



新年明けましておめでとうございます

一般社団法人相模原ダルク 代表理事 田中秀泰

謹んで新春のお祝い申し上げます。旧年中はひとかたならぬ御高配にあずかり誠にありがとうございました。皆様には輝かしい新年を迎え、ますますのご繁栄を心よりお祈り申し上げます。

新規事業所への移転も無事に終わり通常営業に戻りましたが、内装の配置や送迎コースの変更等、まだまだ仕事は山積みでスタッフの皆と走り回っているのが現状です。事業所移転に際しまして、たくさんの方々に応援して頂きました、この場をお借りしまして厚く御礼申し上げます。移転に伴って各スタッフの役割やプログラムの変更点は追ってご報告いたしますが、先当たって昨年まで相模原ダルク施設長を務めていた高澤を一般社団法人相模原ダルク専務理事に、同じくマネージャーの金田を同法人内相模原ダルク施設長という新体制で今後の運営に尽力していく事をご報告いたします。又、新たにナイトケア事業、予防啓発事業を含めた外部事業を統合して別法人を設立し、より公正で透明性のあるオープンな運営を目指します。私を含めまだまだ回復途上の若輩者ですが立派なビルに見合うよう、スタッフの皆で今日一日を支え合い、関係機関の方々や地域の皆様の理解と共に、ゆっくりと確実に前進して行く所存でございます。

さて今号では、日頃大変お世話になっている横浜 HRI 所長、水澤都加佐先生主催のアメリカ依存症施設研修や各種ワークショップに参加したスタッフの記事をとりあげました。私が初めてスコットジョンソンと出会い、欧米式のプログラムや回復の理念について学んだのは今から 9 年程前になります。ダルクのプログラムしか経験の無かった当時の私には、何もかもが新鮮で大変勉強になりました。その後ベティーフォードセンターを始めとするアメリカ依存症施設研修を経て、現在の相模原ダルクの特徴でもある、利用者のモチベーション維持や自立支援に効果的なステージ制度、定期的な学習セミナー、利用者一人一人の回復のスピードに伴った個別カウンセリング等、欧米式の支援体制を実現する事ができました。参加したスタッフも普段のプログラムでは得られない気づきや発見があり良い経験になった事でしょう。家族会の記事には北里大学病院、朝倉先生の記事をお載せしました。前号からニュースレターを障害者郵便で郵送している関係で連携している外部事業の資料や広告を同封出来なくなりましたが、私も毎週参加させて頂いています。薬物、アルコール、ギャンブル全ての依存症者を対象とした明るく心のこもった笑いあふれる居場所です。ダルクも新しく立派になりましたが、地域の依存症ネットワークも着々と構築できている事は本当にありがたい事だと感謝いたします。

『アメリカ・アディクション研修』

金田 龍介

この度私は、2019年11月上旬、Healing & Recovery Institute、水澤都加佐先生主催の依存症治療の最先端を見学する9日間のアメリカ・アディクション研修に参加させていただきました。このツアーを水澤先生とコーディネートして下さった、アメリカのデビットさんを含め15名で、「ヘーゼルデン・ベティ・フォードセンター」、「ホーグ・ホスピタル」、「ランチ・リカバリーセンター」の見学研修や本場のカジノ見学、スコット・ジョンソン氏、ジェリー・モー氏のワークショップ、ランチ・リカバリーセンター代表、リック・メサ氏、各病院の専門医による講義を受けました。卒業生の体験談や、私も参加体験させて頂いたセラピーの実演など、これからの私にとって深い学びとなったと共に、医療従事者や回復した当事者など、立場の違う参加者と、様々な目線で意見交換することが出来ました。現在私が携わらせて頂いている事の重要性を改めて実感させていただきました。感謝致します。また、自助グループのミーティングにも参加させていただき、言葉の壁はありましたが、日本でも感じる会場独特の温かい雰囲気に入れ、参加している全てのメンバーが穏やかな表情を浮かべているのがとても印象に残りました。

今回私が学んできたことを大きく3つに分けて報告させていただきます。1つ目、家族プログラムの重要性。特に子供プログラムの必要性を強く感じました。日本でも家族に対するプログラムは、色々なところで取り入れられていますが、依存症者の家族によって傷つけられ育った子供のケアが遅れているというより、私自身深く考えた事はありませんでした。当事者のプログラムと同様に、もしくはそれ以上に大切かもしれない子供プログラムを日本でも取り入れなければならないと強く感じました。

2つ目、プログラムに率先して参加するということ。強制的にではなく、自主的に参加できる雰囲気作りがとてもうまくできていると感じました。「サイコドラマ」、「グリーフグループ」では私も実演していただきましたが、実際に参加することで感じる得体の知れない安堵感であったり、頭で考えるのではなく視覚から感じるものであったりと、とても新鮮で今まで感じた事のない感覚でした。では、どうすればそういった雰囲気が作れるか？依存症治療の中で1番大切だとも言っていた人間関係、信頼できる関係性を作ることが必要だと、しきりにどの講義の中でも言っていました。ダルクの中でも人間関係で躓く仲間がたくさんいます。私自身もそうでしたが、人を信じられるようになるまでには相当な時間がかかりました、しかし、人を信じなければ癒されないということも知りました。私にとっての回復は1番大きく立ち上がった壁「人を信じること」からでした。その大切さをこれからも伝え続けていこうと思います。

3つ目、継続的な支援。私がダルクに繋がったところよく田中代表に言ってもらった言葉があります。「ゴールのないマラソンみたいなものだから、ゆっくりやろうよ!」、その言葉の真意が理解できたように思います。生き方を新しいものにしないで済まない依存症の治療には終わりがなく、一生を通しての治療が必要と言う事。一人では出来ないと言う事。だからこそコネクションが必要なのだと言う事。ダルクスタッフとしての役割を与えていただいている私にとって確固たる思いを得ました。「回復の素晴らしさ」、「回復のバトン」を仲間へ手渡していこうと思います。

今回の研修で特に印象的だったのが、どの施設でもスタッフ自身も依存症からの回復者が多く、皆がリスペクトされ、アメリカ社会での回復者の居場所が確立されており、「依存症＝病気」という認識が深く浸透していることで、土台自体が厚くなっていることに衝撃を受けました。彼らの表情は「依存症からの回復者」という自信に満ち溢れ、輝いていました。

日本でも「依存症からの回復者」が広く社会に受け入れられる日がくることを切に願い、自分自身の経験を武器にして、今やらせていただいている活動に自信をもち、初志貫徹をモットーに継続していこうと思います。今回のアメリカ研修を推薦して下さった田中代表、支え続けてくれた仲間の皆さんに、心より感謝いたします。有難うございました。

『スコット・ジョンソン来日ワークショップ～スクラップブックング・セラピー～』

伊藤いずみ

昨年 10 月 4 日～6 日横浜で行われた HRI 主催の「スクラップブックング・セラピー」に中的一天だけ参加させてもらいました。一日だけというのは 2014 年の同じワークショップに参加したことがあり、すでにスクラップ・ブックを作ったことがあったからです。5 年ぶりに続きができるということで、ウキウキ出かけました。スコットのワークショップはいつも笑いと遊びと涙がいっぱい。アメリカ研修の折には自死で逝った弟のグリーフワークを担当してもらい、乗り越えるのに大きな力をいただきました。HRI の研修では私の属する自助グループの仲間もたいい参加しているので、その人たちとの再会も楽しみです。水澤先生はじめ、HRI ファミリーの一員という感じがします。

スクラップ・ブックングとは、ナラティブ・セラピーの技法の一つですが、自分で人生の本を作るのです。水澤先生の著書「＜見捨てられ不安＞に悩んだら」によれば「秘策をお教えしましょう。それは人生を一冊のスクラップ・ブックに見立て、誕生から現在までに起きた様々な出来事を、絵や写真、コラージュなどで構成してみる方法です。小さい頃の写真や昔描いた絵を貼り付けてもよいですし、雑誌や新聞の切り抜きを用意してもけっこうです。」「問題が起きたときどのようにして乗り切ったかを思い出し、自分の資質やパワーをコラージュで表現しましょう。」「こうやって作ったスクラップ・ブックが、あなたという人間の物語です。いつもそばに置いて、問題に直面したときには見直してみましょう。」 P149～152

というわけで、研修室に入るとそこはワンダーランド状態。雑誌や絵葉書、シールやクレヨンなど、様々なアイテムが広がり、笑い声が響きます。皆さん 1 日目に作った「ライフマップ」や「子供時代の自画像」に見いっていました。参加者は 40 人くらいでしょうか、グループごとに会話もはずんでいました。この日埃をかぶっていた私のスクラップ・ブックにも、久しぶりに新たな絵が 2 枚加わって充実してきました。

2 日目の課題は、エクササイズ 4 「外在化：問題を乗り越える」。「今までの人生の中であなたに最も多くのトラブルを起こした「問題」を 1 つ選んでください」という設問の後、いくつも質問が続きます。「その問題はどこからきましたか？あなたの人生にどのような影響を与えてきましたか？あなたの人生から何を奪いましたか？その問題はあなたを大事にしてくれますか？…」だんだん気持ちが落ちてきます。「スクラップ・ブックに問題の物語を書いてください」私の問題は異性関係、恋愛依存の体質があるのですが、それを外在化して描いてみると、普段目をそらしている分怪物のように禍々しく立ち上がってきます。エクササイズ 5 「リメンバリング：問題から解決へ」で「あなたの人生の辛い時期を乗り切らねばならなかった時、「ギフト（授かりもの、頼りにした何か）」はどのようにしてあなたを導いてくれましたか？」との設問。「ギフトは過去にどのようにしてあなたを助けてくれましたか？ギフトがもつとうまくあなたを助けるために、あなたは何をしましたか？ギフトは今あなたにどんなアドバイスをしていますか？…」というわけで今度は「ギフト」を擬人化して描いたり対話したりします。私の場合ギフトは「勇気」でした。抑圧の強い実家を去る勇気、壊れた男女関係を断ち切る勇気、新たな職場に入る勇気。アルコールへの依存に陥りそうだった時も、その集団を去る勇気で乗り越えてきました。ところでここで問題噴出。私の中で断ち切る「勇気」のパワーと、異性関係によってもたらされるダイナミックなパワーとが区別できないことに気づいたのです。あれ？問題のもつパワーと解決方法のパワーが一緒じゃ困るな。そこでスコットに質問。（通訳を介して。）

詳細は省きますが、私の問題の底に父親との関係不全があるようで、20 歳ころの父親との衝突が主らしいので、その傷つき体験について自己との対話をしてごらん、との宿題をもらいました。右手で 20 歳の私に問いを書き、左手で 20 歳の私からの答えを書くのです。左手は意識の抑制を受けにくいので、右手よりは無意識に近いところからの回答を出してくれるからです。いつか聞いたことのあるこのセラピー技法を後で自分でやってみたら、結構意外な回答があって自分でもびっくりしました。その問答を一人だけでやらず、スポンサーと分かちあうこと、という注意も守ることができました。

3 日目は「現在の私の物語」「私の未来の物語を作る」と続く予定ですが、それはまたの機会に。充実した思いに満たされて会場を後にしました。スコットに感謝。HRI 水澤先生に感謝。通訳ワタルさんに感謝。

『沖縄研修旅行に行って』

ターシー

初めて沖縄に行ってきました。目的は那覇で開催される RYUKIPAA（AA のイベント）に参加して来る事でした。相模原ダルクからトシさん、ガクさん、アラちゃん、私の四名が参加してきました。沖縄に行ける事が知らされた時は、ものすごく嬉しく思いましたが、出発日（10 月 11 日）が近づいてくると不安が出てきました。それは台風 19 号が関東に近づいていたからです。飛行機が飛ぶのか？すごく不安でした。でも出発日は台風が来る前で、天気は悪かったけど少し揺れた程度で無事に那覇に到着しました。

那覇でレンタカーを借りてホテルに着いたのは夜 9 時を過ぎていました。部屋に入ってすぐに台風ニュースを見ました。私の住んでいる寮は川のすぐ近くなので、仲間や寮が大丈夫なのかとても心配でした。台風はまだ上陸していないのを確認してから、ホテルから近い国際通りへ行き夕食を食べに四人で行きました。2 日目は朝早くから台風情報を、仲間の事を心配しながら四人で見っていました。昼食後 RYUKIPPAA の会場へ徒歩で行きました。会場では以前相模原ダルクで同じ寮で生活していた仲間と再会して、現在沖縄の施設で元気に生活しているとの事で、久しぶりの再会に驚きと喜び、そして安心しました。会場では 60 名位の方がいて、半数以上が海外の方だったのでとても驚きました。米軍キャンプから来た方が多いのかと思っていたのですが、様々な国や地域からいらしているとの事でした。

スピーカーズミーティングでは、それぞれの国の歴史や活動、自身の役割や、どのように関わっているのか等を話していました。自分の国の中で活動しているのはもちろん、色々な国で活動している方、戦争などで国を追われ他の国や地域で活動している方など想像しがたい話が聞けました。スピーカーズミーティングの後半でガクさんがスピーカーを務めました。スピーカー席に座っている時からものすごく緊張しているのが伝わってきました。沖縄行を伝えられた時に、「ターシー、スピーカーしてきなよ」と言われたのですが、ガクさんに変更になり少し残念に思っていたのですが、当日の他のスピーカーの方の話や、前方の席にいるガクさんの様子を見て正直「自分じゃなくて良かった」とホッとしている自分がいました。ガクさんのスピーチは海外の方が多く通訳を介しての話になるので、話がどうしても途切れ途切れになってしまいとても話しづらそうでした。でも話し終わった後はすごくホッとした表情をしていました。スピーチを聞いている私も何か力が入ってしまいとても疲れました。

ホテルに戻りすぐ台風 19 号のニュースを見てアラちゃんが仲間に電話した所、私のいる愛川寮の仲間がダイケアに避難した事を知りました。仲間が安全な場所に移動できたので少し安心しました。3 日目は昼までのミーティング予定でした。プログラムに「YOGA&Meditation」と書かれていたのですが、私には何の事が分からず会場に行くと、イスが半分位片付けられており 20 名程の方が動き易い格好でマットを敷き出しました。スピーチをするミーティングではなくてヨガをするリラクゼーションミーティングでした。ただ見るだけではつまらないので、自分に出来そうなポーズをやって参加しました。

全プログラムの終わりに仲間が最初は英会話が解らず、米軍キャンプのミーティングに参加したりして英会話を覚えたと話していてすごくうらやましく思いました。ミーティングも終了して、午後からは観光で美ら海水族館に行ってきた。沖縄の美しい魚達や巨大なジンベイザメを間近で見学出来て、もっと時間が欲しかったです。次に沖縄に行く機会があればダイビングに挑戦して魚達に会いたいと思いました。

最終日は昼のフライトだったのでチェックアウトして直ぐに那覇空港へ行き、そこで沖縄そばを食べたのですがテーブルにあった、唐辛子やコショウと並べてあったお酢みたいなものがあったので、よく見たら「お酒」と書いてありドキッとしました。あやうくスリップでワンデーになる所でした。

今回、首里城は次に沖縄に来た時に行けばいいからと思っていたら 10 月に焼失してしまい、行かなかった事を残念に思っています。早い再建を祈り、願っています。

新事業所



お祝いのお花



アメリカ施設研修



けやき体育館フェスタ



相武台芸術祭



10月家族会(田先生)



11月家族会(朝倉先生)



メンバー報告

12 月のステージアップ

新規入寮者

サトル *Stage1 に仲間入り！*
 ミノル *Stage1 に仲間入り！*
 ワタ *Stage1 に仲間入り！*

メンバー

ノブ *Stage3 に UP！*
 ユウ *Stage2 に UP！*
 ヒロ *Stage2 に UP！*

スタッフ

アツオ サポートへ昇格！

施設報告 12 月 1 日現在 利用者 38 名です。

Manager 1 名		Chief 1 名		Trainee 4 名		Support 6 名
Stage1 3 名	Stage2 10 名	Stage3 9 名	Stage4 2 名	Stage5 1 名	通所者 1 名	

活動報告・予定

10 月報告

1 日 EC 会議
 2 日・9 日・16 日・23 日・30 日
 北里大学東病院治療プログラム（KIPP）
 3 日 八街少年院薬物依存離脱指導
 アルコール問題研修
 4 日・11 日・18 日・25 日
 相模原市精神保健福祉センター内
 依存症回復プログラム
 4 日・代表参加
 4 日 個別支援計画会議
 4 日～6 日 スコットジョンソン・ワークショップ
 8 日 相模原市精神保健福祉センター主催
 依存症家族講座
 10 日 障害福祉施設等防犯研修会
 11 日 プレジャープログラム・カラオケ
 11 日～14 日 AA 沖縄「RYUKIPAA」参加
 15 日 相模原市健康福祉局職場研修会
 講演・エイサー演舞
 16 日～19 日 12 ステップセミナー
 17 日 八街少年院薬物依存離脱指導
 18 日 立川保護観察所引受人会・講演
 19 日 相模原ダルク家族会
 20 日 潮騒ジョブトレーニングセンター
 フォーラム・エイサー講演
 オキュペーションプログラム
 23 日 寮長会議
 24 日 相模湖病院メッセージ
 26 日 定例会議

11 月報告

1 日 個別支援計画会議
 ニュースレター15 号発送
 1 日・8 日・15 日・22 日・29 日
 相模原市精神保健福祉センター内
 依存症回復プログラム
 29 日・代表参加
 2 日 EC 会議
 2 日～10 日 アメリカ・アディクション研修
 3 日 NA 南関東エリア・ギャザリング
 6 日・13 日・20 日・27 日
 北里大学東病院治療プログラム（KIPP）
 12 日 相模原市精神保健福祉センター
 依存症回復プログラム・相模原市南区開催版
 13 日～16 日 12 ステップセミナー
 14 日 八街少年院薬物依存離脱指導
 アルコール問題研修
 16 日 相模原ダルク家族会
 オキュペーションプログラム
 18 日 医療観察法対象者受入れ研修会
 19 日 多摩総合精神保健福祉センター内
 薬物再乱用防止プログラム
 20 日 定例会議
 23 日 寮長会議・EC 会議
 25 日・26 日 JCCA 神戸
 25 日 サービス管理責任者・更新研修
 28 日 八街少年院薬物依存離脱指導
 相模湖病院メッセージ
 30 日 NA OSMIn 山梨

相模原ダルク家族会のお知らせ

家族の回復は本人の回復と重なります。そのため毎月行っています。相模原ダルクスタッフ及び、外部から講師プレゼンターを招いてお話を聞かいたします。相模原ダルク入寮者内外のご家族が集まり、勉強と交流の会（ミーティング）を開いています。依存症者の家族の方ならどなたでも参加できます。他の家族会の方も歓迎です。毎回 20 名程度が参加しています。ご希望により、施設スタッフとの面談もできます。

毎月第 3 土曜 午後 1 時半～午後 5 時 予約不要 直接会場（相模原ダルクデイケア 2 階）へお越しください。

＊会費として 1 家族 2 千円をいただき通信費や講師謝礼に使わせていただきます。

＜11 月家族会報告＞

2019 年 11 月 16 日（土）午後 1 時半～5 時 21 名参加（17 家族）

講師：朝倉 崇文先生（北里大学東病院 KIPP＜依存症治療プログラム＞担当）

アディクションってなに？ ～「やり過ぎる」をどう扱うべきか？～

北里大学東病院の朝倉です。3 月から北里大学と合併しますので、北里大学病院と言っても同じです。

まずは事例から紹介します。事例 A は 52 才男性、公務員。鬱病、ネット通販で副業、自殺未遂・・・このような人に相談されたらどうされますか？ 治療につなげたりしますね。この人の副業がギャンブルであったら、反応はガラッと違いますね。・・・このような人にはどうされますか？ 実際にはギャンブルしたことを責めるという反応が多くなります。次の事例は、同じ状況で薬物を飲んだら出社できるようになった。会社に出られるようになったので、自殺企図はないです。・・・違法な薬物を使用したことを非難しますか？

事例 B は 55 才男性、会社役員。父が鬱病で自殺している。出世して偉い人になったとたん、お酒が増えて大量飲酒者になった。会社に大きな損失を与えた事を非難しますか？ 飲酒した事を責めますか？・・・実際は政治家の中川さんです。酩酊会見ということでマスコミに叩かれて、政治家止めて。後に自殺されています。依存症で世間で非難された方々ですが、案外真面目な方で、社会的に成功した方も多いです。

そもそも依存症って何でしょう？ 立場によって多少定義が違ってきますが、精神医学では本来「依存症」という言葉は物質依存（サブスタンス・アディクション）のことでした。それが行動にのめり込むことも含めるようになりました。海外ではアディクションではメジャーな言葉ですが、日本では翻訳の問題もあって、「嗜癖」というよりも「依存」という言葉の方がなじみやすいですね。依存症と嗜癖行動は違うんだという意見もありますが、ほぼ同じです。（中略）ご家族へのアドバイスとしては、次のようなことがいえるでしょう。「起きている問題を整理する→一人で考えすぎず、誰かに相談する」抱え込まないで相談して下さい。「自分も疲弊している→自分自身をケアしよう」アディクション中心の人生にしないということです。「背中を見せる→自助グループや家族教室などに行く。」行く姿を見せて下さい。「情報を集める→しかるべき時に備える」何かあった時動けるように知識を蓄えておくことです。

お勧めの映画です。依存症を紹介している映画です。「毎日かあさん」漫画家の西原さんの家族としての体験を描いています。写真家の鴨志田さんのアルコール依存症に悩まされる話しです。「酔いがさめたら、うちに帰ろう。」西原さんの夫の鴨志田さんが迷いながら治療に取り組む話です。当事者側と家族側と両方の立場が描かれています。

ビデオですが「恋人はセックス依存症」英語ではタイトルが「サンクス・フォー・シェアリング」です。まじめですがコメディが入ったもので、自助グループのことがよくわかります。

マンガで、厚労省のホームページにあるのが「だらしのない夫じゃなくて依存症でした」。細かく描いてあるので少し長いですが。依存症を説明するには良い材料です。

文責：伊藤

※公式ホームページ内、最近の記録欄に詳しい報告をお載せしております、ぜひご覧ください。

＜献金御礼＞

潮騒JTC様 紺矢昭男様 相模台芸術祭会長三畑武一様 小谷田郁代様 三浦紀子様
針木伸佳様 鈴木清治様 守屋美樹様

＜献品御礼＞

田中三佐子様 平本慶子様 高橋和彦様 小谷田郁代様 針木伸佳様 三浦紀子様 守屋美樹様 畠山俊一様
高藤伸男様 鈴木優子様 山名三枝子様 花山忍様 軽部喜美子様 広瀬昌之様 中村とし子様 匿名様
琉球ガイア安達様 上山雅子様 四反田勉様 白川雄一郎様 フードコミュニティ様 青森ダルク様
富士五湖ダルク様 桜ヶ丘記念病院院長岩下寛様 山梨ダルク様 八王子ダルク様
（株）アンカー代表取締役会長石井康人様 藤岡ダルク山本大様 神奈川県更生保護女性連盟様
高橋洋平先生 鈴木清治様 水島伊生義様

＜献金・献品のお願い＞

皆さま方には暖かいご支援をいただき、誠に感謝しております。重ねてのお願いで心苦しいのですが、大所帯となり食品・日用品が常に不足気味です。お米、缶詰、調味料、石鹸、シャンプー、洗剤、等々、ご家庭で余ったもの、献品いただけると助かります。ご家族には再三のお願いをしましりました。改めてニュースレター読者の皆様へ、献金・献品のお願いを申し上げます。

＜振込先のご案内＞

◎郵便振替払込口座 口座名「相模原ダルク」口座番号 00270-1-138788

※発送作業の簡略化の為、大変恐縮ですが郵便振替用紙は2号に1度のペースで全員の方に同封させていただいております。どうぞご理解ください。特に必要のある方、『匿名希望』の方は、その旨を通信欄に、その都度書き下さるようお願い致します。

プログラムマネージャーより一言： アルコールや薬物の使用をやめた後に出てくる、PAWSの症状にはありとあらゆるものがありますが、それらは、6つの症状に大きく分けることができます。①思考プロセス障害②情動障害③記憶障害④睡眠障害⑤身体的なバランス障害⑥ストレス過敏障害。次回からは、PAWS（長期離脱症状）の6つの症状について具体的な症状を一つ一つ取り上げていきたいと思います。

編集後記：今号は研修特集です。アメリカへ出向き最先端の現場で勉強してきた者、沖縄で国境を越えた仲間との交流を楽しんできた者、アメリカから来日したセラピストに学んだ者、三様の手記が揃いました。依存症は世界的な広がりをもつ問題であり、回復の様相も様々であることがわかんと思います。命に係わる問題ですが、常に笑いと涙を忘れずに進むプリンシプル丸でありたいと思います。（サービス管理責任者伊藤いずみ）

プリンシプル

相模原ダルクニュースレター NO.16

編集人：一般社団法人 相模原ダルク

〒252-0237 神奈川県相模原市中央区千代田 3-3-20

TEL042-707-0391 FAX042-707-0392

URL <https://s-darc.com> Email info@s-darc.com

発行人：特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

〒157-0072 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17-102

定価 100 円

