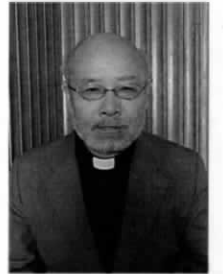




鵜鮎つうしん

岐阜ダルクニュースレター平成31年新年号(69号)

仲間との絆の中で

岐阜ダルク後援会
会長 斎藤幸二

薬物依存症からの回復、そして社会復帰についての私の理解が少しずつ変わってきました。これまでは「社会復帰」というと、ダルクを卒業しても二度と関わることなく、社会の中に一人溶け込んでゆくことだ、と何となく考えていたのです。

しかし実際は薬物依存症の方の社会復帰はそのようなものではありません。同じ病気の経験を持つ仲間とのつながりはずっと続きます。ダルクは卒業しても、NAなどのミーティングには続けて参加します。仲間との交流の中で、回復したメンバーは苦しんでいる仲間過去の自分の姿を見ます。また現在苦しんでいる仲間は「先ゆく仲間」の姿に希望の光を見るのです。こうしたつながりを生涯続けながらの「社会復帰」なのです。

それは一見不完全な「社会復帰」のように見えますが、それほど依存症からの回復は困難だということです。また自分の過去を忘れて何もなかったように生きてゆくことが健全な社会復帰とも言えません。自分の過去を忘れず、仲間と助け合い続けることの方が、より良い社会復帰のありかたなのです。

私は教会で働いていますが、教会の兄弟姉妹の交わりも同じであると言えます。世の流れに誘われて容易に神を忘れ、自己本位の生活に陥りやすい私たちは、同じ志を持つ者同士が共に集い、励まし合ってゆかなければならないのです。

「人」という漢字は素晴らしいと思います。長さの違う二本の棒が互いに支え合っています。一方が他方を支えることによって同時に自分も支えられています。愛するダルクの方々が、これからも仲間との絆の中で支え合って歩んでゆくことを願っています。

仲間の体験談

命あることに感謝して

マユ



新年、明けまして、おめでとうございます。依存症のマユです。

私は平成30年3月で退寮し、現在、1人暮らしをしています。完全な1人暮らしは30年前の大学生以来で、誰も監視する人もいないし、気楽に生活していればいいやと考えていました。引っ越しの荷物の整理は中途半端で、押し入れや下足箱、キッチンのシンク下はごちゃごちゃでした。それを見かねた(!?) スタッフのアドバイスが、当初はうっとうしくて仕方なかったのですが、収納家具や調理器具を揃えていくうち何とか人間の生活らしくなりました。

そんな折、鼻出血がつづいたので耳鼻科に受診すると、なんと大きな右上頬洞癌が見つかりました。リンパ節転移や目も危ないと言われ、自分の運命を恨みました。入院して化学療法を2回、放射線療法を35回行いました。とても効果があって、大きな手術をせずにすみました。ただ、副作用も壮絶で、現在、皮膚は重症日焼けのようだし、全く味覚もなく、口内炎がひどくて食事がつらいです。

入院闘病中、一番つらかったのが、生きている実感が無い程の全身倦怠感でした。自分の細胞が次々と死んでいく…という感覚の中、今までの生き方を見つめ直している自分がいました。それと同時に支えてくれている、両親や仲間、先生方をはじめとする病院スタッフや、世の中の人に対する感謝を痛いほど感じました。もちろんハイパーパワーにも。

まだ、完全に治ったわけではないので、癌と依存症というひき続き治療が必要な病気が私には2つあります。これからも回復を信じて前に進んでいきたいと思います。

就労プログラム

あやか



あけましておめでとうございます！今年も、自助グループの仲間達と年越しイベントでもり上がりました。本当楽しいですね。仲間と力を合わせて登った山頂で見た初日の出は、本当に感動しました。「仲間と一緒にできる」と合唱しながら、色々な事にチャレンジしていくんだ。

本題に入ると、私は、昨年の11月から就労プログラムが与えられて、仕事を探し始めました。1発目の面接は、行く前から泣けました。説明が出来ないと思う。相手の言葉の意味が分からなかったらどうしよう？とかね。自分の履歴書は、中退とか、一身上の都合によりとか、そんなのばかりで、胸張って話せることが1つもないんですね。それが初めてコンプレックスになりました。今までの自分は、体を売れば、いくらでも金も手に入るし、生活もできる。まともな仕事をしようと思ったときも、どこかの面接を受けて働くという考えは一切なく、体を売った客から金を巻き上げて起業したりしました。そこに努力や、想いがあつたかという点、全くありませんでした。パツと見のまともさを求めてしてきた事ばかりだったと気付きました。蓋をあけてみたら、人とまともに会話も出来ないし、礼儀も何も知らない自分がいました。今回、面接をする時、正直に話せない事ばかりで、困りました。自分が胸を張って言えたことは、この2年間ダルクのプログラムを継続してやって来た事。仲間達と向き合ってきたこと。変わりたいんだという事。自分がこの2年間やってきたことを、自信をもって話しました。それで落ちたんなら、後悔ないよね。

神様、プログラムを使えば、どんな仕事も、やって行けるような気がします。与えられますように。

トンネルの中から

ガチャピン



とにかく人生の殆どを塙の中。塙の中でもそのまた塙の中のような独居ということもあって色々筆舌では尽くせぬ思いもたくさんしてきました。(両手錠、保護房全て体験済) 10代から鑑別所8回少年院4回今回で9回目の懲役(逮捕歴はもっと)今迄出たらスグ葉をやった。横向きヤスグ葉がタダであるそんな環境だったし、朝起き1発食前1発みたいな…自分の場合勘ぐりや幻覚幻聴など一切なかった。だからというか葉の業界から抜けようと思ってなかった。

7回目の受刑中雑居ですごく嫌な思いをした。自分の中でもうこんな生活も嫌だなと思っていて、薬物離脱指導にて岐阜ダルク施設長と出逢った。言葉では現せられない心に響くものがあり、自分でも辞められるか訊ねたら「プログラムに真剣に取り組めば大丈夫」と言われ、出て電話したけど忙しく不在と言われ、また葉をやり2週間で切符(逮捕状)が出たので、連絡しないでまた捕まった。

留置で弁護士に本当は辞めたい事やダルクの事を話したら、沢山の受刑者の中から自分のことは憶えてくれて、引受人にもなってくれ感謝の気持ちでいっぱいになった。葉絡みは切って変えていこうと思った。3年半の勤めが終わる頃、アルコールも駄目と聞いてたので、出て祝杯の一杯もいけないのか聞いたら「飲酒は一発使用へ繋がる」と言われた。自分の中では真面目=仕事してよく食べ酒飲んで明るい生活、不良=バクチと葉(葉してると酒飲めない)という図式があり、酒はシャブと正反対だしと甘い考えがあった。

「出たら何処にも寄らず誰にも逢わずに真つすぐダルクに来たら奇跡です。」と手紙が届き奇跡を起こしてやろうと、真つすぐダルクに行った。最初の一発さえやらんとけば葉の欲求はなかったし、全てのことがとてもリアルだった。仲間と何処へ行くのも歩きで、ダルクじゃなくアルカトと思う位足がパンパンになった。仲間のサポートもあり、運動での5kmノンストップも走れるように迄なっていた。

葉絡みは切り、本ちゃん(シャブ)の欲求は無かったものの、養女(6回目の刑期を終えた後、刑務所の中で知り合い仲良くなった同じ薬物依存者と、外で会うようになり、すぐに再使用し、2人一緒に捕まってしまった。刑務所に入ると親族でないと、面会や連絡がとれなくなるという理由のためだけに、養子縁組みをして、養女がいました)との縁が切れてなく理由をつけては逢った。色々裏切られたり、ダルクを出るといい話を振られたりしたが、自分の中でそれをしたら終わりだという気持ちもあったし、ダルクを出たいとは思わなかった。逢う度素面で相手をする事や、飛び出して行動してしまった現実に向き合えず、酒を飲んだ。

3回飛び出してその度ダルクに戻った。

バレンタインに養女に貰ったホワイトチョコの中にワインが入っていて、ペランダに溶けないように置いてタバコを吸うとき隠れて食べていた。プログラムを終え部屋に戻ったら酒を飲んだりしていた。何かに逃げる習性が抜けていなかった。4回目他県のダルクへ飛んだ。そこでも飲酒をして知らない土地なのでどうしていいのかわからず、名古屋へ戻った。もう先が見えていた。早かった。この位とか、酒くらいが、たたって今懲役。孤独だし色々カチンと来ることもある中、仲間や施設長がこうするといいいという事、逆説、今までと違うやり方を努力したら、考えられないような役を与えられ、今美容職業訓練性として毎日訓練中です。

やり方を変えたら、今までと違う初めての事が多く一杯一杯です。この日々の体験がメッセージやいつか誰かの役に立てると良いです。与えられたのだと感謝しています。

(編集部注・服役中の仲間からの体験談です)



活動報告



12月

- 12 各務原病院メッセージ
薬物電話相談日
- 13 保護観察所個別家族教室、ヨロガ
朝日大学 BBS 会講話
- 14 岐阜コミュニティカフェれんげ参加
歳末たすけあい援助事業助成金贈呈式
- 15 各務原病院アログループ・
オープンスピーカーズミーティング参加
薬物電話相談日
三重ダルク 20 周年フォーラム参加
- 16 おおがきマラソン 2018 出場
- 18 ケア会議 (各務原病院)
- 19 笠松刑務所薬物離脱指導
パソコン教室
- 20 ダルク後援会会議
- 22 フラワーセラピー
薬物電話相談日
自助グループオープンスピーカーズミーティング
- 23 岐阜ダルク家族会
日本福音ルーテル岐阜教会にてクリスマス会
- 25 ケア会議 (各務原病院)
- 27 ヨロガ
- 28 陶芸
- 30 岐阜ダルク大掃除
- 31 自助グループ年越しイベントに参加

12/13 朝日大学 BBS 会講話



自分の体験談を話しました。年齢が近い学生さんたちの前で話をすることは、とても緊張しました。正直に話せて安心しました。帰り際、学生さん達が「頑張ってください」と声をかけてくれました。1人の学生さんからメモをもらいそこには「道は違うけど、僕も頑張ります」と書いてあり、涙が出るほど嬉しかったです。頑張ろうと、思います。(あやか)

1月

- 1 自助グループ年越しイベントに参加
- 3 書き初め「今年の抱負」
- 5 薬物電話相談日
- 7 各務原病院メッセージ
- 8 笠松刑務所薬物離脱指導
- 9 各務原病院メッセージ
パソコン教室
薬物電話相談日
- 10 ヨロガ
- 11 岐阜ダルク新年会 (下呂温泉)
- 12 薬物電話相談日
- 13 同盟福音基督教会笠松キリスト教会にて活動紹介
日本福音ルーテル岐阜教会併つき
岐阜ダルク家族会
パソコン教室
- 16 パソコン教室
- 17 ダルク後援会会議
- 18 陶芸
- 19 各務原病院メッセージ
薬物電話相談日
ハートフルフェスタ参加
- 20 日本キリスト改革派多治見教会にて活動紹介
緑キリスト教会にて活動紹介
日本キリスト教団名古屋中央教会にて活動紹介
- 23 保護観察所における薬物再乱用防止プログラム・
ステップアッププログラム参加
- 24 ヨロガ
保護観察所個別家族教室
笠松刑務所離脱指導
各務原病院メッセージ
- 26 薬物電話相談日
フラワーセラピー
- 27 カトリック瀬戸教会にて活動紹介
北方キリスト教会にて活動紹介
岐阜ダルク家族会
- 28 ニュースレター発送作業

1/2/3 1~1/1 自助グループ年越しイベントに参加 (三重)



早朝初日の出を見た帰り道です。今年もなんとか、仲間達と来ることが出来ました。今年こそは少しでも変わるよう行動を変える勇気ができますように。(ちさこ)

1/11 岐阜ダルク新年会(下呂温泉)



緊張した!! (ポタン)

スタッフ変身

仲間達に負けたくない!とスタッフで台本を考え、演じました。笑いが起こって安心と喜びが!! (タロー)

12/14 歳末たすけあい援助事業助成金贈呈式



女性ハウス設立 5 周年フォーラムに助成金をいただき感謝でした。皆様を支えられ、事業を進められています。ありがとうございます。(タロー)

新年会用に仲間がアレンジしてくれた台本で劇をしました。主役はドラマミです。ドラえもんにもムカついて家を飛び出して来たところから始まります。最高に楽しかったです! (ちさこ)



1/3 書き初め、今年の抱負



- ・受け入れる事が出来ないし、続ける事もしてこなかったのだから、受縮にしました(ぼたん)
- ・心の広い自分になりたいのでこの目標にしました(ケイコ)
- ・「謙虚にひたむきに」…身に付いた習慣を徹底して続け、2019 年はさらにいい感じに! (でいちゃん)
- ・「素敵」辞書で引いたら「すばらしい」と書いてありました。素敵な人になりたいです (ヨッチャン)
- ・サービスサポートなどに人に尽くす事、そのことに嫌がらずにベストを尽くすことを通して人に対し寛容になりたい。(ウメちゃん)
- ・「会話」報告する、相談する、連絡する、コミュニケーションをとる、仲間との関係を深くする(キャット)
- ・説明するのが本当に苦手だから今年は一つ一つ諦めないで自分の考えを言葉にしていきたいと思います (あやか)
- ・自分ではささいな事と思う事も継続する (まさひろ)
- ・自分の邪念を取り払い邪気を取り入れない様にまた邪道な生き方をしない様に書いた(シオン)
- ・自分に目を向けて正しながら直しながら生きられますように (ジュン)
- ・一步一步前進して早くダルクを卒業したいので前進と書きました (ひび)
- ・ものごとを恐れない意気を持ちたいです (ちさこ)

1/13 もちつき (ルーテル岐阜教会)



機械ではなく木臼でついた餅はとて柔らかく美味しかったです (キャット)

2 年前、薬の依存で苦しみが、ブログで見たダルクの餅つき大会。今回 2 度目の参加。皆で元気につく餅の味は格別です★ (でいちゃん)



1 年に 1 度味わえるコース料理! 仲間達と囲む料理は格別です。今年も大変美味しくいただきました。(ヨッチャン)

女性ハウスだより

女性ハウス 責任者 勇 陽子

あけましておめでとうございます。今年もよろしく願いいたします。

女性ハウスのお正月は、病院から退院してきたばかりの仲間とスタッフの私と2人で過ごしました。他の仲間は自助グループのイベントへ1泊2日で三重の方へ行きました。

女性ハウスで過ごす仲間は何日か前から一日200円ずつ、お正月に食べるおせち料理などの食費を貯金していききました。

まず、二人でメニューを決めました。それから他の仲間たちが帰ってくるまでのスケジュールを決めていきました。私自身ダルクに入所していた時、仲間たちとお正月にいろんな経験をさせてもらいました。その時の記憶をたどり、参考にしながらいろいろ決めていきました。楽しみでしたが、料理がそんなに得意ではないので多少不安もありました。31日の朝から、二人でミーティングをした後、おせち作りを始めました。レシピを見つつ、いろいろ話しながら作る料理は楽しかったです。

料理が終わり、夕方から自助グループのミーティングへ出かけ年越しそばを食べて12時頃から近くの神社へお参りに行きました。

次の日は、おせち料理を食べてそれから初詣に出かけるなどして過ごしました。二人で過ごすお正月も新鮮で楽しかったですが、いつもいる仲間の存在の大きさも改めて感じた新年でした。皆様にとって今年もよいお年でありますように。 感謝の内に



Step house だより

スタッフ 山田 興久

新年となりましたがいかがお過ごしでしょうか。Step houseの仲間たちは、今年も三重で自助グループの大勢の仲間たちとカウントダウンをして2019年を迎えました。

Step houseでは、今は就労に出ている仲間が多くなりました。「就労プログラム」と言っていますが、この言葉には、ミーティングや運動などの施設で決められたプログラムの代わりに今度は就労に行くと言うこと以上の意味があります。

社会で一般の人たちと仕事をする中で、プログラムで学んだことを実践する。プログラムの実践の機会として仕事をするのです。

新しく就く仕事は、これまでは経験したことのない職種を選びます。初めての仕事を、わからないことは職場の先輩たちに訊いて、教えてもらったことを教えてもらったとおりにやります。新しい人間関係で悩むことも多いでしょうが、他の人の問題と自分の問題を切り分け、他人の問題など自分が無力なことに左右されずに自分ができていることに集中します。そこでの行動や感情も正直にミーティングで話し、自分の間違いに気付いたら改める。こんなことの一切を先に行く仲間に相談する。

こうして仕事をしながらプログラムを実践していくなかで、いつか仲間一人ひとりがこれから果たしていく自分のミッション(役割)を見つけ出せたら良いと思います。僕は今の施設での仕事が、自分がハイパーパワーから与えられたミッションだと思ってやっています。このことを信じて続けていきたいと思い、今年の抱負としました。今年もStep houseの仲間たちをよろしくお願いします。



施設長だより

施設長 遠山香

1月11日に岐阜の名湯、下呂温泉に行って新年会を行いました。日頃、休みなくプログラムを行っていますが、この日ばかりは温泉に入っているのんびりできる一日です。おいしい食事は何よりも楽しみのひとつです。

一般の宴会ではお酒を飲みますが、ダルクではもちろんお酒は飲みません。お酒も飲まず、宴会席ではみんなそれぞれ余興をして楽しみました。

「一発芸でもみんなでやってみよう」と気軽に声をかけたけれど、宴会芸に備えて練習に余念がなかった仲間もいますし、笑いがとれなかったらどうしようと不安や緊張で憂鬱な仲間もいて、薬を使っていない薬物依存者は真面目だな〜とつくづく思うところです。

ドラエモンのモノマネで「のびたくーん、岐阜ダルク新年会始まるよ〜」との掛け声から始まり、パロディ劇やダンス、二人羽折りや一発芸で大盛り上がりでした。

「久しぶりに笑った」「面白かった」「台本を考えて、練習も本番も楽しかった」「笑ってもらえてうれしかった」と皆、笑顔があふれました。「恥ずかしかった。嫌なことをやりました」と、自分の殻を破るためのチャレンジとして取り組む仲間もいて、仲間の成長を実感しています。仲間達には薬やお酒を飲まない生き方、しらふで楽しむ経験を重ねていってほしいと思います。

年末に個人の通帳3冊と自助グループの献金を入れたものを失くしたと思ってショックを受けましたが、食器棚から見つかりました。(なぜ、こんなところで…?)

日頃から慌ただしい毎日を送っている行動が招いた結果です。今年は何事にもあせらず落ち着いて行動したいと思っています。



(まんが執筆ケイコ)

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30年11月27日～平成31年1月14日)敬称略

堀尾佳広 有安祥子 山田均 藤本弘 田口大輔 小田泉 日本キリスト教会岐阜教会 日本キリスト
改革派岐阜加納教会 鎌田憲子 高富グレイスチャペル 伊藤久美子 弁護士・河合良房 清水隆 上田
千津子 村松みよ子 服部忠夫 日本キリスト教会大垣教会 合田政次 清水広子 菅沼登志子 渡邊
保幸 山田英樹 北谷雅春 福島春美 久保田芳則 やまやクリニック・院長・山谷教一 今井扶美子
渡辺眞帆 阿部賢彦 出井武史 千田知栄 矢嶋美保 勇昭代 宮原節子 幼き聖マリア修道会 服部
正博 加茂地区更生保護女性会・会長・可児美鳥 山下民男 河合潔 亀田公子 岡村晴美 若岡ます美
成井尋江 伊藤皓吉 不破ノ関病院・院長・岩戸敏廣 幼き聖マリア修道会・富山修道院 檜田邦自動車
株式会社 福野照代 カトリック瑞浪教会 弁護士・河村佳起 小松康宏 聖マリアの無原罪教育宣教修
道会 一宮聖光教会 光楽英生 伊藤潤子 加藤洋子 伊藤直美 枝木敬子 カトリック岐阜教会 永
嶋恵美 日本福音ルーテル大垣教会・柴田るみ子 家田重晴 一般社団法人ドムクス・岩松美八子 福村
善光 日本基督教団熱田教会 清水章子 松居勲 武内榮子 豊田聖ペテロ聖パウロ教会 木下容子
土岐保護区保護司会・出口満知子 水野滋子 加藤敏男 平澤聡 カトリック日比野教会 木村暢男・薫
子 角平聖一 サツタヒロユキ 伊藤皓吉 岐阜聖パウロ教会の皆様 笠松キリスト教会の皆様 カト
リック五反城教会の皆様 小島浩一 ヒラマツヒロユキ 養清興業株式会社 匿名者多数(総額703000円のご
寄付をいただきました。ありがとうございました)

献品者名(平成30年11月27日～平成31年1月14日)敬称略

カトリック五反城教会 けんいち 日本キリスト教団飛騨高山教会・水谷恵子 山田眞人 山田慶子 林
友香 中村崇 木下容子 深津伸夫 多賀恵 匿名者多数

※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き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

※ご家庭で眠っている新品のタオルや家庭用品や衣類や卓球のラケットなど、ありましたら献品のご協力をお願い申しあげ
ます。(☎058-201-3555)

※番号にて献品をお願いをしましたが、セカンドハウス開設のための家具などが揃いました。ご協力いただいた皆様、本当に
ありがとうございます。おかげさまで、セカンドハウスが近日中に開設できることとなりました。くわしくは、次回のつ
うしんでお知らせいたします。

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/>
ダルク日記『今日もぐるぐる』: <http://darcblog.shlo.jp/>
2019年 岐阜ダルクニュースレター平成31年新年号 (No.69)
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

