

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.26

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



Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

Here Comes The Sun 太陽がやってくる

みなさま、いかがお過ごしでしょうか。コロナウィルスに支配される世界になって2度目の夏が間もなくやってきます。例年よりも早い梅雨で、リカバリーファームの野菜も最後の一踏ん張りの成長をすることで雨が続き、成長が悪く、みんなちょっと残念に思っているのですが、最後の最後の踏ん張りを梅雨明けに見せてくれることを期待し、美味しい野菜たちが食卓に並ぶのを楽しみにしている今日この頃です。私たちの回復も、最後の最後の踏ん張りであと一歩で奈落の底というところで助かって繋いでいる命ばかりです。施設にいるときは、なかなか周りの力が自分を回復へと導いてくれているという感覚を忘れるものです。今まで人生でその感覚を味わったことがないので今学んでいるのです。

世界もすっかり変わり、人とのコミュニケーションも変わってきていると思います。霊長類の私たちがコミュニケーションと感情の問題を一人で解決できない仕組みで生きているにもかかわらず、私たちはそれができない。さらにコロナで、それを体で学べない。そんなことから、これまで躊躇してきたさまざまな取り組みをもう一度見直しながら、2021 年を仲間全員で乗り切ろうと一念発起しています。

幸いにも、この時期に成長して回復にストイックな気持ちスイッチが入った仲間も増えてきました。私たちに回復のプログラムと安心できる場所と仲間同士の私たちにしかできない繋がりががあります。それをもう一度見直しながら、形にする計画をしていきます。何かものを作り上げること、創造することは非常に楽しいものです。さらにそれをみんなで味わえることは最高に楽しいものです。私の回復スイッチも着火されました。激アツの太陽ではなく、暖かく心地よい太陽を感じる夏にしていきます。

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 代表理事 梅田靖規

一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ インフォメーションセンター

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

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

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)

姫路アディ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

少年たちへのメッセージ ヒロ

僕は2019年の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。今年で53歳になります。今から36年ほど前、僕は中等少年院送致の判決を受け、播磨学園に神戸鑑別所から護送バスに揺られ送られました。当時の僕は17歳、護送バスの窓から見える景色に別れを告げ、今から送られていく少年院をイメージしながら不安と恐れ、あきらめや、開き直り、そんな感情が僕の中にあつたように思います。

僕は小学生の時に父が母を連れて自殺し、その後、伯父夫婦に引き取られ、厳しい躰に自分の居場所を失い、家を飛び出しました。両親が死んだ悲しみや淋しさ、その感情の上に伯母の僕に対する躰の厳しさ、本当に辛い毎日で、そこから逃げるように家を飛び出した、その日のことを今も覚えていますし、自由になった感覚を体が覚えています。あてもなく1人、夜の街に出て、怯えながら、その心から



も逃げ続けていたように思います。その結果が後々に起こす問題行動でした。万引き、窃盗、恐喝、強盗、監禁、暴力行為、傷害、無免許、暴走行為、シンナー、覚醒剤…色んなことに手を出しました。今思うと、本当に悪に染まるのは、あつと言う間でした。地元でも誰よりも先に、先にと悪いことをしました。でも心の裏では、初めに書いたように両親が死んだ悲しみや淋しさ、その後の環境での辛さや苦しみ、そこから生まれる憎しみや恨み、周りと比較することによる妬み、羨む気持ち、色んな感情に僕は流されていたと思います。只シンプルに、僕の悲しみや淋しさを分かってもらいたかった。僕の存在を認めてもらいたかった。無条件に甘えたかった。抱きしめて欲しかった…これが僕の自我の答えです。



家出してから僕の履歴、児相から始まり、教護院(若葉園)、鑑別所、少年院(はりま、京都医療、加古川学園)、少年刑務所(姫路)、一般刑務所(神戸1、大阪3)、5回目の刑務所から出てきた僕は50歳、ずいぶん遠回りしたように思いますが、ようやく僕自身の自我を受け入れ、僕が、その成長出来ていない部分を守ること、自分を大切にすることに気付きはじめました。ここまでの道のりは長いようでもありましたが、僕にはこれが最善の道のりで僕に必要な糧だったと今は感じています。

ダルクに入寮して2年が過ぎます。ダルクの生活の中で代表に同行して、加古川学園に行った時は不思議な気持ちになりました。僕自身が少年の頃に迷子になっていた場所に、今の僕がいること。自分のことを傷つけてきたあの頃の僕に会えたんです。少年たちと会って、少年たちの中に、あの頃の僕を見たんです。どうか自分を守って欲しい。自分を大切にしたい。少年たちの声を聞き、自分自身にもそう問いかけました。古い自分の生き方を手放し、新しい自分の生き方を。今日1日を大切に生きること、それが僕自身を大切にすることにつながると信じて…今日1日に感謝です。



私の体験談

ポンド

「けれどもスピリチュアルな目覚めには、どれも共通点がある。その共通のものは孤独が終わりをつけた感覚、生き方の方向性つかめたという感覚だ。」
ベーシックテキスト P.79

「この力に対する信頼を学んでいくうちに、人生に対する不安は乗り越えるものになる。」
ベーシックテキスト P.39

「たくさんの偶然が、奇跡が毎日の生活で起こるを目にしていると、受け入れることは信頼へと変わる。」
ベーシックテキスト P.39

僕の名前はポンドです。タイのバンコクで生まれ、1995年留学の目的で日本にきました。何事もなく二人の両親に愛されて育てられたにも関わらず、なぜか僕は人と同じような生き方や楽しみ方が出来なくて、約15年前から覚せい剤を使用始めました。

2010年から大阪ダルクに繋がり、2020年10月に神戸刑務所で服役した後に自分が自暴自棄になっているため、神戸ダルクに入所することになりました。今のクリーンタイムは約8か月です。僕の一番の欠点は自分の意見を人に言えないことです。この弱さがいつも自分を生きづらくさせていました。

神戸ダルクに入寮して3ヶ月ごろ21年1月に施設内のグループホームに移動することになりました。とても嫌でした。グループホームでは数年長く施設にいる仲間ばかりで僕が話せそうな仲間がいなくて皆と共同生活できる自信はまったくありませんでした。さらに生活訓練の一環として畑プログラムが多く含まれているため、少し身体障がいをもっている僕にとっては過酷でした。その上、一人だけのプログラムとして、寮の仲間に食事を作るプログラムもあり、少ない食材の選択で短時間の料理は難しいものでした。

僕の欠点は人に意見を言えないと申し上げましたが、その欠点によって、ここのグループホームでも、僕がいると我慢する結果につながりました。なぜならグループホームではコミュニケーションが重要だからなのです。今年の3月、新しい仲間の一人を出迎えることになりました。彼とはもともとディケアの方で僕と気の合う人で、グループホームの皆で暖かく、受け入れてきました。ところが5月に入って、突然、その新しい仲間が僕に施設のプログラムからドロップアウトすると言ってきました。僕にとって悲しい出来事でした。そのこともあいまって、先日、僕にとって事件が起きました。

とても暑い日差しの中のことでした。畑のプログラムが後半に入り、通常の2時からのスタート時間ではなく、1時から早められると仲間から聞いて、我慢していた怒りの感情が爆発しました。その場で作業を拒否して、場から立ち去りました。たまたま僕が施設の緊急用のガラケーの電話を持っていたのでスタッフに直接プログラムが繰り上げられたことを知らせて、自分の不満を言いました。「炎天下のもとで長く畑作業させるのは酷すぎる。」と伝えました。スタッフの方は冷静に対応してくれました。その後は責任者の仲間とも口げんかともなりました。

しかしながら、最後に不在だった責任者の仲間が現場に戻り、笑い飛ばしながらも、思いやりのこもった言葉で色々説明してくれました。そしてこう言いました。「僕は嬉しかった。ポンドが自分の意見を言えたことが一番の畑の収穫だよ」と言って僕をハグしてくれました。

その瞬間、僕の中で何らかの、自分の理解を超えた力が働いているような気がして、憤りの感情が収まりました。

自分の感情の問題が解決されました。

ここで、僕が学んだことは3つありました。

- 1) たとえ、1%でも責めるべき側に問題があったとしても、根源の問題は僕の中にあった。
- 2) 僕が違っていました。

施設の畑プログラムは施設のために野菜を育てるためのプログラムではなく、僕の心を育てるためのプログラムだった。

- 3) 僕の思っていること。意見を言うことが回復だということ。

こうして僕自身についての理解が深まり、ほかの人たちのことも少し受け入れられるようになったときの体験でした。

私の体験談 ぐっさん

ぐっさんです。現在私は73歳になります。刑務所に7回務め、今回どうして神戸ダルクに行こうと思ったのかというのは、今度こそ覚醒剤から足を洗うという決心をして、ダルクの方から未決に居るときにパンフレットを送っていただいて、ダルクの方に来ませんか。と連絡がありましたが、私が刑務所に務めていた時に中ではダルクの事は、評判が良くありませんでした。そんな私がどうしてダルクに来たかは、前刑を務め終わり出所して、自分の力で覚醒剤をやめようと思い、地方の方に仕事に出掛けましたが、歳が歳なので仕事も見つからず大阪に帰って来ました。私が戻って来ていることがわかって、私の所に昔のポン中仲間が来るようになりました。私の目の前で覚醒剤を使っていたんですが、その時は、目の前で覚醒剤を使っているにも別に自分は打ちたいとは思っていませんでした。たまたまそこに女性が来るようになり、その女性に覚醒剤を打ってやっていたのですが、昔の事が忘れられなくて、1回位は良いだろうという甘い考えでついつい覚醒剤を打ってしまい、今回の刑務所務めとする事になったのです。あの時、覚醒剤を使っていない人、相談する友達が居なかったのも、ダルクの方に手紙を書き、面会に来て貰い、話し合っただルクに行く事を決めました。ダルクに来るまではうまくやれるかを少しは心配してたのですが、仲間とも仲良くなって今はダルクにも慣れ、4ヶ月のクリーンを保っています。目標としている、両親の墓参りに行きたいので何としても回復して墓参りをしたいし、たった一人の妹にも謝りたいと思っています。

ダルクでは、色々なプログラムがあって、今は鳥取の方に来て、ログハウスで生活し仲間と仲良くやって皆元気に頑張っています。



私の体験談 カギやん

薦の仕事をしていて、会社の知人がクスリを持っていて、仕事もしんどくて、打って仕事に行くようになって、体に入っているのが当たり前になった。それから1年ぐらいやめていたんだけど、スナックで出会った女性と、酒を飲んだり、ご飯を食べたりして、2ヶ月ぐらいで、その女性がクスリを使う人で、また、その女の子とやるようになって、ガサが入って、捕まって刑務所に入るようになった。以前からダルクという施設は、聞いた事はあったが興味がなかった。刑務所で姉たちが面会に来てくれた時に本を差し入れてくれ、最初は、刑務所から出所した時は、話でも聞いてみたらと言われてたけど、行く気にはなれなかった。



出所して、姉の家で1ヶ月半ぐらい、いたけれど最初は良かったけど、だんだん、愚痴を言われて、喧嘩になり、いる所が無くなり、ダルクに来ました。ダルクに来て、どう感じているか、最初はいよいよ来たと思う。話はスタッフにある程度聞いたけど、馴染めるか心配だった。だけど、仲間も気を使ってくれるし、良かったと思うけど集団生活はしんどいです。早く頑張って、社会復帰をしたいと思っている。

まだまだ変われる くりやん

私の場合、昔と言っても10年ぐらい前から仕事ができなくなり、姉が保証人になり、生活保護をもらい始めました。毎日1000円での生活で、タバコと缶ビール1本を買うのが精一杯でした。面白半分がつい、いつもより多く1本のビールを買い、飲んだことがはじまりのもとで、同じことを繰り返してしまい、姉にお金を借りたりして迷惑をかけてしまいました。どうしてもビールが飲みたくて、つい万引きをしてしまい、気が付いたときは刑務所の中に入っていました。出て来てからはダルクにいます。

ダルクでは、いろんなことがあり、嫌なこともあり、楽しいこともありました。僕は早く出ることばかり考えていました。2回施設を飛び出しましたが、飛び出した後、少し不安になり、何もうまくいかず、生きてダルクに戻ってきました。

ダルクに戻って来てから、もう少し頑張っていこうかなと思い、「お金を貯めてアパートも借り、仕事をして地道に生きていこう。」という夢を持ちました。

去年キャンプに行き熱中症で倒れ、病院に行った頃の自分と比べると、体重も46kgから60kgに増え今は朝早く起きて、寮の掃除したり、畑作業を頑張ったりと夢に向かって頑張っています。



あなたの声を届ける

依存症を経験した人やその家族が社会に向けて体験談スピーチを行う際のガイド

が、Amazonで購入できるようになりました。

私たちの体験談を公共の場で話すことで、多くの方々への理解や、困っているの方々へ大きな希望を与えられることは、皆さんも依存症の体験談を聞いたことのある人ならば共感していただけると思います。が、私たちが一般の人の前で、自分の恥や行った後悔する行為、辛い過去を話すということは、非常にリスクが大きいことであるということは欧米では当たり前になっています。そのために体験談を話す前にちゃんとしたことを学ぶことや、倫理的な問題を知ることによって、自分が再発してしまうことのないように、傷つけられてしまわないように、再トラウマ化が起きないように、ということが必要になってきます。

これまで体験談を公共の場で話してき方々の経験のインタビューなどをまとめたガイドブックを2年前に、神戸ダルクヴィレッジで作成しました。これは、当事者スピーカーの方の安全を守るためのガイドブックであるとともに、依存症の理解をより深めてもらいために支援者の方々にも読んでいただける本になりました。150ページほどありますが、各パートに分かれており、どこからでも読めるようになっています。また依存症者やその家族の生の声による経験が書かれているので、読み応えのある書籍になりました。この本がようやく、アマゾンで購入できるようになりました。

アマゾンで「あなたの声を届ける」で検索してください。

神戸ダルクへ直接注文することもできます。

600円になります。是非ご購入ください。

あなたの
声を届ける



依存症を経験した人やその家族が
社会に向けて体験談スピーチを行う際のガイド

智頭リトリートヴィレッジ

神戸ダルクヴィレッジのヴィレッジ活動

今回、次号で、神戸ダルクヴィレッジの活動拠点を紹介していきます。

まだまだ、拠点をみんなで整備中（ずっと整備中なのかもしれませんが）で、みんなでつくっていくという活動にハマリ、この空間、時間が、本当は一番充実しているのかもしれない。



代表の梅田が、アリゾナ州の治療共同体アミティ CTR に滞在していた時に、体験していたネイティブインディアン儀式である「スウェットロッジ」を日本で開催しているところがあるのではと、祈りのために探していたところ、神戸ダルクが開設する頃に鳥取県の山の中にあるこの場所を見つけました。豪雪・大雨・自然以外は何もない場所で、スウェットロッジを開催する安藤夫妻のお声かけで廃墟になっているログハウスを譲り受けました。当初はみんなで活用するような予定ではなかったですが、コロナの影響で、人と接触しないこの場所を仲間利用するようになりました。壁、床、屋根、全て自分たちで張り替え、毎朝の瞑想ミーティングから、木工や釣り、畑、森林セラピー、琉球太鼓などを行いながら過ごしています。この場所は、ゆくゆくは依存症者とそうでない方々が垣根を超えて過ごせる場所として、癒やしの場所として活動できるように、のんびりと、隣接の小屋を自分たちで建てる準備をしています。

姫路 ASC (アディクションサポートセンター)

近藤さんから電話で「ハワイのメンバーが姫路に家があるらしいから、依存症の支援につかわないか？」と連絡がありました。早速コロナの中でしたが、ハワイの仲間に連絡を取り、物件訪問しました。が、数年誰も住んでいなかったようで、トラック何台も捨てるものがあり、ようやく使用できるようになりました。住宅地にあることから、この場所を、相談支援を中心に新しい社会復帰活動の拠点として始動し、これまでサポートが弱かった、ギャンブル問題、少年、高齢者、家族などへの取組みの強化、また鳥取と神戸の間にあることから、医療、司法、福祉、教育などへの協働アプローチ、まちづくりなどを進めていきたいと思っています。姫路城まで歩いて行ける場所で、中心部にあり、就労にトライすることや、録音、撮影、出版活動など、地域に役立つ場所として動きます。私たちはこの場所を「PROJECT」と呼んでいくでしょう。



活動報告

4月

加古川学園家族講演・分かち合い・カウンセリング
県社協新人職員研修講演
ソフトボール練習会

5月

NA サービスデイ OSM 参加
鳥取リトリートハウスプログラム
出張無料相談姫路
出張無料相談尼崎
宮古島大きな和訪問
オンラインヨーガ
トラウマ研修フェミニストカウンセリング参加
TC 研究会参加
RD12ステップオンラインイベント
神戸ダルク家族会再始動

6月

こうべ家族教室開催
神戸医専生徒さんボランティアスタート
第1回ファミリーサポートグループ開始
NHK 取材訪問
助成金授賞式参加
下蒜山キャンプ
下蒜山サイクリング
NA 北九州ステップセミナー参加(オンライン)
NA GSR オリエンテーション参加(オンライン)



近況報告・活動予定

次号では、新しいダルクの社屋と、B型作業所の方をニュースレターでお知らせできると思います。先日、宮古島に新しいダルクのトレーニングセンターができるということで、協力を求められ、訪問しました。私たちが行っている回復支援の居場所で培ったものを、色々とアイデアとして提供してきました。宮古島と神戸に大きな虹の橋がかけられたらと夢を描き、夢の話を毎日語ってきました。

本当にワクチンの効果があって、昔の生活が取り戻せるようでしたら、私たちはまず、地域の回復の場所、自助グループの整備に1番に集中する必要があります。本当ならばダルクの整備なのでしょうが、大きな視野で考えたら、やはり地域の整備だと私は思います。仲間が回復するヴィレッジ(村)としての神戸、兵庫。よろしくお願いします。

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、または同封の返信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る。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

坪川かづ子様 轟山茂祥様 岡野久子様 伊藤恵子様 間明子様 浅田俊次様 阿部敏久様 和田長平様 榎木芳光様
森島崇文様 佐藤真美子様 千葉菜の花家族会 富井達夫様 神戸女学院大学 金田知子様

ご献品

山崎圭様 金山悦子様

(令和3年4月7日～令和3年6月6日到着分・順不同 ※購読料・支援会費の方を含む)

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。不思議なもので、お米のストックがあると、本当に安心します。生活習慣病を気にしながらも、回復初期は食べて栄養をつけて体力的に回復するところから始まります。コロナ禍にて非常にたくさんの方々が寄付や献品を送っていただきましたことに、心より感謝いたします。まだまだ予断は全く許さず、少し行動範囲も広がったものの、自粛生活は続いています。

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。

回復の中で、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。

もう何度目かわからなくなっている緊急事態宣言中は、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 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

年に一度の自助グループの全国大会(コンベンション)も中止が決定しました。京都大会の予定だったのですが、この現状では、開催を見送るしかなかったと思います。依存症関連のセミナーやイベントもオンラインでは開催していますが、それ以外のものは、ほとんど行われていません。だんだん、普通の回復の歩き方がわからなくなってきました。この社会はこの先も大きく変化していくと思います。そんな時に依存症者が谷間に落ちてしまわないように、私たちが踏ん張る時がこの先あるでしょう。一人ではできないけれど、みんなとならできる。その言葉を忘れないように。

神戸ダルク ニューズレター Threshold(出発点) Vol.26

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

T651-0068 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 関西障害者定額発行物協会

T543-0015 大阪市天王寺区真田山町 2-2 東園ビル 4 階