

OKINAWA DARC MESSAGE QSK

沖縄ダルクからのメッセージ

2022年 No192



漢那ビーチ KANNA BEACH

金武クラシオンでは、レクで楽しむことが多いビーチです。この時期になると釣りや泳いでリフレッシュする仲間も多いです

INDEX

- スタッフ挨拶 吉武 P1
- ゴールデンウィーク中の BBQ P2
- ゴールデンウィーク中の BBQ P3
- 仲間たちの体験談 P4
- エイサー演舞 P5
- スマイルつながるプロジェクト P6
- 活動報告 / 活動予定 P7
- 今月の献金 / 品 P8

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



スタッフ挨拶 STAFF GREETING

皆様こんにちは、如何お過ごでしょうか、沖縄は5月より梅雨の時期に入り、なかなか晴れない毎日が続いております。コロナ感染者数もなかなか治らず、感染に恐れながら生活を送る毎日です。季節の変わり目は体調面でも精神面でも調子を崩し易く、気をつけておかなければならない時期だと自負はしているつもりですが、やはり毎年この時期は精神面での歪みが出て病みがちになってしまるのが現状で、私もまだ気をつけるに至らない点が多くあり、メンタルに歪みが出て病みがちになってしまふとも多いです。私自身、今まで生きてきた統計的に、調子を崩しやすい時期、病気になりやすい時期、怪我をしやすい時期と云う周期があり、自己覚知として一度掛かった事がある時期や出来事を思い返し気をつけておくのも再発の予防と、もし病んでしまった場合の早い回復の材料として持っておかなければならぬと考えています。依存症と云う"病気"は風邪と同じで、その時は一度治りますが、その後一生風邪をひかない、病気にはからないと言い切れないように、もう治ったから大丈夫とは言いい切れません、依存症も風邪もコロナも同じ"病気"であって、油断をしているといつの間にか気がついた時には病んでしまっているのが"病気"だと考えています。依存症に関しては、病気の中では人への感染以上の自分以外の人への被害や、失ったり壊れてしまう物が大きい事に関しては一番酷い病気だと私自身自負しており、忘れてはならない事だと考えております。失敗した事、病気になってしまった事を思い返し自分自身で認め、次に失敗しないように気をつけながら生き続けることも回復と言えるのではないかなど考えてはいるのですが、なかなか自分で考えている通りに物事はストレートに行かないのが現実です。毎日の生活の中で、常に思い返し実践するのは容易な事ではありませんが、日々の点検と予防をしながら病気の再発や大きな怪我、事故に繋がらないように気をつけて精進を続けて行く所存です。今後共、施設、施設の仲間共々、皆様のご支援ご協力の程宜しくお願い申し上げます。沖縄ダルク クラシオン職員 吉武 宏太

宜野
湾市

ゴールデンウィーク中の バーベキュー (in サントウアリオ)



久しぶりの皆でやるBBQで準備の段階から肉や魚を焼こうか考えるのが楽しく、当日も天気も晴れて楽しく過ごせました。

コロナの影響で集まって何かをやる機会が減ってましてハウスから出てなかったので大分気分も晴れ良い気分転換になりました。

ナカタク

何ヵ月ぶりかの仲間とのバーベキュー。初めて参加する仲間もいて、一緒に準備をしていると自分が初めて参加した時の時を思い出しました。

タージ



食事会のプログラムで、ディケアで焼き肉が宜野湾市内ハウスで楽し^く過ごせました。久しぶりのバーベキューでみんなと協力し合い良かったと思います。またこういう機会があれば良いと感じました。

モリ

今はコロナ禍の中で皆さん何処も行けなくて、そう言った感じで開催する事でリフレッシュして良いと思います。

又そういう感じで機会有れば良いと思います。

タカ坊

ゴールデンウィーク中に、仲間達でバーベキューを楽しみました。コロナ禍の中自粛体制に入り何もできない状態の中、不安を抱え自分も過ごしていましたがたまに有るレクレーションは、有一の楽しみです。精神の回復と共に日々過ごしていきたいと思います。

タクヤ



ダルクのみんなでバーベキューをやり、沢山お肉を食べました。

炭火から何まで自分たちで用意して楽しかったです。

次また機会があればやりたいと思いました。

ヨウスケ

ダルクは来てまだ1ヵ月も経ってなくて、まだ慣れていないミーティングは苦手で、でも釣りやジム、ヨガなどは楽しくてバーベキューは何十年ぶりで仲間達と美味しく食べれてサイコーに楽しかったです。今度はいつかな～

コウ

社会ではBBQと言えばアルコールがつきものですが、この施設では依存症の施設と言う事もあってアルコールが禁止されています。

アルコールがなくても楽しめる事を初めてしました。

タッカ

今回のバーベキューでは、お肉屋さんでいい肉を買ってもらえたので、とても美味しかったし、大満足でした。みんなとお話しながら楽しい時を過ごすことができました。またバーベキューやりたいです。

Awesome
Barbecue

コロナの影響もあり今年も行けないだうなあと思っていたのですが、久々のBBQ！肉食の僕にとっては楽しめました！外食で食べる肉もいいけど、仲間と談笑しながら焼いて食べる肉はやっぱり格別です！

コジョ



伊佐

施設
ツヨシ

仲間たちの体験談

私は施設に入って、もうすぐ半年になります。アルコール依存症です。いやな事とか不安があったりすると、すぐにお酒に頼っていました。もちろんうれしい事とか楽しい時があっても仕事の時とか具合の悪い日以外は毎日飲んでいました。今は断酒を目指して生活しています。まあ飲めなくなるのは嫌だけど周りの人達に凄い迷惑をかけてきたと思うので、断酒しかないと思います。ここに来て最初は全然知らない人達との共同生活なので緊張しました。でもみんな優しくて良かったです。施設って聞くとちょっと怖いイメージがありました。大分慣れてきましたけどやっぱりまだ嫌だなーとか出たいなーとか思う時がたまにあるけれども、私が迷惑をかけてきた家族や周りの人達には、自分がお酒を飲んでいる時



自分は、アルコール依存症で飲酒がどうしても止まらず精神病院にも3回ほど入院して施設に繋がり1年3カ月が経ちました。最初の精神病院に入院になったのも、入院前に電気工事の仕事で誤って屋根から転落してしまい、背骨を2か所圧迫骨折してしまい普通の病院に入院になって生活していたんですが入院中もお酒が我慢できず、友達にお願いして週に2回位お酒を持ってきてもらって飲みながら入院生活を過ごしていて退院の3日前位にいつもばれないように捨てていたお酒を捨てるのを忘れてしまって、ベットに隠していたのが家族にバレてしまって、その前に病院の中でタバコを吸っていたのが何回か見つかって注意されていたその後に飲酒がバレてしまったので退院後に酒とタバコを辞めるため精神病

再スタートに向けて
カーテー

ダブルツリーヒルトンでのエイサー演舞



自分は沖縄ダルクでエイサーの本番を踊りました。3年前にもデビューして本番で踊っていましたが、今回久しぶりに本番の舞台に立つ事ができました。緊張もしましたがいざ踊ってみたらとてもきもちよくてスッキリしました。コロナ禍で大変な世の中だけれどエイサーで少しでも元気を伝えられたら、いいと思います。また、新しい仲間にもエイサーの素晴らしさを伝えられたらいいなと思っています。

カーテー

今回エイサー披露の場に参加できることになって、今まで仲間の演武や練習風景は、見た事があったけれど、まさか自分が参加できるとは思ってなくて、かなり緊張しちゃって本番の事は余り覚えていて残念です。仲間と一緒に場に参加できた事はかなり嬉しかったです。また機会があれば参加したいです。

コロナ禍でエイサーの演舞が度々中止になっている中演舞できたことに感謝します。これからも機会があればちからいいっぱい叩かせていただきます。

マサ



母の日に手作りプレゼントとした時の感想

今までの自分なら、母の日に何かプレゼントをあげたいと言う気持ちになった事はほとんどありません。

でも、今回施設に繋がり母の日に何かプレゼントをあげたいと言う気持ちになれたのは、自分でもなぜだか分かりませんが、そういう気持ちになれたという事は、自分自身にとっていいことだと思ってるし、依存症の回復につながるいいきっかけになると思ったので今回プレゼントすることにしました。

はじめは何を送ろうか迷っ



楽しむ・つながる・参加する スマイルつながるプロジェクト

Thanks Mom

「楽しむ・つながる・参加する」をコンセプトに『スマイルつながるプロジェクト』の活動を始めています。地域や人、体験とつながる活動を紹介します。今月は活動で行っている手作りカゴを母の日にプレゼントした2人の仲間を紹介します！



母の日に手作りのプレゼント

「たぶん最初の母の日」
ダルクに入って3日目頃からクラフトプログラムでの籠作りに参加しました。

最初は不器用な事を先生に伝えながら作っていたのですが、ポロッと「母親にあげたいな」と言うと先生は「いいね！だったらココをこうして...」と、色々なアドバイスをしてくれました。

そして、「喜んでくれる様に、母の日に贈ろう！」と、今迄1回も気にしていなかった「母の日」の事を教えてくれました。

なんとか出来た籠は、あまりキレイでは無いけど、今の僕オリジナルの物です。

そして、色々と教えてくれたり、関係の無い話で笑い合ったりした先生、仲間、スタッフの皆さんに支えてもらって今の自分でいられます。

1日一歩づつではあるけど進んでいけてるよ。

次の母の日は、もっといい籠自分で会いましょう。

ヨシト

5月16日から6月15日 活動報告

5月

日 時	内 容 / 場 所	
◆毎週金曜日◆	宮内一郎トーク&トークSHOW収録	宜野湾シティFM

6月

日 時	内 容 / 場 所	
◆毎週金曜日◆	宮内一郎トーク&トークSHOW収録	宜野湾シティFM

(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)

6月16日から7月15日 活動予定

6月

日 時	内 容 / 場 所	
◆毎週金曜日◆	宮内一郎トーク&トークSHOW収録	宜野湾シティFM

7月

日 時	内 容 / 場 所	
◆毎週金曜日◆	宮内一郎トーク&トークSHOW収録	宜野湾シティFM

週間プログラム・ボランティア

◆毎週火曜日	ヨガ教室 【男性】(金武町保健センター)
◆毎週木曜日	スマープ勉強会 (サントゥアリオ)
◆毎週木曜日	ヨガ教室 宜野湾 【男性】(宇地泊公民館)
◆毎週金曜日	近隣清掃ボランティア (大謝名地区)
◆毎週金曜日	12ステップ勉強会 (サントゥアリオ)

沖縄ダルク家族の会・家族教室

ーご家族の依存症問題にお悩みの方は是非ご参加下さいー

日 時：毎月第二土曜日
：奇数月 ▶ 家族会・偶数月 ▶ 家族教室
場 所：沖縄ダルク サントゥアリオ
お問合せ先：098-943-8774 (佐藤)

編 集 後 記

今年の梅雨は雨量が多く毎日沖縄では各ハウスでは創意工夫しながらプログラムをこなしています。そんな仲間たちの姿をお届けできればと思います。

□ 沖縄ダルク

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ール
□ 沖縄ダルクサンタウアリオ

生活支援員 岸本 裕樹

感謝

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

5月1日～5月30日到着分の献金

合計 ¥257,250

(株)沖縄歯科器材・長久保江世・富田安世・玉城志保・仲谷三好・高山順一・
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・
安田桐枝・大澤系太・ROBERT 片本恵利 KAWAI・スズキエリ・カワイリカ・
成竹義隆・沖縄弁護士会・家族会・森下幸子・荒井香織・加藤郁雄・岸本貴志・
石川清司・玉城順子・宮崎孝
その他多数の匿名の方（順不同・敬称略）

5月1日～5月30日到着分の献品

しんさん・有馬直樹・佐賀ダルク・相談支援事業所 楓葉の会・鳥八亭
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 記号：17040 番号：12632141
銀行 店番：708 普通：1263214
店名：七〇八（ナナゼロハチ）

■琉球 大謝名（オオジャナ）支店 店番508
銀行 普通：485858
店名：七〇八（ナナゼロハチ）

■沖縄ダルクを 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
支援する会 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）



沖縄ダルク

編集 沖縄ダルク 発行 九州障害者定期刊行物協会
〒901-2225 沖縄県宜野湾市大謝名2-2-10 ABS大謝名ビル4F
(098)943-8774 (098)943-8281 daycare@okidarc.or.jp
<http://okidarc.or.jp> ¥100円（会費に含む）
郵便振替口座 01770-1-142380
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