

SSKO

Remission

2022/1/13
NO.224

目次

- P1 栃木DARC代表
「どう社会に発信するか」
- P2 CF施設長
「新たな取り組み」
- P3 3scメンバーメッセージ
「今の自分」
- P4 PPメンバーメッセージ
「明るい方へ」
- P5 1stメンバーメッセージ
「施設生活を
振り返って」
- P6 プログラム風景と紹介
編集後記
- P7 10月のステップアップ
10月の献金、献品
施設報告
- P8 CFメンバーメッセージ
「まる裸」
- P9 2ndメンバーメッセージ
「過去との決別」
- P10 今月活動予定



栃木 DARC®

「どう社会に発信するか」

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

正月が過ぎ冬本番寒い日が続きますが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

最近、巷では処方薬の依存やオーバードーズについて話題になっているようです。取材を申し込まれることがあります。

なぜそう思うのかわかりませんが、たまに全く関係のない殺人事件についての取材申し込みをされることもあります。

関係のない取材はさておき、薬物に関する取材には、私としては回復するというメッセージを発信したいのに、インパクトなののでしょうか、若い利用者の生々しい声を取材したいというものが多い。

「どんな理由で使い始めたのか」「どのようなところで手に入れるのか」などです。後者はすぐにわかることですが、前者はかなり回復してからでないと気づけません。また、回復初期の利用者は一気に思い出すことでフラッシュバックの要因になってしまったり、理由を断定してしまい、それ以上の回復の妨げにもなります。そのため利用者への直接の取材は内容にもよりますが、基本お断りしているというのが現状です。

処方薬単体での問題を抱えているメンバーは、利用者の中では5%ほどです。しかし処方薬の問題もあるというメンバーは70%を超えています。

取材者は悲惨な過去の経験を聞きたいのだと思います。それは社会一般の方達には刺激的で、いわゆる一次予防にはうってつけだと思います。

ですが、私たちの役割は2次予防、3次予防が主です。私たちとしては問題のない人たちよりも問題を抱えている人たちをターゲットにしたいのです。

悲惨な過去を聞かせることで、ダルクへのスティグマ（偏見）を強化してしまうこともあります。

悲惨なままに番組や記事が終わってしまえば今苦しんでいる人たちには負のメッセージが届き、良くなるという希望がなくなってしまうと思います。相談をする気が失せるということですね。そろそろ日本でもダメなやつは排除という思想を変えてほしいものです。回復した依存者は十分に社会の役に立っています。世間一般の関心だけではなく深いところまで取材してくれるとスティグマは無くなっていくと思うのですが。



DARCをよろしくね～。

今月活動予定

1月

- 5日 再乱用防止教育事業県北
7日 ダルク対抗NEWYEAR駅伝 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
11日 宇都宮保護観察所プログラム
12日 喜連川少年院プログラム
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 愛の募金贈呈式
17日 東京保護観察所プログラム
18日 宇都宮保護観察所プログラム 多摩家族教室 再乱用防止教育事業県南
19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
25日 医療観察法研修会
27日 宇都宮保護観察所プログラム
28日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導 栃木県立小山南高等学校講演

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 定価1000円
特定非営利活動法人障害者団体定期刊

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®

「新たな取り組み」

CF施設長 高田秀夫

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。



新しい年が始まり、厳しい寒さの中にも清々しさが感じられる日々ですがお健やかにお過ごしのことと存じます。

令和2年1月頃から新型コロナウイルスが流行し、得体の知れないウイルスに恐れマスクや消毒液が店頭から消えました。

この頃はまだ、誰もが数ヶ月で収まるだろうと思っていたはずでした。

自由に外出ができなくなり、自由にやりたいことが出来なくなり、とても生きづらい生活になりました。

生活は大きく変わり、当たり前になっていたことが当たり前でできなくなり、いかにそれまでが幸せだったのかと思い知ることが出来ました。

今では、新たな変異株のオミクロンとかなんだかわけの分からないものが次々現れて来て、とても不安になっています。引き続き感染防止対策に施設全体で勤めて行こうと思います。

施設の方では、B型作業所開設に向け、農作業PGの新しい取り組みとして、冬でも安定して出荷できる春菊の栽培を始めました。

ビニールハウス2棟を増設し、10月に種まきを行い11月に定植し、今ではほぼ毎日出荷しています。

春菊は冷涼な気候を好み、暑さ寒さには比較的強く、本場が出ていけば0度以下でも枯れずに越冬しますので、冬に収穫できる野菜として適しています。

ハウス内の温度管理のため、外と内のビニールの開け閉め、ほぼ毎日行う収穫、選果も規程の重さに整え袋詰めや箱詰めを行います、作業の工程としては結構手間が掛かり、午後2時までにJAに出荷しま

すので、作業は午前中で完了しなくてはなりません。

また食卓にそのまま並ぶ商品ですので、選果と袋詰め作業は丁寧に行わなければならない、メンバーも作業の要領を得るまでにかなり苦労しましたが、今では日常に行う作業としてこなしているようです。

食べてみると苦味が少なく、春菊特有の香りと歯ごたえが美味しく、まさに冬を越すのに欠かせない食物を商品として出荷していることへの自覚を皆に持ってもらい、やりがいと達成感を得て、今後のB型作業所開設に向けての土台になれば良いと思います。

その他、5月頃から稲作に茄子の栽培も行う予定ですので、前準備をしっかりと行い、良い作物ができるには何が必要なのかをみんなで考え実践して行きたい思います。

年始めぐ多忙の折ではございますが、ご自愛くださいますようお願い申し上げます。





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。



「過去との決別」

依存症の心

明けましておめでとうございます。依存症の心です。本年も宜しくお願い致します。新しい年を迎えて、仲間の皆さんも、それぞれの目標を掲げて気分新たに過ごしている事と思います。昨年は、色々な経験をさせてもらった一年でした。一昨年の九月に施設に繋がり、今年の元旦を迎えて一年四カ月、昨年の十一月には、一年のバースディも、仲間たちの協力のもと開催させて頂くことが出来ました。遠方、又はお忙しい中、会場の方に足を運んで下さった方々、暖かいメッセージやプレゼントを下さった方々に心より感謝します。有難うございました。施設長や、先行く仲間達にも言われましたが、施設に入所した当初は、「三ヶ月も、もたないな・・・」と娑婆に出る事ばかり、「出たらどうしようか」という事ばかり考えていました。当然、家族を恨み自分自身を恨み続けていました。毎日の様に欲求が入り、自分でもどうしていいかわからず、与えられた僅かなお金をやりくりしながら、施設で認められている娯楽などで解消をしてきました。施設での生活は、刑務所とは違うものの娑婆とも違い、外出も一人では出来ない。酒も飲めない、普段飲んでいる処方すら管理されていて、規則を破ると罰がある。本当に不思議な所だと思いました。今でも思いますけど・・・(笑)ミーティング等にも抵抗があって、人前で話すことや自分の過去の誤りなどを、繰り返しテーマをもとに話す事が嫌でした。今でも苦手ですが。どんなに頑張っても上手く話せない。愚痴や不満ばかりが出てきて話がまとまらない。慣れるまで大変でした。しかし、仲間達の話の聞いていると、決して「上手く話そう」とかではなく、自分の話をありのままに話しているだけで、違和感はありませんでした。私も、自然に力まず話そうと思い、実行して

からはあんなに嫌で仕方なかったミーティングを、ポジティブに考えられる様になりました。つまり、社会生活では味わえない時間だし、何か絶対に今後の生活に役立つものだと。そう思ってみると以前よりは、大分楽になった気がします。昨年の初旬には、施設で今まで一緒に生活していた仲間が突然亡くなるという出来事もありました。人間の死は、こんなに儚いものなのか・・・と、とても考えさせられました。施設の仲間達と、墓前に手を合わせてきましたが、親御さんの悲しみは、測り知れないものだったのだと思います。私にも、年老いた両親や祖母がいます。少年の頃から、悪さばかりしてきましたが、今度こそ本当に呆れられているとは思っています。施設入所当時の恨んでいた時は思わなかったことですが、今私が出来る一番の親孝行は、自立する事なんだと思います。今更許してもらおうとは思っていないのですが、とにかく心配だけは掛けないようにしようと思っています。その為にはまず、生活力を身につける事。刑務所の中では学べなかった社会生活に、馴染んで行かなくてはならないと思います。時には苦手な事もあり、正直言ってやりたくない。ですが、過去の自分、今現在の自分に負けたくない一心でやっています。今までの自分は、生きている意味などない様な人間でした。ですが今は、仲間たちのおかげで何とかシラフで日々を送っています。過去の自分にはなりたくない・・・この気持ちを忘れずに生活していきたいと思っています。



「今の自分」

依存症のツーヤン

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。

皆さんこんにちは、薬物依存症のツーヤンです。

施設に繋がりが1年8ヶ月目なのですが、3回目のニュースレターで、何を書いたら良いか分かりませんが、任されたからには頑張って書くので、最後まで読んで頂けるとありがたいです。

最近、日中と朝晩の寒暖差が厳しく、体調管理が大変難しいと思いますが、皆さん元気に過ごしていますか？私は元気にしています。

12月1日に施設移動が有り、今は3SCでスタッフをやらせて頂いていますが、1年8ヶ月前施設に繋がった頃の私は、本当にひねくれていて、仲間の事を見下して、こんな所2、3ヶ月で出て行こうとそんな事ばかり考えていました。

でも、この施設で世話になっている間は、施設長やスタッフ、仲間達に迷惑を掛けないでいようと思っていた事は事実です。それがのちに、自分の回復に繋がりました。施設長や仲間達にも信用して頂けるようになったのだと思いますが、その時の私は、そんな事微塵も考えつかなかったです。今なら分かりますが、施設批判をし途中退寮して戻って来た仲間やスリップした仲間も大勢見て来ましたが、一日も早く一般社会に戻りたいのであれば、一時の感情に流される事なく我慢する事も大切です。一番の近道だという事が分かります。人それぞれ回復の成長スピードは様々ですが、クリーンを続けていた期間を無駄にするのは勿体無いと思います。

新しい仲間の皆さんも、早く施設を出たいとか、自分はコントロール出来るから、依存症じゃないかと思っていて当たり前だと思いますが、自分が何をしにこの

施設に来たのかを良く考え、こんな私達の事を待っていてくれる大切な誰かの為に（両親、家族、友人、知人等）、今までして来なかった我慢も必要だと思います。新しい仲間達は知らないと思いますが、初めてのニュースレターで書いた、孫娘の肝臓移植の事なのですが、私はずっとドナーになってあげたいと思っていて、孫娘の為にC型肝炎も治療し、40年以上も吸い続けていたタバコも止められました。C型肝炎の治療が終わったからといって、本当に適合しドナーになれるのか？適合していても肝臓がボロボロで使えないかもしれませんが、今の自分に出来る事をして来たのでダメでも後悔はしないと思います。

それから、今年は私にとってとても大切に尊い命が失われてしまいました。子供の頃からずっと背中を追いかけて来ただけに、凄くショックを受け落ち込みました。今までの私だったら、自分の立場や役割を全て投げ捨てても施設を飛び出していたと思いますが、それおせず、今の私が我慢出来たのは、施設長や仲間達の助けがあったおかげだと思うし、私も少しは回復出来ているのかもしれませんが。

私が、施設に繋がりが学んだ事は、那須1SCではクリーンを楽しむ事、那珂川CFでは分からない事はメモを取る事、自信を持つ事、そして3SCでは自己判断と自己責任なのかな？と思っています。まだまだ沢山学ぶ事があるので頑張ります。最後まで読んで頂き有難うございました。



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。

「まる裸」

薬物依存のショウ

今年の5月30日、再びお世話になることに成り早7ヶ月が経とうとしている。年を重ねる度々に、時間の尊さを感じずには居られない。

再入寮して2度目の投稿だ。前回、時間を無駄にせず今すべきことをやっていきたいと書いた記憶がある。現在もその気持ちに変わりはないが、今回はより自分をまる裸にし本音を話したい。生きていく手段として建前も必要だということは理解しているが、今の自分に表向きの方針はいらない。原稿を頼まれた当初は、パソコンでやるつもりでいたが実際は原稿用紙に筆を走らせている。その時の自分の書体を見てみると気持ちが反映されていることに気付けるからだ。エナジードリンク片手に、音楽を聴きながら進めているが今とても穏やかな気持ちだ。キッチンの机で書いているので近くに数人いるし、部屋への出入りも激しいが皆、何も言わず見守ってくれている。そんな状況も自分を穏やかな気持ちにさせてくれている要因だろう。

ここ数ヶ月、自分の気持ちを素直に発信できていないが今なら、ためらうことなく言える。那珂川で自分に携わってくれている皆さんには「ありがとう」と言いたい。自分がなんとか踏み止っていられるのは皆のおかげだ。しかし何事に対しても自分から率先してやっていることはいま無に等しい。何十年も昔の話だが「言われた事しかやらない奴など猿以下だ」とよく殴られた。当時はその度々に不貞っていたが、今は理解できる。もっと自発的に動かなければと思う。

此度、娑婆に出て来てから何かと人や物事に囚われている。しばらく悩み考えてい

るが、それでは駄目だということにやっと気付いた。解決策を見つけなければ前には進めない。過去に勤めていた会社では、ガレージ責任者、本部長、頭を勤め、大手ゼネコンの名義人を務めていた会社では、工事統括を任されていた。一般人では到底できないことを遣り抜いてきた。何処かにしまっておかねばならないそんな誇り等がでてこうとしているのか？自分にそんな意識がないだけに、そのことに今恐れている。直向きに生きているつもりではいるが言動が不十分だと思う。何事にも原因という物がある。自分の来年の課題は自分に向き合うことだ。今まで疎かにしすぎたと反省している。

今、自分が一番気にしていることを最後にかきたいと思う。自分は「変わる必要があるのか？」ということだ。変化とは、身体の変化、感情の変化、状況の変化と様々だ。若輩の頃は成長することもあるが自分も来年50歳を迎える。変わることに衰えを感じる様になった。この考えは間違っていると思う人も多いただろう。そんなことにも気付いているから真剣に自分と向き合ってみたく切に思っている。こんな自分にも夢がひとつだけある。人の為に生きていくということだ。自分の為には、もう十分に生きた。誰かを愛し、その人の為に全身全霊を懸けたい。そして自分の背後を少しだけ見守ってもらいたい。何とも青臭い夢ですね。恥ずかしい。それでは皆さんの健勝長久を願い、筆を置かせてもらいます。

創絆

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する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。

12月にステップアップした仲間

1st

・シンパチ サポート～リーダーへ

2sc

・ドウ メンバー～サポートへ

3rd

・ET トモ Stage 2～Stage 3へ

・ツヤン メンバー～チーフへ

CF

・マーナ ノリ サポート～リーダーへ

・ショウ メンバー～サポートへ

PP

・カオリ Stage 2～Stage 3へ



12月の献金・献品

(献金) 匿名者3名

(献品) 匿名者10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。

施設報告

1st(導入) 15名 2sc(回復) 8名 3sc(社会復帰) 16名 CF(農業) 9名 PP(女性) 15名計63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。



「明るい方へ」

依存症のマスミ

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、自分を大切にする生き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。

私はグチャグチャだ。絡んだ紐をほどこうと必死になっているうちに余計に絡まってついに切れた。愛されたかった。喉が渴いてうめくようなさみしさから逃れたかっただけ。本当に疲れていた。10年にわたる母とのさみしくて痛い生活も、毎日聞かされる祖母の愚痴や悪口も。一人で抱えるには重たすぎる荷物をたくさん持つのはとくに限界を超えていた。だから逃げた。逃げて逃げてあつという間に転がって膨らんで簡単に薬に手を出した。薬、酒、食べ物、自傷。とにかく助かった。自分を傷付けることで生き延びてきた。愛する人がいて、愛するものができて、もう大丈夫だと思ったかったし思ってほしいと思っていた。でもダメだった。2度のリラプスを経て再入寮し、今回2度目のニュースレターを書く機会を頂きました依存症のマスミです。今年の7月に自主退寮、8月に再入寮した。1ヶ月間外で自分のアディクション問題、夫婦の関係にどっぷり悩んで苦しくなっていました。とても苦しくてくやしい1ヶ月間でした。依存症である自分を何度呪ったことかわかりません。1年間プログラムを受けて、リーダーをやって、役割をやって、仲間と笑って泣いて、強くなった自分を持ち帰れる、子供に1日でも早く会える自分になると息巻いて出て行ったのに一瞬で脆く崩れさりました。今はそんな現実を素面の頭で少しずつ受け入れている最中です。また、たくさんの人に迷惑をかけて、たくさんの人を傷付け、そしてまた助けられてしまったのだと思います。生き方を変えたい、みじめな自分になりたくない、子供と一緒に生活したい、その一心

で今はここで踏ん張るんだと毎日毎日言い聞かせて生活しています。素面になったことでダイレクトに感じる生き辛さやPTSDの症状、後悔、罪悪感、さみしさ、恐れ...全部自分の荷物だと思い、今度は逃げず、抱え込まず、真正面から向き合っていきたいと思っています。一人じゃない、頑張れる、現状に感謝です！話は変わりますが今年も残すところわずかとなりました。1年を振り返って、色々なことに想いを馳せてみたりして、何かと気持ちが慌ただしい時期でもあります。色んな事があったし、逃げてみたりもしたけれど、いつも全力だったなと思います。時にそのスタイルは私の生き辛さでもあるけれど今はとにかくそんな自分に頑張った、頑張っている！とホメてあげたいです。"しなやかに強くなれ、父の手紙で貰った言葉です。大切にしています。何より、どうせやるなら楽しんでやろう！をモットーに、上を向いて明るく！それが新しい生き方、新しい人生につながると信じています。私がこうして過ごしている間、どうか子供や家族が元気で、笑って過ごしてくれてますように。来年もみんな元気でいられますように。それが今一番の願いです。寒い日が続きますが、みなさんも風邪をひかないように気をつけてください。稚拙な文章&乱文ですみません...。ここまで読んで下さって本当にありがとうございました！



「施設生活を振り返って」

依存症のクロ

1st StageCenter

～導入～

1st 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。



おひさしぶりです、二度目のニュースレターを書く事となりました依存症のクロと申します。

冬本番の厳しい寒さが続き那須では積雪も珍しいものでは無く、雪解けと来る春の温かい陽気が待ち遠しく思う今日このごろでございますが、関係各所の皆様様に於かれましては如何お過ごしでしょうか。

私事ではございますが早いもので入寮して八ヶ月を迎えました。せっかくの機会ですので今回は施設生活を送る中で起こった心境の変化、回復への取り組み、新しい価値基準の構築等を中心に振り返りながら書いてみようと思いますので、駄文にお付き合い頂けると幸いです。

〈入寮当初〉

当時はお恥ずかしい話ながら施設生活など続く訳もないと思い、飽きたら出ていく気でしか有りませんでした、自分が依存症である自覚も無く、回復の“か”の字も知らず外に一步出たら使うつもりでいました、今までの悪い生き方や考え方を全面に出して反発し周りから見たら扱いづらい人間であったと思います。仲間を強調する文化に嫌悪感を抱いていましたし、同じ依存症でも自己と他者の課題は別物だと線を引き共感や共有などもってのほかだと考えていました。

〈入寮三ヶ月頃〉

この頃はサポート業務の傍ら自分の問題点を考える時間が徐々にでは有りますが増えてきたと思います。ようやく回復の“か”の字が書ける様になり、意味も臆気ながら理解出来るようになってきました。義務教育を全否定していた弊害が如実に現れている現状を鑑みれば、誠に

愚かの極みであり愚の骨頂です。役割を通して他者への支援が自分にも良い結果を生む事を実体験に基づき学びました。自分本位の考えをやめ、他者理解を深めていったのもこの頃です。

〈入寮六ヶ月頃〉

この頃はリーダー業務の傍ら回復とは何か?なぜ自分はここにいるのか?クリーンとは何か?と良く自問自答していました。このときには、回復の“か”の字が綺麗に書ける様になりました。有名な社会学者の言葉の（知的向上心を無くした人間は猿以下である）体現であり、回復に対しての二足歩行が可能になったと自負しています。役割を通して自分の課題を克服するのと並行して他の仲間の支援や問題解決に意欲的に取り組んでいました。自分も含めて回復に向かい進んで行く様を間近で感じられる事が何よりの自信と励みになります。

〈現在〉

今はチーフ業務の傍ら、あいも変わらず自問自答の日々を送っています。回復について真剣に考え、仲間とともに健康的な思考と体を得られる事を心より願っています。

プログラム紹介

男性施設合同餅つきの様子です。

コロナ禍ですが感染対策を十分に行
実施させていただきました。

ご協力いただいた更生保護女性会
や家族の方々、ありがとうございます。



編集後記

年が明けてまだまだ寒い日が続きますが皆様
におかれましてはいかがお過ごしですか。

去年もそうですが今年も年が明けてもコロナ
コロナと大変ですが、なんとか良くなると信じ
てやっていきたいと思います。

今年も栃木DARCをよろしくお願いします。

編集秋葉