

次月活動予定

3月

- 2日 再乱用防止教育事業県北 福島大学見学
- 3日 岡本台病院院内プログラム 宇都宮保護観察所地域連携会議
- 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
- 7日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 8日 榛名女子学園プログラム
- 10日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 11日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 宇都宮保護観察所プログラム 明德会
- 12日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 14日 ガイドポスト
- 15日 再乱用防止教育事業県南 榛名女子学園プログラム
- 16日 岡本台病院院内プログラム
- 17日 県北家族教室 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
- 22日 榛名女子学園プログラム
- 24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 宇都宮保護観察所プログラム
- 28日 東京保護観察所プログラム

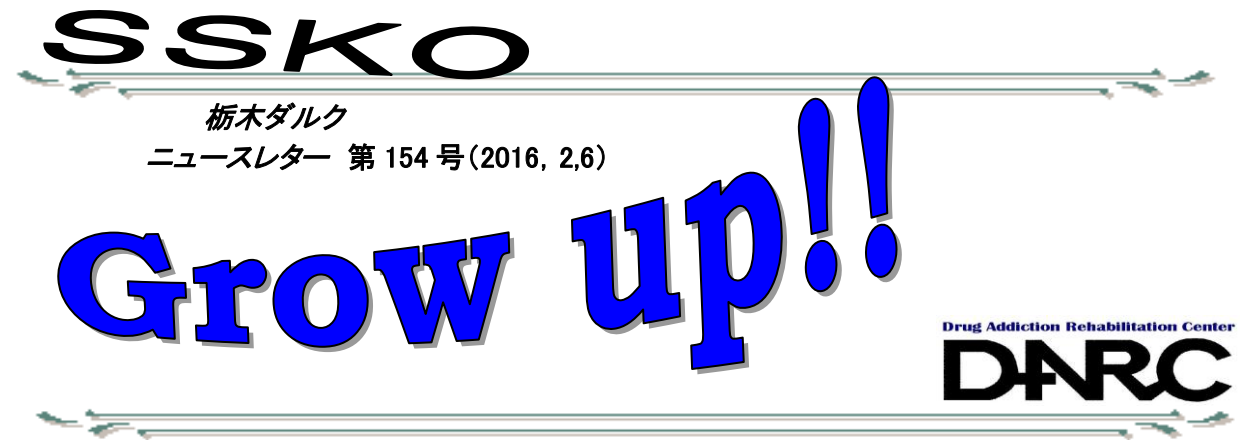
4月

- 1日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 4日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 5日 榛名女子学園プログラム
- 8日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 9日 家族教室 再乱用防止教室事業県央
- 11日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 15日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 18日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 20日 岡本台病院連絡会
- 22日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 24日 盲導犬ふれあいデイ 宇都宮家族会
- 25日 東京保護観察所プログラム

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



IV・自立準備ホームと薬物依存回復訓練委託

特定非営利活動法人栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

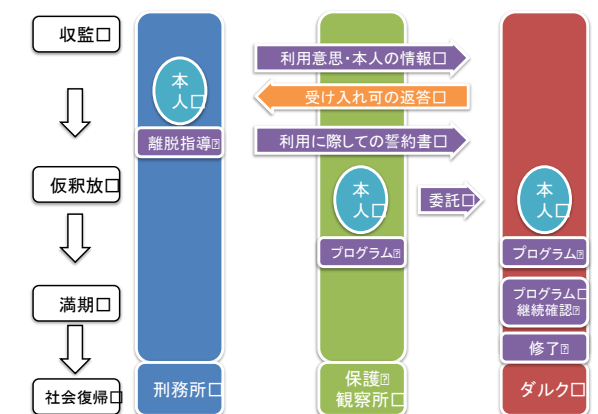
栃木ダルクでは「刑の一部執行猶予制度」が施行される前の先行事業として全施設を保護観察所の薬物依存回復訓練委託による自立準備ホーム（国の委託を受けて收容保護し、社会生活に適応させるための生活指導等を行う施設）の登録を23年にした。同年6月からその制度で受け入れを開始、26年の3月までに46名（男性40女性6、覚せい剤44アルコール2）、常時平均6名（最高11最低2）が利用している。

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く、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、本人にはダルク利用についての誓約書（満期後のプログラム継続・利用中のルールへの遵守等）に記名してもらい、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。（図3）

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。現行の制度だと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在ることが可能になるため、それが回復動機につながることを期待したい。

図3 入寮までの流れ



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

新しい年

那珂川 CF 担当高田秀夫

本格的な寒波が到来し、寒さもまた一段と厳しくなりましたが、皆様に於かれましてはいかがお過ごしでしょうか。

お陰様で那珂川 CF では、変わらず皆元気で暮らしております。

私事ですが昨年4月に異動があり、那珂川を担当して10ヶ月が経過します。11月に正式に職員となり納税の義務も果たせるようになりました。早いもので那珂川の施設が誕生してもうすぐ6年が経とうとしております。

先人の積み重ねが今に至っているのだとつくづく感謝しているところです。

現在は冬季ということで農作業の方もそれほど忙しいとは言えませんが何かと行う作業があり毎日汗をかきながら体を動かしています。

星農園さんのご指導のもと農作業の経験により、物を育てるといふ喜びや、収穫による達成感が得られると言うのはとても魅力ある施設だと思っています。

昨年から茄子のハウス栽培が始まり、3月の始めに定植が行われ12月まで収穫といった非常に長い期間の農作業を行ってきました。7月、8月は暑さの為、サマータイム制の導入、4つの班に分かれて休みを多く取るなどの工夫をして私達なりに、農繁期を乗り越えて来ました。昨年の経験を生かして今年も無理のないように行っていければと思っています。

那珂川では回復初期や社会復帰間近の利用者がいます。社会復帰間近の利用者に対しては今後の自立の形及びその後の仲間（施設）との関わりを大切に
してもらう事に重点を置いて相談、個別の進路面接を行っています。

最近では終了生をモデルに那珂川で自立したいという利用者も増えてきました。

毎日のように原付バイクで施設に通い、利用者と共に作業を行っている修了生が現在4名程います。昼食はみんなと一緒に食べる午後作業があるときは参加してくれています。

そんな修了生の姿を見ている利用者が自分もそんな風になりたいと思いを寄せているようです。

今後の那珂川は多様性、可能性共に未知数ではありますが、利用者や支えてくださる関係者の方々と一丸となってより良い那珂川コミュニティーファームにして行けるよう尽力していきたいと思っています。

最後になりますが合併症（重複障害）を持った利用者や回復初期で心身共に弱り切っている利用者が農作業、集団生活を行うということはとても大変なことだと思います。今後もスタッフや医療機関との連携でその対応、方法を少しずつ考え共有することにより、皆が少しでも良い回復生活を送れば良いと思っています。

まだまだ経験も浅い未熟者ですが、お力添えのほど宜しくお願い致します。



ナカ1年の Birthday



アルコール問題研究会の様子



施設に通じて

依存症アツ

皆さん寒くなって来ましたが如何お過ごしですか、依存症のアツです。栃木ダルク那珂川コミュニティファームに繋がって1年4ヶ月が過ぎました。勿論クリーンも続いていますよ、正直、1年4ヶ月の間に何回欲求が入ったか分かりませんし、施設を飛び出そうと何回思ったか分かりません。その度に家族の事を思い出したり、手助けをしてくれる仲間の事を考えたり、スポンサーのアドバイスを貰ったり、愚痴を聞いて貰ったりして何とか留まっています。勿論、NAに出席して自分の話を降ろしたり仲間の話を聞いたりして自分成りに納得させています。それでも、どうしても我慢が出来ない時があります。その時の原因は多分ストレスが溜まった時だと思えます。今までの人生に自分はストレスを感じた事も溜まっているのかも分かりませんでした。しかし、ある時、目の前に霞みが掛かり頭の中がボワッとした時がありました。多分、その時がストレス一杯だった様な気がします。その事を仲間に話しをした処、ストレスが溜まっているのではと言われ始めて知ったのです。これでは自分が潰れてしまうと思って、ストレスが溜まった時は何かにすり替える事に寄って考え方も変わる様な気がして、自分成りに考え、起こした事がDVDを観ることです。いい年を取って笑われるかも知れませんが、一番のお気に入りには冬のソナタです。恋愛物が好きなのですよ、しかも、6回も繰り返し観たのですからね。「ハハハ」他にもあります。那珂川でのプログラムは農作業が全般で特に茄子作りが主流です。入所した当時は茄子作りの途中から始めたので、どの様な手順から茄子が出来るのか分らなかったし、何をしても良いのかも分らないしお手あげでした。正直、世間知らずと言うか、東京もんですからね。それと、当時、自分の考えていたのは1年たったら退寮しようと思っていたし、先行く仲間の真似をしてその日が終わればOKだと思っていたのですが、茄子の成長の姿、自分たちが作った茄子が、どんな方方が食をしているのかと考えている内に少しずつ興味が湧いてきました。それからは自分の高いプライドを少しずつ捨てて、先行く仲間に頭を下げて分からない事を正直に話し実行に移したのです。人間って不思議なもので面白く成って来ると、もっともっと知りたく成って、奥深く追求したく成って来るのですね。自分だけかも知れませんがね。これも依存症なのですかね・・・それが、自分に取ってのストレス解消の一つなのです。お陰様で今では農作業のプログラムを人並に覚え、生意気な事を言う訳では無いのですが、後から来た仲間に分け合う事が出来ている様な気がします。話が変わりますが、次は、この先の自分の事を触れたいと思います。作年中、代表と施設長、家族と交えて1回目の再構築をやらせて頂きました。初めての再構築だったので緊張はするし、代表と口を利くのも初めてで、普通の緊張感とは別ものでしたね。近く感じたことがなかった様な気がします。「ハハハ」しかし、家族（子供二人）と話していると社会とのギャップがしみじみと感じた事がありました。それは施設では平気で使っている欲求という「言葉」社会の人達からしたら大変な意味で、自分としては軽い気持ちで子供達に言ったのですが。まだ、欲求が入ってしまうので、もう少し施設に御世話になるよって言ったのです。「欲求」という二文字の言葉に対して、子供達は良く理解して貰えず、「親父」何を言っているのか分かっているのかって激怒されたのです。社会とのギャップに痛感しましたね。もう自分は社会に適していないかとも思いましたね。取り敢えず「今日一日」を保ち、無理せず、焦らずゆっくりと人生を見つめ、先ゆく仲間、後から来た仲間と分かち合いクリーンを伸ばしたいと思っています。そして、次回の再構築に掛けて自分成りに青写真を立てて家族と話し合えれば良いかと思っています。それでは、私を支えてくれている大勢の仲間感謝しつつ、私も依存症という病気に向き合って完治は無理なので回復を目指してクリーンを伸ばしたいと思っています。まだまだ、寒い日が続きますが仲間の皆様、お身体を大事にしてクリーンを伸ばして下さい。

“強く”より“賢く”！

アディクトのアッキー

はじめまして、アディクトのアッキーです。

今回、入寮したきっかけは、以前から受診している地元の精神科医の勧めでH27年11月2日より宇都宮OPに自ら入寮しました。

私が覚醒剤を使い始めたきっかけは、中学校と高校で仲良かった同級生にたまたまコンビニで再会したところから始まります。

22～23歳の頃、わたしは高校生の頃から付き合っていた結婚まで考えていた彼女と、彼女の浮気で別れる事になり、落ち込みと寂しさと空虚感の中、若さと勢いで生きていたと思います。そんなある日、深夜のコンビニでたまたま“ヤンマガ”を立ち読みしていたとき、後ろから「オウ！」と聞き覚えのある声…顔を見てビックリしたのと懐かしさに嬉しくなったのを今でもよく覚えています。そして何の疑いもなく同級生と意気投合、頻繁に夜遊びをするようになって行きました。その同級生と頻繁に遊ぶようになってから1ヶ月位が経った頃、同級生の口から“エス”って知っている？」と聞かれ、当然私は薬物と無縁の生活を送っていたので、「知らない。」と言うと、「楽しいし、気分が良くなる。分けてあげるから使ってみなよ。」と言われて、若干の不信感を抱きつつ興味の方が勝ってしまい注射器で同級生に打ってもらったのがアディクト人生の始まりです。

最初は友達に打ってもらっていましたがどんどん“ハマって”いき、やがて自分で自分の腕に注射するようになっていきました。

その後、前後の見境なくほぼ毎日使用するようになり、仕事も休みがちになって、初めて入った会社は五年足らずで自主退職してしまいました。

会社を辞めた私は、薬物の資金を“サラ金”から借りるようになり、当時、数社から200～300万円の借金をしていたと思います。その後、仕事を転々として、いい加減に薬物乱用は止めようと思うものの、なかなか止める事が出来ずにいました。

25歳の時、なんだかんだとやっていくうちに、親戚の叔父が仕事を世話してくれて、仕事に就く事が出来ました。それからは、しばらくの間、覚醒剤が止まっていたのですが、ここにきて家族の中で一番好きだった父親が胃癌で倒れました。

後から考えてみると、「私が親不孝ばかりしたために負担を掛けすぎてしまい、結果的に胃癌という病気にさせてしまったのか・・・」と悔やんでも悔やみきれない想いで今でも考えてしまいます。その後、抗がん剤治療と手術の甲斐なく父親は一年足らずで亡くなってしまいました。父親の死後、「ちゃんとしなければ。」との思いから少しの間、覚醒剤は止まっていたのですが、寂しさと後悔の思いに負けてしまい、また使い始めてしまいました。

その後、27歳のときに付き合っていた彼女と結婚をし、アパートまで借りて明るい結婚生活をスタートして、薬物使用の頻度は減りましたが、月1～2回ペースで使う“たまボン”状態で使用していました。三人の子供にも恵まれ、本来であれば大変ながらも楽しい家庭生活を送っていけるはずだったのですが、“たまボン”をしてしまう私がいきました。

今までの間、NAと精神病院のプログラムだけで回復してみようと試みましたが、「アディクションに対して無力であり、生きていく事がどうにもならなくなった」事を認めざるを得ませんでした。最終的に精神科医の勧めで“栃木DARC”に「4ヶ月間行ってきなさい」と言われ繋がりがプログラムを受けています。栃木DARCに繋がって、私は“ADHD”だということも分かり社会に出てからの生きづらさ等の対策を考えるきっかけにもなりました。今後は、4ヶ月間という短い間ですが、一つひとつのプログラムをしっかりと受けていき社会復帰に向けて「“強く”なるより“賢く”なれるように残りのDARC生活を送っていきたいと思います。ありがとうございました。

今のわたし

依存症のユミ

こんにちは。初めてニューズレターを書かせて頂きます、薬物依存症のユミです。私がダルクに来てもうすぐ4ヶ月になります。ダルクへ来る以前は、別の施設で3年程生活していました。その施設からダルクへ移動してきた理由ですが、3年も施設で生活してきたのに、全く自分自身の問題と向き合っていないと気付いたからです。私は、ハイヤーパワーと仲間のおかげで薬が止まったけれど、きっと今のままでは薬を「やめ続ける」事は難しいと思ったからです。前の施設では、長く生活をしていたので役割もたくさんさせて頂いてました。その中でいつかスタッフになりたいと思うようになりましたが、私は薬使っていた時となにも変わってなくて、仲間の中で共依存を繰り返していたし、苦手な仲間に対して傲慢な態度を取って仲間達にはとても嫌な思いをさせてしまったと思います。そんな自分に気付いていましたが、毎日しなきゃいけない事にかまけて、本当は、まず、第一にしなければならぬ自分の事やプログラム参加は後回しにしていました。自分のやりたい事と出来る事が一致なくて、前の施設長や先行く仲間に何度も相談していたのですが、結局自我を通して施設を飛び出し、今お世話になってるダルクへ来たのです。

以前の施設で生活していた時の私は、自分はもう誰かに依存しなくても、もう大丈夫、何でもできる、という考えがあったかと思えば、自分は駄目な人間で世間では通用しない、財産もなにもない惨めで可哀想な人と感じてしまうことがあって、施設の外ではとても生きていけないのでは？と思っていました。それから、仲間の前でも正直になれなくて、弱い部分は見せられなかったし、誰にも知られたくなくて必死でした。ダルクに来てからも、しばらくは仲間と話したりするけど、自分の奥底の部分を出せなかったし、淋しいな、苦しいなと思っていても仲間にそう一言伝えるだけで、「やっぱりもういいや」と仲間にも、自分自身にも壁を作って問題部分を見ない様にしていました。そんな事をしていたら被害妄想が出てきて、「もしかしたらみんなは私の失敗を望んでいるんじゃないのか」と常に怯えるようになりました。その中で、先行く仲間の話を聞いてみたり、今では嫌だった病院を受診してみたり。少しずつ、自分を変えてみようという行動に移していきました。なんだかんだ言っても楽しくて大好きな以前の施設の仲間と離れて、自分が変わりたいとダルクへ施設移動したのに、以前と同じやり方ではいけないと気付きました。今は、仲間を大切に思えるし、以前のように誰かと戦おうと思わないし、排除しようとも思わなくなりました。今では、仲間の前で少しずつですが、自分の弱い所や駄目な所も出せるようになってきました。それは、今までの私には考えられないことなので、大きな進歩だと思えます。役割をもらえるようになってきて、失敗して落ち込む時もありますがたくさんの仲間達に支えられてなんとか頑張って続けられています。でも、年末あたりから、プログラムに参加する気が落ちてきたような気がしています。生活に慣れてきたからかもしれませんが、もっと前向きにならなければと自分に焦りを感じてしまう時もあります。周りで頑張っている仲間を見ていて不安になってしまう時もあるし、別のものに不満を感じて現実逃避をしてしまう時もあります。ダルクでの生活が規則が厳しくて、それに従っている事が面倒くさく思う時もありますが、逃げ出さずなんとか続けられています。今のそんな自分の事も自分なんだと受け入れられるようになってきました。自分の事を好きだと思えるようになってきました。まだまだ、足りない所はありますが、あせらず、ゆっくりやっつけていこうと思います。ありがとうございました。



1月にステップアップした仲間

那須 TC

・ショウ メンバーからサポートへ

・タカ サポートからリーダーへ

那珂川 CF

・チビクロ サポートからリーダーへ

宇都宮 OP

・ 該当者なし

PP

・ 該当者なし

1月の献金・献品

(献金) 御前ザビエル様、那須トラピスト修道院様 他匿名者 8名

(献品) フードバンク宇都宮様、他匿名者 8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(PP,OP)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)、台所用品、茶碗や陶器類等あればよろしくお願いします
- ・ 中古パソコン、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、あればよろしくお願いします。
- ・ PP からバスタオル、フェイスタオルをお願いします。

お知らせと一言

- ・ 今年は4年に一度の「閏年」です。夏季オリンピックで日本勢の活躍を期待しております。

編集 秋葉

さだめ
運命

依存症のモリオ

私は昭和41年1月2日、栃木県矢板市に生まれた。私には2歳年上の兄がいて2人兄弟でした。若い頃からいつも兄とけんかばかりしていた。仲の悪い兄弟でしたが幼稚園の頃からこっそりと盗み酒をするときは2人仲良く飲んでいました。幼いころからよくけんかをし、ある日、相手の右肩を負傷させ、その結果左利きの生活を送るようにさせてしまった。そのため相手の親は激怒し、母親は私を殴り、土下座した。みじめだった。けんかはしないと誓った。それが私の幼少期だ。

中学、高校とけんかばかりしていたが、バイトでお金を稼ぐ事がおもしろくなり、2年で中退しバイト先で知り合った自動車販売の社長と仲良くなり、家を飛び出して社長の家に住み込みで働いた。その社長と毎晩スナックで酒を飲み、色々な女と付き合った。その頃から覚せい剤を使用し始め、女性と一緒に使用することもあった。その頃社長と交友があった組長と知り合い、組織の一員となった。暴走族をやったり、アルコール、クスリ、女にどんどん依存していく中で19歳のときに結婚した。私の叔父は警察官で私達の仲人だったため、トレーラーの運転手をしながら生活した。そんな生活のなか、娘1人、息子1人に恵まれた。それはそれで幸せだった。しかしそんな生活は長く続かず、妻に暴力をふるったり、家で暴れたりする自分に嫌気がさしたのとクスリの事等で仲人である叔父に迷惑をかけると思い、離婚という形で身を引くという事を決意した。

自分は婿養子だったので実家に戻った。その後飲み歩いていた時に親しくしていた女性と同棲した。6歳年上で物分りもよく、クスリの使用や売買にも協力的だった。名前も母親と同じく豊子だったので縁を感じた。そんな生活も年月が経った頃、仲間が逮捕され、私も危機を感じ、1ヶ月ほど身を隠した。クスリを処分し体からも抜けたので戻ったが、今度は兄貴分の組長と金銭トラブルになった。オンナが妊娠していて「結婚して子供を産みたい」と言っていた。新しい土地で生活したいと言われ、いままでのしがらみを断ち切ろうとあちこち走り回り、福島県のいわき市に落ち着いた。

その日に仕事と住むところも決まり、数か月で無事女の子を出産、順調に生活していたがクスリは止まらなかった。しかしその1年後マイホームを持ち、幸せな生活を送った。そんな生活が7年続いた頃、糖尿とC型肝炎の悪化で入院することとなった。インターフェロンを3ヶ月打った頃うつになり、兄も同じくうつになり薬と酒の大量摂取をして自殺をし、私はうつがひどくなり苦しんだ。そんな中酒と眠剤でおかしくなり、妻と口論となって暴れて家を全焼させてしまった。怒りを抑えられなかったのはクスリ、酒、眠剤を使用した結果であることを認め、心から反省した。その後家庭も失くし実家に戻るが、またすぐに同じことをくり返し、警察官を轢き殺す事件を起こしてしまい、刑務所に入り、そこで苦勞をかけた妻の死を聞かされた。出所してすぐは真面目に生活していたが、1ヶ月ほどでまた同じことをくり返し、家族の通報で逮捕され、また刑務所に入った。

出所後は自分と同じ問題を抱える娘の勧めでこの施設に入寮した。4か月が経った今、30年使い続けた覚せい剤と縁を切ることを誓った。過去をふり返り、今までの出来事は自分の運命だと思いますが、これから先の出来事も自分の運命だと思っています。ただこれからは薬との関わりのない生き方をしていきたいと思っています。

女性施設初の修了者のエマです！

修了おめでとう!!□



施設報告

那須 TC（初期・断薬）15名 宇都宮 OP（後期・社会復帰）14名
那珂川 CF（中後期・農作業）13名 ピースフルプレイス（女性）13名
計 55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。