

フェローシップ・ニュース No.53

アディクション関連講座6/18

「依存症と発達障害 ～個別の対応を考える～」

ワンダーポート 中村 努

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
2012年7月1日

ワンダーポートは12年前に活動を始めました。ギャンブルの問題を持つ人の回復施設です。当初はミーティングだけやっていれば全員がよくなると思っていました。

活動していく中でミーティングをうまく理解できない人がいて、その人の背景に発達障害や軽度の知的障害があることあると気づいたのが2004～5年の頃です。私はギャンブルの問題を持っている当事者ですが、自分の経験を伝えることだけでは支援ができない人が多いことに気づいたわけです。発達障害を知らなくてはいけないということで、地域でやっている勉強会や、家族のグループにできる限り参加しました。依存症という見方が変わりました。劇的に変わりました。

依存症はグループ支援中心、発達障害は個別支援

発達障害がある人への支援は、個別支援です。診断名が広汎性発達障害とついていても、一人ひとり支援の組み立ては違います。一方で依存症は病気、みんな同じ病気だという考え方が基本です。

確かに薬物を使って同じような考え方になるのは病気なのかもしれません。でも、薬物を使う前の状態は一人ひとり違います。薬物をやめた後に社会で生活することを考えると、個別性を考えるべきだと思いますが、そのあたりのことはあまり重要視されていないのが現状だと思います。依存の問題を持っている人にも、「個別性」はとても有効で、支援には不可欠だと思います（その人が発達障害があってもなくても個別性の視点はとても有効だと思います）。今日はそういうお話をさせていただきます。

発達障害とは

私は、発達障害については素人です。ですから、ここからお話するのは、専門家の受け売りで、ワンダーポートでの経験の話です。

いま社会で言われている「発達障害」とは、発達障害者支援法で定義されている障害を言うことが多いようです。最近はこの中では、アスペルガー障害や、広汎性発達障害がある人の生活や就労の課題について関心が高く、支援者の中では「発達の方」というと自閉的な特性を持った方のことを言っていることも多いようです。ワンダーポートの利用者の中でもいちばん多いのは、広汎性発達障害です。自閉症スペクトラム障害や、高機能自閉症、アスペルガー障害とも言われたりして、色々な名前がありますが、支援の場では、名前の違いは気にしていません。私は自閉的な人とか、自閉的な特性を言っています。

自閉症の特性は、白か黒ではないということです。スペクトラムだと言われています。視線が合わないということもないけど、1人で遊ぶのが好きという人もいます。全部あてはまらなくても一部分があてはまることもあります。

ワンダーポートに来て広汎性発達障害の診断を受ける人には、小・中学生のころまでは不応を起こしていない人が多いです。多少の困難はあっても表面的には普通に生活できていた人が多いです。中学校くらいまでは、時間割や給食など決められているからです。広汎性発達障害の人はパターンやフレームがあると安定します。決められたことはできますが、自分から決めることは苦手です。ですから、その特性が軽微な場合、子どもの頃はわかりづらい（障害とみなされない）人も多いと思います。

ところが、大学に入ると、時間割を自分で決めなくてはなりません。勉強のやり方も自分で考えなくてはなりません。受験勉強はできたけれど、大学に入ったとたんに勉強の仕方が分からなくなったという人もいます。自閉的な特性がある人は自主的に動くことが苦手です。青年期・成人期になると、今の社会はいろんなことを求められるので結構難しくなる人が多いわけです。そういうストレスから何らかの依存行動にハマってしまうと考えています。

発達障害とは

- 発達障害者支援法2条1項(平成17年4月施行)
- 「発達障害」とは、自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるものをいう。

広汎性発達障害

- 幼少時 言葉の遅れ(高機能自閉症)/視線が合わない/一人遊び/お母さんに関心を示さない/
- 学齢期 限られた友達との関係/興味の偏り/成績のバラつき/ゲームへののめり込み
- 青年期・成人期 自己決定が苦手/場の空気が読めない/協調性が乏しい/ゲームへののめり込み/自分を客観的に見ることができないことから失敗を繰り返す/柔軟な考え方ができない/罪悪感を持たない
- 拘りが仕事、研究に向くと、プラスに働く

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：

「依存症と発達障害」…中村努(ワンダーポート)	1
他人事ではない覚せい剤密輸入…ケン	4
家族の支援の中で思うこと…志立玲子 新家族教室のお知らせ	5
入寮者からのメッセージ…シン	6
韓国ダルク設立フォーラムの報告…山本大 JICA業務完了報告会 NO DRUG警視庁	7
アパリからのお知らせ	8

併存障害といますが、運動神経が悪い、体育が苦手だという方もいます。感覚過敏があったり、食べ物の好き嫌いが激しいという人もいます。ある種の食べ物が嫌いな人も多いです。暑いのが苦手、寒いのは得意な人が多いです。

他者視点を持つことが苦手といわれています。相手がどう思うかと考えるのが苦手です。だから、周りのことを必要以上に考える人は多いです。自分のことを嫌っているのではないかと、対人緊張が強い人も多いです。精神的な調子を崩してフラッシュバックが起きたりすることもあるといわれています。ファンタジーな妄想から、統合失調症と誤診を受けている人も多いといわれています。

白か黒ではないということをお伝えしましたが、グレーゾーンとか最近ではパステルゾーンとも言う人もいます。広汎性発達障害と診断が出て、その特性は様々です。

自閉的特性を持っている人は言語のやり取りが苦手

ミーティングで「ギャンブルをやっていて辛かったこと」というテーマを出したことがあります。Aさんは「家族への罪悪感」と言い、Bさんは「パチンコのリーチが外れたことと、腰が痛かったこと」と答えました。私は、Aさんの答えを予想して出したテーマだったのですが、Bさんの答えは想定外でした。Bさんは、ふざけているのかと思いました。しかし、後から気づいたのです。

Bさんは私が出したテーマをそのまま理解したわけです。「ギャンブルの最中に辛かったこと」を話したわけです。Bさんは広汎性発達障害の診断を受けていましたが、コミュニケーションに課題があるわけです。おそらく、Bさんはこれまで学校や社会の中でこういう困難を抱えながら、ストレスを抱えて生きてきたのだと思います。

広汎性発達障害の人は日常、勘違いが起きやすいわけです。人間関係が漠然とうまく築けず、自信をなくしていることがあります。自尊心も下がってしまいます。

ご家族の方にも発達障害の特性がある方は少なくありません。ある母さんが精神科の先生から「底を付かせないとダメだから家を出しなさい」と言われて、息子を庭に出してしまったという人もいます。「中村さん、息子を庭で生活させているのだけど、毛布を与えてもいいのですか」と質問してきました。精神科の先生がいう「家を出す」とお母さんが理解した「家を出す」という意味はあきらかに違いがあります。広汎性発達障害がある人は、言葉通りに捉えるので、私たちは慎重に言葉を選ばなければならないわけです。発達障害について知らなかったら、Bさんやこのお母さんの困難に目を向けず「ふざけている、狂っている」と考えてしまったと思います。

その他の発達障害

AD/HDは注意欠陥多動性障害のことですが、「欠陥」でなくて、「欠如」という使い方がこれから主流となっていきます。じっとしていられないとか、注意が持続しない特性を持っています。ダルクのセミナーに行くと大人になってもチョロチョロしている人がいますが、AD/HDの特性を持っている人は多いのではないかと思います。私もその傾向はあって、注意が持続できない。座ってはいられますが、集中して聞いていられないことがよくあります。

AD/HDの人は一方的に話すとか、一つの事にもものすごく集中するとか、思いつきで行動すると言われていきます。幼少期から失敗を繰り返すので自己評価が低い人が多いと言います。依存症の人は自己評価が低いというけど、生育歴を見ていくと、元々こういう特性を持っていて自己評価を低くしている人が多いと思います。

学習障害は、全般的な知的発達には遅れはないが、聞く、書く、読む、話すができない。計算はできるけど字を読むことができないとか、計算だけ全くできないとか、学習面でのばらつきがあると学習障害と診断されます。大事なものは、発達障害は重なり合うことが多いということです。自閉的な特性を持っている方が、注意の持続ができないという人がいたりします。

知的障害（軽度の知的障害）

発達障害の中にカテゴライズされていませんが、発達障害と重なりあうこともある知的障害についてお話しします。知的障害は発達障害と同じように生まれつきの障害です。学校での勉強が全般的にできません。生活面でも金銭管理ができないとか、断ることもできないとか。いじめに遭うこともあります。多くの人は中程度以上の知的障害をイメージしていると思います。日本では軽度の知的障害者のほとんどは健常者として生きています。自動車免許も取得できますし、付属高校から大学に進学している人もいますから、彼らに障害があると思われていないのです。

中度以上は幼少期から支援を受けていますので、まずは依存症の支援にはかかってきません。軽度の知的障害の方は話もできますし、普通学級でもやっていけます。ただ、学校の成績はよくありません。5段階評価だと「1」か「2」です。先生からも親からも努力が足りないと思われています。通知表で「努力しましょう」という言い方はよくないと思います。小学校の成績は努力しなくてもできる人はできるのではないのでしょうか。勉強ができない人に対して「努力が足りない」とするのは、非常に酷だと思えます。

知的障害がある人が金銭管理できないことは、ある意味で当たり前です。持ったら使ってしまう。買い物依存症やギャンブル依存症、盗癖、性依存などと言われている人の中には、知的障害が見過ごされて、「ミーティング」という間違った支援を受け続けている人が多いことに心が痛むことがあります。ワンデーポートでは、知的障害がある人にも利用してもらっていますが、ミーティングで問題が解決できると思っていないので、生活支援や就労支援などを中心に関わりを持っています。

本人・家族・支援者のための

「ギャンブル依存との向き合い方」

一人ひとりにあわせた支援で平穏な暮らしを取り戻す

ギャンブルだけでなく、薬物やアルコールの支援にも共通した内容です。

中村努、高澤和彦、稲村厚 共著

発売：明石書店
定価2,100円（税込）

全国の書店でお買い求めください！
アマゾンでも購入できます！

生活が安定すれば、依存行動は自然と止る人も少なくありません。

「共依存」という概念は危険

2004年に利用したワンデーポートの利用者のTさんの事例です。ある日、お母さんが「息子が入る施設だから」と突然ワンデーポートに来ました。話を聞くと、その息子さんは22歳で、パチンコに問題があるということでした。しかし、それほどひどくギャンブルをやっているわけではありませんでした。自立できないでいる息子が入る施設だと決めつけていることに違和感があり、私は「お母さん共依存ですよ」と言いました。私は「お母さん、息子さん22歳でしょう。もう少し、息子さんの自由にやらせたらどうですか」と、お母さんに説教しました。お母さんが過剰に干渉しているから自立できないのではないかと考えていました。

Tさんは、それから数ヶ月後にワンデーポートにやってきました。依存症専門のクリニックでギャンブル依存症とうつという診断を受けていました。見た目は中学生か高校生位で子どものように見えました。ワンデーポートに入ってからが大変でした。ワンデーポートの寮には、食器類を揃えてありますが、彼は、食器や調理道具は自分の物でないと駄目だと、主張して、自分のものを持ってきていました。その調理道具を他の人が使ったら激昂しました。他の入寮者は毎日のように私に苦情を言ってきました。テレビも自分が見たいものを譲らないということで、私はTさんと呼び出しては説教をしました。お母さんにも電話して「ギャンブル以前の問題ですよ」と言っていました。

ミーティングでも変化がありませんでした。テーマが何であろうと同じ話をします。時間の配慮もできないし場の空気も読めないのです。こういう状況が3ヶ月も半年も続きました。これは、いくらなんでもおかしい、依存症でもお母さんの甘やかしすぎではないのではと思うようになりました。

たまたま発達障害のことを聞いて本屋さんやインターネットで調べてみると、Tさんの特徴が書いてありました。依存症専門の病院では駄目だということがわかり、発達障害の専門病院でセカンドオピニオンをお願いしました。IQは58で、軽度の知的障害でした。広汎性発達障害の特性もあると診断されました。お母さんに改めてこれまでのことを聞いてみたら、小さいときから体に軽微な障害があったとか、思考の深まりが乏しく、物事を掘り下げられなかったと話してくれました。しかし、記憶力はすごく、お母さんが付きっ切りで、数学の応用問題も全部記憶させたということでした。お母さんがずっとマンツーマンで指導していたわけです。大学の卒論もお母さんが書いていたと言っていました。

お母さんは、「この子をどうにかしなければいけない」と思っていたわけだと思います。これは、共依存やイネイブリングとは違うと思いました。たしかに、お母さんの行動は行き過ぎていたかもしれませんが、お母さんが「突き放し」をして何もしなかったら、ホームレスか犯罪に手を染めて刑務所に行くしかなかったのではないかと思います。これを共依存として捉えたらお母さんはたまらないとおもいました。私はすごく反省しました

発達障害のことを知って楽になった

このTさんとの出会いから、気づきました。のほほんしていたり、自己決定が苦手な人には、発達障害や知的障害の特性があるのではないかとということです。Tさんより前に来た人で、のほほんとして、変化のない「あの人たち」、ミーティングで理解不能なことを言っていた「あの人たち」も発達障害だったのではないかと考えたわけです。

やる気があっても、ミーティングが理解できなかったのも、のほほんとして見えたのではないかと思います。実際にその後、ワンデーポートの利用者に発達検査を受けてもらうと、発達障害や軽度の知的障害と診断される人は少なくありませんでした。発達障害と診断には至らなくても、その傾向はあると診断されることもありました。

発達障害のことを知って、私はとても楽になりました。「どうして理解できないのか」とか、「何でこの人は仲間とうまくやれないのだろう」と思うことがなくなったからです。ワンデーポートの利用者を理解するために、発達障害の知識はとても助かりました。発達障害や知的障害がある人を「突き放し」をしたらさらに状況が悪くなることもあることもわかってきました。障害がある人に対し、共依存という考え方はとても危険です。発達障害の評価を受けてなくても、幼い頃から勉強ができなかったり、仕事が続かなかったり、対人関係が苦手であったりした場合、「突き放し」をすれば解決すると考えるのは危険です。集団が苦手な人に安易に自助グループや回復施設などのプログラムを導入することも危険だと思っています。

個別的な対応が重要

薬物依存症の場合は、薬物を使うことによって、薬物依存症になるわけです。知的障害や発達障害であっても同じです。発達障害がある人が薬を使っても薬物依存症ではないということは絶対にはないわけです。だから、薬物依存症の場合は、発達障害があっても、知的障害があっても薬物の問題を先に解決しなければならぬわけです。ただし、発達障害などの問題がある人には、薬物のやめ方も、集団やミーティング以外の方法を考えることができるかもしれませんし、薬物をやめた後の生活については、個別のサポートが必要だと思います。生活が安定しないと、薬に戻るリスクも高くなると思うので、薬をやめた後の生活支援はとても重要だと思います。

発達障害の専門家である精神科医の田中康雄先生の言葉ですが、「支援は、方法に対象者を当てはめるのではなく、種々の特性を持つ発達障害のある子どもと親が主体的にオーダーするものに答えるもの」と言っています。依存症支援は、「病気」とひとくくりにしたり、ミーティングへの参加だけが重要視されていますが、その考え方ではうまく回復できない人たちのことも考えてほしいのです。発達障害の概念はこのような人たちの支援に有効だと思います。

人間は単純ではありません。「3+3=6」のように「依存症+ミーティング=回復」というのではないと思います。ギャンブルへののめり込みでいうと、発達障害なのか依存症なのかははっきりと区別がつくわけでもないと思います。能力は個々に違い、私たちの対応も、家族の対応も一人ひとり異なると思います。大事なものは依存症の概念や発達障害の概念をその人を理解し支援するために使うことだと思います。これまでの依存症支援は逆転現象が起きています。依存症概念にその人をあてはめようとしているのではないのでしょうか。+把ひとからげにして「依存症だからミーティングに行きなさい、12ステップをやりなさい」というようになってしまっています。その人のことを見ないで、「回復プログラム」にはめ込むことが支援だと勘違いしている人もいます。そうではなくて、その人の弱さとか辛さを理解するために依存症の概念や発達障害の概念を使って、その人にあった支援を組み立てることが重要で、有効なのだと思っています。

依存症概念はとても良いものではあると思うからこそ、その使い方をもう少し考えてほしいと思っています。まとまりのない話で申し訳ありませんが、これで終わります。ありがとうございました。

<拘置所からの手記>

他人事ではない覚せい剤密輸入 ～僕が陥った犯罪～

ケン（仮名）20代前半

私は今回覚醒剤を密輸した事により、昨年平成23年12月に逮捕され現在勾留されている身です。高校時代の同級生だった友人“O”に「クスリを海外から密輸したいから受け取りの手続きをしてくれる会社を用意してくれないか？」と相談を持ち掛けられたのが事件の発端です。私は“O”の話聞いた当初、あまりにも現実離れしている話だったので、適当に相槌を打ち話を聞き流しておりました。

しかし“O”にその後「早く受け取りの会社を用意してくれ」と執拗に迫られ、対応するのに面倒になった私は、ある会社で勤めている友人に連絡をとり「車を輸入する予定やねんけど、個人名より会社名義で輸入手続きをした方が色々楽やから会社の名義を貸してくれないか？」と嘘を言って頼み、その場しのぎで会社を用意しました。

そして会社を用意した後、私は“O”に「受け取りの会社へ信用の為に金を払ってくれないか」などとデタラメの事を言い、お金を複数回受け取り、私欲に使っていました。昔から友人“O”は自分の力を大きく見せたがる一面があり、今回の話も実現するはずがないと思い込んでいました。事態が急変したのは、最初に話を持ち掛けられた半年後で、“O”から連絡が入り「輸出したおじさんがカナダから来て、ケンと会いたいって言ってる」と言われました。実現するはずが無い話と思っていた私は、お金を受け取ってはいましたが、輸入の手続きは勿論、一切何も行動しておりませんでした。

焦った私は、“O”に用意した会社に連絡し「海外から何か連絡ありませんでしたか」と聞きましたが、半年前の話なので相手にされず、途方に暮れていました。その間にも“O”に「早くおじさんと会って打ち合わせをしてくれ」と言われ続けていましたが、輸入に関する手続きやクスリに全く知識の無い私が、輸出したおじさんと会っても、手続きを進めていないことがバレて、どんな目にあわされるか分からないと、怖くなり適当な言い訳を繰り返し、会うのを先延ばしにしておりました。

そうこうしていると当然“O”は私が用意した会社が輸入の手続きを本当に進めているのか怪しみはじめ「ケン、お前のこと信用して大丈夫やんな。カナダから来たおじさんは、裏切ったら何するか分からんで。昔、人を殺した事もあるみたいやし。だから、ちゃんと受け取ってな」と言われてしまいました。私は「クスリを海外から輸出する様な人だから、ちゃんと受け取らないと本当に殺されるかもしれない」と思い覚悟を決め、自分で受け取りの手続きをってしまったのです。

輸入の手続きを進めていた時は、「クスリが税関で見つかったらどうしよう」「警察に相談したいけれど、そんな事したら組織の人間に殺されるかもしれないし、家族にも危害が及ぶかもしれない。それに逮捕されるのはイヤだな」など色々考え、不安で怖くて寝れない日々が続きました。

そして何とか輸入手続きを終え、カナダから来た事件の首謀者のおじさん二人と会い、輸入貨物を検査する当日、検査が終わる時間が予定よりも遅れていたため私は「もしかしてクスリが見つかったのか？」「失敗したらきっと殺されてしまう」と不安になり、居ても立ってもおられなくなったので、おじさん達と離れる為にも、逮捕される覚悟で自ら税関に電話し、検査に立ち合うことにしたのです。

輸入貨物を検査する所に着くと税関の方に「輸入貨物をX線に通した結果、異状が見られたので解体して検査がしたい」と言われ、解体した結果、覚醒剤が見つかり緊急逮捕されました。

捕まり留置場に勾留されていた時は絶望ばかりしていて、正直自分のしてしまった事を振り返り、反省する余裕はありませんでした。しかし、拘置所に移り雑居で生活し実際に多くの薬物使用者と知り合う事で、遅ればせながら、自分がもう少しで取り返しのつかない大きな事を、仕出かすところだった事に気づき、恐ろしくなりました。

使用者やアパリで活動されている方、弁護士の先生、色々な方達に話を聞き、薬物依存者は自分の意志で薬物を断つのは困難だと知りました。当たり前の話ですが、薬物が蔓延しなければ依存者は生まれないのです。

本当に今回、覚醒剤の密輸が失敗して良かったと思えました。もし成功していたら、薬物中毒者を増やすだけではなく、その覚醒剤を元にまた違う犯罪に転嫁するかもしれません。また、私自身カナダから来たおじさん達と深い付き合いになってしまい、多くの人を苦しめ悲しませる事に、手を染め続けていたかもしれません。自業自得ですが、捕まりってしまったものも多いです。が、捕まったことによって、守り防げたものもあったと思っています。肉親は勿論、色々な方に迷惑をかけ、取り返しのつかない事をしてしまいました。

私は今回自分が犯したバカで愚かな過ちを、他の人には絶対してほしくないの、アパリのニュースレターに書かせて頂きました。覚醒剤の密輸は重罪です。私みたいなケースで密輸に関わってしまう人は少ないと思いますが、少しでも怪しいと思う話があれば、安易に話に乗らずよく吟味して行動して下さい。私みたいに浅はかで軽はずみな行動は、最悪の結果を招いてしまいます。私は今回の過ちを今後にかす為にも、薬物依存者が、一人でも増えないよう行動していきたいです。

アパリではそれまで全く犯罪歴のなかった人が覚醒剤密輸の実行犯として犯罪組織に利用されている現状を憂えています。

密輸してしまった当事者の生の声を載せることで、こうした犯罪を少しでも抑止できることを期待して、本誌でこのような手記を載せることにしました。これで2回目になります。

ケンさんは、最初は覚醒剤の密輸話なんてどうせデタラメだろうという軽い気持ちでかかわってしまいました。その結果、実際に10kg以上もの大量の覚醒剤が届いてしまい、営利目的密輸罪の犯人として逮捕され裁判を待っている身です。

これは重い犯罪で法定刑は無期または3年以上の懲役及び1,000万円以下の罰金です。



家族の支援の中で思うこと

志立玲子（精神保健福祉士）

この5月から家族教室の連続講座を担当することになり、既に2回実施しました。

アパリでは裁判の支援「司法サポート」を行っており、この業務がメインといっても過言ではありません。逮捕や裁判という絶好のタイミングで介入し、本人を説得しリハビリにつなげるというものです。今までうまくいったケースの方が多いたと思いますが、うまくいかなかったケースでいえば、本人が頑なに拒否したなどの問題もありますが、ご家族の協力や理解が得られなかったことも多かったように思います。家族教室や家族会の参加を促していましたが、実際に通っていた方は3～4割くらいに思います。

自ら家族教室を開いてみて思うことは、今後は司法サポートを利用するご家族には全員ぜひとも参加してもらおうと思っています。裁判でも有利な情状になりますし、裁判の支援をする中でその人の置かれている状況も把握しています。本人のみならず同時に家族の支援を行うことは有効であると考えます。

遠方の方に関しては、東京まで来てもらうことが難しいので、同じような家族教室を行っているところを紹介したいと思っています。逆に地方のダルクに入寮して、ご家族が東京にお住まいの方であれば参加していただきたいと思っています。いくつかのダルクと連携し、情報を共有しながらやっていこうと考えています。

また、最近の傾向でいえば、薬物依存症だけでなく統合失調症や別の問題が大きい場合、ダルクではない他の施設への入所を勧めることもあります。前頁の中村氏の講演にもあるように、今は個々の特性に応じた支援が求められています。ダルクの中でも、栃木ダルク那珂川コミュニティファームや三重ダルクなど、発達障害やその他の問題で通常のプログラムには馴染めない人のための施設も出来ています。また、日本ダルク アウェイクニングハウスでは、その人の能力に応じたプログラムの導入を検討しています。その人にとって何をゴールとするかは違います。それはその人が元々持っていた特性や能力にも差があるからです。人によってはクリーンを1年以上作り、ダルクでの暮らしぶりをみて他施設への入所や親元へ戻すということもしています。みんな一律という支援ではないのです。そして、家族もそれぞれ違うんだなということも感じています。精神症状が重い方もいれば、理解力、行動力も人それぞれです。

参加するご家族は一見明るく振る舞っていても、とても気持ちが落ち込んでいることが垣間見れます。裁判中もそうですし、受刑中も、そしてダルクに入寮したとしてもどの段階であっても不安な気持ちを抱えています。

そこで微力ながら私でもできることはないかと考え、家族教室の最初の10分くらいを使い、ヨガの呼吸法を皆でやってみることにしました。ヨガマットを使ったりせず、そのままの格好で手軽にできるものばかりです。自宅に帰って、鬱々としたとき、モヤモヤしたときにこれをやってみたらどうでしょう？というものです。心と体は繋がっています。不安なときや怒ったり驚いているときは呼吸が浅くなりますし、心が穏やかなときは自然と呼吸はゆったりしています。自分の呼吸に意識を向けて、呼吸の仕方を変えられればと思っています。

今まで家族教室や家族会になかなか参加することも出来ずにいた方でも、どうぞお気軽にご参加いただければと思います。

新・家族教室のお知らせ

<連続講座スケジュール・テーマ>

- 第1回 5/7（月）「薬物依存症によるダメージと回復」
- 第2回 6/4（月）「薬物への欲求と「きっかけ」「危険な状況」への対処について」
- 第3回 7/2（月）「薬物依存症者の心にある2つの考え」
- 第4回 8/6（月）「本人・家族の心の成長-自律心・自尊心を伸ばす関わり」
- 第5回 9/3（月）「気持ちの回復：家族自身の気持ちと本人の気持ちの両方を大事にする」
- 第6回 10/1（月）「子どもの成長を助ける関わりについて」
- 第7回 11/5（月）「薬物問題を持つ人の家族の回復プログラム」
- 第8回 12/3（月）「あなたの環境や状態をいいものに変えよう」

ファシリテーター 志立玲子（精神保健福祉士）

<時間> 18:30～20:30

<場所> アパリ・クリニック上野 2階

<参加費> 3,000円（2名の場合は4,000円）

※テキストは「栃木ダルク・ファミリー・プログラム（森田展彰作成）」を使用いたします。



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

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。

■発売：双葉社
定価1,470円（税込）

増刷されました
全国の書店でお買い
求めください！
アマゾンでも購入
できます！

アウェイクニグハウス 入寮者からのメッセージ

「DARCに繋がって」

シン

私が、覚せい剤を覚えたのは、当時働いていたデザイン会社の上司に勧められたのがきっかけでした。その上司とは気が合う部分が多くあったので「やるか？」という言葉に対しても「はい。」と何も抵抗なく使用しました。その頃はデザイングループや音楽のセッションもしていましたので、内面的な意識の広がりを面白く思っていました。また名の通った画家や音楽家は使用している方が多かったので、「これは新しい扉を開ける道具だ・・・。」と変に勘違いしていました。

大体は週末に上司の家で音楽を聴いたりセッションして遊んでいました。その会社は2年ぐらいで給料がきちんと払われていなかったためで退社し、その上司とも離れ、別の会社に勤めるようになりました。その期間は使用する事はなかったのですが、よくある事だと思うのですが、その会社の上司が自分もできない事を私にやらせようとしたり、うまく人間関係が築けず退社し、この先どうするかな、どうやって生きていけばいいかなと精神的にもかなりまいってしまった時に前の上司から「やるか？」と連絡があり、またそこから使用する様になりました。結局1回目の逮捕となり、そのまま精神病院に入院し、そこで知り合った人と退院してから一緒に遊ぶ様になり、そこでまた薬に手を出してしまい、結局逮捕され刑務所へと入り、出所後ここへと繋がりました。

早いペースで転がり落ちてしまいましたが、今振り返りながら棚卸しの作業をすると自分のこういう点がいけなかったんだという気づきがたくさんあります。自分の自我がとてもやっかいな形で自分の心に絡み付いていた事や、中途半端な所や、何かと面倒臭がり後回しに、結局うまくいかなかったこの結果を正面から見つめ直していく事で、結局は自分に原因があったことをようやく受け入れられる様になってきました。

これまではそんな事今さらわかってるよと言う事でも、よくよく考えてみると行動に移していなかった所も沢山あったのです。そこから現実とのずれが出来てしまい自分で自分の首を絞め続けていた事に気がつく事が出来ました。とあるごとに自分は間違っていなかったと正当化を繰り返してきた様に思えます。薬物を使用して人との距離感がわからなくなったり感情をコントロールできなくなり、内にこもりがちになったりと、つけは高くつきました。今この施設と繋がり、ここでのプログラムを通しミーティングを通し、自分の欠点をきちんと見つめ、自分の問題と向き合い、今までの生き方を繰り返さない様、回復へと。私は今29歳なのですが30歳からは残りの人生一歩一歩小さくではありますが、日々積み重ねて背伸びする事なく、等身大の自分で自律された自立へと向けゼロからやり直す気持ちで毎日に挑んでいきたいです。

今までの自分は中途半端な甘いお子様だったのですが、これからはきちんと浮つく事なく現実を見つめ、自分の意志をはっきりと示す人になる。そうなれると今ここでの生活をしながら強く思っています。周りの方にどれだけ迷惑をかけてしまったかも、自己中心的な昔よりわかってきたので、きちんと埋め合わせを自分なりにしていかなければと思います。

そして刑務所から直接こちらへ繋がり、ここでの生活は山の中なので色々な情報や誘惑から離れての生活なので、今は薬への欲求はないのですが、ここを出てから色々な誘惑や自由も広がり、薬の方へ知らず知らずの内に引き寄せられてしまう可能性もあると思います。この生活できちんと知識を増やし、自分の足をきちんと地につけて、前へと、この先どんな結末が待っているのかわかりませんが、これからを信じて進んでいきたいです。



今、私はここの施設と繋がって約3ヶ月になるのですが、少しずつ心の変化があるように感じます。前は回復に対しての知識はなかったため自分がいかに軽く考えていたのか痛感し、自分のアディクションについても正面から向き合えるようになってきたので、この時間を無駄にすることの無い様、毎日をご過ごしていきたいと思っております。

書籍のご案内！

近藤恒夫著 ほんとうの「ドラッグ」 販売中！

この度、小学校高学年～中・高校生向けの薬物依存症を理解するための本ができました。学校教育の現場でご活用してはいかがでしょうか？

発売：講談社
定価1,260円（税込）

全国の書店でお買い求めください！
アマゾンでも購入できます！

韓国ダルク設立フォーラムの報告

先日、6月1日に韓国ソウルのウルジ大学の講堂にてソウルダルク設立フォーラムが行われました。午前9時半よりソウル麻薬退治センター理事長の挨拶から始まり、名古屋ダルク創設者の外山さんの司会で、日本・韓国の仲間の体験談、アパリ理事長の近藤の話、ソウルダルク代表の松浦さん、副代表のウォンさんから挨拶がありました。午後からはアパリ監事の奥田弁護士からの話、国立精神・神経医療研究センターの和田先生の話があり、最後はウルジ大学のチョウ・ソンナム先生の司会でシンポジウムが行われ、薬物依存症に対する政策について韓国・日本から各3名づつが意見を語り終了しました。



韓国ダルクの事務所にて。左が山本、右が韓国ダルク代表松浦氏

日本からもたくさんの仲間たちが参加してくださり、とても良いスタートが切れたと思います。

しかし、まだ今後の運営に対して先行きが不安なこともいっぱいです。どうかこれかもソウルダルクの活動に対してご理解、ご支援のほどしくお願い申し上げます。



ウルジ大学と日本ダルクとの提携の調印式



フォーラムにて奥田弁護士のお話

日本ダルク アウェイクニングハウス
ディレクター
ソウルダルク アドバイザー
山本 大

第1回条件反射制御法研究会

日時：2012/7/28(土)
10時～17時
場所：AP品川
(港区高輪3-25-23京急
第2ビル10階、品川駅徒歩
3分)

基調講演「条件反射制御法の基本」平井慎二

実践報告1
嗜癖～物質関連障害

実践報告2
様々な症状・問題行動への
応用

実践報告3
条件反射制御法をとりまく
環境

参加費：5000円(会員は
3000円、入会金5000
円)

詳しくはホームページをご
覧ください。

www.crct-mugen.com
下総精神医療センター
条件反射制御法研究会

JICA業務完了報告会 6/19 (JICA地球ひろば)

今年3月で終了したJICA草の根支援協力事業支援型の業務完了報告会が広尾のJICA地球ひろばで行われました。フィリピン事務所ともテレビ中継されながら、古藤が約30分報告しました。

このプロジェクトは自分たちの経験を同じように苦しんでいる人を助けるという自助の活動で、それをとても評価していると感想を述べる職員もいました。

また、フィリピン事務所の職員はアパリが今回、新たなプロジェクトに採択されなかったことをとても残念がっていたのが印象的でした。広尾の職員たちからも、次回はぜひ採択されるよう頑張りたいと激励の言葉をたくさんいただきました。



報告会が始まる前



フィリピンとテレビ中継で繋がっています

「NO DRUG 警視庁」 6/24 (警視庁)

霞ヶ関の警視庁で4回目にあたる「NO DRUG 警視庁」が開催されました。通常は月に1度、愛宕警察署で「NO DRUG愛宕」が開かれています。半年に1度は警視庁本部庁舎で行われます。

警視庁からは高井戸署、石神井署、田園調布署などの警察官、本人、家族、援助職など総勢約60名が参加しました。推進委員の蜂谷嘉治氏(警視庁組織犯罪対策部)から、近況報告とそれを踏まえて再犯防止に向けた意見交換が行われました。

理事長の近藤恒夫も初参加し、「クスリを止められない…ということ」を正直に言える人が必要」と話をしました。



左から平林弁護士、尾田、近藤



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
○入寮費：月額¥160,000
(初月のみ¥175,000)
*生活保護の方も可能
○入寮条件：薬物依存症から回復
及び自立をしようとしている本
人。男性のみ。年齢制限はありま
せん。
○入寮期間：個人により差があ
るので、話し合いながら決めてい
きます。



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24年7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。

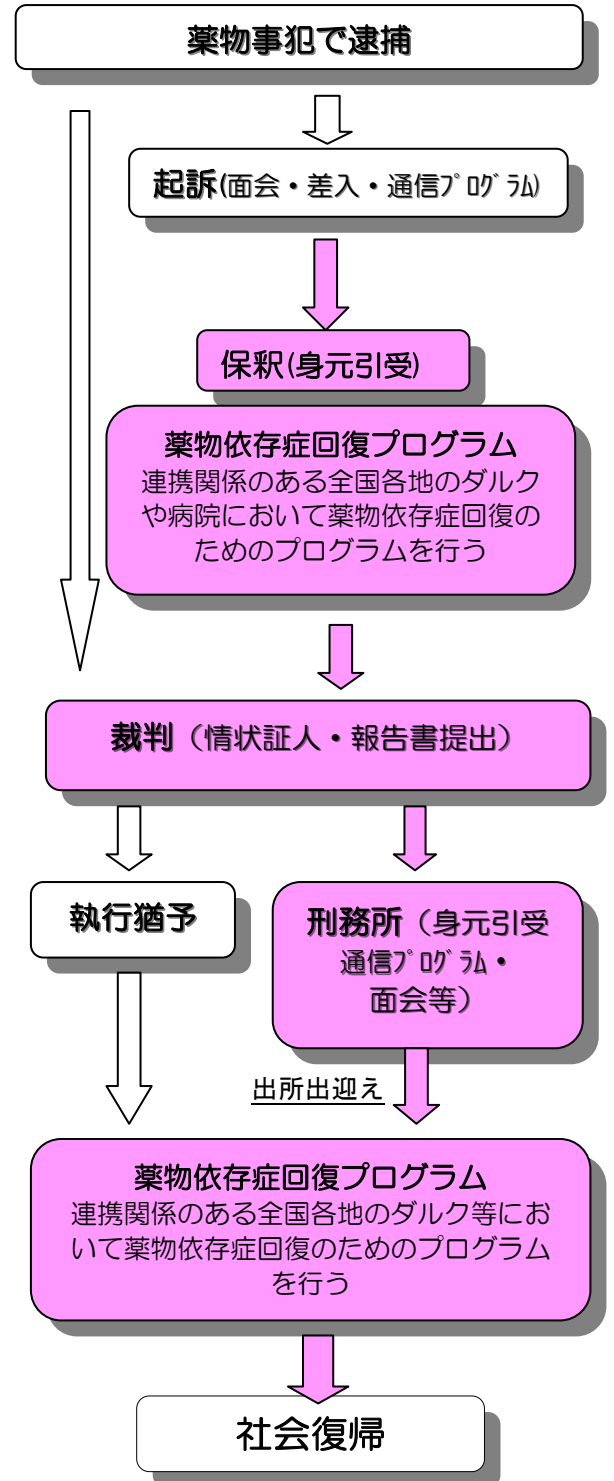
保釈中の刑事被告人に対する薬物研修プログラム、情状証人出廷、上申書作成、入寮契約、身元引受契約、出所出迎え、法律相談などあらゆるニーズにお応えします。なお、日本の覚せい剤事犯の再犯率は約60%ですが、アパリの司法サポートを利用された方の再犯率は10%以下です。最近では特に、受刑中に身元引受契約をし、仮釈放又は満期釈放の時に迎えに行き、リハビリ施設に繋げるお手伝いをしています。

ギャンブルの問題が原因で逮捕された方の司法サポートも行っています。(窃盗、横領、詐欺等)ご相談ください。

[費用:コーディネート契約料として一律21万円(税込)。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＞

第1月曜	連続講座・テーマ	第3月曜	アディクション関連講座・テーマ・講師
8/6(月)	第4回 本人・家族の心の成長-自律心・ 自尊心を伸ばす関わり	8/20(月)	No.5 依存症と親子関係 森田 展彰氏(筑波大学)
9/3(月)	第5回 気持ちの回復:家族自身の気持ちと本 人の気持ちの両方を大事にする	9/17(月)	祝日のためお休みです
10/1(月)	第6回 子どもの成長を助ける関わりについて	10/15(月)	No.6 施設内処遇から自助グループへ 富田 久生氏(前橋刑務所・看守部長)
11/5(月)	第7回 薬物問題を持つ人の家族の 回復プログラム	11/19(月)	No.7 受刑者からの手紙を通して見える 刑務所の中 桑山 亜矢氏(監獄人権センター・理事)
12/3(月)	第8回 あなたの環境や状態をいいものに 変えよう	12/17(月)	No.8 女性と男性の支援の違いについて 栗坪 千明氏(栃木ダルク・代表)

【対象】

○連続講座(全8回)は家族のみが参加可能で、どの回からも参加できます。

○アディクション関連講座はどなたでも参加できます。

【時間】18:30～20:30 【場所】アパリ・クリニック上野 2階(台東区東上野6-21-8)

【参加費】3,000円(2名の場合は4,000円) 【申し込み】不要