

# どっこい生きてます!



2021  
10

巻頭言

# MESSAGE from YUTAKA

メッセージフロムゆたか

## しらふで生きられる 永遠のアマチュアでありたい



先に告知させて頂いたように、NHK 総合テレビ10月19日夜の「プロフェッショナル 仕事の流儀」で、回復途上にある私の歩みと潮騒ジョブトレーニングセンターが取り上げられました。皆様のご感想はいかがだったでしょうか？ 国を代表する公共放送局の全国放送だけに、その反響の大きさは私の予想を超えるものでした。改めて映像のリアリティーに感心させられた思いです。周囲からは「センター長の笑顔がとても良かった」「もはや神様か仏様に近い存在みたいだ」「もう悪いことはできませんね」など、からかいを交えて反応がありました。地元の人たちからは「潮騒さんが、あんな大変な活動をされていたことを初めて知りました」「いつも穏やかな栗原さんが、あんな壮絶な過去を背負っていたことに驚きました」などの好意的な反応がたくさん寄せられました。入寮者仲間からも「自分と仲間の回復のために、60歳から生き直しの人生を歩む姿に勇気をもらえた」といった声があり、私にとっては齒がゆい限りです。

映像の初めの方で、私を回復に導いてくれたダルクの創設者、近藤恒夫さんが私を「怪物」と評しましたが、とんでもありません。近藤さんこそ私にとってはアディクト（依存症者）の優れた回復者であり、生きる手本です。私は世間知らずで回復のスタートが遅かった分、他の人たちよりは多少の無鉄砲さとパワーがあることは認めますが、決して例外の存在ではありません。「栗原さんだからできるのだ」とよく言われますが、依存症の回復を目指す仲間は等しく「無名」の存在であり、この世界にカリスマは必要ないのです。私の場合、今のところ運営面で何とか成功(?)しているだ

けであり、それとても多くの仲間や支援者に支えられているから可能なのです。繰り返しますが、私たちの回復には差別や選別、「もう遅い」「無理だ」「諦めよ」はないのです。回復したいという思いがあれば、「だれでも」「いつからでも」スタートラインに立てるのです。

そうは言っても私たちを取り巻く現実はとても厳しく、一筋縄ではいきません。それだけに過ちや失敗（再飲酒、薬物再使用、賭博再燃）は、回復への避けられない階段なのです。大事なことは、お互いに過ちや失敗を認め合える許しと寛容な社会の実現です。当事者の一人として私は、強くそのことを訴えます。そうした風土が地域に根付けば、私たちは日々の取り組みによりスピリチュアルな回復を手にしやすくなります。私は人間の持つ、理屈を超えた不思議な回復力を信じます。何よりも重度のアディクトである私自身が助けられたのですから、この不思議な「他力」のような回復力に仲間たちが一人でも多く身をゆだねられる環境を、残る力を振り絞って少しでも整えたいのです。

映像の最後で、私につき付けられた質問は「あなたにとってプロフェッショナルとは？」でした。これに対し、「私はプロフェッショナルではありません」と答えました。私は、しらふで生きられる永遠のアマチュアでありたいのです。「その道のプロ」になってしまえば、私たちの回復の歩みはそこでストップしてしまいます。依存症は別名、孤独の病であり、生涯治療が必要なゴールのないマラソンです。常に一緒に歩んでくれる仲間が必要です。そのことを番組は映像を通して的確に指し示してくれました。感謝です。

(法人理事長 栗原 豊)

潮騒JTCはこのほど、巷(ちまた)で依存症に苦しむ未知の仲間やその家族、友人・知人、依存問題を扱う関係機関・団体などに向けた回復メッセージ小冊子、「人知れず苦しむ仲間たちへ」(A4判、38ページ)を発行しました。これまでに「潮騒通信」読者はもちろん、全国の刑務所や自治体の福祉部門、依存症を扱う精神科病院、民間の回復支援施設などに配布させて頂きました。意図してこの時期の発行を狙った訳ではあませんが、NHKの「プロフェッショナル 仕事の流儀」(10月19日)で放送された、栗原豊センター長の生き様や潮騒JTCの実相などを描き出した内容を改めて活字でフォローする、時宜を得た発行となりました。

「潮騒が刑務所などのメッセージ活動に取り組みようになって久しいが、まだまだ地域で救いを求める当事者や家族にはアクセスできていない。ダルクという冠が付いていないハンディはあるとしても、やっていることはダルクと変わらない。むしろダルクができない取り組みを、潮騒はやってきたという自負がある。医療ケア体制づくりや高齢者への対応、垣根を超えた仲間の受け入れ、何よりも就労支援に力を入れている。こうした私たちの活動を、もっと広く世間に知ってもらおう」。栗原センター長

のこの提案を受けて、広報部が今回の回復メッセージ集の制作に取りかかったのは今年4月でした。

まだまだコロナの感染に沈静化の兆しが見えず、施設内もどこことなく落ち着きがない中で、栗原センター長を交えて話し合いを続けながら、取材対象者の選定やそのインタビュー作業を進めました。栗原センター長自身への聞き取りでは、本冊子の基調となる考え方を再確認でき、広報部にとっても収穫の多いものになりました。一連の作業を通じて広報部メンバーは、改めて潮騒JTCに込めた栗原センター長の志とその熱い思い、何よりも「回復にとっては必要なら、自分たちの力でそれを生み出そう!」という開拓者

精神が潮騒JTCの今につながっているとの確信を深めました。

また、取材を快諾してくれた入寮者の仲間たちからは、それぞれ苦難に満ちた回復人生の一端を垣間見ることができました。紙面の関係で取材者全員の回復ストーリーを盛り込めませんでした。依存対象は違っても仲間たちに共通しているのは社会における「生きづらさ」であり、そこから生まれる深い孤独と孤立感です。そのために回復に向けては「仲間から孤立しない」「今日一日を積み重ねていく」ことにあり、失敗しても受け入れる潮騒JTCを信じ、身をゆだねることであると教えられ、いつかは家族との関係修復の実現を夢見ていることも切実に伝わりました。

本冊子の全体の構成は、「はじめに」で発行の趣旨を明らかにし、潮騒JTCの生みの親である栗原センター長の回復の歩みと潮騒JTCが誕生した経緯や中間施設としての性格などについて詳しく触れました。これに入寮者4人の回復ストーリーが続き、見開きで潮騒JTCが取り組むプログラムや就労支援活動の各項目、入所・通所サービスを提供するナイトケア施設を関連事業所も含めて俯瞰(ふかん)できるようにしました。「終わりに」ではダルクの彼方を目指す潮騒JTC

のビジョンと決意を明らかにし、巻末には活動の一端が分かる写真と理解を助けるように用語解説も加えました。

小冊子にもかかわらず制作には半年近くを費やしてしまいましたが、読者からは「全体的に文体が堅苦しい」「高齢者向けを意識しすぎでは?」「女性の回復ストーリーがなく寂しい」「社会的に意義ある活動だから助成事業と絡めては?」などの助言を頂きました。本冊子は商業的な販売意図をもちませんが、希望者には送付させて頂きます。値段を付けておりませんが、喜捨(きしゃ)の精神で献金をお願いできれば有難いです(もちろん強制ではありません)。



## 「人知れず苦しむ仲間たちへ」

栗原センター長と仲間たちによる回復メッセージ集

# こんな俺でも「どっこい生きてます！」 覚醒剤よりもアルコールに 親和性を感じる

アサヒ回復記 vol.01



今回から仲間の回復記は、潮騒 JTC における若手のホープ、アサヒさん(32)の登場です。重度依存症の彼は入寮当初、回復プログラムに取り組みずに苦労しました。しかし、回復を諦めずに仲間とともに地道な歩みを続け、エイサーでの活躍や就労支援での頑張り、定時制高校を卒業して新たな目標に向けた学びに励み、今では当事者職員としても登用された、成長著しい仲間の一人です。

◇ ◇ ◇

アルコール&薬物依存症のアサヒです。自分の回復の一助になればと思い立ち、回復途上の歩みの一端を記します。自分が潮騒 JTC に来たのは3・11東日本大震災が起きる少し前だから、もう10年以上になる。でも、当時はクスリで盛んにラリっていた時なので、あまり記憶がないんだ。

あの頃、潮騒 JTC には秋元病院から移ってきた人が多く、自分もその一人だった。「こういう施設があるんだけど…」。病院からそう勧められたものの、上の空で気乗りしなかった。「じゃあ考えておきます」とだけ答えた。正直、入寮するかどうかは決めかねていたんだが、意に反して突然、コバさん(故人)と今や古株のヒロシさんが迎えに来た。それが24歳の時だった。

実を言うと自分は秋元病院でいろいろと問題を起こしていた。だから病院側は相談して、リハビリ施設の潮騒 JTC の方が合っていると判断したんだと思う。結果的にはそれが今の自分につながっている訳だから、あの時の選択を受け入れたことは自分の運命を変えることにつながっている。自分たちは過去よりも今がどうなのか、の生き方が大事だからね。

自分はアルコールも薬物も両方いけるクチなんだけど、覚せい剤は断続的で長く使った経験がない。体に合っているからか、酒の方が依存歴ははるかに長かった。自分には酒が覚醒剤と同じような効果があるというか、相性がいいんだな。それが下地にあるからだろうけど、だんだ

んとアルコールの飲み方がおかしくなってきた。強い酒を一気に飲むという感じで、量というより、アルコール度数の高い酒を一機に胃に流し込む。自殺行為だよな。

高校時代から強いアルコールを一気に飲むという感じではなく、初めはワル仲間とワイワイ楽しく飲んでいたんだ。でも、あれこれ興味がある年頃だから覚醒剤も18歳くらいから始めた。情けないことに、自分では打てないので友達に腕を出して打ってもらっていた。

仲間同士で連帯感を強めるように半ば成り行きで覚醒剤に走ったような流れだった。その頃はテレビでもよくクスリの問題が取り上げられていて、周囲の仲間もやっていたからね。自分としては本音ではあまりやりたくなかったけど、仲間を見ていて「使ったらどんな感じかな？」という興味本位で手を染めた。クスリ仲間にはよくあるように周囲の雰囲気から、やらざるを得ないという感じだった。

で、やってみたけど、「ああこんな感じか」と言う程度で、そこから依存状態に陥ることはなかった。すぐにハマってしまい、「また使いたい」という強い欲求は起こらなかったんだ。やはり依存物とは相性の問題はあると思う。うまく説明できないけど、ハイな感じよりも全身に力がみなぎって、万能感というか、なんでもできそうな感じがしたことは覚えている。でも、「すぐにまた使いたい」という気持ちは起こらなかった。

その後覚醒剤は、たまに付き合いでやることはあったけど、深入りはしなかった。やはり当時付き合いっていた仲間が悪かったんだろうな。同級生じゃなくて2、3歳年上の高校の先輩だった。

自分は高校卒業してすぐに働き始めたんだが、働いている中でまたアルコールや薬物と出会うきっかけが生まれた。その当時の仲間とは馬が合って仲が良かったからね。で、ここでもクスリを誰かが持っていればみんな使おうという関係だった。その後、みんなどうしてるかな？ 捕まったりしてはいないと思うけど…。



## 地元の保育園児らがサツマイモ掘り体験 秋の味覚の収穫を体いっぱい楽しむ

こんなに大きいおイモが取れたよ!—。秋の味覚を代表するサツマイモが収穫期を迎えた10月下旬、潮騒JTCと交流のある地元保育園の園児らが、潮騒農場のさつま芋畑(鹿嶋市志崎)で恒例となった芋掘り体験をしました。園児らは、農業隊の手によって予め掘りやすくされた畑に入り、手掘りで悪戦苦闘しながら形も大きさもさまざまなサツマイモを掘り当て、得意げな表情を見せていました。農業隊メンバーも掘りやすいように園児らを手助けするなど、童心に帰ってサービスに努めていました。

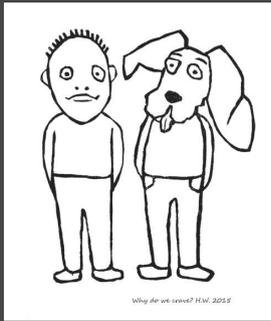
芋掘り体験イベントに参加したのは、地元でユニークな保育活動に取り組んでいる市の認可保育園「美空野(みその)保育園」(山下佳子園長)です。晴れの天候をにらんで延べ2日にわたり、年少・年中・年長が交じった園児約30人が、軍手をせずに素手による芋掘り体験を楽しみました。農業隊が掘りやすいようにと手を入れた、柔らかい土が少し高めに盛られた畝(うね)で、園児らはツルを目当てに土を掘り進め、紅色のサツマイモが顔を出すと、「やったー」「見つけた」と大歓声。顔よりも長いビッグサイズを掘り当てると、側にいる農業隊メンバーに「ジョブさん見て見て、こんなに大きいよ!」と自慢げにアピールしていました。

初めは園児らのパワフルなエネルギーに圧倒され、戸惑っていた農業隊メンバーでしたが、すぐに「こっちにも大きいのがあるよ」などと園児たちを

リード。その度に園児らは「とったぞー!」「めっちゃ大きい」などと大声で叫び、秋の味覚を収穫する喜びを体いっぱいに表示していました。ふだん子供たちと触れ合う機会が少ないだけに、農業隊の一人は「大人だついで身構えてしまうけど、こんな可愛い子どもたちなら大歓迎。わざわざ畑に来てくれてとてもありがたい」と感謝していました。

サツマイモの収穫体験は30分ほどで終わりましたが、園児たちは手を洗った後、帰り際に自分たちが手で掘ったサツマイモ5、6本をおみやげに持ち帰りました。ただ、掘りたてのイモは甘みが少ないので、農業隊リーダーのヒトシさんが園児たちに、「サツマイモは、おうちに持ち帰ってください。でも、すぐには食べないで2週間ぐらい寝かせてから食べてね。あつ、そうか。寝かせるって意味分らないよね。日の当たらない場所に置いとくことだよ。おうちの人のお願いしてねと丁寧に説明していました。

ヒトシさんによれば、去年は苗に病気が入り、計画通り思うように生育できなかった潮騒JTCのサツマイモ(品種は紅はるか)栽培ですが、今年は順調に育ち豊作となったようです。今後はすべて掘り終えたら、倉庫で1カ月以上寝かせて、12月頃から干し芋づくりや焼き芋づくりをスタートさせる予定です。就労支援として取り組む潮騒農業の看板事業なだけに、引き続きサツマイモの加工品づくりにも力が入ります。



# 条件反射制御法で 世界を変えよう

第1回 連載開始に際して

下総精神医療センター 医師 平井慎二

栗原豊さんが私に、潮騒通信「どっこい生きてます！」で条件反射制御法を連載で紹介する機会をくださいました。私がこの連載で目的とするのは、潮騒JTCやるみの家、はまなすクリニックの対象の方が、ヒトの行動メカニズムと条件反射制御法を正しく理解し、その技法を利用して円滑に回復することです。また、その円滑な回復を社会に示して、条件反射制御法とその基盤理論を一般的な知識にすることです。

現在、行動の中枢作用を表す言葉は、司法の領域では意思や動機があり、精神科医療やその周辺の領域には認知という言葉があり、多様です。しかし、それらの言葉が表すところは、実は、考えという言葉が表すところとほとんど同じです。つまり、司法や精神科医療の専門家も一般の方と同様に、ヒトは考えて行動すると理解しています。そして、それが間違っているのです。

ヒトは、考えたことに従って行動できることがあります。しかし、この行動だけはやめようと決意して、それをやらないように考えていても、その行動を再びしてしまい、やめられなくなることがあります。わかっちゃいるけど、やめられないという状態です。つまり、考えて行動を生じさせる中枢と、考えず行動を生じさせる中枢の2つの中枢をヒトはもちます。

考えず行動を生じさせる中枢は、ヒトが現れる前から動物がもっており、パヴロフが第一信号系と呼びました。第一信号系は、防御、摂食、生殖という生きることに成功した行動を再度生じさせ易くなる性質、また、生きることに失敗した行動を再度生じさせ難くなる性質をもちます。なぜならば、そのような中枢を、もたなかった群は絶滅し、もつ群だけが生き残ったからです。

考えて行動を生じさせる中枢は、ヒトだけがもつ中枢で、パヴロフが第二信号系と呼びました。第二信号系は、状況を評価し、計画し、予測し、決断して、実行します。

ヒトにおいては、過去に生きること成功した行動を再現する第一信号系と、未来に他者との関係において成功と思われる行動を作ろうとする第二信号系の内、強い系の行動が生じるのです。これが、ヒトが行動する正しいメカニズムです。

しかし、前記のようにヒトは考えて行動するという誤解があり、次のように治療も対応体系も不十分なものが作られ、用いられています。

治療では、覚醒剤摂取や飲酒、痴漢行為、万引きなどをやめられないヒト達への主な働きかけはグループミーティングであり、他者の話を聴き、反省して自分も話すことにより、人間的に成長する活動です。その目的とする効果は他の表現も使われていますが、考えを改善させることのようにです。

また、刑事司法体系は覚醒剤乱用や痴漢行為、万引きをしたヒトを検挙して、裁判により刑罰を科し、それを強制的に実行することを主にしています。目的は、それらの違法行為をしない考えをもたせて、その考えに従った行動をとらせるためであり、標的は考えなのです。

上記のような治療や刑罰は、考える作用をもつ中枢、つまり、第二信号系に働きかけるけれども、決意に反した行動を生じさせるのは第一信号系なので、的外れになっています。

ヒトの行動メカニズムに関する正しい理解が普及すれば、治療体系と刑事司法体系が各役割を効果的に行い、連携して、第一信号系に治療と訓練を、第二信号系に教育と刑罰を、対象者に応じた質と程度をもって提供できるようになります。そのように世界を変えていかなければなりません。それに先んじて、反復する行動に囚われた皆さんは、過去には生きづらかった世界の感じ方を条件反射制御法で変えるのです。

それらの思いを込めて、この連載の題を「条件反射制御法で世界を変えよう」にしました。ゆっくりといろいろなことをお伝えしていきます。

# 受刑者 からの手紙

「受刑者の手紙」は本来は公開されることを前提としていない私信ですが、当事者の本音が書かれており、依存症回復の第1歩である「自分に正直になること」を示す手本です。プライバシーに配慮し、掲載させていただいています。

## 最後には笑ってあの世に行けるように生きるつもりです

潮騒通信「どっこい生きてます!」7月号によると、ガッキーさん亡くなられたのですね。合掌。ご冥福を祈っています。確かに人はオギャーと生まれた時から、死に向かって歩いているのですが、いずれは我が身にもめぐってきます。これだけは誰にも避けられない運命です。私も出所して、最後には笑ってあの世に行けるように生きるつもりです。明るい未来に向かって生きていきましょう。

ところでシゲさんお便りありがとうございます。日々頑張っているとのこと、嬉しく思います。

S寮生活にも新しい気持ちとともに仲間六名、覚醒剤・シンナー・アルコール・ガスパン依存症…、みんな毎日真剣に取り組んでいることが、文面から感じ取れます。朝夕と二回のミーティングを行っているのですね。力は継続なりですね。「どっこい生きてます」を毎月送って頂き、感謝しています。センター長に感謝しています。シゲさん、くれぐれも自愛ください。センター長はじめ、皆様ご愛ください。それでは今日はこの辺りで失礼します。

(神奈川県 Hさん)

## NHKの「プロフェッショナル」を見るのが今からとても楽しみ

朝夕に吹くが風と虫の鳴き声は日々秋色を濃くしながら移ろっています。シゲさんの手紙、そして「どっこい」8月号を大変嬉しく拝読しました。本当にありがとうございます。お尋ねのあった私の年齢ですが、55歳です。意識して運動し、少しでも老いに抗っていたりしております。私も少なからず「終わり」と言うことを考えずにはいられない年齢になってきております。過ぎた日々は本当に早く感じられ、戸惑うばかりです。私は平成21年10月に、前刑からの7年半の期間を空けて、覚醒剤で逮捕、服役をして以来、続けて4度目の受刑生活を繰り返しております。薬物に振り回されて、たくさんの時間と信頼を失ってきてしまいました。本当に情けなく思っています。

矯正施設での生活を少しでも有意義にするために、公費での通信教育や前の施設には短歌や俳句のクラブがあったのですが、今私が収監されている施設にはそのようなクラブ活動がないため、「どっこい」の潮騒俳壇に応募してみようかと思っております(残念ながら歳時記を買うことは叶いませんが…)。とりあえず以下に習作をお示し致します。

(石川県 Fさん)

参観の日の姿か女郎花(おみなえし)  
夜の道すすき野の風背中押す

サミー

# しおさい俳壇

10月のお題

柿

選者 桐本石見

男の子は柿が熟れる頃になると登って食べたりもしてそれが男  
児の自慢の一つでもあった、女の子はオテンバに見えたり、また  
柿の木は案外に折れ易いので注意されたのかも。元気な子の目を  
彷彿し懐かしい句。

特選句

柿の木に  
「登っっちゃだめ」と幼き日

れいこ

諺に桃栗三年柿八年があるが、今では子の誕生や卒業記念、新  
築祝いなどに植える。今は柿も育ち実も生る、その柿を母の仏前  
に供えると言うのも年月を思い母の恩も知るしみじみした句です。

特選句

生前に  
母植えし柿仏前に

オノ

柿は鎌倉時代に突然変異で甘柿が発見される迄は全て渋柿で、  
渋抜きか干柿にして食べた。農家などでは縁側の軒に簾の様に干  
した、今では皮むき機もあるが昔は祖母や母の手仕事でもあった、  
吊るした初めは日の色だが夕日色に染まるのも里の秋を思う句。

特選句

干柿を  
吊るす縁側夕日色

しま

特選句

軒先に  
吊るすや祖母の柿すだれ

ラク

## 俳句へのいざない

### 第二十一回 橋

今年の仲秋の名月は天気も良く利根堤から  
潮来や鹿島の月を愛でて、「水郷や良夜に叶ふ  
橋の数」を詠みました。

思えば水郷と言われるこの地方には潮来の  
十二橋や日本を代表する利根川の橋などが  
あり、四季を通じて趣があります。また橋は虹の  
橋の様に夢や恋の架け橋にも例えられますし、  
島国の日本では島々を繋ぎ町や村を繋ぐ生活  
の道でもあり時には出逢いの橋、また別れの橋  
でもあります皆さんはどんな橋に思い出が  
おありでしょうか。

因みに日本には七十二万余の橋があると  
言われますが私も渡った橋で日本一長いのは  
瀬戸大橋、思い出の橋は長崎の眼鏡橋、山口市

の錦帯橋、京都の渡月橋、琵琶湖大橋、瀬田の  
唐橋、橋ではないが、天橋立、また淀川、木曾川、  
大井川、千曲川、犀川、梓川、天竜川、紀の川、  
吉野川、最上川や故郷の斐伊川、江の川の橋も  
懐かしい。今この水郷に五十年余を住んで潮来  
の十二橋、北浦の神宮橋、佐原の小野川、そして  
利根川を渡る度にその橋の歴史謂れの如何に  
を思います。皆様も故郷や旅に渡った橋の名や  
月雪花の思い出を詠まれてはと思います。

風花や渡る半ばの湖の橋

橋長し旅ぞと思ふ菰(こも)の花

十三夜渡る言問吾妻橋

石見



# 今月の秀逸句

故郷へ  
走る車窓に柿の彩  
ラク

故郷の  
千柿カーテン懐かしき  
めい

「里古りて柿の木持たぬ家もなし」松尾芭蕉の句があり田舎ではこの家にも柿の木があった、今でも秋の山旅の景の一つで車窓からの柿の色は心に滲みる、また家の近くの道からの千柿の日の色も懐かしい句。

柿食ぶや  
人生もまた渋かりき  
ハリ

田舎の道辺などで柿が熟れて旨そうなので一つ失敬して食べるが案外に渋柿だったりする。思えば人生も甘味な事は落し穴もある。俳諧の哀れも込めた句。

庭の柿  
今日か いやまだ明日かな  
えび

我が家にも柿や桃が植えてあり毎年熟れる頃になると色合いを見て食べるが、味は日毎に異なる。また桃などは待ち過ぎると虫や鳥に先を越されて食べられず。熟れるのを待つのも楽しい実感の句です。

八年の時節想わす一つ柿  
トラマル

桃栗三年柿八年梅はすいすい十三年柚子の大馬鹿十八年林檎ニコニコ二十五年銀杏の気違い三十年など謂われるが、何事も一朝一夕には成らず努力の多少に因る例えでもある。やっと生った柿に自分の今を顧みる句かも。

手に届く  
柿の一つを幸とせむ  
のん

柿食べし  
美味き顔にて笑おうか  
ニモ

農園などの柿は樹高を調節して採り易くするが、それでも高いのは採り難い、やっと手の届く実には嬉しさもあるし、柿色と言う明るさに心と和み一時の幸せを思う。また食べた後の美味さの顔で笑い合うのも俳諧の楽しい句。

静けさに囲む生垣柿たわわ  
ユタカ

柿は縄文時代からあり今では千種もあると言われるが田舎の大きな家の生垣の中にたわわに生る柿を見ると「柿食えば鐘が鳴るなり法隆寺」正岡子規の句など思い奈良の旅など彷彿するしみじみした句です。

## 佳作

柿実る僕の心も色づきぬ	イッシー	柿喰らい思い出したる過去の恥	トミタツ
柿が生るそろそろ寒き山の空	サクヤ	柿熟れて鳥が啄む日和かな	ひーちゃん
晴天や柿がなるなる家の庭	カーズ	柿食ふて色も味わふ思ひかな	まこ
植えた柿忘れし頃の甘きかな	福	柿食べて暑さまだまだ残る宵	ふく
見渡せば隣の庭に柿たわわ	モモタス	柿見詰め甘きか渋き勝負せる	ちあき
柿の実を見ながら思ふ時節かな	いるか	祖母が剥き家族で食べる柿旨し	イチ
柿食べて思い出したる父と母	ケイタ	柿食うや甘きこころを奪い合ふ	マメ
山柿の一つ味見は渋かりき	タカ	婆ちゃんと干柿作る手が寒き	ナデキ
山の日に色も赤々柿食うよ	あきら	柿食うて山の寒さも忘れけり	ヒデキ
山風の心地良き日や柿実り	くま	干柿に心うたるる里景色	ミッキー
柿食べて山の一日良かったね	みっちゃん	温泉の旅に柿食ふ山の晴	ギミー
時宣迎え渋柿甘く変改し	ゆつきー	熟れるまで待てぬ日々走り柿	ガーリー
柿食えば笑顔綻ぶ家族かな	タツヒコ	柿を剥く母の姿の恋しき日	ゆーみん
柿実り山も紅葉の見頃かな	イサム	柿の皮そのまま食ぶも甘きかな	あっちゃん
柿の種あうのはやっぱビールかな	クマ	庭先にたわわに実る富有柿	チャコ
頑張って掴まり終に落ちし柿	シロ	柿の種ピーナツ無しもおいしいね	ミニー
柿食えばお腹の心配大丈夫	ヒーサン	山の柿熟れし甘さも日の恵み	みく
山空のオレンジ色見て柿を喰ふ	ノスケ		



# Clean Birthday

シラフを祝おう!

## クリーンバースデー

アディクト(依存症者)のクリーンタイム(断酒、断薬、断賭博の期間)を祝う  
「クリーン・バースデー」対象者を、コメントを添えて紹介します。



シン

無事に1年を…

1年



おまっちゃん

3年目も頑張ります!

2年



ナオト

頑張ります!

## 潮騒JTC mini フォーラム

### 開催決定!

2021/12/4 13:00から

私たちの日々の暮らしを大きく制限し、気持ちを萎縮(いしゆく)させてきたコロナ禍ですが、やっとのことで沈静化の方向が見えてきたようです。ワクチン接種が普及したこともあって新型コロナウイルスの新規感染者数が激減し、国や自治体もここにきて厳しい規制措置の緩和に踏み切りました。とはいえ日々のマスク、手洗い、アルコール消毒、ソーシャルディスタンスの持続など自衛的な感染防止対策は引き続き求められます。

そうした社会の動きに注意深くアンテナを張りながら、潮騒JTCでも休止や中止を余儀なくされてきた各種プログラム活動や施設イベントなどを徐々に解禁・再開することにしました。その突破口として12月4日(土)午後1時から鹿嶋労務文化会館ホールで、「2021潮騒ジョブトレーニングセンター・ミニフォーラム」を開きます。本格的な通常フォーラムに替わる施設ミニフォーラムを開くことで、コロナ禍への配慮から自己規制を強いられた施設内におけるコミュニケーション不足や閉塞感を打ち破り、入寮者相互の交流と親睦を図ります。

内容はNHK「プロフェッショナル 仕事の流儀」スクリーン上映、エイサー演舞、入寮者メッセージなどです。参加対象は全入寮者、職員、サポータースタッフ、支援者や家族など施設関係者ですが、新型コロナウイルス対策として、会場入口での検温とアルコール消毒の実施、隣り合う席は一人分を開けるなど予防策をしますので、ご協力をお願いします。

## 10月の行事予定

- 10月6日 水戸保護観察所 スマーブ
- 10月14日 潮騒俳句会

## 11月の行事予定

- 11月10日 水戸保護観察所 スマーブ
- 11月11日 潮騒俳句会

感染予防対策を徹底して行います。  
状況に応じて中止や延期になる場合があります。

### 献金・献品を頂いた方 (10月15日現在)

- ・ 高田 武義 様      ・ 安藤 泰子 様
- ・ 内堀 高良 様      ・ 武藤 クニ子 様
- ・ 野本 俊子 様
- ・ 株式会社鹿行シバウラ 様
- ・ 鹿嶋市神の道運営委員会 様
- ・ 有限会社柴田工作所  
代表取締役 柴田 宜政 様

今月も献金・献品をいただきました。心から感謝申し上げます。本当にありがとうございました。  
おかげさまで潮騒 JTC は、回復のためのプログラムを実践することができておりますことをご報告いたします。今後ともご支援くださいますよう、何卒よろしく願い申し上げます。

※その他匿名の皆様からも献品・献金をいただきました。ありがとうございました。  
※発送作業簡略化のため、振込取扱票は全員の方に同封させていただいております。どうぞご理解のほどをお願いします。

## ごまめの歯ざしり

前政権があまりにも「独裁色」を発揮(?)しすぎたせいか、交代したこの国のトップの売りは「聞く力」だという。戦後保守政党の中ではハト派の流れをくむとされるだけに、民主主義を危うくする政治不安のイメージを払拭(ふっしょく)して、何とか自分の色を出したいようだ。しかし、そこは魍魎(ちみもうりょう)が跳梁跋扈(ちようりょうばつこ)する政界だけに、派閥の力学と隠然たる長老支配の構図の下で、どこまでやれるか、お手並み拝見といこう ▼ところで、この「聞く力」、つまり周囲に対して「聞く耳を持つ」ということは、依存症の回復にとって重要な意味を持つのは言うまでもない。周知のように依存症はいろんな側面を持つ困難な病気であり、世の中が認めにくい障害の一分野でもある。日く、「孤独の病」「生涯治療が必要な病気」、「否認の病」とも呼ばれる。運良くリハビリ施設につながったとしても、素直に回復プログラムにはまれる訳ではない。当事者がまず突き当たるのは、まずこの「否認の病」だ。施設につながった当初、本人は怒りと恨みに凝り固まっている。自分以外はすべて敵なのだ ▼飲酒や薬物、賭博が人生のすべてだとして、全身全霊で打ち込んできた生き方をコペルニクス的に変えるのだから、並大抵のことではない。まず待ち受けるのは仲間への警戒心と敵愾心(てきがいしん)。「みんな俺を陥れようと何かたくらんでいる」。そうした周囲への不信感だらけで、心を許せる存在など皆無。自分から孤立状態を生んでいることにはまったく考えが及ばない。それはとりもなおさず、依存症の本質を自分自身が体現しているからなのだが、そう考える心の余裕など当事者にはさらさらない ▼「俺はこんなに壊れてはいない」「自分はこんなやつらとは違う」。例外なく違い探しを始める。「無力を認める」なんて、とんでもない…。しかし、である。いやいやミーティングに出ているうちに、仲間たちの真摯な態度に頑なだった気持ちが薄らいでいくから不思議だ。「12 ステップ? ハイヤーパワー? 平安の祈り? 何なんだ、これは?」「怪しい宗教団体の集まりか? 新興宗教の秘密集会か?」。そういった疑問が解けていくに従い、周囲に「聞く耳」がもてるようになる。この不可思議な霊的な目覚めの世界は、とても僕の未熟な表現力では表せない ▼ここまで書いて、先の NHK「プロフェッショナル」で栗原センター長が話していたことを思い出した。センター長は「私は仕事をしているつもりはない。ただ、仲間の話を聞いているだけ…。僕には、そう言えることが優れた回復者の証しだと思える。(勝)

## 潮騒通信 どっこい生きてます! 2021年10月号

### Contents

P ② 巻頭言: MESSAGE from YUTAKA

しらふで生きられる永遠のアマチュアでありたい

P ③ 栗原センター長と仲間たちによる回復メッセージ集  
「人知れず苦しむ仲間たちへ」発行

P ④ こんな俺でも「どっこい生きてます!」アサヒ回復記 vol.01      P ⑤ 地元の保育園児らがサツマイモ堀り体験

P ⑥ 条件反射制御法で世界を変えよう 第1回「連載開始に際して」

P ⑦ 受刑者からの手紙      P ⑧ しおさい俳壇 10月のお題「柿」      P ⑩ 10月のクリーンバースデー

P ⑪ 行事予定 / 献金・献品 / ごまめの歯ざしり



■ 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  
理事長: 栗原 豊

本 部: 〒314-0006 茨城県鹿嶋市宮津台 210 番地 10

事務局: 〒314-0031 茨城県鹿嶋市宮中 4 丁目 4-5

潮騒アディクションビレッジ会館 4 階

TEL:0299-77-9099 FAX:0299-77-9091

E-メール [siosai2010@yahoo.co.jp](mailto:siosai2010@yahoo.co.jp)

ホームページ <http://shiosaidarc.com/>

