と付き合いをしてこなかった為、異性に対して免疫が有りませんでした。それでも恋に恋するこの年頃、3 つ年上の綺麗なお姉さんと仲良くなり急激に胸を打たれてしまったのです。決死の覚悟で電話番号を調べ告白したのにも拘らず、撃沈されてしまったのです。この時の痛みはイジメられていた時よりも辛かった思い出です。海を見に行ったり、音楽を聴いたり、泣いて過ごしていました。そしてより一層、酷い飲み方をするようになりました。

このままではイケないと思い、中学時代から計画していた事を実行に移すことにしました。高校の文化祭のステージでギターとハーモニカを一人で持ち、歌う事でした。結果は大成功に終わり、一年生にも拘らず軽音楽部の部長に抜擢されたのです。

そうして何とか立ち直り、今度はミュージシャンになりたいという夢を描き音楽と酒の世界に、どっぷりと嵌っていきました。中学生の頃から作詞作曲していたのですが、デビューするなら売れる曲を書かなければならないと、苦悩し乱酒をしてしまったのです。21 歳の時 CD デビューし乱酒をすることはなくなりました。実際、CD は売れませんでしたが、デビュー出来た事で大きな満足を得ることが出来たのです。その後 10 年間位、事情により刑務所と精神病院とダルクを転々とする生活を送ってきましたので 10 年間程、酒を飲む機会が有りませんでした。しかし以前、入寮していたダルクで、よく聞かされていたのは、「飲まない」のと「飲めない」とでは大きな違いがあるという事です。別の施設にお世話になっていた時、飲酒欲求がどうしても止まらず月に一度位はスリップしていました。

長年の飲酒経験の蓄積で、心も体も酒を渇望する様に変わりました。それに短絡的な考え方のせいで、刑務所や病院に行っても構わないという思いでした。

今はもう一つの夢であった保育士になりたいという思いに向かって努力し、最長の 3 ヶ月半という断酒期間を達成しました。

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）
2015 年 2 月 8 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 8898 号

ここで数年、我慢し一人暮らしをしたら市役所の援助を受け保育士育成の学校に行こうと考えています。自然の中で体を動かし、作業する事がストレスの解消となっているようで、飲酒欲求は沸いてきません。日々、様々な事で先輩達に注意されたり、怒られたりしていますが、今の生活は自分なりに軌道に乗っていると思います。酒から離れることでポジティブな思考になってきたようにもなりました。またシラフでも生活を楽しめるのだ、という昔の記憶も思い出してきました。これから先も与えられた作業やプログラム、ＮＡなどを積極的にこなし、まずは半年そして更には念願の一年のクリーンタイムを迎えられるよう日々、邁進していきます。

平成２７年１月２６日　ハチマル、ミズ修了‼□　おめでとう！

施設報告

那須 TC（初期・断薬）18 名　宇都宮 OP（後期・社会復帰）8 名
那珂川 CF（中後期・農作業）17 名　ピースフルプレイス（女性）11 名
計 54 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。