

どっかい生きてます!

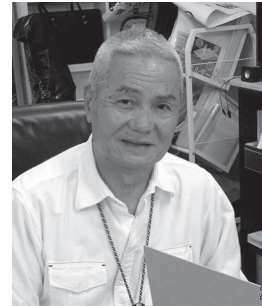


鹿嶋市宮津台の潮騒 JTC 本部施設前の市道(下津通り)を初夏の花で飾り、近所の人たちや通行人、道行くドライバーらの心を和ませようと、今年も入寮者が色鮮やかな花を沿道の花壇に植えました(9 ページに記事)。潮騒では施設前と向かい側両歩道の約1キロメートルを「潮騒フラワーロード」と名付け、市の協力を得て初夏の花を定植し、自主管理しています。

2019

6

潮騒フォーラムで 地域理解に 風穴を開けたい



依存症者の悲しい性(さが)なのでしょうか、どうやら私は勝算を度外視しても物事にのめり込む質(たち)のようです。時おり立ち止って、もう少し余裕が持てないものか、と反省する場面もありますが、私を気遣うスタッフや仲間たちを横目に、ワーカホリック(仕事依存)にならないようにと自分を戒めながら全力投球の毎日を過ごしています。覚醒剤とアルコールで身を持ち崩した私ですが、奇跡ともいえる不思議な回復力で60歳から生き直しの人生を歩み続け、76歳の今も日々パワフルに働き続けられることに感謝しながら、このところ「命のリレー」ともいえる潮騒ジョブトレーニングセンター(JTC)の活動を次世代に少しずつバトンタッチしていくことに腐心しています。

翻って考えると、私たちアディクト(依存症者)が常に肝に銘じておくべきことは、とてもシンプルです。それは仲間への深い信頼と、私たちを支援してくれている人たちや私たちを受け入れてくれている地元への感謝です。つまり私たちの回復は仲間や地域と共にあります。それだけに「地域との共生」は大きな課題です。お陰様で曲がりなりにも地元根を張り、ある程度の信頼を得るまでの段階に漕ぎつづけています。でも最近、もはや依存症ではくれない精神疾患など多様で困難な障害を抱えた入寮者が増えたこともあって、これまでの施設運営のスタイルに加え新たな総合的な福祉医療のケア体制が求められるようになっていきます。それでも潮騒JTCがこの鹿嶋の地において、ほかに行き場のない困難を抱えた多様な障害者の「居場所」として機能し、少しでも社会的な役割を果たしているのは、地元の皆さんに寛容な心で「許されている」からだと思います。本音を言えば「潮騒の活動は理解できる。でも、何か事件が起きたら…」の不安はあります。そのことを肌で感じるからこそ、地元「許されている」ことに甘えることなく、もっともっと謙虚に自分たちの活動を理解して頂けるよう地道な努力を続けなければなりません。

私も身勝手な生き方をしてきたアディクトですから、時おり昔のように「怖いものなし」の虚勢を張った構えが無意識に頭をもたげてしまうことがあります。その度に「これではいけない。ステップに戻らねば」と反省し、できるだけ仲間の間に入ってミーティングに参加するよう心掛けています。そんなふうに日々揺れ動き、迷いながらも回復途上の道を歩む自分たちの姿を、今年10月に開く潮騒フォーラムでは謙虚に見つめ直そうと思います。そのため私たちが日頃いろんな面に関わりを持ち、お世話になっている福祉・医療・司法・教育などの各分野にわたる関係機関・団体の方々から本音の意見を聞ければと考え、企画を練っています。こうした試みによって潮騒JTCが直面している諸課題を浮き彫りにできたら、と密かに期待しています。「灯台下暗し」ではありませんが、自分たちが今どこにあり、どこに向かっているのか…、それを客観的に見つめる材料にしたいのです。そして、その成果を節目となる来年のフォーラムに繋げていければ、と考えています。

(センター長 栗原 豊)

潮騒家族会は 心のバランス装置

～心を癒す優れたケア・システムになる



自然派詩人 白田美鶴さん
NPO法人・潮騒JTC理事、茨城町の
涸沼湖畔に自然に寄り添いながら
一人暮らしを続ける



家族会の風景

NPO法人・潮騒JTCの2019年度第1回理事会&定例総会(5月26日午前、潮騒アディクションビレッジ会館)に参加した私は、施設側の厚意で午後の潮騒家族会の5月例会(基本は関係者によるクローズド・ミーティング)をのぞかせて頂くことができました。結果、私は家族会の活動に心を大きく突き動かされました。人の心の回復や生きるための力は、このような時間(ひとときのミーティング)によって生まれ、育てられていることを知ることができました。よい一日を、素晴らしい日を、機会を与えお与え頂きまして、ただただ感謝の思いの私です。以下、潮騒家族会についての私見と感想を述べさせていただきます。

—

家族会の様子から感じたことは、それまでの救いようのない絶望的な心を軽くさせ、安定させ、孤独や孤立から開放させ、救われる。そうした奇跡的とも言えるタイム装置だということだ。家族会に参加している先輩の家族会メンバーは、表情も明るくにこやかさがある。一方で、初参加の新メンバーは表情も固く苦悩と涙で出口のない追い込まれた現状を話す。その苦悩と涙の話に対し、先輩メンバーたちは「私たちも初めはそうだった」と新メンバーの心に寄り添い、受け止めつつ、先輩メンバーたちも自分たちを再度振り返り、心を新たにす。もうその時点で、新メンバーの心に何かの変化が生じたように、表情と心に光が宿り、軽くなる気配が感じられる。こうして家族会のメンバーたちは、現

在に相互に分かり合い、受け止め合い、元気が心に戻ってくる。

そのような家族会の心のケアタイム(ミーティング)の後は、まるで雨上がりの青空のような心となり、明るい日差しが心に差し込んだ心境になっているように感じられる。アディクトたちは回復施設で日々、回復のために繰り返しミーティングを行い、相互に心の苦悩や不安などを受け止め合い、分かち合い、共感し合い、精神的(心の)バランスを取り戻し、その日を回復への変化傾向の旅にして行き帰りし続けている。

その道程は、思うようではないだろう。少しずつ好転を目指す道程だ。だが、それだけでは不十分だ。アディクトたちが回復へと向かうのに合わせて、その家族もまた心の深い傷と苦悩と不安と、孤独や孤立状況から開放されて、心の平安と安定と元気を、生きる力を回復させることが必要になる。

そのような双方(両輪)の相互回復により、アディクトたちの回復速度は、さらに加速できることを、栗原センター長は指南(力説)する。その結果、アディクトたちは感謝と謝罪の心が育まれ、その家族会の方々の心にも許しと受け入れの心が育まれる。このシステムは、依存症に苦悩するアディクトたちや、その家族会にとって有効なだけでなく、すべての人々の心のケアに必要な、心の救済システムだということが、家族会を拝聴して理解することができ、私にも素晴らしいひとときでした。

今年もエイサー隊が仙台慰問ツアー

3会場でお年寄りや職員に喜ばれる



潮騒エイサー隊が5月11、12の両日、宮城県仙台市の高齢者福祉施設で“エイサー慰問”を展開してきました。毎年取り組まれている「鹿嶋琉球太鼓」潮騒エイサー隊による“弾丸ツアー慰問”です。スタッフの親族が経営する老人ホーム施設への慰問活動で毎年、利用者のお年寄りの皆さんに喜ばれています。今回も1泊2日で3施設を慰問するハードスケジュールでしたが、エイサー仲間との泊りがけツアーとあって、3公演とも一段とチームワークを発揮しました。今回は新しく加わった若いメンバーも躍動し、収穫の多い慰問活動となりました。

エイサー隊リーダーのヒトシさんは「おじいちゃん、おばあちゃん、それに職員さんも喜んでくれて、演舞が終わるとみんな素敵な笑顔になっていました。そこには私たちを、薬物やアルコール依存症だという差別や偏見をもって見る視線はなく、毎回こちらも励まされています」と意義を強調しています。以下は、慰問ツアーエイサー隊の主役、エンさんの感想です。

体の不自由な叔父と再会し感動のハグをした

年に一度、楽しみにしている仙台の老人ホームへのエイサー慰問活動に、今年も潮騒エイサー隊メンバーの一人として参加してきました。訪問先は、私の母が働いている施設です。仙台市を中心に1泊2日の強行日程で、合計三つの施設でエイサーを演舞してきました。とりわけ良い思い出になったのは、2カ所目の施設でした。天候に恵まれ、汗をかきながらみんなで精いっぱい太鼓をたたきました。最後の曲でお客さんと一緒にカチャーシーを踊っていた時、サプライズが起きました。なんとお客さんの中に、私の叔父が観ていてくれたのです。

叔父は脳梗塞で体を不自由にしていまい、この施設で療養中でした。涙を浮かべながら最後まで私たちの演舞を観てくれていたようでした。私は驚きとうれしさのあまり、初めて叔父をハグしました。叔父も喜んでくれて元気な笑顔を見せてくれました。感動の再会でした。また来年行くからネ。

さて、エイサー隊といえばラーメンです(?)。帰りには、仙台市内の魔界ラーメン「月光」という店で油そばをいただきました。魔界の味は、私にはあいませんでした…。それはさておき、私にはとても思い出深いエイサー仙台慰問活動となりました。チャンチャン♪(エン)

俳句に興味のある方の参加を歓迎します ～潮騒俳句会

潮騒JTCでは栗原センター長の肝いりで、入寮者に俳句作りを推奨しています。回復プログラムの一環として、原則的に毎月第二週の木曜日午後1時から、鹿嶋市宮中の潮騒アディクションビレッジ会館4階会議室で、選者の桐本石見先生を招き潮騒俳句会を開いています。会ではその月の「お題」に沿って入寮者からの投句作品の選定(合評)を行い、翌月発行の潮騒通信「どっこい生きてます」の潮騒俳壇のページに、その結果(特選句、秀逸句、佳作)を掲載しています。

俳句づくりは潮騒JTCの当初からの取り組みで、栗原センター長は桐本先生の指導を得て既に3冊の俳句集を出版しています。これまでは施設内での取り組みでしたが、空前の俳句ブームとされる状況を受け、今後は広く市民に門戸を開き、一般の方からの投句と潮騒俳句会への参加を歓迎します。また、潮騒JTCが文通をしている全国の受刑者にも積極的に投句を呼びかけます。詳しくは事務局(電話0299・95・9991)担当の小林(コバ)まで。なお、次回の潮騒俳句会は7月11日(木)午後1時から、鹿嶋市宮中の潮騒アディクションビレッジ会館4階会議室で開きます(お題は「蛍」です)。



5月9日の潮騒俳句会で講話する桐本石見先生(中央)と参加者たち(潮騒アディクションビレッジ会館で)

令和元年度第1回理事会・定例総会が開催され、事業計画や活動予算など提出議案をすべて異議なく議決していただきました

NPO法人・潮騒JTCは5月26日(日)午前、鹿嶋市宮中地内の潮騒アディクションビレッジ会館4階会議室で令和元年度の第1回理事会と定例総会を開き、委任状を含む出席した理事・正会員によって事務局提案の全6議案を、いずれも異議なく原案通り可決・承認していただきました。この日、議決していただいたのは、平成30年度事業報告と活動計算書、令和元年度事業計画と活動予算書、役員改選、定款変更です。

栗原豊理事長は議案説明のなかで、依存症に加え社会に居場所のない困難な障害を持つ人たちなど利用者の多様化に対応して事業規模が大きくなり、これに伴う組織体制の見直しを図ったことなどを力説。また、活動実態に見合うように一部定款を変更したほか、新規事業では地域の子供やお年寄りの「孤食」問題と向き合う潮騒独自の地域活動として、潮騒食堂「おらげのかまど」の2階部分を改修してこども食堂や体験教室を開き、潮騒JTCの入寮者も加わって社会参加に向けた地域交流を推進することが説明されました。

AA仲間のユミさん安らかに ～潮騒トムさんがレクイエム・メッセージ

いつもケイイチロウさんと一緒に潮騒アディクションセミナーを中心としたメッセージ活動で潮騒JTCが大変お世話になった、AA館山グループのユミさんが先日亡くなりました。ここ数年は病に冒されながらも潮騒に足を運んで下さいました。ご冥福をお祈りいたします。

彼女の話はいつも豪快で、そして正直で、みんなを引きつける魅力を持っていました。ともすると自分に不正直になってしまう私は、ただただ羨望(せんぼう)の眼差しで見つめるだけでした。ある時、喫茶店で仲間とお茶をしていた際に、「トム。これからは綺麗(きれい)な話だけではなく、どんな風に狂っていたかということを話しな」。そう言われたことを思い出します。少し時が経って、このことが仲間への愛と共感なのだということが理解できました。まさにスピリチュアルな目覚めと成長でした。

最近自分の周りの先行く仲間が、天国に召されるケースが多くなりました。昔に比べたらこの国でも地域にリハビリ施設が増えたとはいえ、依存症はやはり緩慢な自死の病です。いつかは自分もそうなるのでしょうか、残されたメッセージを大切にしながら、これからも自分のペースでプログラムをしています。ユミさんありがとうございました。そして黄泉(よみ)の国で再会したなら、また一緒にミーティングをしましょう。(トム)



るみの家

ステップ勉強会



女性ハウス「るみの家」でこのほど、1日を掛けたステップ勉強会が開かれました。以下はその感想です。

れいこ 自分を大切に思い 回復を続けていきたい

今回の勉強会を通じて、改めて過去の自分を振り返り、自分の病気の重さ、責任感のなさ、すべて「ステップ1を認める」事から始まるのだなと思いました。家族の心配も顧みず、自己中心性を振りかざし…。るみの家につながれたことにこれからも感謝の気持ちを持ち、これからの自分を大切に思い、回復を続けていきたいと強く思いました。「寸劇」も楽しかったです。

マコ ハイヤーパワーを信じ 前向きに回復したい

ステップ・グループミーティングは2度目です。C班になり、私と同じアルコール依存症の人がいれば、ギャンブル、その他さまざまでしたが、私たちC班はステップ3をどのように理解しているかが課題で、とても難しかったです。私の場合、ステップ1の“認める”についてはとても理解できたつもりでいました。ただ、ステップ2の“信じる”に関しては、まだ理解度が低いのが現状です。なので、ステップ3をどのくらい理解できているかは正直分かりません。“お任せ”はもうずいぶん前からしているつもりでいます。施設につながってからの自分は、年を重ねるほどハイヤーパワー

や神、施設にただただお任せする日々です。寸劇ではギャンブル依存症の劇で、とてもリアルにみんな演じていたと思います。私は不動産屋の取り立て屋役でしたが、一歩間違えたらこんな風だったんだろうなあ〜としみじみ考えさせられました。本当に私たちはアディクトなんだと痛感しました。これからもハイヤーパワーを信じ、前向きに回復していきたいと思います。

あきら 施設長が「平安の祈り」の 意味を教えてくれた

私はステップが苦手です。私の席は8人。各グループ自己紹介から始まり、書記がその人その人のことを書き、リーダーがまとめ、引き続き自分はなぜここにたどり着いたかなどといった事、私たちのグループはほぼ「棚卸し」が終わっているグループなのでステップ4、5を話し合いました。ステップ4については、己を知る、包み隠さず話をするなど、ステップ5、自分は弱い所をさらけ出すなどといった勉強をしました。ステップミーティングで、ミーティングでは過去、現在、未来の話ができればと思っています。分かりやすく施設長も言ってくれて、自分のためになった勉強会でした。また、ステップ勉強会をやりたいです。施設長が、最後に言う「平安の祈り」の話の意味を教えてくれて、私にとってよいステップ勉強会となりました。

あさ 自分の分からない所を 教えてもらえた

ステップミーティングをしてすごく良かったです。例えばステップ1の事を言い合い、どう考えているか、自分の分からない所、気づかない所を教えてもらい勉強になりました。良いと思った所、悪いと思った所も、みんなで話し合い、どこがどういう所が良くて、どういう所がこういう風に話したら良かったのか、についても気づかされ大いに勉強になりました。寸劇でも自分を振り返ったり、気づかされ、ステップ1が大事という事が余計に理解できると思いました。これからもステップミーティングをやりたいと思いました。

くま 普段しない経験で 依存症理解が深まった

ステップ勉強会で、依存症に対する一人一人の認知度を話していったところ、その認知度の具合の良いと思われる人、悪いと思われる人を選び、そのいずれかに関する寸劇をすることとなり、私たちCグループは

レモンちゃんのことです。劇をすることにしました。A、B、Cの各グループで、そうやって劇をやることを通じて、それぞれ個人個人が依存症に対する理解度、認知度が深まり、仲間の生きてきた過程で経験してきた思いも、自分の心のうちで感じることができて、仲間への理解度も深まったのではないかと思います。

「どん底(底つき)をみたか」を決めるのは自分だ、ということを知った時、ああ、そうだよな...と思いました。こんな風に普段しないような経験をすることで、依存症というものの理解、仲間への理解、自分への認知度も深めることができてよかったと思います。

くみ

「今日一日」の大切さを再確認できた

るみの家に来て初めてグループミーティングに参加しました。3グループに分かれたのですが、ステップ1を認めるについての自分の向き合い方に対してより深めることもできました。また、1～12ステップまでの事をスポンサーとともにグループで話したり、先行く仲間のステップ1について深く知るきっかけにもなったのは、午後の劇を見て実感できました。私自身、何度もターニングポイントがありましたが、最後はアルコール依存症で脳症にまで落ちてしまいました。自分が生きていくことがどうにもならなくなった過去、今こうして学び、記憶し、少しずつ前進できている今、「今日一日」の大切さを再確認できました。

メーテル

ステップの事が分かり本当にいい勉強会

班ごとに分かれた私はBチームになりました。めいちゃんのベイベーの多さにあらためて感心しました。すごい人のベイベーなんだな、自分は幸せだなと思いました。まずは自己紹介から始まり、私は書記を任されたので一生懸命にノートに書き、あまりよくなかった人とよく説明できた人をリーダーが決めて、あまりよくなかったのがシマさん、よく説明できていたのがくみちゃん、2人とも個人で発表しました。その後、よくなかった人の劇をやることになりました。午後から私たちはグループごとに分かれて、step2、step3、step4、5と意見を出し合いながら発表してくださいと言われて、Bチームはstep4、5でした。みんなの話をまとめて発表しました。ステップの事もよくわかり、本当にいい勉強会だなと思いました。またやってもらえる日を楽しみにしています。

ゆうこ

ステップの必要性を再確認できた

今回の2回目の勉強会で「ステップって回復を進めるにあたって本当に必要なんだな」と再確認しました。劇をやって、少し泣いてしまった自分でした。飲んでた頃の自分は、確かにやめたくても1人ではやめられず、苦しかったけれど、私を支えてくれた家族はもっと苦しかったんだろうなって思いました。アルコール依存症で家族を失ったことはすごく辛くて、でも、病名が付いたことで、今施設で回復を続けていられている。もう家族に対して、離婚になって辛い思いをさせずにすんでいる。離れて寂しい時もあるけれど、「施設につながれたことに感謝しなきゃな」って思います。

レモン

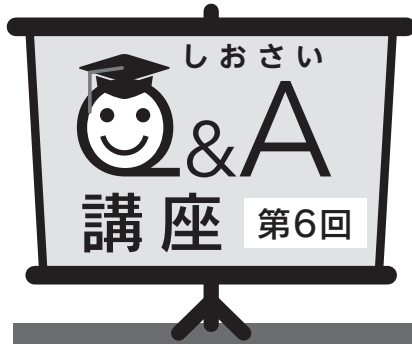
ここにつながった意味が見えたように思う

良い勉強会だなと思いました。ステップに対する理解も深まるような気がします(偉そうなんです...)。私は中途半端にステップもミーティングもやってきました。ここにつながった意味が、今ふとこの感想文を書きながら見えたような気がします。「完結に向けて歩め!」ということかもしれません。果たしてどこまで出来るでしょうか。

めい

勉強会は1年に1回ではなくもっとやりたい

去年、初めてやった時は「何でこんな一日かけて…」と思っていただけど、いざ一日終わると「またやりたい」に変わっていました。ふつうは1年もかけて行う12ステップを1日でやるのですから、すごく密度の濃いものでした。なので、今年もやると聞いた時は思わず「やったー」の声が出ました。スポンサー、ベイベーで組まれたチーム。私のチームは総勢8名でした。ベイベーが6人も与えられた私は、初め「いい事言わなきゃ」なんて思っていたものの、結果、ベイベーに気づかされ、教えられることがたくさんありました。ステップ1をモチーフに演じた劇はチームごとに個性があり、笑いあり、涙ありの素敵なものでした。「ステップなんて」とここに来た当初思っていた私は、今はすっかりステップの虜です。ステップを使って生きることを学び、その楽しさと難しさを毎日実感しています。強く優しいスポンサーと、健やかで頼もしいベイベーたちと一日を共にし、より絆が深まったと思います。



12ステップ理解へのアプローチ

ステップ 3

私たちの意志と生きかたを、自分なりに 理解した神の配慮にゆだねる決心をした

— これまでに回復プログラムのステップ1とステップ2について解説してもらいました。さて、次のステップ3はどのような展開になるのでしょうか。

もう少しステップ2で説明した「自分を超越する大きな力」について補足した上で、次のステップに移ろうと思います。前回までのおさらいをすると、依存症は精神の問題である「強迫観念」すなわちアディクトの「狂気」による再飲酒や再使用に対処するには「ハイヤーパワー」を信じて回復プログラムを実践することが唯一の解決策であること。また、依存症の悩みをかかえた人たちが集う共同体と呼ばれるグループの仲間意識や連帯感などによってお互いを支え合うフェロウシップも「ハイヤーパワー」の一つになるのだと説明しました。

— 共同体で活動している回復した仲間の経験による支えや理解と共感が大きな力になるのですね。

ビッグブック第1章「ビルの物語」では、飲酒問題に苦しんでいたビルがメッセージを届けに来た友人の訪問をきっかけにアルコールリズムから救われます。ビルはその友人が活動していたオックスフォード・グループに参加し、多くのアルコール依存症者にメッセージを運びます。主にニューヨークで活動していたこのグループのアルコール依存症者たち(最初の40人)は、自らの回復の道のりや体験などを載せた「アルコール依存症者たち」(AA:無名のアルコール依存症者たち)を1939年(昭和14年)に出版しました。その後この本は、ビッグブックの愛称で、全米から全世界へと広がりました。

— ステップ1と2を要約すると、アディクションに敗北した自分を認め、自分を超越する大きな力によって人生を変えられると信じることでした。

その通りです。回復する「意欲」を持ち、ステップ2で仲間やプログラムを信じなければ、ステップを最後まで実践する心構えはできません。そして、この物語にはもう一つの重要なポイントが隠されています。ビルが「自己中心の生き方を捨てて神にゆだねよ」という友人の提案を完全に受け入れた瞬間、効果は電撃のように現れたと書かれた場面です。ビッグブック付録II「霊的体験」の冒頭にはアルコール

ムからの回復をもたらすに十分なほどの人格の変化が様々な形で現れ、自分より偉大な力への気づきが「霊的体験」や「霊的目覚め」の本質だと記されています。

— それは誰にでも訪れるのでしょうか？

アディクトが12ステップを実践すると、自分に変化が起き、生き方に対する態度が根本から変えられていること、そしてこの変化は決して自分だけの力ではないことを自覚します。その変化に気付くことが「霊的」つまりスピリチュアルな体験や目覚めなのです。「飲むしか」「使うしか」「やるしか」ない人生が180度転換したんです！

— 分かりました。さて、それではステップ3の話に移りましょうか。

そうですね。ステップ1と2を経た上で私たちには、自分の生き方について二つの選択肢が提示されました。一つ目はここで「決心」せず、以前と同じように自分の意思で生きてステップ1に戻り、結果として再飲酒するのか。或いはステップ2を踏まえて回復に向かう行動を起こすのかを選ぶ二つの選択肢です。どちらにしますか？ ステップ3では、その「決心」を迫るのです。

— まさに人生のターニングポイントになるのですね。

一つ目の選択肢は、古い考え方や行動による生き方です。「強迫観念」によって再飲酒やコントロールを失うことを繰り返し、やがては死を迎える人生です。もう一つの選択肢はステップ1と2を受け入れ、「決心」をして新しい人生に歩みだすことです。

— ステップ3では神という言葉が初めて出てきました。

ここで提示されている神とは、一般に言われているような多くの人たちが信仰している「宗教の神」ではありません。自分だけが理解した自分だけの神です。私たちアディクトはステップ1を完全に受け入れられれば、飲まないで今ここに置かれている自分の境遇は自分の力ではなく「神」としか言いようのない存在の「意思の力」によるものであると容易に受け入れられます。自分の意思を使えば死ぬしかないのですから。ステップ3でいう神とは、言い換えれば「自分という存在」それ以外の全てのもの」で、いいと思います。

(解説 = 藤田良・精神保健福祉士、次号に続く)

しおさい フラワーロード

今年も仲間たちが花植えに励む



潮騒JTCの本部を兼ねる下津ナイトケア施設(鹿嶋市宮津台)に面した「潮騒フラワーロード」(下津通り)の歩道に花を植え替える作業が6月14日に行われ、潮騒の仲間たち約60人が参加して花植えに励みました。同施設前の通りを初夏の花で飾り、近所の人たちや通行人、道行くドライバーらの心を和ませようと、今年も入寮者らが心地よい汗をかきながら、色鮮やかな花を沿道の花壇に植え終えました。

フラワーロードの花植え作業は、栗原センター長が「自分たちの手で施設前の通りを美しい花で飾り、育てることで地域活性化や潤いある市民生活に貢献できたら」との趣旨で地元でのボランティア活動として提唱され、約8年前から施設のプログラムの一環として取り組まれています。

歩道の花植え作業は、鹿嶋ショッピングセンターから県道255号線との交差点手前の信号までの約1キロ区間で行われ、仲間たちは耕運機で花壇の土を掘り起こし、雑草を取り除いてからスコップを手に、今年もマリーゴールドやサルビアの花の苗を歩道の花壇に植えていきました。

この日は梅雨の間に訪れた久しぶりの晴天ということもあり、仲間たちは熱中症に気を付けながら根気よく花植え作業に取り組み、午前9時からの作業開始から約6時間掛けて花植えをやり遂げました。

花植え作業をしたカオルさん(36)は「暑くて長い大変な作業になったけれど、すごい楽しかった」と話しました。

花植え作業後の歩道には、黄色とオレンジ色のマリーゴールド、赤色のサルビアがきれいに並び、今夏の海水浴シーズンにはこの道路を歩いて下津海岸に向かう市民や観光客たちの目を楽しませてくれそうです。今回の花の定植に向けては先に、仲間たちが参加してフラワーロードの除草作業が行われました。

60歳からの回復

NO65

「変えられるのは自分」の教えに従い 鹿島ダルクを飛び出ること

潮騒JTCセンター長 栗原 豊

あれは鹿島ダルクで寮長をしていた2003年5月ごろだったと思う。私は曲がりなりにも12ステップへの理解が深まりつつあり、少しずつハイヤーパワーという、目には見えない霊的な力に謙虚に向き合えるようになっていた。毎朝のダルクミーティングがとても楽しみとなり、自分の回復はもちろん仲間の回復をも手伝えることに確かな手ごたえを得ていた。



今でこそダルクは全国に関連施設が80カ所以上に増え、有名人らの薬物事件があると必ずメディアに登場するようになった。メディアの都合で重宝に使われている感もあるが、知名度を高めているのは間違いない。それこそ多彩な経歴や経験を持つ仲間のリーダーたちが手腕を発揮して、それぞれ個性ある施設運営に奔走している。共通して台所事情は苦しいものの、例外的なケースを除いて潰れたという話を寡聞にして知らない。というか、もともと集える場所があれば成立するのがダルクなのだから、潰れようがないともいえる。そこに回復を求めるニーズがなくなれば、自然に消滅するのがダルクの運命なのかもしれない。

ダルク創設者の近藤恒夫さんがよく口にするように、「恨みとコーヒーカップさえあれば増えていく」のがダルクなのだろう。逆説と寓意に富む近藤さんらしい言い方だが、その意味を私なりに解釈すれば、ダルクは依存症の当事者をすべてを救える訳ではない。好きな言葉ではないが、あえて回復率を問題にするなら良くて3割が現実だろう。その意味で肌に合わないとしてダルクを「飛び出る」仲間たちの反発エネルギーに支えられている、という側面を無視できない。

小さな集まりが地域のあちこちに増えていくことが望ましい自助グループの原理と同じで、そこで自己完結してしまうのではなく、自分に合う新たな回

復の居場所をつくるというダイナミックな発想がダルクの根底にはある。ダルクだって人間の集まる狭い世界だから、それも社会経験のあまりない個性的な連中が多いから、他の世界と同じように仲間同士の感情的なすれ違いや、ちょっとしたボタンの掛け違いによって対立が生まれることはよくある。でも、それをうまく方向付けして、お互いを反面教師のようにして自立心を育てていくことを、近藤さんは「恨み」と「コーヒーカップ」のメタファー(暗喩)で表現したのだと私は考えている。

もともと近藤さんがつくったダルクには商標登録やフランチャイズなどの発想はない。それに日本の職人文化にありがちな下積みや修行を経た上での独立という考え方もない。自分がダルクに助けられ回復したのだから、次は俺が仲間の回復を手助けしよう、という情熱が支えになっている。もちろん運よくダルクにつながっても、そこでの回復プログラムが合わなかったり、人間関係に馴染めないということはよくある話だ。ダルクは、そうした仲間の反発心をうまくプラスのエネルギーに替えながら、依存症の回復にとって大敵であるパワーゲームを巧みに回避し、自分に合う形の回復施設を求める仲間たちによって全国に普及してきた。そうした競争社会の在り方とは対極にある「許し」と「寛容」と「共生」の心に、どこのダルクも根底で支えられている。



もちろん当時の私には、そうしたダルクの原理に理解が及んでいただけではないが、「過去と他人は変えられない」「変えられるのは未来と自分だけ」との教えには忠実であろうと考えた。間もなく私は鹿島ダルクを飛び出ることになっていく。

※ 潮騒俳壇から移動して、今回から独立したページでの連載となります。ご期待ください。

受刑者 からの手紙

今月から栗原センター長の60歳からの回復物語が単独ページとなるために、これまで2ページだった受刑者の手紙が1ページとなります。今後とも限られたスペースを有効に使いながら、皆さんの貴重なメッセージを潮騒通信の読者に届けます。俳句などの投稿も歓迎します。

ここで踏みとどまって自分と戦う努力をしようと思う

栗原さん、シゲさん、お変わりありませんか。このところ当地は晴天続きで、清々しい日が続いております。5月1日から新元号(令和)となり、新しい一步を踏み出して、二度と刑務所の世話にならないために精進してまいります。

私は現在、所内のクリーニング工場で総班長補佐として、日々汗を流しています。この地域のホテルや旅館から洗濯済みのシーツや布団カバーを、まるでアイロンの化物のような機械に投入し、畳んで仕分けをして出荷する仕事をしています。工場内は非常に暑く、現在は32度、夏場は40度を超えるほどです。大変な仕事ですが、やりがいのある仕事です。そんな中、楽しみにしている潮騒通信の最新号を拝見しました。多くの人がそれぞれの課題に取り組み、助け合って生きているのを知り、自分も希望を見出した思いです。

私が酒を覚えたのは小学校高学年の頃でした。片親で、母が水商売をしていたことも手伝って、酒やタバコに興味を覚えるのも早かったと思います。私の少年時代も不良がかっこいいと思われた時代でした。仲間に見笑われたくない、なめられたくないと、そんなしょうもない理由で散々、警察の厄介になるはめに…。捕まることに慣れ、自由を奪われることにも慣れ、自分を卑下することにも慣れてしまっていました。なので、ここで何とか踏みとどまって、自分と戦う努力をしようと思います。

(福島県 Y・T)

病棟を退院できる見込みとなり工場に戻れそうに

シゲさん、お元気でしょうか。東京の方はもうそろそろ梅雨の時期ですね。こちらは戸外は暑いようですが、病棟で寝たきりの私は空調のおかげで寒いくらいです。このほどシゲさんから、心温まる潮騒通信と小説2冊が手元に届きました。小説は面白く、あっという間に読んでしまいました。いつも本当にありがとうございます。感謝いたしております。この気持ちを忘れず生活していきます。

私事ですが、5月中旬の医務部長の診察で早ければ5月末か、遅くても6月初めには病棟を退院できるように治療を進めます、との回答をいただきました。昨年の入院から7カ月が過ぎ、やっとですが工場に戻っても体がついていくのかな…と思うと、不安だらけであります。入院中は本当にシゲさんに助けられました。お手紙や潮騒通信、数多くの小説等々、本当に感謝しております。

私自身、出所まではまだ月日がありますが6月からは工場で作業ができて、報奨金と呼ばれますお金、数百円をいただけます。それを少しずつ貯めまして、シゲさんに(小説などの送付代金として)いくらかでも送れます事ができますれば…、と思っております。しかし、私は7カ月以上働いておりませんでしたし、所持金もありませんので、先に便箋、封筒、切手などを購入したいと思いますので、その件は少しお待ち下さい。

シゲさん、潮騒のお仕事などで日々多忙の中、本当に何時もお手紙や差し入れありがとうございます。シゲさんにしていただきました厚意を忘れず、今度は私がシゲさんや潮騒の皆様にかかお役にたてればと思っております。くれぐれもお身体にはご自愛くださいませ。

(北海道 S・O)

しおさい俳壇

6月のお題 田植え

選者 桐本石見

特選句
取り合えず
泥と戯れ田植の子

一郎

今では能登の千枚田の様な観光農園か学生の体験学習でなければ田植も出来ないが、テレビなどで見る様に代田に子供達が足を取られながら泥んこになり田植をするのは微笑ましい。私も学生の頃に田植や草取りをしたのが懐かしい句です。

特選句
潮騒の
恒例田植え出揃ひぬ

オノ

いまでは少ないが戦後の頃つつじの花を採って蜜を吸った、それが下校時の楽しみの一つで、それほど菓子など無い貧窮の時代でもあった。ただし、蓮華つつじや黄色のつつじは毒があるので要注意。他にも、椿、百合なども蜜がある、子の日が懐かしい句です。

特選句
田植機の
従者なりけり爺と婆

ゆたか

稲作は弥生時代に伝わり、耕し、代掻き、田植、草取り、稲刈りなど苦難の作業であった。耕耘機は一九二十年、田植機は一九六八年頃開発されたので実に永い間農家の人は苦勞した事になります。今ではGPSで田植も出来るようになりました。爺婆が田植機に従うと言うのも時代を思う俳諧の句です。

俳句へのいざない

第一回

俳句の原型(詩)が生まれる流れ

今から七年近く前に一度栗原センター長のご尽力で、俳句への誘いの基礎講座を開催致しました、その時は潮騒JTC全員のご参加を戴きましたが、私の説明も行き届かず、俳句のご理解も難しかったかと反省しております。それでも今、毎月五十句近い投句を戴き句会も男女別に開催しております。これはまさに栗原センター長を始め皆様の俳句への熱意と存じますと共に、私も句作者の一人と致しまして誠に有難く嬉しく思っております。

さて、この度は潮騒通信編集部からのご依頼により、いま一度「俳句へのいざない」をひも解いてみたいと思います。

俳句は今では小学生から大人まで八百万人の愛好家があると言われ、簡単自由な句作が出来ますが、その俳句の歴史成り立ちは案外知られておりません。そこで俳句の俳の発すると句の単語の源を辿ってみます。

人類も動物も何億年前から声を発し、その頃は「アー」とか「ウー」とか言葉と言うより、声(発語)で危険や獲物の有りを知らせたと思われ。そのうち人間だけが特別に進化し、言葉を獲得して意思疎通を行い、山や川や海、草木生き物に名前を付けたりしました。また記号でそれ等を表わしていたのが、紀元前四千年くらいに中国で文字が考案され、日本へは四世紀頃に伝わったと言われます。そのうちに日本固有のカナやひらがな、音読みから訓読みなども生まれました。

今年は年号が令和になりましたが、それは日本最古の歌集万葉集からの引用と言われます。日本人は漢字を知って三百年くらいで素晴らしい歌集を編纂(へんさん)したものです。また最古の史記とも言われる古事記は七一二年に編纂され日本の神話等も多く、読むと古代のロマンに誘われます。

整理してみますと、声から言葉になり、記号から文字が考案され、感情の高まりから叫び声、共同作業の掛け声などから詩が生まれた訳です。日本の最初の歌は「八雲立つ出雲八重垣妻籠みに八重垣作るその八重垣を」(須佐之男命)と伝えられています。(続く)

※今月号から選者の桐本石見先生による「俳句へのいざない」が始まります。

俳句にまつわる基礎知識や歴史、俳句の面白さなどを分かり易くひも解いて頂きます。

秀逸句

今月の秀逸句

竿売りの
声のわたり来田植え中

アベ

今では竿売りも余り見掛けないが、郊外の田植に竿竹の音が聞こえるのも長閑な思いの句です。

集落の
集ふ田植の祝い酒

芝

昔は集落縁者が共同で順番に田植をしたので、後の家の田植が終わると慰労を兼ねて宴会などした。また泥落しなどとも言い、近くの温泉に出掛けたりした。私の田舎では餅やおハギで持て成した。里が懐かしい句です。

祖父遠き
教えられたる苗作り

アオ

何事も基礎は大事で、稲の苗も丈夫に育ててこそ植えてから立派な稲が稔る。祖父は亡くなられたのか、今になって祖父の言葉が身に沁みる思いの句です。

田植了ふ
くねくね苗に苦笑ひ

めい

今では田の手植えも少ないが、観光農園などでは体験出来る。苗を植えた後がくね

くね曲がつているのも、如何にも手植えの感じがする。昔は縄や定規で行った。懐かしい句です。

新皇の
御田植行事初々し

オノ

天皇家の田植は昭和天皇が農業奨励の目的で始められ今に伝わる。テレビでも報道され新天皇らしい姿を拝見します。

早乙女に
見惚れてしばし縄手道

ヒロ

この詠は潮来の広い田の景か、また潮騒の田植かも。今では早乙女も余り見掛けないが、茜たすきに菅の笠の姿を思い、又潮来の娘船頭さんなど彷彿して少しの艶冶も思う句です。

田植する
明日天気になあれ

コバ

何事の行事も晴天が良いが、田植も晴天が良い。子供の遠足の日のてるてる坊主を思う句で微笑ましい。しかし昔の水利の悪い頃は晴天続きだと田植の水不足で困惑した。適度の雨は田植雨や喜雨とも言います。

佳作

田植すや我が子の様に育てよと	みく	夕暮れの植田見つめてわかつ場へ	レモン
田植終ゆ豊作願ひ夫婦酒	シゲ	田植こそ親し日本の故郷かな	くま
祖父母にはとても似合ひの田植かな	マコ	田植了ふ眺め稔りの頃を待つ	メーテル
豊作をみなで願いて田植かな	チャコ	いつの間に蛙の鳴かぬ植田かな	あべ
今日晴れて家族総出の田植かな	れいこ	太陽も笑顔映せる植田かな	くみ
田植時あぜ道飾る芝桜	しま	楽しみは田植の後の祝い酒	アオ
汗だくに田を耕すや心こめ	なん	田植女に母の姿を思ひをり	ヨイチ
田植だよ早くも案山子作らんか	あさ	田植機の欠株探す蛙の目	ゆたか
あめんぼうの描く波紋の水田かな	芝		

どっこい

私も生きてます～我が回復記～ 「アル中のシゲ」の巻

第12回

ネズミの大群に襲われ妖怪の恐怖に怯える幻覚が現れる

酷くなるばかりの幻聴に身震いしながら、私は自宅替わりに使っているホテルの一室で、「どうにでもなれ!」とばかりに酒を胃の中に流し込む生活を続けた。すると、ある時トイレのドアが勝手に開いた。「自動ドアでもないのにおかしいな?」。近づくと突然、ネズミの大群が私に襲いかかってきた。夢中でそれを払いのけ、しばらくしてトイレに行くと、もうネズミは一匹もいない。恐怖のあまり私は小便をたれ流していた。これが私の幻覚の始まりだった。

こうなると幻聴、幻覚はとどまることを知らず、ホテルでも戸外でもお構いなしにやってきた。なのに私は相も変わらず朝からホテルの冷蔵庫をあさり、空になるまで酒類を飲み干してはコンビニに向かう。すかさずカゴの中に酒をぶち込み、購入して戸外で連続飲酒…。その頃から私の胃袋は固形物をまったく受け付けなくなっていた。フラフラと酒類の入ったレジ袋を持ち歩いていると、コインランドリーが目についた。その前にベンチがあり、腰を掛けた。そして袋内のビールや焼酎、ワインをかたっぱしから飲み続けた。

ベンチの前を通る人々は皆、白い目で私を見て通り過ぎる。私は逆ににらみつける。「自分のカネで飲んで何が悪い!」。そう自分に言い聞かせて飲み続けた。すると幻聴が。いつもの「お前を殺す、死ね!」だ。やがて、お経が聞こえてた。「南無阿弥陀仏」「南無阿弥陀仏」…。私は身震いして立ち上がり、コインランドリーの扉を開け中に逃げ込んだ。だが、幻聴音はさらに大きくなり、導かれるように乾燥機の前に立っていた。その扉を開けると、この世のものと思えない鬼のような妖怪が「お前を殺す!」と刃物を持って振りかざしている。私はすかさず扉を閉め、ベンチに戻った。「こんなことがあるのか…」。

私は訳も分からず、周囲に狂ったようにわめきちらしていた。そして震える手でレジ袋から、一本だけ残っていたチューハイのプルトップを開け、一気に口に流し込んだ。ついさっき見た乾燥機の中の化け物の顔が目に見え浮かぶ。幻聴はヒートアップし、鼓膜が破れそうになる。「殺す、お前を殺す、死ね!」と。それでも酒が切れた私はコンビニに買い出しに行くのだった。(次号に続く)

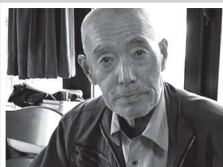
※先月号の見出しが今月号と同じになってしまいました。前回の見出しは「『お前を殺す、殺す、殺す!』の脅迫幻聴が常態化するよう」でした。お詫びして訂正します。

6月のバースデー



エビ

ひとし。。。命



ジュン

野菜を一杯
つくりたい。

タクヤ

クリーン続けま
す。

ジュンジ

今日一日



トム

22 歳になりま
した。

6月の行事

- 6月6日 潮騒俳句会
- 6月9・15日 秋元病院メッセージ
- 6月11日 潮騒人間塾
- 6月14日 潮騒フラワーロード花植え
- 6月18日 潮騒ソフトボール「潮騒 VS 百寿」
- 6月23日 潮騒家族会
- 6月30日 川島有紀さん歌謡ステージへの
潮騒 JTC&千葉ダルク・エイサー応援出演

7月の行事予定

- 7月6日 はまなす公園野外ステージイベント
- 7月11日 潮騒俳句会
下津海岸清掃ボランティア参加
- 7月14・20日 秋元病院メッセージ
- 7月20日 牛堀保育園夕涼み会
- 7月21日 潮騒家族会
- 7月27日 みその保育園夕涼み会

献金・献品を頂いた方 (6月15日現在)

- | | |
|-------------------|------------|
| ・小原 郷子 様 | ・大久保 せつ子 様 |
| ・小川 宏治 様 | ・石川 勝利 様 |
| ・栗原 みどり 様 | ・小原 達雄 様 |
| ・大原 久枝 様 | ・内堀 高良 様 |
| ・南 駿介 様 | ・山川 晴美 様 |
| ・上田 礼子 様 | ・井坂 松美 様 |
| ・武田 昭子 様 | ・小築 あき子 様 |
| ・鹿嶋神の道
運営委員会 様 | ・匿名希望 多数 |

編集後記という名の独り言

大阪府吹田市の交番前で警察官が刺されて拳銃が強奪された事件で、逮捕された容疑者が「私がやったことではない。(病気が)ひどくなったせいだ」と容疑を否認しているという。これを書いている段階では、捜査が始まったばかりで動機の解明もなされていない。メディア報道によると、彼は障害者手帳を交付されているようだが、どのような精神障害の病だったかは明らかではない ▼今後は精神鑑定がなされるだろうが、計画性をうかがわせる犯行態様などから「刑事責任能力あり」となるだろう。この事件で僕が懸念しているのは、心の病を抱える人たちへの偏見と隔離の動きが、またぞろ世論喚起されることだ。「正義感あふれる前途有望な若い警察官を、理不尽にも刃物で何度も切り付けて死の淵に立たせ、しかも拳銃を強奪するという重大な犯罪を犯しておきながら、それを病気のせいにして正当化するなんて許せない…」これは真つ当な市民感情だろう ▼この国は池田小学校園児殺害事件をきっかけに2003年、事実上の保安処分ともいえる「心神喪失者等医療観察法」を制定した。では、その後の地域精神医療のあり方やその質は向上しているのだろうか、との疑問が消えない。というのも潮騒に登場する仲間たちの間に、このところ心の病を持つ人たちが急激に増えており、彼らの多くが既存の医療施設や福祉施設には馴染めずに漂流してきた。今や潮騒は行き場のない彼らの貴重な「居場所」となっているが、そうした人たちが層となってせり出していることは疑いない ▼ところで、この容疑者は医師の指示に従ってきちんと服薬していたのだろうか、ふだんから寄り添ってくれる仲間はいなかったのだろうか、回復プログラムのように過去の生き方を変える何らかの治療方法に出合っていたなら、もしかして事件を起こす方向には向かわなかったのではないかな…、結果論だが、そんな思いも消えない。しかし、法治国家である以上、彼が「病氣」を理由に犯罪を正当化することなど許されるはずはない ▼ところでダルクや潮騒は、「依存症は病氣。まずは適切な治療と回復の場を」と訴え続ける。依存症は同時に犯罪とも絡むだけに、裁判で有罪となれば刑務所での「罪の償い」は避けられない。しかし、世界的な司法の流れは刑務所に送らずに社会内での処遇に向かっている。ここから先は少数派の人権や共生を受け入れる文化や風土が地域に根付いているか、が問われる ▼その意味で、僕には今回の事件が依存症の問題と無縁だとはとても思えない。少なくとも当事者側が「病氣を理由に犯罪を正当化できる」というゆがんだ考えに支配されている限り、病氣の回復など論外だろう。(市)

潮騒通信 どっこい生きてます! 2019年6月

Contents

- P② 潮騒フォーラムで地域理解に風穴を開けたい
- P③ 自然派詩人 白田美鶴さん 潮騒家族会は心のバランス装置
- P④ 今年もエイサー隊が仙台慰問ツアー
- P⑤ しろさいインフォメーション
・俳句に興味のある方の参加を歓迎します ～潮騒俳句会
・令和元年度第1回理事会、定例総会
AA仲間のユミさん安らかに ～潮騒トムさんがレクイエム・メッセージ
- P⑥ るみの家ステップ勉強会
- P⑧ しろさい Q&A 講座「12ステップ理解へのアプローチ」第6回
ステップ3「私たちの意志と生きかたを、
自分なりに理解した神の配慮にゆだねる決心をした」
- P⑨ しろさい フラワーロード
- P⑩ 60歳からの回復 NO65
- P⑪ 受刑者からの手紙
- P⑫ しろさい俳壇 6月のお題「田植え」
- P⑭ どっこい私も生きてます「アル中のシゲ回復記」/5月のバースデイ
- P⑮ 行事予定 / 編集後記 / 献金・献品 / 目次



■ 編集・発行：

特定非営利活動法人
潮騒ジョブトレーニングセンター(本部)
〒314-8799 鹿嶋郵便局 私書箱 34号
〒314-0006 茨城県鹿嶋市宮津台 210-10
TEL:0299-77-9099 FAX:0299-77-9091
潮騒アディクションビレッジ会館
(潮騒アディクション・ケアセンター)
〒314-0031 茨城県鹿嶋市宮中 4-4-5
TEL:0299-95-9991 FAX:0299-95-9992

E-メール k.s-darc@orange.plala.or.jp

ホームページ <http://shiosaidarc.com/>

