

SSKP

プリンシプル

相模原ダルクニュースレター 第46号（2025年1月）



開設10周年フォーラムを終えて

一般社団法人相模原ダルク 代表理事 田中秀泰

昨年中は特別なご厚情を賜り、誠にありがとうございました。昨年は大きな天災に見舞われることもなく無事に営業を終了し、新しい年を迎えることができました。これもひとえに皆様のご愛顧の賜物と心より感謝申し上げます。今年も昨年同様に、ご利用頂く皆様に満足していただけるよう、『依存症から回復し、それぞれの個性を生かし自立できる施設』を目標に定め、更なるクオリティーの向上、サービスの徹底に努めてまいりますので、より一層のご支援、お引き立てを賜りますようお願い申し上げます。皆様のご健康とご多幸をお祈りし、新年のご挨拶とさせていただきます。

昨年11/2に開催した開設10周年記念フォーラムは、神奈川県内外から約500名のご来賓や参加者をお迎えし、お陰様で成功の裡に終わることが出来ました。『依存症という病気と回復の希望』というテーマで開催した今回のフォーラムでしたが、先生方、先輩方のご講演は新ためて依存症という病気の理解が深まりました。関東近県の連携させて頂いているダルクと合同で演舞した総勢50名の仲間が叩くエイサー、利用者、家族会の方々が話す体験談は、まさに回復の希望だったように思います。八王子ダルク、家族会の方々のボランティアも非常に助かりました、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。そして何より私が感銘を受けたのは、施設長になったばかりの酒井君を中心に、相模原ダルクのスタッフ、利用者全員が一致団結してフォーラムの準備、設営にあたってくれた事です。当日のスピーチでもお話ししましたが、この10年を振り返りまして、現在、スタッフのレベルは非常に高くなりました。また、依存症のみならず多種多様な方々に対応できるプログラムや施設全体の空気感等、この10年間の成長に強く手応えを感じております。

最後に、地域の皆様、関係機関の先生方のご支援、ご鞭撻で今の相模原ダルクがあるわけですが、私自身が相模原ダルクの仲間を支えられ、この10年頑張ってきたのだと再認識できました。当日は実母、家内、娘も参加してくれました。私は今年で50歳になりますが、家族に対しても少しは埋め合わせができたように思います。

『相模原ダルク10周年記念フォーラム』

相模原ダルク施設長 酒井 勇輔

11月2日に相模原ダルク10周年記念フォーラムを開催しました。悪天候にもかかわらず、たくさんの方々にご参加いただき、大盛況のうちに幕を閉じることができました。あらためまして、これまで10年間ご支援下さいました皆様、フォーラム開催に際して協力下さいました皆様、当日会場に足を運んで下さいました皆様に、厚くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。今回はそんな10周年記念フォーラムについて書かせていただきたいと思います。

フォーラムの準備を始めて最初に課題となったのは「私たち自身がどんなフォーラムにしたいのか」ということでした。みんなで考えた結果、一番は「感謝を伝えたい」でした。相模原ダルクが10年やってこられたのは、たくさんの方々の助けがあったからです。フォーラムを開催することで、たくさんの方々に感謝を伝えたい。創設期を知る方々には、ここまで成長させてもらいましたよと見てもらいたい。次に「依存症という病気を知ってもらいたい」と思いました。まだまだ依存症という病気に対する偏見が多い世の中です。1人でも多くの方に、依存症という病気の理解を深めてもらえたら。そして最後に、依存症からの「回復の希望も同時に伝えたい」と思いました。依存症という病気はとても重い病気です。ほとんどの人が助からなかった時代もありました。しかし今は、ダルクのような施設があり、医療のサポートがあり、行政の支援があり、家族の支えがあり、地域の理解があり、何より実際に回復している仲間たちがいる。その力（パワー）を感じてもらえるようなフォーラムにしたい。こうして方向性が決まると、次は実際の内容にどう落とし込むのかです。ダルクの代表者の方々に話をしてもらいたい、医師の医学的な立場からの話もほしい、当事者やその家族の体験談も外せない、行政の方にもきてもらいたい…などたくさんアイデアがでましたが、ここでは特に印象に残っている3つを紹介したいと思います。

1つ目は、エイサー演舞です。相模原ダルクのエイサーも最近では様々なイベントに出演させていただけるまでにレベルアップしてきましたが、今回はあまりにも舞台が広い…。そこで藤岡、千葉、川崎ダルクに応援をお願いしました。みんなこころよく引き受けてくれ、当日もフォーラムを盛り上げようと頑張ってくれました。本当に心強かったです。依存症で苦しみボロボロになりひとりぼっちだった依存症者たちが、こうして多くの人前で仲間と一緒に懸命に太鼓をたたき姿は、まさに回復の希望そのものでした。2つ目は、八王子ダルクの仲間と相模原ダルク家族会の方々と一緒にフォーラムの運営をしたことです。当日の運営が人手不足で困っているときに、八王子ダルクがお手伝いを申し出てくれました。とてもありがたかったです。そして相模原ダルク家族会の方々にもお願いしたところ、たくさんの方が引き受けてくれました。当事者と家族は依存症治療の観点から、いつもは接触しないように配慮しています。だから一緒に何かをやることは初めての試みでした。フォーラムのために作成したオリジナルTシャツを着て、1つのチームとしてみんなで協力して運営にあたる姿は、心にぐっとくるものがありました。3つ目は、動画制作です。オープニングとクロージングでテーマの違う2つの動画を制作しました。オープニング動画は、これまでのダルクの歩みを振り返る内容でした。私自身、動画制作を通して、日本のダルクの歴史や相模原ダルクの創設期などを振り返り、ダルクの存在や助けてくれた人々に対する感謝の念が強まりました。そして今まで以上に相模原ダルクが誇らしく感じました。クロージング動画は、現在の相模原ダルクの様子を大公開するという内容でした。普段はプライバシーの観点からあまり公開しないのですが、今回は10周年ということで特別にお見せしようと。寮での生活の様子、ダルクのプログラムの様子など、職員から入寮者まで全員で協力して撮影を行いました。みんながひとつになって楽しそうに撮影に取り組んでいる姿は、これがダルクのいいところだとあらためて感じました。

何かを伝えたいなんて気持ちではじめたフォーラムでしたが、終わってみると私たちがたくさんのもを受け取っていました。どん底だった時を思い出すと、今はこんなにも多くの人に支えてもらっているんだ。依存症とは真逆のつながりの力を感じずにはいられません。とても大変でしたが、またやりたい、そんな魅力がフォーラムにはあります。次は15周年フォーラムでお会いしましょう。2024年は就労継続支援B型や新しい寮の立ち上げ、10周年フォーラムなどたくさんの出来事があり充実した年になりました。これからも相模原ダルク全員で依存症からの回復に向かっていきたいと思っておりますので、皆さま、2025年もひとつよろしく願いいたします。

『正職員になり』

相模原ダルク職員 小谷田 学

皆さんこんにちは、アルコール依存症のガクです。2014年1月28日に相模原ダルクに入寮して早くも10年という月日が経ちました。11月2日に相模原ダルク10周年フォーラムが開催されました。とても盛大に開催出来、とても喜ばしいことと思います。他のダルクの仲間、家族会の方々、又相模原市長の本村様をはじめ多くの方々の参加に感謝です。この10年私にとって色々な出来事、変化があった10年間でした。この度正職員になることになり又生活保護を切る運びとなりました。12月1日から新しく上溝寮が立ち上がり寮長を任される事になり、これもハイヤーパワーの力と私は信じています。簡単に上溝寮の紹介をさせていただきます。寮は相模原市中央区上溝にあり3階建てです。国道129号線のすぐ横に建っています。前には配送センターがあり大型トラックが24時間走っている為、寮の中はたまに少し揺れが感じられますが、慣れてくれば大丈夫だと思います。現在4名で生活しているのですが仲間は3階、私は2階、1階は車2台が停められる位のスペースの駐車場となっています。この上溝寮の立ち上げは10周年フォーラムが終わった後準備が始まりました。寮の生活に必要な備品、カーテン、食器、冷蔵庫、洗濯機、トースター、電子レンジ、その他少しずつ整え12月1日から生活が出来るようになりました。まだ足りない備品が出て来るとは思いますが気づいたときに購入したいと思います。寮立ち上げにあたり沢山の仲間の協力がありました。仲間には感謝の一言です。ありがとうございました。寮が立ち上がり1週間が経ち少しずつですが寮らしい生活が整ってきたかなと思います。今はまだ少ない人数なので毎日全員で協力して寮の役割を行っています。人数が増えて来たら正式に当番表等を作成して行っていこうと思います。

先程話させていただきましたが正職員になり生活保護を切ることで私自身もこれから先色々考え行動しなければならぬと思っています。私が生活保護に繋がったのは今から13年前位だと思います。あの頃の私は仕事もせず酒びたりの毎日が続いていました。いわゆる連続飲酒状態でした。それが祟って体調も悪くなり、腹水、黄だん、食道静脈瘤破裂といった大病に襲われました。静脈瘤に関しては2回の破裂をしました。それでも酒を止める事が出来ませんでした。現在は、アルコール性肝硬変およびアルコール依存症と2つの病気を抱えています。今は飲酒欲求等はありません。肝硬変の方も今通院している八王子医療センターの主治医の先生から話しがありこの10年間多少の波はあるけれど今の状態を保ち続けて下さいとの事でした。今後もし酒を口にする様な事があれば死に至るという話も聞きました。酒を飲まなくても年々歳をとるごとに肝臓は低下して行くそうです。

今年もあとわずかとなりました、本当に1年早く感じられます。来年も自分自身の体調に十分注意し仲間と共に新しい年を迎えられたらと思います。その為には、今まで通りの生活、アルコールを飲まない生活を今後も続けて行こうと思いますが、アルコール依存症者にとって年末年始は大変な引き金となるとは思います。何処へ行っても酒が振る舞われています。私が駒木野病院に入院したのは7回です。その内の4回は年末年始でした。本当にこの時期が来るのが怖いです。駒木野病院に大変お世話になり迷惑を掛けてきた私ですが、今では月に1回メッセージに行かせてもらっています。自分の経験・体験を話させてもらっています。入院患者さん、退院されても酒が止まらない方が出席しています。中には私と同じ位の回数入院している方が居ました。もう3年程メッセージに行っていますが出席している方の話を聞くとやはり私と同じ様な経験・体験を正直に話してくれます。私も何度も共感した話もありました。家族の事、仕事の事、友人関係等、たった1時間のミーティングの場です。終わった後に相談に来られる方も今まで数人居ました。大変嬉しく思います。少しでも私たちの話が受け入れてもらえればと思い、これからもメッセージに行かせてもらおうと思います。

最後に、これまで通り相模原ダルクで生活が続ける事が私の回復に繋がる事だと思っています。第一に仲間のサポートそして相談、助言、手助けを考え仲間と一緒にプログラムに参加して行きたいと思っています。私は仲間の中に居る事が大好きです。ソフトボール、カラオケ、公園散策、ボウリングそして琉球太鼓エイサー、畑などを楽しんでいます。私も来年64歳になります、運動のプログラムは最近少しくなってきたというのが本音です。特にエイサー担当の仲間からは、私の状態に配慮してか、出演の声もかかりません（笑）。少し寂しいですけど…。それでは来年も皆様にとって良い年でありますように心からお祈り申し上げます。

『ダルクでの生活』

ヤマチャン

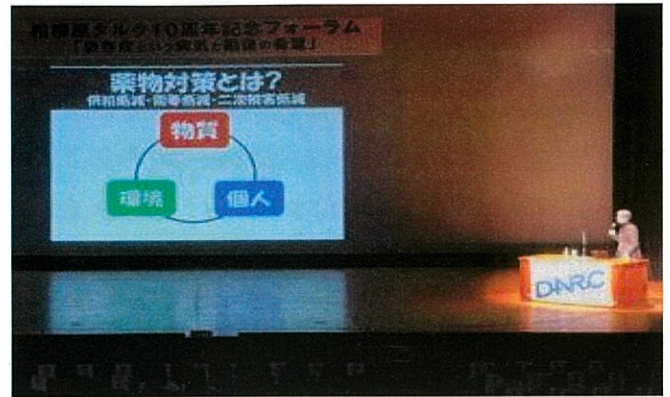
アルコール依存症のヤマチャンです。現在クリーンが1年3カ月になります。ダルクに入所したのは3年くらい前でしたが、ダルクでの生活を受け入れることができず何度も退所とスリップを繰り返しました。今回は初めて体験談を書くことになり、私なりに振り返ってみたいと思います。

私は以前、とある重工会社に勤務しており、ゴミ焼却施設の設計の仕事をしておりました。最初は機械の設計が主な仕事でしたが、1年が過ぎたころ上司に「そろそろ現場に出てみようか」と言われ、現場に赴きました。名古屋の近くにある蟹江町というところに、新しくゴミ焼却施設を作るのが目的の出張でした。期間は半年間の予定でした。焼却場と言えば、学校などにある「焼却炉」を思い浮かべる人が多いでしょうが、ゴミ焼却場となると、ゴミの搬入から焼却灰の搬出まで、さらにその施設では、焼却灰を熔融し減量減容無毒化して、スラグとすることが主な仕事でした。（スラグとは、道路舗装等の下地に使われているそうですが、詳しくは知りません）ゴミは移動しながら焼かれていきます。焼却から灰となり、分別されて、無毒なスラグとなるまでは様々な工程があり、たくさんの人たちの手間と多くの費用がかかります。

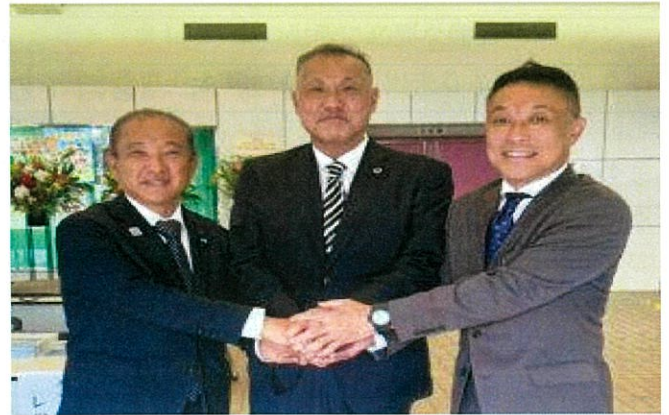
このゴミ焼却施設の建設では、全国から多くの人材が集まり、今までの生活と離れ、業種に関係なく協力して仕事にあたりました。なんだかダルクという施設と似ている気がします。アルコール、薬物、ギャンブルなど、様々な種類の問題をかかえた人たちが集まっていること、全国から人が集まっていること、依存の種類が違えど回復を成し遂げるという1つの目的のためにやっていることなど、共通点がたくさんあり、私が馴染めたのもなんとなくわかる気がします。でも初めからそうではなく、「この人薬物のひとなんだ、ギャンブルの人なんだ」というように、人を依存の種類で分けてしまっていました。私はアルコール依存症ですので、この人達の気持ちは分からない、という考えをしばらくのあいだ持っていました。最初の1年ではそういう考えを捨てきれずに生活していました。でも、実際に様々な依存症の人たちと一つ屋根の下で生活してみると、みんな種類は違うけれど、依存に苦しんでいる仲間なのだと思える気がしてきて、気持ちが楽になったのを覚えています。依存の種類に関係なく、言葉は少ないですが、喋れるようになってきた気がしています。このころから寮でも、デイケアでもいろいろな仲間と話し始めたのを覚えています。しかし、気持ちが楽になってきたからとはいえ、気持ちが晴れることはありませんでした。依存物の種類、年齢、使用していた時間の長さなど関係なく、ここでの生活をいつまで続ければいいのかわからないので、不安が拭えないのです。依存症は治らない病気であることは理解しているのですが、苦しいです。そしてもうあの頃のように、美味しく楽しくお酒が飲めないと思うと、寂しい気持ちにもなります。そして何回もスリップしました。たくさんのスリップの経験から、自分はもうお酒を飲んでではダメなのだとことを痛感しました。この施設は、いつまでにという期日は無いです。しかも必要最低限の事は自分で何とかしなければならず、それがプレッシャーとなり焦る気持ちになることもあります。自分のペースで良いとのことですが、「これで良いのか？」と色々考えてしまいます。はっきりとした理由は分かりませんが、今の生活を続けていても依存症を克服できず、ただただ時間だけが過ぎていくのではないのか？という気がしているのも実感としてあります。今の生活を大切にしていきたいと思っていますが、同時に、新しい生活への希望が捨てきれない自分がいるのも事実としてあります。今の自分はまだ、目の前にある問題を解決することが先決で、それが重要だというのは分かっているし、コツコツとやっていくことが結果として一番早いということもわかっているのですが、なかなか実行に移せません。

今は、ゆっくりとこの依存症と向き合っていき、回復の道を進んでいきたいと思っています。以前の仕事の中で、運転員を育てるということもありましたが、初めて見る機械に戸惑いながらも、覚えたいという新人運転員の前向きな姿勢に、いつも感心していました。私のここでの生活においても、同じように前向きな姿勢でありたいと思っています。他の仲間とは違うからと言って理解しようともせずにいた頃の自分にも見せたいくらいです。ここでの生活に、何が必要になるのか、何をどうすればいいのかを、体験した仲間にアドバイスなり助言なり頂きたいと思っています。まだまだ分からないことや、自分に足りないことはたくさんあると思います。私は自分なりの回復を目指しつつ、仲間と共に歩んでいきたいと思っています。

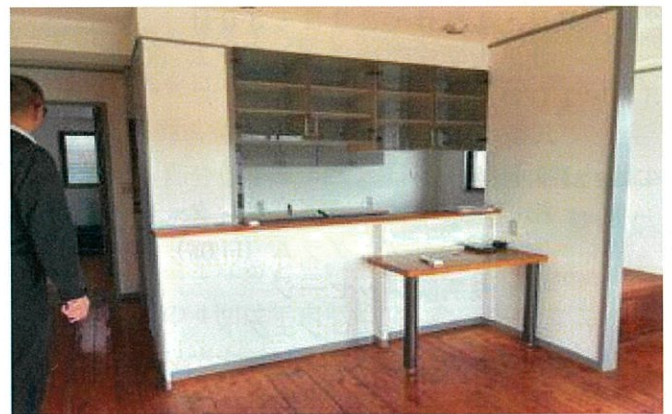
相模原ダルク10周年記念フォーラム



相模原ダルク10周年記念フォーラム



新寮（上溝寮）開設



11月家族会(岡崎先生・山木さん)



12月家族会(朝倉先生・緒方さん)



メンバー報告 ステージアップ（12月1日まで）

新規入寮者

ヤッコ Stage1に仲間入り！
 ヨシ Stage1に仲間入り！
 ウエチャン Stage1に仲間入り！

メンバー

ヒコ Stage2にUP！
 ボー Stage3にUP！
 スーサン Stage3にUP！
 ユキオ Stage3にUP！

スタッフ シュン マネージャーに昇格！ カム、ヤッチ、ユウ チーフへ昇格！
 カワ、ショウタ、イワ、ユキ サポートへ昇格！

施設報告 12月1日現在 利用者55名です。

Manager 3名		Chief 4名		Trainee 5名		Support 8名
Stage1 11名	Stage2 1名	Stage3 14名	Stage4 4名	Stage5 1名	通所者 4名	

活動報告

10月報告

2日 サービス管理責任者基礎研修
 2日・9日・16日・23日・30日
 北里大学病院治療プログラム（KIPP）
 3日・10日
 八街少年院薬物離脱指導
 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（FLOW）
 7日 相模湖病院メッセージ
 11日 お互いを知るプロジェクト
 12日 駒木野病院メッセージ
 12日 エイサー演舞 相模原健康フェスタ
 12日 アルコール問題にかかわる援助者
 トレーニングプログラム②
 14日 エイサー演舞
 さがみはらスポーツフェスティバル
 15日 横浜保護観察所
 薬物再乱用防止プログラム
 16日 依存症回復者体験談 相模女子大学
 19日 相模原ダルク家族会
 講師 HRI 横浜カウンセリングオフィス
 水澤都加佐先生
 20日 エイサー演舞 星が丘フェスティバル
 22日 多摩総合精神保健福祉センター内
 依存症再発予防プログラム（TAMARPP）
 28日・29日
 JCCA 定例会 in 広島

11月報告

2日 相模原ダルク10周年記念フォーラム
 6日・13日・20日・27日
 北里大学病院治療プログラム（KIPP）
 7日 薬物乱用防止教室 秦野曽屋高等学校
 7日・11日
 水澤先生カウンセリング
 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（FLOW）
 9日・30日
 駒木野病院メッセージ
 11日 相模湖病院メッセージ
 14日 ダルク対抗ソフトボール大会
 16日 アルコール問題に関わる援助者
 トレーニングプログラム③
 17日 芋煮会 in 中津川
 16日 相模原ダルク家族会
 講師 みくるべ病院 岡崎様・山木様
 19日・26日
 多摩総合精神保健福祉センター内
 依存症再発予防プログラム（TAMARPP）
 21日 八街少年院薬物離脱指導
 23日 映画「プリズンサークル」鑑賞会 in 横浜
 23日 エイサー演舞
 神奈川リカバリーパレード
 28日 薬物乱用防止公演 相模原城山高等学校

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。

<2024年11月家族会報告>

11月16日（土）1時半～5時 33名参加（26家族）、初参加3名、MTG25名

講師：みくるべ病院 山木克昭精神保健福祉アルコール薬物担当/病院長 岡崎有恒先生

印刷資料「みくるべ病院の依存症治療」

「みくるべ病院の依存症治療」です。任意入院と医療保護入院について、皆さんご存じですか？まずアルコール依存とか薬物依存症の治療は、総合病院ではなく精神科の病院でやります。精神科病院の入院は、大まかに任意入院と医療保護入院に分けられます。「任意入院」は本人の同意による入院、つまり自分から入院しますよといってくる自発的な入院。「医療保護入院」はいわゆる強制入院です。例えば幻覚妄想で暴れてたりとか、死にたい、殺すぞなんて言った時、保護者（親とか兄弟とか）の同意で入院させる方法です。神奈川県には依存症治療をしている病院が5つくらいありますが、この「医療保護入院」でやっている病院は、みくるべ病院だけです。という事は自発的に入院治療する人は他の病院でも取れるんですけど、そうでない人はみくるべ病院の一択ということです。

依存症治療って、「集団治療」しか手がないんですよ。医療保護入院の人も任意入院の人も、アルコールの人も薬物の人も、男だとか女だとか、保健所に連れてこられたとか、いろいろなルートがあるんですが、僕はこの人たちをごっちゃにしています。1人とか2人とかで治療してもあまり効果がないんです。いろんなことを分かりあう事ができないから。何でそこまで酒のんだのとか、覚醒剤を使わざるを得なかったのかとか、分かり合うためにはある程度人数がいないとできないのです。皆で一緒に治療していきます。

「家族会への参加」。最初は何で参加しているか分からないと思うんです。家族の方には家族会。薬物の人にはNA。アルコールの人にはAAや断酒会があります。それらの目的は、まず「正直に話すこと」。依存症の人たちって嘘つきじゃないですか。その嘘に対して嘘で応戦すると、家族も嘘つきになっちゃうんですよ。それは良くない。家では正直に話せなくても、1か月に一度の家族会の場だけでも正直に話そう。まずそこから。もう一つは「困っている人を助けること」。困っている人とは新しい仲間。新しく来た仲間と古くからいる人が手を差し伸べて、自分たちもそうだったんだと言えるじゃないですか。それが重なるって段々変わってくるんですよ。結論だけ言っちゃうと、「立場が変われば見方が変わる」。

「10周年フォーラム」を見てきました。ダルクの琉球太鼓の演舞は良く見ますが、あれだけの人数が演舞するのは初めてみました。これだけ盛大な演舞はすごいなあと思いました。それと、体験談でアルコール依存の彼が話したのが、すごい感心しました。20代でアルコール依存症でダメだと思って自分からダルクに来たって話。長くこの仕事やってきて初めて聞きました。薬物で20代で、親に言われて連れていかれたとか、警察から、病院からダルクか二択で選べと言われて入ってきた人はいくらでもあります。だけど「アルコールで20代で自分から」という人は初めて聞きました。この仕事してきてよかったなと思いましたよ。長くこの仕事していると、医療の人から教えてもらうことは少ない。でもフォーラムとか当事者とか家族から教えてもらう事ってまだまだあります。彼の話聞いてこれはすごいなと思いました。僕は、病気を知ることがどれほど大事かを知ってほしいです。（以下略）

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。ぜひご覧下さい。

＜献金御礼＞

清水静江様 小関美津代様 梅澤紘一郎様 大野悦司様 比留間陽子様 島倉睦子様 大道アン様 匿名様

＜献品御礼＞

清水静江様 小関美津代様 守屋美樹様 小谷田郁代様 針木伸佳様 山名三枝子様
栗坪千明様 鈴木優子様 都筑宗子様 宮ノ原みどり様 小暮伸子様 畠山俊一様 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みました。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：あなたを愛する人の目を通して

何かで失敗をする、人の期待に応えられなかった。そんな時、自分はだめな人間だ、自分は不要な人間だ、とってしまう人がいる。でも、あなたを子供のころから愛し、尊重してくれた人、誰かいませんか。おばあちゃん？幼稚園の時の先生？それともあなたの親友？その人たちだったら、あなたになんて言ってくれるでしょう。きっと、気にしないでいいよ、そんな失敗は誰でもすることだよ、と言ってくれるに違いありません。それが本当のあなた。批判的な環境で育つと、自分を批判的にしか見られなくなるものなのです。自分を尊重し愛してくれた人などいないと言う人は、神様、ハイパーパワーなら、なんて言ってくださるだろう。きっと同じことを言ってくださるはずです。

編集後記：元旦の能登震災に始まった昨年。ダルクでは 4 月に人事異動、7 月の炎暑の中 B 型就労継続支援が始まり、エイサー演奏に明け暮れた秋は足早に去り、11 月市民会館にて「10 周年フォーラム」を敢行、12 月 5 番目の寮「上溝」開始。ものすごく忙しかったけど、何とか無事に乗り越えました。一年間様々な人が出たり入ったりしました。10 年以上留まる人もいれば、顔も覚えないうちに去ってしまう人もいます。各々の人生に深い刻印を押すダルクでありたい。平安の地を求めてプリンシプル丸の航海は続きます。（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. 46

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

