

Sskp CHIBA DARC NEWSLETTER



Keep on Growing!

平成22年12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

寒さもひとしお身にしみる季節になりましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。私事で恐縮ですが、11月に自助グループの集まりで韓国へ行かせてもらいました。

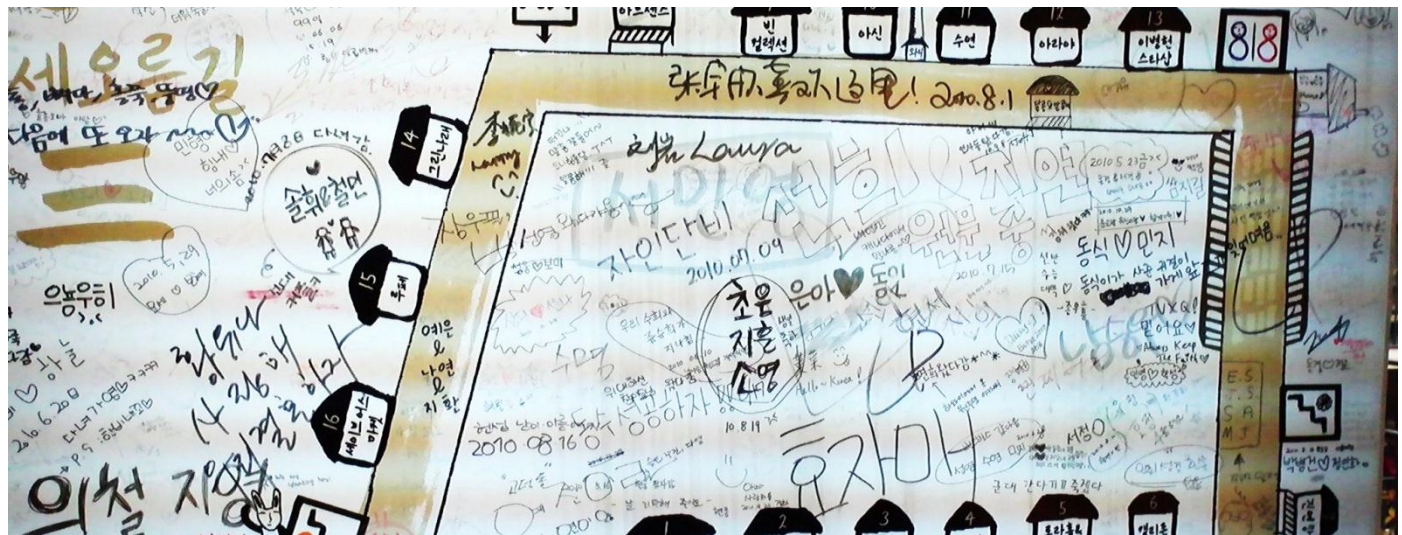
約25年前、ハワイから日本へ自助グループの活動のためにメッセージを運んでくれたように、日本では約5年前から韓国へメッセージを運んだり、共同でセミナーを開催したりしています。今回はその集まりに参加させていただきました。僕自身、薬を使い始める以前に韓国へ行ったことがあります。薬が止まってから初めて海外へ行けた僕個人の体験と感想を書かせていただきたいと思います。

薬を覚える以前から「普通に生きる」生活ということは嫌でした。15歳の時に韓国に行ったのですが、その時も向こうのお酒や煙草を楽しんでいた事くらいしか、その後の薬物使用によって覚えていません。そして生活は、薬・薬・逮捕…の繰り返しになっていきました。自分の行動で周りの人達を傷つけて、更に自分自身を傷つけていき、今から約5年前に僕はダルクにつながりました。その日の事は全く覚えていません、かなり狂っていました。

今回、韓国に行く飛行機の中で異国の地を上から眺め、つながってからの自分を振り返りました。そして言葉では表現できない感謝の気持ちと、大好きだけど自分を壊した薬物使用が今も止まっていることに目頭が熱くなりました。そして、向こうでの空き時間に思いっきり楽しむ事もできました。

回復のプログラムの中にいさせてもらいながら、これまでの感謝の気持ちを忘れがちになる時もあります。それでもクリーンでいられ、良かったことで感じた気持ちは忘れないように、また、今を大切にしていきたいです。人としても、ダルクの職員としても、まだまだ未熟ですが温かく見守っててください。よろしくお祈りします。

千葉ダルク
スタッフ 三浦 智志





「ここに辿り着いて」

ドン

俺は今、千葉ダルクという所に居ます。中学校の頃から33歳になるまで薬を使い続け、底をつき、初めて薬を真剣にやめたいと思い、高知のダルクに入寮しました。

どうにかクリーンを続け、1年のバースデーの当日、東京であったコンベンションの時に地元が近いというのもあって、仲間と一緒に地元に戻る計画を立て、脱走しました。

実家に帰り少し生活をしていただけ、仕事もせず遊びまわっていたせいか、居づらくなり、家を追い出され、一人で生活する事になりました。

でも、アルコールがきっかけで、何ヶ月も経たないうちに薬の再使用が始まり、すぐにハマって、二度目の底つきをして精神病院行きになりました。今度は群馬の日本ダルクアウェイクニングハウス、という所に入寮する事になりました。二度目の底つきと、親が病気がちになってしまっていたせいか、今回のプログラムは真剣でした。そんな気持ちでもくじけそうになり、何度も何度も逃げる事、全て投げ出す事を考えた事もありました。でも今まで逃げてきて、何も変わってこなかった事も十分過ぎる位わかっているし、もう俺には逃げ場はありませんでした。「やるしかねえだろう」そう自分に言い聞かせ、仲間に愚痴を聞いてもらったり、助けられたりして、どうにか、群馬の長いプログラムを終え、施設長の配慮で千葉に戻り、就労プログラムをする事になりました。

すぐに仕事をし、すぐに部屋を借り、半年で社会復帰だ、と頭で考えていました。しかし、そう簡単に物事が進まず現実を見させられ、焦りから調子が悪くなり、自分の弱さを再確認させられました。

でも、そんな俺の話聞いてくれる仲間は今の施設にもたくさんいて、仲間には本当に色々と助けられています。

今、ようやく千葉に来て2ヵ月が経ち、11月16日には2年のクリーンバースデーを迎える事が出来ました。バースデーは苦手だけど仲間の支えをすごく感じ、温かい思い出に残るバースデーになりました。

振り返ると、どうしても薬が止まらなかった俺が今2年間やめ続けていられるのは、本当に奇跡です。そして今、一番初めに薬の問題を相談しに行った施設長の施設に居ます。いろんな事があったけど、こういう人とのめぐり合わせや、仲間との出会いを大切にして、社会復帰を一步一步進んで行きたいと思います。

「覚醒」

Drug Addiction Rehabilitation Center

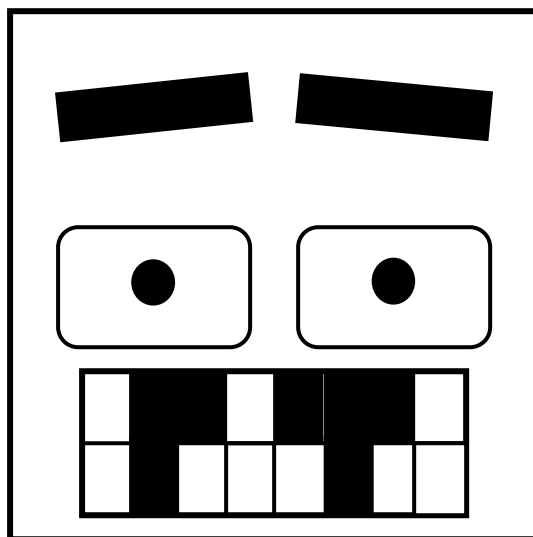
テラ

DARC

その薬は私が有意義な休日を過ごす為に有効なものでした。それが無ければ恐らくは一日中ベッドの中でごろごろし、貴重な休日を棒に振り、仕事だけの生活を送っていたでしょう。とにかくそれを吸引すると、目が覚め、体が意欲的に活動を始め、充実さに満ち溢れる時間になります。中でも時間を費やしたのは、インターネットで様々な分野での興味ある事の探究でした。政治、経済、軍事、物理、医療、天体、最先端テクノロジー、スポーツ、メディア、…。ネット上の膨大なデータに感動し、喜び、うなずき、わくわくしたものでした。

私がダルクに入ったきっかけは、逮捕された時の弁護士の勧めでした。生まれて初めて自分の両手に手錠がかけられた衝撃。6年務めた会社は解雇。住んでいた所も引き払い、収入の大部分を薬に注ぎこみ、全てを失う。そして何よりも家族を悲しませた。年齢が若くない自分の社会復帰や生活の立て直しに、とても焦っていましたが、ここは悲しませた家族たちへの埋め合わせを優先に考え、ダルクに入る事を選択しました。

ダルクでは毎日、朝、昼、夜と一日3回みんなでテーブルを囲んで、テーマにそって個々の考えを発表し合う。そのミーティングが薬物使用防止の効果を発揮しているという実感は、自分には感じられませんが、同じ目的を持った仲間が共同で生活するその環境そのものに、何らかの力を感じます。そのためか、ここに来てから一度も薬をやりたいと思った事はなく、自分が過去に薬に依存していた事すら忘れかけている時間すらあります。そしてこれからも薬をやりたい欲求とも無縁だろうということも予想がつきます。しかし、人生の貴重な時間を割いてここに入寮したので、これからの潤沢な時間をロスなく効率的に、自分のプラスになることに費やしていきたいです。そして今回の一連の出来事をきっかけに、新たな気持ちで、これから降りかかるであろう様々な困難にも、正攻法で乗り越え、胸を張って「正々堂々とやってやろうじゃないか。」と拳をにぎりしめた自分がいます。薬を使っていなくても、体から湧き出る天然エネルギーを感じ取る自分がいます。嫌な事でも「やらないよりマシ！」っていう自分がいます。残りの人生を胸を張って生きるように。



「横須賀刑務所矯正展」

ユウジ

去る10月24日、仲間と共に横須賀刑務所でエイサーの演舞を披露しました。野外でやったのですが、蚊のような虫が異常発生していて口を開けられない状況の中、叩きました。私は何度も刑務所に入っていたので刑務官の人達に少しは恩返しをしたいと思いながら一生懸命やりました。今度は受刑者の前で叩きたいな！

「DARC 対抗ソフトボール大会」

ドン



去る10月8日、荒川でDARC対抗ソフトボール大会が開催されました。たくさんの仲間が集まり、今までの練習の成果を発揮していました。また、試合だけではなく皆それぞれフェローシップなどとれて、とても充実した1日を過ごせました。その中で、我が千葉ダルクはなんと・・・最下位という結果で幕を閉じました。むかしの生き方みたいに言い訳はなく、皆この結果を真摯に受け止め、次回に向け頑張ろうと一致団結したような気がしました。「まあ楽しめたし全然気にしてないし～」というのは嘘ですが、絶対に次は1勝するぞ!!!

ドン

「千葉県精神障がい者交流会」

ユウジ

千葉県野田市総合体育館にて障がい者交流会にエイサーを演舞にいきました。交流会の人達は50人程いて少し緊張しながら叩いていましたが、交流会の人達に真剣で優しい眼差しで見てくれて、拍手を貰った時はとても励みになり、楽しく最後まで演舞ができました。これからも機会があれば、障害者の人達と交流を深めていこうと思います。

千葉ダルク活動報告



<平成22年9月～11月度の活動>

千葉市地区薬物乱用防止指導員、千葉ダルクに視察研修
第8回保護局関係職員処遇強化特別研修にて講演
千葉県佐倉市立佐倉中学校にて講演
東京保健医療大学にて講演
千葉縣市川市立下貝塚中学校にて講演
プラザ菜の花にて講演
横須賀刑務所矯正展にてエイサー演舞
秋元病院祭りにてエイサー演舞
東京カテドラル聖マリア教会にてエイサー演舞
千葉県精神障がい者交流会にてエイサー演舞
NPO法人JFSAフリーマーケットにてエイサー演舞
スルガダルクフォーラムに参加
荒川河川敷にてダルク対抗ソフトボール大会に参加
千葉県心の健康フェアに参加
徳洲会四街道病院インフルエンザパンデミック対策講習に参加
富里修道院にてボランティア活動
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）
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（毎月第一・第三金曜日）
千葉刑務所へメッセージ（毎月第一・第三金曜日）

<平成22年12月度以降の活動予定>

千葉県立実籾高等学校にて講演予定
千葉県立市川北高等学校にて講演予定
千葉市青少年補導員連絡協議会研修会にて講演予定
社日本麻酔科学会 第58回学術集会にて講演予定
千葉ダルク年末フェローシップ予定
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）
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（毎月第一・第三金曜日）
千葉刑務所へメッセージ（毎月第一・第三金曜日）
千葉菜の花家族会に参加（毎月第二水曜日）