

SSKO

Remission

2023/12/18
NO.247

栃木DARC News Letter

目次

- P1 栃木DARC代表
「社会の有用な一員」
- P2 栃木DARC職員
「振り返り」
- P3 3rd Stage
「今日だけ」の大切さ
- P4 PPメンバーメッセージ
「LIFE EASY」
- P5 1st Stage
「今までとこれから」
- P6 プログラム風景と紹介
編集後記
- P7 11月のステップアップ
11月の献金、献品
施設報告
- P8 CF
「四年目を迎えて」
- P9 2nd Stage
「絆」
- P10 今月活動予定



栃木 DARC®

20度を越える日もあれば、10度の日もあつたりと体調管理に忙しい日が続いてありますが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

私は熱の出ない風邪の症状が1週間以上続いておりませんがなんとか仕事は続いています。コロナが陰性だったのは幸いです。

近況をご報告するとこの1ヶ月の間に二つ良いことがありました。一つは10年以上覚醒剤教育に関わった喜連川社会復帰促進センター長からの感謝状。もう一つは再犯防止活動に対しての県知事からの感謝状です。もちろん法人に頂いたものですが、長年の活動が認められたものと大変嬉しい限りです。今後もより良い活動をしていきたいと思っています。

先日TBSのNEWS23で大麻使用罪のことが取り上げられていました。そこにゲストとして高知東生さんが出演されて色々な話をされていたのですが、その中で「回復には孤立せず手助けしてくれる仲間と支援者が必要だ」という旨のお話がありました。まさにその通りだなと思いました。孤立が一番危ないのはこの病気に限ったことではないと思います。他の人たちとの交流で、危険な状態を察知することは大事なことでと思います。

ダルクは依存症の回復支援施設という一見特殊な環境のように思えますが、さりとて社会の一員だということを忘れてはいけ

「社会の有用な一員」

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

ません。数ある社会資源の中の一つであるということです。公的なスティグマの多い業界なので、被害者意識に陥りやすくはありますが、相手と対話してみると実はそうでもなかったということが多々あります。

栃木ダルクは障害福祉サービスの事業所の指定を受けるにあたり、精神保健福祉士などの専門職で当事者ではない方たちが入職しました。もちろんこの方達はダルクの業務を理解した上で働いてもらっているのですが、責任の受け取り方や業務に対する姿勢などに違いがあります。もちろん当事者の職員が良くないというわけではなく、違いがあるという意味です。私たちは中側からいつも見ているので、外側からの見え方がわかっていない点があるなということに気づく時があります。

仲間の中で孤立しないということは大事なことです。でもその先の社会の中で孤立しないということもまた大事なことです。感謝状をいただくということは、社会に認められたという意味も含まれていると思います。

社会の有用な一員でい続けるというのは自助グループの書籍にも書いてあることです。自分よがりな考えに埋没しないよう心がけていきたいと思っています。



栃木 DARC®

「振り返り」

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。



木枯らしが吹きすさぶ頃となりましたが、皆様におかれましてはいかがお過ごしですか。

2023年もあっという間に12月、月日の流れが年々と早く感じるようになった気がします。

今年を振り返ると約3年続いた新型コロナウイルス感染が5類への緩和により、コロナ禍で中止となっていたイベントなどの再開や、多くの外国人観光客の姿をTVで目にするようになりました。マスク着用などもそれ程気にならなくなってきたように感じます。

他者の感染により濃厚接触者としての行動制限などもなくなり、インフルエンザに感染した様な対処の仕方で良くなったので大分気持ち的にも楽になりました。

コロナ以外では若者を中心に大麻による検挙者が急増していることです。大麻使用のキッカケや動機は「誘われて」「興味本位で」が多く、インターネットなどで「大麻は他の薬物より安全で害がない」「大麻は依存性が無くいつでも辞められる」「海外では大麻が合法化されている」といった情報もあり、警戒心が薄れているのだと思います。

大麻については、害がないということでは決してありません。ダルクには大麻だけが問題で入寮・治療しているメンバーもいます。

大麻如きで逮捕され、刑務所に行き自分の人生が崩れていった良いのかをよく考えて欲しいものです。

話は変わりコミュニティーファームの方は、お米、茄子栽培も10月で終わ

り、今現在は、後片付けと同時進行で春菊栽培に切り替わりました。

昨年のビニールハウスや内張、トンネルなどを再度利用してスタートしたため、ビニールハウスが風で破れていたりと、補修作業にも手間が掛かっているところ です。

何時も感じるのですが、農業を覚えてきたメンバーがstep upのために施設移動で2scや3scに移動になり、詳しく作業内容が分かっている人達が減ってしまうので作業の方が大変になると言うことです。

ですがこれは仕方のないことだと思います、出来ることを丁寧にこなしているところ です。

メンバー達が、農作業PGで自分が覚えたこと、感じたこと、変わったことを、後から来た仲間に伝えていくといったことで、自分の回復を受け渡すといったことを、新しい生き方に役立ててもらえれば幸いです。

2023年も残りわずかになりました、何かと気忙しい時季かと存じますが、体調を崩さぬようどうぞご自愛ください。





「今日だけ」の大切さ

依存症のオオヤ

3rd Stage

～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。

師走となり、寒さ深まる中、皆様いかがお過ごしでしょうか。

自分は、9月の末に那須の初期施設から宇都宮の3rd stage centerに移動してから3カ月目となり、初めて住む3scの生活にも慣れてきました。

プログラムが、今までの生活で2コマだったのが3コマとなり少し慌ただしいのですが、知らない事を考え不安になりやすい自分にとっては、その忙しさより「自分の回復に繋がるプログラムを受けているんだ。」という充実感に繋がり、新しい環境に感謝しています。また、環境が新しくなったからと自分が変わったわけではないので、那須の施設から持ち越していた態度の問題・社会性の低さ・人との関係を維持できない自分を変えなければいけないと本気で思い取り組んでいます。

自分が宇都宮の施設に来る事は、早かった事は自負しています。それ故にステージは1～3の2なのですが、3scの大吉施設長のもと、ステージ2を丁寧に出来る事に感謝しています。

ステージ3を以前経験していて、棚卸、サルベージと施設のプログラムを終了していたのでステージ3になりたかったのが本心ですが、しっかりプログラムをやり通す事で自分を変えた「修了」をしたかというそうではなく、ただ初期施設に居座って意固地になってたと言え、十分な変化をしたとは恥ずかしながら言えません。

今度こそ、これが最後のチャンスと思い、プログラムを取り入れ自分を変える事に精進したいと思います。

那須と那珂川を繰り返し移動してきた自分はどこか「俺は、駄目だ」と思っていました。その「諦め」すら正面から受

け入れる事を避け、何も感じないよう生活した結果が惰性的な生活でした。

認められない入寮者がステップアップ・卒業するのを妬みかましく思いました。已年生まれですので。しかし、なにかと自分以外の事の責任にしていました。最終ステージの施設のメンバーになった以上、態度で人を不愉快にする事も、人が原因で怒ること、投げ出す事も今まで自分を受け入れてくれた仲間、施設長達、なにより自分の為にも変わろうと決心しています。

今まで行動が伴っておらず、虚飾に満ちた回復をしていました。何より仲間を信じきれず表面上の行動を変えようとした姿は、精神的な回復とは別物だと思います。

最近になり那須での仲間が真剣に向き合ってくれた事や現在の3scの仲間と一緒に楽しんで生活する事が当たり前ではない事に気づき、感謝の気持ちが人を精神的に満たし成長をさせてくれる実感があります。また、近況報告としてADHDのインチュニブという新薬を飲み始めた事で、自分の発達障害の症状が和らいできました。

今までは、真剣に仲間が自分に話してくれた事でも頭に少ししか残らず、仲間には徒勞を感じさせてしまいました。処方力を借りなければいけないのは辛いですが、自分の感情と行動、言動を律していかなければ社会人とは言えないと思います。また、自分を律して仲間と関わっていきたい今までの自分は仲間との関係を壊しすぎました。一人で生きているのではない。一人では生きられない事を忘れず毎日を過ごしていきたいです。

pp

「LIFE EASY」

依存症のリサ

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。

入寮して3年半の月日が経ちました。この頃やっと穏やかに過ごせるようになってきた気がします。今年の3月に通信制高校を卒業したのですが、就学の次は就労に出るという計画が思うようにいかずしばらくの間は「時間を無駄にしまっている」と焦っていました。でも今はこの期間は自分を見つめ直す為に必要な期間であって無駄ではなかったと前向きに捉えられています。就学中にもネガティブに考える癖や古い考え方のせいで何度も調子を崩してはプログラムを休むことを繰り返していました。仲間がとても優しく、私が落ち込んでいたらすぐに気付いて声をかけてくれるのですが、私はその親切さにすっかり甘えてしまって自力でどうにかするよりも態度で示す癖がついてしまっていました。最近ほ言いたい事はちゃんと言葉にして、そうでないなら気にするのをやめるように心がけているのですが、シンプルながらもなかなか難しいです。何となく、昔から感情をうまく整理できなくて人にもうまく伝えられない事が生き辛かった気がすることをプログラムで認められるようになって、薬や薬仲間を抛り所にしてきた自分の根底にある思いにも目を向けられるようになってきました。今までのような誤魔化しながらの生き方よりも、クリーンで楽に生きられるのを目指して頑張っている今の自分の方が好きです。プログラムや仲間や日々の気付きのお陰で今の自分でいられていると思うと、ダルクに来て良かったと今なら心からそう思えます。現在は就労移行支援事業所に通所させて頂くようになって、現時点では今後についてあまり考えていないのですがこれから自信をつけていってやりたいことを見つけれよう頑張りたいと思います。ダルクに

来て、考え方はともかく物の見方はガラッと変わったように感じます。アディクションに強迫的になって失われていった喜怒哀楽がクリーンが延びるにつれ取り戻されていって本当にいろんな事を感じるし考えるようになりました。人と関わる事に消極的な方なのですが、様々な人と出会ったり仲間と笑うのが癒しになったりしているうちにもっと人と関わりたい、色々な事を知りたいと思うようになりました。一人では全然観なかったTVを仲間と観るようになったり、新しい人、本、音楽、映画、食べ物に出会えたり、薬の影響で絵を描けなくなっていたのがまた楽しめるようになれたり、クリーンで楽しめるものが身の周りにたくさんあって、薬が無くても充分楽しく生活できているのがとても幸せです。これからもクリーンを続けて、今まで大切にできなかった事を大切にしていきたいし、新しい生き方をして色々な経験をしていきたいと思います。卒業後は、まだ詳しい計画は立てていないのですがいつか一般就労に出て栃木で自立して生活していこうと漠然とですが考えています。今まで働いた経験もほぼなく全てを家族に任せきりにしていた自分には課題が山積みですが自立する事は自分の為でも家族の為でもある事だと思うので、いつかこの選択が実現できるようこれからも頑張ります。拙い文章ですが最後まで読んで頂きありがとうございます。



「今までとこれから」

依存症のイノニイ

1st Stage

～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。



依存症のイノニイです。寒くなって来ましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

最近、私は、自分自身がとても年を取った気が致します。体を動かすことが多いと特に感じます。

私は、栃木県に生まれてすくすく育っていましたが、勉強がとてもきらいなおかげで私は中卒の学歴です。

おさないころは、わんぱくでいたずら好きな子供でした。農作業のキカイをこわしたり、余計なことばかりして親にいつも叱られていました。そして、中学生の時にはドロボーをしてしまい、母親につれられて、近くの自動車屋さんまであやまりに行ったこともありました。それから、コンビニエンスストアで弁当をぬすんだりしていました。今思うと、とんでもないことを、していたのです。自分の将来がどんどんだめ（ダメ）になっていくことを、自分でまったくわかっていなかったのです。もし、あの時、少しでも、気づいていればと思います。目に見れない力やいろいろと沢山に思い当たるフシがありました。そして、いまは、そういったおこないが自分の歩いてきた道なりによって自分で苦労をしていたのです。因果応報でしょう。これからは、良いことの積み重ねを繰り返しつつ歩いていきたいとおもいます。周りのためにも自分のためにも。

自分自身でもっと勉強をしてガンバリたいと思っています。人との関わり方もそうですし、自分の考え、行動が自分や相手にどのような影響をあたえるのか、どういう結果になるのか感じながら過ごしていこうと思います。いまの生活は農作業が中心です。そういう一日のうちで思うようにい

かないこと、疲れてしまってやる気が出ないときなど何回かありますが、なんとか仲間と声をかけあいながら一日を乗り切ります。もちろんやりがいを感じることもあります。このいろいろな経験をとおして、しっかり続けていくことで、人間的に成長できるような気がします。

私の家族は6人でした。その中でも私が一番成績が悪かったことを、覚えています。私の人生は、人からみたらダメ人間だと思っている人が沢山いるとおもいます。その批判の声をみんな良くなおして、これからの道を歩んでいきたいとおもいます。

NAにつながり、いろいろな人の声を聞き自分自身もガンバル気持ちが少しずつ芽生えてきています。ガンバリ方、ガンバレる大きさは人それぞれではありますけど、自分をよく知って、相手を知って、もっといろいろな人と共感しながら私の人生の行く先を決めていきたいとおもいます。

あの人の話で心が動いたとか、そんなこともききたいです。作業、ミーティング、仲間と一緒にすごしていくことでそのチャンスは増えていきます。

みなさんの心の中にある本当の気持ちは、真面目なところを、徹底的に、語り合いをして、これからの人生を、間違った方向へ行かないようにみんなの力を合わせていくことが大事なのです。いやなこともあるし、向き合いたくないことも出てくるでしょうけど何事にも投げやりにならず余計な失敗などしないように、がんばっていききたいとおもいます。

下手な文面をおゆるしてください。イノニイより。

プログラム紹介

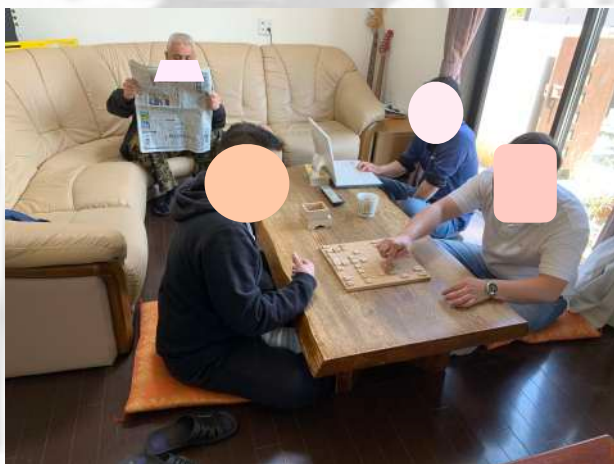
ドック・セラピー

宇都宮市内に拠点を置く東日本盲導犬協会に毎週出かけて行き、仕事の一部を手伝わせてもらっています。具体的には盲導犬の散歩とグルーミング、シャンプーなど、大人し犬たちとのふれあいで生まれる癒し効果と、金銭の授受がなくても気分が良くなるという経験、また、盲導犬協会職員の方達の犬に対する無償の愛情を感じ、これまで薬物使用によって養われてきた「薬物を得る為に金銭を手に入れる」などの即物主義から解放されるという点でも効果を発揮します。



セルフケア

自己管理をする事です(自由時間)。他者からの援助をできるだけ得ず、与えられた自由な時間を自律的に考えて使う心身のケアをする時間となります。計画して仲間と食事をとったり、仲間と何かをしたり、身の回りの整理などを行ったりと金銭に至る全てを自分で管理してもらう余暇時間です。



編集後記

師走に入り何かと忙しい日々が続いてますが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

寒暖差があり利用者や職員の熱発があり体調不良者が多いこの頃です。私自身も少し体調が悪くなることがありますが今のところは仕事を休むことがないのは幸いです。

これから年末に向けて何かと忙しいと思いますが皆様もお身体ご自愛くださいませ。

良いお年を。

編集秋葉

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、社会の有用な一員となる準備をしてもらいます。

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。

11月にステップアップした仲間

Stage up

Stage 1～Stage2へ

・該当者なし

Stage 2～Stage 3へ

・該当者なし

Role Model

・カズ、ファミリー メンバー～サポートへ

PP

・ウタ Stage 2～Stage 3へ



11月の献金・献品

(献金) 那須トラピスト修道院様 他匿名者5名

(献品) 匿名者7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

- ・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) 12名 2sc(回復) 14名 3sc(社会復帰)
23名 計49名で活動しております。

ステージ毎のプログラムを実施しております。



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。

「四年目を迎えて」

依存症のヨシ

皆様お疲れ様です。日々続く精進ご苦労様です。私の方もこの寒空の下、日々那珂川で農作業に没頭しております。今から約一年半前に寝たきりになってしまい、ひどい時は体が硬直してしまい歯も磨く事すらままならない動きがスローになってしまい、見かねた施設長やスタッフの方々がフロの時間を無制限にしてくれたという前代未聞の規則を作ってくれた程です。布団に入るまで十五分かかかる程わたしの身体はおかしくなってしまったのです。その様子を見ていた施設長が、「那須のファーストステージで休養しながらプログラムを受けてみないか、今のヨシさんでは、これから続く真夏に耐えきれないだろう。」と粹なはからいで、半分強制 (笑) でファーストステージに移動が決まり那須での生活が始まったのです。身体が治る迄、という条件付での移動でした。移動してしばらくは寝たきりでミーティングにも出ず、NAにも参加せずの生活が続きました。心も病んでいたのかもしれませんが。プログラムにあったソフトボール、ソフトバレーなど見学ばかりでした。しかし天は私を見放しませんでした。身体は日々良くなりミーティングにも出れる様になり、私自身驚いたのですがいつしかソフトボールも参加するまでになったのです。中学校の頃野球をやっていたプレーの仕方には程遠い具合ですがなんとか見れる様に迄回復したのです。その様になるまで実に約一年二ヶ月かかりました。よしこれなら那珂川の農作業でも通用するぞとわたしは思い那須の施設長に、そろそろ那珂川に戻りたいと相談したのです。もともと体を動かすのが好きな男ですので、那須での週一のスポーツ、又ミーティング詰めの

生活では物足りなくなってきたのです。丁度那須が一時閉まるということも重なって九月の末にやっとの思いで那珂川に戻って来たのです。那須でリーダーをやっていた私でしたが、一から出直すつもりでいたので那珂川の施設長はリーダーからと言ってくれたのですが、それではスジが違うと思い「メンバーからやりたいです。」と言いメンバーからのスタートとなったのです。実際に那珂川での生活を始めてみると一年二ヶ月前の身体とは全く違っていました。動けるし作業の方もスムーズになりました。今では作業が楽しみになってきました。体を動かし汗水流して働く事が嬉しくてなりません。そんな私にプレゼントが待ってました。施設長がリーダーに復帰させてくれたのです。これは頑張らなければと思いました。今ではハウス外しでハウスに登る事など考えられなかったのに、今ではハウスに登り作業をしています。昔の私を知っている仲間にも大分回復したねと驚かれてる程です。中でも一番嬉しかった事は、ここに入る前刑務所で倒れてから、なかなか口がまわらず人と話すこともままならなかったのに、今では口もまわるようになり、人と話すことが楽しくてなりません。リハビリはやってるつもりですがここまで治るとは思いませんでした。これであきらめていた社会復帰後の生活にも夢と希望が持てるようになりました。書く字もそうです。スラスラと上手な字が書けるようになったのです。これも一重に私に一年二ヶ月という時間をくれた施設長のおかげだと思っています。この粹なはからいに、粹な答えが出せるよう残りのD施設生活を贈りたいと思っています。人間あきらめたら終わりですね。



2nd Stage

～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。



この度ペンを取りました薬物依存症のヤマチャンです。

ニュースレターを書くのは、半年ぶりになります。まだ私のことを知らない人が居ると思いますので自己紹介をしたいと思います。

私は小さい頃は素直で元気な子でしたが、中学校を卒業後高校に行かず仕事を選んで仕事を休まず2年くらいは真面目に行っていて親にも喜んでもらった記憶があります。埼玉県で親から離れて生活をしてきて友人が学校に行っている時も働いてきて先に給料をもらって150万を貯めたのに、埼玉で友人になった仲間とシンナーや酒をやり友人の家に入り浸りになり仕事も行かなくなり会社もクビになり親にも迷惑をかけて家に帰り真面目にしているかもしれないと思って不良の仲間や先輩に憧れて毎日家に連れてきたり友人の家に行ったり先輩のアパートでシャブをおそわったりその時にトラックの運転手をしていて、こんなにいいクスリがこの世にあったんだとどっぷりハマってしまったのです。そのうち仕事も辞めて家が友人たちの溜まり場になっていました。寝ても覚めてもクスリにどっぷりハマっていた自分がいたことが今でも覚えています。今は少しずつクスリをやってはダメだと思うようになってきていると思う自分がいるのが今日この頃です。

消したくても消えないですが俺自身全ての過去は消したくても消したくない過去もある。それは「仲間との絆です」今まで仲間と長年付き合い辛い時、優しい言葉もらい励まされて心配をかけたりしたけど、俺のことはなにも離したりしなかったりしてくれても凄く嬉しかった。こんな俺でも何もしてあげる事はできなかったけど最後まで見捨てなかったです。今でもその言葉行動は忘れることができません。悲しい

「絆」

依存症のヤマチャン

時も一人で抱え込むことがありました。一人で家に誰とも話したくない時でも家に来たりしたけれど居ないふりをしていた。だけど何度も最後には家に来てくれて最後には家の鍵を開けて話をしました。仲間はそんな時こそ「一人で抱え込むことなくお互いに話をするのが仲間だ」と言ってくれたのです。凄く嬉しかった。

人生いろいろ嬉しかったことがあった。人生で一番嬉しかったことです。いつも人前では強がりな俺ですが、ニュースレターを書くのはカッコ悪いかもしれないが今の俺は全てを隠すことや強がる事を全て捨てます。その時は大粒の涙いっぱいでした。これがいつ偽りのない本当の仲間です。今はその時の仲間がここから忘れられません。だがその仲間はクスリ仲間でした。今まで色々ありましたが本当の俺を知っていたかも知れません。長年一緒にいたからクスリ仲間との間に大きな「絆」が結ばれていました。本当は断ち切らなければいけません。人生色々悪い事をしてきました。しかし新しい仲間との「絆」を作らなければまた薬を使うのは誰でもわかります。クスリ仲間との「絆」を取ろうか今まで家族に迷惑をかけてきました。心配をかけてきました。だが今は新しい人生を作ることがようやくわかりました。俺も歳が若いわけでもありません。今こそ家族に親孝行しないとはいけません。親も年齢が高いです。どうしようもないバカ息子ですが今しなければ一生親孝行はできません。今一番に親の笑った顔が見たいです。現在は施設にいますが今一番にすることを見つけることができました。1日も早く社会に出ることですが、親が望んでいる事は薬を必ず断ち切る事です

今月活動予定

12月

- 1日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
2日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
4日 アディクションフォーラム実行委員会
5日 宇都宮保護観察所プログラム
6日 再乱用防止教育事業県北
7日 栃木県農業大学校公演
8日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
11日 東京保護観察所プログラム
12日 宇都宮保護観察所プログラム
15日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
栃木県依存症支援者研修
19日 宇都宮保護観察所プログラム 再乱用防止教育事業県南
20日 喜連川少年院プログラム
21日 宇都宮保護観察所プログラム 栃木県依存症関連機関連携会議
再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
25日 観察所連絡協議会
28日 栃木ダルク全施設合同餅つき

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