

OKINAWA
Drug Addiction Rehabilitation Center

OKINAWA DARC MESSAGE

DARC

沖縄ダルクからのメッセージ

Q S K

2023年
No.205

沖縄、戦後復帰50周年 6月23日 慰霊の日



皆さま、こんにちは。6月23日は、沖縄戦から78年目の「慰霊の日」を迎えました。沖縄戦は第二次世界大戦の悲劇的な戦争であり、激しい戦闘と火砲の中での生活を強いられました。苦しいものですが、戦争の悲劇を忘れず、平和への願いを忘れないことが重要であると思います。私は戦争を経験していませんが、沖縄戦から学ぶべき教訓は多く残されています。その中でも最も重要なのは戦争を避け、対話と平和を追求することだと改めて実感いたしました。

沖縄地方はすっかり梅雨も明け、いよいよ灼熱の夏が訪れました。街は観光客で溢れかえりコロナ前の賑わいを取り戻しつつあります。今月は離島（水納島）のキャンプも控えており、仲間たちのテンションも上がる季節です。私も先日、自宅から40分ほどのビーチでシュノーケリングを楽しんできました。カラフルな魚がたくさんいましたが、ラッキーなことにウミガメに遭遇しました。これが沖縄の日常だと思えば、改めて贅沢な日々を暮らしていると思いました。これから数か月暑い日が続きますが熱中症にはくれぐれも気を付けて、夏を楽しんでください。

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（一太郎）	P2	活動報告&予定	P7
体験談（ナカタク）	P3	献金&献品報告	P8
活動報告	P4~P5		

OKINAWA
Drug Addiction Rehabilitation Center

DARC

OKINAWA DARC MESSAGE

沖縄ダルクからのメッセージ

Q S K

2023年
No.205

沖縄、戦後復帰50周年 6月23日 慰霊の日



皆さま、こんにちは。6月23日は、沖縄戦から78年目の「慰霊の日」を迎えました。沖縄戦は第二次世界大戦の悲劇的な戦争であり、激しい戦闘と火砲の中での生活を強いられました。苦しいものですが、戦争の悲劇を忘れず、平和への願いを忘れないことが重要であると思います。私は戦争を経験していませんが、沖縄戦から学ぶべき教訓は多く残されています。その中でも最も重要なのは戦争を避け、対話と平和を追求することだと改めて実感いたしました。

沖縄地方はすっかり梅雨も明け、いよいよ灼熱の夏が訪れました。街は観光客で溢れかえりコロナ前の賑わいを取り戻しつつあります。今月は離島（水納島）のキャンプも控えており、仲間たちのテンションも上がる季節です。私も先日、自宅から40分ほどのビーチでシュノーケリングを楽しんできました。カラフルな魚がたくさんいましたが、ラッキーなことにウミガメに遭遇しました。これが沖縄の日常だと思えば、改めて贅沢な日々を暮らしていると思いました。これから数か月暑い日が続きますが熱中症にはくれぐれも気を付けて、夏を楽しんでください。

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（一太郎）	P2	活動報告&予定	P7
体験談（ナカタク）	P3	献金&献品報告	P8
活動報告	P4~P5		

4年目の夏

金武クラシオン職員 一太郎

19歳で覚醒剤使用が始まり、色々な薬物を「合法」だと云って使ってきました。たまに使うだけ、誰にもバレていないから、仕事しているから…だから大丈夫。言い訳ばかりの生活を15年間続けて、いつの間にか覚醒剤だけを求める生活に変わりました。月1回の楽しみが、1週間に1回、3日に1回、気付けば毎晩使っていました。眠れないから睡眠薬を飲み、仕事中は落ち着かないから安定剤に頼る。けれど、毎晩、覚醒剤を使いました。自宅、職場、車の中、コンビニのトイレ…どこでも使うようになってからの生活は長続きしません。

36歳で逮捕されて、約2年間の懲役生活ではずっと下ばかり見ていました。何もかも失い、どうしたら良いかなど考えられず、ただ悲観しているだけでした。

出所と同時に沖縄ダルクへ入寮します。迎えに来てくれた方から差し出された握手の安心感、本当にそれだけで前向きな気持ちになれた事を今でも感謝しています。それでも、ダルク生活が半年も経たない間に昔の自分が顔を覗かせます。

「自分は大丈夫。社交性、礼儀、常識、良識はある、大事な事は自分で話せる。薬も二度と使わない。だから大丈夫。他の人とは違う」

こんな事を考えている自分に気がついて、それでもダルク生活を続けてきたのは、これでは駄目だと感じたからです。これが最初の躓きでした。自分の事を何も分かっていなかった為、何も上手くいかず、何故か苦しい日が続きました。

「他の人とは違う」この考えが僕の中から溶けていくのには時間がかかりました。いつの間にか少しずつ溶けている事に気づいたのはミーティングを続けてきたおかげだと、仲間に教えて頂きました。気持ちが楽になって何かを楽しむ時間が増えていました。

ダルク生活が4年過ぎて気づけた事は沢山ありますが、変わった事は僅かばかりです。まだ始まったばかりです。時間が掛かります。一つずつ取り組む事を今もこの先も続けていこうと考えています。



入寮してからの私

職員研修 ナカタク

自分が施設に繋がったのは二年前の二月でした。
その頃の自分は仕事にも行かず酒を飲み続けていました。家族からも酒を止めて仕事をしろと言われ続け、自分自身もそうしないとマズイと思っても止める事ができない、そんな日々を過ごしていました。
そんな時に家族に「一度依存症の施設に行こう。このままだと普通に生活できない。」と言われ、施設に入る事になりました。
その頃の自分は酒を飲む事以外は無気力、無関心だったので施設に入る事も特に何とも思いませんでした。そうやって始まった施設での生活は自分にとって色々考えさせられるものでした。今まで自分がお酒を飲むたびに注意してきた母や弟、妹がどう思っていたか、酔っぱらって自分が約束を破った友人たちの事、そういった事を考える度に早く施設を出たい、償いたいと焦るようになりました。それ以外にも自分が施設で生活するにあたって、その際のお金を家族にずっと払ってもらっている事も焦りの気持ちに拍車をかけました。当時の自分を今思い出してみると、先のことなど全く考えず感情だけで行動しようとしていました。自分がこの施設に来て学んだ事は、先を考えて動く事、周りの人がどう考えて動いているかを考える事です。今までの自分はそう言った事を全く考えず、その場の感情だけで行動し、失敗したら酒に逃げるという事の繰り返しでした。今でも正直に言うと酒に逃げたいと思う事は何度もあります。最近特に飲みたくなったのは、父親と祖父が亡くなった知らせを聞いた時でした。その時は本当に辛くて、酒で感情を麻痺させたい。何も考えたくないと思いましたし、気持ちを持ち直すのも大変でした。しかし飲まずに乗り切れました。っというのも二人が亡くなった原因がアルコールだったからです。これから先も酒を飲みたいと思う事は何度もあると思います。ですが二人の事や施設で学んだ事を思い出せば、酒に手を出さずに頑張っていけると思います。



山梨ダルクへ

6月21日に山梨ダルクへお邪魔し、オールドタイマーメッセージに参加させて頂きました。山梨ダルクの皆様、ありがとうございました！



沖縄国際大学にて講演

7月6日沖縄国際大学にて講演をさせて頂きました。これからソーシャルワーカーを目指す学生さんに刑務所や、刑事司法と依存症などのお話をさせて頂きました。皆様、ありがとうございました！



カケハシオキナワ

7月7日カケハシオキナワのポータルサイトが開設されました。ポータルサイト「カケハシオキナワ」は生活に困まっているのに相談先がわからない、物資の提供や寄付をしたいが送り先がみつけにくいという課題を解決しようと開設されたものです。食料や住居、医療や福祉など幅広い民間支援の取り組みが網羅されていてキーワード検索で支援団体を見つけることができます。沖縄ダルクも支援団体として参加し、記者会見とFM那覇に出演させて頂きました。



「カケハシオキナワ」の開設を発表した関係者ら＝7日、那覇市の県庁記者クラブ

困窮者支援「架け橋」に

情報一元化、サイト開設

困窮者への支援の情報を一元化したポータルサイト「カケハシオキナワ」が7日、那覇市で開設された。サイトの運営を担うエフエム那覇の代表取締役社長や支援団体の代表らが同日、那覇市の県庁記者クラブで記者会見し、支援団体、地域貢献したい企業や人、困窮している人の「架け橋」になるサイトになったと、幅広い利用を呼び掛けた。



困窮者への支援の情報を一元化したポータルサイト「カケハシオキナワ」が7日、那覇市で開設された。サイトの運営を担うエフエム那覇の代表取締役社長や支援団体の代表らが同日、那覇市の県庁記者クラブで記者会見し、支援団体、地域貢献したい企業や人、困窮している人の「架け橋」になるサイトになったと、幅広い利用を呼び掛けた。



沖縄の支援を紹介する・聞くカケハシオキナワ「一般社団法人沖縄ダルク」

いい夢だと思いま課題だと思ってることとかあのみんなに知ってほしいことってありますかそうですね

奈良 蓮

沖縄ダルク
代表理事 佐藤和哉さん

セバスチャン局長



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



6月1日から6月30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	
5日	那覇保護観察所引受人会 講話	那覇保護観察所
16日	那覇保護観察所プログラム	那覇保護観察所
16日	DV防止について考える講座 参加	沖縄県総合福祉センター
21日	オールドタイマーメッセージ 参加	山梨ダルク
27日	FM那覇 カケハシオキナワ 出演	FM那覇
28日	他施設スポーツ交流 琉球ガイア	瀬長島野球場

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 ～

梅雨が明け、沖縄の季節「夏」がやってきました。
せっかく沖縄が一年で一番輝く季節が来たというのに、
どうやら再び「アレ」が戻ってきたようです。

沖縄県内ではコロナウィルス感染者数が爆発的に増加し始めました。第9波は第8波よりも大きな波になるとも言われています。

5類感染症に移行したというコロナウィルスですが、過去に体験したコロナ騒動が未だ記憶に新しい為、最近の感染者急増加に恐怖を隠せません。行政が濃厚接触者などに外出自粛要請ができない5類という分類は、すごく中途半端で困惑します。皆さんどのようにして対応しているのでしょうかね。行政の規制を待つ必要はなく、こんな時こそ各個人の判断が大切になるかと思います。「マスクはしなくても良い。」そうです、しなくても良いです。でも、しても良いんです。昔の私ならマスクをせず、平気で人で溢れる繁華街に行っていたらと思うと思います。「だってもう大したウィルスじゃなくなったんでしょ？5類だし」って自分にとって都合の良い理由を掲げて・・・。

毎年恒例の水納島合宿はコロナの影響で延期になっています。
早く皆で楽しめる日が来ることを願いつつ、今は少し我慢しましょうね。

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 170,300円

6月1日～6月30日到着分の献金

杉岡榮治 高良京子 フランシスコ姉妹会 長久保江世 森下幸子
(株)沖縄歯科器材 富田安世 玉城志保 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 ヒューバー和恵
中村綾子 中村澄子 弁護士寺田明宏 加藤郁雄 糸洲のぶ子
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
その他 匿名の方々

(順不同、カード決済の方はカタカナ表記)

6月1日～6月30日到着分の献品

渡慶次米子 鳥八亭 井辺郁美 高山千穂 三浦恵子
宮内一郎 福嶺紀秀

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



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)



4年目の夏

金武クラシオン職員 一太郎

19歳で覚醒剤使用が始まり、色々な薬物を「合法」だと云って使ってきました。たまに使うだけ、誰にもバレていないから、仕事しているから…だから大丈夫。言い訳ばかりの生活を15年間続けて、いつの間にか覚醒剤だけを求める生活に変わりました。月1回の楽しみが、1週間に1回、3日に1回、気付けば毎晩使っていました。眠れないから睡眠薬を飲み、仕事中は落ち着かないから安定剤に頼る。けれど、毎晩、覚醒剤を使いました。自宅、職場、車の中、コンビニのトイレ…どこでも使うようになってからの生活は長続きしません。

36歳で逮捕されて、約2年間の懲役生活ではずっと下ばかり見ていました。何もかも失い、どうしたら良いかなど考えられず、ただ悲観しているだけでした。

出所と同時に沖縄ダルクへ入寮します。迎えに来てくれた方から差し出された握手の安心感、本当にそれだけで前向きな気持ちになれた事を今でも感謝しています。それでも、ダルク生活が半年も経たない間に昔の自分が顔を覗かせます。

「自分は大丈夫。社交性、礼儀、常識、良識はある、大事な事は自分で話せる。薬も二度と使わない。だから大丈夫。他の人とは違う」こんな事を考えている自分に気がついて、それでもダルク生活を続けてきたのは、これでは駄目だと感じたからです。これが最初の躓きでした。自分の事を何も分かっていなかった為、何も上手くいかず、何故か苦しい日が続きました。

「他の人とは違う」この考えが僕の中から溶けていくのには時間がかかりました。いつの間にか少しずつ溶けている事に気づいたのはミーティングを続けてきたおかげだと、仲間に教えて頂きました。気持ちが楽になって何かを楽しむ時間が増えていました。

ダルク生活が4年過ぎて気づけた事は沢山ありますが、変わった事は僅かばかりです。まだ始まったばかりです。時間が掛かります。一つずつ取り組む事を今もこの先も続けていこうと考えています。



入寮してからの私

職員研修 ナカタク

自分が施設に繋がったのは二年前の二月でした。
その頃の自分は仕事にも行かず酒を飲み続けていました。家族からも酒を止めて仕事をしろと言われ続け、自分自身もそうしないとマズイと思っても止める事ができない、そんな日々を過ごしていました。
そんな時に家族に「一度依存症の施設に行こう。このままだと普通に生活できない。」と言われ、施設に入る事になりました。
その頃の自分は酒を飲む事以外は無気力、無関心だったので施設に入る事も特に何とも思いませんでした。そうやって始まった施設での生活は自分にとって色々考えさせられるものでした。今まで自分がお酒を飲むたびに注意してきた母や弟、妹がどう思っていたか、酔っぱらって自分が約束を破った友人たちの事、そういった事を考える度に早く施設を出たい、償いたいと焦るようになりました。それ以外にも自分が施設で生活するにあたって、その際のお金を家族にずっと払ってもらっている事も焦りの気持ちに拍車をかけました。当時の自分を今思い出してみると、先のことなど全く考えず感情だけで行動しようとしていました。自分がこの施設に来て学んだ事は、先を考えて動く事、周りの人がどう考えて動いているかを考える事です。今までの自分はそう言った事を全く考えず、その場の感情だけで行動し、失敗したら酒に逃げるという事の繰り返しでした。今でも正直に言うと酒に逃げたいと思う事は何度もあります。最近特に飲みたくなったのは、父親と祖父が亡くなった知らせを聞いた時でした。その時は本当に辛くて、酒で感情を麻痺させたい。何も考えたくないと思いましたし、気持ちを持ち直すのも大変でした。しかし飲まずに乗り切れました。っというのも二人が亡くなった原因がアルコールだったからです。これから先も酒を飲みたいと思う事は何度もあると思います。ですが二人の事や施設で学んだ事を思い出せば、酒に手を出さずに頑張っていけると思います。



山梨ダルクへ

6月21日に山梨ダルクへお邪魔し、オールドタイマーメッセージに参加させて頂きました。山梨ダルクの皆様、ありがとうございました！



沖縄国際大学にて講演

7月6日沖縄国際大学にて講演をさせて頂きました。これからソーシャルワーカーを目指す学生さんに刑務所や、刑事司法と依存症などのお話をさせて頂きました。皆様、ありがとうございました！



カケハシオキナワ

7月7日カケハシオキナワのポータルサイトが開設されました。ポータルサイト「カケハシオキナワ」は生活に困まっているのに相談先がわからない、物資の提供や寄付をしたいが送り先がみつけないという課題を解決しようと開設されたものです。食料や住居、医療や福祉など幅広い民間支援の取り組みが網羅されていてキーワード検索で支援団体を見つけることができます。沖縄ダルクも支援団体として参加し、記者会見とFM那覇に出演させて頂きました。



「カケハシオキナワ」の開設を発表した関係者ら＝7日、那覇市の県庁記者クラブ

困窮者支援 「架け橋」に

情報一元化、サイト開設

困窮者への支援を
提供を一元化したポ
ータルサイト「カケハシ
オキナワ」が7日リ
スされた。サイトの運
営を担うエフエム那覇の代
表取締役や支援団体の代
表らが同日、那覇市の県
庁記者クラブで記者会見
し、支援団体、地域貢献
したい企業や人、困つて
いる人の「架け橋」にな
るサイトにしたいと、福
広い利用を呼び掛けた。



「カケハシオキナワ」は、困窮者への支援を
提供を一元化したポ
ータルサイト「カケハシ
オキナワ」が7日リ
スされた。サイトの運
営を担うエフエム那覇の代
表取締役や支援団体の代
表らが同日、那覇市の県
庁記者クラブで記者会見
し、支援団体、地域貢献
したい企業や人、困つて
いる人の「架け橋」にな
るサイトにしたいと、福
広い利用を呼び掛けた。



沖縄の支援を紹介する・聞くカケハシオキナワ
「一般社団法人沖縄ダルク」

いい夢だと思いま課題だと思ってることだとかあのみんなに知って
ほしいことってありますかそうですね

奈良 蓮

沖縄ダルク
代表理事 佐藤和哉さん

セバスチャン局長



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



6月1日から6月30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	
5日	那覇保護観察所引受人会 講話	那覇保護観察所
16日	那覇保護観察所プログラム	那覇保護観察所
16日	DV防止について考える講座 参加	沖縄県総合福祉センター
21日	オールドタイマーメッセージ 参加	山梨ダルク
27日	FM那覇 カケハシオキナワ 出演	FM那覇
28日	他施設スポーツ交流 琉球ガイア	瀬長島野球場

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 ～

梅雨が明け、沖縄の季節「夏」がやってきました。
せっかく沖縄が一年で一番輝く季節が来たというのに、
どうやら再び「アレ」が戻ってきたようです。

沖縄県内ではコロナウィルス感染者数が爆発的に増加し始めました。第9波は第8波よりも大きな波になるとも言われています。

5類感染症に移行したというコロナウィルスですが、過去に体験したコロナ騒動が未だ記憶に新しい為、最近の感染者急増加に恐怖を隠せません。行政が濃厚接触者などに外出自粛要請ができない5類という分類は、すごく中途半端で困惑します。皆さんどのようにして対応しているのでしょうかね。行政の規制を待つ必要はなく、こんな時こそ各個人の判断が大切になるかと思います。「マスクはしなくても良い。」そうです、しなくても良いです。でも、しても良いんです。昔の私ならマスクをせず、平気で人で溢れる繁華街に行っていたらと思うと、思っています。「だってもう大したウィルスじゃなくなったんでしょ？5類だし」って自分にとって都合の良い理由を掲げて・・・。

毎年恒例の水納島合宿はコロナの影響で延期になっています。
早く皆で楽しめる日が来ることを願いつつ、今は少し我慢しましょうね。

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 170,300円

6月1日～6月30日到着分の献金

杉岡榮治 高良京子 フランシスコ姉妹会 長久保江世 森下幸子
(株)沖縄歯科器材 富田安世 玉城志保 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 ヒューバー和恵
中村綾子 中村澄子 弁護士寺田明宏 加藤郁雄 糸洲のぶ子
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
その他 匿名の方々

(順不同、カード決済の方はカタカナ表記)

6月1日～6月30日到着分の献品

渡慶次米子 鳥八亭 井辺郁美 高山千穂 三浦恵子
宮内一郎 福嶺紀秀

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



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)

