

KSKP

Threshold

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ ニューズレター Vol.13

~すれっしょるど~ (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

スレッショルドとは、新たな出発点、飛び立つ場所という意味です



Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

精一杯生きる

暖かくなりました。神戸ダルクの仲間も増え、賑やかになってきました。

仲間が増えると、当然問題も増えます。が、解決策も同じだけ増えていきます。今までできなかったことができるようになります。仲間の中にいると私たちが近藤さんから教わったことの一つ一つを忘れそうになる時があります。仲間を守るために、仲間の嘘をなんとか正直にさせようとしてしまう時があります。「仲間の嘘に寄り添う」。そうです。私たちは「北風と太陽」の話をいつも肝に命じて活動しています。徹底的に信じてやることで、私たちの良心がギブアップをする瞬間に出会い、生き方を変える経験の一つになります。ダルクにいると、1 2 ステップの考え方だけでは救えない状況にも遭遇します。私たちは自分の回復を人にすぐに当てはめようとしますが、最近では、スタッフも増えてきたことから、仲間一人一人の回復に焦点を当てて考える時間が増えてきました。当事者ではないスタッフが理解を深めていくための時間や役割分担も形になってきました。

時間が過ぎていくのは本当にあっという間です。しかし、新しい仲間にとてはあまりにも長すぎる時間になっているかもしれません。そんな仲間たちの生き方が変わっていく瞬間瞬間に寄り添っていきたいと思っています。神戸ダルクフォーラムの準備も始まりました。仲間とスタッフ全員での手作りの暖かい、神戸ダルク

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ
 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
 〒651-0068 兵庫県神戸市中央区旗塚通1-1-20 長坂ハイツ 2F
 TEL 078-224-4244 FAX 078-219-9741 e-mail kobe.darc@gmail.com
 www.kobedarc.org

神戸ダルク

検索

「生き方を変える」と言うこと

神戸市看護大学大学院博士前期課程 名嘉信義

また、アップルパイを焼いてくださり、お風呂を沸かしてくださり、布団を用意してくださりと至れり尽くせりでした。感謝です。寮にはリビングあり、そこが寮のメンバーの交流の場となっていました。2つの寮でそれぞれ一泊ずつさせていただきましたが、皆さんいつもより遅くまでリビングでお話をし下さいました。寮だからこそ話せる内容もあったのかなと感じました。

あるスタッフからリカバリーに必要な要素として、ミーティング、サービス、フェローシップ(仲間)、12ステップ、の4つを教えていただきました。フェローシップとリカバリーについて、日中のプログラムでの関わりや寮での生活を通してフェローシップが育まれ、感じたことや思ったことを正直に言い合える関係性だからこそ意見やアドバイスを得られ、そのことがリカバリーにつながっているのではないかと感じました。また、フェローシップがあるからこそ、ミーティングの場が安全安心の場となり、自由に語れるのではないかと感じました。神戸ダルクで行われている多種多様なプログラムは、その中で楽しいと感じることができ、その楽しさの中からもフェローシップが育まれるのではないかと感じました。また、実習に来るまで12ステップという言葉は知っていましたが、理解し実践することは1人ではできること、そのためにはスponサーシップが必要であることがわかりました。それと同時に12ステップはリカバリーにとって重要な要素の一つだと感じました。

神戸ダルクの実習を通して、薬物を使用していないクリーンな状態はリカバリーのゴールではなく、スタートであるということがわかりました。また、薬物依存症のある方のリカバリーはこれであると一つだけ書き表すことは難しいということもわかりました。それぞれ皆さんの中にリカバリーがあり、回復があるのだと感じました。その中でも、「生き方を変える」という言葉が多く語られていました。それは、薬物を使用していた時の自分から変わること、自分は何者であるかを自覚すること、自分自身を愛すこと、わがままな自分を自覚し変わることを求めるなど様々な言葉として表現されていました。その表現された言葉にはその言葉が表現されるに至るエピソードがありました。そのエピソード一つ一つが貴重であり、「生き方を変える」ということは大きな転機となっていたことがわかりました。

今回、このような形で私を輪に入れてくださり、貴重な体験を語ってくださり、ハグしてくださり、本当に貴重な経験をさせていただきました。この場をお借りして神戸ダルクの皆さん1人1人に感謝申し上げます。また、急な実習依頼にもかかわらず快く実習を引き受けくださった梅田さんに感謝いたします。本当に楽しい時間でした。ありがとうございました。

個人的には皆さんからほめていただいたゴルフを再開しようと思っています。一緒にラウンドできる日を楽しみにしています。

リカバリーファームでのプログラム スタッフ シモ

神戸ダルクでは、現在、畑作業を通じて毎日口にする食材がどの様に育てるのか、また育てる為にはどの様な事をするのかを体験してもらう為にも畑プログラムを始めています。

まずは食材を植える前に土作りから！もちろん借りた時には雑草がいっぱいですそれを刈る所から始まりました。刈った後には残された根っこを撤去しました。仲間の中には先日還暦を迎えた人もいますがみんなでワイワイしながら作業をしています。まだ始めたばかりであまり進んでいませんが仲間達は何を植えようか？等楽しみながら作業をする人も増えてきました。

実は始めに借りた畑とは別にもう一箇所少し広い畑を先日お借りしました。そこでは休憩所やリラックス出来るような物を仲間達で製作しようと考えています。普段あまり外に出ない仲間も自然溢れる中の畑で農作業をし、作物が出来るまでの流れを感じ口にする喜びを経験してもらいたいと思います。畑プログラムを通じて色々な気づきを得て貰えればと思っています。

ダルクへの繋がり

ユウスケ

神戸ダルクへ繋がる事になったのは覚せい剤を使用し、拘置所で裁判を待っている頃でした。ダルクの存在は、前の刑務所で教育プログラムの中で知っていたのですが、薬をやめる事ができないのは、自身の心の問題や、生き方、ましてや依存症という言葉を受け入れることができないまま、話を聞いていたので、そこに飛び込むこと自体、考えられる事ではありませんでした。

ですが、使用する間が何年と開いていようと、結局の所、応援してくれる友や、家族を裏切り、一度使ってしまったら捕まるまでその行為をやめられない事、そして今回は、そんな自分の生き方に疲れ、自殺行為に走っていました。

自分にとって大きなものが戻りかけていた時に、怒りの心に負け、すべてを捨ててしまい、その後悔で薬に逃げてしまう。その生き方を変えなければ、何も始まらない。そう考え自分で出来無いその生き方の道を、ダルクに飛び込む事で何か得られるかも知れない、そして苦しい時の相談ができる場が出来るかも知れない、そう思い神戸ダルクへ入寮することを決めました。

生活の中で気付かされる事や、自身の欠点にぶち当たる事、色々なことがあります。ですがよい仲間に囲まれ、段々と正直な自分になれる事が出来てきているように感じ、生きることへの息苦しさも徐々に無くなりつつあります。

人それぞれ感じることに違いはあるとは思いますが、ダルクや NA に通い、そこで仲間の話に耳を傾ける気持ちを持つことで、共感し、自身の問題に気付ける事になると言う事。それを、これを読む皆さんへのメッセージとして話をしめくくりたいと思います。



新たな生き方を見つけて

N

興味本位で私は学生時代に違法薬物と出会い、その後覚醒剤を覚えました。初めて使った時は罪悪感で二度とやらないだろうと思いました。しかし、その後違法薬物が原因で入院することになりました。社会人になってからも、入院したにも関わらず再び覚せい剤に手を出している自分がいました。自分は大丈夫でコントロールできていると本気で思っていました。

最後に使用したときに、自分の力ではどうにもできないと気付いた時、偶然ケータイの検索サイトバーに「薬物依存症強化週間」というものがあり、見てみると自分の頭に雷が落ちたのではないかという衝撃が走りました。私は、薬物依存症という病気にかかっていることを…

一人で悩まずに行動に移そうと考え、行動する中でダルクに繋がりました。ダルクに繋がり、今まで味わったことのない経験をわずかな期間で感じることが出来ました。それは薬を使ってしまうような今までの生き方がまずかったのだと気付かされました。仲間との共同生活やプログラムを通じて、新しい生き方の土台をしっかりと築きたいです。今までの生き方で家族や多くの人たちを傷つけてしまいました。そのことを考えると胸が痛みます。これからは1日1日に目を向けて、薬物をやめて回復を続けて自分を見つめなおしていきたいです。そのことに気付くことのできたダルクの皆さんに感謝したいです。

素面と自然が思い出させてくれること

スタッフ 梅田容子

5月のダルクプログラムでは前半と後半の二回、キャンプがありました。前半は和歌山県の地ノ島という無人島です。船で大量の荷物と一緒に島へ渡してもらい、一泊二日のプチサバイバル生活が始まりました。島に着いたらまず、みんなでテント組立班と調理場セッティング班に分かれての作業です。特にテントの組立は、5月頭とは思えないほどの太陽の下で、アウトドアに無縁な仲間にはキツい作業でした。

島での最初の食事は、テキ屋を生業にしていたこともある研修スタッフの焼きそばで、毎度のことながらとても美味しかったです。夕食はBBQとビーフ100%パテ入りハンバーガーを食べました。

夜はキャンプファイヤーの火を囲みながら普段と違う雰囲気の中でのミーティングで、みんなが思い思いのことを語りました。朝のメディテーション(瞑想)ミーティングもそうですが、野外でのこういったミーティングでは、パチパチというたき火の乾いた音や波の音、鳥のさえずり、周りのキャンプ客の騒ぐ声、全てが自分の意識の少し離れたところで聞こえていて、なんだか不思議な感覚になります。そして匂いや音、肌に触れる空気の質、そういった五感で感じるもの全てが自分記憶の奥底に眠っていたものを呼び起こすようで、普段は意識して思い出さない限り出てこないような、子どもの頃のキャンプの思い出や家族との小さなエピソードを思い出す仲間も多いです。わたしがいつも思い出すのは、幼少期に父に連れて行ってもらった海水浴です。その後にも友達と何度か海にも行っているし、キャンプもBBQもかなり経験があるのですが、父との思い出とリンクするのはやはり大切な思い出だからなのかもしれません。

キャンプファイヤーの後、浜辺に寝転んで満点の星空を眺めながら飲んだ、沖縄の仲間が作った煎りたてコーヒーの味は格別でした。

そして後半のキャンプは奈良県の十津川村でした。途中、小雨がぱらつくこともありましたが、三日間通しての天候はまずまず、といったところ。今回から新しい12人用のテントを導入しましたから、みんなゆったり休むことができました。川キャンプで、時期も早かったのでまだ肌寒く、川に入ったのは私ともう一人のスタッフだけでした笑。川の水の冷たさに体がしびれるような痛さがあり、上がったあとは寒中水泳並みにポカポカしてきました。

日本一の吊り橋と言われる谷瀬の吊り橋も仲間と渡ったのですが、橋のたもとで脱落した仲間もいれば、吊り橋の真ん中に座り込んで高所と揺れのスリルを楽しむ仲間もいました。川沿いの秘湯、上湯温泉にも行きました。開放的でとても気持ちが良く、テンションが上がってまたまた川に飛び込む仲間もいました笑。冷た過ぎる川といい、恐怖の吊り橋といい、そんな風に素面でアホみたいなことをしながら、仲間とギャーギャー騒げる時間は、わたしにとって、そしてきっと仲間にとっても本当に楽しくて大切な時間だと感じています。

また、十津川村のキャンプでは毎食のメニューにもこだわりました。キャンプと言えばBBQそしてビール！しか知りませんから、というより経験していませんから、簡単だけど美味しいSNS映えするようなアウトドア料理を作りました。特に、スペアリブの香草塩グリルと、骨つき鶏モモ肉を丸々入れて焼き上げたカオマンガイは人気で、すぐさまみんな平らげました。次回はスイーツやパンなんかも作ってみたいですね。お腹と心を満たしてくれる記憶、というのもけっこう鮮烈に残るものですから、体調を崩してしんどかった時の母の粕汁の味や、家出をした時に友人のお母さんが出してくれた煮魚の味、私もよく覚えています。

この先、仲間たちがうまく歩けないと感じた時や、歩くのをやめたくなった時、仲間と過ごしたこんな一日を思い出して、「もっかいやってみるかなあ」と思えるように、これからも”大切な・思い出したくなる・幸せな思い出作り”にどんどん加担していきたいと思います。そして自分が一番それを楽しんでいます。ありがとうございます。



助成金事業＆神戸ダルクプロジェクト

本年度決定して四月より始まっている助成金事業と、新たなプロジェクトになります。

家族会開催事業

毎月第4日曜日の午後から、様々なゲストを招いて家族会を行っています。本年度は公益財団法人俱進会様の助成金によって開催されます。

パチンコ・パチスロ依存相談支援事業

関西圏のパチンコ・パチスロ問題を抱える方々の相談支援事業および各地でのセミナー事業を、全日本社会貢献団体機構様の助成金により行われます。

虐待された子供と薬物依存症者の関係性の研究及びその回復支援活動の基盤づくり事業

男性薬物依存症者と幼少期の虐待経験の関連とその回復についての研究事業になります。有園基金の助成金によって行われます。

依存症を持つ障害者のための就労場所作りのための技術習得研修およびPR事業

障害を持つ依存症者のための調理および接客研修および農作業から学ぶ体験やBBQなどの体験を清水事業助成様の助成金で開催されます。

家族なんでもセミナーおよび当事者からの依存症セミナー事業

今年も依存症セミナー in 神戸を2回開催します。フェスピック事業助成様の助成金によって開催予定で

畑＆タコス屋さんプロジェクト

リカバリーファームでの農作業を通じてのプロジェクトと、タコス屋さんでの軽食販売事業準備中です

「あなたの声を届ける」プロジェクト研修会

昨年神戸ダルクにて出版された「あなたの声を届ける」というスピーチガイドを使っての研修事業を行っています。

ひょうご出張相談室事業

相談の多い姫路地区および尼崎地区での出張家族相談を本年度中盤より開催していきます。詳しくはウェブサイトおよびチラシにてお知らせします。メッセージカード作成も進行中

森林セラピープロジェクト

鳥取県智頭で行われるスウェットロッジに伴い、ログハウスを神戸ダルクで手に入れることができました。静寂な自然しかない場所でのクラフトワーク体験および森林セラピーを行っていくためにログハウスを修繕中。テラスやデッキでは石窯を置き、畑や果樹園、ハーブ園も前のオーナーが残してくれたようで、まだまだ修繕が必要で、冬は櫻が必要ですが、「全く音のない世界」が体験できるそうです。薪ストーブもあり、修繕が進んだら、森林セラピーとして、支援者の方々とも交流できる空間として活用できればと、一番興奮気味のプロジェクトになります。

神戸ダルク第1回フォーラム & JCCA

全国マック・ダルク協議会全国大会が今年は神戸開催になりました。その前日 11/23(土)に、神戸ダルクフォーラムを予定しています。詳しい詳細は次号のニュースレターでお知らせしていきたいと思います。

活動報告

2019年5月

キャンプイン無人島 和歌山
六甲山全山縦走練習
仲間の洗礼式参加
全日本社会貢献団体機構助成金内定書授与式
神戸学院大学法学部講義
ログハウス森林セラビープログラム開始
神戸まつり参加
関西圏ダルク合同ソフトボール大会参加
神戸地区薬物乱用防止指導員協議会講演
ナラノンメッセージ
十津川村キャンプ

6月

NA 関西エリア H&I PI ワークショップ参加
関西圏ダルク施設長会議 in 鳥取
加古川学園メッセージ
NA 九州エリア湯布院ギャザリング参加
JCCA 関西地区会議参加
治療共同体研究会参加
チェンマイ国立依存症センター訪問
あいあい祭り参加

アゲインファーム ボランティア 月2回
垂水病院メッセージ 毎月第3火曜日
垂水病院スマート 毎週金曜日
神戸保護観察所スマート講師 毎月1回
神戸ダルク家族会 每月第4日曜日
明石保健所家族相談 每月1回



近況報告・活動予定

色々と助成金事業やフォーラム JCCA の準備などなど、忙しい時期になってきました。畠やタコス屋さんの準備も順調に進み、グループホームの申請も徐々に進んでおります。それとまた同時に、地域でのイベントでの繋がりが少しずつ始まっています。啓発活動以上に、地域との繋がりを持てる活動は仲間の社会復帰の未来を創っていきます。私たちは、ほぼ毎日ですが、依存症相談の相談電話や面談を行なっております。これはボランティアで行っているのですが、その何分の1が希望に繋がります。今年は大きくダルクが変わる年になると思います。それも今日一日の積み重ねです。

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「スレッショルド」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す。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、当ニュース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(ニュース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。

ご献金

吉田正巳様 中嶋展也様 長岡晃澄様 遠藤恭子様 井出照光様 新田正彦様 光田豊茂様 井出静枝様
杉野美佐子様 廣瀬万希子様 横田尤孝様 植木芳光様 金田知子様 坂野紘子様

ご献品

富田安世様 廣瀬万希子様

(平成 31 年 4 月 22 日～令和 1 年 6 月 4 日到着分・順不同 ※購読料・支援会員費の方を含む)

献金・献品をお願いいたします。

いつもご支援いただき誠に有難うございます。毎回のお願いで本当に心苦しく思いますが、運営維持のためのご寄付及び、ご家庭で余っている日用品の献品をお願いいたします。

薬物依存症者への初期の支援は、様々な問題や面会、面談、訪問、手続き、会議などで追われてしまいます。が、そのような支援、さらに刑務所入所者、逮捕者への支援は、すべてボランティアにて行われています。しかし、そのような支援が本当は一番大切であり、依存症者の回復のチャンスを絶やさないようにしたいと考えていますので、何卒ご支援のほどよろしくお願いします。

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、石鹼、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。グローブなどもございましたら是非送譲ってください。

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 ○九九 0275937

献品の送り先住所 651-0068 神戸市中央区旗塚通 1-1-20 長坂ハイツ 2F

編集後記

あっという間に開設して3年が過ぎ、4年目が始まります。卒業生が新しい土地へ行った後には、心配と寂しさと、そして強いを感じました。そんな仲間に久しぶりに会った時、神戸ダルクで学んだ仲間のサポートをしっかりしてくれていました。涙が出そうで堪えました。そんな仲間に、僕は代表を信じている。代表がいいという今まで今のこと頑張る。だって、言う通りにしていたら、全部上手くいき始めたから、ありがとう。と、メッセージをもらいました。しんどい気持ちも全部吹き飛びますね。そんな仲間の回復に私たちは支えられて生きています。さあ、もう一踏ん張りするかって

神戸ダルク ニューズレター Threshold (出発点) Vol.13

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

〒651-0068 兵庫県神戸市中央区旗塚通 1-1-20 長坂ハイツ 2F

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 2000 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