



鶺鴒つうしん

岐阜ダルクニュースレター令和3年新年号(79号)

新年あけましておめでとうございます

特定非営利活動法人 岐阜ダルク
理事長 浅井太郎



昨年突如として始まったコロナ禍のために世界が大きく変化しつつあります。コロナウイルスによる犠牲者の永遠の安息を願うと同時に、営業自粛のために経済的ダメージを受け生活苦に陥った方々の生活の救いのため、さらには、先行きを見通せないなかで絶望し自死に追いやられた方々の靈魂の救いのために祈ります。

一昨年秋11月に教皇フランシスコが来日し「命を守る」ということがテーマとなりましたが、奇しくも昨年はそれがコロナ禍のために社会のキーワードとなり、今では当たり前のように語られています。しかし命が救われることは、肉体的に死なないことばかりでなく、精神的に死なないことも意味しています。絶望し自暴自棄になったり、気づかないままに反社会的な行動を続けることも精神的な死です。

社会の中で悩み苦しむ一人一人に気付きが与えられるように願います。ダルクの方法論によれば、自分の置かれた現実や自分の弱さを素直に受け入れ、反省し、正直に語ることで、そこから転換が始まります。そして同じ道を歩む仲間と共に支え合ってゆくと大きな力に守られます。こう考えると、まさにダルクの方法論は単に依存症という病気の回復ばかりでなく、窮地に陥った方々の生活再建の雛形としても価値があるのではないかと思います。

社会的にも行動変容が求められています。これまでの歩みを振り返り、この困難な状況の中でどのような生活スタイルが求められているのか、皆で考え、皆で見出してゆけますように願ってゆきましょう。何度失敗しても、それを失敗と思わなければ、ずっと継続する回復・向上の長い道のりの一つのステップです。

岐阜ダルクも新たな課題にチャレンジしています。各務原に施設を準備しています。いつも困難だらけですが、不思議と道は開かれていきます。今年もまた、この岐阜ダルクに皆様の温かい御理解と御支援を賜りますようお願い申し上げます。

仲間の体験談

あい



薬物・アルコール依存症のあいです。

私は16歳の時に、産まれつき一子子供が産めない身体で、且つ現時点では臍がないためSEXもできない身体だと産婦人科で診断されました。

それからの私は、シンナーから始まり19歳の頃に覚醒剤を知りました。ずっと起きていられるし、集中力が増すし、人が寝ている時間に色んな事ができるから得した気分になって、こっそり1人で覚醒剤にハマりまくりました。

生き辛さ・孤独・不安な未来像・感情の浮き沈みをごまかす為に、約26年間警察に捕まる事なく、仕事をしながら、お給料のほとんどをクスリとお酒に使う毎日でした。

去年の8月初旬自宅に警察が来て尿検査で陽性となり初めて逮捕されました。

逮捕されてから、覚醒剤使用の罪の大きさに気づき、今までの生活が出来ない現実を受け入れ始め、拘留所の中で手紙を書き、ダルクと繋がりました。

ダルクに入所してから、もうすぐ1ヵ月になります。

最初はとても不安で共同生活にも慣れなくて、眠れない日々や食欲が無い日々の毎日でしたが、先行く仲間達がサポートしてくれるお陰で今は充実しています。

衣服や生活用品が少なかった私でしたが、ダルクに居ると様々な恩恵を頂けて、今は不自由なく暮らせています。本当に感謝です。本当にありがとうございます。

クスリをしていた頃には経験する事が出来なかった事を沢山経験したり、自分自身と本気で向き合う時間を与えられている今の私は、まだまだ日々クスリとアルコールの欲求がありますが今日だけ使わない毎日を生きています。

慣れない生活は続きますが、自分の治療に専念しミーティングで自分の過去の話や行動の事実を正直に話し、クスリやアルコールが無くても楽しく生きていける私になりたいです。

ありがとうございました。

ちさこ



依存症のちさこです。

病院のリネン室のアルバイトに行きはじめて7ヵ月が過ぎました。職場の人達にも慣れて、職場の人も私に慣れてくれて、どの人とも話が出来る様になりました。薬物依存症である事も話して、ある程度の理解があると思います。そんな中、工作中、ワゴンで手をはさみました。「手、危ないよ」と、声をかけてもらっている中、何も言わず、仕事を続けました。午前中の事だったので、お昼休みに「今日私も皆さんと同じところをぶつけました。デビューです。」と笑いながら言いました。午後から痛みが強くなってきて不安になりました。そこからは、作業がしづらくてもなんとかだましまし仕事をしました。「こんな忙しい時に言えない」と感じて言えないまま、仕事は終わりました。

正月休みが明けても痛みは続いていて「ひょっとして手が動かなくなったらどうしよう…というところまで、自分の中で話が大きくなっていました。そのことについて、聞いてみると、みんなぶつけると、私と同じように痛い事が分かり、みんな結構痛くても頑張ってるんだと思うと、心の中で「大変だ」と騒いでいるのが恥ずかしくなりました。

ここで自分の問題を考えてみると、仕事が終わった時、ヒビでも入ってるんじゃないかと不安を感じていたのにそれを上司に話さなかった事。手をはさんでしまったという失敗だと感じたことを、上司に正直に言えなかった事です。

もっと気軽に相談においでと、施設で言われ続けています。それを実行する事が仕事でも必要なんだとわかりました。それが出来なかったために、正月休みの間モンモンとすることになりました。こういう事はもうしたくありません。

A. D. 2021年おめでとうございます

岐阜ダルク後援会長：徳弘浩隆

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りいたします。

今年「西暦2021年」になりましたね。日本では通常「西暦」といいますが、西欧諸国での表記では「A. D. ○○年」と表記し、このA. D. は、「Anno Domini」というラテン語の頭文字からとられています。意味は「主の年」、つまり「主なるキリストの年」ということになり、キリストがお生まれになった年を「起源」とした数え方から来ています。クリスチャンが少ない日本ですが、みんな知らずに「キリスト起源何年」と数えていたのですね。でも、「イエス・キリストは紀元前4年に生まれたと世界史で昔習ったけど？」という方もおられるでしょう。そうですね。これは、昔、西洋がキリスト教社会になってから、キリストの生まれた年を起源に暦を数えなおして使い始めたのですが、後の研究で少しずれていたことが分かったからこうなったといわれています。

ちなみに紀元後の「A. D.」に対して、紀元前は「B. C」と呼ばれますが、これはわかりやすく英語の「Before Christ」の頭文字で、「キリスト以前」という意味です。

さて、日本にも暦があります。「元号」といわれ、天皇の代替わりによって年号の呼び方も変えることになっています。天皇が代替わりして「令和」が発表された日のことを覚えている方も多いでしょう。ちなみに日本のキリスト教会は、「人の上に人を位置づけてあがめる風潮があり、時に神のようにあがめることを強制され、戦争にも突っ走っていった天皇制」を肯定する暦であるために、「日本の元号」をあまり好んで用いません。私が10年住んでいたブラジルはもちろん「西暦」でしたから、「平成」の途中から私は「ことしは平成何年なんだろう？」と、わからなくなってしまいました。そんなこともあり、「平成」の表記しかなかった日本の運転免許を「うっかり失効」してしまったという失敗談があります。

さて、私たちの人生でも、「○○以前」と「○○以後」というものがあるでしょう。「大失敗をしたあの日の以前と以後」、「ダルクや神様に出会って新しい人生を始める以前と以後」。「あの日」から何年たっていますか？ うまくいっていますか？ 時々失敗してリセットしたりもするでしょうが、「その日」からまた、神様や仲間と一緒に、しっかり歩いていきましょう。

ダルクの仲間の皆も、ダルクを支えてくださる皆さんも、私たちの人生の、本当に意味のある、安心して安定した幸せの人生の「起源」、それをしっかりと見つめながら、歩いていきましょう。

数年ずれているかもわかりませんが、「キリストがお生まれになってから2021年目」をしっかりと、「キリストと共に」生きていきたいですね。今年もよろしくお祈りいたします。



岐阜ダルク 活動報告
(2020年12月4日～2021年1月27日)

12月

- 4日 笠松刑務所薬物離脱指導参加
- 5日 薬物電話相談日
- 8日 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)
- 9日 岐阜ダルク後援会
- 11日 ステップアッププログラム
- 12日 薬物電話相談日
- 13日 関キリスト教会にて活動紹介
カトリック大垣教会にて活動紹介
- 15日 ステップアッププログラム
- 16日 一般社団法人サステイナブル・サポートにて講話
- 17日 精神保健福祉センター家族教室
ヨーガプログラム
- 18日 ステップアッププログラム
- 19日 ボランティア講師の指導による合唱練習
フラワーセラピー
薬物電話相談日
- 20日 カトリック東山教会にて活動紹介
- 22日 ステップアッププログラム
笠松刑務所薬物離脱指導参加
- 23～24日 岐阜ダルク慰労会
- 25日 ステップアッププログラム
陶芸プログラム
- 26日 薬物電話相談日
- 27日 岐阜バプテスト教会にて活動紹介
- 31日 恵那年越しプログラム(～1月1日)

1月

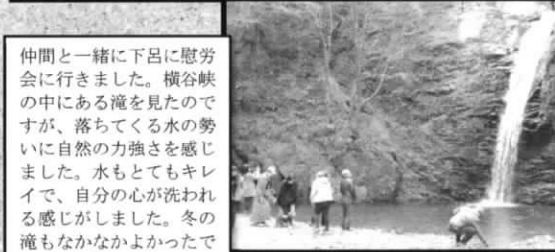
- 1日 恵那年越しプログラム(12月31日～)
- 2日 薬物電話相談日
- 7日 依存症地域生活支援研修参加
- 8日 各務原保護区保護司会・更生保護女性会合同研修会にて協力お願い
- 9日 薬物電話相談日
- 12日 ステップアッププログラム
- 13日 薬物電話相談日
- 14日 ヨーガプログラム
- 15日 ステップアッププログラム
- 16日 ボランティア講師の指導による合唱練習
薬物電話相談日
- 17日 携斐キリスト教会オンラインで活動紹介
- 19日 笠松刑務所薬物離脱指導参加
- 20日 岐阜ダルク後援会
- 21日 芥見キリスト教会にて活動紹介
- 23日 各務原病院メッセージ(ナチュラル)
薬物電話相談日
- 26日 名古屋地方裁判所一宮支部にて情状証人出庭
- 27日 岐阜刑務所釈放前教育参加
ニュースレター発送作業

12/16 一般社団法人サステイナブル・サポートにて講話



研修会でお話をさせて頂きました。マスクをしてアクリル板越しでのお話。今までと違ってフィルターがある分、いつもより緊張が少なかったような…でも、みなさんが聞きながら聞いてくれていたのが、緊張がほぐれた1番の理由でした！(あやか)

12/23～24 岐阜ダルク慰労会(レクリエーション)



仲間と一緒に下呂に慰労会に行きました。横谷峡の中にある滝を見たのですが、落ちてくる水の勢いに自然の力強さを感じました。水もとてもキレイで、自分の心が洗われる感じがしました。冬の滝もなかなかよかったです。(やす)



朝の9時にステップハウスを出発。下呂温泉に向う道中、金山町にある道の駅で美味しい昼食を頂きました。14時に水明館に到着して、温泉街の外れにある合掌村を訪ね、GO TO チケットでおみやげを買いました。(てっちゃん)

12/27 岐阜バプテスト教会にて活動紹介



主日礼拝の中、20分の時間を頂き、3人の仲間が自分の依存について話をしました。コロナ禍にあり、会堂とオンラインの両方で繋がった教会。メッセージを運ぶ機会を与えて下さり、感謝致します。(ジュン)

12/31～1/1 恵那年越しプログラム(ゲストハウス やなぎ屋)



恵那の静かなゲストハウスでみんなでお正月を過ごしました。今年のおせちはみんなで手作りして持っていました。今回も仲間の思い出に残ったいい思い出でした。(ようこ)

2021年 岐阜ダルク
書き初め



クスリ仲間で事故で死んでしまった親友の好きだった言葉。今になってその言葉の意味がよく分かった。(ラジオ)

岐阜ダルクを出て1人住まいと思うのですがそれが思うようにいなくて。残念です。希望とどおりいきません。(ひげ)

自分を大切にしたい、自分に正直になりたいと思ってこの言葉を選びました。(あらちゃん)

ダルクのプログラムで人間として成長していきたい！その思いが本当の願いとなるよう日々折り行動します。(タロー)

薬物依存者でも、社会のなかで受け入れられる責任ある有用な一員になれるものを目指し、証明したい。(ヨッチャン)

1つ1つの物事・言動に対して、集中して向き合えるようにしていく。注意力散漫になりがちなので。(しよう)

去年の書き初め「早寝早起き」全然駄目でした…今年「早起き」するために「早く寝る」を習慣付けたい。(でいちちゃん)

これからも色々な楽しいことも苦しいこともあると思う。それが自分の生き方を変えてくれるって喜びたい。(ジュン)

クリーンを続ける中で、自分の夢が薬物に邪魔されていた事に気づきました。ステキな一年にしたいです。(やす)

口だけで言っただけの自分にうんざりしてます。今年は、言った事や思ってることは行動したいです。(ようこ)

去年は仲間によく噛みついていった…今年は噛まないぞ(ステップ)

入所して2ヶ月しか経っていない私は、まずは自分の治療に専念する為に、この言葉を選びました！！(あい)

去年は目の前の事にしっかり取り組めない事が多かったように思うので、今年は最善を尽くして取り組みたいな(かおり)

私はガサツなので、今年こそは物にも人に対しても丁寧に生きていきます。(まな)

決めつけず、色々な方向から物事を見ることができまうように。頭をやわらかく。体もやわらかく。(ちさこ)

どんなに年や経験を重ねても、少しずつ成長し続けられる、そんな柔らかさと謙虚さを私は持ちたい。(てっちゃん)

私だってやればできる!!この気持ちで、仕事もプログラムもサービスもやる気をもって取り組みます!!(あやか)

すぐに格好をつけるから、ささいな事を随ツクセを直したい。ありのままが最高!!(さわこ)

あいまいおめでとうございませ 本年もよろしく お願い申し上げます

1/8 各務原保護区保護司会・更生保護女性会合同研修会にて協力お願い



各務原保護司会の皆さんに新しく設立する各務原ダルクの進捗状況を説明させていただき、支援のお願いをさせて頂きました。岐阜保護観察所や保護司の皆様方にはいつも支えていただき本当にありがたいです。(かおり)



施設長だより

岐阜ダルク施設長：遠山香

31日から1日にかけて、400年余の歴史を持つ、恵那市の岩村城下町にあるゲストハウスに17名貸し切りで宿泊しました。

家族と離れて暮らしている中で年末年始も会えない寂しさがあったり、薬物やアルコールの欲求が入りやすいこの時期に、いつもと違った場所で過ごすことで孤立感や欲求を少しでも和らげることを目的として行ってきました。雪景色に染まった古い町並みに心癒されるひとときでした。

毎年、この時期は自助グループ（NA）のイベントに参加しますが、コロナ禍の影響で開催されず、Zoomによる年越しオープンスピーカーズミーティングが行われたので、各部屋に小人数で分かれて参加。カウントダウンもあり盛り上がりました。また、愛犬のステップとロイスも宿泊させてもらえたり、私の家族も一緒に参加して、のんびり穏やかなお正月から新年が始まりました。

コロナ禍でも、団体で共同生活をしているダルクでは三密を避けることなどできません。昨年の夏にも高山のゲストハウスに貸し切りで宿泊しましたが、こういう所があると本当にありがたいです。年末からGOTOキャンペーンが中止になったので、当初の予定と変わって宿泊料金が少し上がったのが残念でした。

新しく始まる各務原ダルクの準備が思うように進まず困難な状況も少々出てきましたが、どうか皆様今年もあたたかいお力添えをよろしくお願い申し上げます。

前号で3月までに開催予定とお知らせした、各務原ダルクの設立フォーラムは、岐阜県にも新型コロナウイルスの緊急事態宣言が発令された状況のため延期します。状況が改善されましたら開催したいと思っていますので、よろしくお願いします。



依存症入門講座

第6回「神の意志に従うひとびと」

各務原病院 ソーシャルワーカー
澤木幾佐



ボランティアの歴史は1650年頃イギリスから始まっている。17世紀のピューリタン革命の前、自警団として活躍したひとをそう呼んだのが始まりである。ボランティアの語源は、「自由意志」や「志願兵」を意味し、別の一説には「神の意志に従うひとびと」を意味する。ボランティアはラテン語で自由や正義や勇気を意味し、語源はvolō…欲する、願う、求めるといったものから由来している。この、社会奉仕活動が、依存症の治療に大きな役割を果たした。

ワシントン州から始まった自助グループから、現在に至るアルコール依存症の自助グループのAAも、一貫して共通しているのは「社会奉仕活動」いわゆるボランティア活動である。社会奉仕活動は米国では伝統的活動であって、植民地時代から団結して地域住民がちからを合わせて生き残りをかけた助け合いを続けてきた。その社会奉仕活動を行ったひとつの組織がオックスフォードグループである。このオックスフォードグループがアルコール依存症の自助グループAA（アルコールリックアノニマス）の前駆の団体となったと言われている。オックスフォードグループのこの社会奉仕活動が、依存症の治療に大きな役割を果たしている。オックスフォードグループは1921年にフランクブルックマン牧師が始めた宗教活動である。ブルックマンはイギリスのケンブリッジやオックスフォード大学で改心を説いていた。オックスフォードグループは神の名のもとに霊的な生活を送ることを目的とし、絶対の愛、絶対の無私、絶対の正直、絶対の純潔という4つの道徳信念があった。この団体は寄付も求めず、有給の職員もいなかった。また、AAの12ステッププログラムの前駆となった4つの霊的な実践に取り組んでいた。この4つの実践は、自分の罪をもう一人と分かち合う。神の守りと導きに人生を明け渡す。自分が誤ったことをしたすべての相手に償いをする。神の導きを求め、それを実践するという内容であった。このオックスフォードグループの教えが依存症治療回復プログラムである12ステッププログラムになったとも言われている。

依存症の回復には12ステップが必要になってくるのだが、この12ステップにはかなり宗教的な要素が含まれている。参加するひとはこのことを良く考えた方がよい。例外もあるが、一般的に世界の多くの場所で、もし宗教がこの世の中になかったら、モラルが崩壊し、悪行が横行し、こころの拠り所がなくなり、自分の欲望を抑えることも上手く出来ず、平安や安心感から離れ、大変なことになる。それは今までの歴史からみても否めることではない。それ程までに宗教は文化的であり、大きな役割があり、しっかりとした道徳観とリンクしている。多くの著名な科学者たちは神を信じ、熱心な宗教家だった。コペルニクス、ガリレイ、ニュートン、マクスウェル、ケプラー、ファラデーら物理学の発展に寄与してきた人たちはいずれも神を信じたからこそ、成功し、厳しい時代を生きのびた事実がある。個人差はあるが、大抵の依存症者の道徳観に何がしらの問題があり、モラルの崩壊した人間にはよりスピリチュアルなアプローチが必要であることは言うまでもないことである。

ダルク まんが



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(令和2年11月1日～令和2年12月18日) 敬称略

田口大輔 木下容子 小池紗嘉 龍門寺・笠松教誨師・田尻和光 関井昌子 長谷三知子 伊藤久美子 各務原地区更生保護女性会・西村比呂子 伊佐地金嗣 武藤晏子 橋爪タツ子 永嶋恵美 光楽英生 不破達生 日本福音ルーテル岐阜教会 堀尾佳広 吉田和郎 小田泉 出井武史 齊藤末理子 永尾ナミ子 光野雄二 合田政次 村松みよ子 外村正之 柴田るみ子 福野照代 中嶋ひろみ 久保田芳則 渡辺真帆 不破ノ関病院・院長・岩戸敏廣 市川明子 北谷雅春 聖ドミニコ宣教修道女会・岡崎修道院 伊藤知恵子法律事務所・弁護士・伊藤知恵子 日本基督教団・熱田教会 河合潔 日興製薬株式会社 大須賀宗浩 長尾周平 馬場明美 早川国弘 渡辺憲司 大須賀しづか 澤田透 吉田正俊 梅本けい子 鎌田憲子 岩田恭子 川口清子 平出孝 岩下百仁香 樹の会・平尾公子 横井勝秀 山科正太郎 コウノシユウゾウ 山本亮 清水隆 奥石由起子 朴英子 太田綾子 土田明子 高木綾子 杉山仁美 田中友江 菅沼登志子 弁護士・河合良房 村松宏幸 養清興業株式会社 岐阜教誨師会の皆様 大垣ルーテル教会教会学校 稲垣良重 足立誠 福島春美 清水草子 樽田邦自動車株式会社 勇昭代 日本キリスト教会岐阜教会 山田眞人 小栗信行 浦田方江 匿名者多数

活動紹介による献金(令和2年11月1日～令和2年12月18日)

カトリック津島教会の皆様 バプテスト各務原教会の皆様 可児福音教会の皆様 岐阜キリスト教会の皆様 アガペチャーチ土岐チャペルの皆様 大垣サンライズチャペルの皆様 関キリスト教会の皆様 カトリック大垣教会の皆様 津島佐織キリスト教会の皆様

献品者名(令和2年11月1日～令和2年12月18日) 敬称略

木下容子 水谷恵子 北村幸子 大垣サンライズチャペル・小林 古田譜実加 澤田透 宮嶋博子 三輪真由美 古藤みつこ 勇正生 佐藤恵司 深津伸夫 酒向秀子 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。

※宛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。またご献金いただきます際、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。



ありがとうございます

2段ベットをいただき早速各務原ダルクに置かせていただきました。まだあと2台、必要ですので引き続き、使わなくなった2段ベット(大人が使う為できるだけ状態の良いもの)譲っていただける方が見えたらどうか連絡お待ちしております。 TEL 058-201-3555

岐阜ダルクへのご寄付をお願い申し上げます

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 person 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。

郵便振替口座 00840-5-167752 岐阜ダルク後援会

各務原ダルク設立準備のご寄付のお願い

各務原ダルクの開設計画がスタートしました。開設のための資金、初期運営活動費などが不足しています。岐阜ダルクとは別に、振込用紙を同封させていただきました。どうかご理解とお力添えをいただければ幸いです。

郵便振替口座 00240-8-108122 各務原ダルクを支える会

※このニュースレターは、コープぎふ福祉活動助成基金からの助成を受けて作成しました。

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
Email: gifudarc2004@yahoo.co.jp
〒500-8175 岐阜市長住町7-3 TEL/FAX: 058-201-3555



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.sblo.jp/>
2021年 岐阜ダルクニュースレター令和3年新年号 (No.79)
定価 1部 200円 編集責任者 遠山 香
発行所 東海身体障がい者団体定期刊行物協会