

QSK

編集 特定非営利活動法人 大分DARC

〒870-0021 大分県大分市府内町 3-7-19 藤本ビル 3階 TEL&FAX 097-574-5106

OPEN

ひらけごま!

SESAME!

No. 50

## タイトル:生きるって素晴らしい

俺達にはやらなくてはいけないことがあるんだ!

回復のために...

そう!

スイム&ラン

今年もやってきました!自分の限界に挑戦する日が

ある人は泣いて喜び

ある人は泣いて悔しがる

そんな男たちの熱すぎる一日が始まる。



今年も皆様方には大変お世話になりました。

今年度より大きな初心者マークを掲げて施設長をやらせて頂きました。慣れない忙しいと言い訳をしながらですが、何とか新年を迎えられそうでございます。今年はコロナに振り回された1年でありました。

8月に私を含むダルクの仲間たち3名がコロナ感染してしまいました。周りの方々に協力して頂き何とか乗り越える事ができましたが、とても、職員だけでは、対応が出来なかったです。仲間はホテル療養をしてもらいました。出所者のお迎えとも重なりました。心の中では後2週間後に出所してくれないかなーと思ったりしてしまいました。元の施設長に頼み出所当日迎えに行く事は出来ました。人と接触できないもどかしさと周囲の方々への感謝の思いの自宅療養でした。

11月にダルク創設者の故近藤恒夫さんの偲ぶ会に参加させて頂きました。その中で参加施設の代表の方々が近藤さんとのエピソードなどをお話しされておりました。話を聞くうちに近藤さんが依存症の仲間たちに対しての思いが伝わってきました。近藤さんは1度も仲間達に薬を止めろと言った事がない、と語られておりました。再使用しない事は立派な事ですが、それだけが重要ではなく仲間たちが再使用しても恐れず回復を待ち続け願う事が今の私には必要な考えだと気付かせて頂きました。亡くなった今でも近藤さんには、お世話になってんなあ、温けえ方だったなと偲んでまいりました。

おかげさまで、大分ダルクの仲間たちも回復を続けることができています。失敗や挫折をしながらで、もがきながら、今は正直になれなくても自分なりのペースで良くなろうとしています。入院中の仲間、服役中の仲間には、直接会うことはできにくいですが、ハートは繋がっており今後も応援していきます。

ご支援して下さる方々、行政の方々に助けてもらいながら何とか運営の継続が出来ております。物価高騰なども影響しており出費も増える一方です。なにとぞ、ご支援宜しく願いいたします。

大分ダルクの仲間たちと共に良い年を迎えられますよう。今日も皆様に感謝。

特定非営利活動法人大分 DARC  
施設長 藤川 聡

フォーラム開催のお知らせ

2023年3月5日(日)13:00~16:30

ホルトホール大分3階302・303室にて大分DARC26周年フォーラム開催いたします。

ここ数年、新型コロナウイルス感染予防のためフォーラムの開催が出来ませんでした。現在公共施設での制限緩和に伴い開催が可能と判断し準備に入っております。今後の感染状況によって中止となる場合がございます。ご来場前に必ずホームページ [oitadarc.jimdofree.com](http://oitadarc.jimdofree.com) にて開催の有無をご確認ください。

# 【大分ダルク写真館】

去年の自分を超えたぜ!!!



余裕の走りのサトシさん



応援団たち。来年は出場するぞ!



体は優勝!!おめでとう!



サトシさんが2位になりました!



レースの後はお決まりのラーメン



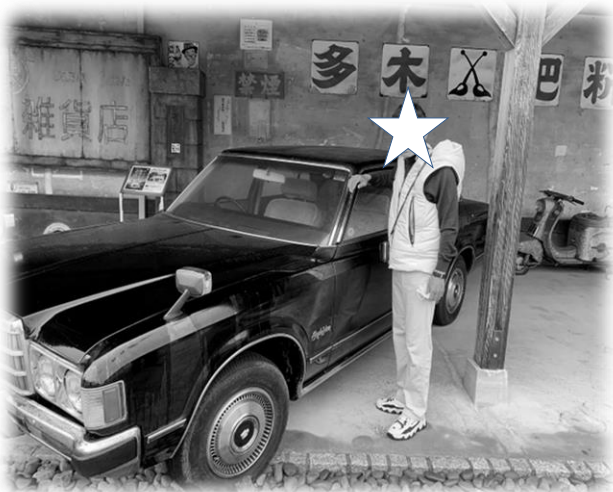
俺の全財産は1億しかないのです



一億円でアイス買いました(▽)/



わしの愛車かっこいいやろ



3日に1回のペースで  
食べます(〇)/嘘です



1人で食べるより、みんなで食べる。  
それが回復。今日だけ。





# HOT DARC PRESS

## ホットダルクプレス



### 「薬物と私」の巻 text by 花神

はじめまして。薬物依存症の花神と申します。私はダルクに来て5ヶ月目になります。これまでの私は薬物中心の生活を送っており、いわゆる薬中でした。私が初めて覚醒剤を覚えたのは18才の頃でした。その頃はまだ薬物の本当の恐ろしさや悲惨さを知りませんでした。覚醒剤の使用を繰り返すと、依存症という病気になります。そうすると、すべてにおいて薬物が優先されま。子供に会えなくなっても友達をなくしても、刑務所に何度入っても、ありとあらゆる困難を乗り越えて使い続けるのです。

薬物中心の生活を送っていたころの私は、希望を失い、世をスネ、人を恨み、怒りを抱え、自分の命を投げ出し、流されるようにして生きていました。もちろん頭ではわかっているのです。

「このままではいけない。何とか薬物をコントロールし人生を取り戻さねば」と、しかし、わかっちゃいるけど止められないのが覚醒剤のその本当の恐ろしさではないのでしょうか？自分の思いつく限りの努力はしましたが止まりませんでした。最後は神様に祈るしかないのでしょうか？

「神様どうか、私から薬物をとりあげてください。出来ればもう少し使った後で」(笑)と、このような私ですがダルクに来て5ヶ月一度も覚醒剤を使うことなく過ごせております。これまでですと刑務所を出て一週間ぐらいで、一回でだけと言いつつも毎日使うようになっていました。ですから5ヶ月使わないというのは20年ぶりぐらいの事です。

振り返れば実に色々な物を失い、日々とんでもない目にあいながら生きてきたなあと思います。又、自分だけでなく、周りを巻き込みながら坂を転がるような人生でした。自業自得とはいえ本当に辛くきびしいものでした。このようになりながらも薬物をやめられなかったのは薬物依存症という病気のせいだったのだと思います。私は今後、生涯を通してこの病気の治療をしていかなければなりません。私にとってダルクとはダルクという場所やそこで出会う仲間達が一つの治療法であり、一つの希望でもあると思います。

最後に月並みですが感謝という言葉でこの文章を終わりにしたいと思います。



## スタッフ ケンゾーの筋肉コラム

皆様こんにちは！ケンゾーです。

わたしは本気で

『幸福度と筋肉量は比例する』と思っています。

なぜならば、ボディーメイクを通じて日増しに

生き方が変わり始めているからです。

私が筋肉(トレーニングの事)に出会ったのは

2年8カ月前。施設にあった筋トレ器具を見た瞬間

稲妻が走りました。それからというもののほぼ毎日

トレーニングをし、同じもの(胸肉)を食べ続けています。

さすがアディクトでしょう？(笑)

私は自分を変えてくれたフィットネスのすばらしさを

少しでも皆様にお伝えしたいという夢があります。

そのために今、様々なことにチャレンジしています。

どん底からでも必ず這い上がってみせます。

そして今苦しんでいる仲間たちに少しでも希望や勇気を

与えることが出来ればこれ以上の幸せはございません。

話は変わりますが、この度11月23日に

ボディーメイクコンテストの全国大会に参加させて

いただきました。決勝まで残れば日本トップ10

入りでしたが負けてしまいました。

来年は必ず決勝に進み優勝をめざしますので

是非応援していただけたら幸いです。

アディクトの底力見せたるで〜(^^)/



# 筋肉優先！！

なぜならば・・・

『幸福度と筋肉量は比例する』から(▽)/

# 活動報告

## 9月

- 7日 ヨーガ療法
- 14日 大学生ミーティング見学
- 20日 ヨーガ療法
- 21日 ステップアッププログラム
- 27日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援
- 28日 ステップアッププログラム

## 10月

- 15日 ふれあい広場にてたこ焼き屋を出店
- 19日 ステップアッププログラム
- 19日 ヨーガ療法
- 25日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援
- 25日 ヨーガ療法
- 26日 ステップアッププログラム
- 28日 JCCA 京都
- 29日 JCCA 京都

## 11月

- 2日 ヨーガ療法
- 16日 ステップアッププログラム
- 14日 ヨーガ療法
- 22日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援
- 30日 ステップアッププログラム

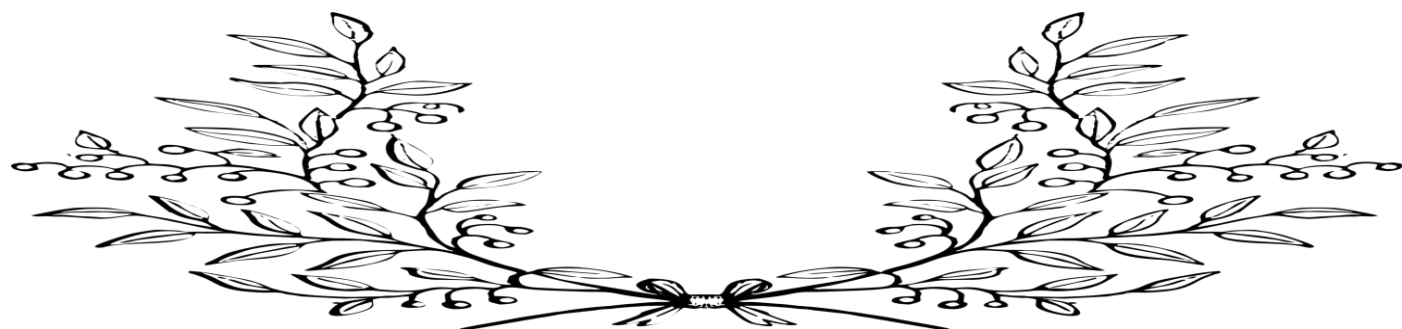
たこ焼き屋やいました！  
メッチャ焼きましたよ(〇〇)/



編集者の筋肉大好きケンムーです。  
よろしくお願ひ致しマッスル！



毎月第1土曜日 家族教室「菜の花の会」  
毎月第3第4木曜日 大分保護観察所ステップアッププログラム  
毎月第1月曜日 河村クリニックメッセージミーティング  
毎月第3木曜日 大分タルクを支援する会



## 感謝

いつも大分DARCをご支援くださりありがとうございます。大分DARCは皆様の温かいお心によって運営されています。ここに R4 年 6 月 22 日から R4 年 12 月 1 日までに献金・献品をいただいた方々をご紹介します。

- ◎鈴永恵子様 ◎田口大輔様 ◎報恩寺 坂井和江様 ◎佐藤仁様 ◎阿部美喜雄様 ◎若葉会 園田和可子様
- ◎みんなの法律事務所 小野貴久様 ◎佛山寺 足利能彦様 ◎藤川洋子様 ◎春木すし 春木博信様
- ◎(有)春木園様 ◎小野喜志雄様 ◎佐田恵子様 ◎大隈紘子様 ◎江藤裕子様 ◎黒木光裕様 ◎SW ライフ様
- ◎けさまる法律事務所 今朝丸貴様 ◎カルメル修道院様 ◎吉田房雄様 ◎徳田靖之様 ◎大分県保健部薬務室様
- ◎畠野由美様 ◎平岩純子様 ◎日田保護区保護司会様 ◎河上しげみ様 ◎内田勝彦様 ◎後藤慎太郎様
- ◎池松清様 ◎聖母の騎士修道女会様 ◎杵築国東保護司会 池田文政様 ◎吉川喜代美様
- ◎その他匿名希望の方々

### 献品をいただいた方々

- 菜の花の会様 ●(特非)日本ヨーガ療法士協会大分支部様 ●佐伯市更生保護女性会様 ●池松清様
- 更生保護施設等支援協議会 藤本晴男様 ●庄内地区更生保護女性会様 芝野聖美様
- 大分トラピスト修道院様 ●城崎地区自治会様 ●佐倉輝子様
- その他匿名希望の方々(順不同)

☆全てのお名前をチェック致しましたが、万が一記載漏れ・誤字等がありましたらご容赦下さい。

☆作業簡素化のために全てに振込用紙を入れておりますが、強制的なものではありませんのでご了承下さい。また、匿名を希望される方はお手数ですがその都度、その旨を通信欄にお書き下さい。

### ◎引き続きご寄付のご協力をお願い致します◎

新型コロナウイルスが再び増えてきている中ではありますが、おかげ様でダルクメンバーたちは、無事、回復のプログラムを続けております。しかし事業的には各種メッセージ活動が軒並み中止になるなど、運営的にも少なからず影響が出てきました。オンラインによるメッセージなど新しい形態への移行の検討が望ましいところですが、手が回っていないのが現状です。今後ひとつずつ改善していく次第です。

コロナ禍でもアクションの脅威は衰えず、新しいメンバーも増えてきました。ダルクにつながるメンバーのほとんどは金銭的な余裕はなく、それが自業自得だったとしてもせつかく掴みかけた回復のチャンスを、私たちは金銭的な理由で断ることは出来ません。どうか引き続き仲間たちの回復を支えて下さい。いつも皆様には勝手なお願いばかりで心苦しい限りですが、何卒ご協力をお願い申し上げます。

※うちよ口座制度変更の為、恐縮でございますが、一部手数料ご負担金も御座います。ご了承下さい。

※うちよ銀行の振込口座が変更いたしました。

新しい振込口座は下記になります。今後ともご支援のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

**新振替口座 ゆうちょ銀行 口座名義「特定非営利活動法人 大分 DARC」記号番号 01730-3-151287**

編集 特定非営利活動法人 大分DARC

定価 1部 350円(会費に含まれる)

〒870-0021 大分県大分市府内町3-7-19 藤本ビル3階 Tel&Fax 097-574-5106

発行 九州障害者定期刊行物協会

〒812-0068 福岡県福岡市東区社領1丁目12番4号

薬物依存者本人・ご家族のご相談は、随時行っています。月曜～金曜午前10時～午後5時まで

お問い合わせは大分ダルクまでお願いします。