



佐賀 DARC

代表 松尾 周

温かい日差しが心地よい季節になりなした。春先になると依存症者の動きも活発になります。温かくなったことでの血圧の変化などもあるようですが、調子を崩す仲間も多くメッセージを運ぶ肥前精神医療センターもあわただしく入院や通院など動きがあるようです。

佐賀DARCの中でも、ばたばたした日々が続きました。

勝手に自主退寮と宣言する仲間、突然いなくなる仲間、睡眠不足から調子を崩し耐えられないと出て行く仲間がたてつづけに…

回復の途中で、皆が経験することなのですが（私自身、初めての入寮は3ヶ月もたずに飛び出しました）

さすがに続くと、そわそわと落ち着かず電話の音に敏感になり、気持ち的にもエネルギーを持っていかれたような疲弊感におそわれますが、今回も無事に事故も事件も起こさず帰ってこれたことにほっと胸をなでおろしました。

佐賀DARCでは、不思議と出て行って帰ってこなかった仲間がまだ出ていません。

まだまだ、出て行っても今はどうすることも出来ないんだなと、「無力」を経験する機会とはなったようです。

入寮して2～3ヶ月は、早く結果を出したいと白黒思考の強いアディクト（依存症者）にとっては、まだかまだかと思えば思うほど遠のいていくような拷問のような時間の感じ方をするものです。

しかし回復していくごとにゆっくりとした時間の中で、景色が色づき始め周りの季節の移り変わりに喜びを感じていきます、そんな気持ちを感じてくれるのはミーティング会場へ向かうサイクリングロードの桜が咲き出すのを心待ちにしていました。

満開の桜の中を自転車に乗って仲間と共に回復を目指してミーティングへ向かう姿は美しいものです（仲間たちの心の中、回復の段階はよくわかりませんが）

佐賀DARCは本当にゆっくりとした施設で、来たばかりの仲間は否が応でも先取りの不安や過去の囚われ事が頭の中を占領してのんびりすることも平安を感じることもできません。

本格的に動き出して一年とビギナーばかりなので多くのことをやらず、楽しむことに意識をおき活動しています。

回復には時間がかかります、ゆっくりとした時間の流れの中で、急ぎ足ではなく転びながらでも、押し付けではなく回復の場所、回復のモデル、回復の時間を提供するというDARCで仲間の回復する力を信じ共に歩んでいきたいと思っています。



## Drug Addiction Rehabilitation Center

薬物依存症  
M

早足に桜の季節もすぎ、つつじが美しく咲く頃となりましたが、皆様お変わりございませんか？ GWも間近となり、もうそんな時期かと思いつつペンを持った私はアディクトのMです。

最近何か急激に変わったという事はないのですが、2週間に1度の病院の診察が終わった事とスタッフ研修に入ったということです。

佐賀DARCに入所してから数カ月たった頃に、代表からそのうちスタッフでもやってみないかと軽く遠まわしに言われていて、僕はやりたくなく「正式にスタッフをやってくれないかと言われたらどうやって断ろう」と少し困われ思い悩んでいました。

去年末頃のある日、代表と2人でとある高校へ講演に行かせてもらい、その高校へ向かう道中でつ、ついに言われたのです！先々スタッフをやってみてはどうかということをお願いされたのです。最初はNOと言う事が出来ずにいたのですが、思い切って「自分でやっていきたい事とかやってみてそれでだめだったらやりたいと思います」と断り、ほっとしていました。

あまり困われていては苦しいのでその時になったら・・・時期が来て正式に言われたらその時どう断るか考えよう、と棚上げしていました。

施設での車の運転を任せられたり、食事作りを手放し次の仲間へ渡したり少しずつプログラムが進んでいくなかで、先月代表から事務所に呼ばれ「どうする？」といわれました。

スタッフ研修に入るのか？仕事に就いていくのか？ということでした。

僕はそれまでに「何か仲間のために手助けをしたい気持ちになったらスタッフをやってみようと思うから今はやる気持はない」と断るつもりでいましたが、代表と話をしていくうちに僕の気持ちも変わり「今、特にこれといってやりたいこともないし焦って外に出ることもないか」と思えてきたのです。

それまでは今まで1人暮らしを始めてから2度失敗をして3度目のチャレンジを成功させたいという気持ちでいっぱいでしたが、角度を変えた見方をすると同じ失敗を繰り返してまた遠回りすることも目に見えている事で・・・どちらが正しいとか間違っているとかではなく、どちらが安全パイとかでもなく・・・ん～何て言えば良いんでしょうか、タッチの差というか紙一重というか、ふわ～とした気持ちになり「特に今直ぐやりたい事もないし、スタッフやらせてもらおうかな」が僕のなかにすう～と入ってきた感じでOKしました。

もちろんその気持ちの中には「代表にはどこにも行き場所がない僕を受け入れてくれたから今の僕があるわけだし、何か役に立てることができたらな～」（ちょっと高慢かな？笑）とも思っていましたよ（笑）



テシテシ～

スタッフをやらせてもらうことで逆に自分が守られているんだろうと思うし、キウ感じる時が来るのだろうとおもいます。

スタッフ研修に入ってから変に気を使ったり、戸惑ったりすることが出て来たりして少し悩んだりしたりすることもあり、そんな自分を見て代表をみると、代表は今までこれ以上の事を一人でこなしてたのか、と思うとまだまだ自分はちっぽけだなと思わせられる今日この頃です。またこれからいろいろと愚痴とかたまってくるかもしれませんがその時は誰か話を聞いてくださいね。（笑）

ありがとうございました。

## 薬物依存症 ナリ

はじめまして。薬物依存症のナリです。

俺はまだ、当施設に繋がって日も浅く、緊張と不安を抱えたまま、施設での生活に戸惑いを隠せずそれでもなんとか一緒に生活している仲間を支えられ助けてもらいながら、日々のプログラムに取り組んでいます。

俺が最初にDARCを知ったのは矯正施設の中でした。当時配属されていた工場の担当者さんからの勧めもあり、最初は九州DARCに手紙を書いた訳ですが、その時の内容はとにかく薬物を断ち切りたいけど、自分ではどうしようもできないというものだったと思います。

すると、九州DARCのトキさんから直ぐに返事が頂けて、そこから手紙のやり取りが始まりました。でも、その時の俺の心境は、本当に、薬物を断ち切る為なのか、仮釈放を狙ってのことなのか、半々どころか、四分六で仮釈放目当ての方が強かったのが事実でした。

そんな中、トキさんから頂いた返事で佐賀DARCを紹介して頂き、そこから、施設長との手紙のやり取りが始まった訳ですが、相変わらず俺は、薬物を止めたいと言いつつも、内心では何処か仮釈第一だったかのように思います。

しかし施設長から言われた言葉は、身元引受に関しては受けようかなと思います。でも仮釈の間だけとは思っていません。

第一のことを第一に考え本当に薬物を断ち切る意思で来るのであれば来てくださいとのことでした。

それから1週間程、自分の身の振り方について考えた結果、やはり薬物が中心の生活には戻りたくないし、地元に戻ればまた薬を使うだろうという恐れもあって、結局、DARCでお世話になる道を選択しました。

それからはトントン拍子で話が進み、あっという間に仮釈が決まって、4月8日に晴れて仮釈放で出てこれました。

しかしいざ施設に来てみると、確かに、一緒に生活している仲間たちとはうまくやっていけてると思うし、毎日のミーティングやプログラムにも慣れてきてはいるんですが、ココに来て一週間の間は、とにかくそういうのが嫌で嫌で仕方なくて、入寮して五日後には施設を飛び出していました。

地元に戻ったら帰って、別に、無理して施設なんかにいなくてもどうにかできるしどうにかなるんじゃないかという根拠の無い自信や思い上がりで俺なら薬を使わずにやっていけるという気持ちになりましたけど、やっぱり、今の自分は無力だし、身近な人たちの幸せや成功に対して、きっと、置いてけぼりをくらった気分になって焦りを感じ出すはずなんで、その時に今の俺のままだと、またシャブに関わって道を踏み外す事になるのは自分でもわかっているから、今は我慢してココにいる事を選びました。

俺は現在、仮釈中の身で身元引受が佐賀DARCになっているから、嫌でもココにいなければなりません。自分でDARCに引受希望を出しておきながら自分勝手なのはわかってるんですが、やっぱり、早く本当の意味での社会復帰を果たして、晴れて自由な身になりたいのが本音です。

でも地元でどれだけ絆がたってても所詮俺は人生の半分を薬物で狂わされてしまってる人間ですから、なんとかココに踏みとどまり精神的にも肉体的にも回復して、薬物依存症という病気を克服するつもりで施設生活を送ろうと思っています。

今までは、幼少の頃から全力少年で震さばかりやってきて、十代のころも怖いもの知らずな全力少年でした。

二十代はほとんど懲役でしたが相変わらず全力少年で懲罰ばかりの日々でした。

しかし、三十半ばになった今いい加減当たり前の普通に戻って、自分の薬物依存症を克服するとともに、家族や友達との絆を取り戻すため、愛あるものとの約束を果たすために、全力で、少年から大人の男に生まれ変わりたいと思っています。



薬物依存症  
かす

お久しぶりです！薬物依存症のかすです。  
月に一度のニューススターがきました…毎月、何を書こうかと悩むのですが今回は総合格闘技を見に行った事を書きたいと思ひます。

3月14日午後から鳥栖布で開催された総合格闘技のイベントに行ってきました。

私は昔から総合格闘技に興味があり、私自身柔道を3年弱やってきましたので、施設長から「総合格闘技のイベントに招待されているけど行きたい？」と聞かれたときは即答で「行きたいです」と答えました。施設長から「行ってみようか」と言われたときは、めちゃくちゃ興奮したとしても楽しみではしなかったです。

まず、会場に着いて人の少なさに驚きました。

私は、初めての総合格闘技の会場でしたのもっとガラの悪そうな奴らが多く殺伐とした雰囲気だろうと予想していましたが、会場は和んだ雰囲気でも期待を裏切られガッパルしました。

そして、会場に入るとすでにK1方式のエキシビジョンマッチがあり今度こそは楽しめると思ひ試合を見ていると何とも遊んでいるとしか思えない試合でまたもやガッパルして期待外れでした。その試合を見て正直な話、「俺の方が強いんじゃないのかな？」(笑)と思ひました。

ですが、次の試合からは、お互い殴り合い、蹴り合いの戦いで面白かったし、何かわかりませんが見ているこっちも体がゆずゆずしてきて、「俺も総合格闘技をやりたい」という気持ちになりました。けれどそれ以前に私にはやらなければならないこと(回復)をしなきゃいけません、そして考え、これからは仲間と共にやっていこうと思ひます。

こんにちには依存症のつよぼんです。

最近施設生活にもだいぶ慣れてきました、自分の嫌な所が見えて来て自分なりに考えるようになりました、シラフでいる時間が長くなるに連れて、今まで自分がして来た事に嫌でも向き合わなくてはなりません、いざ自分のしてきた事に向き合うと嫌になる事ばかりです。

例えば仲間と言われたことは自分に嘘をついて生きていて辛いのかと言われ、始めは何を言っているんだ、この人はと思ひました。

彼らに私の気持ちの何が解るのだと思ひました、でもよくよく考えると思い当たる事が有り、それは対人関係でした、仲間に嫌われたくないと言う事から来る過敏な自分の仲間への対応でした、おかしくも無いのに笑ったり、作り笑顔をしてたりそれを仲間は解っていたのです、仲間だと口では言いながら私は心を開かないでいました、それは私が仲間を馬鹿にして居るんだと言われました。

でも、私はそうじゃないと否認していましたが、でも言われるように心の何処かでは仲間と自分は違うのだと思ひていました、だって自分は人生を仲間の中では一番長く生きて居るのだからと思ひ上がって、高慢に成って居たのです。そんな私を仲間は解っていたのです、自分は何時でも自分の都合の良い環境を作って来ました。



薬物依存症  
つよぼん



自分の人生好きに生きて何が悪いのだ、それが当たり前の事でした。だから悪いのは私を理解してくれない人が間違いだ、自分は正しいと思っていました、そんな高慢な人は嫌われても当たり前ですね、だのに自分は解っていないのでした、それを初めて自分で解った時、仲間が言った言葉の意味が解りました。

人生どうにもならなくて生き方を変えるつもりで此処に来たのに、何一つ変わっていない、自分の考えや行動に腹が立って仕方ありません、でもこれも自分なのだと思える事から始めます、でも凄く難しいです。

でないと自分の足で立って生きる事が出来ないように思います。それにもう仲間から嫌われるのも嫌だし考えを変えて行かないとまた同じ事の繰り返しをするだけです、前に進みたいです。

## 薬物依存症 こうじろう

こんにちは、薬物依存症のこうじろうです。佐賀 DARC に来て2ヶ月ちょっとが経ちました。ぼちぼち楽しんではいらるものの、「薬を使いたい」と思うときがしばしばあります。ついこの間、僕は薬を使いました。処方薬とブロンです。

はじめに気分を変えたくて処方薬を使い、さらに欲求が強くなってブロンを使いました。ブロンは今までやったことがなかったので興味あったのと、ただただおもしろくない毎日を乗り切るために使ってみました。



結局、ただ身体的にも精神的にもしんどくなっただけで自分の好きな薬を使った時の様な感覚にはなりません。「無駄な時間を過ごしたなあ」と思いました。これまで薬を使ってここまで不愉快な気分を味わったのは初めての経験で、使ったあとに「何故だろう?」と考えていました。もうすでにそれを考えているときは欲求が入っていて薬のことが考えてなくて、出した答えは「環境が悪い」でした。今考えると、自分でもかなりおかしいと思います。

次に出た行動は自主退寮でした。思いつくとすぐさま施設長に相談しに行き、「退寮したい」と伝えました。長時間お話をさせてもらったものの、最終的には出ていくことになりました。しかし想定外の出来事が起こり、退寮するときに自分の財布に入っていた金額は3000円程度で、結局佐賀から出ることも、使うこともなく一日で戻ってきました。

施設長に「もう一度やり直させて欲しい」と言ってまたここで生活させてもらっています。正直しんどいと思う時や不安になる時もありますが、くじけずに頑張っています。やっぱりこの仲間はおもしろいし、一緒にいると楽しいです。

