沖縄ダルクへの献金・献品を頂き、誠に有難うございます。

心より感謝いたします。

2月1日～2月28日到着分の献金

合計　237,300円

・長久保江世　・冨田安世　・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　・㈲ピナクル屋宜孝　・ヒューバー和恵　・中村綾子
・中村澄子　・蔵根尚美　・弁護士寺田明宏　・石川清司　・高良京子
・稲村幸子　・トモヨセフミコ　・タカハシリュウジ
・ヤスダキリエ　・キナマサエ　・オオサワケイタ　・スズキエリ
※カタカナ表記はカード決済の方

2月1日～2月28日到着分の献品

・鳥八亭　・沖縄市更生保護女性会

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
口座名義：沖縄ダルクを支援する会
普通：485858
店番：508

VISA　JCB　AMERICAN EXPRESS　Diners Club INTERNATIONAL

沖縄ダルク

編集 沖縄ダルク
〒901-2225
沖縄県宜野湾市大謝名2-2-10
ABS大謝名ビル4F

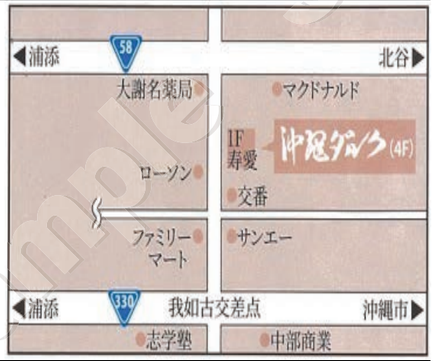
発行 九州障害者定期刊行物協会
〒812-0068
福岡県福岡市東区社領1丁目
12番4号

ホームページはこちら

沖縄ダルク　検索

https://www.okidarc.or.jp/

定価100円（会費に含む）



QSK（沖縄ダルクからのメッセージ）1997年9月18日第三種郵便物承認　通巻8013号　2023年3月31日　発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日)

OKINAWA Drug Addiction Rehabilitation Center DARC
OKINAWA DARC MESSAGE
沖縄ダルクからのメッセージ
QSK
2023年2月号
No.201

皆さま、こんにちは。沖縄は春の陽気が漂い過ごしやすい季節になってきました。
コロナに関する報道もほとんど目にする事はなくなり、沖縄ダルクも日常を取り戻しました。
来月はいよいよ海開きが始まります。
私にとっての回復はまさに海遊びでした。入寮中は新しい仲間が来るたびに真栄田岬に連れていって、一緒に遊びました。
「こんなに楽しいことがあったんだな。」と仲間と話していたことを思い出します。
結論から言うと私のアディクションは治ってはいません。
病気の矛先が変わっただけであって、ダルクに来てから遊び依存になっただけです。回復を凝り固まった捉え方をしてしまうと、自分らしさまで失ってしまうこともあるかもしれません。
あえて病気を出す必要はありませんが、子供心を忘れずにいたいと思う今日この頃です。

一般社団法人沖縄ダルク代表理事
佐藤　和哉

INDEX

挨拶＆目次　P1
体験談（としき＆たかし）　P2～P3
花見レク　P4～P5
今月のエイサー講演　P6
野球大会＆各地のフォーラム　P7
献金・献品のお礼＆月間予定　P8

入所して一年

トシキ

ダルクへ入所する前、精神病院に一ヵ月半入院していましたが、断酒を続ける自信もなく、ただ体の病気の回復も兼ねて半年くらいお世話になろうかと思っていました。
三ヵ月を過ぎた頃は施設、病院、一般社会を行ったり来たりの人になるだろうと思っていました。
ここで学んだ事を考えれば考えるほど混乱してきます。

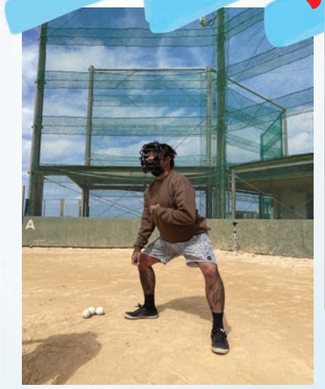
「ハイヤーパワー」「神」「霊的な力」この三つが悩みの種です。
自分は不可知論者です。

ビックブックではこの三つがキーワードになっていて、中々ピンとこないですが、全く信じない訳ではないのです。
それはここで出会った仲間の体験談です。
自殺を図り失敗し生死をさまよった話や病に倒れ生還した仲間達は神を信じ感謝しています。

自分はまだ底をついてないのか？
今のところ自分で理解している神は自分の中にある倫理観（人間として行うべき正しい道）です。
迷ったり見失った時は自分で考え探し求めていこうと思います。

QSK（沖縄ダルクからのメッセージ）1997年9月18日第三種郵便物承認　通巻8013号　2023年3月31日　発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日）

野球交流試合



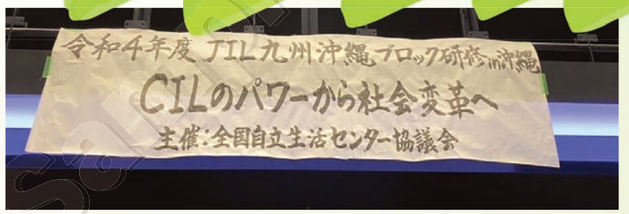
毎月恒例の琉球ガイアさんとの野球交流戦。今月は惜しくも負けてしまいましたが、来月はどんな手を使っても、ではなく、頑張りましょうね。

フォーラム参加

初めての県外でのフォーラムに参加、
栃木ダルクの活動内容やパネルディスカッションなど色々な事が勉強になりました。
フォーラムを通してフェローシップや回復について再認識する事がでたと思います。
全国に沢山の仲間がいる事、そしてみんなが繋がっている様な気がしました。
私は施設に繋がり4年が経ちます。今年は今まで以上に「自分」を知る事、それが私自身のプログラムであり成長の鍵だと感じたフォーラムでした。
これから回復支援を行う立場として、今まで以上に仲間達と共に歩んで行きたいと考えています。

職員
高浦　泰三

エイサー演舞



2月15日、JIL九州沖縄ブロック研修会様からのオファーを頂き「那覇文化芸術劇場なはーと」にてエイサー演舞を行いました。この日に本番デビューした仲間もいてとても良い講演になりました。

ドラゴン

最初に本番に出た時、すごく緊張してガチガチになっていたことを今でもよく覚えています。何回か本番に出させて頂いてお客様の喜んでいる顔を見ていると凄く感動します。これからもエイサーを体が動く限り続けていこうと思っております。

アロハ

久しぶりにエイサー本番を踊ってきました。見てくれる人達がいると、緊張はしますがとても気持ちがいいです。新しい仲間にもこの素晴らしさを伝えていきながら、自分も回復の為に続けていきたいです。

まーくん

2回目となるエイサーデビューですが、1回目のデビューから年も重ねているので体力的にもキツく、納得いく踊りではありません。
配置決めでは今日の主役だよと言ってもらい、センターで踊らせてくれました。本番では緊張していて手汗が凄くバチを落としそうになりました。踊っている内に段々楽しくなっていき、あっという間に5曲が終わりました。エイサーを教えてくれた仲間に感謝です。

QSK（沖縄ダルクからのメッセージ）1997年9月18日第三種郵便物承認　通巻8013号　2023年3月31日　発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日)

沖縄ダルクと出会えて

たかし

私は半世紀以上生きてきていますが、若い頃から人として何の成長も進歩もしないただ一日一日を面白おかしく生きていればそれで良いと言う考え方でした。

ギャンブルをし、酒を飲んでは他人に迷惑をかけ、
飲酒運転を繰り返して警察に捕まり、車の免許を失い、
仕事もなくなり、住む家までもなくなり、

もうどうすれば良いのか分からないでいました。

そんな時に知人の勧めで初めてダルクを知りました。それからまた別の知人の紹介で施設に入寮する事が出来ました。
それが一年位前です。

当初は不安でしたが今ではすっかり慣れ楽しく過ごしています。
中でも自分が好きなのはプログラムで畑に行って野菜を植えたりすることですかね。ボランティアで草刈りしたり、木を切ったりする事も自分には向いているのかなと思います。

これからは自分らしく格好つけずに生きていこうかな、力まずに。

QSK（沖縄ダルクからのメッセージ）1997年9月18日第三種郵便物承認　通巻8013号　2023年3月31日　発行(毎月1.2.3.4.5.6.7がつく日）

花見、到来

沖縄の桜は「寒緋桜」。
濃いピンク色の桜は、まるで梅の花のような色合いです。
ソメイヨシノの様にハラハラと花びらが舞い散る事はなく、
ガクが付いたままポトッと落ちます。
しかし春の訪れを知らせてくれるという点では桜は桜。
仲間達も各ハウスのレクリエーションで花見に出かけ、
沖縄の春を喜んでいました。

2023年も穏やかにスタートし、
平和で安心な毎日を送れる事に感謝しております。