

ちゃのめおりのり

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC



スルガダルク 代表 五十畑 修

日本平の桜も明るい緑に変わり赤やピンクのツツジの色が目止まる季節になりました。初夏を想わず日差しの翌日は厚手のジャケットを着るくらい肌寒いとか、なんとなく四季を日ごと味わえる得た気持ちです。以前の自分なら変えられない気候に苛立ちを感じたり、ついつい不満を口にして呑んだり使う 理由づけを本能的に探したりしていました。私たちが日々祈るセレンティプレイヤーの一部分に、「変えられないことを受け入れる..」というのがあります。この祈りに何度も何十年も数え切れないほど救われてきたのか。

令和四年二月二七日 午前五時 ダルクの活動を37年前にスタートした 近藤恒夫 さんが帰天しました。2か月になるけどまだ実感できません。 美保でスルガダルクを開設した時も地域の猛烈な反対運動が

起り裁判にまでなり駿河区に移転した時も、そしてマリアの丘クリニックを開設した時も恒夫さんの思いつきと無計画さと狂気に振り回されて（行動とお任せともいう）今私たちの回復の場があります。ダルク開設者のもう1人、ロイ・アッセンハイマー神父（メリノール宣教会）が、ブルート（近藤恒夫氏のアノニマスニックネーム）は、ほんとうに神さまにお任せすることが素晴らしく実践出来ている凄い人だ！と尊敬していたそうです。しかし長年付き合っていたのは彼は神さまにお任せしていたのでは無くて、只々深く考える事と責任を引き受ける能力に欠けていた人だった？笑）それにしてもアディクト（依存症者）の思い付きと狂気の行動は時として素晴らしい結果を生み出す。神さまも手を貸さずにはいられないんだと思います。恒夫さんとは出会って37年もの月日が経ちました。亡くなられる数日前に短い時間でしたがエリと三人で話すことができました。私が大木 文夫さん（スマイル）とエリと始めた横浜ダルクを辞めて「スルガダルクをしっかりと続けていきなさい」と愛情をもって突き放してくれたのも恒夫さんです。私は長いあいだ完全に受け入れられず怒りの気持ちもありました、そのことを勇気を出して直接伝えたとき恒夫さんベッドに横になって目を閉じて小さな声で「わかったなああの時は」エリと三人で涙がこぼれました。恒夫さんはいつでも言葉で伝えて教えるというより行動してみせて自分で考えさせて理解させて感じです、思い込みの強いアディクトは都合のいい解釈をしてしまいがちです「近藤恒夫さんがこう言ってました」って言い訳は何百回も聞いてきました。でも、もう直接の声が聞けないのは寂しいです。問題にぶち当たった時や迷ったときには、天国から恒夫さんの声が聞こえてくると思います、ロイさんやケンさんやスマイルの声も！「いいからつべこべ言わないでミーティングに足を運びなさい、回復のプログラムを日々実践しなさい！」そしてミーティングの最後に皆んなで祈ります



神さま わたくしにお与えください 自分に変えられないことを 受け入れる 落ち着きを 変えられることは 変えていく 勇気を そして 二つのものを見分ける 賢さを

葬儀は3月3日谷司教と奥さまご御兄弟 数人の手伝いで執り行われました。偲ぶ会は日時 決まり次第 お知らせ致します。

『Re:START』

皆さんこんにちは。アルコール依存症のマコです。ダルクに入って9年目になります。

私は6年前、食道がんになりました。酒を多く飲む人が皆、がんにかかるわけでは無いと思いますが、私の場合、逆流性食道炎を経て、がんにかかり、その時「酒の通った所は総てがんになり易い」と医師に言われ、その事を知りました。すでにステージ4の状態
で切除は出来ず、抗がん剤と放射線での治療を行い、3クール、計3ヶ月の入院治療の結果、幸運な事にがんは治りました。が、2年後に再発。この時は内視鏡により切除しました。そして昨年、新たに舌がんが見つかり、同時に下咽頭がんと食道がん（2度目の再発）も見つかり、その他、2回目の不整脈と食道の拡張の手術、合計5つの手術をしました。昨年は60才の厄年にふさわしく（笑）、病気のオンパレード
でした。と、ここまでの話ではとても病弱な人間に思われるでしょう



が、私は、朝のジョギング（1時間程度）と週末のプール通いは欠かさない様にしており、割と元気に暮らしています。ただ、舌の一部を切除したせいで、滑舌が悪く、味覚も正常ではありません。食道も飲み込みが悪く、食べるということに関しては、ハンデがとても多いのです。食べ物がつかえやすいのに加え、味も変に感じるので、食事をするのが苦手です。入院中も（昨年はコロナ禍で）お見舞いにも来てもらえず、話し相手もいない中で、ハンデがふえていく自分に、かなり落ち込んだりもしました。体調が悪い時、兎角、物事を悪く考えがちで、こういう時ミーティングや相談相手が必要だと感じました。ただ自分の気持を聞いてもらえるだけで、とても救われるのです。病室の窓の外を眺めていると、特に親しい仲間の顔が浮かんできました。舌がんの手術後は、固形物が全く食べられず、とても困りました。話し方も変になり、必要なこと以外はしゃべりたくなくなりました。AAハンドブックも正直読みたくありません。舌の動きが悪いとこれ程生活に支障が出るとは思っていませんでした。

8月に残り最後の、下咽頭がんの手術を行いました。術後、不思議なことに、普通の食事が出来るようになりました！が、今だに食べるのは極端に遅く、すぐに食べ物が喉につかえてしまいます。退院後、すぐ運動も再開し、今は駿府城公園の桜の下を毎朝走っています。ついこの前までは、コロナの濃厚接触者として2週間ほど、水泳もジョギングも控えていましたが、もう大丈夫

になりました。カラダもココロも同時に健康でなければ、どちらが欠けても、物事は前に進んでいきません。薬やアルコールをたとえやめても、後遺症が残っている人も少なくないと思いますが、より良い回復の為にも汗を流すことで情緒を安定させる事が大切だと考えます。

今後のがんの再発は否めないと思いますが、小さな目標を持ち、それを叶えるために自分の頭で考え、自分の体で汗をかき、自分の目で物事を見極め、残された時間を謙虚に、そして楽しく生きていきたいと思っています。

マコ



『新しい生活』

こんにちは！ ギャンブル依存症のきんぺーです。

僕がギャンブルと出会ったのは、16才の時にゲームセンターにあったスロットが始まりでした。当時からアニメが大好きで、ゲームセンターにあったスロットも僕が好きなアニメが題材になっていた物だったので、興味半分で遊んでみたのですが、たまたま早く当たりがきて連チャンしたので、とても楽しいと思い、そこからゲームセンターに通い続けました。そして18才になり本場のスロットで遊んでみたのですが、そこでもビギナーズラックになり、どんどんはまり込んでいきました。その過程でパチンコも覚えてしまい、ますますギャンブルにのめり込んでいきました。



それから月日は流れ、借金をするようになり、親の金に手をつけ、闇金にも手を出して、しまいには自分の生活が出来なくなり、自殺未遂にまで追い込まれ、その後、精神病院に入院しました。その入院の中で、自分はギャンブル依存症だと思い知りました。過去には周りから「お前は依存症だ」とよく言われましたが、当時の僕は否認を続け自分より非道い人はもっといるんだ、とっていて、まだ自分は軽いほうな

んだ、と思い込んでいました。しかし入院をし、絶望、底つきをした自分はやはりおかしいと思い、母親に相談をし、富士の依存症専門病院に入院することを決めました。そして入院をし、ギャンブルに関するプログラムを受け、さあ退院だ、となった時に問題がおきました。その時の

僕は発達障害を持っているので、それ専門の施設に入るつもりだったのですが、先方から受け入れ拒否をされ親も面倒は見れないと言われ、どうすればいいか悩んでいた時、ケースワーカーから「ダルクはどうですか？」と言われ、しぶしぶダルクを選びました。ただ、地元にはダルクは無いと思っていたので始めは他所のダルクと面談をし、話を聞いたのですが正直いい印象はありませんでした。僕はそのまま、地元ではないダルクに入所かなと思っていた矢先、別の人から「浜松にもダルクがあるよ」と聞き、すぐに連絡をしてもらい面談をして、なんとか地元の浜松に帰ることができました。そこからダルク生活が始まりました。最初は『もう二度とギャンブルはするものか。』と強く思いながら生活をしていたのですが、ある日、とても欲しい音楽プレーヤーがあり、値段も今の生活費じゃ全然足りないと思い、再びギャンブルを始めてしまいました。そこからギャンブルを繰り返していき、なかなか止まることはありませんでした。そしてダルクに入って1年が経った時、スタッフから話があると言われ、話をしたのですが、やっぱりスタッフは感じていたようで「正直に話して」と言われ、そこで初めて僕はギャンブルをしていた事を話しました。最初、僕は、終わったな…と思い、また入院かなと思っていたのですが、「また一から頑張れば？」と言われ、次のミーティングですべていたのをおろし（正直に話し）、また一からやり直しました。

現在はクリーン1年が経ち、ダルクも円満退所ができました。親とも良好な関係が続いており、今は一人暮らしをしながら仕事と生活事業所に通所を両立させながら生活をしています。自助グループも毎回ちゃんと通いなんとかクリーンを伸ばしています。今後はもっとクリーンをのばし、新しい仲間にもメッセージを運びながら、新しい生活を楽しんでいきたいと思っています。

きんぺー





本牧山頂公園にて



お花見



静岡 安倍川河川敷



お花見ーティング



お墓そうじ

Before

After

壁が綺麗になりました





桜の森の満開の下



とかちダルクフォーラム参加



編集後記

桜もあつという間に咲いて散り、もう新芽が芽吹いています。先に旅立った、ダルク近藤さんのメッセージのように、気づけば沢山の新しい命の芽が与えられていると、感じました。心より感謝と祈りを捧げます。

三年間通った通信制の高校を三月に卒業しました。自分でもびっくりです。やり直しの機会が与えられたこと、多くの仲間の手助けと、励ましてくれた仲間たちに、感謝したいと思っています。(アンディ)



DARC活動報告 2022年

1月

- ・DARC年越しワークショップ
- ・横浜刑務所 特別改善指導
- ・横須賀刑務所 特別改善指導 4回
- ・中原自治会ボランティア ゴミ当番
- ・静岡教会 奉仕活動 墓地清掃
- ・静岡県精神保健センター リカバリーMT 2回
- ・ヨガ療法プログラム
- ・静岡保護観察所 ステップアッププログラム
- ・静岡保護観察所 家族支援プログラム
- ・静岡保護観察所 連絡協議会参加
- ・静岡教会 奉仕活動 墓地清掃
- ・薬物再乱用防止早期回復支援連絡協議会 参加

2月

- ・依存症対策連絡協議会 参加
- ・静岡教会 奉仕作業 お墓掃除
- ・横須賀刑務所 特別改善指導
- ・静岡保護観察所 ZOOM会議
- ・静岡県精神保健センター リカバリーMT
- ・ヨガ療法プログラム

3月

- ・中原自治会ボランティア ゴミ当番
- ・静岡県精神保健センター リカバリーMT
- ・とかちダルクフォーラム参加
- ・静岡教会 奉仕活動 墓地清掃
- ・ヨガ療法プログラム
- ・横須賀刑務所 特別改善指導
- ・静岡福祉大学 講義 参加

