

SSKO

Remission

2021/9/17
NO.220

目次

- P1 栃木DARC代表
「隠れ依存症」
- P2 1sc施設長
「回復を続ける
ということ」
- P3 3scメンバーメッセージ
「現在の心境」
- P4 PPメンバーメッセージ
「日のあたる坂道を…」
- P5 1stメンバーメッセージ
「これまでとこれから」
- P6 プログラム風景と紹介
編集後記
- P7 8月のステップアップ
8月の献金、献品
施設報告
- P8 CFメンバーメッセージ
「今の自分…」
- P9 2ndメンバーメッセージ
「人生を振り返って」
- P10 次月活動予定



栃木 DARC®

晴れの日が少なく夏らしくない日々が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

今年の夏は災害の多い年となりました。被災を受けた方々は、何から手をつけたら良いのかと言った感じなのではないでしょうか。幸い宇都宮は大きな災害もありませんでした。元々災害の少ない地域ということもあるかと思いますが、何年か前には宇都宮の中心を流れる田川が氾濫し、床上浸水などの被害が起きたので、以前のように対岸の火事のような面持ちではいられないですね。

天気が悪く、ますます外に出られない日々が続いていますが、コロナへの影響も決して良いわけではないと思います。身を引き締めていかなければならないと思います。

さて、最近いくつかの報道機関などからコロナ禍での依存症の動向について質問を受けることがありましたので、現状を考えてみました。事実として昨年度の相談件数は減少しました。今年度に入っても例年ほどは多くありません。これはどういうことなのかということです。恐らくリモートワークが増え、人と接する機会が極端に減ったことから、周囲が異変に気付きにくい環境にあるのではないかと思います。依存症の最初の変化は仕事や学校に行けなくなるとい

「隠れ依存症？」

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

うことで周りが異変に気付きます。経済的な問題や精神疾患が現れるのはずっと後です。日常的な行動変化によって、本人も周りもだんだんと気づいていくものですが、リモートワークが増えて会社の同僚も気づくことがなかったり、仕事以外のコミュニケーションの場が少ないことから友人も気付きにくかったりします。つまり、今は依存症予備軍の人が依存症へ、軽い依存症の人が重い依存症へと移行しやすいいわゆる熟成期なのではないかと思えます。隠れ依存症とも言えるかもしれません。

ではこの人たちが表面化するのはいつかということですが、これは社会が通常生活を取り戻した時です。外出する必要があるのに仕事に行けなかったり、精神状態が不安定だったりして、コロナ禍では気づけなかった問題が表面化します。

人とのコミュニケーションが予防につながる本当ですね。

早くコロナがおさまってほしいものです。



DARCをよろしくね～。

今月活動予定

9月

- 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 東京保護観察所プログラム アディクションフォーラム実行委員会
- 9日 県北家族の集い
- 11日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 14日 宇都宮保護観察所プログラム
- 16日 再乱用防止教育事業県庁
- 21日 再乱用防止教育事業県南
- 23日 宇都宮保護観察所プログラム
- 24日 ダルク35周年フォーラム
- 29日 喜連川少年院プログラム
- 30日 宇都宮保護観察所プログラム

10月

- 1日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
- 4日 アディクションフォーラム実行委員会
- 6日 再乱用防止教育事業県北

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 定価100円

編集 特定非営利活動法人栃木DARC
〒321-0923

栃木県宇都宮市下栗町 2292-7

TEL 028-666-8536 FAX 666-8537



栃木 DARC®

「回復を続けるということ」

1st施設長 栃原晋太郎

栃木DARCの事業

栃木DARCの事業の多くは、委託または助成を受けた形が多く、一般社会に向けての特定非営利事業と施設事業を行なっています。特定非営利事業は、一次予防としての乱用防止、二次予防の再乱用防止を多く含み、施設事業は、三次予防以降となる依存症からの回復のための場所とプログラムの提供を行なっています。依存症本人が誰かに薬物を勧めることで薬物問題が広がるリスクを考えると、これも乱用防止の一環であると言えるでしょう。



短い夏も終わり、那須では肌寒い朝晩がやってきました。季節の変わり目、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

コロナ感染症の収束が見えないなか、様々な恐れを感じながら僕も2回目のワクチン接種を8月中に終わりました。接種の翌日は微熱と気怠さで仕事にならない状態でしたが、なんとかそれも落ち着いて3週間ほどが経過しました。打つ前に感じていた副反応の不安は杞憂に終わったようですね。ただ施設メンバーの接種は殆どがこれからです。コロナでのクラスターが起こらないように、副反応が起こった時には迅速な対応ができるように、まだまだ気の抜けない日々が続いていきます。

栃木DARCの入寮施設部門を担っているCLINEですが、1st stage centerを僕が担当させてもらうようになって5年が過ぎました。全体としてステージ3つを修了して卒業していく形をとっているのですが、最初に入寮する1st stage centerでは施設にいるメンバー全員がクリーン1年未満です。ここにあまり長くいるよりは回復の最初の部分を終えたら2nd stage centerに進んでいってもらう事が健康的でしょうし。卒業してからも顔を出せる施設ではありたいと思っていますが、長く入寮している事が必ずしも良いとは思いません。

そして基本的に1st stage centerのプログラムは知識を入れるという事よりは、感じてもらう物が多いと思います。自分がシラフでいられるという事や、居場所や仲間を感じられるようになるという事は、今のいままで薬物を使いながら自分のルールで本能のままに生きていた

メンバーにとっては簡単な事ではありません。共同生活の難しさだけではなく、いまの自分を現状を受け入れる事がとても難しい事です。「これをしていけば自分の未来が変わりそうだ」と最初から本心で思い取り組めるプログラムは殆どないのかもしれませんが。シラフで生きている今をみんなと楽しんでもらうというテーマでプログラムを組んでいるので、ミーティングやスポーツ、作業やレクリエーションなど心が動きやすい物を多めにしています。今もそこそこありだぞと。変わり続けていったら未来があるかもと。自分のためにプログラムを最後までやってみようと思えたなら十分次の2nd stage centerに移動していってよいのでしょうかね。

コロナの感染が拡大する中で栃木県でも緊急事態宣言が発出されています。そうすると今まで大切にしていたプログラムの殆どが出来なくなってしまいました。体を動かす機会も減って、心が動くどころかストレス発散すら難しい状況です。最近は仲間とよく話をします。どうしたもんかね〜と。なかなか面白くない日々だね。社会全体も含めて僕らの未来は明るいかわからないねと。でも僕らは生きているしクリーンを続けていて、あの頃の最悪とは明らかに違うよねと。もしかしたら今の不自由な環境は現実を受け入れる手助けをしてくれているのかもしれませんが。そして回復を続けた先の人生がどうなっていくのかはやはり自分次第です。せっかく与えられた仲間と沢山話せる時間を自分の為にも大切に使っていきたいと思います。



「人生を振り返って」

依存症のシュン

2nd StageCenter

～回復～

2nd StageCenterは、回復の中心を担っています。

ある程度のクリーンを持ったメンバーが、各々のプログラムを深める時期にあたるので、過去を正しく振り返ること・メンバー同士の関わり方などをグループワークに参加しながら試行錯誤して自身の回復につなげていきます。

回復を確かなものにしていくための重要な時期をこの施設で過ごしています。



やっぴすねー!

残暑厳しい折、皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか。今回で5回目のニュースレターを書くことになりました覚醒剤依存症のシュンです。私は小さい頃は素直で元気な子でしたが中学3年生の時に非行に走り不良デビューしました。不良に憧れたきっかけは女にモテるという単純なもので皆がモテて羨ましかったからです。そんなことをしているうちに両親からは交友関係を考えなさいと言われ暴走族に入っていたころは車庫に止めてあった私のバイクが外に出られないように前後に車を置かれ集会に出られなかったこともありました。そんなことが二度だけではなく数回、続き両親に対して怒りの感情が抑えられなくなり親父と殴り合いの喧嘩をして家から飛び出しました。それからは組織の先輩の家に住むことになりました。その時、私は17歳でした。その頃の私は、まだシンナーしかやったことがありませんでしたが先輩に勧められて初めて覚醒剤を使いました。私の中では覚醒剤は恐ろしい薬物だと思っていましたが興味本位で二度、使ってみると快楽の渦に巻き込まれました。私は注射をするのは怖くて覚醒剤を炙って吸う方法で使いました。注射器を使うことでの罪悪感から逃げていたのだと思います。数回、使ってから薬の快楽の虜になってしまいました。それからと言うもの先輩と二人で毎日、薬三味の生活でした。一週間、寝ないこともありました。そんな生活が長く続くわけがありません。その先輩はひき逃げ事故を起こして警察に逮捕され刑務所に5年近く入る事になってしまいました。正直、私は先輩が逮捕されて何故か安心感にも似たような気持ちになった裏腹に次は自分の番だともうこともありました。先輩との

生活は今、思えば怒鳴られて時には殴られて最悪の日々だったと思います。あの時もっと早く気が付いていれば私の人生は少しは変わっていたのではないかと今更ながら後悔しました。後悔先に立たずと言いますが、その後、私も覚醒剤で警察に逮捕され刑務所に入ることになりました。それも二回もです。それでも刑務所で生活をすれば更生ができやり直しができると甘い考えでいました。でもそれは間違いでした。自分だけが人生のどん底を味わっていると思い込んでいた私は本当に無力だと感じました。ですが、そんな中、嬉しかったことは唯一、私のことを最後まで忘れずにいてくれた人がいた事です。私は二度、覚醒剤で刑務所に入りました。そして二度その人達を裏切りました。私を信用してくれていた人達に対して本当に申し訳が無いと思いました。私が今、思う事は、これからは今まで無駄にしてきた大切な時間を少しでも取り戻せるように自分のできるだけ力を振り絞ってこれからの人生を生きて行きたいと思っています。過去の過ちを二度と繰り返さないように、そして、これからの人生に大輪の花が咲くように生きて行きたいと思っています。そのためにも4年近い歳月を過ごした、この施設で学んだことを心に深く刻み込んで生きて行きます。どうぞ私の変化して行く姿を見守っててください。それでは私のつまらない話にお付き合い頂きましてありがとうございました。



3rd StageCenter

～社会復帰～

3rd StageCenterは、社会復帰間近の回復後期・社会復帰期を担う施設です。1st StageCenterで断薬を目的として規則正しい生活や体力回復をし、2nd StageCenterで個々のプログラムを含めて過去の整理や人間関係の作り方を学んだメンバーが、実際の社会に近い環境で社会性の獲得と、健全な家族及び人間関係を身につけてもらう事を目的としたプログラムを組んでいます。本人の責任において生活するために起床、就寝などの時間も特に設けず、職場に出勤するのと同じようにプログラムの開始時間も設定しています。主体性を強化して社会復帰の準備を行う場所です。

「現在の心境」

依存症のユウ

こんにちは、現在は宇都宮の3scでプログラムを受けています。宇都宮に野木の施設から移動して来て早い物で2年10ヶ月が経過致しました。もともと、宇都宮と言う場所は、自分の生まれ育った場所であり、色々と思い出の場所や辛かった出来事などもあり移動して来た時には、なにか不思議な感じでしたが時間が経過するにつれ、さまざまな出来事を思い出しても全てにおいて受け入れられる事が出来るようになりました。自然とプログラムの効果が出ているかと思えます。自分は、アルコールに問題があつて入寮生活をおくっています。育った家庭環境の中でも、両親がアルコールが入ると、家庭内でのトラブルなどがあり、幼な心にも不愉快な思いをしていた記憶が蘇って来ます。自分もアルコールを使用するようになって始めのうちは適度な飲酒でしたが、家族を失った事による心の空虚感や現実逃避の為に過剰なほどのアルコール摂取をするようになっていました。そんな日々が続く中、精神的にはもちろんの事、身体的なダメージもひどくなり、病院に繋がり、施設へと繋がりました。1scから2scそして3scへと施設の生活が続いて、入寮の当所は不安も強く、自分の中でいろいろ考える期間もありました。今は宇都宮の生活の中で学ぶ事も多く、今もなお自分の内面的な部分を確認して、生活の中で気付く事も沢山あり、まだ色々な部分で自分の足りない所を、おぎなっていく事が自分の課題だと思っています。3SCのプログラムの中で自分に気付く事が多く自分の感情面や行動、思考など、なるほどなと改善出来る事は意識しながら生活を送るよう心掛ける事が出来るようになって来た

と思います。自然とストレスの回避や今まで自分からなかなか人に伝えられない事も素直に相談出来るようになったのも施設に繋がった事とプログラムのおかげだと思います。まだまだ自分に補って行かなければいけない部分もたくさんあり毎日の生活の場が自分にとって勉強だと思う場面が沢山あります。これからのいままでも学んできたことを糧にして将来の為に繋げていきたいと思っています。

生活の中で時折、体調を崩す事も多くなり今の状況の中で今の自分の身の丈に合った考えや行動をすることを心掛けています。今の自分があるのも、今現在も今まで関わって来てくれた仲間の人々が居てくれたおかげだと思っていますし本当に感謝しています。これからの、将来の為に自分の選択肢を増やしつつ、それをどう選んで考えて、行動していくか、自分の課題は尽きないものだと思っています。今後の生活の中でも新しい事に取り組んだり、今まで経験の無い事にチャレンジしたりして、将来の為に新しい自分の中の発見に気付いていけるように、心掛けて生活しようと思っています。

今年も早いもので半年以上が経過しましたが、自分なりの考えや、行動、気付いていく事を意識して生活して行きたいと思っています。

読んで頂いてどうもありがとうございます
ました



「今の自分…」

Community Farm

～農業～

栃木ダルクに通うメンバーの中には通常のプログラムが適さない方も少なくありません。CF（コミュニティーファーム）では、薬物依存症以外にも社会復帰を目指した際に問題（高齢である・重複障害がある）を抱えたメンバーがゆっくりと自分なりの回復を深めて、それぞれの社会復帰の形を探ってもらうための場所です。他の男性施設とは違い、テキストを使ったプログラムも少なく、ステージ毎に居場所を変える事もあります。農作業やボランティアなどを活動の中心にしています。金銭管理や処方薬の管理、家族の再構築など基本的な部分に時間をかけて丁寧に社会復帰の準備を行なっています。

今回でニュースレターを書くのも3回目になりました。薬物依存症のジンです。11月12日に那須1stセンターから那珂川CFに移動しました。那須には1年9カ月間生活をしていました。さて、過去2回のニュースレターで昔の話はしていますが、また少し話をしていきたいと思えます。これまでの私は薬物依存症だと自分自身では思っていませんでした。テレビで観る薬物事件の報道や芸能人の薬物での逮捕。生きている上では知っている薬物の怖さ、だけど、私は薬物を使い続けていました。自慢では無いですが、アルコール以外の薬物にはお金を使って使用した事はありません。薬物を使う時は仲間から誘われ、分けて貰い使う。物が無い時は使わない。これが私のルーツでした。薬物は上手くコントロールしている。物が無い時は使わないのだからいつでも止められる。と思い込んでいました。でも実際は違いました。結局は薬物の快楽に溺れ、深みにハマり、いつでも止められるのだから、と思い続けてきましたが、使い始めて11年辞める事が出来ませんでした。過去の自分はその場しのぎの生活で、先の将来事は考えずに生活をしてきました。甘い考えを持ち続け、薬物も止まることなく時間だけが過ぎて行きました。今現在薬物を止めて1年6カ月になりました。途中1度のスリップが有りましたが、Re：スタートし、今はクリーンな毎日を送っています。那珂川CFの生活にも慣れてきました。移動してから2ヶ月が経ち、課題であった早寝早起きも頑張っています。日中のPGでは太陽の日に浴びながらの作業なので、寒くても日差しに当たれば何とかやれます。冬季

依存症のジン

作業は主に施設整備が中心なので、毎日変わった違う作業を皆で頑張っている。大変な事は作業自体が分からないので仲間に教わりながら一緒にやっています。本当に移動してきて良かったなと思っています。毎日肉体労働ですが、ミーティング中心だった私にとっては体を動かしながらの作業は、程良い疲れを体に与え、睡眠が良く取れます。現在の私生活はこんな感じです。では、これからの事ですが、12月25日でクリーンが1年6カ月になりました。スリップをしてから長いようであつという間でした。今はクリーンが2年になる事が目標です。今日だけ続け、日々の欲求に負けずに頑張っていきたいです。そして、2度目のバースデイMTを行う事が今の私の夢です。新しい年を迎えたら、体に気を付けて病気にかからずに生活をしていけたらと思います。これまでの自分は、薬物を使う事に忙しく、生活もままならなかった。薬物を止め、規則正しい生活をし、食事・睡眠をきちんと摂る。今までは当たり前だと思っていたことが実は当たり前では無くて、一生懸命やることの大切さ、仲間が居る喜び、苦しい時に辛いと伝える事の大切さ、目標を決めて達成した時の嬉しさ、喜怒哀楽が感じられるようになりました。長々と話しましたが、最後に薬物依存症は治らない病かも知れませんが、止め続ける事の大切さ、クリーンな毎日の喜びを感じながら生活をしています。これから頑張っていきます。最後までお付き合い頂きありがとうございました。



「陽のあたる坂道を…」

依存症のミサキ

Peaceful Place

～女性～

PP(ピースフル・プレイス)は女性専用の施設です。ファースト・セカンド・サードの全過程を同じ場所で過ごしなが、それぞれの回復を進めていきます。女性依存症者の多くは、それまで生きてきた背景に様々な問題を抱えています。生きるための道具だったアディクションを手放していくとき、経験を共有し合える仲間が小さな安心感を積み重ねてくれます。その安心感が私たちを自己否定ではなく自己受容という形に変えてくれるのです。安全を感じながら回復を進めていくことができる場所とプログラムを提供すると共に、自分を大切に生きる方を身につけてくれるように願いながらサポートを続けていきます。

初めまして。依存症のミサキです。私のアディクションは処方薬で、精神病の治療から始まったものです。アディクションの真っ只中で攻撃的になった私は、様々なものを傷付け、失い、自殺を図り失敗し入院からダルクに繋がることになりました。ダルクでの生活は日々勉強そのもの。その中でも私が常にヒイコラしているのが自転車です。通院も自転車で向かうので、体に痛みがある私にはキツイものがあり、泣いたこともあります。そんな時、先行く仲間が言った「自転車に乗ることも回復」という言葉を思い出します。はじめは依存とは関係ないと思っていましたが、徐々に走れる距離が増えていき、自分で出来ることは自分でやろうと思うようになり、今では前よりも体力がつかまりました。肌も今ではこんがり焼けて、それについてはしょんぼり、ブーブーですが、これからはもっと自分の状態に目を向け、積極的になろうと思っています。仲間と24時間共に行動する喜びや辛さ、分かち合う素晴らしさを忘れずにこれからも回復への道を歩んでいこうと思います。家族や友達や親戚の皆、迷惑と心配をかけ続けていてごめんなさい。そして、沢山の優しさをありがとう。笑顔で再会できる日の為に、日々を重ねていきます。

自分が落ち込んでいる時や怒りを感じる時でも、それに流されないこと。自分の調子の良い時、悪い時、それぞれの大きな波に乗せられないこと。今の私はそれを胸に刻んで生活しています。母は昔から、私たち子供が何かをしても、翌朝には何事も無かったかのように「おはよう」と声をかけてくれたことをよく思い出します。そんな母の

優しさに甘えていた自分を恥じると共に、尊敬する気持ちや憧れが強くなります。アディクションが止まったとしても、それだけでは私は欠けたままの生き物です。人間らしさを考えながら生きてきた私ですが、答えが出て出なくても、これからも motto のひとつである「真面目」に、そしてダルクの全てのプログラムに真剣に取り組んでいきます。希死念慮との戦いに疲れることも多い私ですが、これからは、それでも今まで生きてきた理由は何かを思い出し、心を改めていこうと考えています。

ワクチンの副反応で高熱が出た時も、「今もし死んだら」と思いました。しかし、それは何か違うと感じました。人からしたら自殺願望のある者が何で死のうが結果は同じように思えるかもしれませんが、それでも私からしたら、「今死ぬのは何かが違う」と思ったのです。そういった違和感ももしかしたら、私を今までも救ってきてくれたのかもしれない。これからは、「死」への違和感を察知して、長生きできるように頑張りたいです。最後に。私が入寮してから亡くなったばあちゃんへ。帰れなくてごめんね。私もがんばるから、ばあちゃんも天国での生活に慣れてください。いきてる間に優しい孫でいられてごめんね。これからは良き人、良き孫として生きていきたいです。…つたない文章を読んで頂き、本当にありがとうございます。皆さまと回復していけるよう頑張ります。よろしくお祈りします。

3 Stage System の概要

AAやNAなどの自助グループの12ステップを基に、意味を抽出したものを3段階にわけ、Stage 1～3を最短12ヶ月で行います。

Stage 1

①認める②信じる③まかせることを通じて、自分のアディクションの問題を認め、助けてくれる存在を信じ、回復プログラムに自分の回復を任せるといった導入の部分を行います。

Stage 2

①過去の整理②本質を探る③欠点を取り除く④手放す⑤準備する これまでの問題の分析をし、自分の問題の本質を探り、アディクションに繋がる部分を取り除き、自らの問題を手放し、社会の有用作な一員となる準備をしております。

Stage 3

①行動の変化②実行し続ける③配慮④継続として、これまで行ってきたStage 1、2のプログラムを踏まえ、どのように行動を変化させていくか、それを実行し続けるにはどうしたら良いか、また他者とのコミュニケーションはどのようにするか、これまで行ってきたことを社会の中で実践し続けていくには何が重要かを見出していきます。

8月にステップアップした仲間

1st

・ショウ クロ サポート～リーダーへ

2sc

・該当者なし

3rd

・該当者なし

CF

・該当者なし

PP

- ・リサ サブリーダー～リーダーへ
- ・キコ ミー メンバー～サブリーダーへ
- ・エミ Stage 2～Stage 3へ



8月の献金・献品

(献金) 那他匿名者5名

(献品) 匿名者3名

とても助かっております。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いします。
- ・1st StageCenterからソフトボール用品、スノーボード用品あれば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）等あればよろしくお願いします。

施設報告

1st(導入) 16名 2sc(回復) 9名 3sc(社会復帰) 14名 CF(農業) 10名 PP(女性) 19名計68名で活動しております。

各々の施設でステージ毎のプログラムを実施しております。



「これまでとこれから」

依存症のクロ

Ist StageCenter

～導入～

Ist StageCenterでは、回復初期に、生活習慣の改善と健康的な肉体を取り戻す事に主眼をおき、規則正しい生活を目的としています。グループワークや学習型のプログラムは少なくして、その分、作業やスポーツなどの体験型のものを多く取り入れて、使わない生活に楽しみが感じられることに重きを置いています。依存症者は充実感、安定感、所属感を取り戻す必要があり、この三つをできるだけ効率よく感じられるようにプログラムは組まれています。



猛暑の毎日でございますが関係各所の皆様方に於かれましては如何お過ごしでしょうか。はじめまして、この度ニュースレターを書く事となりましたクロと申します。まずは軽い自己紹介を以て、ご挨拶とさせていただきます。年齢は32歳で、この施設には覚醒剤で逮捕された事が切掛けで繋がりました。薬物を覚えたのが高校生の頃、打ち込みでバカみたいに使っていた為お金が間に合わず悪い事をして得ていました。大学入学を機に足を洗って心機一転真面目に頑張ろうと考え、悪い関係を絶ち地元である日光を離れ福島県のいわき市に移り、以前より他の人と自分の価値観や考えのズレに疑問を持っていたので、良い機会だと思い自分を見つめ直す意味も込めて心理学を履修しました。中でも特に力を入れていたのが社会心理学と犯罪心理学です。学術的知識を吸収していく中で長年の疑問が徐々に解けては来ましたが、自己の心理傾向や理由付けが明確化される事が苦痛になりました。というのも自分がいかにして社会不適合者で犯罪者予備軍である事の証明が純然たる事実として返ってきたからです。なればこそ後の事を考え、自身の懐柔や上手に社会に溶け込む術を身に付ける方向にシフトすれば良いと理解しているにも関わらず、一向に身が入らず次第に学校から遠のき、ニートと化しました。そんな生活が続く訳も無く退学、そして実家に帰る気も無かった為、そのままいわきに残り建設業の職に就きました。色々経て独立しましたが、やっている事は企業舎弟で自身の力では無く常に団体職員の意志が介在していて誠に遺憾では有りましたが、割り切って活動していました。二年少々は順調でしたが自身の能力不足により、最終的には会

社を手放す事となりました。自社に骨を埋める覚悟だったので、自己の気持ちの整理が付かず再度薬物に手を出しました。当時は嫁が妊娠していましたが、当の本人は悪い事をしている自覚が皆無で、女遊びや同じ薬物で逮捕された仲間にガンギマリの状態で差し入れに行ったり、団体職員達に喧嘩を売っては返り討ちに遭ったりと今思い返せば最低のクズだったと思います。命を絶とうとしましたが、土壇場でバックを踏む自分を卑下した事も有りました。嫁に薬物を見つけられ、一度は見逃して貰いましたが、その後も使い続けていたので息子が三歳の頃に離婚しました。一人になり更に薬物に溺れていきました。その後逮捕されたのですが初犯だった為、判決後直ぐにこの施設に来ましたが、来る途中で近くに居る通行人を殴って務所に行こうか凄く悩みました。八月現在で三ヶ月のバースデーを迎えましたが暴挙に出ず良かったと今なら思えます。次はこれからの事についてお話しさせていただきます。今施設に居る目的は依存症からの回復と、また息子に胸を張って会えるようになる事です。その為には散々迷惑を掛けた人達に対しての埋め合わせを実行する事が不可避だと考えます。そして、今まで失って来た人間性を回復させる事。前記の行動目標を達成し、かつ自立して生活出来る能力を獲得し社会復帰を果たしてこそ、息子に会う資格が得られると考えます。今まで膨大な時間を無駄にしてきました。無能のまままで終わりたいは有りません。今は腰を据えて人間としての一分を全うしたいと思います。

プログラム紹介

農作業

集団生活や人とのコミュニケーションが苦手だった依存症者が仲間と協力し農作業をする事で協調性の獲得や体力面の回復、薬を使う以前に社会で感じていた喜びや体を動かして得られる充実感、達成感を取り戻す事を目的としています。また、薬物を忘れて作業に没頭する事で薬物から自然に離れていき本来人間に備わっている生活のリズムを取り戻す事が出来ます。



農作業計画と確認

農作業プログラムが主となるコミュニティファームでは、週に一度ハウスミーティングに合わせて農作業の振り返りを行なっています。その週にあった反省点や改善点、今後の計画を皆で話し合っ、作業の問題点を共有する事で安全性や生産性の向上につながっていきます。また各々が問題意識を持つ事で、仕事をする事の大切さを感じながら今後の社会活動にも大きく役に立って行く事を期待しています。



編集後記

皆さんこんにちは。いかがお過ごしでしょうか。コロナ感染が収まらずに、都市部を中心とした緊急事態宣言も延長になり栃木県も30日まで緊急事態宣言が延長されました。

施設で使用している体育館だったり自助グループで使用している会場が休館だったり人数制限だったりプログラムにも影響が出ています。

早くこの状況が良くなれば良いと考えている今日この頃です。

編集秋葉