



猛暑が続いています、佐賀DARCの仲間達も「暑い、暑い」と言いながらも毎日薬物依存症からの回復を目指し、グループワーク（ミーティング）で正直に過去を振り返る作業や、日常生活の中で分担して食事を作ったり、自助グループへ毎日足を運び続けるという生活を過ごしています。

ただ、ナイトケアでは部屋に籠りがちな仲間が暑いからエアコンのある部屋に集まり会話が增えると言うメリットも密かに感じています。

とは言え、回復には楽しみ、喜びを感じることも重要だと言われています。佐賀DARCでは夏はとにかく楽しむ！（一年通して言ってる気もしますが）子供に戻り海や川で思いっきり仲間とフェローシップをとり、薬物を使っていない人生を味わおう！と毎週末、海水浴やキャンプへと出かけています。

人間関係性の病とも言われる、依存症ですが仲間の中にもすぐにはとけ込めず寂しさから解放されず苦しさから飛び出そうとしていく仲間もいます。

仲間とこういうフェローシップの中で、仲間の事を信じたり、大切に感じたりと心の回復へも繋がっていかねばと思っています。

現在、自分を含め9名の仲間と共に暮らし、通所のメンバーも1名と移動するにも車2台での移動となりガソリン代の負担も大きく楽しんでいる仲間をよそに、代表の私自身は運営費のことでいっぱいだったりしますが、仲間から「今日もありがとうございました」と言葉をかけられることに救われています。

障害者総合支援法に則った事業所への移行へむけて、書類作成などにも追われていますが、消防法の規制をクリアするためのナイトケアの改修工事や、デイケアも間仕切り等の改築工事の必要があり現在の佐賀DARCでの運営状況では工事のめどがたちません。

毎号のニュースレターを発行する度に書かせていただき心苦しいのですが未だ、運営が苦しい状況は変わらず皆様の善意による寄付金に支えていただければ運営してゆくことが困難であります。

薬物依存症者が回復を望み、生きる希望を持ち社会の有用な一員となるように、関心を持っていただければ支援する会の会員となっただけ支えていただけないでしょうか？

薬物依存症者みずからが薬物依存症者を支え共に歩むダルクの取り組み、佐賀DARCが回復と成長を手にするのできる場として活動してゆけますよう皆様のご支援、ご協力のほどなにとぞ宜しくお願い申し上げます。



佐賀 DARC  
代表 松尾 周



## Drug Addiction Rehabilitation Center

### 薬物依存症 けんた

みなさん、こんにちは。薬物依存症のけんたです。  
ようやく梅雨が明けて、晴れた日が続いていますが、正直この暑さには  
かなり参っています。

そんな中で日々色々な経験をさせてもらっています。

たぶん10年ぶりくらいに動物園に行ってきた。

色々な種類の猿たちに癒され、天気がよく平日で人も少なくのんびりとした時間を過ごせました。

体を動かすプログラムではバスケットをしたり海や滝に行ってきた。

滝つぼで泳ぐのは人生初で、日陰ですが場所もいい感じで、滝の上や周りにお地蔵さんがたくさんあってとても神秘的な場所でした。

海では岩場に行ってみんなで潜ったり、ビーチでのんびりしたりと、今までは当たり前のように大麻や酒を使ってやっていた事をシラフで楽しむとゆうことに挑戦させてもらっています。

7月23日から26日までは福岡でコンベンションがありました。

もちろん初めての体験です、佐賀に来ておぐに仲間からコンベンションの話  
を聞いて、楽しみにしてはいたんですが、近づくにつれてだんだんと憂鬱  
になってきました。行ったこともないのに、どうせ楽しめないだろうと決めつ  
けてました。



でも行ってみると想像とはまったく違  
いました。札幌の仲間との再会や新しい  
出会い、あまり話したことのない仲間との  
共感や久々のスケボーなど、色々なことを体験できました。

僕たちはコンベンションの会場でTシャツやオリジナルステッ  
カーなどを物販していたんですが、交代でミーティングに参加し、  
色々な仲間達たちの貴重な話を聞くことができ感動しました。



最近では、立ち止まって全く前進している気がしなかったんですが、仲間達の勇気ある話  
に勇気をもらい、あらためて自分が薬物依存症で底をついている事を思い知らされるイベントでもあ  
りました、いい経験になりました。

日々の生活ではいろいろと問題にぶつかっています。

自分の内面を見直す中で、正直さと配慮に頭を悩まされています。

自分の問題ではないと思っていた事が、自分の問題であったりと、仲間に教えてもらいながら  
少しずつ気づかせてもらっています。

まだまだ問題は山積みですが、笑うことを大事にして焦ら  
ずゆっくり解決していこうと思えます。





## Drug Addiction Rehabilitation Center

薬物依存症  
つよぼん

こんにちは、依存症のつよぼんです  
やっと梅雨も明けたかと思うと今度はうなだれる位に暑い日が続  
き、もうすでに夏バテ気味になっていますが皆様は如何お過ごし  
ですか？

さて今回はここ一か月を振り返っての事を書かせてもらいます。  
実はこの一月は大変な月でした、何故かと言うとあのコンベンションがここ九州の福  
岡で開かれたからです。

去年は東京でコンベンションが開かれたのですが、1400もの人が来たり物凄い  
数の人でビックリしたのと、人酔いもしたし色々な事に囚われ事もあったし、こんな  
に物凄い数の薬中を見るのも初めての経験でした。

それに久しぶりの東京と言うこともあり「コンベンション」が上がっていたのをよく覚  
えています。

そんな思いもあつたコンベンションが今年はこちら九州の  
福岡で開かれると去年の東京のコンベンションの終わりに  
聴いていて物凄くコンベンションは上っていて楽しみでしたが、  
現実にはそんなに甘くはありません。

去年はただのお客で参加させてもらったから良かったの  
ですが、今年はお客を迎える側ですなので気持ちも違うし何  
せ準備がこんなにも大変だとは考えてもいなかったです。

そんな大変な中、施設長だけ事務所で仕事をさせて自分らはプログラムだからと言っ  
て暑いからお手水の滝に行き川遊びをしました。

なんとそこは滝にも打たれる事も出来るし泳ぐ事も出来、しかも川ですから水も冷  
たくて物凄く気持ちがいいしーイオンもたっぷり浴びる事が出来とても気持ちが良  
かったです。何と有り難いことか本当に感謝です。

自分達の事を何時も一番に考えてくれる人です、そんな人に自分もなりたいと思  
うのですがなれません。そんな人が先行く人で本当によかったです。

さて話はコンベンションに戻りますが、実はコンベンションの前夜祭から仲間の一  
人が調子が悪くて自分とその仲間はホテルに先に帰り参加出来ませんでした、翌日も  
その仲間は人が大勢いる場所が苦手な事で二人して佐賀の施設に帰って  
きました。

でも翌日はその仲間と一緒にコンベンション会場まで来て何とかコンベンションに  
参加したいと言う気持ちがあり裏方の仕事ではありますが  
パンドリーでサンドイッチを作ったりワッフルを焼いたり  
コーヒーを沸かししたりさせてもらいました。

お陰さまでコンベンションに参加が出来てとってもよ  
かったです。



## 薬物依存症 しおり

みなさんこんにちわ。佐賀もようやく梅雨も明け真夏という敵が現れ毎日むさ苦しい日々を送っています。

地元埼玉にはない佐賀の暑さを感じています。

こんな日は生ビールで乾杯といきたいところですが、そうゆう訳にはいかない病気にかかってしまった今日この頃です。

改めまして依存症の「しおり」です。7月は僕にとっていろんなイベントがありました。

1カ月のクリーン、とうとう30歳になってしまった誕生日、仲間との滝、海!全てが僕にとって大切な出来ごとですが、やっぱり7月のメインイベント、福岡NAコンベンションについて触れてみたいと思います。

回のNAコンベンションは4年前の沖縄NAコンベンション以来2度目の参加をさせて頂きました。

4年前の話です。当時、僕はよそのダルクに入寮していました。

よそのダルクでは入寮中毎日のようにお酒を飲んでいました。仲間を一人巻き込んで二人で飲む日々が続きました。ひどい時は万引きをしても飲んでいました。そして4年前沖縄NAコンベンションに参加しました。そしてコンベンション2日目とうとうやらかしました。

仲間と2人で会場を飛び出しコンベンション代として少々多額のお金を持っていた僕達はコンビニを見つけ昼から夕方にかけて数十本のアルコールを空けました!僕も一緒に飲んでいて仲間も酒乱でした。

会場に戻ってすぐスタッフにおぼれてしまい外に追い出された僕たちはスタッフに因縁をつけて暴れ出しました。

そして仲間が車を蹴り出して警察沙汰、、、もうその後はめっちゃくちゃ!仲間は逃げ指名手配、僕は野宿させられるなり大変な沖縄NAコンベンションとなりました。



今回は佐賀ダルクとして福岡NAコンベンションに参加しました。

前日から昔のダルクの仲間に見える事がすごく楽しみでした!!佐賀ダルクはNAのグッズ売りをメインに担当しました。

ですが僕は何の役にもたたず、スピーカーミーティングを楽しみました。

北は北海道、南は沖縄までたくさんの仲間と再会しました!中には「生きてよかった」と言ってくれた仲間に温かいハグをもらいました。

スピーカーミーティングのリーディングカードの読み合わせに指名されみんなの前に出て、ナルコテイクスアノニマスのプログラムとは、を読ませてもらった時はすごく緊張してカミカミ(笑)でも一つの良い思い出となりました。

4年ぶりのコンベンションは僕にいろいろな事を与えてくれました。

NAに繋がって6年目、NAにつながっても、なお薬を使い倒していた僕は、いま持ってるクリーンは1カ月ですが、1カ月も薬が止まった事が無い僕にとって大切なことです。



以前は全く取れなかった仲間とのフェロシップもようやく取れるようになり、施設長、仲間を支えられながらなんとか紙一重で生活しています。改めて僕を受け入れてくれた佐賀ダルクに感謝しつつ、こんな「しおり」をどうかみなさん温かく見守っててください!

## Drug Addiction Rehabilitation Center

### 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。  
なんだかんだでプログラムに繋がってもうすぐ2年が経とうとして  
います。遠回りをするようなことを何回も繰り返してきましたが、  
なんとか今までやってこれた事に感謝したいです。

自分のリカバリーを支えてくれている仲間にも感謝です。

2年前の今頃は何をやっても上手くいく気がなくて、「どうせ俺の人生は何も出来ずに苦しみながら終わって  
いくんだろう」と思っていました。

薬を止め続けるなんて想像も出来ませんでしたし、希望なんてこれっぽちも持てませんでした。



しかしそれから1年後、今からちょうど1年前です。東京でコンベンションがあって、施設職員と別行動をしていた時、欲求が入ってしまいました。

とんでもなく渴望し、でも薬を入手するあても無く、コンビニで酒かガスでも買おうかと考えていたのですが、その時、「やめておいた方がいいんじゃないのか」という考えと、「誰も居ないし使ってもバレやしない」という考えが頭の中をよぎりました。



今まで自分はこういう時必ず使ってきたし、「やめておいた方がいい」という考えに目を向ける事が出来ませんでした。しかし何故かそこに目を向けることが出来て、自分でも物凄く驚いた事を覚えています。

あの時何故とどまることが出来たのかは未だに謎ですが、すごく嬉しかった瞬間でした。

そして今、クリーンが1年以上出来て、欲求らしい欲求も入る事が無くなって、2年前や1年前よりは楽に生活することが出来ています。

ついこの前も福岡でコンベンションがあり、ドタバタして疲れましたが、そんな中でも案外楽しめましたし、なんとなく達成感みたいなものも感じれました。たぶん1年後の自分が今の自分を振り返ったら、何かと変化を感じるでしょうし、そういう積み重ねなのかなと思います。これかもクリーンを継続しながらやっていきたいです。



こんにちは、薬物依存症のかずみです。7月のコンベンションが終わって一週間、興奮が冷めやらぬうちにニュースレターを書いています。



7月23日、博多港国際ターミナルで行われた前夜祭では、DJ Partyがあり仲間の中で一番踊りました。

素面でクラブに行くことは今までしてこなかったので、最初は楽しめるか不安でしたがいざ踊ってみると全然楽しめている自分がいることに気づき、新たな自分に出会うことができました。

次の日の24日、福岡国際会議場にてマーチャンドイズの販売を主にしました。佐賀DARCでは、マーチャンドイズを担当させて頂いたのですが、忙しくて仲間と交代で販売をすることで何とか乗り越えることが出来ました。

空いている時間にはLGBTQのスピーカーミーティングに参加させて頂きました。今回のミーティングは前回と違いスピーカー方式で仲間の体験談をより深く聴くことにより多くの共感を仲間と分かち合うことができました。

オープニングでは、沖縄DARCのエイサーから始まりました。何度か見させて頂いていますが実際にやってみるとなると僕には到底できないように思います。一度、経験してみたいですが、、その前に筋トレをして体力をつけたいと感じました。

25日も同じ福岡国際会議場で朝からマーチャンドイズの販売です。

前日と同じく仲間と交代で空いている時間帯に、伝統スピーカーを聴かせて頂いたり、LGBTQセクマイのオープンミーティングに参加しました。



セクマイの仲間に出会うのは久しぶりで多くの仲間と触れ合うことが出来ました。二年ぶりに再会することが出来た仲間もいてとても嬉しかったです。

セクマイの仲間は仲間意識が強くとっても良いフェローシップが取れました。

とかちDARCの仲間にも半年ぶり会うことが出来ました。今回で三度目のコンベンション参加ですが一番充実していてとても楽しめました。



これもクリーンな日々を続けているからこそ与えられたことだと思えます。そしてコンベンションにただ参加するのではなく、STAFFとしてサービスに関わらせて頂いたからこそ充実感を得ることができ、楽しい思い出を作ることが出来たのだなと感じます。

これからもコンベンションで感じることの出来た希望や目標を胸に素面を楽しんでいこうと思います。