

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.5

~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



Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

あけましておめでとうございます

みなさま、あけましておめでとうございます。昨年中はたくさんの方に「ダルクは神戸の宝だ」と応援し、大切にサポートしていただいたおかげで、神戸ダルクヴィレッジも2回目の新年を迎えることができました。本年も何卒よろしく願いいたします。昨年のお正月は、利用者も通所者が若干いただけで、神戸ダルクはお休みでした。本心を言えば、祈るばかりで、1年やっていけるかどうかという不安で頭がいっぱいだったことを思い出します。

年末年始は、私たち依存症者は心寂しくなる時期でもあります。そんなことから年末年始は総員16名で、普通の年末年始を味わいました。私たちは普通の喜びをあまりよく知りません。暖かいコタツで、隣に気を使わない仲間がいて、安心できる時間を過ごす喜びをしりません。私たちの回復の鍵は、そんな当たり前の日常の再体験の積み重ねの中にあるのかと思います。今年はおそらく、卒業に向けて社会復帰トライを目指す仲間もいることでしょう。私たちの経験と力と希望の分かち合いが、社会の道しるべになっていきます。神戸ダルクが、そんな仲間の足元を照らすランプのような存在となれるよう今年も精進します。今回のニュースレターは、新年のご挨拶号として、仲間のメッセージをあつめました。本年も神戸ダルクヴィレッジをよろしくお願いいたします。

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

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

新年を仲間とともに迎えて 神戸ダルクヴィレッジ

梅田靖規

今年の正月は仲間とずっと過ごしました。私の家族、子供たちもずっと一緒にでした。

私は10年前に回復したいと思い始め、薬物が止まり始めましたが、仲間のサポートや、ダルクの職員になろうなんて、これっぽっちも思っていませんでした。「もう一度成功してバカにした奴らを見返してやる」という程度の気持ちに支配されていたと思います。お正月に仲間と過ごす中で、私が仲間のサポートをするダルクスタッフという生き方を選択しようと決心したときのことを思い出していました。私がそう思ったのは今から9年前、茨城ダルクの岩井さんの計らいで、群馬ダルクに研修に行ったときでした。「プログラム」というものを初めて体感した気がしました。それよりも、あるプログラムの中で私が、「二度と会えなくなってしまう娘に埋め合わせを死ぬまでにしたい。」ということ話をしました。それを聞いていた施設長のポールが、ある日私を「家でご飯作るからウメもおいでよ」と言ってくれました。そこには小さなポールの娘二人とポールがいて、ハンバーグを作ってくれました。娘さんたちは手伝っていたというよりも邪魔をしていましたが、楽しそうなキッチンでした。さあ、ご飯が出来上がり、ポールと娘たちと僕で食卓を囲み、美味しいご飯を食べた後にポールに言われたのは「薬物で全てを失わなければ、ウメにも今日のような時間があつたはずだ。その現実を噛み締めろ。ステップ1だ。だが、このままウメが回復していけば、絶対にもう一度この光景が自分のものとして手に入る。絶対にだ。俺が約束する。俺はそれが伝えなかったし、それ以外のものなんて必要ない」と言ってもらえたのです。僕は、感極まって泣き崩れました。その状況ですが、僕の気持ちを共感してくれてそのような場所を当たり前のように作ってくれたことにも心を打たれました。「これが回復支援か！」と思い、私はストイックに自分の回復を歩き始めた過去があります。その日の夜に、何も解決していませんでしたが、喉につっかえていたものが取れた気がして、母に電話をしました。「俺、ダルクのスタッフとしてやっていくわ。道が見つかった」と話し、母は「きっといつかそういうと思った。あんたは、薬物に溺れる前、いつも仲間がたくさんいて、助け合ったりしてるって、生き生きしてたもんね」と言っていたのを思い出します。薬物で全部失って、気が付いた時にはもう手遅れで、一生もう取り返しがつかないと思ってダルクにつながりました。

正月一緒に過ごした仲間にも家族と離れ離れの者もいます。それぞれがいろんな思いを心に大切に持っています。その思いをいつか実現するためにも気づかなければいけないことはたくさんあります。私にできることは、私がポールにしてもらったことなのです。ピンチこそチャンス。お正月こそ気づきの多い瞬間です。私のプライドは、成功して周りを見返すことではありません。そんなものはすでに必要ありません。わたしのプライドは、神戸ダルクを通過した仲間が、社会復帰して回復の喜びを実感して仲間の大切さを知ってもらうことです。そのためにストイックになることは惜しみません。ただ、どれも一人ではできません。ダルクの仲間、スタッフのチームワーク、そして仲間が巣立っていく地域の方々の理解と思いやりが、たったひとりの依存症者の命をもう一度意味あるものにしてくれると思っています。皆様、ことしもよろしく願いいたします。



元日摩耶山天上寺にて



西宮戒神社初詣



正月おせち交流会

年末年始交流会を終えて

スタッフ 梅田容子

あけましておめでとうございます。スタッフのゆうです。

今年度はデイセンター開所後、仲間たちと過ごす初めてのクリスマス、そして年末年始となりました。ダルクでは毎日の食事をみんなで手作りしているのですが、こういった行事の時にちょっと贅沢なものが食べられるように工夫して節約しています。今回は某ファーストフード店のチキンとピザ、ローストチキンや特大ケーキでクリスマス会をしました。最初、仲間たちにクリスマスの話を持ち掛けると「クリスマスぐらい家帰りたいわ。家族と過ごしたい。なんでダルクやねん」と冗談交じりにこぼす者もありました。しかしいざみんなでクリスマスの計画を立てると、あれもしたい、これも食べたいと盛り上がりました。一日2000円の生活費でやりくりしているダルクの仲間たちにとって、本来ならお手軽に食べられるはずのファーストフードはなかなかの高級嗜好品なのです。クリスマス会ではそんなファーストフードをお腹いっぱい食べることができました。

年末は買い出し班と営繕班に分かれ正月準備をしたり、大晦日の前前日からおせち料理を手作りしました。わたし自身、料理をするのは好きなのですが人と台所に立つことが苦手です。自分のペースでできない、思った通りにならないと苛立ってしまうからです。案の定、途中で仲間につく言ってしまう場面もあったのですが、これだけの人数分を一人でやるのは無理だっただろうし、手伝ってくれた仲間に感謝です。また全ての物事を自分の思い通りにしたい！と思ってしまう自分のエゴに気づかされる共同作業でもありました。

こうして迎えた一家団圓のようなお正月は仲間にとってもわたしにとっても思い出に残るものとなりました。ここ数年の間、お正月など娯楽でまともに迎えたことがない仲間がほとんどだからです。わたしも過去に一度だけ、クリスマスとお正月を留置場の中で迎えたことがあります。なんとも味気ない宅配弁当を背中を丸めてつついていたことを今でもはっきり覚えています。娯楽にあれば毎年当たり前のようにやってくるクリスマス。「もういくつ寝ると」当たり前のようにやってくるお正月。世間からすればそんな当たり前のことですが、わたしも含め仲間たちにとっては、ダルクに来て今日一日薬物を使わない生活を積み重ねていって初めて手にできた最高の賜物なのです。こうして自分たちがここで受け取ったものを、また新しく繋がってくる仲間、ここにいる仲間たちと共に手渡していきたいと心から思いました。

最後になりましたが、クリスマスや年末年始を支えて下さった支援者の皆様、NHK 歳末助け合い様に心より感謝を申し上げます。ありがとうございました。



クリスマス交流会と
みんなで作った
正月おせち交流会

今年はまだ一度

ひこ

昨年のお正月は刑務所で過ごしました。出所間近で外の事ばかり考えていました。あの頃は薬物を止める気は全くありませんでした。出所したらうまく使って生きていこうと考えていました。まさかダルクで正月を迎える事になるとは思いもよりませんでした。しかし、社会に出て薬物を使いこなす事が出来なくなり生きて行く事も出来なくなり色々あってダルクに入る事になりました。ダルクに来て1カ月から2カ月は早くダルクを出る方法をさがしていました。でも3カ月を過ぎた頃から気持ちに変化が出てきました。それをダルクでは「治っちゃった病」という病にかかったみたいでダルクの生活はすごく快適でずーっとここにいたいと思うようになったし、薬なんかもういらなと思ってました。しかしそれは勘違いでした。薬物は本当に恐ろしい物で頭の中からはなれる事はやっぱりありません。今年はまだ一度。一からプログラムに真剣に取り組む。自分自身を見つめなおそうと思います。



ヘルスケアと
ヨーガプログラム





クリスマミサと
年越し蕎麦



心の闇に光を当ててくれる空間、ダルク、居場所 よっちゃん

アディクトのよっちゃんです。僕の薬物使用は6年前からでした。仕事をしながら週末使用を繰り返していました。「うまく使えている。大丈夫。」当然そう言う日も続く訳でも無く。責任を取る能力もなくなっていることも気付かず、仕事を辞め家族を巻き込み、友人、大切な人を巻き込みながらそれでも薬物使用を正当化していました。その反面、心は苦しく、どうせオレなんかという感情が体を駆け巡っていました。今思うとそのことを忘れさせる為、逃げる為、自分をごまかす為、使用していた事がダルクプログラムを通して明確になりました。ダルクプログラムでは、テーマに沿った話をします。言いつばなし聞きつばなしです。その中で共感があり気づきがあり同じ経験をしてきた！辛かった！苦しかった！でも回復していくんだ！という仲間がここにはいます。7月に先行く仲間から「ダルクは、薬物で歪んでしまった心にギブスをしていく場所」だと聞き施設につながり僕の回復が始まりました。これまでの生き方を見直す機会を与えて下さった仲間、友人、ダルクスタッフ。そして両親に感謝を忘れず、回復にも成長にも責任がある日々を。一日一日大事に過ごしていきます。ありがとうございました。

問題の原因は必ず自分の中にある

カズキ

私は20歳の頃から覚醒剤を使用するようになり、その後30年余り続けました。初めは友人が体が軽くなり疲れが飛ぶからとすすめられ、好奇心で使用しました。本当に髪の毛が逆立つような感覚で。体が軽くなったようでした。

3回目の刑務所に受刑中、小学校からの友人(アディクト)が実家に訪ねてきて、ダルク、NAとつながり立派に更生している姿を妻や親に見せたうえで色々な話をしてくれました。その後、妻から受刑中にその話を聞き、私自身も「最後の更生」になるという気持ちがリンクして募る思いでダルクに助けを求め入寮を決断しました。

ダルクに来て1日3回のミーティングを基礎とし、様々なプログラムを受けていますが、一番有難く思ったのは経済的に何の心配も無く、ゆったり過ごす時と環境を与えて貰ったことです。おかげで自分を顧みるゆとりができました。

入寮して1~2か月の頃は毎日毎日同じようなミーティングを続けて本当に薬を止める事が出来るのか、遠いところに費用をかけてミーティングに出て何の意味があるのか、仲間の悪口を言ったり、スタッフの悪いところを見つけ文句を言ったり、様々な悪いところをばかりさがしていました。入寮する事で仲間と色々な問題がおき、面倒くさくて嫌になって行きました。

そんな時を過ごす中、ミーティングで仲間が「問題が起きたとき、その原因は必ず自分の中にある」との言葉から気づきがあり相手の気持ちや自分がどう思い、どうしたいのか、自分の過去はどうだったのか、様々なことを考えるようになっていきました。

それからというもの、苦しい時、辛い時、悩みがあった時、文献を読んだり、ミーティングで仲間の話に耳を傾けた時、必ず答えがあるようになりました。ミーティングが生活の一部になり、人生を豊かに過ごしていくうえで必要不可欠なものと考えています。

これからも一日一日を大切に過ごしていこうと考えています。

なんとプログラムで沖縄！

大ちゃん

11月28日～12月1日の3泊4日の沖縄へのプログラム。沖縄は初めて。飛行機は23年ぶり。まず最初は天候とどんな服(Tシャツに着替えばよいのか)とが気になった。神戸(関西空港)から着けば夏だよ。そして道路(アスファルト)も灰色と言うのか白っぽい。アスファルトにサンゴを混ぜこんだ路面で、雨の日はスリッパしてミニバイクはすごく怖いとの事。沖縄の不易流行は、不易はやはり「すば」と書いて「そば」だった。またタコスがたいへん美味しかった。タコスはミンチ肉のことでした(苦笑)。沖縄ダルクの仲間とあいさつをかわし、ミーティングやレクリエーションに参加して最終日は自由行動でエイサーや米軍の戦闘機を見に行く流れでした。最終日があいにくの雨で戦闘機の離陸シーンは見れませんでした。代表の梅さんが戦闘機の離陸を真正面から見れる所に連れてってあげるとの事で、いざ行けば旅客ジャンボばかりでした(笑)聞けば雨降りは飛ばないととの事でした。残念。沖縄の施設は大きく仲間も仲が良く本当に新しい思い出が作れました。全国をネットワーク的に行けると知った私は、プログラムで地道に回復するメンバーとの人生においての基礎作りだと感じました。足元から新たな挑戦を開始したい。沖縄メンバーからの一言が胸に刺さった。「(回復へ)どんなハンデがあっても、誰よりも明るく生き抜こうと思っている。私にはハイパーパワーを思う“心の目”があるから…」まさに自分が変われば環境が変わる意味でしょう。沖縄の仲間との再会が楽しみです。ありがとうございました。



斎場御嶽にて久高島を眺めながら



これが噂の、世界一うまいというタコス 最高でした！



リカバリーレディオ収録に協力してくれた、沖縄ダルクスタッフのお二人

助成をいただきありがとうございました



NHK 歳末助け合い様 年末年始食事交流会

クリスマス会～おせち作り～お正月交流会と、社会復帰して頑張っている仲間との交流会を支援していただきました。こたつもいただきました。



イーパーツ様 プリンター複合機寄贈

コピー機がないので、毎回コンビニまで走っていましたが、コピーができるようになりました。



愛恵福祉支援財団様 電動自転車寄贈

坂道が困難な神戸市。ダルクに通うための電動自転車をいただきました。



フードバンク関西様 アゲイン様 食材 & 野菜支援

毎日の食材を支援していただき、節約し、正月も美味しいものが食べられました。

依存症セミナーに参加して

スタッフ 川西悦子

あけましておめでとうございます。神戸ダルクでスタッフをしています川西です。1 月に入り朝タがかなり冷え込むようになり、冬本番を迎えています。昨年、神戸ダルクとして初めてのセミナーを 10 月 14 日と 11 月 11 日に講師の先生方の協力で行う事ができました。

初めてのセミナーでどこから手を付けていけばよいのか？また、どこにセミナーのチラシを送ればいいのかなど、分からないことばかりでした。セミナーの部屋も何人くるかわからない中で、100 人入る部屋借りました。でも「10 人～15 人しか来なかったらどうしよう」などとスタッフの間で話をしていました。しかし初回、10 月 14 日のセミナーでは、たくさんの関係者の方々や各地のダルクの人達、また家族の方々が来てくださいました。40 人近くの方がセミナーに参加してくださいました。

セミナーの講師の先生方の話で薬物依存症者が刑務所へ行くパーセンテージが高く、刑務所では依存は治らない。他の国が薬物依存症者に対しての取り組み方など話していただきました。話を聞き、今後の日本の薬物依存症者に対する取り組み方をみなおす必要があると感じました。

また 2 回目 11 月 11 日の講師の先生方の話で地域がどう依存症者に対して対応していかなければならないかを話して下さいました。とても難しいことですがとても必要なことだと思いました。2 日間のセミナーから薬物依存症者の回復についてどう対応し、どう支援していかなければいけないのか難しい課題が残された気がします。「薬物依存症は病気」刑務所では回復できない。依存症は一人で回復していくことが困難である。そして薬を断ち切り回復していくためには「ひとりじゃない」「みんな一緒」「分かり合える」そんな環境が必要だと思えます。病院やダルクなどの機関だけの対応だけでは不可能です。他の国のように国が支援、援助をして依存症者の回復に取り組むこと。日本は他の国に比べて 10 年程遅れていると言われています。改めて思うのは国全体の協力が必要であり地域の方々の理解、協力が必要だと強く感じました。

また、セミナーに参加して下さいました方が依存症者の苦しさ、やめる難しさ、大変さを少しでも理解し支援していただければ幸いです。

神戸ダルクは 2016 年に設立したばかりで今年で 3 年目を迎えます。皆さまに神戸ダルクのこと、依存症者の思いなど、スタッフとして伝えられるように努力していきたいと思っています。

今後とも神戸ダルクをよろしくお願いします。



RECOVERY RADIO
THE HIRAKAWA
リカバリーレディオ
078MHz KOBE

詳しくは
神戸ダルクの
ウェブサイトから

リカバリーレディオ
絶賛配信中

詳しくは
神戸ダルクの
ウェブサイトから



第1回 アディクションフォーラム in ひょうご
2月10日(土) 10:00～19:00

詳しくは
神戸ダルクの
ウェブサイトから

2月10日
アディクションフォー
ラム in ひょうご

詳しくは
神戸ダルクの
ウェブサイトから



近況報告・活動予定

2月10日には、アディクションフォーラムも開催予定で、準備に実行委員会の方々と奮闘しております。グループホームの物件を探しているのですが中々見つからず、デイセンターも手狭になって来たことから、引っ越しも検討していかなければなりません。何かいい物件がありましたら紹介していただきたいと願っております。また、いくつかの助成金によって、琉球太鼓プログラムや、地域コミュニティと協働の新事業もすこしずつ進んでおります。個別支援計画に基づいた中身の充実したプログラムを提供していくには労力も必要ですが、スタッフ一同、精力的に奮闘していきます。

活動報告

11月

神戸市精神保健福祉センター講演
NAパブリックインフォメーションセミナー参加
六甲カンツリーハウスピクニック
JCCA石垣島
依存症セミナーin神戸開催
宮城刑務所訪問
アディクションフォーラム実行委員会会議
神戸元町啓発イベント参加
VHO-net会議参加
明石市健康福祉事務所講演
大津市社協訪問
びわこダルクフォーラム参加
関西アルコール関連問題学会参加
沖縄ダルクフェローシップ

12月

大阪ダルク感謝祭参加
消防訓練
読売新聞取材
焼肉食べ放題
豊岡市立但東中学校講演
新淡路病院退院促進ケース会議
リタリコワークス見学
兵庫県立赤穂高等学校定時制講演
ルミナリエ参加
兵庫県精神保健福祉センター家族教室講演
フードバンクラッフルギルト参加
垂水病院スマーブ参加開始
作業療法士会体験談
大掃除
有馬温泉散策
クリスマス交流会開催
クリスマスミサ参加
おせち作りプログラム

1月

初詣 西宮えびす神社
新春おせち交流会
京都伏見稲荷フェローシップ
新春すき焼き・カニすき交流会

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 1万円からになります。ご連絡をお待ちしています。

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々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いたします。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

★毎週火曜・木曜 18:00～22:00

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

上野利之様 高田安世様 猪木より子様 金澤妙子様 橋本美和様 横田尤孝様 琴浦圭子様
浜崎進様 竹川智恵子様 新田正彦様 坂野祐子様 久保田晶子様 渡辺幸子様 北村央恵様
谷雅博様 新田正彦様 富川喜美子様 平野茂様 幸地芳郎様

ご献品

アゲイン様 灘山将之様 西村清美様 山村紀久子様 東近江ダルク 高嶋至様 北村央恵様 大口麗様
平野茂様 大塚節江様 廣瀬万希子様 高田安世様 上野智香様 大山公子様 竹川智恵子様 甲斐康子様
水島理晴様

(平成29年10月31日～平成30年1月5日到着分・順不同 ※購読料の方を含む)

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。

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、毛布、布団、暖房器具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 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

新年を迎え、ニューズレター第5号も発行することができたのも、皆さんの暖かいご支援のおかげだと、心より感じております。年末は仲間全員で過ごし、いろいろな人と交流しました。この思い出が、今後のそれぞれの回復の途中で、良い思い出となって、自分自身の支えになればと願うばかりです。スタッフ一同お正月返し皆で過ごしましたが、私たちにとっても、ヘルパーセラピー原則「援助を与えるものが、最も援助を受ける」という言葉を感じました。育ってきた仲間が、社会復帰に向けて、その原理を活かして、新しい仲間を支えられるような環境づくりにしていきたいと思うばかりです。

神戸ダルク ニューズレター Threshold (出発点) Vol.5

編集人 一般社団法人 神戸ダルク ヴィレッジ 梅田瑞穂

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 078-219-9741

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 関西障害者定額刊行物協会

〒543-0015 大阪市天王寺区高田山町 2-2 東園ビル4階