

Sskp

CHIBA DARC NEWSLETTER



Keep on Growing! No.21-01

令和3年1月号 編集:株式会社 Half Way

千葉ダルク:千葉県千葉市中央区白旗 3-16-7 ☎043-309-4300

拝 啓

大寒の候、皆様におかれましてはこの災禍にあつてご苦労も多いかと拝察いたしております。昨年は新型コロナウイルス感染症に社会全体が翻弄された一年となりました。幸いなことに千葉ダルク職員や利用者さん、卒業生、関係者の方々の中で感染もなく過ごすことが出来ました。しかし、県内では連日のように感染確認のニュースが流れています。年末年始は千葉県匝瑳市にある日頃からお世話になっております「岩沢荘」に職員や利用者さん、卒業生みんなで集まり一緒に12月31日から1月2日まで過ごしていましたが、今回は3密や周りの状況を考えて泊まり込むことは断念しました。しかし、このような状況であれ無事に年を越せた1年の始まりのお祝いとを考え、また岩沢荘の皆様の配慮もあり、1日の正月の朝は裏の野手浜海岸に集まりみんなで初日の出を迎え、おせち料理や海鮮料理などをいただくことができました。

千葉県では状況も落ち着かないまま再度、緊急事態宣言が出され外出や密を避ける、飲食店などでは時短営業など大変な状況が続いています。ダルク利用者さんの中でも10名ほど就労プログラムに出ているメンバーもいますが、事態が収まらなくてアルバイトの日数がゼロになってしまう方もいれば、逆に人手が足りなくて週6日のフルタイムになり大変な状況になるメンバーがいました。また、調子を崩す者もいれば、再使用するメンバーもいました。一刻も早くワクチンが出来るなど少しでも早く収束して、明るい社会が戻ってきてくれることを願っております。

話は変わりますが今回のニュースレターに新しいパンフレットを2部同封しております。1部は生活訓練事業を行っています「一般社団法人 千葉ダルク」もう1部がナイトケアなどの入寮事業とグループホーム事業、今後新たな事業として就労継続支援事業を検討している「株式会社 Half Way」のパンフレットを同封しておりますので、お読みいただけましたら幸いです。また千葉ダルクでも研修から帰ってきて新たに職員となるメンバーもいますのでまたの機会に紹介させていただきます。

平素より千葉ダルクの活動にご理解とご支援をいただいている皆様には大変感謝しております。私たちに何か出来ることなどありましたら、是非声をかけていただければと思います。こんな状況だからこそあらためて周りの人たちの力強さを感じ、感謝の気持ちでいっぱいです。引き続きご理解とご支援のほうよろしく申し上げます。 敬 具

職員 田畑 聡史



「ダルクに入寮して」

太 郎

皆様、はじめまして。依存症の太郎です。

私は、55歳を過ぎました。「ダルク」の存在を知ったのは、刑務所の中の刊本を読んだ時でした。同時に、自助グループ（NA）の存在も知りました。刑務所の中では、薬物事犯が集まり、ダルクの職員が来所して行うミーティングへ、定期的に参加していました。その中で、薬物事犯たちが犯した罪によって苦しむ家族たちが語るDVDを観せられ、それを観る度に、自分の過去を思い出し、苦しくなりました。今まで自分のしてきた悪事を、素直に受け入れる事が出来なかったのでしょうか。

「ダルク」とは、何をする所なのか？と、深くも考えず、「ダルクに入寮したい気持ちを表せば、仮釈をもらえる…」という、軽い甘い考えでおりましたが、そのDVDを観る度に、自分の過去を思い出し、ダルクに入寮したい気持ちが薄らいでゆきました。「出所したら、覚せい剤なんか絶対しないぞ！美味しいものを、沢山食べよう！旅行にも行きたい！」と、夢を膨らませておりました。

刑務所の中で、「条件反射制御法入門」という本に出会い、「ああ、自分は病気なのだ…入院して治療したら、治るのだ！」と、強い衝撃を受けました。早速、著者（精神科医）に、入院して治療をしたい。という、意向の手紙を書きましたら、著者より返信があり、出所したら、入院に決まりました。

精神病院に4ヵ月近く入院し、生活保護につながり、退院したら、居宅する事になりました。居宅しても、仕事を探しめせず、訪問看護を受けつつ、精神科へ定期的に通院しながら、のんびり暮らしていました。

しかし、薬遊び仲間を自宅に招き入れ、覚せい剤を使用してしまいました。覚せい剤は、一度限りの使用にとどまらず、酒と処方薬とのチャンポンを繰り返し、クルクルパーの生活をしていました。訪問看護を断り、精神科へ通院もしなくなった時、主治医から直接電話がかかってきました。「あなたは、シャブを使っているでしょう？」と。私は、「いいえ、そんな事はしていません。仕事を探しています。」と、嘘をつきました。主治医は、「あなたは、嘘をついているでしょう？いいですよ。辛くなったら、いつでも来なさい。」と、告げられ電話をきりました。

私は、二週間ほど一睡もせず、ふと自分の顔を鏡を見たら、酷い形相になっておりました。

「このままでは、自分は捕まる！仲間と縁を切り、入院させてもらおう！」と思い、早速主治医に電話しましたら、即入院に決まりました。

強い安定剤を処方され、こんこんと眠りました。一ヵ月位入院して、ある時主治医に、「あなたは、この先何をしたいの？」と聞かれました。「居宅して、もう一度やり直したいです！」と答えましたら、「あなたは、もう一度シャブを使うでしょう？…止めた方がいいなあ…」と言われました。「では、どうしたらよいのでしょうか？」と伺いますと、「ダルクに行きなさい！」と強い口調で言われました。「ダルクに行ったら、どうなりますか？」と尋ねますと、「人の為になれますよ。」と諭され、千葉ダルク入寮を、決意しました。行き場を失った私には、光が差し込みました。ある日、千葉ダルクの代表が面会に来て下さいました。代表は笑顔で、「おう！心配するなよ。色々あるだろうけど、頑張れよ。」と励まして下さり、勇気が出てきました。

刑務所で過ごした4年間は、長かったです。刑務所の中で、反則行為を繰り返し、懲罰を何回も受け、内省文を書いていた事を思い出しますと、本当に反省しているわけではなく、過去に私がした悪事を、心から悔やんではいませんでした。

居宅していたアパートを引き払い、千葉ダルクの、就労施設に入寮しました。4 年前の、10 月 25 日です。ダルクに入寮して、色々な仲間と知り合いました。ダルクのプログラムに慣れるまで、時間がかかりました。初めの頃は、プログラムへ義務的に参加していただけていますが、その内に「薬を使わずに、生活できるって、いいものだなあ！」と思いました。色んな麻薬を、大量に使用していたせいかな？刑務所に入って 2 年間は、記憶障害に陥り、「どうせ自分なんか、社会になんて復帰出来ないし、頭がおかしくなって死んでもいい…」と諦めていた頃から比べますと、蘇った状態でした。

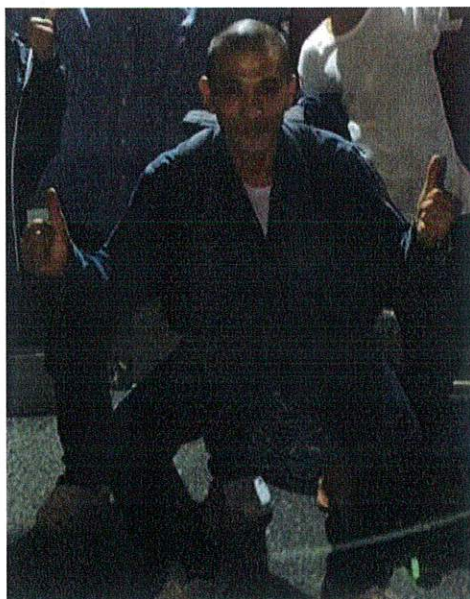
入寮して、初めてエイサーの演舞を観た時は、感動しました。エイサーの曲によって違いますが、カッコよい！と思う曲、胸がジーンと感動する曲、色々ありました。入寮して暫く経った時、職員から、エイサーの「七月節」という曲の、「チョンダラーを覚えるように。」と指示を受けました。（チョンダラーとは、太鼓を叩くのではなく、扇子をもちながら演舞をする、神様のような役です）プロの演舞を DVD で観る限り、本当に格好良く、自分には無理！と思いましたが、1 月の寒い中、公園で扇子を持ち、練習をしました。下手ながらも、本番で演舞させて頂き、観客から拍手をもらった時は、本当に嬉しかったです。あの喜びは、忘れられません。この 4 年を振り返って、色々な事がありました。ミーティングに参加している内に、共感をもてる仲間の話を聞いて感動したり、スリッパ（禁止されている薬や酒の使用）して、職員の方たちから注意され、仲間たちから励まされ、勇気をもらい仲間の有難さを感じたり、亡くなった仲間の事で泣いたり…思い返せば、きりがありません。

私がスリッパした原因は一体何か？…と、今、じっくり考えますと、全く子供じみた気持ち…隠れて悪いことをする快感…現実逃避だと思います。覚せい剤は、再犯率が高いと聞きますが、全くその通りだと感じています。楽しい思い出も沢山あります。ボーリング大会、忘年会、NA（自助グループ）の、コンベンション、ギャザリング、DJ フェロー…色々な仲間たちとの出会い…等々

私がダルクに入寮して、以前の私と比べて変化したところ、周りから学んだ事は何かな？と考えてみますと、今、健康であることに感謝できること、苦しいとか辛いのは、自分だけではないと思えること、自分の事ばかり考えているようでは、成長できないのだと、思える事です。

私の両親はすでに他界し、身内たちとは疎遠になり、一人になってしまった私は、この先どうやって生きてゆけばよいのか？…正直なところ、具体的に考えが至っておりません。その理由は何故なのか？…じっと考えてみますと、今の自分に余裕がないのだと思います。二度と刑務所に入りたくない！精神科には、入院したくない！から、薬を使わない…と思っている今の自分は、まだまだ回復していないと思います。

しかし、過去と同じような失敗をせず、今、自分に与えられた事を精一杯して、周りに迷惑をかけず、後悔しないように生きてゆく気持ちになれたのは、ダルクの職員の方々、仲間たちと共にいるからなのだ…と感じております。皆様、有難うございます。





「時」

CHOP

私は、アルコールと処方薬に問題があり約7年前の5月に病院の紹介で千葉ダルクに入所いたしました。入所当初は、ジストニアという病にかかっており、首が横に向いていました。

しかし、入所して薬の管理や規則正しい生活をしている中で、抱えていた色々な、プレッシャーとかが無くなり入所3ヶ月で2年近く付き合っていたジストニアも回復して「もう、大丈夫だ、普通に生活が出来る…」と思い施設を自主退寮し、親元に戻ったのですが、親に「約束が違う」と言われ門前払いされて、ヤケになった私は、親に頂いたお金で居酒屋に行き、有り金を全部飲み食いに使って道端に寝て程無く警察のトラバコの御世話になり、そこから病院に繋り、再度千葉ダルクへとんぼ返り。其までは、あまり意識をしてなかった仲間とのダルク生活、自分のプライドが邪魔していました。仲間に対して「貴方達とは違う」と、先ずは、仲間と分かち合う事を意識しました。

仲間と分かち合うには、仲間一人一人の情報が必要、其にはミーティングで仲間の話を聞くのが一番だと思い、兎に角仲間の話を聞いていました。その仲間の話の中で、「なんだ、私と同じだ…」と思い、ミーティングで話せなかった私もミーティングで話せるようになりました。

さて、最近の話に変わりますが、ダルクに入所して7年近くたった今、ミーティングの大切さがようやく解るようになりました。今では、先人をきり自分の話ができるようになりました。

自分で物事を抱え込む性格だった私もミーティングで良いこと辛いこと一日の出来事が普通に話せるようになりました。

「何で話せるようになったのか…？」

と自分なりに考えたところ私に今までに無かった“自信”がついた事だと解釈しました。ダルクに繋がる前の私は、自助会に出ても「パス」とか「一日断酒で頑張ります」の一言で切るように終わっていました。

以前御世話になっていた藤岡ダルクで施設見学者に対してスピーカーをやらせてもらい、話す自信ができました。施設プログラムであるエイサーなども藤岡ダルクで毎日のように練習をして自信が付ききました。

今、千葉ダルクで介護系デイサービスにてアルバイトプログラムをしているのですが、働いているデイサービスでエイサーの演舞の依頼があったのですが、コロナ渦の中なので大勢では不味いとの事で、一度は、断念したのですが折角の御誘いだし、大勢ではなくて一人ではと、デイサービスの所長さんに御願いをしたところ許可が出ました。一人でのエイサーは、僕の成長の為でもあるし僕なりの仲間へのメッセージでもあるのです。「CHOPは、元気で頑張っているよ」と

勿論オジーオーバーにも聴かせたい一心で一人での演舞に決まりましたが、音響さんと車の運転手さんは、千葉ダルクの仲間にお手伝いをしてもらいましたが、舞台演舞での一人は初めて、でも一人で盛り上げる自信が有りました。それは、藤岡ダルクの仲間が知っている事でしょう笑

本来、エイサーは、若い方々がやるもの私は、53歳…マダマダ行けますよ、若い者には負けません！デイサービスでの一人での演舞が終了して、結果大盛況で、デイサービスの所長さんや、会社の部長さんに「又是非エイサーを施設で宜しく頼みます」と、とても感謝感謝、やったかいが有ります。そのエイサー演舞でデイサービスのスタッフも

「感動しました」

「活き活きしていますね」

スタッフとの距離も縮まりましたし、利用者様にも多数の方に声をかけて頂き、利用者様の中には感動して泣いていた方も、私の熱い想いは演舞に全集中していましたからね、オジーオーバーにも通じたと思います。

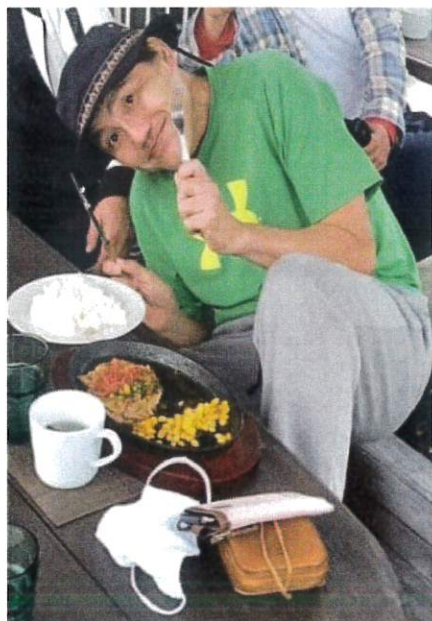
今になって、千葉ダルクで藤岡ダルクでの経験が活かされてまいりました。勿論、今居る千葉ダルクでの経験も活かされております。三回のスリップは、その時は挫折感を感じましたが、仲間の励まし、スタッフの励まし、代表の励ましがあり踏ん張れて今が有ります。

それが私にとって色々な気付きに繋がり今の止めていけるツールになっております。スリップの回数に入っておりませんが、藤岡ダルクに入所した理由は、感情のスリップ、千葉ダルクで研修をしていて職員を目指すため研修生として藤岡ダルクへ参ったのですが、以前からダメと言われていたSNSを使用、使っても、バレなきゃ良いと言う感情のスリップ。私の知らない所で私がしていた事が他人様にとっても迷惑をかけてしまっていて…結果、藤岡ダルクでの研修生での生活は、出来ず寮生として藤岡ダルクに受け入れて頂きました。藤岡ダルクに行った事が私の道を変える事に繋がり、少し前まで藤岡ダルクでの経験が遠道だったと思っていたのですが、実は1番の近道で…

例えで言うと、近道をしたが渋滞していて全く進まず、でも回り道をしたらガラガラで目的地に近道をするより早く着く、みたいな…です。早く結果を知りたがっていた以前の私、今まで近道ばかりをしていて大切な物も見えず失敗していましたが、回り道も悪くない、回り道で素晴らしい景色も観ることができたと、此が大人の余裕の考え方ですかね？しかして、ソコに気が付きました。

千葉ダルクに帰って来て仲間が変わった所を見せるのでなくて、今でも変わろうとしている所を見せるのが良いと思い今でも自分のプログラムに入れております。変わろうとしている、仲間の姿を見ても熱いものを感じますし、きっとアルバイト先でエイサーをやって変わろうとしている自分に感動したのだと思います。勿論、アルバイト先の所長さんを初めスタッフの方々に千葉ダルクに居る事、生活保護の事も包み隠さず話しています。

私は、代々石材店を営んでいる家に生まれました。父親は、私が千葉ダルク入寮中に他界しました。ですが、代表の計らいで、父の亡くなる前に父が入院している病院に行けました。父は、病床に居て久しぶりに逢う私の顔を目で追って私を見て、涙を流して、私の手の平の中で息をひき取りました。



その時、私は父の死を受け入れられませんでした。妹夫婦は、号泣しているのに、私は、泣けず無理矢理泣いていた気がします。しかし、父の御通夜の最に、長年付き合いのあるお坊さんの、父の亡骸を見ながら御経をあげていたその目から涙が溢れているのを見て、私は心底に泣けました。この父の死は、4年前で今考えると「あの頃は、感情が壊れていたな…」

今では、エイサー演舞中に泣けるし、自分の誕生日に祝ってくれる仲間を見て泣けるし、いくらか普通に近付いたのかなと～思います。

私が此処まで来るのには、しばしの“時”が必要でした。

千葉菜の花家族会

薬物依存症者を抱え、悩み、絶望の底にいた私たち。同じ悩みを抱える仲間として支え合い、道のりは遠くてもゆっくり回復し、笑顔を取り戻すための場所ができました。一人でも多くの御家族・関係機関の参加をお待ちしております。

千葉菜の花家族会 会長 くろかわななこ

日 時：毎月第二水曜日 午後1時00分から午後5時00分まで

会 場：千葉市ハーモニープラザ

対象者：1, 薬物依存症者の家族や知人

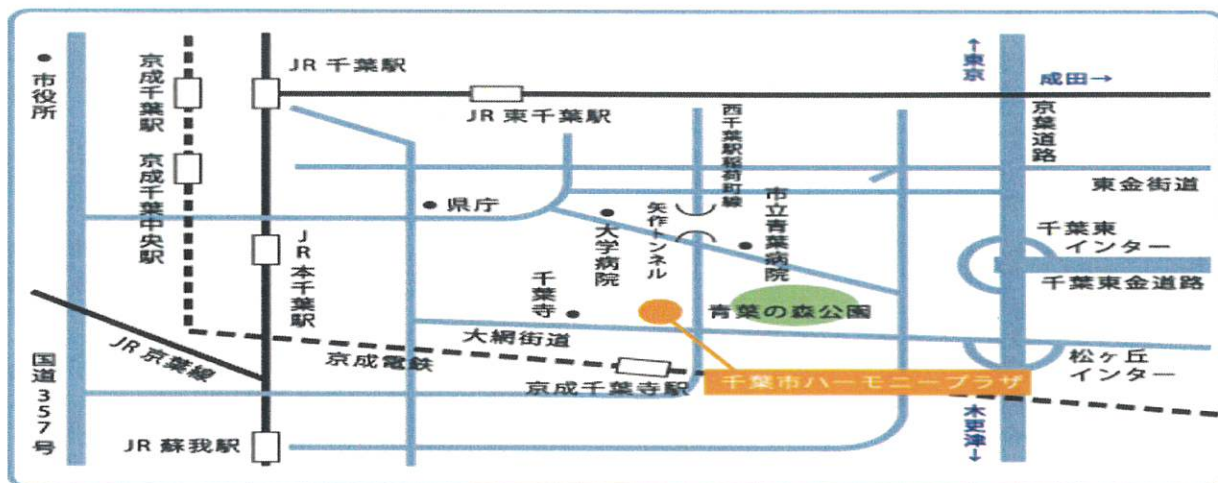
2, 薬物依存問題に関する機関職員

なお、薬物依存症者ご本人の参加はご遠慮頂きます。

月会費：家族（グループ）1,000円を会場でお申し込みの際に頂きます。

内 容：1, 関係各機関ゲストからのメッセージ

2, 家族のミーティング



ハーモニープラザまでのアクセス

◎電車利用の場合

・京成電鉄千原線「千葉寺駅」下車、徒歩6分

◎バス利用の場合

・JR千葉駅東口2番バス停から千葉中央バス（県庁・星久喜台経由）「千葉リハビリセンター行」「菅田駅行」「鎌取駅行」「大宮団地行」等、（県庁・青葉病院経由）に乗り、「ハーモニープラザ」下車（1時間に8～13本）
・JR蘇我駅東口2番バス停から「大学病院行」に乗り、「ハーモニープラザ」下車（1時間に2～3本）

問い合わせ ・ NPO 法人やっかれん（全国薬物依存症者家族会連合会）

Tel 03-5856-4824 Fax 03-5856-4827

・千葉ダルク : Tel 043-209-5564

千葉ダルク活動報

<令和2年10月～令和2年12月の活動>

若手職員向けの職員研修および交流会 参加
株式会社日本医療企画 感染症対策力向上支援業務研修 参加
あまがだい農産物直売所にて農作物の出店
軒先市にて農作物の出店
いい街チバ フリーマーケット エイサー演舞
第2回花島和太鼓まつり エイサー演舞
千葉県立八千代東高等学校 薬物乱用防止 講演
医療法人梨香会 秋元病院 オンラインメッセージ(偶数月第二金曜日)
医療法人社団健仁会 船橋北病院 アルコール家族会 参加
独立行政法人国立病院機構 下総精神医療センター家族教室 講演
下総精神医療センター 専門病棟 メッセージ(毎月第一・第三水曜日)
八街少年院 メッセージ(毎月第二・第四水曜日)
千葉保護観察所 身元引受人会に参加
千葉保護観察所 ステップアッププログラム
千葉菜の花家族会 ミーティング(毎月第二水曜日)
特定非営利活動法人 JFSA 洋服選別作業ボランティア(毎週金曜日)
千葉県精神保健福祉センター 相談業務(毎週第二・第四水曜日)
千葉県精神保健福祉センター CHANCEプログラム(毎週金曜日)
千葉県精神保健福祉センター 依存症家族教室 参加
千葉市こころの健康センター依存症治療・回復プログラム(毎月第一・第三水曜日)
千葉市こころの健康センター当事者ミーティング参加(毎月第三金曜日)
千葉市こころの健康センター家族向け学習会 参加



<令和3年1月以降の活動予定>

新型コロナウイルスの影響もあり未定となっています。

<その他の報告>

令和2年10月～12月までの卒業生 2名

相模原ダルクでの研修1年を終えて
ジョー君が帰ってきました。



千葉ダルクへの献金・献品のご協力ありがとうございました

令和2年10月～令和2年12月 支援して下さいました方々

- ・黒川奈菜子・千葉菜の花家族会・渋谷茂・井桁勝巳・岩沢荘・湯浅拓己
- ・松尾加奈・千葉中央区保護司会・上小沢審・カトリック茂原教会・海老根英人
- ・田畑健二・鈴木正弘・千葉県精神保健福祉センター・湯川幸信・黒崎富子
- ・かみやま行政書士事務所・すずき会計事務所・渡邊美代子・藏田亜希子
- ・潮騒ジョブトレーニングセンター・鈴木淳・梅宮健朗・太田猛・米田夫妻

その他多数の匿名の方々（順不同 敬称略）

いつも皆様方には温かいご支援を頂き、誠に感謝しております。毎回お願いばかりで心苦しいのですが、引き続きご支援の方（石鹸・シャンプー・洗剤・毛布・ご家庭で使わなくなった、まだ使えるけど不要なものの掃除機等…）の献品・献金のご協力を宜しくお願い致します。

便宜上すべてのニュースレターに献金の為の郵便振り替え用紙を同封していますが、これは強制ではありません。また「匿名希望」の方はその旨を通信欄にその都度書き下さるようお願いいたします。皆様の献金を心よりお待ちしております。

編集人 株式会社 Half Way 〒260-0841 千葉県千葉市中央区白旗 3-16-7
発行場所 特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会
〒157-0072 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17 ヴェルドゥーラ祖師谷 102号
価格 100円

※お問い合わせ

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC
CHIBA



○株式会社 Half Way（千葉ダルク本部）

〒260-0841 千葉県千葉市中央区白旗 3-16-7

TEL 043-309-4300 FAX 043-209-5565

e-mail: info@chiba-darc.org

ホームページ: <http://chiba-darc.org/>

○九十九里ハウス

○一松ハウス

○白子ハウス