

OKINAWA DARU MESSAGE

QSK

沖縄ダルクからのメッセージ

2021年 No186



こんにちは。今年もあっという間に終わろうとしています。新型コロナの影響も落ち着いてきていますが、オミクロン株とやらに若干の恐怖を感じている今日この頃であります。

師走に入り今年1年を振り返ってみると、今年もたくさんの方々のご支援を頂いた1年でありました。ダルクの活動にご支援して頂いている皆様と、スタッフ、仲間を支えられて成り立っていることを、心から感謝申し上げます。

今年はコロナ禍の影響で、「社会全体が大きな変化が訪れる。」とよく耳にしたものです。確かにミーティングや会議はZOOMメインになったり、リモートワークになったりと私自身も目の当たりにしてきました。しかし、ダルクは変わらず「人と会って話す」というスタイルを貫きました。私たちの仕事は直接会って話すことに意義があり、メッセージを伝えていくことこそが、ダルクの活動で最も重要な事です。その結果、今年も沢山の仲間がダルクに繋がりました。

そして感染防止対策をしてくれたスタッフや仲間たちのおかげで、感染者ゼロという結果をもたらしました。「回復を保ち続けるには、他の仲間たちに分け与えていかなければならない。」という文献の言葉のとおり、常にそのことを忘れずに支援の場に立っていたいと思います。本年も多大なるご支援を頂き、誠にありがとうございます。

来年も皆様にとって、素晴らしい1年になることをお祈りしております。それでは、良いお年を。

施設長 佐藤 和哉（ジャンボ）

- P1 佐藤の挨拶
- P2 コザハウス 体験談
- P3 コザハウス 体験談
- P4 エイサー本番

- P5 伊佐・金武釣りプログラム
- P6 クラフト展示会
- P7 活動報告/活動予定
- P8 今月の献金/献品

発行元：九州障害者定期刊行物
福岡県福岡市博多区千代4-29-24 三原第3ビル3F
編集：沖縄ダルク

コザハウス 体験談 ショウタ



僕は二十歳のギャンブル依存症です。

本来なら自分の口から堂々と認めたくはない事ですが周りから見ると僕の姿は狂ってるほどのギャンブル依存症でしょう。

僕が沖縄ダルクに入所が決まった理由は、単純にこれ以上ギャンブルや借金で家族のみんなに恥ずかしい思いをさせたくない、ギャンブルから離れたい、という想いです。ギャンブルでつくった借金で僕は周りの人々を大きく裏切ってきました。会社の人に嘘をつき、恋人、友達、家族、関わってきた全ての人に小さな嘘から大きな嘘まで散々嘘をついてギャンブルをしたりお金を借りたりたで大変迷惑をかけました。

1番やってはいけない自分の命を自分で絶とうとする行為、もう何が正しく何が正しくないのか判断が全く出来ない状態でした。自分が生きているだけで周りの人が傷ついていく、そんな状況でした。

この文章を書いている今でも自分が一体何を伝えたいのか分からない程複雑な気持ちです。ですが沖縄ダルクに来て正直に生きる事の大切さ、周りの人達のありがたさ、お金の大切さ、ここに収まらない程の事を学びました。その中でも1番大切なものは「命」だと気づきました。

大好きな両親から頂いたこの「命」という繊細で大きな財産を大事にしながら生きていきたいです。

生まれ変わった姿で今まで迷惑をかけた人々にきちんと頭を下げてBIGな人間でいられるよう生きていきたいです。

読んでいただきありがとうございます。

コザハウス

翔太

コザハウス 体験談

私はダルクに入寮させてもらい約3ヶ月が経過しました。正直なところこの3ヶ月はものすごく早く経過していったと感じています。それだけダルクでの生活は充実して日々仲間と共に楽しく、協力して生活させてもらっています。私はアルコールは依存症での問題があり、両親、病院のケースワーカーさんの紹介でダルクに入寮しました。入寮する前の生活はアルコールに溺れ睡眠時間以外は毎日アルコールを飲んでいました。

普通の日常生活を送れなくなり当時はアルコールを飲んで死ぬなら本望だと本気で思っていました。アルコールが身体から抜けてくると、幻聴、幻覚、手の震え、発汗、不明、不安、など離脱症状が現れその不快感を無くす為にアルコールを大量に飲んでいました。最終的にはお金もなくなり、友人や隣近所に借金をしてまでもアルコールを購入していました。当時はどんな事でも、どんな恥をかいてもアルコールを手に入れたかったです。それ程私の心身はアルコールに侵されていました。現在はアルコールの無い穏やかな生活を送らせてもらっています。過去に何故それほど大量のアルコールを必要としていたのか、何故アルコールが無いと生きていけなかったのか、今は自分の問題の根っ子の部分を自分なりに探しています。ダルクのハウスの同じ依存症の問題を抱えた仲間がいるので日々の生活、プログラムの中でたくさんの共感や気づきを与えられとても感謝しています。これからも仲間と共にアルコールがない生活を続けていけるよう日々大切に生きていきたいです。

コザハウス ユウト



ダルクに入寮し、2ヶ月が過ぎました。アルコールで問題を起こし自分の力ではお酒を断つことが出来ないと思いダルクさんで生活する事を決めました。

3年程前にお酒絡みで警察のお世話になりました。その時「お酒を辞める」、「もう絶対飲まない」と決めたはずでした。病院にも入院し、自分の依存症の事について勉強して酒なしの生活ができる自信がありました。

宮古島で生活している時に仕事もせずに朝から晩まで呑んでいました。まともではない生活を一年も続けてきましたが、自分では病気ではない、ただ酒が好きただだと、依存症とは認めたくなかったです。だけど幻覚を見たり自分のしでかした罪を考えた時に病気なんだと自覚しました。にもかかわらず仕事の事で悩んだりすると、一杯だけなら大丈夫と再度飲酒をしてしまいました。酔った状態でおかしな行動をして会社や家族、友だちに迷惑をかけてしまいました。

これからは沖縄ダルクで酒なしの生活を学び、迷惑をかけた人たちに埋め合わせをしたいと考えています。

今日一日飲まない事を忘れずに、これからも取り組んでいきたいです。

そしていままで迷惑をかけてきた人達、お世話になった人達に立派に社会復帰する姿を見せたいと思っています。コザハウス トモキ

沖縄ダルク エイサー本番



7年ぶりのエイサーの演舞。初めて人前で演舞した時のことを思い出しました。その時は緊張して何度か間違えたことを覚えています。今回はさほど緊張もせずハウスの仲間たちやスタッフの仲間たちと楽しく演舞することができました。それは前回の経験や、その同じ時間を過ごした仲間達があいてくれたからだからです。

けして無駄な経験などないという事を体験することが出来ましたこのような機会を与えてくれた仲間たちに感謝します。

コザハウス 雅

久しぶりの本番でしたが…いつもと変わらない本番です。何度出演させて貰っても、始まる前だけでなく、衣裳を纏う時から、緊張が始まり、どこか必ず振り付けを間違えてしまう。一曲目からの気合いの昂りに、大声を張り上げては声が掠れてしまい、二曲目以降、裏返った声をだす…恥ずかしさのあまりに、たっぷり汗をかいているにもかかわらず、一瞬で汗がひく感じを体験する…いつもと変わらないのです。それなのに、それでも、僕は本番で演舞する事が大好きです！自己満足かも知れませんが、太鼓を叩きながら、クルクル回って演舞しながら、目に入る観客の方々は皆揃って、凄く良い顔、良い表情をされており、その顔を見ると嬉しくなるからです。真剣な顔をださなければならない曲もありますが、僕の顔はつつい緩みっぱなしになります。やり切った演舞の終わりには、達成感と充実感でとても心が満たされます。エイサーはプログラムの一つですが、社会に出てからもやるかと云えばそうではないと思います。ですが、心から、やって良かったと感じています。

コロナ禍の中、まだまだ警戒の続く社会風潮の中、エイサー演舞のご依頼を頂けることは本当に嬉しい限りです。短い時間の演舞ではありますが、これからも沢山の方々に観て貰い、喜んで貰い、元気を分けられたら、僕の様なアディクトはもっともっと回復していけるのではないかと、期待が膨らみます。

出演に際して、協力してくれたホテルの皆様方、一緒に演舞できた仲間、裏方に務めてくれた仲間、本当にありがとうございました！心から感謝しております。もっともっと多くの仲間とこれからも太鼓を叩き続けられる事を願っています。

スタッフ いち太郎

ダルクに入寮一年が過ぎやっと思っていたエイサーデビューを果たす事が出来ました。初めは苦手で気持ちが進まなかったエイサーで、練習もあまりしていませんでした。ただスタッフやほかのハウスの仲間が全体練習や本番で踊っているのを見て段々とやる気と自分も踊れるようになっていきたいと思います。本番は思っていたよりも緊張しましたが、とてもいい経験になりました。この経験を次の仲間につなげていけるようにもっと上達し教えていけるようになります。

コザハウス ノリ

初めての場所でのエイサー本番。

とてもロケーションが良くいい思い出になりました。コロナが落ち着き始めこれからもっと公演の場が多くなる事を願います。日々仲間達と共に練習して行きたいと思えます。

スタッフ タイゾー

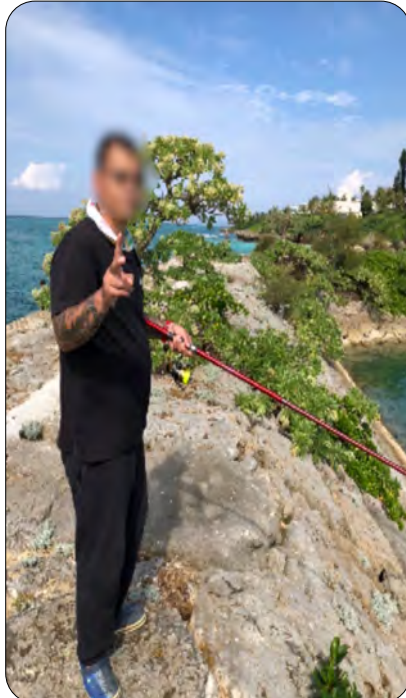
新型コロナの影響で、エイサー本番自体が殆ど無く、約1年ぶり出演でしたが、一切緊張する事もなく、楽しめました。

金武ハウス グイスケ



伊佐・金武合同釣りプログラム

他のハウスの仲間と合同釣りプログラムができてとても楽しかった。新しい仲間とも釣りを通してコミュニケーションを取れて、沢山笑う事が出来ました。自分は魚を釣ることは出来なかったけど海にも癒やされ仲間の嬉しそうな顔も見れてとても良かったです。今後もっと釣りプログラムを増やしていけたらと思っています。 また仲間と楽しみたいです。
タツル



ヒロキ
今回、他のハウスのメンバーの方々と釣りをし、違った雰囲気が出来た事に、少し楽しくすごせました。

ダイゴ
初めて、他のハウスと合同レクで釣りに行って、いつも以上に楽しく過ごせました。今後こういった機会増やして行けたらなあ〜。

マイケル
今回、伊佐の仲間と釣りをして、釣れなかったけど、とても良かったし、楽しかったです。また、釣りに行けたらいいなあ一つ、思った。

合同プログラムで釣りに行きました。普段顔を合わすことも少ない仲間と海に行きひたすら釣りをさせていただきました。

自分は残念ながら一匹も釣ることは出来なかったですが、仲間が釣っている姿や楽しんでいる姿を見ることができて良かったです。今後このようなプログラムを増やしていきたいと思っています。

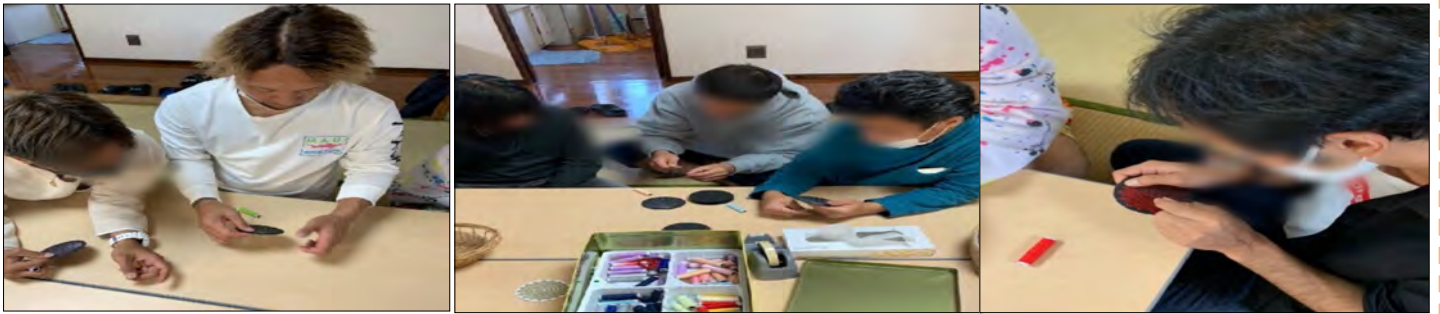
スタッフ ヒロ



釣果



クラフト作業の感想



プログラムでクラフトを体験してみて、物を作る楽しさがあります。ムズかしいけれどがんばってやれば少しずつ上手になり、出来る様になるともっとキレイに作ってみようとか、色々アレンジしたりアイデアを考えるのも楽しいです。また、仲間と一緒に話しながらコミュニケーションもとれるのでとても楽しいです。これからも色々な物にチャレンジして、仲間と一緒に楽しみながらがんばろうと思います
伊佐ハウス タツル

自分は物作りが大好きで、子供の頃から色々な工作をして来ました。大人になって初めての仕事がロボットアームを作る仕事で、その後は調理の道に入りますが、料理も創作する事が大好きで、料理の道はもう30年もやっています。

という事で、自分では指先は器用な方だと思います。DARCのクラフトプログラムは、色々な事が出来るので毎回楽しみにしています。DARCに居る間はハウスでも趣味的にクラフトをしていきたいと思っています。クラフト大好きです。
伊佐ハウス タカラ

ダルクに来てクラフトをやってみて、かなり楽しくて自分の性格にあっていると思い、今では自主的にクラフトに参加できる様になり、DARCでの楽しみの一番になっています。いろいろな物が作れる様になり、これからのアルコールストッブに役立ちそうです。
伊佐ハウス かーつー

僕は小さい頃から物造りがとても苦手でした。ダルクに入り、クラフトと言うのをやると聞いてやばいと思いました。クラフトと言うのは物を造るもので僕が一番苦手なものでした。やり始めは本当に嫌で嫌で仕方ありませんでした。でもハウスのみんなとやっていくうちにだんだんとクラフトが楽しくなって、今では色んな物をハウスのみんなと造っています。いつまで続くかわかりませんが、頑張ってクラフトを続けていきたいです。
伊佐ハウス ヒテ

～作品贈呈・展示～

沖縄銀行大謝名支店にて！

金武支店にて！



10月16日から11月15日まで活動報告

【10月】

◆毎週金曜日◆ 宮内一郎トーク&トークSHOW収録

9日(水) 薬物乱用防止教室

11日(月) 薬物乱用防止講演

鹿児島南高校

23日(土) 薬物乱用防止教室

24日(水) エイサー本番

27日(土) エイサー本番

30日(土) 薬物乱用防止教室

宜野湾シティFM

てだこホール

講師 森 廣樹

てだこホール

EMホテル

ベスト兼城

てだこホール

【11月】

◆毎週金曜日◆ 宮内一郎トーク&トークSHOW収録

13日(土) 薬物乱用防止教室

26日(金) 琉球大学 大学院法科講演

(コロナウイルス感染拡大防止の為、イベントキャンセルや自粛により確定しているものが上記しか有りません)

宜野湾シティFM

てだこホール

講師 森 廣樹



11月16日から12月15日まで活動予定



【11月】

◆毎週金曜日◆ 宮内一郎トーク&トークSHOW収録

20日(土) 薬物乱用防止教室

27日(土) 薬物乱用防止教室

宜野湾シティFM

てだこホール

てだこホール

【12月】

◆毎週金曜日◆ 宮内一郎トーク&トークSHOW収録

4日(土) 薬物乱用防止教室

11日(土) 薬物乱用防止教室

14日(火) 金武小学校薬物乱用防止講演

宜野湾シティFM

てだこホール

てだこホール

講演 森 廣樹

週間プログラム・ボランティア

◆毎週火曜日 ヨーガ教室 【男性】 (金武町保健センター)

◆毎週水曜日 クリスタルボール 【女性】 (サントゥアリオ)

◆毎週木曜日 ヨーガ教室 宜野湾 【男性・女性】 (宇地泊公民館)

◆令和二年度 薬物・アルコール依存症ショートケア【前期】 (沖縄県立総合精神保健センター)

沖縄ダルク家族の会

～ご家族の依存症問題にお悩みの方は是非ご参加下さい～

日時：毎月第二土曜日

場所：沖縄ダルク サントゥアリオ

お問合せ先：098-943-8774 (佐藤)

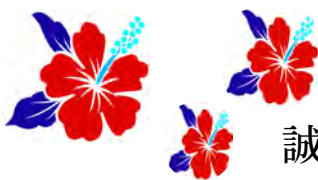
ホームページ 【沖縄ダルク】 <http://okidarc.or.jp>

facebookでも活動の様子をご覧になれます。【沖縄ダルククレアドル】・【沖縄ダルクサントゥアリオ】と検索してください。

～編集後記～

年末に入り沖縄ダルクでは年越しの準備を忙しくしております。今年も去年に引き続きハウスでの滞在がほとんどですが仲間たちで創意工夫をしての年越しとなりそうです。年越しの仲間たちを来年のニュースレターにお届けしたいと思います。

生活支援員 岸本 裕樹



支援者の皆様方へ



沖縄ダルクへの献金・献品を頂き
誠に有難うございます。心より感謝申し上げます

11月1日～11月30日到着分の献金 合計¥314、300-

(株) 沖縄歯科器材 長久保江世 富田安世 玉城志保 仲谷三好 武村福美 宜野座哲
荻野恵美子 小野里欣子 小野里篤美 坂本純子 江原二郎 有限会社ピナクル代表取締役屋宜孝
ヒューバー和恵 中村綾子 中村澄子 蔵根尚美 知念 安田桐枝
大澤系太 ROBERT 片本恵利 KAWAI 日比将人 ライフリフトメンバー 長浜モーター
白井ゆり 北中バプテスト教会 那覇バプテスト教会 大浜英樹 読谷更生保護女性会
その他多数の匿名の方 (順不同・敬称略)

11月1日～11月30日到着分の献品

(株) アルクール野本和明社長 AWWA米国婦人福祉協会 国際婦人クラブ 山田倫子 田山翔一
ソーシャルグットカンパニー 大浜英樹 玉城志保 宮脇剛 高山義和 ラッリエル
鳥八 吉本正明 篠原
その他多数の匿名の方 (順不同・敬称略)

献金はカード決済の他、下記銀行からのお振込みも可能です

【ゆうちょ銀行】

記号：17040 番号：12632141
店番：708 普通：1263214
店名：七〇八 (ナナゼロハチ)

【琉球銀行】

大謝名 (オオジャナ) 支店 店番508
店番：508 普通：485858
沖縄ダルクを支援する会 代表者 森 廣樹

【沖縄ダルクを支援する会】

- ① 沖縄ダルクホームページを検索
- ② ご寄付・ご支援のお願いをクリック
- ③ 内容のご入力をお願いします。

(ご不明な点等ございましたら 担当岸本まで)



Drug Addiction Rehabilitation Center



編集 沖縄ダルク
住所 : 〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐1-7-19
TEL : (098) 893-8406 FAX (098) 917-2560
Eメール : daycare@okidarc.or.jp
URL : <http://okidarc.or.jp>

定価 100円 (会費を含む)

郵便振替口座 01770-1-142380

発行：九州障害者定期刊行物協会

沖縄ダルクを支援する会

福岡県福岡市博多区千代4-29-24 三原第3ビル3F