

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.20

～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

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

ニュースレター記念第 20 号

ニュースレターもいつの間にか 20 号を発行することができました。これも振り返ると、たくさんの支援者の方々の愛のある無償の支えのおかげだと振り返る今日があります。

ですが、現在のこのような状態で今日を迎えるとは思ってもみませんでした。スタッフ、仲間一同が人生で初めての経験です。私たちが薬物を使っていた頃感覚に似ている孤独感を感じながら、いつの日かまた、日本中、世界中の仲間と再会して熱くハグできる日を夢見て仲間と過ごしています。前回のニュースレターを書いた時はそこまで酷くはありませんでした。私たちは、毎日毎日スタッフ同士でオンライン会議を進める中、一つのことにたどり着きました。「今だから何があっても無償で仲間を支えよう」と。そんな中でも、ストレスとの戦いです。私たちに不満や不安をぶつけてきます。が、だからこそスタッフ同士で一丸となること。そして、私たちのような団体は、必要であっても歓迎されない団体であるが故に、司法、医療、行政の支援が完全に止まっている中、絶対的に自分たちの保身を捨て、支援をしていこうと活動しました。こんな状況、薬物やアルコールの相談電話はいつもの 5 倍。仲間の支援の手も足りない。そんな中、助けてくれたスタッフに心から敬意を表します。資金も私の自己資金をほとんど使い切りました。それでも助けるのがダルクなのだと思えたのも、阪神大震災の時、中心で支援をしていたのは、紛れもなく、神戸の指定暴力団の方々だったことを思い出したからです。悲しいかな、それが現実だから私たちは全てを投げ打って今を生きています。

あまり届かないかもしれませんが、皆様にお願ひがあります。コロナ問題が収束し、通常の生活が戻った時には、神戸ダルクを助けてください。この期間は、誰も助けてくれない部分を全て担います。私たちが与えられた糧は、私たちの助けしか届かない人のためにあると感じのコロナ禍の中で。

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 代表理事 梅田靖規

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ

〒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

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

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)

www.kobedarc.org

神戸ダルク

検索

依存症を医療の立場から支援するようになって

公益財団法人復光会 垂水病院 精神保健福祉士 三好 雄一

垂水病院は、神戸市西区にある兵庫県内のアルコール・薬物依存症拠点機関の1つで、入院・外来で依存症治療プログラムを提供しています。

神戸ダルクさんには、その治療プログラムの一環として、SMARPPの当事者スタッフとして参加していただいたり、メッセージを届けに来てくださったりしています。

私は、お会いするたびに相談に乗ってもらったり、プログラム中に話を聞かせてもらい、心の奥が揺さぶれるような感情がこみ上げてきて、依存症の苦しさ、回復・成長がどういったものなのか学ばせてもらったりしています。その分、ダルクを利用されている方にも再使用が止まらず環境調整が必要であったり、精神症状に悩まされたり、服薬が必要な方もおられるので、困っていることをできるだけ詳細に聞き、医師と相談しながら、必要な時には協力するように力を注いでいます。

実は、施設代表の梅田さんとは、精神保健福祉士の資格を取得した専門学校の同級生でした。最初からパソコンを片手に電話をされていることが多く、「いったい何をしている人なんだろう、忙しそうだな…」と思っていましたが、在学中に神戸ダルクを開設されて、「本当に忙しかったんだ…」と思いました。実は、当時は恥ずかしながら「ダルク」をインターネットで検索するほど無知でした。

医療機関は、依存症であると診断を受けて、断酒・断薬など「止める」を目指す最初のきっかけになることが多く、そのために「止められない」ことで起きる様々な問題や苦痛、そしてそれらを繰り返す姿を目のあたりします。そのため「止まって欲しい」という願いは一層強くなります。それが強みでもあり、回復を支援する上で限界になることもあるように思います。止まり始めるとその人の抱えている生きづらさ、生きづらい環境が露わになるからです。「止まって欲しい」と願っているのに、止まり始めたことでまた様々な問題や苦痛に向き合うことになります。

「どう止めるか」ということは、どうしても「どう生きるか」に結び付いてくるような気がします。そうであるならば、医療という援助だけでは不十分で、その人の生活に寄り添い、生きることそのものへの支援をする必要があります。そこで地域の自助グループやダルクなどの社会資源の価値の大きさを実感しています。そして「どう生きるか」ということに向き合うその姿や想いは、どんな人にとっても力を与え、学ぶものがあるように思います。そうすると依存症やその回復が、誰もが「わがごと」として捉えられることだと感じています。

私の体験談

いつかは誰かのために タク

こんにちは、アディクトのタクです。私がはじめて覚醒剤と出会ったのは16歳の時でした。その頃は悪い先輩に憧れて地元の暴走族の先輩に教えてもらいました。その時の快感は今でも覚えています。全身にみなぎる高揚感、何とも言えない自信、怖いものなど何もない！と感じました。

それから数年覚醒剤を使用し続けました。それから28歳で結婚し、2年で離婚した後また再使用が始まり、覚醒剤が止まりませんでした。それから数年後2回目の結婚、子供も授かりました。幸せでした。しかしまた悪友から勧めで、また覚醒剤にはまり3回連続の刑務所…

出所後また覚醒剤を使用して、なぜか茨城のダルクが「一緒に薬物をやめよう」と来てくれて、茨城ダルクに入所しました。それから5年後びわこダルクに施設移動。トータル10年ダルクで生活し、社会復帰して酒も飲まずミーティングに行っていてそれなりに幸せでした。社会復帰して3年後、仕事帰りにコンビニで出会った1本の酒、これだけ薬物をやってないから、もう飲めるんじゃないかと思い、その1本が止まらなくなりました。生活が崩れるのに半年とかかりませんでした。飲酒運転で事故をして逮捕、3ヶ月の留置所生活、そこで2つの選択肢がありました。そのまま刑務所かダルクに入所。今回、神戸ダルクをお願いしたのは、代表のウメさんが私の元スポンサーだという理由と本当に薬物が絶ちたいという理由です。なんとか執行猶予となり、願っていた神戸ダルクヴィレッジに入所できるようになりました。



プログラムもその人にあったプログラムを与えてくれます。全て自分の足でいくNAは驚きました。遠い会場は電車、近い会場は自転車まさに自分の足で行く！

これなら社会復帰しても自分の足で通えると思います。今までに経験したことのないプログラムもあり、初心で頑張っています。

私も、いつかは誰かのためにメッセージを届けられたいなと思う様になりました。アディクトに完全な回復はありません。NAに通い続ける事、仲間とのフェローシップ、後は自分次第だと思います。

リタイヤせずリハビリを続けています カワ

始めまして薬物依存症のカワです。48歳干支は猪です。地元の小中学校を卒業後、高校には進学せず美容理容専門学校に進学しました。その後、半年で中退して地元を離れ、大阪市内のマンションで一人暮らしを始めました。フリーターで生活し、時間あるときはパチンコばかりしていました。その後免許がとれる年になったので地元に戻り、先輩が経営している設備業に就職しました。そこで材料であるコーキングをシンナーのように吸っていたら、知り合いの同級生が通りかかり、そんなのは止めてこれがいいよと勧められたのが覚醒剤でした。そのときは注射器がなくて飲みました。

その後入手先が増えて、他の人から飲むのは勿体ないからと注射を勧められました。これが20歳の時です。ここから連続して使うようになり、22歳で逮捕されました。保釈で出られたのですが、保釈中にまた逮捕されて懲役2年6ヵ月執行猶予4年をもらいました。当時付き合っていた彼女と結婚して二人の娘を授かり



ました。覚醒剤は使うことなく10年が過ぎたころ、一緒に覚醒剤を使っていた先輩と再会し、その日をきっかけに、会うたびに覚醒剤を勧められました。最初は断ることができたのですが、結局使うことになりました。この4年ほど毎日のように使うようになり、やめたいという一心から妻に相談しました。早速いろんな窓口で相談してもらい精神病院か中間施設を勧められました。僕は集団生活が苦手なので精神病院をお願いしたのですが、以前入院していたときの態度が悪かったため、入院を断られました。その時、自宅に戻るという選択肢がなかったので、早急に中間施設に相談を妻にしてもらい、その日のうちにつながることができました。最初は想像したとおり、苦手なことばかりで毎日がつらかったのですが仲間の皆さんに優しくしていただき、リタイヤせずリハビリを続けています。入寮して2ヶ月ちょっとのカワでした。ありがとうございます。



鳥取での生活

スタッフ シモ

お久しぶりです。スタッフのシモです。

4月の初旬から鳥取のログハウスの方で週末以外は生活をしています。ログの方では、朝7時からメディテーションミーティングをログの外で自然に囲まれながらしています。理想中には、川のせせらぎが聞こえ、鳥のさえずりを聞くことができます。

僕はこの自然の中での瞑想がすごく好きになっています。

ログでのプログラムの1つとしてみんなで、ログの改修工事をしています。この改修工事が僕にドンピシャで楽しんで施工しています。というのも僕自身元々建築関係の仕事しかしてきていなかったもので、このような大作業等の家を改修させてもらえるのが懐かしくもあり楽しみながら、させていただいています。

ログに通い出した頃にはジメジメしていた部屋も杉の香りいっぱいのすっきりした部屋に変わりました。

代表のウメさんと共に作業を進め、利用者の手を借り、みるみる変わっていくログの景色には圧巻！

作業と一緒に進めてくれる仲間以外に、うちの畑で採れた美味しい料理を準備してくれる仲間もいます。

夜に空を見上げれば、都会では絶対に観られないような満点の星空が観れます。

僕には非日常的な生活で得られる感覚が今までにない充実感を頂いています。仲間にもこの感覚を感じて貰えるかは、わかりませんが一緒に過ごす仲間の顔つきが柔らかくなっているように感じています。





日がたつにつれ、ログが合う人もいれば合わない人も出てきます。少なからず問題も起きたりしますが都会にいるよりも早く解決出来ているようにも感じています。

雨の日には資材は置いて有りますが、出来上がった部屋でワークをしたりしています。

なぜ自分がダルクにいるのか？等、初心に戻るようなグループワークをし、何かに気付く仲間の顔に僕自身もハッとさせられます。色々と言わせて頂きましたが、簡単には伝えさせてもらおうと！僕にとって鳥取のログハウスは大人のオモチャ箱！大好きなオモチャを買ってもらった子供のようにになれる場所だということです。

これからも宜しくお願いします。ありがとうございました。



もともとこのログハウスは、廃墟になりかけていたものを、この場所でネイティブアメリカンの祈りの儀式である「スウェットロッジ」を行っていた安藤夫妻を訪ね、祈りのスウェットロッジに参加していたところ、「つかって見ないか？」という話で始まり、まさかこのコロナ問題で活躍することになるとは思ってもいませんでした。

標高も摩耶山とあまり変わらず、冬には1メートル以上の雪が積もり、すぐ隣を流れる溪流も凍り、音のない世界を体験できます。日々緑の色が変わり、春夏秋冬、全く目に見えるものが変わります。特にここでは、驚いたことに、精神的に調子の悪い仲間が180度元気になります。それには私達も驚きます。こちらでも嬉しくなります。

スズメバチ駆除、クマ対策、イノシシ対策、水源は山の湧き水と、決して便利ではない生活がありますが、充実しています。そんな、不便な場所ではありますが、露天風呂を作ろうとか、外に囲炉裏を作ろうとか、妄想は止まりません。

色々と言ったら、依存症という枠を超え、当事者や支援者という枠を超えて、癒しのリトリートができる場所となっていく場所作りが目標です。私たちは、気がつかないうちに、この場所でたくさんのものを受け取っています。

神戸ダルク 梅田



田舎暮らし鳥取 ヒロ

僕は昨年3月に神戸ダルクに入寮し、自分の回復について日常を通して学ばせてもらっています薬物依存症のヒロと言います。今地球規模でコロナが問題視されている中、僕は4月から鳥取県の方へ自然学習にきていますと、言っても主はコロナから身を守ることからの疎開ですので旅行に行くような浮かれた気分では駄目なんでしょうが僕の長所でもあり短所でもある楽天的な部分もあってあまり深く考えないでこの場に身を置く事になりました。

そんな心構えでむかえた鳥取生活。うっかりばかりです。まずやらしたのが、汲み取りの処理(タンクの量を確認し、汲み取り屋に来てもらうこと)を忘れてしまったことです。何気にふっとその事に意識が行き、排便タンクのフタを開けてみるとあふれんばかりのおしっこやうんこがフタのすぐそこまでせまっていたのです。その事に気づいた僕は慌てて衝動的に携帯で汲み取り屋に電話しました。そこで次に気づいたのがゴールデンウィーク中という事です。つながるはずもないコールを頼に汗をにじませながら左の手で排便タンクのフタを持ったまま慌てふためいた僕。冷静をとりもどし、フタを閉め繋がないコールにあきらめ電話を切りました。次に考えたのが、明後日神戸に帰っている仲間が戻ってきて人員が増え尚且つ連休で汲み取り屋が来ないとなると排便タンクのフタを押し上げてあふれ出るおしっこやうんこの事を想像すると又、僕の心は慌てだすのですが、そんな時にピンと思いついて考えが「昔の人はどうしたのか？」でした。そうだ排便をすくう尺を作ろう。全部汲み取らなくても3日分くらい汲み取ればなんとか今をしのぐことができるだろうと行動を移しました。大きめのペットボトルを探しそれを半分に切り廃材のアルミの棒にそれをビニールテープでぐるぐる巻きつけ自家製の排便汲み取り機の完成です。次に考えたのが排便をどこに捨てるかという問題です。昔の人なら自分の畑などに捨て肥料感覚で処理するのでしょうか僕が考えたのがむかえの空き地に土を掘って埋めるそんな方法でした。これが又、大問題で、「人の土地に何をしてるのか！」と。お隣の方に叱責され、その自分のとった行動が只々安易で土に返すと言った「自然の循環」という名の正当化に気づかされました。それが本当なら自分達の敷地に捨てるのに人の土地に捨てる所が汚いものは外にと言う僕自身の自分勝手な自己中心性は物差しなんですね。僕の汲み取り事件は叱責と言う形で幕を閉じました。本当あさはかな僕でした。鳥取の生活も1カ月を過ぎました。日常を通して色々な事を感じたり考えたり思ったりします。そんな暮らしの中で今日1日をそれでも自分らしく生きている気がします今与えられている時を感謝です。

1日も早いコロナの終息を願い祈りながら。鳥取の空から。

グループホームにて マーくん

僕はダルクに入ってから1年9ヶ月です。ダルクに入ってから薬物も止まっています。ダルクに入ってから仲間も出来て嬉しいです。5月に入ってからグループホームに入りました。グループホームに入ってから、朝から掃除とかしています。グループホームは色々決まり事があります。部屋は、みんな一人一人の部屋になっています。僕は、たたみの部屋に住んでいます。朝起きたら、苗に水をやってます。帰ってきて夕方にも苗に水をやってます。グループホームに入ってから、きちんとした生活をしたいです。グループホームから出て、独り立ちをしたいです。それには、もっと頑張らなくちゃいけないです。これからは一生懸命頑張っていこうと思います。



活動報告

2020 年 3 月
全て中止

4 月

オンラインダルク合同ミーティング開催
オンラインミーティング開催
オンライン相談実施
トラウマインフォームドケアオンライン勉強会
20 クロス 森林植物園ハイキング
オンライン有田博子基金キックオフミーティング
オンラインビリーズブートキャンプ実施
鳥取へ集団疎開
森林セラピーロードハイキング

5 月

山菜採り
つくし採り
筍採り
メディテーション MT
キャンプファイヤーMT



近況報告・活動予定

明日がどうなるかわからない。という日々から、不確かですが少し希望が感じられる今日であります。暖かくなってきたからでしょうか。しかし、健康第一。油断は禁物です。今の期間の間に「コロナが収束したら～」って話の中で、あそこへ行きたい。これがしたい。あれがしたい。と話は尽きません。クリーンを保ち、仲間がいれば、全部できると思います。コロナ収束は、依存症者にとっても正念場です。ここを乗り越えるために、夢中になれる日々を再開しようと思います。グループホームも始まりました。先は見えなくても希望はあります。とにかく、仲間の健康を第一で再スタートです。

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「スレッシュホールド」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変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

遠藤 恭子様 井出 照光様 NPO法禁煙推進の会兵庫さんだ立野 貴弘様 黒川 奈津子様 菅原 美穂様

間 明子様

ご献品

山崎 圭様 安藤 鉄信様 猪木 より子様 長坂 久子様 大塚 節江様 加戸 由佳子様 菅原 朋子様

(令和2年3月26日～令和2年5月25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

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、現在運営資金は代表の貯金を崩して賄っています。緊急事態宣言で、外出ができない仲間たちは食事だけが楽しみで、いつも以上に食事の量が増える2ヶ月でした。そのために、お米が底をつきました。が、お米を買う資金が捻出できません。回復のために今日一日頑張っている仲間に、ご飯をあまり食べるなどはいえない状況です。私も薬をやめ始めた時は、まず体を元どおりにするために「もっと腹一杯食べろ」と美味しいご飯を作ってくれたのを思い出します。

お米の献品がありましたら非常に助かります。

ご家庭で余っている食料品(米、野菜、穀物、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。グローブ・自転車などもございましたら是非譲ってください。たくさんありましたら、車で取りにいくこともできます。回復支援の中で、普通の家庭の様に安心して家族でご飯が食べられる様な環境はもっとも回復支援に役に立ちます。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 651-0068 神戸市中央区旗塚通 1-1-20 長坂ハイツ2F

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ

編集後記

スタッフ、利用者全員が生まれて初めて体験した今の状況。コロナウィルスは私たちに何を教えてくれようとしていたのでしょうか。このような状況になると、人は本性が出ると言います。芥川龍之介の「蜘蛛の糸」を思い出し、そのまんまの人間模様が目の前に現れました。私たちが回復のプログラムの上になかったら、学ぶものなど何もなかったでしょう。誰も助けてくれないと嘆いていた現実を体験しました。私たちはまだまだ生かされる意味があると夜空を見ながら感じました。

神戸ダルク ニューズレター Threshold (出発点) Vol.20

編集人 一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 梅田増城

印刷 プリントバック

〒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 078-219-0741

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