



## 『ギャンブル依存症と広汎性発達障害』

ナバ

私は、ひどく焦っていた。時間が無い！早くしないと21時になってしまう。スマホを片手に持ち金銭管理をして貰っている支援センターの私の担当者に電話をしないと明日から通勤定期が使えなくなる。その日私は施設の担当者からお金を引き出していたが、又パチスロに全額使ってしまったのだった。いつもの事だった。担当者に連絡して、「又やっしまいました」相手は「又やったの」と言った。それだけで分かるのだ。相手はつけ加えてこう云った。「それでどうしたいの？」私は答えた「今から行きますのでお金をお願いします」と、何とか間に合った。支援センターが閉まる前に間に合った。支援センターの担当者は私より5歳位年上の女性だ。私は58歳だった。この担当者は私がギャンブルにのめり込んでいるのを知って、いろいろ考えてくれた。現金を持たずに、パスモとスイカにそれぞれ限度額いっぱい2万円ずつチャージして、それで買物をする様にとアドバイスしてくれたのも彼女だった。又私が通院していた三鷹市と八王子市の病院にお金を持って来てくれた。もちろん私がギャンブルに使ってしまわない為だった。だから彼女には大変お世話になった。私が生活保護の申請をする事は話したが相模原ダルクに入所している事は知らない筈だ。知っているのは弟の二人と高校生の時からの友人一人と神父様、就労支援の作業所の30歳代の男性スタッフだった。友人と男性スタッフは私がダルクに入所する事を最後まで反対していた。ダルクの見学と一緒に付いて来る程だった。しかし私の決心は変わらなかった。それ程ひどかった。私は三鷹市で生まれ育った。高等学校を卒業後、短期大学（夜学）に進学した。高校は歴史のある学校で明治18年に設立された学校だったが、私の通学していた頃は荒れていた。野球部の部員の暴力事件等がマスコミで報道された。その頃から私はたまにタバコを吸う様になった。勿論、担任の先生には知られなかった。むしろ真面目な学生で有った。進学するにあたって担任の先生は三つの大学名を伝えた。2つは4年制の大学であった。私はこの内の1校に行きたかったが、父に反対された。大学の知名度が低かったからだ。仕方なく名前は有名だった文京区の短大に進学した。そこで運良くロシア語の50歳の女性教授がアルバイトを探していた。私設の会社で翻訳した原稿の清書、金銭出納帳の記入、大使館や出版社や児童文学者の協会へ原稿を届ける仕事を2年程した。そして3年生編入試験を受験して4年制の学部に移った。学生時代は、パチンコ、パチスロは2、3回程しかやらなかった。その程度だった。やがて大手のシャッターメーカーに内定が決まった。ここで6年程勤めた。営業職だった、1日45件顧客を廻らされた。成績は新人としてはまあまあ成績だったが会社が私との約束を破ったのでやる気は無かった。それでもパチンコは仕事帰りに1、2度した位だった。次の会社はカーペットや壁紙のブランドメーカーだったがここは1年位勤務をした。パチンコ、パチスロは何故かやらなかった。私は次に業界最大手のシャッターメーカーに就職した。止まらなくなったのは、この頃からだった。勤務は朝8時から夜は1時まで働いていた。ギャンブルは休日にやっていた。最初の頃は権利物と云われているパチンコ台にはまった。負けていても玉が入口から入って入賞すれば、たちまち大勝ちする機種だった。でも未だ途中で自分の意思でやめる事は出来た。入社して6年目位の頃だった、弟が不動産関係の国家資格を取った。知名度のある資格で名前をあげれば誰でも知っている資格で有る。私は衝撃を受けた。弟に先を越されたのだ。私も取りたい資格だった。私は会社を辞めた。私も資格を取った。だが、それが間違いだった。中堅の不動産会社に就職した。仕事は順調でしたが、給与は以前の会社とは比べ物にならない程下がってしまった。又やり続けた。自分ではやめる意思はあったがやめられなかった。入社して3年程で会社は辞めた。転職を繰り返しながらの生活でパチンコ、パチスロはきつかった。生命保険の契約者貸付金は使いきってしまった。キャッシュカードも給与が入っては使ってしまう事の繰り返しだった。ある時TVで広汎性発達障害の番組を見た。自分に似ている事を医師が番組で話していた。私はその医師の居る東京の国立大学附属病院に当時通院していた精神病院の先生に紹介状を書いて貰い心理検査を受けた。思った通りだった。広汎性発達障害だった。二次的症狀として依存症がある。私はIQも低かった。当時50歳になっていた。医師には結婚すれば天才が生まれると云われたが、もうそんな歳ではない。時は流れて58歳になって居た。もうお金も無くなった。成瀬の精神病院で相模原ダルクを紹介して頂き入寮する決心をしたのだった。

## 『適材適所は正解か？』

カズ

言ってみれば私達依存者は、出来なかった、もしくは出来ない事に挑戦しています。そう考えると適材適所では何も変化を起せず、むしろ現状維持も危うく回復へはつながらない事と同義です。つまり不正解となるのでしょうか。周りは自然に囲まれた土地で幼少期から20数年を過しました。単線で一時間に2～3本しかない駅が最寄り駅です。商業施設に近い別の場所も考えた後に聞きましたが、子育ての事を優先させた結果選んだそうです。車が無ければ生活が難しいと表現すれば伝わり易いでしょうか？そのおかげで正に野山をかけまわって遊ぶ事で健康な体を作ったと思います。誕生日やクリスマス等には欲しい物を買ってもらう事が出来ましたし、自分では成せなかった事だと考えると十分恵まれた家庭で育ちました。学生を終え社会に出る時、居酒屋でのアルバイトで調理の魅力にどっぷり嵌っていた事もあり、フランチャイジーとして店舗展開を進めていた会社へ就職しました。そこで知り合った当時まだ学生だった女性と懇意になり、彼女が就職して一年程経ち落ち着いて来た時に結婚し、間もなく妊娠を知らされました。ここが幸せのピークだったと思います。自分が父親になる。それはうまく表現出来ませんが、他人の物語りになぜ自分が登場してるのか不思議に思う様な感覚だったのを覚えています。二人ともお酒を飲む事が好きでタバコも吸いました。自分がサービス業、特に居酒屋での勤務でしたので、世間が遊ぶ時に働く、つまり働く時間帯も曜日も逆の生活をしていました中、休日には居酒屋で食事を取りそこで過ごす時間でコミュニケーションが取れていたのが大きかったのですが、それを断たれた上に臭いなどにも敏感になり、自分が同僚と飲んで帰って来る事にも耐えられない様でノイローゼ気味になり、別居後間もなく離婚。幸せからの反動が大きかった分、転がり落ちるスピードも速く、そのスピードに耐えられず仕事にも影響が出て下りの一方通行の中孤独が始まり、酒に逃げ、絵に書いた様な依存者の優等生となっていました。最終的には10数年務めた事などもあり、いわゆるクビでは無く自主退職と言う形を取る事の恩赦で退職金を受け取り職を失いました。知人宅に転がり込んでいましたが、母が手術をする為入院する事になった時、そんな生活をしているなら戻って来て家に居て犬の世話をしてくれと言われ実家に戻り、パチンコに出かけては缶ビールを飲むそんな怠慢な生活が続きましたが、精神的にはかなり楽になり、職を探し働き始めるまでに戻りました。半年位経った時、突然家を手放すと言い出し勤務先近くに居を移しましたが、実家では徒歩30分程かかったコンビニが徒歩数分の距離になった事もあり、友人はテレビ、冷蔵庫の中の缶ビールが無くなれば買いに行く、そんな生活の中食の不摂生も相まって体を壊し10ヶ月程入院し退院後生活保護を受ける様になりましたが、入院前に勤務していた店舗は経営が芳しく無く撤退しており、職探しからのスタートとなりましたが、預金通帳の金額は減って行く、その一方で職探しの重い腰は中々上がらず、一ヶ月程経った時、病院での診察命令書と言う重々しい書面を提示され、結果アルコール依存症、即入院。実家のすぐ近くに鉄柵子の付いた病院があり近づいてはいけないと言われていたあそこと同じ？まさか自分がの出来事でした。3ヶ月の入院中に家主からの退居勧告を受け、退院後施設に繋がりました。入寮後しばらくは定期的に面談を受けていましたが、度々焦らずゆっくりとな？と言われた事に対して一度焦ってませんから、と語気を強めて返答した覚えがあります。ただしその時には諦めてるんでと発しはしませんでした。続く言葉がありました。社会復帰を目標とするのは間違いでは無いと思いますが、40の半ばを過ぎた今、可能性はせばまって行くばかりと焦り繋がった当初は早く社会にと気持ちが先行していたのは否めませんが、今は諦めとは違う、程良い冷静さが、真正面から依存症を受け止める勇気とまでは言えませんが焦りの割合を下げてくれ、出来た空白部分を確実に落ち着きが埋めて行ってくれるのを実感しています。未だ真正面から依存症と向かい合っているとは言えませんが、少なくとも逃げ道ばかりを探していた過去の自分からの変化も実感しています。自分が繋がった際、仲間からどれ程の助けを受けていたのかと、色々な場面を思い出します。今日だけで良いんだ、簡単な事じゃないか。そんな日々を過ごしています。欲求はありませんが、それが好奇心に似た物に変わって行くのが多少心配です。一生断酒を続ける自信はありません。ただ、今日だけアルコールに手を出さない自信はあります。焦らずゆっくりと。良くも悪くもマイペースな私にとって、これ程じっくり来る言葉は無いと思います。

## 『墮落と狂気』

サトル

本当に自分は酒を飲み続けて来ました。最初に酒を口にしたのはいつ頃かとか、その時の感じはどうだったかとか、今の自分にはどうでも良い事です。その時はふつうに飲み始めた訳で、本当にたまに飲んでいただけだった訳です。週に2度か3度ぐらいで、どうしても飲まなくては行けないとか言う事もなく、酔がまわってくれば、止めていましたし、間を空けて飲んでもしました。そんな訳で、酒にとらわれるとか、自分が酒にコントロールされるようになるとか、思ってもみなかったです。しかし、疲れているからとか、付き合いだとか、仕事でとか、友人コミュニケーションの為になどと、自分の中で理由づけを考えるようになった頃から、飲む回数も量も増え始めて行きます。何て言うか、自分が生活している中でつらい気分とか、苦しいとか、もうやってられないとか、世間に背を向ける様になってきた時、考えてもいなかった事が沢山起こりました。それは長く続けていた仕事をやめてしまった事、車で事故を起して免許が無くなってしまった事などです。

酒を飲む理由など自分にとってはどうでもいい事であって、ただ酔いたい、酔って生活から逃げていただけでした。一日中アルコールを体に入れる事で知覚や感覚を麻痺させ、自分に麻酔をかけることで、何もなくて良い、何も気にしない、考えなくて済む、そんな風になっていました。しかし、実際は酔っている時の方が、忘れていたつらい事、今まで生きて来た中での嫌な経験、嫌な人間達の事が思い出されました。特に煩わしい人間関係や嫌な奴の事、考えたくもない仕事上での出来事など、次々と浮んで来る訳です。そうするとまた飲む、カラになっているグラスに酒を注ぐようになっていました。しかしそういう酒飲みは多くいる訳で、自分はそれだけでは収まらなくなっていく訳です。もっと飲みたい、もっと酔いたいと車で出かける訳で、この頃になると、飲酒運転など当たり前で何とも思わなくなっていました。平気でスナックや居酒屋に出かけて行き、相当量の酒を飲んでしまう訳で、それも一軒では収まらず、次の店に行ってまた飲むと言った事を繰り返していました。飲んで店を出る時は、足元はかなりフラついて居る状態で、平気で運転して帰る訳です。翌朝、車を見るとサイドミラーが無かったり、ドアが傷ついている事などいつもあったと思います。他人の家のブロック塀や立木にぶつけてきたと思い、後で見に行った事も何度かあります。しかし、何もないと直ぐ安心していった訳です。まあこの程度だし、たいした事ない、と言う風に考えていました。悪い事をしたとは全く思っていないでした。しかし、電柱にぶつけて倒してしまった時はさすがにまずかったです。車は動かなくなってしまう、その時は家の近くだったので家に戻って別の車を持ってきて牽引して帰りました。その後どうなるか不安になりましたが、別に何も起こらなかったのでそのままにしてしまいました。そういった自損事故は何度か仕出かしましたが、人を巻き込んでいたらと怖くなる気持もその場限りで、また飲酒運転を繰り返す訳でした。懲りると言う事がなかったです。結局、事故を起して免許取消し処分を受けました。車も三台廃車にしました。それでもまだ酒を飲んでいる訳ですから、周りの人達には口も聞いてもらえなくなり、完全に相手にされなくなっていました。それなのに、自分はその事に対して余り気にしなくなっている始末です。

父親にはよく「お前は懲りると言う事を知らんのかあ」など言われていましたし、「そんな事を続けていると誰からも相手にされんぞ！！」と言われた事もあります。まったくその通りになってしまいました。しかし、酒は止められない。気持ちが無いというか、気に止めないと言うか、そんな生活をしていました。やがて体調が悪くなり、入院しました。それでも酒は止まりませんでした。以前自分で建てた家も出て行く事になりました。狂った生活が続いている訳で、病院にも面倒見切れないと言われて断られる事もありました。その時は本当にどうしたら良いか困り果てていました。そんな時でも酒を手放す事はなかったです。よけい飲んでしまいました。家はなくなり、行く所も住む場所もなく、手持ちの金がある間はビジネスホテルで暮らす事も出来ましたがそれも数ヶ月の間で駄目になり、外をぶらぶらと歩き回っている始末です。ホームレス生活者となっていました。そこまで墮落してしまった訳です。もう何も考えられない、何もする事は無かったです。気持ちも起りませんでした。ただ酒で意識をごまかす事だけで、その一日が終るのです。これが墮落して狂った自分です。

## プレジャープログラム（高尾山登山）



## スポーツプログラム



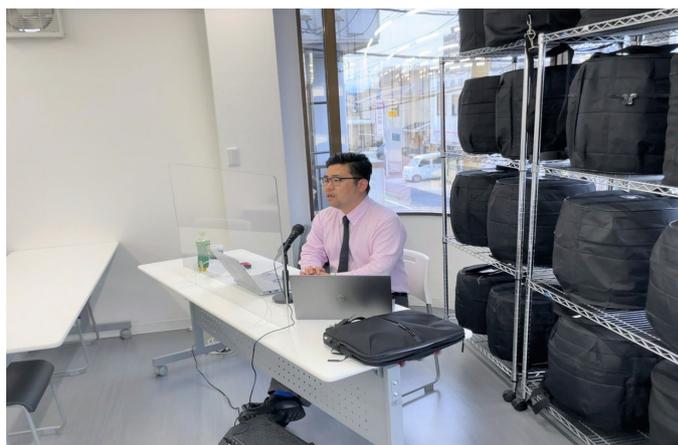
## 水澤先生セミナー、カウンセリング



## 5月家族会（高橋先生）



## 6月家族会（岡崎先生）



## メンバー報告

## 6月のステージアップ

### 新規入寮者

タカヒロ Stage1に仲間入り！  
 ダイスケ Stage1に仲間入り！  
 シン Stage1に仲間入り！

### メンバー

ヨシベー Stage3にUP！  
 シゲ Stage3にUP！  
 ヤマチャン Stage2にUP！  
 トク Stage2にUP！

### スタッフ

キズナ チーフへ昇格！ コタロウ 藤岡ダルクへスタッフ研修！

## 施設報告 6月1日現在 利用者48名です。

Manager 2名		Chief 4名		Trainee 2名		Support 7名	
Stage1 5名	Stage2 6名	Stage3 15名	Stage4 6名	Stage5 0名	通所者 1名		

## 活動報告・予定

### 4月報告

1日・8日・15日・22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（FLOW）  
 8日高澤参加  
 4日 個別支援計画会議  
 5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  
 6日・13日・20日・27日  
 北里大学病院治療プログラム（KIPP）  
 7日 お花見&BBQ  
 8日 八街少年院薬物依存離脱指導  
 11日 HRI 水澤都加佐先生カウンセリング  
 12日 オキュペーションプログラム  
 宮ヶ瀬ダムハイキング  
 15日 プレジャー・ボーリング  
 16日 相模原ダルク家族会  
 18日 定例会議  
 19日 HRI 水澤都加佐先生セミナー  
 20日 12ステッププログラム・高澤  
 21日 横浜保護観察所  
 薬物再乱用防止プログラム  
 25日 EC会議  
 26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  
 プレジャー・食べ放題  
 27日 定例会議  
 28日 八街少年院薬物依存離脱指導  
 スポーツ・小淵小体育館  
 やまなみ温泉

### 5月報告

2日 ニュースレター29号発送  
 個別支援計画会議  
 6日・13日・20日・27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（FLOW）  
 13日金田参加  
 9日 避難訓練  
 10日 八街少年院薬物依存離脱指導  
 11日・18日・25日  
 北里大学病院治療プログラム（KIPP）  
 12日 横浜保護観察所  
 薬物再乱用防止プログラム  
 スポーツ・小淵小体育館  
 やまなみ温泉  
 15日 オキュペーションプログラム  
 16日 プログラムカンファレンス  
 17日 HRI 水澤都加佐先生カウンセリング  
 18日 12ステッププログラム・田中  
 19日 高尾山登山  
 20日 八街少年院薬物依存離脱指導  
 21日 相模原ダルク家族会  
 23日 HRI 水澤都加佐先生セミナー  
 24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  
 回復支援施設と精神科医療施設の  
 連携の検討会  
 25日 寮長会議  
 30日 定例会議  
 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きいたします。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。

### <2022年5月家族会報告>

5月21日（土）1時半～5時 25名参加（19家族） 初参加4名（3家族）

講師：高橋洋平弁護士（高橋洋平法律事務所 NPO 法人アパリ理事 相模原ダルク顧問）

印刷資料「薬物事件の弁護～更生と回復」

弁護士の高橋と申します。まず自己紹介ですが、最近私はNPO法人アパリの理事になりました。アパリはダルクの兄弟組織みたいなものです。ダルクが当事者の組織ならアパリはダルクを応援する団体です。今年近藤恒夫さんが亡くなられて、空きになった理事長に尾田が、空きになった理事に私が選任されました。相模原ダルク顧問という立場もありますが、ここでは私が何か教えるというより、いろいろ現場の事を教えてもらっています。ダルクに関わったきっかけですが、奥田保先生が私の師匠であります。先生が裁判官として判決を下した被告人の一人が、近藤恒夫さんなんですね。私は弁護士になって奥田先生と働くようになりましたが、それまでダルクのことも薬物依存症の事も正直知らなかったです。先輩方に聞くと「薬物事件ってホントに簡単な事件で、だいたい罪を認めていて判決を出せばいい」一番最初に扱う刑事事件としては簡単なものだという印象でした。ところが研修で出会った被告は、「もうやりません」というけど覚醒剤の事件だけでももう5回なんです。1回2回ならともかく5回とは。聞けば「やめられないんです」というのです。何でやめられないのか不思議に思ったし、悪い奴だからと思うしかなかったのですが、奥田先生は「繰り返すならどうして繰り返すのか一緒に考えよう」とおっしゃって、本を読んだり一緒に働いたりする中で薬物の問題に関わってくるわけです。そしたら簡単どころか答えのない迷宮みたいな所だし、一人一人全く対応も違うことがわかり、これは相当見識を深めなければ出来ないなと思ったのです。本来優秀な裁判官で本当なら最高裁までいける先生だったのですが、そのようなエリートの道をえらばず弁護士になりダルクを応援したいとされた。間違いの始まりは近藤恒夫に判決を出したこともかもしれませんが、むしろやりたい事を見つけられたのですね。奥田先生が亡くなられたのが5月31日で（2018年）命日に近いので特に思うのですが、奥田先生に出会わなければ私はダルクに関わる事はなかったと思うのです。近藤恒夫さん自身がユニークな方で私の遊びの師匠です。ダルクで海外研修にいきますが、それは遊びじゃなくて本当の研修で海外のリハビリ施設やドラッグコートや刑務所を見たりします。こういう場合ふつうはハワイの州政府と交渉して実施しますが、近藤さん自身がNAの友達がハワイにいて、結構偉い人になっていて、その人にコーディネートしてもらって、刑務所から裁判所から案内してもらおうのです。現地の新聞に日本から研修団体が見に来たといっただけ載る。それを見て現地の日本大使館がわざわざ挨拶に来たものです。普通は日本政府がハワイ政府と交渉してコーディネートするものですが、それを近藤さんはお友達の実力で実現しちゃった。オーストラリアではリハビリ施設をみましたが、30年くらいオーストラリアで働いている仲間が立ち上げて政府に意見も言えるくらいに成長していて、その方の案内で見せてもらいました。自分たちの回復の問題なので真剣だし、本当に変えようと思っている。とても刺激を受けました。近藤さんとお会いしたことで、薬物問題や政策に興味をもてるようになりましたし、面白くなりました。

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＞

楯弘様 酒井義広様 島倉睦子様 海老名西口こころの診療所様 広瀬昌之様 匿名様

＜献品御礼＞

仲井和義様 清水静江様 林妃登美様 針木伸佳様 大野悦司様 鈴木優子様  
 山名三枝子様 守屋美樹様 箱守恵美香様 中村とし子様 梅澤紘一郎様  
 石塚昭弘様 酒井義広様 軽部喜美子様 久保田悦子様 川上弘江様 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、献品いただくと助かります。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、その都度お書き下さるようお願い致します。

プログラムディレクター水澤都加佐先生より：『病気』病気(疾患)には、急性疾患と慢性疾患があり、アディクションは、ぜんそくや糖尿病、高血圧などと一緒に慢性疾患のひとつ。虫垂炎なら、手術して虫垂を摘出してしまえば、二度と虫垂炎で治療を受けることはないでしょう。しかし、慢性疾患は、一度だけの治療では治まりません。治療と自己管理が回復のための両輪になります。アディクションの自己管理には、金銭管理、生活管理、ネガティブな感情への対応、依存対象の欲求管理、人間関係の持ち方など、様々な自己管理が必要です。自己管理ができない場合には、ダルクのような施設での集団生活の場で、自己管理を身に着ける必要が欠かせません。自助グループへの規則正しい参加こそ、究極的な自己管理になるでしょう。慢性疾患には、残念ですが再発は伴いますが、医療と自己管理をしっかり行うことで、再発は予防できるものです。

編集後記：今回の体験談はダルク入所1年半強のお二人、そして2年半強のお一人です。アルコールとギャンブル、依存体験のリアルな記録です。それぞれ個性的ですが「病気の顔はワンパターン、回復の顔はユニーク」と聞いたことがあります。いつの日かもっと個性的な回復談を聞かせてくれるでしょう。（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 N0.31

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](mailto: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

