

次月活動予定

8 月

- 1 日 男性施設合同海水浴
- 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 女性施設海水浴
- 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
明徳会更生保護施設プログラム
- 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
- 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

9 月

- 1 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
- 2 日 NA 北関東エリアギャザリング
- 3 日 NA 北関東エリアギャザリング
- 4 日 アディクションフォーラム実行委員会
- 6 日 再乱用防止教育事業県北
- 7 日 榛名女子学園薬物依存離脱指導 岡本台病院プログラム
- 8 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 薬物依存臨床医師・看護師等研修
- 11 日 東京保護観察所プログラム ガイドポスト 明徳会更生保護施設プログラム
- 12 日 J-MARPP アルコール関連問題研修会 再乱用防止教育事業県南
- 14 日 榛名女子学園薬物依存離脱指導 県北家族の集い 再乱用防止教育事業県庁
再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 15 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 16 日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 22 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 28 日 宇都宮保護観察所プログラム 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
- 29 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

編集 特定非営利活動法人栃木 D A R C
〒320-0014
栃木県宇都宮市大曾 2-2-14 形松ビル 3 F
TEL 028-650-5582 FAX 650-5597
URL <http://www.t-darc.com> Eメール:nesm@t-darc.com



昨年度の総括

特定非営利活動法人 栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

梅雨のシーズンではっきりとしない天気が続いておりますが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

栃木 DARC ではこのシーズンは具合の良くないメンバーが続出です。早く夏らしい気候にならないかと待ち望んでいます。

さて今回は昨年 16 年度の利用者統計をご報告いたします。

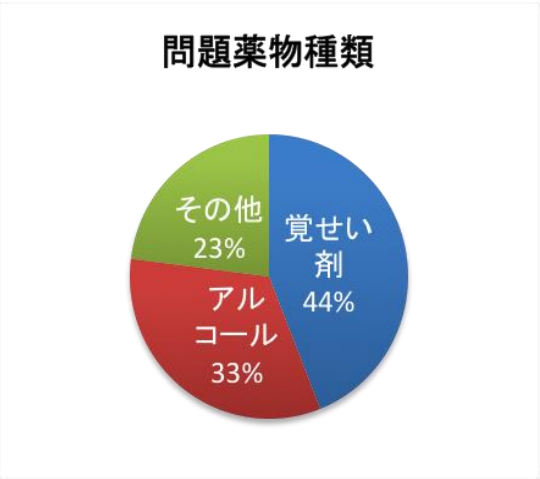
まず利用者数は年間平均で女性 11 名男性 44.6 名の合計 55.6 名でした。昨年度の 6 月に 2nd Stage Center を開設したので全体の定員が多くなったため、前年度と比べ 0.7 人増加しました。入寮時の問題薬物の割合は覚せい剤 44%、アルコール 33%、その他 23%と前年とほぼ変わりません。その他には精神薬、大麻、危険ドラッグ、市販薬などが含まれます。利用費の負担の割合は、生活保護が 80%、家族負担が 17%、保護観察所の自立準備ホームが 3%となっており、前年度比では生活保護がますます増加し、自立準備ホームが減少しました。開設当初の 14 年前と比べると生活保護と家族負担が逆転しています。

続いて 17 年 6 月 1 日現在の横断統計となります。女性 13 男性 51 合計 64 名。そのうち精神の併存障害ありが 34 名なしが 30 名で若干多いですが、併存障害のある人の方が多くなっています。出身地では栃木県出身者が 61%と最も多く、栃木以外の関東近県出身者が 29%、その他が 10%でした。入寮時の年齢は 40 代が最も多く 38%、次いで 30 代が 34%、20 代が 11%、50 代以上が 17%となりました。昨年度は 30 代が最も多かったので、年齢層が上がっています。生活保護が多くなっている一要因であるかもしれません。また検挙経験者としては有 70%、無 30%で有の中の刑務所経験者は無 65%、有 35%となっており、初犯者が最も多いということがわかりました。また刑務所経験有のうち服役回数 1 回が 36%、2 回が 5%、3 回以上が 59%となっており、大方は 1 回ということでした。

また入寮経路としては、一般の来所相談が最も多く 41%、次いで病院からが 20%、

刑務所からが 13%、その他が 26%となっています。

全般的に前年度から大きな変化はないが、年を経るごとに関係機関との連携がよりスムーズになっているため、ニーズも高くなってルため、よりキメの細かいサービスと効果の高いプログラムの開発が要です。



最近の出来事

宇都宮 3SC　山口　徹

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃ですが、皆様はお変わりありませんか。
私事ですが 5 月に体調を崩してしまい仕事を少しの間休んでおりました。やっぱり健康管理は大事だと感じています。
年齢もですけど今まで薬を使って体を痛め付けてきたツケなのかなと思っております。
今後は、定期的に健康診断を受けなければいけないと思いました。
さて、最近の 3SC の報告をしたいと思います。
今年の 3 月一度に 4 名のプログラム終了生がでました。これは、かなり嬉しかったです。4 名もいきなり施設を出たので寂しさもありますがプログラムを終了したみんな施設などに遊びに来てくれるので嬉しいです。依存症者は、みんな寂しがりやですから、私も含め悩みがあるときはもちろんですけど、今後も終了した仲間とも食事や色々なところ遊びに行きたいですね。自分の回復の助けにもなりますから一人になってしまうことや仲間と合わなくなっているところに悩みごとができる欲求にも繋がっていつてしまうときもあると思うので。
現在、3SC には 9 名の仲間がプログラムを受けています。
その中で就労に出ているものが 4 名、職員研修に入った人が 1 名います。年内にプログラムを終了する人も出てくると思います。仕事に出て、最初の何ヶ月間はみんな辛そうにしています。対人関係が苦手な人や、気疲れしているのかなと思う人もいます。私もあまり対人関係は得意な方ではないので大変だろうな、大丈夫かなと思って見えています。でも、みんな頑張ってるやっています。
本当に、その職場が合わなければ他のところに、また挑戦してもいいんじゃないかとも思います。でも、どんな職場でも嫌なことはあるでしょうから本人と相談しながらゆっくりやって行こうと思います。

私は、前にも書いたと思いますが仲間の相談を聞
のが本当に好きになってしまいました。一緒に悩ん
だり、ときには怒ったり、ムカつかれたりしなが
ら話をするのが今では大好きです。この仕事を
選んで良かったと思います。だって人との関わり
が大事なことに気づけましたから。
今後も色々なことが起こるし、あると思います
が皆様よろしく願いいたします。



那珂川での生活

依存症のチビクロ

はじめまして、　那珂川コミュニティファームのチビクロといいます、よろしくです。
毎日施設でやっていることは草取りなどの農作業で、毎日作業が忙しい日よりです。　やる作業と言えば、畑で茄子を育てたり、ハウスを組み立てたり、でかいハウスを解体したり、肥料や荷物(鉄柱など)を運んだり、毎日やるのがたくさんありたいへんで、土日以外休みのないプログラムで毎日汗をかいています。自分がいま興味のあるのがジャガイモの育成などで、いま育ち盛りで夢中になっています。今回、植えたじゃがいものほとんどは男爵イモで、成長がとてもはやく他の植物より成長のはやさがめだちます。以前、じゃがいものめんどろに失敗していて、雑草をとれなかったり、まだつくりかたがよくわからず、ちいさいじゃがいもばかりしか収穫できず、じゃがいもの手入れまであまり手がとどきませんでした。今回は、周りに生えている雑草を自分でとりにいったり、はえているのがあまりよくないとおもう草を根っこごととって、端へなげてみたりしていて、いちおうは手入れしている感じです。雑草は、じゃがいもの葉っぱを食べる虫が、どこかから飛んできて集り畑のじゃがいもを枯らしてしまうこともあり、ただそだてているだけというわけにはいかないようで、近くの雑草から虫が(幼虫から)発生して、じゃがいもの葉っぱにむらがり、虫はそのじゃがいもの葉っぱや茎を食べてしまうこともありたいへんです。また、小さい蟻もまたそんな感じで、やっぱり茎をかじって、茎を倒してしまうこともあり、結構いいじゃがいもをそだてることはむずいといえます。

話はかわりますが、私はじゃがいものフライドポテトが好きで、フライドポテトを何度か作って食べていました。それ以外でも、自分は小さな頃から日課のようにフライドポテトを好んで食べていて、お店へ行きポテトをたのんでは、ひとりでポテトをじゃがいもの育成、収穫を意識しながら一本ずつ口にはこんでいました。畑でとれるじゃがいもはどれくらいだとか、大きさも想像しながら食べてよろこんでいました。じゃがいもに興味があるのは、自分だけではないのですが、自分の周りの人たちもじゃがいもが好物でいつも食べていたので、自分もじゃがいものことが気になり、いつもじゃがいもをそうぞうしながら食べているぐらいすきでした。いまいる施設は、那珂川コミュニティファームなのですが、チャレンジしているプログラムといえばやはり手繰りながらの開拓作業で、いままで自分がやったことのない作業(ビニールハウスの組み立てなど)で、ヒマな時、農家の人が外でやっているのを見かけはするのですが、実際にその作業に参加させてもらうことがなかったものですから、とても新鮮な気持ちで那珂川コミュニティファームでのプログラムをうけさせていただいています。作業の方は、失敗をして注意されることも多々あり、いちからやり方を習い、まちがってはじめてからやりなおしたりしながら、ひとつひとつおぼえいって、はじめて、日々少しづつ回復がすすんでいるのかなと感じています。

毎年 1 年間単位で作業を繰り返しているプログラムですが一度もなかったことのない作業として、意見を言う事もせずだまって作業にうちとけてみてはじめて回復のプログラムを受けているような感じで、毎日安定した施設での生活をおくれているのもこのおかげだとももっています。いっしょに施設で生活してくれているメンバーもいっしょに我慢してプログラムを受けてくれている感じで、自分としてはとても感謝しています。　薬物からの回復の施設で、ふだん自分が薬物の事で悩んでいることも多少ありますが、普段はそのことを考えないように土いじりのプログラムを受けてもんだいな悩みを解消させていただいています。

最後に、プログラムをつうじていつも見守ってくれているメンバーといっしょに施設にいるときこそ少しずつ成長して少しずつでも前進できていることをしんじて生活していきたいと思っています。ありがとうございました。

わるのり

依存症のノリ

施設生活 3 年が経ちました。千葉の館山の施設で 2 年。那珂川の施設で 5 ヶ月。那須の施設で 6 ヶ月。これから先も続きます。依存症のノリです。

施設生活の中で精神病院に 5 回入院しました。脱走 1 回しました。施設移動 2 回しました。途中退寮 2 回しました。アルコールでのスリップが多数、咳止め薬で 1 回、マリファナで 1 回スリップしました。見知らぬキノコを乾燥させて食べてお腹を壊したり、ペンペン草や薬草でトベルかどうか試してみたり。1 DAY キータッグは 8 個もらいましたが何度スリップしたかわかりません。朝起きて玄関で大自然をみるとコカインを吸いたくなるし、シャキッとしたくてエナジードリンクが飲みたくなったり、もう薬の欲求が止まりません。薬の止め方がまだ理解できていません。まだまだプログラムを受けなければいけないような気がします。

自分が受けたプログラムの中で好きなのは、館山でのジェットスキー海水浴プログラム、那珂川での温泉プログラムと農作業プログラム、那須でのスノーボードプログラムと運動プログラムです。薬を使っていた時はあぶら汗しか掻いていなかったの、気持ちのいい汗を掻いて仲間とフェロウシップをとっていると、ああプログラムが入ってきているんだなと実感できます。それとミーティングに対してあまり否定的にならなくなりました。そこは自分でもびっくりしている所です。自分自身つらい時に毎日ミーティングで同じ事を繰り返し言っていた時があったんですけど、今思うと「ああそういうふうに毎日思ってたんだな」と思い返す事があります。先日、講演でスピーカーをさせて頂いたんですが、話をする時に両手と右足が震えだしちゃって頭の中がパニックになりました。声も震えてて出てきた言葉は今までミーティングで話したことでした。半分覚えてないけど。途中なんか気持ち悪くて吐きそうでした。緊張すると気持ち悪くなるんだって初めて知りました。

仲間の話が印象に残る時があります。最近では、一緒に講演に行った先ゆく仲間の話が 1 番残っています。「施設の為にできることは自分が笑顔でいることです」と話されていました。シンプルな事だと思うんですけど、いつも笑顔でいるのはとても大変な事なんじゃないかなと思いました。自分は誰かの為に笑顔になろうなんて 1 度も考えた事はありませんでした。仲間の事を思える人の言葉だと思いました。

今、クリーンが 6 ヶ月続いてます。最高新記録です。6 ヶ月の中で 1 番嬉しかった事は、実家で飼っている犬が病気で死にそうになったのですが手術に成功したことです。病気になる時すぐにかけつけてあげられない自分が情けなくなりました。小型犬なのであまり長くは生きられないので、会わせてもらえないか施設長に相談をしています。どうなるかは分からないですが今のところ話はうまくいきそうです。もし会える事になったら危険ドラッグを使ってる時に売り飛ばそうとした事を謝りたいと思います。自分にできる埋め合わせからしていきたいと思います。

那須の施設にいて今思う事は安心できる事です。腹割って話が出来る仲間が増えました。自分はたまに精神的におかしくなる時があって自分では気づかない時があるので、仲間におかしいよと言われた時には睡眠をよくとるようにしています。暇な時に仲間と遊ぶのもおもしろいです。先日は山菜を採って天ぷらにして食べました。ホットプレートですき焼き、もんじゃ焼、お好み焼きもやりました（すき焼きの時にお酒の欲求がハンパじゃありませんでした）。薬が止まらなくなっていた時にはあまりやらなかった麻雀、花札、将棋、トランプなんかも楽しんでます。

施設生活も長くなり 31 才になりました。結婚できるのか不安になっています。今はほんと自分の事で精一杯です。今月のプレジャーのカラオケを楽しみたいと思います。

日々リハビリ

依存症の TK

栃木 DARC で生活を始めてから、今年で 4 年になりました。今までを振り返ると実に色々な形でリハビリをしてきたことに気づかされます。初期施設では主にプログラムを通じてのリハビリが多かったように思います。例えばテキストを用いた 3 ステージプログラムや T-DARRP では、単に薬物などの知識を得るだけでなく、自分の欲求の入る状況を特定したり、自分の生活スタイルのどこに問題があるのかを考えたりしました。入寮する前には考えたこともなかったの、とても役に立ちました。また、キッチン作業やサポートといった役割も共同作業の練習になりました。私は共同作業があまり得意ではないので、誰かに作業を依頼したり、一緒に食事の献立を考えたりといったことが印象に残っています。

私が自分でリハビリがどんどん進んでいったと実感できたのは研修スタッフになってからでした。最初は事務所で簡単な事務作業からでしたが、次第にプログラムの司会をしたり、車で仲間を病院に連れて行くなど、幅が広がっていきました。特に車の運転は相当自信の回復に繋がったと思っています。10 年間ペーパードライバーで入寮前たった 1 年運転をしていただけだったので、最初はとても不安でした。最初は近所の医院から始まり、少しずつ距離を伸ばして行って、各地の NA 会場や病院にも行けるようになりました。今では自信を持って運転しています。

そして、私のリハビリの質が大きく変わったのは宇都宮の施設に移動してからです。盲導犬協会でのボランティアや薬物乱用防止パトロールなどプログラムの内容も目新しくなったのですが、それ以上に役割が重要になりました。最初についたのがアウトリーチ部のアシスタントという役割で、この部署は刑務所教育や薬物乱用防止プログラム、学校講演などを担う対外的な部署で、外部の人とのやりとりが一挙に増えました。その中で、外部の人が参加するプログラムに参加したり、今までは知り合う機会のなかった人とも知り合えたりと、世界がとても広がりました。

そして、今の宇都宮 3SC でのチーフという役割も自分にとって様々なリハビリになっています。みんなの生活費や医療費を管理したり、市役所との手続きをしたり、週間の予定を組んだり、プログラムのファシリテーターを務めたりと、その業務の内容は多岐に渡ります。生活費の準備や医療費の管理など、増えたとはいえ事務作業は元々得意なので苦になりませんが、皆から予定を聞いて、施設の一週間の予定を立てたり、相談を聞いたりといったメンバーとのやりとりは、人付き合いの苦手な私にとって、結構なストレスとなりますが、その分着実に経験となっているような気がします。

それから、プログラムの進行とともに家族再構築も進められています。もう既に 4 回ほど実施されました。両親にどのようなプログラムを受けていて、どういう役割についていて、今こういう課題に取り組んでいて、どのような生活をしているかといった話をしています。話を聞いて両親は安心しているようですが、やはり将来私が薬物を再使用するのではないかという不安は拭えないようです。再構築の際は、両親と食事をする機会もいただけます。食事をしながら弟や従兄弟などの近況を聞いたりしています。いつも無事な様子なので私も安心して生活が送れます。また、私は数年前に事故に遭い、その事故に遭った日が近くなると PTSD 症状に苦しめられているのですが、この数ヶ月前からカウンセリングを受けはじめたので、カウンセリングの様子なども話しています。両親からは、費用の事は気にしないでいいからカウンセリングを続けるようにと言われました。両親ともに私のリハビリについては理解があり、最大限の支援をしてくれています。もう二人とも高齢なので私も色々と心配もありますが、自分自身のためにも、応援してくれる家族のためにも、これからも回復とリハビリを続けていきたいと思います。

リアルガチ！！

依存症のまゆみ

こんにちは♪ニュースレターを書くのは久しぶりです。何回書いたか忘れました…。今年は出だしから最悪な年でした。12 月 31 日大晦日具合が悪くなりました。寂しい…家に帰る…泣きながら大晦日の夜を過ごしました。カウントダウンもする事なくその日は早く寝ました。1 月 1 日、朝起きてみんなが、おはよう！あけおめ！と言ってきたケド、朝が弱い私はすっごい小さい声であけおめ…と言いました。朝からおせち料理…私はおせち料理が食べられないからカマボコとお雑煮を食べて部屋に戻りました。これからみんなで初詣…そんな気分じゃないのに…行きたくない…これじゃ行ってもつまんない…気持ちをきりかえて、化粧を始めました。久しぶりにしました。いつもスッピンでどこでも出掛けていたから久しぶりにすると何か変な感じだった。八坂神社に行ってお参りをしてお守り売り場に行きました。そしたら私は厄年でした。ガーン…厄除けのお守りを買った方がいいと言われたので買いました。厄年だから私は DARC に居るんだ…そう思いました。その後みんなで買い物に行きました。いっぱい買い物をしてお金をほぼ全部使い切りました。夕方ぐらいから咳が出はじめました。なんだか喉がイガイガするなーって思いながら買い物をしていました。施設に帰っておフロに入りその日は寝ました。次の日…起きたらすっごく体がだるくて熱っぽいなーと思って熱を測ったら 37.5℃ぐらいありました。ガーン…風邪引いた…正月そうそう風邪かよ…最悪…って思った。その日はみんなで温泉に行く予定だったけど私は施設で寝ていました。どうせ家族風呂しか入れないしな…。やっぱり厄年だからだ…そう思いました。夜になって熱はどんどん上がりました。でも薬も何もない…眠れない夜でした。そんな夜が何日も続き、1 月 4 日病院に連れて行ってもらいました。咳は相変わらず酷く、お腹が痛くなる程でした。まーただの風邪だろうなーと思っていたら『インフルエンザですねー』と言われてビックリしました！まさかのインフルエンザ…施設の中でインフルエンザになった人初めてだよーと施設長もビックリしていました。その日から私は使われていない部屋に隔離されて何日もその部屋で生活していました。ずっと寝てるだけだったケド。部屋から出るのはトイレに行く時のみ…マスクは 2 枚重ねでした。ご飯もずっとおかゆ。食欲もなかったです。私の年明けはこんな感じではじまりました。その後も髪の毛を染めたのがバレて黒染めした事もあった…私は DARC に来て何回も黒染めをしています。何で茶髪はダメなの？不満しかありません。最近も NA をサボってるのがバレて怒られました。3 月から私は作業所に行き始めました。週に 3 回行っています。仕事もまともにやった事ないのにちゃんと出来るかな？続けられるかな？不安な事いっぱいありました。でも行き始めて 3 ヶ月経ちますが、今の所何とか頑張ってるのも子供からの手紙があるから…私は子供が 3 人居ます。13 才と 11 才と 3 才。成長していくのがすごく早く感じます。施設の中でちょっとイヤな事があるとすぐ出て行く！と言います。喧嘩もよくします。この前も仲間とトラブルがあってその時も、マジ無理…こんな奴と生活なんかできない…という気持ちが出てきたけど、前の子供からの手紙を受け取った事を思い出しました。私のこーゆー気持ちを止めてくれるのは全部子供からの手紙です。やっぱり子供の事を思う途中で辞められない…約束したし。本当はまだまだ全然遊びたい…！クラブに行きたい…！踊りたい…！そんな事ばかり思っています。だけども子供が待ってるから…頑張るんだ！！って思いながら毎日笑って生活しています☆



6月にステップアップした仲間

1st
・ペー サポートへ
2nd
・ユキ 1sc～2sc へ移動
3rd
・チビクロ CF～3sc へ移動
CF
・マチャン Stage1～Stage2へ
PP
・該当者なし

6 月の献金・献品

（献金） 藤原、栗山更生保護女性会様、岩田様、匿名者 1 名様

（献品） 藤原、栗山更生保護女性会様、他匿名者 6 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 からソフトボール用のグローブ、用品よろしくお願いします。
- ・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。
- ・PP から自転車の中古品でもよいのであればお願いします。

お知らせと一言

- ・毎日ジメジメした日が続き早く梅雨が明けてくれればと思っています。梅雨が明ければ暑い夏がやってきます。これからの時期はイベントが盛り沢山 NA の大阪でのコンベンション参加や海水浴などがあるので楽しみたいと思います。

編集 秋葉

同時存在

依存症の TAKA

この度筆を取らせていただきます、依存症の TAKA です。前回の投稿から約2年の月日が流れていました。ニューズレターが皆様のところに届く頃には、2sc から 3sc へ施設異動していると思います。入寮から今に至るまでの振り返りと感謝の言葉を述べたいと思い、今回筆を取らせていただきました。

2013年に傷害事件を起こし、2015年の5月に退院して通院処遇を栃木 DARC のプログラムを通して継続することになりました。入院中に自助グループのミーティングが行われていたので、入寮時にはミーティングに参加してくれた仲間のおかげで入寮の生活も馴染めやすく、入院時から続けていた自助グループのワークブックを用いた日記も継続することが出来ました。入院時から準備していた新しい生き方への取り組みを進めることができたのも仲間の援助のおかげでした。とはいいつつもやはり自分の問題がすぐに改善されているわけではなく、紆余曲折を経て施設への入寮に至っている仲間たちとの生活には生活習慣の差などあらゆる面で自分の感情を左右される機会が多かったです。自分の内面に目を向けることなく状況や環境を変えるべく奔走していたり、観察に重点を置いた生活をしていたので、そういった出来事が自分を変えるきっかけになるとはなかなか思えず、仲間の違いを受け入れられないことをいいことに、思考の中では自分を疑い始めたり、仲間の行動が過去の自分の行動とリンクすると自己嫌悪に陥ったり、頭の中ではいつも葛藤と格闘していて、そんな自己矛盾を抱えながら生活することが嫌になったこともたくさんありました。入院中に準備をしていますが、密度の濃い集団生活では机上の空論になりがちでしたが、行動を伴った経験を積んでいけばいつかそれが自信につながると信じて、諦めずに自分と向き合うことに活路を見出してきました。

2016年の8月に2scに異動になりました。その頃には状況・環境はどのように自分がみているかという反映であり、感情はその思考にあわせた反応として自分がつくりだしているということを理解できるようになってきました。それをしっかりと受け止める時間を設けないと正当化や理由をつけてしまいがちになってしまいます。でするので自分の問題と人の問題を混同しないよう情報の受け止め方に注意を払った生活を心がけるようにしました。過去の仕事の成果を存在意義に結びつけて人の評価の中で生きることによって躍起になってしまい、自分の責任を引き受けることから目を背けていたことにも気がつきました。今でも自分の問題に目を向けると正当化したくなったり、その証明をしたくなったりして人の評価を求めてしまう気持ちになることがあります。自分をごまかしてまで物事を背負おうとするクセはしっかり改善しないといけない問題だと思います。

2scの生活を通して感じたことは、状況や環境に応じて柔軟に対応すること、その中でも自分という存在を自身で認知しておきながら状況を観察する勇気と辛抱強さを持つこと。責任を負う立場に必要なことは効率を求めず、一人ひとりになるべく平等にきっかけをつくること。この事が自分にとって一番難解な問題でした。心の中で「自分が動いたほうが

早い」と思ったり、仲間が用意した結果が自分の意にそぐわない事を自分の感情や思考を切り替えることをしないで、先に心の中で相手を裁いてしまうことを認めないといけない事がとても辛かったです。大切なのは仲間も自分も見守るという行為。「そういう自分を受け入れていく」という内観作業が自分には必要だと思っています。

自己矛盾に苦しむことから逃れたいがために、行動や思考の正当化に理由をつけたくなる場面は今でも沢山あります。その事で悩み苦しむことは学びであると信じ、永遠の存在である魂を、思考という無限の世界を有限の肉体を通して成長させるために「今がある」ということを真摯に受け入れながら歩みを続けようと思います。



2nd StageCenter から

NHK 宇都宮放送局の取材を
受けました。

その時の写真です。



施設報告

1sc（導入）14 名 2sc（回復）11 名 3sc（後期・社会復帰）9 名 CF（農業）15 名 pp ピースフルプレイス（女性）12 名計 61 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。