

**QSK**

編集 「認定」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. 52**

## タイトル:感謝

私は気が付いた

どん底におちても、出会いを大切にし

人を信じて感謝し、自分を信じれば

素敵な時間になる



皆様いかがお過ごしでしょうか？大分県内では6月というのに30度を超す地域もありまして、体が暑さに追いついておりません。仲間たちは午後のプログラムで本日は炎天下の中ウォーキングに行っております。帰ってきたら直ぐに冷蔵庫を覗き込む姿、想像してしまいます。

3月に26周年フォーラムを開催しました。私が責任者になって初のフォーラムでした。先行く仲間から「フォーラムをやると良いですよ！」とアドバイスを受けておりましたが、準備する事、決める事結構ありまして、大変だ！と思う事ばかりでしたが、結果やって良かったです。支援者様、関係者様、仲間たちのおかげと思う事ばかりでした。また各地のダルクの仲間達も来てくれたり連絡を頂いたり嬉しさと励み沢山頂きました。大分ダルクを大切にしていって周囲の方々に感謝し続ける事が今の自分に求められている事だと感じました。これからも、どうぞ宜しくお願いいたします。

野外ではノーマスクが当たり前になっております。コロナの影響で近所のお店も無くなったりリモートでの研修、オンラインミーティング etc. コロナで環境は変わりました。ここ最近の大分県の薬物事情も昔とは少し変わっております、若者の大麻使用が増加しているようです。外国での大麻合法化、SNSでの購入、など大麻を使ってしまいやすい環境にもなっている事も増加要因のようです。若い方が安易に大麻を使用をしまいもっと刺激のあるドラッグに移行しない様にと願うばかりです。

先日、ダルクの若い仲間も大麻汚染のTV取材協力を快く引き受けてくれました。仲間たちは自分自身の問題を抱えながらも薬物蔓延防止の活動の協力もしてくれております。

仲間たちにも感謝、感謝の日々でございます。

今回の広報誌 OPENSESAMe は職員の原田の最後の編集となります。大分ダルクにやってきた日の事を今でも覚えております。関東から飛行機でやってきたその日から陽気で元気な彼はいつも仲間に対して前向きな言葉をかけ続けてくれていました。「いいね！いい！」と…。もう、いいね！いいね！が聞けなくなるのは残念ですが新たな夢に向かって進む彼をこれからも応援よろしく願いいたします。



「認定」特定非営利活動法人大分 DARC  
施設長 藤川 聡

# HOT DARC PRESS

## ホットダルクプレス

### 【刑務所の中で回復を願う】



アディクトのロクです。何度も経験しても最悪な気分になります。あの日は盛り場でハシゴしたりホテルを泊まり歩いたり、遊び放けて、千ドリ足で久しぶりに自宅に帰りしばらくすると「ピンポン」とチャイムが鳴るのでモニターを確認すると若い女性が一人で立っているので「はい」と鍵を開けたところ両サイドに隠れていた捜査員がソロソロと入ってきました。先頭の係長が令状を僕に見せながら「ガサ！！」というので「なんの件や！！」と問うと「シャツ！！」と言う答えが、このやり取りのあと、僕の心の声が、、、「あちゃー！さっき、ゆうパック(覚せい剤&注射器)が届いたばかりやん、、、また懲役かぁ〜」ほどなく覚せい剤所持の現行犯で逮捕され、2年10ヶ月の刑を(6回目)努めているところであります。今回も入れて16年程刑務所の中で暮らしていることになります。

これまで受刑中から企み、自由の身(独り)になり次第覚せい剤を愛好していたこの僕が唯一使わずにシラフで過ごせた時期があります。前刑出所してから大分DARCに繋がっていた間です。それでもさすがの僕なので、繋がって最初の頃、ミーティングでは「僕は大丈夫ですよ」的なことを口では言いながら、実は心の中で企み、計画し、期待感を上げていき1度、本命で、ドスベリしてしまいます。このとき生まれて初めてなんか、罪悪感を抱いて落ち込んでDARCに帰ったところ笑顔で迎えてくれてハグしてくれる施設長やスタッフ、黙って側にいてくれる仲間達、「アレっ？なんや？この感じ？」それからというもの、仲間と共に雨の日も風の日もミーティングに通い、筋トレに励み、河川敷を走り、勇気を試され海にダイブし、サーフィンで波にさらわれ、パイプ椅子VSフライパンでのケンカを止めたり(笑)ちくわ(大分DARCの長老シーズー犬)のお世話をしたり、ちくわからなぐさめられたり、ありがとう！ちくわ！あげていったらきりが無い。

DARCの思い出は、このように様々な経験を通じ、添い寝してきたDARCの仲間達からクリーン1年のバースディを祝ってもらったときはとても嬉しかったです。あの時の僕には覚せい剤なんか、まったく必要なかったです。調子よかったのにな。なのに、調子が良い僕はもう大丈夫だろうと次第にDARCの仲間から離れていきNAのミーティングにも参加しなくなり、今、考えると引き返すチャンスはいくらでもあったのに、エゴの言うままに自分を正当化し一人になりたがり、使いやすい環境をせっせと整えていきました。あとは奈落の底へ落ちるがごとく、今に至ります。最後になります全国的DARCやNAの仲間達へ、今しかない回復を楽しんでください！

# 大分ダルク写真館

みんなで月に一度の食事会です♪



俺たちのアイドル犬(ちくわ)です!



泳ぐのは苦手だけど楽しい♪♪



ごはん大盛!!が口癖です(笑)





大分県佐伯市で  
海鮮丼食べました！  
おいすぎた(▽)/

貝殻ときました~(〇)/



只今フォーキング中



毎月一回の食事会  
今回はとんかつ！！  
食べるのって幸せ(▽)/



# ケンゾーの筋肉コラム最終回

## 「感謝と別れ」

私が大分にやってきたのは3年前の4月1日のことです。疲れ果てていました。その日から今日まで奇跡の連続が続いています。クリーンは3年と2カ月になりました。施設にあった筋トシの道具を触り始めて3年と2カ月。アテクト全開で筋トシに依存し4年目を迎えています。おかげさまでこれまでポティメイクのコンテストで優勝4回。全国大会も今年で2回目の出場権を得るまでになりました。俺は死ぬんだなって思っていました。大分に来てから徐々にその気持ちも消えてなくなり、今では逆にもっと素敵な時間を作るためにスポンサーシップやステップを勉強したりしています。回復には絶好の仕事だと思っておりますが、この度、大分ダルクでの仕事を退職させていただくことになりました。これまで自分がクリーンで楽しそうにしている姿を仲間達に見てもらうことで少しでも希望や勇気をもってもらえたらという気持ちで仕事をしていました。いや、、、ただ自分が楽しみたいだけなのですが、、、(笑)

施設長！！いつも役に立たなくて本当にすいません。

さて、退職の理由ですが、筋トシを続けていることで様々な方と関わらせていただくことが増え、その関わりの中で自分のやりたい事に気付いたことからダルクでの仕事をやめて自分のやりたい仕事をする決断をしました。今、回復できているのはもちろん「ここ」のおかげですし、私の回復にベストな職場なのは言うまでもありません。

この先、環境を変えることでどうなるかはわかりませんが、私はいつもハイヤーパワーに聞くことにしています。答えは返ってきませんが私はこれからもステップを中心にしていきたいと思えます。

大分での3年間は人生で一番充実した3年間でした。

依存症になってよかったとすら思うことがありますし、なるべくしてなったとも思います。大分と繋がり、仲間と繋がり、ステップと繋がり、筋トシに出会いたくさんの人たちとの素敵な出会いがありました。心から感謝しています。大切にしていることがあります。人を信じ感謝し、出会いを大切にし自分を信じる事。今までは全く逆の生き方をしてきましたが、大分に来て私は昔と違う生き方がしたくなりました。だから自分が知っていたり、わかっていたりすることよりも自分が知らない事や、よくわからないポンヤリしていることを大切にしていきたいと思えます。これが大分に来て教えていただいたことです。今後の俺に注目してください！！日本一になりますから。アテクトの底力見せたるで！

今、生かされていることに感謝です。皆様、本当にありがとうございました。

# 活動報告

## 4月

- 1日 菜の花会(家族教室)
- 3日 河村クリニックメッセージミーティング
- 4日 WRAP
- 5日 ヨーガ療法
- 18日 ヨーガ療法
- 19日 保護観察所ステップアッププログラム(A)
- 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
- 26日 保護観察所ステップアッププログラム(B)

## 5月

- 1日 河村クリニックメッセージミーティング
- 2日 WRAP
- 6日 菜の花の会(家族教室)
- 16日 ヨーガ療法
- 17日 保護観察所ステップアッププログラム(A)
- 23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 保護観察所ステップアッププログラム(B)
- 28日 佐賀、長崎、大分合同フットサル大会
- 30日 ヨーガ療法

## 6月

- 3日 菜の花の会(家族教室)
- 5日 河村クリニックメッセージミーティング
- 6日 WRAP
- 7日 令和5年度精神保健福祉基礎研修会
- 13日 ヨーガ療法
- 21日 保護観察所ステップアッププログラム(A)
- 21日 令和5年度依存症病診連携連絡会
- 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
- 27日 ヨーガ療法
- 28日 保護観察所ステップアッププログラム(B)

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

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 R5 年 1 月 24 日から R5 年6月23日までに献金・献品をいただいた方々をご紹介します。

- ◎大分県中部保健所由布保健部様 ◎田口大輔様 ◎杉本雅文様 ◎カルメル修道院様 ◎中木陽子様  
◎城崎法律事務所 田中良太様 ◎平岩純子様 ◎姫野則雄様 ◎阿部美喜雄様 ◎小野喜志雄様 ◎春木博信様  
◎徳田靖之様 ◎日田保護区保護司会様 ◎お告げの聖母トラピスト修道院 製菓工場様 ◎山崎ひろみ様  
◎藤川洋子様 ◎小泉基様 ◎河上しげみ ◎小野サチ子様 ◎後藤智恵子様 ◎小野典子様 ◎江藤裕子様  
◎橋本美枝子様 ◎佐土原浩子様 ◎湯布院町更生保護女性会 荒木孝子様 ◎一般社団法人 SW ライフ様  
◎日高俊次・礼子様 ◎河村節子様 ◎本田維憲様 ◎別府保護区保護司会チャリティーゴルフの皆様 高橋讓様  
◎池畑由起子様  
◎その他匿名希望の方々

### 献品をいただいた方々

- 菜の花の会の皆様 ●(特非)日本ヨーガ療法士協会大分支部様 ●姫野則雄様  
●藤川洋子様 ●藤吉様 ●八谷隆之様 ●国東更生保護女性会様  
●佐伯更生保護女性会様 会長 山村梅子様 ●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。



## ★Amazonpay や クレジットカード決済の御利用も可能となりました★

大分 DARC ホームページにリンクがございます。金額など選べます。お気軽にご確認ください。

※クレジット決済でも恐縮ではございますが、一部手数料ご負担も御座います。ご了承ください。

**※受領証明書も発行いたしております。寄附控除に活用いただけます。**

## ◎引き続きご寄付のご協力をお願い致します◎

現在までのコロナ禍の影響でダルクの活動も変わっております。講演活動、メッセージ活動なども減っている事もありこれからの活動を模索しております。世の中では、SNS で違法薬物を簡単に手に入れ使ってしまう若者も多く新しい相談は増えておりますが、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っ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頂きたいです。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。

※ゆうちょ口座制度変更の為、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。

※ゆうちょ銀行の振込口座が変更いたしました。

※受領証明書も発行いたしております。寄附控除にお使いいただけます。

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。