

発行所 日本キリスト教団 なか伝道所
〒231-0026 横浜市中区寿町3-10-13 金岡ビル205
Tel. (045) 671-1109
振替 00200 - 1 - 47369
E-Mail: naka@church.jp http://church.jp/naka/
発行者 石倉夕子 (題字 松橋 順)

宣教方針

- ① 貧しい人々への福音に共にあずかる。
- ② 地域の問題に関わる。
- ③ 諸教会に呼びかけてゆく。

集会 主日礼拝 日曜日 午前10時30分より

「薬物依存」について

横浜ダルク・ケア・センター職員

山田貴志さん



講師の山田 貴志さん

これまでアルコール依存の苦しみとそこから立ち直りは聞く機会があったが、今回はじめて薬物依存について聞く機会を持った。社会の生きづらさが増すにつれ、依存症に悩む人も増えている。そのような人たちに寄り添い、支えているダルクの働きを語ってもらった。

ダルクとは？

今日ははじめに横浜ダルクについて、次に薬物依存について私自身の体験をもとにお話します。

ダルクでは日々薬物を辞めていくリハビリをしています。アルコールも薬物とみなし、精神的・肉体的な依存度は高いです。横浜ダルクは施設長と六名の職員、その他のお手伝い

を入れると十名程度のスタッフで行っています。利用者さんは入寮施設(普通の家)があります。初めは十二名入居できる所が一つのみでしたが、今では五か所が増えました。総勢三十一〜二名の方が利用しています。入寮相談はほぼ毎日あります。通所リハビリの方も十名ほどいます。寿町の簡易宿泊所から通っている方もいます。入寮を経て居宅支援を受け、アルバイトをしながら、空いている時間を通所に利用しています。これが一番理想型です。通所の方は朝自分で起きて来なくてはいけないため、来なくなる方もいて人数の変動が激しいです。多いと十名、少ないと五名くらいです。寮の方とあわせて日中は総勢四十名くらいの方がリハビリしています。

日中のプログラムは九時にデイ活動が開始されます。職員会議がありその日一日の活動や役割分担などを話します。その後朝礼で、朝読んだ新聞の中から今日のニュースを発表してもらったり、今日の天気、一日の流れを確認し、最後に今日も一日薬物を使わず穏やかに過ごせるよう黙想を行い、その後全体掃除をします。その後ミーティングを行います(不思議な効果(ミーティング効果)があります。皆さんで円を組んで、その日のテーマに沿って話をしてもらいます。話せる場が他にはないので自分の事をよく話し、それを他の方はよく聞いています。

その後各自で昼食をとります。食べ方は自由で、ダルクの台所で自炊をする人もいます。

入寮者の一日の生活費は二千元と決められています。初めて入寮する方には生活費は渡さず、ペアを組んで、ペアの方にお金の管理してもらい、1ヵ月位生活面を見てもらいます。午後は認知行動療法を行います。これはミーティングについていけないような重複障がいの方への支援で、視覚的な手がかりのある絵付きの文献等を利用して行っています。一五時三十分には終わりの会を行います。終わりの会では今日一日の感想や明日の予定の他、必ず「アフォーメーション(感謝の時間)」を設け、その日一日を通して感謝したい相手を決めて、その相手に感謝の気持ちを表す時間を設けています。利用者さんの今までの生活は奪ったり壊したりする人生でしたから、与えることや人に感謝する時間を設けています。デイ活動はこれで終わり、通所の方はこれで帰宅したり、入寮の方と一緒に夜の他の自助グループに参加します。自助グループは依存症の方が仕事の後に参加しやすいように駅周辺などで開かれています。再び破壊の道を歩まないように、ミーティングに参加しています。これを毎日繰り返してもらいます。

土曜日は一日レクリエーション活動です。サーフィンやサッカーや卓球、DVD観賞などをしています。そして夜は自助グルー

プに参加します。日曜日は冒険ですが一日オフになります。デイケアも自動グループもないです。時間の使い方がわからない人も、経験としてオフの日が必要です。

これが月曜日から日曜日の一週間の生活日々のプログラムになっています。プログラムにはエンカウンタープログラムというのがあります。薬物依存をかかえる人は恨みや怒りの感情と密接な関係があるので、このような感情を持つている人の話を聞き、みんなで考えるプログラムで、毎週二回行われます。その他金曜の午前中にヨガ・畑作業などのプログラムが用意されています。自分自身が十七年くらい前にダルクを利用していた時と比べ、随分変わりました。昔はルールと支配、コントロールの世界でした。今は、できればルールをつくらないで、自発性を持ってやってもらう事を大切にしています。回復率も上がっていると思います。今の利用者さんは優秀でまじめだと思います。スリップ（薬を使ってしまった、アルコールを飲んでしまった）するところが少ないです。

ダルクは今から三十年程前に第一号が日暮里に出来ました。二五年前、横浜にダルクができました。現在は北海道から沖縄まで七〇数カ所あります。そして現在も増えています。昔は当事者や親たちで試行錯誤しながらダルクをつくりました。昔に比べ依存に対する考え方も変わってきたと思います。

薬物依存症について

私は薬物依存の当事者で、十六年前に東京の日本ダルクの扉をノックしました。私の場合十七歳で薬物が登場しました。学歴社会の中で育ち、当時、よい大学に入らなないとレールから外れると思い、必死に勉強しました。放課後、仲間とコーヒーションで勉強したりして帰るのが習慣でした。ある日そのコーヒーションで「マリファナと市販薬（液体の咳止め）を週末一緒に吸ってみないか？」と誘われました。薬物だという認識はありません。飲むとどのような気分になるのかという好奇心と少しの不安がありました。しかし好奇心が勝って飲んでしまいました。それがすべての始まりでした。初めはさほど変化は感じられませんでした。頻繁に使うようになると集中力が出てくるようになりました。薬を飲むと勉強が苦痛ではなく楽しく集中して行うことができました。苦痛からの解放が依存への道でした。授業中先生に指されるのが不安で苦痛でしたが、薬はこの不安や苦痛を取り除いてくれました。親には一回も相談できませんでした。大学では一年間薬を飲まず何とか生活していましたが、勉強についていけず苦痛でした。二年生になる頃、「コダイン配合」の風邪薬を大量に飲むようになり、一本千円くらいの咳止めを持ち歩きました。苦痛だった満員電車も薬を飲んで小説を持っていると、いつまで

でも乗っていられる感じがしたのです。また誰かが自分を見ているようでヒーローになったように感じました。薬なくしては満員電車や授業に行けなくなりました。そのうち大学に行かなくなりました。薬を使うとより楽しくなり、三年生になると薬を飲んで一日中ゲームセンターにいました。アルバイトをする時も薬を使うようになりました。薬を飲むと苦痛や不安、緊張を消し去ってくれるのです。二四〇五歳になると

朝起きる時にも薬を使うようになりました。薬が切れると無気力になり三日でも寝続けて、食欲もありませんでした。自律神経が狂うので手が震え、真冬でも汗をかいていました。このような肉体的症状や精神的苦痛から逃れるためにさらに薬を使っていました。そのうち薬なしでは朝起きられず、歯磨きもトイレにも、お風呂にも行けなくなりました。トイレに行く時も気力が必要で、行けない時はペットボトルに尿を足していました。親が時々捨てていました。薬なしでは生活できなくなり、薬中心の生活になります。二七歳で自分からダルクに行くようになったのは、お金が続かなくなつたからです。購入するお金が足りなくなると親の財布からお金を取るようになり、そのうちキャッシュカードも使いました。その後、薬品その物を万引きするようになり、お金に替えられる物も万引きをし、最終的には金融業者や付き合っていた女性からもお金を借りました。薬を得るためなら

ば何でもしました。売る方法を知っていたら自分の臓器も喜んで売っていたと思います。善悪を判断できず、罪悪感もありませんでした。

借金の催促で疲れ果て、父親に打ち明けました。それまで父親とはほとんど話したことはなく、一対一になると何を話していいかわかりませんでした。初めて困っていることを伝えると、精神病院に連れて行かれましたが、病院の空きベッドがなく、ダルクを薦められました。薬を飲んで緊張感を飛ばしてから、施設の門を叩きました。高校時代から吸っている人はいましたが、最後まで薬にしがみついているのは自分だけでした。なぜ自分だけ「薬をやめることができるのか」と思いました。ダルクに行くこと「薬を使うか否かが問題ではなく、生きづらさを解消していくことが薬を使わないことに結び付く」と教わりました。ダルクでは薬を使わないためには何が必要か、自分探しの旅でした。歯を食いしばってやめようとしても意味はなく、またやめられないです。プログラムを通して自分を見つけていくことがリハビリの本質です。

そして現在・・・

薬をやめて十三年目になり、この間結婚をして子どもが二人生まれました。ダルクを卒業した後は、内装業の仕事をしました。三年前から横浜ダルクに勤め始めました。薬物依存はまわりの物を壊していく治らない病気です。（四ページに続く）

使信

ささやかな人生のために

石倉夕子

何事にも時があり、天の下の出来事にはすべて定められた時がある。

生まれる時、死ぬ時、植える時、植えたものを抜く時、殺す時、癒す時、破壊する時、建てる時、泣く時、笑う時、嘆く時、踊る時、石を放つ時、石を集める時、抱擁の時、抱擁を遠ざげる時、求める時、失う時、保つ時、放つ時、裂く時、縫う時、黙する時、語る時、愛する時、憎む時、戦いの時、平和の時。人が労苦してみたところで何になろう。わたしは、神が人の子らにお与えになつた務めを見極めた。神はすべてを時宜にかなうように造り、また、永遠を思う心を人に与えられる。それでもなお、神のなさる業を始めから終りまで見極めることは許されていない。わたしは知つた、人間にとつて最も幸福なのは、喜び楽しんで一生を送ることだ。と。人だれもが飲み食いし、その労苦によって満足するのは、神の賜物だ、と。

(コヘレトの言葉 三章一〜三節)

コヘレトの言葉が書かれた時代は、社会的にこれ以上ないほど抑圧され、戦争(権力争い)に翻弄される時代でした。特に「奴隷労働」に代表されるように、彼らの生活は、とても苦しいものだったと言われています。その中でコヘレトはこの書をしたためます。

一節の「時」という単語は、それぞれ違う単語です。最初の「時」は「一定期間」を表します。後の方は、その瞬間を表します。何事にも時があるの「時」は、人間の人生、一生という期間

を表しています。すべて定められた時とは、その人生の一瞬、まさしく「今」という時です。そしてこのことを

具体的に語つたのが、二節から八節です。半分は肯定的なことで、半分は否定的なことです。全部で二八個あります。オリエント文化で二八は全体と

か、完全を示す数字だそうです。コヘレトは私たち人間が人生の中で体験する、様々な日常体験を語ります。二節前半は、全ての人に共通です。そしてこれは本来、人間の思い通りにはならない

神の領域です。後半は農民の知恵です。これも本来、神の恵みの中の出来事で植え時、収穫時は、本来人間の思い通りにならない、自然の時です。(現在

は、人間の都合によってどうにでもなります。)三節の殺す時、破壊する時は、暴力的な死を表しています。人間の否定的で恐ろしい面です。一方で

最近、祖父母の勧めで句作(川柳?)を始めました。

えいとねえ

すみえちゃん きょうはいないよ しょぼんだね

かくれんぼ えいしゅんさんが あせかいた

(伝道所に來る目的を正直に詠う 幸前花 八歳)

人間は、癒やし、建設するという、素敵な面もあります。四節は人間の感情です。泣く、嘆くは人生の悲しい側面です。笑うこと、踊ることは、人生の喜びを表します。五節は現代の私達の生活では想像

するしかないのですが、石を放つとは今で言う大砲のようなもので、戦争の時に敵地を破壊するために使われました。逆に石を集めるとは、作物を植える畑を作るために石を除き集めるという作業のこと

のようです。当時のパレスチナの土地は畑を耕作するには石が多く大変だったのでしよう。五節の後半は、夫婦関係だと思われま

す。性的関係を持つ時と、それを断つ時。ユダヤの規定の中で、女性の生理期間中は汚れの時で、女性に触れてはいけない時です。六節は経済活動を表しています。頭にお金や富という言葉をつけてみてください。七節の裂く時とは、イスラエル民族の古い伝統で、苦痛や不幸を経験した時、衣服を裂く行為のことです。そして他人の苦痛、もしくは自分の苦痛、煩惱を前にして言葉を無く

することもあります。沈黙が必要な時もあります。逆に雄弁に語らなければならぬ時もあります。そして8節前半で人間の感情を語ります。それに続く形で後半へと続きます。

さてコヘレトは何を語りたかったのか

しょうか？ 神は私達人間に、良い面も悪い面も与えた。神が与えた運命なんだよと、運命的なことを語っているのではしようか。二節の前半を見て下さい。「生まれる時」という言葉から始まり、その後、否定的な言葉があり、次に肯定的な言葉が来るといふ規則性があります。二節だけこの逆です。そして八節「平和の時」という肯定的な言葉で終わります。この最初と最後の行為は人間の肯定的側面です。サントイッチのように語るによりコヘレトは、神は人に両方の面を与えた。そして神が定められた時の中で、人は「命」を生き抜き、そして再建するためにその一瞬の時を与えられていると結論づけているのではないでしょうか。九節以下は、よく快樂主義として捉えられています。決してそうではないと思います。神は人を創られた。そしてそれを見てよしとされた。本来神は私たちを理想のものととして創られました。誰からも抑圧されることのない、

自由な存在として創られたのです。しかし私たちはそうでない世界を作ってしまった。このコヘレトの時代から、人が人を抑圧し、支配し、神の創造とは大きく異なった社会だったので。十節は、今を精一杯生きることだと考えます。しかしそれを許さない社会。喜び、楽しんで、一生を送ることのできない社会にしてしまいました。喜び、楽しんで一生を送るとは「快樂主義」ではなく、十三節を受けています。「働き、そして飲み食いする満足」です。人間にとつて本来平等に与えられた、神からの恩恵です。コヘレトの時代も、これらができない時代でした。それは外圧が激しく、強い国に支配され、民族のアイデンティティを持ってない時代だったからです。そのアイデンティティを持つために、当時の宗教指導者の祭司たちは「神は正しい人に富と子孫と長寿を与える」として、律法を厳格に守ることを説きました。いわゆる「利益信仰（応報論的信仰）」です。

の低い地域への母子避難で普段離れて暮らすお父さんと、横浜で台流する家族。嬉しそうなお父さんと、久しぶりに心から笑ったという母親。「帰りたいな」といふ言葉に、福島で暮らす苦悩や悲しみ、そして怒りを痛いほど感じる。これがこの国の現実なのだ。（石倉夕子）

まど

◇「子どもたちにはあはれはダメ、これはダメと言うことなく自由にしてあげられた。」福島原発事故により被災された家族のための保養プログラム（神奈川県日で開催された。十四家族が参加。線量

これに対しコヘレトは「違う」と断言したのです。それが今回の聖書です。コヘレトの時代そうであったように、現代も人が人らしく生きていけない世の中です。食べて、飲んで、労働（と苦労）の成果をうけ、楽しむこと。喜んで、幸せに生きること。今を精一杯生きること。これらは全て人間の権利であり、神からのプレゼントです。しかし現実とは違います。天の国とは来世のことでしょうか。この世では持てないものなのでしょうか。コヘレトもそのことを見出すために考えます。そしてイエスは、今この時に天の国を実現するために起こした行動によって、十字架に架けられたのです。すべての人が今を精一杯生きられるように、天の国を実現するために、何をなすべしなんでしょうか。一人一人が、今この時を精一杯生きられるように、このコヘレトの言葉を今一度噛み締めましょう。

◇◇◇◇◇

(二ページ続き)常にチェックが必要で、一生死ぬまで自分が依存体質であるという自覚を持って生きていかなければなりません。薬の良さを知ってしまった人にとって、薬を使わずに生きるのは味気ないものなのです。薬を使えば何倍も楽しめます。しかし薬は全てを破壊します。いがみ合った

り、恐れや怒りなどの感情を生みまします。アルコールではおちよこ一杯をなめるだけでも、薬では薄いものを少しでも使ってしまう。全ては台無しです。自助グループに参加して、依存体質は治らないものだということを、一生かけて忘れられないように今日も生活しています。

支援献金

(まとめ 宮崎祥司)