

# FELLOWSHIP NEWS

フェローシップ・ニュース

アジア太平洋地域  
アディクション研究所

第五号

2003年5月1日発行

## アパリ東京本部 ボクササイズ・プログラム



真剣な表情で練習する施設のスタッフたち。ミット打ちやサンドバッグ、縄跳びの音がアパリのトレーニング・ルームに充満する（2003年4月）

不安や恐れを吹き飛ばせ！

アパリ東京本部の地下にボクシングジムが完成しました。

闘争というパワーゲームのためではなく、葛藤の克服と自己練磨をめざす仲間たちが毎週水曜日の午後、夢中で汗を流しています。身体を激しく動かしての自己表現や達成感、トラウマティックな記憶やアディクションの苦しみに向きあうエネルギーを与えてくれると大好評です。

アパリボクシング部は平成15年1月、東京都アマチュアボクシング連盟に正式に加入を許可されました。ボクシング経験のある回復者スタッフをコーチとして、アマチュア公式戦・シニアの部への出場を目指して練習中です。地元のプロ、日東ボクシングジムと提携し月に一度の技術指導も受けています。

女性のための護身術講座や、ダイエットに最適なボクササイズ・プログラムも企画しています。興味のある方はぜひ見学に来てください。

（お問い合わせはアパリ東京本部 03-5830-1790 富永 まで）

「トータルな回復を目指して」（前半） 斉藤 学 & 上岡陽江 4ページ～

### 目次：

アパリ東京本部 ボクササイズ・プログラム	1
いつだって「今日一日」 岸本 純孝	2
フェローシップ対談 トータルな回復を 目指して（前編） 斉藤学&上岡陽江	4
APARI 連続講座 「薬物依存からの回復」 開講のお知らせ	13
薬物問題の進行度を 知りましょう！	14
体験談 リョウ	16
こころ温まる妄想 柳下 明子	18
サルでもわかる アディクション講座	20
ラブ&マーシー 神無月 才生	22
アパリ藤岡 アウェイクニングハウス	24

### APARIの フェローシップへ ようこそ！

APARIとはアジア太平洋地域アディクション研究所（Asia-Pacific Addiction Research Institute）の略称です。

全国のD.A.R.CやM.A.C.の各施設、教育・医療・司法関係者と連携しながら、依存症から回復しようとする仲間たちの手助けをしているシンクタンクです。

# いつだって「今日一日」

APARI藤岡研究センター 施設長 岸本純孝

シンナーを吸い始めたのは僕が18歳のときでした。いま50歳ですから、30年以上前の話ですよ(笑)。高校三年生だったから、スタートは少し遅かったな。今でこそ中学生が当たり前のようにタバコを吸っていますが、僕らの若い頃は高校生でもタバコを吸えば不良扱いでした。山梨の甲府盆地のはずれの田舎町でしたから。

中学校までは当たり前の子供として育ちました。成績は中の上くらいでした。高校時代に柔道部に入ってしまったためにワルくなった。うちの高校の柔道部にはタチの悪いのが多かったんです。一年生の頃は大人しくしていたのですが、二年生あたりからグレ始めて、街のチンピラ連中とも付き合いができたりにしてね。肩で風切るほうではなかったんですが、いつのまにか、不良グループの副番長のような恰好になってしまった。

どうしてシンナーなんかやり始めたんですかねえ。やはり強がりとか、見栄だったのでしょね。当時の東京は60年代風俗の真っ盛りで、ヒッピー族やフーテン族が繁華街をかつ歩していました。僕らは田舎だからボンタンに下駄を履いていたけれど(笑)。なんか、シラフじゃないことが恰好いいと思っていたんですね。その頃は毒劇物取締法なんて何のことやら、交番の前でシンナーを吸っていても取り締まりの対象外でした。見栄とカッコつけとツッパりの世界で、酔っ払って幻覚体験をシンナー仲間と共有できるのが楽しかったんだ。

僕たちのシンナーの吸い方は少し変わってしまってますね。4~5人で山に登るんです。中腹の広場に陣取ると、目の前に八ヶ岳が見える。ポンドG17、プラボン、ラッカーシンナーなんて、今では懐かしい名前ですけど、規制が厳しくなる前で、どこでも売っていました。「今日は八ヶ岳を動かすぞ!」なんて言って仲間と吸い始めると、八ヶ岳がこっちへ寄ってくる。みんなでやると、みんなで同時にヨレてきて、幻覚が見えて面白かった。

高校卒業と同時に大手家電メーカーに就職し、家電の修理サービスを担当したんです。職場で、有機溶剤やシンナーを家電の洗浄に使っていたのに、そのころは不思議と吸う気持ちにはならなかったな。最初の会社勤めのときは、シンナーはピタッと止まっていた。働き始めの頃は止まるんだ、燃えているからね。ところが、何かがあって再使用すると止まらなくなる。仲間を見ていると、ワーカホリックタイプの人にはそういう傾向があるみたいだ。僕もひどいワーカホリックだったから。一生懸命に働いていた頃は、シンナーのシの字もなかった。

その後、会社を辞めて東京のおばの店を手伝ったんです。その時も「将来は地元で支店を出したい」という希望に燃えていたから、シンナーは使わなかったですね。

25歳のときに、脳の悪性腫瘍で父が倒れました。気弱になった母が長男の僕に、帰って来いというんです。帰ったら、おばが困ってしまう。

(せっかく店の仕事を始めたのに・・・)

責任感だけは強いタイプだったから、真剣に悩みましたね。

(帰りたいが、帰れない・・・)

「困ったねえ、大変だねえ・・・」なんて、周りの人は声だ



岸本純孝(きしもと・すみとか)1952年生まれ。APARI藤岡研究センター施設長。DARCプログラムによる薬物依存からの回復者。施設責任者の激務に耐えながら新しく来た仲間たちの手助けをしている。(施設の連絡先は最終ページ)

けは掛けてくれるんですが、結局は他人事です。朝の7時に家を出て夜の11時まで働き、深夜2時ごろ布団に就く生活だったのですが、眠れなくなりました。酒が飲めたら酒を飲んだのでしょ、下戸ですから。逃げ場がなかった。それで、高校時代のシンナーを思い出したんですね。「ああ、あのときは気持ちよかったですなあ・・・」っていうんで、ある夜、久しぶりに吸ってみた。体がだるくなって、ぐっすり眠れたんですね。そして朝はシャキッと目が覚めた。さあ「魔法のクスリ」の登場だ!・・・というわけですね。それから、週に2~3回はシンナーを吸うようになりました。

僕のシンナーの吸い方は、「コントロール・ユーザー」でした。まるで酒飲みがうまく酒をたしなむかのように、デレデレに酩酊するところまでは使わず「ボーッとする」あたりのところでやめておくんです。10分間シンナーを吸って、2時間くらいその余韻を楽しむ。ストレスを忘れるために瞬間的に使うだけなんです。だから、「生きるのがどうにもならない状態」に本当になるまでに、すごい時間が掛かってしまった。

父が亡くなり、親戚の間で遺産相続をめぐるゴタゴタしたんです。意地が悪い親族に対する怒りを処理できず、気持ちが荒れました。そんなときも逃げ場所はシンナーだけでした。

それから半年くらいして結婚したんですが、結婚してからも



ずっと隠れて使っていた。仕事をしていましたから、ヨレているわけにはいかず、移動中にスキあらばちょっと吸って、匂いを消して・・・という感じでした。

やがて、同居している母親が気付いたんですね。僕は、お風呂でシンナーを吸うのが好きだった。お湯につけると、シンナーの揮発力がアップする。「風呂がペンキの匂いがする」と母が騒ぎ出した(笑)。女房は気付かなかったんです。お婆の店をやめた後で僕は大手コンピューターメーカーの系列会社に再就職し、ずっと精密機械を扱う仕事をしていましたから、僕がニス臭いのは当たり前だと女房は思っていた。ところがそのうち袋を持って吸っているところを現行犯で女房にも見つかった。

それからは生活の隅々までを徹底的に管理されました。タバコを買いに行こうにも、小銭すら渡そうとしない。頭にきましたね(笑)。42～43歳の頃だったかな。僕はワーカホリックの完璧主義者でしたから、地域に対しては保護者会やPTAの活動なんかも積極的にやっていた。「家の主として俺はきちんとやっている、金だっけ入れている。文句は言わせない」という対抗意識ばかり燃やしてしまっただけ。どんなに管理されてもシンナーは止まりませんでした。かえって病的な使用状態になってしまった。そして、自分がそういう状態であることを、誰になんと言われても受け入れられなかった。

でも、そのうちに、体のほうがシンナーを受け付けなくなりました。肝機能障害が出てしまった。山歩きしていて「今日は何か足がつかれるなあ・・・」なんて感じていたんですが、シンナーを吸ったら動けなくなった。内臓疾患だったんだと思います。会社の仕事も続かなくなりました。仕事のミスが多くなり、シンナーの使用がバレてしまった。1個7000円する部品を何百個もダメにしてしまったこともあった。

クビになってからは、職安に行くからと言ってはシンナーを使っていました。そのうちに、女房から三行半を突きつけられた。「家から出て行ってくれ」と。家の名義は僕なのに、母親まで「何もしないでシンナーばかり吸っている長男よりも嫁の方がよっぽどいい」と言い出した(笑)。「冗談じゃないよ、待ってくれ、最後のチャンスをくれ・・・」ということで、ダルク入寮となったわけです。1998年のことでした。

茨城、東京とダルクを移り、藤岡にやってきました。病気を治すということよりも「3ヶ月くらい行けば女房も納得するだろう」ということしか考えていませんでした。茨城にいた頃なんて、毎日、なんとかしてシンナーを入手することばかり考えていましたね。しかし、茨城ダルクのプログラムは厳しすぎて買いにいけなかった(笑)。

東京では、先ゆく仲間のTさん(日本ダルクスタッフ)から沢山の気付きをもらいました。「出たら使おう」という気持ちで「やめよう」という気持ちに変えられていったんですね。

シンナーを使うことは楽しみではなかったんだ、苦しみではなかったと気付いたのは、「使う苦しみを選ぼうなら、やめる苦しみを選ぼうよ」というTさんの一言がきっかけだった。

「馬鹿になりなさい」と、Tさん。

「何言ってるんですかTさん。クスリ使ってダルクに来たら十分、馬鹿じゃないですか」と、僕。

「まだ理屈を言っている。それがダメなんだ。何も考えずにミーティングに行きなさい」

「・・・・・・・・」

そんなやり取りもあったなあ。懐かしいです。それから、ミーティングに出始めました。東京の日本ダルクでは、ミーティングに行くと近藤さんやユキちゃん(日本ダルク事務局長)が褒めてくれた。あれがよかったな。

1999年1月、藤岡の施設を借りる事になって、みんなで掃除をしに行ったんです。寒かったですよ、暖房も何もない真冬の山の中でしたから。

それから4年。いつの間にか施設長になっちゃった(笑)。

アパリのスタッフ経験の中で一番つらかったのは、仲間の死でした。ボランティアスタッフから施設長になったばかりの頃、仲間が自殺したんです。痛烈な体験でした。どんなに説得しても、クスリを使って施設を飛び出していく仲間がいました。みんな総出で探し回ると、山道をフラフラしている。温かくして寝かせてやっても、次の朝にはまたいなくなっている。「もう探しに行くな、自分で気がつくまで放っておけ」と僕が言ったんです。そうしたらその次の日、町のスーパーのトイレで自殺してしまっただけ。

自分の一言一句、一挙一動を責めました。「探しに行けばよかった」とミーティングで泣きながら話し続けた。それしかなかった。罪悪感と自己否定。3ヶ月くらいどうしようもなかった。あれほど自分の弱さを見つめたのは初めてだった。自己憐憫にひたりたがる自分の性格を徹底的に知らされました。仲間の死が一番教えてくれるんですね。おかしな表現かもしれませんが、死んだ仲間には感謝していますよ。

昨年は入寮者に殴られて顎を割られました(笑)。「どうも済みません」と謝る入寮者に「頑張れよ」と言って肩を叩いた瞬間、パコッとやられた。警戒する暇もなかった。長く入院する破目になりましたが、不思議と恐怖感や怒りはありませんでした。「彼が悪いんじゃない、病気が悪いんだ」と思えるようになっていた。人間のありようが、少しは分かるようになってきましたね。

仲間との関わりの中で一番学んだことは、「他人を変えようとする力の無力」ということです。どんなに努力をしても、自分が思うようにひとを変えることはできません。「クスリを使うな」と説得しても無駄ですね。そのときは頷いても、すぐに後で使うだけです。変わろうとする人は自分で気づき、自分で変わっていく。僕たちスタッフに出来ることは、入寮者が変わっていく環境を用意すること。クスリを止める動機を得るための状況を、与え続けること。変わっていくのは本人次第なんですね。

「こうなったら回復」というレベルのようなものはない。強いて言えば「社会生活に順応できるようになること」でしょうか。偏った私の強さが取れて、集団生活の中で、日々のことが当たり前になるようになること。施設に来た段階では、それができない人が多いですから。回復のパターンなんて僕は考えていないんです。回復のモデルもない。10人の薬物依存者がいたら10通りの回復がある。一人ひとりの個性に合わせた回復があることを信じています。

アパリ藤岡研究センターは有機体だと思っています。その時々、入寮している人たちの個性や状況によって、施設の雰囲気が変わっていく。大きな家族のような形で機能し、成長しているように感じます。それぞれの原家族の中に居られなくなって弾き出されたような人たちですからね。自分を含めてみんな。それが施設生活の中で自分たちのこと、家族のこと、これまでの生活のことなどを見つめ直しながら、日々の作業で力を合わせていく。

責任者といったって、僕の能力はまったく不十分です。いまだに入寮者の一人だと思っています。つねに今日一日、クスリを使わずに新しい生き方を探していく。失敗を見つめて、次のステップにしていく。いまこの瞬間だって、その繰り返しなんです(笑)。

(2003年4月3日 アパリ藤岡研究センターにて、談)

## フェロシップ対談

## トータルな回復をめざして

## アクション治療に、いま何が求められているか

齋藤学さん（家族機能研究所代表）&amp; 上岡陽江さん（ダルク女性ハウス代表）

**司会** 齋藤先生、お忙しい先生にフェロシップ対談を引き受けて頂けて本当に感謝です。今日はよろしくお祈りします。

**齋藤** ええ、ええ。

**上岡** アパリで作っている会報の人気企画なんですよ、これ。一回目、近藤恒夫と西山さんが対談したんだよね、共同通信の。

**司会** はい、西山明さんが最初に協力して下さいました。

**上岡** その後、西山さんと、原宿カウンセリングセンターの信田先生が話して。それから、信田先生と私がお話させてもらったの。次の人を指名してくれて言われて、齋藤先生とお話しくて、私が先生を指名しちゃったんです（笑）

**司会** あの・・・司会をやらせて頂いている僕は、CSPPで先生から教えを受けている、まだ学生の方際でして・・・先生、ホントお世話になっています（笑）。齋藤先生とハルエさんの司会なんて、僕には荷が重過ぎて、緊張してかなりテンパってます。アディクト歴34年、薬物の使用経験だけは豊富なんですが（笑）。

**齋藤** ドラッグは何をやっていたの？

**司会** ええ・・・学生時代はなんでもやっていましたね。やったことないものは、ないです（笑）。インドではヘロイン漬けになりましたし・・・社会に出てからは覚醒剤で逮捕され、服役もしました。

**齋藤** ああ、ふん。

**司会** 刑務所を出てから近藤恒夫さんのお世話になりました。アパリで働き始めてちょうど一年くらい経ちます。

**齋藤** 吸ってたんですか？フリーベースで？

**司会** はい。でも、最後は注射までいきました。とことん止まらなくなりました（笑）。

**齋藤** （黙って肯く）

**司会** この対談シリーズを企画したのは、薬物依存を始めとするサブスタンス・アブユーズ（物質嗜癖）が蔓延してきているその背景を、専門家の方々の対談の中から掘り下げて行きたいという狙いはあったんですが、それよりも・・・僕自身が、遊びのつもりだったドラッグがどうしてあんなに破滅的に止まらなくなってしまったのかを理解しなかった。獄中で齋藤先生や信田先生の本を読み漁ったんです。ぜひ、直接お話を聞きしたいという思いが強くありました。

**齋藤** うん。良かったじゃない、そういうのが形になって。

**上岡** シゲヤ、対談相手はあだしなんだから（笑）。先生、私ね、先生にお聞きしたいことが今日は山ほどあるの。どんどんお聞きしていいですか？

**齋藤** どうぞ、どうぞ。それからCSPPに、あなたたちの仲間を誘って下さい。ドラッグのアレスト（逮捕）経験のある人は、どんどん競って入りなさいって（笑）。

**上岡** そうですよ（笑）。そんなことを言ってくれる大学院なんて珍しいわねえ。

**齋藤** それじゃ、いきましょうか。

**上岡** はい。そうねえ、何かからお聞きしようかしら・・・。

## アノニマスかオープンか

**上岡** 一つはね、先生。先生はさ、虐待とか性虐待とか、重い傷を負った人が患者として来た場合なんかでも、その人に対して「君にも出来ることがあるよ」というアプローチを、割と早い時期にするじゃない？普通だと「まずは、あなたの治療をしましょう」とみたいな感じでさ、人のこと構っている場合じゃないだろうって感じの治療の仕方って多いじゃない。密室の中で。治療者と一緒に、治療を秘密裏にしていこう、みたいな感じじゃないですか、一般的なトラウマ治療っていうと。でも先生は、比較的早い時期に「あなたと同じことで苦しんでいる人がいるからあなたに出来ることがあるよ」と仰るでしょう？

**齋藤** 密室で話してもダメだっていうのが私の考えだから。

**上岡** うん。それを早い時点で言うのが私、「怖いな」と思っていたの。「そんな早い段階で言わせちゃっていいの？」って。でもさ、ダルク女性ハウスを13年やってきて、最近の私は、少し違うところが見えてきた。性虐待とかさ、本当の虐待の中で生きてきた人は、やっぱり人のケアをすごくしたいっていうか、人と関わりたいっていうか、そういうのが強いよね。

**齋藤** 別にケアしろとは言っていないんだけどね。回復を急ぐなっていうのは、まだ何にも気が付いていない人に向かって言う言葉であってさ。「そういう経験がありました」とって、わざわざ私のところに言いに来ている人に「その話はここだけにしておこう」なんていうのはバカバカしい話ですよ。この人には（被虐待経験が）あるな、と思っただけでも言わない場合だって当然ある。そんな場合には私は、無理矢理そんなの剥いだりしないよ。その人の持ってきた問題について、まずは話しているよね。話をそっこの方を持っていくのが早いっていうのは有るかもしれない。でも、こっちが持っていくわけじゃない。向こうが持って行かざるを得ないような局面を、作っちゃうわけなんですよ。

**上岡** 長い間見ていると、そういうメンバーたちって、やっぱり居場所を作りたがるんですね。あしが「この子はつらそうだな」と思うようなメンバーたちって、みんな、虐待経験者なんだよね。彼女たちはみんな、安心できる居場所を作りたいって思いを、すごい強く抱えている感じがする。

**齋藤** クライアントを馬鹿にするのはいけないんだよね。私らが出来た治療のテクニックっていうのはさ、こちらからの質問でしよう？質問的を外しちゃ、まずいんで。トラウマがらみの症候っていうのが揃ってれば「へんだね、何かあるね」という話でさ。そちらの方の話をしあげることが、その人が私に誠実に向き合ってくれるっていうことになるわけだよね。だから、そういうのが出てきたら、その話はさ。「ここで聞いた話は聞いたものとして、みんなにも話せ」ということになるわけよ。

**上岡** ふん、ふん。

**齋藤** パブリックに向けて発信するっていうのは大切だね。少なくとも、グループが8人だったら8人が、パブリックですよ。公に向けて話すってということと、個室で話すっていうのは全然、違うんだ。意味がね。他人を信じられるかっていう話だからね。そのトレーニングに入るわけですよ、さっさと。そのへんがなかなか、いわゆるセラピストっていう名前の人たちに、一番分かり



にくいんじゃないかな。

上岡 うん、うん。今回私ね、サンフランシスコに行ってきたんですよ。むこうのセラピストたちはやっぱり、自分自身の問題性みたいなものをオープンにしますよね。そのセラピスト自身にどういった問題があるのかをみんな知っていて「私の問題はこういう問題だ」という風に認識していて。クライアントとの間でもそれはオープンにしている。信頼関係が構築されていますよね。

斎藤 それは、最近の傾向だね。自己暴露するような話し方っていうのは、すべてが、そうじゃない。相変わらず「隠れ身」というのを大事にする人もいますよ。

上岡 その「隠れ身」が必要なって、どうしてなんだろう？

斎藤 もともと外科手術のアナロジーだもの。

上岡 ふん、ふん。

斎藤 外科医と一緒にあって、患者とお腹出してたって、しょうがないだろ？

上岡 うん。そうだね。アハハハ・・・

斎藤 患者は施術「される人」。医者は「する人」って関係でさ。「裸になってそこに寝なさい」という。それを精神分析の治療の場に持ち込んだところから、近代精神医療っていうのは始まるわけだから。だから当然、裸の被施術者、「患者」だなあ。それから着衣の、メスその他で武装された・・・精神療法の場合であれば、知識で武装された「治療者」という、こういう身分格差がある。

上岡 特に、そういう身分格差があった場合に、父親からの性虐待を受けているようなメンバーたちっていうのは・・・

斎藤 まずいよ、それは。

上岡 そういうメンバーたちって、ずうっと力によって支配されてきているわけだから。

斎藤 うん。

上岡 私が出会った・・・性虐待というか、父親による性暴力っていうのかなあ。その被害者たちって、そういうことに関してものすごく敏感ですよ。対等であるか、コントロールされないか。相手との関係の中でね。

斎藤 そんな意識持てるくらいだったら、まだ上等でさあ。

上岡 うん・・・

斎藤 すくんじゃって、また・・・もう一回、トラウマを与えて下さいっていう・・・。リ・ヴィクティマイゼーション(被害の再体験)の方向に身を置かっていう方が、ずっと多いです。

上岡 圧倒的に多いのかな。

斎藤 「また私を傷つけて」というメッセージを、それぞれに送っているんです。

上岡 斎藤先生のミーティングではさ、虐待でも、性虐待の重い人なんか来るよね。私のミーティングにもやはりさ・・・私の場合は、本人がやっているじゃない？当事者として、同じ立場でやっている。するとこう、相当にみんな力の・・・パワーみたいなものを敏感に察知する人が多いって感じるの。

斎藤 もちろん、そうですよ。そういうことが、どういう考え方の枠組みの中の問題なのかっていうことの、図式を与えてあげないでね。しかも、ボキャブラリーもなしにさ、なにを語るっていうの？

上岡 うん。

斎藤 まず、そういうことを語るための「道具」を与えてあげなきゃいけない。

上岡 うん、うん。

斎藤 それは、早い方がいいわけだね。それを使って・・・

使いこなして、それで語るわけよ。

上岡 うん、うん。

斎藤 その語り方は、それこそ、いろいろでいいんですよ。

上岡 うん。そうですね。奪われてきちゃった人たちって、言語を奪われてきているから。自助グループのメンバーなんかでも、みんなに共通する言語って独特のものがある。はじめのうちは自分のことなんか全然話せないんだけど、それを覚えて、とりあえずそれだけを言うだけで一応は会話になるって、はじめに覚えるんですね。本当にそうなの。だから、自助グループ独特の共通言語っていうのが育ってゆく。

斎藤 言葉を知っているっていうのは、その世界を知っていることだからねえ。すべては形から入っているというのが私の考え方だね。

上岡 はじめはその言葉を使うだけで、同じ痛みを持った仲間だっていうのが、それだけで分かちあえちゃうところがありますよね。それから私、薬物依存の男の子たちが持っているボキャブラリーの低さっていうのが、すごく不思議。ずっと女性たちと付き合っているから。女性は本当に話すことがうまい。だけど、どうも男のメンバーたちの話す言葉が少ないなあ・・・って。

斎藤 体質的欠陥でもあるよね。男性を扱うとさ、イライラさせられるわけ。こちらは。

上岡 イライラさせられるの？(笑)先生が？

斎藤 うん。「なんだね、この子のコミュニケーション能力の低さは」と。こちらが「耐える」という感じになるんだよね。

上岡 うん、うん・・・

斎藤 いま、バタラーズ・グループ(DV加害者の治療プログラム)をやっているだろ？・・・言葉のなさね。自分の持つ専門領域のボキャブラリーだけで生きている、みたいなね。

上岡 うん、うん・・・

斎藤 ITの専門家なら、その用語だったら喋れる。

上岡 アハハハ・・・

斎藤 挨拶もさ、要するに、オフィスで使う言葉だね。エモーショナルな場面でのボキャブラリーがものすごく少ない。

上岡 うん・・・

斎藤 感情表現の幅も狭いでしょ。それをほぐしていくのが一仕事だ。何を言ってもいいんだっていうところまで持っていくのが、すごく難しい。だから私の場合は最初にまず病名を与えちゃうわけよ。「失感情症」という(笑)。

上岡 アハハハ・・・

斎藤 「君は失感情症なの。分かった？」って(笑)。「それを治すんだよ」と。「あなたには女房を殴る問題もあるけど、後からだよ、それは」と。「まずはあなたの父さんだ。どういう父さんだったか、話してごらん」というところから。それでまあ、だいたい3~4回くらいから泣かすわけだよ。グリーフ・ワークに持っていくわけだ。殴られた子供としての自分の体験。あるいは、殴られる母を見ている子供。その記憶を追体験させると、ジワジワと感情が出てくる。

上岡 うん、うん・・・

斎藤 それをやらなくてさ、バタリング(配偶者への暴力)っていうアディクティブ・ビヘビア(嗜癖行動)だけを抑止していたら、こりゃ要するに説教やっているのと同じでさ。向こうは説教受けにきているつもりだからね。

上岡 うん、うん。

斎藤 下手すりゃ向こうの持っている世界にこっちが入っちゃうわけですよ。「殴るって悪いことだよな」と。「それなのに、殴っちゃうのが俺だから、叱られるにきてんだよな」と。こういう

世界に私自身が入っちゃしょうがないわけだね。叱られにきたはずが、えらい異世界につれていかれた、みたいなビックリ体験をさせないといけないでしょう？まさか子供時代のことを話したくらいで自分が泣くとは思わなかったという・・・そういう風に変えられたときに初めて何かを自分が施された、というか、何か術をかけられた、という感じを持つわけだね。それをかけるのが、プロなわけさ。

上岡 うーん・・・なるほどなあ・・・

司会 先生、質問してよろしいでしょうか・・・

齋藤 どうぞ、どうぞ。

司会 グリーフ・ワークができないんですよ、僕。「嘆くのは恥」「泣くのは恥」という思いが強いんですね。最近、過去の自分の体験を話す機会を方々で頂くようになったのですが、どうしてもギクシャクしてしまいます。こないだアパリのフォーラムがあって、体験談をしたんですね。刑務所に母が面会に来たとき、面接室の窓越しに、お互いに何も言えなかったときのことを・・・幼い僕を虐待し続けた母が、ただ一言「私はいい母じゃなかったかもしれない」って絞り出すように言って、僕はそれをただ泣いて聞いていたっていう、その場面について話したときに、涙で話せなくなってしまった。

齋藤 うん。

司会 30秒くらい固まっちゃって・・・困ったのは、その次の日でした。ものすごい羞恥心に苛まれてしまった。「ああ、あんな醜態をさらしてしまった」と。「恥ずかしい」と思ってしまいう気持ちっていうのが、やっぱりその・・・「恥の文化」の中で育まれてきた「男らしさの病理」のあらわれなのかな、と。

上岡 そうだろうね。

齋藤 そりゃね、「恥」というより・・・日本の男に限らないけれどね。その盾を突き崩さないと、その次の段階に入れないですよ。男性の治療というのは、そういう点で女性よりもひと手間多くかかる。あなたは、そこに気付いているだけでもまだマシだ。だけどさ、NAにしてもAAにしても、もともと男のグループじゃない？

上岡 そうですよ。

齋藤 あそこには女性性はないよ。だから、それをどういう風に女性言語として成立させていっていかってというのは、なかなか難しい話だね。私は思った以上に難しいと考えている。まあ・・・レディーズ・アノニマスでもいいんだらうけれども。けっこう難しいんだと思うよ。

上岡 そうそう。あたし、それで行き詰まったからね。やっぱり、クスリやめて7年くらいのときにミーティングに出られなくなったもの。だって大変なんだもん。マッチョのお父さんやお兄さんの中で自分のこと語ろうとするとさ、それに当てはまらないから、その・・・言葉なくしちゃうんだよね。それで女性クローズドにしか出られなくなったの。サンフランシスコに今回、女性の施設を見に行ってきた、5つくらいのプログラムをね、どういうプログラムをやっているかっていうのを勉強してきたんです。そうしたらやっぱり、女性的なプログラムっていうのがずい分、入っているんですね。絶対に入っているのがペアレンティングっていう子育てのプログラム。それから「ネゴシエーション・セックス」とかね。セーフ・セックスをどう相手とコミュニケーションしていくか、とか。それからやっぱり感情の・・・エモーション・マネージメント（感情の処理）とか。男の人たちはアンガー・マネージメント（怒りの処理）というのでやっていた。女の方はエモーションのマネージメントっていう形だった。フード&フィーリングっていうのもあった。やっぱり、違うんですね。

齋藤 当然、違うでしょう。同じ12steps使っていてもね。それぞれのレディーズの運営者たちが、意識する、しないに関わらずね。そこに味付けを変えながらやっているはずなんだ。

上岡 そうですよ。現地のミーティングに出席したらさ、サンフランシスコは本当に、ゲイもレズビアンもトランスセクシュアルの人もいるから。だから女性クローズドっていてもいろいろだった。それでもね、嘆きは同じ。だから、外側は違って見えても、話していることは同じなんだなあって思った。

齋藤 どうかなあ・・・それには違うって言う人もいるよ。

上岡 別だって？

齋藤 うん。

上岡 トランスセクシュアルはトランスセクシュアルだって？

齋藤 だって、男の子と女の子ではさ、思春期の通過の仕方が明らかに違うもの。

上岡 うーん。

齋藤 コ・ディペンデンス（共依存）と取るか、女性の当然の親密性の表現だと取るかはさ、男から見りやおかしって話になるけれど、女から見りや当たり前だって話になる。そういう、フェミニズム側からの批判もあるわけですよ。コ・ディペンデンスという概念そのものに対してだってさ。

上岡 うん・・・。

齋藤 その問題がはっきりしないとき、たとえばボーイフレンドとの付き合い方とかってというのは大事な問題だけれども、そういうようなものが、みんなどれもこれも12stepsグループだと排除でしょ？全般的に排除ですよ。

上岡 共依存に関して？

齋藤 共依存というか、要するに異性との付き合いって言うのは、リカバリングの達成の後でしか成立しえないっていう。どのグループでも、そのことを厳しく言っていると思うけれど。

上岡 先生、ウラがあるんですよ（笑）ウラとオモテが（笑）

齋藤 全部排除っていうのは、それこそ文献批判的な立場からすれば、そこを突かれるわけよ。フェミニズム・セラピーの側からすればね。あれは素人だ、とか。専門家の側からの意地悪な見方がある。AAは確かにドゥ・ワークで、効果はあるけれど。しかし、そこを補う部分がないときには危ない、というような見方がされる。ひとつの問題は、そこだよ。

上岡 うーん・・・

齋藤 男にとっては、男のモデリングをそのまま女の人に適用していいと思っちゃうけど。女性からすると、もともと言語発達も、女性的表現も・・・

上岡 違うんだよね、全然ね。

齋藤 足りない人のものを、何も信用しなくなっただけいいわけですよ。

上岡 うん。女性で長くやめてくると、やっぱりずいぶん男の人と違うのもね。男のロング・タイマーと女のロング・タイマーでは本質的なところが違うのよ。だけどさ、私は自分自身がずい分苦しんだから。12stepsでの女性性っていうことに関してはね。オーストラリアとかはね、先生。すごいはっきりしているの。会議やるとオーストラリアの女のメンバーたちがさ、その言葉使いはおかしい、とかさ。考え方の問題もね。ワールド・サービス・カンファレンスとかあるでしょ、するとね、そういうことに対して動議を出すのは、オーストラリアのメンバーたち。みんなでケンケンガクガクと変えていく。やっぱり、世界中の女のメンバーたちは、12stepsの女性性について考えている。

齋藤 英語の、翻訳の問題だけでなければいいがね。そういう言葉尻が大事なんじゃないからね、少なくとも。

上岡 うん。先生ね、ちょっと今、自助グループの話になったけどさ。先生のトラウマ治療はさ、クリニックではとてもオープンにするじゃない？「これはもう当然あることだ。隠すことで

ない。きちんとみんなの前で話してもいいような状況を私はこのクリニックの中につくっている」って仰ったじゃない？「少なくともそれが常識って言われることのないようにやっている」っていう風に仰っていて。でもさ、あたしなんかの考えだとさ、たえずトラウマってさ、隠されてくるじゃない？先生のそういう言いようっていうのはやっぱり、すごく新鮮な感じ。あたしたちがさ、自助の女性クローズド・ミーティングの中でさ、やっぱり20年前から聞いてきたわけだよ、性虐待の話とか。

齋藤 なんで閉じちゃうのか。グループとして閉じちゃうのが分かんないんだよ、私は。

上岡 うん・・・

齋藤 まあ、そんな話はアノニマスで、他人に聞かせられないと言うならさ、だったらそれでいいけど。そんなこと私は知ったこっちゃない。「アノニマスでやってなよ」っていうだけだ。健全な市民としてね、タックスペイヤー（納税者）として、堂々と自分の性虐待の過去を語るっていう人がいたっていいわけだよ。

上岡 うん・・・。

齋藤 加害者であれ被害者であれ、ね。その方が世の中・・・

上岡 .....

齋藤 ラクだ。

上岡 アハハハ・・・そうか。

齋藤 だけど今、世間はそうになっていないからね。少なくともこの齋藤王国では（笑）ここの法規では、そういうことが自由に喋れるシマだと。こっちのエントランスから入ったら、レイプの被害も性虐待の被害も、あるいは加害であれ、ね。喋ってかまわない。

上岡 うん。

齋藤 構わないんじゃないくて、そういうことを言わずに自分の症状のみを訴えるっていうのは恥ずべきことだ、と。そのくらいまで、ハッキリさせているわけですよ。

上岡 それって先生さ、風当たりとかは強くない？

齋藤 まあ・・・私が本当に主張していることを知ったら、当然風当たりは強くなるよね。いわゆる世の中の常識との間のコントラストは、大変ハッキリしていますからね。でも、来た新参者がこの文化に触れて、そういうものかと思ってビックリしたり、それからそれに触発されて、過去の自分が埋めていた記憶を掘り起こしたり、ということは有りうるよね。でも私はね、彼らが語るそういう話を、すべて事実として聞いているわけでもない。

上岡 へえ・・・そうなんですか。

## オレだって淋しいよ

齋藤 私、クライアントが言っていることなんて、ほとんどウソだと思っている。

上岡 アハハハ・・・

齋藤 いや、なにがウソかって私、ウソってのは2種類あると思っている。意図的につくウソと、つかざるを得ないウソとね。例えば「パニック障害です」なんてのはウソでしょ？

上岡 うん。

齋藤 パニック障害はたしかにあるかもしれないよ。過呼吸発作おこしているのかもしれないけれど、あんなのはもう、病気でもなんでもないものね。過呼吸発作をおこしている人を見たら、その背後に何があるのかを見るのがこっちでしょ？

上岡 そうだね。クスリ出すばかりが治療じゃないですよ、ね。

齋藤 それは、意図せざるウソだよ。同じようなことって、いっぱいあるわけですよ。夫にぶたれた？そもそも、なんでそんな男といっしょになったんだ、って問題でしょ？

上岡 そうね、そこから考えなきゃね。

齋藤 これからどう生きるつもりなのか問題なんだ。「ぶたれた」「逃げた」「なんだ、そうかい」って感じだね。一応そのまま受け取るわけだよ。パニック障害にしろ何にしろ「私は殴られてる妻です」「なるほど、なるほど」って聞くわけですけど。聞くけど、頭の中では「この人の抱えている問題は何かな？」って全然、彼女が説明していることとは別のことを考えているわけですよ。そのときにいくつかの症状がある。例えば「フラッシュバックが起こります」だとか「一日が暮れるのがすごく早いんです」とかね。「ときどき、いつも来ている道が初めてのように入ります」とかね。そういう話がそるっていけば「ああ、何かあったの？」って話に焦点を合わせていくわけよ。生まれて、どこの小学校に通ったのなんて話はどうでもいいんだよ。現在の症状から時計の針とは逆回りにさ、「一年前に何があったの」「二年前に何があったの」「どうしてその男と結婚したの」って、そういう話になっていくわけよ。一番いいのは自発的に、その・・・自発性の中で語られる言葉がいい。一番尊いっていうかね。われわれとしては、重みがある。

上岡 うんうん。

齋藤 診察室の中で、それからどうしたっていう誘導の元に語られるのは、次の価値だよ。金と銀になる。それから教科書で読んだような、人から聞いたような話を、なぞってしゃべって



齋藤 学（さいとう・さとる）さん。1941年、東京生まれ。精神科医、医学博士。慶應義塾大学医学部卒。国立療養所久里浜病院精神科医長、東京都精神医学総合研究所主任などを経て現在、家族機能研究所代表、さいとうクリニック院長、アライアント国際大学・臨床心理大学院教授。著書に「家族の間を巡る」（小学館）「家族依存症」（誠信書房）ほか多数。



るなっていう人の話は・・・こりゃ銅の価値だね(笑)金銀銅ぐらいと、まあ聞いてもしょうがないような話とね。ナマリみたいのと分けられないと、セラピーにはならないね。

上岡 そうですよ・・・

齋藤 実際にいまセラピストっていう人たちがやっているのはさ、有象無象ごった煮をね、全部聞いてそうすかかってニコリするような治療か、そうじゃなきゃすごい乱暴な、金銀銅ナマリをいっしょくたにしてぶった切ような治療か、どっちかになっている。ほとんど治療的処遇っていうのは、まあ、表面的な苦痛をとるための安定剤とかそれから睡眠薬とか。処方をしてないって言うわけじゃないですよ。少なくともそれは、問題の解決ではないでしょ？

上岡 うん。

齋藤 ほとんどは、その人が持っている特徴に合った生活をしていないんだ。「なんでそんな合わない生活をしているの？」と(笑)。あなたっていうものが持っている、例えば世界観とかをね。「それはなあに？」っていう話をハッキリさせた上で、「それはヘンじゃん」って。

上岡 ふうん・・・

齋藤 今日もさっき、分裂病の男の子の家族と面接やってただけど。29歳で働いていないからね。たいがいそういうのってさ「治るとどうする？」って聞くと「働く」っていうじゃない。そういう奴で治るってことは絶対ないよね。(笑)

上岡 ふふふふ・・・

齋藤 働くなんてことは人間の、自然な性質の上で、起こることじゃないからね。しょうがなくてやることなんだから。今、26才から失業している自分っていうのを、何とかしなくちゃってことで一杯だから、幻聴が取れない。

上岡 うん・・・そうですよねえ・・・

齋藤 「気持ちいいときはあるか？」って訊いたらベットでさ、寝るでもなく起きるでもなく・・・

上岡 気持ちいいよね、それ(笑)

齋藤 「それが、気持ちいい」というからさ(笑)そりゃ桃源郷に入ってるんで(笑)わたしたちは桃源郷をめざして歩いているんで、あんたの方が早くついているんじゃないかって(笑)

一同 (爆笑)

齋藤 そういう・・・考え違いが大きいんだよね。

上岡 ふうん・・・

齋藤 今の私はミジメだと思うんじゃないって、今の私がいいなという感じ・・・を持たせるっていうことは、治療には非常にいいわけですよ。

上岡 なるほどね・・・

齋藤 それは、6年間クスリを飲んで治んなかったって話じゃないんだよね。治療のためのクスリは飲んでもいい。幻聴も減るし。だけど、一方では世の中が与えた「いい職につきたい」というような価値観をひっくり返さないとしょうがない。浪人中に彼は、発症してんだよね。

上岡 良くなっていくときって「こうなきゃいけない」とって今まで考えていた部分が変わってこないと、その後、続かないんですよ。ダルクで見ていると、その基本的な価値・・・何を大切にするかっていうのが変わらないと、やっぱり必ずクスリ使ってしまうですよ。

齋藤 アディクションの人たち・・・アディクトたちについて見ると、すごい思い違いをしているでしょ？その・・・淋しいことが悪いことかのようにさ。淋しいからドラックやるとかさ。食って吐く、とかさ。手首をひと切りしてからグッスリ眠ろう、

とかさ、忙しいんだよね(笑)

上岡 そう、そう(笑)

齋藤 なんだらうね。ありゃ(笑)。「淋しくてどこがいけねえんだ」って、言えはいいのにさ。

一同 (笑い)

上岡 そうそう。先生に言われたって患者、よくいますよね。「俺だって淋しいよ」って。患者はビックリして、ミーティングでその話してるもんね。

齋藤 淋しいって感じることは、えらい回復だとか。「あなたでも淋しいって感じるわけ？」とか(笑)

一同 (笑い)

齋藤 感じるヒマ、ないんじゃないの。そんなに食って吐いたらって・・・そういう話になる。

上岡 先生と前に淋しさの話をしたことあるよね。やっぱり淋しさを感じなくてすむように食べて吐いたり、クスリ使ったり、アルコール飲んだり、しているんだよね。強迫的に。だから、やめた後にも強迫的に仕事したり。あたし、このごろ思ってたけど、自助グループに強迫的に毎日いくじゃない？あれ、強迫的にクスリ使ったりアルコール飲んでいたので、強迫のほこ先をグループに変えただけなんだって・・・

齋藤 AAリカバリーって言葉があるでしょう？これも専門家の意地悪な言い方だけどさ、要するにアディクションの対象を変えただけだっていう。

上岡 うん、そうそう。

齋藤 人間関係を変えてゆくっていう、それはそれ自体、ひとつのステップ・ストーンとしては大事かもしれないけど。そこで何を自分がやっているんだかわかんないと。それこそ、6年7年たってもさ、6年後のリラプスみたいなことも起こるからね。

上岡 苦しいんですよ、6年7年くらいが。みんなおかしくなるしね。

齋藤 自分の価値観の転換がきちっと起こってないからね。

上岡 6年7年で気付いたのはね・・・自助グループに通っていて「何かをしなきゃ生きていちゃいけない」と、それまであたしはずっと思っていたけど、自助グループっていうのは何もなくてもいいんだって思い直せたのね。6年7年目で。「ああ、私はここで『何もできないわたし』のままできていいんだ」とって思ったこと。あと10年目にね、「ああ、私はこわいんだ」とって思ったの。それが思えてラクになったね。それに気付くまでの苦しさはひどかったなあ。

司会 僕、今、こわいですよ(笑)。人がこわくて、こわくて。これがあと9年も続くんですか？

齋藤 こわいっていう意識は大事ですよ。要するに、こわくてもいいんだっていうね。こわい自分の受け入れがどうできていっていかっていうね。

上岡 こわいから克服しようとするじゃない？「なんでこわいんだらう？」って思うでしょ？

司会 はい・・・誰に対してもビクビクして構えていますね。

齋藤 グループも行ってるとし、ステップもやっていると、何でこわいんだらう、こわいはずはないって、何とかこわいのを克服しようと思って10年行ったの。そしたら10年目に不安発作起こすようになって、その時に「ああ、あたしはこわいんだ」とって思ったのよ。先生の言うとおり「わたしはこわくてもいいんだ」とって風に初めて思えるようになったら、すごく楽になった。そしてそれからなんですよ、私。摂食障害の克服って言うのが。それまではやっぱり、いかに回復していい人間になるか、回復してどんなトクがあったのかって・・・



齋藤 回復すると、いいことがあると思ってんだよね。あれがおかしいんだよね。

上岡 そう、そう、そう・・・

齋藤 いいことなんか、ちっともないんだよ（笑）アル中たちに前から言ってただけだよ。あんたが回復する、酒をやめる、ってことは、胃潰瘍になる、今まで気付かなかった痔が痛くなる、歯が悪いつことに気付くって言う・・・（笑）

上岡 アハハハ・・・そう、そう。人間関係がいかに作れていないかに気付くしね。

齋藤 1ヶ月もすれば、胃に穴が開いてきたりね。じかに現実と向かい合うんだから、今までドラッグして向かい合っていた現実とは違うものが見えてくるわけでしょう。当然おかしくなるわけですよ。そんな危険な道に何で乗り出すの？って。よく聞いたものだよ。「やめなよ、酒やめるなんてこと・・・」って（笑）

一同 （爆笑）

齋藤 いいことなんか、ちっともないよって（笑）この前も、1ヶ月目の奴が首吊ったよ、なんてね。始めから「いいことなんかはない」って言うておけばね。なるほど、こういうことかかっていう・・・多少マシになるよね。酒さえやめたらこの人はいい人だなんて言われてからやめようとするから、大変なことになる。

上岡 でも世の中ってそういう言われ方の方が多いですよ。特にアルコールは。「酒さえやめたらいいんだよね」って言われる。でもね、薬物依存は割とね「やめても何にもいいことない」ってパンフレットに書いてあるんですよ。「1年は何もいいことない」って書いてある。「ひどい、こんな希望のないパンフレット・・・」って最初は思ったよ（笑）

齋藤 1年はいいことないけど、10年目にはいいって書いてあんだろ？（笑）

上岡 （笑い）

司会 そうかなあ・・・やめてから、僕はいいことづくめのよな気がしますが・・・

上岡 富永君は懲役いったり、底つきが激しかったからね。

司会 クスリ使っていた頃・・・事件起こして逮捕される前ですけれどね。僕の前妻がひどいACで、不安発作ばかり起こしていて、先生のクリニックに通っていたんですよ。そのとき僕は、彼女に隠れてずっとクスリを使っていた。自分は患者になれなかったんですね、否認していたから。彼女のACだけをクリニックにつないでいた。ある日なんか僕は、会社を休んでペビーカーを押し、彼女を麻布まで送ってきて、ペビーカーを押しながら、その公園の陰に隠れてクスリをあぶっていた（笑）

一同 （笑い）

司会 それが今から6年前です。やめたらこうやって齋藤先生とお会いできるんですからね。やめてよかったなって思いが僕にはありますね。

齋藤 やめてよかったというよりも、やめる努力のプロセスがよかったってことでしょう。クスリやめるってたぶん、そういうことじゃない？「やめる」っていつてるんだから能動でしょ？

司会 はあ・・・

齋藤 摂取しなくなる、ということじゃなくて、やめるために足使ったり、手使ったり、してるんだよね。これがいいことなんじゃないですかね。今まではそういうエネルギーを全て薬物摂取の方に使っていたわけだ。だから実際にはすごく忙しく、その、買ったり、あぶったりしているのね（笑）。隠したりね。けっこう忙しかったはずだよ。それを今はしていないんですよ。

司会 クスリ隠すためには色々していましたね、ホント。夜中に何時間も掛けて、引き出しの底板の裏に隠しポケットを作ったり（笑）。前妻の探索も徹底的でしたからね（笑）。でもクスリ

がバレる不安よりも対人不安の方が僕はひどかった。しらふの状態ですら消えていたんでね。ひどいワーカーホリックで、仕事の評価されていないと不安で不安で仕方なかった。それがクスリの量が増えるに従って、クスリがないと不安で仕方がなくなっていった。

上岡 仕事するか、薬物使うかだったのが、仕事しながら薬物使うのにな変わっていくんだよね。

司会 すべて薬物なしではダメになって、気付いたらもう、おさまりのコースでしたね。

上岡 富永君にはね、お母ちゃんの虐待がひどかったからね。

齋藤 ほう・・・

上岡 先生。性虐待とか虐待、暴力に遭っていると、後遺症としての強迫っていうのはやっぱり出てくるの？

齋藤 強迫にいく人がすべてじゃないけれども。強迫っていうのはむしろその、期待によって押しつぶさたような時の方が起きやすいんじゃないかな。暴力による直接のおびえみみたいなものはむしろ、そこにためこんだ衝動を外へ出すことが・・・率直な感情を認識するのが難しくなる。出すと・・・

上岡 危ないからね。

齋藤 何倍にもなって帰ってくるからね。おさえこむっていうスキルが発達しちゃって。それで、感情が読み取れなくなる。ワーカホリズムの方へ行ったり。マスクド・ディプレッション（仮面の鬱）だよ。要するに。知らないうちに胃に穴があく、みたいな体の症状になっているのも多いんじゃない？弱者を見つけて、それをそれこそ強迫的に世話したり。あるいは弱者をいじめる。そこでパタリングの問題が出てくるんですよ。自分に依存する人を攻撃する。（司会に向かって）あなたはアビューズはしなかったの？あなたを頼って来る人を？

司会 大声で嘔鳴りつけたりはしていましたね。殴ることはし



上岡 陽江（かみおか・はるえ）さん。NPO法人ダルク女性ハウス施設長。精神保健福祉士。薬物・アルコール依存症からの回復者。仲間とともに女性のための薬物依存回復施設を運営して13年になる。子育てに悩む一児の母。2月に渡米してサンフランシスコのアディクション治療の最新事情を視察してきた。

ませんでした、それだって危ないところだった。子供が1才になる前でしたが、赤ん坊の泣き声に耐えられなかった。ちょうど僕、西山さんの下でACの取材なんかをしていて、このままじゃ自分が子供を虐待しちゃうっていうのが直感的にわかってしまったんですね。

齋藤 なるほど。

司会 それも拍車をかけたんですよ、僕のアディクションに。家族と向き合えず家に帰れない。愛したいのに、愛せない。苦しかったなあ・・・結局、家に帰らずにクスリに逃げ続けるしかなかった。

齋藤 そのままいけば、自分を頼ってくるいたいけなものや、弱い者、依存している対象に対しての迫害がはじまるどころだったんだ。

上岡 よかったじゃないの、子供を傷つけないで済んで。

司会 そうですね・・・。逮捕されたのは救いだっと思っ

ています。齋藤 それにしても、このごろはさ。特に家庭内で虐待とかいうヒストリーがないようなね、夫は普通のサラリーマン、奥さんは専業主婦なんていう家庭の娘とか息子がさ・・・やっぱり女の子が目につくだけだよね。なんか切ったり、食ったり・・・で、吐いたり(笑)。なんであんなに飛んだりハネたりしているのかね?それは、「今の若い人たちがヘンだ」という話で終わらせたくないから言うんだけれど。なにかこの今の時代がつくっているんだろうと思うんですよ。あんなものバイオロジカル(生物学的)な問題でも何でもないから。たぶんソシアル(社会的)な影響だと思うんだけれどもね。

上岡 なんか女子高だと必ずクラスに1人2人は手首に包帯を巻いている人がいるって言ってましたね。摂食の問題も、軽い食べ吐きまで含めたら一体、どんな人数になるのかしら。

司会 こないだのCSPPのスクーリングで先生が仰っていましたね。女性のアルコール依存症が焦点になった80年代に、専業主婦たちがどんどんアルコール依存になって「主婦とは何か」という論争が起きた。彼女たちが母親になって、ちょうどその娘たちの世代が、いまの摂食やリストカット、薬物依存の世代だって。

齋藤 だからやっぱりナルコティクス(薬物依存)のアディクションを、そういうリスト・カッティングやオーバー・イーティング(摂食障害)と離しちゃうとねえ・・・。行き詰ると思うよ私は。

上岡 反対に?

齋藤 うん。話を聞いていると結局、同じだからね。切り離すことはできないと思う。やっぱりアディクティブ・ビヘビアー(嗜癖行動)全般として取り扱っていく必要が出てくるだろうね。リストカットにしても何にしても・・・ドラッグだってそうだけでも、どうしてそういうような忙しい自己損傷癖というか、そういうものを介しての人間関係しか持てないようになっていくのか。そういうところをおさえておかないと。・・・それからさ。「青少年の薬物乱用」なんていうと、いかにも何かさ、有効な対策が立てられているかのような気になるじゃない?

上岡 うん。

齋藤 実際にはさ、2重3重のウソで固められている問題でしょ?

上岡 そうですね。

齋藤 青少年の薬物問題なんて、だいたい、出てくる資料が警察白書とかさ。あれ、みんなウソじゃないか。

上岡 そうですね。

齋藤 (司会に)あなたも含めて、ああ、あなたなんか捕まっちゃったから(笑)数としては出ているだろうけど・・・。全体

にさ、捕まらないで時々使っている人なんてものすごい数だし。

司会 そうですね(笑)。

齋藤 そうするとすぐ隣りの、隣人の問題じゃない。それなのにさ、「この頃の資料を見ると数が激減していますね」なんて言う連中が多いね。先々週かな、内閣府の調査会に呼ばれて行ったら、そう言っていたけど。なんだろうね、ありゃ?

司会 八八八・・・

齋藤 そういうウソがひとつでしょ?それと、薬物なんかをやっているのは一部の特殊な子なんで、なんか性格なりなんなりに病理性があるから、その病理性をあぶり出せば対策が打てるという。というウソがあるわけですよ。

上岡 うん、うん、うん。

齋藤 両方ともウソ。現代に生きている子だったら、みんな何か・・・追っているような共通の基盤があっただろ。たとえばひとりの子はガムシャラに東大合格に邁進しているし、別の子はシャブをやっているっていう。別の子は切って、食って、吐いたりしているっていう、こういうことに過ぎないんだろうと思うんですよ。それが何だろうっていう話をしないよね。

上岡 うん、そうですね。なんか警察白書だと第3期・第4期の覚せい剤乱用期がそろそろ終息に向っているっていう感じだけど。でも、若いメンバーたちの話を聞いていると「すそ野はもっと広がっているぞ」って言うよ。かえて身近にいるんもの、手に入れ易くなっているから。よくダルクの笑い話でね、もっとちゃんと使い方を教えないと危険だ、みたいな(笑)。「L.S.D.の使い方を教えておけ、危なっかしくて見てられない」みたいな笑い話があるんだけどさ(笑)

司会 密売の外国人は最近、東京・新宿の落合界隈に出没しているらしい。おとり捜査の効果で渋谷のセンター街からは姿を消しましたが、単なるイタチゴッコですよ。生活が掛かっている方はやはり、しぶといですよ。叩けば叩くだけ、地下に潜ってマフィア化していだけですよ。それから僕、北朝鮮からの覚醒剤の流入が本当に今、深刻だと思う。最近まで使っていた連中は「いま流通しているのはほとんどが北朝鮮モノだ」って口を揃えていますよ。国防問題として薬物問題を捉え直さないと、近い将来、大変なことになりそうな気がします。

## 社会的な父になれ

司会 それではハルエさん、さっき先生にお聞きしたいと言っていた話に移っていいですか?ハルエさんがサンフランシスコで見えた、お母さんと子供のプログラムについて。

上岡 そう、そう。サンフランシスコの施設の治療ではさ、母子の通所の治療っていうのが当たり前にあったんですよ。母子一緒の入寮っていうのも当たり前にあっぴかりしちゃった。

齋藤 それは、どういうお母さんたち?

上岡 アルコール・薬物依存症の・・・ちょっと摂食障害まで入っているのかな。やっぱりサブスタンス・アブユーズ(物質嗜癖)っていうカテゴリーで・・・それプラス、送迎サービスまであった。郡がやっているところなんだけれど。郡内でも遠いところで、これはドラッグの人なんだけれど。母子で、お金ない人たちっているじゃないですか。車ないから、車で迎えに行くんですよ。それから、訪問する。六ヶ月の治療契約をむすんで、はじめの一月は二回ずつスタッフが訪問するんですよ。それで次は毎週一回ずつ訪問して行く。そんな治療契約もある。そういう6ヶ月の治療契約みたいのが出てきて、ずいぶんと、子供を持っている女性たちの治療をするときのサービスの仕方が変わってきたっていう感じがしたんですね。いまから15年前に私が見に行った



時にはほとんど治療は別々だった。子供は誰かが預かるか施設に行くかで、お母さんは治療に専念するという感じだったんだけど、どうも90年代に入ってから母子いっしょに入る、あるいは通所で同時に子供のケアをする、みたいな風になってきた感じ。

**齋藤** いろんな理由があるんじゃないの？母子のセパレーション（分離）をなるべく防ごうっていうのは、たとえば、チャイルド・アブ्यूズ（児童虐待）でもね、前はとにかく隔離とか、子供の方の保護収容とかいう話になっていたのが、なるべくそのままにしておいて、こちらのほうで訪れる形でやって行きましょうっていう話になってきている。それは、一つは効果の問題。もう一つは財源の問題。その方が安上がりなんだね。子供のプログラムと親のプログラムと2つ作るよりも、いっしょにやっちゃった方が、効果もあるし予算も安く上がる。それが大きいんだね。

**上岡** ペアレンティングのクラスなんかでも、子供と親が何気なく遊んでいるところを、担当の治療者が遊び方を見ている。だいたいアメリカの薬物依存の親たちってさ、もう何代にもわたって教育を受けていなかったり、親に関わってもらっていなかったりっていう人たちが多から、本当に簡単なお絵描きして子供と遊ぶんだとか、あるいは一緒にお出かけするっていう感覚もなかったりとか。そういうのを横で見ながら、すごく分かりやすく教えているんですね。

**齋藤** だいたい、そういう母子コミュニケーションみたいなものを観察していくやり方が主流になったのは、80年代最後半、89年・90年くらいだったね。たとえばモニタールームからインターホンで連絡して、お母さんに取り扱い方法を替えさせるとかそういうトレーニングをやる。ドラッグ・アディクトの親っていうのは同時にアブ्यूシブ・ペアレント（子供を虐待する親）であるケースがどうしても多いから。

**上岡** そうですよ。

**齋藤** そういう技法上の共通点が出てくる。アメリカの場合、ひとつはカウンティ（郡）ごとの予算を最初から決めちゃって、これ以上使ったら自分達でなんとかしろっていうようなやり方が多い。そうすると、ひとつひとつのケースを重症化して、ホスピタライズ（入院治療）したりすると金がかかっちゃうわけです。

**上岡** なるほどねえ……。

**齋藤** こういう風にしていって予算が余れば、ほかの財源として使えるわけ。人件費にも使える。そうするとひとつ分かったことは、待っていると金がかかる。当然、重症になってから救急車で来るなんていうと金がかかる。こっちから出ていって、訪問したほうが安上がりで済むんだね。そういうことが分かってきたんで、やたら訪問する。これは日本だって同じ事情だと思うけど。日本には、保健所っていうすごくいいシステムがある。保健所ではもともと訪問ということを大事な仕事にしていたわけだ。これを精神保健に使えばいいのに、それを今、どんどん廃止しているね。精神健康福祉センターみたいな形に統合してしまっている。むしろ後退しているんだよね。それから小児科が、子供のメンタルヘルスのことをどのくらい知っているかって言ったら、実に、危機的に乏しいですよ。

**上岡** そうですよ。

**齋藤** 児童精神科医なんていったら、これは、全く機能していない。

**上岡** 先生、なんで？

**齋藤** まず児童精神科医の数が少ないし。そういう人たちはドラッグ・アブ्यूズのお母さんなんか見たくないもん。

**上岡** ああ、そうか（笑）

**齋藤** だって、怒鳴りまくっているじゃない、お母さんたちのことを。「なんで、こんなの！」って。

**上岡** そうです、ホントに。傷つける小児科医って多いんだね

え……

**齋藤** そこでお母さんがヤク中なんてもう、論外でしょ？だから小児科医なんて頼まないほうがいいんだよ、保健師で十分に出来るんだってということで、保健師たちに見識を高めさせてね。

**上岡** 虐待はやっぱり保健師さんたちの訪問活動がいちばん効果的ですよ。いちばん大切。あたしも、子育てしている母親からすると、ちょっと安心感ありますよね、その方が。やっぱり、どう遊んでいいか分からないっていうのがあったりするわけだから。そのときに、なにか信頼できる人に支えてもらえるっていう感じがするじゃない？子どもをどうにかしないと治療に入れないとか、治療につながるために子どもと別れなきゃいけないとかって思うと、治療にはつながれないから。

**司会** そうですよ。このあいだ耳にしたケースでもそうだった。母子の分離を出来ずにまごついていううちに、若い母親が事故死してしまった。ガスボンベの窒息でした。

**上岡** あたしはすごく怖いんだよ。この頃、貧しい母子のなかに、薬物が蔓延しているとしたか思えないんだ、どうもね。閉鎖された環境の中でさ、母子だからさ、子どもを置いて治療に行けないとかっていうようなことを言うからさ。両方一緒に来れるってことなら言い訳できないじゃない？やっぱり依存症のお母さんたちって、子どもを傷つけてしまったら、その後のダメージが大きすぎてどうにもならないから……早く介入してくれっていう風に思うんだよ。

**齋藤** 母子というか……それは状況をよく見る必要がある。生んだからには何とかしろよって言うとお母さんであることを強調しちゃうと、「まず第一に母親であること」っていう風に誤解されちゃうんだよね。早い話、子どもを生んだからって可愛がれない母親なんて、いくらだっているんです。もしあなたがそうだとしても、そりゃまあ、しょうがないってことでね。「そんなに責任持とうとしない方がいいよ」って言ってあげたほうがいい人もいますよ。

**上岡** うん、うん。本当にそうですね。それで楽になれるお母さんは沢山いる。

**齋藤** その場合には、まあ、子どもにはちょっと迷惑だけれども……ちょっとお母さん、あんたもう養育には向いていないんじゃない？ってことでね。外しちゃって。それで負担を減らすっていう方がいい場合もある。状況を良く見ないと。この子と一緒にいるのが幸せっていうお母さんの場合には、なるべくそのペアを壊さないほうがいい。

**上岡** だからさ、やっぱり、選択肢がいっぱいあって欲しいと思う。別れるのがイヤだったらそのまますぐに「じゃ、そのまま治療に入っていいよ」って。あるいは、少しお互い疲れているというのであれば「じゃ、離れて治療しようか」っていうような形の。でも、日本なんていままぜんぜん選択肢がないからねえ。

**齋藤** でもねえ……。訪問は分かるんだけど、何家族かをどこかに来させて、という形でなんとかできるのかなあ。母子のペアを、例えば、10人の母と10人の子供とで、遊ばせてね。誰がどういう風に、デイケアセンターなり何なりのプログラムを使ったり管理したりするかっていう風に考えると、イメージが湧かないのね。誰が責任を持てるのか、そこでは何が行われるべきなのか、とかね。実際にはお母さんたちに24時間、365日の母親という労働をずっと強いるっていうことになっちゃうんじゃないかな。やっぱり、そこらへんは保健師の姉ちゃん、保育士の姉ちゃんが出てきてさ。母子を分離する時間もあって、お母さん同士で集まれるプログラムとか、子供を忘れてシネマの時間を楽しめる、とか。そういう風なプログラムだったら、分かる。

**上岡** だいたいみんなプログラムは別々になっていましたね。子供のケアをする人、母親はこっちにいて、いる間は子供のケアをする。子供のケアをする人には必ずアメリカだと、虐待の通報



の義務があるじゃないですか。それを子供からもし聞いたら必ず通報します、と。そうすると司法の中で今度は虐待の加害者のためのプログラムと、薬物依存のプログラムと両方やる、みたいな感じになるっていう・・・

齋藤 今まで見ているとき、同じサブスタンス・アビューズでも、ドラッグとアルコールを分けて、みたいだね。分割ばかり進むのよ。現代社会っていうのは、いま大事なのはインテグレーション（統合）でしょう。ドラッグをやっているお母さんは、アビューズもあり得る。責めるんじゃないで、かわいがれないなり何なりっていう話が、さっきのこわい話と同じでさ。「子供はあんまり可愛くないよね」というのは「そりゃそうだろう」という話なんだよ。24時間可愛いなんておかしいっていう話が当たり前できるようにならなくちゃ。そういうセッティングなんですね、必要なのは。

上岡 あたしだって「子供が大嫌いだ」と言えたあと、子供を好きになったもの。あたし子供嫌いな。女は子供好きってみんな、思っているでしょ。私は子供嫌いなんだけど、自分の子供は好きなの（笑）。そこらへんがね、分かんなかったの。女は全部子供好きじゃないといけないと思っていたから。でも、子供とそういう風につきあうのはキライ。自分の子供とは自分なりの付き合い方はできる、と思ったら、すごく楽になったんだよ。女性には「母性愛」なんてさ、当然あるもののごとく思われるでしょう。ハウスなんかでも見ているとやっぱりそうだよ。女の人はお料理できるんだなんて思っているでしょ、ダルクの男の子たちなんか。何か作るとかいうとハウスの女の子たちが呼ばれるわけよ。ハウスじゃ全然しないのに、男の子たちに呼ばれるとみんな料理が突然にできるようになる（笑）。本当はお前ら、やれなくせになって。おかしいよね（笑）。女性性っていうかさ。子育てができて料理ができて、なんとかっていう。

司会 齋藤先生の著作「家族の闇をさぐる」（小学館）の中に「社会的父」という言葉が出てきますよね。

齋藤 うん。

司会 ダルクの回復者がみんなダルクのスタッフになっていくんじゃないで、新しいプログラムとしてね。薬物依存のお母さんたちから子供を預かる保育士的な役割とか。そんなシステムを作れないかなあと考えるんですけど。

上岡 いいんじゃない、それ。アパリでやってよ。

齋藤 人間性の中には、異性を意識する自己っていうのが入ってこない、マズいと思うんだ。断薬なり断酒なりも、モチロンいいんだけどさ。異性というものとの関係を持つ自己というものがあって初めて男性性なり、女性性なりっていう、自分の属性を受け入れるっていうことができるわけでしょう？すると女性の場合にはやはり、生む性としての、直接的な責任とかを感じる機会が割と多いが、男性っていうのは放っとくと子供との関わりを失っちゃうんだよね。女に対しては、女の前ではカッコ悪くできないとか、性欲の対象にするとか、何かの形でかわりが出来やすいけれど、子供との間のディス・コミュニケーション（関係喪失）が起こりやすい。男は、異性を意識する人格として何が出来るかと言ったら、守ることですよ。その女性と、その女性の産んだ子のために、死ぬ。極端なことを言えばね、身を投げ出すっていうこと。それを考えると、子供が見えてくる。

司会 「守る」・・・。

齋藤 母親・・・つまりさ、子を抱く母を守る。子供なんかどうでもよくて、母の歓心を引きたいだけでもいいんだけど、とにかくそれを守るということ。それぐらいの役にしか男は立たないんだって思うことが、私の言う「社会的な父」なんです。それが精神発達の上ではすごく大事なんだね。ようするに献身とか自己犠牲っていうことだよ。あるいは利他主義ね、利己主義じゃなくて。これが男にとって非常に大切な徳目なんだ。ところがそ

れをね、表立って言う人がいないんだよね。

上岡 それ、聞いたことないもん。だって、先生（笑）。

齋藤 「無法松の一生」をみんな読め、と（笑）。あれが男だね。玄界灘の（笑）。そういうときは「男一匹」と言ってもいいわけですよ。男だっていうときは、自己犠牲する自分っていうのが意識されたときにのみ、言えるんですよ。

上岡 （拍手して）なるほど！近藤によく言っとこう（笑）

司会 また近藤さん、具合悪くなっちゃいそう（笑）

齋藤 それをどこで教えているかっていうとね。結局日本だと任侠映画とか、ヤクザ映画とかね。なんかで教えているんだな。

上岡 ふうん・・・、それ面白いねえ・・・。任侠とかヤクザの世界なんだあ、それ・・・。

齋藤 表立った徳目としては、出てこないんだ。それから戦争映画とかね。日本で「女と子供のために」というと「神風」とかさ、すぐそこに結びついちゃうんだね。でも、実際に戦争では、「おかあさん」とか言って死んでたりするんだけどね（笑）。

司会 スポーツでも何でもいから、自分自身を回復して元気になったアパリのメンバーがね。例えば今、JUSTで盛んにやろうとしているアドボケート活動とかにも協力できたらいいですよ。DV被害に遭って怯えきっている母子を、法廷まで付き添って守る、とか。それだけでもいいじゃないですか。そういう役割をもって社会に参加できるようなプログラムを作れないかなあ、なんて思うんですよ。妄想かなあ・・・。

齋藤 もともとアディクトの男の子たちってのはさ。幻想的なパワーを高めようとしてドラッグを使うわけだから。だから、余ってるんだよね。余っているというか、パワーに対する願望はあるわけだから。それを、人を、守るためのパワーとして善用させればいいんだけど。そうすると、自分のことを無視して人に奉仕しちゃうたり、ヘンなのが出来ちゃうたりするかもね。副産物としてね。まあ、そりゃそれで、しょうがないんだけど（笑）。

上岡 アハハハ・・・。

齋藤 そりゃ結局、そんな無理をしていればね、自分に奉仕する部分を全く省みないっていうのは本当はいけないんだけど。でも今は、あまりにも自己犠牲っていうことを言わな過ぎるからね。そうするとねえ・・・、アパリやダルクに行くような人たちは、生き生きしてくると思うよ。

司会 僕たちヤク中は単純ですからね（笑）。若い連中なんか、すごい元気になると思うな。（後編に続く）

### < 次回のお知らせ >

3月19日に家族機能研究所で行われた齋藤さんと上岡さんの対談は、合計二時間余に及びました。アディクトたちが回復の先を目指すべき境地を提案するお二人の話は、示唆に富んでおり、編集部内で協議した末に今回も前編・後編に分けて全文掲載しようということになりました。後編ではさらにお二人の議論が白熱します。どうぞ次号をお楽しみに！

### < 司会 >

富永滋也（とみながしげや）

1968年生まれ。APARI東京本部で回復者スタッフとして相談業務を担当。フェローシップ・ニュース責任編集者。通信社記者時代、震災やオウム事件取材の渦中にワーカホリックと薬物依存症のために挫折。受刑とリハビリを経て現職。現在、AIU/CSPPで心理療法を学びながら仲間や家族の相談にのっている。

## APARI 連続講座 「薬物依存からの回復」開講のお知らせ

アジア太平洋地域アディクション研究所ではこのほど、「薬物依存からの回復」というタイトルで、薬物依存の問題に関心のあるご家族や援助職の方々への連続講座を開催することになりました。薬物依存症回復施設 日本DARC と、アディクション問題を研究するシンクタンクAPARIが、総力を結集する連続講座となります。

- 時間 \* 毎週火曜日の午後6時から8時まで（2003年5月6日スタートです）  
費用 \* 一回 3000円（APARIの活動への寄付金として）  
講師 \* 近藤恒夫（APARI副理事長 日本DARC代表）  
          和高優紀（日本DARC事務局長 家族会主宰）  
          富永滋也（APARI相談担当 リカバード・カウンセラー）  
          第3週と第4週の火曜日には、アディクションからの回復者や、医師・臨床心理士を  
          ゲストに招聘する予定

### 毎月第1週 火曜日

#### 「近藤恒夫のアディクション教室」 講師・近藤恒夫

薬物依存症回復施設DARC（ドラッグ・アディクション・リハビリテーション・センター）を18年前に創設して以来、薬物依存回復支援の現場の最先端を走り続けてきた近藤恒夫が、自身の体験にもとづいたレクチャーや事例検討を行います。アディクションに苦しんでいる本人、家族の薬物問題にお困りの方、困難なケースを抱えた援助職の方々の参加をお待ちしています。

### 毎月第2週 火曜日

#### 「和高優紀の家族教室」 講師・和高優紀

東京・上野の日本DARC（近藤恒夫代表）で事務局長を務める傍ら、薬物依存者の家族をケアする家族会を主宰してきた和高優紀が、薬物問題に直面した家族がとるべき行動・取ってはならない行動、家族が陥りやすい共依存の問題などについてのレクチャーや事例検討を行います。

### 毎月第3週 火曜日

#### 「アディクション回復者の体験談」 講師・12 STEPSプログラムによる回復者 司会・富永滋也

自助グループの12 STEPSプログラムによるアディクションからの回復者をゲストに呼び、体験談を語って頂きます。波乱万丈の回復人生を送ってきた「先ゆく仲間たち」の話は、涙や笑い、示唆や癒しに満ちていて、いま悩みの真っ只中にいる人たちに、今日一日を生き抜く励ましと力を与えてくれます。回復の道をすすむ「伝説のアディクト」たちが続々と登場する予定です。

### 毎月第4週 火曜日

#### 「依存症の心理と回復」 講師・富永滋也

アパリの会報「フェロウシップ・ニュース」の編集、リカバード・カウンセラーとしての相談援助業務を担当している富永滋也が、依存症という病気とその回復について参加者と共に考えるワークショップを行います。齊藤学先生、西尾和美先生らを教授陣とするCSPP（アライアント国際大学・臨床心理大学院）で学んだ依存症に関する最新の知識を披露するとともに、可能な限り、医師や臨床心理士などの専門家をアドバイザーとして招く予定です。

**電話でご予約下さい。**事例検討をお望みの援助職の方は、IPの症例の簡単な概略について事前にお電話でお知らせくださると助かります。

連絡先 APARI東京本部 電話 03-5830-1790 FAX 03-5830-1791  
住所 東京都台東区東上野6-21-8

# 「薬物問題の進行度を知りましょう！」

クライアント、家族、または自分自身が、以下のどのレベルにあるか考えてみて下さい

## 1. 初回使用

### （初回使用）

この段階では、薬物を使う人は、薬物についての正確な知識はほとんどありません。

友達や雑誌・メディアから得た漠然としたイメージと、誤った知識だけです。

### （使用動機）

使用動機としては、好奇心や未知のものへの恐怖、怖いものみたさ、ファッション、背伸びなどが挙げられます。

### （使用パターン）

友達や先輩、同僚、彼氏などと一緒に集団での使用が一般的です。集団での薬物使用は、この「初回使用」と次の「機会的使用」までの期間の特徴といえるでしょう。

### （使用に伴う危険）

薬物の急性中毒や事故、B型・C型肝炎やエイズ、梅毒などの感染症の危険があります。

初回使用以後、薬物を使うことへの抵抗感が少なくなります。

## 2. 機会的使用（社交的使用）

### （使用動機）

「楽しむ」ための道具・仲間内でのコミュニケーションの手段として薬物を使用するようになります。

### （使用パターン）

友達や先輩、同僚、彼氏などとの集団での遊びのなかで薬物を使用します。次第に安くて手に入りやすい薬物が使われるようになり、薬物の種類や量は、機会ごとに変わるようになります（多剤乱用）。

### （使用に伴う危険）

急性中毒や事故、B型・C型肝炎、エイズ、梅毒などの感染症の危険があります。初回使用時より飛躍的に危険は高まりますが、本人に危険性の自覚はありません。

この段階では、薬物の使用は限定されていて（コントロール可能な状態）、手に入る薬物の種類や量は、機会ごとに変わるため、それほど大きな問題は表面化しませ

ん。急性中毒や事故、感染症の危険性が高まることに加え、生活リズムの乱れや行動パターンの変化などが徐々に起こり始めます。

## 3. 習慣的使用

### （習慣的使用）

薬物はその人の日常生活の中に組み込まれた段階をいいます。

### （使用パターン）

アルコールの場合でいう晩酌の状態です。ひとりで薬物を使うことが多くなります。

### （使用に伴う問題）

使う回数や量の増加に伴い、生活リズムの乱れ（遅刻、退学、欠勤など）が多くなります。金銭にまつわる問題行動（薬物を買うために嘘をついて小遣いを頻回にもらう、家の中からお金をこっそり持ち出す、万引きや恐喝をするなど）が目につくようになり始めます。薬物による幻覚や妄想があらわれ始めます。

この段階で適切なケアを行わない場合、薬物の種類や個人差はありますが、数ヶ月から数年で乱用・強迫的使用（薬物依存症）へと進行していきます。

## 4. 乱用

### （乱用）

薬物による気分の変化に夢中になり、薬物を使い続ける状態をいいます。

### （乱用パターン）

単独のことが多くなり、使用していることが周囲に知られても気にしなくなります。

### （使用に伴う問題）

怠学、不登校、退学、退職、酩酊事故、傷害、クスリ代欲しさの犯罪、売春など。家庭内での暴力や暴言、薬物による幻覚や妄想が出ます。

乱用期に入ると、さまざまな問題が表面化し、家族も問題に直面せざるを得なくなってきます。薬物を使うために暴力が出現しやすくなってくるのもこの段階です。この段階では、問題が起きて一時的に使用が止まっても、しばらくするとまた使い始めるといったパターンを繰り返します。



## 5. 強迫的使用（薬物依存症）

### （使用動機）

薬物がないと日常生活のバランスがとれなくなった状態をいいます。

### （使用パターン）

毎日の連続使用状態になります。使用量は激増し、時間のコントロールは不能になります。薬物を使っていないとイライラし、怒りっぽくなる、無気力になるなどの症状が現れ、精神的に不安定な状態となります。

### （使用に伴う問題）

非常に強い薬物への欲求が出現し、その欲求に支配され、生活は薬物を中心に变化していきます。金銭問題、健康問題、家族問題、社会問題など生活に関わる全ての分野で何らかのトラブルが生じます。薬物使用による精神障害（中毒性精神病）が出現し、薬物の使用、非使用に関わらず幻覚や妄想が持続することも多くなります。

この段階では、自分では「ほんの少しだけ」「もう止めよう」と思いながらもコントロールができなくなっています。使い出すと薬物が手元にある限り止まらなくなります。本人の意志では薬物使用を止めることは困難です。

入院治療、司法処遇などの強制的な断薬や、何らかのきっかけで一時的に使用が止まっても、再使用率は極めて高く、長期的なりハビリテーションが必要になります。また、薬物使用が止まった人でも、薬物の種類が変わっただけであったり（禁止薬物から合法薬物へ）、他のアディクション問題に依存対象を変えただけの「毒をもって毒を抑えている」ことが少なくありません。

中毒性精神病が合併した場合には、薬物依存症と精神病の両方の治療が必要になります。

## 6. 使用中断期と使用再燃（リラプス）

### （さらに進行した場合の使用パターン）

使用中断と使用再燃を繰り返すようになります（アルコール依存症では、これを「山型飲酒サイクル」と呼びます）。いったん薬物を使い始めたら、お金がなくなって薬物がなくなるか、体力がもたずに使えなくなるか、幻覚や妄想で精神的に追い詰められて使えなくなるか、医療や司法の処遇によって薬物を使用する環境から離れるという形でしか、やめることができません。

一度使い出すと全くコントロールが効かない状態です。使えなくなると止まったかのように見えますが、その止まっている間というのは、次の使用のための準備段階に過ぎません。薬物を使っていないときでも、薬物に支配されており、症状は進行し続けている状態なのです。

### （この段階での特徴）

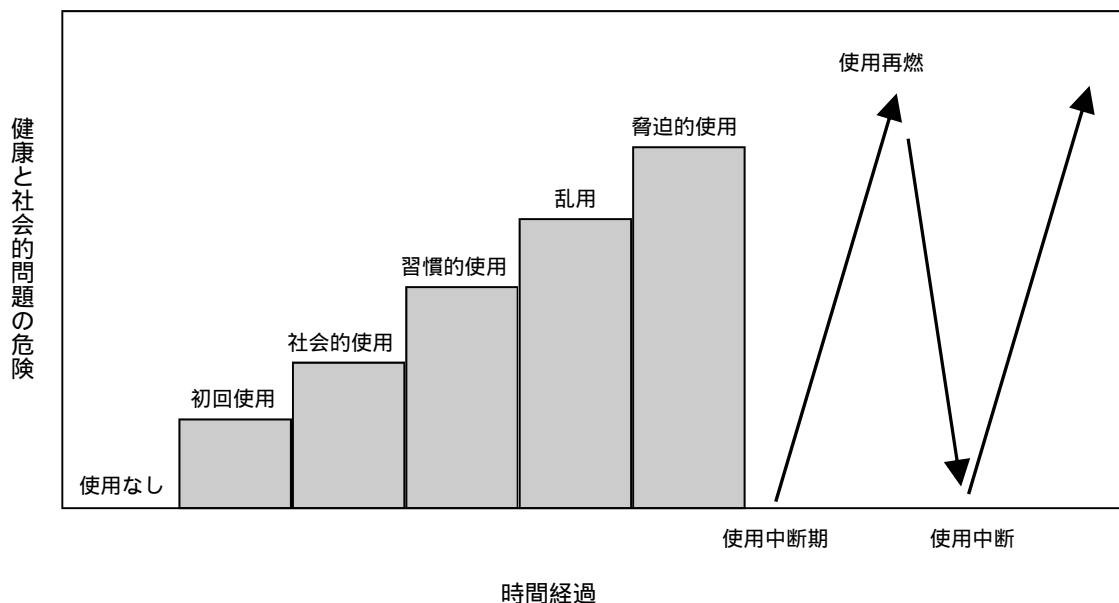
ある程度の断薬期間があっても、一度の使用ですぐに強迫的使用に戻ってしまいます。

幻覚・妄想などの精神症状が、ごくわずかの使用量と使用期間で出現します。

フラッシュバックになることがあります。（フラッシュバック・・・断薬していても、ストレスや飲酒などで薬物を使用しているのと同じような状態になったり、急激に精神症状<幻覚・妄想・不安など>が出現したりする。通常は治療によって1～2週間程度で症状は改善されます）

断薬後、無気力やうつ症状が出現することも多く、そのために断薬の持続が困難になる場合もあります。

出典：「薬物問題を持つ家族のための家族教室」  
アパリ・ファミリーセンター沖縄  
西村直之・安高真弓



## 体験談 リョウ（30才）

### 薬物を初めて使った頃

19歳の頃から彫り師の仕事をしていて、新宿の店で修行して独立し、7～8年やっていた。15～16歳のころ、街でアメカジ、シブカジ・ファッションがはやった。ワンポイント・タトゥーを入れる友達が増えて、その格好よさに憧れた。「それを仕事に出来たらいいな」と思った。小さい頃から絵を描くのが得意だった。中学生の頃は油絵とか正統派の美術が好きだったけれどタトゥーに出会ってからポップ・グラフィックに挑戦してみたくなった。19歳のとき、店に客として通っていて「やってみないか」と言われ、修行を始めた。

ドラッグは、20歳前後に、近所の友達とマリファナを吸ったのが最初だった。薬物というよりも遊び感覚という感じだった。マリファナを身近なもの、自分に必要なものと感じたのは、彼女とマリファナを吸うようになってから。彼女がマリファナを調達してきた。彫り師の先輩からいろいろ教えられた。

10代のころは薬物を使うのが嫌いだった。友達がクスリをやっていると非常に腹を立てたものだった。しかし、一度やり始めたらどんどん好奇心や興味が湧き、LSD、エクスタシー、コカインに覚醒剤となんでもやるようになった。中でも覚醒剤をよく使った。マリファナから覚醒剤のアプリへと移行したので、抵抗はなかった。仕事で絵を描くときにも、外で遊ぶときにも、毎日のように使うようになっていった。

25歳くらいのときに、注射器を使うようになった。「そうだ、覚醒剤って注射器でやるものだよな」と、ふと気付いたように思ったら、やってみたくなった。注射器を使ったら、本当にクスリが止まらなくなった。

### 底つき体験

何年も覚醒剤を使っていたら被害妄想がひどくなってきた。家の外で誰かが僕を監視しているとか、外を歩いていると周囲の人が僕のことを笑っているとか、仲の良い友達や先輩が僕のことをオカマにして芸能界に売ろうとしているとか、ヘンな妄想ばかりが出てきた。誰にも相談することが出来ず、一人で悩んでいた。

そのうちに先輩とケンカをして、仕事を一人で自宅でやるようになった。しかし、クスリをやりながらでは口な仕事にならなかった。客が来て酒を飲んでいたり、「ちょっと待ってて」と言ってポンプでクスリを打ったりしていた。仕事も出来ず金も入らなくなった。客は全部断って閉じこもるようになった。有り金は全部クスリに変わり、借金も重ねた。

鬱の治療を母が受けていて、向精神薬を処方されていた。どんなクスリを母が飲んでいるのか確かめたくて、向精神薬を飲み始めた。そのうちに、ビールや覚醒剤などと一緒に使い始めた。その頃が一番、自分の頭がおかしくなっていたと思う。寝てみた夢と現実の区別もつかなくなった。いつでも夢の中のような状態だった。

僕の両親は、僕が小学校に入る前に離婚した。その頃は、鬱のために母も働かず、母はお祖父さんと一緒に暮らしていた。仕事をできなかった僕は家賃を払えず、お祖父さんに借金を払ってもらっていた。そんな僕の状態が母の耳にも入り、心配した母が僕のところに来た。ところが僕は母と話を出来るような状態ではなかった。母は父にも相談したらしく、駆けつけた父から「病院に行こう」と言われた。そんな父の心配する顔を見ながら、「父は僕のケツを狙っているに違いない」などとわけの分らないことを考えていた。

この頃は、さすがに僕自身も病気が一番ひどいと自覚していて病院が一番安全だと思い、東京都内の病院に任意入院した。クス



日本ダルクの事務所にて、仲間に囲まれて。

リを止めたいとも真剣に思った。しかし、退院するとすぐにクスリを使った。

とにかくクスリが欲しかった。「まとまった量のクスリさえあれば・・・」と、それしか考えられなかった。友達や先輩などとは一切連絡しないでクスリを使い続けた。人付き合いに頭を使わないで済むように、クスリだけのために生きるようになった。「覚醒剤さえあれば、今の苦しさも、何もかも解決する」と思い込み、クスリを止めようという気持ちはなくなっていった。

### ターニング・ポイント

クスリはイラン人から買っていたのだが、ひどいネタばかりに当たり、うんざりしていた。そんな頃、公園で早朝、上半身裸になってローラーブレイドをやって遊んでいて、疲れてベンチで横になっていると、掃除のおじさんがやってきた。おじさんが僕に向かって箒をはくので「なんで俺に向かってやるんだよ」と怒ったら、周りの人に警察を呼ばれた。2週間くらいクスリを抜いていたときだったので逮捕はされなかったが、措置入院で病院に入院させられた。

その病院を退院するときに以前から勧められていたアパリに入院することになった。

アパリのプログラムには、はじめのうちは全く興味がなかった。ミーティングでも「早くここを出てクスリを使いたいです」となどと話していた。普段の態度でも、そういそいう投げやりな態度をとり続けていた。仲間とのフェロウシップ（スポーツなどの施設プログラム）にも出ず、一人であたりをほつつき歩いていた。

入院して半年くらいたったとき、施設のスタッフに呼ばれ、不真面目な態度を指摘された。「フェロウシップに出ろ」「処方薬を切れ」そういったスタッフのKさんに反感を感じた。「半年で出られると思っていたのに、なんだよ。まだ、これからかよ」そう思うと、「やってらんねえなあ・・・」という気持ちが湧いた。

その頃が、後ろ向きに生きていた僕の精神的などん底だった。

それから、自分の態度を意識的に変え始めた。どうせ施設になきゃいけないなら、とりあえず続けるしかない。いつかKさんを見返してやろう。そう思った。

今にして思うと、それがターニング・ポイントだった。

ちょうどその頃、施設で開いている自助グループのセクレタリーを任命された。それまで、自助グループにも全く興味がなく「靈感商法的一种だろう。ひとを暗示に掛けるのはよしてくれ」なんて考えていたが、そういう役割を与えられたら、やる気になった。役割が与えてくれたパワーは大きかった。

### 心と体の回復

病んだ心と体の回復には時間が掛かる。

でも、自分が病んでいるということには、クスリをやる前から気付いていたような気がする。小学校くらいからそれを感じ始めていた。イジメに悩んでいた。僕は、普通の連中よりもちょっと下の位置づけにいた。そんなところにしかいられないと、自分で思っていた。勉強もスポーツもできず、得意なのは絵を描くことだけ。通信簿で5を取れたのは美術だけだった。ワルガキたちの間で落ちこぼれていた。中学に入ってもその悩みを引きずった。中学では、自分がいじめられているとハッキリ思った。ツッパッていないのはダサイと思っただけで、本当にツッパッている連中からはバカにされている。対等になれない。そんな連中と対等なんて絶対に無理な話だった。

親を喜ばすために、高校は都立に受かったのだが、1ヶ月くらいでまるっきり行かなくなった。中学のときからの友達とつるみピザ屋でジュースを飲んでフラフラしていた。それからはバイトばかり。金をもらえるのがすごく嬉しかった。うちはしつけが厳しい家だったので、ジュースや菓子を食べさせてくれなかった。自分で稼げば好きなだけ買える。そのために、バイト漬けになった。

小学校に入る前に、僕の両親が離婚した。そのとき、かなりの物を失ってしまったような気がする。人間関係を作るのがヘタクソだった。僕の心の問題は、そこから生じたねじれだと思う。ひがみっばさ。人をすぐにバカにする。僕の物事の考え方は、人と接する中で出来上がったアタマじゃない。一人で作ってきたアタマだ。だから、ひとりよがりの考え方しかできなくなっていた。

それが全然、回復しない。ミーティングで話す悩みは、そればかり。ひとりよがりの中から出てくる妄想。人間関係の難しさ。でもそれは、クスリを使う前からあった悩みだった。クスリで余計にねじられてしまった。というか、根本はそこなのだが、クスリのせいでそれを考えなくなってしまっていた。「クスリを使うとどうして妄想ばかり出るんだろう」「どうして俺だけうまくクスリを使えないんだろう」そんなことばかりを考えていた。問題をすり替えてしまって、わけが分からなくなっていた。

ミーティング生活をしていると、こんがらがった糸がほどけて、その原点に戻ってくる。

自助グループのセクレタリーを始めた頃、施設のスタッフに言われた言葉に「人間性を回復しろ」「生活習慣を直せ」というのがあった。それで再び、クスリを使う前の自分の原点を考えるようになった。回復ということを考えるようになり、行動であらわし始めると、「その調子で頑張り」とKさんが言ってくれた。そのときにKさんの優しさを感じた。

「回復」って、元に戻るっていう意味なんだろうけど、最近の僕は、19歳の頃の自分の考え方に戻ってきていると思う。クスリを使っていた頃の記憶は消えないけれど、それはそれで、仕方ない。今度、元から自分が持っていた悩みに直面している。回復ということよりも、どう成長するか。生き方をどうやって変えていくか。

### 仲間による気づき

仲間、仲間っていう言葉はどちらかというと、苦手。そういうのが好きな仲間もいるんだろうけど、僕はそういうタイプではない。

でも、藤岡の施設を出るときは有り難かった。仲間たちが受け入れてくれたから、ここで自分が生活できたんだと思った。ふと何秒間の間だったけど(笑)。実感した。施設の中で自然な優しさをさせないと、だめなんだよね。

自助グループの空気は、なんとなく僕たちを優しくさせる。やっぱり、癒される雰囲気がある。黙っていてもそういう雰囲気の中で、自然に優しくされていく。

藤岡の施設では、対人関係にもものすごく悩んだ。「こいつとは仲良くなれそうだな」と思っても、なかなか仲良くなれなかったり、そう思わなかった奴と、妙に仲良くなったり。「思うとおりにならないのが人間関係だ」と最近では思えるようになった。そこに戻れたことが僕にとっての回復かな。閉じこもって薬を使っていたときには、他人の話に耳を傾けるどころか、人の呼びかけに返事も出来ないような状態だった。何を聞いても上の空だった。どうやったら薬を手に入れられるか、少しでも小売をして金を作ろう・・・そんなことばかりを考えていた。

仲間たちとミーティングを重ねたおかげで、自分の気持ちを人に伝えるのがうまくなったと自分でも思う。ミーティングでは、うまく話したいとばかり考えていて、それが「ほかの人よりもうまく話したいから」という差別化をはかろうとする考えのときは問題だなと思う。でも、最近では人の話を聞ける人間になりたいと思うようになった。聞き上手になりたい。人の話を引き出せるような人間になっていきたい。

今でもまだ、自分にとって一番大切な話をするときには、うまく話せない。10代のころと、それは今でも変わらない。くだらない表面的な会話で人間関係を埋めてきたせいかもしれない。自分の身をこれからどうしていくか、大事なところで自分の意見が出てこない。深いところから出てくるものがないって思う。でも、それはこれからの人生で身につけていきたい。

### 正直であること

両親が離婚してから、自分に正直じゃない生き方をしてきてしまった。イジメを受けたあたりからかな。小学校4年生くらい、万引きとかするようになった頃から、自分のやったことを隠すようになった。

自分には、どうしようもないくらいにねじ曲がっている部分とバカ正直なところと、両方がある。自分にとって大事なところ、痛いところを突っ込まれると、正直な自分が隠れてしまう。正直な気持ちを伝えられない。

もう30歳になっているのに、人間性の大事なところが抜けているような気がする。でも、そんなことが自覚できて、こうして人に話せるようになってきたのだから、僕にはこんなペースでいいんだと思う。

現在の自分は普通に正直だと思っているけれど、自分の心の奥に「正直になれない装置」みたいなものが残ってしまっている。ゆっくりと時間をかけて、それを取り外していきたいと思う。

もともとの悩みがあって、10年くらいそれ考えずにすごしてきたわけだから、そこからやり直さなくちゃいけない。これからは第二の人生だと考えて、あせらずのんびり成長していきたいと思っています。

(2003年3月11日アバリ東京本部にて、談)



## こころ温まる妄想 (Loving Families Groupからのメッセージ)

NPO法人JUST アドヴォケーター 柳下明子

毎月の第2土曜日、夕闇の迫る頃。東京・上野の下町にあるアパリ東京本部の地下から、愛するわが子たちのはしゃぎ声が聞こえてくる。アパリのスタッフの若い0君がベビーシッターとして私の12歳の娘、10歳の息子と遊んでくれている。あの騒ぎ声は、室内サッカーだろうか・・・？ほかに、グループの仲間が連れてきた子どもたちが、さかんに黄色い声を上げている。

母親の私は、アパリの二階の中央に置かれた円卓に腰掛けている。周囲を見渡せば、気心知れたグループのメンバーたちの、顔、顔、顔・・・。自助グループ「Loving Families Group」のミーティングがいま、アパリの2階で行われているのだ。

Loving Families Group (略称L.F.G.)は、麻布のJUST(日本トラウマ・サヴァイヴァーズ・ユニオン)で開かれていた「Loving Mother's Group」(子どもを愛したい母の会)を母体にして、今年から新しくスタートしたばかりのグループである。テーマは、さまざまな家族の問題から生じたアディクションについて。毎月第1土曜日はJUSTで、第2土曜日はアパリで、それぞれ2時間ずつ言いつばなし聞きつばなしのミーティングを開いている。子育てに悩み抜いているシングル・マザーの一人として、幼い子どもたちの存在を心配せずに出席できるミーティングの有りがたさは、何物にも替えがたい。

L.F.G.がミーティングを行うようになって、かれこれ4ヶ月がたつ。グループのメンバーたちの妄想は次々にふくらみ、アメリカのセントラル・オフィスから資料を取り寄せて、家族問題の12 stepsグループ「P.A.」(ペアレント・アノニマス)として、日本初のミーティングを開こうという氣勢を上げている。

L.F.G.でファシリテーター(司会役)を務めさせていただいている私、柳下明子(やなぎした・あきこ 通称アッコ)は、ついこの間まで娘と息子と私の3人で、母子生活支援施設で生活していた。2年半における離婚調停、家裁と地裁での裁判、そして再度の調停を経て11月に離婚が成立、ようやく親権を獲得できた。

前夫はG.I.D.(性同一性障害)を自称していた。彼が主張するG.I.D.という個性を私は、受け入れることができなかった。G.I.D.であることを家庭の中でカミングアウトした前夫の、子どもたちへの接し方は、大人の勝手な言い分での、性的に異常な「取り込み」であるとしか私には思えなかった。息子は6歳のときに原因不明の痙攣性発作を起こして倒れた。子どもたちに性的・心理的暴力を及ぼした加害者という意味では、私自身も前夫と同罪だったと思っている。

当時の私は英語塾を運営していた。ワーカホリックになり、夜の仕事である塾の経営にのめり込んだ。家族という場に立ち込める危険な空気を察知しながらも、感情を押し殺して、すべてを隠滅するための努力ばかりをしていた。朝6時半におきて朝食を作り、7時半に子どもたちを学校に送り出す。洗濯、掃除、犬の世話、ガーデニング。「先生のうちはいつもきれい」と言われるように取り繕った。スポーツクラブに通い、午前中いっぱい、泳いだり駆けずり回ったりしていた。

うちの中には一日中、髭を抜き、豊胸のためのバスト吸引機を当てながら、インターネットに向かい、私を追い出してシングルマザー(?)になるうとしていた前夫がいた。「あんたはいいわよねえ・・・何も努力もしなくてもオッパイがあっさ・・・」



近藤恒夫と、アパリのトレーニング・ルームにて。

あんたさ、あたしと一緒にいても愛がないなら、さっさと東京に帰りなさいよ・・・あんたの母親に頼んで金出してもらってさ、こんな田舎で塾なんかしていないでさ、この家の名義はあたしとうちの母親だから、ここで塾やるなら家賃払いなさいよ・・・」などと言われ続けた。それを聞くのがいやで、車の中でおにぎりを食べ、昼過ぎに帰ると瞬時にコピー機を動かし、塾の支度。子どもが帰ってくるまでの時間は、私には地獄のようだった。

そんな家の気配を察してか、息子たちは決まって近所のお友達と一緒に帰ってきて、家の中にはいつも塾の生徒か、子どもの友達が入った。日中は子どもたちでいっぱいにして、私たち母子は平静を装いながら、なんとか暮らしていた。しかし夜になると、110番しなければならぬ事態にまで、家の中に騒ぎが持ち上がることがあった。

あるとき、学校で配られた「子どもの相談110番」というような内容のカードを、娘が私にくれた。「お母さん、お父さんにばれないように、ここに電話してみなよ！」娘の声に励まされて電話をしてみると「お子さんが殴られているとか、そういう状態ではないんですね・・・」「体にあざがあるとか、そういう事態ならお宅まで出向くのですが・・・」ということであった。

その後、前夫から調停に申し立てがなされた。「妻がG.I.D.を差別するために、家庭が崩壊している。G.I.D.の治療に協力するよう調整して欲しい。さもなければ離婚しかない」という内容だった。2人で新幹線に乗ってジェンダークリニックに受診に行き、どうやって彼(彼女)と家庭を運営していけばいいのかが相談もした。しかし本当の問題は、彼の性的アイデンティティにあらざって、性格の病理にあったと現在の私は思っている。

結局は警察に介入してもらい、生活安全課のアドバイスを受けて自らの足で弁護士、女性センター、児童相談所に出向いた。しかし、子どもの養育をめぐることは「そんなことでは児童虐待とは証明できない」と言われ、離婚の理由も「性格の不一致」という扱いになるということだった。調停の場では、私が離婚の意思を

表明するやいなや、前夫は態度をひるがえし、離婚に応じないと言い始めた。親権を渡すなら離婚に応じる、生活保護費の中から養育費を払え、という条件まで付けてきた。饒舌な前夫に私はずいぶんと責められ、本当に疲れ果ててしまった。前夫が出した反訴の書類は電話帳ほどの厚さがあった。

女性センター2ヶ所、児童相談所2ヶ所を走り回り、やっと意見書を書いてもらった。前夫は「児童相談所の相談員を訴える」と息まき、ありとあらゆる手段で自分の正当性を主張してきた。母子生活支援施設に暮らしながら、決着の付かない裁判にいらだち、いつも思っていたのは「どうして子どもたちは法廷で証言できないのか?」という歯がゆさであった。子どもたちが一番、現実を目の当たりにしてきたというのに・・・。

裁判の尋問は地裁で行われた。性的・心理的虐待の被害者に対して配慮するDV法のシステムに則り、相手の顔が見えないように、私を囲むようについたてを立ててもらった。私の当時のカウンセラーでJUSTの相談員だったFさんに、アドヴォケーターとして付き添ってもらった。言葉による前夫からの執拗な攻撃を感じるたび、Fさんが力づけ、励ましてくれた。Fさんが付き添ってくれなかったら、新幹線に乗って遠方の地裁まで行き尋問を受けるだけの精神力は私にはなかった。陳述書を書いて法廷に臨む気力も体力も失っていたときに、JUSTからたくさん力をもらい、本当に救われた。

色々なことがあったが、その後の私は、JUSTのL.M.G.や、サバイバーの自助グループによるミーティングなどに出席し、心に受けた傷からの回復の日々を送らせて頂いた。そして現在、仲間たちと一緒にL.F.G.という新しいグループを立ち上げるに至った。こうした経験を経て切に思ったことは、子ども時代に取り込んでいた様々なストレスがバックラッシュ（反動の嵐）のように、私たちの人生に吹き荒れることがある・・・ということだった。私には幼い頃の記憶がない。断片的にしか思い出せない。両親からはネグレクトされて育った。「お父さんとお母さんが今日だけはケンカをしませんように」と毎晩、祈って眠る子ども時代だった。幼稚園年長が小学校一年生の頃には、さらにひどい虐待を受けた可能性があるということも、おぼろげに分かっている。

グループのメンバーたちのサバイバルも十人十色だ。子どもに暴力を振るうくらいなら死にたい、とまで思いつめているのに、子どもとうまく接することができない仲間たち。子どもを残して本当に先立ってしまった仲間もいた。

理由はどうあれ、同じ苦しみを抱えた仲間たちと、少しでも時を共有したい。アルコールを飲む前に、クスリを使う前に、子どもの首を絞める前に、電話を一本掛けて欲しい。子育ての苦しさを分かち合えずに孤立して「分離」「修復」「再統合」という事態に及ぶ前に、思いつめている仲間たちに「いいかげん」「中途半端」な子育ての勤めをできないものか。仲間の話や顔色、表情などから敏感に仲間の状態を私たちは察知する。自分の子どもの世話には疲れるが、仲間の子どもを見るのはなぜか大丈夫だったりする。そうすることで私たちの感覚も安全感、安心感を取り戻していく。とくに夕方から夜にかけての危険な時間帯に「大声で子どもをどなってしまいそう・・・」「子どもを叩いてしまいそう・・・」になったとき、仲間にかける電話は、親たちにも子どもたちにも、命綱となる。

L.M.G.から引き継いだこんな理念を骨組みに、L.F.G.は、家族の中に生じる嗜癖の問題全般を話し合うミーティングとして成長しようとしている。愛憎が渦巻く家族という場での日常の様々な問題を、公的な機関につながる前に、どこに持って行き、誰に話

せば分かってもらえるのか。シングルマザーやその子どもたち、家族の中の暴力被害者たち・・・そのような弱者であればあるほど、行き場はどこにもない。

そんな現状を、なんとか打破したい。

私はこんな夢を見る。商店街の隅っこに、ビー玉ハウスのような建物があり、子どもたちがなんでも言える場所として、誰かがその聞き役として常駐している。「悪い奴を取り締まる」というような、警察のようなコワモテじゃなく、暮れになるとデパートの地下に現れて「プレゼントは何がいいかな?」と聞いてくれる、ほっぺたの赤い、あのサンタさんがいればいい。もしくは、クッキーなんかを中で焼いているエプロンおばさん。児童相談所や役所、学校のような大きな空間では、子どもたちは安心してなごめない。ひと昔前なら、駄菓子屋のおばさんや、町内でも有名な「コラ!おじさん」、なんて人がいて、「昨日もうちのお父さんとお母さん、ケンカして大変だったよ」「またかい?大変だねえ、そんなときやおじさんちに遊びにおいで」なんて会話もあったのだろうが、今の世の中にはそれが無い。やっとの思いで母子生活支援施設に逃げ込んだ私たち母子は、「いつまでも相手のプライバシーを侵害していないで、過去は忘れて和解しなさい」「あんたは、立派な夫を捨ててきたんだよ」などと施設長に言われた。かみ締める悔しさもないような思いをした私は、心の痛みを笑い飛ばすといういつものパターンに落ち着くしかなかった。

公でできないなら市民活動でやればいい。表向きはクッキー屋でも、喫茶店でも、ビー玉屋でも、ボクシングジムでもなんでもいい。そこには、当事者としてのセンスを持った人たちがいて、医療・司法・行政の専門家と連携があり、心の声を聞く場所がある。そんな草の根活動の一つとして、L.F.G.を機能させていくことが出来たらどんなに嬉しいことだろう。

現在、JUSTとアパリで行われているL.F.G.のミーティングにはさまざまなアディクションに苦しんだ仲間やその家族が集まっている。「次世代に害になるような同じアディクションを子どもたちの代まで持ち込みたくない」という目的で話し合っている。

JUSTでは昨年秋から、アドヴォケート活動に取り組んでいる。DV被害者の家裁調停への付き添い、暴力被害者の女性の医療機関・警察への付き添いなど、専門家にはできない当事者を主力とした市民活動だ。アメリカでは、暴力被害者の権利を守るためのアドヴォケートの存在はすでに常識になっている。アパリでも、そうした活動の一端を担おうという構想があると聞く。さらに!アメリカでは35年の歴史がある12 stepsグループ「ベアレント・アノニマス」を日本でも発足させたいと、メンバーたちは意気込んでいる。

すべては、妄想かもしれない。でも、こんな心温まる妄想を抱かせてくれたグループやJUSTの仲間たち、12 stepsの活動を支援するアパリの皆さん、私の愛する子どもたち・・・そして、こんな私をいつでも見守り、励ましてくれる私のハイヤーパワーに、心からの感謝を捧げたい。

#### L.F.G.のミーティングについては別紙のチラシ参照

柳下明子（やなぎした・あきこ）

通称アッコ。NPO法人JUST（日本トラウマ・サバイバーズ・ユニオン）のボランティアスタッフとしてアドヴォケート活動の普及に取り組んでいる。二人の子どもと暮らすシングル・マザー。10年間に及ぶ英語塾経営のキャリアを活かし、グループの仲間と協力しながら日本初のPA（ベアレント・アノニマス）設立をたくらんでいる。



## サルでもわかるアディクション講座

## (第4回) アノニミティー

トルルルル・・・ガチャ

**サル** もしもし。

**相談員** はい、アパリ。

**サル** どうも、サルです。アディクトのサルです。

**相談員** おう、サル。どうした、一週間ぶりじゃねえか？元気がよ？

**サル** ……はあ、元気です。

**相談員** そうか。良かったな。また使っちゃったか？

**サル** ……いや、どうにかクリーンです。…あの、相談員さんですよ？

**相談員** そうだよ。…いつもの奴じゃねえけどな。オレは、気が向いたときだけこの仕事を手伝っている、ボランティアのブルトってえ者だ。よろしくな。クリーンは長いが、病気の回復の方はあやしいもんだ。自分で言うのもなんだがな。

**サル** ……はあ。いつもの相談員さんは、今日はいらっしやらないんですか？

**相談員** いつもの？…ああ、あいつはクスリ使ってパクられた。

**サル** えっ…？本当ですか？

**相談員** 本当だよ。それがどうした？お前の問題か？

**サル** ……いや、お前の問題って…僕、あの相談員さんにいろいろ話を聞いてもらっていたものですから…

**相談員** 話はミーティングでしろよ。なにを電話なんかで解決しようとしているんだ。ラクしようとするんじゃない。回復は足と耳で稼げ！

**サル** いや、でも…

**相談員** 「でも」もへちまもねえんだよ。NAの第一ステップで大切なのはな、仲間との出会いなんだ。足を使ってミーティングに通い、仲間の話を聞くうちに、過去の生き方にこびりついていた不正直さが取り払われるんだ。電話でグズグズ言っているうちは回復しねえぞ。じゃあな。

**サル** あっ！

…ガチャ

(翌日)

トルルルルルル・・・ガチャ

**相談員** はい、アパリです。

**サル** ……も、もしもし…ア、ア、アディクトのサルですけど…

**相談員** はい、サル。元気ですか？久しぶりですね。

**サル** そ、そ、その声は、相談員さん？

**相談員** そうですよ。どうしました？

**サル** ウキキー！…け、警察に逮捕されちゃったんじゃないんですか？



**相談員** 警察？…昔、何回か、されましたけど、今は大丈夫ですよ(笑)。

**サル** あれ、昨日電話に出た怖い人が…相談員さんがリラプスして逮捕されたって…

**相談員** 怖い人？逮捕？…僕じゃないな。誰ですか、そんなこと言ったのは？

**サル** ……ブ、ブル、ブルドッグさんとか…

**相談員** ブルドッグ？知らないなあ…誰だろう…ああ、借金取りに追われて逃げ回っている、あのオジサンかな？…まあ、いいや。ところで今日は、どうしました？

**サル** ……あの、昨日、ブルドッグさんに言われたんです。「電話なんかで解決しようとするな、回復は足で稼げ」って。

**相談員** ほう。その人は、いいことを言いましたね。

**サル** はい。感謝しているんです。…実は僕、昨日まで、リラプスしたことをミーティングで話せなかったんです。それで、苦しくなっちゃって、ミーティングに行くのがいやになっちゃっていたんですね。

**相談員** うん。正直になれないと、ミーティングには行きづらくなりますね。

**サル** それで相談員さんに、またグチを聞いて欲しくなって昨日、電話したんです。そうしたら、おっかない声で、ブルドッグさんが…。でも、厳しく言われたことが逆に、良かったみたいですよ。あわてて僕は家を飛び出して、ミーティングに行けたんです。

**相談員** そうですか、良かったですねえ。リラプスしたことは、正直に話せましたか？

**サル** はい。話せました。そうしたら、みんな笑顔で拍手してくれたんですよ。…僕、…僕、嬉しくて(涙声)「クスリ使うのは病気だから仕方ないよ。正直に言えたことが大切なんだよ」って言って、ミーティングの後で抱きしめてくれた人までいたんです。

**相談員** そうか、ハグしてもらったんですね。…よかったですねえ。

**サル** はい。あんなにホッとした経験は、僕、生まれて初めてでした。



**相談員** そうかあ・・・そうですね。僕たちは、みんな、そこから始まるんです。子供の頃から、自分が本当に安心できる居場所ってというのがなかった人が、薬物依存になる仲間たちには多いんですよ。自分が一番言いづらくて1人で抱えていた問題を、グループの中で話すことができ、それを仲間に受け入れてもらえたときに「ああ、僕はここにいてもいいんだ」と思える。僕の場合も、そんな体験から回復が始まったんです。

**サル** ミーティングの後、なんだか温かいものに包まれたような気持ちで、ずっと続いていました。でも・・・

**相談員** ・・・でも？

**サル** 実は、その後で一つ、引っ掛かってしまったことがあります。・・・

**相談員** どうしたんですか？

**サル** 前回、相談員さんと約束したじゃないですか。リラプスしたことを、ミーティングの一番最初に話すって。・・・僕、それが出来なかったんです。

**相談員** そうですね。でも話せただけでも十分じゃないですか。順番が大事なわけじゃないですよ。

**サル** 僕、最初に話そうと思って、ものすごく緊張していたんです。そしたら、横からすぐに話し出した人がいて、一番を取られちゃった。しかも、その人は「いやー、また、使っちゃいました・・・」なんて、すごく明るい顔で言ったんです。みんなも、明るい表情でそれを聞いていました。

**相談員** ・・・。

**サル** なんだか、僕は、その人みたいになれないなあって思ってた。勇気がないし、明るい表情で、みんなの笑を取るような話し方もできない。あの仲間は、使っちゃったことを、僕みたいに苦しんでいたのかなあ？

**相談員** ・・・サルさん。すごい勇気だったじゃないですか。2ヶ月も悩み続けたことを、みんなの前で話せたんでしょう？

**サル** ・・・はあ。

**相談員** まずは、それだけで十分ですよ。沢山のことをやろうとし過ぎると、テンパっちゃいますからね(笑)。

**サル** テンパる？

**相談員** 緊張して、気持ちがパンパンに張り詰めちゃうことです。一種の隠語ですね(笑)

**サル** そうかあ・・・僕はテンパっていたんだな。

**相談員** それからサルさん。笑いながら元気に「使っちゃいました」と話したその仲間は、まるで反省していないかのように思えたんですね？でも、もう少し違う見方をしてみませんか？

**サル** 違う見方？

**相談員** そうですね。僕はその仲間も、クスリを使ってしまったことに対して、罪悪感や後悔などいろんな気持ちを持っていたと思いますよ。そうじゃなくちゃ、ミーティングに来て、そのことを話そうなんて思わないでしょう？

**サル** そうかあ・・・。

**相談員** わざと明るく、ふざけて話すことしか出来なかったのかも。こころの問題の表現の仕方は人それぞれ、違うものですし、回復のコースだって一つだけというわけじゃないんです。

**サル** そうか。あの仲間も苦しかったのか。・・・僕と同じようにリラプスして、苦しみながら、クスリを止めようとしていく仲間なんですね。・・・仲間なんだな。共感できたら、なんだかやる気が出てきました。

**相談員** 「共感できたらやる気が出てきた」なんて、素晴らしいですね！回復に必要なのは「正直さ」と「やる気」だと、以前に

言ったのを覚えていますか？その正直さと同じくらいに、仲間の痛みを共感して分かち合うことが大切なんですよ。

**サル** 本当ですか？相談員さん、ありがとう。ウキキー！

**相談員** ・・・最後に一つ、サルさん。

**サル** ウキ？

**相談員** ミーティングの最後に、グループのサービスの人が、何か言っていましたか？

**サル** はい。みんなで手をつないで、ヘンなお祈りをしました。

**相談員** (笑って)その前ですよ。「グループの中で話し合われたことは・・・」

**サル** ・・・あっ！・・・ウキキー！

**相談員** さすがサルさん。すぐに分かりましたね。「けっして他の場で口外しないで下さい」って言っていたでしょう？サルさんが今、僕に話したことは、グループの中で話し合われたことですね。それは、絶対に外部で話してはいけないことなんです。忘れていましたね(笑)

**サル** ・・・はい。ごめんなさい。相談員さんもメンバーなもので、つい安心して・・・。

**相談員** メンバー同士でも、ミーティングのアノニミティー(保秘)っていうのは絶対に守らなきゃいけないんです。サルさんがリラプスしたことを正直に話せて、仲間との分かち合いができてクスリをさらに止め続けていこうという意思を新たに出来たのはミーティングのアノニミティーが守られているからなんですよ。

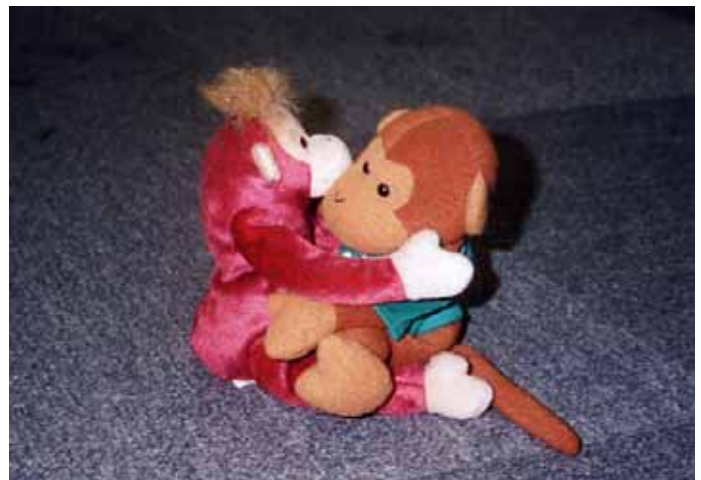
**サル** はい・・・。そういう場所じゃなくちゃ僕も、とても安心してあんなことは話せませんでした。

**相談員** 今回に限っては、サルさんと僕のアノニマスっていうことで(笑)でも、気をつけて下さい。たとえ僕たちのような相談機関の者が相手でも「ミーティングで誰だれがこんな話をした」という話だけはしないで下さいね。

**サル** はい、よく分かりました。気をつけます(笑)

**相談員** それ以外だったら、いつでもまた電話ください。今度はどこかのミーティング場で会いたいですね。

**サル** そうですね。その時は僕が、相談員さんをハグしてあげますよ(笑)それじゃ、また！ウキキー！



構成 : 奥津爾(アパリ東京本部スタッフ)  
 アドバイザー : エイジ・プーさん・シゲヤ  
 (アパリ藤岡の仲間たち)  
 特別出演 : ブルート(ひげのおじさん)

## 神無月才生の好評連載

### ラブ&マーシー

ビーチボーイズ：  
ブライアン・ウィルソンの光と影

#### 第5回 「フィールズがあふれる」

##### 迫る炎

「LSDが効き始めたとき、僕は家の向かいの消防署から消防車が轟音を立てて出動し、そのサイレンの音がどんどん大きくなって耳に入ってきたことを覚えている。僕はおびえた。パノイアだ。炎から逃げようとしている姿を思い浮かべた。消防士がアパートに押し掛けてくる。負傷する。僕はソファに座り、少しでも現実に戻ろうと必死でもがいた。しかし、イマジネーションは僕を裏切って、代わりにホラー映画の中へと導いた。僕はついに炎に包まれた。死ぬんだ...」(「ブライアン・ウィルソン自叙伝」(径書房、中山啓子訳))

ドラッグがリーダーを蝕めば蝕むほど、グループは絶頂を極めていった。1965年、ビートルズやローリング・ストーンズなど英国勢が席卷していたとはいえ、ビーチ・ボーイズはすでに米国では並ぶものがない位置にあった。ナンバーワンを獲得した「ヘルプ・ミー・ロング」を始め、「カリフォルニア・ガールズ」「スループ・ジョン・B」(いずれも3位)とシングルを飛ばし続けた。その背景に父の影響下から離れ、孤高の音作りにこだわったリーダー、ブライアン・ウィルソンの成長があったことは前回述べた。

「妻のマリリンはLSDが僕を変えてしまったと愚痴をこぼし続けていた。彼女の不平不満は、ストップがきかないテープレコーダーのようだった。変化はアレルギー反応のようにゆっくりと、少しずつ起こっていた。さらに予測できない躁鬱の大きな波が、周期的に僕を襲うようになった。僕は1分間泣いた後、今度は何の理由もなくヒステリックに笑った。甘いデザートを大量に食べ、人付き合いを避けた。だが、ドラッグは僕を遠く、観念的



「ペット・サウンズ」のジャケット

な世界に誘ってくれた。はるかかなたの最も忍耐強く、最も知的な人物だけが触れることのできる世界へと...」

##### 作詞家登場

11月に発表されたシングル「リトル・ガール・アイ・ワンズ・ニュー」は、ビーチ・ボーイズがいよいよ「問題児」としての本性を現すことになる、画期的な作品だった。次々にキメのメロディーが変わっていく複雑な曲想は「アイ・ゲット・アROUND」「パンチで行こう」の流れを汲む、ブライアンならではの時代の一步先をいくサウンドだが、肌触りはそれらとも全く違って、どこか宇宙的だ。表向きは夏と恋と女の子を歌い、米国の若者のあるべき姿をたどってきた、かつての優等生グループの姿はどこにもなかった。

物議を醸したのは、曲の途中に入る無音部分だ。唐突に演奏が途切れ、一瞬の静寂が流れ、「彼女はかつての少女じゃない...」と10代の女の子が大人に成長していく様を男の側からの喪失感を出させる厚いコーラスにつながる。エアプレイを拒否するラジオ局が相次ぎ、シングルチャートは20位止まり。成功後に最初に犯した商業的失敗となってしまった。

この変化は、ブライアンが作曲法を変えたことが大きい。彼は一曲を仕上げてから次の曲に取り掛かるというような作曲をやめ、マリファナやLSDを吸い、思いついた断片的な旋律を未完成のまま「フィールズ(感触)」として書き留めていった。曲はそれらをつなぎ合わせたもの。「リトル・ガール」はそれ以後のポピュラー音楽の展開を知った今の感覚で聞いてみると、十分美しく、聞き所の多い作品だ。私はこの曲を聞くと、光が屈折し、暗闇や霧の中に子供のころ見た映像が次々にフラッシュしては消えていく感覚に陥る。早すぎる傑作だったのだろうか。

ブライアンをドラッグの道に引きずり込んだローレン・シュワルツに音楽史上で何らかの功績があるとすれば、それはトニー・アッシャーを紹介したことだろう。トニーは広告会社で働くコピーライターで、その知的なたたずまいに触れたブライアンは自分の曲の作詞を委ねようと決意する。

「メンバーのマイク・ラブと書くんじゃないの?」と首を立てに振らないトニーにブライアンは「彼には僕が感じていることが表現できないと思う。鋭い感性のある人がほしいんだ」と迫った。トニーは折れて、3週間の休暇を取り、ここに鉄壁のソングライターコンビが誕生。ビートルズの名作LP「ラバー・ソウル」を聞き、ショックを受けたブライアンはトニーに「それを超えるアルバムを作りたい」と持ちかける。それにはまず、お互いを知るための会話が必要だった。ブライアンはまず、自分が抱えていた女性への悩みを素直にトニーに打ち明けた。

##### 素敵じゃないか

妻のマリリンだけでなく、2歳年上の姉のダイアンと幼い妹バーバラに同時に芽生えた不思議な恋心。マリリンとダイアンはもともと、いとこのジンジャー・ブレイクと3人でガールズ・グループ「ハニーズ」にいた。知人の紹介で知り合い「ダイアンに傾いた次の日にはマリリンのことを考えていた」ブライアンは結局、三人娘の次女マリリンと64年12月に結婚。当時、ブライアン22歳、マリリン16歳。「僕たちの結婚は普通ではないし、僕が普通の人間ではないことも彼女は分かっていた」(ブライアン)という。

衝動にかられて、まだローティーンのバーバラにキスをして「バーバラ、愛してるよ。ああ、愛してるよ」とうっかりもらす。「ハイになりすぎて、彼女の気持ちまで考えることができなかった。脳からの指令はメチャクチャだった。彼女は僕の抱擁を素早くかわして、長い爪で僕の腕をひっかいた。そして指がひき





ペットサウンズ・セッションズ当時のブライアン・ウィルソン

ちぎれるほど強く、僕の手をつかんだ。すごく痛かった。頭の中では線香花火がシューッと音を立てたまま、その火は雨の中でくすぶっていた。僕は暗い孤独な気分で落ち込んでいた。僕を慰め、過敏な子供のような願望に応えてくれる人がほしかった」

マリリンは薬漬けのブライアンに軟化し、一緒にマリファナを吸うようになっていた。「よき理解者」であろうと方針転換した幼い妻。一方で、バーバラに拒否されたブライアンが接近したのはダイアンだった。「彼女はそのとき秘書として働いていたため、僕の家にいることが多かった。僕は、彼女とのセックスはどんな感じだろうと思いつつ彼女を見ていた。マリリンは精神的に必要なだが、肉体的には彼女の姉に引かれていた」。ハニーズのアルバムジャケットなどに映る姉妹の写真などで比べると、かわいらしさが際立つマリリンに対して、ダイアンの方が確かに、どこかなくつやっぽく見える気もする。

ブライアンはトニーに隠すことなく言う。「昨日の彼女、すごくきれいな見えただろう」「誰が?」「ダイアンを見ていたら、

ほんと、きれいだったんだ」。トニーは驚いて「ブライアン、結婚してるじゃないか」と問い詰める。「そうさ」と肩をすくめ「だけど、彼女のそばに身を横たえて、あの長い髪の中に顔をうずめられたら素敵じゃないか」「おい、いい加減してくれよ」「僕は恋をするっていう感じに恋してるんだ。フィーリングなんだ。僕がほしいのは、それだけなんだ」

このときブライアンが発した「素敵じゃないか」というフレーズ。トニーはそれを書きとめ、数日後、「個人的になってしまったかもしれないが...」と謝りながら歌詞を渡した。一読したブライアンは「これこそ僕がほしかった歌詞だ!」と叫んだ。

「もっと年を取ったら素敵じゃないか そうすりゃこんなに長く待たなくてもいいよ」と始まり「お休みを言った後も二人で一緒にいられるなんて素敵じゃないか」とつなぎ「結婚して幸せになるんだ」と結ぶ曲「素敵じゃないか」は、ポップス、ロックの枠を超えた音楽の金字塔LP「ペット・サウンズ」のトップを飾ることになる名曲だ。

これ以上あり得ないような幸せな歌に聞こえるが、歌詞を熟読すれば、実は正反対のことを歌った内容であることが分かる。「Wouldn't it be nice」というフレーズからうかがえるのは「実現しないから素敵なんだろうなあ」という絶望感。結ばれぬ運命。

ダイアンへの届かぬ思いを綴った歌詞だったのだ。

#### < 筆者プロフィール >

神無月才生 (かんなづき・さいせい)

音楽・映画評論家。1969年生まれ。英米のロック・ミュージックや香港映画シーンの切り口鋭い批評で知られる。コアな映画ファンの間では彼の自作ホームページが大人気を博している。(神無月才生のホームページは <http://plaza.harmonix.ne.jp/~skz/> です)

## 緊急援助金のお願い

NPO法人アジア太平洋地域アディクション研究所(アパリ)は薬物・アルコール依存症などアディクションからの回復に取り組んでいる仲間たちを支援するために結成された非営利団体です。公的援助を一切受けず、わずかな寄付や民間助成金で運営しているため、事務所はいつも閉鎖の危機に迫られています。

NPO法人アパリの活動を支えるために

**緊急援助金の寄付、アパリ会員への入会、またはフェロシップ・ニュース購読料支払**のご協力をよろしくお願い申し上げます。

### < 緊急援助金の寄付 >

口座番号【00160-7-136870 アパリ東京総本部】 振替用紙に「アパリ緊急援助金」とご記入をお願いします。

### < 入会方法 >

年会費(正会員一口¥12,000、賛助会員一口¥6,000)を郵便振替にてご送金ください。毎月「フェロシップ・ニュース」をお送りします。また、書籍購入の割引や公開講座・フォーラム等の情報提供等、様々な特典がございます。

口座番号【00160-7-136870 アパリ東京総本部】 振替用紙に「会員 年会費」とご記入をお願いします。

### < 本誌の購読方法 >

年間購読

郵便振替でお申し込みください。

口座番号【00160-7-136870 アパリ東京総本部】

年間購読料5,000円(送料込) 振替用紙に「会報年間購読料」とご記入をお願いします。入金確認と同時に郵送します。



## APARI藤岡 アウェイクニングハウス

アウェイクニング・ハウスは、アジア太平洋地域アディクション研究所（APARI）が運営している薬物依存症からの回復のためのリハビリ施設です。

回復のためのプログラムは、自助グループ（NA＝ナルコティクス・アノニマス＝）の手法を取り入れたグループ・セラピーが中心です。入寮者が全員参加するミーティングを毎日行っているほか、夜には地元で行っている地域のNAミーティングに参加しています。

このほか、入寮者が自主参加するかたちで、スポーツ・プログラムや農作業、陶芸、ボランティア活動など、さまざまなプログラムを行っています。

薬物依存症になる人のほとんどが、対人関係が苦手で自分だけの世界に引きこもったり、なにかに依存することで心の葛藤を解決しようとする傾向を持っています。施設では、同じ苦しみと闘う仲間をつくることで孤独癖を解消しながら、ミーティングで正直に自分の話をすることで薬物依存に陥った自分自身の心の問題を内省してもらっています。

東京からJRと車で2時間半。群馬県藤岡市の自然の山々に囲まれた施設で、薬物乱用で荒廃した精神状態を安定させ、病的依存から回復・自立できるような環境と援助を提供しています。



### アウェイクニングハウスの各プログラム



スポーツプログラム



ミーティング風景



農作業プログラム



陶芸プログラム



### APARI 藤岡研究センター

〒375-0047

群馬県藤岡市上日野2594番地

電話 0274-28-0311 FAX 0274-28-0313

### APARI 東京本部

〒110-0015

東京都台東区東上野6-21-8

サニーハイツ東上野1F

電話 03-5830-1790 FAX 03-5830-1791

Email [apari@tokyo.email.ne.jp](mailto:apari@tokyo.email.ne.jp)

<http://www.ne.jp/asahi/np/apari/>

#### 【入寮条件】

- 1、薬物依存から回復・自立をしようとしている本人
- 2、男性（年齢制限はありません）

#### 【入寮期間】

3ヶ月、6ヶ月、12ヶ月の目安はありますが回復の度合いは個人差があるため特に定めません。

#### 【入寮費】

月額16万円（生活保護受給者は応相談）		
内訳	施設使用料（共益費含む）	¥60,000
	食費	¥30,000
	生活費	¥35,000
	プログラム・カウンセリング	¥35,000

年間購読料5000円 領価1部500円