

# KSKP Threshold

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ ニュースレター Vol.35

～すれっしょんど～ (出発点)

神戸薬物・アルコール依存リハビリテーションセンター

スレッシュョルドとは、新たな出発点、飛び立つ場所という意味です



## 希望のメッセージ Message of Hope

あっという間に春が来て、夏が来て、もう年末でお正月の準備やクリスマスツリーの準備など年の瀬は忙しいものです。私たちは、これまでの人生で、クリスマスや正月というのは、なぜか寂しい思いが強くなります。そんな仲間は多いです。私の言葉で言うと、自分のところの中に誰も存在しない。と言うような感覚だった気がします。また、時間もとても長かった。刑務所やダルクなどの施設もそうですが、時間が倍くらい長い。同じ時間なのに。アインシュタインはその部分はちゃんと研究してくれたのだろうかとも思います。私もダルクに繋がった当初、ミーティングの最中は、ずっと時計の秒針を追っかけていました。そんな私たちも、ダルクでの年末年始は、仲間と寄り添ったりくだらない話をしたりと言う貴重な時間を過ごします。刑務所から出てきた仲間が「こんな年越しを迎えたのは数年ぶりだ」と、目に涙を溜めて言ってくれることに私たちも希望をもらったりして過ごします。あまり私と話をすることがない仲間に、自分が酷かった頃の話をする、目を丸くして「おれより全然狂ってるじゃないですか!」と驚かれることもよくあります。そんな仲間の嬉しそうな顔の向こうに見えるのは希望なのでしょう。神戸ダルクのスタッフはみんな「先行く病人」です。こんな俺たちでも笑っていただけるという希望になりたいものです。

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 代表理事 梅田靖規

自立訓練(生活訓練)神戸市障害福祉サービス事業所 デイセンター リカバリー

〒653-0041 兵庫県神戸市長田区久保町 7-7-18 ←郵便物はこちらへ

TEL 078-224-4244 FAX 078-219-9741 e-mail kobe.darc@gmail.com

西宮ファミリーカウンセリングオフィス

〒663-8177 兵庫県西宮市甲子園七番町 9-18 H2O 甲子園 303 TEL 078-600-9525

共同生活援助(グループホーム) リカバリーホーム TEL078-647-7744 (神戸市須磨区)

リカバリーホーム 2&3 TEL078-764-6988 (神戸市垂水区)

SPEAK EASY(タコス&お弁当販売) 神戸市長田区久保町 3-6-9 1F TEL 078-584-3902

指定就労継続支援 B 型(10月より)事業所 ぱっくやーど 神戸市長田区久保町 3-6-9

姫路アデクションサポートセンター 〒670-0832 兵庫県姫路市双葉町 96 Tel 079-255-5033

智頭リトリートヴィレッジ 〒689-1411 鳥取県八頭郡智頭町八河谷杉の木ランド テニスコート下

www.kobedarc.org

神戸ダルク

検索

## Reunion 再会

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 代表理事 梅田靖規

このニュースレターの通関番号の発行を事務の石井さんをお願いして「この番号で取っておきました」と連絡が来た時に「お、いい日ですねえ、ありがとうございます」という話をしたのを思い出します。私は私の回復の年数以上に、12月と言うのは複雑な気持ちを想う時期でもあります。12月4日は母の誕生日、12月22日は私の誕生日、そして12月14日は私の娘の誕生日でもあり、今年には20歳を迎える誕生日の日でした。

私の薬物依存が悪化したのは、散々な行動をし、何度も約束を裏切り、ついに当時1歳半だった娘と会うことができなくなった後でした。鎧が完全に外れてしまったような状態で、私の意志の弱さと、娘への想いはこんなものなのかと、自分の生まれてきたことの意味さえもわからなくなってしまい、償いの気持ちから、自分で自傷行為のように薬物を使い出したのもそうですが、その反面、「これで薬を誰にも迷惑かけずに使える」ところの中で思ってしまったのを思い出します。後者の部分は一般の人には理解できないでしょう。ですが、それが薬物依存症なのです。

そんなことをしながらも、立ち直りたい気持ちも、どんどん壊れていく中で時に強くなっていきます。でも、一人でどれだけ気合を入れても、数ヶ月が限界でした。そんな時に母親にダルクを紹介されました。ダルクでの回復の中で、12月を迎えるたびに苦しい気持ちが回復初期は拭えませんでした。「こんなところで、毎日何も背負わずに、のんびりとミーティングだけしている自分でいいのだろうか？」と自問自答ばかりでした。今思うと、私は私の気持ちだけしか考えられていなかったのだと思います。

そんな中で、私も仲間に支えられて元気になっていきました。さまざまな家族会に行けば、さまざまなお母さんたちがみんな声をかけてくれます。特に愛知家族会の方々は「私はお母さんの友達」と言って声をかけてくれるのですが、少し照れくさいながらも、嬉しい気持ちになります。私自身がNAのサービスを夢中でしていく中でも、赤羽のオフィスで会議する時に、とても好きな時間がありました。それは喫煙コーナーで話をするちょっとした時間でした。僕はタバコを吸わなくなっても、そこに休憩の時は行く感じでした。と言うのも、そこにいる先輩たちが、自分の娘と再会し、今は関係性を持っていて「いやあ、先日娘の買い物で給料全部使ってしまったよ」とか、学校への進学の話をお父さんの顔して、楽しそうに話している仲間の会話が大好きでした。「僕、もう20年近く会えてないけど、会える日がくるのかなあ」と相談した時に、二人の仲間が声を揃えて「うめちゃんはどういつでも準備ができてよ。もう大丈夫だよ。あとはいつ子供が会いにきても、そのときにちゃんと生きていることだよ」と言ってもらえた言葉に愛と希望を感じてこれまでやってきました。

私にも家族ができ、子供たちの眼を見ながら一生懸命妻と神戸ダルクを運営してきたなかで、子供の存在はとても大きく、子供から受ける恩恵を思いながら、その度に毎回、娘のことを思い出していました。

私がダルクの職員になって生きることを決めたのも、群馬ダルクで、亡くなったポールさんが、私のために「このプログラムを絶対に諦めず一生懸命やれば、あなたに必要なものは必ず返ってくる」と言われた言葉も私を支えてくれました。

先日、今年の2月に亡くなった近藤さんを偲ぶ会が東京のアパリで行われ、私も前日から東京のホテルに入っていました。そこで母から連絡があり「ノアちゃんが、あなたに会いにきた。これがノアちゃんの電話番号」と言われました。

頭がおかしくなりそうでした。すぐに電話をしようとしても、足がガクガク震えて、携帯のボタンが押せませんでした。ホテルの1階のコンビニに2回意味もなく行きました。妻に連絡しました。先行く仲間に電話しました。二人とも「応援してる。よかったね」と言ってくれて、娘に連絡をし、近藤さんの会には参加せず、地元の愛知県の岡崎市に、すぐに戻りました。近藤さんの会も大切ですが、そちらに参加したら近藤さんが「お前、なに考えてんだ？」と天国で怒っていたでしょう。

地元に戻り、娘と最初に再会した時に娘からの言葉は「お父さん、初めまして」でした。それが現実なんです。娘の記憶では初めましてなのです。そのまま、ご飯を食べに行き、翌日も一緒に過ごしたのですが、終始お互い敬語でした。お互い、むちゃくちゃ疲れ果ててしまったと思います。お互い緊張のあまりヘトヘトでした。

それでも、お互いにいろいろなことを話しました。私は弁解もすることなく、思っていたことをちゃんと話しました。娘もちゃんと話してくれました。私のことをある程度理解してくれていたのは、実はフェイスブックのおかげだったと知りました。娘が中学の時に調子を崩した時に私の名前をフェイスブックで見つけて、ずっと僕の投稿を見てくれていたそうです。私に家族がいることで落ち込んだり、誕生日の日に必ずおめでとうと投稿していたことで「私はお父さんにちゃんと愛されている」と思ってくれたことと「酷い人だと聞いていたけれど、フェイスブックで見ると、ちゃんとして生きている人だ」と言うのを思っていてくれたようで、会いたい気持ちが抑えきれず会いに来てくれたのです。

私は娘と一旦別れて、神戸に向かう電車の中で「神様っておるなあ」って心の中で強く凜とした何かを感じました。私がこのことを刑務所の中にいる文通をしている仲間たちに伝える手紙を書きました。みんな同じように、取り返しのつかない失敗をして諦めてしまっている仲間たちにとって、この経験は希望になります。そして、娘の幸せをどうやって見守っていくか、一緒に歩いていくか、私も12月で50歳ですが、健康で長生きしなければなと思います。

わたしが生きることがどうにもならなくなり自殺未遂をした時に「あなたは死んではいけない。あなたはまだ気づかなきゃいけないことがある」と強く言ってくれた母、そして今も双子たちの大暴れを鎮圧しながら私の回復を支えてくれている妻と子供たち、そしてなんだかんたいろいろなことは解決していませんが、娘を今日まで育ててくれた元内妻、本当に感謝しています。私には私の回復を自分のことのように喜んでくれる仲間が今は自分の周りにたくさんいます。私の娘の幸せを祝福してくれる仲間がたくさんいます。私はこれからも仲間たちと歩いていきますし、新しい生き方を歩いていきます。2002年12月14日から2022年12月14日まで、いろいろなことがあり、償っていくこともたくさんあります。でもこれからなんです。マークザッカーバーグにも一応感謝しておきます。

そして、望愛ちゃん、おかえりなさい。おとうさんもたまたまです。

## 講演を仰せつかって

スタッフ シモ

先日、代表から僕のかわりに講演にいける?と不意に言われました。「えっ」てなりましたが、わかりましたと答え引受させてもらうことになりました。僕自身、誰かと一緒に講演に参加することはありましたがそんなときは、だいたい自分の体験談のような内容ですのでそれなりに話すことはできていました。しかし今回内容を確認すると、1つは保護観察所での引受人会、もう1つが精神保健センターでの講演との事。さらに代表が講演で使うパワーポイントをつかってするとの事でした。実は僕、パソコン自体が苦手…さらにパワーポイントを使った事が無い…どうしようかと不安に思いましたが、代表の梅さんにちゃんと使った事が無いので教えて下さいねと伝え後日教えてもらえるようにしました。

講演当日、1つ目は保護観察所での引受人会、こちらは自助グループで何度か参加させて頂いていたので緊張は少なく、その日も自助グループのメンバーも参加していて知っている仲間も来ていました。なので不安に感じていた事もだいぶ楽になりました。あとはパワーポイントをちゃんと使えるのか?という不安だけでした。講演が始まり早々に僕の時間に、自己紹介をし不慣れな事をお伝えし講演内容に移りました。自分の抱えていた不安とは裏腹にスムーズに話せている自分がいます時間内に話し終わる事ができました。自分でもビックリです。やはり事前にしっかりと打ち合わせをし落ち着いて望む事の大事さを感じました。次は精神保健センターでの講演です。こちらの講演ではハイブリッド式で実際の会場と映像の両方を使った形ですとの事、保護観察所で一度していたので不安も少なくなりましたが、新たに映像を繋ぐことに対する不安がありました。これもまた僕の心配をよそに想像以上にスムーズに進み、質疑応答にも答え講演が終わった後にも職員さんから質問を受ける等にも対応できました。

今回、代表の梅さんから講演の代役をさせてもらい、すごくいいスキルアップにつながる経験をさせてもらいました。今回、自分が思っているよりもスムーズに進んだネタばらしをすると、講演するにあたって代表の梅さんが僕が話しやすいようにパワーポイント変えてくれていました。さらにここはこの話をしてここではこのことをポイントにとアドバイスも頂いていました。最後に、講演をさせて頂いて感じた事は人に何かを伝える事の難しさ、真剣に話すことで伝わること、一人で講演していても僕は一人では無いって事に気付かせてもらいました。また機会があれば経験していきたいと思います。ありがとうございました。



## スタッフ研修になって

スタッフ研修 タカ

繋がって1年と10日になります。先日、施設の車検の仮ナンバー取得で区役所に行くと、免許証の住所が前住所になっていたの、住民票を取ってくれと言われ取ったのですが、中間施設に来て1年後の同じ日やったのが何か不思議でした。ちょうど1年前にこの道を通ったんでしょうが、昨日のこの様には覚えていません。早いもので、もう一年も過ぎたんやなと思う今日この頃ですが、当然の事ながらクリーンも重ねています。何故、私はここにいるのかですが、懲役の後、横浜で1年半ほど働いていたのですが、薬を止める気もありませんでしたが、環境が整うのを待っていた病気に操られ、一度始めると意識しているのかしていないのか解りませんが、自身で薬を使う状況を作りだしていった様に思います。結局、辿る道は刑務所、精神病院、死というのが解っていた為、様々にハイヤーパワーの助けを借りて現在の自分があります。ここに導いてくれた事象に感謝申し上げます。この一年間は何も考えず、今日だけの日々の積み重ねだった様に思います。自分の信じるものを守る為に最後の砦と覚悟して背水の陣で望みましたが、去りゆく仲間もいる中、こうして回復の道を歩めている事に自分は恵まれているのだと思いました。集団生活の中でトラブルや人間関係の衝突等いろいろあり、自分の思い通りにいかない事ばかりでしたが、ここまで来る事が出来ました。この度、スタッフ研修の話を頂き、やっていこうと思いましたが、今後の事は、とりあえず、もう一年頑張ってみて、何となくのイメージを具体的にしていこうと思えます。スタッフになるとかは解りませんが、進まざるは退転、今いる場所で努力する事が、どんな形にせよ自分の未来に繋がっていくのだと確信します。ここまでやってきて一番自分の利となった事は回復のルールに乗れた事だと思えます。この先、どれ程の時間が残されているかは解りませんが、道を踏み外しても戻ってくる場所がある事は、ありがたい事だと思えます。話は変わりますが、もちろんで住民票取ったついでに、免許証の住所変更も自分の誕生日に済ませました。新たな形での出発となり、到らぬところばかりですが、今後ともよろしく願います。



## スピークイージー(沖縄フライドタコス店)

タク



こんにちは、アディクトのたくです。前回も書いたのですが、やっとスピークイージーが開店しました。以前からタコスに興味を持っていた私はこの日を待っていました。B型作業所としての店ですが、私には、問題なく一人でも多く食べてもらいたくて作業しています。

何の宣伝もしていないので、お客さんは2人か3人ですが、ちょっとずつお客さんも増えています。ソースも生地も、その日に作っています。タコスにける思いは人より強いとは思いますが火曜日から金曜日まで開店しています。一度食べたらハマります。今は、作る方専門ですが、少しずつでも接客の方も勉強して生きたいと思っています。自分でもおかしいですが、ソースから生地まで全部手作りで、かなり旨いです。神戸に来た時は、ぜひ食べに来てください。スタッフ一同お待ちしております。

## 教会ボランティア

スタッフ ヒロ

僕は2019年3月から神戸ダルクに入寮し現在は一人で暮らすようになりましたがダルクと繋がりながら自分の回復について日常を通じて学ばせて貰っている薬物依存症のヒロと言います。

僕が初めて教会と言う所に足を運んだのが古い記憶できっと小学生にあがる前幼稚園くらいだったと思います。もちろん子供ですからその教会と言う場所がどんな所かも分かりませんしただ兄について



行った記憶があります。あれ？なんであの時教会に行ったのか僕の記憶をたどってみると、勝手な思い込みで兄の友達が兄を連れて行ってそれに僕がついて行ったそんなイメージを思い込んでいました。あれ？って思い早速兄にその時の事を尋ねるとやっぱり僕のイメージが違い母が教会に行っておらんとおっしゃらしく母はクリスチャンでもなく信仰を持ってた訳でもないのに不思議な種を蒔いたなど今はその話を聞いて感じてます。

それから時は流れ父と母が居なくなり僕は道を外すようになる。

少年院の入退院を繰り返し20歳で入った少年刑務所で三浦綾子さんの小説を好んで読むようになる。三浦綾子さんがクリスチャンとは知らずに…。

少年刑務所から出た僕は25歳。浦島太郎のようでした。その頃の僕はまだ惰性で生きてました。それでも結婚して子供が出来少しずつこのままでは駄目やなっと思うようになりました。それでも思うだけで行動が変わりません。だから又気が付くと捕まっているんですね。情けない僕なんです。又刑務所です。それもこの時の刑務所で離婚します。本当に辛かったです。

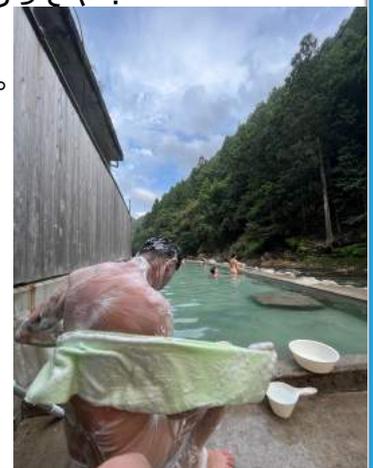
それでもやけにならずに務めを終えました。早く社会に帰って寄りを戻そうと都合よく考えていたからです。出所して別れた妻の再婚を知り直ぐに薬に逃げました。出所から半年もしない内に又薬で捕まっている僕がそこにいました。本当に情けない自分を信じれないどうしようもないそんな孤独に支配されそうになった時にふっと聖書に意識が行ったんです。この時に僕は神様を知りました。ずっと僕に語りかけていたのに僕はその事に気付かずでした。その事を知るんですね。そこからこの数十年の過程が繋がって回心の旅が始まります。そこからこの数十年の過程が繋がって回心の旅が始まります。あれ？タイトル教会ボランティアでしたね！

神様に繋がる過程から書きちゃいました。すいません(笑)

今の僕があるのはそんな色々な過去の1日1日の経験を与えて頂いたお陰なんですね。その先の過程に明石キリストの教会に導かれました。そこで牧師先生はじめ教会の皆様との出会いも始まりました。

時がたち今神戸ダルクに置かれている僕。そこでダルクの仲間と教会のボランティアが出来る事は本当に感謝です。教会ボランティアの話は僕が日曜日に教会に行く中で何か教会のお手伝いが出来ればと言う思いから始まりました。最初はその思いや考えを自分1人の頭の中だけで抱えこんでいたがある時確か仲間が俺も手伝ったんと言ってくれた言葉から、あっそや！

ダルクの仲間と皆でやればやれるなあ～と雲がかかっていた空に一筋の光がさしました。一人よりも二人、二人よりも三人、皆の力って凄いですよ。ほんとに感謝です。出来る事をそれぞれが受け持ち教会の周りの枯れ木や枯れ草など掃除しお手伝いしました。みんな何かの役にたってる事がその時の皆の笑顔に現れていました。その笑顔って凄く暖かく感じ僕の心も癒されるんですね。「俺も手伝ったわ」の言葉、あっそや！みんなであればやれるなっと思えてくれた事、プログラムに入れてくれた事、その場所を与えてくれた事、飲み物やお菓子などお世話してくれた事、きっと気付いていない数々の思いや考えがあったと思います。そう言った全ての事に感謝です。



## 体験談

ケン

こんにちは。はじめましてケンと申します。私は昭和44生まれで現在53歳になります。問題の薬物は覚醒剤です。4度の受刑生活を送りました。膵臓がんより糖尿病を患い、現在闘病中です。膵臓がんは3年前に奇跡的に完治しています。今現在ヘモグロビンA1Cが15.5とあり得ないと医師に言われるくらい最悪で血糖値も600以上あり、食生活を見直しております。今年令和4年9月15日に刑務所を仮出所しまして、神戸ダルクに繋がりました。受刑中より代表の梅さんと、手紙のやり取りがあり、色々となりましたが、無事、神戸ダルクに繋がりました。ダルク生活は34歳の頃、大阪ダルクで2年間入寮した経緯があります。私は20歳の時に大麻、咳止めのブロンを覚えました。クラブ通いの友達から回って来て友人の誘いをずっと断っていたのですが、しつこく誘うので一度だけ…とつい覚醒剤に手を出してしまいました。初めて使った時の感覚は疲れがブツ飛んで凄く凄く気分が良くなり今まで感じた事の無い多幸感などに襲われてスーパーハイテンションになり、何でも出来そうと言った心地良い気持ちの感覚になり、忽ち覚醒剤の虜となり、最初は海にサーフィンをしに行く土曜日、日曜日だけの使用でしたが、使う日の間隔も詰まって来て、トラックの運転の仕事をしていたのですが、仕事でも使う様になって使い続けて5年後には毎日、沢山の量を使う様になって毎日毎日、仕事でもスーパーのトイレ等で使うようになって仕事でのミスも増えて6年間勤めた会社も解雇となり、失業保険も全て覚醒剤に使いました。その頃より幻覚、幻聴でおかしくなっていて、友人宅の前で看板を殴って居たら、友人から「もう、お前と居ると警察に捕まるから家に来ないでくれ」と言われて、その日より、友人皆が私を避けるようになり友人達に私に覚醒剤の売人の連絡先を私に絶対に教えてはいけない決まりとなっていて、私は覚醒剤を手に入れられなくなり大阪の阿倍野区に自宅があったので自転車で、15分位で、西成のあいりん地区に行けるのでTVの「警察24時」で見て西成区で覚醒剤が手にはいる事を知っていたので、私は覚醒剤を求めて西成デビューしました。案の定西成あいりん地区で覚醒剤の売人から声が掛かり、覚醒剤と注射器を手に入れました。それまでは炙りで使用していましたが、その日より注射器で打つことを覚えてしまい更に覚醒剤にハマリ毎日打ち続け追い打ちの間隔も早くなり、ポン中となって行きました。1度目の精神病院の入院となりました。医療保護入院でした。少し経って同じ病棟のシンナー中毒のお兄ちゃんに大阪ダルクとNAの存在を教えて貰い、入院中に医師の了解を得て夜のNAミーティングにシンナー中毒のお兄ちゃんと一緒に参加しました。大阪鶴橋会場で25歳の時にNAデビューしました。28年前の事です。会場では、皆机の上に足を乗せ、タバコを吸いながら恐れそうなお兄さんお姉さん方が何かを話していました。それから逮捕や刑務所を繰り返したのちに、今度はリストカットが止まらず毎日手首、足首をカミソリで切っていました。私の右腕と左腕には数百ヶ所の傷が残っています。退寮して結婚もしましたが、3年で離婚しました。妻は離婚後自死してしまい、今も責任を感じています。妻の分まで生き抜きたいと思っています。退寮後はダルク、NAを離れて就労支援B型、A型の作業所へ行ったりして手話サークルに入ったり1人の生活を楽しんでましたが、3度目の受刑を終えてから理由ありで10年目のクリーンで再使用してしまい、何故か知り合いに警察に通報されて4度目の受刑となります。3刑持ちでしたので(理由あり…書けません。)4度目の受刑となりました。刑務所受刑中に手紙のやりとりや梅さんが面会に来てくれたりしてました。当時の彼女の件で色々ありました。神戸ダルクに繋がって今日付で2ヶ月と7日経ちました。今でも嫌ですが、農作業のプログラムで嫌気が差した時も正直あります。何度かもうダルクから出たいと言う気持ちにはなりましたが今はプログラムは与えられている物と言う気持ちになって来ています。プログラムを楽しんでいる自分も毎日では無いですが居ます。規則や色々と厳しい面も有りますが今は取り敢えず一年やって見ると考えも定まって来ました。以前より12ステップと意識して日々を過ごしております。この11月24日で、仮尺期間も終えて刑の満了日となりました。段々と神戸ダルクの生活にも慣れてきました。もう保護観察所の手より離れました。最近は大好きなシンガーソングライター「ロ



ザリーナ」の曲を毎日神戸ダルクの仲間共有のパソコンのYouTubeで見ても、元気や活力を貰って  
ます。寮でもCD買って、このロザリーナの曲を毎日毎日聞いています。暇な時はパラコードで色々  
編んで趣味にしています。次は麻紐でミサンガでも編もうかと思っています。ミシンも出来るので  
すが逮捕された時、ロックミシンやコンピュータミシンを失いました。神戸ダルクへは、本当、服が数着  
と言う状態で繋がりました。話は前後しますが代表の梅さんには受刑中に身元引受人となって頂き  
ました。私には女性の病も有ります。本当、女性に弱いです。そして女性が怖い面も持ち合わせて  
居ますが私はいつも女性問題でつまづいて来たので要注意ですね。

先日山登りならぬ山頂より下るだけの山下り(笑)(登りがしんどくて出来ないの下りだけ)へ行っ  
て、筋肉痛、五十肩が治りません。プログラムで駅前でのエイサーの練習(恥ずかしい)があつたりで  
楽しんで来ましたが、エイサープログラムは初めての参加でバチ回しが凄く難しく困りました。結構、  
体力も使いますが糖尿病の運動の為と頑張りました。ヨーガのプログラムは穏やかなので好きで  
す。今年もあと少しで終わろうとしています。初日の出も見たいし初詣にも行きたいです。神社仏閣  
巡りも私の趣味で寮の近くで響いているお寺の鐘の音がするお寺にお参りしたいです。プログラム  
でお寺とかに行きたいです。今は12ステップを意識して生活してます。生き辛さも軽減した様に思え  
ます。ガンも完治したし亡くなった嫁の分まで私は生き抜く必要があるので頑張って長生きしたし無  
いけどします。本当は後2年の55歳で死んでも良いと思うのですが、嫁が生きろって言うてくれてい  
ると信じて日々歩んでいます。今は12月11日の神戸ダルクヴ  
ィレッジ5周年フォーラムの準備で忙しくて居ます。自分の  
ペースを神戸ダルクのプログラムに歩調を合わせて、これか  
ら取り敢えず1年やってみます。53年生きて来て、大切な事は、  
その関係性だと思っております。眼科で糖尿病の影響が少し  
出ていますと言われました。私も、そう長く無いので獄死しな  
いようにしっかりプログラムをこなして行こうと考えています。  
読んで頂いた皆様どうも有難うございます。  
ありがとうございました。



## ポコチャの反省(ライターSNS依存)

まあーくん

アディクトのまーくんと言います。刑務所から出所してダルクに入  
りました。4年4カ月がすぎました。今は給料ももらっています。寂しさ  
から、ポコチャを4カ月しました。最初は、そんなに課金をしなかつた  
んですけど女の子がアイテム投げると言うてくるので最初は、小さ  
いアイテムを投げていたんですけど、それだったら上に上がれない  
と、言うてくるので馬車とか投げるようになりました。5千円くらい  
です。まだ、その時は、お金があつたので投げたんですけど投げ  
ていくうちにお金もなってきました。女の子が私のキャッシュカードから  
変わりに投げるからと言って投げてもらう事になりました。そしたら、  
最後には、80万位になりました。最初は、月に4万円返していつい  
たんですけど、払えなくなって仲間に相談しました。そしたら、そんな  
ものは、払わなくて言いと言われて、払わなくなりました。  
それで払えと女の子の方から電話が会社とか代表の方にも会って  
迷惑をかけました。最初は、遊びでやっていたんですけどポコチャを  
したら、面白いし一人の寂しさも紛らわせたりしました。  
前から集中したら、そればっかしになるので、悪いと思ってます。自  
分でコントロール出来たらしたいと思ってますけどわかりません。月  
に花火2発くらいが限界です。ポコチャの事は、だいぶ反省して  
ます。自分の心が悪かったと思います。もっと早く相談すれば・・・



## 大脱出

メー

繋がって4ヶ月。施設にも慣れ毎日のプログラムにも前向きに取り組め、色んなことが楽しめるようになってきました。そんな中、ある事があり、無断で施設を飛び出し、地元の姫路に帰りました。

プログラム中、ある仲間同士がプログラムの取り組み方で口論となり掴み合いに発展しました。それはすぐに他の仲間が止めに入り収まりましたが、その後の1人の仲間の態度が許せませんでした。これまでも自分に対してこんな事があった事と、いつもいろんな事をひた向きに取り組んでいる彼に対して暴言を吐いた事。それに対して謝りもせず、無かった事にした事に自分の怒りが爆発寸前です。今、その彼と向き合うと殴りつけてしまう。そうなれば自分は止まらないと思いました。自分の問題は薬物依存の他に、この暴力の面にも問題があると思っています。過去に何度も暴力沙汰で失敗を重ねています。



自分事の怒りの部分は年を重ね処理できるようになってはいますが、第三者の事となると、その処理が、なかなか出来ません。それに暴力の部分も落ち着いてはいますが、一度、手を出してしまうと見境がなくなり、今まで大勢の人を巻き込み迷惑を掛け、そして無駄なお金もたくさん使ってきました。今、この怒りを押さえようとしても押さえきれない…。生き方を変えようとしているに…。生き方を変えようとしているのに…。いろんな気持ちが入り乱れ、訳がわからなくなってきました。

その時に自分のとった行動。それは「その場を離れる」事でした。過去の自分はそんな行動をとった事はありません。とにかく冷静にならないと思ったのか、いつも通る道を歩きました。いつも通る道とは、駅に繋がる道。自分が初めてダルクに来た道です。その時、自分が何故…に居るのか…。どんな気持ちで来たのか…。そんな事を考えていると、段々と今の出来事の怒りから離れていき、自問自答を初めていきました。そこで、ここに来た自分の決心を再確認しようと思い、姫路に戻ってみようと思い、姫路に戻ってみよつと思いました。電車に乗り、来る時に見た風景を見ながら、執行猶予をもらった意味。人生がどうでもよくなり、死んでしまおうと大量の覚醒剤を使って死のうとし、倒れ、死んでしまうと感じた時、こんな形で死にたくないと思いき、今、生きている事。そんな事を思っていると、今日会った事が凄くちっぽけに思えてきました。その時、今日が保護司面談の日だった事を思い出しました。

姫路に着き、連絡だけは入れておかないと思いき公衆電話を探しましたが、なかなか見つからず、姫路の観察所に行って経緯を話した方が早そうだと思いき、向かう途中、自分がつけて捕まった警察署の前に電話があった事を思い出し、そこに向かい、まずは施設に電話を掛けました。じぶんが繋がる以前に電話で相談したスタッフが電話に出てくれました。事の経緯を話し、とりあえず、すぐ帰って来る様にと言われましたが、今、ここでやっておきたい事を終わらせたなら帰る事を告げ電話を切りました。次に保護司さんにも連絡し、事情を説明し、今日は、面談に行けない事を姫路の観察所に今から行く事を話しました。用事を終わらせたなら連絡しますと話し、電話を終わりました。

観察所に行く前に、自分の事を取り調べた刑事と、釈放されたら会いに来ると約束をしていたので、会いに行く事にしました。

執行猶予をもらった、その足で神戸ダルクに行きプログラムに取り組んでいる事。その中で自分の課題に取り組み、近い将来、必ず姫路に帰ってきて生活する事。その中で、今までの自分の経緯した事を生かし課題を決め取り組んで行く事を話し、観察所に向かいました。そこでも、これまでの経緯を説明し、どうしていきたいのか、どうありたいかを話し、今日は、知人の所で世話になり、明日、朝一番、祖母の墓参りに行って施設に戻る事を言って観察所を出たのです。

その知人の親父さんの体調の事が気掛かりになっていた事からそこに向かっていたのですが自分が思った以上によくなって泊めてくれとお願いする事をせず、最近の様子を聞いてまた、顔を出すからと言ってそこを後にしました。

歩いて駅に向かう中、友人の家を訪れようかと思いましたが、これまでの経緯は説明できても、今の今は、まだ物事を頼んだり出来る様な段階ではないと自分で、はっきりわかっています。まだ施設に

来て、たった4ヶ月。どっぷり漬かったシャブ人生。まだまだ見直す所はたくさんある。もっと自分の事を分析し改善し、きちんと計画をたて将来を明確にし、もっと自分に自信を持たないと、すぐに以前の自分に戻ってしまう事がわかりました。

姫路駅に着き、どこかで朝が来るのを待とうかとしばらく考えましたが、もう、自分の気持ちの確認かできました。今、姫路でやる事は無い。長田には、まだ自分のやるべき事が残ってる。それを終わらせ、今度は胸を張って凱旋する事を心に決めました。

その時まで、今は亡き母も祖母も笑って待ってくれると思い、スタッフに電話を掛け、姫路を後にし、神戸長田に帰ってきました。「心配掛けて、すみませんでした。」と皆んなに謝りました。特に怒られる事無く、「おかえり」と迎え入れてくれ、何事もなかった位の感じで、長い1日が終わりました。

次の日から、また、いつもと変わらずプログラムに取り組んでいます。姫路に帰った事で自分の決心は間違っていない。初心が核心なのだわかりました。

色んなことを気付かせてくれた自分にとってスピリチュアルな街、姫路。また自分にハイパーパワーを与えてくれました。改めて、姫路は自分が、この先、帰る所だと気づかせてくれました。

心配を掛けた方々、色々としみませんでした。そして、色々、ありがとうございます。そして、これからも応援よろしくお願い致します。

## 賀川記念館タコス販売

ぶん

令和4年11月22日火曜日、阪神電鉄春日野道の賀川記念館4階テラスでランチピークが過ぎた頃、私は電子タバコを吸いながら、色々と思い出しました。神戸ダルクでは、先月、デイケアの近くにB型作業所として沖縄タコス屋「スピークイージー」がオープンしました。そして、それに先んじて9月27日から隔週火曜日に賀川記念館「天国屋カフェ」さんに協力して頂き、ランチタイムの間、こちらでも沖縄タコス販売させて頂いているのです。私はタコスを食べた事、何なら沖縄タコスと言う名称すら今回まで知りませんでした。タコス生地、スパイスを効かせる為のタコミートの塩加減、トマトの新鮮さを活かす為の仕込み方法、間に挟むレタスの千切りの厚さなどなど、みんなと試食を重ね試行錯誤し、お代を頂けるものになったと思います。繰り返しますが、私は沖縄タコスを食べた事はありません。「美味しいものが作れば、世界中どこでも通用する」

10代はギタリストを夢見て、20代は営業マンとして数字を追っていた私は30代でラーメン屋に就職するまで包丁を握った事ありませんでした。先程の言葉は、5歳の時に生き別れになり29歳の頃に再会した韓国の母の言葉です。20年以上ぶりに再会出来た母は、私と韓国で暮らす事を望んでくれました。ただ、私が韓国で暮らすことには学歴、言葉そして徴兵の問題が有り、約半年程で日本に帰国しました。その半年の期間、私は韓国での出来る仕事は何か、を考え、大好きなラーメンが作れればと、考えたのです。母の住む「ポハン」という町に私の好む様なラーメン屋はありませんでした。私が育った東京の大田区は、川を挟んで神奈川県、横浜の程近くです。

豚のゲンコツ、背がら、コミガラ等にトリガラをしっかり炊いた乳化スープに、キリッとした醤油、そして鶏油を張り、小麦の風味が効いた中太ストレート麺、、私は、10代の頃に家系ラーメンに出会い、以降、最低でも月に2回、多い時は週に9回ラーメンを食べてきました。半年もラーメンが食べられない、、これは、私がラーメン屋を目指す充分な動機なのです。私にとって、ラーメンを作る、ということは、価値観のぶつかり、だと思っています。私が今まで培ってきた「美味しい」と思う価値観が、どれだけ世間に通用するのか、これはプログラム、果ては、生き方に繋がるのでは、と思うのです。私が勤めていた店は当初1日100杯程を売る店でしたが、色々和努力を重ね、一日250杯は売れる店になっていました。今回の賀川記念館さんでの沖縄タコスも、毎回仲間と反省点を洗い出し、味だけ出なく、パッケージやスムーズな提供等一つ一つを改善し、そして賀川記念館のスタッフさんにもご協力を頂き、当初15食前後だった販売数も、今では30食程が売れる様になりました。

私は、揚げ場を主に担当しているので、12時からの開店中は、タコスの皮とセットのラスポテトを絶え間なく揚げ、仲間たちもコミュニケーションを取りながら、笑顔で各々が作業に取り組んでいます。昔は、一仕事を終わるとトイレで1発、でしたが、今は仲間と一服をしています。とても充実した美味しい一服です。

年内は、12月6日と20日の2回を残すところとなりました。また、皆さんに喜んで頂き、充実した時間を過ごしたいと思っています。ありがとうございました。



## 指定就労継続支援B型

にっしん

10月1日より始まった指定就労継続支援B型事業所「ばっくや一ど」、10月1日から開所して早約2ヶ月が経ち、毎日が慌ただしく過ぎていっています。朝の朝礼からB型作業所の仲間は他の生活訓練の仲間と別れて行きます。「おはようございます。」と朝礼が始まっていく訳ですが、人数も少なく、本来であれば仲間の調子やモチベーションをあげたり目標を立てたりと、その日その日のコンディションを作っていくようにしていく必要があるのですが自分の思ったようにはいかず難しいと感じる毎日です。朝礼が終わるとB型の店舗であるタコス専門店「スピークイージー」に迎え、作業を行います。最初は作業も初めてで分からないことばかりでした。時間のリズムがわからず、なれない作業のせいか自分自身疲れがすごく溜まってしまいました。

朝は店舗の掃除からはじまります。仲間が各々の場所を掃除していくのですが最初は場所を伝えたり掃除の仕方を伝えたり、掃除道具が少なかったりと習慣化するのに1ヶ月ほど時間がかかりました。掃除が終わりと仕込みです。仕込みではレタスやトマトを切ったり、サルサソースを作ったり、タコスの生地を焼いたりします。最初はサルサソースも前日仕込み、生地も冷凍保存で提供していましたが味見など試行錯誤していくなかで、その日のうちに作って提供するのが一番美味しくできることがわかり当日仕込みをしています。その準備は神経を使います。仲間各々が協力して取り組まないと営業開始時間に間に合う事ができません。タイムリミットは1時間ほど、みんな真剣です。そうして一緒にB型作業所にいる仲間とタコスの準備も行うなかで色んなことを改善していったり、準備する段取りもテキパキと出来るようになってきました。

そしたら営業開始です。なかなかお客様は1日1~2人程度ですが、私はお客様とお話をして接客をしています。お客様に何を話したらいいかわからなかったり女性のお客様だと声かけ出来るのですが男性だと気まずくて話の切り口がわからないようなこともありと、緊張してしまいます。特に厨房で仲間たちが調理してる時は心の中では「早く出来てくれえ！！」と祈りながら接客をしていました。接客の中で色んな気づきやギフトを与えてもらうことが沢山ありました。一つの気づきとしては、コーヒーを提供するための砂糖やミルク、かき混ぜるスプーンを用意してない事をお客様の注文や注文後の会話で気づく事がありました。お店としては用意して当たり前だが、初めての取り組み、営業、タコスを作る事に集中しすぎて他のメニューなどに目が向かなかったことで抜けていました。ギフトとしては何人かのお客様との会話にありました。1人は「なぜ、長田に出店したのか？」と聞かれたので私は「下町の雰囲気や地域の人の交流をしたいんです。」とお答えしたときに凄く嬉しいような顔をしてくれたこと、もう1人は注文して商品を渡したあとに言っていただいた「応援してるよ！頑張ってるね」と言ってくれたことです。それを言われて僕は凄く嬉しかったです。地域の一員として僕たちは繋がっているのだと感じ、その関係性のようなものは大切にしなければならぬのだと感じました。

しかしこういったタコス販売や以前ニュースレターで書かせていただいた路上での野菜販売と取り組んでいますが、B型作業所では他にも活動をしています。それがお弁当作りです。将来的には地域で販売したりするのかもしれませんが、まだ練習段階でお弁当を彩る副菜たちを作る練習をタコス販売の合間に仲間たちと取り組んでいます。作る時間やタコス販売なども考えて食材を買ったりしています。最初は私1人が買い物に走ってバタバタしていましたが、仲間たちが作る食材なのだからと近くのスーパーまで買い出しに行ってもらっています。最初は卵が割れたり間違えて買ってきたりしていましたが重たい荷物を買ってきています。買って来た食材で副菜を作って行くのですが、あまり複雑なものではなく、まずは一つの野菜から出来るものから作り、カボチャの煮付けやきゅうりとわかめの酢の物などバリエーションや味付けは同じような物から仲間たちと作っています。いずれは仲間たち一人一人が得意な料理が1品2品と作れるように取り組んでいけたらと考えています。

こうしたB型作業所での取り組みですが、仲間の体調不良があったりなど、協力していかないと1日乗り越える事ができないことに気づいていきました。僕自身他にもやる事があるなかで仲間にお願ひしたり支えてもらい皆んなでやること、B型作業所を利用している仲間同士で助け合うことが大切なんだと思いました。まだまだ充分ではないし他にも取り組んでいきたいと思います。しっかりと皆んなで支えていくこと、僕はその一部として精一杯やっていきたいと思っています。



## 活動報告

10 月

指定就労継続支援 B 型「ぱっくやーど」開始  
ファミリーサポートグループ参加  
大阪コミュニティ財団助成金説明会大阪参加  
キリストの家 教会草刈りボランティア  
美祢社会復帰促進センターメッセージ参加  
みなとのもり公園歩こう走ろう会  
クラブハウス会議  
賀川記念館出張タコス販売  
三田市立藍中学校講演  
松山刑務所薬物離脱教育参加  
スピークイージーカフェ OPEN  
そらにじひめじオープンスピーカー M T 参加  
京都刑務所訪問  
トラウマインフォームドケア学習会開催  
キリストの家 教会片付けボランティア  
山口ダルク開設フォーラム参加  
播磨社会復帰促進センター薬物離脱教育参加  
NA WSC CP 会議参加  
ビッグアイランドコンベンション参加  
ハームリダクションセミナー参加  
コージープレイスキックオフセミナー参加  
神戸保護観察所引受人会議講演  
須磨アルプスハイキング

11 月

兵庫県精神保健福祉センター家族教室講演  
高松刑務所薬物離脱指導参加  
ヴィッセル神戸サッカー観戦  
賀川記念館出張タコス販売  
神戸市生活安全課来訪  
依存症セミナー NA PI セミナー西神中央参加  
播磨社会復帰促進センター講演  
高砂市保護司会講演  
姫路ダルク 神戸保護観察所来訪  
もふもふネット TIC 参加  
20 クロス～森林植物園ハイキング  
栃木ダルク訪問  
ソフトボール試合 VS 京都ダルク  
関西アルコール関連問題学会参加  
兵庫県再犯防止推進計画検討委員会 WG 参加  
WSC 座談会参加  
子ども食堂フォーラム参加  
尼崎ロータリークラブ来訪及びご寄付

12 月

播磨社会復帰促進センター小学館教育部来訪  
文科省委託依存症予防教室事業「和歌山教室」参加  
トラウマインフォームドケア学習会講義  
賀川記念館出張タコス販売  
神戸市精神保健福祉センター当事者メッセージ

定期開催

姫路家族教室 毎月第2土曜日  
神戸ダルク家族会 毎月第4日曜日  
姫路無料家族相談 毎月第1火曜日  
尼崎無料家族相談 毎月第1水曜日  
垂水病院すまーぶ参加 毎週金曜日  
保護観察所すまーぶ 毎月第4金曜日  
ヨーガプログラム 毎月1回

## 近況報告・活動予定

フォーラムに続いて、1 月には愛着障害のセミナー、2 月には福祉連携、3 月にはトラウマインフォームドケアのセミナーを予定しております。チラシも順次入れていきますが、興味あるかたはウェブサイトでもご確認ください。また、来年度の助成金も色々決まってきました。来年は大きくは、スピークイージーを中心に長田の街でのつながりを作っていく取り組みが始まります。そんな中でも仲間たちは一喜一憂しながら今日一日を過ごしています。とても大切なかけがえのない 1 日を過ごしている仲間たちを応援してください。地域のお祭りや太鼓演舞などでつながっていければと思います。ラットパーク作りはこれからも続きますのでよろしくお願いいたします。

### 神戸ダルク ヴィレッジ広報誌「Threshold」 年間購読のお願い

この広報誌「スレッシュヨルド」の年間購読のお願いです。障害者低料第三種郵便物の取得が遅れており、皆様をお待たせしてしまいましたが、漸く第三種郵便物の取得ができました。年間購読費は年 6 回発行で 2000 円になります。お申し込みは FAX、電話、メール、または同封の振込用紙にてお願いいたします。お申し込みの際は「住所・氏名・電話番号」を必ず明記ください。

※ 配布用に、当ニューズレターを置いていただける場合はご連絡ください。たくさんの方に読んでいただけるように希望数を郵送いたします。私自身もこのような広報資料を見つけたことがきっかけで回復の場所を見つけることができました。ぜひ、まだ苦しむ依存症者の助けとなるようにご協力ください。

### 支援会員のお願い

神戸ダルク ヴィレッジでは、支援会員として、活動を支えてくれる方を募集しています。

兵庫県の薬物依存症者を助ける活動をご支援ください。  
**個人会員は 1 口 3000 円 (ニューズレター定期購読料を含む) からになります。**刑務所内の方々と文通による支援のための切手代などに使わせていただきます。

ご連絡をお待ちしています。

領収書希望の方は一言ご記載ください

神戸ダルク ヴィレッジ

TEL 078-224-4244 FAX 078-219-9741

e-mail: kobe.darc@gmail.com

### 電話相談 来所による面談 メール相談 相談の内容に関する秘密は厳守します

#### 逮捕・勾留中の方々への支援

刑務所・拘留所・留置所への面会、手紙などによる逮捕者及び保釈中の方への裁判での情状証人出廷や、刑務所出所者への薬物からの回復を希望する方の引受人としての指導対応や、出所前面談など、他機関と連携しながら対応しています。また、資料請求などもご連絡いただければ対応いたします。

★月曜～金曜 10:00～17:00

メールは 24 時間 OK。 kobe.darc@gmail.com

## 神戸ダルクへのご献金・献品のご支援本当にありがとうございました。

開設から今日までをたくさんの方々に支えられてきたおかげで、仲間一同、回復のプログラムに取り組むことができています。心より感謝いたします。これからも暖かく見守ってください。

### ご献金

金山 悦子様 千葉菜の花家族 富井 建二様 神戸市保健局保健所保健課 長谷川 泰宏様 阿部 敏久様  
伊佐 将人様 間 明子様

### ご献品

林谷 みどり様 北村 央恵様 岡田 考代様 山崎 圭様 鈴木 秀三様

(令和4年9月16日～令和4年11月15日到着分・順不同 ※購読料・支援会員費の方を含む)

## 寄付や献品のお願い

引き続き、非常に苦しい状況の中、お米などのご支援ありがとうございます。年末になるといつもお願いばかりで申し訳ありませんが、新しい年を迎えるのに、美味しいものを腹一杯食べるのは幸せの賜物です。そのために節約生活が続いているので、食材費が足りません。ご家庭で余っている食料品(米、野菜、乾物、味噌、醤油など)から洗濯洗剤やシャンプー、石鹸、などの日用品などがございましたら、神戸ダルクまでご献品ください。たくさんありましたら、車で取りに行くこともできます。今非常に助かるのは、食材や日用品です。コロナの影響で外出が少ないため、ストレス発散には、どうしても食事が進んでいきます。心苦しいですが、ご協力をよろしくお願いいたします。

ご寄付振込先口座 ゆうちょ銀行

口座番号 00950-9-275937

口座名 シヤ) コウベダルクヴィレッジ

店番 〇九九 0275937

献品の送り先住所 653-0041 神戸市長田区久保町 7-7-18

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ



### 編集後記

さあ、お正月ですね。フォーラムの準備で追われているので今はさほど正月感は感じませんが、私はこの時期に、貯めた食費やご寄付などで、年越しの餅や食材を注文し始めることで、正月感をいつも感じています。正月明けすぐに、新年おめでとう号として、ニュースレターを作成し、皆様にお送りできると思います。私たちの回復は絶望ではなく希望、前途洋々です。ということで皆様良いお年をお迎えください。今年もありがとうございました。

神戸ダルク ニュースレター Threshold (出発点) Vol.35

編集人 一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 梅田靖規

印刷 プリントバック

〒653-0041 兵庫県神戸市長田区久保町 7-7-18

TEL 078-224-4244 FAX 078-219-9741

e-mail kobe.darc@gmail.com

www.kobedarc.org

価格 1部 100円 年会費 3000円

(購読料は年会費に入ります)

発行人 関西障害者定期刊行物協会

〒543-0015 大阪市天王寺区真田山町 2-2 東興ビル 4階