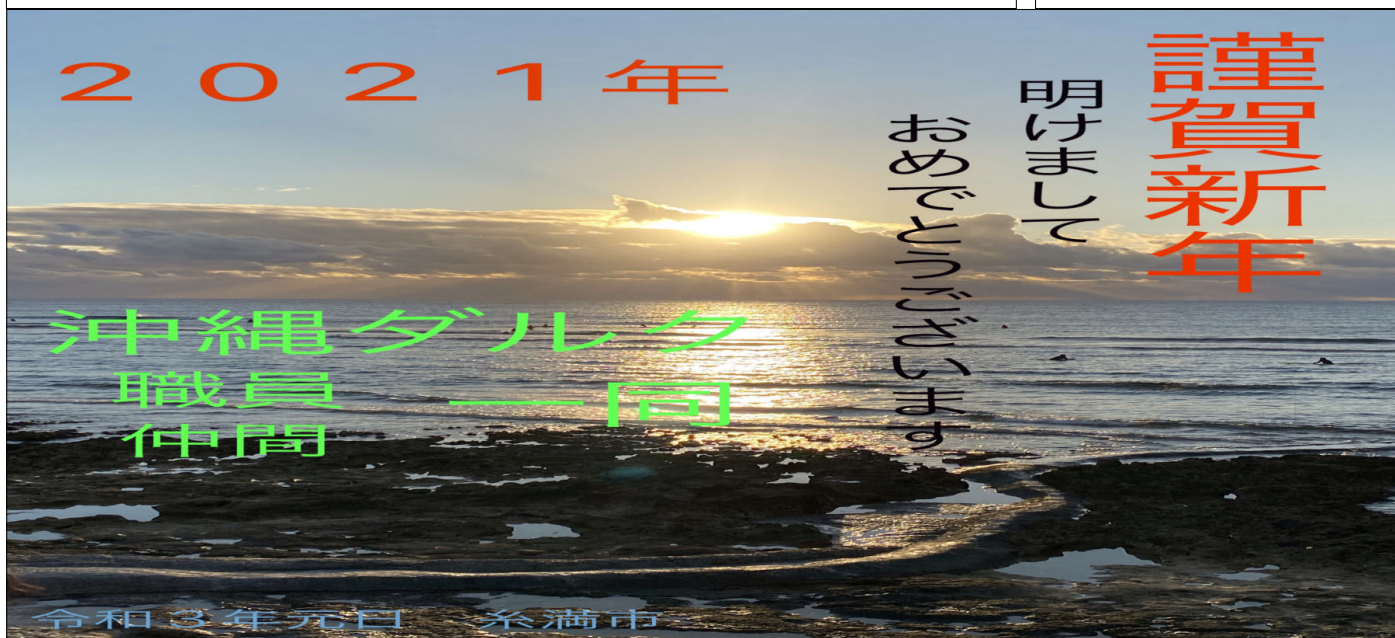


OKINAWA DARC MESSAGE

Q S K

沖縄ダルクからのメッセージ

2020年



新年明けましておめでとうございます

昨年は大変な年ではありましたが皆様方からのひとかたならぬご厚情を賜り仲間一同心より大変感謝しております。

コロナ禍の中、例年恒例の年末年始の賑やかなイベントはすべて自粛となりました。仲間たちがさみしい思いをするのではないかと考えていたのですが、皆が十分に注意徹底しながらハウス毎に分かれてそれぞれがそれぞれの個性で創意工夫し、皆様からのご支援とご協力のおかげもあり、少し贅沢に腹一杯胸一杯暖かいシラフでの正月を祝い楽しむことができました。

その仲間たちの様子がとてもとても頼もしく華やかで、幸せそうにきらきらと輝いていました。仲間との繋がりで、癒場所との繋がりで、社会との繋がりで、そして各々が新しい自分、生き方に繋がって生命の笑顔を取り戻していく様は希望に満ち溢れています。

今年はこの異常事態も終焉収束に向かいますことを切に願い、また皆様方においても健やかな幸せな年となりますこと祈り、今年も我々沖縄ダルク仲間一同 真摯に肅々と新たな時代の回復の道を皆で歩んでまいります。

本年も何卒よろしくお願い致します。 2021年 正月 沖縄ダルク 代表 森 廣樹（かげとら）、仲間一同

皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年は大変お世話になりありがとうございました。

今年の冬は、厳しい寒波が日本列島を襲い、私の故郷でもある函館は大雪となっているようです。南国沖縄といえど、北風が強く、雨続きの日々が続き例年よりとても寒く感じています。今年はコロナ禍の中で新年を迎えることとなり、首都圏では再び緊急事態宣言が発令されることとなりました。不安なニュースばかりですが、部屋に閉じこもりテレビばかり見ていると、「テレビウィルス」に感染してしまいそうです。こんな時代だからこそ人と関わり話す事を大切にし、皆様に明るいニュースを届けて行きたいと思っています。

今年も皆様にとって素晴らしい年になることをお祈りしています。

本年も、昨年同様よろしくお願い申し上げます。 沖縄ダルク 施設長・精神保健福祉士 佐藤 和哉

◆ INDEX ◆

P1 森 佐藤・の挨拶
P2 金武クラシオン
P3 年末年始女性
P4 年末合同BBQ会

P5 年末年始の仲間達
P6 年末年始の仲間達
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協会
福岡県福岡市福岡東区馬出2-2-18
編集：沖縄ダルク

金武クラシオン体験談

沖縄ダルクに入寮して

コチケン

ダルクに来て1ヵ月がもうちょいで経ちますが、まだ自分は1ヵ月しかここにいないのか？と思っているというか、そう感じてまして、もうちょっと前から長くここにいたような気がしています。

それもみんなと仲良くさせていただいているからなのか、それとも何か特別な雰囲気があるのかは分かりませんが、とりあえずゆっくりさせていただいて、ありがたく思っております。

新しい事とか、新しい物とかも好きな自分なのですが、全てをギョロギョロ見ているわけではなく、いろんな人からダルクのことを教えていただいていたたり、バックグラウンドを聞かせていただいていたたりしていくうちに、楽しくなりますし、とても勉強にもなりますし、自分だけのエゴもなくなっていくますし、協力して活動するというか、生き方も今まで以上に上を向いて歩いていけそうな気がしてきましたNAでのしゃべりっぱなし、聞きっぱなしでも、ネガティブな内容の仲間のトークでも、何かプラスに聞こえてきたり、自分に不可能な事でもとても明るく聞こえてきたり、そのトークを聞いて、昔の自分のだめなストーリーと合わせてみたときに、落ち込むのではなくこれでいいんだとポジティブに考えることができるようになっていて自信がついてきているんだなと思いました。

ですが早ければ良いとは思わずに、この中間の場所を真面目にやっていき、今できることをしながら、自然と入ってくるプラスαを楽しんでいければと思っています。

この作文を書いている今やとアルコールや薬物のことを思い出しましたが、やっぱり自分にはもうドラッグはいらないのかなと思ったりもしました。

思い出したので書きますが、今とても体を大事にしていきたいと思っているので、ここにシャブとかが入っているとものない感じがしてなりませんしアルコールの場合だと、消毒液の代わりに沖縄の島酒が入っているNAの会場があって、その匂いがただけでも臭いと思ったので、本当はそんなにアルコールが好きではないのかと思っているのですが、人間はパワーがあるので、そんなに好きではないことも大好きだと考えられそうなので、一応気をつけていきたいと思っております。

リアルに酒を飲まずに活動しておられる方もいるので、しかも昔は大酒のみでいうっちゃったと聞くので、自分にもできるんじゃないかと思えてきているし、あのアルコールによるハイを本当に必要としているわけではないので、イけるんじゃないかと本当に思っています。

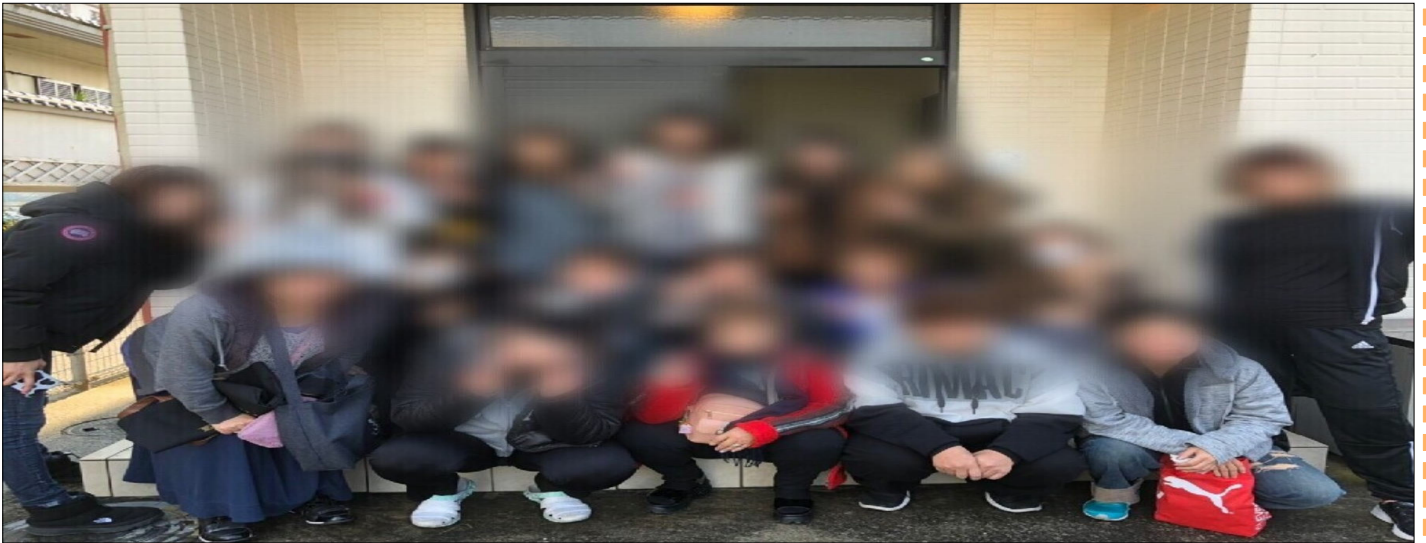
刑務所に居る時間が2年弱で、何でも人に聞いてからしなければいけない行動も、ダルクでは自由にでき、まだ全てがフリーと言うわけでは無いのですが、とても良い昼間のクッションのようで少しずつですがありがたく自由にさせていただいております。自立に関する考え方もここでの生活を通して、もっと自分の足で立てるようになるための努力と考え方のルーティーンを身に付けていければと思っています。

世の中はどんどん先に進んでいき、デジタルや、いろいろな常識が新しく変わっていく中で、周りを見ながらも、もっと今まで以上に自分の中身を見つめて落ち着き、無理に全部を完璧にしなくても大事な人や心を重要視し、常習していた危険なものを捨て、うまく生きられなかった時代を無にする事はできない分、今から前を向いて、そしてしっかりと足元を見て、普通の事は普通だと受け入れていければと思います。

自分が見たことのない世界はたくさんありますが、自分も自分で馬鹿か？と思う行動はたくさんやってきましたから、テレビやあらゆるムービーの世界にいる馬鹿や恥さらしの気持ちをよくわかりますし、その分、裏でも表でも何でもいので真面目に良い人生を送っていければ楽しめるのかと思います。

アディクトは人種かもしれないし、地球人全員アディクトかもしれないですし、頭が使えるなら裏方もカッコいいですし、いろんな考え方でコントロールします。

年末年始BBQイベント女性ハウス



3年弱強制施設生活を終え、初めて迎えた年末年始でした。人と共に過ごす事で得た穏やかな安らぎに安心を覚えました。笑顔があって温もりがあって楽しい時間をありがとう。 メイミ

小学生以来の こどもの国 大人が行ってもいいもんねーだ。光のワールド最高!同時にカウントダウン心はダンシング〜踊り〜の心地よい新年を迎える事ができました。 何よりも仲間たちの笑顔が嬉しかった ふー

初のイルミネーション。流れた時、子供の事が浮かんで涙が出た。自分だけ贅沢して、申し訳なかった。おみくじは20円って安いつて思った。仲間18人と楽しくカレー、鍋を食べて楽しかった。カラオケ?合戦も楽しかった。 エリ

名護旅行は、とても楽しかったです。一番は、イルミネーションが面白かったです!昼間、歩くのはとは違って夜の道はとても不思議でした。朝のジョギングも気持ち良かったです。 ゆかり

仲間と過ごせてとても楽しかった。今までで1番人間らしい?年末年始だった。 ルネ

仲間達とハッチャケて楽しかった。体力がなくカウントダウンと日の出を見れなかったのが、残念だった。 ハリー

家族と過ごしていた頃を思い出して、正直辛かったです。 ひろみ

昨年度は、コロナ禍の中でも、私たちは、名護に旅行に行けたりとか、コロナにかかってる人が見当たらないだとか、本当に恵まれてます。今年も、虹いっぱい見たいしコロナを吹き飛ばして元気に頑張ります。 歩

私は、初めて沖縄県名護市に行きました。イルミネーションがとてもキレイで心が打たれました。 君枝

名護旅行に行って、色々楽しい事が出来て良かったです。こどもの国のイルミネーションとてもキレイでした。なおちゃんとも話が、出来た事とても楽しかったです。 えっちゃん

名護の年越し合宿



年末合同BBQ会



焼肉パーティーがとても楽しかったです！久しぶりにゆっくりできてよかったです。

みんなでワイワイやるのが楽しかったです。焼肉が大量すぎてお腹いっぱいになりました。ありがとうございました。

正月は三日間ほとんど寝てました！お肉は当分いいです！笑

年末の焼き肉パーティーがとても楽しかったです。正月は寝正月になりました。

初詣行けて良かったです！三ヶ日テレビを観て楽しく過ごせました。

初めてのダルクでの年末でBBQしたり仲間とテレビを観て笑ったり楽しかったです。

今年の正月はコロナの影響で各ハウスで過ごしましたが年末はなんとか皆でBBQができて良かったです。今年も良い年末が迎えらるよう良い一年になりますように！

贅沢三昧で大変嬉しい正月でした。

20年弱ずっと仕事でまともな正月を迎えた事がありませんでした。素敵な仲間達とお腹いっぱい、胸いっぱいの年末年始を過ごせて幸せです。

良い年を迎えられて、とっても良かったです。

恒例のキャンプに行けない事がっかりしていたが、ハウスや大滝でのBBQでも十分に楽しめました

今年の正月はBBQをしたりして仲間と過ごしました。去年とは違う正月の過ごし方で、はうすも新しい気持ちで新年を迎える事ができました。良い年にしたいと思います

仲間みんな考えてイベントで年末年始、毎日満喫させて頂きました。笑い合っ過ごせた事で、今年も素晴らしい一年になると期待が膨らみます

ホタカ

ユウ

サトシ

ユウジ

ムー

ユキ

ヒロ

メツシ

モトキ

ツヨシ

ハーシ

サト

いち太郎



年末年始の仲間達



クリスマスから正月まで、お腹いっぱいでした。幸せな気分になりました。

約7年ぶりに外で向かえる年末年始でした。それがダルクでということは、1年前の僕は全く想像できない事でしたが、アルコールや薬物抜きですごく日々は思っていたほど以上の、おだやかな気持ちをくれました。とても有意義な年末年始になったと感じています。

アルコール無しの正月が当たり前になりますように。

シラフで、しかもシャバで過ごす初めての正月を仲間の皆さんと居れたことに感謝です。

初めてダルクで年越しを過ごしました。コロナでどこにも行けなかったのですが、クリーンでの年越しで仲間と楽しく食事ができたことに大変喜びを感じる事ができました。

少し暇だったんですが、美味しい物がたくさん食べれて良かったです。今年はいいい年にしていきたいです。

仲間が集まってバーベキューをしたりいろんな食事が食べれて楽しい時間を過ごせました。

美味しい料理をたくさん食べれて良かったです。

仲間と普段出来ないバーベキューをやってとても楽しい年末を過ごせて最高でした。

明けましておめでとうございます。年末年始はすごく楽しかったです。BBQをしたり、ハウスではタコパーをしたりして、色々と盛り上がった年末でした。あとは仲間とライジンを観て笑えて、素敵な日になりました。おいしい物も食べてデブになりました笑

今年はコロナウイルスの影響で、いろいろ行動に制限がある中、施設なりに考えてくれた年末に、他のハウスの仲間とBBQをすることができました。また、普段プログラムやNAやらでパタパタしていましたが、コロナのおかげ？なのかわかりませんが、とてもゆっくり過ごすことができました。初詣にも行けたこともあり、今年もいいい年になることを願っています。



年末年始の仲間達



ご馳走ばかりでおなかがパンパンとです。クリーンなお正月で去年とは違った意味で幸せでした。 ホリキン
今迄にない楽しい年末年始で、馬汁から始め回転寿司、焼肉食べ放題、しゃぶしゃぶの食べ放題感謝します。 マツコ
初詣で行けて健康祈願ができて良い一年にしたいです。 ヒロ
約20年ぶりのシラフで年末年始に生まれて初めての海の中からの初日の出、仲間との絆も深まり最高でした。 シュン
大晦日はお雑煮作りを手伝い紅白を見ながら過ごしました。正月は初詣に行き今年良いことがあるように祈願しました。
ゆっくりハウスで過ごして今後の事を考え過ごしました。 マコト
やっと一年、この一年は人間関係でいろいろありましたが、今やっと落ち着いた感じで正月を迎えられて良かったです。
で、何十年か振りにちゃんとした初詣に行きました。 たつ
ゆっくりすごせたかなーっていうかんじです。ゆっくり過ごせて良かったです。ゆっくり過ごせて休みすぎた感じです。氣
を引き締めてやっていこうと思います。今年の目標は一年クリーンを目指すです。 ちょう
頂いたぶりを捌けて良かったです。ミーティングが無くてゆっくり出来ました。初詣に行き今年が良いことがあるように祈
願いたしました。 とうま
久しぶりに薬を使っていないお正月を迎えることができました。悪くないなと思いました。 久遠
正月に普天間神宮に行けたことが本当に良かったです。年が明けて1日1日が毎日充実してとても楽しく生活することが出
来ています。 しきや



11月16日から12月15日まで活動報告

【11月】 毎週金曜日 宜野湾シティ FMラジオ

4日（水）保護観察所ステップアッププログラム

30日（月）法人会議

30日（金）フーチャライフ講座6

宜野湾FM

サントウアリオ

サントウアリオ

サントウアリオ

【12月】 毎週金曜日 宜野湾シティ FMラジオ

4日（水）保護観察所ステップアッププログラム

17日（木）読谷小学校 佐藤 講演

宜野湾FM

那覇保護観察所

読谷小学校

12月16日から1月15日まで活動予定

【12月】 毎週金曜日 宜野湾シティ FMラジオ

4日（金）石嶺教会ボランティア

4日（金）琉球大学院法科

宜野湾FM

石嶺教会

オンライン講座 森

【1月】 毎週金曜日 宜野湾シティ FMラジオ

9日 沖縄ダルク 家族の会 講師 茨木ダルク代表 岩井 喜代仁

宜野湾FM

沖縄県総合福祉センター

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ぜひご参加ください。

毎月第2土曜日 沖縄ダルク・サントウアリオ
問い合わせ先 098-943-8774（佐藤）

週間プログラム・ボランティア

毎週火曜日 ヨーガ教室

毎週水曜日 クリスタルボール（女性）

金武町保健センター

サントウアリオ

毎週木曜日 ヨーガ教室（女性・男性）

令和2年度薬物・アルコール依存症ショートケア（前期）プログラム

宇地泊公民館

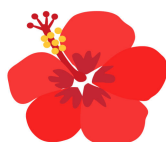
沖縄県立総合精神保健福祉センター

毎週金曜日 ボランティアの日

各カーサ近隣清掃・那覇バプテスト教会・パピルス 等
宜野湾シティFM「宮内一郎のトーク&トークSHOW」出演

毎月第2火曜 沖縄ダルク法人会議

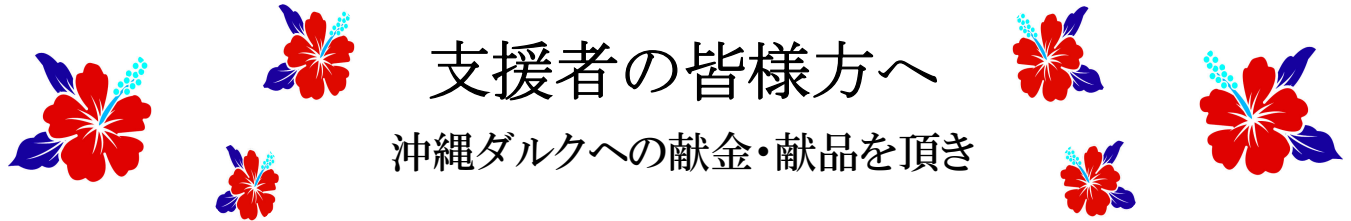
サントウアリオ



～編集後記～

新年明けましておめでとうございます。
年末年始の仲間たちの生活制限が多い中、各ハウスで
色々工夫し、仲間達だけで貴重な年越しが出来ました。
そんな仲間たちの姿をお届けできればと思います。
今年もスタッフ、仲間一同よろしくお願いいたします。
スタッフ岸本 裕樹





支援者の皆様方へ

沖縄ダルクへの献金・献品を頂き

11月26日～12月25日到着分の献金
合計¥- 364,738

(株)沖縄歯科器材 武富良彰 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 小池和弘

荻野美恵子 森阿希 小野里欣子 小野里篤美 坂本純子

玉城秀美 江原二郎 有限会社ピナクル屋孝ヒューバ和恵 中村綾子 中村澄子 UMEHASHI HRADA YOSHIMURA KAWAI HEBERT 根間美智子 安里修道院

宗教法人聖マリアの汚れなき御心のフランススコ姉妹会 柳谷昌輝 荒井香織 佐和田ゆかり 聖クララ修道院

その他多数の匿名の方（順不同・敬称略）

11月26日～12月25日到着分の献品

スタイリッシュ荻野 徹 石川 利香 比嘉 淳二 鳥ハ 澤岬 聖司 高橋 仁

館山ダルク 上坂 俊介 武村福美 東近江ダルク 崎原 ちさ 相模原ダルク ブライアン・ホプキンス

向井 優子 志喜屋 フミ子 おはナースステーション仲間 与那原教会 穂波 茨木俊雄 喜納政江

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）

【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。

【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

（ご不明な点等ございましたら 担当 長久保まで）



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。



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 福岡県福岡市東区馬出2-2-18

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