

11月迄に御献金・御献品頂いた方々

市沢みどり様 津守哲郎様 田代清子様 池本久子様 熱海弘子様
井上美由紀様 赤坂敏則様 キャンディ様 鹿児島孝友様 田上こずえ様
内川豊治様 加藤ミスエ様 南恵子様 田口大輔様
鹿島カトリック教会様 (医) 杏仁会 神野病院様
いまり法律事務所 坪 悠樹様 佐賀中央奉律事務所 稲村蓉子様
武雄法律事務所 大和幸四郎様 団野総合法律事務所 団野克己様

肥前精神医療センター 杠岳文様 吉森智香子様 武藤岳夫様
カウンセリングスペースひなた猫 中島薫様

佐賀 DARC にご支援して頂きまして
心から感謝致します

12月 活動予定

- 5~8. 肥前精神医療センターアルコール・薬物研修会
5.19 保護観察所コアプログラム
13.22 佐賀少年刑務所薬物離脱指導 毎週木曜日 肥前精神医療センター
DARC ミーティング

特定非営利活動法人

佐賀ダルク

〒840-0012

佐賀県佐賀市北川副町大字光法 1648 番地

TEL.FAX/0952-28-0121

E-mail.saga-darc@asahinet.jp

佐賀 DARC のホームページ, Facebook
開設しました。今後イベント情報、ブ
ログ、仲間のメッセージ等を掲載して
いく予定です。ぜひご覧になってくだ
さい。

http://
saga-darc.com

https://www.
facebook.com/
saga.darc



佐賀 DARC より献金・献品御協力をお願い

佐賀 DARC をいつもご支援くださり、ありがとうございます。
苦しんでいる依存者に回復のチャンスと場を提供していくため皆様の資金的な御支援が必要です。
御支援・御協力を何卒宜しくお願い致します。

郵便振替

口座番号 01750-9-123470

加入者名 佐賀ダルクを支援する会

※原則として、郵便局で受け取る振込金受領票の写しを以て領収書に代えさせて頂きます。

※発送作業簡略化の為、郵便振替用紙は全員の方に同封させて頂いております。

入寮施設での食料(コメ・調味料・油・コーヒー・砂糖・)日用品(洗剤・タオル・シャンプー、リンス・石鹸)の献品も引き続き募っておりますので何卒宜しくお願い致します。

皆様の温かい御支援をお待ちしています。



急に寒さが増し冬らしい季節の訪れに、仲間たちも朝夕と体をすくめミーティング
への行きかえりも辛そうです。

今年も残すところ僅かとなりましたが、支援者のかたやDARCの活動に関心を持っ
てくださる方々にニュースレターを長らく出せずにいたことを申し訳なく思いながら
この原稿を書いています。

昨年11月に障害者総合支援法での生活訓練事業所「佐賀DARCケアセンター」
として登録開始した事業も、実施指導などを終え無事一年を迎えることができました。

4月から、佐賀セレニティクリニックとの連携も開始し、7月にはグループホーム「W
E DO RECOVER」も開設し、現在12名の入所者、6名の職員で活動してい
ます、利用者が増え、プログラムも幅がひろがり変化し続ける中、業務なども急激に
変化しあつという間に日々が過ぎゆくように感じています。



ニュースレターを送信できなかった間にも、
DARCでは社会復帰を目指しパソコンの学
校へ通いだした仲間、仲間の励ましのパイ投
げに社会へ送り出される仲間、一人暮らしを
始める準備中の仲間と回復していく姿を見せ
てもらっています。

辿り着いたばかりで、自分の回復を信じる
ことができなかった仲間たちも、先行く仲間

たちの姿に、仲間たちの回復を信じて『必ず良くなるから』と伝えられる言葉に、希
望を見出し今日一日プログラムにベストを尽くす力を貫いているようです。

社会で薬物の使用を繰り返し、社会の中で、誰にも信じてもらえない、誰からも必
要とされない孤独を生き抜いて辿り着いた仲間には、回復の過程の中で『回復したい』
と自分でも叶わないと諦めているよう
な想いを、そして『回復』を信じてく
れる仲間たちが周りにいること、誰か
の役にたつことは重要なようです。

日々、そのような姿を見せてくれる
仲間たちに感謝です

佐賀 DARC
代表 松尾 周



依存症のCBです。

僕は、初犯で捕まり保釈プログラムでダルクに繋がりました。最初は怖かったですけど、そこで出会った仲間の人たちにいろいろな事を教わりました。

まず人を巻き込むな、何かするときは自分ひとりでやれと、そこからいろいろなことを学びました。

一人で何かをやるということは、それだけ責任が有りなにか行動するときには慎重になりました。でも自分ひとりで何かをやるということは、ものすごく楽しいことに気が始めました。そのうち周りに仲間がたくさん、集まってきて楽しくなってきました。

僕がダルクで学んだ事、これは、自分の人生の中で一番の道しるべになりました。人間関係で困った時いつも仲間の人たちが自分にしてくれたことを思い出します。自分が何をすべきかどうすれば安全に仲間を大切な場所へと導けるかを学びました。いつも一日の始まりに本当に今自分がしていることが正しいのか？それとも、そのどちらでもなく、ただ自分の為だけにしているのか？と。

でも、そんな時いつも仲間が助けてくれます。こんな信頼関係をいつまでも続けていきたいと思えます。

日々仲間以外の人から嫌な感情も、無視できず苦しんでいる時も必ず誰かが助けてくれることを信じながら前に進んでいます。

“負けなし”これが僕のテーマであり、沢山の恩恵を受けながらやっています。人を羨み、その人から何かを奪おうとしたこともありました。

でも人がもっているものを羨みそれをとろうとしてしまったら、それは泥棒と一緒にです。でもそのことを教えてくれた先輩の仲間達に感謝の気持ちでいっぱいです。

僕は今一つの道を真っ直ぐに歩いています。時々人から自分の進んでいる道を壊される事もあります。

一度壊されて先にすら進めない時もある、そしてもう一度その道を歩くことすらできずにまたその道を作ることから始め、また壊されての連続です。

でも負けません、かつてそんな事も分からずしてしまっただ、数多くの犯罪、僕はもう二度と昔には戻りません。

今までサポートしてくれた仲間達、そして僕を育ててくれたこのダルクに感謝しています。



薬物依存症のレオです。

私は北斗神拳の後継者で心に七つの傷があり、、、とラフに書きたいのですがやはりここはラフに取り組む事は

は神と人に失礼でありますので真剣に書きます。

以前レターを書いていた頃の自分と今の自分とでは考え方や物の見方も変わりました。以前の自分のレターを読み返すとこいつはケツが青いな〜と恥ずかしくないます(T_T)正直今薬が好きか嫌いかと問われますと嫌いではなく好きというのが本音です。

しかしまた色々事があり思い感じ考えた結果自分にとっての本当に大切なモノが変わり薬物に囚われずに今後の人生を歩もうと決意出来ている今があります。

自分の好き嫌いで生きるぬるい生き方がいかに未熟だったか思い知らされています。

大切なモノが何かと言われると当たり前ですが親族、、、未来の家族、、、支えてくれるモノ全てです。

私は人の子であり人間です。自分の人生は一度きりでありその大切なモノ方もまた一度きりなのです。

一度きりの命を自分の浅はかな決め事で悲しい一生にさせたくない、ただそれだけです。薬物に関しては一個人の主観ですが感謝しているモノの一つであります。

薬物と出会って様々な体験、、、があるから現在の考え方や物の見方ができるモノ/サシを身につけられていると自分では思っています。

逆に会ってなくその経験なくし

てのモノ/サシで判断し生きている自分があるとしたら少し怖くも思いノッとしみます。あくまで一個人の見解です。

実は以前の自分は自分の血すら許せない位の人間嫌いでどうすれば自分諸共この地球から人間を絶滅出来るのかとか真剣に考える程でした。

実の親さえある意味本当の親では無い者と思っていました。

つい最近ふとなんとなく確認したくなって実の親に自分は本当にあなたの子なのですか？と問いかけてしまいました、そしたら自分が産まれてきた瞬間にガッツポーズで喜んだよと言われました、、、衝撃が走り決意しました。しかし神の配慮ハイパーパワーは凄まじいですね。ここに繋がって12ステップのプログラムを踏めている事に喜び感謝致しております。

ありがとうございます。失礼しました。



こんにちは。薬物依存症のかずみです。

7ヶ月振りのニュースレターになりますが、皆さんは、お変わりありませんか？この7ヶ月で大きな変化あり、戸惑いと不安の中でも充実した生活を送ることが出来ました。

4月には、佐賀市内にさがせしこテイクリニックが開院されたこともあって、平日の日中はテイクリのテイクアを利用するようになりました、午後のプログラムが終わると、佐賀 DARC に戻り NA (自助グループ) までの時間を自由に過ごします。7月には、グループホーム (WE DO RECOVERY) が立ち上がり、世話人として佐賀 DARC のスタッフ研修に入りました。

佐賀 DARC につながってからの目標がようやく実現しました、1年7ヶ月かかったのには、理由が沢山あります。

入寮してからは、まったくやる気がなくプログラムやミーティング、時間の空いている時は寝てばかりいました。



他には、同じ入寮している仲間に対して、性的な関係を強要して傷つけたこともありましたが、その時も自分の問題と向き合ったにも関わらず、時間が過ぎると今度は、施設のパソコンを使い出会い系の掲示板を調べて休日になると仲間のサポートをばったらかして、公園 (発展場) に出掛け知らない男性と性的な行為をしていました。

そういう場所で関係を持てば、感染症の病気をもらってしまうこともあるし薬物を使うきっかけになることもあります、自分の性的欲求を満たすために行っていました。深く問題視し

ないといけないと分かっている問題を見つめることが中々出来ません。

施設の職員や仲間を裏切ったの行動だと思えます、そんな自分でも少しずつ時間をかけ信用を取り戻してのスタッフ研修だったのです。

仲間が、過ごしやすいようになるためのことをしてきたり、良くなることを伝えたりしてきました、もちろん自分自身のためにも頑張ってきました。

しかし、裏では新しく入寮してきた仲間に性的な関係を要求して傷つけることを繰り返しました。

自己中心的な考えで身勝手極まりない行動です、私は DARC の職員になることよりも一時の欲求を満たす男性との関係を選んだのです。

当然のことですが、このことでスタッフ研修を降り、性の問題 (病気) と向き合うことになりましたが、否認が強く何度も同じあやまちを繰り返しても自分が無力だと認めることが出来ないうです。

今回のことに出した答えは、施設の退寮です。佐賀で部屋を借りて仕事をしながら生活していこうと思います。退寮して自由になったら、回復よりも先に自分のやりたいことが優先してしまうのは間違いないですが、施設に残って問題と向き合うことを選択することが出来ないうです。

時間は、かかるとは思いますが、応援して支えてくれる人達を裏切らないように頑張ってお自立していきたいと思います。

こんにちは、薬物依存症のみっさです。

季節の移ろいを肌で感じるようになって来て、改めて生きていることの喜びを知ることができて幸せに思います。

自分はゲイであり、ネットで知り合った人と主に覚せい剤をセックスドラッグとして使う様になりはじめ、最初のうちはコントロール出来ていたはずでしたが、仕事でのストレス発散方法でもあり、いつの間にかどっぴり抜け出せない状態になっていて、最終的には幻聴を聞いたり、幻覚を見る所に至りました。

ある日追跡妄想によって自ら110番して新宿署に連れてかれ、その後精神病院に搬送され尿検査のち五か月過ごしました。ダルクと言う存在を知ったのは病院から勧められたプログラムでした。

アルコール依存症、薬物依存症が一緒になってるものでしたが、話や資料を聞いたり本で読んだりしてうちに、自分がどうやら薬物依存症であるらしいことを少しずつ受け入れる事が出来て、回復のために前向きに捉えるようになりました。

ケースワーカーさんや担当医師からの紹介で、日本ダルクを通して佐賀ダルクに行くことに決めてからの退院となり、日本ダルクの方と弁護士に付き添われて出頭して新宿留置所で二か月、東京拘置所で二か月、裁判を終えて初犯の弁当持ちで佐賀ダルクに繋がっている状態です。



佐賀ダルクに来た時は、人生の初の団体生活ということもあり、かなり緊張していましたが、怖い人が居たらやだなーとか、不安だらけでしたが、実際スタートしてみると、みんな優しく、あったかくて日に日に緊張がほぐれて居心地の良い場所になりました。

同じ薬物依存症と言う事もあり抱えている昔の苦しみ、今の辛さが分かち合える環境、毎日のプログラム、ミーティングによって自分の苦手なもの、避けていた所と向かい合う様になりました。なかなか自分を変えるのは厳しい状況で、弱い自分を認め、他人を認め受け入れて行く事は自分の課題になります。今が変われるタイミングなんです。



最近掴みかけてる自分で信じてる偉大な神の力、生命のパワーを感じながら、生かされている意味を追究しながら一日一日を自分らしく大切に生きていきたいと思います。

人間は失敗して学ぶ生き物です。この病気と生涯付き合わなくてはなりません、経験を活かして同じ過ちは二度と繰り返さない覚悟をいつも忘れないでいたいです。

初めまして薬物依存症のゆうじです。

佐賀 DARC に来て六か月たちました

自分がここに来ることになったのは、市販されている咳止め薬を止めたくても止められなくなってしまったからです。

昔の自分は咳止めシロップを飲んでいました。仕事は実家の飲食業を手伝っていましたがお金を手にすると薬代に消えていました。家のお金を盗んだりもしていました。

薬を使うと生活習慣が崩れてしまい朝起きる事が出来なくなってしまいました。なので、仕事に行ったり行かなかったりということがよくありました。何度も薬が見つかってその都度、「もう止めた」の繰り返しでした。

そして仕事を首になり、他の仕事をしようとも考えましたが同じことの繰り返しになってしまうと思い、自分よりも十年以上も前に DARC に入ってスタッフをしている同級生の事を思い出し連絡を取ってみました。そしたら横浜の施設を紹介されました。

それで、神奈川芹が谷精神病院に一ヶ月入院する事になりました。ところが、母親は入院中にも絶対に薬を買うと疑って二千元だけ置いて「じゃあ頑張るね」と言って帰ってしまいました。

自分はタバコを吸うので三日目で二十円ぐらいになってしまい洗濯するお金もない状態になってしまいました。我慢できずに一週間で退院してしまいました。

そしてまた薬を飲みました、その後また友人に相談したら、今度は佐賀 DARC がいいと勧められ佐賀の肥前精神病院に入院する事になりました。



入院中は500円飲み食い出来たので何とか我慢することができました。そして2週間程で退院して DARC に入所しました。初めは知らない人と生活する事に抵抗があったりして DARC を出て家に帰りましたが、親に DARC に戻れと言われて戻りました。

今では長い時間一緒にいるので年齢の違いも関係なく仲良くなりました。

今の自分はお金も持っているし、いつでも買おうと思えば買えますが薬を買おうとは思わなくなりました。ただ今後の事に悩んでいる自分がいます。それだけです。



LGBT として生きて！！ ナゴマ

私はアディクトである。しかも様々な問題を抱えたものとして、、、

まず、タイトルの LGBT とは、性的にマイノリティの人を指す。私の場合、戸籍上、生物学上男性だ！しかし、中身はどちらともない「ハテナ」な訳だ！これには幼子から苦しみを持っていた。(私は普通の人じゃない)と、常々感じていた。

それは、度を越えた肉体関係の中で築かれた歪んだ気質を造り出した。このことから、種々に渡る罪を犯した。覚せい剤、危険ドラッグ、不特定多数との男性との性的関係。

しかし、いずれも私の苦しみを取り除くものでは無かった。むしろ、HIV・C型肝炎・薬物依存症と更に追い打ちをかける病が整われた！！

鑑別所・少年院にも入った。希望も絶望も無い、只、真っ暗な中にいた。その中から引っ張り出してくれたのは、DARC という施設だった。

それらに繋げてくれた両親や弁護士、その他多くの人に感謝したい。



止める人、進める人、先行く仲間、先にいってしまった仲間、沢山のの人にだ！！勿論、施設に入ったからと言って問題が解決された訳ではない。

脱走、スリッパ、入院等、私は回復途上なのだ！その果てしない旅路は永遠に続く。私



がこの世に存在する限り、、、

話は変わるが、この世の中の生きとし生けるものは、誰もが咎人、、、と私は思っているのだが、そうでなければこの世は成り立たない！

信仰・政治・医療・福祉、全てのものが善きものを造り出そうともがいている！そう、私のもがきも決して無駄ではない。

愛・慈悲・耐えること・許すこと・受け入れこと・祈ること、、、他にも沢山の広大な宇宙の中で息づいている！

偉大な力、小さき我々、見守る精霊たち。それらを忘れなければ私は生きてゆける！生かされる！事実がここに在る！

我々は、最も尊き者なのだ！！



こんにちは。

初めまして。9月末に関東地方から佐賀ダルクに入寮しました**コマと言います**。佐賀県には今回、初めて来ましたが地元風景などが似ていて親しみを覚えています。

しかしさすがは九州地方！地元と違って気候も暑くまた、飛んでいる鳥の鳴き声も違い同じ日本国内でも違うものだなあと感じている日々を送っています。

僕が薬物を初めて使用したのは約4年前の36歳の時。ほんの興味本位からの使用でした。

そこから使用は続き約4年間、多い時で月に1度のペースで使用しその度に、仕事をズル休みしたり同居している家族や職場にウソをつき続けました。

しかしその様な生活が長く続くはずもなく38歳の時に警察のご厄介になる結果となり執行猶予付きの判決を受ける結果となってしまいました。

その後はしばらく薬物を使用することはなかったのですが今年の3月頃、再び使用が始まってしまい以前の様な生活を繰り返す様になってしまいました。

そしてその様子をみた家族や、かつての職場の上司また幼なじみの勧めや協力により精神病院に3か月間入院しました。

入院中は頻りに幼なじみなどが見舞いに来てくれて自分の起こした事への重大さと後悔でいたたまれない気持ちになりました。

その後、家族の勧めもあり今年の9月末にここ佐賀ダルクに入寮することになり今に至りました。

まだ入寮して1か月なのでプログラム活動も含めてわからないことだらけで右往左往の毎日です。

スタッフやほかの仲間達に迷惑を掛けているとは思いますが徐々に生活にも慣れてきたところです。

今回の自分の行為で家族や知人、幼なじみなど数多くの人を裏切りまた傷つけたにもかかわらず、薬物依存症からの回復する機会を与えてもらえたことは本当にありがたい感謝の一言に尽きます。

この機会を無駄にすることなく、佐賀ダルクでの日々の生活やプログラム活動に真剣に取り組みまた社会人として社会で働きそして何より普通の生活を送りながら恩返しをしながら生きていきたいと心から思っています、本当にありがとうございます。

回復に向けて何よりも大切な「正直さ」と「心を開くこと」と「やる気」を常に念頭に置いて回復に力を貸してくださっているスタッフや仲間たち、そして家族、幼なじみや親戚身内、知人などへの「感謝」の心を忘れずに歩いていこうと思えます。

頑張ります。ありがとうございました。



皆様こんにちは。

僕はアルコール依存症のテツと言います。以前は九州地方のある街で、ちゃんと社会の中で仕事をして家庭を持ち、女房も子供もいたのですが、ある時どうしてからか、と言ってもその理由や責任は全て自分の中にあるのですが、アルコール依存症になり、それに苦しむ結果となってしまいました。

そしてDARCに来る事になったのは、友人からそのような依存症に苦しむ人達のための施設があると聞いたからなのでした。その時、僕は入院中でしたが、その病院を退院し、その日から僕のDARCでの生活が始まったのです。

そこでの生活は集団生活で、炊事や洗濯掃除、食品の買い出しなど、全てが分業でした。入寮者全員が力を合わせないとやって行けません。

入寮してから間もなく、大分県の由布院で開かれるギャザリングに参加する事になりました。僕は大学に通っていた頃に、大分に住んでいた事があったので、大変懐かしく感じられました。

会場には、全国の各地からたくさんのNAの仲間たちがやって来ていて、大会の規模の大きさが感じられました大会には3日間参加しましたが、その中で、ミーティングに参加したり、講義を受けるなどして、とても意義ある時間を過ごす事ができました。そしてその日一日の予定を終えてしまうと、知り合った仲間と集まってのレクリエーションがあり、ゲームをしたりして、楽しかった事を覚えています。

また佐賀へ戻って来て、毎日を過ごしていたそんなある日、大変な自然災害が起こりました。熊本大地震です。それは夜で、僕は寮の2階で寝ていたのですが、ガタガタという激しい揺れで目を覚ました。急いで起き、一時はどうなるかと思いました。間もなく階下から仲間がやって来て、「今の揺れは震度4で、熊本は震度7だった」と教えてくれました。階段を降りて下のリビングルームへ行くと灯りがついており、仲間はみんなTVを観ていました。TVでは特別番組で、もう何人の人が亡くなった事や、倒壊した建物が多数ある事などを伝えていました。改めて自然の力の強大さを思い知らされたような気がしました。それからまた僕はベッドへ戻りましたが、生きた心地ががしないような夜を過ごしました。今回のこの地震で亡くなった方々のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

さて、時の過ぎ行くのは早いもので、もう夏は終わり、季節は秋になろうとしています。そんな中、佐賀DARCから僕たち何人かの仲間が、NAの全国的大会の12thJRCNA in Hokkaidoに参加しました。9月2, 3, 4の日程で、場所は北海道青少年会館でした。

僕は北海道に来たのはこれが初めてでした。何しろ全国大会ですので、会場には日本全国の各地から（中にはアメリカからも）大勢の仲間が集まって来ていました。

3日間、その行事や催しに参加して、大変忙しく、また意義深い3日間でした。また、各地から来た人と知り合い、仲間を増やすことができたのも大変嬉しく思います。そして、宿泊したところはススキノのカプセルホテルだったので、夜は夜でその周辺の歓楽街を見学しに行き、知識、見聞を深める事ができました、こういう事は地方の田舎町に住んでいてはなかなか体験する事はできないでしょう。一日の予定をすべて終え、ベッドに横になると何だか神聖な気分になったものです。神様、ありがとう、と。

今はもう秋も終わりに近づき、冬に近づいて行く季節の今日この頃ですが、このような毎日をDARCで過ごしている僕です。また何かの機会がありましたら、皆様とお目にかかりたいと思います。皆様方のご多幸とご健康を心よりお祈り申し上げます。



佐賀ダルク Addict のいっち

初めてニュースレター書きます。僕は脱法ドラックから始まり、大麻を経て最後は覚せい剤にハマってしまいました。

自分の力では止める事が出来ず、色々な人に散々迷惑をかけて、これまでの人生で築きあげたものを全て失い、生活保護を受ける様になり、それでも薬が止まらず、ある日幻覚の中、町を彷徨い歩き、終いにはゴミ置き場のボックスの中にいたところ、警察が来てそのまま警察署に連れて行かれ、精神鑑定されてそこから精神病院に送られてしまいました。

措置入院ということでした、11か月閉じ込められました。本当に地獄だった。一日がとにかく長く、薬物への渴望感、喪失感、孤独、やり場のない怒りの感情、不安、病院から出られないストレス、絶望、それらが手加減無しに、一秒一秒襲いかかる。何度死にたいと思った事か。たまたまタオルで首を絞めた時もありましたが、死ぬ事は容易ではありません。正に生き地獄を味わいました。

そこから家には返してもらえず、そのまま佐賀ダルクに入所することになり、現在に至ります。



ダルク生活は半年が経ちました。来た当初はまだ薬物の後遺症と長い入院のおかげで動くのがしんどくて、とても辛かったです。絶望していました。

自分の人生をこれほど呪った日々はありません。もう生きているのが嫌で施設の近くの公園で自殺しようと思ひ拾ってきた縄を自転車の荷台に乗って、木に縛っていたところ、探しに来た職員に見つかってしまい未遂に終わったなんて事もありました。

職員が来なかったら死んでいたかもしれません。

そんな僕でしたが何とか日々をやり過ごし半年の歳月が過ぎた今日、体もだいぶ楽になって来て気持ちも回復して来ました。

普通の状態がいかにか幸せな事なのか、僕は知りました。幼少期からやりたかった音楽をまたやりはじめたり、すこしづつ気力も戻って来て、日々

