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）
2017 年 2 月 5 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

新たな課題

特定非営利活動法人 栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

2/2 で栃木ダルクは 14 周年を迎えた。近年様々な意味でダルクの知名度は上がり、なにをしている団体なのかを説明しなくても、関係機関の人達ならばほぼわかるようになって来た。

栃木ダルクが開設した当初の 2003 年はまだまだダルクは知られておらず、いかがわしい団体と思われ、犯罪者を匿う団体だと思われ警察が調べに来たことがあったり、宗教団体だと思われたりしたことがあり、とにかく知ってもらうことが最重要課題だった。あれから 14 年が経ち、恐らくここ 4～5 年の間に新しく設立されたダルクはそのような説明から入ることなく、最初から運営に力を注ぐことができていることと思います。

そのような時代の変化からか、ダルクを回復支援ではなく、商業施設と捉えて開設しようとする動きも出て来ているのも確かで、私たちはこれまで気付き上げて来たポリシーを守るためにどうしたら良いかを考えなくてはならなくなって来ています。

では、ダルクをダルクたらしめていることとはなにかということです。ダルクの活動はプログラムを修了し回復した人たちがその施設のスタッフとなり、施設長の提案により新しい施設を開設するという、いわばのれん分けのような形で増えてきました。どうも最近はそのスタイルが崩れてきているようです。プログラムを途中で投げ出し、スタッフも続かないような人たちがダルクをやろうとしているように見えることもあります。それを回避するには既存のダルクが開設の要件や指針を示していく必要があるのです。

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

次月活動予定

3 月
2 日　岡本台病院プログラム　宇都宮保護観察所地域支援連絡会議
　　榛名女子学園薬物依存離脱指導
3 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
6 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導　アディクションフォーラム実行委員会
7 日　宇都宮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　県北家族の集い
10 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
11 日　家族教室　再乱用防止教育事業県央
13 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導
14 日　J-MARPP アルコール関連問題研究会
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
21 日　J-MARPP 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
23 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
　　榛名女子学園薬物依存離脱指導
24 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
26 日　家族会
27 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導
28 日　J-MARPP
29 日　宇都宮保護観察所プログラム
30 日　榛名女子学園薬物依存離脱指導
31 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導

4 月
6 日　榛名女子学園薬物依存離脱指導
7 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
8 日　家族教室
14 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
17 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導
21 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
23 日　東日本盲導犬協会イベント
28 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―〇〇七二　東京都世田谷祖師谷三―一―一七―一〇二号　定価１００円
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

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

おめでとうございます

事務長兼 3sc 施設長　山口　徹

明けましておめでとうございます。
昨年は大変お世話になりました。本年もよろしくお願いいたします。

さて、宇都宮の 3StageCenter では現在、入寮 13 名、通所 1 名計 14 名でプログラムを行っております。

その中で就労者が 7 名、就労活動に出ている者が 2 名、介護の学校に通っている者が 1 名、スタッフ 2 名、スタッフ研修が 2 名です。今年度、3 月までにプログラムを終了して自立する者が、飽くまで予定ですが 5 名となっております。でも、なにがあるかわかりませんからね（笑）

自立をしても施設との関わりを無くさないで、これからは、施設長や代表という関わり方ではなく仲間として付き合っていきたいですね。修了をする仲間達は最後の 1 ヶ月です。住むところを決めたり、生活用品などを揃えたりと仕事をしながら休みの日を利用してやらなければいけないので大変だと思いますが皆な楽しそうにやっています。

栃木 DARC のプログラムは修了しますが、社会に出てからが本当の意味でのスタートです。社会に出れば誘惑はいっぱいあります。

もし、使ってしまったときや欲求が入っているとき、ヒマなとき施設に遊びに来て欲しいです。

ここで、私事になりますが事務長と 3sc の施設長を兼任してから早いもので今年の 4 月で 2 年になります。若干ですが余裕が出てきたので来年度は、何か新しいことを始めたいと思っています。

昨年は私にとって大変嬉しいことがありました。保護観察所から恩赦の復権状という物を頂きました。なんか、薬物事犯でこの恩赦をもらうのは全国初だそうで、ますますシラフの生活が楽しく感じるようになりました。

なんて言ってるけど欲求は変わらず入りますけどね！

来年は、栃木 DARC 創立 15 周年になります。フォーラムも行いますので皆様よろしく御願いいたします。

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

南湖神社初詣の様子です。

毎年の恒例行事になっています。

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

水を飲みて笑う人あり、錦を着て憂える人あり

依存症のゴウ

ニュースレターをご覧の皆さま、はじめまして。栃木 DARC の那須 1 st stage center にお世話になっている依存症のゴウと申します。

私の生い立ちは生まれも育ちも栃木県で、成人してから仕事の関係で県外でも暮らした経験も少しはありますが、人生の約９割は栃木県内各地で生活していました。昭和６０年生まれ、年齢は３１歳になります。薬物はいろいろなものに手を出しましたが、覚せい剤を使用していたことが家族に知られたのがきっかけで、去年の３１歳の誕生日に施設と繋がりました。妻、家族には本当に言葉では言い表せないほどの心配と迷惑をかけてしまったので、毎日反省と後悔をし続けています。

今回、初めてニュースレターを書かせていただきますが、施設での生活について感じたことなどを書こうと思います。栃木県の中でも那須はこの時期、天候は降雪が多くて気温も低く氷点下はあたりまえなすごく寒い地域です。そんな那須の山奥にある施設。ご存知の方もいらっしゃるかと思いますが、ここは初期施設ということもあり行動に制限があって、外部の人間との接触は禁止。携帯電話はおろか免許証や身分証となるものは全て所持できません。外出時には単独行動は禁止の為、担当のスタッフさんと行動を共にします。はっきり言って辛いです。

入寮者と退寮者の入れ替わりがとても多い所でもあります。私は入寮してから２カ月ほど経つのですが、その間に９名もの仲間が施設を離れて行きました（内、６名は戻ってきましたが…(笑)）施設を離れる理由は、那珂川や野木など別な場所にある栃木 DARC の施設に移る方や、途中退寮する方、脱走してしまう方など人によって様々ですが、ここで出会えて仲良くなれた仲間の旅立ちなので、施設を離れてからも元気で頑張って欲しいなという気持ちもありますが、お別れはとても寂しいです。しかしその反面、新しく入寮してくる仲間との出会いも多くあります。どんな人が来るのか毎回ドキドキです。

ひとつ屋根の下で生活を共にするのは十人十色、年齢、出身、入寮した理由もバラバラな方々です。私は集団生活も閉鎖環境も苦手なので、いまだこの施設生活に全然慣れていません。何かと余計な気を遣ってしまう場面が多い毎日に正直、ストレスがたまってしまうのが悩みですが、それでもスタッフさんに助けられ教えていただいたことを新しく入寮してきた仲間に正しく伝えて、そして仲良くやっていけたらなと思います。

そんな施設での一日を簡単に説明すると午前中は朝、起きたら朝食を済ませそのあと清掃作業。そしてミーティングという名の分かち合いの時間があり、終了後にワークと称する風呂掃除やごみ捨て、犬の散歩などの分担業務があります。昼食後、午後はその日によってやる事は様々ですが、その日に組まれたプログラムをこなしたら夜は夕食後に NA（県内外で行われるミーティング）に参加して、入浴、就寝といった流れです。

空き時間はだいたいが自由時間となるので、本を読んだり昼寝をしたりテレビを観るなどをしてみんな思い思いに過ごします。スタッフさんやサポートさんのような役職に就いている方は業務などで忙しそうですが、そうでないメンバーはものすごく暇だったりします。その暇な時間をどのように有効に使うかで、今後の施設での生活が良くも悪くも変わってくるのかなと感じます。

新聞やテレビなどで世の中の情報は得ることができますが、身近にいた妻や家族や知人たちの情報が全く得られないのは、今の私にとっては心配と不安で仕方ありません。でも、それ以上に心配や不安をその人たちに与えてしまっています。クリーンを続けて大きな心持ちで苦手を無くして、心配も不安も持たず与えず、身も心も健全な状態になれるように努力をし、社会復帰を目指したいと思います。

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

これからの約束

依存症のゼット

皆さん、お久しぶりです！ゼットです。今、無事に卒業時期を迎えました。
あれこれありましたが、初期施設の那須から４年３ヶ月が経ちました。
那須に入寮当初はヨレヨレで、階段を上り下りするのが大変で仲間にしがみついていたのを思い出します。

那須では色々な事を経験しました。初めて見せてもらって、実際に叩いたカホンやソフトバレー等。仲間の配慮や心遣いが身に染みました。そうやって過ごして来た那須ですが、いつまでも居る訳にもいかないので、那珂川 CF の施設移動を施設長に相談しました。那珂川では野菜を主に作りました。仲間と一緒に作った茄子を食べたり売ったりして楽しかったです。CF のイベントと言えば野菜売りですが、それはそれで、自分にとっては良い勉強になりました。野菜とかをどんなに苦労して作るのか？とか、人が食べるものだから、形まで気を配らなくてはならないのだから！自分は、イベントで野菜を売った時に実感した。お客様は薬物依存症の治療中だと分かっていても形、大きさ、全てを見てくれる。社会に貢献するのには、必要な当たり前の社会的な考え方を学びました。色々な思い出もありました。プレジャーで行った、那珂川水遊園とか、かわいい子猫達・・・安らぎを感じ、薬物等やっていたのが、バカみたいに思います。でも、その薬物を使っていたのは、事実でもう消せない。使わないでいられると自分に言い聞かせながら、今があります。そして、きりの良いところか分かりませんが、宇都宮に移動となり、最初の３ヶ月は辛い事もありましたが、それに慣れてくると住めば都で３年ぶりにちょっとした開放感を味わっていますが、薬物に目がなかった自分にとっては、自由と言うものが一番怖いのかも知れません。お金を出せばすぐ買えるアルコールやよく探せば今だに売られているシンナーまでもが身近にあります。シンナーはさすがに知っていても仲間には教えない！なぜなら、仲間の今迄作ってきたクリーンを壊させたくないからだと思います。勿論、今の自分には薬物の売っている場所なんて興味等無くなっているし、「だから、何？」位にしか思っていない。もしも、実際に薬物に出食わしたら、逃げるという選択が出来ると思います。それもダルクでのプログラムのお陰だと思います。現に、スーパーやコンビニで売っているアルコールをガン見しなくなっているからだ。こうして宇都宮３SC の生活を続けています。いよいよ、仕事探しになり、先ず、どんな仕事がしたいのか？思い浮かべてみました。けれども、見つかりません。体力は CF などでそこそこつけてきたつもりでも、薬物で壊れた体は完全には治っていないからです。でも、普通の仕事が駄目ならば、作業所があると、聞かされ、先ず作業所から当たってみようと思い作業所に面接をしました。けれど、最初の所はなかなか OK の返事がこなく、施設長が連絡してくれて「今、利用者がいっぱいだ」と言う丁寧な断られ方でした。でも、まだ次があると思い、別の作業所にあたってみると気持ちよく受け入れてくれて「今日からでも働いていいよ！」との返事が返ってきました。嬉しくなって「ここなら出来る！」と思い受給者証が出来るのを待ちきれず、作業所に出ても大丈夫なのを確認して働き始めました。仕事的には、簡単なレオパレスのゴミ清掃や、釣り堀の管理とかですが、メインはやはりルアー作りです。色々とありますが，悩み事の相談をしたりして作業所に就いて１年４ヶ月経つ今も、仲間や相談に乗ってくれる施設長、スポンサーのお陰でクリーンが延ばせたまま、無事に卒業する事が出来そうです。卒業しても、自分が納得する迄、今の作業所で働き続け、これからもダルクで学んだ事を活かし、仲間達を裏切らず薬物等使わないで過ごしていきます。　By　ゼット

過去の事とこれから先の事

依存症のアヤ

私は覚醒剤を使い相手をかばい罪の重たい罪になり執行猶予で出て来て相手の家にお世話になり急に外に出されて具合が悪くなり警察に捕まりました。でもここのダルクに来て一日のプログラムにも慣れてきました。一日も早く覚醒剤から手を抜いて早く卒業して帰っていければいいと思います。周りに応援してくれる人達を裏切らない様に早く一人暮らしが出来ればいいなと思います。１日のプログラムに参加して自分から積極的に出きる事はやりたいと思います。たまに友人の事を考えると覚醒剤をやりたいなと思ってしまう事が怖いです。これから先世の中に出て社会復帰して､そういう事を考えない様にする様な事を考えていこうと思っています。周りの方達に支えられて、１人でも生活出来る様に頑張りたいと思います。たまに友人の家に遊びに行くとお酒を飲み、覚醒剤を使用していました。刑務所に入る前は、更生施設で生活して３年で卒業できました。親との関係は前の施設の時に手紙を出したりしていましたが、今回の事件の事でどう思っているのかわかりませんが、家の事情もあり私を引き取ったり生活面での面倒は見れませんが、また手紙を書いて、親も歳なのであまり苦労かけるといけないので、今度何かあれば、何かしてあげたいなと思っています。そして遊んでもらったり、泊まりに行ったりの関係が出来れば良いなと思っています。私は小さい時から、お父さんは働かず家に居る事が無く、おばあちゃんの家に泊まりや、面倒を見てもらっていたので、あまり家に居る事がなく中学を卒業して、家出をして家に帰る事がありませんでした。中学の時は夜遊びをしたり、タバコ、お酒を飲んだりして高校は定時制に行きましたが、学校で勉強することがなく、途中で辞めてしまいました。若い時はシンナーを吸ったりして覚醒剤は、周りの人達は若い時から使っていましたが、私は２０歳ぐらいか、友達に誘われて炙りをして、他の友人に注射器で教えてもらい自分でやったり自分でやるなり買う事がありませんでした。覚醒剤を辞めるなら、昔の友人達からの付き合いを辞めて、早く社会復帰できればいいなと思います。更生施設も３年で卒業して苦労して部屋を借りる事が出来ましたが、友人と覚醒剤を使って警察に捕まり部屋も駄目にしてしまいました。これからはこういう事のないように気をつけたいと思います。もう歳も歳なので人生のやり直しもきかなくなる歳でもありますので自分の歳を自覚してこれからこういう事のないように気をつけたいと思います。これから一人暮らしが夢なので１人でもしっかり生活ができるように早く頑張って一日のプログラムに参加して自分から積極的に参加して頑張りたいと思っています。それで一日も早く卒業できればいいなと思っています。そして今回応援してくれた人やダルクの中の人達に感謝して一日も早く卒業できればそして１人でも暮らしていければいいと思います。目標は一人暮らしが夢なので１人でも生活できるようにダルクここでの暮らしで一日のプログラムを頑張り積極的何かお手伝いが出来ればいいなと思っています。あとは、これから覚醒剤に手を出す事無く、昔の友人達からのお付き合いを断ち切ってこれからこういう事のないように自分自身の歳も考えて行動していこうと思っています。たまには、親にも苦労かけないように手紙を書きたいとも思っています。今度何かあれば親にも何かしてあげたいと思っています。一日も早く卒業できればいいなと思っています。これからもここのダルクの生活一日のプログラムに頑張っていきたいと思います。

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

1月にステップアップした仲間

1st
・ザキ　サポート～リーダーへ
・ダイ　オギ　メンバー～サポートへ
・新しい仲間　ユウヤ　ベー
2nd
・該当者なし
3rd
・該当者なし
CF
・該当者なし
PP
・該当者なし

１月の献金・献品

（献金）匿名者３名様

(献品)　樋口とよ様、(株)二大地苑様、フードバンク宇都宮様、佐野カトリック教会様、他匿名者7名様

とても助かっており、 栃木ダルクー同感謝しています。

献品のお願い

・ 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いします。

・ 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、スキー用品をお願いします。冷凍庫が壊れてしまったため中古の冷凍庫があれば献品お願いします。

・ CF から農機具関係（草刈機、農作業用品）等あれば宜しくお願いします。

・自転車の中古品があればお願いします。

お知らせと一言

今年の栃木ダルクは新年早々から修了生が出て幸先良いスタートとなりました。
今年もどんどん修了生が出る予定なので嬉しい気持ちで一杯です。
まだ入ったばかりで先の見えない仲間もいると思いますが、そんな仲間の見本になるように社会に出ても栃木ダルクで学んだプログラムを使い新しい生き方をしてもらいたいと思います。

感謝

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）
2017 年 2 月 15 日発行　ＳＳＫＯ　増刊通巻第 9533 号

部屋と酒と私ＰＡＲＴ２

アディクトのナカ

こんにちは！アディクトのナカといいます。久しぶりに二ユースレターを書きたいと思います。今、私は栃木県那珂川の施設でお世話になっています。(＾＾)/何故ここに居るかといいますと…話せば長い話になってしまいますのでここでは省略させて頂きます。(汗)…今、ここでは農作業のプログラムを受けています。農作業なんてやった事がないので四苦八苦しています。以前の私でしたらこんな作業出来るか！！と…思って居たことでしょう（笑）以前やっていた仕事を考えるとあまりのこまかさがあって“大変”なことをやっているなぁ～と思い、農家の人たちは大変だな～と思う今日この頃です。今やっている事は事務作業と農作業をしていていろいろな事をやっています。ようやくパソコンもいじれる様になって(メンバーの時はいじれない)楽しくやっていると思います。そして、疲れます（笑）事務作業なんてやった事が無いうえに輪をかけていろんなことをやらなくてはいけないので大変です（汗）前の施設ではあまり事務所に入らないことも多かったのですがここではやらざるをえない状況で自分の気持ちを入れ替えて新たな気持ちでやっていきたいと思いました。(はぁ～まだ文字数５００位かぁ～）ここへ来て、那須で一年半那珂川来て約半年、二年がすぎました。ここでは、まだまだ分からない事がいっぱいあるけれどまだなのかなぁ～？依存症をなおすって大変m（_　__）mまだまだ自覚の足りない自分がいるんだなぁ～（汗）でも一日一日が大切なのかもしれないそんな自分がいる…ここを卒業してやりたいことはいっぱいある！そこへ向かって行きたいと思う。そこには、いままで味わった事のない大変な努力がいる！！今まで自分があまえていたからそのしっぺ返しだと思う。人生長い様で短い、その中で生きていかなくてはならない！そんなことを考えたらきりがなく…でも、しかたないなんとか今を生きていかなくてはいけないなぁ～（泣）うぅ～ん何を話そう…？前回の時はなにげに書いたことでおわったような気がする、文章も訳が解らないことになっていたと思う…あの頃はまだ気持ちの整理がついてなくどうしたらいいのかまったくわからなかった精神的にも病んでいた。今は、精神的にもおちついてきて大分よくなってきてると思う。思い込みではない事に先々月には精神科の治療も終わって自分でも一安心しているところです（笑）やっと、クスリを飲まなくてすむ(^ ^)¥。これからの自分をしっかり考えていかなくてはいけないなぁ～（笑）さて、ここからが本番かな？自分の持っている能力をまた少しだけだしてやっていかないといけないかな～（笑）なんて、まだ何かもってるようにきこえがちだけど…そんな能力なんてもってない。(笑)自分でもこれからどうすれば良いのか分からない…（汗）このまま突き進んでいくしかないようだ！！。そうすれば、おのずと、道はひらかれるのだ！と考えている。まっ、私なんてそんなもんだ。(－　－)；なんてっ、つまらない事でこんな事になってしまった人生。やり直しってかんじですねっ！（泣）ここで終わってしまいそうな感じだけど…まだ終われない…また、わけのわからない文章になりそうだ！あと少しというところで何にも出来ない（泣）自分につめが弱いことは、わかっている。もっと強くならないと…っと、自分

にいいきかせよう～そういうことにしとこう（笑）ってこんな感じなのだけどこの頃、落ち込みが激しい事に気付いた…と言っている時にすでに落ち込みが入っている（悩み事が多い）最近はいろいろな事で悩んでいる…いいものもあればよくないこともあって頭の中がぐるぐる…（ー　ー）；自分がどうしていったらいいのかわからなくなる事も多い、自分…もっとしっかりしろ！ってな感じですかね！（笑）自分に反省m(_ _)m

今年最初の修了生のゼットです。修了おめでとう‼□

施設報告

1sc（導入）15 名　2sc（回復）5 名　3sc（後期・社会復帰）14 名　CF（農業）14 名　pp ピースフルプレイス（女性）12 名計 60 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。