



鶺鴒つうしん

岐阜ダルクニュースレター平成29年新年号(59号)

新しい年が始まりました。

今年もよろしくお祈りします

岐阜ダルク
施設長 遠山香



昨年はテレビなどマスメディアで、芸能人の薬物問題が多く流れま
した。

コメンテーターの発言を聞いていると「意志が弱いからやめられない」という発言から「やめられないのは病気だから」に変わってきました。しかし、依然として病気だという認識のない発言も多く聞きました。

癌や糖尿病になった人々が治療をするのと同じように、薬物依存症という病気も治療をしなければ回復しません。国際的には「刑罰ではなく治療へ」ということが主流ですが、日本ではまだまだその認識が低いと実感しています。

今から2年ほど前、岐阜ダルクでは仲間(ダルク利用者の事)がほとんど出ていってしまった事がありました。リハビリ中は恋愛禁止ですが、スタッフに隠れて一番古い仲間が利用者同士、恋愛関係になってしまい、他の仲間も引っ張られてしまった結果でした。

その仲間たちの行く末は……足元が固まっていない同士の恋愛がうまくいくはずありません。その後、再使用に至り刑務所に行くことになった仲間も何人かいます。

当時はショックを受けましたが、このことを教訓にして、スタッフとしての技量を高めるいい経験になったと思っています。

薬が止まるだけでは回復とは言えません。回復するとは、ものの見方や考え方を変えること、そうすることにより生き方が変わっていくことです。自分と向き合う作業はつらいことが多くあり簡単なことではありません。

現在利用中の仲間たちは、プログラムに真剣に取り組む仲間が多く、変わっていく姿がまぶしいほどです。自立訓練(生活訓練)の事業所として認可を受けたことで、より充実した回復支援が必要となりますが、ベストを尽くして活動していきたいと思えます。

岐阜ダルクの扉を開け続けるには皆さまのご理解とご支援が必要です。どうか支えていただきますようお願いいたします。

仲間の体験談

私は、シャブ中だ。シャブ(覚せい剤)は私を変えてくれた。ずっと人見知りだった。

本当はもっと喋りたい。本当はもっと友達ほしい。本当はもっと騒ぎたい。シャブは全部叶えてくれた。そう思った。

17才、私は捕まった。そのころにはもう、疲れはてる自分がいた。シャブのためにお金を作る毎日。シャブが無くなると起き上がることさえ出来なかった。だから「捕まってよかった」と心からそう思った。半年間私は、少年院で生活した。「もうこれで私は大丈夫だ」社会に戻る。半年でシャブ中に戻った。次は「捕まらずにシャブをやろう」そんな事を考えている自分がいた。

そんな生活の中でも、私には夢が出来た。でっかいパーティーオーガナイザーになって、いろんなパーティーによばれるDJになりたい。

毎朝、起きた瞬間、体にシャブを入れて、CDJ(DJが使うCDプレイヤー)とパソコンとシンセサイザーに向かう。週末は、パーティーの事だけを考えている。こんな毎日にすごく充実していた。機材は私の宝物だ。シャブは私の必需品だ。オーガナイズチームは私の命だ。

24才、私は捕まった。こんなに一生懸命手に入れてきた宝物が全部奪われた。シャブがそこにある限り私はもう戻れない。

懲役3年執行猶予5年。その判決とともに、私はダルクに来た。プログラムを始めて知った事。私はシャブ中だ。でも、シャブが無くても生活できてる。それにシャブが無くても仲間が出来てる事。

10月にNAのハロウィンパーティーに参加した。心臓がバクバクした。薬も酒もないのに、もり上がるフロア。4つ打ちをPlayするDJ。「カッコイイ…」私の夢はシャブとともに消えたと思っていた。でも見えない力に導かれる私があった。私もここでDJがしたい。

そして、ダルクに、泣きながら連れてきてくれたお母さんに心から「ありがとう」と言いたい。私の夢はまた始まった！



あやか

成人になる頃は、バブル最盛期でした。当時大学生だった私は、何の抵抗もなくお酒を飲み始めました。当時からお酒に強い体質な上、女性が飲む事にも寛容な社会風潮の中、楽しい飲酒習慣が身に付きました。

それでも、結婚して子供を授かった時は、妊娠・授乳中はちゃんと禁酒できていました。アルコール依存症になるまでは…48歳の時、重症急性膵炎になり、生命も危険な状態になりました。その時の主治医から「一生一滴も酒を飲まないで下さい」と断言されたのに、私はやめることができませんでした。

体が悪くなった後の飲酒は、もはや楽しいものではなく、苦しいものでした。それでも、不安感や焦燥感、不眠等を取り除くのに必要なものだったのです。眠剤や安定剤にも頼るようになり、体調や精神状態はいつも最悪でした。

そんな私を見かねた長男が、母に連絡して、精神病院への入院となりました。その当時は「これでお酒がやめられる」と安心したのを覚えています。現在は飲酒欲求を抑える薬も開発されていて、治療は順調に進んでいくものと確信していました。ところが、体が元気になった3ヶ月目、退院を目前にしていたのに、外泊中に飲酒してしまったのです。私は依存症という病気の恐ろしさに絶望感を抱きました。

岐阜ダルクに入寮することを決めました。入寮後、転倒して両手を骨折するというハプニングもありましたが、かえってどんな病気にも、リハビリの重要性が実感できました。仲間も毎日お見舞いに来てくれました。結局2ヶ月も骨折で入院することになってしまい、手も足も筋力がすっかり落ちてしまいました。アルコール依存症も身体も共に回復に向けて日々プログラムに取り組んでいます。



マユ

ボランティアだより

ダルクの仲間と出会う

鎌倉 容子

ダルクでのフラワーセラピーが始まって、早3年半になりました。最初は盛り花をお届けしたのがきっかけでした。

仲間との初対面の時に『この人達と一緒に花を活けたい。お花を通して心の支えになりたい。幸せになってもらいたい』と思い遠山さんに申し出てフラワーセラピーがスタートしました。

初日、玄関を開けた時、口では言い現わせない程の空気の冷たさ重さを感じ鳥肌が立ちました。当初の仲間の目つきは鋭く表情も無かったのを覚えています。

そこで私は、「お花も生きているので(キレイだね。かわいいね)と良い言葉を話しかけてあげてください」と助言をさせていただきましたら、施設長の遠山さんが自宅で一輪花を生ける様になったのと同時に、仲間の目つき・表情がとっても優しくなりました。

玄関を開けると、仲間達が「こんにちは。お願いします。」と大きな声と笑顔で迎えてくれる様になりました。まだダルクの仲間になりたての人も、初めてお花を体験する人も始めは無表情でしたが、他の仲間たちが場を和ませてくれる言葉をかけてくれたのもあり途中からは何とも言えない朗らかな表情になり生け終えた時には笑顔になります。

ひと月に1回、2人の仲間を生けていただけていますが、私が何も言わなくても各自お花にテーマを付け発表し、生け終わった後には「ワーツ・キレイ」と笑顔で拍手して終わるまでになりました。そして何より仲間同士の助け合い、思いやり、団結力がひしひしと伝わってきます。

皆さんに出会えて良かったと心から思います。この先沢山の山あり谷ありといった事があるかと思いますが、その時こそ、たとえ一輪でも良いのでお花を生けてみて下さい。きっとお花が癒してくれ幸せに導いてくれますよ!!

これからも一緒にお花を通して幸せに向って前進しましょうね。



裏方でボランティアしてます

岐阜ダルク後援会

鈴木輝一郎



鶴帖つうしんの編集のお手伝いを始めたのが平成22年冬号ですから、もう7年。はやいものです。最初は、大垣ルーテル教会の齋藤幸二牧師から声をかけられたのがきっかけ。「岐阜ダルクから『人手が足りないので手伝ってほしい』と言われたんですけど、私も手がまわらない。鈴木さんはアル中だから、ヤク中の気持ちわかるでしょ?」だって。なんだか物凄く選ばれかたですな。

ぼくの主な仕事はいずれも縁の下の裏方です。第一に年5回の鶴帖つうしんの編集。送られてきた原稿を版下に割り付けてゆく仕事。割付のほかに注釈をつけたりします。無修正のままだと差し障りがある場合には手をいれることもあります。

第二に毎月1回、後援会の会議を開き、専任スタッフから会計報告をうけます。みなさんからお預かりした献金が適正に使われているかどうかをチェックしています。

ダルクの仲間がいの祈りのなかに「平安の祈り」というものがあります。「神様、私にお与えください。自分に変えられないものを受け入れる落ち着きを。変えられるものは変えてゆく勇気を。そして二つのものを見分ける賢さを」

人間は、変えられることと変えられないことからできている。そんなことをダルクの仲間から学んだのが、いちばんおきなことかなあ、など感じています。

活動報告



- 1 ヨーガ
- 2 各務原病院メッセージ
- 3 香川ダルクフォーラム参加、薬物電話相談日
- 4 ナラノンオープンスピーカー参加
- 5 笠松刑務所薬物離脱指導
- 6 各務原病院メッセージ
- 7 NAオープンスピーカーズミーティング参加
- 8 薬物電話相談日
- 9 カトリック各務原教会にて活動紹介
- 10 岐阜ダルク家族会
- 11 社会福祉協議会歳末たすけあい援助事業助成金贈呈式
- 12 各務原病院依存症研究会講話
- 13 薬物電話相談日
- 14 フラワーセラピー
- 15 ダルク後援会
- 16 笠松刑務所薬物離脱指導
- 17 ヨーガ
- 18 薬物電話相談日
- 19 ルーテル岐阜教会クリスマス会参加、岐阜ダルク家族会
- 20 26~27 岐阜ダルク忘年会 (下呂温泉)
- 21 29~30 岐阜ダルク大掃除
- 22 31~1/2 NA年越しイベント参加



- 6 笠松刑務所薬物離脱指導
- 7 愛媛ダルク開設準備フォーラム参加
- 8 薬物電話相談日
- 9 関キリスト教会にて活動紹介
- 10 岐阜ダルク家族会
- 11 各務原病院メッセージ
- 12 薬物電話相談日
- 13 ヨーガ
- 14 薬物電話相談日
- 15 ルーテル岐阜教会にて餅つき参加
- 16 ダルク後援会
- 17 陶芸教室
- 18 薬物電話相談日
- 19 羽島キリスト教会にて活動紹介
- 20 笠松キリスト教会にて活動紹介
- 21 岐阜ダルク家族会
- 22 笠松刑務所薬物離脱指導
- 23 ヨーガ
- 24 ニュースレター発送作業



11/26 岐阜ダルク各務原ミニフォーラム



みなさん、新年号だわん。
あけましてわん。
おめでとうございますわん。

初の司会でした。
やっぴよかった。
感謝しました。(ちさこ)



みんなで作ったクッキーを販売。
完売しました。
ありがとうございました。



小坂の蔵に行ってきました。「蔵への道はすくしんどかったけど、神秘的な景色に、心が浄化されました。」(あい)



「お肌がつるつるになりました。」(マユ)
「久しぶりに癒されました。」(あやか)
宿泊先でも各自、1人にならないように、声をかけあって行動しています。



12/31~1/2 NA年越しイベント参加



ソーシャルワーカーの澤木さんによるハグ・プログラムを実践中です!!
ムギユーツ。



「薬物依存症が回復します様に」と祈りました。

12/12 社会福祉協議会歳末たすけあい援助事業助成金贈呈式



今年も赤い羽根共同募金の配分を受けた助成金を岐阜市社会福祉協議会から頂きました。
ありがとうございました。

1/3 書き初め・今年の抱負



- ☆過去は感謝の気持ちが持てなかったのが、今年は『感謝します』(ケイコ)
- ☆私は人見知りが激しいので、今年こそは主張できる年にしたいです。(あやか)
- ☆依存症になって傷つけた多くの人達の信頼をとり戻せるよう努力したいです。(マユ)
- ☆自分の感情を取り戻す為に感情と向き合ってみつめ直して行きたい。(あい)
- ☆ぐるぐるを止めるため、意識をもって行動します。(ちさこ)
- ☆相手の評価に感せずフェロニッシュを押し進めます。(なんし〜)
- ☆仲間の話をきいて実践していきたい。神様に祈って信じる心を強くしたい。(ひかり)
- ☆自我・自分の生き方を変える。いのる。(まさひろ。)

岐阜ダルクミニフォー

その薬物の使い方、大丈夫ですか?



初めての試みで、今回のスタッフの話は、パネルディスカッションをしました。スタッフも緊張していたようです。

その薬物の...



一般の人の中で、体験談を話すのは初めてだったので、足が、ふるえました。(マユ)

11/26 岐阜ダルク各務原ミニフォーラム アンケート

- ・仲間・家族・ダルクスタッフの体験談を通したメッセージがぐっとしました。共感しました。自分も同じだと...感じてしまいました。
- ・体験談のお話は大変参考になりました。(30代女性・行政関係)
- ・仲間の話がいつも聞いています。(30代女性・医療関係)
- ・今回のフォーラムはとても参考になりました。ディスカッションはとてもよかったです。(40代男性・薬物依存症本人/アルコール)
- ・薬物依存症は隠しめがちな病気だと知りました。子供を含め家族との接し方も考えさせられた様な気がします。(40代男性・行政関係)
- ・協力できる事があれば参加したい。依存症についてもっと勉強したいです。(50代女性・医療関係)
- ・I・Mさんの「家族の話」は同じ共依存の家族として心うたれました。(60代女性・薬物依存症者の家族)
- ・家族の対応がいかに大事かを思い知らされました。(60代女性・薬物依存症者の家族)
- ・ダルクはすばらしい所だと感じた。彼らが出て行動をとらない仲間が大切だと思った。(70代男性・司法関係)
- ・心の闇から逃れる為に依存症になる、市販薬からでも依存症になる事を知り驚いた。(70代男性・保護司)
- ・止めるむつかしさを知り、つらさを知りました。家族の話、本人の話は、皆に聞いてもらいたいです。(70代女性・一般)



NA年越しイベントの最終日、三重の二見浦にある資日館に行きました。抹茶を飲みました。



今日は、いつものプログラムは休みです。空いた時間は、民宿から夫婦岩まで運動しました。元日は、初日の出を見るため5時45分に起きて山の頂上まで行きました。

活動予定



- 28 フラワーセラピー
- 薬物電話相談日
- 30 レクリエーション (覚王山散策)
- 31 岐阜地区薬物乱用防止研修会講演
- 8 薬物電話相談日
- 11 薬物電話相談日
- 12 岐阜ダルク家族会
- 18 薬物電話相談日
- 25 薬物電話相談日
- 26 岐阜ダルク家族会

女性ハウスだより

スタッフ 勇 陽子

みなさま明けましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願ひ致します。

現在、リハビリに取り組んでいる女性の仲間は、通所が1名、入所が5名の計6名です。

一昨年から継続してリハビリをやっている仲間は3名、新しい仲間は3名です。今まで入れ替わりが多かったのですが、ここ最近落ち着いていて、自分の問題に向き合い少しずつステップアップしながら自立に向けてみんな取り組んでいます。

色々な仲間と関わる中で、出来ない事、苦手な事、やりたくない事に自分の為だと意識してプログラムに取り組んでいる仲間に、毎回私自身助けられています。

依存症からの回復は、時間がかかることです。仲間が自分に向き合っ、薬物を使わない新しい生き方を今もこうして出来るのは、沢山の方の支えがあるからです。リハビリする居場所がなければ24時間のサポートは出来ません。

いつも支えて頂き本当にありがとうございます。これからもどうか私達の活動を支えて下さい。感謝の内に



スタッフ 山田興久

明けましておめでとうございます。Step house の仲間たちは、今年もNA (薬物の使用を止めたいと思う薬物依存症の自助グループ) の年越しイベントに参加して新年を迎えました。三重県・二見に60人程の仲間が集まり、民宿を借り切って共に過ごしました。夫婦岩まで走りまし、近くの山に登って初日の出を見ました。伊勢神宮に初詣に行きましたし、皇族も多く宿泊・滞在されたと言う施設でお抹茶をいただきました。



このように新年を迎えるのは、仲間達にとっては新しい生き方の象徴の一つかもしれません。薬を使うことばかりにとらわれ、特別な日など何もない、訳の分からない焦燥感でいっぱいの毎日を過ごしていた私たちが、今は、元旦に汗をかきながら登った山頂で、朝日に心を動かされているのです。

東海3県の仲間が中心でしたが、京都や遠くは沖縄から参加した仲間もいました。ミーティングだけではなく、共に過ごす中で沢山の分かち合いができました。別れる時には、1年後もここで一緒に過ごそうと言ひながらハグをする姿が見られました。回復に向かうパワーを沢山もらいましたし、Step house の仲間たちも他の仲間たちにパワーを渡すことができたでしょう。私たちは互いに支えあうのです。

NAの文献には「私たちがいま手にすることのできた回復は、それを次の人に与えていかないと、保ち続けることができない」とあります。私はダルクプログラムにつながってからの3年程で、本当に多くのものを先ゆく仲間(ダルクでの先輩)たちからもらいました。今度は私が新しい仲間にも少しでも何かを手渡せたらと願ってスタッフをしています。それは私自身の回復のためでもあるのです。私は先ゆく仲間たちに支えられていますが、サポートしている新しい仲間たちからも、様々な意味で支えられているのです。今年もStep house の仲間たちと支えあいながら、回復に向かいたいと思っています。

もうひとつの清里

岐阜ダルク後援会
会長 齋藤幸二

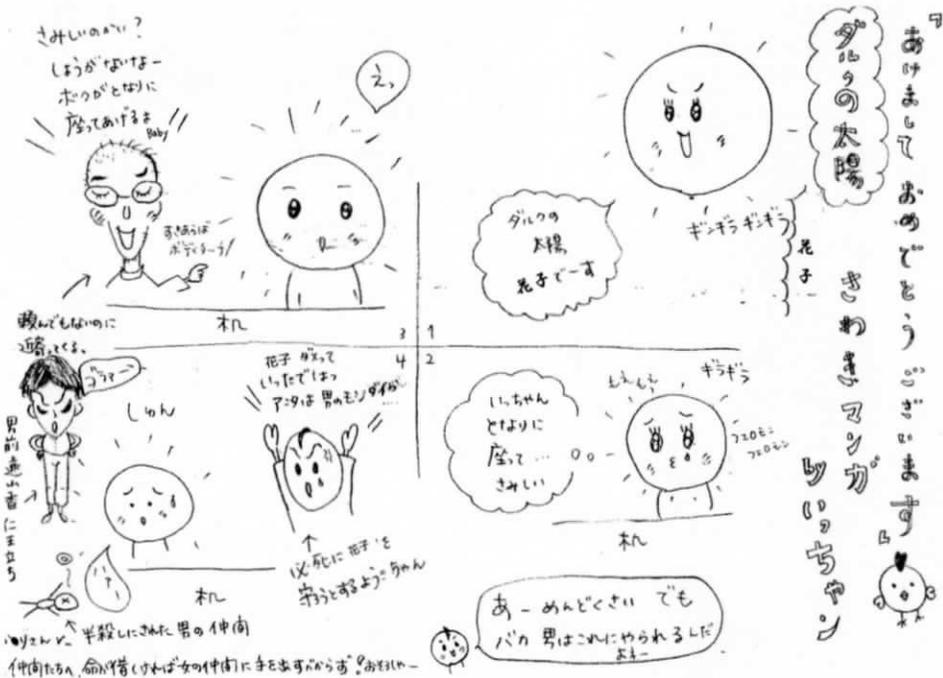
正月に甲府に帰省した帰り、八ヶ岳のホテルに一泊し、次の日に清里高原に行きました。家内が「清泉寮のアイスクリームを食べたい」と言ったからです。道路には雪もなく、日差しも温かで孫たちも牧場のトラクターにまたがったり遊具で元気に遊んだりして楽しそうでした。



清里の奥にある清泉寮の庭には清里を開拓したポール・ラッシュという人の胸像があり、その業績がプレートに記されていました。彼は宣教師として日本に派遣され、関東大震災で被害を受けたYMCAの再建に尽力しました。また青年たちの教育の場として清里を開拓し、牧場や教育施設をつくりました。国際聖路加病院の建設にも尽力しました。日本を愛し、日本とアメリカの懸け橋になりたいと願って、戦後日本に再来日し、日本で生涯を閉じました。

清里というと「アイスクリームおいしい!」とか「この喫茶店おしゃれー」などと観光地としての一面だけを見がちですが、表面だけでなく、その背後にある日本を愛した一人のアメリカ人の献身的な生涯も忘れないようにしたいものです。

(写真は森のなかにたたずむ聖アンデレ教会)



(まんが作画 各務原病院ソーシャルワーカー 澤木幾佐)

ご支援・ご協力をいただき心から御礼申し上げます

献金者名(平成28年11月10日～12月30日)敬称略

カトリック各務原教会の皆様 岐阜ルーテル教会の皆様 田口大輔 小田泉 伊佐地金嗣 中道美保子 西野勝 上田千津子 社会福祉法人ゆうゆう会・ぜんしん保育園 鷺見直之 U.I 総合法律事務所・弁護士・白井俊治 日比野良子 渡辺真帆 弁護士法人・岐阜合同法律事務所 岐阜南ライオンズクラブ・福村善光 カトリック五反城教会 本多岳明 福安一幸 國枝重一 北谷雅春 吉田和郎 服部忠夫 天外メンタルクリニック 塚本恵一 (株) ミヤニシ・宮西公良 清水宗夫 飯沼洋成 内村一子 (株) 空間工房・藤井利也 長瀬公美 笠松希代美 千田知榮 島田香 大垣保護司会 伊藤公一 久保田和子 山科正太郎 加古邦彦 亀田公子 池田時造 青井初恵 弁護士・神谷慎一 中堀義広 宗教法人・日本キリスト教会・大垣教会 聖ドミニコ宣教修道女会・岡崎修道院 久保田芳則 堀尾佳広 日本キリスト改革派岐阜加納教会 前田功 久松定昭 山本法律事務所・弁護士・山本亮 清水章子 尾関貴代美 大竹幸子 光楽英生 福島春美 木下容子 伊藤直美 颯田宏之 幼き聖マリア修道会 勇昭代 永嶋恵美 宗教法人・カトリック・聖マリアの無原罪修道会 ライザ 日本キリスト教会・岐阜教会 聖泉キリスト教会 水野美波子 普久原朝経 伊藤久美子 武内榮子 大久保波那子 丹羽哲 福野照代 一宮聖光教会 岩松美八子 土岐保護司会・保護司・加藤勝史 中澤香代 鎌田憲子 カトリック日比野教会 豊田聖ペテロ聖パウロ教会 大垣ルーテル教会・柴田るみ子 松居勲 養清興業株式会社 (株) サルビア・追立涼子 村松宏幸 匿名者多数

献品者名(平成28年11月10日～12月30日)敬称略

野田由美 木下容子 津田晃行 林友香 清水由子 宮田さん 三宅道子 岡本敏考 匿名者多数

11/26 岐阜ダルクミニフォーラムにて寄付金¥58,173円頂きました。ありがとうございます。

※お名前記載につきましては注意を払っておりますが、万が一お名前誤字・脱字または記載漏れなどございましたら、誠に申し訳ありませんが、ダルクまでご連絡をいただけますようお願い申し上げます。

※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、恐れいりますが、その旨を振り込み用紙通信欄にその都度ご記入下さいますようお願い致します。

※岐阜ダルクでは岐阜ダルク及び女性ハウスの2施設の地代家賃、水道光熱費、専任スタッフの人件費等、毎月一定の固定費がかかる一方、「中間施設」の性格上、きわめて財務基盤が不安定で、皆様方のご寄付が欠かせません。引き続きご理解とお力添えをお願い申し上げます。

岐阜ダルク 郵便振替口座 00840-5-167752 岐阜ダルク後援会

※現在、日中はいつも Step house に居ますので、ご連絡は Step house までお願いします。

Step house 〒500-8864 (住所) 岐阜市真砂町 11-12 不破ビル2階
TEL 058-201-3555 携帯 080-3668-6922

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://gifu-darc.sakura.ne.jp/>
ダルク日記『今日もぐるぐる』: <http://darcblog.sblo.jp/>
2015年 岐阜ダルクニュースレター平成29年新年号 (No.59)
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

