

## 次月活動予定

### 1月

- 5日 岡本台病院プログラム
- 6日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 10日 再乱用防止教育事業県北
- 11日 東京保護観察所プログラム
- 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
- 14日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 16日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 17日 多摩総合精神保健福祉センター家族教室 再乱用防止教育事業県南
- 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 更生保護施設プログラム
- 23日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 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薬物依存離脱指導
- 29日 宇都宮家族会講演
- 30日 東京保護観察所プログラム

### 2月

- 1日 再乱用防止教育事業県北
- 2日 岡本台病院プログラム
- 3日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 8日 東京保護観察所プログラム
- 9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
- 10日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 13日 ガイドポスト
- 15日 栃木ダルク・岡本台病院連絡会
- 16日 再乱用防止教育事業県庁
- 17日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 更生保護施設プログラム
- 18日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 21日 再乱用防止教育事業県南
- 23日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 24日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 25日 薬物依存相談担当者専門研修会
- 26日 家族会
- 30日 東京保護観察所プログラム

発行所

郵便番号一五七〇〇七二 東京都世田谷区祖師谷三―一―一七―一〇二号  
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



## 残念な薬物報道

特定非営利活動法人栃木 DARC  
代表理事 栗坪千明

つい最近、某芸能人が再度の覚せい剤取り締まり法違反容疑で逮捕されたという報道がありました。天変地異でも起きたような大騒ぎです。はじめ何か凶悪犯罪でも起きたのかと思いました。

ところが私たちの認識としては、依存症と考えれば「再度」ということは驚くべきことではありません。有名人とはいえマスコミのお祭り騒ぎのような報道に疑問を感じます。テレビを観ているとまるでテロでも起きたかのようです。クスリをやっていたことがあたかも天地を揺るがすかのようです。

ファンにとってみればとても残念なこととは思いますが、売人をしていただけのではありません。裏切ったとかそういう問題でもありません。あくまで依存症という病気が治っていないだけのことなのです。前回の逮捕後のリハビリが不完全だったのでしょうか。

有名人が薬物事件で逮捕された報道を見て思うのですが、いつも大事なことが抜け落ちているように思います。大事なことは本人がその後クスリを再び使わないために何をしたら良いのかということであり、反省すべき点といえはきちんとリハビリをしなかったことに対するものです。

ご存知の通り、薬物犯罪は自己使用だけであれば被害者のいない犯罪です。同じ過ち（再発）を繰り返さないためには自分のために何ができるかだと思います。反省よりも再発予防です。

報道によっては薬物に対する一般の人たちの認識を歪めてしまうことになりかねません。また、本人の回復意欲を失わせることにもつながります。現実を踏まえた実践的な報道をしていただければ、偏見もなくなるのではないかと思います。

今後の動向に期待します。

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

## 今年の振り返り

CF担当高田秀夫

早いもので、もう師走となりましたが、いかがお過ごしですか。  
那珂川では、ここ数日で一段と寒くなり、天候も曇り空が多く、気分や体調の管理が大変です。  
それでも DARC の仲間は元気に生活し、毎日プログラムを行うことができています。

現在は 15 名の仲間と生活を送っていますが十人十色で色々な人がいます。  
器用な人、不器用な人、作業が嫌いな人、体の調子が良くない人、精神的に病んでる人、怒りっぽい人、穏やかな人、自分勝手な人、糖尿病の人、まあ私を含めて本当に色々な人がいます。

そんな仲間たちと日々生活を共にしながら新しい生き方への道を焦らずに探している最中です。

4月から始まった露地茄子栽培が10月いっぱいまで終わり、どうにか後片付けも済んでホッと一息付いているところです。

途中茄子の葉っぱが病気がかかったりして消毒を行ったり、8月は雨が少なく水不足になったりで大変でしたがどうにか無事に終わることが出来ました。

今年の経験を生かして来年も、より良い作業内容ができると思うので、皆で力を合わせて怪我等のないように行っていこうと考えています。

今は、冬野菜のほうれん草、白菜、玉ねぎ、カブ、ニンジン、からし菜等を畑で栽培していますが、忙しかった農繁期時期に比べるとのんびりと作業ができている感じです。

これから寒さはどんどん厳しくなっていく、外での作業なので体調管理、風邪などひかないように十分気をつけて行こうと思います。

私ごとになりますが、昨年の四月から CF の担当を務めるようになってもうすぐ二年が経過します。

今はまだ施設に住んで守られた環境の中で生活を送っていますが、来年四月から一人暮らしが始まる予定です。

5年半ぶりの一人暮らしで大丈夫かな？という思いがありますが、漸く一人で生活ができるという喜びの方が強いです。

業務が終わった後の時間、一人でいる時間等が多少心配ですが仲間と関わりながら新しい生活のリズムを作っていこうと思います。

今年も残りわずかとなりました。お世話になった皆さんには大変感謝しております。  
また来年もよろしくお願ひ致します。



## ビバよさこい祭りでのカホンの演奏です。



栃木県の高根沢町宝積寺でのお祭り毎年カホン演奏させてもらっています。



## 仲間

依存症のザキ

今回初めてニュースレターを書かせてもらう事になった依存症のザキです。今私は、那須1st stage centerで12人の仲間と1つ屋根の下で生活をしています。施設では皆依存症という病と闘いながらプログラムを受け1日でも早く社会復帰に向け全員で協力して毎日を一生懸命生活しています。

私は昭和50年7月7日に生まれました。小学生の頃から勉強が嫌いで毎日宿題もやらずに外で遊びまわってよく母親に叱られていました。私が依存症になったきっかけは、中学校一年生の頃に煙草を吸い始め、13～14歳の時に先輩に勧められて初めてシンナーを吸いました。その時はシンナーを吸っても癖にはならずしばらくはシンナーとは無縁だったのですが、15歳の時に一緒に遊んでいた先輩に再び勧められて、またシンナーを吸ってしまいそれからは皆さんお分かりのように毎日シンナーを吸う日々が続きシンナー中毒になりました。シンナーを買うために親を騙したり、親の財布からお金を盗んだり、工事現場からシンナーを盗んだりシンナー欲しさに何でもやりました。それが母親に見つかり何度もぶつかりました。時には母親を蹴っ飛ばしたりしたこともあります。今思えばシンナーを吸っていた私が悪いのに母親を蹴り飛ばすなんて本当に母親には可哀想な事をしたと思っています。

そして私はとうとう覚醒剤にも手を出してしまいます。初めて使ったのは18か19歳の頃でした。その時もシンナーと同じく一度だけで癖にはならなかったのですが、20歳で子供が出来て結婚をしてすぐにまた薬を使ってしまい、それからは薬が止まらない生活になってしまいました。薬を使い続けたあげく警察に逮捕され馬鹿な事をしてしまったと思いました。でもこれでやっと薬が止められるとほっとした自分もいました。実刑1年6ヶ月執行猶予3年の刑をうけ出てきたのですが出てきた次の日には薬を使ってしまい自分が捕まっている間子供の面倒を見ながら待っていてくれた妻をまた裏切ってしまいました。一生懸命に育児や家の事を一人でやっていた妻に申し訳ない事をしたと本気で後悔をしました。しかし薬を使い続けていれば当然家族にも愛想を尽かされ20年間一緒に暮らしてきた妻とも離婚しました。言い方は悪いですが自分たちで勝手に子供を作り子供を産み勝手に離婚して一番可哀想なのは何も悪くない子供たちです。私と妻が別居する事になった時の子供たちが流した涙は一生忘れる事が出来ません。離婚届にハンコを押した日の夜に娘へのメールで「ごめん、妻と息子のこと頼むぞ」と送った後に娘から「わかった大丈夫私に任せて！」と返ってきた時には娘の優しさとたくましさ本当に自分が情けない父親だったと涙が出てきました。その娘も今年で20歳成人式です。晴れ着姿の娘と一緒に写真を撮って何かお祝いをしてあげたかったのですが、施設にいる私には何もしてあげる事が出来ません・・・  
良い事も悪い事も思い出になる瞬間はあっけないとつくづく思いますね・・・

私がダルクと繋がったきっかけはある日友達が私のところに訪ねて来て「お前薬止められないならダルク行けよ」と勧められました。私は初め首を縦に振らなかったのですが説得されて仕方なくダルクに行く事にしました。入寮してからはなんでこんな所に居なくちゃいけないんだと思う気持ちしかなかったのですが、今では施設の仲間のおかげで本気で薬を止めたいと思うようになりました。

心を鬼にしてダルクに行けとってくれた友人、散々酷い事をして裏切ってきた家族、私を施設に繋げてくれた友人たち、そして何より私が施設に繋がらなかつたら出会うはずのなかった施設の仲間たち、今の私にはみんなかけがえのない一生の仲間です。

施設でプログラムを受けている仲間、私も頑張ります！皆さんも頑張って1日でも早い社会復帰を目指して下さい。

「仲間は人生の宝です！！」

## 僕の就職活動日記

ウッチー

僕は7月の頭に就職活動を始めたので、内定が出るまでにおよそ3ヶ月半の時間を要した。これが早いのか遅いのかは分からないが学卒のときに半年を掛けて内定を取ったときのことを考えるとまだ早いほうなのかもしれない。とにかく僕にはそれだけの時間が必要だったのだ。その頃僕が勤めていたところはいわゆるA型の作業所で、僕はもうここに1年ほど勤めていた。たった1年と思われるかもしれないが、1年更新のパートでさらにこの作業所は最終的には一般就労を目的としている。そのためいつまでもいる場所ではない、ましてや僕はダルクにいるのだ。そのため作業所には就職活動をするもの。中にはそんなことも考えずずっと居座っているものと様々だ。そんな中で僕は就職活動を進めもうすぐ3ヶ月以上が経とうとしていた。

僕には一緒に就職活動を進めている仲間が何人かいた。これが一人だったらおそらく僕はとうに挫けてしまっていただろう。それでもどうにかこうにか次の仕事を探す気力があつたのは仲間の力がとても大きかった。

僕はハローワークを利用して就職活動をしていた。ハローワークは大変親切だった。昔からあつたかどうか知らないが、ハローワークには専門援助部門というブースがあつた。そこは働くことに対して何かしらのハンディキャップを持つ人を対象にした部門だ。就職活動を始めたときに僕はまずそのブースに行った。僕はそこに通って仕事を探していた。まずそこで僕の依存症や精神疾患の部分を理解してもらい、その上で就職活動をすすめていったのだ。

7月になり僕はハローワークの専門援助部門に通い出した。こういう条件で働きたいこと、自分がダルクにいること、アルコール依存症であること、長らく働いていないこと。などを伝え再び就職活動を始めることにしたのだ。

僕はパート・アルバイトの職を狙っていた。初めは「まあパートなのだからそんなに苦労しなくてもどこかしら受かるであろう。」と踏んでいたのだ。それがふたを開けてみればさんさんたる結果であつた。この頃から正直僕は焦りだした。このままではどこにも受からないんじゃないか。という思いともう落とされるのはいやだ。という気持ちでいっぱいだった。

そのとき僕は書類選考で4社、面接で2社落とされていた。合同面接会での企業も数に入れると9社落とされたことになる。初めのうちは書類選考すら通らなかつた。書類を送ってもいわゆる「お祈り」が届くのだ。「今後益々の発展をお祈り申し上げます。」というあれだ。僕は少し視野を広くして職を選ばないといけないかなと思ひ始めていた。

今度は今までと違った業種を選ぶことにした。僕は一貫して障がい者雇用で仕事を選び続けていた。一般職で働くことははじめから無理だと感じていたからだ。今度選んだ職種は清掃だった。それまでずっと事務系の仕事、デスクワークを探していたのだから全くの異業種であるといえた。ただ障がい者雇用となるとどうしても給与の面でフルタイムでないとダルクを卒業できる金額にはならなかつた。その点で今まで1日4時間勤務であつた僕には少し不安があつた。

書類を送ると2日後に電話があつた。こんなに早いのは初めてだったので少しびっくりした。そして面接。僕はやっぱり緊張してしまいアンケートに記入するのに手が震えてうまく書けない始末だった。それでもどうにかこうにか面接を終え数日後に一通の封書が届いた。初め「受かったら電話、落ちたら封書。」といわれていたので僕はとてもがっかりした。だが空けてみると内定の通知だった。僕は安堵と喜びでいっぱいだった。これで就職活動から離れられる…。正直そう思ったのだ。

仲間達も本当に喜んでくれた、お祝いのケーキは本当においしく感じた。そんなわけで今僕缶ビールをモップに持ち替えて仕事をしている。まあこんなのも悪くない。

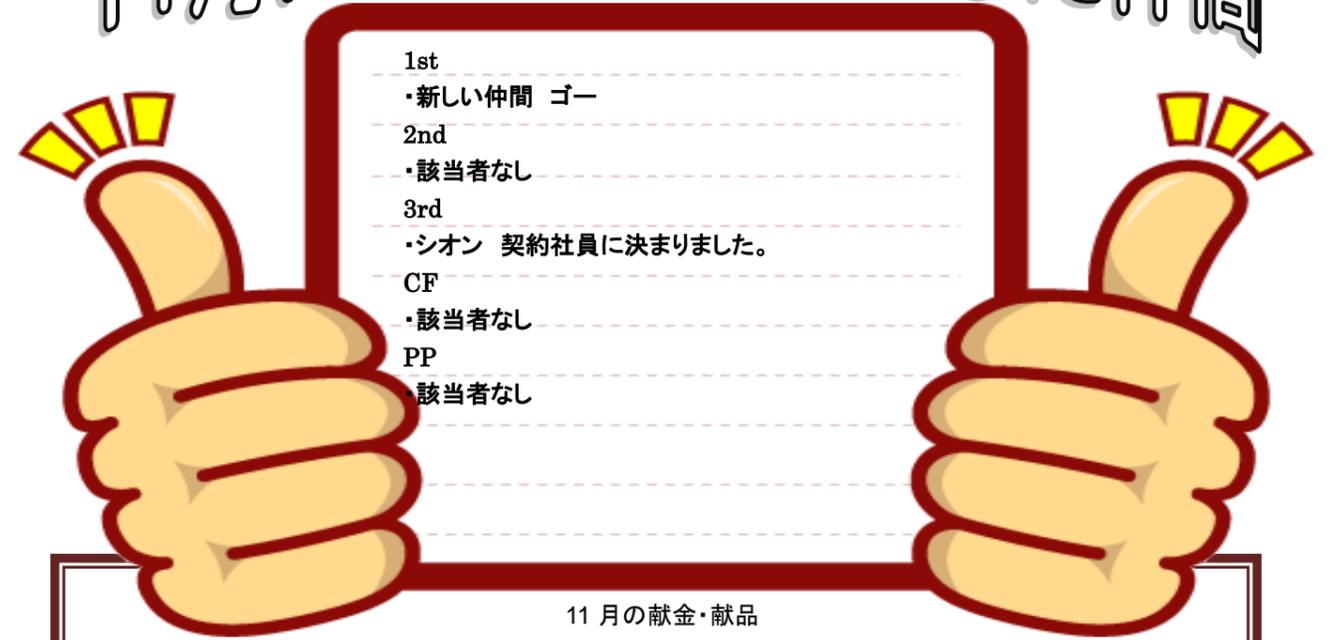
## 家族

カオリ

こんにちは。依存症のカオリです。ニュースレターは2回目です。覚醒剤で刑務所に行って、精神病院に入院して、ダルクに入りました。もう少しで1年になります。今は最初に入って来た時よりも、沢山役割をやらせて頂いています。ダルクでの生活は、自分を成長させてくれる大切な生活です。だけどこの前、出て行ってしまって帰って来ました。理由は人間関係とおばあちゃんに会いたいのがきっかけで、おばあちゃんの家に行きました。おばあちゃんは叔父と叔母と子供の4人で暮らしています。私は電車に乗っておばあちゃんの家に行ったのですが、誰も居なくて外で待っていました。しばらくしてから、叔母が帰って来ました。叔母は、まず施設に連絡して私の母親にも連絡してくれました。叔母の車に乗って叔母の子供を迎えに行く事になりました。その時、叔母はおばあちゃんはデイケアに行っているよと言われたので、大好きなおばあちゃんとお話するのを楽しみにしていました。叔母の車で子供を迎えに行く途中、私はきつく説教をされました。「これからどうするの？どうやって生活していくの？」と言われ、「仕事を探して昼間働いていく」って言ったら、「その仕事が見つかる迄のお金はどうするの？」と言われました。私は黙ってしまいました。「お前は今、学校に行っているようなものだ！人間関係も学んでいる途中だ。厳しい事言わせて貰うけど、現実を見ろ！甘えるな！何かに頼って生きて行くんじゃない！みんな、お前より先に居なくなるんだ。その時どうする？厳しい事言うけど、現実を見ろ！」と説教されました。私は涙を流しながら、話を聞き、現実を見つめました。子供が帰って来て車で帰り、子供が先に家に入った時、私は、叔母に「おばあちゃん、いつ帰って来るの？」と車の中で聞きました。その時は、もう外は真っ暗で遅いなあと感じて聞きました。そしたら、車の中で叔母は「お前に伝えなくちゃいけない事があるんだと言われ、私はとても嫌な予感がして、「もしかして、おばあちゃんの事？」と聞きました。叔母は頷いて何も言わないから「死んだの？」と聞いたら、叔母は頷いて、おばあちゃんの病気について話し出しました。私は、悲しさと悔しさを両手で押さえて泣きじゃくりました。悲しくて、悔しくて、何も出来なかった自分を責めました。その時、母親が到着して泣きじゃくる私の顔をさすりながら「元気だったか？言わなくてごめんな」と言いました。私は泣きじゃくって冷静になってから、おばあちゃんの家に入りお線香をあげました。私は小さい頃から義父に虐待されていておばあちゃんっ子だったので、しばらくは受け止める事が出来ませんでした。施設に帰って来る前に、叔母と叔父と母親に「頑張っ来い。ちゃんと自立してから来い」と背中をおされ、私は心の底から頑張らなくちゃと思いました。母親と離れるのは寂しかったけど、母は「おばあちゃんが守ってくれている気がするの」と言っていました。私もそんな気がして、施設に戻りました。おかえりって言うってくれる仲間が居る事は、とてもありがたい事です。感謝しています。今の私は規則正しい生活を維持し、プログラムや役割に真剣に取り組んでいます。いつか自立して自分が働いたお給料で、おばあちゃんのおまじゅうを買っていきたくて思っています。施設での生活は辛い事も嬉しい事も、たくさんあります。みんな優しい方ばかりです。私はよく、「頑張り過ぎないで」って言われます。いわゆる極端な性格です。だから今日一日を大切に頑張っています。母親とは、手紙のやり取りをしています。手紙だと、伝わらない事もあります。でも私は、色んな人から愛されてるんだなあとは今思っています。家族の事を大切に思っています。これからも頑張っ来いと思っています。



# 11月にステップアップした仲間



- 1st  
・新しい仲間 ゴー
- 2nd  
・該当者なし
- 3rd  
・シオン 契約社員に決まりました。
- CF  
・該当者なし
- PP  
・該当者なし

### 11月の献金・献品

(献金) 匿名者3名様

(献品) フードバンク宇都宮様、ダルク女性ハウス様、他匿名者3名様

とても助かっており、栃木ダルクへ同感謝しています。

### 献品のお願ひ

- ・ 2nd Stage Center 開設の為、事務用品(中古パソコン等)、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、扇風機)、台所用品、タオル、茶碗や陶器類等あればよろしくお願ひします。
- ・ 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。
- ・ 1st StageCenter からスノーボード、スキー用品をお願ひします。冷蔵庫が壊れてしまったため中古の冷蔵庫があれば献品お願ひします。
- ・ ソフトボール用品 グローブ、バットなどあればお願ひします。

## お知らせと一言

- ・ 先月号で餅つきイベントの日付が間違っていました。正確には12月28日です。この場をお借りして訂正させていただきます。師走に入り今年も残すところあと少し、今年も支援者や各関係機関の方々にはお世話になりました感謝しております。また来年も栃木 DARC をよろしくお願ひします。良いお年をお迎えください

編集 秋葉

## 2nd Stage Center での生活

依存症のワディー

二回目のニュースレターを書くことになりました。依存症のワディーです。施設生活も長くなり、1年4ヶ月が経とうとしています。前回ニュースレターを書いたのが、たしか1年以上前なのであつという間に時間が経っていることに驚いています。そこで、2016年も残りわずかになったので、今までの施設生活について振り返ろうと思います。

今年の6月に、那須TCから2nd Stage Centerへと移動になりました。住環境が変わり、山奥から住宅街へ移ったので何だか新鮮です。前施設では疥癬という奇病にもかかりましたが、今回の施設は新しくきれいなのでその心配もなさそうです(笑)2nd Stage Centerでは、主に今までやっていた役割とプログラムの継続です。土曜日や日曜日の余暇時間を利用してウエイトトレーニングや温泉に行くこと、まぜそばの食べ歩き等の新しい趣味も増え、規則の多い生活の中でも充実した生活が送れています。また、新しい施設ということもあり、開設準備からNA会場探しまで、新たなことを体験することができました。施設周辺の整備や、施設内部の整備から始まり、気付けばだいぶ設備も揃いました。最初は大変なことの連続でしたが、仲間の助けもあり現在は楽しみながら生活をしています。現在は少人数の仲間での生活ですが、少人数だからこそできるプログラムや生活形態もあるのではないかと思います。何より、心に余裕がある生活なので自分の問題に目を向ける時間がたくさんあることも、自分にとって役立っています。自分の中のテキトーさもかなり影を潜めてきました。電気をつけたまま寝ることや、朝食用のパンを夜食として食べてしまうこと、寝坊など、かなり問題がありましたが、仲間からの指摘やさすがに自分自身でも「まづい」と思うようになったので、大きな変化とはいえませんが、人間としての基本的なことは2nd Stage Centerの生活を通して理解し、実践できるようになったのかもかもしれません...

8月には1年のクリーンタイムを迎えることができました。色々あった施設生活ですが、無事に過ごせたことにほっとすると同時に、早く社会復帰をしたいという焦りのようなものも生まれてきていることも事実です。とはいっても、今は目の前のことを精一杯やること、さらにクリーンを延ばせるような生活を心がけていくことが重要だと思っています。

9月のギャザリングではオープンスピーカーで話すという機会も与えられました。人前で話すことじたいは普段のプログラムの中で慣れていたつもりですが、いざとなると全く何の話も浮かびません。「自分の話をすればいいだけ」とは言われていましたが、自分のことを話すことが僕にとっては苦痛なのだということに改めて気づきました。自分の過去の話、それも苦い経験はあまり思い出したくありません。過去を捨て去ることはできませんが、常に意識しながら生活することは普段はありません。それに関連して言えば、「棚卸し」も「ニュースレター」も同じです。先月やつと施設プログラムとしての棚卸しが終了しましたが、自分の「恨み」、「恐れ」、「性に関する振る舞い」を書き出そうとしても何も思い浮かばないし、相当時間がかかる作業でした。自分のありのままを語ることに、まだまだ恐

怖感や抵抗感があるし、自分のしてきたことに対しても恥ずかしいと思うことがよくあります。自分に正直になることが、もしかしたら僕にとっての最大の課題なのかもしれませんね。

とりあえず、今年も無事一年が終わろうとしています。毎日同じことの繰り返しの生活ですが、安定して何かを継続させることができなかつた僕にとってはクリーンが続けられていることも、施設生活を続けられていることも喜ばしいことです。あとどれくらい施設生活が続くのか分かりませんが、マイペースに焦らず仲間のなかで「今日一日」を続けていきたいと思ひます。それでは皆様良いお年を！ありがとうございました。

## 2<sup>nd</sup> StageCenter から



家族会の方々と共同作業で作った家庭菜園に野菜のタネを蒔いているところです。



昨年は何かとありがとうございました。

来年も

「栃木 DARC 一同よろしくお願ひします」

### 施設報告

1sc（導入）13名 2sc（回復）3名 3sc（後期・社会復帰）13名 CF（農業）14名 pp ピースフルプレイス（女性）10名計 53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。