

次月活動予定

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 知的障害者更生相談所長研修会
- 21日 岡本台病院ふれあい祭り
- 23日 明徳会更生保護施設プログラム
- 24日 J-MARPP
- 25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
- 26日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 29日 家族会
- 30日 宇都宮保護観察所プログラム

11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
- 5日 JCCA
- 6日 JCCA アディクションフォーラム実行委員会
- 7日 JCCA
- 9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
- 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 宇都宮保護観察所プログラム 明徳会更生保護施設プログラム
- 14日 アルコール関連問題研究会 再乱用防止教育事業県南

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173号(2017, 9,4)



回復継続と社会復帰

NPO 栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

ダルクは中間施設です。この中間とは何を指すのかと考えたところ、生きていくことがどうにもならないほど病気が深刻化している状態から、社会生活に支障はないであろうという寛解期に至るまでの間ということでしょうか。では社会生活に支障がないとはどういうことなのでしょう？私が思うに回復継続とはセルフケアができていないということではないかと思っています。仕事ができているかいないかは依存症の回復とは別物です。再発によって仕事ができなくなるということは結果であって、原因ではありません。周囲の人たちの話を聞くと、対応方法としてかなり乱暴な方法（尻拭いに疲れ切って、追い込まれている状況で暴力や隔離など）をとることを考えている場合も少なくありません。これは双方にとって非常に危険な行動です。

依存に陥って連続使用になってしまっている状態で再使用の要因を探ることはできませんが、一定期間のクリーンタイムの末の再使用であれば、ある程度認識できます。その場合、ミーティングで再使用に至るまでのことを話すことができれば、自分の頭の中の整理ができ、原因を特定することができます。また先日研修したばかりで私も習得したとは言えないのですが、エンカウンターなどは有効ではないかと思っています。再使用してしまい、頭の中を様々な感情（後悔、罪悪感、開き直りなど）に支配されている状態を放っておくことは再使用が再発に繋がるリスクを高めてしまいます。そのような状態の時に自分を特別な環境に置き、落ち着いて他者との会話の中で整理していくことは原因究明とこれからの対策において、重要で賢いやり方だと思います。

一番問題なのは依存症についての知識のない人や機関に相談することです。相談される側も専門機関に繋げることをしてくれれば良いのですが、間違った提案をすることは対応を遅らせるばかりか悪化してしまうこととなります。

依存症から回復し、その後社会復帰していくことは大変な努力を伴います。環境的に恵まれている人（仕事を用意されている、奇跡的に職種がマッチした等）ばかりではありません。大方の場合は幾度もチャレンジして、自分の居場所を見つけていくのです。社会性獲得はダルクのプログラムを修了してからが本番です。仕事がうまくいかないことも回復の経過であると考えられるような環境を作っていくことが回復継続にとって大事な要素です。

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

2nd StageCenter の現状とこれから...

2nd StageCenter 秋葉紀男

みなさんこんにちは。9月に入り涼しい日も増えようやく暑い夏が終わりを告げそうな今日この頃、みなさんいかがお過ごしでしょうか。8月の長雨には困りました。毎年恒例の男性施設の海水浴も雨に降られてしまうし施設での海水浴や屋外のプールやイベントなどの予定がまったくたらず困った8月でしたが、週間天気予報とにらめっこして貴重な晴れ間に海水浴に行ったりと何とか夏を楽しめたと思います。

さてここからは2nd StageCenter の現状とこれからを書きたいと思います。

平成28年4月の開設から約1年4ヶ月経ち最初入寮者2名で始めた施設も12名にまで増えました。施設が元々二世帯住宅で広く感じていましたが、12名まで増えると広いと感じていた施設も流石に密度が高く狭く感じてきました。

2nd StageCenter と言うことなので Stage2 だけがいる施設と思われがちですが現在は Stage 1 と Stage 3 もいます。

と言うのは Stage 1 の場合は 1st StageCenter が那須町にあるので地元が那須周辺にあり本人にとってあまり良い環境ではないと施設が判断した場合は最初から段階から 2nd StageCenter に入寮という形になり、その対象者が現在1名入寮しています。その逆の場合もあります。県南が本人にとってあまり環境が良くないと施設が判断した場合は 1st StageCenter から直接 3rd StageCenter に移動になるケースもあります。

Stage3 の場合も全く理由は同じで 3rd StageCenter が宇都宮にあるので、本人にとって宇都宮が社会復帰に適していないと施設が判断した場合と利用者本人の希望があった場合に Stage 3 と社会復帰までを 2nd StageCenter で行うケースがあり、現在その対象者が2名 2nd StageCenter でプログラムを受けています。

8月1日から 3rd StageCenter のプログラムを2コマ 2nd StageCenter に移動して実施してよりプログラムを深める事ができると思います。現状は1、2、3全ての Stage の利用者がいてプログラムを実施しています。

2nd StageCenter のこれからについてなんですが、名前が 2nd なので Stage 2 だけを受け入れて行ければ良いのでしょうかと言う訳には中々いかないし全ての利用者が1、2、3とスムーズに移動になり就労まで行ければ良いのでしょうか、現在は栃木出身（地元が栃木県）が多く、その施設が所在している場所や周辺が本人にとって悪影響を与えるのであれば、男性施設は4箇所あるので本人にあった場所でプログラムを提供できれば良いと思っています。その中でも 2nd StageCenter は1、2、3 Stage、就労、そして栃木ダルクを修了（卒業）までを受け入れられる施設にこれからはなっていくと思います。今の所は1、2、3 Stage いないのですが現在 Stage 3 の利用者が就労に入っていくので来年くらいには 2nd StageCenter からの修了生が出るのではないかと思います。

まだまだ開設から一年ちょっとでやらなければならない事やこれから初めての事に取り組む事が多くなると思いますが、それは栃木ダルクのこれまでの経験を活かしながら一つ一つ栃木ダルク職員と現在いる利用者でクリアして行ければいいと思っています。そのためには支援者様や関係機関の方々そして家族の方々のご支援あつての事だと思しますのでこれからも栃木ダルクをよろしくお願ひします。



回復の兆し☆ミ

依存症のアニー

お久しぶりですこんにちは、依存症のアニーです。今回で2回目のニュースレターになりました。私は今ダルクに来て一年と四カ月位になりました。この入所してから今日までの期間、本当にいろいろなことがありました。恥ずかしながら私はこの一年と四カ月の期間に2回も施設を飛び出してしまいました。なぜ飛び出したのかというと「もうすべてが嫌になり」というところです・・・戻るか戻らないか本当に悩みました。けれど私を待っていてくれていた家族の顔が頭から離れなくて、飛び出したとき滞在していたホテルで泣いてしまいました。それがきっかけで施設に戻ろうという気持ちになり施設長に電話をし、また舞い戻ってきたというわけですwその戻る途中に NA をやっている教会へ寄ったところ、施設の仲間がいてみんなハグをしに来てくれました。ほかの施設の人もみんなハグをしに来てくれました。その時、みんな「おかえりなさい」とか「よく薬使わなかったな、偉いぞ」とかいろいろな言葉をかけてもらいました。本当にその時は感動して涙が出そうでした。私はこれが仲間かあと心の中で思い、次は裏切れないなあと感じ心に強く刻み込みました。

話は変わりますが、今は前の那須の施設ではなく野木というところの新しい施設で生活しています。とても住みやすく仲間たちもみんな優しくて穏やかに暮らしています。この先の人生や母親への親孝行、仲間への感謝の気持ちなどを考えて今は生活しています。とても楽しく暮らせていて、以前のように飛び出したい気持ちとかまた覚醒剤をやりたい気持ちとかは、ほぼ現れる事無く暮らせています。けどやっぱり早く家族に会いたいです。向こうはどう思っているんだろう・・・すごく心配です。私ももういい歳なので流石に大人にならないとかっこ悪いなあっているので、早くシッカリしてシャキッと社会に帰りたいです。

話は変わって最近の出来事でも書こうかなと思います。最近施設で海に行きました。とても楽しかったです。それと少し前ですが那珂川で人生初の田植えなんかもしましたw転びそうですごく怖かったです。そうだ！書くのを忘れていたことがありました。まだ那須にいたころ、私は施設長に仲間と三人で中学校に講演に行きました。とても緊張して何を話したかはよく覚えていませんwけど伝えたかった事が幾つかあり、その1つが覚醒剤を使うと一人になり自殺して死んでしまうかもしれないという事を伝えてきました。これは私の実体験から話しました。私は覚醒剤を使用して幻聴や幻覚が厳しくなりもう辛いから死のうって思って自殺未遂をしたり、仲間にも裏切られて死のうとしたり、いろいろな事柄からネガティブになり自殺しようとしたりしました。とてもさみしくてとても辛い日々でした・・・だからもう覚醒剤はやりたくありません。それに家族も悲しむし、講演に行った時の中学生の子達をも裏切る事になってしまうのもう手を出さない事を誓います。あとやっぱり変えなきゃいけない所は今の生き方です・・・今のままではダメダメな人生をまた歩くことになってしまうので生まれ変わった気持ちでやるしかないなって思って、今は毎日寝る前に俺ってどうすればうまく人生乗りこなすこと出来るのかなあ？って考える毎日です^_^あとは毎日家族の事を考えています・・・早く会いたいなあとか未来の子供の事とか。やっぱり子供は欲しいなあーとたまに仲間と話したりしています。

最後に、あとのくらいで施設を出られるかは分かりませんが、私は将来の夢があるのでその夢のために向かって走りたいなあって思っています。やっぱり母親に親孝行したい妹にもいろいろ買ってあげたいですw神様はきっと見てくれていると信じています。今こうして笑って生きていられるのも神様の優しさだと思っています。本当に神様にもこれまで出会えた全ての人にも今は感謝です。では失礼します、(。^。)

アルコール依存症

アディクトのヒコ

こんにちは、アディクトのヒコです。初めてニュースレターを書く事になりました。自分は、栃木県日光市に生まれました。小さい頃は病弱で病院通いが多かったようです。ここから、Ah 依存症になってしまった訳を書いていきたいと思います。自分は中学校を転校してから、アルコール・タバコと身体に良くない物と知りつつ悪事に手を出してしまいました。それ以外にも、万引きをした商品のやり取りをして学校や両親に迷惑をかけてしまったりしました。どうしようもない人間であった。進学して高校生になった時、こづかいが少なかった為こづかい稼ぎにシンナーを不良に販売していました。悪い事と知りながらアルコール・タバコを買う為にやっていました。社会人になりガソリンスタンドに就職して生活していたのですが、アルコール・タバコは量が増えていく様になりました。仕事の付き合いで毎日酒を飲んでいました。月給よりお金を使ってしまうので、裏ビデオやDVDを販売して交遊費にあてていました。20代の頃から酒を大量に飲み過ぎて、いざこざが多かったなと思います。今となって考えてみると、親や色々な人のアドバイスや注意なんかも聞き入れず自己中心的な生き方をしていました。21歳で結婚をして2人の娘を授かりながらも、家族の事をかえりみず家の事は妻にまかせきりでした。仕事には毎日行っていました。友人や知人などの付き合いの為ほとんど家にはいませんでした。妻にはかなり迷惑を掛けていましたが、それでも夜遊びばかりしていました。自分でもこれはいけないと思いましたが、なかなか改善していく事ができず、両親からもかなり怒られて情けなくなりました。自分なりにお酒を控えて改心しようと努力したのですが、なかなか出来ず悩みました。アルコールの量を減らす事も出来ませんでした。

自分は長男なのですがバブルの時に家を購入しました。父に半分お金を出してもらい35年ローンで家を購入したのですがバブルがはじけて収入が減少してしまい、今まで専業主婦だった妻もパートに出かけるようになってしまいました。そして長女が高校2年生の時に協議離婚してほしいと言われ離婚をしました。それからというもの生活が乱れ、仕事で朝早番の時に寝坊をしてしまいお店を開店する事が出来ず、会社の上司から前代未聞だと叱られマネージャーからサブマネージャーに降格しました。最悪の結果になり自分なりに反省したものの、アルコールはやめられず最終的には転勤することになりました。親が心配をして岡本台病院の受診をすすめてくれて受診した結果、先生の診断はアルコール依存症・コントロール障害と言われ渡されびっくりしました。（えっえー）病院からシアナマイドという抗酒剤を処方されたのですが、アルコールを摂取すると気分が悪くなり時には救急車で運ばれてしまう事もある薬なので飲むのをやめていました。薬を飲むふりをして隠れてアルコールを飲んでた事がばれてしまい、岡本台病院に1カ月間の任意入院をしていました。入院中に父の具合が悪くなり退院をする事になりました。父は自治医大で診察した結果が正常圧水頭症と診断され手術を受けたのですが、体は良くなりませんでした。病院の診断ミスで実際は肺がんでした。発見が遅れてしまい、もう手のほどこしようがありませんでした。72歳で他界してしまいました。手術を受ける前に父から「長男なので家の事は任せる」と言われた事が今でも心にしみます。自分は親孝行もできず生前は迷惑ばかりかけていて後悔をしています。スリッパ4回目の時に入院する事になり、退院する時にはダルクに行くと母と弟と約束しました。今年の5月に入寮して、毎日ミーティングやNAに参加したりして回復の勉強をしています。最初は不安もありましたが、仲間がやさしい方々でよかったです。アルコール依存症は完治する事のない病気だが、努力しだいで回復をするという事を学びました。自分の欠点、家族との問題など色々勉強して卒業できるように努力します。

回復

依存症のマサ

みなさんこんにちは、依存症のマサです。早いもので二度目のニュースレターです。今年になって施設につながってやっと三年目です。三年間を那須1SCで過ごし、今年の一月に移動して今は那珂川CFで過ごしています。今の施設は農作業がほとんどです。自分の育てたナスがどのように育つのか毎日見るのが楽しみです。仲間と協力して作業をすることが毎日の楽しみです。農作業をしていると集中できて薬のことを忘れることができます。今は朝六時から作業をしています。朝5時に目を覚まし、それから作業を始めることに抵抗がありました。今はこのような健康的な生活を送ることに何の抵抗もありません。今の私がこのような事ができることが昔の自分では想像もできません。

それは今から三十年前のことです。「積み木崩し」という番組をよく見ていた頃でした。番組は女性が主役をやっていましたが、それを男性に置き換えてみると本当の自分みたいで怖いと思いました。親をだまし、友達をだまし、シンナーをどうしても手に入れたいと思っていました。それは自分が十四歳の頃です。シンナーを使う生活は二年位続いたと思います。

その二年後に仕事を始めました。その仕事が楽しくなってきました。お金を貯めて車の免許を取り車も買いました。しかしとんでもないことが起こったのです。それは薬物です。二十三歳位だったと思います。友達が家に来ていい物が手に入ったということでした。それが覚醒剤でした。腕に打つを見て自分もやりたいと思い、自分の腕にも打つてくれと頼みました。打つと頭から足のつま先までスーッと神経に電気が走りました。その一回でやめればよかったのですが、それが一回が二回、二回が三回とどんどん増えて、とうとうやめられない体になってしまいました。自分ではコントロールできなくなるまでやっていました。それで自分で決めたことがあります。仕事をやめて薬をやるか、仕事をして薬をやめるかです。自分が選んだのは仕事を辞めて薬をやることです。それから薬漬けの毎日です。薬が無くなるとすぐに薬をどうにか手に入れたいと思うようになってしまいました。しばらくそういった状態だったのですが、やっているうちにだんだん頭がおかしくなってしまう精神科病院に入るまでになってしまいました。それから三年位経ったときに東京ダルクという所を紹介されましたが断りました。次に栃木ダルクという所を紹介され、施設での生活が始まりました。共同生活が初めてだったので、何が何だかさっぱりわかりませんでした。米のとぎかたさえもわからず、仲間の人に米を洗うように言われて最初はママレモンで米を洗ってしまったこともありました。それでも料理のわからない私に料理の仕方を教えてくれたり、いろいろ考えてもらい少しは料理ができるようになりました。料理だけではありません。恥ずかしい話ですが洗濯もあまりやったことがありません。ミーティングもそうです。男と男が握手してハグしたりして初めの頃はいやな気分がしましたが、今は平気です。私は口下手なのであまり仲間の話を聞き自分の話をすることに、抵抗がありました。もちろん自分で話をするなんて、とても恥ずかしくてできませんでした。今はミーティングが好きで毎日、いろいろな会場に行き話をするのが好きになりました。それも自分にとって大切なものと思ってきました。

ところで回復といいますが、皆さんは回復ということはどう思いますか？あとどのくらい回復していると思いますか？私は昔の頃よりは少し回復していると思います。なぜなら今は薬をやりたいと思っていません。たまにやりたいと思いますが、今は我慢です。今我慢できるからこれからは多分やらないと思います。これが回復でしょうか？みんながどう思うかわからないですが、たぶん私が思う回復はこれがそうだと思います。私が回復できるのだから、仲間の皆さんも回復できると思います。「かならず」

この言葉を信じて皆さんも頑張りましょう。

2nd StageCenter の現状とこれから...

2nd StageCenter 秋葉紀男

みなさんこんにちは。9月に入り涼しい日も増えようやく暑い夏が終わりを告げそうな今日この頃、みなさんいかがお過ごしでしょうか。8月の長雨には困りました。毎年恒例の男性施設の海水浴も雨に降られてしまうし施設での海水浴や屋外のプールやイベントなどの予定がまったくたらず困った8月でしたが、週間天気予報とにらめっこして貴重な晴れ間に海水浴に行ったりと何とか夏を楽しめたと思います。

さてここからは2nd StageCenter の現状とこれからを書きたいと思います。

平成28年4月の開設から約1年4ヶ月経ち最初入寮者2名で始めた施設も12名にまで増えました。施設が元々二世帯住宅で広く感じていましたが、12名まで増えると広いと感じていた施設も流石に密度が高く狭く感じてきました。

2nd StageCenter と言うことなので Stage2 だけがいる施設と思われがちですが現在は Stage 1 と Stage 3 もいます。

と言うのは Stage 1 の場合は 1st StageCenter が那須町にあるので地元が那須周辺にあり本人にとってあまり良い環境ではないと施設が判断した場合は最初から段階から 2nd StageCenter に入寮という形になり、その対象者が現在1名入寮しています。その逆の場合もあります。県南が本人にとってあまり環境が良くないと施設が判断した場合は 1st StageCenter から直接 3rd StageCenter に移動になるケースもあります。

Stage3 の場合も全く理由は同じで 3rd StageCenter が宇都宮にあるので、本人にとって宇都宮が社会復帰に適していないと施設が判断した場合と利用者本人の希望があった場合に Stage 3 と社会復帰までを 2nd StageCenter で行うケースがあり、現在その対象者が2名 2nd StageCenter でプログラムを受けています。

8月1日から 3rd StageCenter のプログラムを2コマ 2nd StageCenter に移動して実施してよりプログラムを深める事ができると思います。現状は1、2、3全ての Stage の利用者がいてプログラムを実施しています。

2nd StageCenter のこれからについてなんですが、名前が 2nd なので Stage 2 だけを受け入れて行ければ良いのでしょうかがそう言う訳には中々いかないし全ての利用者が1、2、3とスムーズに移動になり就労まで行ければ良いのでしょうか、現在は栃木出身（地元が栃木県）が多く、その施設が所在している場所や周辺が本人にとって悪影響を与えるのであれば、男性施設は4箇所あるので本人にあった場所でプログラムを提供できれば良いと思っています。その中でも 2nd StageCenter は1、2、3 Stage、就労、そして栃木ダルクを修了（卒業）までを受け入れられる施設にこれからはなっていくと思います。今の所は1、2、3 Stage いないのですが現在 Stage 3 の利用者が就労に入っていくので来年くらいには 2nd StageCenter からの修了生が出るのではないかと思います。

まだまだ開設から一年ちょっとでやらなければならない事やこれから初めての事に取り組む事が多くなると思いますが、それは栃木ダルクのこれまでの経験を活かしながら一つ一つ栃木ダルク職員と現在いる利用者でクリアして行ければいいと思っています。そのためには支援者様や関係機関の方々そして家族の方々のご支援あつての事だと思しますのでこれからも栃木ダルクをよろしくお願ひします。



回復の兆し☆ミ

依存症のアニー

お久しぶりですこんにちは、依存症のアニーです。今回で2回目のニュースレターになりました。私は今ダルクに来て一年と四カ月位になりました。この入所してから今日までの期間、本当にいろいろなことがありました。恥ずかしながら私はこの一年と四カ月の期間に2回も施設を飛び出してしまいました。なぜ飛び出したのかというと「もうすべてが嫌になり」というところですが・・・戻るか戻らないか本当に悩みました。けれど私を待っていてくれていた家族の顔が頭から離れなくて、飛び出したとき滞在していたホテルで泣いてしまいました。それがきっかけで施設に戻ろうという気持ちになり施設長に電話をし、また舞い戻ってきたというわけですwその戻る途中に NA をやっている教会へ寄ったところ、施設の仲間がいてみんなハグをしに来てくれました。ほかの施設の人もみんなハグをしに来てくれました。その時、みんな「おかえりなさい」とか「よく薬使わなかったな、偉いぞ」とかいろいろな言葉をかけてもらいました。本当にその時は感動して涙が出そうでした。私はこれが仲間かあと心の中で思い、次は裏切れないなあと感じ心に強く刻み込みました。

話は変わりますが、今は前の那須の施設ではなく野木というところの新しい施設で生活しています。とても住みやすく仲間たちもみんな優しく穏やかに暮らしています。この先の人生や母親への親孝行、仲間への感謝の気持ちなどを考えて今は生活しています。とても楽しく暮らせていて、以前のように飛び出したい気持ちとかまた覚醒剤をやりたい気持ちとかは、ほぼ現れる事無く暮らせています。けどやっぱり早く家族に会いたいです。向こうはどう思っているんだろう・・・すごく心配です。私ももういい歳なので流石に大人にならないとかっこ悪いなあっているので、早くシッカリしてシャキッと社会に帰りたいです。

話は変わって最近の出来事でも書こうかなと思います。最近施設で海に行きました。とても楽しかったです。それと少し前ですが那珂川で人生初の田植えなんかもしましたw転びそうですごく怖かったです。そうだ！書くのを忘れていたことがありました。まだ那須にいたころ、私は施設長に仲間と三人で中学校に講演に行きました。とても緊張して何を話したかはよく覚えていませんwけど伝えたかった事が幾つかあり、その1つが覚醒剤を使うと一人になり自殺して死んでしまうかもしれないという事を伝えてきました。これは私の実体験から話しました。私は覚醒剤を使用して幻聴や幻覚が厳しくなりもう辛いから死のうって思って自殺未遂をしたり、仲間にも裏切られて死のうとしたり、いろいろな事柄からネガティブになり自殺しようとしたりしました。とてもさみしくてとても辛い日々でした・・・だからもう覚醒剤はやりたくありません。それに家族も悲しむし、講演に行った時の中学生の子達をも裏切る事になってしまうのもう手を出さない事を誓います。あとやっぱり変えなきゃいけない所は今の生き方です・・・今のままではダメダメな人生をまた歩くことになってしまうので生まれ変わった気持ちでやるしかないなって思って、今は毎日寝る前に俺ってどうすればうまく人生乗りこなすこと出来るのかなあ？って考える毎日です^_^あとは毎日家族の事を考えています・・・早く会いたいなあとか未来の子供の事とか。やっぱり子供は欲しいなあーとたまに仲間と話したりしています。

最後に、あとどのくらいで施設を出られるかは分かりませんが、私は将来の夢があるのでその夢のために向かって走りたいなあって思っています。やっぱり母親に親孝行したい妹にもいろいろ買ってあげたいですw神様はきっと見てくれていると信じています。今こうして笑って生きていられるのも神様の優しさだと思っています。本当に神様にもこれまで出会えた全ての人にも今は感謝です。では失礼します、(。^。)

故郷を離れて

薬物依存症のまあ坊

皆さん、胸躍る旅路を如何お過ごしですか？

確か、1年振りのニュースレターだと記憶しています。前回は、職員研修にはいって直ぐに書かせて貰いました。今日は群馬エリアギャザリングに来ていて、イベントの合間に書いてます。

あの頃と今とでは状況が変わりました。生粋の依存症の私は、根気がなく諦めが早い！（笑）お蔭さまで薬が3年8か月間止まっているのですが、根っこの部分は直ぐには変わらずむしろ、薬で誤魔化せない分辛い現実として浮彫りになっています。

7月に自助グループ（NA）の年1回のお祭り（JRCNA）に仲間と参加してきました！前夜祭を含めた3泊4日の旅路です。休憩をとりながら、運転を交代しながら、約10時間近くの道のりでした。私自身コンベンション参加は3回目なのですが、今年は故郷のエリアでの開催でしたので複雑な思いがありました。家族再構築、スポンサーシップ、古い仲間とのフェローシップ、そして密かな計画を兼ねての帰阪でした。有り難いことに？分科会の司会をさせて貰う事になっており、出発の2日前から何故だかあまり眠れずに当日を迎えました。緊張していたのでしょうか！？私はデリケートなので枕が変わると眠れません。（笑）計4日程いつもと違うテンションで過ごしました。どちらかと言うと下がり気味でした。今、思えばそれぐらいのテンションが、丁度良かった思います。16歳で溶剤を吸い始め、19歳で覚せい剤を打ち始め、あれから色んな出来事があった故郷の景色は、今の自分の目にはどう映るのだろうか？近づくにつれ、空の色や空気の密度が変わり僕の記憶をくすぐり始めます。実際は同じ日本でそんなに違いは無いのでしょうか？（笑）そこはアディクト特有の嗅覚でしょうかねえ？前夜祭の日は、別行動を許可してもらいスポンサーに遭いに行きました。回復の shaer と美味しいラーメンを有難うござーい！初日は仲間の司会とスピーカーを楽しみました！2日目は分科会の司会と家族再構築、どちらも緊張しました！3日目は恒例の Localcall で大盛り上がり！今回、盛りだくさんの4日間に色んな経験をさせて貰いました。と、同時に回復の場所を関西に移して大丈夫だろうか？考えさせられた旅でした。

今後の事は施設長を含めた色々な人達に相談という名？の自分の考えを押し付けて聞いて貰いました。（笑）皆、うん、うん、と聞き入れくれたのですが、1人の仲間だけに「それは、自分の計画？」と言われ「うん？ハッ！」確かに密かな計画はHPの計画では無いような？？その時仲間と食事をしていた店のBGMから聞き覚えのある歌が流れてきました。曲名は書きませんが、私が南の島でリラブスして故郷に戻って来た時、携帯の着うたにしていた曲・・・その後、私はどうなったのか？言わずもがな、逮捕、3度目の服役・・・日々のMTG、認知行動療法、NAのサービス etc

前回の逮捕以前から地元を離れ（隣の県に住み、あししげく薬の調達には戻っていましたが）、約8年間アルコールを含む薬物を使っていないし、自分は大丈夫！病にかか

っていました。使えない環境に居ただけなのにねえ～(笑)仲間にはよく偉そうに言うくせに(笑)どこかで高慢になり、足元を見失っていた私に HP からの message なのでしょうか???今の環境で駄目な理由が何一つ見つからないのに、むしろ、恵まれているのに故郷に近づこうとする私の想いは何故なのか?薬物の欲求なのか、変わった姿を見てもらいたい承認欲求なのか? 多分、両方でしょう!?

クリーン3年8カ月のよちよち歩きの私が故郷に回復の場所を移すには、時期尚早だと思いました。気持ちが変わりやすい私は、この先も同じような事を言い出すとは思いますが、そんなこんなもひっくるめて薬物依存症のまっ坊なのです。それで、良いのです!今はまだ「故郷は遠きにありて想うもの」でもいつの日かは・・・

遠く険しい道のりですが、仲間と共に歩みます!

この先も、回復の旅路は続くのです。

8月の男性施設合同の海水浴の様子です。

天気はあまり良くなかったですが楽しい海水浴でした。



施設報告

1sc (導入) 17名 2sc (回復) 12名 3sc (後期・社会復帰) 10名 CF (農業) 12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。