

RECOVERY

spring
2014

ISLAND OKINAWA

季刊リカバリーアイランド沖縄 [無料] 4
Vol.004

特集◎

新天地、新生活、新人生

脱法薬物の脅威

依存症治療最前線

新潟医療福祉大学 准教授 近藤あゆみ
薬物依存症者本人に対する家族の関わり方

常盤大学教授 小柳 武
民間薬物依存リハビリセンター・ゲルクが
刑事施設に関わるころの思い出と期待

RECOVERY

ISLAND OKINAWA

RECOVERY island okinawa Vol.4

2014 Ryukyu-gaia MOOK

Art direction: Yuuji Ueda

リカバリーアイランド沖縄は、

依存症から回復したいと願う人たちに、

“希望”のメッセージと様々な“選択肢”で

「あなた」を応援する季刊誌です。

03 巻頭特集◎

新天地、新生活 新人生

04 琉球GAIIAスタッフ

上田 裕司

「Brand・new・Life」

05 琉球GAIIA OBFさん

「新しい生き方、みつけたっ」

06 第2特集◎

脱法薬物の脅威

GAIIA入寮者 Kさん

「これまでとこれから」

07 第3特集◎

依存症治療最前線

薬物依存症者本人に対する家族の関わり方

新潟医療福祉大学 近藤 あゆみ

08

民間薬物依存リハビリセンター・タルクが
刑事施設に関わるころの思い出と期待

常盤大学教授 小柳 武

10

第4特集◎

ポジティブパワー（元気の出る源）

琉球GAIIA 代表理事 鈴木 文一

11

第5特集◎

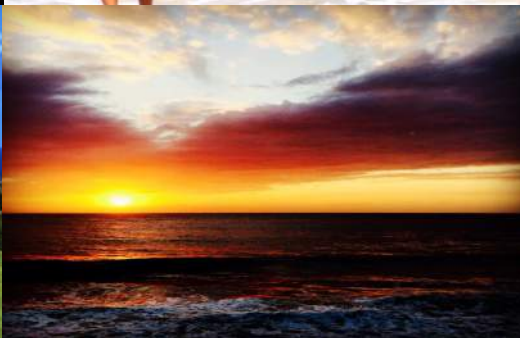
琉球GAIIAの家族支援プログラム

東京と沖縄で依存症のこ家族を対象とした家族会の開催

最初からクスリが好きでしようがなかった人なんていない。
一人で抱え込み孤独を感じていたのかもしれない。
周囲から期待や重圧を感じていたのかもしれない。
人と違う違和感を感じて生きて来たのかもしれない。
あの時の事が心に深く突き刺さっているのかもしれない。
過去とクスリによって支配されてしまった人生・・・
みんなそうだったよ、沖縄に来るまでは・・・

Touch the Soul and Feel the Warmth

一緒にやり直そうよ・・・



Brand-new Life

琉球GAIAスタッフ

上田 裕司
U E D A Y U J I

Profile

上田 裕司 (うえだ ゆうじ)
1982年生 兵庫県尼崎市出身
(略歴)

2009年11月 琉球GAIA入寮

2011年 3月 琉球GAIA スタッフとして活動

2011年11月 結婚 (復縁)

2012年 2月 第3子誕生

現在沖縄で妻と長男・長女・次男と5人暮らし。

皆様こんにちは、琉球GAIA (以下GAIA) スタッフの上田と申します。

沖縄に来て・・・そして僕の新生活が始まって4年が経ちました。苦しい時期もありましたが、今はとても穏やかで幸せな日々を過ごしています。

「回復とはなんなのか? クスリを使わずに生きるとはどんな生き方なのか?

僕にとっての回答は【自分の問題と地道に向き合い続ける事】【生まれたての0歳から始める事】でした。

元々僕は、目立ちたがり屋でちやほやされたいという願望が強く、そうした事から人に負けたくない、人の真似はしたくない、人の言う事は聞きたくない、人と同じやり方はしたくない、そうゆう性格でした。悪い事ばかりじゃなかったけど、僕にとってその考え方は、大きな生き辛さになっていたんだとGAIAに来て気付きました。両親や兄弟からも常々「普通を知りなさい」とよく言われていました。

そしてGAIAで今までの自分の生き方についてじっくりと見つめ直す機会を得た事で、人間関係の築き方にも問題がある事を知りました。でもそうした問題に気付く事は出来ても、それを改善していくには長い時間と苦痛を伴います、でも一人じゃなかった。同じ問題を抱えた仲間と共に自分の問題と向き合えました。そして今は事あるごとに立ち返る事の出来る原点を得たように思います。

以前の僕は自分の事が全く好きになれず、頑張って努力してそれなりの結果を出しても一向に満足できない。自分も他人も褒められない。あらゆる事への間違い探しに翻弄される。そんな日々を送っていました。そんな時に出会ったのが覚醒剤です。覚醒剤は全ての【歪】を取り去ってくれました。自分の欠点すら長所に変えてくれました。それが偽りの長所だと気付かせないように・・・

でも使えば使うほど全てが少しずつ絶妙なペースで崩れていきました。確実に。家庭も会社も友人関係も、そして自尊心すらも・・・見事にまんべんなく崩れて行きました。



そして崩れきった感のある日、一人の※住職が家にやって来て「今すぐ沖縄の施設に行きなさい」と提案してくれました。その時の僕には他に選択肢はありませんでした。僕の人生にとって大きな転機となった瞬間でした。

そうしてGAIAにやってきた僕は、自分の内面に起きている様々な問題と向き合う機会を得ました。しかしプライドの高かった僕は、そうした問題を認めて向き合いはじめるまでしばらく時間が掛かりましたが、代表の鈴木氏をはじめスタッフの方々が本当に粘り強くサポートしてくれました。そうした環境の元、赤ちゃんで例えると【寝返り】や【はいはい】を、同じく生まれたての状態にある仲間達と共に学びました。今、クスリが止まって4年が経ち、いわば4歳児です。どうにか少しづつ【歩き方】がわかって来た感じです。以前の僕はろくに歩き方も分からぬまま、なんでも抱え込み、行き先も持たず全力疾走、壁にぶつかって方向転換。ピンポン玉のような生き方でクシャクシャになりました(笑)。

【今日一日、僕は余計な荷物は背負わず、ゆっくり歩いて行きたいと思います。】

そうして今はスタッフとして仲間みんなのサポートをさせて頂く側となり、代表の鈴木氏やスタッフの方々が僕に対して粘り強く愛情を持って接してくれたように、またGAIAの仲間達が当時、荒んでいた僕に笑顔で居場所を与えてくれたように、僕もGAIAの仲間達や、愛する家族と共に、新しい人生をその時の流れに身を任せながら歩めたら、本当に幸せな真人生だと思っています。まだまだ家族の事や沖縄での暮らしなど、書きたい事は山ほどありますが、最後にこの誌面をご覧になられている未だ薬物依存に苦しむ方、そしてそのご家族の方々へ一番伝えたいメッセージを綴ってペンを置かせて頂きます。

「今まで苦しい思いをされた分、きっと笑顔になれますよ、あなたは一人じゃない。共に新しい生き方ははじめましょう。お会いできる日を楽しみに待っています。」

ありがとうございました。



「新しい生き方、みつけたっ」

琉球GAIA OB Fさん

早いもので、私が回復施設につながってから十回目の春が来ようとしています。この六月で、私のグリーンも七年を迎えます。いつの間にか、グリーンのほうが長くなってきました。沖縄へ来るまでは、スリッパが止まらず、高いビルを見れば、いつかあそこから飛び降りるのではないかと、意味もなく不安になっていたことが、つい最近のことのように思い出されます。

春を迎え、社会が一斉に新しい動きに包まれると同時に、都会でも道ばたに咲く小さな草花が一斉に咲き始めます。桜も満開になり、何か新しいことがはじまりそうでワクワクしてきます。しかし、この時期は仲間が亡くなることも多いんです。私が沖縄へ来てから最初の年、突然の知らせが届けられました。今だから書けるのですが、あの頃の私には、いつか自分も死を選択してしまうのではないかとということが、とても現実感をもって迫ってきていました。だからなのでしょう、死を選んだ仲間共感することが恐ろしく、受け入れることが出来ませんでした。

「天国から、俺たちのことを見守っていてくれるよ。」

これでようやく楽になったんだ。お疲れ様でした。」

そうやって祈る仲間の言葉は、きれいな事にしか聞こえず、それを受け入れてしまったら、自分がいなくなってしまうようで、とても怖かったことを、よく覚えています。

この季節になると、私はいつも何とも言えない気持ちになることが多いです。大好きな季節なのですが、それは、ずっと小さい頃からそうだったように思います。特に思春期に入り、不登校がはじまってからは、春は自分だけが取り残されていくようで、不安定な気持ちになることが多かったのです。ただ、そんななかで薬の生活がはじまり、身体の快楽と精神的な解放と共に、目に見えない「透明な檻」がゆっくりと築かれはじめたんです。透明だから周りからはなかなか気づかれず、その中にいれば私は安心することができた。やっと見つけた、私の「安全基地」でもあったんです。八畳の部屋、散乱した破廉恥な本やビデオ（懐かしい!）、何かを書き殴ったような意味不明のメモ書き。両戸は全て閉められ、一カ所だけ5センチほど開けてある。それが、私と世界とをつなぐ小さな「ドア」。最後、つぶれる間際に、たまたまショパンのノクターンが流れたんです。その瞬間でした。その5センチの世界の窓から、真っ赤に燃える夕日の光が差し込んできたんです。リピートされるピアノの音色と、流れ続ける破廉恥なビデオ、足の踏み場もない部屋に1人。電話をかける相手もなく、かかってくることもなく、ただ、夕日を見て「終わった。全てが、終わったんだ。」と、無表情のまま、ただ、涙が流れていきました。ほほを伝わる涙に暖かさを感じながらも、私はカッターで自分の手首や顔を切っていました。狂気だけが、私を安心させてくれたように思います。

そんな私も、この春に卒業を迎えます。しかし、冒頭に書いた「新しい生き方」とは一体何なのでしょう。バイトをしたり、学校へいったりすることなのでしょう。私は周りから見れば立派にやっているように見えることもあるらし

く、実際、この数年間は走り続けてきました。

きっかけは3.11後の被災地での体験です。人はいつ死ぬかわからない、好きなことをやろう。やりたいことをやろう、と本気で思い、人が生きるのに大切なことを学びました。私にとっての新しい生き方とは、「魂の成長のために生きること」だったのです。

12ステップは、人として何も特別なことをしろ、というものではありません。それよりも、人が持っている力や能力を最大限発揮するのにとても有効だと思います。豊かな土壌に立派な野菜が育つように、畑を耕し、良い種を選び、水をやり、手入れをしながら、時には逆らえない自然の力に右往左往して、太陽に向かって精一杯命を全うする。そんな生き方を、教えてくれているように思うのです。桜には桜の自然が、ヨモギにはヨモギの自然があります。桜がヨモギを目指したり、そうならない自分を責めるのは、私が福山雅治になれないと言って落ち込むようなものです。ああ、勘違い。それだけです。

では、これから何をしていきたいと思います。確かに専門学校へも通わせてもらって、不安だった学生生活もなんとかこなしている。ミーティングにも出ている。でも、やっぱりなんか私って偉そうだし、周りからの目も気になる。それが苦しい。がんばるほどに謙虚さからも遠ざかって、イライラして、怒っちゃいけないと思うほど、気がつくともまた怒鳴っているのに、やめられない。そうか、「知っている」と「出来る」ことの違いには、こんなにも大きな違いがあったんだ!!

そう、ステップを信じて、「出来ること」をやり続けることが、私の「新しい生き方、みつけたっ」なのです。地球は「行動の星」なのだと思われ、私の大好きな人が教えてくれました。そして「学びの星」でもあるそうです。だから、昨日と一つでも違う行動をしたら、それは立派な前進なのです。ただ、私は古い地図を信じて使っていたから、病院に着いたのです。新しい「ステップ」という人生ナビゲーションを手に入れ、地図もアップデート完了!あとはそれを信じて進むだけです。今のところ、とても素敵な出会いを運んで来てくれています!ただ、行き先を教えてくれないのが、このナビの難しい所ですね(笑)

沖縄へ来たのも、ガイアに出会えたのも、もしかしたらナビにセットされていたのかもしれませんが。本当に感謝しています。バイトに大学、自助活動にボランティア、大忙しですが、「与えるもの」が「与えられるもの」。そう信じて、今日も失敗しながら、これを書いて1cmだけ前に進めました。

明日は、今春卒業する同級生と施設との野球の記念試合です。これも、ずっとやりたかったことです。どうか、雨がふりませんように。どうか、仲間が幸せになりますように。

みんな、ありがとう。私は、元気です。

第二 特集 脱法薬物の脅威

【これまでとこれから】 琉球GAIA 入寮者 Kさん

『脱法なら大丈夫でしょ?』

初めて買う時によぎった自分への安易な言い訳。 周りの人を、自分を傷つける毎日が始まった瞬間でした。

しばらく前のこと。 心の平安を求め、二十年ぶりに戻った故郷は、理想とかけ離れていました。 数カ月前に転職した会社はまったくと言っていいほど水が合いません。 一緒に来てくれた妻をなだめ、自分自身も慰める毎日。 会社でも、家でもストレスを感じ、拠所を探していた矢先、家から数百メートルの所に脱法ハーブ屋を見つけました。

冷やかして終えるつもりでした。 世の中を騒がしている脱法ハーブとやらを見てみよう。 少し興味があるだけで、使う必要はない。 店員と話しているうちに、冷やかしかは好奇心へ、そして購入するための言い訳が自然と湧いてきました。 『マジメに頑張っている』『ストレスが溜まっている』『息抜きしたい』そして『脱法なら大丈夫でしょ』と。 お店を出る時には安価で、タバコのような脱法ハーブを手に、ただただ興奮していました。

常用までさほど時間は掛かりませんでした。 今まで以上に一人を好み、妻とは口論が多くなり、仕事以外の時間はハーブを使う。 身体も精神も支配され、なすがままの状態。 しらふが憂鬱、どうやって脱法ハーブを入手し、使うことしか考えない毎日。 しかし、使ってから強烈な罪悪感に苛まれ、『生きていても迷惑かけるだけ』『死にたい』と思うように。 この精神状態に耐えられるわけもなく、さらにハーブを使う。 くりかえし、くりかえし。

きっと自分の中で火事が起きている。 解かっているけど、どこが燃えているのか、出火原因すらもわからない。 本当は逃げるべきなのだろうが、どうやったら逃げられるのか、わからない。 第一、このまま死んでしまってもいい気がする。 流され続け、日々苦しくなってゆく中、自分は自分を見捨てました。

さまよい続ける自分を、勇気を持って助けてくれたのは、妻と母親でした。 自分は病気であり、このまま回復するのは不可能だと言われました。 そうして渡されたのは、GAIAのフリーペーパー【RECOVERY】でした。

沖縄行はすぐに決断しました。 このまま流されて毎日過ごすのは、死んでいるのと同じ。 勇気を出してくれた家族のために、前を向こうと。

期待と不安とハーブへの未練が複雑に交差する中、何とか沖縄に到着。 一週間後には、家族も周りの人もひどく恨んでいました。 こんな所に閉じ込めやがって、と。 自分の事を『仲間』と呼ぶ知らない人達、何か喋らされるミーティング、いびきのうるさい三人部屋。 自分の居場所ではない、帰りたいと心の底から思いました。 一週間後には、『ハーブはもう止まったから帰る』とスタッフ相手にごねる日々。 結局は使いたいだけ。 底をついた辛い記憶はいずこへ。 大好きだけど、別れた彼女のようにでした。 彼女の為なら、すべてを投げ出してもいいと思えるところまで。

依存症の本質は、異常なまで偏った自己中心的な考え方。 自分のどの部分を開けて見ても、自分しかない。 ゲームも携帯もなく、存在するのは共通の目的を持った仲間と有り余る時間。 この環境は、否が応でも自分を見つめさせられます。

毎日決まった時間に起床し、朝ご飯を作って、ミーティングして、ジムやサーフィンに行く。 夜ご飯を作り、仲間と話をして、寝る。 この生活を淡々と繰り返す。 仲間と笑うこともあれば、些細なことで衝突もする、簡単にとらわれる。 当初三か月で帰ることを決めていた自分は、毎日カレンダーを眺め、指折りしていました。 早く元の生活に戻りたい。 仕事がしたい。 止めに來ただけだ。 もう十分だろうと。

事の本質はこの生活から逃げたかっただけ。 いざという時は、いつも逃げていた自分。 心の平安を求め、故郷に帰ったのも、辛い仕事から逃げたいから。 防衛本能であり、自分の成長を著しく妨げていた要因。 ある日、先行く仲間から言われました。 そこまでわかっているなら、今回は逃げちゃダメだと。 ここで正しい一歩を踏み出そうと。

カレンダーを眺め、指折りする毎日はやめました。 そんなのは辛いだけ。 委ねてしまったほうがいい。 今は使うことを諦め続ける。 自分の中にブレない軸を作る。 仲間とスタッフと切磋琢磨する。 毎日笑う。 そして、この環境に、沖縄という島に、遠くにいる家族や先行く仲間感謝する。 気持ちの持ち方次第で、悲観的に見えていた毎日は、今ではキラキラと光っています。

もしも脱法ハーブを吸わなかったらと後悔していた毎日。 GAIAはそんな後悔の念から解放してくれました。 過去にとらわれる日々は何も生まない。 これまでの失敗から得た気づきを胸に、これからは前を向いて歩いていきたいと思えます。

妻と母と仲間感謝 K

依存症 治療 最前線

薬物依存症患者本人に対する家族の関わり方 ～良い言動にはごほうびを！ 良くない言動にはとりあわない！～

新潟医療福祉大学 社会福祉学部 准教授
近藤あゆみ

本人の回復には長い時間がかかります。ようやく回復の道のりが始まって、本人の言動が急に大きく変化するわけではないでしょう。依存症者の言動ばかりが目立っていた時期から、少しずつ自律的な言動が見られるようになっていく間、家族としてはどんなふうに関わっていくのがよいのでしょうか。

まだまだ頻繁にみられる本人の良くない言動に対して、家族がやっと思いがちなのは、つついカッとなったりムキになったりしてしまうことです。その一番典型的な場面は、本人が薬物を再使用した時でしょうか。せっかしくばらくスリを使わないで生活できたのに…とショックを受けた家族は、つい本人を怒鳴りつけたり責めたりしたくなります。

次に、少しずつみられるようになってきた本人の良い言動についてはどうでしょうか。家族にとっては「当たり前」と感じられるような変化も多いので、つい良い言動を見逃してしまったり、これができたんだから次はこれ！とつつい欲張ったりしてしまいがちなのではないのでしょうか。

しかし、本人の良い行動が増えていくためには、実は正反対の対応をとったほうがうまくいわれているのです。どうすればよいのか、もう少し詳しくみていきましょう。

【良い言動に対して】

良い言動はどんどん強化しましょう。人に何かしてもらいたければ、そのことに対してごほうびを出して良い気分になってもらえばよいのです。望ましい行動をした時にはすかさず良い気分を味わってもらうようにすれば、その行動は続けられる可能性がぐっと高まります。例えば、クスリをやめてすぐの本人に対して、また薬物を使って帰ってきたとわかったときに、怒鳴りつけたり責めたりするのではなく、その代わりに、使わないで帰ってきたときに、あたたかい食事を提供したり、笑顔で迎え入れたりすることを積極的にいうやり方です。

このやり方には大事な注意点があります。それは、ごほうびというのは、何も物や金銭とは限らないということです。その人が良い気分になることであれば、それはすべてごほうびといえます。笑顔、言葉、食事、ちょっとしたプレゼント、様々な活動、いろんなものが考えられます。例えば、本人が頑張っていることをちゃんと言葉に表して評価すること、一緒に楽しくあたたかい時間を過ごすこと、安らかな気持ちになれるような雰囲気づくり、本人の立場や感情を理解する気持ちで話をきくこと。このようなものは全てごほうびになりえます。家族の笑顔、あたたかい気持ちの通い合い、相手を思いやるちょっとした言葉がけ、このようなものこそ最も素晴らしいごほうびであることをどうか忘れないでください。

【良くない言動に対して】

次は、望ましくない行動を減らすための方法について考えてみましょう。相手が好ましくない行動をとったとき、わたしたちは反射的に仕返しをしたくなります。誰かにいやなことをされたとき、こちらも相手がいやな気持ちになるようなことを言ったりししたりします。例えば、本人が薬物を使ってハイになって帰ってきたときに、怒鳴ったり、泣き叫んだり、物を投げつけたりするのも同じことです。しかし、このような「罰」の与え方は、実はあまり効果がないといわれているのです。

その代わりに使う方法としては、例えば、その場を立ち去るというものがあります。これは、本人が望ましくない行動をとったときは、そのような行動をとる人と一緒にいたくないということを本人にわからせることができるようその場を離れる方法です。他の家族がそこにいる場合は、足並みを揃えて立ち去ったり、本人に取り合わないでいられたりするとよいでしょう。まちがっても、相手の挑発に乗って議論に巻き込まれたりすることがないようにしましょう。

他にも方法があります。家族にとって望ましくない行動の多くは、家族にとって迷惑であったり心配事であったりするだけでなく、遅かれ早かれ本人に対してのなんらかの悪影響をもたらします。例えば、薬物使用という望ましくない行動のために、ある朝本人が会社にいけないとします。そのような時に、クビになったら困ると思って、家族が会社に言い訳の電話をかけてあげたりすると、望ましくない行動の結果を本人に返すことを妨げてしまうことになるでしょう。これと同じようなことが他にも起きていないかチェックして、薬物使用に限らず、本人の望ましくない行動による悪い結果は、きちんと本人に返すようにしていくのです。

家族のちょっとした変化が、本人の回復に良い影響を及ぼします。本人と関わる機会を上手に活用して回復の後押しができるよう、家族もどんどん力をつけていきましょう！

Profile 近藤あゆみ

現職：新潟医療福祉大学
社会福祉学部 社会福祉学科 准教授
資格：精神保健福祉士
研究領域：薬物依存症患者を対象とした
依存症再発予防プログラムの開発、
薬物依存症患者をもつ家族を対象
とした心理教育プログラムの開発

The Most Advanced Addiction Treatment 依存症治療最前線

写真と文 小柳 武

Profile
小柳 武(こやなぎ たけし)
東洋大学社会学部応用社会学科社会心理学専攻卒業後、法務省矯正施設で臨床心理学の専門職として勤務。また、国連アジア極東犯罪防止研修所にて教官を、法務総合研究所では研究所次長を務める。主として少年非行の研究をしているほか、外国人受刑者や薬物乱用者の処遇に関する研究などに従事した。
法務総合研究所では、犯罪白書の執筆・編集を担当し、我が国の犯罪情勢を分析したほか、国際犯罪被害実態調査に従事し、我が国における犯罪被害の実態、社会不安の調査研究をしている。
2010年4月より、常磐大学国際被害者学研究所の教授となる。



民間薬物依存リハビリ施設・ダルクが刑事施設に関わるころの思い出と期待。

ダルクのことを知ったのが、いつのことなのか今はもう忘れてしまったが、日本ダルク代表である近藤恒夫さんに、日本犯罪心理学会でのミニシンポジウムでの発表を依頼したことだけは鮮明に覚えています。平成6年、慶應義塾大学で開催された第32回大会で、薬物乱用に関するミニシンポジウムを開催しました。私が座長として、発表者を選定するときに、真っ先に近藤さんを考えました。当時はまだ、ダルクは市民権を得た状況ではなく、本場に発表者として問題のないのかなど、多少の心配はあったのですが、学会活動は自由が保証されており、座長が指名すれば誰も反対しないことをいいことに走り出しました。発表の当日は、学会の雰囲気にはそぐわないと思われるダルクの人たちも数人参加し、私は、周囲からそれとなく「お前、大丈夫か。発表だけではなく、原稿も書くんだぞ」といった視線を浴びたのも鮮明に記憶しております。それでも私は、その視線を跳ね返すかのようにして、「薬物乱用を理解するためには、回復者の声を聴くことが絶対的に必要です。」と心の中で叫びながらミニシンポジウムを開催しました。刑事施設（拘留所や刑務所のこと）の元被收容者が、日本犯罪心理学会で発表することは前代未聞で、出席者の多くの人が、驚きながらも真剣に近藤さんの発表に聞き入っていました。その中で、近藤さんは、薬物乱用は社会的信用を失い、友人をなくし、職業を失うことを強調していました。また、立ち直りのためには、社会的な信用を回復すること、特に、公的機関から信用され、学校や役所などの公的機関から招かれ、講演する機会を得ることが、乱用を抑制する「力」になることを発表しました。

この発表を機会に、私は次第にダルクの人々と交わり、それぞれの人が、失敗を重ねながらも「今日一日」真剣に生き抜いていること知りました。当時、東京ダルク代表が鈴木文一さんでした。鈴木さんが、私が職業人として最初に勤務した職場に收容されていたことを知るとともに、その人が今は完全に立ち直り、社会人としての役割を自覚し、社会的に貢献していることを目の当たりにし、ただ驚きました。近藤さんに日本犯罪心理学会で発表を依頼して、成功裏にミニシンポジウムを終えた私は、もっと、近藤さんに貢献してもらおうと考えていました。当時私は、府中刑務所首席矯正処遇官をしていました。その直前には、国連アジア極東犯罪防止研修所教官をしており、毎年、薬物犯罪防止に関する国際研修に参加するため、コストリカに出張を命ぜられました。その地で、各国の薬物乱用防止のための処遇プログラムを学ぶ機会を得ました。どの国でも、乱用防止プログラムには、回復者が参加しているのを知りました。それ以前に、アジア各国の薬物乱用防止教育を調査していた時も、香港、シンガポール、マレーシアなどの諸国では、早くから回復者の参加を義務付けているのを知っていたのですが

などを設定してサイコロドラマやロールプレイングを実施していました。私は、このことを「20年にわたる失敗と挫折」として専門誌に登載しました。しかし、この挫折と失敗こそが、その後の薬物乱用防止教育の出発点となっていることを考えると、決して無駄な挫折でもなく失敗でもなかったと考えています。

さて、そんなとき、近藤さんやその仲間にもっと貢献してもらおうと考え、私が府中刑務所で実施していた7コマのグループワークに参加してもらうことを画策しました。同じように、アルコール問題も多くの受刑者が抱えていますので、アルコールのグループも立ち上げ、AAの人にも参加してもらおうと考えました。そして、ある日、府中刑務所に来てもらい、応接室で打ち合わせをしました。時に平成7年のことです。どの刑務所でもそうですが、中に入るときは、たった1か所しかない門から入ることになります。そこにいる担当さんは、優秀な職員で、門に入る人を一目で判断し、その判断は例外なく適切です。AAの人を私が迎えに行き、一緒に中に入りました。私が同行しているのですから、そのまま通してくれました。打ち合わせが終わって、送り返し、再び門を通過しようとした時、担当さんから、「首席、今の人たちは、かつての被收容者ですね。すぐにわかりました。」と言われ、私は、即座に応答できず、「なぜ分かったのだろうか」、「さすがに適切な判断をする優秀な職員だな」と感心していました。

私は執務室に戻り、教育プログラムへのダルクの参加を具体的に計画し、我ながらよくできた計画だと自信を持って、上司に相談したのです。しかし、当時、ダルクはまだ市民権を得ておらず、刑事施設の幹部職員でもダルクに関する知識は不足していました。元の被收容者というだけで、「それはいかん。もしも、その人が再び被收容者となったらどうするんだ」との意見が支配的で、結局、このときは断念せざるを得ませんでした。また、早かったのです。今から17年前のことなのです。それでも、私は回復者の社会的役割を考え、回復者こそが教育プログラムに参加しなければならぬ。回復者が教育を担うことで、回復者自身が確固たる回復者になること、そのことが社会的信用をも回復することになることを考えておりました。そして、どうしても諦めきれず、「私が所長になったら、絶対に実現するから」と負け惜しみとも言える夢を見ていました。

一方、当時の刑事施設では、急増する外国人受刑者への対応が重要な課題の一つになっていました。府中刑務所に、国際対策室が設置され、集中的に外国人を收容することになりました。私は、前任地が国連アジア極東犯罪防止研修所だったので、外国人受刑者の処遇にも深く関わることになりました。その後、大阪刑務所にも国際対策室が設置され室長として大阪に赴任しました。その後、法務省矯正局国際企画官として勤務するなど、国際関係を主として担当することになりました。

、ラテン諸国でも回復者が積極的に参加しているのを目の当たりにしました。

帰国後、我が国の刑事施設でも回復者の支援を得て、薬物乱用防止教育を実践したいと考えていました。しかしながら当時はまだ、刑事施設で教育を実施するには、刑務作業に支障がないように夜間に実施している施設も多く、府中刑務所もその一つでした。作業時間を割いて、その時間帯に教育を実施することに刑務官の多くが抵抗するだろうと予想していたのですが、教育も重要な刑事施設の処遇であることを説明したところ、以外にも抵抗は少なく、難なく作業時間を実施することになりました。全8コマのうち、7回を私が担当することにし、そのすべてを受刑者の体験をお互いに語り合うことにしました。

このとき、薬物乱用者の多くが、自らの体験を人前で話したことがなく、友人をなくし、誰にも相談できないまま失敗体験だけが心の底に沈み、暗い気持ちになっていることを知りました。同時に、同じ受刑者が「必ず止められる」とも考えていることがわかりました。しかし実際には、「明日には止めよう」と考えながらも、「明日止めるのだから今日1回は大丈夫」と言い聞かせ、結局は止めることができず、ますます暗い気持ちに沈み込んで、自信も誇りも失っていることが明らかになりました。それでも、一人一人に面接すると、府中刑務所のように日本を代表する累犯刑務所に收容されている薬物乱用受刑者であっても、真剣に薬を止めたいと考えていることが感じられ心強く思いました。

受刑者の多くは、乱用するときに、あらゆることを「引き金」にして、それなりに自分でやむを得ないと納得しようとしていることも新しい発見でした。例えば、仕事が順調であれば「自分にご褒美」として、仕事に失敗すれば「ストレスの解消」として、そして何事がなくても「退屈しのぎ」として乱用に結びつけ、自分とあたかも向き合っているかのような気持ちになっていました。

7回にわたって自らの体験を語り、他人の経験を真剣に聞き、同じような悩みや失敗を繰り返している人を確認し、「自分だけが悩んでいるのではないこと」と「自分の弱さを知る」ことの大切さを体験することが次のステップに進む条件になっていることを確信しました。それまでの、刑事施設における教育は、「強い意志」を持たせ、例え仲間から誘われてもきっぱり断る勇氣を持つことを教え、例え目の前に覚せい剤を出されても断固として断り、「二度と覚せい剤を乱用しない強い気持ち」を持たせて「刑務所から送り出すことに主眼を置いていました。そのために、誘われた場面や仲間と久し振りに会った場面

さて、回復者の刑事施設への参加です。前述のように、ダルクの参加を画策した時期が少し早すぎて失敗したのですが、もちろん、私は諦めません。法務省矯正局国際企画官のあと、福岡刑務所分類審議室長として勤務し、さらに法務総合研究所総括研究官として勤務しました。少しの間、薬物乱用者処遇から離れていました。その間に、ダルクは既に市民権を獲得して、多くの刑事施設でダルクを受け入れることに大きな抵抗はなくなりつつありました。そのころ、我が国の刑事施設における処遇は危機的状況を迎えていました。これまでの処遇を全面的に見直し、見直すに当たっては、一切の既成概念にとらわれず、自由な発想のもとに抜本的な改革をめざしておりました。そして、それまで数回にわたって国会に改正案を提出しながらも改正されなかった「監獄法」が、行刑改革会議の提案等を踏まえて、あつという間に廃止され、新たな法律が可決・施行されました。これに軌を合わせて、受刑者処遇の在り方も全面的に見直され、「改善教育」「作業」「教科指導」が矯正処遇の3本柱とされました。現在では、何の抵抗もなく教育が実施されることになりました。6種類の特別改善指導の一つとして「薬物依存離脱指導」が、薬物乱用者を收容しているすべての施設で実施されています。

この「薬物依存離脱指導」の在り方を決定するに当たって、法務省矯正局は、平成16年に、有識者を集めて、数回にわたって研究会を開催しました。このとき、民間依存症リハビリ施設・ダルクから近藤さんが委員として出席しました。そのほかに、AAからも委員が出席しました。私も、薬物乱用受刑者に長年にわたって携わったことから、僭越ながら委員として出席させていただきました。あの堅い法務省が、かつての刑事施設被收容者である近藤さんを委員として、専門家会議に招くなどは、以前は考えられないことであり、100年を超える法務省の歴史の中で初めてのことです。私は、その姿勢こそが既成概念にとらわれない、自由な発想なのだ痛感し、法務省も「本気で改革を目指している」ことを改めて感じました。

こうして、民間依存症リハビリ施設は、法務省も信頼する組織として認められることになりました。このことは、画期的な出来事であり、以後、現在のようにほぼ全ての施設で民間依存症のリハビリ施設の人達を外部講師として招くことになりました。かつて、ダルクも私も門前払いのようにされたことを思うと、本当に感慨深いものがあります。

今後、「刑の一部執行猶予」制度が施行されると、ますます民間依存症リハビリ施設への期待が大きくなります。気負わず、しかし、社会的に信用され、社会的な役割の一端を担っていることを自覚し、活躍してくださいることを心から願っております。

会っただけ、話っただけで元気を与えられる人。そんな人が持っている力。

そんな人が一人でも多く周りにいてくれる安心感。そんな全ての力をポジティブパワーという。



ポジティブパワー ～元気の源～ 琉球GAIA代表理事 鈴木文一

新年度がスタートし、皆様におかれましては気持ち新たに活躍の事と存じます。

ここ沖縄は早くも初夏の感じが漂ってくる季節となり、琉球GAIA（以下GAIA）の仲間も日に日に体が日に焼けてきてTシャツ・短パン姿が目立つようになってきました。

GAIAでも今年の初旬から、ホームページ上でのブログやフェイスブックなどを活用して、GAIAの日々の様子や出来事を皆様にお伝えしていく取り組みをはじめました。この取り組みを通じて依存症リハビリ施設の持つダークなマイナスのイメージを払拭し、GAIAの開放的でクリーンなありのままの現状を知って頂く事で、治療につながる事に抵抗を感じている未だ依存に苦しむ多くの方々には私たちのポリシーの一つである「沖縄の大自然の中、アクティブで開放的なリハビリ」を少しでも理解して頂ければと考えています。是非一度インターネット検索で「琉球ガイア」と検索してみてください。リハビリ施設のイメージがガラリと変わる事と思います。

そしてこの4月より、新しい取り組みの一つとして「東京GAIA家族会」が会場を変更してスタート致します。琉球GAIAが独立以来、継続して利用してきた東京田町の男女平等参画センター・リーブラが会場の都合により3月8日の家族会で最後になりました。新しい会場には東京都墨田区錦糸町の「すみだ産業会館」が決定いたしました。まずはしばらくの期間、試験的に家族会を開催しながら皆様方の御意見を聞いて、最終的に決定出来ればと先日GAIA家族会の幹事会でもまとまりました。6月の懇親会と11月の宿泊研修会につきましては今まで通り開催致しますので、是非そちらへもご参加頂ければと思います。

今回の「RECOVERY ISLAND沖縄・2014春号」のテーマでもある「新しい生き方」を私なりに考え、私が依存症リハ

ビリに関わりはじめた23年前から今日までを振り返り、非常に劇的な変化として捉えている事の一つに「依存症回復者の刑事施設への外部講師としての参加」があります。今こそGAIAも沖縄刑務所や少年院・鑑別所に定期的に薬物離脱指導を行っていますが、23年前私達がメッセージを運んでいたのは依存症の専門病院が中心でした。そんな中いつかは日本も外国のように「刑務所や少年院といった矯正施設にもメッセージを運びたい」という思いがありましたが、壁がありすぎて、半ば諦めておりました。そんな時に出会ったのが、今回原稿を書いて下さいました小柳武先生です。当時、私が東京ダルクの施設長をしていた時の事です。施設が企画した12回連続・依存症セミナーに講師として参加頂き、刑務所での取り組み等を話して頂きました事を昨日の事のように憶えております。府中刑務所の首席矯正処遇官だった小柳先生に無理を承知で講師をお願いしたにも関わらず、快く引き受けて下さいました。その後も先生の勤務する鑑別所に定期的に講師として呼んでくださったり、先生とのお付き合いも20年になりますが、先生と会うたびに思う事は「先生は依存症本人の立場になって色々と考えてくださっているという事と、依存症からの回復を心から信じて下さっている」という事です。私も事あるごとに小柳先生に連絡をとり相談に乗って頂いておりますが、先生とお話をするとうれしく元気を頂きます。これはGAIA囑託医の稲田先生や前回原稿をお寄せいただいた和田先生も同様ですが、会って色々話を聞いて頂く中で、気が付くと私自身が元気になっている。これが先生方が持っているポジティブパワー（話っただけ・会っただけで元気をもらえる力）だと思います。このポジティブパワーこそが、依存症者の回復の源になっているように思います。

GAIAも施設の中にこの「ポジティブパワー」をため込んだスタッフやOBと、力をあわせて一人でも多くの仲間の回復をサポート出来るよう今日一日を懸命に取り組んでいきたいと思っています。

琉球GAIAの家族支援プログラム

Family support

文=鈴木文一
text by Fumikazu Suzuki

薬物依存症の治療や回復には、ご家族の果たす役割が非常に大きいという事が実証されています

琉球GAIAでは「ご家族と共に回復する」と言う考えの元、ご家族の方にも「家族支援プログラム」の参加を強くお奨めしております。依存症と言う病気をよく理解出来るようになる事。ご本人に対する適切な対応や、コミュニケーションを行えるようになる事。

依存症から回復出来るという事をご家族が信じられる事を大きなテーマにしています。また、家族会のグループがオープンである事、他の援助者や、治療機関と連携が取れている事も大切にしている事の一つです。グループに参加することで、ご家族に笑顔が戻り、本人同様、ご家族自身が仲間と出会い、回復を支援する為に必要な知識や情報を共有できる場所となるよう心がけております。

グループで学んだ事を実際の生活に活かせるようになるには、個別支援も必要になります。個別のカウンセリングを通して個々の問題を整理しながらグループに参加して頂けると、教育プログラムの効果が最大限に発揮されると考えております。

また緊急時の対応に関しましても出来る限りのサポートをさせていただきます。

琉球GAIAをご本人様が利用する、しないにかかわらず下記の家族会にはご参加頂けますので是非ご参加ください。

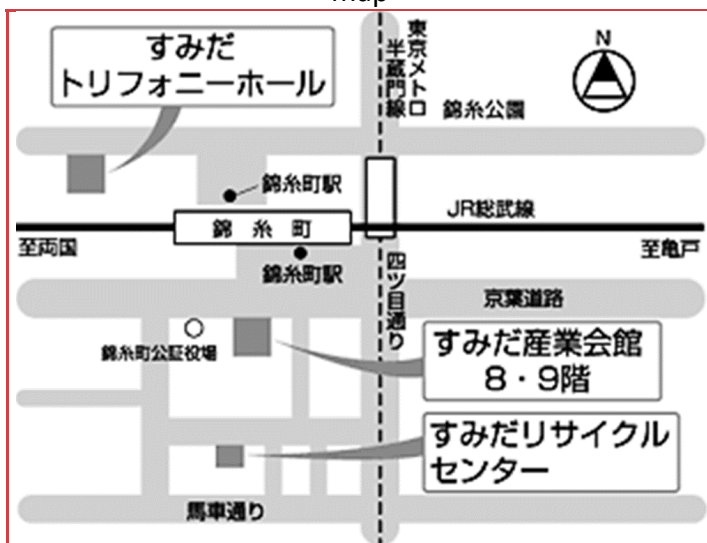
address

GAIA家族会 会場：すみだ産業会館8・9階

〒130-0022 東京都墨田区江東橋3-9-10 TEL:03 (3635) 4351

東京家族会とハイビスカスは同会場ですが開催日時が異なりますのでご注意ください。

map



依存症の問題を抱えた多くのご家族、琉球GAIAのスタッフ、OB、専門家を迎えてのセミナーなど、依存症に悩むご家族の方々にとって非常に内容の充実した家族会となっております。毎回40名ほどのご家族が参加されておりますが、初めてお越しの方でも参加しやすいようなアットホームな雰囲気作りを心がけています。

すみだ産業会館にて毎月第2土曜日の18時～20時30分のスケジュールで開催しております。当日午後には個別カウンセリングも行っております。

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡ください。
琉球GAIA：098-831-2174

information

「ハイビスカス」は薬物依存症や様々な問題を抱えた娘を持つ母親を中心にしたグループです。娘とのかかわり方、対応の仕方をテーマにミーティングや勉強会を行っています。一人で悩まずに、同じ問題に取り組んでいる仲間たちと一緒に体験や気持ちを分かち合ったり対応の仕方について勉強しませんか？ ご参加お待ちしております。

場所：東京都港区芝1-8-23 障害者福祉センター
日時：毎月第1土曜日（祝祭日は休み）
17時～20時30分（無料）

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。
琉球GAIA：098-831-2174

GAIA家族会

TOKYO

ハイビスカス

TOKYO

沖縄県内の依存症の問題を抱えたご家族の為の家族会です。琉球GAIAスタッフが中心となり、ご家族の方からの質問や、本人とのかかわりについて具体的に提案する形で行っております。

場所：沖縄県立総合精神保健福祉センター2F

日時：毎月第2第4月曜日（祝祭日は休み）

19時～20時（無料）

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。

琉球GAIA：098-831-2174

沖縄家族会

OKINAWA

関西圏で依存症の問題を抱えたご家族の為の家族会です。元・琉球GAIAスタッフの杉上を中心として、毎月専門的な講話や家族間での話し合いなど、充実した内容の家族会となっております。ご参加お待ちしております。

場所：兵庫県尼崎市南塚口町1-5-13

美容院ルーナロッサビル3F

日時：毎月第3金曜日の14時～16時（無料）

参加希望の方は琉球GAIAまでご連絡下さい。

琉球GAIA：098-831-2174

大阪家族会

OSAKA

Keep Paddling 琉球GAIAをご支援くださる皆様方へ...

新年度がスタートし、琉球GAIAとしてまず取り組んで行きたい事はプログラムの原点である、未だ依存症に苦しむ仲間やご家族に対して、回復と希望のメッセージを運ぶという事だと考えております。お陰様でこのリカバリーアイランド沖縄も4刊目となり、前回も800部のメッセージを全国に向けて、ここ沖縄から発信して行く事が叶っています。また本文でも触れましたが、1月よりFacebookやホームページ上でのブログ掲載などにも力を入れて、GAIAの日々の様子や出来事などをオープンにして、依存症リハビリ施設の持っているイメージを変えて行く事がこれからの依存症リハビリ業界において非常に重要な事だとスタッフ一同確信しております。

財政面では様々な限界もあり、常に理想だけを追い求める事が出来ないという苦しい現状も有りますが、周囲の皆様の暖かいご理解とご支援に支えられている事をスタッフ一同大変心強く感じております。心より感謝の意をお伝えすると共に、今後とも協力頂いた皆様のお気持ちを無駄にする事無く、プログラムの充実や、サービスの品質向上の為に大切に遣わせていただきたいと思います。本年も努力を惜みず精一杯頑張りますので、なにとぞご指導ご鞭撻のほど、心からお願い申し上げます。

琉球GAIAの活動にご賛同、ご支援頂きますれば誠にお手数ですが同封しております振込依頼用紙にてお振込み下さるよう、お願い申し上げます。なお誠に勝手ながら、献金の振込依頼用紙は全ての方に同封させて頂いており、寄付献金を強要しているものではございませんのでご了承下さい。

また以前より計画中の新施設への移転購入に向けてもどうぞご支援頂きますようお願い申し上げます。

献金お振込先 郵便振替 口座番号:01710-2-48714 加入者名:琉球GAIA

琉球GAIA 鈴木 文一
草野 卓也
阿部 明
上田 裕司
齋木 一平

アルコール・薬物・ギャンブル依存症に関する無料相談は琉球ガイアまで

【TEL】098-831-2174 平日9:00~18:30まで

【E-mail】mail@ryukyu-gaia.jp 24時間365日受付中

RYUKYUGAIA

<http://www.ryukyu-gaia.jp>

RECOVERY

ISLAND OKINAWA

2014年4月1日発行

発行特定非営利活動法人アルコール・薬物依存症

リハビリセンター琉球GAIA

沖縄県那覇市字識名1102-16 〒902-0078

TEL・FAX:098-831-2174 MAIL:mail@ryukyu-gaia.jp

無料です、ご自由にお持ち帰りください。

次号の発行は7月1日予定です。

定期配布をご希望の方は琉球GAIAまでお申込み下さい。