次月活動予定

9 月

1 日　NA 北関東エリアギャザリング　日光ボランティアフェスタ
2 日　NA 北関東エリアギャザリング
3 日　アディクションフォーラム実行委員会
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
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
21 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
26 日　大田原市立金田北中学校講演　栃木県地域交流会
27 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
28 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
30 日　家族会 BBQ

10 月

1 日　アディクションフォーラム実行委員会
3 日　再乱用防止教育事業県北
5 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
6 日　八王子ダルクフォーラム
7 日　ANAK15 周年記念フォーラム
9 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
10 日　少年院プログラム　群馬ダルク依存症講座
11 日　群馬ダルク依存症講座
12 日　喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導　NPO 法人セブンナーサリ交流会

編集　特定非営利活動法人栃木ＤＡＲＣ
〒320-0014
栃木県宇都宮市大曽 2-2-14　形松ビル 3Ｆ
TEL 028-650-5582　FAX 650-5597

URL　http://www.t-darc.comＥメール:nesm@t-darc.com

発行所　郵便番号一五七―〇〇七二　東京都世田谷祖師谷三―一―一七―一〇二号　定価１００円
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

SSKO
栃木 DARC
ニュースレター　第 183 号（2018, 9,4）
Grow up!!
Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

今年度目標の就労支援事業

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

9 月に入りましたが、まだまだ残暑の続く今日この頃、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。
さて今年度の重要事業の一つとしております「就労支援システムの構築」事業ですが、栃木 DARC でもワーキンググループ(WG)を作り、話し合いを始めました。県薬務課が始めた法務省事業の「再犯防止推進モデル事業」も WG が始まり、10 月からは実施する運びとなりました。また偶然にも国立精神神経医療研究センター(NCNP)でもこの取り組みを始めました。今年度は様々な機関でダルクも関わりこの就労支援について取り組むことになります。
ダルクではこれまでの就労支援のノウハウをデータ化し、問題を抽出し、できるだけいろんなケースに対応できるような仕組みを今年度中に作ろうではないかということで始まったのですが、どうやら単年度で完成するものではないということがわかってきました。
支援の枠組みとしては大きく３つに分かれると思います。１つめは利用者のパーソナリティーに起因する事柄です。問題は依存症だけなのか併存障害があるのか、また履歴上空白に期間はどのくらいあるのか、刑務所経験はあるのか、などです。詳細に見ればもっとあると思います。２つ目は職業適性です。どんな仕事が会うのか、したいのか、モチベーションを維持できる職種は何か、などです。３つ目は就労先すなわち雇用主が、薬物依存をどのように理解するかという問題です。これは２分化していると思います。完治した病気と捉えるか、意思の問題であるから仕事をしていれば大丈夫と捉えるかです。どちらもはじめは同じような印象を受けますが、長く勤めるにつれて変化します。つまりダルク利用者の自己同一化にまつわるものです。
これら就労支援に関する全体的な問題を一つ一つ詳細に検討し、「薬物依存症に特化した就労支援システム」を作り上げたいと思っています。これは自分たちだけで作り上げるものではないと思いますので、NCNP の研究や薬務課の事業の中で培ったものを利用していくということも大事です。
これらを踏まえると、単年度で期限を設け性急に作り上げるのは良くないと思います。成果物がちゃんと利用できるものにしていきたいものです。
読者の中には違った業界などで関わっている方もおられると思います。ぜひご教授いただければと思います。

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

日常

1st stage center 施設長　栃原晋太郎

残暑厳しい折、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。今年は仲間を連れて様々なDARC が主催するイベントなどに積極的に参加していて、私自身も楽しい夏を満喫しています。栃木 DARC としてもみんなで海に行き、那須の川に泳ぎに行ったり、ショートコースのゴルフをしたりと遊びまわっているせいか例年にも増して日焼けが酷く、真面目な話をしても説得力がないから焼けるのもそこそこにしておきなと言われています。

栃木 DARC の回復初期施設である那須の 1st stage center を担当させてもらうようになってから 2 年が過ぎて、社会復帰期のサポートの仕方に慣れていた自分を軌道修正したり、スポーツプログラムやミーティングに時間の許す限り一緒に参加させてもらって同じように笑ったり、自分なりにしっくりしてきたところです。今回は入寮中のメンバーの家族との連絡を密にとってみたり、ボランティアスタッフとのキャッチボールを意識的に増やしたり、私自身が NA に多めに参加したり、施設職員同士で連絡や連携を強化しようと努めてみたり、数年前に担当していた頃と変えてみているところがあります。逆に自分なりに想いと愛を持って仲間に関わることや、良い意味での回復支援施設であり続けようという部分は変えていないつもりです。そんな中での日常と、様々起こるトラブルと言われるもの、そしてその時の私なりの想いを今日は書いてみたいと思います。

栃木 DARC には利用者が自分達に必要だと考えて増やしたり減らしたりしているルールもありますが、大きくは３つのルールしか決めていません。薬物・アルコール使用の禁止。暴力・暴言の禁止。仲間を巻き込む事の禁止などがそれに当たります。初期施設が山の中にあるため違法薬物を使う仲間はいませんが、飲酒や市販薬・精神科処方薬の乱用問題は未だに多少起こります。施設の中では暴力問題も起こります。みんなで努力を続けていますがゼロにはなりません。多くのメンバーは家族や近しい人に限定した、言ってみれば甘え方の一つの表現として暴力問題を抱えてきているので、施設では実はイメージほど起こらないのですが、一定の仲間はクスリの使用と同じように、慣れ親しんだ方法で思い通りに進んでいかない回復や孤独や辛さを躱そうとします。DARC にいる仲間はシラフです。そして自分もシラフだからこそ沢山のことを感じます。自分だけが今でもクスリを使いたいと思っちゃっているんじゃないか？なぜ自分だけが笑えないんだろう？どうして人の悪い部分ばっかり拾っちゃうのかな？何でやめようやめようと思っているのにまた暴力で解決しようとしてしまったんだろう？

そして栃木 DARC で何年もかけてプログラムを修了して、社会再参加した仲間が再使用します。仕事も新しい人間関係も充実してきていても、自分のことを少しずつ気に入ってきていたとしても再使用は起こります。そんな時に DARC が、私達ができることは何でしょう？

今日も仲間は変わりたいと思って相談しにきてくれます。このままじゃ止まらなくなる、昔の生き方に戻ってしまう、助けてと電話をくれます。勇気が入りますよね。どうもありがとう。

DARC が安全地帯であることは私達の役割の一つだと思います。私自身がそうであるように、依存症を抱えて DARC にたどり着く仲間たちは当たり前に紆余曲折があります。昔から言われている「居場所を提供する」ということは単に場所を準備することではないと今は感じています。正直になるには信頼関係が必要です。特に最初は。

DARC に今いる仲間も卒業していった仲間もどんな仲間も、DARC のスタッフとの信頼関係を感じられる場を提供し続けていきたいと思います。

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

シャブ中を薬物依存回復施設に入れてみた

依存症のポポ

こんにちは、今回ニュースレターを書くことになりました依存症のポポです。これで三回目になります。順番が回ってくるのはまだまだ先だろうと油断していたので何を書いたらいいのかわかりませんが頑張ります。というか書いて保存していた原稿が、パソコンの故障の為開けなくなったので実質 4 回目です。今月 2 回目みたいなもんです。ファック。

さて、自分も栃木ダルクに入寮していつの間にか 2 年 9 か月が経過しました。入寮初日に迎えに来てくれた先行く仲間に「元ヤクザとか入れ墨入ってる人ばっかりなんですか？」と聞いたのが昨日の事のようですが、その仲間は元ヤクザだったし入れ墨もあったし指もありませんでした。無知とは恐ろしいですね。まあそれは置いといて今迄の施設生活を踏まえたうえで色々書いていきたいと思います。

まず私たちはどこまでクリーンを伸ばしても依存症という病気です。病気になってからおかしくなった人も、元からおかしくて薬物に助けを求めた人もいます。仲間もおそらく同年代と比べてしっかりしてない人が大半だと思います。自分ももちろんそうです。でも施設に入って少しずつでも変化がありますし変わろうと努力しています。普通の人が見たら「そんなの努力の内に入らないよ」と思うかもしれません。自分の何が変わったかと聞かれても自信を持って答えられる所なんてありませんが仲間の変化も努力もよくわかります。なので、なんとなく他の仲間から見たら自分も変わったんじゃなかろうかと思えるんです。薬物やアルコール等に依存し、古い生き方に依存し、家族や友人や恋人に依存してきた人達が新しい生き方をしていく上で間違うこともありますし、これからも間違い続けながら生きていくと思います。薬物を使っていた頃にその間違いを正そうとしてくれた人もいましたが、普通に生きてきた人たちが普通に生きてきた人に対してするようなアドバイスがほとんどでした。いつも頭の中では「シャブ中にそんな事出来る訳ないだろ」とか「上から目線で優越感に浸りやがって」とか思ってました。薬物のせいで完全に認知が歪んでるんですね。自分の中の一番最初の変化は施設入寮前、留置所の中でした。今迄隠してきた薬物使用を事情聴取で洗いざらい話した時です。逮捕された時点でもう薬物は止めようと思っていたので、もう生い立ちから何から何まで色々話しました。留置所に入った時点でケツの穴まで調べられるのに他に何を隠せというのか。担当刑事の学生時代の先輩が俺の元カノだってことまで判明するくらい話しました。話しても話しても怒られませんでした。聞いてもらえました。刑事だから当然だろうけど、そこで俺は今までただ話を聞いてくれる人が欲しかったんだなあ、と感じました。施設に入ってからはダルクミーティングも NA も基本的に言いっぱなし聞きっぱなしなので誰も自分の話に正論をぶつけてくる事はありませんでした。ここでも怒られませんでした。

そんな中でも業務上の事だったり生活面の事だったりで怒られる事は多少ありましたが、今まで怒られているときに必ず感じていた劣等感は出ませんでした。自己肯定感は下がりましたが…。つまりよく「自分の話を正直にする事が大事」と言われますが、それには周りの聞く姿勢が大切なんですね。普通に生きてきた人と比べて劣っている部分があると言ってもさすがに悪いことを悪いと思えない人は中々いません。悪いとわかっていてもやってしまう事が私達の生きづらさに繋がっていると思うし、それを「それは悪い事だよ」と言われなくてもわかっている事ばかりなんですが、なんでそれが必要だったのか。本当に必要なのか？それが無くても生きていくにはどうすればいいか？何が出来るのか？を私達が私達の目線で考える事が重要なのだと思います。

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

三度目の夏

依存症のじゅんじゅん

連日の記録的な猛暑だった今年の夏もようやく落ち着き始めた今日この頃ですが､いかがお過ごしでしょうか？ニュースレターも三度目となりました依存症のじゅんじゅんです。
今年、私が那珂川 CF で迎えた三度目の夏は、暑がりで汗を多くかく私にとってはとても過酷で厳しいものでしたが、何とか乗り切れそうです。以前は夏といえば部屋にひきこもり、エアコンの効いた快適な環境の中で酒を飲んだくれ､眠りたかったら薬を飲んで寝て起きて、それでも寝足りなかったらまた薬を飲みアルコールを飲み、何も目標も希望も持たず、ただ時間を過ごすことに正常な活動も出来ずに、狂気と絶望の中で生きていた私にとっては、この那珂川の土地で三度目の夏を過ごせたことにとても意味のあることと実感しています。
那珂川 CF の夏の農作業は暑さ対策の為、朝 6 時から作業が始まり、日中は休んで暑さをしのぎ、再び夕方 15 時から作業を始めるというローテーションで行っており、朝 5 時半に事務所の鍵を開け、前日からの段取り通りに備えることから「今日一日」が始まり、21 時に夜の処方が終わると鍵をかけ、何とか「今日一日」終わりそうだという生活もすでに自分の中では当たり前の感覚になっています。とても過去の後悔の中で生きて、それをアルコールや処方薬を過剰に使って気分を紛らわしていた生活からは程遠くなって、生きているのはまさに現在だと実感を得られるようになりましたが、決して現状は満足できるものではありません。毎日気がつかされることは、自分の至らなさや配慮の無さ自信の無さ感情の不安定さばかりで､ネガティブな部分だけが自分の中でクローズアップさせられるのが今の自分であり、だからこそ自分を変えるためには、これからもなおさら取り組まなければならないと言い聞かせています。
自分が那珂川 CF につながった一昨年の真冬、最初は農作業 PG もわけもわからず行っていましたが、やがて茄子の定植が始まり「この茄子の実がなるまで待ってみよう」という気持ちになり、そのうちに施設で行う茄子の露地栽培に深くかかわるようになり、畑を耕す、畝を作る、マルチを張る、支柱を立ててマイカー線を張る、親枝４本を決めて誘引する、子の枝は１つの実を１８cm で収穫したら芽を１つ残して切り戻す。なんてことを教わり、大量の茄子の実を収穫し選果して食品会社に出荷する。袋に詰めてイベント等で販売しそれが完売なんてすると、自分の為の PG であるにも関わらず、社会生産にわずかながら貢献している喜びや充実感を得られるようになり、どうせやるなら積極的にやろうなんて思い始めて２年以上が経ちました。同じ農作業 PG をやるにしても、どう進めば効率的に丁寧に行えるかとか、一緒に作業を行う仲間にどう伝えて受け渡していくかというものになり、日々の試行錯誤と新たな経験の連続です。また那珂川はイベントが多く、機材や食材の準備や段取りを指示して、適切な人員を配置するということ等も経験させていただいております。その合間に事務所で処方薬や生活費の管理、役所の手続きや病院の予定を立てること、数々の書類作成等、いかに時間と労力をうまく使うか、一つ一つの物事の報告、連絡、相談を的確に行うといった流れ等、まだ至らない身ですがそうした経験は必ず自分の為になると信じ、またストレスや疲労の回避等も自分の PG と捉え、全てはこれから生きていく為に必要なもので無駄は無いと信じて過ごしています。
失った運転免許証もあと２年で欠格期間がなくなり、刑の執行猶予も今年中に終わります。一度はあきらめかけていたものが取り戻せそうな予感と、将来に対してわずかながらの希望も持てるようになりました。家族再構築も進んでおり、お互いの進路の意向もほぼ共通するので、これからもっと具体的な計画を立てていきたいと思います。それではこれからも仲間と共に、自分なりの回復と再生を遂げることができると信じて終わりにしたいと思います。

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

那須の風に吹かれて

依存症のマーチャン

六月十一日より相模原から研修で那須ファーストステージセンターにお世話になっています薬物依存症のマーチャンです。今年の夏は暑かったっすね。五月に相模原ダルクのニュースレター「プリンシプル」に登場したばかりですがまたこのような機会を与えてもらいました。光栄です（笑）実は四月終り頃から精神的にとても不安定になっちゃいまして、五月に一年のバースデーを迎えたときにはもうダルク生活始って以来最悪の状態で・・・。変わったことといえば眠剤が無呼吸の副作用があることで違う種類になったんです。先生は試験的に様子を見ながら出してくれてその頃は平気だったんだけど飲み続けていくうちに一日中眠くてダルいし朝起きると目が吊り上がってて仲間が心配してくれるんだけどなんか気持ちが乗らないし。僕は仲間に対して支配的になったり協調性に欠けたり変りプライドが高かったりと今までも性格上の欠点に悩みながらも回復を諦めずにきたけど、今回はもう回復なんてどうでもいいか・・・とさえ思い始めちゃって。結構辛かったんですよ。そんなとき僕の気持ちを察してくれた代表のヒデさんが「那須に行って仲間沢山作って身体を休めておいで」と言ってくれたことで今回那須にお邪魔することになりました。なので研修というよりは静養って感じですかね。競馬に例えると春のＧＩレースを激走した馬が秋のＧＩレースに向けて短期リフレッシュ放牧に出た！みたいな感じですかね。(笑) しばらく競馬もやってないなぁ（笑）僕も秋には相模原に戻る予定です。こちらに来て驚いたことは米が旨いこととカホンという怪しい打楽器ですかね。早速僕も仲間の輪の中に入れてもらい見様見真似で叩かせてもらったけど音符も読めないしリズムを取ることも難しい。それでも那須に来たその週末に本番のチャリティーコンサートに出ることになり「えっ？！嘘でしょ？！」(笑) って感じでした。朝の練習や一緒に演奏をする障害者施設の人たちと必至に練習をしました。笛の達人ナカジマさんを始め仲間が心をひとつにして演奏できたことは心に残る大切な思い出となりました。次の日には始めて少年院の薬物離脱の教育に連れて行ってもらったんですが矯正施設を幾度となく出たり入ったりして来た僕が今少年たちに自分の過ちを話していることが何だかとても不思議だったけど、彼らの社会復帰に少しでも役立ててもらい更生のきっかけになってくれればいいな・・・と願う思いでした。薬物乱用防止のパトロールにも行かせてもらい歩行者にポケットティッシュをくばりながら薬物乱用の防止を呼びかけるという体験は覚せい剤でボロボロになっていた頃の自分を思い出すと回復を感じた瞬間でもありました。多くの人に薬物の怖さを知ってもらい明るい町づくりのお手伝いができた感じですね。家族の集いにも同席させてもらい薬物依存症の子をもつ親の立場で話しを聞くことができたことや親自身が共依存から回復していく姿や取り組み方を見せてもらったことは僕の親も相模原の家族会に来ているので貴重な体験でした。僕も家族再構築ができる日を楽しみに回復を目指そうと思いました。楽しいことはまだまだあって戦場ヶ原にハイキングにも行ったしゴルフやフットサル、仲間と那須高原の牧場など那須を満喫しているところです。先日仲間たちと一泊で相模原に行って来ました。久しぶりに会う相模原の仲間たちに感動し思わず涙腺が緩みましたね。(涙) 皆温かく迎えてくれて離れてみて始めて仲間のありがたさを知った感じです。河原でバーベＱ最高の一日でした。磐梯ダルクのキャンプにも行って来ました。湖に飛び込んだりボートで沖に行ったり楽しかったなぁ・・・(笑) 仲間も沢山できて今は回復を心から楽しめています。月末には山形のキャンプもあり九月にはギャザリングと楽しいことは続きますが感謝の気持ちを忘れずに仲間と一緒に回復の道をこれからも歩んで行こうと決めました。最後に那須に来て少し経った頃処方薬の眠剤を断つことに成功したんですよ。苦しんだ頃が嘘のようだけど今はぐっすり眠れる環境とハイヤーパワーに感謝しています。

卒業を前にして

ニシ

皆様、こんにちは、依存症のニシです。ニュースレターを書くのは、３回目になります。今、私は、卒業を目の前にしています。不思議にも喜びもなければ、不安もない中で就労に行かせてもらい、働く事と仲間との関わりを、自分なりに大切に出来ているんじゃないかと思っています。

それでも、まだまだ足りてないものが沢山あって、性格の悪さや、ありがた身のわからない人間です。人の事はわかるのだけれども、自分の事は何もわからない、気づこうとしない自分自身が居て、仲間には厳しく、自分にはいい加減というのが私だったかなぁと、今振り返っています。

施設に来た時の自分を思い浮かべると、とても高飛車な人間だったなぁって思います。そもそも私は恵まれた家庭の中に生まれ沢山の愛情をもらい、なんでもやってもらう事が出来て、助けてもらう事が当たり前でした。それなのかどうなのか定かではないのですが、どうにもならない、どうしようもない、傲慢な人間になり伏せてしまったのではないんじゃあないかと。今、また家族の責任にしてしまう自分は回復が足りないんじゃあないかと、反省するばかりです。でも、以前の自分は考える事も、反省する事もしませんでした。将来の自分の姿を想像してみる事もしませんでした。原因と結果を考える事なく、ただただ仕事をしてお酒を飲んでいって仕事をしているから、飲みたいだけ飲んでもいいんだって、都合のいい解釈をして言い訳ばかりをしていました。今でも、自分勝手な言い方もとらえ方もするのだけれども、考える様にはなったと思うのです。自分なりの反省も少しくらいは出来るようにはなったんじゃないのかなぁとは思っています。本当に自分なりなんですけど、つくづく思うのは、自分の過去の生活が原因で結果がダルクの生活なんだと、それがわかるようになったのも施設の中で学ぶプログラムがあったからだと思います。私にとってのプログラムは単純なものでした。なんでこんな事をしないといけないんだろうって、不満ばかりでした。何の為にするのかわからなかった。でも様々なプログラムを通じて、１つずつ１つずつ意味があるのだと回復の為に必要なんだと理解できるようになったのが、１年半を過ぎたぐらいから思える様になってきました。今では他の仲間に真剣にプログラムに取り組んだ方がいいと伝える様になりました。それと役割ですね。本当に役割は自分自身を助けてくれたと思っています。役割を任される事によってやりがいとか、責任が生まれてきました。今から思えば、充実した時間を過ごさせてもらったなぁと思っています。就労に出る事によって役割から離れる事によって、寂しさを感じた事も事実です。私は、あと数日で卒業になりますが、卒業してからの生活が何も見えて来ません。これは自分でも問題だと思っているのですが、どうも実感が出て来なくて、あれを買おうとか、何かをしようかという気持ちが沸いて来ないのです。元々クールな性格なんですが、こんなに冷めていてはいけないと思うのですが、施設を離れるという事が受け止められないのでしょうか。あっという間の２年と半年でした。泣く事はなかったけど悔しい時も、戸惑う時も、色々な事を乗り越えて来た様な気がします。どうしたらいいのか答えが出ない時も何度もありました。でもどうにかなったのです。どうにかなったから無事に卒業を迎える事が出来たんだなぁと思っています。これも仲間達のおかげだと思います。施設で学んだ事、仲間達と語り合った事を大切にして、毎日がプログラムだと思い一人暮らしを楽しんで行こうかなぁと思っております。

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

８月の献金･献品

（献金）　匿名者２名様

(献品) 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

・ 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

・ここのところ不安定な天気が続き、まだまだ残暑が厳しい日もあ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。でもこれからは一雨ごとに涼しくなって行くと思います。こんな時こそ体調を崩しやすいと思いますのでお体ご自愛くださいませ。

編集　秋葉

1976 年 2 月 25 日第三種郵便物認可（毎週 4 回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2018 年 9 月 4 日発行　ＳＳＫＯ　通巻第 10006 号　無断転載禁止

「生き方の病から」

依存症のベー

幼稚園でズボンを履くのが嫌だった。どう説明したらいいのか分からなかったし、母が困った顔をしているのはもっと嫌だったから、必要以上にマトモでいようとし始めた。成長してからもそれは続いたが、無駄遣いかセックスをしてバランスをとった。周囲も納得の職業に就いた。善意の毒に気付かないまま、求められるままに働いた。成功が続いても嬉しくない、妙な気分は散財とセックスで消えた。燃え尽きるように入院して飲酒だけは止まったが、医療費は親に払わせた。仕事は誰が見ても上手くいっていたし、実った果実も味わえた。でも、お金とセックスが足りないとイライラした。

「合法」ドラッグがやたらと気になった。ゲイバーの話題で来月から禁止薬物になると聞いた３月、思った。「合法のうちなら……良いはずだ。」使ったら４月が来ても止まらなかった。「脱法」から「危険」へと冠が変わった後、僕の手には覚醒剤があった。覚醒剤の薬効時間は長くて、仕事に影響が出始めた。それでも止める気には全然なれなくて、僕の行く手を阻む人は皆、敵だった。マトモにしようといた頃に大切だったモノを守るなら、薬は使えないと分かったから自分でひとつずつ大事に壊した。楽しい作業だった。目の前の敵が呆れ、悲しい顔になると満足した。ＨＩＶ陽性だと判って、運命のせいにした。主治医に「あなたのやっていることはアメリカなら、死刑ですよ。」と叱られて、「ここは日本ですからね。」と答えた。また１人敵をやっつけた。母は経験豊かな保護司だったから、彼女の全部で僕を更生させるべく努力してくれた。でも、僕には母も愛情という武器を振りかざす敵にしか見えなかった。

２回捕まって施設に入った。僕のサバイバルスキル中の１番の得意技「死にたい」の呪文が通じなかったのは、周囲の人たちが敵ではなく、仲間だったからだ。僕と同じかそれ以上の強者揃い(笑)。何はともあれ、距離をとりたくて最悪な僕について話したら、仲間が「あるある」と分かち合いにしてくれた。笑いながら自分の生きづらさを話してくれた仲間が「オレたちさぁ…」って言ってくれたから、僕も仲間たちの前では笑えるようになれた。プログラム中にアキレス腱を切ったことも「私たちは必ず回復する」ことを自分の身体を通して実感する機会にできたし、仲間とぶつかったことも、自分の考える正論が世界の正義じゃないと理解する契機になった。とは言え入寮して約１年半、僕は相変わらず息苦しく生きている。「ちょっとくらい良いだろう」を自分に許したいのに、最善を考えたらそれを許すことはできないからだ。ただ、覚醒剤の力でタガを外すほどではなくて、使ってないなら罪悪感からの救いを覚醒剤に求める必要もない。ふとした拍子に目に入った、ＮＡの文献の言葉「回復とは、自分の考え方や姿勢を積極的に変えること」に、少しだけ共感できた。

変わっていく仲間たちが眩しかっただけの僕も、やっと変わってきたかもしれない。そう思い始めた矢先「ベーさんは、これからどうしたいの？」と施設長に問われて、思わず

口をついて出た答えがあった。それはもう一度、自分以外の誰かの為に働くことだった。

子どもの頃から何かと病気がちだった僕が、いよいよ薬物依存症という生き方の病を得てなお、もう一度生き直してみたいと思ったのなら、いつになるかは分からなくても、今の施設生活という試練のときを「あれは、今この喜びを味わうための過程だった」のだと確信できるその日まで、回復し続けたいと思うようになれた。と、ここまで書いてしまって、「覚醒剤はもう使えないよなぁ……。」と相当寂しい気持ちはあるものの、初めて諦めの気持ちになりました。ニュースレターを書くのは２回目ですが、初回とたいした違いは無いように感じます。気持ちだけが先行して、計画性は相変わらず十分とは言えません。それでも、僕が行き直す気持ちになれたのは、支えてくれた施設の仲間たちと応援してくれるＮＡの仲間たち、それに見守ってくれる家族のおかげです。皆さん、本当にありがとう。これからも、よろしくお願いします。

施設報告

1sc（導入）17 名　2sc（回復）11 名　3sc（後期・社会復帰）9 名　CF（農業）12 名　pp ピースフルプレイス（女性）１３名計 62 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。