

依存症は当事者の意思や努力だけでは どうする事も出来ない慢性疾患です

特別寄稿

一般社団法人 相模原ダルク
理事長

田中秀泰さん



■相模原ダルク職員（左から）

広瀬さん 田中理事長 高澤さん
伊藤さん

相模原ダルクは、平成25年11月に神奈川県下で横浜ダルク、川崎ダルクに続いて設立された依存症回復支援施設です。

施設では、薬物、アルコール、ギャンブル等に依存してしまい社会生活がままならなくなってしまう方々が、ピアカウンセリング（仲間とのミーティング）を中心とした様々なプログラムを通じて、回復や社会復帰を目指しています。

◆ ◆ ◆
依存症の近年における爆発的増加傾向への社会的対処として、刑法による処罰だけではなく、医療的対応の必要性が世界的に認知され、日本でも法改正の動きが活発化しています。
依存症問題は絶対に放置してはならない問題であり、あらゆる地域で一刻も早い取り組みを開始することが求められています。

依存症は、当事者の意志や努力のみでは、どうすることもできない慢性疾患で、回復や社会復帰をするためには依存症専門の治療が必要です。

◆ ◆ ◆
相模原ダルクは薬物依存症をはじめ、アルコール依存症・ギャンブル依存症等の様々な問題を抱えた仲間が、お互いに支えあって回復や社会復帰を目指し共に生活しています。

◆ ◆ ◆
依存症からの回復には、同じ病気で苦しんだ経験のある回復者との出会いと共感が大切であると共に、依存症やそれに付随して発生する問題について、十分な専門的知識を持つスタッフの存在が必要です。

相模原ダルクのスタッフは、全員依存症からの回復者であり、依存症について専門的な知識を身に付けています。

又、相模原市精神保健福祉センターが実施している薬物再乱用防止プログラム「EOM（フロー）」とも連携して地域の依存症問題解決の一助となるべく全力の取り組みを続けています。

ご利用について

入寮費：160,000円 初月のみ190,000円（生活保護の方も可能）

入寮期間：13ヶ月 定員：20名

通所費：30,000円（生活保護の方は無料）

通所期間：24ヶ月 定員：20名

家族相談：50分 3,000円（要予約）

相談業務：月～金 9:30～16:30

土 9:30～12:00（日曜・祝日は定休日です）

薬物・アルコール・ギャンブル依存症は、治療できる病気です

相模原ダルクのプログラム

① ピア・カウンセリング

（12STEPミーティング）

ピア・カウンセリングとは、全国のダルクで共通のプログラムであり、言いっぱなし・聴きっぱなしのルールに従って、自分の過去の経験や今の状態を仲間と分かち合う事で、共感し自分自身を見つめ、新しい生き方への気づきを得るためのプログラムです。

③ 12STEP

（セミナー、ワーク）

依存症からの回復には正しい段階があります。それを具体的に解説しているのが12Stepです。

世界中で二百万人以上の回復者を生み、20世紀の奇跡とまで言われた依存症からの回復プログラムです。

相模原ダルクでは専門のカウンセラーを講師に招き、欧米の治療共同体で実施している具体的な方法を用いて、個人個人の状況に合わせて実施していきます。

④ 個別アセスメント

（個別回復支援計画）

年齢、経歴、家庭環境、依存対象、依存形態などにより、一人ひとり依存症の進行度は異なります。

そのため相模原ダルクでは入所時に経験豊富で様々なスキルを持ったスタッフが、クライアントの依存症の進行度（依存のレベル）を見極めることから始めます。

入所後、様々なプログラムを進めていく中で、回復のスピードは一人ひとり全く異なります。相模原ダルクでは3ヶ月ごとに個別アセスメントの機会を設け、それぞれの回復のスピードに見合った支援計画をクライアントの意思を尊重しながら進めていきます。

⑤ OCCUPATION

（オキュペーション）

このプログラムでは、主に労働に類似した山林作業や農作業を行います。達成感や充実感の獲得や就労意欲を向上する事を目的としています。

【問い合わせ】

〒2520231

神奈川県相模原市中央区

相模原6-23-9 西門hビル2F

TEL 0421707-0391

FAX 0421707-0392



<体験談> 依存症の実態を告白していただきました！

「今」

ショウジ

あれは三年前、僕は施設につながりました。つながったきっかけは危険ドラッグです。危険ドラッグと出会ったのは僕が高校2年生の夏学校を退学して通信学校に行きながら造園業をして、その造園業の仲間と使ったのがきっかけです。最初は事務所で仲間5人と危険ドラッグを吸いました。

その時の感想はものすごく楽しくて周りの景色がきれいに見えました。特に街灯、家の電気がイルミネーションのようにものすごく綺麗に見えたのを今でも思い出します。そのころは、自分の制限がかかっていて仲間と使う時しか危険ドラッグを使いませんでした。

通信学校も卒業して専門学校に行くことができませんでした。専門学校も造園業のアルバイトをしていたため造園の専門学校に行くことにしました。その時はまだ多少アルバイトにも入っていたため、仲間と使いながら自分で危険ドラッグを買いに行くまででした。

専門学校2年生に入りアルバイトも全然行かなくなつてついに危険ドラッグを一人で使い始めたのがちょうどこの頃でした。専門学校に行く前に吸って専門学校に着いてからまた吸って昼になったらまた吸っての繰り返しでした。だけど専門学校で資格を取り卒業ができました。

就職先は専門学校で知り合った一人親方の弟子入りで庭師の仕事をしました。その時に実家から一人暮らしに変わりました。だけど、親が心配して月に一回ぐらい泊まりにきてくれて料理や洗濯や掃除もやってくれてました。最初のほうは、仕事が厳しくよく怒鳴られたりひっぱたかれたりして危険ドラッグを使うのは仕事から帰ってきてから吸ってました。

だけど半年ぐらいになって何かが変わって仕事でも吸うようになりました。最終的には家賃や電気代やガス代や水道代が払えなくなり、実家に戻りました。

その時には危険ドラッグが末期の状態でした。常に吸わないと落ち着かないレイライラしていてもものすごく異常な状態でした。それから一人暮らしをやめて実家に帰って昔アルバイトしていた所に戻り造園業の仕事をやりました。その時には親に危険ドラッグを使っていることは、ばれていて病院に行きなさいと言われてました。だけど自分は仕事仕事と言って仕事に行っていました。

仕事の帰り道に自分は事故を起こして病院に運ばれました。警察に次の日警察署に来てくれと言われていて、警察署に行ったら逮捕されました。車から危険ドラッグ、キセル、パケ袋が見つかって危険運転致傷で逮捕されました。検事調べに行くときに自分がテレビに撮られてニュース、新聞に載り大変な事になりました。だけど在宅起訴になり罰金刑で出てこれるようになって親に警察署に迎えに来てもらって実家に帰りました。

その時には実家の隣近所とは、話を聞いてもらえなくなつてなつていて友達もいなくなりました。だけど危険ドラッグはとまりませんでした。

最終的には親の強制で施設に入りました。今でも忘れられない思い出となっています。あの時は親を恨んでましたけど3年たって親に感謝しています。



「長い道のり」

アルコール、薬物依存のフルーチェ

相模原ダルクに繋がって1年4ヵ月が経ちました。フルーチェと言います。よろしくお願ひします。依存対象は覚せい剤とアルコールで、38才になりました。この6年間いくつものダルクに繋がって今があります。

タバコと酒は14歳で覚え、17歳で覚せい剤を知り、何度か再発を繰り返して25歳でついに「狂う」



小さいころから他の子とは違いました。幼稚園の劇ではみんなと全く違う行動に出たりして周囲を笑わせようとしたり、登園拒否をしたこともあります。お茶目な性格は根っこからあり、いまでも変わりません。

タバコとお酒は14才で覚え、高校を二つ中退しており、17才の時に覚せい剤を知りました。友達が自宅に持ち込んだ「エス」というクスリが覚せい剤であることは後で知りました。19才で定時制高校に通うようになりましたが、思春期の気持ちの変化なのか薬物の影響なのか4年間クラスメイトと殆ど話しをしないで卒業しました。

このころにわたしは対人恐怖症ではないかと思い21才のときに精神科に通うようになりました。それはとても苦しい学校生活で、特に給食の時間は辛かったのを覚えています。一人で食べるのが辛かったので本を読みながら食事をするので何とか自分を保っていました。

高校3年生で覚せい剤が再発し、学校にも顔を出せない時期が長く留年しそうでしたが、父親がPTAの会長をやっていたことが幸いしたのかはわかりませんがギリギリ留年はしませんでした。専門学校の介護福祉科に進学したものの、クスリは止まっていたがお酒で粗相することが多く、クラスメイトとの接触もだんだん避けるようになり結局中退してしまいました。バイトを転々とした生活を送っていましたが何度かクスリの再発を繰り返し、25才の時についに狂いました。

クスリを使う目的でマンスリーマンションを借りて使っていました。しかし一度に使う量が多く部屋のいたるところを目張りして家具は解体し、気が付いたら部屋の中は水浸しになっていました。10Fの部屋を借りていたのですが、恐怖感麻痺し、ベランダの柵の上を命綱なしでサーカスのように歩いていました。今思えばよく落ちなかったし、よく怖くなかったと思います。狂っていなければこんなことはできなかったと思います。

鏡に引っ掛けて切った指は3本ダランとなんとか繋がっていましたが血だらけでした。かかりつけの精神病院に担ぎ込まれ、気を失っている間に外科で指を繋ぐ手術も受けていました。気が付いたら保護室で拘束されていました。

2ヶ月間入院して退院しましたが、この時に麻薬取締官と面接をして、なんと麻取りの情報提供者をすることになり、売人情報、聖職者と呼ばれる人たちで薬物犯罪に手を染めている人たちの情報を提供していました。半年くらいで情報提供者は辞めたのですがしばらく何年か関わりを持っていました。またクスリは止まっていたのですが、お酒を止めるつもりはなくたくさんの友人を言葉で傷つけ、わたしも傷ついてきました。

この頃、わたしの病名は薬物依存症、情緒不安定性人格障害と診断されていました。

27才の時に新橋のボランティア活動で知り合ったIT企業の社長に気に入られて、池袋にアパートを借りてくれてそこで生活しながら個人事業主として案件をいただき某会社にフリーで医療用電子カルテの仕事をするようになりました。

当時、両親とうまくいっていなかったのもわざわざ池袋に社長が自腹でアパートを借りてくれたのです。しかし、期待も虚しく早くに仕事を辞めてしまいます。仕事を失い、生活するためのお金に困り、役所の窓口で生活保護の申請を出し保護を受けながら生活することになります。

この頃わたしはとても寂しくて、心因性からくる肉体的な苦痛があり処方薬を過量服薬し自殺未遂を何度も繰り返すようになります。手首を切るようになっていたし、両親や友達の前で切ることもありました。周囲の人たちを巻き込んで本当に迷惑をかけてきました。31才でクスリがまた再発し32才で大きなうつ病を抱えて毎日ネットの集団自殺掲示板を覗いて死に場所を探していました。

このころ福祉の紹介で初めて東京ダルクに繋がることになります。そこからわたしはダルクの日々を送ることになります。長い道のりでしたが、ようやくいま地に足がついた生活ができています。ボランティアでやっているスタッフ業務も充実感はあるし楽しいです。そして周りにはたくさんの仲間がいます。いま、20代の頃の孤独で寂しい自分とは違っています。

「気づき」

ヤス

本格的にお酒を飲み始めたのは高校生の時です。3歳の時に父親が脳いっ血で他界してから母親が兄と自分の2人を育て仕事も水商売ということもあって、幼少の頃から当たり前のように酒場には出入りしていました。

自分にとっては託児所代わりでしたので割と居心地の良い環境、安心出来る場所でした。今考えると、この頃から勘違いが。嘘や言い訳が通用する世界、お酒に対して十分に免疫力が付いていました。

しかし酔っぱらった、だらしない母親と7歳上のシンナーを吸って狂った兄の姿は大嫌いでした。普段は普通に生活している家族が、何故お酒、シンナーで変身するのだろうか。今になって気づきました・・・。



「悩み」「不安」「恐れ」全ての問題を一瞬で解決し快楽へと導いてくれる薬物。元々、地道な努力など嫌いな自分でしたので、毎日お酒の力を借りて生きて来ました。周りの人達に最初は「器用な人だとか正義感の強い人」と思われますが、全て「酒力」。実際は不器用で弱い人間です。

そんな人間ですから化けの皮が剥がれるのも時間の問題で、都合が悪くなると逃げ出す癖が付き、まずは家族が離れ、職場関係、友人、彼女。環境を変え人間関係を変えても同じ行動パターンを繰り返し最終的には孤独になり、ホームレスや精神病院の入退院を経験しても「酒が原因」とは認めませんでした。

生活保護に見放され精神病院にも受け入れてもらえず本当の孤独、底つきを味わう事に。精神薬、睡眠薬も手に入らなくなりネットカフェに閉じこもりお風呂も入らず食事も取らず24時間飲みっぱなしで1ヶ月以上寝ずに飲み続けてました。

その結果、公園で倒れ食道静脈瘤破裂、アルコール性肝炎。また行き場が無くなり仕方なく病院から言われたのが「相模原ダルク」宣告。何で？アル中の自分が薬物施設・・・。考える暇もなく入寮、そして、ここから自分の今があります。

酒など止める気がない自分でしたので案の定、入寮して一ヶ月でスリップ（再飲酒）をしました。前日にAAのオープンスピーカーに参加し一日アル中の話を聞かされていましたが、それで飲酒欲求がわいた訳でもなく施設生活に不満があった訳でもなく、気がついた時にはコンビニの前で焼酎を飲み干して。その時「病氣」と認めるしかなかったです。

でも正直、楽になれました。今までは人のせい、会社のせい、言い訳、嘘偽り。それが病氣だと気づいたからです。

自分たちの施設では月に一度、大阪から講師を招いて12ステップセミナーをして頂き、依存の歴史について学んだり自分の根本的な病氣と向き合ったり。その中でも一番効果的なのはミーティングだと思っています。

過去、現在と日々自分の感情と向き合うことの大切さに気づかして頂いています。先行く仲間は勿論のことですが、新しくやってきた仲間からは特に色々なものを頂きます。過去の自分の姿をメッセージで運んでくれます。この、どうしようもないアル中が今「気づけた」のは苦しみ、怒り、喜びを正直に伝えてくれる仲間のおかげです。

自分自身も正直に生きられる、その為には常に仲間に感謝の気持ちを持ち続けることだと思います。最後に、ある仲間の母親が残してくれたメッセージ「転んでも何かを掴んで起き上がれ！」今、実践しています。