

次月活動予定

8 月

- 1 日 再乱用防止教育事業県北
- 2 日 女性施設海水浴
- 3 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 6 日 アディクションフォーラム実行委員会
- 7 日 宇都宮保護観察所プログラム
- 9 日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 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 東京保護観察所プログラム
- 14 日 アルコール関連問題研究会運営委員会
- 16 日 再乱用防止教育事業県庁
- 20 日 治療共同体研究会
- 23 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
- 29 日 喜連川少年院プログラム
- 31 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 NA 北関東エリアギャザリング
- 2 日 NA 北関東エリアギャザリング
- 5 日 再乱用防止教育事業県北
- 6 日 薬物依存臨床医師・看護等研修会
- 7 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 8 日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 10 日 東京保護観察所プログラム ガイドポスト
- 11 日 宇都宮保護観察所プログラム アルコール関連問題研究会
- 13 日 県北家族の集い 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
- 14 日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 15 日 仙台ダルクフォーラム
- 18 日 再乱用防止教育事業県南
- 20 日 再乱用防止教育事業県庁

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 3F

TEL 028-650-5582 FAX 650-5597

URL

<http://www.t-darc.com>

Eメール:nesm@t-darc.com

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



昨年の実績と今年の目標

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

昨年度(29/4/1～30/3/31)の利用者統計がまとまりましたので、ご報告いたします。
1 年を通しての平均利用者数は 59.5 名で一昨年度比 3.9 名増。これは一昨年度に開設した 2nd Stage Center の運営が安定してきつつあることによるものだと思います。
新規利用者 40 名新規修了者 7 名途中退寮者 44 名(内 3 ヶ月以内再入寮 20 名)。継続率は高くないように見えますが、途中退寮をしても半数は 3 ヶ月以内には戻って来ています。約 5 割は継続しているということになります。
入寮時の問題薬物の種類は覚醒剤 51%、アルコール 33%、向精神薬 6%、その他 10%一昨年度と比べ大きく変化があったのは覚醒剤で 6%増。
入寮経路は一般相談 34%、病院 33%、刑務所 20%、その他(他ダルク、福祉事務所等)16%、一昨年度比は一般相談 7%減、病院 13%、増刑務所 7%増。一般相談が少なくなっているわけではないが、他機関からの紹介ケースが増えて来ています。特に病院からのケースが増えており、これは定期連絡会など普段からの連携によるものと考えられます。
併存障害については、無し 39%、統合失調症 18%、双極性障害 18%、発達障害 12%、うつ病 7%、知的障害 3%、その他 3%となっており、半数以上の利用者が依存症以外の問題を抱えているということがわかりました。
続いて矯正施設への入所経験の有無に関しては、有りと答えた利用者は 33%と全体の 1/3 に止まり、うち回数の質問では、1 回が 35%、2 回が 15%と半数が 2 回以内に留まり、全体の 2/3 が 2 回以内に留まっていることがわかりました。
最後に年齢別割合を見ると、一番多い層は 30 台で 44%、次に 40 台で 23%、20 台が 7%、50 歳以上が 26%となり、一昨年 40 台から 30 台と若返り傾向にあることがわかりました。特に 34 歳までの前半が全体の 26%と特に多いのが、前年度の特徴です。
考察としては全体的に大きな差は見られませんでした。前年度の特徴として関係機関との連携強化と若返りが挙げられると思います。特に他機関連携による入寮経路（入口）の整備は進んでいます。今年度の目標として出口の整備、つまり社会復帰時の就労支援をテーマにシステムの構築を図って行きます。そのための準備を始めたところなので、これまでの連携の強化と新しい連携を作り上げて行くことに力を注いで行きます。

那珂川の活動

職員　高田秀夫

猛暑が続き、日中は草木もしおれがちな今日この頃、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

年に二回行われる、南那須地区保護区保護司会の皆さんとの今年第一回目の交流会が 7 月 12 日実施されました。

宇都宮保護観察所、烏山市更生保護女性会、那珂川町更生保護女性会の方々にも参加していただきました。

暑い中、4 月に植え付けをしたジャガイモの収穫作業を手伝って頂き沢山のジャガイモを取ることができました。

休憩の時には自分たちで育てたスイカを切って食べたり、昼食には流しそうめんを食べたり、各テーブルで食事をしながら先生達との話で、楽しい時間を過ごすことができました。

交流会を通じて日頃社会との繋がり少ない私たちにとって、理解ある先生達とのお話は、とても為になり有り難く、又、地域の色々な話しなかも出来たりして本当によかったと思います。

11 月にも第二回目の交流会が実施される予定ですが、今から楽しみにしています。

お忙しいなか本当にありがとうございました。

現在的那珂川 CF では 7 月から夏時間のプログラムになり、暑い中での作業をさけるために午前中は朝 6:00 から 8:30 まで畑作業をして、午後は 15:00 から 16:30 までの作業をおこなっています。始めは、早起きや処方薬の時間のズレに戸惑うメンバーもいましたが一ヶ月が経ち大分慣れてきたように思います。

5 月に始まった茄子も順調に進んでいて毎日収穫、選果、出荷の作業に追われています。

そのほかにも、田んぼ周りの草刈りや、施設内の草むしり、地域のボランティアなど行うことが沢山あり、のんびりできる時間がなかなか取れていない状態です。

毎週金曜日には、前日から泊りがけで 1SC の仲間が応援に来てくれ作業を手伝ってくれています。

今年は例年に比べて異常なほどの暑さで、世間では災害レベルの異常事態だとも言われていますが、そんな中で自分たちに出来る対策といえば睡眠時間を十分に取ること、作業の段取りを考えて暑い時間は軽作業を行うようにすること、休憩を多く取ること、水分、塩分を十分に補給すること、あと帽子の着用くらいです。

どうにか熱中症になったメンバーもなく、このまま無事に秋まで行ってくれればと思います。

最後になりますが 7 月 30 日に、男性施設合同で大洗サンビーチ海水浴場へ行ってきました。

心配されていた台風も通り過ぎ、各施設で材料を持ち寄り BBQ やスイカ割りなどを楽しく行うことができました。

今後も色んな活動をしながら日々成長、回復していければと思います。

関係機関の皆様、今後も変わらぬご支援ご指導の程よろしく願いいたします。



クロスアディクト

アディクトのもりお

アディクトのもりおです。私の実家は栃木県矢板市で、昭和 41 年 1 月 2 日に生まれ、2 歳離れた兄が居ました。私は 30 才から 40 才までいわき市に住んでいました。40 才の時に、私は C 型肝炎の治療の為インターフェロンの注射を打ち、その副作用で 3 カ月後にうつ病になってしまいましたが何とか運転手の仕事のできた状態でした。そんな時に兄が自殺したという知らせを聞いてとても信じられなくなりました。兄は 20 才の時に横須賀の方に住んでいて、脱サラしてブランド商品の中古品の店を開いていたのですが、客足が伸びずについに店を手放してしまいました。それは兄が 42 歳で私が 40 歳の時でした。

それから祖母が亡くなり、父が亡くなり、元妻が亡くなり、周りの人たちがだんだん離れていってしまいました。仕事をしていても兄の事が頭から離れなくて、月命日に兄に線香をあげていた時に妻ともめてしまい、覚せい剤とアルコールと処方薬（ハルシオン）も入っていて正常な状態ではない私はマイホームの中を滅茶苦茶に暴れて、窓ガラスが割れてローソクの火がカーテンに燃え移ってしまい家を全焼させてしまいました。その時に肺が少しやられてしまい救急搬送されて半年ほど入院していました。その間は薬は止まっていましたが、退院するとすぐに覚醒剤を打ち始める生活に戻ってしまいました。そんな中で私は酒を飲みながら、そして覚醒剤を打ちながらトレーラーの運転をする仕事をしていました。栃木に戻ってきたのはいわきの運送屋の荷物を運ぶのに延着してしまい時間が過ぎてしまうことからです。また処方的大量摂取をして自分の家を消失してしまい、騒ぎになってしまったこともあります。何もかもこうなってしまったのは覚醒剤、アルコール、処方薬を一度で大量に摂取するということをしていたからだと思います。

そんな状態で運転していてある日ゲリラ豪雨のために前方が見えなくなり、何かをぶつけたと思いましたがそのまま走り去ってしまい、次の日の昼頃に警察が 20 人くらいで私の所にやってきて 1 人の刑事が「この車の傷は何だ？」と聞かれて「何か物にぶつかったがゲリラ豪雨のためわからなかった」と答えました。すると「これは物にぶつけたのではなく警察官を轢いたのだ」と言われ、私は人を轢き殺してしまったことを理解し、頭が真っ白になってしまいました。私は逮捕され大田原と宇都宮の拘置所にそれぞれ通算して 8 カ月拘留され、結局 3 年 6 カ月の刑を受け仮釈放で出てきました。その 2 カ月後に満期を迎えそろそろいいかなと思った時に再び薬に走ってしまいました。家族の通報で再び逮捕となり、今度は 1 年の満期で出てきまして、その日のうちに栃木ダルクの那須の初期施設に入寮しました。入寮した時は、断薬するのになぜこんな山の中で生活をしないでいいのかという疑問を抱いていましたが、9 カ月後に那珂川の施設に移動してそれから 2 年が経とうとしています。一昨年の暮れに調子を崩してから入退院を 3 回繰り返し、今やっと安定してきて思うことは、自分は今まで何をやってきたのかということです。これからをどうやって生きていくかを今那珂川 CF で農作業をやりながら考えています。那須と那珂川で施設生活を続け 9 月 2 日で 3 年を迎える所です。事故を起こした時に運転免許を取り消され 7 年の欠格期間がありましたが、今年の 8 月には運転免許が取れるようになります。以前は原付、自動二輪、普通車、大型車、けん引、大型二種の免許を持っていましたが、今はそんなに免許は取れないだろうと思いますが、頑張って次から次へと免許を取りたいと思います。

もうこれからは薬物を使おうとは思いません。明日のために頑張っていきたいと思います。

人との付き合い・酒との付き合い

依存症のフユ

連日の殺人的な猛暑、酷暑の中皆さんはいかがお過ごしでしょうか。私は寒さには強い方なのですが、この暑さには全く歯が立ちません。

さすがにキンキンに冷えた飲み物が恋しい季節となりました。「アルコール依存症ではなく普通の人であつたらなあ。」と思う事もしばしばあります。でも、完全にアルコール依存症であるとは認めていない節も多々あるところですよ。ほんの少しコントロールミスをしただけで、「たいしたことではない。自分は周囲の人より酒に強いだけ。」位の気持ちでいました。失敗はすでにそこから始まっていたのでしょう。「アルコール中毒」「アルコール依存症」という言葉は完全に他人事であると思っていました。人との付き合いというよりは、酒との付き合いであつた様な気がします。

宇都宮の施設に異動してきて 3 ヶ月程が経過しました。宇都宮の施設生活も 3 度目となりました。一緒に暮らす仲間も一新されましたが、以前一緒に生活した仲間、自助グループやイベント等で握手・ハグをした仲間達ばかり。余計な気を使わないと言ったら大げさかもしれませんが、ひとつハードルは低く設定されている様な気がして助かります。私は「頑張らない人」なのですが、心機一転「少しは頑張る人」にならねばとは思っています。何しろ自分自身のためになる事なのですから。

それに何といっても施設生活も 8 年を越え、現在の入寮者の中では最長になっている様なので何とかしたいとは思っているところです。年齢も来年「還暦」を迎えるので、さすがに焦っています。恥ずかしい話ですが、回復が進んでいない証拠なのかもしれません。

社会通念上の、礼節をわきまえた適度な飲酒は人間関係を円滑にする効果もなくはないと思いますが、私のように度を過ぎてしまう事で逆に人間関係を壊してしまったり、社会から取り残されてしまったりするだけなのです。取り戻せない過去の残骸を作り過ぎてしまいました。

ここ 2 ～ 3 年の事です、プログラムを修了して卒業していった仲間や入寮中に亡くなった仲間が数名いました。そのほとんどがアルコール依存症であり、長期間アルコールと付き合い合っていることで身体を痛めていた仲間ばかりでした。それも急死であり、自分と同じ年周りの仲間が 2 名いて、訃報を知った時はかなりのショックを受けました。プログラムで学習したとおりで「アルコールは死に至る病気」であることを痛感させられたものです。最近、新聞で中学の同級生が亡くなったことを知ったりして身につまされることばかりです。

薬物やアルコールを使わない新しい生き方とは何か。施設プログラムや各種イベント等結構盛りだくさんの毎日です。しかし、特に私はイベント事に参加するにあたってはどうも尻込みすることが多く、仲間達には大いに迷惑をかけていることと思っています。自己肯定感が低いため、苦手な事に関しては積極的に取り組むことが出来ず、イベントやレクリエーションの下準備や「お好み焼き」を汗だくで焼いている仲間を尻目に棒立ちになっている時も多々あります。色々な意味で「楽しんでる仲間」が羨ましいと心から思っています。別に仲間の輪に入ることが苦痛とかそうゆう事でもなく、また孤立しているわけでもないのですが、勝手に距離をおいているような気がしてなりません。そんなつまらないことにこだわっていること自体が駄目なのでしょうか。古い生き方から脱却して、新しい生き方を獲得する為にこの場所にいるわけですから、たとえ小さなことからでも取り組むべきだと思っはいるところですよ。せっかくの守られた環境、回復のための場所が提供されているわけなので、これを利用しない手は無いと思います。

ありがとうございました。

「薬物に囚われた自分」

依存症のトキ

覚醒剤、それは自分の人生をことごとく変えてしまった薬。自分が覚醒剤を始めて使ったのは 17 才の時でした。仕事場の先輩から教えられたのがきっかけで、最初はほんの好奇心で使いましたが、自分は覚醒剤にはまってしまいました。教えてくれた先輩もびっくりするくらいに使いまくりました。もう、そうになったら仕事も手につかず毎日、遊びまくり仕事もクビ、あげくのはてに逮捕されて中等少年院に送られたのをきっかけに、刑務所に 6 回服役するという人生を送って来ました。ですから、20 代・30 代、40 代半ばまで刑務所と社会を行ったり来たりはどうしようもない人生でした。今思えば本当にバカな事をしてしまったと思います。自分の父親は自分が少年院を出院すると間もなくガンで亡くなり、母親と兄と三人の家族で生活をしていました。また、自分は籍こそ入れてはいませんが二度、女性と生活していました。ですが自分が、覚醒剤に狂ってしまっていたので二人とも、自分から離れて行きました。自分は家族だけではなく内妻二人や友人たち等、大切な人たちを無くしてしまつたのです。自分の兄も、自分が 51 才の時、6 回目の服役を終えて社会に帰って来て間もなく亡くなり、年老いた母と二人きりの生活を送っていました。母親は自分が出所して数年経ってから脳梗塞を患い、半身がきかない体になってしまい、自分が母親を自宅介護する事をよぎなくされました。そんな生活が 8 年くらい続き、介護疲れと生活苦でヤケになつた自分は、最後の服役から約 8 年間やめていた覚醒剤に手を出してしまつたのです。自分が覚醒剤をやり始めて数日で警察に逮捕されてしまつたのは、10 年近く使っていなかった覚醒剤を数日間で大量に体に入れていた為、かなり頭が、おかしくなっていたからだと思います。

自宅から車で 2 分もかからないコンビニの駐車場で、警察官の職務質問を受けて持ち物を調べられ、腕や免許証を見られ、覚醒剤で何度も服役をくりかえしている自分は、尿検査で陽性反応が出て逮捕されました。その後、自宅もガサ入れされて所持でも逮捕されました。逮捕された後、正気を取り戻した自分は、また刑務所かとあきらめていたのですが、何と、判決は 2 年 6 ヶ月、執行猶予 3 年と言う驚きの判決でした。その後 3 ヶ月は普通の生活をしたものの、覚醒剤の後遺症のフラッシュバックで何が何だか分からなくなつてしまい、とうとう精神科の病院に入院する事になってしまいました。医師の診断は覚醒剤中毒後遺障害と、躁うつ病と言う事で 3 ヶ月の入院をして、その後、施設に繋がり現在にいたっています。施設に繋がって約 2 ヶ月が過ぎましたが、最初のうちは、施設での生活に馴染めず、うつの状態が続きました。しかし仲間たちのアドバイスやミーティングを通じて、やっと最近、施設生活で仲間との会話をしている時に笑顔が出て来て、本来の自分を取り戻す事ができて来た様な気がします。

まだまだ施設での生活はこれからだと思いますが、自分を見失わない様に生活をして行って回復を目差して行きたいと思っています。いつになるか分かりませんが、施設を卒業して介護施設に入っている母親に自分の元気な顔を見せて安心させてやりたいと思います。とにかく今の自分ができる事はクリーンな生活を過ごして本来の自分を取り戻し社会人として、また大人としての自覚を持った人間にならなければならないと思います。その為にも施設生活を有意義な物にしなければならぬし、それが今後の自分には大切な物になると考えています。これが今、自分にできる唯一の事だと思い、ハイパーパワーを信じて生きて行ければ、平安な気持ちで生活できると考えています。自分は今まで 57 年間の間、無力な人間だったと思います。無力だったからこそ覚醒剤と言う人間を変えてしまう薬に囚われていたんだと言う事に気づきを得ました。そんな自分が、できる事は施設でのミーティングやプログラムに参加して行き、今後二度と悪魔の薬、覚醒剤を使わない人生を過ごして行く決心です。

親愛なる家族達友達みんな

依存症のユキナ

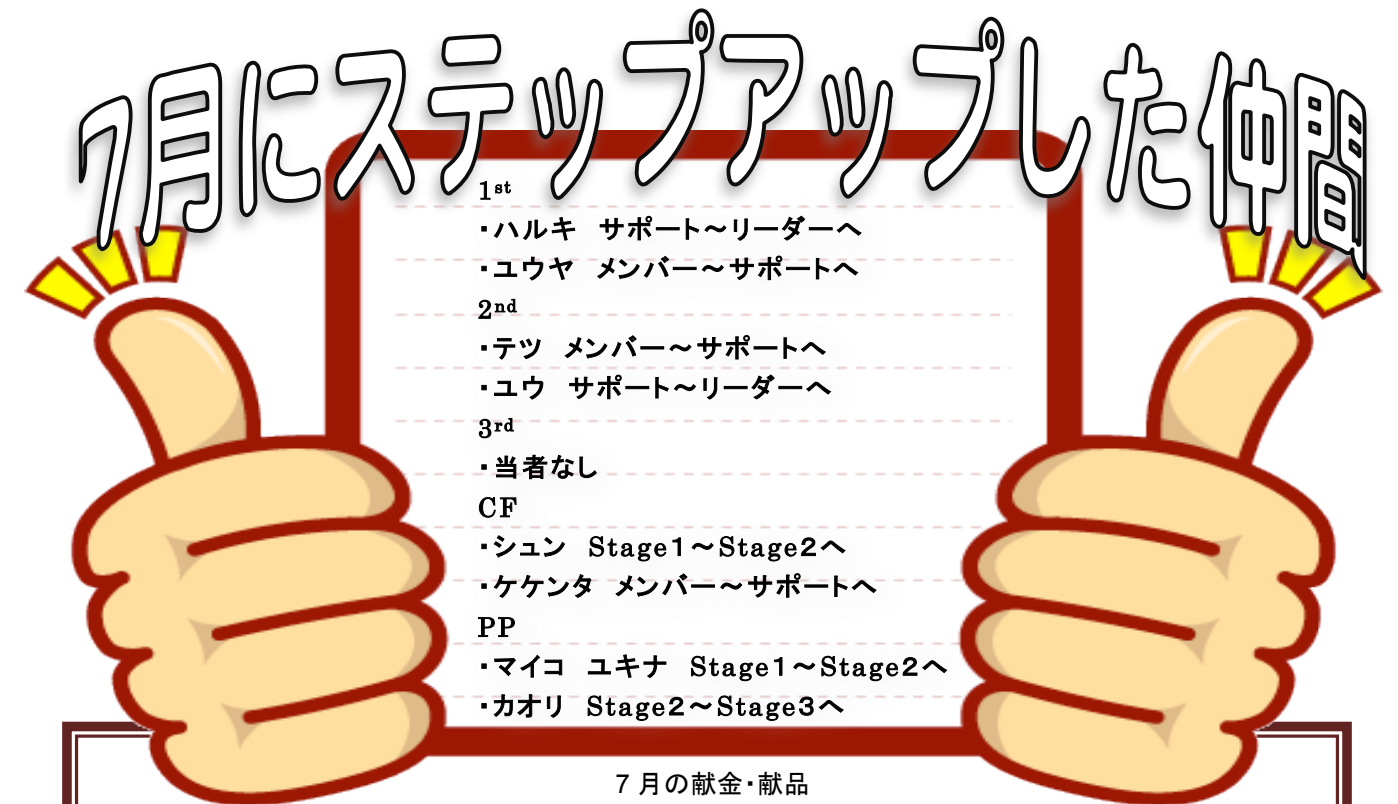
こんにちは。初めまして！

いつもハウスで色々な方のニュースレターを読んで、皆さん凄く深良いこと書いていて文章力もあって、すごいなーと思っているものの、頭も悪いし、今すごくテンション下げなので、まあ私なりにゆっくりやってこうと思うので、のんびり読んでいただけたらと思います…。では始まります！

私は 3 月 1 3 日に少年院から出院してここに来ました。少年院での日々は今でも忘れられません。辛い事もあったけど、そこで出会った先生達からは沢山の愛情を頂きました。あの頃に戻りたいかって聞かれたら、それは NO！って言うかな…。おしゃべりもコンビニも NG だし。でも、あの頃の考えにはすごく戻りたい…ダルクを卒業する気も満々だったし、もはやスタッフに憧れていたし。今は、逃げ出したいです。本当にギブアップですね。だけど、心のどこかではここにいないてはいけないって思ったりもしています。それは何でかなって考えると、捕まってから今までの間に会った人達の事を考えたら裏切れないなあって思います。まあ、この間少しの時間出てしまったのだけれど。今一番でかい存在なのは、やっぱり私の前にいつも居てくれる仲間達かなって。初めはあんまり意識してなかったけど今は仲間だって胸はって言えるし、皆が必死になってクスリを止めているのに、私だけクスリを使って昔の様に帰るなんて事はできません。その前に、皆と離れる事が嫌だなあとします。2 4 時間毎日一緒に居るからそりゃ疲れる時もあるけど、笑ってる事の方が多いなって感じます。私はいつもくだらない事を言って爆笑しています。、皆のおかげです。だから、今逃げ出したい気分だけど、やっぱり私はここに居るべきだなと思ってきています。辛い事もあるけど、時には笑って居られるって幸せかもって思います。ちなみに私の居るハウスは良い方達が沢山います。泣いている人には必ず誰かが手を差し伸べてくれるし、来たばかりの人には優しく教えてくれます。私の時もそうでした。右も左もわからなくて不安だったけど一緒にの部屋だった方がつききりと言っていいほど細かく教えてくれました。そのおかげで、今生活ができています。あとはですね、食事がおいしいです。皆、試行錯誤してメニューを考えて必死に作っています。私は料理って今迄 2、3 回しか作った事なくて（恥ずかしい話ですが）今必死になって覚えています。只今挫折中ですけど…プログラムの時は真面目だけど、休憩中には色んな話をします。テレビを見て「〇〇カッコいい」とか「〇〇捕まっちゃったのかー」とか。楽しかったり、辛かったり、喜怒哀楽があるのが人間でもあるし、それを今ここに居る仲間達と共有できてすごく嬉しいことです。そして、今私は仲間の事について語っていますが、やっぱり仲間って素晴らしいと実感中でございます。まだまだダルクで生活を続けたいって思えました。人生って色々あります。疲れるし、しんどいし、今にでも投げ出したって思うけど、やっぱり回復したいなって。今迄家族には酷い事を沢山してきました。酷い言葉を投げつけたり、何より子供が覚醒剤をやってしまうという事実が家族を傷つけてしまいました。謝っても謝りきれないし、許される事ではないから回復する姿を遠くから見せたいです。私は家族が大好きです。だから、私が回復する姿を見るまで本当に元気でいてほしい。切実な願いです。

最後に親愛なる方達へ。

私は、いつここを飛び出してしまうのかも分からず自分が信用できない状況でもあるけど、今しかないこのチャンスをどうにか無駄にしない様に 1 分 1 秒を大切に過ごしたいと考えています。今日一日を確実にゆっくりと前を見て進んでいきます。皆さん、頑張りましょう。目指卒業



7 月の献金・献品

（献金） 匿名者 1 名様

（献品）フードバンク宇都宮様、篠原光男様、匿名者 2 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

- ・ 修了予定者がこれからも数名いるので、日用品、家電一式、原付バイクその他自立して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、トラクター）等あれば宜しくをお願いします。
- ・ PP から 自転車あればお願いします。

お知らせと一言

- ・ 夏本番です。今年の夏は本当に暑いですね。この暑さはいつまで続くのでしょうか。皆様におかれましては無理をせずに、この暑い夏を乗り切りましょう！

編集 秋葉

心内

依存症のアニー

皆さんこんにちわ元気になってますか？依存症のアニーです。私は今ダルクに繋がって2年4ヶ月になりました。。何と言っていいのか。。正直な気持ち早く卒業したいと思っています。ここに来るまですごく大変でした。。刑務所から施設に繋がって初日に刑務所に帰りますと言って脱走を試みましたが失敗をして、その時探しに来てくれた仲間が「ここもそんなに悪い場所じゃないから頑張ろうよ」って言うてくれてそこから1年くらい頑張ってみましたが。。また脱走してしまいました。娑婆につてがあつたのでどうかなと思ったのですがその人は死んでしまっていました。。だからもう行くところないから帰ろうと思って当時の施設長に連絡したらすごく心配していました。。それから施設に帰る道中お母さんに電話しなさいって言われて電話をしました。すごく緊張して何を話せばいいのかわからずためらいましたが電話してみました。何年ぶりでしょう電話で話すなんて。。

お母さんは「死んでなくてよかった」と言うていました。。いつもお母さんに迷惑かけてばかりでいつもお母さんは僕が小さい頃から僕の尻拭いで被害者や人に頭を下げて生きて来ました。。全部僕が悪いのです。。お母さんはあなたが悪くなったのはお母さんの育て方が悪かったなの？ってよく言うていました。。なんかまた心配かけちゃって俺何やってんだろって正気に戻ったような気がします。。けどまだたまに昔の生き方に戻りそうになり本当に嫌です。。

私は自分がすごく嫌いです世界で一番大切な家族に迷惑をかけ、私を支えてくれる仲間たちに恩返しも出来ず歯がゆい気持ちでいっぱいです。。

いつも本当は心の中で想ってるんですけどね。。心の中で想うだけじゃ伝わらないから行動で示したいと思っています。。早く家族に恩返ししたいし仲間にも恩返ししたいです。。これは本当です。恥ずかしいけど家族を愛しています。お母さんがおばあちゃんになったら守っていかなくちゃいけないし妹のことも支えてあげて幸せにしてあげたいです(*▽*)

今回でニュースレター3回目なんですけど毎回家族や仲間にあてた手紙見たくなくなっていますw

本当にいつもありがとうございます。

家族も仲間も大切にしなければって本当に思ってます。やっぱり人生いろいろありますが大切なものを見つけたらそれをきちんと胸に抱えて心であたためて忘れないってことが大切なかなあって思う今日この頃です。。

みんな仲良しが良いしみんな幸せが良いもんね。。

私は家族の幸せを奪ってきた存在かもしれないけど今はそれを教訓に恩返しをさせていただけ的心をもらったのかなあつて思うようにします

都合がいいかもしれないけど経験は未来を作りますその未来が明るくなるかは今が重要だと思うんです。。

だから今出来ることを私はしていきたいと思っています。。（*´ω`*）

この先いくつもの困難が待ち受けていると思います。。今まで私はそのような困難から何時も逃げて来たのかもしれませんが。。今の私は自分に自信がありません本当にありません。けれどいつも考えてる夢があります。。それはここでは書けませんがすごくでかい夢ですw

人はみんな夢を見て生きてると思うんです知らないうちにですけど無意識でなのかもしれませんが。。それは知らないうちに希望になって明日が来る糧に変わるそんなような気がします

だからそんな生活を送ってみたいなあってよく思ったりしますw無理かなあ。。わかんないけどそうなりたいと思うし信じてます。。

だから未来を信じたいと思いますそれは自分を信じるってことなのかもしれません
薬物や違法行為いろんなことをしてきましたがそれは私の大切な家族の関係を引き裂く行為だということを忘れずに歩んで行けたらなあって楽な気持ちで思っています。
短くなりましたが心を込めて家族と仲間を愛しています
いつもありがとう 感謝しています(*´艸`)

施設報告

1sc（導入）15 名 2sc（回復）11 名 3sc（後期・社会復帰）8 名 CF（農業）12 名 pp ピースフルプレイス（女性）13 名計 59 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。