



皆さまこんにちは。先日は台風6号が沖縄を直撃しました。1度去った台風が再び進路を変えて戻ってきました。この影響で約1週間もの間台風の影響を受けました。那覇市内でも最大瞬間風速50mを超す暴風が吹き乱れ、至る所で車が横転、倒木、家が倒壊するなどの被害に見舞われました。また後半では線状降水帯の影響で見たこともないような大雨が襲い、車が水没するほど冠水する地域もありました。

私が沖縄に来てからこの15年間の間に、これだけの被害をもたらすような台風は記憶にありません。幸いダルクでは大きな被害はありませんでしたが、停電や断水、スーパーも臨時で閉店したことから食料なども十分ではない日々を過ごしました。やはり、日ごろから非常時の為に備蓄をしておく大切さを実感致しました。今年は本土にも台風が直撃しています。皆様、くれぐれもお気をつけてお過ごしください。

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	沖縄ダルクフォーラム告知	P6
体験談(コウタ)	P2	活動報告&予定	P7
水納島感想①	P3	献金&献品報告	P8
水納島感想②	P4~P5		

## コウタの場合

コウタ

施設と沖縄に繋がりを8年が経ちました。

8年前は覚醒剤事犯で刑務所に入って刑務所からそのまま沖縄ダルクに繋がりました。

最初は薬さえ止まれば大丈夫だと思いながら施設で淡々と生活していました。

今は施設や仲間のおかげさまで、薬は止まっていますが、自分の考えや行動自体が薬に侵されて異常を来しているんだなと考えるようになり、これが依存症という病気で、自分はこの病気に侵されてしまっているんだなと思うようになりました。

依存症とは奥が深く、ただ薬を使う酒を飲む事だけでは無い事に今も考えさせられながら回復途中にいます。

今はおかげさまで薬は止まっていますが、薬を使い続けて来た時間は、今止められている時間より長く、とても薬物を止めれていますよーとは自慢できるものではありません。

世間からしたら、そもそも薬などやらないのが当たり前な事で、自慢できる事ではないのも確かです、この考え方自体も依存症の考えかもしれないですね笑

まず薬を使わなくなっても、多々いろんな面でうまくいかない事に気がつくまで3年ほどかかりました。

僕の依存症の第2フェーズと言いますか、薬を使わなくても頭の思考回路や考え方、薬を使ってきてできた人間性は病的なのです。

この病的な部分は薬をやらなくても自分の事、行動や言動が自分中心すぎて問題を起こしてしまう事です。

もっと悪く言えば、自分が中心で問題を起こしているのに気がついていない事もあります。

自分の悪い面に目を当てられなくせに"自分中心の正当化や言い訳"で、自分以外の事や他人の事ばかりを否定批判と否認反論したりと、自分が間違えているのにも関わらず自分が正しいと勘違いを起こし、自分が神様にでもなったかのように自分を見失ってしまうんですね、他人や周りの事は悪く言える思える、むしろそのせいにしてしまうのに、自分の事は自分のせいでも悪く思えない

この自分の事が見えなくなっている状態は薬を使っている状態と同じじゃないかと思うようになりました。

このせいで3年経った頃に薬を使っていなくても依存症社会じゃない一般社会で問題を起こしてしまい、仲間に助けられました(助けられていなかったら死んでいたかもしれません笑)

これがきっかけになり、"人の事や周りの事を言う前に、自分自身の悪い所を見つめ直さない"これが気付きになるようになりました。

これが今でも問題が起きると、人のせい周りや環境のせいだったり薬のせいだったり、言い訳をつける前に、自分も悪い、自分の悪い所を考えないと変えていかないと解決できない事を知ったのです。

そもそも僕なんかは依存症の札が付いているので、少しでもおかしい事をしてしまったら、逆に世間や周りからはいくら使っていないでもすぐ、また何か使っているのではないかの疑いの目に遭ってしまいます。

この自分の"おかしい"部分は自分ではなかなか気がつく事ができないので、自分以外の客観的な目から教えてもらうしかできない事もまた気づきと課題にするようにしています。

我を張ると、このせいで自ら問題と疎外を起こしてしまっている事に自分で気が付かない場合もあり、自分中心の正当化が酷くなってしまっている事もあります、おまけに何か使っているのではないかと疑惑も付いてきます。

僕は薬を使っていないでも、周りが教えてくれている事にも耳を貸さない、受け入れられないという病気を持っている事にも気がつきだし、今はこれも依存症の病気の一部としてリハビリの最中です。

しかし耳は痛くなりますが、仲間や周りの人達からの声やアドバイス等を我慢と歯を食いしばりながら受け入れ、改めてやった事がない事を実行していると以前より問題は起こさなくなってきている様にも実感しています。

今のダルクでの僕のプログラムは、自分という人間性が起こしてしまう問題点の抽出にあって、依存症になってしまった人間として今までの自分の間違い探しと、その改善と実践の練習だと思っています。

ダルクにいれば失敗しても仲間が助けくれますが、何回も同じ間違いをしてもいつまでもただの依存症止まりなので、ただの依存症ではなく、もっと先の依存症者を目指して回復していきたいと思いながら今日一日を送っています。



# 水納島キャンプ ～ クラシオン～



台風を交わしながら今年も水納島キャンプへ行きました。  
第一陣はクラシオンの仲間達で上陸しました。

## ★クラシオン Home

### タイゾー

今回で5回目の水納島キャンプ  
天候にも恵まれ非日常的な癒しの日々を送ることができました。  
今年のいい思い出となりました。

### サト

相変わらずの海の綺麗さに驚嘆してきました。海や宿泊所での仲間とのフェローシップは気持ちがオープンになっているせいかいつもとは違う感じでした。三日間、羽を伸ばせました。

### クデ

夜、仲間と一緒に散歩に行きましたけど、ちょっとした冒険で面白かったです！海に入れなかったのは残念でした。日常生活を忘れるのも大事！スイカ割や花火、最高でした！

### キャップ

初めて水納島に参加させていただきました。  
感想としてはもう一度行きたいと直感で思い、二度目の事を島到着と同時ぐらいに思う事ができた、素晴らしい島です。

### マコト

水納島キャンプ初参加。連日泳ぐも全く疲れず、むしろ健康的に体も焼けて大満足。楽しい思い出になりました。

### ケンボー

水納島に行って良かった事は、海で遊泳をした時に近くまで大きな魚が寄って来て楽しかった事。仲間とも一緒に楽しめて良かったです。

### トモキ

水納島では泳ぐ事が好きで納得いくまで泳げました。特に水の透明感がすごくて魚ばかり探し追いかけていました。沖縄や水納島は初めての場所でまたいつか来たいです。

## ★クラシオン West

### ダイスケ

今回で水納島は4回目になりますが、シュノーケリングにサップ、カヌー、釣り、スイカ割り！本当にパラダイスでした。

### ケンちゃん

初めて行って海がとても綺麗でした。  
スイカ割りが楽しかったです。  
海は綺麗で、魚が見えるぐらい綺麗でした。  
天気も晴れてとてもいい天気で、海で泳ぐのがとても気持ちよかったです。

### ユウちゃん

今回水納島に初めて行きました。  
初日から泳ぎまわりました。  
僕は毛深いので(胸毛やギャランドゥ)服を着て泳ぎました。  
やはり離島なだけあって海はとても綺麗でした。  
2日連続で飛び込みもして楽しかったです。

### タロウ

思い出が一つ増えました。

### アーキー

今回で3回目の水納島、初日、2日目と釣りを楽しめました。

### シュン

今年、3回目の水納島でした。  
3回目でも楽しかったです。

### ダイゴ

今年の水納島も無事、楽しく終える事ができ良かったと思います。  
釣れたての刺身も食べれたし。

### ターケー

新鮮な空気と新鮮な景色。  
海では釣り、陸では探検。  
今年もゆっくり出来ました。  
普段見られない仲間達の行動、表情に癒されたと言うか何と云うか、元気になりました。  
有難う御座いました。





## ★ クラシオン Casa

### イチタロウ

水納島キャンプ…5回目です。何度行っても“今年が1番楽しめた”と感じています。来年もまた仲間と一緒に楽しみます！

### カイン

今回2回目の水納島に行きました。海で過ごすよりも釣りに夢中になってました。とても良い時間を過ごせました。

### ヒマワリ

楽しくゆっくり出来ました。何度来ても海の色には驚きです。また来たいと思います。

### ドラゴン

今回で2回目で自分なりに楽しめたかなと思いました。最高のロケーションと有意義な時間を過ごすことが出来ました。

### チョッパー

初めて行く水納島の海は、澄んでいて黄昏れる事が出来たし、無我夢中でシュノーケリングを楽しみ、目の保養もあり!?最高で超アゲです！

### スーちゃん

水納島へ初めて行きました。綺麗な海と夜の星空、シュノーケリング、花火も出来て楽しめました。

### シンヤ

僕は今年の6月に沖縄に来たのですが、今回水納島に連れてってもらい、生まれて初めてこんな綺麗な海を見ました、シュノーケリングをしたり、釣りをしたり本当に楽しい3日間でした。薬物を使っていた時には見れなかった景色を少しずつ見ていきたいです。

### ナオヤ

今回で3度目の水納島キャンプになりますが、昨年よりも体調が良く、楽しむ事ができました。美しい海と星空をいっぱい観てきました。

### マツト

初めての水納島、海は自分が思っていた以上に綺麗でした。泳ぎはしなかったけど釣り、スイカ割り、花火をしてとてもいい思い出になりました。

### コウタ (クラシオン管理者)

水納島へ行くのはもう何度目かわからなくなりました笑  
しかし毎回行く度に、日常では得られないエネルギーをもらって帰れます  
今年も最高でした





29周年



# 沖縄ダルク フォーラム

開催日

9/2 [SAT]  
13:00開演

- ・仲間達の体験談
- ・招待講師の講演
- ・エイサー演舞
- ・活動報告

その他、沢山の内容を予定しております。  
※内容は変更する場合があります。

会場

沖縄県総合福祉センター  
沖縄県那覇市首里石嶺町4丁目373-1



## 7月1日から7月31日まで活動報告

毎週金曜日	ぎのわんシティFM出演	
毎週金曜日	草刈りボランティア、地域清掃ボランティア	
1日	北海道ダルクフォーラム参加	クリスチャンセンター
5日	アディクション連携会議	沖縄県総合精神保健センター
6日	沖縄国際大学講話	沖縄国際大学
8日	沖縄ダルク家族会	沖縄ダルク・サントゥアリオ
15日	第23回沖縄県障害者技能競技大会エイサー演舞	ポリテクセンター沖縄
21日	DV防止について考える講座	沖縄県総合福祉センター
30日	茨城ダルクフォーラム	結城市民文化センターアクロス

### 週間プログラム

毎週月曜日	エイサー練習	宜野湾市立体育館
毎週火曜日	ヨーガ教室	金武町保健センター
毎週木曜日	ヨーガ教室	宇地泊公民館
毎週金曜日	12STEP勉強会	サントゥアリオ

### ～ 編集後記 ～

台風6号の勢力はかなりのものでした。沖縄県は毎年台風が多く通り過ぎる県として有名で、県民の方々も台風対策は常に万全にしているのですが、今回の6号はそれらの予想を超え各地域で大きな被害を出しました。沖縄ダルクの仲間達も台風直撃の際は各ハウスでミーティング等のプログラムを実施しながら凌ぎました。幸いにも断水や停電するハウスもある中、大きな怪我や病気もする事なく仲間たちも何とか乗り切る事ができました。しかしながら数日ハウス内で我慢した分、台風が過ぎた後の解放された気持ちは格別なものです。

さて、今年も水納島キャンプの時期になりました。かつて私が沖縄ダルクに繋がった頃は十数名だった仲間達も、今では大所帯となり、一度に仲間全員を受け入れてもらえる宿は水納島にはありません。そのため数年前から2つか3つのグループに分かれて時期をずらしてキャンプに行っています。キャンプ前まで乗り気では無かった仲間も、水納島に到着したらほとんどの仲間が「来てよかった」と言います。私もその一人でした。9月には残りのグループが水納島キャンプへ出発します。回復というのは、その瞬間に気づけたり感じたりできる事だけでなく、後から思い出したり振り返ったりしながら気が付く事があります。無駄な事は何もありません。必ず何か自分の為になっています。そう思う事もひとつの回復かもしれませんね。

タロウ

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。

**合計 172,000円**

7月1日～7月31日到着分の献金

宮崎孝 長久保江世 森下幸子 立松薫 合同会社Accompany・伊芸晋作  
(株)沖縄歯科器材 玉城志保 宜野座哲 荻野恵美子 鈴木昌  
小野里欣子 小野里篤美 坂本純子 江原二郎 ヒューバー和恵  
中村綾子 中村澄子 弁護士寺田明宏 カメカワイサク ヤスダキリエ  
オオサワケイタ スズキエリ ROBRET・HEBERT 沖縄ダルク家族の会  
八重瀬町更生保護女性会 その他 匿名の方々  
(敬称略、順不同、カード決済の方はカタカナ表記)

7月1日～7月31日到着分の献品

岸本昭男 鳥八亭 武村福美 佐賀ダルク  
八重瀬町更生保護女性会 池村洋輝 (敬称略・順不同)

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



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 (会費を含む)

