



新年明けましておめでとうございます

佐賀DARCでは7名の入寮者、職員4名で平安な年越しを過ごす事が出来ました。

12月に行った6周年フォーラムも多くの方に参加してもらい、はじめて参加される多くの方々にも関心をもって終了後に声をかけていただき、今後の活動へ力をいただける新たな出会いに感謝のうちに終える事ができました。

年末にかけて恒例のクリスマス会、大掃除、正月の御節作り、そして今年から餅つきも行いました。節季の行事をしらふで感じることを大事にしている佐賀DARCでは、師走を楽しくも忙しく過ごし、大掃除をとことんやり終えた後の大晦日は新しい下着と靴下を買い、温泉で一年の垢を落としながら一年を振り返り、年越し蕎麦を食べ、初詣へと出かけました。共に過ごす仲間達が家族の様に笑いに包まれて、新たな一年を迎えられることに感謝です。

生活訓練事業所として新たに活動を開始したデイケアも職員が増えたこともありプログラムも充実してきたり、新年を迎えてからは新たなナイトケア（グループホーム）の開設を目指し動きだしました（物件探しにまた苦労そうです・・・）。



今年は新たなデイケアとグループホームの事業展開も予定しており、佐賀DARCが大きな変化を迎える新たな年になりそうですが、今までどおりアットホームな仲間の笑顔が絶えない佐賀DARCを存続していけるよう努力していく所存です。多くの方々に支えられながら活動を続けてこれっていますが、今後もどうか、ご協力のほどよろしくお願いします。

佐賀DARC 代表

松尾 周

祐徳稲荷神社へ初詣 2016年 正月



薬物依存症 まこ

皆さんこんにちは、アディクトのまこです、もうすぐ平成27年も暮れようとしています。

この1年を振り返った時、感じずにいられないのが感謝という言葉です。

いくら思い上がったこの僕でも、こうして死なずに刑務所にも行かずに仲間の笑い声に囲まれてこんな気持ちで今ここにこうしていただける事を素直にそう感じない訳にはいきません。

1月には北海道の帯広で挫折し、自分の失敗を許せず絶望し「復讐するは我にあり」と自分の体に包丁を押し込みました。

3ヶ月帯広の病院に入院して静養したのですが、その時も腑抜けになっていた僕を仲間が北海道まで迎えに来てくれて佐賀まで連れて帰ってくれたのです。

3月の終わり佐賀に帰ってきてからも、2年ダルクのプログラムをやってきたんだって自負心が邪魔をして自分のコンディションが悪いという事実が受け入れられず、まだやれるんだと自分の感情の病的な問題と向き合う為にやり方を変えたりとか散々迷

走した拳句に精神的に変調をきたして入院もしました。

退院してからも何ひとつ上手くいかず、自分の回復も所詮こんなものだったんだって諦めや閉塞感の中突破口も見つからず、スポンサーの提案でさえ何ひとつ受け取ることができず反発ばかりして、何もかもメチャクチャにしたいって破滅的な衝動でパンパンになっていたのです。

そして8月、僕はダルクを出ました。

そのまま行けおすぐにでもクスリを使うパターンだったのですが、かろうじて母親のもとに帰りました。母は驚いて喜んでくれてはいいたものの何が起こったのか心配顔で僕は経緯を正直に伝えたと母は自分の思う通りにやってみなさいと言ってくれたのです。

正直、僕はクスリを使って生きていくかどうしようかと心は揺れていたのですが、母の顔を見てやっぱり使わないで生きよう、先はどうなるか分からない不安はあったもののその方向でやれるだけやってみようとして決めて、すぐ仕事を決めて生活保護を切り僕の新しい人生はスタートを切ったかのように思っていました。

母も自分たちが生きていくのに精一杯の中、僕の事を一生懸命に応援してくれました。

朝が4時、5時と早い僕の為に早起きしてちゃんと食事を摂らせて送り出してくれたり、母がしてくれた事を思い返すといつも僕の事を思ってくれていたんだって胸が締めつけられる思いがします。

仕事を始めて1ヶ月が過ぎた頃、派遣先の現場で以前に刑務所で一緒だった知り合いとバッタリ会いました。

聞けおまだ薬を使っているという事で、それなのに電話番号を聞かれた時教える事を拒めませんでした。

後でひどく後悔し、これでいつでも薬が手に入ると思うとすごく苦しく



Drug Addiction Rehabilitation Center

憂鬱になりました、彼から連絡があるとひどく感情が乱れました。

薬の再使用が始まるまで時間はかかりませんでした。

僕にとって絶対悲しませてはいけない母の存在が薬から僕を守ってくれるアンカー（船でいう錨）のはずだったのに、そのアンカーの鎖を自分で断ち切って僕の狂気は暴走を始めました。

その後は2週間クスリが止まれはいいい方でひどい時は3日と空けず買っては無くなるまで使い、フラフラになって帰ってきて、このままではいけないと何度も立ち上がり、軌道修正しよう、あの平安だった日々を取り戻そうと仕事に出るのですがまた使ったの繰り返しで、最後に使った後40度の高熱がひかず僕はもうこんな事に疲れ果て、もう自分の手には負えずにダルクに戻る事を決めました。

そう母に告げた時、母は大きな声で泣き崩れ、それまで黙って見守ってくれていた母が一番辛かったんだって思いました。

今回の事がきっかけでもう一度プログラムを最初からやり直しています、面倒臭い自分と向き合うだけの気力もあるし、今度はきっと変われると信じています。ありがとうございました。

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。

佐賀は朝、夜とだいぶ冷え込みようやく冬らしい季節になってきました、山が色付き北海道と

の紅葉の差に驚いています。

今年も終わりが近づき、僕が佐賀ダルクに繋がって今月で早くも7ヶ月が経ちました。



16歳から30歳まで薬を使い続けて生きてきたんですが、27歳の時に危険ドラッグを使うようになりました。

最初は上手く使えてたように思っていたんですが、1年もしないうちに妄想、幻聴、勘ぐりが始まり、仕事も続かなくなり、薬を手に入れるために家族、友達、知り合いを騙し、盗みまでやるようになり、家族や友達の信用を失った僕は、環境を変えてどうにか真面目にやり直そうと思い、働きだしたのですが、今年の3月に薬物で逮捕され、初犯だったので執行猶予の判決をもらい、4月末に拘置所を出ました。

出て4、5日で僕の心は薬を使っていないのに急にボロボロになっていきました、孤独感が強くなり、生きる希望もなく勘ぐりと妄想が止まらなくなり、最後は死にたいと思っていたあの絶望感を今でも覚えています。

振り返ってみると、この頃に比べたら心も体もだいぶ元気になったように思えます。



一番の変化は希望を持たれたことです。これは仲間との共感のおかげだと思います。毎日のミーティングや自助グループでの仲間の生きづらさの話やコンベンションやフォーラムで大勢の人の前で壮絶な過去や生きづらさを話す仲間達の勇気ある話から希望を与えられたように思えます。

今はまだ心から薬を止めたいのか、止めたくないのかわからない僕が薬を使わず酒も飲まずに7ヶ月間クリーンでこれたのも仲間の力が影響していると思います。

スリップせずに真剣に取り組んでいる仲間達と生活していて、ここで1人だけスリップするわけにはいかないと
思わせてくれたり、つまづくような奴だと思われたくないとゆう思いだったり、薬を使って追跡妄想で苦しんで
る仲間を見て、俺も今使ったらこんなキマリ方するだろうなと思わせてくれたり、色々仲間の方がクリーンに
繋がっていると思います。

自分の生きづらさの理由や性格上の欠点も少しずつ見えてきました。変えられるものは変えて、変えられ
ないものは受け入れる作業を焦らずやっていきたいです。

薬物依存症 カズミ

こんにちは、薬物依存症のかずみです。

木枯らしの冷たさが身にしみる季節になりましたが皆様、お変わりございませんか？
今年も残りわずかになりましたが、1年色々なことがありました。1月の終わりに北
海道のとかちDARCから佐賀DARCに来たのですが、2月に入ってすぐに北海道
DARCと合同で北海道旅行に行かせてもらいました。

北海道から来たばかりだったので、また北海道の土を踏めるとは思っていませんでした。3月に入ると
今度は、九州エリアのギャザリングで大分の湯布院に行かせてもらいました。

佐賀に来てすぐだったので、仲間とフェロシップを取るのに最高の機会でしたし多くの仲間と繋がる
ことが出来ました、来年も参加したいと思っています。4、5、6月と仲間のバースデーミーティングが
続きました、佐賀に来て最初に取り組んだことは、早く仲間の中にとけ込むことでした、前のDARC
にいた頃は、仲間との関係なんてなんとも思っていなかったし自分の都合の良い仲間だけを仲間としか
認めていませんでした。

実際のところ、2年生活していて名前と顔を覚えている仲間は、多くありません、佐賀のDARCでは、
薬物やアルコールをやめていきたいという仲間と共に良い関係を作っていきたいと日頃から心がけています。

7、8月になると海水浴やキャンプ、川遊びが毎週のようにプログラムに取り組みられていて、楽しく
暑い夏を乗り越えることが出来ました。

この夏の一番の思い出では、九州の福岡で行われたコンベンションです、多くの仲間に出会えたこと
やサービスに関わらせてもらえたことです、福岡に宿泊したのは一泊だけで残りは、佐賀からの通いでし
たが、とても楽しい思い出になりました。10月は、フォーラムや講演会などで仲間の話や医師の話を
聞かせて頂く機会があり勉強になりました、11月は、バルーンフェスや竹灯籠に行かせてもらいましたし、
1年のバースデーを迎えたのも11月です。

DARCに繋がって3年ですが、やっと1年のクリーンを作ることが
出来ました。奇跡です、自分の中で大きく変わったことは
ありませんが、薬物なしでも楽しめるってことは、感じています。

決して自分一人の力では出来なかったことです、仲間を支
えられて来たから成し遂げられたことだと思っています。

これからも、仲間と共に支えあって回復していきたいです。
今後の予定では、クリスマス会や餅つき、正月とありますが、
全力で楽しんでいこうと思います。



Drug Addiction Rehabilitation Center

薬物依存症
レオ

皆さん、こんにちは。薬物依存症のレオです。

最近では寒くなりましたね、私は夏よりも冬の方が好きなのでこの季節の寒さはあまり苦痛ではありません。



やはりこの季節になると異性の肌が恋しくなり最近ではネットのエロ動画を見出したりしてなんとか理性を保っています。



ユーチューブも見たりしていて時に可愛いく綺麗な女性を見ると自分は一体今ここで何をしているのだ!とか自分は何のために生きているのだろうか?とかとてもブルーな気持ちに時になってしまうこの頃です。

最近では薬物の欲の次にあたる欲は性欲なのかなーと思ってしまいました。

しかしそれは今元気がないために思うことでありもし元気がある状態の自分に戻ったとしたらその欲の形も変わるという事も理解しています。

なぜなら薬物をして生きていようがしらふで生きていようが、人間の生命には人それぞれに壮大なドラマがあるという事を信じているからです。

確かに薬物に関しては知らぬが仏、という簡単な言葉で片付けられる事かもしれませんが、今の世の中はそんな簡単な唱え一つでは避けられる物ではないという事も理解して頂きたいですね。

現実には世の中には当たり前薬物が社会に出回っていて、法律で禁止されてようがある物はある物なのだから知ってしまうのが当たり前であり、この現状をどうしろというのだ?と思っています。本当にたまたま薬物に出会い、薬物のアディクトになってしまった人達を悪とする法律を考えた無知の悲しき政治家のおっさん達に薬物に出会ってしまった者達の代表として一言伝えたい。

申し訳ないが君達はクビだ!薬物を体験してもう一度政治家になりたまえと、自分の考えでは人間は必ず何かしらのアディクトだと思っています、だからあまり正直には薬物に依存している事を病気という扱いにされている事に疑問を持っています。

人間は何かの快感を得るとその快感をまた味わいたいと思うのは当然前の思考だと思えます、とても基本的な原理でありその快感を薬物で与えてもらったのなら薬物を求めるのも人間の本能だと思えます、普通としか思えません。本能なので病気ではなく治すという考えも違うのではと思っています。

治るとすれば合法の何かしらの薬物が開発されその薬物治療しかないと思っています。

がしかし今はその時ではない為ダルクで回復を願い元気を取り戻し頑張っ生きていきます。



薬物依存症 しおり

2015年もそろそろ終わりにむかっています。冬も始まりましたが今年は例年よりも暖かく感じるのは僕の気のせいでしょうか!?僕は8月にいい加減懲りずに、またくだらない事をして精神病院に入りました。



た。

そして再度佐賀ダルクに帰って来ました。そろそろ回復について真剣に考えないと思う今日この頃です。

改めまして薬中、アル中のシオリです。僕は佐賀ダルクでは1番の厄介物だと自覚しています・・・来年の1月で佐賀ダルクに来て1年がたとうとしています。今僕の持っているクリーンは12月25日でたったの1ヶ月です（泣）

今年1年を振り返ると精神病院で始まって、ほとんどの期間を精神病院で過ごし、精神病院で終わってしまった1年間でした。僕の人生はいつも逃げる事をしていて、現実から目をそらして、ごまかしながら生きてきた本当にどうしようもない人間になってしまいました。

僕はもう両手じゃ数えきれないほどの精神病院の入退院を繰り返しています。でも頭の中ではきちんとダルクで治療をして、徹底的にプログラムを行わなければならない事は分かっているのですが、そこには集団生活、仲間とのフェロウシップ、プログラム、ミーティング!僕には苦手な事がたくさん待っています。

いつもそこから逃げてきました。正直に言います、僕はダルクがすごく嫌いです!!6年前よそのダルクに繋がり、さまざまなダルクに繋がりましたが何処に行ってもクリーンが1ヶ月と続いた事はありませんでした。いつも気が付くと精神病院に入っています。もうそんな自分が嫌いになってどうしたら良いのか分からなくなってきました。

でも最近気付かされたのは、僕と同じ時期に入寮した仲間が1年のバースデーを迎えました、その仲間にはいい意味で刺激され僕も1年を迎えたい!輝きたい!という気持ちで今はいっぱいです、もう次薬を使ったら死ぬかもしれない、死んでもいいから使いたいという昔の生き方を捨て、新しい生き方をしてみたいと思わせてくれた、決して無駄ではなかった1年という事にしましょう。

ただ本当に次に薬を使ったら死ぬかもしれません、僕には17歳の息子がいます。

どうどうと息子に逢える資格を持って近い将来会いに行きたいです!今ダルクでは仲間を支えられ、料理にも挑戦しています、失敗もたくさんありますが仲間は美味しいと言って食べてくれます。

そんな仲間達に感謝し、仲間と共に成長し、来年は色々な事にチャレンジしてプログラムを行いたいと思っています、どうか皆さん温かい目でシオリを見守って下さい。

