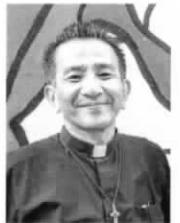




鶉鮎つうしん

岐阜ダルクニュースレター令和元年夏号(71号)

自分の居場所

岐阜ダルク後援会
会長 徳弘浩隆

ブラジルから帰国して3か月経ちました。10年ぶりの日本だし、初めての土地。戸惑うこともありましたが、すっかり馴染んできました。長良川や伊吹山の景色、特に夕刻に自動車で橋を渡るとき夕陽を見るととても落ち着きます。「自分の居場所がここに出来てきたんだなあ」としみじみ思う時でもあります。

先日そんな岐阜を、ブラジルで知り合った青年たちの仲間が4人、訪ねてくれました。先に帰国した3人とまだブラジルで仕事をしている1人も一時帰国で、「サンパウロで世話になった徳弘先生夫妻のところに行こう」となったそうです。「異国で心細く生きていたけれど、先生に世話になり、みんなと過ごした教会のゲストルームは私の安心できる居場所でした」と口々に話してくれました。時間と空間を超えて、そんな場がここに再現された感じで、とても懐かしく嬉しいひと時でした。実は私はお世話をしただけではなく、助けてもらったりもしました。そして彼らは皆に心配をかけた出来事もそれぞれあり、そんな思い出を懐かしく語りあい、食卓を囲みました。中には失敗とトラブルで夜中に警察に教会まで送り届けられた青年もいて、今では伝説の笑い話です。

誰も一人では生きていけません。失敗をすることもあります。でも無理をせずに、強さも弱さも、良いところも悪いところもさらけ出して、互いに気にかけて生きていけること、そんな仲間や場所があることはどんなに心強いことでしょう。ダルクの仲間たちも、自分を語り、受け入れあって、薬物などに依存しないでよい生き方を手探りで取り戻し、それを続ける取り組みを日常にされている姿を見て、私たちの居場所、仲間の大切さを教えられます。日本社会の理解不足や誤った「常識の目」にさらされ辛いこともあるでしょう。しかし批判する「そんな誰か」もきっと、生きにくい社会で「正しさ」や「常識」にしがみついて必死に何かを守って生きているのでしょう。歩み寄り、理解し、ともに歩き、支援するときに、私たちも変えられ、成長させられ、自由にされていくのです。あなたのご参加に感謝します。今後もよろしくお願いいたします。

仲間の体験談

あらちゃん

はじめまして。あらちゃんです。私は18歳の時に処方薬を使いはじめました。考え方もネガティブで、いつも孤独感を感じていました。大学に入ると友達もおらず、家族とも離れて本当に1人ぼっちだと感じていました。

友達がいなくて、孤独な事は、自分の内面に問題があると感じていて、精神科に行けば、問題が解決されると思いました。

処方薬を飲めばポジティブで明るく、前向きになれる。そういう魔法の薬だと思っていました。学生相談を通して精神科に行き「眠れない」と嘘をついて薬をもらいました。薬を飲めばずっと持ち続けていた孤独感から解放されると思ったし、皆から注目してもらえそうと思っていました。最初もらった薬ではもの足りませんでした。私の苦しみはこんなもんじゃ取り払えない、と思い、再び精神科に行き、「声が聞こえる」と嘘をつき、強い薬をもらい酒と一緒に大量服薬をしたり、リストカットをするようになりました。それから、13年間、服薬を続けました。処方された量を守っていましたが、仕事も上手くいかず、何をやっても上手くいかず、自分はダメな人間だ…という思いが強くなり暴れたり、大声で泣きわめいたりするようになりました。そして、2度の精神病院を経てダルクへ入寮する事となりました。

ダルクでは、人とのコミュニケーションを課題としています。ソファに座り、誰とも話さず、クッションを抱えて目を閉じている。今の自分はそんな自分です。自分を変える為に、何かしなくてはいけない。でも動くことが出来ない。くやしい。でも出来ない。毎日毎日が自分との戦いのようなのです。天気の話、料理の話など、ささいな話ですが今まで家族以外の誰とも話をしようとしなかったのです。なかなかできません。それを今取り組んでいます。

(編集部注・処方薬 医師から処方される薬。依存症を発症することがあります)



ひげ

ダルクにつながった訳は、市役所に生活保護を受けに行きました。ところが、「あなたは失業保険をもらっていますね」「全部パチンコに使いましたね」と言われ、「岐阜ダルクが有ります」と言われました。「自分は行きたくない」と言うと、「依存症だから一度訪ねてきなさい」と言われましたので、しぶしぶダルクに行きました。はじめての事ですので、不安でした。薬物依存とか、アルコール依存などいろんな仲間が沢山いました。

ダルクに入所して朝はミーティングをして自分を振り返っています。ギャンブルを止めることが出来なくて、兄弟にお金を借りてやっていた。ギャンブルをやるとブレーキがきかなくて、どうしてもなくつついっやっていました。どうしたら止める事が出来るのかと思うのですが止められなくて、どうしてもない人間だなと思うことがあります。ギャンブルをやりたいと思う時、友人にもお金を借りてやっていたのですが、友人は「またギャンブルをやるんだろう」と言って、次からお金を貸してくれませんでした。それを最後にギャンブルをやる事を止めました。そんな自分でした。

昼の運動プログラムでは、長良川を走る人、歩く人それぞれです。自分は足が悪くて歩いています。それでも大変です。夜は夜で自助グループのミーティングがあって大変です。人前でしゃべるのは、初めての体験ですので上がります。夜は帰ってきて風呂へ入って、食事を作って食べます。食事がすむ頃は、10時30分頃です。寝るのは11時頃です。毎日が大変で疲れます。それでも頑張っています。ダルクに来て半年がたちました。後半で卒業したいです。もう少し頑張ります。せっかくここまで頑張って来たので真面目にミーティングにでて、話をしたいと頑張っています。



岐阜ダルクと一緒に歩んだ10年

岐阜ダルク後援会 前会長 齋藤幸二



岐阜ダルク後援会会長を引き受けた2010年(7月)の「鶉鮎つうしん」に私が寄せた以下の文章が残っています。

「私がダルクの活動を知ったのは、岐阜ダルクの活動を始めたばかりの遠山香さんが訪ねて来られた時です。ご自分の辛い経験を赤裸々に話され、懸命に支援を訴えて回る姿に、大きな感動を覚えました。普通わたしたちは自分の暗い過去は人に話さずに隠しておきたいものです。それでも彼女が語り続けるのは、自分と同じ経験をしている人たちに何とかして立ち直ってもらいたい、という切実な思い、仲間への愛情があるからです。自分自身が、辛く、厳しい経験をしたから、同じような経験をしている人々への共感と愛情を持てるのだと思いました。

今、岐阜ダルクのほかのメンバーもいろんなところで自分自身の体験を話しています。彼らもやはりダルクの活動によって救われているから(あるいは救われつつあるから)、自分だけでなく、他の仲間が救われるために声をあげているのです。こうした生き方は自分の幸せだけ考えて生きることよりもずっと質の高い生き方ではないでしょうか。このたび岐阜ダルクの後援会のお手伝いをさせていただくことにしたのも、私自身ダルクの方々からそのような生き方を学びたいと思ったからです。(以下省略)

この文章を書いたから10年ちかく、あらためてこれまでのダルクとのかかわりを振り返って見ますと、私たちがダルクのために働いてきたというだけでなく、自分や仲間の回復のために苦闘しているダルクのスタッフやメンバーから私もたくさんの勇気と励ましを受け取ってきたことに気づかされます。ダルクのスタッフと一緒に心配し、一緒に考え、一緒に折り、一緒に喜び合った毎月の後援会の時間もとても豊かな、楽しい時でした。また自分のどん底を知り、心碎かれて気取りも虚勢もなくふるまう仲間と過ごす時間はとてもすがすがしいものでした。

今年3月末の定年退職に伴い、後援会長の働きを後任の徳弘浩隆牧師にお願いいたしました。この素晴らしい岐阜ダルクの仲間たちとの交流はこれからも続けさせていただきたいと願っています。



活動報告

4月

- 26 保護観察所における薬物乱用防止プログラム・ステップアッププログラム (以下ステップアッププログラム)
- 27 薬物電話相談日、フラワーセラピー
- 28 岐阜清流ハーフマラソンに参加、岐阜ダルク家族会、カトリック各務原教会、カトリック小牧教会にて活動紹介 ※毎週水曜日パソコン教室

5月

- 2 レクリエーション (瑞浪市ビザ釜&BBQ) 4 薬物電話相談日
- 5 日本キリスト改革派太田教会、北名古屋キリスト教会にて活動紹介
- 8 薬物電話相談日、各務原病院メッセージ 9 ヨーガプログラム
- 10 岐阜コミュニティカフェれんげ参加 11 薬物電話相談日
- 12 岐阜ダルク家族会、カトリック大垣教会、カトリック一宮教会にて活動紹介
- 14 ステップアッププログラム
- 15 笠松刑務所薬物離脱指導 16 岐阜ダルク後援会
- 17 岐阜県庁にて陶芸販売、ステップアッププログラム
- 18 薬物電話相談日 19 アガベチャーチ瑞浪チャペルにて活動紹介
- 21 ケア会議、各務原病院メッセージ (ナチュラル) ステップアッププログラム
- 23 ヨーガプログラム 24 笠松刑務所運動会、陶芸プログラム
- 25 薬物電話相談日、フラワーセラピー
- 26 岐阜ダルク家族会、日本同盟基督教団古川教会、名古屋グレイスキリスト教会にて活動紹介
- 28 各務原病院メッセージ (ナチュラル)
- 29 笠松刑務所薬物離脱指導
- 31 レクリエーション (モネの池にて写生大会) ※毎週水曜日パソコン教室

6月

- 1 薬物電話相談日 8 薬物電話相談日
- 9 岐阜ダルク家族会、カトリック江南教会にて活動紹介
- 11 OKB ふれあい会館にて陶芸販売
- 12 薬物電話相談日、各務原病院メッセージ、笠松刑務所薬物離脱指導
- 13 ヨーガプログラム 14 岐阜コミュニティカフェれんげ参加
- 15 薬物電話相談日
- 16 日本イエスキリスト教団名古屋教会にて活動紹介
- 17 各務原病院メッセージ (ハイジーンズ)
- 18 学校法人湊泉学園多治見西高等学校にて講演 ステップアッププログラム
- 20 岐阜ダルク後援会 21 ステップアッププログラム
- 22 薬物電話相談日、NPO 法人岐阜ダルク理事会・総会
- 23 岐阜ダルク家族会、名古屋ダルク 30 周年記念イベント参加
- 24 日本福音ルーテル高蔵寺教会、同盟福音基督教会羽島キリスト教会にて活動紹介
- 24 各務原病院メッセージ (ハイジーンズ)
- 25 ケア会議、ステップアッププログラム
- 26 笠松刑務所薬物離脱指導 27 ヨーガプログラム
- 28 陶芸プログラム、羽島市立羽島中学校にて講演
- 29 依存症を考えるついで IN 岐阜にて講演、フラワーセラピー
- 30 日本キリスト教団瀬戸永泉教会にて活動紹介 ※毎週水曜日パソコン教室

7月

- 1 各務原病院メッセージ(ハイジーンズ)
- 2 レクリエーション (大須散策) 6 薬物電話相談日
- 7 社会を明るくする運動海津市推進大会にて演劇公演 (海津市文化センター)
- 8 聖カピタニオ女子高等学校にて講演
- 10 薬物電話相談日、各務原病院メッセージ、笠松刑務所薬物離脱指導
- 11 ヨーガプログラム
- 12 岐阜コミュニティカフェれんげ参加 13 薬物電話相談日
- 14 岐阜ダルク家族会、宗教法人友愛キリスト教会、同盟福音キリスト教団祖父江キリスト教会にて活動紹介
- 16 ステップアッププログラム 18 長良川国際会議場にて陶芸販売
- 19 ステップアッププログラム
- 20 薬物電話相談日、フラワーセラピー
- 23 ステップアッププログラム、笠松刑務所薬物離脱指導
- 24 ニューズレター発送作業 ※毎週水曜日パソコン教室

岐阜清流ハーフマラソンに参加 (4/28)

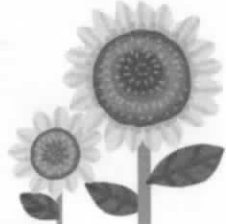


個人的に思い入れの強かったマラソン大会に出場。普段運動プログラムで走ってお馴染みのコースで、途中仲間が豪快に転ぶハプニングがありました(笑) 4人で思いっきり楽しんで走り切りました。(でいちゃん)

学校法人湊泉学園 多治見西高等学校にて講演 (6/18)



全校生徒の皆様の前でとても緊張しました。「大勢の人達に自分がどう思われているんだろう?」と恐れながら話をさせていただきました。僕の体験談が、皆様にとって抑止力となり、薬物の恐ろしさを知るメッセージになれば幸いです。(ヨッチャン)



レクリエーション IN 瑞浪市ビザ釜&BBQ (5/2)



久しぶりに就労の休みと合せて、仲間とレクリエーションに参加しました。BBQ とビザ釜でオリジナルのピザを焼きました。BBQ 場のおじさんに教えてもらって、生地はくっついてましたが、思い思いのオリジナルピザができて楽しく食べました (まさひろ)

羽島市立羽島中学校にて講演 (6/28)



社会を明るくする運動海津市推進大会 にて演劇公演 (海津市文化センター) (7/1)



1年生から3年生の皆様が大勢いとても緊張しましたが!緊張をシラフで体感させていただきました。来年はぜひ、演劇の公演が実現できることを願っております。(ケイコ)

演劇は、私にとっては苦手なことへの、挑戦です。今回も練習を重ねて当日を迎えました。劇を通して、色々な方に依存症の事を理解していただくことを願います。公演の後ひまわりの鉢植えを沢山いただきました。大切に育てます。(ちさこ)

NPO 法人岐阜ダルク理事会・総会 (6/22)



岐阜ダルクの昨年度の事業運営を振り返り、令和元年度の計画について審議していただきました。会員の方々を始め皆様に支えられて、仲間の回復をめざします。(タロー)

依存症を考えるついで IN 岐阜にて講演 (6/29)



岐阜県依存症対策総合支援事業として開催され、国立精神・神経医療センターの近藤あゆみさんの講演をはじめとして、県内の依存症関係者が集まって依存症について共に考える機会となり、嬉しく思いました。今後もこのような事業が岐阜で継続して行われることを願います。(かおり)



暑いワン
夏バテしてるワン
でもお散歩行ってくるワン

施設長だより

施設長 遠山香

社会を明るくする運動海津市推進大会が海津市文化センターで行われ、私達岐阜ダルクの仲間達で演劇「もうひとりじゃない～仲間とともに」を演じる機会が与えられました。

今回はとても大きな舞台上で演じることとなり、声が会場の人達に聞こえるのか、練習の時の何倍も大きな会場を余すことなく大きく動くことができるのかなど不安が多くありました。

演劇の先生の指導のもと、練習に練習を重ねて、7月7日に本番を迎えました。当日は朝からハイパーパワーに祈りました。

緊張している仲間（私もそのひとり）、堂々としている仲間、囚われ事がありながら集中しようとしている仲間などそれぞれでしたが、一人一人がベストを尽くして演じることができたのではないかと思います。

演劇が終わった舞台裏で仲間とハグし合って喜びと達成感を分かち合いました。会場の人達からは、「感動したよ」「ダルクの事を初めて知った」とうれしい声が届きました。

演劇を通して、私達薬物依存症者のメッセージが多くの方に届けられる機会となったことに喜びを感じます。このような機会を作って下さった海津市保護区保護会、海津市更生保護女性会、海津市の方々に感謝申し上げます。私達の劇を、これからもいろいろな方々に見ていただきたいです。

次回の演劇は岐阜ダルク15周年フォーラム（11月4日）岐阜清流文化プラザで行います。新しい台本「つながり」で、仲間の実話をもとに演じます。楽しみにしてください。



(まんが執筆 まさひろ) (編集部注 ダルクのプログラムでは「生き方をかえる」ために、あえて苦しいことに取り組みます)

Step house だより

スタッフ 山田 興久

施設長だよりにもありますが、七夕の日に海津市で演劇を演じました。

劇の最後に皆で合唱するのですが、練習の時私は、自分のパートの音程が取れず困ってしまいました。CDのお手本の歌を聴いて練習し、自分なりに頑張るのですが、いつまでたっても全然ダメでした。しかし、6月に新しく仲間が仲間となり、その仲間が同じパートをしつかりとした音程で歌ってくれるようになったので、なんとか最後まで歌いきることができるようになりました。その仲間の歌声が灯台のようでした。

劇の本番は、開演から最後の合唱まであっという間に過ぎていき、最後に皆で声を合わせて歌いながら、仲間と共に一つのことを創り上げる素晴らしさに胸がいっぱいになりました。こうした喜びは、先生の教えて下さることに皆でベストを尽くしてきた結果なのでしょう。

回復に向けた私たちの歩みも同じかもしれません。自分の考えだけでは迷うばかりですが、これまでに実績のあるダルクプログラムや経験のある仲間の声を頼りにできれば、戸惑いもなくなるでしょう。そして、自分に与えられたことにベストを尽くす。仲間と共に回復に向かっていきたいと思えます。



女性ハウス だより

女性ハウス責任者 勇陽子

ひまわりの花が咲き始め、夏本番を迎えますが皆さまお変わりありませんか？日に日に暑くなってくると去年の猛暑を思い出します。

去年はとても暑く、ほぼ毎朝4時半ごろに目が覚め冷たい水を飲んでいたので思い出します。

現在の女性ハウスは、入所が6名です。

今年の2月に新しい仲間が入所しました。生活や日々のスケジュールには慣れてきた様子ですが、人間関係などは毎日混乱したりホームシックになったりしながら今日も続けてプログラムをやっています。

そしてダルクに来て2年過ぎた仲間も週3回、自転車に乗ってアルバイトへ行きはじめて4か月経ちました。病院から退院しもう一度プログラムにチャレンジしている仲間や、一度プログラムに行き詰まったけれど再び自分に向き合って、今は仲間のサポートをやっている仲間がいます。

そうした仲間としらふでいろいろな経験をしています。

個性いっぱいの女性ハウスの仲間ですが毎日ベストを尽くして生きようとやっています。

どうかこれからも温かく見守りください。

感謝の内に



岐阜ダルク設立15周年フォーラム 「つながり」

令和元年 **11月4日(月・祝日)** にぎふ清流文化プラザ(岐阜市学園町)で開催します！
秋号で詳細をお知らせしますが、この秋の一日を、フォーラムにお越しいただけるようにご予定ください

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31年4月10日～令和元年6月29日)敬称略

加藤洋子 堀尾佳宏 永嶋恵美 有安祥子 幼き聖マリア修道会 小田泉 光楽英生 武内栄子 羽島地区更生保護女性会・伏屋孝子
山口大輔 弁護士・寺本和佳子 勇昭代 北谷雅春 川口清子 伊藤皓吉 上田千津子 豊田聖ペテロ聖パウロ教会 山下民男
木下春子 角平聖一 角平由美子 藤本弘 齊藤栄子 中西東峰 伊藤直美 河合潔 チャイルドラインぎふ・岡和代 神言会ハウス
日本福音ルーテル大垣教会・杉岡隆子 木村薫子 梅岡一哲 服部正博 榎田邦自動車株式会社 川合宗次 若岡ます美 川原聖
西戸一孝 鎌田恵子 清水宗夫 柴田悦子 大垣保護区保護司会 福島春美 カトリック江南教会 出井武史 カトリック岐阜教会
山県地区更生保護女性会・代) 大橋俊子 岐阜キリスト教会 平澤聡 NPO 法人キッズスクエア瑞穂・矢野幸子 阿部賢彦 賀来健次
古田正宏 岩田恭子 佐々木竜次・さち子 津島佐織キリスト教会の皆様 多治見中央キリスト教会の皆様 澤田透 養清興業株式会社
日本基督教団中部教区愛知西地区教会婦人会連合 同盟福音基督教会北名古屋キリスト教会の皆様 カトリック一宮教会の皆様
カトリック大垣教会の皆様 名古屋グレイスキリスト教会の皆様 日本同盟基督教団古川教会の皆様 カトリック各務原教会の皆様
カトリック小牧教会の皆様 日本キリスト改革派太田教会の皆様 アガペチャーチ瑞浪チャペルの皆様 カトリック江南教会の皆様
カトリック岐阜教会の皆様 日本イエス・キリスト教団名古屋教会の皆様 高富グレイスチャペル金森洋三 羽島キリスト教会の皆様
ルーテル高蔵寺教会の皆様 日本キリスト教団瀬戸永泉教会の皆様 村松ヒロユキ 武藤晏子 福田修 久保田芳則 山下正永
河口隆志 佐藤祥一 徳弘浩隆 匿名者多数

(総額488000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31年4月10日～令和元年6月29日)敬称略

藤本弘 澤田透 所紀代香 古藤みつ子 加藤龍子 西洋子 深津伸夫 真柄京子 岡本敏孝 日本キリスト改革派那加教会
カトリック岐阜教会 猪本光寛 うつぼ法律事務所 鹿島弘子 三宅清秀・道子 匿名者多数

※お名前前の記載につきましては注意を払っておりますが、万が一お名前の誤字・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ようお願い致します。

クレジットカードでご寄付いただけるようになりました

このたび、岐阜ダルクの活動資金のご寄付が、クレジットカードでもできるようになりました。右のQRコードをスマートフォンで読み込んでいただくか、下記にアクセスしていただくと、クレジットカード寄付ページにたどりつきます。

<https://congrant.com/project/gifudarc/866>

もちろん郵便振替用紙でのご寄付も従来通り受け付けさせていただきます

岐阜ダルク 郵便振替口座 00840-5-167752 岐阜ダルク後援会



岐阜ダルクでは施設の地代家賃、水道光熱費、専任スタッフの人員費等、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。

※木工製品を作って地域のフリーマーケットやバザーで販売し、岐阜ダルクの活動資金の足しにしたいと考えています。木材会社の方など端材をゆずって頂くか、安く提供して下さる方を探しています。心あたりのある方は、ぜひ、岐阜ダルクへご連絡いただけますようお願い申し上げます。
(担当 勇陽子まで TEL 058-201-3555)

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 徳弘浩隆 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令和元年夏号(№71)
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

