

次月活動予定

7月

- 3日 東京保護観察所プログラム アディクションフォーラム実行委員会
- 5日 再乱用防止教育事業県北
- 6日 岡本台病院プログラム
- 7日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 明徳会更生保護施設プログラム
- 8日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 11日 J-MARPP アルコール関連問題研究会
- 12日 千葉・菜の花家族会
- 13日 榛名女子学園薬物依存離脱指導 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
- 14日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 宇都宮保護観察所引受人講習会
- 18日 栃木県立高根沢高等学校講演 再乱用防止教育事業県南
- 19日 明徳会更生保護施設プログラム
- 20日 再乱用防止教育事業県庁
- 21日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 25日 J-MARPP
- 27日 榛名女子学園薬物依存離脱指導 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
宇都宮保護観察所プログラム
- 28日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 30日 家族会

8月

- 2日 再乱用防止教育事業県北
- 3日 岡本台病院プログラム
- 4日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 7日 東京保護観察所プログラム アディクションフォーラム実行委員会
- 8日 J-MARPP アルコール関連問題研究会
- 9日 明徳会更生保護施設プログラム
- 10日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 16日 県立岡本台病院連絡会
- 18日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 19日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 22日 再乱用防止教育事業県南
- 23日 明徳会更生保護施設プログラム
- 24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
再乱用防止教育事業県庁
- 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

SSKO

栃木 DARC

ニュースレター 第170号(2017, 6,13)

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

2016年度はどんな年だったか

特定非営利活動法人栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

暑い日が続き、ますます夏めいてきた今日この頃、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

私ごとではありますが、この時期は健康診断を受ける時期で、結果を待っているところです。昨年は大きな問題もなく健康体だということだったのですが、今年も維持できているか、少し不安です。

栃木 DARC は5月の決算期を終え、ひと段落ついたところです。なんとか16年度を乗り切りました。これもひとえにご支援くださる皆様のおかげです。

さて、昨年度はどんなことがあったかと振り返ってみると、まずは6月に2nd Stage Center を開設しました。栃木 DARC で実施している3 Stage Program の2nd Stage を行う施設で、回復の中心を担います。この施設の開設により、男性施設は Stage ごとに別々の施設でプログラムを行うことが可能になりました。メンタル面において Stage が変わると環境が変わるといのはモチベーションの維持にも大きな意味を持つため、前々から考えていたプランです。これで男性施設はある程度設備的には完成したと言えるでしょう。これに伴い、ステージアップの要件やプログラムの組み合わせ改定も行いました。昨年度中はこの作業に大きな比重を置いてきました。今年度は昨年作り上げたものを定着する時期になります。

アウトリーチの面では、以前より運用されている栃木県の事業である薬物再乱用防止教育事業が、県精神保健福祉センターで開催されるようになりました。刑務所に加え喜連川少年院内でのプログラムも実施されるようになりました。県や国の薬物依存症対策も着実に進んでいます。

新たな取り組みとしては、昨年度6月に施行された刑の一部執行猶予制度を受けた人たちも今年度からダルクでの受け入れが開始されます。また昨年度は IR 法が可決され、ギャンブル依存が話題になった年でもありました。ギャンブルが依存症の枠組みの中に加えられ、研修会などにも参加しました。今年度から栃木 DARC でも受け入れを検討していきます。

まだまだあるとは思いますが、ざっと振り返っただけでも様々な動きのあった2016年度でした。今年度は社会にどんな動きがあり、栃木 DARC はどんな動きをしていくのかまだわかりませんが、重要な時期であることは間違いありません。

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

最近のこと

アウトリーチ部長兼1st施設長 栃原晋太郎

今年も5月とは思えない暑さが続きました。スポーツで汗を流すことが爽快だった昔が懐かしいくらいに、日に焼けるだけで疲れ、少しの運動でも筋肉痛が残り、汗臭い自分にみんなの前では気付かないフリをしながら消臭スプレーをこっそり撒いている悲しい感じも含めて、なんだか加齢の実感ばかりがはつきりと残るようになってきました。みなさまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

数年ぶりに栃木 DARC の 1st stage center を担当させてもらうようになって1年がたったので、近況や感じていることについて少し書かせてもらおうかと思います。

この間、1週間のうちの半分は片道1時間以上を高速で爆走しています。運転は好きですが、車での移動時間というのは事務仕事をする訳にもいかず、そんなに電話する仕事もないので、無駄な時間を過ごしている感が日々強くなってしまいます。ただ不満を抱えながらも那須に着けば落ち着きます。施設の周りはずっと緑と青に覆われていますし、僕が到着すると待ってましたとばかりに相談に来てくれる仲間がいます。まあ相談というよりは退寮しますという報告だったり、施設のこんなところメンバーのこんなところが納得いかないという文句だったりしますが、妻と喧嘩して来た日などでなければ笑顔にさせてもらえます。初期施設の職員だけの面白みというか醍醐味でしょうが、ヤンチャな入寮者が分かりやすく回復していく隣にいられるのは幸せですね。ただ振り返ってみると、その分かりやすさというのはダメージも運んでくるようです。笑顔でステップアップしていく仲間もいれば、眉間にしわを寄せて入寮してくる仲間もいます。手術が成功したって good news が届いた次の日には、別の仲間との永遠の別れを経験する。

仲間が出産したって希望のメッセージが届く。出所しましたよって電話がなる。NA 行ってみたら思ったより楽しかったですって興奮気味に話す仲間の声を聞いて同じくらい興奮している自分に気付く。留置所からやっちまったって手紙が届く。

ダルクって不思議な場所は、いつでもこれ以上ないくらいに濃いです。そんな中に毎日どっぷり浸かって生きてると、自分でも知らないうちに疲弊しています。good news に囲まれてるのに枯れてくるんです。

僕がクスリを使わなくなって13年がたちました。今も弱いながらも欲求はあります。厳密に言えばクスリを思い出すことがたまにあります。使う使わないは僕の中では実はそんなに大きな問題ではありません。でも使わないでいるのは全体的には使わない生き方の方が幸せだから。そして使わない生き方の延長線上に広がる僕の可能性が最近大きくみえるからなんです。

仲間だけではなく沢山の人が囲まれるようになりました。毎日楽しくて、生き甲斐も感じて、殆ど笑っています。それでも枯渇していく自分を満たすには。そろそろ満たすのは諦めて、平凡な生き方の中に潜んでいそうな小さな幸せを見つけます。そして軽く諦めようと思います。



田植祭

毎年恒例になっている田植の様子です。



BBQに流しそうめん



星農園の星さん、那須烏山市更生保護女性会、宇都宮家族会のみなさまのおかげ

で毎年続けられることを栃木DARC一同感謝しています。

ありがとうございます

「それでも生きる」

依存症のペー

皆さん、初めまして。依存症のペーです。私が那須 1st stage に入寮したのは今年の1月4日のこと。真冬的那須はどちらを向いても白と茶色ばかりで、2度目の逮捕から執行猶予付きの判決を受け荒んだ私の心象と重なり、ひどく殺風景に見えました。また、せめて私を温かく迎え入れてくれた仲間の迷惑にはならないでいたいと、思っていたにも関わらず、3月末にアキレス腱を断裂し、いまだ思うようにプログラム参加もできないまま、仲間に助けられることばかりの心苦しい毎日を過ごしています。

そんな中、初夏のような朝日に新緑が鮮やかに照らされるのを眺めて、「木の葉がぺかぺか光る」と書いた宮澤賢治を思い出せる程度には穏やかな気持ちになれたこの5月に、ニューステターの原稿を書く機会をいただきました。ただ、書けることと言えば、私のこれまでの恥の多い人生となります。どうか回復の入口に立ったばかりのアディクトの戯言と笑って読み流していただければ幸いです。

私が最初に薬物を使用したのは34歳の時。今からちょうど10年前のことです。当時、流行していたセックス・ドラッグ 5meo-dept を興味本位で体に入れてから、私の人生は大きく様変わりしました。なぜならそのころの私は、とある公立高校で教壇に立って充実した日々を送っていたのですから。確かに、人が人を導くことの尊さに不信感を抱いていたし、浪費癖や世之介もかくやという性依存的な行動はあったので、薬物が入り込む余地は十分だったのでしょう。脱法ドラッグが禁止薬物に指定されると、すぐに覚醒剤を使用してセックスすることだけが全ての生活が始まりました。当然の帰結として子どもの頃からの夢だった仕事を失っても、逮捕されても、人生やり直すつもりで行った病院で HIV に感染していると告げられても止まらなかった、周囲に悪意をばらまくような毎日。覚醒剤を沢山打てば死ぬると思って試したことにも、死ぬことにさえ真剣になれない人間は生きることになど真剣になれるはずがないと思ひ知らされるだけで、何の感慨も起きなくなっていました。積極的に死にたい訳ではないけれど、もう生きてはいたくなかった。

そんな私の心に微かな光が射したのは、昨年10月に2度目の留置場に居た時のことです。面会に来た母から、1度も私に意見したことのない父からの言葉を聞きました。それは「それでも生きていて欲しい」とだけの短いものでした。私が同性愛者だと知り、人の親なら当然の結婚を勧めることもできなかった父が私にした初めての願いです。これさえ叶えられないのなら、私は私という人間を本当に死なせてしまうのではないか、自分の為ではなく「人の為に」生きてみようとして10年振りに思えた瞬間でした。

その後の裁判では幸い執行猶予が付き、栃木ダルクでお世話になると決めて現在に至ります。しかし状況は冒頭に書いた通りで思い通りとは行きませんし、毎日のように強い欲求に苛まれてもいます。こと此処に至っても、まだどうにかして薬物を使えないものかと考える自分に幻滅させられます。でも施設で4ヶ月過ごすうちに、昔の教え子と同じ年頃の仲間を困らせたくないし、病気やセクシャリティについてカムアウトしても普通に接してくれる仲間を裏切るようなことはしたくないと思っています。先行く仲間のように、色々な感情を飲み込んでも朗らかに笑える境地に至るのは、まだまだ先のことでしょうが(笑)

最後に今の自分の目標を。まず、自分のこれからの人生が、希望に溢れた青空の下にないことが淋しくても、その淋しさにきちんと向き合えるように。また、「それでも支えてくれる人」に感謝して歩む下り坂から眺めた夕日にも、美しい味わいを感じられるように。そして「今日が晴れなら◎」をモットーに毎日を重ねていけるように。以上、拙い文章を読んでいただけた方々に感謝いたします。

働く喜び

カイト

みなさん、こんにちは、アディクトのカイトです。久しぶりに筆をとらせてもらいます。自分は入寮して2年8ヶ月になります。あっという間だったなあと思う反面、一日一日がすごく長かったなあと思うときもしばしばあります。

施設に繋がったのは、脱法ハーブいわゆる危険ドラッグがやめられなかったからです。最初のきっかけはささいなものでした。テレビで危険ドラッグの特集をやっていたままたま見ている、脱法ハーブに興味を持ったからです。テレビの中で使用者のインタビューで「スカッとすると、生まれ変わったような気分になれる」というのを聞いて自分も試してみたいと思い、ネットで注文をしました。早速吸うとインタビュー通り元気がみなぎってきて自分が別人みたくなれたその快感を、今でも忘れられません。ハーブを気に入った自分は最初の頃は上手に使っていました。仕事の休みの日などにハーブを吸いリラックスする。ところがその快樂をもっと味わいたくなり気づけば、毎日晚酌代わりにハーブを吸う状態になっていました。だがちょうどその頃池袋でハーブを使用した交通事故がマスコミに報道され、自分はいけないことをしていることに気づくのですが、自分ではやめたくてもやめられない体になっていました。

ある日自分は大量にハーブを吸いどうしようもなくなって、唯一の身内である姉に助けを求めたのです。そこで姉にハーブを使用していることを告白するのですが、自分の弟がハーブをやっているなんて恥ずかしい、縁を切りたいとまでいわれましたが、それでも姉は手を取り繕って、この施設を見つけてくれたのです。

入寮してからの生活は大変でした。朝は早く起きてキッチン作業をしたり、ダルクミーティングなどのプログラムは想像以上に辛いものでした。毎日こなしていくだけで精一杯でした。

そんな時、自分は群馬のイベント「レイブインマウンテン」に参加するのです。後に自分の転機となる出来事になるのです。自分はセクシャルマイノリティーいわゆるゲイなんです。そのイベントに多数のゲイの仲間が集まったのです。夜にみんなでミーティングをすることになりマイノリティーのメンバーだけで集まり、自分はそれに吸い込まれるようにみんなの話を聞き、分かち合いをし、自分の追い求めていたのはこれだと感じ取ったのです。ミーティングがこんなに楽しいって思ったのも初めてでした。

自分の回復にはマイノリティーの仲間が必要だと思ったのです。仲間の力は偉大だなって改めて気づかされました。

それからの自分は群馬でのイベントでマイノリティーの仲間と会えることを楽しみと思えるようになってたり、イベントでは率先的に話しかけるなど少しずつ自分が変わっていくことを体で感じ取ることができたのです。

そして、今は就労プログラムで、老人介護施設で清掃のアルバイトをしています。ついここまできたのです。何年かぶりに行くハローワーク、久々に書く履歴書、何度受けても苦手な面接、これ乗り越えて内定をもらったときは心の底から嬉しかったです。ただ掃除の仕事も楽じゃありません。お給料をいただいている以上はつらいことがあっても職場で弱音も吐けません。

思い返せば入寮した当時、ドラッグ漬けで自分が働くななんて考えもできませんでしたが、またこうして再び働ける喜びをかみ締めながら仕事に励んでいます。自分は就労する先行く仲間をみて、自分もあんなふうになれるかなんて見ていましたが、実際に自分がその立場にいるなんて信じられないです。

これからも自分が先行く仲間として、良いお手本になれるように頑張っていこうと思います。

私の決心

依存症のヒロ

皆さん、こんにちは。今回ニュースレターを書かせて頂ける事になり、何を書こうかな？と悩みましたが、最近思う事や考えた事を書かせてもらいたいと思います。私は、今年の6月6日でDARCに入寮して丸5年になります。この5年間を振り返り、今DARCで生活出来ているのは、仲間が居たからかなあ～って思っています。5年前の6月6日の朝、矯正施設から出所する時、施設長に迎えに来てもらいました。捕まった時、着の身着のままだったため、とりあえずの洋服や下着等を買いに連れて行って貰ったのを、今でも昨日の事のように覚えています。施設につくまでに、アノニマスネームを決めたり、分からない事を質問したりしていたなって最近よく思い出します。施設での役割をする時に、失敗や間違いを繰り返して、よく注意や指摘を受け、「あ～私ってなんてバカだろう…」と心の中で何度思ったか分からないけど、「注意したり指摘したりする方はもっと嫌な思いをしているに違いない」って気がついた時に申し訳ない気持ち半分、感謝の気持ち半分が持てる様になりました。この5年間色々ありました。色んな仲間が色んな形で施設から離れて行くのを見送りました。実際、私も1度施設を出た事がありますが、キッカケが自分の感情に任せて出てしまったので、出てから親戚や友人に連絡をして、言われた言葉があったから戻る事が出来ました。「自分の感情に関係なく、決めた事をやり抜かなければならにも続かない」この言葉がなければ今頃、薬物をまた使う生活を送っていたと思います。あと、実母の妹の一言が背中をおしてくれました。「私なら施設に戻って意地でも踏ん張る」って言葉です。実母の事が私は大嫌いですが、母の子供だったから、母親に頼らないで生きて来たのだと思います。他者の言葉を大切にきて来たから今があるのだと思います。「人には感謝しなさい、良い事も悪い事も教えてくれるのは人だよ」と言われて来ました。最近色々な言葉を思い出しますが、他者が伝えてくれる言葉はいつも私の為に伝えてもらっている言葉なので大切です。自分を大切にすることが分からなかった私が、今は少しずつ大切に出来ているかなと思っています。でも、やっぱり自己評価が低いし、自己否定も多いし、自分に駄目だしをしてしまうし、「良いところは？」と聞かれても速攻「ない！」と答えてしましますが、「本当？」と聞かれると、「頑張る事は、しているのかも…」と答えられるくらいには、なっているかも…（苦笑）私は自分の変化をあまり認められないし、自分が嫌いですが、昔の自分より今の自分の方が、少し良いなと思えているのも、仲間や施設長が、色んな事を諦めずに言い続けてくれたからかなと思えます。母親としての実母は嫌いですが、人としての母は、人の為に動くので尊敬しています。死ぬまでに実母を好きにはなれないかもしれないけど、嫌いだという言葉が、嫌いじゃないにかわれば良いなと思えます。自立に向けて自転車の購入や、どうい生活を送るか等考えたりしなくてははいけません。でも「この結果に何故なるの？」って言う事を言われる様な事をしてしまう自分が、変わらない限り、自分を好きになれないのかなと思えます。私はDARCに変わりにきたのに…きっと一生かかって変わり続けたいと駄目なのだと思うと、気持ちが折れそうになるけど…でも踏ん張って頑張りたいと思えます。自分の回復は仲間がいたから出来ているものという事を忘れてはいけません。「初心忘れずに…」を意識してないと駄目だって…このままずっと同じ生活は出来ないといつも言われていますが、同じ様な生活でない私は、きっと嫌な事があると逃げてしまうと思えます。だから自立した後、DARCに関わる事や仲間の回復のお手伝いが出来れば良いなと思えますが、それも難しいと言われる事もあります。決心が揺らがない様に今回ニュースレターに書きました。



5月にステップアップした仲間

- 1st
・該当者なし
- 2nd
・ポポ 1sc～移動
・ワディ リーダー～チーフへ
- 3rd
・該当者なし
- CF
・シマちゃん Stage1～Stage2へ
・オー Stage2～Stage3へ
- PP
・ヤス、マミ、ミチコ Stage1～Stage2へ

5月の献金・献品

(献金) 那須トラピスト修道院様、匿名者3名様

(献品) 岩田様、他匿名者1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

- ・事務用品(中古パソコン等)、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 からソフトボール用のグローブ、用品よろしくお願ひします。
- ・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ひします。
- ・PP から自転車の中古品でもよいのであればお願ひします。

お知らせと一言

・早いもので2nd Stage Center も開設して一年が経ち入寮者も増えてきました。最近歳のせいか時が経つのが速い事を実感しています。これから梅雨時期です。皆様におかれましてはお身体ご自愛くださいませ。

編集 秋葉

四十にして迷わず？

依存症のナツ

十五にして学に志す。三十にして立つ。四十にして迷わず・・・と孔子は晩年を振り返って言っていますが、私の場合、十五にして酒の味をおぼえ、三十にしてダルクで誕生日を向かえ、四十にしてこれからの人生どうしよう？です。最近、思うことが人生これで良かったのかな？と。もう一生が終わってしまったかのような事ばかりです。かなり長い時間リハビリに費やした為、自由が怖くなってしまったようです。ずっとダルクという訳にも行かないのは重々承知していますが、「ダメもとでやってみるか。」と言う何人かの先行く仲間の言葉が頭を過ぎります。自分でもダメと分かっているのに、今後の事なんて、にっちもさっちも行く訳ありません。この年でこれだけ迷うとは思いませんでした。孔子は凄いな・・・。地元の会社に勤め始めて9ヶ月が経ちますが、これまで順調という訳でもなく、何度も辞めようと思いましたが、今後もその連続なのだと思うと、うんざりします。稼ぐってこういう事なのかと思うと人生って辛いなあと感じる事が多くなりました。なんだか悲観的な事ばかり・・・。つまりところは、一人になるのが怖いのかな？。口は達者な方で、理詰めで相手を論破したり、正論を言ったり、強がったりするのは訳もないのですが、今回ばかりは、どうも相手の居ない出来レースに挑もうとしている様で・・・。どうせ潰れるのだから卒業に遅いも早いも無いのかなと。さて、そんなマイナス思考をしても社会と仲間は私に働きかけます。どうやって巣立たせるか？野に放つか？世に送り出すか？じゃあ私自身どのように努力するか？どんなに小難しい事を書いても、どうせ伝わらないのだから、端的に・・・。「卒業しないで自由だけが欲しい!!!。」とまあ、正直になるとこの様な相反する甘ったれた考えがポロリと出てくる訳です。本当にどうしよう？（笑）。今回ばかりはこれ以上書く事が無いので薬物問題に焦点を合わせます。辛くてもお酒が飲めない。じゃあどうするの？薬物？もってのほか。生きてて何が楽しいの？仕事？否。どうせ詰まらないなら少ししらふで居て見ようかな。頭の中の堂々巡りは終わることはありません。それでも少しだけ前向きになると、ダルクにお世話になり始めた時に人生終わったなと思いました。それでもどうにかこうにか今までなるようになってきました。今後もあるようにしかならないのだと思います。薬を使わなければそこそこの人生が待っているかも？まあ直ぐには結果なんてでないと思うので、今の仕事を続けること。助けてくれる仲間と関わって行くこと。あわよくばしらふで。最悪ミーティングで助けてもらう。この辺を押さえていけば少しはマシかな？これだけ出来れば凄いいけど。伸びに伸びた卒業予定。自分自身の臆病さなのか、依存症の怖さを熟知したのか、ただ面倒くさいだけなのか、良く分かりません。まあプログラムをやってもこの程度とアピールしている様なものです。自分と向き合う時間なんて腐るほどあったのに。それでもたぶんに言える事はプログラムから離れた終わり、わずかでも繋がってれば何とかなるかも知れない。自分に選択肢は無く、死にたくなければ関わり続けなくてはならないという事です。

それはこれまでに卒業していった仲間や死んでしまった仲間が教えてくれました。どうせなら助かりたい。うまく行くかなあ？。その為にはこれからも仲間に迷惑をかけ続けて行くのかと思うと複雑で面倒くさいですが。改めて寛容さの必要性を感じながらも未だに違い探しという物をしてしまいます。今の今まで、迷い続けてきた半生。そして迎える折り返し地点。今後をより良く生きるなんて大それた事はいえませんが、そんな事考え続けられるほど余裕ではありません。五十を迎える頃には天命を知っている訳もなく、その時、体に薬物が入っていなければ良しとしようと思います。



ゴールデンウィークの時に BBQ をした写真です。

この時は卒業生も参加してくれました。卒業生の中にドローンの会社に勤めている者がいてドローンを借りてきてくれました。そのドローンから撮影した写真です。



施設報告

1sc（導入）17名 2sc（回復）10名 3sc（後期・社会復帰）8名 CF（農業）16名 pp ピースフルプレイス（女性）13名計64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。