1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

SSKO

Remission

2024/8/17
NO.255

栃木DARC News Letter

目次

P1　栃木DARC代表
「否認と動機づけ」
P2 栃木DARC職員
「As a reminder」
P3　3rd Stage
「施設生活」
P4　PPメンバーメッセージ
「トラジの花」
P5　1st Stage
「仲間」
P6　プログラム風景と紹介
編集後記
P7　7月のステップアップ
7月の献金、献品
施設報告
P8　CF
「治ったつもり」
P9　2nd Stage
「5年目を迎えて」
P10　今月活動予定

「否認と動機づけ 」

特定非営利活動法人 栃木DARC
代表理事　栗坪千明

8月に入り連日猛暑日が続いています。ここ宇都宮は内陸ということもあり、この原稿を書いている今日も最高気温３９度と殺人的な暑さです。エアコンは温暖化に良くないとわかってはいますが、つけないと熱中症が怖いので、消すことはできません。施設で飼っている犬もうだっています。皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

この暑さの中プログラムもなかなか身が入りませんね。施設ではプールに行ったり、先日はNAのコンベンションに出かけたりと、気持ちを切り替える工夫をしています。

特にこの季節難しいだろうなと思うのは、否認を解いて動機づけをするという作業ではないかなと思います。少し前に内部調査（当職大吉による）ですが、栃木ダルク利用者に４８名に対して調査を行いました。ACE（逆境的小児体験）、発達性トラウマ、自己効力感尺度です。つまり子供の頃の傷つき体験がその後の生きづらさにつながって、自信低下となるのではないかということですね。ACEが高ければ発達性トラウマも高くなり、自己効力感も下がるという結果となるというわかりやすい推論です。実際大学生に実施した調査ではACEが高いと発達性トラウマも高いという結果になっています。でもダルクではACEの低いグループが発達性トラウマの特典が高いという結果となりました。これは何を意味しているかというと子供の頃に逆境的な体験をしていたことを認識していないということになるのではないかということです。そして自己効力感尺度も入寮期間の時系列的（ステージごと）にとってみたところ、入寮直後のステージ１が圧倒的に高かった。一般的に高いと言われるよりも２０以上高いという結果になりました。つまり根拠はないが入寮直後はやめる自信があるということです。この結果を踏まえステージ１におけるプログラム離脱の高さの根拠になると思います。病気に対する否認が強いのも頷けます。その後プログラムや人間関係によって現実が見えてきてステージ３では一般のある程度自信のある人と同じぐらいの数値になります。社会復帰前に一般的になるということです。少し前に言われていた「底つき（生きることができないと認識している状態）」というのはダルクを利用して1年ぐらい経たないと感じないということになるのではないかと思います。この時に初めてプログラムにつながって良かったと感じるのです。以前私が利用者にしたアンケート調査でも動機づけ（否認が解ける）には平均8ヶ月かかっているという結果とも連動します。

あらためて依存症からの回復には時間と地道な作業が必要なのだと感じます。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

栃木 DARC®

栃木DARCの事業

栃木DARCの事業の多くは、委託または助成を受けた形が多く、一般社会に向けての特定非営利事業と施設事業を行なっています。
特定非営利事業は、一次予防としての乱用防止、二次予防の再乱用防止を多く含み、施設事業は、三次予防以降となる依存症からの回復のための場所とプログラムの提供を行なっています。依存症本人が誰かに薬物を勧めることで薬物問題が広がるリスクを考えると、これも乱用防止の一環であると言えるでしょう。

「As a reminder」

3sc施設長
大吉　努

残酷なまでの暑さに打ちひしがれそうなこの頃ですが、皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。このニュースレターを書いている最中も、皆様にこの頼りが届く頃も、変わらず酷暑であることを想像しながらペンを進めているところです。

さて、3scの近況についてお伝えしたいと思います。このニュースレターを書いている時点で11名のメンバーと通所の方々が数名いらっしゃり、皆で日々のプログラムに励んでおります。今年度から本格的に通所者の受け入れを開始しましたが、今のところ大きな問題はなく運営できているかと思います。通所での受け入れは、ダルクやプログラムを体験するハードルを下げるという面ではメリットが多いかと思います。反面、使用していた時の生活環境と比較して変化が少ないケースも多々見受けられ、①医療機関等での治療を継続していること②意識的に自助グループに通うこと③積極的にイベントに参加する、などの工夫を主体的に行うことがクリーンを続けるポイントかと感じております。通所時のみならず、個々が通所していない時に頼れる社会資源や支えの存在を作れるようサポートし、今後も通所、入所に関わらず、プログラムを必要とする方々のサポートを続けて参りたいと思います。

去る7/12～14には、名古屋で行われたJRCNA16に参加させて頂きました。対面での開催は、2019年に宇都宮で行われたJRCNA15以来でした。今回一緒に参加したメンバーの大半は初参加であり、イベントの規模やフェローシップを通して個々にNAの「一体性」を体感できたと思います。ところで、とても個人的な持論になりますが、支援者という立場は、ある種嫌われることができて、自分の役割を果たせている部分があると思います。役割の性質上、相手にとって好ましくないことを伝えなくてはいけない場面もあり、心理的負担を伴います。だからこそ、支援者の養成カリキュラムでは、セルフケアの重要性が説かれており、スーパーヴィジョンなどで他者視点を取り入れ、自分の点検を行います。この仕事を始める際、支援を職業として選択するということは、ある種仲間との境界線を明確にすることだと考えて選択しました。今も自分で選んでいることなので、特に寂しさは感じませんが、今のような心境に至る過程で、僕にはNAの存在がとても大きかったと思います。

NAでは、新しく繋がった仲間を大切にし、信条や社会的立場に左右されない人間関係を作ることが出来ます。そのような人間関係や価値観は、普段の役割から解放されることや、回復を目指すアディクトである自分にスイッチする上で、とても有意義だったと思います。今のように前向きに生きていけるようになる過程で、僕にとってNAは、良い意味での逃げ道のひとつでした。そんなNAに出会ってもうすぐ10年となります。今確かに感じている感謝を次の仲間に手渡すことが、自他の回復とNAの一体性につながることを忘れないため、自分にできるサービスは粛々と続けていきたいと、JRCNA16に参加して改めて思っているところです。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

「施設生活」

依存症のケンタ

3rd Stage

～社会復帰～

3rd StageCenterは、社会復帰間近の回復後期・社会復帰期を担う施設です。1st StageCenterで断薬を目的として規則正しい生活や体力回復をし、2nd StageCenterで個々のプログラムを含めて過去の整理や人間関係の作り方を学んだメンバーが、実際の社会に近い環境で社会性の獲得と、健全な家族及び人間関係を身につけてもらう事を目的としたプログラムを組んでいます。本人の責任において生活するために起床、就寝などの時間も特に設けず、職場に出勤するのと同じようにプログラムの開始時間も設定しています。主体性を強化して社会復帰の準備を行う場所です。

今回で5回目のニュースレターを書くことになった依存症のケンタです。令和二年八月に那須の施設に入寮しました。入寮当初は、那須の施設で生活する事に不安や緊張がありました。ですが、仲間のお陰で不安や緊張が徐々に無くなっていきました。ですが、時間が経つにつれ施設生活が慣れてきたのは、自分が頑張ったからだと思うようになり、しばらくして自分のアディクションである、ガスでスリップしました。スリップして、施設生活が慣れたのは、自分の頑張りでは無く仲間のお陰だった事に気づかされました。那須での生活が一年を過ぎた頃に、野木の施設に移動しました。移動した当初は、環境の変化や関わったことのない人との生活で不安や緊張がありました。ですが、那須の生活同様仲間のお陰で施設生活が慣れてきました。ですが、野木での生活が半年を過ぎた時、那須でスリップした時と同じ気持ちになり、またスリップしました。そして那須に戻ることになりました。那須に戻って、施設に慣れたのは仲間のお陰だということを忘れていたことに気づきました。那須の施設には、約八カ月生活をさせてもらい、野木の施設に戻らせてもらいました。戻る前は、自分を受け入れてもらえるか不安でしたが、みんな受け入れてくれて、とても安心しました。野木の施設には約六カ月生活させてもらい、宇都宮の施設に移動させてもらいました。一番最初に思ったのは、那須と野木の時と同じで、新しい環境で生活する事に対しての不安や関わりの少ない人と関わる事に緊張などがありました。ですが、那須や野木の時と同様に周りのお陰で徐々に不安や緊張が無くなっていきました。ですが宇都宮に来て、今までやった事のないプログラムに対しての不安や緊張が出て来ました。例えば、一週間の目標を立てて合格したか不合格だったかを考える、ウィークリーセッションや依存症の問題を持つ人が就労する為のプログラムであるソーシャルスキルなどがあり、なかなか周りについていけませんでした。ですが周りのお陰で少しずつ発言出来るようになっていき宇都宮の生活も少しずつ楽しくなっていきました。宇都宮の施設では、一人行動も出来る様になり自分は今までやった事のなかったサイクリングにハマりひたすら自転車に乗っていました、そのお陰で10キロ痩せることが出来ました。他にも、宇都宮に来るまでやった事がなかった、保護観察所に行って体験談を話す事や自転車でＮＡに行く事など宇都宮に来ていろいろな経験が出来たと思います。宇都宮に来て一年が過ぎた今年の五月に施設のプログラムが終わり、六月から就労移行支援に通うようになり、午前10時から午後15時30分まで、就活プログラム、ビジネス講座、オフィスワークシミュレーション、などのカリキュラムを勉強しています。勉強していて、思うことは社会人としての言葉遣いが出来ていない事やWord、Excel、PowerPointなどを使ってやるパソコン作業の難しさなどを感じます。苦手なことや出来ていないことを少しずつ就労移行支援で改善してければいいと思います。その為にも就労移行支援と施設生活と施設のプログラムを今後も頑張って取り組んでいてればいいと思います。文章の展開や誤字脱字などがあったと思いますが、最後まで読んで頂いてありがとうございます。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

「トラジの花」

依存症のグゥ

Peaceful Place
～女性～

PP(ピースフル・プレイス）は女性専用の施設です。ファースト・セカンド・サードの全過程を同じ場所で過ごしながら、それぞれの回復を進めていきます。女性依存症者の多くは、それまで生きてきた背景に様々な問題を抱えています。生きるための道具だったアディクションを手放していくとき、経験を共有し合える仲間が小さな安心感を積み重ねてくれます。その安心感が私たちを自己否定ではなく自己受容という形に変えてくれるのです。安全を感じながら回復を進めていくことができる場所とプログラムを提供すると共に、自分を大切にする生き方を身につけてくれるように願いながらサポートを続けていきます。

いつ、いかなる時も、素直に生きることが大切だと思う。それは人に与えられた尊い試練だからだ。古来偉大な人達は、逆境にも不屈の精神で生き抜いた経験を数多く持っている。私達も、年を取るにつれて素直に生き続けたい。私は、罪を重ね多くの人を傷つけてきました。それでもそれでも、やる気があれば、何度でもやり直せると私は信じてる。「七転び八起き」の精神で、生きたい。私は、甘えることが、苦手だ。甘えられるのは、甘える人がいるからだ。そこに、わがまま身勝手な考えが出てくるのだ。しかし、甘える相手がいなくなると、自分でやるしかない。無理に押し通そうとすると、事ごとく思がはずれ心が暗くなる。甘えの姿勢からは、何も生まれてこない。そして、私達の祖先が、つみ重ねてくれたおかげで、今日の生活が生まれた。きのうと同じ事を、今日繰り返すまいと強い信念を持ちたい。古き善きものを知り、新しいものを取り入れていく、温故知新である。日々の生活の中で、雨が降る日もあれば、天気のよい日、風の強い日、さわやかな風が吹く日、風が吹けば、波がたつ。波がたてば、船もゆれる。大切なことは、うろたえない強い精神をかねそなえたい。うろたえればかえって、針路を誤ってしまう。沈めなくてもよい船でも、沈めてしまう結果になりかねない。そうゆうときでこそ、冷静でありたい。決っして容易なことではないけれど。

人生は、良運、不運はつねに背中合せだと思う。自分の人生は、自分で決める。後悔しないように。この先、どんな道があるのかは知らないけれど、他の人には、歩めない尊い、自分だけの道がある。私は、あきらめない。あきらめたら終りだ。たとえ、その道が、遠く、黒いトンネルが続いても、必死に、心の中で涙を流しても、前に歩き続けたい。どんなに、時間がかかろうとその時を待ちたい。「時」。時を待つ事は、苦手だ。何分せっかちなので待てない性分なのである。でも、何事を成すにも、時というものがある。それは、人間の力を超えた目には見えない大自然の力ではないのだろうか。いくら望んでも、春が来なければ、桜は咲ないし、冬の雪もみれない。その時期を待ねば、事はなさない。悪い時が、過ぎれば良い時は、必ず来る。明けない夜はない。大好きな言葉です。心静かに、その時が来る事を信じて待つしかない。世の中は、時にいたずらをする。自分の思うようには、どうやらしてくれない。人は、神ではないので、自分の思い通りにならない方が、いいのかも知れない。それでも、世の中は、良い先生である。全ての人達に平等にしてくれるみたいだ。0に戻してくれる。プラス、マイナス0だ。ちゃんと弁えているのだと思います。最後になりましたが、私の生まれ落ちた所は、世田谷です。生まれてすぐに、両親が離婚し私は、祖父の手で育てられ。義母が来てから人生が暗くなり、16才で家出をし必死で生きて来た。その頃の記憶は、だんだん、私の中でうすらいで消え去ろうとしている。私は、これから人生のパズルのように、一ピースずつうめていきたい。最後のピースは、自分の足元に落ちているかも知れないそれを、静かにひろって自分の手でうめたい。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

「仲間 」

依存症のケイちゃん

1st Stage

～導入～

1st StageCenterでは、回復初期に、生活習慣の改善と健康的な肉体を取り戻す事に主眼をおき、規則正しい生活を目的としています。グループワークや学習型のプログラムは少なくして、その分、作業やスポーツなどの体験型のものを多く取り入れて、使わない生活に楽しみが感じられることに重きを置いています。依存症者は充実感、安定感、所属感を取り戻す必要があり、この三つをできるだけ効率よく感じられるようにプログラムは組まれています。

暑き毎日に変わり灼熱の太陽ですが、体調面・精神面は大丈夫でしょうか？依存症のケイちゃんです。２回目のニュースレターを書かせて頂くことになりました。

自分は那珂川の施設で生活をしていますが、仲間を持つことは誰にとっても素晴らしいと心から信頼出来て自分の長所も短所も知っていて、そして失敗することがあっても私を許してくれる仲間たちが居ます。自分一人の意思や根性だけではアルコール依存症を克服出来なかったと思います。自分は無力なので施設長と同じ生き方や考え方になれるように努力したいです。まずはクリーンで生きることですね。

かつての薬物仲間との接触を安全に断ち切っているかが重要ですから、那珂川の施設での生活は心の状態が青空にぽっかり浮かぶ白い雲のようで、のんびり感があって良いです。親しい仲間達と穏やかな時間を過ごしています。

自分の強みは社交的なところです。他の人と自信をもってコミュニケーションを取ることが出来ます。挑戦心と言う強みも有り、新しい物事にも自信をもってチャレンジが出来ます。自分の強みも把握したので理想の生活や希望する将来に近づきました。私は、躓いたり転んだりしたお陰で物事を深く考えられるようになりました。過ちや失敗を繰り返したお陰で少しだけど、人のやる事を暖かい目で見ていれるようになりました。何回も追い詰められたお陰で、人間としての自分の弱さとだらしなさを嫌という程知りました。　自分は那珂川の生活で農作業以外の時には、温泉に行ったり、カラオケに行ったりと楽しみも多くあります。

さる７月には保護司の先生が来所してジャガイモ堀を行いました。人生や自分のアルコール依存症について考えることを怠っていたため非常にいい機会を与えて頂けたと思っています。

さて、こちらの農作業では多くの作物を作っていますが、特に小茄子は出荷しているので収穫・選果・消毒など細かく行っています。やはり出荷する以上はより良い物を数多くと考え、日々努力している毎日です。早朝からの作業も多く、大変だと感じる事も多々ありますが、作物が日々成長しより良い物が多く収穫できた時には充実感もあり、毎日の生活に張り合いがあります。自分は入寮する以前は、長期間労働をせずにだらだらと何も考えずにいました。今考えると生きているのか死んでいるのか分からない様な時間を過ごしていました。入寮以来常に考えているのは、何て無駄な時間を過ごしていたのだろうかと言うことです。二度とそのような思いをしない為には、やはり規則正しい生活を送り、仕事に就き収入を得ていくことだと考えています。その為にも、ここ那珂川で生活を送ることが将来に役立つことだと考えています。こちらでの労働は世間一般の皆様からすると、まだまだ甘いものだと言う自覚はありますが、それでも自分にとって久しぶりの労働であり、卒業後の生活にプラスになると考えています。この様な環境に身を置いているせいか少しずつ将来に対する楽しみが出てきました。何も考えないで生きてきたあの頃から比べると幸せを感じる日々です。

これからは不安や恐れに悩む事無く夢や目標に向かっていきたいと思います。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

プログラム紹介

アサーティブ・プログラム

自分の感情を他人に伝える方法を身につけます。傷ついているという事を相手に伝えるには勇気がいります。相手を傷つけないで伝えるということも難しい事です。メンバーはこの事をうまく出来ず、結果的に自分を傷つけ、アディクションに逆戻りするような結果を引き寄せがちです。自分の思いをどのように相手に伝えるか、その最善の方法を身につけるグループワークです。

スポーツ・プログラム

このプログラムにおける目的は「体力回復」ですが、その他ソフトボールやソフトバレーボールなどの団体競技を多く取り入れているため、対人関係の苦手なメンバーが普段話さない他のメンバーと話ができたり活躍の場があったりと、プログラムを通してメンバー同士の交流を図ることも視野に入れています。

編集後記

みなさこんにちは。いかがお過ごしでしょうか。この所の災害級の暑さは異常としか思えない暑さですね。施設では夏風邪が流行っていて医者が言うには治るのに1ヶ月程度かかると言うので皆様もお体にはお気を付けてください。

編集秋葉

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

3 Stage System の概要

AAや NAなどの自助グループの12ステップを基に、意味を抽出したものを３段階にわけ、Stage１～３を最短１２ヶ月で行います。

Stage１
①認める②信じる③まかせることを通じて、自分のアディクションの問題を認め、助けてくれる存在を信じ、回復プログラムに自分の回復を任せるという導入の部分を行います。

Stage２
①過去の整理②本質を探る③欠点を取り除く④手放す⑤準備する　これまでの問題の分析をし、自分の問題の本質を探り、アディクションに繋がる部分を取り除き、自らの問題を手放し、社会の有用な一員となる準備をしてもらいます。

Stage３
①行動の変化②実行し続ける③配慮④継続として、これまで行ってきたStage１、２のプログラムを踏まえ、どのように行動を変化させていくか、それを実行し続けるにはどうしたら良いか、また他者とのコミニュケーションはどのようにするか、これまで行ってきたことを社会の中で実践し続けていくには何が重要かを見出していきます。

7月にステップアップした仲間

Stage up
・オオヤ　Stage2～Stage3へ

Role Model
・リュウ　サポート～リーダーへ
・ユウ　メンバー～サポートへ

PP
・該当者なし

7月の献金・献品

（献金）那須トラピスト修道院様　他匿名者3名
（献品）匿名者5名
とても助かっております。栃木ダルク一同感謝しています。

献品のお願い
・日用品、家電一式、原付バイク、自転車、その他自立して使用できるものがあればよろしくお願いします。
・1st StageCenterからソフトボール用品、スノーボード用品あればよろしくお願いします。
・CFから農機具関係（草刈機、農作業用品、トラクター）等あればよろしくお願いします。

施設報告

1st(導入）10名　2sc(回復）9名　3sc(社会復帰）22名　計41名で活動しております。
ステージ毎のプログラムを実施しております。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

「治ったつもり」

依存症のテラチン

暑い日が続く中、皆様はいかがお過ごしでしょうか。アルコール依存症のテラチンです。一昨年の12月30日に入寮してから今年の7月30日で1年7ヶ月になります。まだ1年7ヶ月しか経っていませんが、自分の場合は皆様と違って色々な事があった1年7ヶ月でした。何もわからない何の情報もないままにネットで見つけたダルクという施設に電話を掛け、入寮を決めてから2週間で入寮しました。

ダルクのことは何年も前に一度テレビで見たことはありましたが、正直あまりいいイメージではありませんでした。不安でもありましたが当時の那須の施設長に会い施設に向かう車中で話をしましたが、不安というか、どんなところか何だろうと興味が湧いてきました。施設に着くと複数の人達に握手とハグをされ、人見知りをあまりしない自分は少しホッとした気分になったことを今でも覚えています。

那須の施設では入寮して1ヶ月半でサポート業務を任されましたが、料理も掃除もできない自分にできるか不安でしたが，仲間や相方に教えてもらい、少しずつですがやりがいを感じることが出来ました。そして、4ヶ月が経ってリーダーを任されました。

昔から責任を任されるのがキライだった自分は正直やりたくはなかったのでしたが、「苦手な事に挑戦する事も回復の近道だよ」と施設長に言われたのでリーダーをやることに決めましたが、サポートと違ってリーダーの業務は他の仲間の体調や、行動を気にしながらの生活なので、とても大変でした。そしていつももの楽な方に逃げるといった悪い癖が出でしまい、たった2ヶ月でリーダーを下りてしまいました。初めてスリップしたのもその頃です。

那須の施設では、一緒に薬物をやめていこうとする仲間の大切さと社会に必要な物事やお金の大切さを学びました。そして、次のステージとなり野木での生活が始まりました。野木での生活は、最初はなかなか馴染まず、来て2ヶ月でスリップをし、那須の施設とは違い3ステージ・T-DARPPと言ったプログラムに頭をかかえ、住宅街にあったせいか行動範囲も狭いこともあり、ストレスで欲求も治まらず,２・３回と続けてスリップをしてしまいました。そのうち一回は、仲良くしていた仲間の死が関わります。野木での生活には時間はありましたが、その分早く退寮して社会に出て子供に会いたいと言った気持ちが大きくなりました。もぉここまで来ると気持ちが先走り,自分で感情を抑えることが出来なくなりました。そこで、施設長や職員や仲間に相談をし、一週間の期限付きで那珂川の施設にお世話になることにしました。

那珂川での生活は田植えをしたり草取りをしたりと開放的な空間で,仲間達と汗をかく事が自分に合っていたのか、飲酒欲求や早く社会に出たいと言った気持ちが薄れました。あっという間に一週間が過ぎ野木に帰りましたが、帰ってすぐに欲求と子供に会いたいと言う気持ちになり施設を飛び出しました。しかし、退寮して飲酒が止まらず、父に相談して施設に戻ることにしました。現在は、自分の希望道理に那珂川の施設にお世話になっています。幸いアルコールの欲求も余りなく充実した生活をしていますが、退寮してすぐに受け入れてくれた栃木ダルクに感謝し、今度は親や自分と関わった人達を裏切らないように回復を目指して頑張りたいと思います。

Community Farm
～農業～

栃木ダルクに通うメンバーの中には通常のプログラムが適さない方も少なくありません。CF (コミュニティーファーム)では、薬物依存症以外にも社会復帰を目指した際に問題（高齢である・重複障害がある）を抱えたメンバーがゆっくりと自分なりの回復を深めて、それぞれの社会復帰の形を探ってもらうための場所です。他の男性施設とは違い、テキストを使ったプログラムも少なく、ステージ毎に居場所を変える事もありません。
農作業やボランティアなどを活動の中心にしています。金銭管理や処方薬の管理、家族の再構築など基本的な部分に時間をかけて丁寧に社会復帰の準備を行なっています。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

2nd Stage

～回復～

2nd StageCenterは、回復の中心を担っています。
ある程度のクリーンを持ったメンバーが、各々のプログラムを深める時期にあたるので、過去を正しく振り返ること・メンバー同士の関わり方などをグループワークに参加しながら試行錯誤して自身の回復につなげています。
回復を確かなものにしていくための重要な時期をこの施設で過ごしています。

「5年目を迎えて」

依存症のヨシ

皆様、暑い中ご苦労様です、ヨシです。私は今度は野木にて、このニュースレターを書いています。この一～二年で状況がかなり変わって来ました。那珂川から那須に移動となり、今度は那須から、体調が良くなったのと那須がなくなるという事で那珂川に戻り、再び体調不良で野木に移動となったのです。相変わらず落ち着かない日々を重ねてます。一とにとどまらず移動ばかりしているのも、私の根性のなさと、刑務所でぶっ倒れたせいです。あとは覚醒剤のつけがまわって来たことです。今考えると、馬鹿な事をしたなと毎日考えてます。問題だった反社会的勢力との縁切りは、この中に入ってしばらくして那珂川の施設長と二人で地元の警察署に出向いて、脱退届を出させて貰って、「私を堅気として扱う」と言う脱退証を総長直々に貰えたので安心してます。三十年間身を置いた場所から身を引くと言う事はなかなか大変な事で、つい先日に頼みのつなだった郵貯から口座解消の通知を貰って、ほとほとまいってます。銀行口座は作れない、家も買えない、車も買えないとなると御手上げです。万年たっても堅気として扱ってもらえないと言うのは、なかなか納得の行かないものです。そこに持って来て覚醒剤との別れ(笑)が一年中つきまとうのですから、私の進む道はいばらの道と言う事です。十年はかかると思って間違いないでしょう。しかし、親類間の事を考えると堅気になって、そして覚醒剤をやめてみて大正解だったと思います。覚醒剤に関しては、まだまだと思います。夢に出てきたり、欲求が入ったりすることは、ここを卒業してからも続くのだと思いますので、やめきったとは言いがたいと思ってます。これは一生付いてまわるのだと思うと、うんざりしますが、親の事、そして弟、妹の事を考えますと、絶対さわってはいけない物であり、以前やっていた覚醒剤の売も金になるからと言って手を出し易いとは時より考えたりしますが、これこそ決してやってはならない事なのです。親との間が上手くいってないのもこのせいです。なんせ刑務所に七回も入っているのですから、なかなか信用を取り戻すというのは難しいところです。ましてや、先日と言っても何年も前の話しなのですが、実家が兼業農家で後取りだった私は、弟に実家の事は任せてあったのですが、この弟が死んでしまったのです。突然のことにしばらく眠れない日々が続いたのです。私の代わりに後を取った弟が死んでしまったので、我が家は今現在作っていた小芋をやめてしまったのです。そうなんです、後取りが居なくなってしまったのです。代わりに私が取ってもいいのですが、親との折り合いが上手く行っていないので、まだまだ親は私を信じていないと言うのが現状です。信用させるには、もうしばらく、D施設にて頑張るしかないのです。余程の覚悟がないと後は継げないのが本音です。これからです。

1976年2月25日第三種郵便物認可（毎週4回月曜・火曜・木曜・金曜発行）
2024年8月17日発行　ＳＳＫＯ　創刊通巻第11710号　無断転載禁止

今月活動予定

8月

3日　家族教室　再乱用防止教育事業県央

6日　宇都宮保護観察所プログラム

7日　回復支援施設で働く専門職の集い

15日　再乱用防止教育事業県央

20日　宇都宮保護観察所プログラム

再乱用防止教育事業県南

21日　岡本台病院プログラム　喜連川少年院プログラム

22日　宇都宮保護観察所プログラム

再乱用防止教育事業栃木県精神保健福祉センター

23日　アルコール健康教育研修会

24日　ダイアログカフェ

26日　就労支援研究会

31日　仙台ダルクフォーラム

発行所　郵便番号一五七―〇〇七二　東京都世田谷祖師谷三―一―一七―一〇二号　定価１００円
特定非営利活動法人障害者団体定期刊

編集　特定非営利活動法人栃木ＤＡＲＣ
〒321-0923
栃木県宇都宮市下栗町 2292-7
TEL 028-666-8536　FAX 666-8537