

SSKP

プリンシプル

相模原ダルクニュースレター 第25号（2021年7月）



バラエティに富んだ家族会

一般社団法人相模原ダルク 代表理事 田中秀泰

麦秋の候、皆様におかれましては未曾有の災禍とはいえ、一致団結してこの難局に立ち向かわれていることと存じます。お陰様で相模原ダルクの利用者、スタッフ共に変わらず全員健康で元気にそれぞれのプログラムに励んでおります。報道ではまん延防止措置が7/11に解除されるという事で、現在中止している飲食店や行楽地でのプレジャープログラム、エイサー公演、他ダルクとのイベント、交流会などが大手を振って行えるようになればなあと期待しておりますが、どうなる事でしょうか？

感染症対策は変わらず厳格に実施し、細心の注意を計りながらが前提ですが、相模原ダルク家族会は予定通り毎月第三土曜日に行っております。特に最近はコロナ禍の影響で他施設の家族会に通っている方々の参加も見受けられ、とても喜ばれております。こういった時期だからこそ毎月一回は日頃の不安な気持ちを落ち着かせて、依存症という病の本質、回復や自立の具体例、自分自身の感情と向き合い依存症で悩むご家族同士が支え合う事の重要性を強く感じております。

今号7ページに記事をお載せしておりますが、5月家族会講師にお迎えした秦野みくるべ病院、岡崎有恒院長のお話は、一見暗く悲しい話になりがちな依存症というテーマをユーモアや笑いを交えて、明るく、楽しく、分かりやすくご登壇頂きました。6月家族会講師は私の親友でもある山梨ダルク、佐々木広代表にお越し頂き、依存症からの回復者として壮絶な回復ストーリーをお話し頂きました。このニュースレターや講演会等で再三ご説明させて頂いておりますが、相模原ダルクが考える依存症からの回復と自立とは、各個人それぞれ千差万別の過程を踏む必要があり、利用者一人一人に寄り添ったオーダーメイドの見立てが必要になってきます。これはご家族の方々にも共通する所で、講師の講演と同時進行で個別面談を行なっておりますが、お招きする先生方の講演内容も、それぞれのお立場や経験から毎月異なった内容で依存症という病を勉強することができます。5月家族会では岡崎先生に笑いながら励まされ、6月家族会では佐々木代表の壮絶な過去に、辛く苦しかった当時の自分自身を照らし合わせ、涙しながら今の平安な生活に感謝できるといった具合に、代表の私自身も毎月色々な事に気付かされます。家族会を始めて約7年になりますが、ご登壇頂いた先生方、家族会の皆様、応援してくださる沢山の方々のお陰で、少しずつですが当時目標にしていた温かい中身のある家族会に成長してきた事を実感しております。

『私の依存の歴史』

イチ

みなさんこんにちは、アルコール依存症のイチです。この体験談を書くにあたり、過去の様々なことを思い出して、自分がどう成長してきたのか、自身でも非常に勉強になります。自分はこのダルクという施設の中でも、つながってからどん底をついたという数少ない体験をもつメンバーの一人であります。思い出せば、今から約 2 年半前、私のアディクションという病気は重いものでありました。飲みたいという欲求を、ここで一緒に暮らしている仲間に責任をおしつけて、その夜施設の寮を抜け出してコンビニにアルコールを買いに行き、すぐさまスリップをしました。すぐに私は寮移動となり、その後、K 病院に入院しました。だが入院中もアルコールは止まらず、ある日、私は病院をぬけだして、とある居酒屋に飲みに行きました。あまり飲まなかったのですが、半分ブラックアウトして、路面にヘッドスライディングをしてしまいました。K 病院に戻りましたが、医師との見解も合わず、退院することになりました。その後、私は H 市でサイフを盗まれて、所持金も残りわずかとなり、ライフラインの全てが止まった自宅に戻ることにになりました。2～3 日何もない場所で生活し、どうにもならなくなった私は、施設に戻りました。また、その一ヶ月後は、またもや仲間に責任をおしつける形で、夜中に寮をぬけだしてスリップしました。その時は、所持金が無いのを知りながら、なんと近くのファミリーレストランで無銭飲食をしました。幸いにも窃盗で告訴されず、私は一晩を警察で寝泊まりすることになりました。こうして私は施設につながってから、2 回もどん底をついたのですが、身も心もボロボロになった私を施設の仲間たちは、やさしく受け入れてくれました。また、2 回もどん底をついた私にも、それ以外に、この半生で様々な事がありました。

私は、S 市のある平凡なサラリーマン家族の長男として生まれました。発達障害であった私は、運動神経にもぶく、それは今現在でも残っています。エイサーの練習をしても、仲間にはついて行けず大変です。それでも私は、記憶力は良く大学も卒業しました。そんな大学生活の中で、私はお酒の味を覚えた訳ですが、その味はとても心地よく、私にはマッチングしていました。また最初からアルコールに対する耐性は強く、他の人達よりも酔うのが遅かったです。大学卒業後、私は、サラリーマンになる訳ですが、営業職が好きで、天職だとも思っていました。もちろん営業職には、接待などアルコールがつきもので、私はこれぞとばかりにアルコールにはまっていきました、その割には、仕事も順調で、アルコールは仕事の上での武器でさえあると思っていました。そんな中で私は独立を考えるようになり、そしてその夢は現実となりました。業種は卸及び小売業で最大でスーパー 5 件、年商 10 億を達成しました。そんな絶好調の私にも転機が訪れました。小切手の不渡りを出して、銀行取引停止となり、一気に会社は 2 億円の負債をかかえて倒産となりました。借金の個人保証をしていた為、私自身の自己破産はもとより、義弟にまで自己破産をさせてしまうという最悪の結果となりました。多数の従業員の方たちに給料未払いとう迷惑をかけて、路とうに迷わせてしまいました。その後の私のアルコールの飲み方は、大きく変わりました。いわゆる「やけ酒」になり、酔っては身内に暴言を吐いたり、または他人に暴力をふるったりしました。仕事は相変わらず続けていましたが、「お酒」を買うために仕事をするという結果になっていきました。そんなある日、体に異常な倦怠感を覚え、あわてて病院に行った所、アルコール性肝炎と診断されました。すぐさま私は、お酒をやめようと決意し、仕事を変えました。お酒を飲めない仕事、トラックドライバーとなりましたが、仕事を始めてわずか 2 週間後、工作中急に意識がなくなり、トラックの荷台よりまっ逆さまに転落し、頭を強打しました。救急車で搬送され、外傷性クモ膜下出血と診断されました。幸いにも後遺症は残らず、最悪の場合は命をおとしていたという事態を考えれば「ああ、生きていてよかった」と思えてきます。ただ、そのことにより労災で休職せざるを得なくなり、毎日酒びたりの生活が再び訪れました。それは皮肉な結果でした。私は入院を決意して都内にある K 病院に入院しました。その後、私はこの施設につながることになる訳ですが、事有る度に私の肉親である妹がそばにいてくれました。妹はその後毎月、家族会にも出席してくれている模様です。

「ありがとう」私はこの想いを前述した妹と、都内のある施設に入っている母に送りたいと思っています。

最後にこの私の「依存の歴史」を読んでいただいた、皆様のご健勝をお祈りして終わりにしたいと思っています。

『セクシュアリティと薬物依存』

コタロウ

きっかけはささいな拍子に同級生の事が気になったことだった。それが周りにいる“普通”の人と違ったのは同性が相手だった事。単なる一過性の好奇心に過ぎないと自分でも思っていたこともあり、もっぱら情報を得る手段はケータイやインターネットによるものに限られていた。当然周りに言えるはずもなく、最初は知らない世界をのぞくくらいの軽いものしか考えていなかった。だが次第に性的欲求が高まるにつれ、実際に会ってみたい、セックスしてみたいという願望が膨らんでいき、相手を探すようになっていった。

初めてゲイの相手と会ったのは19才の時。出会い系サイトで知り合った人だった。サイトの投稿されている人の多さ、あまりにも手軽に出会える事に拍子抜けもしたが、それよりも簡単に自分の性的欲望を満たせる事に警戒心のハードルが下がるとともに少しずつ異性よりも同性への性的指向が向いていった。

しかしセックスをすればするほどカミングアウトできなくなっていった。大学当時付き合っていた男性は臆することなくカミングアウトしていたが、自分は周りにどう思われるか、気持ち悪いなどと言われるのではないかと、そればかりを気にして表面上は彼女がいるように演じていた。ごまかしている自分にも嫌悪したし、オープンにしている人に対しても僻みや嫉みの感情を向けていた。それでも自分の欲求を抑えることはできず、互いの素性を明かさずに性欲を満たせるネットでの出会いに没頭していった。そんな中出会った相手から薦められたのが覚せい剤だった。社会人2年目、24歳の時だった。新宿2丁目で飲んだあと終電がなくなり、相手の家で宅飲みをしようという話になって後を付いていった先でのこと。「いつもよりもっと気持ちよくなるもの、やらない？」という誘いと共に差し出された覚せい剤を前にして、性欲の高ぶり、ストレスを解消したいという勝手な願望、そしてアルコールの影響による判断力の低下...言われるがままに覚せい剤を使ってしまった。その時の快楽・興奮・没入感はしばしの間全ての事を忘れさせてくれた。でも覚せい剤を使うようになった事で一層自分を隠さなくてはならなくなった。性欲を満たすことでしか自分のセクシュアリティを表現することができなくなり、オープンにしている人への後ろ暗さが増していくだけだった。それでも覚せい剤とセックスが止められず、使用頻度と量がエスカレートしていった。そして26歳の時、家族の目の前で逮捕される結果を迎える。当然の成り行きと言ってしまうえばそれまでだが、そこでも家族に対して自分のセクシュアリティ、覚せい剤を使っていた経緯や事実を打ち明けることはできず、取り繕うこと、そして早期の社会復帰を図る事ばかり考えていた。執行猶予の判決が出、運よく再就職できた事も自分を隠すには好都合だった。仕事に打ち込む事で一時的に薬物への欲求も抑えられていたが、ストレスとプレッシャー、ゲイである事が露見しないように塗り重ねる嘘の重圧に次第に焦りや当て処のない苛立ちが増していった。

30歳の時肺炎を起こして入院、その際HIVに感染した事が原因と告げられた。覚せい剤を使った性行為の際、コンドームを使用していなかった事が原因だった。リスクは理解していたが、目の前の快楽には打ち勝てず、奔放な行為を繰り返していた自分を悔やんだ。一生完治しない障害を抱えた事に絶望した。それでも周囲に打ち明ける事はしなかった。その現実から目を背ける為にとった行動は覚せい剤を使うことだった。相手に感染させるかもしれないという自制心よりも、わずかな快楽を求めた。どうにでもなれ、という身勝手な考えしかなかった。いつまでも続けられるはずはないと思っていなくても、膨大な借金を作りどうにもならなくなっても、それでも覚せい剤を使ったセックスが止められなかった。そして2度目の逮捕、実刑判決を迎える事となった。

保釈中に施設につながり、そのミーティングの席上で「自分はゲイで...」と切り出した時、内心では葛藤があった。神妙な顔付でごまかす事もできるかもしれない、でもそれではここに来た意味がない、だがゲイである事を話したら気持ち悪がられるのではないかと...。おずおずと話し終えた後、自分を待ち受けていたのは仲間からの握手やハグと「話してくれてありがとう」という言葉だった。ここでは自分のセクシュアリティをごまかさなくていいのか、話してもいいのかと初めて安心できた瞬間だった。まだ話せていない事も多いが、少なくとも「自分はゲイだ」と口に出す事に抵抗感はなくなってきた。

その一歩を踏み出す勇気を与えてくれた事に感謝している。

『自分のアディクションの歴史』

タロウ

初めまして、私は薬物依存症のタロウです。自分が相模原ダルクに来ることになったのは、覚醒剤を使用して気が付いた時は精神病院にいました。それでも覚醒剤を止められず生活をしていました。ダルクに来て自分には、色々なアディクションの問題が有り、考え方の問題が有るのが分かった。自分に物心が付いた時には、親戚や大人達が花札や麻雀をやりながら、タバコや酒をやっている自然とその場所に入るようになり、はじめは花札の絵を覚えて、お菓子や飲み物を大人達からもらうようになり、保育園に行くころには花札を覚えて大人達とやるようになり、麻雀も絵を揃えることが出来るようになり、小学校に入学で麻雀の役を覚えて大人達と打つようになり、勝ったら金をもらうようになって小学生の頃には、学校から帰ったら親戚の家に麻雀や花札をやりに行くようになり、毎日ギャンブルをやることになってその場所に有った、ビールや日本酒のビンの中の少しの余りを大人達に隠れて飲むようになり、勿論、タバコも大人の真似をして吹かして吸ったりして、本格的に、飲んだり吸ったりしたのは、中学生になってからで、その頃、センパイ達がシンナーやパンク糊、ブラックシャシを吸っていて自分も吸ってみたいくてセンパイから貰って吸ってみて、気持ちが良くなり、楽してもっとほしいという気持ちから、パンク糊は自転車屋に行って盗んで吸っていて、当然シンナーも塗料店や塗装屋の倉庫から盗んで吸っていました。盗んだシンナー、パンク糊をセンパイや仲間や仲間の知人に売って金儲けをして、タバコ、酒を買ったり、麻雀を打つ軍資金にしていた。金が無くなったら親戚と麻雀や花札をやって金を作っていました。高校生になった頃は、パチンコ、スロットをやるようになった。その頃のパチンコ屋は、モーニングが有り開店時、台の電源が入って無くて、打つ時入れて貰って、出無くなったら止めて違う台に移り、勝つ楽しさをした。台によっては、攻略法が有ってその頃は、パチンコ、スロットをやっても負けなかったけど、パチンコ屋のイベントや朝開店、夕方の開店の時は、負けるのが続いても、パチンコ、スロットをやめられずその頃は、暴走族仲間に盗んだバイク、車、パーツを売り金にしていた。生活費はアルバイトをやっていた金を使っていた。暴走族に入ってから、酒を飲むことが増えて、バイク、車の運転をしながら飲んだりしていた。就職してからは、仕事の時間が不規則で休みも決まらなかったから、ギャンブルをやる時間や酒を飲む時も無く、たまに飲んだり、打ったりして、20 歳位で仕事を辞めて、中学校のセンパイが右翼に出入りするようになり、右翼のセンパイの知り合いの所で適当に仕事をして、金が出来たら、ギャンブル、酒をやり生活をしていてそこで覚醒剤に出会った。はじめは、ポンプで打ってもらったけど息苦しさを感じてその時 1 回でポンプを使わず、炙りで使用するようになり、今までやってきた、シンナー、パンク糊より、気持ちがよく、いやなことを忘れる事も出来て疲れも取れ眠気も覚め、薬ってサイコーだと思った。それから、はじめは貰っていたけど半分金を出してセンパイと分けるようになり、適当な仕事だと金が少ないため、仲間を雀荘に呼び出したり、パチンコ屋の店員にスロットの設定を聞いたりした、出ない時は怒鳴ったりして、金にし覚醒剤を買っていた。20 歳の時右翼の出入りを止め、ヤクザになったのをきっかけに覚醒剤を止める事になった。自分が出入りしていた組が薬物厳禁の組だったから止めていられたけれど、酒を飲む量がふえた。当番、運転手、義理事の時は、飲まなかった。なにもない時は、朝から酒を飲み、車の運転中でも一升瓶を助手席に置き運転していて、酒の席でケンカをしての繰り返しの生活を送る。23 歳位時、後輩達で、ライターガスを吸うのがいてカセットコンロのガスを吸って一人死んだ事件が有って、自分の地元では、薬物使用厳禁とセンパイ達から通達が有ってもセンパイ達は使用していて後輩達も使用する事になって自分も 3 年前まで使用していたのに、その事をねたに金を取るようになった。26 歳でヤクザを辞め、建築の仕事をするようになり、ストレスで覚醒剤を使用するようになり、この頃は 1 ヶ月に 2~3 回の使用でした。35 歳からポンプの使用をするようになりはじめは、1 ヶ月に 4 回、盆休み、正月休みは、普段より多く使用していたけど、仕事の疲れやストレス、ケガなどで使用する回数が増えて、金を手にするために日勤と夜勤をして覚醒剤を買うために仕事をして、毎日何回も打つ生活になり仕事を辞めて、覚醒剤を使用して、覚醒剤無くなったら仕事をする生活をしていくようになり、精神病院に入りそれでも使用していました。今はダルク生活でアディクションの恐さをしり、仲間を自分の鏡だと思い、仲間の気持ちを考えながら生活をして 1 年がたちました。

スポーツプログラム



畑作業



12 ステップワーク



プログラムカンファレンス



EC 会議



5 月家族会（岡崎先生）



6 月家族会（佐々木代表）



メンバー報告

6 月のステージアップ

新規入寮者

ヨシベー Stage1 に仲間入り！

メンバー

サク Stage3 に UP！

トオル Stage3 に UP！

コタロウ Stage2 に UP！

ヤッチ Stage2 に UP！

スタッフ

カツユキ サポートへ昇格！

施設報告 6 月 1 日現在 利用者 44 名です。

Manager 2 名		Chief 2 名		Trainee 5 名		Support 4 名
Stage1 1 名	Stage2 13 名	Stage3 11 名	Stage4 3 名	Stage5 1 名	通所者 2 名	

活動報告・予定

4 月報告

- 1 日 お花見&BBQ
2 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
個別支援計画会議
6 日 オキュペーションプログラム
7 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
9 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
八街少年院薬物依存離脱指導
13 日 HRI 水澤都加佐先生カウンセリング
14 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
15 日 エイサー練習・小渕小体育館
16 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
17 日 相模原ダルク家族会
21 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
23 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
八街少年院薬物依存離脱指導
寮長会議
26 日 定例会議
プログラムカンファレンス
27 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
オキュペーションプログラム
28 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
EC 会議
30 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

5 月報告

- 1 日 ニュースレター 24 号発送
4 日 個別支援計画会議
7 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
11 日 オキュペーションプログラム
12 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
14 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
八街少年院薬物依存離脱指導
15 日 相模原ダルク家族会
17 日 プログラムカンファレンス
18 日 HRI 水澤都加佐先生カウンセリング
19 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
多摩総合精神保健福祉センター・事例検討会
寮長会議
20 日 エイサー練習・小渕小体育館
21 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
22 日 寮長会議
24 日 定例会議
25 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
オキュペーションプログラム
26 日 北里大学病院治療プログラム (KIPP)
28 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
八街少年院薬物依存離脱指導
29 日 古希・還暦祝い食事会
31 日 EC 会議

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。

＜2021 年 5 月家族会報告＞

5 月 15 日（土）1 時半～5 時 22 名参加（17 家族） 初参加 2 名（2 家族）

講師：岡崎 有恒先生（みくるべ病院 院長）

私は今年の 4 月からみくるべ病院の院長をやらせていただいています。みくるべ病院は秦野市の山の中にある 276 床の精神科病院です。依存症専門医療機関として平成 30 年より神奈川県から認定されています。依存症専門医療機関は神奈川県に 6 つありますがその一つです。だいたい横浜を中心とした県東部に集中していますが、みくるべ病院は県西・湘南地域に存在することに意味があるのかなと思います。相模原ダルクさんからは入寮者の 3 分の 1 位の方が通院しており、時には入院で対応しております。相模原ダルクさんができた当初から関わり続けており、徐々に関係も深まってきております。相模原ダルクの印象ですが、もう 10 年位前からあるダルクだと思っていました。ひたすら行政からの信頼が厚い。簡単にいえば、スタッフさんも入寮者さんもしっかりしておるなど。みんなでやっているダルクだという印象です。これ“忖度”なしですよ。（笑）

「イネイプリングの具体例」〇〇できるようにする、と言うのがイネイプリングです。お金をよこせと言われてお金を渡してしまうと、使える環境を提供してしまうことになります。イネイプリングの本質は、問題と向き合うことを邪魔することにあります。尻ぬぐいをすることがどうしてイネイプリングなのでしょう。本人が起こした問題と向き合わなくて済むようにしちゃうからですね。管理することも、自分がコントロールできないんだという事実に向き合わなくて済むようにしてしまいます。優しくするのもあまり必要ないです。入院してから家族にあれ持ってきてくれこれ持ってきてくれと電話している患者さんがいるんですけど、家族もかわいそうだからと毎日のように見舞いに来る方がいますが、はっきり言って治療の妨げになります。ある程度突き放してもらわないと、本人がこのままでは自分は孤独になってしまうんだなと気づかないと、変化の必要性につながらないです。

「回復には愛が必要」です。本当の愛は苦しいものです。愛と恋とは全然違います。恋は冷めたら終わりです。愛はそこから先の話です。夫婦関係、冷めきってます？大いに結構。そこからが愛ですから。（笑）「自分や相手の精神的成長を培うために、自己を拡張する意志」。結構難しいですね。当事者であるご家族を自分は愛しているんだろうかと、わからなくなる時があるじゃないですか。面倒くさすぎて投げ出したくなったり、亡くなってくれた方がいいとか、関わりがなくなればどんなに楽だろうと思ったり。反面家族なんだからやってあげなきゃな、やってあげたいなと思ったりします。ゆれていいんです、人間だから。今は入寮したり入院したりしている本人と、いざ直接対面したときにどう感じるかは結構難しいことです。その時にこの原則を思い出してください。

話をまとめていきます。依存症の回復には本人が問題に向き合う必要がある。それを促すことが愛だし、イネイプリングの逆です。実践するときに大事にしたいことが 4 つあります。「バランスをとること」「楽を後回しにすること」「真実に忠実であること」「責任を全うすること」。これは当事者に向けた心構えでもあります。ダルクの方々を見ると、周りに人がいると色々な人がいて、怒りとか焦りとか感じるでしょうが、全体で調和していくことを学びます。こうして回復の道を歩んでいるんだと思います。素晴らしいなあと思います。

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＞

フク 21 ふらっとホーム様 海老名西口こころの診療所大山泰弘様
酒井義広様 紺矢昭男様 守屋美樹様 海老原真美子様 匿名様

＜献品御礼＞

針木伸佳様 草間薫様 鈴木優子様 工藤賢一様 古地敏博様 守屋美樹様 古屋順子様
梅澤秀子様 清水静江様 中村とし子様 香村恒子様 仲井和義様 小池様 佐藤様
青葉グリーンファーム様 八角知子様 更生保護施設等支援協議会様 匿名様

＜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てまいりました。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。

プログラマナーより一言：依存症の特徴の三つ目は「進行性の病気」です。薬物をほんの少しでも使っている限り、依存症は進行し続けますし、止めていて再使用するたびに依存は深刻化し、失うものが大きくなります。依存症の進行を停止させるためには薬物を止めるしかありません。

依存症の特徴の四つ目は「死亡率の高い病気」です。体を壊して死亡する人もいますが、自殺なのか事故なのか分からない死に方をする人が沢山います。特に自殺の多さは際立っています。使い続けていたら行き着くところは、刑務所か精神病院か、死体置き場しかないとアメリカの施設では教えられています。

編集後記：今回の体験談は、30 代 40 代 50 代の皆さんです。それぞれの壮絶な体験を語っていただきました。どの人も「死に至る病気」なのに辛くも「生きる」の方へ戻ってきた仲間たち。どれほど多くの涙を流してきたことかと思わずにいられません。家族会で、みくるべ病院の岡崎先生のお話は笑いがいっぱいでした。きつい状況の時こそユーモアを！そしてレジリエンス（しなやかさ）を！あきらめずに歩き続けましょう。（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 N0. 25

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

