

次月活動予定

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
- 9日 鹿島家族会
- 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
- 24日 家族会 BBQ
- 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

10月

- 2日 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
- 4日 再乱用防止教育事業県北
- 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 J-MARPP アルコール関連問題研究会準備委員会
- 11日 黒羽刑務所薬物依存離脱指導
- 12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
栃木県農業大学校講演
- 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 東京保護観察所プログラム
- 17日 再乱用防止教育事業県南
- 18日 栃木 DARC・岡本台病院連絡会
- 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

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

SSKO

栃木 DARC

ニュースレター 第172号(2017, 8.)

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

季節とアディクション

特定非営利活動法人 栃木 DARC

代表理事 栗坪千明

梅雨が空けましたが、夏らしくないあいにくの空模様が続いております。皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

栃木ダルクは入寮生活が中心です。そんな天気が続くと、家の中に引きこもりがちになり、普段気にならないことも気になってしまいます。同室のメンバーの言動などに囚われてしまったりします。一般の人もそうかも知れませんが、特に人との距離感を上手に取ることの出来ない私たちは、とても苦痛に感じてしまったりします。従って些細なことで、揉め事が起きやすくなるのもこの時期です。

そんな夏の時期はイベントが多い季節でもあり、参加することでみんな気分をコントロールしているのでしょう。7月の末は大阪で NA リージョナルコンベンション、たくさんのメンバーとフェロシップを取り、回復のエネルギーを蓄えました。8月に入ると上旬に海水浴、海のない栃木県では海に行くということも特別でとても楽しみにしています。下旬はキャンプに行く予定です。自然の中で、4つに分散している施設のメンバーが一同に会し、普段とは違うコミュニケーションが取れるでしょう。

SMARPP（認知行動療法）などで「強くなるより賢くなろう」というスローガンがあります。この言葉のとおり依存症からの回復は修行ではありません。社会で起こりうる様々な場面を想定したプログラムを実施していくことが望ましく、メンバーがプログラムや日常生活の中で、その場面場面に応じた自分なりの欲求の回避方法に気づくことが重要です。守られた中で回復していくことはできません。ましてや我慢などで回復することもあります。そういった意味では、良いストレスも悪いストレスもたくさんあるこの時期は大事なのではないでしょうか。

私たち職員も一緒です。この時期は講演に呼ばれたり、会議に呼ばれたりすることも多く、1年を通して忙しい時期です。この時期をどう乗り切っていくか、メンタル的なセルフコントロールをどうしていくかは大変ですが、イベントなど他者とのコミュニケーションで解消される部分は多くあります。暑いこの時期を乗り切るのに人と出会い、人と話し、共同作業をして行くことは良いストレスとなり悪いストレスの対極にあると思われます。これからの暑い時期、クーラーの効いた部屋に引きこもらず、どんどん外に出ていきたいと思います。

発行所

郵便番号一五七〇〇七二
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会
東京都世田谷区祖師谷三―一七―一〇二号

定価100円

思うこと

ピースフル・プレイス
施設長　　栃原　タ子

ジメジメとした梅雨も終わり、季節は夏本番を迎えようとしています。
ここ数年この時期になると、水不足や暑すぎるくらい気温、そうかと思えば大雨による水害など、季節に合わせた自然の流れが、何か見えない力によって変わってしまうのではないかという不安を感じたりもしています。

この時期、ピースフル・プレイスのメンバー達も夏のイベントに参加をすることが多くなります。他施設が開催するフォーラム、地域のお祭りや花火大会、海水浴など。
薬やアルコールを使わないで、ダルクの仲間達と参加するイベント。イベントだからといって、ただ楽しい訳ではなく回復の段階によっても 1 人 1 人感じることも思うことも違います。
仲間たちと一緒にその状況を思いきり楽しめているメンバーがいれば、その盛り上がり気持ちさがソワソワしてしまい、具合を悪くするメンバーもいます。母親という立場で入寮をしているメンバーにとっては、家族連れや子どもの姿を多く見かけるお祭りなどは、それだけで悲しくなってしまうことも多いです。飲んでいる人を見てアルコールの欲求が入るメンバーもいます。偶然、知り合いに会うメンバーもいます。そして、いろいろなことを、それぞれが感じながら皆でハウスに帰ります。

今年も参加するイベントはありますし、そこでメンバー達が感じることも思うことも同じです。シラフで感じられることは楽しいことも辛いこともあるけれど、回復が始まって間もない時期は辛いことの方が大きい気がします。けれど、ダルクに居て仲間の中で感じる辛い感覚は、薬やアルコールを使っていた時に 1 人で感じていた辛さよりも“超えられる感”が大きいと思います。だから、私は仲間の中で沢山のことを経験して、いろいろな感情を抱いて、それを仲間の中で受け止める作業を繰り返して欲しいと考えて、プログラムとしてイベントの参加も大事にしています。

新しく入寮してきたメンバー達と入寮期間が長くなってきているメンバー達。入れ替わりは尽きませんが、その時いるメンバー達の雰囲気施設の空気が作られています。
今年の夏は、どんな夏になるのだろうと、今いるメンバー達を見ながら楽しみに思ったりもしています。

ダルクでのプログラムも、しっかり進んでいます。
就労継続支援 B 型に通所している 2 名のメンバーも、それぞれの目標を持ちながら継続出来ています。自立のために、具体的な課題を出し動き始めようとしているメンバーもいます。
ステージアップをしたメンバーや、新しい役割を受け持つようになったメンバー。1 人 1 人が前に進んでいくための課題を持ち、自分のペースに合わせて出来る形で取り組んでいます。

ダルクでしか経験できない時間をたくさん楽しんで欲しいなと思いながら、私自身が仲間の中でいつも楽しい時間を過ごさせてもらっているような気もしています。
事務所やリビングで皆と話しをして笑っている時間が多すぎて、メンバー達に「仕事をしてください」と言われています。そのくらい、楽しんでいます。
こういう楽しみも有りでしょ、と思ってもらえたら、それでいいかなと思っています。

過去の自分の人生について

依存症のシマ

私がアルコール依存症になったのは、十八歳の時でした。東京のとある大学への入学が決まった時に、一通の手紙が来ました。内容は寮に入るかどうかと言う事でした。内容を見ると、あなたは規則についてどう思いますかという事でした。私は寮に入れば、食事の心配も無いし、寝る所もあるし、洗濯もできる。何よりも生活費が一定していて、お金の心配がないので入りたいと思いました。ただ一つ気になったのは、寮生活は長髪が禁止で学生服を着用すると言う二点でした。しかしそれでも入寮を希望したいので「規則は学生生活をやるにあたって必要不可欠です」と書いて返送しました。その結果、入寮の決定通知が届きました。入学式の時に体育館で寮生全員が、集まって寮歌を歌い、オスというかけ声を一声にかけたのを聞いた時に言い知れぬ威圧感を感じました。入寮してから一日目は先輩もやさしく、お菓子食うか？とか、ジュース飲むかとかとてもやさしかったのですが、二日目からは態度が急変してさびしくなりました。毎日「オス」と言う言葉を腹の底から百回、腰を四十五度に曲げてやり、寮歌を十曲、覚えさせられて、吐いてしまう仲間もいました。キャンパスの中で先輩に会うと「オス」と挨拶して、返事が返ってこないと何度もやらされて、寮に帰ると正座を二時間させられました。歓迎コンパでも急性アルコール中毒で病院に運ばれた仲間もいたと聞かされました。以上の理由で私は寮生活に嫌気がさして、ある日曜日の早朝に寮を抜け出してそのまま実家に帰りました。実家まで寮長と責任者の教授が連れ戻しに来ましたが、自分と自分の父は断りました。以上の理由で退寮となり、荷物を取りに寮に行った時に仲間が「気にするなよ、元気だね」と言ってくれたり、先輩が「寮生活だけが大学生活じゃあないからな」と言ってくれたりしました。その後アパートを借りて生活するようになりましたが、寮の仲間とか先輩に会うのが嫌で大学への足が向かなくなり、近所の居酒屋に通うようになりました。最初にビールを飲んだ時、苦くて「こんなものをよく飲めるなあ」と思いましたが、飲んでいううちに美味いと思うようになり、毎日、夜十一時頃から午前三時頃まで飲み続け、当然生活費も足りなくなりアルバイトをしてはアルコールを使い足りなくなれば学生ローン、実際にはサラ金に手を出して五百万円の借金を抱えたまま卒業して宇都宮に戻ることにになりました。学生時代に酔っ払ってアパートのドアを蹴破ったり、女子専用のアパートに包丁を持って忍び込んだり、他のアパートのガラスを割ったり、風俗に通いつめてお金を浪費したりしてしまいました。当時はピンクサロンの全盛期で東京の吉祥寺に五十件のピンクサロンが一カ所に集中していて、全店を制覇していい気分になっていたと思いましたが、今では何であんな事をしたのかなと反省しています。

宇都宮に帰ってから借金を抱えたまま薬品会社の営業マンとして仕事をするようになりましたが、ここでもサラ金の返済のためにまた別のサラ金から金を借り、結局は六百万円の借金を当時サラ金返済のキャンペーンを行っていた銀行から金を借り完済しました。

薬品会社では、週末に飲みに行ってカラオケを歌うといった程度で、飲酒については問題はなかったと思います。その後に学生時代（十六歳）からアルバイトをしていた結婚式場に勤務するようになり十五年間は安定した生活を続けていましたが、その結婚式場の閉鎖が決まり、五十歳以上の人は退職となりましたので、課長や部長の職務も私がするようになり、同時に家を建てて親と同居するようになり、嫁姑の板挟みと仕事のストレスで酒と女に走り、再び五百万円の借金をしてしまいました。その後、温泉ホテルで働きましたが、同じような事を繰り返してしまいました。
今は栃木ダルク那珂川コミュニティファームに入寮し、農作業や NA のプログラムを行いながら、クリーンな生活を続けることが出来ています。今後は卒業を目指し、卒業後は自立して健全な生活を送ろうと思います。

風邪薬依存症

ニュースレターをご覧の皆さま初めまして、栃木 DARC 那須 1st Stage Center にお世話になっている依存症の ET です。簡単に自分の事を説明すると、ただの薬物中毒者です。覚せい剤よりタチ悪いと言われている風邪薬中毒です。最初は興味本位で 7 錠飲んでみました。言葉では言い表せないほど幸せな気分になりました。1 日 7 錠で気持ちが高ぶっていたのですが、そのうち 7 錠じゃ足りなくなり 1 日 40 錠ぐらい飲むようになってしまいました。そして最終的には 1 度に 1000 錠飲んでしまい救急車で運ばれました。運ばれた事が 4 回あります。その度に母親に付き添ってもらい、多大な心配と迷惑をかけました。思い返すと本当に自分は人間のクズだと実感しています。時間をかけてでも自分の悪い所を直していきたいと思います。那須に来て 2 ヶ月ほどになりますが、自分なりにプログラムを受けて仲間と過ごしています。プログラムでも生活していく上でも気をつけなければいけないと思っている事は、体調管理だと思っています。長く体調不良がつづいているので、気をつけなければいけないと思っています。午前にダルクミーティング、午後に NA があるのですが、そこで自分の話をする時に話がまとまらなくて短くなってしまう事があったり、パスをしてしまう事が多々あります。ミーティングの中で少しでも自分の言葉をはきだせたらいいなと感じています。生活の中では苦手な事ばかりです。清掃作業、ワーク、キッチン、すべて苦戦しています。実家に引きこもっているときは、TV で野球観戦をしていたり、音楽を聞いていたり、パソコンでユーチューブを見たりしていました。ですから台所に立った事もなく、部屋はゴミだらけ、ほとんど部屋から出る事はありませんでした。今の生活が本当にキツイです。話は変わりますが、この施設は入寮してくる人や退寮してしまう人やステップアップして 2nd Stage Center に行く人など、とても入れ替わりが多い施設だなと感じています。いっしょに生活していた仲間が 3 人ステップアップして 2nd Stage Center に行きました。生活をしていて中には逃げ出してしまう人もいました。自分もその中の 1 人で 2 回施設から逃げ出しました。ひきこもり生活だったので 1 つ 1 つの場面にストレスを感じてしまい、それが原因で逃げ出しました。今思えば 20 人くらいいる友人や知人は、薬を使っていた時の自分が作った人脈なので、本当の自分は誰からも相手にされないかもしれないとマイナスに考えてしまいます。風邪薬を飲んで調子に乗っていた自分、風邪薬を飲まないで引きこもっていた自分、どちらも自分なのですが何が何だか分かりません。7 月 8 日にカホンの発表会があったのですが、家で引きこもっている時に支援してくれた人が 3 人見に来てくれたのですが、知り合いの顔を見て薬を使っている時の事を思い出してしまいました。けれど嬉しかった事は、「かっこよかった」「感動した」と言ってくれました。今迄の人生を振り返ってみると、何かを本気でやったという事がほとんどなかったように思います。本気でやらなかった例を書かせてもらおうと中学 2 年生の運動会の時です。クラス対抗リレーの選手に 40 人の中から選ばれたのですが練習をサボっていました。いざ本番、2 着までが決勝進出という中、前走者が 2 着でバトンを繋いでくれました。けれど見事に抜かれて 3 着になり予選敗退しました。本気で練習しなかったせいで見事にみんなの期待を裏切ってしまいました。でもクラスみんなは誰も文句を言ってきませんでした。なにか施設での生活と似ている所があると感じています。施設での生活で、自分がみんなの期待に応えられなくても文句を言うてくる人はいません。施設の仲間は色々な見方をしていて、色々な形でアドバイスをしてくれます。前に診察を受けた心理カウンセラーの方から「それなりに」というアドバイスを受けているのでこれからも「それなりに」やって行きたいと思っています。

それから

依存症のウッチー

今僕は老人ホームでの清掃の仕事をしている。大体僕はどのコミュニティーにつながっても始めのうちは調子よくすごすことができる。それはダルク入寮後の那須であったり、宇都宮に移動してからであったり、作業所に通いだす段階であってもそう。普段持っている鬱やなんかもこのときはなりをひそめており、周囲からも特段「あのいつも具合の悪そうな人」と言ったような目で見られることはない。だがこの調子のよい期間は長くは続かない。いったん新しい環境に慣れだしてくると具合の悪さが目立ち始める。たいていの場合鬱、肩こり、緊張、頭痛等々に悩まされることになる。普通に考えればまず新しいコミュニティーに所属した段階でこういった症状が出そうな気がするがなんとも不思議なものだ。ダルク入寮後の場合は 1 週間程度、宇都宮に移動してきたときも 1 週間程度、作業所に通いだしたときで 2 週間程度調子のよい状態は続いた。

去年の 7 月に就職活動を始め、仕事が決まり、今年の 1 月、入社してから 3 ヶ月ほど経つまでの間僕は持病の鬱に悩まされることがなかった。僕は「鬱は治ったのだ。」と思ったのだ。何せ 7 月から 7 ヶ月間もの間あの煩わしい鬱に見舞われることがなかったのだから。正直嬉しかった。これで一般人と同じように生活し仕事ができると、そう思った。

前述したが具合が悪く鬱状態に再び見舞われることになったのは年が明けて 1 月ころだ。正直僕はがっかりした。やっぱり僕の人生と鬱は切っても切り離せない関係にあるのだと。僕のこの何かを始めてから再び鬱に見舞われるまでの間にいったい何があるのだろうと考えることがある。それは恐らく緊張感ではないかと考えている。新しい環境に馴染み緊張感が欠落していくと心の中の糸が切れてしまうのではないかと。そう考えるのだ。

入社後に僕は一通りの仕事を教えてもら。障害者雇用の掃除の仕事なんてたいしたことではない。僕はそうタカをくくっていた。だがそれは大きな間違いであった。僕はダルクでスタッフ業務をしているときから減薬に努めていた。それは多くの処方せいで頭が回らなくなりスタッフ業務に支障をきたしていたからだ。それと同様のことがこの新しい職場でも起こった。仕事の説明をされても何を言っているのか理解できないのだ。あれだけが頑張って処方を減らしていったのにこのざまか…。僕は大きく落胆した。だが上司の指導により時間をかけてだが少しずつ清掃の仕事を覚えていった。僕のしている仕事は一回覚えてしまえば後は同じことの繰り返しだ。毎日の業務に追われ僕は清掃業務を行っていた。

僕の従事している障害者雇用の枠内での清掃は、この会社で初めて設立された部署だった。障害者を見るのが初めてだったのか僕ら同期入社の人 3 人は多少奇異の混じった目で見られることになる。テレビでの 27 時間テレビだか 24 時間テレビだかで重度の障害を持った子供たちが毎年のようにテレビに出ている。僕はそれが以前から不思議で仕方がなかった。なぜわざわざ障害を持った人たちをさらし者にするような番組を作るのだろうか、別に日陰で生きて行けと言うわけではない、このことに何の意味があるのだろうか。だが今ではそれがよくわかるような気がする。人は「知らないから」怖いのだ、僕はダルクで障害を持つ人を何人も見てきた。だから障害者に何の偏見もない、もちろん自分自身が障害者であるということもあるが。だが一般の人からすれば「何をするかわからない人たち」「自分たちとは違う何か」という風に見られていてもおかしくはない。彼ら彼女らはただ知らないのだ。障害を持つ人というのがどういったものなのか。事実僕らよりも後から入った人に話を聞いてみると「急に話しかけるとびっくりしちゃうから気をつけてね。」と事務長に言われた。と言っていた。僕らの世話をしてくれている彼ですらそういった認識なのだ。だから僕たちは知ってもらわなければいけない、少し病気をを持った普通の人なんだ。ということ。

考え

依存症のランコ

こんにちは。3 回目のニュースレターを書かせて頂きました。

施設に来て 2 年、前の施設を入れると 3 年です。最近、ドクターストップがあってミーティングや頭を使うプログラムに出る代わりに 1 人で絵を描いて過ごしています。物事がよく考えられなかったりするからですが、ニュースレターは書く事になりました…ちゃんと書けるか分からないと思っています。

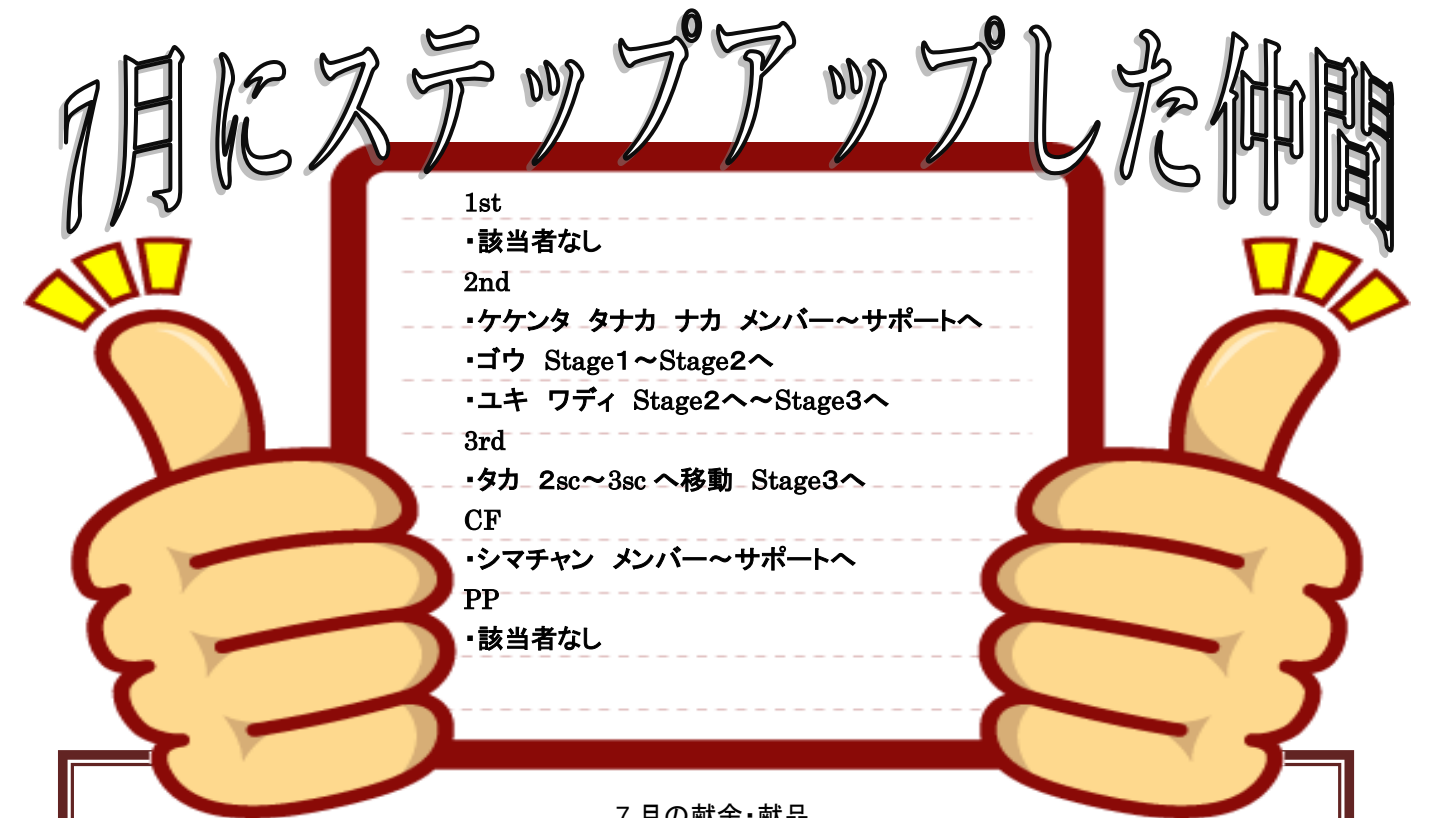
たまにミーティングに出る日もありましたが、やっぱり止めておくという感じです。毎日絵を描いていると、つまらない日もあって絵が描けない日もあり、それが長く続いてイヤな思いをすることがよくあります。もう描けなくなったのかな、やだな、と思ってずっとそのことを考えます。突然描けるようになったり、描けなくなったりします。ほとんど描けない日が続いていて、日常が楽しくないからなのかな？と考えたりします。どうなんだろう。どうしたらステキな絵が描けるんだろう。そういうのは突然くるので考えてもムダです。画材を買いだめして持っているのに逆にやる気がうせるのももっとダメでした。そんな感じです…。最近 T シャツに絵が描きたくて、プリントごっこ（？）って昔あったなあと思って、布用の機械が欲しいのです。あとミシンも欲しいです。お裁縫は苦手ですが好きです。そんな感じなのです…。あと、バックとかにも絵を描いたり、紙袋にも絵が描きたいです。それもこれも、今は描けない気持ちでいるので「ああしたい、こうしたい」と言っているのです。ただそれだけです。

最近作業所に通っていますが、私は施設を卒業しても作業所に通って生活したいですが、それも週 2 回とかで午前中だけとかで、あとは絵を描いて、描けない時はリサーチをして過ごしたり、歩いたり泳いだりもしたくて、そういうのをいろいろ考えています。でも、作業所はとても楽しいです。みんないい人達です。私はお弁当屋さんの作業着のアイロンがけをしています。自転車通っています。ずっと運動不足だったので 15 分の道のりが結構大変ですが慣れてきたと思うのですが、まだ大変です。頑張ろうと思います。

アイロンをかけている部屋はクーラーがかかっている涼しいです。とてもいい感じです。みんな自分のペースで作業をしています。みんなとしゃべったりもします。優しい人達です。私が何か言うて返してくれます。施設でもそうですが、雰囲気少しずつ違って、やっぱり場所が違くと違うものだなと思ったりしました。

私は頭がショートしてしまっていてグルグルしてしまっていることがあるのですが、できることがそれでも増えて、結構私やるじゃん！って感じです…。でも、やっぱり相変わらず自己肯定感が低かったり自分は悪い人間だと思ったり、トラウマとか、色々イヤなことがあって戦わなくちゃいけない。だから、考えたいんだけど、すぐ頭がグルグルしたり忘れてたりして、そういうのに最近慣れたのと、だいぶ良くなってきたし、でも自分がバカになったみたいを感じるのです。やる気も半減していて困っていて、だってどうせ解らないから、とか、そういう風になって慣れてしまったので、早く元に戻ったらいいなと思うのと、でも、私もともとこうだよな、と思う面とかもあるから、まあ仕方ないかという感じです。

この前、施設長と話していて、人間はやりたいようにできると言っていたので、思い通りの人生が歩めるのかな、自分がおかしいからできないから不幸になる、とかはないのかな、と思いました。まとまりのない文章ですみませんでした。読んで下さってありがとうございます。残りの施設生活を一生懸命頑張りたいと思います。絵を描いて生きていきたいな、ということが言いたかったんだと思います…。



7 月の献金・献品

(献金) 水井清次様、匿名者 8 名様

(献品) フードバンク宇都宮様、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。

献品をお願い

- ・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

- ・先日、JRCNA 大阪に参加してまいりました。延べ1000人以上の参加の大きなイベントで栃木ダルクーからも職員含め11名が参加して回復を分かち合いました。これからは機会があれば色々なイベントに参加して回復を深めたいと思います。

編集 秋葉

Road to recovery from Addiction

依存症のYUKI

皆さんお久しぶりです。回復のスペシャリストとしてその名を轟かせているアディクトのユキで～す。めっちゃ使いたくなりま～す。（笑）

こんにちは、久々にニュースレターを書くことになりました。前回ニュースレターを書かせてもらってから約1年4ヶ月ぶりになります。久しぶりですがせっかくなので、これまでの生活の中で自分がこれだけ変わったんだなって事を書いてみようと思います。

僕は今、野木にある施設 **2nd stage center** というところで仲間 11 人と一緒に生活をしています。今年の 6 月下旬に那須の施設から野木の施設に移動してきました。那須の生活では、本当に色々なことを学ばせていただきました。今から 1 年 10 ヶ月前に入寮をして、僕的那須での生活が始まりました。最初にたどり着いた時は本当にこんな山奥の薬中のアジトみたいな所で回復が出来るのかと思っていました。当然こんな所でプログラムなんか続く訳がないと思っていましたし、俺の居る場所じゃないって思っていたし、少し我慢してそのうち施設を出てやるって。ずっと思っていました。NAに行くのもめんどくさくて、これといって別に話すこともないし。仲間だとか神様だとか本当に意味分かんなくって、そんな考えばかりでした。嫌だなと思いながらも日が経つごとに寒さは増すばかりだし、かと言って飛び出したところで行く宛もないし、飛び出したところで帰って来るのが目に見えて分かるし。取り合えず諦めて身を任せて施設に残って生活を送っていました。そしたら思いもしなかったところから自分の変化が始まりました。3ヶ月目位かなステージ1～ステージ2になり、同時期に車両係をやるようになりました。皆を乗せてNAに行くのに車の運転をするようになりました。その時は車の運転が唯一の気分転換になっていましたね。そしたら面白いことにあれだけめんどうだったNAも今度は行くのが楽しみになっていました。最初の動機は車の運転だったんですが、足を運んでいる内にいつの間にか話すことにも慣れていて、いつの間にか仲間だとか神様だとかって言葉も受け入れられるようになっていました。なんかそんな些細なことが施設生活を楽にしてくれました。それから次に6ヶ月目位かな、サポートの声をかけられて、2度目のステップアップがありました。これもまたうれしかったですね。やっとサポートかって思いましたし。新しく来た仲間のサポートをしたり、日用品や調味料の在庫チェックだとか、買物に行ったりだとか、仲間と一緒に一週間のメニューを決めたり、毎日忙しくやっていることがとにかく楽しくなりましたね。それから次は8ヶ月目位にリーダーの声をかけられて、3度目のステップアップですよ。これもまたうれしくてですね。まず何より事務所に入ることがうれしかったです。メンバーの悩みを聞いたり、役割とかプログラムを持たせてもらったり、事務仕事をやらせてもらってPCをいじれるようになって、それがまた出来るようになるとまたうれしくて、本当に少しずつだけど前向きになれました。次に現在のチーフですね。これも本当にうれしかったですね。那須は施設長があまり居なかったのもう一人の仲間と一緒に施設を守ってきたって感じですかね。とてもじゃないけど一人だったら潰れてたかもしれませんよ。

それだけ色々な問題や、もめ事もあったけど思えば逆にその過酷な条件でやらせてもらったことに凄く感謝しています。那須での期間は長かったのか短かったのかは分かりませんが、とにかく一生懸命やってきて本当に良かったって感じてます。本当に仲間の支えがあったから今の自分があるのだと思っています。今は野木に移動してきてやらせてもらってますけど、もともと那須の施設長だった仲間と一緒になんてとてもやりやすいし本当に那須での経験を活かしてまた新しい土地でやっていける事に本当に感謝しかありませんよ!!
(笑) あざーす



1st StageCenter から

栃木県精神保健福祉センターで行われた
「北関東薬物関連問題研究会」にて

カホンの演奏をしてきました。



施設報告

1sc（導入）14名 2sc（回復）11名 3sc（後期・社会復帰）10名 CF（農業）13名 pp ピースフルプレイス（女性）13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。