

SSKO

Remission

2024/1/10
NO.248

栃木DARC News Letter

目次

- P1 栃木DARC代表
「新年のご挨拶」
- P2 栃木DARC職員
「プラットフォーム」
- P3 3rd Stage
「新年の抱負」
- P4 PPメンバーメッセージ
「今を生きる」
- P5 1st Stage
「感謝」
- P6 プログラム風景と紹介
編集後記
- P7 12月のステップアップ
12月の献金、献品
施設報告
- P8 CF
「自分の思い出」
- P9 2nd Stage
「新たな夢に向かって」
- P10 今月活動予定



栃木 DARC®

「新年のご挨拶」

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事 栗坪千明

昨年中は皆様におかれましては多大なるご協力とご支援を賜りありがとうございました。

昨年はいろいろありました。コロナの影響が遅れてやってきたことでずっとお金のことを考えていた一年でした。年末によりやっと通常運営の見通しが立って、春からは問題なさそうです。開設当初は別としてこれまでの活動の中で一番大変な時期だったのではないのでしょうか。見通しが立ってほっとしています。無事年を越せました。感謝です。

さて世の中でも色々な動きのあった一年でした。業界的に大きなトピックの一つは年末に法案が可決した麻薬及び向精神薬取締法に大麻が含まれ使用罪もつくことになったことです。世界では合法化する国もある中での新たな法律です。ダルクでは違法合法問わず依存症の回復支援をするだけなので、そのこと自体に意見はありませんが、保健福祉分野にどう繋げていくのか関わり方を変える必要があるのか様子を見つつ検討する必要がありそうです。

県内では依存症対策推進計画を策定しています。これをきっかけに関係機関の連携が進み2次予防である早期発見介入が実現することに期待をしています。アルコール、ギャンブルは関連基本法がありますが、薬物はないので、県がこの計画を策定してくれるのはありがたいですね。

栃木ダルクでは初の試みとして、学校という男女併学のように同じ建物に男女が部屋は別で入寮するという取り組みを始めました。12月の上旬から始めましたが、今のところ良い刺激を与え合っている感じに見えます。

今年の抱負は安定とスリム化です。施設運営を安定させつつ必要のないものは切り詰めるという断捨離のようなことをしていこうと思います。無駄をなくしより効果的かつ効率よく必要なところには手当を厚くしてプログラムに専念していける環境づくりをしていきます。そして関係機関との連携強化と2次予防の促進です。自分たちだけでできないことが多々ありますので、足を運び顔の見える関係づくりを目指していきます。

年末の28日には毎年恒例の餅つき大会を実施しました。今年は男女合同で行いました。天気も良く暖かい日で、家族や更生保護女性会、喜連川社会復帰促進センターの方々も見学がてら参加いただき、とても賑やかな餅つきとなりました。今年もまたやれるよう活動できたらと思います。

本年も皆様には多大なご協力をお願いすることとなりますが、よろしくお願いいたします。

今月活動予定

1月

- 6日 家族教室 再乱用防止教育事業県央
- 9日 宇都宮保護観察所プログラム
- 15日 薬物依存を家族とともに考える会
- 16日 多摩総合福祉センター家族教室 再乱用防止教育事業県南
- 18日 新春の集い
- 19日 喜連川社会復帰促進センター薬物依存離脱指導
栃木DARC全施設合同ボーリング大会
- 24日 栃木県立岡本台病院プログラム
- 23日 宇都宮保護観察所プログラム
- 25日 再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター
宇都宮保護観察所プログラム
- 27日 横浜ひまわり家族会
- 30日 栃木県立小山南高校講演

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®

「プラットフォーム」

3sc施設長 大吉 努

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。



新年明けましておめでとうございます。体調管理の難しい時期ですが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。本年も栃木DARC並びにCline, Inc.の活動に対するご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、去る12月に内部の支援体制に変更があり、メンバー・職員共々、環境が変化しました。私の座席から見える景色にも変化があり、一時は新鮮味を感じておりましたが、3日ほどで見慣れた景色となっていました。変更に伴い、これまでよりメンバーと職員の物理的距離も近くなり、日常的な関わりも増えました。メンバーの方々には、この環境を利用して、それぞれの回復をこれまで以上に促進させてもらいたいと思います。

ところで、栃木DARCでは、「治療共同体（TC：Therapeutic Community）」という仕組みを採用しております。TCの起源は、1940年代まで遡ります。イギリスの精神科医であるジョーンズが取り入れた治療概念で、現在ではアメリカをはじめ世界に広まっています。TCを端的に表現すると、「薬物依存など共通の生きづらさを抱えた人たちが、対等で対話のある共同体を作り、共に回復を目指す仕組み」と言えます。その特徴ゆえTCは、利用する人にとって治療の場であると同時に生活の場となります。生活とプログラムが一体の環境であるTCでは、人との関わり、プログラムの司会や役割、責任のある立場を遂行する場面があります。TCでは、これら生きる中での経験をすべて回復資源とし、人間的な成長を目指します。さらに、栃木DARCでは心理系プログラムやロールモデルなどを組み合わせて提供し、個人が自分に合ったプログラムを

基軸にできる仕組みを整えています。TCでは、メンターの役割を担う人が現れますが、当事者スタッフはその点でわかりやすいモデルの一つだと思います。スタッフの姿を見て、「自分もこうなりたい」という思いを出発点に回復が始まるケースも多々あります。しかし、TCにおけるスタッフの役割というものを考えてみると、メンターとしての役割だけでなく、回復環境を整えること、メンバーがプログラムに専念できるよう制度活用等をサポートすることも重要な業務です。役割を踏まえ、TCでのスタッフの関わりを俯瞰すると、私たちの関わりの本質は、距離を縮めることよりも、メンバーに余計な影響を与えぬよう距離を保つことにあると思います。スタッフもTCにおいて環境の一部です。従って、過度に他者の心や人生に入り込まないことが、その人の自己決定の機会を尊重し、主体性を取り戻すことに有益だと個人的には思っています。体制変更を行い、メンバーに関わる人が増え、関わり方の分散が見込まれます。色んな人が関わることをプラスに還元するには、メンバー、職員それぞれが距離感を意識し、環境づくりに積極的に参加することが大切です。皆で安心できる場所を創りたいと思います。

私たちの仕事は直接的な感謝や言葉が届きやすい性質があります。だからこそ、思い違いにつなげぬよう自己の内面を見つめていくことを忘れず、皆で協力しながら今年一年を過ごしていきたいと思います。



「新たな夢に向かって」

依存症のカズ

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。



新年あけましておめでとうございます。那須から野木に来て入寮して八か月がたちました。ここまで大変急ぎ足できたような感じがします。私は若い頃からアルコール依存症、そのうえギャンブル依存症でずっと通してきました。何事ものめり込む性格で良いことも悪いことも節度ないやり方で行ってきました。お酒、ギャンブルはもちろん仕事も今振り返ると限度なく夢中になっていた気がします。その為に周りの人たちに迷惑をかけ様々な犠牲も払いました。こんな私でもいつでも夢を持って進んできて夢だった自分のお店も周りの助けもあって持つこともでき、結婚し庭付きの大きな家に住むことも出来ました。

50歳を過ぎて離婚し家も手放す事になりました。60歳を迎え仕事も辞め私生活も一杯一杯となり、ギブアップ状態の中、身の回りのすべての整理をして栃木ダルクに繋がりました。まさに竜宮城で貰った玉手箱を開けたのです。この歳になっても好きな事、やりたい事沢山あります。失敗をした事であってもこの先の人生、ただ指を銜えて年をとっていくのは嫌です。幾つになっても人生の渦の中で足掻いていきたいです。ただ、これからは同じ失敗を繰り返す事の無い様、自分の性格の悪い部分は極力押さえ、良いと思われる部分を活かした生き方をしていく必要があります。散歩をしていて道端に咲く小さな雑草を見て素直に綺麗だと感じられる人間になる為に自分にこびり付いた色々な垢を落としながら自分自身を磨いていく必要があります。一生懸命になり過ぎず、少しずつでも着実にただし方向に進みたい。今、野木の施設にはステージ1からステージ3までの様々な仲間がいます。一人一人歩幅や歩むス

ピードが違ってても、誰もが自分のペースで今日の一步、明日の一步と歩んでいければいいなと思います。仲間には助けられたり助けたりしながら、楽しくクリーンを伸ばし人間としての回復に向けていくつもりです。ダルクに来るまでに自分が苦しませたりした人は何人もいます。でも今の自分には心の中で謝って心の中で思いきりハグスル事しかできません。せめてこれから出会う人達には、自分自身が人に迷惑をかける事なく少しでも良い人と思われる人間になる為、まだ感じた事もないハイパーパワーの力も時にはかりて頑張りたいと思います。此処までは堅苦しい文章となりましたが、お前は真面目か？と突っ込みを入れられそうなので、本当の自分は常に楽しい事、くだらない事ばかり考えている様な人間で人の小さな失敗を見て笑ってしまう様な不真面目な人間です。でも裏を返すとそこが自分の良い所でもあるような気がします。これからもダルクでの生活はしばらくつづきます。此処でしかできない経験を大切にして、色々な事を考えて、今一緒に生活に生活している仲間はもちろんこれから出会う仲間とも楽しく仲良く次見る新たな夢に向かって一步を踏み出します。先の事を考える事は大事な事だと思いますが自分の本音として、なる様になると言う思いがあります。いい加減な毎日を過ごしていたのではダメです。目の前にある物事に対して頑張ります



「新年の抱負」

依存症のゼキ

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。

明けましておめでとうございます。依存症のゼキです。

旧年度は大変お世話になりました。本年も何卒宜しくお願い致します。

年明けはいきなり暗いニュースからのスタートとなりました。石川能登を襲った大地震。私たちも他人事ではありません。地震大国と言われる日本に住んでいる以上、いつ何時同じような災害に見舞われてしまうのか分からないのですから。被災された皆様におかれましては、心よりお見舞い申し上げますとともに、一刻も早い復興を心より願っております。一方では、航空機の衝突事故や政治家の裏金事件、そしてウクライナやハマスでの宗教戦争など、ワイドショーのネタはあとからあとから尽きることがありません。私たちにはナルコティクスアノニマスの神様がいるけれども、被災された人たち、亡くなられた人たち、安否不明の人たちには神様はいなかったの？戦争で殺されてしまった人たちには神様がいたはずなのになんで？どうして？神様なんて所詮そんなもの。

それでも新年、それでも正月。初詣で手を合わせて家内安全、商売繁盛などと祈願する。ああ、なんてこの国は平和なんだろう、なんて私たちは残酷なんだろうってちょっと複雑な気分になってきます。自分は今、依存症なんていう訳の分からないものに翻弄されてるけど、こんなことしてる場合じゃないんじゃないか？もっと他にやるべきことがあるんじゃないか？と、私の悪い癖です。なにかにつけすぐこんな事を考えてしまいます。先を見据えた自分のあるべき姿。理想かもしれません。しかし、私はとても現実的に、そしてリアルに考えます。

年齢的に考えても、私に残された時間はそう長くはありません。良くてあと10年～15年くらいかな。その間に結果を出さなかったら、私の人生はバッドエンドに終わります。10年なんてホントあっという間です。あれをこうして、これをこうして、こんな風に幸せになって、あんな風景を眺めていたい。なんて考えていたら10年なんかじゃとてもじゃないけど足りません。それでも諦めないのは、小島よしおの「だいじょぶ、だいじょぶう～！」のノリとノータンキさがあるからなのと、根拠のある経験と実績と自信があるからなんですね。だから、時間との戦いなんです。早く、早く、なるべく早く、動かないといけません。考えなきゃいけないこといっぱいあります。焦ってます。どうしたらいいのか分からなくなる時たまにあります。そういうことって誰に相談すればいいんですかね？依存症の事に関してはここにはプロがいます。施設長とかね。でもそれ以外の事ってやっぱり自分で考えて自分で決めなきゃなのかもしれませんね。てか、いい大人が誰かに相談とかウケますよね？しっかりしないとですよ。頑張りますね。とりあえず。それとですね、突然ですが、私はやっぱり誰かのために生きたい。そう願っているんですね。例えば、覚せい剤。自分のためだけだったらやっぱり止められないんです。でも誰かのためにだったら止められます。たぶん。きっと。そんな気が。だと信じたいww



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。

今年も残りあと僅かとなりました。気が付けばクリスマスイブの夜に今こうして筆をとっています。

栃木DARCに世話になり1年8ヶ月が過ぎようとしています。現在、那珂川CFで農作業を中心とした生活を送っています。ご存知の人も多いと思いますが、栃木DARCにお世話になるのは初めてでした。那珂川CFの生活は大変たのしいですが、最近になってようやく将来のことをもっと真剣に考えていかなければと思うようになってきました。クリーンを継続していくことの大切さが少しずつではありますが理解できたのか少し前までは二度と刑務所に行きたくない、早く自立してもっと自由が欲しいとばかり思っていました。

勿論、その気持ちは今も変わってはいないのかもしれませんがもっとシンプルなこと気が付けてきたような気がしています。

現在自分が何の不自由もなく生活できているのには沢山の方の支えがあるからと実感しています。施設、役所、仲間、近隣の人たち、数えだしたら切りがありません。過ぎ行く日々を当たり前のように小さな出来事にも感謝の気持ちを持って生活できているのも那珂川CFでの有意義な生活が大きな要因だと思っています。現在リーダーをやらせてもらっているのですが農作業、便利屋、寺作業、NA全てにおいてほぼ満足しています。頑張れているのか自分で判断するのが難しいですが、その日のベストは尽くしているつもりです。

いい状態をキープしてやっているのには勿論クリーンを続けているからだと思いますが、もっと身近に理由があることに最近ようやく気づきました。農作業PGです。那珂川CFに来て1年8ヶ月が過ぎようとし

「自分の思い出」

依存症のケイちゃん

ています。一年を通して農作業に関わり色々なことを学びました。単純に農作物の作り方だけではありません。本当に多くを学ばせてもらいました。お客様に渡るものを生産していることで様々なことを考えさせられます。

勤勉に働くこと、人間関係、金銭、物資の大切さ、時間の使い方等、アルコールにのまれていた時の自分では興味のなかったことが今はとても大切なことだと思います。

前文に記したとおり多くの方の支えがあって今の生活が成り立っています。自立後に今の気持ちや生活態度を継続してやっていけるか考えると正直不安です。どれだけクリーンを続ければ自信につながるのかわかりませんが一生懸命生きてみようと思えるようになった自分をたまに褒めてみようと思います。

最後となりますが施設職員、仲間、家族関係者の皆様には

本当に感謝しています。今日はこれが良かった、嬉しかったと思いを廻らせ感じることは身近にある良いことに気付くきっかけになるのではないのでしょうか。去年は忙しかったけど、楽しい事沢山ありました。今年も良い年になりますように助け合いの精神を大切に頑張ります。この栃木ダルクに来て良かったです。自分の欠点、短所に向き合えるようになりました。アルコールや自滅的な生き方に逃げない人間になれたこと、本当に感謝です。神に感謝します。

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。

12月にステップアップした仲間

Stage up

- ・該当者なし

Role Model

- ・ゼキ リーダー～チーフへ
- ・ナカジ サポート～リーダーへ
- ・ショツヤン メンバー～サポートへ

PP

- ・ヤス Stage 1～Stage 2へ



12月の献金・献品

(献金) 那須トラピスト修道院様 他匿名者8名

(献品) 匿名者9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) 9名 2sc(回復) 16名 3sc(社会復帰) 18名 計43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。

pp

「今を生きる」

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ら、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。

三度目のニュースレターを書かせて頂くことになりました、依存症のミサキです。今回は最近の自分について書いていこうと思います。

まず最近の出来事ですが、女性施設が移動になり、全員で引っ越しをしました。私は判断力や決断力に欠いているので、指示を出すのが大変だったのと、慣れない環境での生活が単純に苦しかったのを覚えています。仲間の退寮も重なってショックも大きく、気持ちの切り替えの出来ない中で環境も生活の流れも変わって、今でも落ち着かない自分がいるのを感じています。ぼんやりと「何かいいことないかなあ」と考えることが増えました。待っているだけでは何も変わらないことは分かっていたはずですが、自分から動く気力がありませんでした。この頃気付いたのが、自分はやる気がない時に気合いで乗り切っているということだったので、そのどちらもない自分を持て余していました。

基本的にネガティブで暗い考えが止まらない私ですが、引っ越して良かったこともあります。本部の犬と遊ぶ機会が増えたり、移動時間がなくなって時間が増えたりしたことです。本部の方と話をすることも増えて、役割への不安を解消してもらうなど、直接サポートしてもらうことも増えました。施設でのいろんな出来事で不安が大きくなり動揺し、退寮を心に決めてしまった時も、仲間や施設長、職員の皆さんが支えてくれてなんとか踏みとどまることが出来ました。

回復は誰かのためだけにするものではなく、自分自身のために始めなければいけないと感じました。今もまだ退寮したい気持ちがありますが、「一ヶ月くらい

頑張ってからまた考えよう」と、今日だけを生きるつもりでやっていこうと思います。頑張るのをやめて、とりあえずやってみよう、今だけを考えようと意識を変えていきたいです。先行き不安を膨らませて何もかも手放そうとする考え方を考えるよう伝えてくれた施設長のメッセージを私は忘れずにいたいと思います。

最近の自分の取り組みは、正直になることです。ミーティングを含め、プログラムでも生活の中でも嘘はつかないように意識しているものの、言いたくないことを言わない棚卸しで誤魔化しているだけでした。分かっているけど直せなかったところなので、今は積極的に正直な棚卸しにチャレンジしています。それによって、つらいことを思い出して苦しい気持ちになる反面、やっと自分のことを見つめ直すことができた、という気持ちにもなりました。意味のないプログラムがないように、やり慣れていないことややりたくないことでも、取り組むことで自分に良い結果がいてくると実感できました。

今の私は不安定であり前向きに努力が出来ない状態です。でもまずはそんな自分を受け入れて認めて、仲間やプログラムを、また、ここまでプログラムを生きてきた自分を信じたいと思っています。

私の課題はまだ山積みです。でも、課題が見えているうちは取り組むことができるという意味なので、あとは少しずつやっていくだけだと思っています。ネガティブでも、不安定でも、それでも生きていくことを選んでいる自分を私は大切にしていきたいです。

ここまで読んで下さってありがとうございました。



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。



「感謝」

依存症のオカちゃん

今回ニュースレターを書くことになりました。自分は繋がったのは13年前でした覚醒剤取締法で刑務所に入りました出所後3年6か月という期間ダルクにお世話になりました。一応問題なく卒業までした人ですがいろいろ経験して社会復帰を過ごしてきました。その頃のダルクとは今はだいぶ違う環境になってしまいましたがあの頃はメンバーがいてくれたのが唯一の救いです。あの頃は自分と同じような刑務所からのメンバーが沢山いてもっと一日が短く感じる時間でした。覚醒剤の問題を抱えた人達も沢山いて自分にとってプラスになろうかと思う事も沢山ありました。自分が最後にダルクを卒業したのは那珂川でしたメンバーも15人いましたが毎日がナスの収穫が始まってから終わりの生活の中でいろいろ苦労しましたが今では知っている人が一人もいません。今はナスの収穫だけでなくいろいろな作業をしていて自分の知る事が凄く少なくなっていて嬉しい反面悲しくなりますが新しい事をやるのは、とても賛成し今はメンバーが少ないですが頑張って作業をしているメンバーを見ているのですが凄くと思います。自分たちの頃は人ばかりが沢山いて作業にもならない事もありましたが時間はあったので一人にかけられる時間も大切に使ったしそれなりに今でもはっきり思い出すのは栃木ダルクが全員集まってやる行事が年に3回の行事の時間は今でも覚えています。餅つきと田植えと稲刈りの行事がありましたその時に会うメンバーの笑顔を見るのはその時凄く楽しみでした。それでも自分の暮らしを普通の生活にしたいという思いは変わらず沢山のわがままを言っても外に出て働く事を選んで那珂川に

仕事を見つけ仕事をした。自分が塗装の仕事を見つけて人を3人使って何件かの農家に口コミをして仕事を貰い社長をしばらくしました。それから施設の付き合いも薄くなってしまいました。また同じような失敗をしてしまい刑務所に行くことになってしまいました。失敗を苦にまた施設に戻るようになりました。それで1年間だけ世話になり社会復帰をしました。社会での生活は波大抵の事でもありませんでした、それでも我が夢中で働いて決して楽な生活でもありませんでした。でも一人でやっていくという事が自分の生活を通して少しずつ分かったような気がします。今回、職場の忘年会を終えた後帰りの車の中で自分の体のおかしい事に感じながらも床についたのですが次の日の朝には体がいう事を効かずアレと思いながらも必死に体を動かしても動かない自分がいました。誰に言うことも出来ず時間だけが過ぎて仕事も行けず気がついたら病院のベッドにいました脳梗塞と言われました。こんな自分を引き取り繋いでくれたのが栃木ダルクの施設長でした。病院で治せる状態ではなく自然に体を動かしながら元の自分に戻そうと思いました。施設的环境が自分に取ってあって欲しいとにかく自分で動くこと目指してやってみようとも変わらず心で思っています。これからも普通の生活ができるように頑張りたいです、今まで出会った人達に感謝しています。

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

明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願いします。

振り返ると毎年この所色々なことが起こりますが今年は何事もなく平安な年になれば良いと思っています。

皆様におかれましても平安な年になる事を心より祈っています。

編集秋葉