

S s k p

CHIBA DARC NEWSLETTER



Keep on Growing!

平成22年1月号 編集:千葉ダルク事務局

千葉ダルク:千葉県千葉市中央区白旗3-16-7 ☎043-209-5564

新年あけましておめでとうございます

皆様、あらためまして、明けましておめでとうございます。昨年中は大変お世話になりました。本年もよろしくお願い致します。今年の新年は、千葉ダルクディケアセンターと千葉ダルク九十九里ハウス、そして、めでたく千葉ダルクを巣立っていった仲間、総勢21名で、静岡県のスルガダルクにおじゃましました。スルガダルクの皆さんと、ミーティングをしたり、初詣に行ったり、食べ放題のバイキングに行ったり、たくさんフェロシップが取れました。すぐそばには、日本一の富士山が見え、その壮大な景色に回復への誓いをした仲間もいたのではないのでしょうか。本当に有意義な新年を迎えることができました。スルガダルクの皆さん、本当にありがとうございました。

千葉ダルク九十九里ハウスも、早いもので今年で二年目を迎えました。開設からの事を考えると、本当にアツという間でした。年末・年始は、新しくやって来た仲間や、自主退寮してしまった仲間、多少バタバタもしましたが、今は、だいぶ平安を取り戻しプログラムに取り組んでいます。九十九里ハウスでは、現在、プログラムに一環として、ボランティア活動に力を入れています。県内にある、富里修道院さんでは、畑のお手伝いや、庭の木の剪定などのお手伝いを月に一度させて頂いています。その他、地域ボランティア活動に月二回、参加させて頂き、今年、千葉県でおこなわれる「ゆめ半島千葉国体」に向けて、道路のガードレール清掃をさせて頂いています。皆、冷たい手を擦りながら、作業をし大変ですが、通りかかった人から、「ご苦労様」「ありがとう」などと、言われることで、微力ながらも、地域貢献していると、自信や自覚が出てきています。今年もこの様な活動に力を入れて、回復と成長を目指していきたいと思えます。本年も、どうぞ御指導の程、よろしくお願い申し上げます。

スタッフ 梅宮 健朗





「ダルクに来ての一か月」

トシ

はじめまして、依存症のトシです。私は、2年位前から市販されている咳止めのブロンを使用していました。使用理由としては、集中力を高めたりと様々です。去年の9月頃に、両親に精神病院に連れていかれて、12週間入院していました。入院中に、ダルクを主治医、両親、施設長に勧められたが、自分で何とかすると全て断っていました。その結果、両親も迎えに来てくれず、行く宛てもなく退院して、その日に退院して使用してしまいました。決して使いたくてダルクを断っていた訳ではなく自分では止めるつもりでした。この時、自分の力だけでは止める事が出来ないとやっと気づきダルクに行こうと決心しました。施設に入寮する前はあまり良いイメージが持てず、自分の人生はもう終わりかなと正直思いました。ダルクでの生活が始まり、今まで自分がやってきた事、これから先の事、友達はどのようにしているかなど不安ばかりでした。しかしミーティングやプログラムを毎日行っていくうちに、そのような不安なども徐々に無くなり、今はだいぶ慣れて落ち着きを取り戻しました。ダルクに来て、自分にとってとても大きかったものは、「仲間」でした。クスリを使っていた頃は、友達や仲間など必要ないと思っていたし、面倒臭い存在とも思っていました。連絡も殆どとらず、したとしても途中で知らん振りしていました。その結果、クスリを買いに行く以外は家に引き籠りになっていました。大学や遊びなども行かないで、ただ毎日、クスリだけを飲み続けて…。ある期間、クスリを止めて外へ出ても、人とのコミュニケーションが上手に取れなくなってしまいました。そんな自分に、仲間は優しく話しかけてきてくれて、最初は戸惑いましたが、次第に話が出来るようになりました。今でも相談にのってもらったり、たわいもない世間話をしたり、とても毎日を楽しんで過ごせています。これも仲間のおかげで大変感謝しています。また、ミーティングでの仲間の話を聞いてとても自分のためになっています。クスリの恐さ、使用を続けるとどうなるかなど様々です。今は自分なりのクスリに対する意見や、気持ちなどを持てるようになりました。また、出来る限りクリーンで居続けて、元の生活に戻りたいとも思えるようになりました。しかし、薬物に関する問題は何時、何処で再使用してしまうかわからない大変難しい問題です。仲間が再使用してしまったというところも目にしましたし、自分も他人事とは言えません。薬物とは今後一生向き合って生きていく事しかないようです。自分にはまだその覚悟が実感できません。今後、家族とはどうなる？働く事が出来るのか？の不安もあります。しかし、今そのようなことを考えても答えがでないし、どうしようもありません。今は、出来る事を一生懸命、努力してやっていこうと思います。危なくなったり、駄目になりそうになったら、仲間に相談などして解決していこうと思います。ただ、いつまでも仲間に頼っているわけにもいきませんし、これからもまた、新しい仲間が来ます。これから来る仲間に自分も出来る限りサポートしていけるようになりたいです。最後にこのような機会を与えてくれた施設長・スタッフの皆さん、いつもサポートしてくれている仲間、ダルクに入れさせてくれた両親に心から感謝の意を表して自分の話を終わります。

これからも宜しくお願いします。<m()m>

みんなの抱負

ベアー：健康になる事。原付に乗る。

リイチ：健康になる事！ アツ：考えない

クリ：今年こそ退寮するぞ！

るっち：自立したい。トモ：元気に頑張る

くま：円満退寮して車を買う！

ハッシ～：パクられない！免許取得！

ジロ～：横浜に帰る 十カ：人を殴らない

イシイ：テアフロ車を買って、乗る

タケ：20kg減量！！ ユウジ：幸せになる事。

ニシ：バウンサ～にいたい

智志：素直に助けを求める

モ～リ～：身体が大事 アキラ：焦らない。

トシ：自分の行動に責任を持つ！

ダルクフォーラム in 千葉 2nd

開催決定！

- 日時 2010年6月19日（土）
 午前11：30～午後4：15（予定）
- 場所 木更津市民会館 中ホール
- ゲスト 水谷青少年問題研究所 水谷 修氏
 日本ダルク代表 近藤 恒夫氏
 サルビア家族会 千葉 マリア氏
- 主催 日本ダルク トゥデイハウス・千葉ダルク

※ 詳細は追って報告します。

千葉ダルク活動報告

<平成21年11月～12月度の活動>

JCCAセミナーに参加
薬物対策研修会に参加
旭市学校保健会、千葉ダルクに視察研修
心の健康の集いにて講演
千葉県立布佐高校にて講演
千葉県立成東高校にて講演
千葉県立東金高校にて講演
薬物乱用防止講習会にて講演
佐倉市千葉県合同庁舎にて講演
流山市青少年指導センターにて講演
千葉県精神保健福祉センター、薬物乱用問題を考える会にて講演・エイサー演舞
千葉マリアディナーショーにてエイサー演舞
メデカジャパン「そよ風」にてエイサー演舞
富里修道院にてボランティア活動
大里総合管理ボランティア活動に参加
国立下総精神医療センターへメッセージ（毎月第二・第四火曜日）
八街少年院へメッセージ
横須賀刑務所へメッセージ
千葉刑務所へメッセージ（毎月第一・第三金曜日）
東京都多摩総合精神保健福祉センター
家族教室講師及び薬物アルコール等相談の助言者（毎月第二・第四木曜日）

<平成22年1月度以降の活動予定>

覚せい剤事犯施設収容者の引受人のための講習会にて講演予定
流山市「つばさの会」にて講演予定
薬物乱用防止講習会にて講演予定
山武地区保護司会にて講演予定
国立下総精神医療センターへメッセージ（第二・四火曜日）
横須賀刑務所へメッセージ
千葉刑務所へメッセージ
八街少年院へメッセージ
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
家族教室講師及び薬物アルコール等相談の助言者（毎月第二・四木曜日）