

KSKP

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ ニュースレター Vol.48

Threshold

～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

スレッシュホールドとは、新たな出発点、飛び立つ場所という意味です



新年度ですね。寒さが答える季節でしたがあっという間に暖くなりました。暖かくなると色々とかかわからないですが様々な希望も欲求も目覚める季節です。生きとし生けるものの本能なのかもしれません。生き方を変えるだけで、それが欲求に向かうか、希望に向かうかに変化が出てくるものです。

さて、私は現在病院のベッドでこの文章を書いています。様々なことがいつも重なります。私の体調も加速して崩れていき、健康診断の腫瘍マーカーも引っかかり入院治療が始まりました。最初は冷や汗が出て寝込むほどの絶望感しかありませんでした。何も先は見えないとはこのことです。ものを考えるのも苦しい。ですが、ダルクの仲間たちが僕の分も頑張ってくれたり、仲間が寄せ書きをくれたり、スポンサーの言葉に深く愛を感じたり、いつも診察では、怒っていた主治医も、めっちゃくちゃ優しく不確かな希望が出てきました。病気自体は何も良い結果は出ていませんが、私の心の中は「もう死んじゃってもいいのかな」から「生きてりゃなんとかなる。生きるんだ」に変わっていました。

初心に帰るわけではないですが、これ初めてダルクに繋がった時と全く同じなんです。私たちの回復支援のあり方を実感する日々を送っています。この文章が皆様のところに届く頃には仲間たちとキャッチボールでもしていることを願います I'll be really back again. Never give up still. Praise the Lord.

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

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

姫路アディクションサポートセンター 連絡は神戸ダルクへ

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

Spiritual Journey — フィリピン NA コンベンション紀行

マフ

一月のある朝、私はフィリピンの小さな空港に立っていた。一月だというのに汗ばむ陽気と湿気、原色の空。目に映るすべてが新鮮であると同時に、奇妙な懐かしさを感じていた。異国の地で参加する NA コンベンションだが、不安な気持ちは少しもなかった。「この旅は最高の経験になる」と確信を持っていた。



今回一緒に旅したのは、仲間のウメさんかつてフィリピンに住んでいたこともある彼の導きで、私は南国の島、シャルガオ島へと向かった。そこはまだ NA のミーティングが存在しない場所。だからこそ、今回のコンベンションはまさに“初めての NA”をその土地に届ける、歴史的な出来事だった。

シャルガオ島は、まるで時間がゆっくり流れているような場所。椰子の木が風に揺れ、穏やかな野良犬が海を眺めている。そんな土地に世界中の仲間たちが集まり、ミーティングを開き、回復のメッセージを伝える。シャルガオで開かれた初めてのミーティング場で分かち合った時「ああ、ここでも回復は始まっている」と実感した。

印象的だったのは、土砂降りのスコールの中、海に飛び込んだあの時間。雷鳴が響き、びしょ濡れになりながら、仲間たちと波の中でゲラゲラと笑い転げた。あの笑いは、ただの楽しさじゃない。生き延びた者にしかわからない、魂の解放だった。「私たちはここまで来たんだ」「生きていてよかった」と、あの海の中で叫ばなくても、みんなの笑顔がそう語っていた。

NA の言語は言葉だけじゃない。目と目が合った瞬間に、頷き合うだけで通じるものがあつた。「私もそこにいたよ」——そんな無言のメッセージが、国籍も文化も飛び越えて交わされていた。

私は日本で長い時間このプログラムに触れてきた。でも、今回の旅で改めて感じたのは、NA の「つながりの力」だ。それは単なる仲良しごっこじゃない。苦しみと絶望の底から立ち上がろうとする者同士が、本気で手を伸ばし合う力。回復は、国境を越えて、文化を越えて、確かに広がっている。

この紀行を通じて私は再確認した。「回復」は生き方であり、実践であり、選択だ。そ



してそれは、地球のどこにいても可能だということ。もしあなたが今、「もう無理かもしれない」と感じていたら、どうか思い出してほしい。遠くフィリピンの島でも、今日も誰かがクリーンな一日を迎えている。そして、あなたもその一人になれる。

私はまた、この島に戻ってくるだろう。なぜなら、そこには仲間がいるから。

つくし採り

ブッキー

4 月 1 日、今年度初めのプログラムは、午前中は畑で午後からあいな里山公園で土筆とよもぎ採りだった。みんな、午前中の畑で雑草取りを散々したので、既に疲れているようだったけれど、公園について長屋門まで、バスで行く間に公園の景色を見て少しは元気を取り戻したようだった。自分もあいな里山公園の風景を見て、30 年以上前に父の家にいた頃、田んぼの畦道やため池などで遊んでいたことを思い出して、とても懐かしい気持ちになった。



長屋門について、畑の用水路の脇の道を歩きながら、土手に生えている土筆を水にはまらないように気を付けながら採っていった。まだ暖かさが足りないのか、長い土筆があまり見つからず、前日どんな土筆が食用に適しているか調べてあったので、皆で声をかけながら土筆を採っていった。皆、はじめは嫌々といった感じだったけれど、始めると意外にノリノリで土筆を探し始めた。でも、時期か日当たりかは分からないけれど、皆が想像していたような長い土筆はほとんどなく、地面ギリギリに少しだけ頭を出している土筆がほとんどで、長い土筆は笠が開いている物が多く、笠が開いている土筆は灰汁が強いから取らなかった。

しばらくして、そろそろ車に向かいながら採ろうということになった。職員さんからもらった地図を見ながら、森のゾーンA駐車場までゆっくりと歩きながら土筆を探していった。公園はまだ桜が咲いていなかったけれど、菜の花やすみれのような花や梅花は咲いていて、きれいだと思った。途中、切り通しの前で休憩をしてまた歩き始めた。代々谷棚田の辺りの斜面でまた土筆とよもぎを採り始めた。自分は久しぶりの田舎のような風景と土筆採りという子供の頃やった遊びのようなプログラムに浮かれていたと思う。

あいな里山公園から帰ってきて、よもぎと土筆を水洗いして水につけて、灰汁を少し抜いた。2 日して、B 型で重曹を少しだけ入れて茹でて、よもぎはおひたし、土筆は次の日に玉子とじにして食べた。板前をして調理師をしていたけれど、自分で料理をして食べたことが無かったので、皆から色々意見を聞いて料理した。よもぎはワイルドな菊菜のような味、土筆は少し苦味はあるが山菜のような感じでおいしく食べられた。どちらも春の味という感じだった。

里山公園は少し肌寒く、桜は咲いていなくて残念だけれど、よもぎと土筆で春を感じることができて、良かったと思う。



ダルクプログラムと自分

サンちゃん

ダルクに来て約一ヶ月半、アディクトのサンちゃんです。まだ短いながらもすでにたくさんのプログラムをさせて頂いています。僕の場合、少しタイミングが悪く……(笑)引っ越し作業から始まり、フォーラムやセミナーへの参加、別のダルクの方々との交流やワークに、畑での日々の農作業。エイサーにこども食堂、B型作業所でのタコス作りなど書き出していくと、本当に一つ一つ内容が濃いし、多種多様なことを経験させて頂いているなあと思います。



その中で、全てで気づきや発見があって喜びに充実して……というわけではもちろんありません。むしろ、これもプログラム？ これは『回復』と関係ないでしょ？と思うこともあります。それは、日々の自分の状態の良し悪しなのかも知れませんが、実際に当たっている場合もあると思います。が、それでも。

それにしても、僕にとっては、得るものがあると感じています。一ヶ月半過ぎてきて、まだ自分で、このクリーン期間を自分の力で掴んでいるという実感が、自分にはありません。それでもクリーンでいられているし、それは延び続けていっています。それはなぜか？ 僕なりに思っているのは『与えられている』からです。ダルクに来るとよく発したり、聞くようになる言葉があって『仲間』とか『ハイヤーパワー』とか『与えられる』もその一つです。

ダルクのプログラムや日々には、宗教色や怪しい儀式とか、全くありませんので、どうか心配しないで下さい(笑)ダルクのプログラムをしていると『仲間』との連帯を感じられたり『ハイヤーパワー』って言うと、神様を連想すると思うのですが、そういう面もありながらも、実は今では最も近い存在である『仲間』との連帯こそが、アディクトにとっての『ハイヤーパワー』なのでは？と感じたりしています。だって、クスリの欲求から守られていると仲間といえるんじゃないんです。

ダルクのプログラムに、推進力はないです。だけど『向き』を維持してくれます。「やめる」とか『回復』の方向へと、常に向かせてくれます。そこから進んで行くのは自分で、時間がそれを作ってくれます。これは僕の場合で、皆それぞれに違うとは思いますが、今のところ僕はそう考えています。自分について、ようやく『仲間』に対しての仮面が良い意味でも悪い意味でも取れてきたかなと思います。素でいても大丈夫そうだと安心できるようになってきたのだと思います。

まだまだ一ヶ月半。これから何が起きて、どんな変化が自分に起こるか分かりませんが、今までの自分を手放し、委ねることを続けていきたいと思っています。『Let go and Let GOD』です！



2024 年度ダルク助成事業への感謝 ありがとうございました

依存症女性の支援とリカバリーデイイベントの開催

これまで何度もご支援をいただく中で 2024 年度は、新しい取り組みへの支援をいただきました。今回は 2 つのことへの挑戦で、一つは姫路地区で女性の支援を始める前段階の支援活動を行いました。女性の相談窓口や、依存症問題でアクセスできる場所作りに尽力し、2025 年度の本活動の基礎を固めさせていただきました。2 つ目はカナダの BC 州ニューウエストミンスター市と依存症リハビリ施設が行なっている「リカバリーデイ」という回復のお祭りを小規模ながら再現させていただきました。生憎の雨でしたが、これも 2025 年度に向けて大きな基盤ができたと思います。本当にありがとうございました。

一般社団法人パチンコ・パチスロ社会貢献機構及び兵庫県遊技業協会様



依存症者および触法障がい者の畑作業を行うための農耕機器購入

ダルクでのリカバリーファームでの作業はいつも大変な作業ですが、実は様々な要素を持ち合わせています。土や太陽と触れ合うことで健康や自然の中でのストレス軽減になりますし、食物を育てることが謙虚さや根気につながり成長の喜びを感じ、それが人との関係や恋愛関係にも影響を及ぼします。そんな畑で一番大変なのが畝作りや耕す作業です。それが今回耕運機を助成していただいたおかげで作業が大きく楽になりました。トラクター作業に施設長も毎回参加して農作業をしています。美味しい作物をつくるぞ！

公益財団法人やまぶき財団様



女性を中心とした回復支援における、防犯・安心に関わる設備および備品購入

女性ハウス開設に向けて、女性ということからシェルター機能としてまず安全が優先されないといけません。そのようなことから防犯システムの構築を助成していただきました。ハウスの各箇所にモニターカメラを設置し監視や録画ができるように工事をさせていただきました。安全と安心の構築、感謝するばかりです。

公益財団法人俱進会様



触法障害者で依存症の方々と暖かい年末年始を過ごす事業

年末年始は依存症者にとって、とても寂しい気持ちになる時期であり、再発する人が多い。そんなことを防ぐためにもお正月はみんなで普通の家庭のように過ごす。おせちを作り、初詣をし、暖かい場所で安心して過ごすことができることが幸せだと感じます。今回もその時間を過ごすための支援をしていただきました。ありがとうございました。

兵庫県共同募金会 NHK 歳末たすけあい助成様



年末おしるこ会、年始ふるまい餅の開催

一昨年から年末には寄付していただいたもち米を使ってお餅をつき、それを近隣の方々に振る舞い交流をしました。年始はそれにお汁粉を配布しました。近隣の家族や商店街の子ども達が集まり良い交流をさせていただきました。毎年これは続けていきたい事業の一つです。機会をありがとうございます。

長田区社会福祉協議会様





障害を抱える依存症者の就労のための接客等のマナー講座

ダルクでは清水基金さんの支援によって、毎年依存症とは違った就労などのスキルをつけるための取り組みをさせていただいてます。2024 年度は、カフェと B 型作業所を使った接客マナーなどを体験してもらいました。毎年経験したことのない取り組みをすることでみんなが自信がついたりしていく姿を共有できます。ありがとうございました。

神戸市社会福祉協議会 清水事業助成様

子ども時代に虐待を受けた依存症者の回復支援活動の基盤づくり事業

神戸ダルクのメイン事業として、トラウマインフォームドケアを用いた学習会を行ってきました。2024 年度は実戦を踏まえて、グループミーティングをアレンジして先いく先輩達が自分自身の弱さを話す中で、安全で安心な場所で様々なそれぞれの悲しかった体験を語る時間ができました。2025 年度もこの事業の継続として続けていきたいと思ひます。たくさんのことを学べた事業でした。感謝致しております。

公益財団法人ひょうごコミュニティ財団 有園博子基金様



依存症問題を抱える家族の支援事業

2025 年度には開催して 100 回目を迎える神戸ダルクの家族会の開催を支援していただき、様々なゲストを招いての家族の回復をサポートすることができました。毎回新しい家族がつながり、個別相談なども家族会を開催することで繋がっていき、支援することができました。2025 年も継続して中央区文化センターにて第 4 日曜日午後 1 時から開催していきます。ありがとうございます

公益財団法人大阪コミュニティ財団様

依存症自助グループ等活動支援事業

本年度は年度の途中からでしたが柔軟に対応していただき、姫路の家族教室や依存症セミナーの開催、また神戸市内での依存症の啓発チラシ&カード配布を支援していただきました。依存症セミナーでは新しい内容で開催することができました。2025 年度も兵庫県にとって意味のある事業としての啓発活動を計画したいと思っていますのでよろしくお願いいたします。ありがとうございました。

兵庫県福祉部障害福祉課精神障害福祉班様



令和6年度こども食堂対象フルーツ支援助成

子ども食堂を開催する中で、毎月第 2、第 4 土曜日に開催する子ども食堂の費用は全て神戸ダルクの負担で行ってきました。そんな中で子ども達の食材にフルーツをそえるという子供達が喜ぶ支援をしていただきました。今はスーパーでなんでも買える時代なので、子供達には今、旬なフルーツを当てるクイズなどをして美味しく食べてもらいました。ボランティアのメンバーも果物がいつが旬なのかわからない方も多くて非常に有意義な活動になりました。本当にありがとうございました。

篠原欣子基金 様

活動報告(写真)



近況報告・活動予定

支援という社会の形態にうんざりする思いをすることがよくあります。主体が困っている人ではないという現実直面した時です。時にその状況は絶望につながることもあります。Nothing about us without us.(私たちのことを私たち抜きで決めないで)障害者権利条約です。物事は力のあるものの「都合」で決まっていくことがほとんどで、その状態にさえ気がついていない支援が本当に多く思います。決して悪いと判断しているわけではありません。私たちの声がどこにも届かないという現実があるのです。

2025 年度はそのことを神戸ダルク全員で考えていける年にしていきます。そのためにボランティアの街、神戸に腰を据えました。生意気なことを言っていると思いますが、私の命にも限りがあります。後世に残していけるような基礎作りの 1 年になれば幸いです。

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れば幸いです。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。刑務所内の方々との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

相談の内容に関しての秘密は厳守します

逮捕・勾留中の方々への支援

刑務所・拘置所・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。

これまで皆さんの寄付やご献品に本当に助けられてきました。

これからも色々と支援していただくことになるかもしれません。依存症の回復のためにみんな苦しい生活をしています。苦しい生活が嫌で飛び出して、気がついたら治療途中で再使用してしまう人も後を断ちません。

これまで皆さんから贈り物が突然届いたり、食べ物が届いたり、様々な機関の方々も地方から「取りにこれるならあるよ」と様々な繋がりをいただいたり、いつも応援の気持ちで寄付をしていただいたり、感謝以外の気持ちしかありません。依存症は病気であり、皆その治療に取り組んでいます。様々な過去や障害によって生き辛さを抱えていても人生をやり直すために、今日一日の繰り返しで生きています。いつも本当にありがとうございます。

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。昨年度はお米の寄付をたくさんいただいて、なんとかみんな空腹で苦しむことなく、お腹いっぱいご飯を食べることができました。また、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、車で取りにいくこともできます。洗剤などもたくさんいただいたので非常に助かっています。今非常に助かるのは、食材や日用品です。心苦しいですが、ご協力をよろしくお願いいたします。また、ボランティア活動も気軽にお声掛けください。私たちは体力だけありますので、荷物運搬など気軽にお声掛けください。日々の感謝をそのようなことで返したいと思っています。

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

病院に入院しながら編集をしておりました。病院での生活も自分の命に危険性があると考えたと隠れてこっそり出て行ったりなどということもせず神妙に入院しています。これまでの人生でほとんどの病院で強制退院くらってます。仲間に例えると拘置所にいる感じですね。先の見えない不安でフェイクではなく本当に命乞いをしている自分がおり、判決が出ると誠実ではない自分に戻る。それと同じような気がします。病院内では数値も良いですが、色々と直らない部分も見つかりました。ですが残りの人生生きるのみです。

神戸ダルク ニュースレター Threshold (出発点) Vol.48

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 プリントパック

〒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