



# 鶉鮎つうしん

う あゆ 岐阜ダルクニュースレター平成24年秋号(37号)



## 「居場所がえし」

薬物依存症リハビリテーションセンター

NPO法人岐阜ダルク

施設長 遠山 香

虫の泣き声や夕暮れの空に飛ぶとんぼの群れに秋の訪れを感じる今日この頃です。

さて、ダルクの仲間達は夏を満喫し、真っ黒に日焼けしています。誰も薬物に溺れていたとは想像もつかない姿です。ダルクでは様々なレクレーションを通して楽しみを見つれたり、人間関係を学びます。レクレーションに行くためのお金もこつこつ貯めることでお金の使い方も学んでいくのです。

私といえば、社会的居場所の開拓、10月のフォーラムに向けての準備、女性ハウス設立のための資金集めと目まぐるしい毎日を過ごしています。女性ハウスの物件情報もらい何件か見に行きましたが、薬物依存症への偏見や、家賃の交渉で安すぎるためか、残念ながら物件を貸してくれるまでに至りません。しかし、なぜだかそのうち見つかるだろうとあせる気持ちが不思議とないのは、必要なものは与えられるというこれまでの経験からなのか・・・しかし、待ってるだけでは見つからないので行動あるのみです。

先日、身元引き受け人として、覚せい剤事犯8回目目で拘留されている女性の薬物依存者の裁判に行きました。判決は懲役3年2ヶ月でした。「七転び八起きではありませんが、最後の懲役にしたい」とその女性は言います。刑務所を出ても行き場のない人達は、寂しさや孤独に耐えられず、居場所を求めてもとの生活環境に自ら戻ってしまうことが多いのです。女性の薬物依存者の回復するための居場所を作り、私が与えてもらった回復という贈り物を、薬物をやめたいけどやめられなくて苦しんでいる女性達に返していきたいと心から思います。

皆さまのご支援のおかげで岐阜ダルクも8年を迎えます。10月8日、フォーラムを開催します。岐阜ダルクはNAの12ステッププログラムを取り入れて回復を目指しています。ひとりでも多くの方に依存症からの回復について理解していただきたいと願っています。フォーラムへのご参加を心よりお待ちしております。

## 仲間の体験談



こうたろう

僕は16才からダルクに繋がるまでの12年間薬を使いました。高校の時ぐらいから自我が始めました。「自分の人生自分の決めた事をしたい」だから高校もやめました。バイトをしながら遊ぶ生活をしました。当然夜遊びもして、不良仲間とつるむようになって薬に出会いました。シンナーでした。次は覚せい剤でした。ぶつとびました。こんな良い物はない、知らなかった自分はバカだ、知らない人は損をしていると本気で思いました。一発ではまり、止められなくなりました。それでも事故を切っ掛けに止まりました。薬に変わってアルコールが止まらなくなりました。それでも結婚もして人並みの生活を自分なりにしました。でもうまく行きませんでした。そんな自分が嫌になり自殺をしました。でも死ぬませんでした。そんな自分を助けてくれたのが薬でした。以前よりひどく使いました。それでも生きてく事が出来ました。だけど生活はひどくなる一方で何も出来なくなりました。やれる事は薬や金を手に入れる事だけでした。薬はどうやっても止まらないし、その生活から抜け出そうとしなくなりました。その結果が逮捕でした。これで薬を使わなくてすむと思っただけで、ただ現実には甘くなかったです。さんざん犯罪を犯して何回も再逮捕されてくうちに、自分のした事から目をそむけたくて、医者やだまして処方薬を沢山使いました。止められなくなりました。その現実には愕然としました。自分は何時も薬や薬にかわる物を使わないと生きて行けない事、生きる事がどうにもならない事に気づきました。いろいろな不安が襲ってきました。そんな自分を助けてくれたのがダルクでした。止められなくなっていた薬が止まりました。ダルクで生活することを決めました。薬さえ止まれば何でも出来ると思っていた自分に待っていたのは、何も出来ない自分でした。嫌な事は何もやりたくないし、人間関係もうまく距離を取れない、あたり前の日常生活も普通に出来ない、出来ない事だらけでした。そんな自分が許せなかったし、ただダルクに居る事さえ嫌でした。ただダルクに居る事から始めました。ミーティングも嫌でした。なかなか正直になれなくて取り繕った話をしたり、話をしなかったり、うまく話ができない自分に腹を立てたりで毎日のミーティングが苦痛でした。そんな時自分がやった事は人の話を聞く事でした。自分と同じ様な体験をした人の話を聞けばその事を話したり、聞く事でどうやって話せばいいかなんとなく分かってきました。嫌な事は嫌だと言える様になったり、少しずつ正直な話が出る様になってきました。だけど相変わらず話す事は嫌でした。そんな時は一番に話をする事で話す事に馴れていきました。嫌な運動もやりました。毎日毎日文句を言いながらやりました。ただそれだけで薬を使わずにいられたし、体も元気になって行きました。だけど提案された事を言われた通りやる事はなかなか出来ませんでした。これは出来るけどこれは出来ない自分で決めて結局は自分の意思を手放せません。今までさんざん自分の意思を使って人生に失敗したにもかかわらず良いやり方を手放せませんでした。それでも提案された通りにやってみると自分にとって悪い結果はなかったし、むしろ良い結果ばかりでした。そんな体験をするとおまかせをする事が少しずつ出来る様になってきました。そしてミーティングや仲間との生活の中で自分の色々な問題に気づきました。そうゆう問題に取り組む内に少しは自分の事を許したり認める事が少しずつ出来る様になってきました。今は薬を使って逃げてきた自分の問題に目を向けています。壁を作ったり、仮面をかぶってありのままの自分を隠していた事を認め、ダメな自分でも良いと自分を許しながら生活をしています。そしてダルクで人生をやり直す方法を学びながら自分の事を今日一日でやっています。

## ダルク女性ハウス九州にいます

### かなの体験談



4年前、私は岐阜DARCに実家から通わせて頂いていました。朝と夜が真逆だった生活も朝起きて夜寝る生活に変わり、少し歩いてだけで悲鳴を上げていた体も元気になって、毎日使っていた薬も3ヶ月・6ヶ月・9ヶ月・・・と止まり「もう大丈夫。私はやっつけていける」と思って岐阜DARCに通うのを辞めて2、3ヶ月して過去付き合っていた男性と再会した事がきっかけで、薬を再使用してしまいました。「すぐ辞められる」と思っていた薬は日に日に回数は増え、量も増えて、最終的には止まらなくなり、どうしようもなくなって、岐阜DARCのかおりさんにDARC女性ハウス九州を紹介して頂き入寮させて貰いました。

今、入寮させて頂いて1年と少し・・・正直、24時間仲間と一緒に居させて頂いている生活は、自分の見たくない問題に直面して苦しいしキツイです。

興味ない・めんどくさいで片付けてしまっている事が人と人との関係を悪くして、さみしくなったり、自分にとって適当な行動が人にとって嫌がらせで嫌われる行動になっていたり・・・

行動が変わっていないけど、気付かせてもらう事ばかりで、今振り返れば、薬を再使用したのは、男性に再会したからではなくさみしかっただけなんだと分かりました。

なかなか回復までの道のりは長くなりそうですが、次はやり続けたいです。

今、岐阜DARCの生活と薬を再使用した時の事を振り返ると外見的な自分ばかり気になっていて、内面的な自分の問題は見ていなかった気がします。だからこそ「もう大丈夫。私はやっつけていける」と思ったし、薬を再使用したのだと思います。現に、岐阜DARCに通所していた時、行き帰りの電車の中で同級生に会う事もあって「今何してるの?」と聞かれた時正直に話をする事が出来なくて、適当に答えてはいたのですが「早く働かなくちゃ」とか思って内面を見つめられなかったと反省しています。ただ、岐阜DARCでよくしてもらったし、出会わせてもらった多くの仲間のおかげで私はまたDARCに戻れたと思っています。

宮崎での生活は楽しい事ばかりではないけどいつか元気になった姿を多くの仲間みせたいと思っています。ありがとうございます

薬物依存症という病気は簡単に回復できる病気ではありません。薬が止まったからと言って病気が完全に回復したわけではないのです。仲間たちとの繋がりや回復プログラムを継続し、自分の生き方を見つめ直すことがとても大切なのです。  
(施設長 遠山)

女性薬物依存症者リハビリテーションセンター岐阜女性ハウス（仮称）設立に向けて女性薬物依存症者がいきいきと暮らすことができる場所を設立したいと計画しています。

全国各地にダルクは67箇所あり、男性の薬物依存者が700名のリハビリを受けています。ところが女性の入寮施設は、栃木・東京・大阪・高知・宮崎のわずか5ヶ所・60名の女性しか回復支援を受けられません。施設の絶対数が不足しているのが現状です。設立準備基金には施設賃貸料・什器備品等で350万円程度必要です。なにとぞご理解とご協力を願っています。

また、岐阜市内で6名程が住むことができる3LDK以上のマンションや一軒家で格安の物件を探しています。よい情報をお知らせくださいますようお願いいたします。

# NAリージョナルコンベンションin仙台



7月6日～7月8日

全国の薬物依存症の仲間が仙台に集まりました。800名を超える仲間達と回復を喜びあいました。



昨年は沖縄で行われたNAのコンベンション。今年も仙台で行われ、行ってきました。東日本大震災から1年以上が経過しましたが、仙台に住む薬物依存の仲間達から、震災の体験と痛みの生の話を聞かせてもらいました。コンベンション会場も震災の影響があり開催できるかどうか不安があったとのことでしたが、無事開催でき、コンベンションコーディネーターの仲間達や会場に集まったたくさんの方の仲間達に感謝。有名な松島の散策もできて旅を満喫しました。

7/15 岐阜ルーテル教会

## 活動紹介と募金活動



次は私の番  
ドキドキ...



岐阜ダルクは皆様からの心あたたまる寄付金によって活動しています。毎週日曜日になると皆さんの人達が集まるあちらこちらの教会で活動紹介と寄付の呼びかけをさせていただいています。この日は岐阜ルーテル教会で仲間達の回復の体験談と女性ハウス設立のお願いをさせて頂いた。寄付を募りました。その後、手巻き寿司を持ち寄った。馳走をいただき、自己紹介をしたり、レクレーションをして楽しみました。地域の方々とふれあいを通して社会との繋がりの大切さを学んできます。

7/29 越前地区更正保護のつどい



越前福祉健康センターで行われました。第1部は『ダルクって何?』というテーマで講演。第2部では「岐阜ダルク」「はぐるまの家」「福井福田会」の3団体でパネルディスカッションを行いました。

## 活動報告

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1日 友愛キリスト教会・活動紹介     | 2日 ダルク後援会義          |
| 3日 笠松刑務所薬物離脱指導       | 3日 パネルディスカッション打ち合わせ |
| 5～8日 仙台NAコンベンション     | 5日 緑キリスト教会・活動紹介     |
| 9日 社会的居場所事業・会議       | 8日 社会的居場所事業・会議      |
| 10日 日本福祉大学・講演        | 中日新聞助成金贈呈式          |
| 11日 ニュースレター印刷作業      | 10日 笠松刑務所薬物離脱指導     |
| 13日 ダルク後援会・会議        | 野宿生活者支援ボランティア       |
| ニュースレター発送作業          | 11日 薬物電話相談日         |
| 14日 薬物電話相談日          | 12日 大垣ルーテル教会・活動紹介   |
| 15日 岐阜ルーテル教会・活動紹介    | 16日 レクレーション         |
| 17日 更正保護施設「光風荘」検討会   | 19日 木曾川キリスト教会・活動紹介  |
| 22日 大垣キリスト改革派教会・活動紹介 | 19～21日              |
| 24日 笠松刑務所薬物離脱指導      | スルガダルクキャンプ参加        |
| 28日 福祉フェア            | 21日 中日新聞取材          |
| 薬物電話相談日              | 保護観察所家族会・講演         |
| 29日 美濃加茂カトリック教会・活動紹介 | 25日 薬物電話相談日         |
| 越前地区更正保護のつどい         | 28日 笠松刑務所薬物離脱指導     |

7月28日 福祉フェア



毎年恒例、柳ヶ瀬商店街にてバザー出展。うだるような暑さの中、いらっしやいませ〜と声をはりあげました。

スルガダルク主催のキャンプに参加しました



みんなで食べる  
ご飯はおいしい♡

8月19日～  
8月22日



8/26 NAのイベントにて伊勢湖に行きました。



お腹いっぱい

パイキング・プール・温泉フェローシップ

8/16長良川でバーベキュー



名古屋ダルクの仲間達と川原でバーベキューを楽しみました。薬物に溺れていた時は自然のふれあひもなくならない、食事ものどを通らず、食べる楽しみもなくなり、季節の行事を通して、人間的な心の豊かさを取戻していきます。



## 今後の活動予定

### 今後の活動予定

- |                  |                                    |                  |
|------------------|------------------------------------|------------------|
| 8日 岐阜ダルク8周年フォーラム | 4日 N中部エリアオープンスピーカー<br>一宮カトリック教会バザー | 3日 パネルディスカッション開催 |
| 10日 薬物電話相談日      | 10日 薬物電話相談日                        | 8日 薬物電話相談日       |
| 13日 薬物電話相談日      | 14日 薬物電話相談日                        | 12日 薬物電話相談日      |
| 21日 岐阜カトリック教会バザー | 18日 カトリック五反城教会・活動紹介                | 15日 香川ダルクフォーラム   |
| 27日 薬物電話相談日      | 18～20日 JCCA (大阪)                   | 22日 薬物電話相談日      |
|                  | 24日 薬物電話相談日                        |                  |
|                  | 29日 ソロプチミスト40周年・参加                 |                  |

## 危うきに近寄らず

岐阜ダルク後援会  
会長 斎藤幸二



「依存症」というとアルコールや薬物がクローズアップされますが、お金に執着したり、地位や名誉に執着したりするのも依存症の一種かも知れません。私は賭け事も勝負事もしません。それは嫌だからではなく、自分がそうしたものにあまりやすいことを知っているからです。それに気付いたのは10数年前、家族で買い物に行ったときです。私と子どもは一階のゲームセンターで待つ事になりました。見ると「コイン落とし」のゲームがありました。たくさんのコインが前後に移動する板の上にたまり、ちょうど屋根から滑り落ちる雪庇のように端からせり出していて、そこにコインを落とせば、すぐに崩れそうな気がするのです。そこでコインを買って試してみました。わたしには初めてのゲーム機体験です。しかし何枚落としてもコインは崩れません。ここであきらめてしまったら別の人がわたしの投入したコインの恩恵にあずかるのだと思うと途中でやめられなくなり、別のゲームで遊んでいた子供のコインを無理矢理取り上げて投入しましたがそれでも落ちません。機械をゆすれば落ちるにちがいないと思い、体当たりをするとブザーが鳴り響き、あわててその場を離れました。こんな私ですから、ダルクの仲間の弱さを他人事だとは思えないのです。そしてもし依存症になってしまったら、自分だけの力では脱出できないということも分かるような気がします。



クリーンで生きてほしいから...

10月8日(月・祝日) フォーラムにぜひお越しください

# 岐阜ダルク78周年フォーラム

2012年10月8日(月・祝) 13:00~16:30 (12:30受付開始)  
会場: ふれあい福祉会館・大会議室(302) 事前申込不要

参加無料

### PROGRAM

13:00~スタート  
・ご挨拶  
・岐阜ダルク利用者の話

14:00 ゲストスピーカー  
1. 名古屋マックのメンバー  
2. 他県ダルクのメンバー  
3. 薬物依存者の家族

15:45 ダルクについてQ&A  
~知りたくても聞けなかったことを聞いてみよう~

16:30 終了

テーマ

## 「こんなになっちゃった」

葉を使って...  
ダルクにつながって...  
12ステップを使って...

来て見て聞いて  
依存症からの回復!

アクセス

電車で  
お越しの場合  
JR岐阜駅(北口)より「岐阜バス」で約20分  
名鉄岐阜駅より「岐阜バス」で約25分  
JR西岐阜駅(南口)より「西ぎふくまのバス」で約12分

主催: NPO法人岐阜ダルク お問い合わせ: 058-251-6922  
このフォーラムは羽田人権文化基金の助成を受けて開催します。

## ご協力ありがとうございます

### 献金者名 (6月17日～8月19日まで)

カトリック高蔵寺教会・平澤忠雄 浅岡まさみ 永嶋恵美 脇若保雄 池谷佳代子 立垣昭 青井初恵 小島浩一 池田ひろみ 三嶋須磨子 朝守礼彦 岡田喜美江 加藤光宏 聖明病院院長・近藤直樹 亀田公子 安藤平 上田千津子 成井尋江 やまやクリニック院長・山谷教一 平井法律事務所・平井治彦 菊池剛聡 池谷浩司 安西玲子 中井邦雄 弁護士・伊藤知恵子 塚本恵一 後藤和子 今井美美子 清水由子 笠松キリスト教会 北谷正春 池田一三 三辻正昭 岐阜県保護司会連合会 田口大輔 (株) 美清興業 更正保護法人岐阜県更正保護事業協会 今川キメ子 福安一幸 匿名者8名

### 献品者名

津山昇 鳥居与記 岩間裕子

### 女性ハウス設立準備基金寄付金者名

岐阜純福音教会 野々垣多美子 沼沢武雄 森幹雄 斎藤栄治 久松定昭 安西玲子 北谷雅春 曾我直子 安藤平 亀田公子 今井扶美子 後藤和子 森田多賀史 脇若保雄 浅野雅彦 タカハタモオ イトウヒロシ やまやクリニック院長・山谷教一 住昇 岡田喜美江 成井尋江 上田千津子 緑キリスト教会 大垣キリスト教会の皆様 美濃加茂カトリック教会の皆様 友愛キリスト教会の皆様 岐阜ルーテル教会の皆様 本曾川キリスト教会の皆様 池田時造 池田一三 池谷浩司 池田かおり 朝守礼彦 弁護士・浅井直美 更正保護法人岐阜県更正保護事業協会 岐阜県保護司会連合会 原清盛 福安一幸 中島奈代 丹羽敦子 伊藤知恵子法律事務所 日本福音ルーテル大垣教会 田口大輔 越前保護区更正保護のつどいの皆様 匿名者5名

※発送作業簡略化のため皆様全員に振込用紙を同封させていただいておりますことをご了承下さい。また匿名希望の方は、恐れいたしますが、その旨を振り込み用紙通信欄にその程度ご記入下さいますようお願い致します。

※岐阜ダルクの運営はみなさまがたの寄付金によってまかなわれております。月額で35万円程度必要としております。

どうかご理解とご協力をお願いもうしあげます。

※ 岐阜ダルク 郵便振替口座 00840-5-167752 岐阜ダルク後援会

※女性ハウス設立には施設賃貸料・什器備品等で350万円程度必要です。なにとぞご理解とご協力を願います。

女性ハウス設立準備基金8月末で600,939円集まりました。

目標金額残り2,899,061円です。ご協力をお願い申し上げます

※女性ハウス設立準備基金 郵便振替口座 00820-3-207230 女性ハウス設立準備委員会

お米のご寄付をいただける方が見えたからご協力をよろしくお願いいたします。

### 編集後記

「ダルクの子たちが遊んでばかりいるように見えるのはなぜか」との疑問があったそうなので、編集部からもひとこと△ダルクはリハビリ施設です。骨折したらギプスが取れるまで歩行訓練をするように、ダルクは心のギプスが取れるまでリハビリを続けます△薬物依存症を治すためには、地道な日々を積み重ねるしか方法がありません。ただそれでは「記事として絵になりにくい」ので、当通信ではリレーション写真などを中心に編集しています△ダルクの子たちのなかには「自分を愛すること」からはじめるケースもあれば、いろいろありすぎて喜怒哀楽を忘れることさえあります△幸福は平凡を積み重ねたもので、平凡を積み重ねると非凡になります。つまり地道な幸福は非凡なものでもあります。どうかダルクの子たちを根気よく見守ってくださいませよう、心よりお願い申し上げます(編集担当 鈴木輝一郎)

編集 特定非営利活動法人 岐阜ダルク  
編集担当 岐阜ダルク後援会 齋藤幸二 鈴木輝一郎  
〒500-8175 岐阜市長住町7-3 TEL/FAX: 058-251-6922  
Email: gifudarc2004@yahoo.co.jp  
ホームページ: <http://www.gifu-darc.org/>

2012年 岐阜ダルクニュースレター平成24年秋号 (No.37)

定価 1部 200円

編集責任者 遠山 香

発行所 東海身体障害者団体定期刊行物協会

名古屋市中区丸の内3-6-43 みこころセンター