

次月活動予定

1 月

- 5 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 9 日　アルコール関連問題研究会
- 10 日　再乱用防止教育事業県北
- 11 日　県北家族の集い　再乱用防止教育事業精神保健福祉センター
- 12 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
- 13 日　家族教室　再乱用防止教育事業県央
- 15 日　東京保護観察所プログラム
- 16 日　多摩総合精神保健福祉センター家族教室　再乱用防止教育事業県南
- 17 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導　明徳会更生保護施設プログラム
- 18 日　再乱用防止教育事業県庁
- 19 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 22 日　明徳会更生保護施設プログラム
- 24 日　筑波大学森田先生によるプログラム
- 25 日　宇都宮保護観察所プログラム　再乱用防止教育事業精神保健福祉センター
- 26 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 28 日　家族会　厚労省シンポジウム
- 31 日　明徳会更生保護施設プログラム

2 月

- 2 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 5 日　アディクションフォーラム実行委員会
- 7 日　再乱用防止教育事業県北
- 8 日　再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 9 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導　三重ダルクフォーラム
- 10 日　家族教室　再乱用防止教育事業県央
- 12 日　明徳会更生保護施設プログラム
- 13 日　アルコール関連問題研究会準備委員会
- 14 日　東京保護観察所プログラム　明徳会更生保護施設プログラム
- 15 日　再乱用防止教育事業県庁
- 16 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導　関東更生保護委員会研修会
- 19 日　ガイドポスト
- 20 日　再乱用防止教育事業県南
- 21 日　黒羽刑務所薬物依存離脱指導　岡本台連絡会
- 22 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
- 23 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 24 日　北関東薬物関連問題研究会
- 25 日　NCNP PSW 研修会

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

SSKO

栃木 DARC

ニュースレター　第 176 号(2017, 12,3)

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

ダルクとは何か？

-15 周年フォーラムを迎えるにあたり-

特定非営利活動法人　栃木 DARC

代表理事　栗坪千明

来年の 3 月 3 日に栃木 DARC 1 5 周年フォーラムを開催する運びとなりました。施設を開設し、あつという間の 1 5 年でした。

それなりに栃木 DARC の活動も広がってきています。私自身も年齢を重ねてきた結果説得力もついてきた様にも思えます。

地域での認知度もある程度になり、ダルクとは何の施設なのかは随分と理解されてきています。様々な機関や個人的なつながりもできてきました。ニーズも高まり、信頼も得てきていると思います。

様々な方達に依存症のことやダルクのことを話せる機会が増えています。そんな中で思うことは一般の方達と私たちとの間の理解のくい違いがあるということです。

依存症に対してもそうですし、活動やプログラムに関してもそうだとと言えるでしょう。もしかしたら私たち自身も様々な活動の中で目的を見失っている可能性もあります。自分たちに求められていることと、自分たちができること、またしたいことに大きな違いがあるかもしれないということです。

依存症回復支援の場においての主役はあくまでも利用者本人です。その回復の場の安全を確保しておくこと、より効果の期待できるプログラムを用意することが一番重要なことだと私たちは考えています。

ただしそれだけではダルクにたどり着く人は限られてしまいます。そのための啓発活動も一つの活動です。一般の方達には依存症を理解してもらうための講演、本人たちへは刑務所や病院、保護観察所などで、回復できるんだというメッセージもその一つです。

私たちも社会資源の一つです。これら一つ一つのことが社会ニーズと私たちができることのすり合わせ、言うなれば栃木 DARC の自己同一化のバージョンアップをしていくことが必要です

1 5 周年フォーラムはそんな場になれば良いと思います。



今年もお世話になりました

宇都宮 3SC　山口　徹

早いもので、師走となりましたがいかがお過ごしですか。
宇都宮 3SC では、今年も色々ありました。

修了生が 5 名出たことと、精神的にきつかった仲間の死があり、私、自身の体調不良などがあった大変な 1 年でした。

今月も 1 名修了生が出ましたし、来月の 1 月にも 1 名出る予定ですので、嬉しさもありますが寂しさもあります。

さて、3SC の現状を話したいと思います。

現在、修了生予定者を除いて 9 名のメンバーがプログラムを受けています。その中で就労しているものが 2 名、就労活動に出ているメンバーが 1 名となっております。そろそろ就労活動に出て行く、メンバーが 4 名となっています。

就労活動出ても求人がそんなに出ていないので厳しい状況ではありますが頑張っています。もっと就労先が増えてくれればいいと思い、就労訓練を行っている施設などに見学に行かせてもらっています。今、見学に行っているところは、あまり就労経験がない人、高齢者、障害者、引きこもりなどの人が来ている就労訓練所なんですがこの上の会社が人材派遣会社をやっていたりしているところもあるので何かに繋がればいいと思い、行かせてもらっています。就労訓練に行くことによって自分のやりたい仕事は何なのかとか、働くとはどういうことかということを感じてもらえるかなと思って行ってもらってます。

今まで働いたことがないメンバーも中にはいますので職業適性と含めて実施しています。

まだまだ、これからも修了生が沢山出て行きます。

事情があって施設の近くに住むことができないメンバーもいますが、そのときは、環境をきちんと、整えてから自立してもらってます。

皆様、今年も大変お世話になりました。ありがとうございます。

来年も、栃木 DARC をよろしく願いいたします。



日々リハビリ 2

依存症の TK

今回は私の栃木 DARC でのリハビリ生活の中で、入寮してから的那須での生活と、宇都宮へ移動してからのアウトリーチ部での体験、3SC のチーフになってからの様子を少し書きました。宇都宮でチーフになってから 8 ヶ月経ちましたので、今回は宇都宮でのチーフの活動を中心に書いていきたいと思います。

チーフの役割としては、みんなの生活費を請求して毎週月曜日に配ったり、医療費を用意したりといった金銭の管理や、医療券の発行など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。またデスクワークに留まらず、他のダルクでのフォーラムやソフトボールなどのイベントの際の引率などもありますし、各地のフェスティバルに参加してお好み焼きや焼きそばを販売するイベントの際に会計などをすることもあります。それから、突発的な出来事への対応もあります。例えば、仲間が不調をきたして緊急に病院に連れていったり、卒業生がお酒に酔って訪ねてきて、愚痴話を聞いた上、家に帰るように説得したり、急に施設を出てしまった仲間の搜索願を近くの警察署に出しに行ったり、他のダルクに施設移動した仲間が不意に訪ねてきて栃木 DARC に戻りたいというのを施設長と一緒に説得したりと、色々なことがありました。夜遅くに対応しなければならないこともあり、そんな時は正直疲れてしまいます。

また、チーフという役割は、自分の得意な面と苦手な面にも直面させられます。私の場合は、お金の計算をしたり、書類を作ったりといった事務作業や、プログラムの司会などは特に苦もなくできるのですが、段取りを組んだり、指示を出して皆んなに動いてもらったりといった対人面が苦手です。元々自分でも苦手だと思っている部分なので、うまくいかないことが多く困ってしまうこともしばしばです。そんな時は施設長や仲間と相談しながら取り組んでいます。私は性格的になんでも一人でやろうとしてしまうのですが、足が不自由なのでそれは叶いません。誰かにお願いをするといったことが最初は苦手でしたが、少しずつ出来るようになってきたように思います。また、それだからこそ、リーダーシップを発揮して、みんなと協力して目標を達成する練習が必要なのだと思います。

一方、休日などの過ごし方として、私はクラシック音楽が好きなので RH で 1 日中 CD を聞いていることが多いのですが、9 月には仲間を誘ってクラシックのコンサートに出かけることができました。迫力満点の演奏でとても楽しかった上、誘った仲間も喜んでいました。また、それ以外の趣味としては、私は神社を参拝することが好きで、先月、仲間数人と神社巡りをする同好会を実施しました。あまり知られていない神社でしたが皆んなに喜んでもらえたようです。また、宇都宮の施設では食事は自分で用意するので、近くのお店などで外食が可能です。時々仲間を誘ってお茶や食事に行くことがあり、そういう場ではお互いに愚痴を言い合ったりしてストレス発散をしています。またインターネットカフェに行くこともでき、たまに一人きりになりたい時は利用して息抜きをしています。普段集団生活をしているので、たまに一人になった時の開放感は格別です。

チーフの役割では、イレギュラーなことが起きて予定通りに進まなかったり、思い通りにならないこともしばしばで、正直ストレスも溜まります。だからこそ余暇の時間を有効に使ってセルフケアをしっかりすることが大事だということを再認識できました。また社会に出てからこそストレスコントロールやセルフケアが大事になると思いますので、今のうちに勉強をしておきたいと思います。

「変われる自分」

依存症のオオヤ

皆さん、初めまして。栃木 DARC 那須 1st Stage Center のオオヤです。自分は、2017 年 8 月 21 日から入寮しています。自分が DARC に居る理由は、14 年間使い続けた薬(マイスリー・ロヒプノール等)と 8 年間飲み続けた酒を止めるためです。

自分は中学 2 年生から睡眠薬を飲み、辛い現実や面倒くさい授業から逃げていました。そんな私だったから当然、公立高校受験には落ち、お金のかかる私立には行けませんでした。いや、両親は資金がなかった訳ではなく、自宅から 2km も離れていない中学校にも行かなかった自分を私立には「行かせない」と選択していたのだと、10 年以上経った今、理解できています。ただ、それが分からなかった当時は 2 年遅れで入学できた全日制高校も退学になり、働きもせず、薬と酒に溺れていきました。だから同い年の「普通」の人たちとは、みるみる差が付いていくように感じていました。

自分は 28 年の人生で 4 回ほど死にかけています。1 度目はリストカット。兄の知り合いだった女性のことで精神を病み、家族の目の前で手首を切りました。床屋を営んでいた父が研いだ剃刀を使って…。そのときの救急救命士が中学校で仲の良かった同級生で、その友人に病院に運ばれたこともショックでした。もう、この頃には自分は「無力」であったと思います。2 度目は 24 歳のとき。アディクトらしく酒を原因に、食道静脈瘤が破裂しました。また 3 度目も酒が原因となり、大量の飲酒と服薬(OD)から黄疸の値が通常の 10 倍に。1 か月点滴生活を送ることとなりました。回復してから聞いたことですが、その数値はアルコール性で病死した遺体から出るもので、普通生きている人間からは検出されないそうです。今でなら、あれは自分にも生きて学ぶことがあると気付く機会だったと思えますが。この頃には、肝臓がとうとう限界を迎えていて、ほんの一部でしたが肝硬変になっていました。それでも薬と酒が止まらない。立派な依存症者でした。自棄になった自分は、以前と変わらず酒を飲み続け、気付いたときには多臓器不全を起こし病院のベッドの上でした。さらに自分の大腿骨は骨頭壊死を発症、トイレに行くのも一苦勞。当然のように心弱い自分は家族に薬と酒を用意させ、それを飲んで一日中自室に籠り続ける毎日の始まりです。そんなとき、ベッドの上から母や父を操りながら、薬と酒で自分を壊し続ける自分に最初に本気で怒ってくれたのは兄でした。ところが、心の芯まで腐っていた自分は被害妄想的で兄の言葉を素直に受け止めず、包丁等の家にある凶器を集め出す始末でした。結果は錯乱し、自分で警察に通報。「兄を殺そうと思い凶器を用意しました。このままでは兄を殺してしまいます。助けてください。」と話し、岡本台病院に措置入院することとなりました。そこに栃原施設長と先行く仲間が面接に来てくれたのです。2 か月後、退院した日に自宅に帰り家族と話し合いを持ちました。やはり家族も DARC に行って欲しいと言いました。自分でも禊だと思って入寮することに決めました。入寮したての頃は、仲間と思えるようになれるかと不安でした。自分の持っていた DARC のイメージだときっとスゴイ場所なんだろうと想像していたからです。でも実際は仲間の皆が優しく、足の状態の悪い自分のことを気遣ってくれるし、冗談なんかも言い合えて毎日が楽しいです。いろいろ準備が整ったら足の手術もできると聞きました。同じような手術をした経験のある仲間によると、術後には普通に歩くことも走ることでできるそうです。いつも過去に囚われて、クヨクヨしてきた自分ですが、自分の足で歩く未来のことを考えている今、何を悩むこともなく前向きに毎日を過ごすことができます。自宅にいた頃から比べれば、必要最低限の物で暮らしています。視点を変えれば身軽なのも悪くはありません。そんな訳で現在の自分は、生まれて初めての「坊主頭」。仲間には似合っているとってもらっています。

自分の話は以上です。読んでいただき感謝します。ありがとうございました。

新しい生き方への準備

依存症のじゅんじゅん

冬の寒さも厳しくなりはじめましたが、皆さまにおかれましてはクリーン生活をいかがお過ごしでしょうか？この度 2 度目のニュースレターを書くことになりました、依存症のじゅんじゅんです。前回書いた時は入寮して 3, 4 カ月目で確かサポートに上がったばかりで、那珂川 CF の農作業や NA に興味とやりがいを持ち始めた頃だったと思います。あれから茄子の育て方や草刈り機の使い方等を学び、NA のサービスにも深く携わるようになりました。役割もリーダーからチーフに上がり、イベントの担当や仲間の処方薬の管理等毎日忙しく過ごしています。今の自分が行っていることが、いずれ自立して新しい生き方を始めた時に必ず役に立つと思い、大変ですが日々精進しているところです。

自分が回復プログラムに繋がったきっかけは、アルコール依存と処方薬の乱用に問題があったことですが、那珂川 CF に繋がってから 11 カ月、野木 2 SC にスタッフ研修で 4 カ月、再び那珂川 CF に戻り 7 カ月とプログラムを 1 年 10 カ月続けた結果、自分にはいたらない点や欠点がアディクションの問題以外にたくさん存在し、それを変えていくためには、プログラムや施設の役割を通して取り組まなければならないことを知りました。自分の健康やストレスの管理も行わなければならないところまで来ており、クリーンを続けて限りなく回復を続けていくには多くの時間と労苦が必要なことと痛感しております。

自分の最初の 1 年はまず、アルコールを断ち処方薬を減らして自分に出来る事を知り達成感を得てやりがいを求めることから始まり、2 年目で自分をよく見つめ直し、これからの生き方を自分にどう求めていくのかを確認する作業だと感じ始めました。どうしても完璧さを求めてしまう自分が居て、完璧になりきれない自分を知り、でもそれを認められない自分なのに、人からは認められたい自分というものに矛盾を感じながらも、結局、自分は自分でしかないと思い、もう少し自分に自信といたわりを持たなければならないことが課題ととらえています。

この 2 年足らずにたくさんの事を経験させていただきました。茄子の実を初めて収穫した時は、畑作りから定植と自分と仲間たちの協力が形になった実感を得ることができ、1 年のクリーンバースデイを迎えた時は、嬉しさはもちろんですがこれからもっとクリーンを続けるためには自分をどう保ち続けどう変えていくのかに気付き、ギャザリングでオープンスピーカーを務めさせていただいた時は大勢の仲間の前で今の自分の気持ちを正直に話せることが出来た喜びと達成感を味わうことが出来ました。本当に新しい発見の連続です。自分が繋がって間もない去年の 3 月に母が亡くなり、それを知った時はさすがに動揺しましたが、現実を受け止める事の大切さと、自分を平静に保つことの難しさを知り、母は死をもってたくさんのことを自分に教えてくれたと思いました。短期的な目標が今日一日酒を飲まずに過ごし自分のベストを尽くすこと、長期的な目標がまだ先が見えないけど、やがて自立をすることとすれば、中期的な目標を自分が自信を持って堂々と母の墓の前に立てるようになることと設定し、その継続の為にプログラムを信じ今日一日の連続が希望に変わるようにクリーンを続けていきたいと思います。

今、まさに新しい生き方への準備期間です。つらいことも苦しいことも仲間に恵まれ、癒し癒され合いながら自分の責任ある行動が実行できた時や、何かを成し遂げた達成感を得る喜びを思い出せば、続けていく自信に変わります。今、行っていることは決して過去の栄光を取り戻すことではなく、これからの生き方が自分にやさしい有意義な別なものになると信じ今日も回復に向かい歩き続けるつもりです。それではこれからも皆さまと共に回復できることを信じ、終わりにしたいと思います

継続出来た 1 年

やす

皆様、こんにちは。依存症のやすです。今回で 2 回目のニュースレターです。

10 月 3 日でちょうど 1 年が経ちました。1 年間、栃木ダルクで生活してみているいろいろなことがありました。最初の頃は、人見知りが激しくて覚える事も覚えられなくて少し大変でしたが、車の配車を見忘れる私にいつも同じ仲間の方は、私の分の配車まで覚えて下さり教えて下さってとても助かった事を覚えています。今は、その方にとっても感謝しています。それから、今まではお財布はリーダーの方（まゆみさん）に管理して頂いていましたが、最近自己管理出来るようになりました。リーダーの方は、1 年近く私のお財布の管理をして下さり、大変だったと思います。本当に感謝をしています。話は変わりますが、プログラムはみんなの前に出る事の恐怖心などを少しずつなくして、環境に慣れさせてくれたと思います。話をする事が苦手な私ですが、話をする事に抵抗が少しずつなくなってきました。プログラムのおかげだと思います。みんなでプログラムを行うと元気になる様な気もしています。本当にプログラムには感謝しています。施設の仲間や施設長、関係者の皆様にも支えて頂きとても感謝しています。

今年の夏には大人になってから初めての海に行って来ました。サンキで水着も買って浮き輪に乗って浮いたり、施設長に浮き輪を引っ張ってもらったりし少し子供になったような気分ですごく楽しかったです。海の家の方がエビや貝やキュウリをサービスで下さったりして、とても美味しかったです。バーベキューや流しそうめんをいただいたり、レクでカラオケや映画を見たり、外出届けを 1 週間前に出したら出掛けられるようにもなったりして 1 年で楽しい事が沢山ありました。ギャザリングにも初めて行く事が出来て良かったです。薬物の欲求も殆どありませんでした。

今の私の段階は、ステージ 2 で 3 ステージプログラムは、ステージ 2 を 2 クール目で、あと 7 ページでステージ 2 が終わるかなと思っています。役割はワーク作業決めとダルクミーティングの司会は最近始まったばかりで、あとはスポーツの係と食当リーダーと NA の書記とステップワーキングガイドの係をしています。食当ではギョーザをメニューに入れた時には、70 個くらい作るようにしたのでみんなを疲れさせてしまった事もありましたが、食事当番もとても楽しいです。それから、1 年のバースデーの時には、皆さんに色紙とプレゼントを沢山頂いてとても嬉しかったです。本当にありがとうございます。それから、感情が乱れる事が最初の頃は特に多かったりもしましたが、今では少し自分の中では、落ち着いて生活することが増えてきたかなと思っています。それも仲間の方々ののおかげだと思っています。私が薬を使いたくなる時は不安や孤独やイライラなどですが、ミーティングで話をしていて気づきましたが、私は好きな人という時も薬を乱用していて、栃木ダルクに来るまでは、人に会う時に薬をお守りにしていたと思うとなんだか悲しくなりました。これからは人に会う事全てで、薬を使う必要がなくなればいいなと心から思っています。今施設にいて感じるのは、やっぱりどこかのコミュニティに属していないと孤独を感じてしまうだろうなと思いました。関わって下さっている方々に感謝して過ごしていきたいと思っています。これからどんどん寒くなっていきますが、寒さに負けず元気に過ごしていきたいです。11 月には毎年恒例の足利フラワーパークにイルミネーションを見に行きます。アウトレットにも行きます。すごく楽しみです。私はお金の使い方に問題があるので、気をつけながら生活したいと思います。これから新しい役割も増えますが、頑張ろうと思います、という感じで私の生活はこんな感じです。これからどんどん寒くなってくると思いますので、皆さんもお風邪にお気をつけください。ありがとうございました。



11月にステップアップした仲間

1st

・該当者なし

2nd

・ソウ Stage1～Stage2へ

3rd

・該当者なし

CF

・フク ナガトモ Stage1～Stage2へ

・フク ナガトモ メンバー～サポートへ

PP

・該当者なし

11 月の献金・献品

（献金） 那須トラピスト修道院様、他匿名者 3 名様

（献品） 那須更生保護女性会様、小山保護区保護司会様、フードバンク宇都宮様、匿名者 10 名様

とても助かっており、栃木ダルク一同感謝しています。

献品のお願い

- ・ 修了者が数名出るため、日用品、家電一式、原付バイクその他自立後使用できるものがあればよろしくお願いします。
- ・ 事務用品（中古パソコン等）、あればよろしくお願いします。
- ・ 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）等あれば宜しくをお願いします。
- ・ スノーボード用品（板、ブーツ、ウェア等）あればよろしくお願いします。

施設報告

1sc（導入）18 名 2sc（回復）11 名 3sc（後期・社会復帰）10 名 CF（農業）10 名 pp ピースフルプレイス（女性）11 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。

桜の季節

アディクトのさくら

季節外れの台風に翻弄されて秋の深まりを感じることもままならないうちに、気づけばすっかり真冬の寒さ。ついついヒートテックタイツを履き始めるタイミングを外してしまったままの今日この頃ですが皆様はいかがお過ごしですか。

私はというと、昨日やっとユニクロで極暖ヒートテックを一冬分購入いたしました。

1. 5倍の暖かさというふれこみは、まだ当分原チャリで乗り切ろうとしている私にとってなんと心強いものです。

申し遅れましたが、このたび栃木ダルクを卒業することになりました。

振り返ると数々のエピソードで、ときには泣き、笑い、ふんぷん怒り、それでも多くの人に許され、助けられ、今日までやっこら続けてこれたのだと思います。それに、なんだかんだと文句を言いながらも実は仲間と生活することは嫌いではなかったようです。これまで何度か書かせていただいた私のニュースレターのタイトルは一貫してこの「桜の季節」としてきましたが、こうして原稿をかかせていただくのもこれが最後と思うと感慨深く、少し寂しくもあります。

今年三月に就職が決まり、同じ月に家族再構築で何年も音信不通だった母とも面会しました。再構築を進めながら焦らず仕事を続けて時機を見て卒業だろうと、誰が言ったというわけでもなく「なんとなくそんなもんだらうなあ」と感じながら今日一日のベストを尽くしてきました。

ところが、三か月が過ぎ、さあ、いよいよ本腰入れて仕事って頃から急に母と連絡が取れなくなりました。それは僕の責任の及ぶところではありません。

職場では徐々に仕事を覚え、正職員として登用され、上司からも「いつになったらその何とかってところを出れるんだ？」などと尻を叩かれるのですが、家族との再構築が膠着状態のままでは卒業の話も棚上げのままです。社会の中での私と、施設の中での私にギャップが生じ始めました。正直、自分の思い描いた将来に向けてのスタートをいたずらに先延ばしにされているジレンマをかかえながら、それでもヤケにならず、それまで続けてきたことを続けるには正直に丁寧に自分の感情と向き合って必要な時はそれを相手に伝える。施設生活で浮き彫りにされた私の性格上の欠点も時間をかけて学んできたプログラムを実践して手放してゆく。すべてを手放せなくとも欠点を抱えながらもアディクションに身を任せることなく新しい生き方を選択し続ける。あらゆる意味で自分にとっての最終試験のような期間でした。

10月になり私もいよいよ腹を決め、再構築にこれ以上こだわって前に進まずにいることよりもコントロールできないことへの執着は捨てて前に進みたい、私は私の人生を生きることを選べたいと、施設長に直接言葉で伝えました。

そうして、卒業を選んだ私の最初の試練は不動産屋でした。まず、最初の賃貸保証会社

が要求してきたのは親族との良好な関係だったようです。「母親に電話して緊急連絡先を引き受けてもらってください」「ここに、お母さんの携帯の番号を書いてください」と世間一般では当たり前かもしれない要求にいちいちうろたえる私にあきれた不動産屋のお婆さんはとうとう「うちでは無理だからよそを当たってくれ」と電話してきました。

さすがに参った私は、施設長に泣きを入れたのですが、どうやらそれが良かったようです。奇跡としか言いようのないそのタイミングでもう一度だけ、とかけてくれた施設長からのその電話に母は出てくれたのです。そして、なんとこの僕に会ってみたいと言ってくれたそうです。そして十年ぶりに近くて遠かった実家へ母に会いに行き、半年ぶりに母と話すことができました。そこで、ようやく母と携帯の番号を交換することもでき、ほんの少しですが埋め合わせをすることもできました。誰にも言うなと言われていたのと言っていませんけど、書くなとは言われていないので書きます。隣で一緒に話を聞いていた施設長のほうが鼻水すすって私より派手に泣いていました。ともに喜び共に泣く仲間であってくださることに感謝します。

この半年で母は二度の大病を経て障害が残り要介護2の認定を受けて近所のデイサービスを利用しています。一方でこの半年私の選んだ仕事は介護職で他人の親のお世話をさせてもらっています。なんとももどかしく思えますがこれからもそれは変わりません。私は私、あなたはあなたでこれからも頑張っていきなさいと先に言ったのは母でした。母はやっとリハビリで動かせるようになった右手を動かして見せながら笑い、そしてこうも言いました。「命もらっちゃったから私も頑張って生きてくよ。」そう、もう昔のように死にたい、死にたいとは言わなくなったようです。

今回は、施設生活で最後に与えられたハイヤーパワーのギフトについて書きました。最後に、みなさんこれまで本当にありがとうございました。そして、これからもずっと仲間であってくださいますように。

栃木DARC15周年記念フォーラム開催のお知らせ

開催日時：平成30年3月3日（土） 9:30 開場

場所：宇都宮市東市民活動センター 大ホール

テーマ：わたしたち だから できること

基調講演

国立精神・神経医療研究センター病院 薬物依存症センター
センター長 松本俊彦様

シンポジウム

テーマ：「地域連携」 シンポジスト：県内関係機関

参加費 無料

※尚正式なご案内はニュースレター1月号に同封いたします。