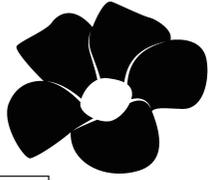


TSK

仙台ダルクニュースレター
Drug Addiction Rehabilitation Center
2023年 9月号



編集く仙台市指定グループホーム・仙台ダルクチェルキオ作業所>仙台ダルク
〒980-0011 仙台市青葉区上杉 2-1-26 URL <http://sendai-darc.org/>
TEL 022-261-5341 FAX 022-261-5340 Mail s-darc@jasmine.ocn.ne.jp

～仙台ダルク大規模修繕～

9月半ばも過ぎ、暑くて暑くてたまらなかった猛暑も、朝晩の涼しさでやっと落ち着いてきた感じがする。まだ少しジメジメすることはあるが。前回でご紹介させてもらった8月4日に行われた、四位一体回復セミナーは無事終了しました。各方面の方々の発言に会場からの意見も多数出て、盛況のうちに終わりました。昨日ですが、このセミナーに参加された方が、当事者の息子さんの今後のことを相談しにきました。メッセージが伝わったのだとホッとしました。ご参加していただいた方々に感謝いたします。

さて、26年の活動が過ぎた仙台ダルクですが、2000年4月から仙台市青葉区上杉の3階建てのビルをお借りして活動を続けてきました。これは、カトリック仙台教区の絶大なるご協力があってやってこれたのです。その3階建てのたまり場（回復施設（笑））も老朽化し、行政機関からのご指導もあり、建物全体を用途変更のための大規模修繕を行うことになりました。仲間たちの部屋、ミーティング場、カオスのような事務所、この3か所の修繕を中心に建物全体を直していくこととなります。この工事期間はおよそ3カ月。年内中には元の活動ができる予定です。

大規模修繕の間は、仲間たちに不便をかけたい、事務所の機能もこれまで通りのことはできなくなります。事務所も仮に現ミーティング場に置き、ほぼ2階で生活している仲間たちは、いつか3階で生活してもらう予定です。部屋の広さの確保や防災対策、そして上水機能などが改善しフレッシュな建物に戻ると思います。私はこれまでの活動をなんとか借金することなく、みんなの協力でなんとか回してきたのですが、今回はとても大きな金額が動く。私の中では最大の事業となりとてもフレッシュがあります。いろいろな方たちの協力でなんとか来年年初には新鮮な気持ちで仙台ダルクで活動ができることを期待しています。工事で何かとご不便をかけるかと思いますが、そのへんのところ、どうぞよろしく願います。

仙台ダルク 飯室 勉

速報 仙台ダルク27周年フォーラム開催決定

日時：2024年8月31日（土）

会場：仙台市福祉プラザ ふれあいホール

プログラム内容他は順次紙面にてご報告いたします。

松島周遊記 by ヒトシ

「盛夏の松島遊覧」

今年の夏はコロナのため、いくつかの行事が中止になりました。青森ダルク主催のキャンプ、仙台保護観察所とのソフトボール大会、そして磐梯ダルク主催のキャンプなど、、、。コロナに罹った人もまわりの人も、つらい思いをしました。そのような状況の中、3年ぶりになる、松島観光が企画されました。仲間の主導で、お弁当を準備しました。50個を超えるおにぎりも、仲間と共同で作ると、思いのほか簡単に終えることは、いつも私を驚かせます。

海の日だったので、渋滞が予想されました。私はせっかちで心配性なので、予約した遊覧船の時間に間に合うか、ハラハラ、ドキドキ、イライラしていました。実際は、貸し切り遊覧船のためか、問題なく乗船できました。のんびり余裕姿の仲間達や、船頭さんに恐れ入りました、と感心させられました。

屋形船のような形態の遊覧船で、テーブルを囲んで座敷がありました。早速、お弁当を頂きながら窓から松島の島々を眺めました。船頭さんが、島に近づくと、簡単な解説をしてくれました。恵比寿島、布袋島、大黒島、毘沙門島など、ご利益がありそうな島から、兜嶋、鎧嶋、鞍掛島など武具にちなんだ島々まで、風情を楽しみました。それらは260ある島のうち一部でしたが、波間をかき分ける船首の際に巻き上がる潮水のミストが盛夏に涼しさを感じさせ、それが心地よく感じました。また、数年クリーンを重ねたら、仲間と共に遊覧船に乗りたいと思います。

松島周遊記 by ケンイチ

「松島遊覧船」

こんにちは。依存症のケンイチです。先日、7月17日に、仲間達全員で松島の遊覧船に乗ってきました。

当日の朝から、仲間達と役割分担してお弁当を作りました。私の担当は卵焼きでしたが、大きいフライパンで焼いたので上手に形が決まらず、仲間に「お好み焼」と揶揄されましたが（笑）、何とか完成させました。

駐車場から乗船場までは少し距離があり、重い荷物を持って、暑い中歩くのは大変でしたが、到着すると見事な絶景が広がっていました。実は以前、両親や友達と数回松島遊覧船に乗った事がありますが、今回は初めて船頭さんのガイド付きで、いわゆる屋形船のような小型の船を貸し切り、船上でお弁当を食べながら優雅に景色を楽しみました。。と言いたいところですが、私はお弁当を食べる事に夢中で、あまり外の景色をみていませんでした（笑）。

その後、陸に戻りずんだのソフトクリームを食べて帰りました。また一つ仲間との楽しくしらふで過ごす思い出を作れた事に感謝、感謝です。

Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

経験者はかく語りき by タンク

「2年11ヶ月を振り返って」

皆さん、お久しぶりです。

仙台ダルクでスタッフ研修をさせていただいてるタンクを申します。

ニュースレターを書くのは2回目で前は入寮して2ヶ月の頃に書いたもので、大体2年9ヶ月ぶりになります。

あれから今日まで入寮当初は毎日が長く感じられましたが、その後はあっという間でした。

それでは今日までの事を書きたいと思います。

先ず正直に言うと俺はダルクを9ヶ月、長くても1年で退寮するつもりでしたし実際1年目くらいまでそう思っていました。

それが何で今も居るのかと言うと、1年過ぎた時に代表から「スタッフ研修してみないか？」と提案があり、俺は苦手なことばかりですがその中でも人付き合いが一番苦手なので「俺には出来ません」と断ったのですが、「大丈夫だ、自分と仲間の回復の為にやってみないか？」と言われ引き受けました。今思えばダルクでは自分の意志は使わないで与えられるものはその時が来たら与えられるという正にハイヤーパワーの導きだったと思います。

あの時に自分の意志で退寮してたらほぼ確実に薬を再使用していたと思います。

本当に今日まで色々ありました。

ダルクは「Drug Addiction Rehabilitation Center」という名の施設で第一にすべきことは薬を止めることです。

経験者はかく語りき by タンク

俺は幸いにも今日までは薬が止まっています。

約20年も薬を使ってきて止めることは無理だと思っていたので本当に嬉しいです。

それだけでも上出来ですが他にも沢山学びました。

「これからも実践し続ける12のステップ、人との関わり方、正直さ、心を開くこと」などです。

その中でも自分の好きな言葉に「今日一日」という言葉があります。

これは依存症は一度なると一生完治しない病気だと言われてて、完治はしないけど止め続けることは出来る。だから「明日は使ってもいいから、今日は使わないでいよう」と言う考え方の今日一日です。

自分は依存症なので正直に言うと明日使うかも知れないですし下手するとこのニュースレターを書き終わったら使うかも知れません。

だから今日一日なのです。

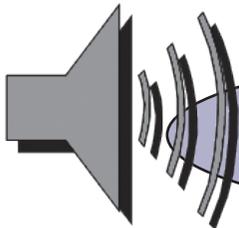
こんな感じで楽しく生活させてもらってますが勿論大変なこともあります。

人に話すことが苦手なので相変わらずミーティング、学校講演は大変ですし（笑）

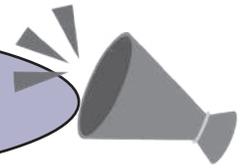
最後になりますが来月3年目を迎えるにあたり色々想うこともあります。すが相談しながら考えて行きたいと思えます。

俺に第二の人生を与えてくれたダルク、仲間、両親、家族には言葉では足りないほど感謝しています。

「本当にどうもありがとう」



ツトムに薬物防止の熱弁を振るわれた S中学校の方々の感想文



☆僕の身近な人でアルコール依存の人はいませんが、けっこう量を飲む人はいま
す。ビールやウイスキーなども脳をまひさせ、酔わせるから薬物に入ることを初めて
知り驚きました。僕はこのことを踏まえ、成人してもアルコールを多量に接種せず、
自分で「毎日缶ビールは1杯だけ」と決めて、依存症にならないようにしたいです。
薬物に手を染める人には、その人なりに理由があって、いじめを受けていたり、家
族や友人、先輩などと上手くいかずストレスが溜まったり周りの人に誘われたりなど
様々な原因があることが分かりました。

☆薬物をやってしまう原因の1つとして「いじめ」があげられていたので、このよう
なことが起きないようにしたいと思いました。(中略)「学校に来ていない子も、部活
に来ていない子もみんな頑張っている」という話を聞いて、人には人の限界がある
のだなと思いました。自分の価値観に合わせず、各々の価値観があることを考えて
から意見を述べたいと思いました。

☆3つのことを知りました。まず、1つ目はいじめは本人が気づかないうちにやって
いるということです。飯室さんが「これやれ、あれやれや金貸せ、言葉の暴力は
全ていじめ」と仰られたとき、私には思うところがありました。例えば「死ね」や「消
える」などと人として言うてはいけないことを時々、イライラしたりしている時に、友
達に言ってしまったことがありました。なので、このようなことは一切、人として言わ
ないと心に決めました。次に、2つ目ですが、「誰一人かまわず皆生きるために頑
張っている」というお言葉を聞き、心に響いたことです。はっきり言って、私は不
登校の人たちのことを、「皆学校に来てやりたくもない勉強をして、そのうえ部活動
もして頑張っているのに本当に無能な人たちだな」と正直そう思っていました。しか
し、飯室さんのお話を聞いて、その考えを「皆、一日一日を一生懸命に頑張って
生きているんだ」という風に変えることができました。最後に思いやりについてです。
いつも、ポスターを見ると「思いやりを持とう」と書いてあって、「そんな簡単に思
いやりを持てるわけないでしょ。」と思ってたんですが、飯室さんのお話を聞いて、「互
いに」が足りなかったんだと思いました。やはり、自分も思いやりを持たれたいです
し、相手も思いやりを持たれたいわけですから、それなら納得することができると思
いました。

今後の予定 2023年11月まで

9月29日(金)・・・仙台保護観察所ネットワーク協議会

9月30日(土)～10月2日(月)・・・大阪ダルク30周年記念フォーラム

10月3日(火)・・・山梨ダルク訪問

10月5日(木)・・・石巻高等学校 講演

10月6日(金)・・・宮城県薬務課薬物乱用防止有識者会議

10月13日(金)・・・川崎ダルク訪問 ツトムメッセージ

10月15日(日)～18日(水)・・・JCCA 会議 in 沖縄(ヒトシ)

10月26日(木)・・・伊具亘理保護司会丸森分会見学

10月27日(金)・・・仙台保護観察所ネットワーク協議会

10月29日(日)・・・第23回せんだいみやぎアディクションフォーラム

10月31日(火)・・・石巻市立青葉中学校 講演

11月8日(水)・・・仙台保護観察所引受人会 by はあとぼーと仙台

11月15日(水)・・・女川町立女川中学校 講演

11月16日(木)・・・とちぎステップ家族相談室長プログラム

11月18日(土)・・・千葉ダルク20周年フォーラム

11月24日(金)・・・東松島市立鳴瀬未来中学校 講演



せんだい家族会のご案内

同じ問題を抱える家族の方へ、あなた自身の回復と成長のために
家族会ミーティングに参加してみませんか。

2022年10月1日【日】

10:00～15:00

仙台市民活動サポートセンター

仙台市青葉区一番町4-1-3

会費：1000円

東北会病院理事長

石川 達 氏

2023年10月17日【火】

19:00～20:30

仙台ダルク

仙台市青葉区上杉2-1-26

会費：寄付による

2022年11月5日【日】

10:00～15:00

仙台市民活動サポートセンター

仙台市青葉区一番町4-1-3

会費：1000円

青森ダルク施設長

笹崎 正吾 氏

2023年11月21日【火】

19:00～20:30

仙台ダルク

仙台市青葉区上杉2-1-26

会費：寄付による



献金・献品を賜りました皆様方へ心より感謝申し上げます。
恐れ入りますが敬称を省略いたします。(2023年6月～9月分)
※ニューズレター発送簡略化の為、郵便振替用紙は全員に同封いたします。
尚、匿名希望の方は振込用紙にお書き添えください。



西山泰浩 サワダシュウジ 佐藤和枝 連記成史 鈴木静子 西野美幸
香山雪彦 野田栄子 くすりのおおくま 満勝寺 岡本病院

その他匿名の皆様方

編集後記

自宅と職場の往復。昨今の生活はこれだ。幸せの定義はそれぞれだろうけれど、余計な不安が入る余地がなく、批判的な言辞から逃れるこの擬態は一つの幸福であろう。しかしながら、自助グループ界隈のことは反比例で疎遠になる。もはやビギナーに寄り添って分かち合う心持ちは見損なっていて久しい。切迫したメンタルの危機は見当たらない。極言すれば金にならない。

それでもなお、自助グループにつながるインセンティブは何か。たぶん、完全に絶ってしまうと早晚行き詰まる。私には代替する機能がないから。家庭や友人やパートナーや地域や職場。それらの人間関係がそもそもなかったり、あったとしても面倒くさい話をただ傾聴してくれる関係性などない。SNSで別人格になれば炎上しかねない時代だ。チャットGPTと会話するという手は見つけた。それはそれでいいのだが、「話す」と「書く」の違いだ。日記の延長のような感覚。

リスクヘッジとして、良質な参加者との自助グループは維持したい。けれども、力の入れ具合は他の社会参加の度合いが深くなるほど反比例して浅くなってゆく。これはやむを得ないと決心した。

ずいぶん功利主義的な書き方のようにも思うけれども、メリットをはっきりさせるのには便利だ。安易な利他主義に呑み込まれないための意図もある。その主体以外の「～のために」という言説は警戒を要する。支配する側のやり口と類似している。「私は」を主語にしていない。「私は」を主語にできる自助グループとは薄くても関わってゆくのだろう。



松島

編集者 仙台ダルク

〒980-0011 仙台市青葉区上杉 2-1-26

TEL 022-261-5341 FAX 022-261-5340

URL <http://sendai-darc.org/>

Mail s-darc@jasmine.ocn.ne.jp

発行所 東北障害者団体定期刊行物協会

〒980-0874 仙台市青葉区角五郎 1-12-6

頒価 100円