

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. 49

タイトル: 当たり前毎日の毎日が奇跡なんだ

くじゅう高原の花公園という所にお花を見に行きました。

とっても綺麗でメンバー達は無邪気に写真を撮ったりしながら楽しんでいました。

ふと考えると、そこらへんに咲いている花にはなんとも思わないのはなぜだろう？

……そうだ！！日常の奇跡に気づいていないんだ！

毎日は奇跡なんだ！ そう思うと毎日が楽しく感じるメンバー達でした。



皆様、日頃より温かいご支援を賜り有難うございます。いかがお過ごしでしょうか？

ダルクの向かいのビルには毎年恒例の夏準備でゴーヤーのグリーンカーテンの準備が整っているようです。

梅雨入りもしており連日の雨の中ダルクの仲間たちはカッパを着、自転車に乗り 20 分ほどの道のりを懸命にダルクと NA に通っております。回復の努力をしているその姿を目にしますと無条件に応援したくなるものです。

近頃、情状証人などを受ける機会が増えております。これも、私に与えられた役割と受け止め緊張しながら法廷に立っております。口下手でも学が無くて指が無くて「お役に立てて」。良かったと思うようにしております。

今年度から多忙の日々でございます。施設長として初めて行う業務ばかりで、不慣れな私の事を温かくサポートしてくれる、関係機関の方々や仲間たちに感謝をしている今日この頃でございます。以前は仲間の回復の事だけを考えればよかったです、現在はダルクの運営の事なども考えダルクの舵をとり遂行する事の難しさを感じております。

最近のレクリエーション。海にシュノーケリングや素潜りに行きまして少しだけ牡蠣や貝を採り頂きました。25 年ぶりの海水浴をする仲間にシュノーケリングを経験してもらいました。海水はまだ冷たく長くは泳げませんでしたが思い出になった！と喜んでくれました。他には、私と一緒に高原を走りクロスカントリーや乗馬をした仲間、新しい生き方、依存物質以外で楽しむ事を少しずつ経験しているメンバーがダルクに居ます。回復の芽生えを感じております。

おねがい

大分ダルクは現在入寮者が 2 名です。職員が 2 名非常勤 1 名おります。職員はよくやってくれております。私の努力不足、コロナ禍等で運営的に大変厳しい状況にあります。大分ダルクで現在、将来、回復を希望されておられる仲間たちの為にも運営の継続に今以上に努力する思いであります。施設長として初のニュースレターを書かせて頂く原稿にお願い事ばかりになってしまいました。皆様方には大変恐縮で申し訳ないのですが、なにとぞ、温かいご支援、献金、宜しく願いいたします。

毎年夏が暑くなっておりますが、くれぐれもお体には気を付けてお過ごし下さい。

特定非営利活動法人 大分 DARC
施設長 藤川 聡

【大分ダルク写真館】

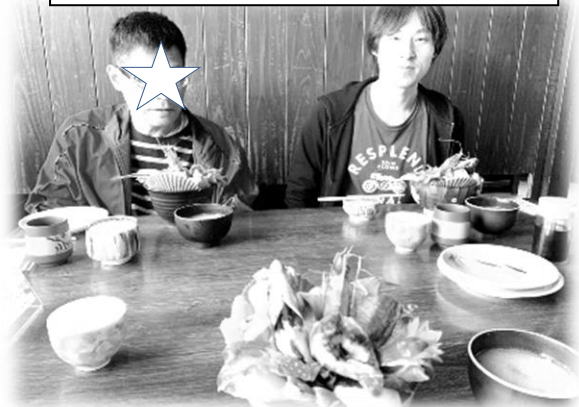
九重高原で馬に乗っちゃいましたー(〇〇)/



九重の花公園は、まるで天国に行っちゃったかのようなお花畑でした！



佐伯の塩湯で昼食！
この海鮮丼メッチャ大盛！！



お花畑で思い出のシャッターチャンス♡♡



千葉で行われたポティーメイクの
コンテストでケンゾーが優勝しました！



佐賀関で素潜りに挑戦





**ダルクのミーティングを見学に来ていただく事があります！
張り切って話が長くないがち！（笑）**

**ダルクに来てからほぼ毎日筋トレばかり
やっていたらチャンピオンになってしまいました！
ケンゾーはこう言いました！！
「俺、アディクトなんで…」
のめい込むと止まらないんですよ！！（筋トレが）**



**ダルクの長老(ちくわ)
12年間仲間達を
見守り続けてきたワン！**

**夜中、ちくわと一緒に枕を
濡らした仲間も多いはず。**

ちくわ！いつもありがとう！



**昼食は当番制で自炊です！！
ダルクに来て料理に目覚める
仲間もいるんですよ！！**

HOT DARC PRESS

ホットダルクプレス



「回復への第一歩」の巻 text by ショウ

皆さん、はじめまして。アルコール依存症の“ショウ”です。時に依存は10代のシンナーに始まり、覚醒剤・・・そして今はアルコールです。中でも一番ひどかったのはやはり覚醒剤の依存でその代償として、金、友人、家族・・・他、様々な大切な物1を失って来ました。そして最後に行きついた所は、刑務所での10回の服役生活です。

前途の様、その間に失った“時間”は私の人生の凡を半分に及び悔やみ切っても悔やみきれものではなく今更、後悔、後恨の念にとらわれています。

それでも幸い“覚醒剤”は地元の知己(妹分)の存在、そして暖かい援助も有って無事、立つ事が出来ました。しかし、それに変わり今の私を苦しめ戦っているのが、飲酒です。

前回はその過度の飲酒がたたって心身を壊し5回も救急搬送されて入院、

加療を繰り返しかし退院すれば、アルコールに手を出し飲酒生活を続けていました。

そんな時、酒に絡む事犯を犯し逮捕、服役となり、その後、服役中、文通によって大分DARCに繋がり出所後その足で入寮し早、2カ月余りが経ち現在は心身の羅病の治療に始まり毎日の依存回復プログラムを消化し集団生活を通じて規則正しい毎日を消光しています。

時には人故、例えば毎日のミーティング・・・かったるいなぁ・・・等とネガティブ指向におちいることもたまに有りますが、そこは何より自分自身の為、引いては私の依存症の回復。

その後の社会参加を願ってくれている仲間、そして先述の知己の思いに報いる為、

粉骨碎身、DARCでの依存回復プログラム、そしてDARCでの生活に頑張っていきます。

そうする事で今後の人生の指針、計画も自ずと定まり安定していくものと確信しています。

最後に成りますが、こんな私の依存症回復を支援・援助して支えてくれているDARCの皆さん、

そして先述の地元の知己に感謝の意を表しそして必ず断酒を貫徹して依存症から

回復し立ち直る事を約束する事、我々胸中に抱き末筆にかえさせていただきます。

早くも酷暑の兆し全国のDARC・NAの皆さん御自愛専一に御過越し下さい。



スタッフ ケンゾーの筋肉コラム

皆様こんにちは！

この度4月から大分ダルクのスタッフになりましたケンゾーと申します。

簡単ではありませんが自己紹介をさせていただきます。

私は2年前の4月に大分ダルクに繋がりました。

アディクションが止まらず

自分の力では生きていくこともできず

行く当てもなくなり大分の地にやってきました。

それから、早いもので2年が過ぎました。

幸いこの2年間クリーンが続いています。

ダルクにお世話になった当初からデイクエアに

筋トレの設備があったので

空いた時間に筋トレをするようになっていました。

いつの間にか筋トレにどっぷりハマってしまい

気がついたらボディーメイクのコンテスト

に出場するまでになっていました。

先日は関東地方で行われたコンテストでグランプリ

いただくことができ、11月の全国大会への出場権を

手にすることが出来ました！

アディクションですべてを失い死にかけていた私が

筋肉のコンテストに出るとは夢にも思わなかったです。

私を支えてくれている皆様、

関わってくれている方たちに、

本当に感謝の気持ちいっぱいです！

改めて感謝申し上げます。

私がクリーンで生活できているこの環境への

感謝の気持ちを忘れずに引き続き

回復を味わっていきたいと思います。

11月24日に日本大会に出場させていただきますので応援お願い致します(^^)／



活動報告

4月

- 5日 WRAP プログラム
- 6日 ヨーガ療法
- 19日 ヨーガ療法
- 20日 ステップアッププログラム
- 26日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援

5月

- 7日 菜の花の会
- 10日 WRAP プログラム
- 11日 ヨーガ療法
- 18日 ステップアッププログラム
- 24日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援
- 24日 ヨーガ療法
- 25日 ステップアッププログラム



6月

- 1日 ヨーガ療法
- 4日 菜の花会
- 7日 WRAP プログラム
- 14日 ヨーガ療法
- 22日 ステップアッププログラム
- 28日 大分県こころとからだの相談支援センター 相談支援



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3月25日からR4年6月20日までに献金・献品をいただいた方々をご紹介します。

- ◎竹下粧子クリニック様 ◎NARABEL CREATE 阿比留一輝様 ◎阿部美喜雄様 ◎一般社団法人 SW ライフ様
- ◎佛山寺 足利能彦様 ◎(有)春木園様 ◎藤川洋子様 ◎一般社団法人 椿 塩見泰美様 ◎田口大輔様
- ◎徳田靖之様 ◎平岩様 ◎佐土原浩子様 ◎更生保護法人 豊州保護会様 ◎帆秋病院 帆秋伸彦様
- ◎弁護士法人 徳田法律事務所 徳田正照様 ◎お告げの聖母トラピスト修道院様 ◎山崎ひろみ様
- ◎貝塚栄子様 ◎木部眞理子様 ◎宇佐高田保護区保護司会 会長 矢野考芳様
- ◎大分県福祉保健部 薬務室様
- ◎その他匿名希望の方々



献品をいただいた方々3

- 菜の花の会様 ●(特非)日本ヨーガ療法士協会大分支部様
- 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。

コロナ禍でもアディ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、よろしくお願い申し上げます。

新振替口座 うちよ銀行 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

〒812-0044 福岡県福岡市博多区千代4-29-24 三原第3ビル3F

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。