

3月までに御献金・御献品頂いた方々

市沢みどり様 山田秀美様 田代清子様 阿佐部伸一様 熱海弘子様 葉師寺由紀子様 山田健一郎様
 安永新次様 松田敏美様 田上智弘様 田口大輔様 三沢義男様 河合知義様 駒谷隆利様
 鎌森ひろ子様 齊藤和彦様 吉永仁子様 井上美由紀様 富木力也様 新郷利幸様 東わたや薬局様
 鹿島カトリック教会様 カトリック鳥栖教会様 聖パウロ女子修道会様 伊万里修道院様
 佐賀県業務課 三宅秀明様 佐賀大学 池田智子様 佐賀大学医学部精神医学教室様
 一般社団法人ドムクス 岩松美八子様 Talks on the planet 様 武雄法律事務所 大和幸四郎弁護士
 団野法律事務所 団野克己 はやて法律事務所 福島和代弁護士 隈・園法律事務所 隈淳平弁護士
 山口・佐藤法律事務所 山口修弁護士 大川・永尾法律事務所 永尾則則弁護士
 下津浦法律事務所 下津浦公弁護士 安永法律事務所 安永宏弁護士
 前田和馬法律事務所 前田和馬弁護士 吉武法律事務所 吉武秀将弁護士
 木原法律事務所 木原真樹子弁護士
 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
 有明メンタルクリニック 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・献品ご協力をお願い

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。

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。



News Letter No.37

佐賀
DARC

Specified Nonprofit Corporation
SAGADARC

849-0937 佐賀県佐賀市鍋島3-1-10
 コーポ御伽館2F

0952-97-6766 saga-darc@asahinet.jp

saga-darc.jp

DARC

一年がすぎるのが早いものでもう3月も残りわずか、卒業式を迎えた家族連れをデイケア近くの小学校で見かけながら、佐賀DARCが入所のメンバーと本格的に活動を開始し、私自身も佐賀で暮らし始めて6年を迎えるんだなど、当時の事を懐かしく思い出していました。

昨日も、退所して大分で仕事をしながら自立している仲間から、献品を持って久しぶりに顔を出したいと電話をもらい、多くの仲間たちが自立していき未だに連絡をくれたりすることに感謝だなぁと職員の間と話していました。

6年間の活動を続けていく中で、さがセレニティクリニックとの連携、施設自体の規模も大きくなり、現在職員9名、日中は障害福祉サービスの自立訓練、ナイトケアはグループホームと自立準備ホームの運営、刑務所や保護観察所での教育プログラム、病院等でのメッセージや講演活動。

佐賀県の取り組みでも薬物問題電話相談窓口や依存症対策協議会、再犯防止推進協議会、様々な取り組みに関わらせていただいておりますが、慢性的に職員不足、職員の仲間たちも日々忙しく業務に追われています。

薬物問題も依存症として、治療や回復という言葉が社会の中で、頻繁に聞かれるようになってきたなか、変わっていく法や福祉制度の事、新たに伝えられる回復の為のプログラム、ツール等、今まで以上の専門性も求められるようになっていきます。



01

松尾周

3月に入り、佐賀DARCでは、講師に上岡はるえさん、綾屋さつきさんに来ていただき研修会を開催しました。当事者や保護観察所、病院関係者も含め貴重な時間を過ごさせていただきました。



TOJISHA - KENKYU
AYAYA & HARUE FOR ADDICTION



私事では、2年間通信制の医療専門学校を終えて、精神保健福祉士の国家試験を無事に合格することができました。

学ぶことの中に、回復支援に関わっていく中で先を行く仲間達から伝えられてきたことや、新たに気づかされること資格取得以上のもの得られたことを感じています。

DARC創設者の近藤に、『一番困っているやつの傍によりそってやれ』と言われ、仲間の傍で仲間と共に回復を歩んできた、DARCの活動の中に今後活かすことができるように、歩み続けていければと願っています。

利用者：ギン

03

こんにちは、僕はギャンブル依存症の銀です。
自分は27歳の時にアルコールとギャンブルに問題があり、うつ病もあり始めて精神科に入院しました。

それから病院の入退院を繰り返して、何とか仕事をやりながらやってきましたが、去年の11月にギャンブルでどうにもならなくなり生きていくことがどうにもならなくなりました。

それから長崎ダルクに繋がり、仲間と共に生活をしながらプログラムをやっていたけど、僕は長崎ダルクでもスリップしまくって、実家も長崎っていう事もありスリップするたびに実家に帰ってしまい、親の回復の邪魔もしてしまい、自分も長崎だと甘えが出て長崎じゃ回復できないと気付いたので今は佐賀ダルクにきて佐賀の仲間と共にギャンブルをしない日々をかかえています。

これからも仲間と共に今日一日を生きていきたいと思います。



利用者：コン

04

依存症者のコンです。

私は、佐賀に来てもうすぐ3年になります。

私が、覚せい剤を覚えたのは高校を卒業してから不良仲間と遊んでいるときに、ヤクザの人と知り合い覚せい剤を売のを手伝っているうちに、自分でも打つようになり覚せい剤に虜になってしまいました。

刑務所にも3回入りましたが、全く覚せい剤を止めることができず、ダルクに助けを求めました。

佐賀ダルクに来てからは、仲間の中でなんとか覚せい剤の欲求から解放されて居ます。

私も、今年で61歳になりました。どうか回復して地元いつの日か帰りたいと思っています



利用者：ジロウ

05

佐賀ダルクのジロウです。
私は入所して1年4か月になりました。
これもスタッフの方や、仲間達に支えられて来たから今の自分があると思っています。



ミーティングを通しての気づきであったり、先行く仲間の行動を見たりして勉強になる事がたくさんありました。
今は私も仕事を探しています。過去の生き方とは違った道を歩いて行けるのではと期待と不安を抱えながら、一步を踏み出そうと決意しています。

周りの方に支えて頂いた事に本当に感謝の言葉しかありません、薬物を使わない生き方、とりあえず今日一日無理をせずに一歩一歩前向きに生きて行こうとそんな気持ちで歩いて行けたら幸いです。

新しい仲間が後から続いてくれればハッピーかな、良い手本になるように頑張ります。

利用者：シン

06

無念夢想

私はギャンブル依存症のシンです
昨年の11月から佐賀ダルクに入所し、4か月が経過しました。それ以前は東京都内で一人で暮らしていました。

依存症の主な原因はパチンコです、(10)年以上前に知人の保証人になり騙されて全財産を失い、そのとき同時に家族と仕事も失いました。現在64歳で施設では最年長です。

パチンコは一人暮らしの退屈さや孤独感を紛らわすために、年甲斐もなくあの緊張感や高揚感にはまってしまうました。

そして、手を付けてはいけない大切なお金を使ってしまいどうにもならなくなり施設に入寮となり毎日プログラムに取り組んでいます、グループのメンバーは20代から60代と幅広くミーティングや野外活動、イベント等に若い仲間と共に参加しています。

佐賀県は武士道の葉隠れの発祥の地でもあります、自分自身、覚悟を持って清廉潔白を旨として日々精進して回復につとめたいと思います。



利用者：ダイキ

07



アディクトのダイキです。

もうそろそろ今の施設につながって八ヶ月が経とうとしています。施設のプログラムにも慣れ、仲間との信頼関係も築けてきました。年末から、クリスマス会やおせちを作ったり餅つきをして新年を迎えました。

年の近い仲間も増え、休み時間にトランプなどをして、ワイワイ楽しく過ごしています。

最近だとリレーマラソンがありました。結果は最下位でしたが、去年は時間内に走れなかったと聞いていたので今回は時間内に走り切りたかったので、かなり頑張りました。結果は3時間50分くらいでギリギリ走り切ることが出来て気持ちよく走り切る事が出来ました。

このあともいちご狩りや出場する予定では無かったフルマラソン、二度目の夏のイベントなどが来ます。

今は仕事をしたい気持ちもあり、少し気持ちも不安定ですが居る間は自分のすべき事をやっっていこうと思います。

利用者：モトキ

08



モトキの頭の中

統合失調症になったのは十九年位前のこと。

幻聴が聞こえ始めたのは更生施設の中だった。

初めはちょこちょこ小さな声が耳元で聞こえはじめてきた。

そのころは、気にしないで生活ができていたが、三度の更生施設で障害がひどくなってきた。

まともに生活ができないくらいになり、出所後のその日に精神科の病院に入院した。

自分は薬物とアルコールの経験があり、それがもとで障害になったかもしれないしもたら気づいていなくて再発したかもしれないと考えている。

その障害は治るか治らないかのどちらとも言えないことだが、自分の中で未だ受け止められないで苦しんでいる。

常に幻聴は毎日朝起きてから聞こえはじめて、寝る前は睡眠導入剤が必要となっている。

しかし、薬物、アルコールをやったことない人でも自分と同じ障害を持っている人がごまんという。

その人たちは、病院に行きながら社会復帰を目指しているだろう。

それを考えると自分もゆっくりと障害に向き合い今いる施設でリハビリをしながら社会復帰をできるよう考えている。

今いる施設はいろいろなプログラムがあり楽しめるときは大いに楽しませてもらっている。

周りの仲間も手助けしてくれて感謝している。

今まで楽しかったことが多すぎて苦いときのほうが頭をよぎる。

苦しくてもリハビリは続けるつもりでいる。

ドクターとスタッフ、仲間を信じて。

利用者：ナオ

09



薬物依存症のなおです。

時が経つのは早いもので、刑務所を出所して2年が過ぎました。満期出所当日にダルクのスタッフの方に迎えに来てもらい、施設生活のスタートです。

佐賀ダルクに来て1年が過ぎました。その前は、他県のダルクでお世話になっていたのですが、仲間を暴力的言動で威圧したり、最後にはスタッフに手を挙げてしまい、佐賀でお世話に成る事になったのですが、佐賀ダルクでも、嘘と隠し事、言い訳、仲間暴力。何を目的にダルクに来たのか、見失ってばかりですが、スタッフや仲間は私に温かく接してくれて、代表からは、私の進む道標を与えてもらい、一日一日を大切に過ごしています。苦しい事や、辛いこともあります。薬を使わずスポーツしたり、童心に戻り仲間と動物園に行ったり、3月には佐賀県リレーマラソンに佐賀ダルクも参加し、仲間全員で42.195キロを襦で繋がります。そこには、大きな意味があると思います。

これから夏に向けて、花見、海水浴、キャンプとあり。シラフで仲間と同じ道を進んで生きていける事に感謝です。

これからは、新しくダルクに繋がってきた仲間へ寄り添い、そして未だ苦しんでいる仲間へメッセージをおくりたいです。

利用者：ヒロ

10



こんにちは、薬物依存症のヒロです。

時が経つのは早いもので、佐賀ダルクに入所してから気づけばもう5か月が経ちました。入所したばかりの頃は薬の離脱や恐怖感に苦しみ、何よりも現実を受け止める事ができずにいました。でも少しずつ生活にもなれ、仲間ともすぐに打ち解けました。しかし、馴れというのは怖いもので、もう自分なら大丈夫だやっつけていけるという気持ちや、早く社会に出たいという焦りに駆られ、プログラムに集中できない時期もありました。

また、変化のない日々や、常に人と過ごすという集団生活への不満やストレスから仲間とトラブルを起こした事もありました。

でも、そういう問題の中で気づいたのは、不満や愚痴を吐いても何も現実是不変なこと、人や環境はコントロールできないという事です。

自分が変わらなければこの先もきっと同じ問題や失敗を起こすだろうと思い、この現実を受け止め、改めて自分を見つめなおし、再びプログラムに向き合う事ができました。

クリスマス会では、仲間とたくさんの料理を作り、仲間と仮装をして踊り、みんなで肩を組み歌を歌いました。ちなみに僕はピチピチのセーラー服を着ました。

大晦日には仲間とおせち料理を作り、共に年越し蕎麦を食べ、温泉に入って新しいパンツと靴下を履き、大行列に並び祐徳稲荷に初詣に行き、正月は餅つきもしました。

そのほかプログラムでは動物園に行ったり、サッカーやバレーやボーリングをしたり、佐賀ダルクでリレーマラソンにも出場しました。

マラソンは好きじゃないけど仲間とたすきをまわし42.195キロ走り切った時は感動しました。

最近では料理当番にも加わり、前より料理もできるようになりました。いろんなイベントやプログラムはあるけれど、何よりも素面で楽しめている事が一番嬉しく感じます。

今でも体調や気持ちには波はあるけれど、そういう自分の変化に目を向け、自分をもっと知り、しっかり受け入れていこうと思います。

変わること、変わらずにいる事を見極め、回復していきたいです。もう同じ失敗はしたくないので、焦らずに自分のペースで社会復帰に向け頑張っていこうと思います。

利用者：ロッキー

11

【欲求の戦い】

薬物依存症のロッキーです。
風呂上り、ビールや酎ハイがたびたび飲みたい時があります。
依存症の強い覚せい剤より今は、アルコールの欲求が強いです。欲求が入るときは、違う事を考えています。
先日、私も2年バースデーを迎えました。

B型、作業所にも行かせてもらっています。作業内容はパン作りです。作業所の仲間とも仲良くさせてもらっています。
そんな訳で、毎日忙しいので、薬物、アルコールの事を考える暇もありません。
以上 自分の心の中です。



利用者：タケ

12

こんにちは。依存症のタケです。
沖縄から佐賀ダルクにきました。

佐賀に来てから色々なことがあって4ヶ月が経ちました。
最初のところは人見知りで口下手で仲間と上手くコミュニケーションが取れない日々でしたが仲間のみんなが色々声をかけてもらい、今では仲間と上手くコミュニケーションが取れるようになりました。
まだまだダルクのプログラムにはついていけない所がありますが薬物を使わないで楽しく回復していきたいと今は思っています。

佐賀ダルクはレクリエーションが多く、食べ放題に行ったりボウリングをしたりこれからの季節は花見に行ったり、海水浴に行ったりキャンプをするそうです。
3月3日の日には佐賀ダルクの仲間とリレーマラソンに参加しました。
走っている間は苦しかったですが、ゴール前に仲間がみんな待っていてくれて感動しました。

これから先も仲間と一緒に回復していきたいと思っています。



利用者：ヒロキ

13

こんにちは。僕はアダクトのヒーディーです。

僕は、リーディングカードにある、生きるために使い、使うために生きる、と言う言葉そのままの生活をしていました。
ずっと薬を使うという生活が普通になっていたし、それが当たり前のサイクルになっていました。

薬が無くなるとイライラして、薬があるとすごく幸せでした。
薬物無しではいられなくなっていました。正直今も欲求はありますが、使うとまた欲しくなるのがわかっているんで、今は使おうとは思わず、プログラムを続けて回復を目指したいと思っています。

東京から佐賀に来てからの事を書くはずクリニックで初めての受診の時に先生に「一人で辛かったね。大変だったでしょ。」と言われてホッとしたのをすごく覚えています。
僕にとって入院は逮捕と同じで、病院はすごく怖い物でした。でも、さがセレニティクリニックは安心して、何でも正直に言おうという気持ちになり感謝しています。

東京から佐賀に来て変わった事は環境です。
僕は、統合失調症と躁うつ病、ADHDの疑いという病気もあって、東京の渋谷で生まれ育ったのですが、人の多さ等すごい生き辛さを感じていました。
どこにいても、たくさん人がいて、色々な人の話している声が雑音ですごいイライラもしていました。確かに遊ぶ所も多く楽しい事もたくさんありました。地元の仲間も大好きです。けれどあの街にはもう戻りたくないというのが本音です。

僕は仕事もろくにしてこなくて、東京を出る事が出来なかったのですが、きっと神様のお導きで、佐賀に来れた気がします。
これからは、神様のお導きを信じて、まず佐賀ダルクできちんとプログラムを行って、将来はしっかり正しい行動をしていけば開かれると思います。
なので、正直に堅実に生きて行く事を心懸けて、なるべく真っ直ぐ自分の正しい道歩みたいと思っています。

出会った全ての人に感謝の気持ちでいっぱいです。
僕の人生はきっと良い方向に進むと信じています。

