

KSKR 阪神ダルク GOOD DAY NEWS



阪神ダルク ニュースレター Vol.1



詳しくは
HP で⇒



兵庫アルコール、薬物、ギャンブル 依存症リハビリテーションセンター

このニュースレターは兵庫県の「令和5年度
依存症に関する自助グループ等活動支援
事業補助金」で作成しました。

兵庫県尼崎市に阪神ダルク が開設されました。

阪神ダルクは依存症から回復を目指
す仲間たちが集う小さな希望の
灯です。「一隅を照らす」をモットー
に私たちのベストを尽くし未だ苦し
む依存症者の居場所創り、回復
支援を行っています。



一般社団法人 **かえでの会**
DARC 阪神ダルク
HANSHIN



06-7410-4057

営業時間/9時30分~17時30分まで



hanshin.darc@gmail.com



HP http://kaedenokai.org

〒660-0858 兵庫県尼崎市築地5丁目7-13

皆様、こんにちは。阪神ダルク代表の 濱津 (ハマツ) です。

私は九州福岡市出身です。私自身も薬物依存症当事者で回復者です。これまで京都、神戸ダルク職員として回復支援に約 10 年間携わってきました。その中で阪神地域及び尼崎市在住の方からの相談を多数受けてきました。ダルクに入所頂くための部屋の片付け、引っ越し作業のお手伝いも経験してきました。

尼崎市は、兵庫県の東側に位置し、大阪にも神戸にもアクセスしやすい立地です。市外局番が大阪市と共通であることから、大阪府にあると誤認識されやすい尼崎市。尼崎市は大阪市に隣接し、人口密度が高く、競艇場や競馬場が存在しそれに伴って依存症問題（アルコール、薬物、ギャンブル）が多いように思います。阪神ダルクは尼崎の南に位置し阪神尼崎駅からすぐの所にあります。尼崎は北から阪急線、JR 線、阪神線の電鉄が通っており南に向かうにつれて繁華街もあり活気があります。その反面依存症で困っている方々も多く未だ苦しむ依存者の回復の希望の光で在りたいと考えています。

私自身もかつて 10 代より薬物を使い続け生きることがどうにもならなくなった経験をしました。逮捕や精神病院も経験しましたが薬が止められませんでした。そんな絶望の淵に立たされた時、九州ダルクが堺の向こう側まで面会に、会いに来てくれました。その後、沖縄ダルクに繋がりそこから回復のドラマが始まりました。回復はそんなに甘くありませんでした。簡単に薬はやめられませんでした。やめたくてもやめられませんでした。それが「依存症」という「病気」でした。薬を使うと居場所がどんどんなくなっていきました。でもいつもそこにはダルクがありました。唯一いつでもやり直せる場所、ダルクはいつでもどんな時でも依存症者の味方でした。私の回復を信じてくれました。言葉にできない痛みや生き辛さを仲間と分かち合える場所でした。依存症者の回復の居場所でした。失敗に寄り添い何度でも新しい生き方に挑戦できる場所でした。

阪神ダルクは一隅を照らすダルクで在りたいと考えています。「一隅（いちぐう）を照らす」という言葉は天台宗の総本山、比叡山延暦寺を開山した天台宗の開祖・最澄の言葉です。「一隅を照らす、これすなわち国宝なり」という言葉です。一隅とは、片すみや自分のいる場所。一人ひとりが自分のいる場所で一隅を照らしていくことこそ、私たちの本来の役目であり、それが積み重なることで世の中がよくなるという事です。どこかの片すみでも、小さな事でも、一つひとつ真面目に行う。今の自分にできることを一生懸命やる。そうやって一人一人が灯す小さな光がやがて大きな希望の光となる。忘れがちですが、そんな当たり前のことを思い出させてくれる言葉です。一隅を照らすダルクで在りたいと思い開設しました。「一隅を照らす」つまり、「その場所で精一杯に尽くす」そんな姿勢と態度で残りの人生の最初の一日の「今日」というギフトを、仲間たちと助け合いながら回復に励めば、必然的にその場その場で欠くことのできないダルクとなり、未だ苦しむ依存症者の回復の居場所となり、地域からも必要とされるダルクになっていくと信じています。今後ともご協力、応援と共に阪神ダルクをお見守りください。



一隅を照らすダルク で在りたい

一般社団法人かえでの会
阪神ダルク 代表理事 濱津太一



好きな言葉は
「人生いつだって9回
裏2アウト満塁。後
がねえなら前が出る
だけ」

阪神ダルクは2022年11月よりグループホームの指定を受け活動を開始しました。開設当初より地域住民様より不安な声を頂き本日まで住民説明会を重ねてまいりました。少しでも住民様の不安を解消できるよう努めながら、今後も依存症問題の現状と理解を深めていく活動を行い依存症からの回復と解決策を当事者、ご家族に発信して行きます。



ダルクは、人の苦しみに誠実に向き合う

阪神ダルク支援者 弁護士／社会福祉士 曾我 智史

(尼崎駅前法律事務所)

阪神ダルクの活動は、とても意義深い。

阪神ダルクは、アルコール依存症や薬物依存症などのアディクションを抱えた人たちに対する支援を展開している。なぜ人はアディクションというある種の精神障がいにも陥るのか。多くの場合、何らかのトラウマを抱えていることが多く、その過去と自分とを切り離したくて、アルコールなどの物質に頼り、それに依存してしまう。しかし、実際には、過去と現在の自分とを切り離すことなどできない。これにもがき苦しみ、過去を憎み、過去と結びついた自分を憎んだりする。物質に依存してしまう自分がいて、そこに実は、自己責任に帰着できる能動性は見当たらない。

阪神ダルクは、地域という空間に鎮座し、依存症者を孤立させない。安定した居場所を提供し、そこに排除の論理はない。人は、時間軸の中で生きている。人は、過去を整理できずに未来志向で生きようとすると却って苦しい。まずは現在という地点において、安心できる状況に身を置かなければ、過去を振り返ることもできない。阪神ダルクは、依存症者に、何よりもまず、こころの安全基地を提供する。その上で、過去と切り離せない自分を受け入れるよう働きかける。依存症者は、地域社会のルールを守りながら、自ら排除されないよう経験を積む。過去と切り離せない自分を受け入れることができたとき、アルコールなどの物質に頼らなくてもよいことを知る。

こころの中で、過去を過去の事実として整理できたとき、はじめて、人は、現在の自分の立ち位置を受容し、ちょっとは未来志向になれる。

阪神ダルクは、このような人のサガを知っている。とても哲学的で、人間的で、科学的な実践である。この活動や理念が社会に広がることで、救われる思いをする人たちが増えるに違いない。

ただ一方で、依存症者は、限界も知る。今の自分がそこにいる。過去を引きずっている自分がそこにはいる。やはり、過去を断ち切りたい。アルコールなどの物質に手を出したいという誘因に駆られるが、アルコールに対して、私は無力だと振り返る。

アルコールなどの物質に手を出し依存するのは、ある意味、人間のサガに根差している。しかし、物質や他者に依存しきっても解決様式としては成り立たない。自立するところは自立し、他者を頼るときは頼る一人は、このほどよいあんばいの中で生きているものであることに気づいたとき、なんとなく、自分も生きていけるかもと思えてくる。

阪神ダルクは、阪神尼崎という繁華街に近い場所にあることもおもしろい。それこそ、アルコールなどの物質にアクセスがしやすい。阪神ダルク利用者にとって、これほどまでに厳しい環境はないかもしれない。阪神ダルクは、依存症者支援に自信があるのだ。もちろん、対人援助活動である以上は、結果的に、うまくいかないこともある。しかし、失敗をしやすい環境にある方が、振り返りがやすく、省察的に、弱い自分を受け入れやすい。また、仕事も見つけやすい。人は環境によって良くも悪くもなる。阪神尼崎という地は、よい方向に導く要素もたくさんある。

人は、いろいろな外的要因から、あるいは、その日の身体の調子などの内的要因から、様々な影響を受け、何らかの行動に突き動かされるものである。そこに確たる意志があるのかは疑ってかからなければならない。依存症者とそれ以外の人との間に根本的な違いは見いだせないように思う。ダルクは、今や、社会のなかで重要な役割を担っていることは間違いない。

阪神ダルク開設おめでとうございます。

阪神ダルクホーム 生活支援員 公認心理士
中村恵大

公認心理士の中村と申します。

私は現在月に4回、阪神ダルクで利用者さんに心理士としてプログラムやカウンセリングをさせていただいています。私自身が20年ほど前にダルクに入所していた経験があります。阪神ダルクの代表である浜津氏とは入所していたダルクは違いましたが自助グループでよく顔を合わせていました。お互い同じような時期にダルクを卒業したこともあって、二人で県外のダルクに遊びに行ったり、ミュージシャンのライブに行ったりしました。まだグリーンも短く、施設を出て間もない希望と不安にあふれていた時期に社会生活の楽しさと辛さを分かち合ってきた仲間でもあります。私はダルク卒業後、高校、大学と進学して社会福祉士や精神保健福祉士の資格を取り、3か所のダルクで10年ほど職員をしていました。現在は児童福祉、障がい福祉事業を行っているNPOに在籍しています。



浜津氏もダルクスタッフやそれ以外の仕事などで苦労を重ねたうえで、阪神ダルクの開設に至ったと聞いています。（開設してからの苦労のほうが大きいかもしれませんね）

私は元々関東の出身で、関西にはダルク入所のために来たのですが、関東にいるときから「尼崎」という地名とそれにまつわるウワサは聞いておりました。実際に来てみると人情味あふれる下町という感じで悪い印象は受けませんでした。私もアディクトの端くれ、街や人のところどころに「それらしき」雰囲気を感じるがあります。ダルクの必要が大きい場所だと思います。

最近ではダルクの数も増えていますが、それでもまだ足りないという声も聞きます。入所希望者が増えていると同時に入所期間が長期化する傾向があることなどもその一因でしょう。

身体障がいや精神障がいを持っている方が増えていることや、高齢化社会を反映してダルク利用者の平均年齢が上がってきていることなども踏まえて、一人ひとりの特性に合った支援方法を提供する必要性が高まっているように思います。

ダルクでプログラム提供をしていて感じるのは、自分自身が薬物を使っていたときや止め始めた頃の苦しさや不安だった記憶が薄らいでいることです。

かつては自分の使っていたころの経験と共感が最大の武器でしたが、現在はダルクで学んだことを日々実践して長期間薬物をやめている経験や、勉強して専門的な知識を身に着けたことを生かし、より良いプログラムを提供することが自分の使命だと思っています。

阪神ダルクは開設して間もなく、利用している方も少ないですが、今後利用してくださる方が増えてくることを祈ります。

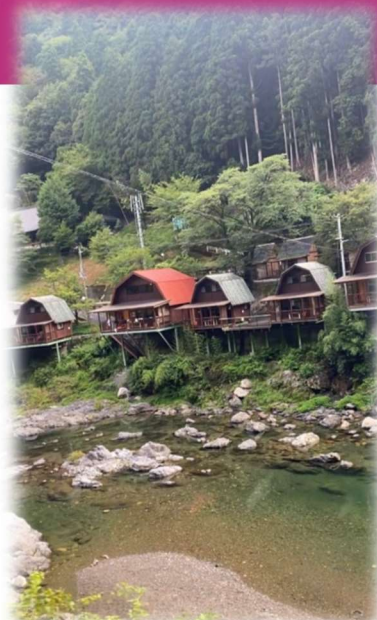
阪神ダルクありがとう ～そして依存から回復への道～ まっちゃん

アルコール依存、パニック症状がひどく家を失い町を一週間彷徨って夜回り先生に発見され阪神ダルクさんに救出保護そして部屋を与えていただき入寮させていただきました。2023年5月17日のことでした。私の年齢は52歳です。保護していただかなかっただら死んでいたと思います。

ダルクでの入寮生活プログラム、自助グループへの参加は酒で身も心もボロボロだった私にとってはとてもありがたいものでした。

そして自分の酒まみれの人生を反省し見つめ直すにはいい機会チャンスを与えていただきました。グループホームでの生活は大変厳しいですが私の潜在意識の中に酒をやめたいという思いがあるので 一日一日断酒できています。酒とは縁を切って一日一日を大切に酒だけには手を出さず人生やり直します。本当に阪神ダルク仲間の皆さんには感謝しています。毎日ありがとうございます。阪神ダルクのレクリエーションで施設長をリーダーに 入居仲間と一緒に奈良の天川村コテージに2泊3日連れて行ってもらいました。大自然に囲まれた素晴らしい場所でした。みんなでBBQ 最高に楽しかったです。私自身素面でそういうことをしたことがないので改めて阪神ダルクさんに助けてもらったおかげだと思います。この恩は一生忘れません。

これから断酒を続けて生活して行くのはお酒の誘惑を含め大変だと思いますが一日一日お酒だけには手を出さず頑張って生きていきます。そして足跡を残せばいいなと考えています。阪神ダルクさんには 私のようなひどい依存症者にとっては素晴らしい回復するための施設だと思います。本当にありがとうございます。一日断酒の積み重ねで頑張って生きていきます。



私と阪神ダルク ～ 出会いから今まで～

匿名のアルコールリク

私が阪神ダルクを立ち上げた人と出会ったのは2022年の春くらい、薬物関係の或るセルフケアグループでした。

その当時、私は会社を休職中で復職の目処が立たず暇というか、ある意味で人生の休息みたいな、ゆったりとした時間を過ごしていました。彼は、施設用の物件を探している段階だったと記憶しています。

私は、2021年末をもって前の会社を退職することになり(前の会社の人から戻って来るなどと言われて)、年明けから作業所に通いながらハローワークで求職活動をしていました。暇だったので、色々なグループに参加しているところで彼と出会いました。六月に新しい職場が決まり、社会人として、やり直すチャンスを与えていただきました。

彼は、物件を探したり、役所への申請や消防設備のこと、銀行口座を作る手続きはもとより、利用者を確認することなど、色々やることを抱えているようでした。

私と彼を比較して、私は不正直で、セルフケアグループでも与えられたテーマに沿って、しれっと話すだけで、ハローワークに通っていることすら話していませんでしたが、彼は、その時その時で抱えている悩みをリアルタイムで正直に話しているのが私と対照的で印象的でした。

私は人生の昼休み、彼は休憩が終わって動き出すというか、常に私の一歩先を歩いているような印象です。今も、不正直な私にとって、正直な彼は、お手本、目標、暗闇に光る灯台、そんな感じです。

さて、新しい仕事が見つかった私ですが、過去に犯した過ちについて、どうやっても精算できない問題を抱えています。ネットで、あるキーワードで検索したら出てくる事件なのですが、あまりにも多くの人に迷惑をかけたため、一対一の償いができません。そのため、私は、一対社会で補償していこうと考えています。もちろん、今の職場では過去のような振る舞いはしません。できるだけ自分を捨てて人の気持ちに寄り添うように勤めます。それだけでは当たり前なので、それ以上の精算責任を考えたときに、私にできる社会貢献は何かと考えます。ダルクも、その一つのチャンネルです。精神的にも物質的にも何か支援をしていきたいと考えています。



『苦難にある者たちの告白』

～ニューヨークの病院の壁に書かれていた作者不明の詩

～

大事を成そうとして

力を与えてほしいと神に求めたのに

慎み深く、従順であるようにと

弱さを授かった

より偉大なことができるように

健康を求めたのに

よりよきことができるようにと

病弱を与えられた

幸せになろうとして

富を求めたのに

賢明であるようにと

貧困を授かった

世の人々の賞賛を得ようとして

権力を求めたのに

神の前にひざまずくようにと

弱さを授かった

人生を享受しようと

あらゆるものを求めたのに

あらゆることを喜べるように

命を授かった

求めたものは一つとして

与えられなかったが

願いはすべて聞きとどけられた

神の意にそわぬ者であるにもかかわらず

心の中の言い表せない祈りは

すべてかなえられた

私はあらゆる人の中で

最も豊かに祝福されたのだ

これまでの活動報告

- ・兵庫県弁護士会座談会講演
- ・(特非) ひょうごセルフヘルプ支援センター
オンライン セルフヘルプ体験型セミナー講演
- ・ひょうごこころの医療センター 入院教育プログラム「社会資源」ダルクメッセージ
- ・尼崎市保護司会園田分会講演
- ・あまがさき飲酒と健康を考える会参加
- ・にしのみやアディクション関連問題を考える会参加
- ・第 28 回関西アルコール関連問題学会兵庫大会参加
- ・リハビリパレード in 大阪参加
- ・リハビリパレード in 京都参加
- ・第一回、第二回 住民説明会開催
- ・第一回、第二回 小規模住民説明会開催
- ・びわこダルクフォーラム参加
- ・木津川ダルクフォーラム参加
- ・沖縄ダルクフォーラム参加
- ・大阪城お花見
- ・天の川青少年旅行村合宿
- ・しあわせの村 BBQ 大会
- ・奈良ダルク合同 BBQ 参加
- ・奈良ダルク合同鍋パーティー参加
- ・デイセンターカルデモン見学

これまでの、一社) かえでの会 阪神ダルク助成事業への感謝！誠にありがとうございました。

- ・尼崎市グループホーム等新規開設サポート事業補助金 グループホーム初期費用に活用させていただきました
- ・兵庫県共同募金会 令和 4 年度 NHK 歳末たすけあい助成 依存症を抱える刑務所元受刑者の再スタート年越し支援、依存症回復者との年末交流事業として活用させていただきました
- ・公益財団法人 さわか福社財団地域助け合い基金 合宿を通し地域と繋がろう事業として活用させていただきました
- ・公益財団法人 愛恵福祉支援財団助成 パソコン 2 台、プロジェクターを購入させていただきました
- ・親切会助成 事務用品購入、印刷物等に活用させていただきました
- ・令和 5 年度 依存症に関する自助グループ等活動支援事業補助金 依存症に関する研修・セミナー、内、阪神地域の依存症者の相談会、家族会を開催、啓発活動(パンフレット作成、ニュースレター発行等) 予定

阪神ダルク広報誌

「阪神ダルク GOOD DAY NEWS」 年間購読のお願い

この広報誌「阪神ダルク GOOD DAY NEWS」の年間購読のお願いです。障害者低料第三種郵便物の取得が遅れており、皆様をお待たせしてしまいましたが、漸く第三種郵便物の取得ができました。年間購読費は年 6 回発行で 3000 円になります。お申し込みは FAX、電話、メール、または同封の振込用紙にてお願いいたします。お申し込みの際は「住所・氏名・電話番号」を必ず明記ください。

※ 配布用に、当ニュースレターを置いていただける場合はご連絡ください。たくさんの方に読んでいただけるように希望数を郵送いたします。助けが必要な時、手を伸ばせばいつでも回復の希望が届くようぜひ、まだ苦しむ依存症者の助けとなるようにご協力ください。

支援会員のお願い

阪神ダルクでは、支援会員として、活動を支えてくれる方を募集しています。

兵庫県の薬物依存症者を助ける活動をご支援ください。

個人会員は 1 口 3000 円 (ニュースレター定期購読料を含む) からになります。刑務所内の方々との文通による支援のための切手代などに使わせていただきます。
ご連絡をお待ちしています。

領収書希望の方は一言ご記載ください

阪神ダルク

TEL/FAX: 06-7410-4057

e-mail: hanshin.darc@gmail.com

電話相談 来所による面談 メール相談

相談の内容についての秘密は厳守します

逮捕・勾留中の方々への支援

刑務所・拘留所・留置所への面会、手紙などによる逮捕者及び保釈中の方への裁判での情状証人出廷や、刑務所出所者への薬物からの回復を希望する方の引受人としての指導対応や、出所前面談など、他機関と連携しながら対応しています。また、資料請求などもご連絡いただければ対応いたします。

☀ 月曜～土曜 10:00～17:00

☎ 06-7410-4057

メールは 24 時間いつでも OK。

✉ hanshin.darc@gmail.com

阪神ダルクへのご献金・献品のご支援本当にありがとうございました。

開設から今日までをたくさんの方々に支えられてきたおかげで、仲間一同、回復のプログラムに取り組むことができている。心より感謝いたします。これからも暖かく見守ってください。

ご献金

館山ダルク 十枝 晃太郎様 加藤 香代子様 浜津 悦子様 小林 清志様 川西 悦子様 吉倉 美加子様
一社) 回復支援の会様 勇上 章子様 他 匿名3名

合計 1,725,649円のご寄付を頂きました。仲間の回復の為に大切にに使わせていただきます。心より感謝いたします。

ご献品

境 昌良様 八木 牧子様 小林 清志様 京都ダルク様 奈良ダルク様 勇上 章子様
川西 悦子様 名嘉 信義様

(令和4年7月8日~令和5年9月12日到着分・順不同)

お助けください。ご寄付やご献品をお願いいたします。

阪神ダルク開設して10か月が過ぎました。開設したばかりで非常に苦しい状況であります。非常に心苦しいのですが、ご寄付及び、ご家庭で余っている日用品の献品をお待ちしています。本当に厳しい状況で、皆様からご支援でなんとか成り立っており、依存症者の回復の灯が消えないようにしたいと考えていますので、何卒ご支援のほどよろしくお願いいたします。ご家庭で余っている食料品(米、野菜、乾物、味噌、醤油など)から、洗濯洗剤やシャンプー、石鹼などがございましたら、阪神ダルクまでご献品ください。また、尼崎市において立ち上がったばかりで、仲間のサポート、相談業務に明け暮れる日々の中、運営資金も非常に苦しい状況です。本当にお恥ずかしいのですが、このままでは施設維持ができるかわからない状況です。みなさま、本当に助けてください。よろしく願いいたします。

ご寄付振込先口座 ゆうちょ銀行

口座番号 00960-6-213665

口座名 シヤ) カエデノカイ

店番 〇九九店(099) 口座番号 0213665

もしくは

GMOあおぞらネット銀行(金融機関コード:0310)

支店名:法人第二営業部(支店コード:102)

普通口座:1311090

名義:一般社団法人かえでの会

献品の送り先住所

660-0858 兵庫県尼崎市築地5丁目7-13

一般社団法人 かえでの会 阪神ダルク

編集後記
そろそろ秋の訪れですか。金木犀の香りは記憶を呼び醒ましますね。音楽と香りはタイムマシンのように不思議な力を持っているように思います。この季節に聴くスピッツの楓という曲が割と好きです。ノスタルジーに浸りながら今日までとこれからの人生に思いを馳せる今日この頃です。
DEVxxxxIN

阪神ダルク ニューズレター 阪神ダルク GOOD DAY NEWS Vol.1

編集人 一般社団法人 かえでの会 濱津 太一

印刷 プリントバック

〒660-0858 兵庫県尼崎市築地5丁目7-13

TEL / FAX : 06-7410-4057

e-mail : hanshin.darc@gmail.com

URL : https://kaedenokai.org/

価格 1部100円 年会費3000円

(購読料は年会費に入ります)

発行人 関西障害者定期刊行物協会

〒543-0015 大阪市天王寺区真田山町2-2 東興ビル4階