

フェローシップ・ニュース

44

新年あけまして おめでとうございます。



河口湖のほとりで

新年明けましておめでとうございます。

私たちアパリにとって、去年はたくさんの宿題が提示されたように思います。社会は混沌とし、政治も次から次へと目まぐるしく変化し、誰がこのような社会にしてしまったのだろうか？多分一人一人の無関心がこのような社会を創りあげてしまったのではないかと思います。その中で唯一アパリやダルクのような脆弱で国にも振り向いてもらえない組織は生き生きと活動しているのではないのでしょうか？

一昨年から始まったフィリピンの草の根支援活動が本格的に動き出しました。法務省の「刑の一部の執行猶予制度」にはアパリができることがたくさん含まれています。私たちは嘆いてばかりいません。小さな組織ではありますが、私たちには日本を変えようとする気概に満ち溢れています。

今年もみなさまへ生き生きとしたメッセージを発信し続けたいと思います。

みなさまにとってよい一年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。



理事長 近藤 恒夫

特定非営利活動法人
アジア太平洋地域アディクション研究所

発行日
2011年1月1日

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DARCやMACの各施設、福祉・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方々を支援しているシンクタンクです。

目次：

新年のご挨拶…近藤恒夫	1
JICA & APARIフィリピンプロジェクト…キャロル氏体験談	2
第6回DARSより…加藤武士	3
栃木ダルク農業プログラム見学！…志立玲子	5
入寮者からのメッセージ…ソラ	6
アメリカにおける薬物依存症者への鍼治療マック・ダルク合同クリスマスParty	7
アパリからのお知らせ	8

JICA & APARI フィリピンプロジェクト 「フィリピン薬物依存治療事情」 2010/8/25

キャロル氏（フィリピン コアメンバー）

私の経験についてお話しします。私は29歳になってから薬を使うようになりました。中流家庭の出身で、母は小学校の教師、2人の兄弟、2人の姉妹を含め、みんなで支えあって暮らしてきました。大学で音楽を学びながら、職業訓練としてコンピュータ関連の勉強もしました。卒業後、企業で事務職をしていましたが、退職してクラブで歌うという仕事に就くようになりました。クラブ歌手として仕事を続ける中で、あるとき日本で働かないかと誘われました。3年半の間、半年ごとに日本とフィリピンを往復する生活をしていました。

6回ほど日本を訪れていましたが、私にはその頃ある男性と知り合い、結婚することになっていました。しかし、既にフィリピンでシャブを使い始めていました。当時、夫となる人もシャブを使っていましたが私はそのことを知りませんでした。全てを知った時は大きなけんかになり、暴力をふるわれることもありました。そういったけんかもありましたが、別れることはよくないと我慢していました。子供ができたなら何かが変わると信じていましたが、子供ができて何も変わらず、むしろ状況は悪くなりました。

そして、子供を連れて実家に戻ることになりました。私はまだシャブを使っていて、母親の勧めで精神科に行ったところ、早く夫と別れるように勧められました。そして、その頃こう鬱剤を処方されて、服用し始めていました。薬を服用しながら子供と暮らす日々が始まったのですが、ある日抗うつ剤を20錠服用しました。救急病院に運ばれて、1週間ICUにいました。自分自身に何が起きたのかわかりませんでした。そしてそれから私の新しい生活が始まりました。

その後、郊外で生活している頃、また出会いがあり、再婚することになりました。新しい夫との間に子供も生まれました。彼は親切で、私を支えてくれる人でしたが、彼は病気を抱えていて結婚した3年後に亡くなりました。

それまで、薬を使ったり使わなかったりでした。しかし彼の死で底つきを体験しました。周りの兄弟たちがリハビリセンターへ入ることを勧めました。弟も既に繋がっていたので、同じ施設を勧められました。弟のカウンセラーはNAミーティングへの参加を勧めてくれましたが、忙しいし、時間もないし、それが一体何なのかわからなかったので通いませんでした。私がリハビリセンターに繋がった頃、解毒の対応はできないと言われ、家で2日間過ごすことになりました。一人で解毒しなければならず、それがとても大変でした。

リハビリセンターに入った後は、グループセラピーやカウンセリング、回復について学んだり、家族セラピーにも出ました。そこでNAのことを知ったり、12ステップについて学びました。朝の屋外ミーティングや午後のミーティングなどにも参加するようになりました。私はお酒を飲まないのですがアルコールのAAにも参加しました。

3カ月の治療後、プログラムを更に1ヶ月延長することにしました。3カ月の間に3つのステップまで進みましたが、さらに上の、ステップ4に進むためにスポンサーを探し始めました。4ヶ月後、リハビリセンターを出た後に、あるテレビ放送局のビルの中で開かれているNAミーティングのボランティアセクレタリーに選ばれ2年間働き、その後4年ほど仕事をしていたのですが、母が高齢で介護が必要になりその仕事を辞めることになりました。他の兄弟たちは皆、学生だったり、仕事を離れられなかったのです。

母や弟と2人の子供と暮らすようになった後、弟はリハビリセンター(FWC)でボランティアをしていました。昨年、その弟が私に日本でリカバリーのことを学ばないかと話をしてくれました。それはこのプロジェクトのことでした。面接を受けることになったのですが、当時はよくわかっていませんでした。

その面接の時にFWCのリッチーから、履歴書とパスポートを用意して欲しいと言われました。もしかしたら日本に行くことがあるかもしれないと言われていましたが、今日こうしていることは想像していませんでした。

今年2月に仕事を辞めて、リッチーに来日するための書類の準備をして欲しいと言われていましたが、来日することやこのプログラムに関わっている実感はありませんでした。しかし、こうして8月11日に日本に来ることになりました。ダルク25周年フォーラムやNAコンベンションに参加したり、このプロジェクトについて、JICAやアパリ・ダルクのことを学びました。

このプロジェクトを通して、フィリピンの貧困層を支援することに感銘を受けたので、このプロジェクトに関して一緒にやっていきたいと思うようになりました。17年ぶりに再び日本に戻ってくることができて嬉しいです。日本が大好きです。日本の食べ物も好きですし、皆さん優しく大好きです。

昨年8月にフィリピンのコアメンバー2名が本邦研修に参加するため来日しました。

前号ではキンバート氏の体験談でしたが、今回はキャロル氏の体験談です。

(龍谷大学矯正・保護総合センターで開催された講演より)



右がキャロル氏

【事業概要】

事業名: マニラ市貧困層における薬物依存症者に対する回復支援推進事業

事業の目的: マニラの貧困層に薬物依存症者のためのミーティングが開催される環境が整う

対象地域: フィリピン マニラ市の貧困層地域

活動及び成果:

1. 本事業を実施する上で必要な現地情報を収集し、中心となるコアメンバー5名を選出する。
2. コアメンバーの本邦研修により、ミーティング開催に必要なノウハウやファシリテートスキルを学ぶ。
3. 現地でミーティングを開催し、地域で薬物依存症についての理解とミーティングに対する理解を深める。
4. ミーティングの際に使用するハンドブックを作成する。

実施期間: 2009年5月～2012年3月(約3年)

カウンターパート: ファミリー・ウェルネス・センター = FWC(マニラ)

協力機関: タタロンラーニングセンター(タタロン)

JICA & APARI フィリピンプロジェクト 第4回派遣 2011/1/16 ~ 22予定

本年1月に第4回派遣があり、5名のプロジェクトメンバーがマニラに向かいます。その他に各地のダルクスタッフ4名、沖縄ダルクの入寮者3名で総勢12名になります。更に今回はJICAの職員2名、そしてNHKから2名同行する予定です。

タタロンで開催されているARMミーティングを視察する際に、現地で琉球太鼓を披露することになりました。日本から太鼓と衣装6セット担いで行きます。現在はタタロンでしかARMミーティングが開催されていませんが、今回の渡航でミーティングが開けそうな会場の候補地を訪ねる予定です。



フィリピン・タタロンの風景

その候補地の1つにあがっている教会にも行く予定です。そこでは薬物やアルコールに問題のある親を持つ子どもたちのプログラムがあります。そのプログラムを見学した後に、子どもたちの前で琉球太鼓を叩かせてもらおうと計画しています。

また、本プロジェクトは残り1年3ヶ月で終わってしまいますが、その後にもう少し拡大した形で新たなプロジェクトに望みたいと思っているので、その現地調査も兼ねています。

第4回派遣の詳細は次号で報告します。

第6回DARS 薬物依存症者回復支援セミナーより 2010/12/11金沢

「アディクトたちによる生きていくための実践
～これに対して社会は何ができるのか～」

京都ダルク 加藤武士

いろんなプログラムの取り組みを全体からみて、薬物依存症者にどんな風に関ってきたのかというところを他の病気と比べてお話しします。今、医療に繋がるアルコール依存症者が80万人、薬物依存症者が10万人、刑務所にいる薬物乱用者（依存症者）は大体受刑者7万人のうち3割が薬物事犯者と言われています。薬物の事件を起こしてないけど薬物の問題がある人を入れるともう少し多くなります。実際面会に行っていて、仮釈放前の人とお会いする機会が多いのですが、半分くらいはアルコールか薬物の問題を抱えている。事件は強盗傷害なんだけど、実はそういう問題があるという人がいます。そういう人を入れると12、3万人になります。物質乱用だけでも100万人くらいの人がいるとも言われています。他の疾病を見ると統合失調症が75万人、自閉症が36万人。合わせてアルコール・薬物依存症と同じくらいの数になります。患者数から見ても、依存症者治療プログラムがある医療機関は10ヶ所くらいしかないし、中毒性精神病も精神科の半分以下しか診てくれません。異常な状態です。これを何とかしてもらわないといけません。福祉施設にしても統合失調症、自閉症、知的障害の施設はたくさんあります。障害者自立支援法の生活訓練施設、そういう施設が780くらいあります。薬物アルコールの人が利用できる場所は全国で10ヶ所もありません。医療や福祉の現場で置き去りにされている。依存者はやっかいな人たちなんですね。診たくない人たちです。「ダメゼッタイ。人間やめますか？覚せい剤やめますか？」のキャンペーンの中で扱われてきた人たちです。福祉の現場でも1999年法律が変わって、医療の対象者としていなかった人を診ていこうと変わりました。その前後に全国のダルクやマックが共同作業所、小規模作業所、地域活動支援センターのようなものになって行きます。実際は今もって、やっかいものとして扱われていません。他の病気、例えばタバコは病気として禁煙外来が始まっていますし、メタボリックも医療として診ていこうとしているし、髪の毛が薄い人も治療に行きましょうなんて言われている。でも、薬物依存症についてはほったらかしです。DVや虐待についても制度が変わり、支援やケアが行われて、被害者を助けなきゃいけないということでいろんな制度が動き出すんです。薬物依存症の場合は被害者が見えにくい。誰が被害者なのか、家族なのか、使い続けて止められなくなった人なのか、なかなかそうは見てもらえない。ほったらかしにされて、犯罪者として扱われてきた人たちが、自分たちの力で自分たちで集まって何とかしたのが自助グループや自助活動であると思います。

ダルクはやっと今、少しは回復するんだと、単なる犯罪者でなく、ダメな人間でなくて回復する人たちと見られるようになりました。25年経って現在60ヶ所近くになります。回復の場・資源が増えていきます。仲間同士と一緒に手助けしていく中で回復してきたわけです。それを後で専門家の人たちが、回復するのはどうということなのかということで、病気というふうに捉えられていきました。マトリックスのプログラムも出来てきました。実際、マトリックスの研修会に参加しましたがあまり新しいことはなくて、自分たちがやってきたことと何ら変わりはありませんでした。自分たちが自由な中でやってきたことを、キーワードを整理したり、それを順序だてたのがマトリックスでした。ダルクがやってきたことは、キーワードをその人が受け取りながら次のステップやワードに進んでいくことだったと思います。 つづく



フィリピン・タタロンのARMミーティング会場の前で



京都ダルクの加藤武士施設長



毎回DARSでは趣向を凝らした癒しの時間を設けています。今回はフラダンスでした。

DARS (Drug Addiction Recovery Support)

は、2009年5月31日に東京の御茶ノ水で開催されたある研究会に集まった12人の男女が、薬物依存症者の回復支援のための担い手を育成しようと立ち上がった集まりです。

書籍のご案内**拘置所のタンポポ**

日本ダルク代表
近藤恒夫 著

目次
プロローグ のりピー、ダルクへおいでよ
第1章 絶頂からの転落～そして再起 わが波乱の半生
第2章 誰が、なぜ、ヤク中になるのか
第3章 あまりに知られていない覚せい剤の世界
第4章 なぜ薬物依存者は立ち直りにくいのか
第5章 立ち直るためにはどうすればよいのか
第6章 新生した仲間たち

発売：双葉社
定価1,400円（税別）

全国の書店でお買い求めください！

25年前のダルクはミーティングができる居場所でした。その後、精神科の病院や生活保護がみてくれたことで、少しずつ裾野が広がっていき、ダルクもあり方を変えていきました。それぞれの地域でそれぞれのダルクが出来ることをやってきました。今日は富山ダルクが太鼓を披露してくれましたが、僕には太鼓はできないけど、僕なりに仲間と回復を歩んでいるわけで、太鼓やらなければ回復しないわけではないし、ちゃんとスーツとネクタイしてるのが回復でもない。それぞれの人間的な成長を歩んでいくのが回復でないかと思いません。明日、三重ダルクの市川さんが講演しますが、彼らは就労支援で働く場を創出していますし、栃木ダルクも農業をやりだしました。それぞれのところでそれぞれのやり方をやるのがよいのです。京都ダルクでダメだった人が三重に行って良くなったり、三重でダメだった人が大阪行って良くなったり、ひとつであり、ひとつでない良さがダルクにはあります。

ダルクの現状ですが、インフォーマルな形式ばらない中での支援が本来の姿で、カウンセリングとは全く違います。ミーティングの場所は薬物を止めたい人が集う場所でありメッセージを伝える場所です。どうしても他の人がやると、止めさせるとか、覚えてもらうとかそんな風になってしまっていますが、やめさせることはできないという謙虚さをもつことがダルクなのかなと思います。一方で、ダルクが徐々にフォーマルなところに引き込まれています。2000年あたりに作業所になり、書類を提出しなさいとか、人員配置はこうですとか、スタッフと利用者の間にも溝が出来てきます。今まで出来ることをやってきたのが段々厳しくなってきた、障害者自立支援法が出来た頃には、法人化しないと報酬出せないですよと。そこで多くのダルクがグループホームや地域活動支援センターになりました。お金を手放すことができずに多くが法人化してきたのです。地域別に見ると都市部の施設ほどそうです。ランニングコストが高いし、たくさんの利用者を受け入れられる格安の物件がない。地方に行けばあるという地域的な違いがあります。また、法人化しなかった施設では、活動に制限がでてくることを嫌って、法人化しないままで運営をおこなっています。

1つのダルクがどれくらいお金を使っているのか？多くは大体年間2千万円位で、スタッフが1～2人でやっています。スタッフの社会保障もほとんどありません。当事者だけで情熱や感謝でやってきたけど、もっと多くの人に支援やケアに関ってもらおうと思うと、そこを整備しないと色々な人に入ってきてもらえません。将来、生活保護になってもいいと思ってスタッフをしている人がたくさんいます。これじゃダメなんです。もう少しお金の集め方と使い方を変えていきたいと考えます。問題があるところにはお金をかけていくし、ないところには出なくてもいいだろうし、僕はそういうお金の使い方がいいと思います。国がやると各自治体にいくらずつってことになってしまいます。京都ダルクの新しい試みとして京都地域創造基金という、こういうことをするのにいくら必要だから出してくれないかと地域から集めようとしています。200万円募集しているのに30万円くらいしか集まっています。京都地域創造基金のサイトをご覧ください。

全国のダルクの形態ですが、通所しかできないところ、入寮しかできないところ。通所も入寮もできるところもあります。昔は毎日来いという感じだったが週に何回かの利用、それで薬を使ってしまったなら、もう少し利用日を増やしたらいいなど幅広い利用の仕方を京都ダルクではしてもらっています。ダルクはどんな人でも受け入れて敷居が低くて間口が広いので、多くの支援や援助が必要な人がやってきます。知的障害でも、シンナーの問題があればダルクさんへと連れて来られます。知的障害の方はそちらの施設との併用と思うのですが、つつい薬物の問題があるとダルクに丸投げが多くなっています。次の行き場がないのでダルクに留まっていく。ダルクにそういった場を作り上げていくスキルも乏しい。生活保護の数字からみても、手厚いケアが必要な人がダルクに入っています。2003年には生活保護受給率42%でしたが、2008年には65%になりました。多くが30代の働き盛りの人。若い人は重複障害、発達障害の問題。薬物の問題が解決しだすと、隠された別の問題が出て来ます。そこをケアしていかなければいけないのですが、ダルクはそんなノウハウないですし、発達や精神に関する援助のレクチャーを受けてませんし、ただ薬物を止め続けてきただけですから、本当は多くの人に関して、抱えている本当に解決すべき課題を一緒に解決して欲しいです。それがなかなか出来ないためにまたクスリを使ってしまうことになっていきます。

発達障害や精神障害だけでなくC型肝炎、HIVも同時に治療をしないとダメです。介護も大変で、京都ダルクは狭くて3階建てなのですが階段を上り下り出来ない人もいます。身体的な治療と共に薬物を止めていくためには、人もお金も足りないのが現状です。もうちょっと余裕があれば違う回復や共に生きるということが成しえるのかなと思います。高齢化の問題も避けられません。そういう人たちの居場所も必要になってきます。一般の老人施設に紹介しようとしてもいい顔をしてもらえないのも課題です。

京都ダルクは刑務所に年間150回以上出向いています。充分な実入りはありません。学校講演もたくさん行きますが、大変です。何とかよろしくお願ひしますと言われて、何とかやっています。そんな中でダルクのスタッフがウツになったり、バーンアウトしたり、今年は九州の施設長が2人命を落としています。自分のことより仲間のことを優先したのか、治療をほったらかしする中で燃え付きて命を落とすことになってしまったのか。もう少しお金と人がいれば解決できるのではないかと思います。

学校講演で呼ばれても、回復の話は嫌われます。ガスの話はしないで欲しいと言われます。今ライターガスを吸う子が多い。それを話すと吸う子が増えて困るから。でも知らぬは先生の方だけ。実際京都ダルクにも中学生が来て、話を聞いているとグループの中でガスが使われていると話していました。それから薬局で売っている薬のことは話さないで欲しいという注文もあります。何で僕たちを呼ぶのかなと思います。「僕たちは薬物を使って楽しい思い出もしたけど、ヒドイ目にもあって、やっぱり止めている方が楽しいよ、シラフが一番心地いいよ！」と伝えたいのですが、薬物の恐ろしさや幻覚妄想について話してもらいたいと言われます。他の人がやるべきことをダルクが一所懸命やってきたのです。なぜやってきたかという、刑務所に薬物依存者がいるし、学校の中に100人に1人自傷行為をしている子がいるかもしれない。そういう人たちにメッセージが届くのであれば行こうとしたのです。

薬物の電話相談で京都ダルクは月に100件以上あるのに、行政からの補助はゼロ。京都府の薬物乱用防止の電話相談は年間10件ちょっとしかありませんが予算がつけられています。府からの京都ダルクへの相談事業への予算付けについて、ダルクでやっているからそれでいいんじゃないの、何でお金つける必要があるの？と。そういう感じなんです。多くの行政は、ここを変えて欲しいなと。

これから皆さんと一緒に変えていっていただきたいなと思っています。

栃木ダルク農業プログラム見学！

志立 玲子

11月17日、栃木ダルクで最近始めた農業プログラムの見学に行ってきました。場所は栃木県那珂川町にある「那珂川コミュニティファーム（CF）」。



この直売所では採れたての野菜を販売しています。

イタリアトスカーナ地方の田園風景を思い起こすような小高い丘の上にありました。地元で「星の見える丘農園」を営んでいる星一明さんが、担い手の不足からダルクの労働力を活用してみようと思ったこと、そして農業を学ぶことで職業の選択の1つに考えてもらえればとの思いがあったようです。また、地域の過疎化対策にも一役かっています。農業指導は星さんがしてくれます。



コミュニティファームの入り口



ここで作られているお米と野菜の農法は、ピロール資材を土壌に撒いて作るピロール農法です。(1)

【農産物】ピロール米、ビタミン菜、じゃがいも、白菜、大根、キャベツ、人参、ナス、トマト、唐辛子など

【プログラム】午前と午後：農業orミーティング
夜：NA

【期間】特に定めない

【定員】5名 12名に増えます。(H23、2～)

【対象者】高齢者、発達障害の問題を抱えた方など
最初は那須トリートメント・センターで基礎プログラムを受けて、状況に応じて那珂川CFに移ることができます。

ここで収穫されたお米や野菜をご希望の方は
那珂川CFまで : 0287-96-6051

1
ピロール農法とは、ピロール資材を田畑に散布することによりらん藻を大量に繁殖させ、このらん藻の優れた働きにより、おいしく栄養価の高い作物を収穫することができます。
「らん藻」は光合成微生物であり、酸素と栄養素を根や他の微生物に与えるのと同時に、農薬やトリハロメタン、ダイオキシンをも分解する、といった働きもあります。
「環境に優しい」「食の安全」「栄養たっぷり」「美味しい」といった特徴があります！

シンポジウム 「依存問題を発達障害から考える」

第4弾 広島 平成23年1月23(日)10時～16時
会場：RCC文化センター (広島市中区橋本町5-11)
ゲスト：市川岳仁氏(三重ダルク施設長)「発達障害を持つ依存症回復者の地域移行」

第5弾 富山 平成23年2月20日(日)10時～16時
会場：サンシップとやま (富山県総合福祉会館 富山市市安住町5-21)
ゲスト：ひいらぎ氏(AAメンバー)「12ステップの有効性と発達障害を持つ場合の課題～自助グループ内での経験から～」

主催：ワンデーポート 協力：アパリ
お申込みはワンデーポートまで(045-303-2621) 参加費：2,000円

注意！！
第5弾の会場が仙台から富山に変更になりました。

アウェイクニングハウス 入寮者からのメッセージ

「回復への道」

ソラ

僕が薬物を使い始めたのは、高校1年生の6月頃です。休日の時、いつものように先輩と遊んでいて、ライターに入れるガスを吸っていました。その時は、声を掛けられなかったけれど、帰る前に吸ったらどうなるか聞いたら、幻覚作用があるという事が分かったので、家に帰ってから興味本位でガスボンベを吸いました。使い始めた頃は1ヶ月に1回のペースで使用していたのですが、段々幻覚にハマっていき、1週間に1回のペースへと増えて行きました。ちょうどその頃、恋愛も上手くいかず、両親にもガスを使ってる事がバレて苦しくなりました。その感情を消すために使用するようになりしました。僕は、薬で感情を殺していました。誰かを傷つけても誰かに何かされてもガスを使用して何もかも忘れようとしたのですが、使っていないとすぐに現実に戻って来て、苦しみが出てきて、使わずにはいられなくなりました。「もう、何も感じたくない。この世から消えてなくなりたい。」という気持ちに埋め尽くされ、自傷行為のようにガスを使いました。ひたすらガスを使い続けては、警察にお世話になって、親にも迷惑をかけて、そんな日々を繰り返して、とうとう精神病院に入院したのです。その後も入退院を繰り返して、また再度ガスを使いました。もうどうしようもないと早めに諦めて、3回目の退院後にダルクに繋がりました。

ダルクに来た当初は、「俺は、この人達とは違う。」と感じていて、仲間という言葉に対して拒否反応がありました。なので、仲間には心を開かず日々の暮らしを過ごす事、約3ヶ月が経ちました。僕には、学校に行くという目標があり毎日のように学校の事を考えてはダルクにいる事が嫌になって、自分の回復の事なんて全く興味がありませんでした。

ある日、先行く仲間にこう言われました。「なんでお前がここに来たか、もっと考えてみる・・・。」と言われ、考えてみることにしました。でも、何もわからなかったし、早くここから出たい一心で余計苦しくなりました。そして、先行く仲間と話し合っている中で「もう一度、よく考えてみる。今までのお前はどうかだったのかを。」と言われ考えました。今までの自分は、自分の意志でどうにかなると思いきや、入退院を繰り返してどうしようもなくなった事を思い出しました。そして、決心をしました。自分を変えて行きたいと強く思い、もう惨めな思いはしたくないと感じました。

ターニングポイントを迎えてからは、仲間との関わりに興味を持つようになりしました。僕は、人見知りをする為、なかなか人と接するのが怖かったのですが、同じダルクの仲間の手を借りて、他のダルクの仲間と接する事が出来ました。思った以上に人と関わるのは楽しくて、気がついた時には仲間になっていました。その時に「仲間っていいな。」と感じていて、「これが回復なんだ。」と温かい気持ちになりました。人と関わる事を続けて行き、次は仲間がしている事を真似してみようという気持ちになりました。興味のなかったミーティングでの話や仲間の手助けを自分なりに取り組んでいったら気づきがありました。今までは、自分だけの考えだったけれど、ミーティングでの仲間の話で色々な事に気が付けました。最初は、聞く程度で、段々共感していき、毎日聞いていたら、気づきが訪れました。何にしても、やり始めはいつも仲間に助けてもらっていたような気がします。仲間の手助けでは、作業のやり方、声をかける事、ミーティングで話をする事に取り組んでいました。なので、独りになる事、独りにさせる事はなかったです。薬物を使っていた頃は、独りになる事が多くて、すぐに自己中心的になってしまうという経験があるので、仲間と関わる事は大切だと実感しました。毎日のように仲間と関わる中で心を開いていき、自分自身の話も出来るようになってきた頃、私生活の中で様々な問題が出て来ました。人との関係性の問題、自分の欠点で悩んでしまう事で僕は苦しみました。焦って何でも完璧にやらなければ駄目なんだと思い込み、人の欠点までも見えてきてしまい、仲間を裁いては、自分を裁き、そんな日々疲れ果てた頃に、先行く仲間に相談をしました。自分から相談する事はあまりなかったけれど、もうどうしようもなかったのもので、助けを求めたところ、すぐには解決しませんでした。問題は解決しなかったけれど、少しだけスッキリして、ミーティングで話す事を続けていきました。そしてまたミーティングに救われました。僕は少々完璧主義になっていて、何もかもをコントロールしようとしていたので上手くいかないと苦しくてどうしようもなくなりました。それは、思い返すと過去の自分と同じでした。少し前に先行く仲間が「昔の考え方は捨てる。」と言っていました。僕は楽をする事が好きなので、今まで通りのやり方というものにいつまでもすがりついてたかったんです。新しい事はまだ知らない事なので凄く怖いし、独りでは何も出来ないけど、今は仲間がいるので不安はあまりないと言ってしまおうと少し嘘になります。僕は、寂しがりやで、意地っ張りやで、目立ちたがりやなんです。でも今は、それすらも受け入れられるようになりました。

つづく

アパリ発行 「Born・Again (ボーン・アゲイン)」 体験談 販売中!

2005年5月に第2版が発売になりました。体験談が13人分収められています。アパリではこの本を拘置所や刑務所にいる人への差し入れ用として使っています。

定価：1,500円
(会員価格:1,000円)

お申込はメールかファックスで
FAX：03-5830-1791
メール：info@apari.jp
ご住所、お名前、お電話番号をご記入の上お申込下さい。

平成23年3月11日(金)

10:30～17:00

下総精神医療センターにおいて、「嗜癲行動に対する条件反射抑制療法研修会」が開催されます。

依存症問題に関わっている方ならどなたでも申し込み可能です。申込希望者は次のURLから、平成23年1月23日までにお申し込みください。

定員40名、受講料9000円。
http://www.hosp.go.jp/~simofusa/
連絡先
kusuri@simofusa.hosp.go.jp

仲間と関わり続け、自助グループに通い続けて1年が経ち、クリーンタイム1年のバースデーを迎える事が出来ました。あまり実感はなかったんですが、仲間が笑顔で祝ってくれた事が凄く嬉しかったです。僕は過去に何度も人を傷つけて、自分なんて邪魔な存在なんだとずっと思っていたので、バースデーを迎えた時は感激で涙が出そうになりました。そして、僕にとって本当に必要な物を見つける事が出来ました。それは仲間とミーティングです。仲間がいてミーティングがあって、ダルクのプログラムを行えるようになったし、何よりも自分自身が変わったのも皆のお陰だと思います。薬物に対して無力を認められたのも、素直になれるようになったのも、クリーンで生活出来ているのも、独りでは出来なかった事が多すぎます。自己憐憫から感謝に変わりました。今もなお、ダルクでのプログラムに取り組んでいます。僕の一生の課題なのでこれからも継続していきます。そして、楽あり苦ありますが、いつでもどこでも、仲間とミーティングとハイパーパワーと共に自分自身の人生を充実させたいと思う今日この頃です。

僕が人間味を取り戻しつつも未熟で完璧じゃないけれど、自分自身を大切にすることや向き合う事だけは忘れないでいきたい事と、自分自身と関わっていく人達との関係性もしっかりと考えていきたいです。これからも何かに取り組み、何かを達成して仲間と分かち合いたいです。

「今日だけ！！」

アメリカにおける薬物依存症者への鍼治療

National Acupuncture Detoxification Association(NADA)の取り組み

12月1日にアパリにNADAのスタッフである中野佐智子さんが来訪しました。中野さんはアメリカのシアトルの刑務所で薬物依存症者に対して耳鍼治療を行っています。NADAの治療は薬物依存治療、精神疾患治療、肉体的・精神的トラウマ治療と併用でき、耳にある5つのツボへ鍼を刺し治療します。治療はグループで行われ、細くて小さな鍼を耳に刺し、静かな音楽の流れる中、患者は椅子に座り静かにします。1回の治療は約45分です。受刑者は希望すればこの治療を週に数回受けられるとのこと。1人1回あたり約63セントで、一度に30人程度治療が可能で、場所さえあれば手軽にできるようです。

試しに、アパリに来ていたダルクスタッフ数名に体験してもらいました。右の写真が耳に鍼を3本刺しているところです。感想として、リラックスできたという声があがりました。個人によって差はありますが、イライラや不安感、クスリへの渴望が軽減されるなどの効果があるようです。日本でも是非、これを広めたいとの思いで中野さんは熱心に話していました。

(ホームページ <http://acudetox.com/>)



マック・ダルク合同クリスマスParty 12/13(月)

いつもより早く、毎年恒例のマック・ダルク合同のクリスマスPartyが開催されました。マックから5施設、ダルクから7施設合計12施設が参加しました。今年初めて参加したのは市原ダルクと、山梨ダルク富士サポートセンターの名称改め富士五湖ダルクでした。

毎年カラフル且つ大胆な衣装を身にまとっているのは山梨ダルクのメンバーたちです。今年はピンクレディーの曲を3曲披露し、会場は拍手と笑いで盛り上がっていました。佐々木施設長がドラえもんの着ぐるみで登場したり、目を覆うような過激な衣装を身にまとっているメンバーもいました。

日本ダルクアウェイクニングハウスは昨年同様ゴスペルを歌いました。1ヶ月前からの特訓の成果があっけりリズムののって、美しいハーモニーを奏でていました。

最後はきよしこの夜を歌って閉会となりました。



大胆な衣装でピンクレディーのカルメンを踊る山梨ダルクのメンバーたち



ゴスペルを歌う日本ダルクアウェイクニングハウスのメンバーたち

お知らせ！！



ダルクフォーラム2010 25周年記念DVD発売開始

昨年8月18日に浅草公会堂で行われた25周年記念のDVDが発売開始しました。2枚組みで当日のフォーラムが全て収められています。

<DISC1>

オープニングビデオ

講演：土山希美枝氏「多機関連携を“つなく・ひきだす”」

祝辞：田中康夫氏（衆議院議員）、法務省矯正局

<DISC2>

シンポジウム：「多様化していくダルク」

各ダルク施設スライド紹介
講演：近藤恒夫「ダルク25年の歩み」

定価：5,000円

メールあるいはFAXでお申し込みください。

FAX：03-5830-1791

メール：info@apari.jp



特定非営利活動法人
アジア太平洋地域アディクション研究所

アパリ東京本部

〒110-0014
東京都台東区北上野2-2-2
電話：03-5830-1790
FAX：03-5830-1791
Email：info@apari.jp

アパリ藤岡研究センター

(運営：日本ダルク アウェイクニングハウス)
〒375-0047
群馬県藤岡市上日野2594番地
電話：0274-28-0311
FAX：0274-28-0313

【入寮条件】

- 1、薬物依存から回復・自立しようとしている本人
- 2、男性(年齢制限なし)

【入寮期間】

基本的に13ヶ月

【入寮費】

月額16万円 (初回17万5千円、生活保護の方も可能)



ホームページもご覧ください
<http://www.apari.jp/npo/>

発行者：近藤恒夫
編集責任者：志立玲子
平成23年1月1日発行
定価 1部 100円

<アパリの司法サポート>

《薬物事犯で逮捕された刑事被告人に対する支援》

薬物犯罪で逮捕されたら刑務所に行くか、再犯防止に向けた何の取り組みもないまま執行猶予の判決を受け、また薬物のある日常に戻るしかない日本において、**はじめて刑罰以外の再犯防止に向けた取り組みです。**

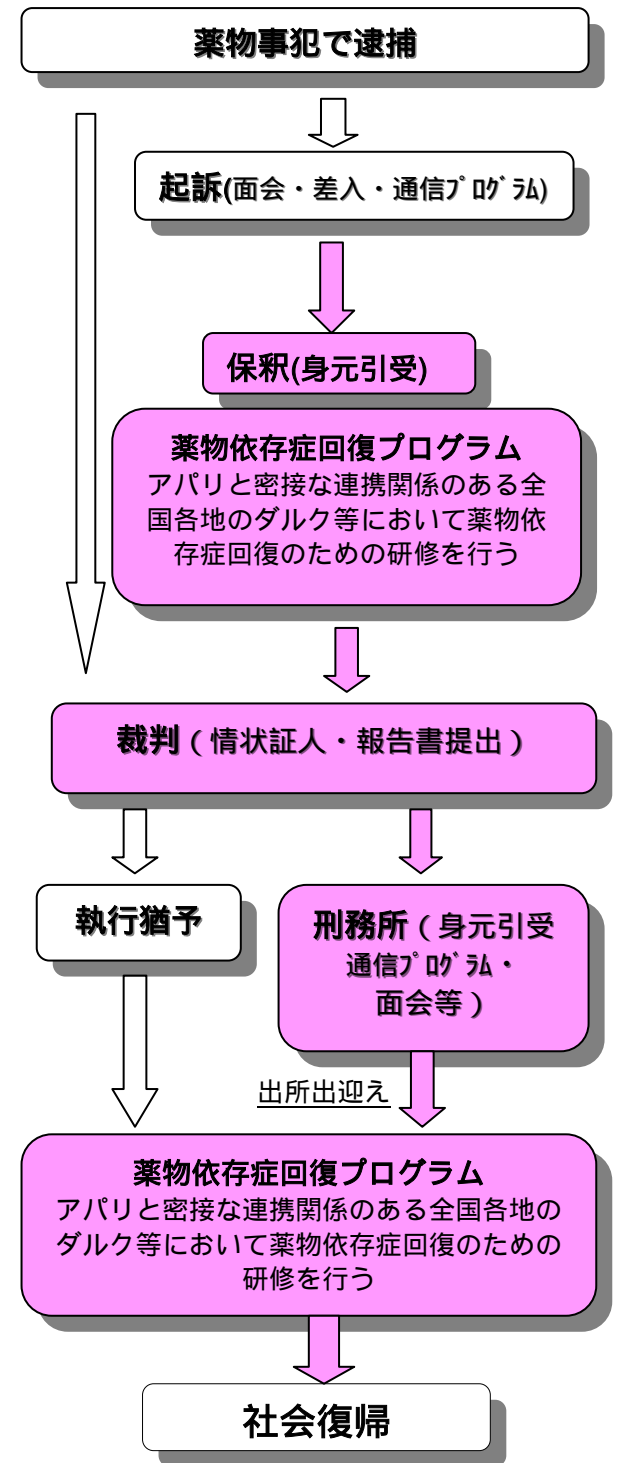
保釈中の刑事被告人に対する薬物研修プログラム、情状証人出廷、上申書作成、入寮契約、身元引受契約、出所出迎え、法律相談などあらゆるニーズにお応えします。なお、日本の覚せい剤事犯の再犯率は約60%ですが、アパリの司法サポートを利用された方の再犯率は10%以下です。最近では特に、**受刑中に身元引受契約をし、仮釈放又は満期釈放の時に**出迎えに行き、リハビリ施設に繋げるお手伝いをしています。

ギャンブルの問題が原因で逮捕された方もご相談ください。

[費用:コーディネート契約料として一律20万円。交通費・宿泊費の実費が別途必要です]

[お問合せは東京本部まで]

アパリの支援



<アパリ・家族教室>

日時	テーマ	ファシリテーター
1月17日(月)	回復という奇跡	町田 政明
2月7日(月)	共依存とは?	町田 政明
2月21日(月)	思い込みを捨てる	町田 政明
3月7日(月)	幸せにする考え	町田 政明
3月21日(月)	新しい生き方	町田 政明

【対象】薬物依存症などの諸問題を抱える家族、知人、友人、援助職従事者

【日時】第1・第3月曜日18:30~20:30(祝日も開催します)

【場所】アパリ・クリニック上野2階 【参加費】3,000円(2名の参加は4,000円になります)

【内容】ファシリテーターと家族との分かち合いを行います。【予約】不要です

<個別相談・カウンセリング>

【対象】薬物依存症などの諸問題を抱える家族・本人など 【料金】45分 9,000円
【場所】アパリ東京本部【カウンセラー】町田政明(元神奈川立せりがや病院勤務、ホープビル代表、寿アルク理事)【予約】アパリ東京本部 03-5830-1790【注意事項】当日のキャンセルや変更の場合は全額いただきます。