

TSK

仙台ダルク News Letter
Drug Addiction Rehabilitation Center

2025 年 3 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く 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

～フォーラムについて～

すっかり春の気配を感じる今日この頃。この春風に乗かってくる花粉には勘弁してほしい。長年スタッフとして付き合ってきたサトシは花粉との付き合いも長いせいか、昔は溶接工のような完全装備だったが、最近ではコロナ時のマスク程度の様相で慣れてきている。私は鼻がズルズルなのでとても羨ましい。

さて、仙台ダルクのフォーラムは 1996 年 7 月、仙台市宮城野区鶴ヶ谷で活動を始めてからほぼ毎年開催してきた。節目の年はより力を入れて行ってきた。25 周年フォーラムのときは、ちょうどコロナの時期だったが 25 周年プラス 1、つまり 26 年のときにやらせてもらった。ということは、来年 2026 年は 30 周年になる。なのに、今年の仙台ダルクフォーラムは 27 周年記念で行った。ン…。ということは、1 年勘違いをしていたということなのだ。これはダルクを長年生きてきた私のダルクっぽい間違いだったのだ。勘違いさせて大変申し訳ございません m()m。

で、来年は 30 周年なので仙台国際センターあたいでワイワイガヤガヤ行いたいのですが、その前の今年、やるかやらぬか今悩んでいるところです。来年のために充電という名目でスルーすることや、スタッフが毎日忙しく働いているので、どうしようかな～と思っているところです。おかげさまで、フォーラムに参加したいという方々の声はたくさんいただいております。来年の節目は開催いたします。この迷いを次回のニュースレターでお伝えいたします。それまでしばらく考えさせてください。ここ 2 ～ 3 年スタッフに任せて満足のゆくフォーラムは開催できていること、非常に頼もしく思っています。

新年度になります。いろいろなにかと忙しくなる時期ですが、私たちも「今日一日」の生き方で頑張ってまいります。

仙台ダルク ツトム

経験者はかく語りき by ホクト

今の生活

この度「今の生活」で書いてみないかと言われ、俺なんかが書いて良いのかとも思いましたが書かせてもらえる事に感謝して書く事にしました。でも山程書きたい事があるのに筆を持ち書こうとしたら何故か何も書けないのです。私は今ダルクで生活をして居る訳では無く一人で部屋を借り生活をしております。

その生活を始めたのが約 4 年前、覚醒剤を 40 年以上使い続け刑務所 8 回を経験してもくすりに対し負けない自信があったがすぐ使い、どうにもなくなくなってダルクに世話になったのです。正直に言えばダルクは負け犬が行く所と見下した考えがありました。でも私はダルク生活をして心から笑える事が出来たのです。仙台ダルクから青森ダルクへのレールを継いでもらいましたが、身勝手な考えと疲れが重なり自分の考えて居る答えが判らなくなり、2 年半居たダルクを飛び出し仙台で生活を始めたのです。今考えれば、その時の私は自分の回復の為に居るのに矢印を自分に向けられなくなっていました。もう飲む事も使う事も無いと考えてた物が自由になった途端に津波の様に襲いかかりすぐビールを飲みくすりを使って居ました。今この 4 年間を振り返り考えてみると様々な事が変わってくれたなど…実は 2 年間ばかりくすりや酒が止まらずにいました。その結果酒とくすりを使った時に倒れ小脳出血となり余儀なく 3 ヶ月入院、その後脳の専門の病院で手術をしたのです。

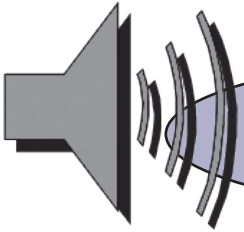
1 ヶ月血が止まらず毎日吐き続け動く事も出来ず辛く苦しい思いでした。昔はくすりで死ねたら本望と考えて居た自分が、その時こんな事で死にたくない、「生きたい」と思ったのです。毎日苦しみの中で考えられたのは仲間が手を差し伸べてくれたからだ…最初は自己中心的な考えで“どうして俺が”と思いました。でも段々辛い日々を過す内にこの辛さ苦しさから耐えるには何が必要なのかと、又何が私に欠けているのかと考えたのですね。

それは今迄考えもしない事、人に支えられて生きてる事に気付けた事、一生懸命に私の面倒を診てくれる看護師さん達を見ていたら助けられているのだと感じた時、今自分が出来る大事な事は何か？一番先に浮かんだ言葉が三本柱の正直に生きよう、そして当たり前の事に対しても感謝しなければならないと病気になって初めて心から思える様になったのです。

経験者はかく語りき by ホクト

その時に投げやりにならず病氣と向き合い自分と向き合ったお陰で今の生活が出来ているのかなと強く感じます。その後手術も良い結果になったのですが、6 ヶ月過ぎた頃から腰が痛くなり検査したら 2 ヶ所ヘルニアが出来ていて昨年の 6 月に歩く事も横になる事も出来なくなり 2 度目の手術となったのです。でも 1 ヶ月後又再発し首にもヘルニアになってるとの事。もう私も限界迄来て居た所に追い打ちをかけられてる様に今度は左肩腱板断裂と言われ今手術をせずに注射で様子をみている状態なのです。

正直次から次へと病氣が発覚し泣きたくても泣けないし、これを受け入れなければならぬのがとても辛い作業でした。苦境や逆境を乗り切ると言う事を良く言いますが、一人での生活の中で色々な物事が起きた時に本当にそれに立ち向かう勇氣が今迄にあったのかと…くすりは立ち向かう勇氣が無く、くすりに逃げて居ただけと今更ですが思うのです。逃げるのは簡単でその逃げ方は一番良く知ってます。ですがそれは自分の弱さを隠す事で真の強さは弱さを認める事だったのです。それを教えてくれたのは何度も発覚する病氣。その病氣になる度に自分の誤った考えを正す事が出来る様になったのです。意志と銘々信じる神にゆだねたのだからそれを配慮と受け入れたのです。受け入れた時、考え方が変わった様にも感じて居ます。とは言うけれどその逆に毎日身体の何処かが痛く心が折れそうになるのも正直な気持ちです。今私はボロボロの身体でも今やれる事をやり続け様とバスの送迎の運転の仕事をしております。社会で生きる事も大切と思い人間関係や自分の考えを正す為にも良い勉強をさせてもらって居ます。依存症を認めた私にはとても社会での繋がりはとても辛く厳しい所が沢山ありますが、負けない強い信念を持てる様になったのも仲間が答えを出してくれて居るからだと痛感しております。自由になる事は孤独にもなる事だと思えます。だから私はこれからも NA と繋がり仲間と繋がって生活をして行く事がとても大事な事だと感じて居ます。苦しい時、辛い時、見栄を張らず「助けて欲しい」と言える自分になりたいと思えます。これからも試練が続くと思いますが今の気持ちを大事にし現実から目を逸らさずに仲間と共に歩いて行きたいのです。自分一人では生きて行けない事、支えられて生かされている事に感謝するばかりです。



ツトムに薬物防止の熱弁を振るわれた T 中学校の方々の感想文

☆実体験を交えた他では聞けないけど身近なお話と、1 オクターブ低い聞き取りやすい声のお陰で集中して聞くことができました。助けて下さいと誰かに言える力が必要なのかなと思いました。人の行動は環境に影響されるという事を良く聞くけど、本当にそうなんだなと思いました。まだ他人事だって感覚はあるけれど、今回の話を心に留めて、色々な事に気を遣って生活していこうと思います。

☆今回の講話を聞いて「薬物中毒になった人は生きること、死ぬこともできなくなる」ということがいかにも想像できるなあとと思いました。なにか悲しいことやつらいことがあると心は開いた穴をうめるために、正当か正当でないかは関係なく、薬物に手を出してしまうことがとても感じられました。

☆保健の授業で「嫌です」「だめですよ」などを言うと習ったけど、実際言えるのかなと今日とても不安になりました。でも、本人にしか分からないことだったり、そうするしかなかったり、というのがあるんだと分かったとても良い経験になりました。自分のために薬物をしないこと。生き続けること。教えてもらったことを私も色々な人に広めていきたいと思いました。

☆薬物乱用防止教室って、小学生の頃から何度もあったため「またかよ…」と内心思っていました。でも、今回の講話はあたりまえのことを言いつづける今までの講話と違い、本当に薬物を使用していた人の話で身近な恐怖を覚えました。自分がどうこうというより、1 人 1 人がまわりの人に薬物にたよらなくても良いような環境をつくってあげたらいいなと思いました。

☆話を聞いて今日を頑張って生きている人がたくさんいるんだなあとあらためて実感しました。薬をした人になんて言葉をかけますか？に「本当に大変だったなあ」と言葉をかけるというのがとても素敵だなと思いました。貴重な話をありがとうございました。

☆麻薬に手を出す人は、ろくでもないダメな人だと思っていたけど、そうなるまでの過程の部分を今日聞いて、その人だけが絶対悪い、という訳ではないと分かった。これからニュースで麻薬をやっている人がいても非難せず、寄り添った考えをもっていきたい。

今後の予定 2025 年 7 月まで

- 4 月 3 日 (木)・・・山形鶴岡グループバースデー
4 月 6 日 (日)・・・仙台保護観察所ミーティング
4 月 11 日 (金)・・・仙台保護観察所ステップアッププログラム
4 月 15 日 (火)・・・塩釜保健所アルコール薬物相談
4 月 28 日 (月)・・・仙台保護観察所ミーティング
4 月 28 日 (月)・・・仙台保護観察所ステップアッププログラム

5 月 24 日 (土)・・・ツトム 30 年バースデーミーティング
5 月 30 日 (金)・・・仙台保護観察所ネットワーク会議
5 月 31 日 (土)・・・日本ダルク運営委員会

6 月 24 日 (火)・・・なるせ未来中学校 講演
6 月 28 日 (土)・・・北海道ダルクフォーラム
6 月 29 日 (日)・・・カトリック亙理教会ブロック交流会
6 月 30 日 (月)・・・仙台保護観察所ネットワーク会議

7 月 3 日 (木)・・・仙台弁護士会 講演

“2024 年クリスマス会御礼”

仙台ダルククリスマス会は、
「NHK 歳末たすけあい事業費」
「宮城県共同募金会」

より助成を受けて行いました。
厚く御礼申し上げます。

特定非営利活動法人
仙台ダルクグループ

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。

2025 年 4 月 6 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：2000 円
茨城ダルク代表
岩井 喜代仁 氏

2025 年 4 月 15 日 [火]
18:00～19:30
仙台ダルク
仙台市青葉区上杉 2-1-26
会費：200 円

2025 年 5 月 4 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：2000 円
群馬ダルク施設長
福島 ショーン 氏
障害福祉事業所トウデイ施設長
平山 昌一 氏

2024 年 5 月 20 日 [火]
18:00～19:30
仙台ダルク
仙台市青葉区上杉 2-1-26
会費：200 円

