

次月活動予定

11月

- 1日 どまんなかフェスタ佐野 2015
- 5日 榛名女子学園薬物依存離脱指導
- 6日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 7日 家族教室
- 8日 アディクションフォーラム 新潟家族会
- 12日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター 県北家族会
- 13日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 17日 再乱用防止教育事業県南
- 18日 東京保護観察所プログラム
- 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 JCCA 明徳会
- 21日 JCCA
- 22日 JCCA
- 24日 東京保護観察所プログラム
- 26日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター 榛名女子学園薬物依存離脱指導
- 27日 喜連川社会復帰促進センター
- 30日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導

12月

- 3日 榛名女子学園薬物依存離脱指導
- 4日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 岡本台病院ケア会議 明徳会
- 8日 栃木県アルコール関連問題研究会
- 10日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター 榛名女子学園薬物依存離脱指導
- 11日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 12日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 16日 宇都宮保護観察所プログラム 岡本台病院連絡会
- 17日 再乱用防止教育事業県庁
- 18日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 20日 第15回チャリティーコンサート 社会を明るくする運動 家族会
- 21日 東京保護観察所
- 22日 引受人講習会
- 23日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 25日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導

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



特定非営利活動法人 栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

自立準備ホームと薬物依存回復訓練委託

栃木ダルクでは「刑の一部執行猶予制度」が施行される前の先行事業として全施設を保護観察所の薬物依存回復訓練委託による自立準備ホーム（国の委託を受けて収容保護し、社会生活に適応させるための生活指導等を行う施設）の登録を平成23年にした。同年6月からその制度で受け入れを開始、平成26年の3月までに46名（男性40女性6、覚せい剤44アルコール2）、常時平均6名（最高11最低2）が利用している。

自立準備ホームとしての入寮までの流れとしては、本人が刑務所に収監されると、本人と引受についての生活環境調整が保護観察所を通じ書面でダルクに届き、その内容（成育歴・犯罪歴・精神疾患の有無・処方内容等）を確認し、可否の判断をする。可の場合、本人にダルク利用についての誓約書（満期後のプログラム継続・利用中のルール遵守等）に記名してもらう。在監中は刑務所内のプログラムを受講し、仮釈放と同時に薬物依存回復訓練委託を受けダルクに入寮、刑期満了時に再度プログラム継続の意思確認をし、自立準備ホームの期限（現制度では出所後6ヶ月）満了と同時に生活保護に移行し、プログラム継続となる。

これまでに栃木ダルクでは40数名を薬物依存回復訓練委託で受け入れてきている。現行の制度では仮釈放期間が過ぎれば本人の身柄は自由になる。仮釈放期間と委託期限（6ヶ月）はほぼ一致せず、大方の場合仮釈放は3ヶ月程度なので、依存症であるという認識すらできていない状態で仮釈放期間満了となる。その時点での回復プログラム継続の意思は低く、途中放棄するケースは約半数である。

「刑の一部執行猶予制度」施行後には、保護観察付き執行猶予期間中は委託が可能になるため、より長い期間の拘束力で施設にいることが可能になるため、それが回復の動機につながることを期待したい。

編集 特定非営利活動法人栃木DARC
〒320-0014
栃木県宇都宮市大曾 2-2-14 形松ビル 3F
TEL 028-650-5582 FAX 650-5597

URL <http://www.t-darc.com> Eメール: nesm@t-darc.com

刑務所でのプログラム

アウトリーチ部 栃原晋太郎

例年より早く秋の気配を感じる今日この頃、みなさまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。今回はアウトリーチ部の活動の中でも中心的な物となっている刑務所での受刑者向けプログラムについて、その歴史や意義をまとめてみようと思います。

栃木ダルクが黒羽刑務所で受刑者に向けたプログラムに参加させていただくようになってからの活動が11年になりました。当時は振り返ってみると、公的な機関が栃木ダルクと協働しようという話を初めて持ちかけてくれたのが黒羽刑務所なのかもしれません。それをきっかけにして、黒羽刑務所で活動をしているならば間違いないという雰囲気と多くの関係機関との接点が生まれたのは以前にもお伝えした通りです。

ダルク職員が薬物乱用経験者ですと言いつつながらプログラムに関わるようになるより前、全国の刑務所で行われてきたプログラムについて刑務官の方々から話を聞き資料を読み返してみると、刑務作業中に一般啓蒙教育的な物をひっそりと提供することに留まっていたようで、効果測定の有無も含めて、刑務所内での教育という物への信頼や必要感もやはり低かったと言わざるを得ないようです。現在では毎週のように喜連川社会復帰促進センターで、年間25回は黒羽刑務所でプログラムを行わせていただいていますし、保護観察所や地域でのプログラムも増加の一途をたどっていることから想像しにくいですが、つい7～8年前までは多くのプログラムでスマーブのような認知行動療法は扱われていなかったように思います。

また受刑者の間では今でも多くの者が口にする「先生、覚醒剤使用とか所持してことで刑務所に入れられてるけどさ、被害者がいる訳でもないのに何で何年もこんなところに入れられなきゃいけないの?」という疑問に、ある意味答えをもっていなかったのが、「家族や身内に大きな迷惑や心配をかけている事に気付きましょう」という返答を繰り返しながら、しかし構造上の問題からも家族支援を行えないという不全感を抱えていたと話してくれる方もいました。

それと刑務所で行うプログラムに効果があるのか?という事については実はダルクスタッフの中でも意見が分かれていました。栃木ダルク職員も半数以上は受刑経験がありますし、累犯となった者もいます。刑務所という独特の環境で正直に発言も出来ない中で回復ってありえるの?短時間しか関われないのに大きな変化を求められて、その結果で僕らのやっていることを判断されるなら本当にやるべきなのか?ただ僕らは薬物問題で苦しんでいる人の回復支援をするために活動をしている訳ですし、プログラムとはそれ自体の効果を指す部分と、繋がり続ける事を指す部分があってまず始めることに意味があるんだという整理も経験の中で共有出来ました。現在目指しているのは、グループワークを体験してもらうことで「学ぶ」ということへのアレルギーを少なくすること、出所後の自分のイメージを膨らますこと、そして何より止めている人が全国には沢山いること「止めるのも、ありっちゃあ、ありよ」というメッセージを送り続けることです。

何年も刑務所に通わせていただく中で、僕の中にあった刑務所や刑務所内でのプログラム、もっと言えば刑務所で働く方々への思い込みや先入観がとれていきました。お互いに職責がある中でも妥協点が見いだせるという経験も重ねてきました。今では自分が取り組んできたプログラムの効果を実感出来る一番の場所になっています。いつしかプログラムの中で受刑者は怒られる事がなくなりました。出所日に「今日出所したよ」「NA行きたいんだけど最初の勇気がないから一緒に行って欲しいんだけど」という電話がなるようになってきました。

「使ったっていいんだよ」と刑務所プログラムの中で伝えられるようになるとは思いますが、楽しい時間を、人と人との付き合いを大切にすることが僕らの役割だと思っています。

リカバリーメッセージにて



依存症とともに

依存症のヤマちゃん

施設生活も長くなり、ぼちぼち総括する時期も近づいているので、わかったこと、わからなかったこと、今後に生かせること、生かせないことなどを、だらだらと書きとめて置くことも、むだなことではないと思うので、この機会を利用してまとめてみようと思う。

今から9年前、東京のアルコール病棟から、無理矢理ケースワーカーに手を引かれて、杖をつきながら栃木ダルクの初期施設に連行された。その理由は、酒が止まらなくなったからである。ケガをして入院すれば、酒を飲んで強制退院。保護されて入寮すれば、酒を飲んで強制退寮。これを何度も繰り返すうちに、最悪の結果となってしまった。しかし、置かれている立場としては、住所不定無職のホームレスなので、まだ受け皿があるのかと安心したのと、なにをやるのかわからないので不安があったが、ホームレスよりはましだろうと思っていた。内容としては、アルコールリハビリテーションプログラムを土台とするその発展変化形、病院内での自治会プログラムを強化した役割演習、集団生活に基づく社会性獲得など、要するに、アルコール病棟でやっていたことの延長線上にあると感じたのでそれほどビックリすることはなかったが、生活費を毎日並んで渡される時には、保護費の支給日に、役所の福祉課にできる行列の中にいるのではないかと思いつくことぐらいいだった。さらに、結核の隔離病棟にも長いこといたことがあるので、朝起きてから何かすることがあることには助かったような気がした。ヒマになると、ロクなことをしなかつたからだ。つまり、「ひとりでヒマをつぶせる能力と技術」が自分にはないことがわかった。

無趣味なのはたしかだが、酒を飲む以外のヒマつぶしを考えつかなかったことも事実として認めるしかなかった。プログラム中は平気だが、あき時間はたいくつに感じていた。この頃、働く気もないのにやたら働きたくなつたし、勉強する気もないのに学習意欲がわいてきた。そんなに働きたければ、施設に来る前に働けばいいのだが、そんなことはしなかつたし、そんなに勉強したければ、施設に来る前に勉強すればいいのだが、そんなことはしなかつた。要するに、ヒマな時に何をすればいいのかわからない上に、ヒマな時は長年酒を飲んでいただけだったことがわかった。

ところで、自分の長い施設生活をふり返ってみると、たびかさなるスリップとそれに伴う施設移動を何度もくりかえしたが、それはそれなりに意味のあることだと思った。いまだに、しぶとく生き残っている身としては、もしかしたら、アルコール依存症というよりもアルコール使用障害という方が、正確なのかもしれない。そもそも、障害とは当事者の内側にあるのではなく、他者、社会、対象との関係性にあると思っているので、排除することには意味はない。障害者と言えども、孤独な群衆のなかの一人なので、変わり者が生きることゆゑ許されていいと思っている。

さらに、プログラムについても、スポーツであれ、農作業であれ、ミーティングであれ、そのほか何であれ、その違いについて、どうしたこうしたという感じはなかつた。ひとつには、ヒマつぶし。もうひとつには、不安を課題に変えることぐらいいしなかつた。ひとりの不安、はじめての不安、アキアキした不安、バカバカしい不安をどう課題に変えていくか。自分の場合、「待つ不安、待たされる不安、待てない不安を、どう課題に変えていくか。また変えていけるのか」この感覚は、以外と今後に生かせることだと思っている。ほんとうは、スリップも待てればいいのだが、これは来年まで待つ課題とする。

最後に、いろいろあったが、だからどうしたとは言えない。何か得たものがあったかなかつたか。自分でもよくわからない。それでも、生き残っていることは確かなようだ。

やっぱり、よかった。

部屋と酒と私

ナカ

はじめましてアルコール依存症のナカです。私が施設に繋がったのは去年の暮れでした。早いものでもうすぐ1年が経とうとしています。最初は何がなんだか分からぬまま施設につれてこられるような形でしたのでとても苦しかったです。私は病んでいました。

当時の私は幻聴に悩まされていて振り回されていました。なぜそのような状態になったのかはわかりません。飲んでいない時に聞いた話では飲むのをやめると聞こえてくるみたいで、真偽の程はわかりませんが…。今になって分かることはそれだけ酒を飲んでいてということ。毎日のように聞こえてくる幻聴に頭がおかしくなるのではないかと不安な日々を過ごしていました。通院をし、薬を処方してもらい飲んでいました。3、4ヶ月経過した頃ようやく薬の効果を実感できてきました。

現在の話をすれば幻聴は治まっていて今のところ安心をしています。また酒を飲み始めたらずまらなくなるのではないかと、そして酒をやめると幻聴が聞こえてくるのではないかと、やはり不安はつきまっています。しかし現在は飲んでいなくても聞こえていないのでこのまま飲まない選択の努力をしていこうと自分に言い聞かせている毎日です。しかし本音をいえば、一番不安なのは安心をしたときにまた飲んでしまうのではないかと自分自身への不安です。飲まない選択を続けていくために今は「今日一日」の選択を続けています。今日は大丈夫だったという日を積み重ねていくことが将来の「今日一日」の選択につながっていけば嬉しいです。しかし実践していくことはとても苦しく、このまま飲まないでやっていけるのかなと、やはり不安がつきものです。

そんな優柔不断な私が酒を飲み始めたのは中学生の時でした。受験勉強中でした。その時のことはあまり覚えていませんが親にばれないようにコーラで焼酎を割って飲んでいました。あまり記憶がないのは遊びながら飲んでいたのでと思います。飲む量は、最初はそれ程多くはありませんでした。その時はおもしろおかしく遊びの延長で飲んでいました。本格的に飲み始めたのは17歳の時でアパート暮らしをしていたときでした。その時には働いていました。毎日缶ビールを約10は飲んでいました。それから運動会社に入社していたのですが同僚がみんな若くて酒を飲んでいました。その時には私はまだ運転手ではなかつたのですが周りが飲んでいることはそんなに気になりませんでした。それから2年ほど経ち自分でも運転手をするようになりました。朝が毎日早く、次の日のことを考えて深酒はしないようにしていました。しかし段々仕事に慣れてくると酒の量も増えて、コントロールが上手に出来なくなってきました。次の日の仕事に支障をきたすことも増えてきました。仕事を続けていくうちに給料も上がっていき、それに伴って酒の量も増えていきました。最初の頃は大丈夫だと思っていたのですが、気付いたときには酒にお金を使い、趣味の車にお金を使い、どんどんドツボにはまってきました。今となってはもっとほかの事にお金を使っていればよかったと思っています。不況の影響もあり、給料が減り今まで出来ていたことが出来なくなっていました。今はそのことをとても後悔しています。ですから今は施設で出来るだけ頑張ってみようと思っています。先のことはわかりませんが、このまま流れに身を任せていけば、いい結果が出ると今は思っています。

以上が私の「部屋と酒と私」の話です。ぐちゃぐちゃな文章で何を言いたいのかわかりませんね。自分でもわかりません(笑)。



今の私

マユミ

2回目のニュースレターを書かせてもらうことになりました。依存症のまゆみです。

施設に来て1年が経ちました。私はずっと、1年で帰ると言っていました。施設に行くことが決まった時、回りの人たちは1年くらいと言ったからです。この1年色々なことがありました。帰りたくて、淋しくて泣くこといっぱいありました。私は施設を2回出ました。1回目は突発的に帰りたくて、家族に会いたくなって勝手に施設を飛び出して東京に行き、家族がいる場所まで行ったけど会うことは出来ずに、ばあばの家で一晩泊まって朝駅まで送ってもらったが、帰りたくなくて全然電車に乗ることが出来ませんでした。施設に戻って来てから気持ちが変わって少し前向きになって生活を続けていたけど、何ヶ月も経ち、また、前と同じ気持ちになりながら生活をしていました。いつも帰ることしか頭になかったし、仲間と話しをしていても「帰りたい」としか言っていなかったです。生活全部がイヤで、朝起きることもイヤだ、ご飯を食べることもイヤだ、掃除もイヤだ、プログラムもやりたくない。本当に全部がやりたくなかった。

2回目出ることになったのは施設長に言われて、やる気がないならここに居ても意味がない。変わる気がないなら、ここに居てもしょうがない。どうするの?と言われて、私はやる気もなかったから施設を出ました。家族に会うことも、また出来ませんでした。電話で話しをして沢山泣きました。話すことは、施設の生活がイヤだとか愚痴ばかりでした。それでも家族は話しを聞いてくれて、よく頑張ってるって言ってくれました。みんな、お前が帰ってくるのを待ってるんだから、頑張れと言われてました。私は「もう、帰って来てもいい」そんな言葉を待っていたのに、全然違う言葉が返ってきて「なんでだよ」とイライラしました。なんで私だけ、こんな辛い思いをしなきゃいけないんだ・・・施設に戻るしかなくて、施設長に泣きながら電話をしました。最終の電車で帰りました。3日振りの施設。朝起きて、仲間はいつも通り「おはよう」「おかえり」と言ってくれました。すごく嬉しく思いました。それから私は毎日、前向きに生活を始めました。

コンベンションに行くことも出来て、福岡すごく楽しくて美味しい物も食べたし、買い物や映画も観に行っても良かったです。でも、施設に帰って来たらやっぱり現実に戻り、やだなあ・・・という気持ちが出ました。それでも前よりは施設の生活もそんなに悪くはないかなと思うようになりました。プログラムで川に行ったり海に行ったり。海はサメが出たから1回しか行けなかったんだけど凄く面白くて、みんなで波に流されて戻れなくなってライフセーバーの人に助けってもらったりして、帰りにはラーメン屋に行ってラーメン食べておいしかった。日焼けも出来て、みんなは嫌がっていたけど私は嬉しかった。あとお祭りも行ったり花火大会も行っても楽しかったけど、やっぱりそういう場所に行くと帰りたくなりました。花火大会は施設のベランダから見えることもあって仲間みんなで見ました。そして9月1日にクリーン1年を迎え、過ぎてしまえばあつという間だったけど長かったなあと思いました。この前もギャザリングがあって私は2回目でした。夜レイブがあって、私はサイケが好きで色んなイベントに行っていたので、昔のことを色々思い出しました。これからはもう薬使えないんだな・・・とか。でも今の生活もそう悪くはないかなと思うこともあって、イヤなことでも沢山あるけど仲間がいるから続けることも出来ていて、キライなことでも頑張ってやるようにしているし。でも苦手なのはご飯を完食出来ないとかキライな物が食べられなかったりとか、朝すごく不機嫌だから食当の時とか仲間に「おはよう」って言われてもなかなか「おはよう」って言葉が出てこないです。1つ1つ直していけたらいいなと思いいれからも頑張りたいです。



9月にステップアップした仲間

那須 TC
 ・オギ、タカ サポートへ
 ・新しい仲間 ユキ、ガマ
 那珂川 CF
 ・トモ、チビクロ サポートへ
 宇都宮 OP
 ・該当者なし
 PP
 ・該当者なし

9月の献金・献品

(献金) 匿名 4名様

(献品) 星一明様、大場尚様、松原祥子様、他匿名者1名様

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。
- ・ 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、掃除機、ファンヒーター)等あればよろしく願います
- ・ 那珂川 CF より農機具、タオル、スポーツ飲料の粉があれば宜しくお願いします。
- ・ 中古パソコンがあればよろしく願います。
- ・ 中古の乗らなくなった自転車等あれば宜しくお願いします。
- ・ トレーニング器具(ダンベル、バーベル等)、その他の器具、あればよろしく願います。

お知らせと一言

- ・ 多忙の中、リカバリーメッセージにお越しいただきありがとうございました。良いメッセージをもらいました。

編集 秋葉

アル中と殺人未遂を経て

依存症のチュウ吉

初めまして那珂川のチュウ吉です。施設に来て2ヶ月程度ですが宜しくお願い致します。

私の父親は毎日お酒を飲んで母親に暴力を振るっていました。私は父親の姿を見て、お酒は絶対に飲まないと心に決めていました。そのつもりでいたのですが、父親に似たのか、高校3年の終わり頃から友達とお酒を飲むようになりました。最初はあまり美味しいとは思わなかったのですが時が流れるにつれ、お酒が美味しく感じるようになりました。仕事が終わるとまずはお酒を仕事のように飲んでいました。休みの日はスナックや寿司屋に行きお酒を飲んでいました。アルコール依存症と知ったのは新潟の県立小出病院の医師に診断され、自分は初めてアル中なのだと自覚しました。最初はお酒を少し減らして止めようと思いましたが無理でした。そんな時、急に母親が他界し気持ちが悲しくなってしまう、大量のお酒を飲むようになりました。身体全体に黄疸ができ、県立岡本台病院に行き日光の病院を紹介してもらい入院治療を受けるようになりました。その時、腹水が溜まり肝硬変になっている事が分かりました。その時から食事も取れず体重も激減して生死を彷徨った事があります。その後は家で休養して暇を持て余していました。結局、再びお酒を飲む様になり、親族に多大な迷惑を掛けてしまいました。私は当時、結婚をしていたのですが、妻の目を盗んでコンビニで万引をしてお酒を飲んでいました。ある日、警察に捕まり妻に引き取られました。そして数日後に妻から離婚届けを出され、嫌々判を押しました。本当は私が悪いのに妻を恨み、灯油をかけて殺そうとしました。その時の私は何事も見境がなくなっていました。警察に捕まっても良いとまで思っていました。妻への行為は未遂に終わり、20日間、勾留されアルコールは二度と飲まないと心に強く誓いました。しかし意志が弱いのか、病気が悪いのか、断酒は長くは続きませんでした。朝酒、昼酒、夜酒、とにかく一日中アルコールを切らさない身体になっていきました。深夜はコンビニで酒を買えなくなると直ぐに戻って買う事の繰り返しでした。そんな生活が暫く続き、ある日、お酒を断りたい一心で岡本台病院へ入院治療をすることになりました。断酒会があると聞いて毎週1回のミーティングに出て色々な話を聞きました。1年間お酒は止まったのですが、酒なし忘年会で賞状を貰い、嬉しくなって気が緩み、間もなく再飲酒してしまいました。元の状態に戻るのには殆んど時間がかからず、老人ホームを含む様々な施設を転々とするようになりました。最終的に栃木ダルク那珂川コミュニティーファームにつながりました。最初はとてもこの施設でやっていくことは出来ないと思っていました。しかし時が経つにつれ、施設に慣れ、仲間の話を聞いている内に仲間も苦しんでいる事が分かってきました。私だけではない事が分かりました。出来るだけNAに足を運び、クリーンな生活を送っている内に体重も9キロ増えました。那珂川ではプログラムとして農作業を行っており、主に茄子の収穫やビニールハウスの組立をしています。そんな感じで身体は鍛えられていきます。まだまだお酒の欲求はありますが、私の体験等を聞いて頂き、仲間と楽しく生活を送れるようになって来ました。仲間の話を聞いている内にアルコールや薬物の怖さを染み染みと知らされました。これほどアルコールに苦しんでいる仲間が居るとは思いませんでした。大変、私には勉強になりました。これから第二の人生を送るのには、お茶飲み友達が出来る女性を見つけて楽しい人

生を送りたいと思います。仲間の皆様も一日を大切にしていつまでもクリーンで居られる事を願って最後の言葉にしたいと思います。有難う御座いました。

栃木県更生保護女性連盟県北ブロック研修会にて



施設報告

那須 TC（初期・断薬）13名 宇都宮 OP（後期・社会復帰）14名
那珂川 CF（中後期・農作業）17名 ピースフルプレイス（女性）12名
計 56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。