

次月活動予定

1月

- 6日 ガイドポスト 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
8日 再犯防止推進サポート事業県南 再乱用防止教育事業県北
9日 家族の集い 再犯防止推進サポート事業県央
10日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 再犯防止推進サポート事業県北
11日 再犯防止推進サポート事業家族向け 家族教室 再乱用防止教育事業県央
16日 再乱用防止教育事業県庁
17日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
18日 RSC会議
19日 RSC会議
21日 東京都立多摩市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
22日 再犯防止推進サポート事業県南
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
再犯防止推進サポート事業県央
24日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 再犯防止推進サポート事業県北
25日 まちびあボランティア
26日 家族会
27日 東京保護観察所プログラム
29日 豆の木ネット
31日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導

2月

- 1日 再犯防止推進サポート事業家族教室
北関東エリアオープンスピーカーズミーティング
3日 栃木県再犯防止推進シンポジウム アディクションフォーラム実行委員会
5日 再犯防止推進サポート事業県南 再乱用防止教育事業県北
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 再犯防止推進サポート事業県央家族教室 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
13日 再犯防止推進サポート事業県央
14日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 再犯防止推進サポート事業県北



発行所
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会
郵便番号一五七一〇〇七二 東京都世田谷祖師谷三一一七一一〇二号 定価100円

SSKO

栃木 DARC
ニュースレター 第200号(2020.1.13)

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

新年にあたり思うこと

特定非営利活動法人 栃木 DARC
代表理事 栗坪千明

2020年、あけましておめでとうございます。昨年中はご支援をいただきありがとうございます。今年も良い年になることを祈念いたします。

年末は毎年恒例の餅つき大会を行いました。年々つくものの量も増え続けて、昨年は120kgのもち米を使用しました。何曰ついたかはわかりませんが、10時から初めて15時までやりました。各施設に持ち帰り、正月中に食べることを想定していますので、イベントの枠を超えた生活感満載の大会となりました。皆正月は美味しいただいたことだと思います。

さて、ダルクの新年の抱負としては、(年度切り替えではないので、年度目標を立てる時期ではありませんが...) 気持ちを新たにという日本の文化が私の中にも根付いています。自然に新たな気持ちになります。今年度の栃木ダルクの挑戦としては、まず障害福祉サービス事業所の開始がありました。昨年5月に新たな職員(PSW)を迎え、生活訓練事業所を10月からスタートしました。これまでのところ不慣れなところもあり、随分と苦労しておりますが、順調に運営されています。

もう一つ新たな取り組みとしては、今年度単年度事業として就労支援事業の立ち上げがありました。これは今も進行中です。この取り組みの中で、私たちも様々なことを考えようになりました。利用者の就労にあたっての最大の問題は、公的なステigmaが働いているこの社会の中で、ダルクで回復支援を受けている空白の期間を面接の際、就労先にどう説明するかということに尽きると思います。

自分の不摂生、または快楽を求めた結果なったと思われている病気には公的ステigmaはとても巧妙に働きます。施設の利用者もその空白の期間について嘘をつかなくてはならない場合もあります。これは正直になるプログラムを2~3年受けてきた利用者にはかなりのストレスになっていることがわかっています。これはダルクや依存者個人がなんとかできる問題ではありません。マスコミを含めた社会がどのように捉えているかによると思います。形は違いますが感染症と思い込まれ、長い期間隔離させられていたハンセン病と構図としては似ていると思います。また利用者側も使っている間、回復期を通して入ってくる情報として、芸能人などの薬物報道は嫌でも耳に入ってしまいます。こうして自分は世間様に頭を下げなくてはならない病気なのだということが刷り込まれてしまいます。そんな状態で面接を受けてうまくいくわけはありません。雇用主さんが悪いわけではありません。依存症はダメな病気だと旗を振っている悪役がいるわけではありません。そのため就労支援事業の一環としてわかりやすく説明するためのツールを作るというのがこの事業です。

社会全体の理解が進めば、特別の問題ではないこととして就労支援を含め、お互いが良い方向に向かうのではないでしょうか。

新しい年を迎えて

ピースフル・プレイス
柄原 夕子

新年、明けましておめでとうございます。

昨年多くの方からのご支援をいただきながら、女性依存症者の回復の場を提供し続けることができました。2019年の振り返りをしながら、2020年も前に進んでいきたいと思います。

昨年10月より障害福祉サービス事業として女性施設も生活訓練を受けることとなり、日中活動の場が変わりました。それに伴い、1日のスケジュールもプログラムの組み方も変わりました。これまで、その状況に合わせて都度形を変えてきましたが、今回は職員の私にとっても利用者にとっても幾度とない大きな変化ではないのかなと感じていました。「まぁ、なんとかなる」と言葉にはするものの、開始直前は不安しかなくマイナスの結果しか考えることが出来ず、自分の気持ちの小ささを実感したりもしました。

実際に始まってみて生活の流れができるまでは違和感や疲労を感じることもありましたが、抱えていた不安以上の大きな問題は何も起こっていません。

サービスを受けることで、利用者が直接関わりを持てる支援者も増えました。この形や流れが当たり前になっていくことで、これまでよりもっと広い視点で利用者の回復支援を行なっていくのだろうという希望も出てきました。

「今」に囚われず、どんな状況でも変わることは当然あるし、その状況がより良いものになっていくことを信じられる回復をしていきたいと思うようになりました。

併せて昨年6月末から始まった「アフターケアホーム」を「ナイトケアホーム」と変更し、対象を就労プログラムに入った利用者からステージ2の利用者としました。栃木DARCのプログラムにあるLIVING SKILL（生活力）を高めながら自分の課題と向き合っていく。次のステージに進むためのプロセスとして、新しく出来た場所を上手に活用していきたいです。

生活の流れが変わる中で変わらないこともあります。女性施設が開設して以来、その時期いる利用者たちで行われるイベント行事は楽しいものとして引き継がれています。年末には新しく迎える年のカレンダーを作り、レクリエーションのクリスマス会では皆で大笑いをして、その後は施設の大掃除を2日かけて行います。お正月らしくおせちを作つて初詣も行きました。変わっていく時間も変わらない時間も仲間との時間の中で過ぎていきます。

私自身の昨年1年間は「模索」している感覚が多くった気がします。自分のことも仕事も子育ても。いつも、これでいいのかな？ 他にできることは？ 自分は何を変えるといい？

模索しながら決定的な自分への安心感がなくても1年間過ごしてきたのだなど、これを書きながら思いました。

私の今年の抱負は、目の前の小さなことよりも物事全体を見て笑っていること。

そして女性施設の今年の抱負は、それぞれのステップアップ。

2020年も、よろしくお願ひします。

何という事でしょう

依存症のボボ

つい最近書いたばかりだと思っていたニュースレターがもう1年以上も前だなんて。次は誰にニュースレターを書いてもらおうかと調べれば調べるほど自分の書く順番だと突きつけられる現実。現実怖い。超怖い。

それでも寒くなってしまったね、自分のいる野木の施設で三度目の冬を迎える事となりましたが、県南という事で他の施設に比べればいくらか気温は高いといえど冬が寒いのは当然なんですね。北海道の人が寒さに強いからって沖縄の冬なら半そで短パンで汗ダラダラかくかっていうと違いますもんね。知らんけど。

寒さ暑さの感覚も人によって違うように、自分も体温調節が下手な体质なようで人それぞれ苦手な事や得意な事はあると思います。覚せい剤の後遺症も人それぞれ違いますしね。自分の場合はそこまで幻聴、幻覚があつたりという事は無いんですが、そのせいかまだ頭のどこかで「自分は他人より上手く覚せい剤を使いこなせる」と思っている節があります。自分の覚せい剤の問題は暇と金です。この二つが組み合わさると脳みそのど真ん中に(今ならバレないぞ…今なら買いに行けるぞ…)とリトルボボが囁く訳です。そこをどうにか踏みとどまつていられるのは一つは仲間の目。もう一つは時間の使い方(というか暇の潰し方)を覚えてきたのかと思います。昔は一人で食事に行く、一人でカラオケに行く、といった事があり出来ませんでした。せいぜい仕事終わりの誰もいない牛丼屋に入る程度でしたが、今は一人で焼肉屋にも入れますしカラオケにも行けます。一人で行けないから行かないという所で孤独感を感じてしまうのでやりたい事がある、行きたい場所がある時に(でも一人だからなあ…行きなれた所に行こう、友達もいないし)となるとその場所にどうしても飽きてきてしまいます。そうすると、行けない場所があるのは自分が他人に嫌われているから一緒に行ける友達がないのだと勝手に感じてしまうんですね。色々な事を自分のせいにしてしまう訳です。この自分のせいにしてしまう癖は色々な場面で顔を出します。なんでも他人のせいにするよりマシだと思って放置してしまいかがちですが人間バランスが大事なんですね。シーソーの様に片方に寄りすぎて戻れなくなってしまうと、人の手を借りるか、諦めてそこから降りるという選択しか取れなくなってしまいます。手を貸してくれる人がそばにいればいいのですが365日24時間営業のコンビニが時短営業に踏み出す時代ですから選択肢が狭まるのは危険ですね。自分にはこれしか無い！と思う事が今までの人生何度かありました。覚せい剤もその一つです。狭まった視界や選択肢で選んだものはベストではない可能性が高いです。一方で選択肢が増えすぎるというのも今の娯楽が増えすぎた時代を見ていると一つの場所に集まる人数が限られてきてちょっと綻びが出ただけですぐに消えていく気がします。これも長い目で見ると孤独に繋がるのではないかと思う。知らんけど。

そういえば、他のダルクで施設職員として働いていた元タレントの方が逮捕されましたね。ネットを見ていると「やっぱりダルクにいたって薬物はやめられない」とか「薬物に対する量刑が軽すぎる」といった書き込みを多数見ました。入寮当初ならすごく不安になる一件でしたし、イベントで顔を見る機会もあったのでショックでしたが、報道を見ていても不安にはなりませんでした。今現在自分の薬物が止まっている事に多少の自信がついたのと仲間のスリップに心が動く事が少なくなってきた気がします。昔はスリップした話を聞くと「いや、

誘えよ」と思う事もありましたが、今はそこの線引きがハッキリしてきたのか事件を聞いた
第一声が「もったいねえええ！！」だった事に安堵しています。

You Raise Me Up

依存症のダイト

私は今、本気で生き方を変えようと思っています。私はこれまで沢山の犯罪を犯し、何度も逮捕されてきました。そして自分の人生をメチャメチャにしたばかりか、娘や妻の人生、私を産んで大切に育ってくれた親父やお母さんの人生までをも狂わせ、崩壊させてしまったのです。薬をやって暴れて、いつ殴られるか分からない、一番大切にしなきやいけない人達にそんな恐怖さえ覚えさせてしまいました。頭では善悪の判断は出来ているのに…、頭では分かっているのに…、クスリを使えば周りが見えなくなる、自分を見失ってしまう、私はクスリを使って沢山の後悔をしてきました。

17歳からクスリに溺れていた私は少しずつ大切な人、大切な人を失ってきました。娘が生まれる三ヶ月前、今まで付き合いをしていた組織の人間との付き合いを断ち切り、一人の社会人として真面目に働くと思っていた私は、相手方に話を持ち出したら簡単に抜け出せるはずもなく、命を落とそうになりました。最後はいわゆるケジメというものが莫大な借金を抱えることになり、そこからが地獄の始まりでした。最初は娘の為に一日も仕事を休まず一生懸命働きましたが、お金を借りたところも普通のところではなく、異常な利息で普通に生活することも困難でした。何ヶ月かした頃にお金になることは何でもやろうと思い、クラブで遊んでいた頃の仲間に連絡して色々なことをやりました。詐欺、タタキなど。そんな時、仲間から久しぶりにシャブと大麻を渡されました。

久しぶりにやったシャブは言葉じや言い表せないくらい気持ちよかったです。その感覚を忘れられず再び私はクスリに手を出しました。私は妻の前でも当たり前のようにシャブや大麻、コカイン、MDMAを使うようになり、結婚式を直前に控えた頃ささいなことからケンカして別居が続き、やがて離婚しました。きっと妻は、いつかクスリを辞めてくれるだろうと願っていたと思うし、私が自分を見失って薬物を使い続けている姿を見ていられなかったのだと思います。

本当に最後まで優しい妻でした。短い間でしたが、家族の笑顔が絶えない、あの幸せだった時間は私にとって一生の宝物だったと思います。離婚してから私は、仕事に行かなくなりクスリをやり続けどん底に落ちていきました。挙句の果てに致死量を言われるほどの量を注射器で打つようになり、今まで見たこともない幻覚を見るようになりました、おかしくなり警察に逮捕され、刑務所に服役することになりました。

私が移送されたのは川越少年刑務所という比較的厳しい刑務所と言われるところで、実際に辛く苦しい受刑生活でした。受刑生活を送る中で自分の考えの甘さ、自分の中にある本当の弱さを痛感しました。今までの現実から逃げることは出来ない、現実と正面から向き合う中で、自己の問題点や償いや更生とはなかなか考えさせられる日々でした。受刑生活が残り少なくなった頃、親父から初めて一通の手紙が届き、自分が犯した罪の一番の被害者は家族だったんだと気づかされ、深く考えさせられました。「娘は何も悪いことをしていないのに、生まれながらにして「ツライ」思いをしなければならない」。「お前が自力で立ち直るまで、絶対に会わない」。この言葉が私の心に突き刺さりました。受刑生活中に生き方を変えたいと強く思いました。そして親孝行をしていきたい、家族を愛し、誰よりも大切にして行きたい。その為にはまず自分を大切にしなければならないと思うようになりました。

とにかく今感じていることは、他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられると言うことです。正しく、そして楽しく明るい未来を目指して少しずつ前に進んでいきたいと思います。もう一度家族の笑顔を見るために頑張っていこうと思います。立ち直って必ず親孝行をするから体に気をつけて待っていてくださいね。

ヨシです

依存症のヨシ

初めまして。まずは10代の頃の話からして行きたいと思います。高校時代は野球部に入っていたのですが、他の中学校からも悪い仲間が集まっている高校だったため、付き合って行くうちにまた、悪い事をし始めました。

小さい頃の私は、目立ちたがり屋で、常に輪の中心的存在でないと嫌だったので、そこら辺もグレる原因だったのでしょうか。暴走族に入ったのもこの頃です。高校時代にシンナーを覚え、19歳まで吸い続けました。そのシンナーをやめるのが、覚せい剤を覚える事によってというのも皮肉なですが、それだけ気持ちがよかったです。私は何度も停学をくらっている内に単位が取れず、進級ができない状態になりました。「校舎内の廊下に落ちているガムを取る」のが進級条件で、一番仲の良かった仲間とガム取りをする事になったのですが、当日友人が来なかっただけ、一人でやる事になりました。その甲斐あって私は進級する事になったのですが、当日来なかっただけは落第となりました。この友人は一番仲が良かったため私もつまらなくなってしまいました、その友人の後を追うように中退しました。それからシンナー漬けになりました。寝ても覚めても、シンナーを吸う日が続きました。依存の始まりでした。あとは暴走族ですかね。何度もパクられてしまい少年院送りになりました。東北少年院では配管科に入り配管の学習をしたのは、今思えば良い勉強になったと思います。その時一緒にいた人間と後に兄弟分となるのですが、少年院を退院後に会いに行ってみると、父親の死に一人になってしまったので、とてもかわいそうだなと思いました。その姿を見て、私も今のうちに親孝行しておこうと思っていたのに、社会に出て一か月もしないうちに無免許運転で逮捕となり、再び少年院に送られてしまいました。今度は雪が多く降る少年院で、冬は毎日雪かきとスキーの練習でした。そしてここで運命的な出会いをし、この人間と出てからやくざになる事を約束し、退院後約束通りやくざになるのです。昭和も終わろうとする頃でした。地元から離れていたため、最初は少年院の時に一緒にいた友人の家にいたのですが、その内に若い衆部屋に寝泊まりするようになったのです。この頃から覚せい剤を毎日使うようになりました。何と、私が入った組はシャブ屋だったため、覚せい剤が安く入るようになっていたのです。銭作りにとても速いシノギだったので、飛びつきました。シャブを売った金で生活するようになりました。結構、儲かっていた方だと思います。しかしそんな生活をするもつかの間、恐喝未遂、及び覚せい剤の所持・使用で捕まってしまったのです。成人になって初めての逮捕という事もあって執行猶予となり、二ヶ月で出てこられました。裁判の時の「ただし」という言葉が付いた時には嬉しさもあり、心の中でガッツポーズをとりました。出てきてから組事務所に挨拶に行ったら、運転免許証を取るために一時実家に帰ることが許されました。帰ったら里心が付いてしまい、そのまま実家に住む事にしました。この時、昔からあこがれる先輩の舍弟になったのです。それから三十年刑務所に出たり入ったりだったので、7回も刑務所に入ったのです。そして7回目の刑務所時の拘禁病がひどく、岡本台病院に入院となっていました。そこでダルクと繋がるわけですが、今では普通に生活できる位に回復しています。あとは薬をやめるだけです。もう嫌な思いはしたくないので、これを最後に薬とは縁をスパッと切りたいと思っています。栃木ダルク那珂川での生活は農作業がプログラムなので、毎日広い空の下、作業をやっています。出所し半年以上薬を使わずにいるのも、ダルクに入寮したからだと思っています。この先もクリーンの日々を続けて行くのが目標となっています。つたない文に付き合せ、申し訳ありません。この辺でペンを置きたいと思います。これを読んでくださっている皆様も、寒い日が続くとは思いますが、ご健勝のほど、心より祈っています。

現実逃避とアディクション

カヨ

今回初めてニュースレターを書かせていただく、依存症のカヨです。今回は私がどのようにして依存症になったかを書かせて頂きたいと思います。

私は広島生まれの広島育ちで、田舎の中学校、高校と進学校の女子校出身だった為か、とても世間知らずで、いわゆる「大学デビュー」でした。私が入学した大学は派手な内部生が多く（某芸能人の息子と同じクラスでした）とても華やかで、田舎育ちの私にはついていくのがとても大変でした。化粧品代や洋服（親が買ってくれる洋服と当時は価値観が違いました）にお金がとてもかかりました。更に親に学費は出すけど通学定期代、教科書代やサークルの遊こう費は自分で払うように言われお金が必要でした。そんな中、大学のある先輩に声をかけられました。彼はキャバクラやクラブのスカウトマンをしていました。

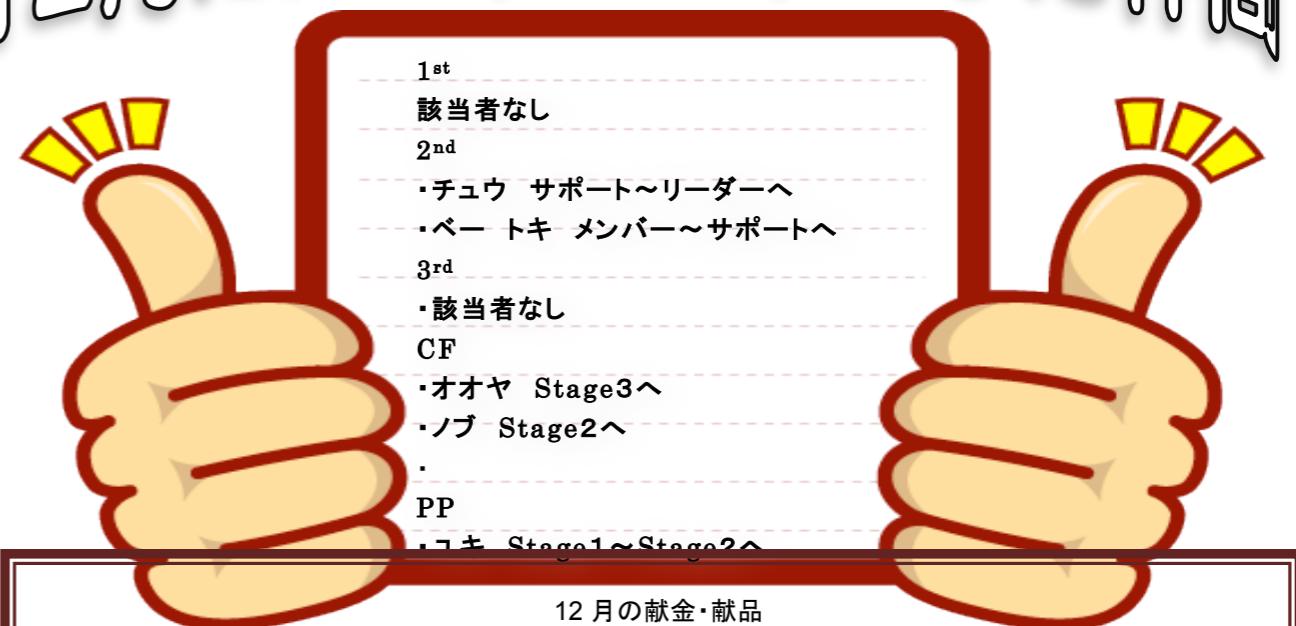
当時、私は塾講師と家庭教師のアルバイトを掛け持ちしていましたが、給料の良さと好奇心から六本木のキャバクラに飛び込みました。土地柄芸能人や有名人が来店し、私の指名客でも某お笑い芸人や某シティホテルの総支配人など普段では会えない人が多く、大学より圧倒的に新鮮で洗練されていました。その上お客様が美味しい料理やお酒ごちそうしてくれました。ただ問題は、アルコールをこの時覚えてしまった事でした。入店前はカシスオレンジすら飲めなかった私が一年たらずでウイスキーやバーボンをストレートで飲めるようになりました。そんな生活をほぼ毎日続けていたからか、すぐにだらしない生活になり、大学に行けなくなってしまいました。

ある時、家に持ち帰った私の名刺からアルバイトの事がバレてしまい、心配した親が私を精神病院に連れていきました。そこで私は適応障害と診断されて人生で初めて向精神薬を処方されました。

それから、処方薬とアルコールの乱用が始まりました。アルバイトがバレて以来、両親は実家（父の転勤で東京にありました）から私を追い出して、門限やセキュリティの厳しい学生会館に私を入れました。アルバイトは辞めていましたがアルコールは止まりませんでした。夕方にお酒を買いこんで大学に行ってキャンパス内で友達と次の日の朝まで飲み続け、家に戻り眠剤をODしては眠るという堕落した生活を送っていました。全く授業に行けなくなっていて、本当に辛くて現実逃避をする為にアルコールと処方薬を乱用するようになっていました。元は体重40キロだった私は30キロ未満まで落ちてガリガリでした。色々な面でおかしくなっていましたが、なんとか留年だけは避けるべく休学を続け、しかし眠剤のODで自殺未遂をしました。在学中に精神病院の入退院を何度も繰り返し、心身ともにボロボロでした。入院をしても根本的な解決になりませんでした。今思うと、大学は「普通」に通えば良かっただけなのに要領が悪い私は出来ませんでした。都合が悪くなったり困難にぶつかるとアルコールとODで寝逃げして、現実に戻ると辛い現実に耐えきれずにまたアルコールとODに溺れるという、無限のループに陥りました。そして、最後まで私はシラフで現実と向き合えませんでした。

今までの私の人生は、アルコールと処方薬のODによる「寝逃げ」による現実逃避の連続だったと、ダルクに繋がりよくわかりました。仲間がよく言う「底つき」も痛いほどわかります。あの苦しい気持ちは私だけではないんだなと知りホッとした。今まで金銭的にも精神的に多大に迷惑をかけてしまった両親や、いつも冷静でかつ適格なアドバイスをくれる保佐人の弁護士の先生、そして大切な恋人を安心させる為にも自分自身の為にもシラフで現実と向き合えるようになりたいと思います。

12月にステップアップした仲間



12月の献金・献品

(献金) 烏山市更生保護女性会会長河村麻里子様、他匿名者3名様

(献品) 他匿名者 3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、自転車、その他自立して使用できるものがあればよろしくお願ひします。
- 1st StageCenter からソフトボール用のグローブ、用品よろしくお願ひします。
- 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ひします。
- 布団、中古でも構いませんのでよろしくお願ひします。

お知らせと一言

・あけましておめでとうございます。令和初の年明け皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか。本年も栃木ダルク一同、回復支援に務めて参りますのでよろしくお願ひします。

編集 秋葉

日々リハビリ

依存症のTK

栃木DARCで生活を始めてから、今年で4年になりました。今まで振り返ると実に色々な形でリハビリをしてきたことに気づかされます。初期施設では主にプログラムを通じてのリハビリが多かったように思います。例えばテキストを用いた3ステージプログラムやT-DARRPでは、単に薬物などの知識を得るだけでなく、自分の欲求の入る状況を特定したり、自分の生活スタイルのどこに問題があるのかを考えたりしました。入寮する前には考えたこともなかつたので、とても役に立ちました。また、キッチン作業やサポートといった役割も共同作業の練習になりました。私は共同作業があまり得意ではないので、誰かに作業を依頼したり、一緒に食事の献立を考えたりといったことが印象に残っています。

私が自分でリハビリがどんどん進んでいったと実感できたのは研修スタッフになってからでした。最初は事務所での簡単な事務作業からでしたが、次第にプログラムの司会をしたり、車で仲間を病院に連れて行くなど、幅が広がっていきました。特に車の運転は相当自信の回復に繋がったと思っています。10年間ペーパードライバーで入寮前たった1年運転をしていただけだったので、最初はとても不安でした。最初は近所の医院から始まり、少しずつ距離を伸ばしていって、各地のNA会場や病院にも行けるようになりました。今では自信を持って運転しています。

そして、私のリハビリの質が大きく変わったのは宇都宮の施設に移動してからです。盲導犬協会でのボランティアや薬物乱用防止パトロールなどプログラムの内容も目新しくなったのですが、それ以上に役割が重要になりました。最初についたのがアウトリーチ部のアシスタントという役割で、この部署は刑務所教育や薬物乱用防止プログラム、学校講演などを担う対外的な部署で、外部の人とのやりとりが一挙に増えました。その中で、外部の人が参加するプログラムに参加したり、今まででは知り合う機会のなかった人とも知り合えたりと、世界がとても広がりました。

そして、今の宇都宮3SCでのチーフという役割も自分にとって様々なリハビリになっています。みんなの生活費や医療費を管理したり、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。生活費の準備や医療費の管理など、増えたとはいえ事務作業は元々得意なので苦になりませんが、皆から予定を聞いて、施設の一週間の予定を立てたり、相談を聞いたりといったメンバーとのやりとりは、人付き合いの苦手な私にとって、結構なストレスとなりますが、そ

の分着実に経験となっているような気がします。

それから、プログラムの進行とともに家族再構築も進められています。もう既に4回ほど実施されました。両親にどのようなプログラムを受けていて、どういう役割についていて、今こういう課題に取り組んでいて、どのような生活をしているかといった話をしています。話を聞いて両親は安心しているようですが、やはり将来私が薬物を再使用するのではないかという不安は拭えないようです。再構築の際は、両親と食事をする機会もいただけます。食事をしながら弟や従兄弟などの近況を聞いたりしています。いつも無事な様子なので私も安心して生活が送れます。また、私は数年前に事故に遭い、その事故に遭った日が近くになるとPTSD症状に苦しめられているのですが、この数ヶ月前からカウンセリングを受けはじめたので、カウンセリングの様子なども話しています。両親からは、費用の事は気にしなくていいからカウンセリングを続けるようにと言われました。両親ともに私のリハビリについては理解があり、最大限の支援をしてくれています。もう二人とも高齢なので私も色々と心配もありますが、自分自身のためにも、応援してくれる家族のためにも、これからも回復とリハビリを続けていきたいと思います。

施設報告

1sc（導入）11名 2sc（回復）13名 3sc（後期・社会復帰）16名
CF（農業）13名 pp ピースフルプレイス（女性）14名計67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。