

6月までに御献金・御献品頂いた方々

市沢みどり様 田代清子様 田口大輔様 吉川仁子様 岩松美八子様
呼子教会様
医療福祉専門学校 緑生館様
団野法律事務所 団野克己様
肥前精神医療センター 坪兵文様 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にご支援頂きまして心から感謝致します

佐賀DARCより献金・献品ご協力のお願い

いつも佐賀DARCをご支援して下さい、ありがとうございます。
苦しんでいる依存症者に回復のチャンスと場を提供していくため、皆さまの
資金的な御支援を必要としております。
御支援・御協力を何卒よろしくお願い致します。


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書の写しを以て領収書に代えさせていただきます。
※発送作業簡略化のため、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・砂糖など)、日用品(洗剤・タオル・シャンプー・リンス・
石鹸など)の献品も引き続き募っておりますので何卒よろしくお願い致します。

6月 活動予定

保護観察所コアプログラム
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


 849-0937

 saga-darc@asahinet.jp

 佐賀県佐賀市鍋島3-1-10
コーボ御伽館2F

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


 0952-97-6766


 <http://saga-darc.com/wp/>


DARC

NPO法人 佐賀DARC

 849-0937

 佐賀県佐賀市鍋島3-1-10
コーボ御伽館2F

 0952-97-6766

 saga-darc@asahinet.jp

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

 <http://saga-darc.com/wp/>

施設長からのあいさつ

3月、春めいた時期は世間では卒業や新社会人へと、新たな出発をスタートをきる人達が多い時期でしょう。

DARCでは、早く社会復帰をしたいと焦りだす仲間や、社会から置いていかれているようで落ち込む仲間など、ざわざわと落ち着かなる時期でもあります。

そんななか、佐賀DARCでは42.195kmを仲間と繋ぎ走るという『佐賀リレーマラソン』に参加してきました。

普段、あまり運動しない、DARC飯と言われる大盛りの食事に立派なお腹回りをたくわえた仲間達、参加すると知った時には「ええ~~~~っ!」と一斉に不満の声をあげました。

リレーマラソン当日の朝は緊張感たっぷりの様子で、96チーム780名の参加者として開会式に臨み第一走者のスタート!

1人最低でも2km、走れるメンバーは6kmほどを走りタスキをつなぐリレーマラソン、年齢層が若干高めになってきた佐賀DARCメンバーも仲間の声援に後押しされながら、必死の走りをみせていましたが、制限時間4時間内に走りきることができず最下位。

しかし閉会式が行われている間も、DARCにきて一番間もない仲間が最後のランナーとしてあきらめずに仲間に伴走されながら走り続け、競技場のトラックでは参加者全員に拍手で応援されながら感動のゴールを迎えることができました。

グループワークミーティングやテキストからは学べない大切なこと、仲間との一体感、仲間の支えのありがたさ、力強さを学べる機会を与えられました。



佐賀DARC
松尾 周

利用者：一利

こんにちは。依存症の一利です。

自分は佐賀ダルクに来て1年が経ちました。

ダルク自体は佐賀ダルクを含めて5回目です。

佐賀ダルクに来た当初は離脱のためソワソワしている日々で辛かったですが今は落ち着いています。色々なダルクに入所しましたが佐賀ダルクは生活しやすいです。色々なプログラムを取り入れている事からとても良いと思っています。

特に自主プログラムという皆で考えて楽しむプログラムがありますがその中でも、温泉と食べ放題は好きです。仲間と一緒に楽しむ事が出来るからです。

最近の生活としては、去年の12月にはクリスマス会があり、そこでは司会を務めました。

緊張しましたが仲間と一緒に楽しめました。また年末には餅つきをしました。つきたての餅をつまみ食いするのがおいしかったです。年が明けて1月には初詣として祐徳稲荷神社へいきました。たくさんの方がいる中、仲間と行けたのでうれしかったし仲間と一緒に作ったおせち料理を食べられた事はうれしかったしおいしかったです。その中でも特に、栗きんとんがおいしかったです。

2月には人生初のスキーにも行きました。あんなに楽しいものだとは思わなかったです。食わず嫌いな部分がある自分ですがチャレンジしてみるのには良いことだなと感じました。

今後の目標としては作業所に通いたいと思っています。ステップアップのためにこれから先の夢や希望があります。自立に向けた生活を送るために頑張りたいと思います。一日一日を焦らずに今日を大切にやっていきたいです。



DARC

利用者：コマ



「佐賀に行って薬物の病気を治して来い。」

地元の幼馴染みである同級生達からの言葉に背中を押され佐賀ダルクに入所してから約1年半が経ちました。同級生の存在が無かったらダルクにくる事はなかっただろうと思います。当初1年を目標として退所及び就職のつもりでした。それは「早く色々な物を取り戻したい」の一心からでした。そのためには回復しているフリでも構わないと思っていました。

しかし1年が経過し日々の生活やプログラム及びミーティングを受けて行く中で気が付いて来た事は「沼地に家を建ててもしょうがない」と言う事でした。今までの自分の生き方や考え方が「沼地」と気が付いた以上、そのままの状態では焦って行動する事はできないし、こんなに迷惑かけて来てもお、気にかけてくれ応援してくれ僕の事を守る為にウソをついてくれている家族や親戚、同級生、かつての職場の上司に対して申し訳が立たない。1つでも多く「沼地」を強固な物に変えて行く術を得て行きたいと思っています。

入所から色々な行事がありました。昨年12月にはクリスマス会や餅つき大会、大掃除があり大晦日には施設から新しい靴下と下着を買ってもらいました。年明けには初詣にいきその後は入所者で作ったおせち料理を食べたり、2月にスキーへ行ったりしました。

回復は楽しみながらとよく言われるのですが僕は今まで好き勝手やって来たのに楽しむなんて不謹慎だと思ってしまいます。けれども楽しみながらやって行く中で同じ悩みを持つ入所者の人達にも心を許せる様になり色々な行事も楽しめる様になってきたと共にそれを支えてくれる人達に感謝の気持ちが芽生える様になりました。

今後の目標は「親の葬式は僕が喪主で出す」事です。仕事も稼ぎも義理張りしていくのは生きて行く上で人として当然だけど父、母、姉、姪の同意なく自分勝手に出来る事ではありません。僕の独りよがりでは出来ない事です。でも僕はこの目標を掲げて日々やっています。叶わないかもしれないけどこれが僕にとっての新しい生き方の根幹だからです。

芽生えて気が付いた気持ちを大切に日々の生活を行って行きたいと思っています。



DARC

利用者：コン



こんにちはアディクトの、コンです。

ダルクに来て一年十一か月。まもなく二年経ちます。ダルクに来た訳は東京上野の区役所から言われて、しょうがなく来ました。

来たときは、薬を止める気はなかったですが、まわりの仲間がやっていないし、止めないと駄目だと思った。

集団生活をしていて、仲間が親切だったから止める気になりました。

日々の生活で感じた事は、ミーティング、料理、温泉、食べ放題、大阪、沖縄に行ったのが特に楽しかったです。

そして、薬を止めたいと思いました。

最近では、12月のクリスマス会、1月の餅つき、初詣、2月は還暦の誕生日で、プレゼント貰ったのが大変嬉しかったです。

今後は、早くDARCを退寮したいと思っています。

そして、一人暮らしをしたいと思っています。DARCに来て止められている薬をこれからも使わない生活をしていきたいです。

そして悪い事ばかりしてきたので社会に少しでも、貢献ができればいいと思っています。



DARC



利用者：ジロウ

こんにちは、薬物依存症のジロウです。

佐賀DARCに来て早5か月が過ぎました。当初は固くなっていましたがここでの生活にも慣れ、楽しく過ごしています。

何故私が、薬物に嵌ったかというところから38年前、友達に誘われて薬に手を出してしまいました。その時の快感が忘れられず38年余り、薬に手を出していたわけです。その間刑務所に入所していますので、正確には20年位、覚せい剤を使っていたのです。

今回どうしてもやめることができないと思い、佐賀DARCに繋がったのです。ここでの生活はミーティングで話をして自分の事をさらけ出して仲間に伝えています。おかげで、8か月クリーンが続いています。それもこれも、仲間と共にミーティングに参加していると思うのです。佐賀DARCを卒業しても、NAに通い続けたいと思います。

この施設では、いろいろなプログラムがあります。温泉に入ったり、ボーリングやスキー等、室内では図書館とか充実した生活をおくっています。今は料理当番に頭を痛めています。自分は料理が苦手な仲間を手伝ってもらいながら料理を作っています。いずれは、一人暮らしをしたいので料理を覚えて将来に向けての準備をしなければと思っています。

最近自分の心の中に残っているのは、温泉に行ったことです。寒い中、車で40分かけて温泉浸かりました。身体の芯が、温まってリラックスできました。サウナで汗を流したのが良かったのでしょうか、また温泉に連れて来て貰いたいと思ったのは、自分だけだったのでしょうか？

仲間とのスキンシップもはかれました、本当に良い思い出です。薬物の事が忘れて生活できればよいのですが、これからもDARCに繋がってやっていきたいと思っています。



DARC



利用者：しんちゃん

僕は、中一から37歳までお酒を飲んでいました。浴びるほど、飲んでいました。精神病院に10回ぐらい、お酒が原因で入院していました。退院してもお酒が止まらず、病院に行ったら26歳の頃、アルコール依存症と診断されましたが、アルコール依存症がどのような病気かも分からず、酒を飲み続けていました。

お酒を、やめたいと思っていてもやめられずお酒がとまらず、困っていました。お酒がきれたら、物に八つ当たりしたり友人に暴力をふるっていました。親に、お酒を買わせに行かせたり飲み代を無心していました。外に飲みに行ったら次の日の夕方まで酒を飲んでいました。病院に行ったらこれ以上酒を飲み続けたら死にますと言われても酒が止まらずご飯も食べずに酒を飲んでいました。

ダルクにきて酒の欲求が治まらず緊張していました。酒の欲求が始まったら同じ仲間止められて一か月間酒を止められてます。これからも断酒を頑張っていきたいとおもいます。コンビニに行っても酒のコーナーで酒を買おうと思ったら仲間がいてくれたおかげで酒をかわずにすみしました。



DARC

利用者：ベン

お久しぶりです、佐賀DARCのベンです。

早いもので佐賀にきて一年が過ぎました。と同時にクリーンも一年を迎えることができたのです。クスリを始めてからこれほど長く使わなかったのは、刑務所以外では最長記録です。

この一年を振り返ってみると、全てにおいてクスリを使わなくていい環境にいたのだと思えるのです。

ここ佐賀ダルクは楽しく回復しようという考えから、自主プログラム等、楽しい事がたくさんあるのです。キャンプに海水浴、サッカー、野球、映画鑑賞、温泉プログラムに食べ放題、カラオケ、ボウリング、餅つきにスキーまであるのです。

ステップのほうは一年を過ぎてまだまだなのですが、自主プログラムの方はおもしろい楽しみさせてもらっています。

本当に、クスリを使っていたころには考えられない程の充実した生活を送っています。はじめの頃は早く出たいと思ってばかりいたのがウソのようです。

今は、一年のクリーンを機に仕事をするようになりました。一日5時間のパートですがここ25年仕事らしい仕事をしてこなかったのが、きちんと出来るかどうかの慣らし期間です。今のところは順調ですが、この先何があるかわかりません。ただ、今まではクスリが中心で頭の中はそのことばかりで、平気で嘘も付くしカネにも時間にもルーズだった自分でも、まとものできる事が少しの自信になってます。

このままずっと続けていき、いつかは自立し普通の暮らしがしたいです。もっと早くに気付いていればと思うこともあるのですが、行き場が無くどん底を味わった今だからこそ、やっと気が付いたんだと思います。

これからの人生何事もエンジョイしながら過ごして行きたいと思っています。それではまた機会がありましたら近況報告したいとおもいます。



DARC

利用者：マキ

薬物依存症のまきです。

わたしは、この佐賀ダルクに来る事になったのは、刑務所にいる時に、仮釈放の前に面接官に、刑務所を出所する時に仮釈放をもらうには、身内の母親にしても仮釈放はやれないと言われました。

その理由は今までの刑務所で仮釈放をもらう時も、身内の親を引き受けにしてもまたすぐに同じ事の繰り返しで、すぐに覚せい剤使用して何度も同じ事だったからという事だったのです。ですから今回は引受人を佐賀DARCに下さいと言われました。

そしたら仮釈放をされると言われたのがきっかけで、今回今年の1月16日かDARCにお世話になる事になりました。

そしたら私の頭の中でイメージしていた暗いものではなく顔見知りの人がいたりして、みんなが明るく生活しているようでした。

そして、みんなが優しくして私が分からないことや、やらなければいけない事など、親切に教えてくれました。

そしてDARCで生活していくうちに、みんなとも打ち解けて来て、いろいろと楽しいイベントとかもありました。

例えば、温泉に行ったり、図書館に行ったり食事会をしたり楽しい事がありました。

自分は今年の5月28日が、満期が5月29日に退寮をするまでは、仲間と頑張っていこうと思っています。

DARC

利用者：ロッキー

私は、北海道から薬物依存症で佐賀ダルクに入所しました。ダルクに来て今は、ダルクの仲間は皆んないい人たちで、本当にいい仲間めぐり会えて、自分は仲間の為に、なにか出来る事が会ったら皆の力になれたらいいなと思います。

ダルクに来て12月に、しせつ内で、クリスマス会があって、自分が皆んなの前で、ものまねをしたり仲間も歌をうたったりして楽しいクリスマス会で、いい思い出になりました。年が過ぎて、皆んなで、温泉に行ったり、神社にお参りに行って、おみくじを引いたら大吉が出ました。そのおみくじを読んでいたら、自分が思っていたとおりの事が書いてありました。その願いが最近、1つだけかかないましたが自分があまり神様を信じていないほうで、現実を信じるほうです。

2月には、皆んなで、スキー場に行きました。スキーをすべるのは、30年ぶりに滑ったのですが、中々うまくすべれなくて大変な思いをしました。だけど皆んなといっしょに、すべったのは、たのしかったです。

話が、かわりますが佐賀ダルクに来て1年になり1度もスリップしないで、クリーンも1年がたって、施設で1年のバースデイを皆んなに、お祝いをしてもらい、本当に感謝しています。仲間とともに迎えられるととってもうれしく思っています。

今後は仕事をして、社会に復帰したいと思います。

DARC

利用者：もとき

7年以上DARCにつながっているが、仲間とは何かと度々思うことがあります。友達では無い仲間たち。同じ苦しみで悩む人々達とでもいうのか？共に励ましあい、時には悩みあったり朝、昼、晩を共にする仲間達。

わからない事だらけの悩みを共に紐解いて、時には分かり合えない日々もある。分かり合えた時の喜び、讃えあう人々達、社会のルールからはみ出した事への回復達。

回復を重ねて社会人として旅立つ仲間達。いろいろの回復のやり方がある。身体を動かす、本を読み合わす、声を掛け合ういろいろだ。

回復は、いろいろだ。諦めず少しでも前々と力を尽くす。時には、早く 時にはのんびりと進んでいく。泣いたり、笑ったり、怒ったり様々な仲間がいる。できるならこれから支えあって生きていきたい。ゆっくりとゆっくりと、また時にはリラプスもある仲間達もいる。

その度クリーンを伸ばしていく、しかしクリーンだけが答えではない。これから何処に向かうかだ。ゆっくりとゆっくりと回復に向けて前に進む。

社会が待っていてくれたらこの他こんな喜びは無い。喜びをいつか感じられるように前へ進む。