

資料

資料：高知ダルクによるゲストスピーチ逐語録（その2）

Document : A Literal Record of Guest Speeches by the Members of Kochi DARC
(Drug Addiction Rehabilitation Center), No.2

加藤 誠之（高知大学教育学部）¹
高知ダルクの皆さん²

KATO Masayuki¹, Members of Kochi DARC²

1 Faculty of Education, Kochi University
2 Kochi DARC (Drug Addiction Rehabilitation Center)

ABSTRACT

We had guest speeches by the members of Kochi DARC (Drug Addiction Rehabilitation Center) 22th January 2018 in the lecture of “Student Guidance C” at Kochi University and 29th May 2018 in the lecture of “System of Probation and Parole” at University of Kochi. This document is the literal record of these guest speeches.

I. はじめに

筆者は、2018（平成30）年1月22日（水）に高知大学で開講した「生徒指導・進路指導C」及び同年5月29日（火）に高知県立大学で開講した「更生保護制度」で、薬物濫用経験者の自助グループ高知ダルク（DARC, Drug Addiction Rehabilitation Center）のメンバーの方をお招きし、ゲストスピーチを行っていただいた。本稿はこのゲストスピーチの逐語録である。本稿では、聞き取れないところは……で示した。また、固有名詞などは伏字にした。

II. 高知大学「生徒指導・進路指導C」（2018年1月22日）でのゲストスピーチ

【ユイさん】

薬物依存症のユイです。今とても緊張してまして、って言うのも、人前で話すのがとても苦手なので、もしかしたらお聞き苦しい点があると思うんですけども、どうぞよろしくお願ひいたします。

私は、愛情に飢えた幼少期を送りました。私の母親はことあるごとに私のことを叩いたのですが、私の肌が叩いたことによって赤くなると、わあ、紅葉みたいに赤くなったと笑い声を上げるような、そんな母親でした。マンションの5階から宙づりにされたこともあったし、石油ストーブに手を押し付けられたこともありました。

緊張しちゃって。私の顔を見てはため息をつき、気持ち悪いからそばに寄るなと言われたこともありました。私は、自分が悪い子だからお母さんは私のことを怒るんだと思い、常に母親の顔色をうかがうような子どもに成長していきました。

小学校に上がるころになっても、母親の虐待は止まりませんでした。私は、いい子であろう、いい子であろうとしました。しかし、その一方で、学校ではいじめっ子になっていきました。今思えば、家庭での虐待のしわ寄せが、いじめという形になって現れたのだと思います。

4年生になるまで、私はいじめっ子でした。4年生になったある日、担任の先生がクラスの中で好きな子と嫌いな子を書くようにと、プリントを配りました。そして、それをみんなの前で発表しました。その結果、クラスの全員が、嫌いな子の欄に私の名前を書きました。

そして、その日から、私はいじめっ子からいじめられっ子になっていきました。クラス全員から無視されたり、教科書を隠されたり、びちょびちょにぬれた雑巾を投げられたり、私の机と椅子を廊下に出されたり、本当に毎

日が地獄でした。私は、家庭でも学校でも、居場所をなくしていきました。孤独でした。私は、本当に独りぼっちだと思いました。とても寂しかったです。

そして、早く大人になりたいと思うようになりました。大人になれば、お母さんにもお父さんにも怒られることはない、学校でいじめられることもないと。小学校から中学校に入るころになると、学校でいじめられることはありませんでしたが、家庭ではたたかれたり意味もなく怒られたりする日が続きました。

母親は私のことを、愛することができないと、言い放ちました。

もう家族の中で生活することに限界を感じた私は、17歳になったある日、家出をしました。そして、17歳で、私はホームレスとなりました。体を売ったり、ティッシュ配りをし、一夜をともにしてくれる男性がいればその人のところで一夜を過ごし、そういう相手がいなければ、公園のベンチで一夜を過ごしました。

そういう生活を2カ月ぐらいしたころ、ある男性が、ちょっと、自分のところで一緒に暮らそうと、言ってきました。私はすぐに、その人に飛び付きました。その人のところで、初めて過ごした夜、その人にたばこのようなものを渡され、これを吸ってごらんと言われました。

私は、何の躊躇することもなく、それを口にしました。その瞬間、体がふわっと軽くなったような感じがし、ものすごい幸せな気持ちになりました。私は、常にびくびくしながら生きてきたのですが、そんな思いもその一服によって吹き飛びました。私は、世の中になんてすてきなものがあるんだ、これしかないと思いました。それが、初めての薬物体験でした。

その後、私は、薬物に徐々にのめり込んでいくようになりました。初めのうちは、1カ月に1回程度の使用でしたが、そのうちそれが1週間に1回になり、それが毎日となっていきました。薬物を使うことは、悪いことだとは分かってました。しかし、薬物を使ったときに味わうことのできる多幸感、自分が偉くなったような気持ち、それらに勝るものはありませんでした。

常に孤独感を抱いていた私でしたが、薬物だけはいつもそばにいてくれる、そんなふうにも思っていました。でも、いつかはやめよう、やめようと思えばすぐやめられるんだと、初めのころは信じて疑いませんでした。やめようと思ってもやめることのできない苦しみを味わうなんて、初めのころはまったく思いませんでした。

鼻から吸引する薬物にはまった時期は、鼻から吸引し過ぎて鼻毛がまったくなくなってしまいました。常に持ち歩き、10分に1回は鼻から吸引してました。電車の

中でも、町中を歩きながらでも、その薬物を吸い続けました。私の体は痩せていき、骸骨のようになっていきました。

周りの人からはおかしいよと言われましたが、私は自分のことをおかしいとも思いませんでした。薬物さえあれば、ほかに何もいらなかったのです。薬物だけが、私の友達でした。薬物さえあれば、寂しいとも思いませんでした。

薬物にはまる私を見かねて、友達はだんだんと私のそばから離れていったのですが、35歳になったころ、1人の男性と知り合いました。彼は、私と同様、薬物が大好きな男性でした。薬物を通じて意気投合し、すぐに一緒に暮らすようになりました。彼は覚せい剤が大好きで、私にも覚せい剤を使うよう勧めてきました。

覚せい剤を使うと、ものすごい多幸感と、まるで神にもなったような気分になりました。また、全ての物事をてきぱきこなせるようになり、なんてすてきなものが世の中にあるんだ、これだと思いました。覚せい剤と一緒に使える彼と結婚したいと思うようになり、彼もまた同様に感じたようで、すぐに私たちは結婚しました。

子ども時代の家庭環境の影響からか、人から優しくされたり愛されたりするというのが、いまいち分からなかった私でしたが、彼はそんな私を優しさや愛情で包んでくれました。私はもう、夫と覚せい剤以外、何も要らなくなりました。

夫と出会ったころ、私は薬物を買うお金を稼ぐために、風俗で働いてたのですが、夫との結婚を機に、風俗から足を洗いました。夫と二人で、覚せい剤に狂う毎日が始まりました。そんな私たちも、結婚当初はやめようと思えばすぐにやめられると、思っていたんです。

覚せい剤を使うようになって1年ぐらいたつと、覚せい剤を使わないと、まったく体が動かなくなるようになりました。そして、前よりも覚せい剤を使うお金がなくなっていって、そのときになって、初めて覚せい剤をやめようと思うようになりました。しかし、いざ今日は使うのを我慢しようと思っても、1時間とその気持ちが続かないのです。

それじゃあ、明日からやめようとするのですが、次の日になると結局使ってしまう、それじゃあまた次の日からやめようとするのですが、また使ってしまう、そんな毎日になっていきました。覚せい剤を使っても、以前ほどの快楽はなくなり、苦しみだけになりました。使っても苦しい、使わなくてもくるしい、2人で泣きながら使う毎日が続きました。

そんなある日の夜、2人で覚せい剤を使った後、私は

次の日、仕事があるからと強い眠剤を飲み、夫より先に布団に入りました。そして、2時間ぐらい経過したころだったと思います。胸の上の圧迫するような重みと強い異臭で、目が覚めました。

夫が、私の上でおおいかぶさるようにしていました。どうしたのと声を掛け、私が起き上がろうとすると、どすんと鈍い音がして、夫が床に転がっていきました。私は、すぐに異変に気が付きました。そこに、冷たく硬くなった夫がいました。

一生懸命、脈を測ったり、夫の名前を呼んだり、心臓マッサージをしたり、人工呼吸をしたようにも感じますが、実際のところ私は何をしたのかよく覚えてません。長い間、泣き叫んでいたようにも思えるし、ぼーっとしていただけかもしれません。すぐに救急車を呼んだかもしれないし、そうでなかったかもしれません。

とにかく気が付くと、私は病院の長い椅子に座っていました。すぐに、夫がいる病室に呼ばれ、薬物によるショック死をしたのではないかと告げられました。私は、夫の死によって、本当に独りぼっちになったんだと思いました。そして、夫を奪った薬物を心の底から恨みました、こんなもの世の中からなくなればいいんだと思いました。

夫の死が、覚せい剤によるショック死だったことから、私もすぐに尿検査され、覚せい剤反応が出たことから、警察に捕まり刑務所に入ることになりました。

とても寂しかったです、孤独でした。幼少期、家族の中でも独りぼっち、学校でもいじめによって独りぼっち、そんな私から夫までも奪うのかと、そして私は死ぬことを考えるようになりました。刑務所の独房の中で、首をつりました。しかし、幸いにも、一命を取り留めました。

一命を取り留めたその夜、私は苦しい胸の内を、ある刑務官に打ち明けました。すると、自分の命を粗末にしてはいけない、亡くなった旦那さんもそんなことを望んでないよ、それに私たちもあなたのごことはちゃんと見てるよと、言われました。亡くなった夫の両親にも、手紙を出しました。すると、ユイちゃんは一人じゃないよ、私たちはあなたを本当の娘のように愛してるよ、だから一緒に頑張っていこうと、返事が返ってきました。

私は、気が付きました。私は独りぼっちだと思っていたけれど、私さえ手を差し伸べれば、その手をつかんでくれる人が私のそばにいるんだと。とても温かい気持ちになりました。そして、生きよう、前を向いて歩いていこうと、思うようになりました。

今、私は9人の仲間と、ダルクで共同生活をしています。初めは、女性との共同生活に、戸惑いもありました。

しかし、今では、仲間の中にいることで、安心感が得られるようになりました。ときにはけんかをするもありますが、毎日笑顔で過ごしています。もう、独りぼっちではありません。

ダルクでは、毎日、言いつ放し聞き放しで、自分の思いや体験談を話す、ミーティングをしています。自分のことを正直に話すって難しいですが、少しずつ話せるようになりました。

今日1日という言葉があります。私はこの言葉が好きでよく使うのですが、薬物をあと10年先までやめようとするのは気が遠くなるような気がするけれど、今日1日やめることは自分にもできる気がします。今日1日の積み重ねが、1年となり2年となっていくんだと思います。

私には、将来夢があります。それは、保育士免許を生かし、養護施設で働くことです。虐待など、何かしらの理由で、両親と暮らせない子どもたちのための施設です。人の人生の中にある貴重なひとときにかかわることは、責任も伴いますが、とても幸せなことだと思います。

最後になりますが、皆さん、先生になられた際は、生徒から差し伸べられたら、その手をしっかりとつかんで上げてください。人は、人とのかかわりの中で、変わることができるんです。これで、私の話を終ろうと思います。とても緊張して、声が震えたり、手が震えたりして、大変聞きにくかったと思うんですけども、最後まで聞いていただき、ありがとうございました。

【ボン吉さん】

こんにちは。薬物依存症のボン吉です。すみません。あまり用意してきてないので、すごく緊張してます。

私は、13歳から33歳まで、売春をしてました。20年間、人とのコミュニケーションっていうのは、セックスを通してしかできませんでした。学校の中で同級生と仲良くなる、っていうことがなかったです。

それは、自分では記憶に消していたかもしれないけれど、いじめられてたのかもしれないし、自分がばかにされてたのかもしれないんですけど、とにかくそうじゃないところに自分を置くっていうことが必要でした。

小学校のとき、家族の中でおじいちゃんががんになって手術して戻ってきて、残り少ない時間を家で過ごすっていうときに、子どもの声がうるさいって足音がうるさいって黙れっていう中で1年ぐらい過ごしました。

その前にも、母親の弟、叔父さんが亡くなったりとか、ばたばたこう亡くなるっていうことがあって、そのたびに子どもはあっちに行つてなさいとかおとなしくして

なさいとか、そういうことがあったことを思い出します。

小学校のときにも居場所がなくて、自分は本の中に空想して一人だけの世界に浸ることが多かったし、中学校になってからも、やっぱり自分は一人だけの世界のほうが居心地良かったです。

その中で、自分が存在してもいいって思えたのは、学校のテストでした。学校の中で、中学校で、一番になること、これだけが私の存在している価値でした。昼間は授業、あんまり聞いてなかったんだけど、なぜだかテストだけは良かったんで、それで先生から怒られない。夜は抜け出して、男とデートして、朝方帰ってくるっていう生活。二重の生活をして、それが自分にとってはスリルでもありました。

18歳で大学に受かって、東京に行きました。最初の新歓コンパで、私は吐いては飲んで吐いては飲んで、誰よりも酒を離さなかったし、1次会、2次会、3次会、どこまでも付いていくっていう、そういうひどい飲み方をしました。

最初から、記憶をなくすし吐くし殴るし蹴るしっていうひどい飲み方をしてたんですけど、その酒の飲み方がひどいっていうのは、まあ10代だからしょうがないって大人になればもっと落ち着くだろうって、最初は思ってたんですけど、どんどんひどくなって、先輩から呼ばれない後輩からも断られる、そういうような感じでした。

大学3年生に上がる春休みに、テレクラで知り合った男の人が持ってた覚せい剤を、初めて使いました。気持ち良かったです。この世のものとは思えないぐらい、気持ち良かったです。

その男の人に、恋をしたんだと思いました。どきどきして眠れないし、ご飯も食べれないし、この人に恋したんだなと思ったんですけど、それは全部覚せい剤の作用でした。やっぱり、私同じこと考えてて、ほどほどのところでやめるって、学校出たらやめるって、もうこんな遊びはやめるって思ってたんですけど。

結局、大学を卒業してからしばらく東京に残って、24歳で実家に戻るんですけど、実家に戻ってから独りぼっち、地元の友達に結婚していたり、転勤していたり、生活のパターンが合わなかったり、そもそも携帯を知らなかったり、連絡がつかないっていうことがあって、私が気軽に遊べるっていう人はいませんでした。

すぐに、覚せい剤で寂しさ、退屈だから使おうって、また軽い気持ちで始めて、その後33歳までやめられませんでした。

私は、大学で音楽学部だったんですけども、24歳で実家に戻った後に、中学校の部活指導をしてました。その

ときの女の子に言われた言葉が、私は今でも心に残っています。私は何で生まれてきたのって、言ってたんですよ。お父さんが生まれる前に出ていった、お母さんは毎回違う彼氏を家に連れてくるって、何のために私生まれてきたのって聞かれたときに、私は何にも答えることはできませんでした。

今だったら、自分なりにはその答えがあるんですけど、その当時の自分は、何のために生まれてきたのってという問いに、答えることはできませんでした。薬を使って、部活の指導をして、まともに行けないですよ。とか、

そのころ家庭教師もしてたんですけど、生徒さんが問題解いてる間に眠りこけるとか、私がトイレにこもりきりになったりとか、もう本当に仕事ができないう状態になってるんだけど、自分自身はまだやれるってまともだってみんなからばれてないってこっそり使ってるだけだって、思っていました。

実家で使ってたから、母親からはご飯食べてないよって何日も寝てないよって心配されるんだけど、その母親が私をゾンビを見るみたいに恐ろしいものに触るように尋ねてくるんですよ。それがすごくショックだった、そこまでするのかっていうふうに思いました。

どこかの時点で、やめられるって思ってた覚せい剤、それが全然止まらなくて、働けないってことも認めたくない、私はまだ本気出してないだけだって。やっぱり、薬を使ったら、自分が世界を動かしてるような感じとか、何でもできるとか、そういうふうに思ったりかかして、だから私はまだ本気出してないだけだって、ずっと思っていました。

だけれど、体はがたがた、精神も勘繰りっていうんですけど、足音が気になるとか物音がするとか光が私を照らして探してるとか、そういうふうになっていきました。家の中でも、母親が常に監視するようになって、24時間、母親が私と一緒に付き添って、リビングに布団を敷いて、私が寝たのを確認して母親が寝る。どこに行くにも、母親の運転で行く、携帯は持たない、持たせないっていうことで、家族の中で自分は薬を使い続けました。

妹と同じ部屋だったときもあるんですけど、妹がバイトで疲れて帰ってきて、寝たいんだと思うんですけど、疲れて帰ってきてると思うんですけど、私はそんなことお構いなしでした。自分のことしか考えなかったし、借金も薬を買うために200万ぐらいしたんですけど、その支払いができなくなったときに親にばれて、それも開き直りで、今働いてないから返せないって、なんかそういうふうにならないうちに逆切れみたいにしてました。

結局、27歳のときに、初めて出会った薬をやってる男

の人に連れ去られて、2日家に帰れないっていうときがあったんですけど、その男の人が、これからおまえは俺のために働けって、もう用意してるから一生俺のために働けっていうふうに言われて、そのとき必死で逃げたんですけど、その足で自首しました。

逮捕されて、執行猶予で出てきました。捕まったときは、ほっとしました。これで、この機会にやめれば、あんな恐ろしい思いしなくて済むって、今がチャンスだって、今薬をやめれば、何事もなかったように社会に戻れるっていうふうに思ったこと、薬を使わないでいいんだっていうふうにほっとしたことは、間違いないことなんですけど。

裁判が終わった後に思ったのは、実家に帰って思ったのは、いつ覚せい剤を使おうかなって。もう、さっき思ったことと、ころっと変わるんですね。自分は、その後考えたのは、月に1回だけならいいだろうとか、ばれないように短時間だったらいいだろうとか、家で使わなければいいんだとか、種類が問題だとか、それって何とか使い続けられるように、自分の中でなんですけど、ばれないようにって。

周りから見たら、本当にこうがりがりになって、目の下隈作って、それを隠すために厚化粧して、体臭も気になるから香水をばんばん振ってたんですけど、なんかおかしいっていうことは、周りから見たら一目瞭然だっただと思います。

逮捕されてから、自分の中で脅迫的な気持ちになって、ここでやめなかったら捕まる、ここで捕まりたくないからやめたいって思うと、それでも止められない。

気が付くと、買いに走ってるんですよ、どこまでも、新幹線で買いに行ったこともあるし、飛行機に乗って買いに行ったこともあるし、2時間、3時間、場所を転々として結局手に入れられないで帰ることもあったんですけど、あるよと言われれば、どこまでも行きました、何でもしました。

それで、使いたくないっていうのと、もうこんなことやめたいって思うと、使わずにいられないっていう中で、3年間使いながらやめる方法を探しました。

ダルクっていう施設のことは、知ってました。だけど、私は仕事もしてるし、彼氏もいるし、ダルクに入るほどひどくないって、思っていました。ほかに方法はないのかって、探してました。ダルクは絶対嫌って、思っていました。

3年かかってたどり着いたのは、自助グループっていうものでした。ダルクじゃなかったらどうにかなるかもしれないって、30歳で自助グループにつながりました。

そのとき、仲間たちが、すごく優しくしてくれたんです。会場までの道が分からないって言ったら、じゃあ最寄り駅のどこどこで待ち合わせしようかっていうふうに誘ってくれたし、会場に着いたらこどうぞって、席を空けてくれたりコーヒーを入れてくれたり、分からないこと全部聞いたら答えてくれました。

そういうふうにしてもらったっていうことが、多分生まれて初めてだったように感じます。自分が大切にされて、温かく迎えてもらってるっていう、そういう感覚が初めてのことでした。

仲間たちは、薬使わないで楽しそうにしてて笑って、すごいいいなっていうふうにも思ったし、その一方で、自分はそこまでできないって、薬をやめることを、今日だけ使わないことを、第一にはできないっていうふうにも思っていました。

働いてもいなかったし、薬もやめたかったし、でもお金も持っていたかったし、恋人もそのままいてほしかった、何もかも手放したくなかったです。

でも、そうやって自助グループに通いながら、仲間のミーティングを聞きながら、自分はずっと覚せい剤が止まらないっていう中で、どんどん妄想がひどくなって、風俗も始めるようになって、すごい精神状態になったんですね。

ほいで、テレビを見てニュース、何だろう、ニュースとかで事故とかがあったら、私がそう事故になれとか思ったからこういうことが起きたんだとか、世界がもう私の思ってることを全部知ってるからこういうふうに事故が起こったりするんだとか、筒抜けだとか、何て言うかな、ずっと追われてるような感覚とかずっと盗撮されるような感覚とか誰かいるとか声が聞こえるとか、そういうような状態になりました。

それで、自分は働くこともできなくなって、ぼろアパートに住むんですけど、そこでやっぱりおかしくなっていくって、お風呂に入ることができないんですね。お風呂に入ってる間に、誰か侵入したらどうしようって、怖くて入れないんですよ。生きるために食べるってことが必要なんだけど、食べると体が拒否するんですね、胃が全部戻しちゃうんですよ。

寝ることもできなかった、寝てる間に誰かが来て私を連れ去ったらどうしようって、怖くてたまらなかつたし、何をしても怖いっていう思いしかなかったです。

薬を使ってそういう状態になって、33歳のときに、ダルクにつながるっていうことができたんですけど、ダルクに入寮するっていうことができたときに、自分は今まであった怒りっていうか、あれが悪いこれが悪いとか、何

でこんな私に誰がしたんだとか、そういうものが止まった感覚がありました。それは、薬っていうよりかは自分の中の怒り、何だかよく分かんないんだけど、何に対しても腹が立つ、何に対してもうらやましくってねたましくって、普通に生活してる人がすごくうらやましくってねたましくて、何を見ても腹が立つっていうことから解放された瞬間でした。

女性は敵だって思っていました。売春をする中で、ほかの人よりも自分に価値があるっていうことを証明するには、自分が売れなきゃいけないし、その中で蹴落とし合いとかするっていうことだったりとか、女性の中で集団で生活するっていうことがすごく怖かったんですけど、仲間はそうじゃなかったですね。

すごくあったかく迎えてくれて、私のたどり着いたときの荷物は手提げかばん一つで、替えのパンツが1枚入ってるきりで何にもなかったんですけど、仲間が不自由ないようにしてくれて、何年かぶりに安心して眠れたんですね、これでやっと眠れるって思えたですね。それまで、怖かった人の声とか足音とか、その夜はとでも心地よいものでした。

ダルクに入寮して、薬が問題ではなかった。私の生き方、捉え方、受け取り方の問題で、悪いほうに考えてしまう。あの人が言ったこの意味は、本当は何なんだろうかって、そこに何か含まれてるんじゃないかっていうふうに、悪いほうに悪いほうに取るっていう自分の生き方の問題が少しずつ見えてきました。

それと、怒りの問題です。その怒りっていう感情は良くないって、それは大人げないとか幼稚だとか普通の人はないんじゃないとか、そういうことで怒りっていう感情はあってはならないっていうふうに決めつけてたんですけど。

でも、自分の中で手に負えない感情っていうのが怒りで、それに取り組むようになって、少しずつなんですけど、なくなりほしくないんですけど、少しずつそういう自分もあっていいんじゃないかって、喜怒哀楽っていうふうに人間だからあっているふうに、今思えるようになりました。

薬を使わなくなって、お酒を飲まなくなって4年半になるんですけど、10年使ってた覚せい剤、今は使わない4年半って、まだまだだなんていうふうに思うし、薬を使ってたときに振り回してきた家族とか知り合いとか全然関係ない人とかのことを思うと、私はしらふでこれから生きていきたいなって、これ以上人を傷つけるっていうような生き方はしたくないなっていうふうに、思えるようになりました。自分を大事にするっていうことも、

ダルクで教わりました。

今は、依存症になって良かったっていうふうに、思っています。自分を振り返ることだったり、自分の欠点を直視することだったり、もっともっとあれが欲しいこれが欲しいじゃなくて、今自分が手にしているものに感謝できることだったり、仲間とつながってるって感じられることだったり、そういうことを今までやったことなかったです。

全部こう、どっちが上だどっちが下だって、優れている劣っているっていう、そういう勝負っていうか競争の中でしか生きてなかった自分が、仲間と一緒に歩いていることは、すごく幸せなことだと思ってます。

自分自身がうまく生きていけなくて、つまずいて、自分が嫌いになって、やけになってっていう中で、今そこからやり直せること、これがすごく自分には大切なことだと思ってます。昔の生き方だったら、あの人のここが駄目とかこの人のここが嫌いとか、それでそれ以上付き合おうとはしなかったですけど、今は一緒にクリーンで過ごしている時間っていうのは、すごく大切なことだと思ってます。

ダルクの中で、あるあるとか言って笑ってくれるっていうのが、すごく自分にとっては救いで、あるよねって言われると、安心っていうかほっとするし、間違いなのかな、なんかこう何だろう、ちっちゃいときによく言われてた、ちゃんとしなさいとかここを直しなさいとかじゃなくて、そういうこともあるよねって、あるあるっていうふうに言われることで、人間っていつも正解じゃないんだっていうことを、今初めて教わってるような気がします。

失ったものもたくさんあるんですけど、今もらってるものもそれ以上に大きいかなっていうふうに感じています。ありがとうございました。

【アヤさん】

依存症のアヤです。あんまりこういった機会がないので、私も緊張してるんですけど。

まず、小さいときから覚えているのは、いい子だねっていうふうに、ずっとそう言われて育ってきたと思います。兄弟が下に弟がいますけど、お姉ちゃんだからちゃんとしなさいとか、とてもいい子っていうふうに育てられた私は、次第にいい子じゃないと愛してもらえないんじゃないかっていうふうに、自分の中でそういった壁を家族の中でも作っていったかなと思います。

成績が良かったりとか振る舞いがちゃんとしてなかったら、愛されないんじゃないかっていう思いに、小さい

ころから感じてたかなと思ってて。

兄弟そろってアトピーで、宗教に母親が行くようになりました。家族全員で、村、村ですね、なんかこう自然に囲まれた村の中で生活するっていうことが、小学校上がる前なんで、そういった時期にあったかなと思います。

弟は、さらに小さかったので、両親とは一緒に暮らしてたんですけど、私はちょっと中途半端な、まだめっちゃ小さくもないみたいなきだったんで、週に1回だけ家族と会えるっていうようなことで、そこで生活をさせてもらってました。

突然、知らない人たちの大人の中にいて、突然お母さんと呼びなさいって言って、先生と呼んだらお母さんと呼びなさいというふうな、自分の中ではながいばい出ましたね。でも、その場で、誰にも何も言うことはなかったというか、言えなかった幼少期だったかなと思います。

そこから、ちょっとこう宗教なんで、母親の方が、多分今思えばですけど、アトピーだった娘と息子を見て、自分が生んだからその責任があるっていうふうに感じてたんじゃないかなって。その責任を母親として多分考えたときに、とてもこう何て言うか自然に囲まれたそういう環境で育ててあげることが、多分いいと思ったんじゃないかなっていうこと思うんですけど、そんなときは分からなくて、分からないまま家族の中では、その宗教の話っていうのはタブーとされていました。

突然、帰ってきたのも突然だったんですけど、ある日、看護室みたいなのところに呼ばれて、帰りますっていうことで、突然また家族と一緒に暮らすということが始まって、金品とかそういう財産とかは、全部その宗教に置いて、身一つで帰ってきた状態だったと思います。

そこから、大阪の方で生活をするんですけど、生活をして、何かさっき言ったみたいに、いい子であることとかそういったこともあって、すすくとそういう意味ではあんまりこう薬物のこととか、そうやって後々に自分の中のしこりみたいなのが表立って出ることはそんなときはなく、中学校もバレーボール部に入って、部活帰りによく……ご飯を食べて、ぷくぷくと太っていったかなと思います。

高校に上がったときに、いろんなところからいろんな地区の……から、女の子だったり男の子だったりとか、出会うわけです。そんなとき、あ、太ってるって思ったんですよね。あ、自分太ってるわ、痩せなあかん。痩せなあかんかなと思って、どんどんダイエットにのめり込むようになりました。

ありのままでもいいんだとか、自分が食べるの好きなん

ですけど、食べててもいいとか、その当時は多感なころだったんで、友達と比較して自分のアイデンティティみたいなのを確立するっていうか、そういったことで。そんな中で、痩せる薬があるっていうのを、友達が教えてくれて、それが自分と覚せい剤の出会いだったかなと思います。

当時は、何かもうちょっとぐれ始めて、弟がよくできるんですね、大学院まで行って本当によくできた弟なんですけど、何か愛されてないって感じるようになってたので、悪いことをして両親の気を引こうみたいなのが自分の中であって。

それも、何かこう万引したりとか夜帰らないとか、そういうことで両親の関心を引きたかったっていうのもありました。

何か、構ってもらってる間は、愛されてるような感覚に錯覚したんですね。錯覚して、自分の中でこれやっていうふうに思いながら、何かこううまく言葉で表現できない、誰といても家族の中にも友達の中にも孤独を自分から選ぶ。何か、すごいそういう自己憐憫の強いような子どもだったかなと思います。

薬物と出会ったときは使ったときは、何ていいものがこの世にあるんやと。万能感っていうんですかね、薬から得られる万能感っていうのが、自分の自信のなさとか、そういったものを補ってくれるような感覚があって、自分はどっぷりとはまりました。

でも、友達を介してしか買えなかったんで、それはなぜかという、女友達だったんですけど、女友達はあなたは絶対はまるから自分で買いなって言って、言われたんですね。

私は、どうしても薬が欲しかったんですよ。何としても薬が欲しかったので、アメリカ村の三角公園のところに、何て言うのか、フライヤーを配っている男の人に、この薬物どこに売ってるんですかとか言って聞きに行ったりとか、何か今思えば何てことを、あほですよ、本当に。でも、それが欲しかったんです。でも、分からない、どこに売ってるか分からないから、どこに売ってますかみたいなことを聞きにいった、だいぶクレージーな行動をしていたって、今思うんですけど、そういったこともありました。

自分、そうやって何とか薬が買えたんですね。自分の手で買えるようになった瞬間……として逮捕されました。

それは、繁華街で、当時私も体売ったりしてたんですけど、ミナミのところで働いてて、制服で、当時その店の店長と不倫をしかけて、制服で遊ぼうっていうことになったんですけど、「制服やな」ってなって、服を取り

に行ったんですよ、スエットを取りに行ったんですけど、交番のところに止めてあるチャリンコの、警察官のチャリンコってこう板あるじゃないですか、その板のところにピラフを乗せて、それ食べてたんです。

そしたら、職務質問されて、当たり前なんですけど、ちょっと君何してんのやってことで、えっみたいな感じだったんですよ。ピラフを食べてますけどみたいな感じだったんですけど、当時もういろいろ覚せい剤でいろいろ使い方あるんですけど、腕に注射をしてもらう形で使ってたので、なんかこう挙動不審になって、ちょっと君いいから来てみたいな感じで、腕をめくりなさいみたいな感じで、腕をめくったら、んっ、注射痕あるなみたいな感じで。

ちょっと、しらを切ってたんですけど、その男性、相手の男性は交番の窓見てたら、ドライブっていうか車でばーって通り過ぎていったんですよ。簡単に言ったら、捨てられたってことなんですけど。そんなこともあって、終わった、終わった、終わったと思って。

早くね、早く自白したほうが罪にならないからって、警察の人は言うわけですよ。そんなとき、当時まだ無知だったんで、使いましたみたいな、使ったんですみたいな感じ、素直に言ったんですよ。そのとき、逮捕され、当然なんですけど、逮捕されて。でも、往生際が悪かったのは、1回尿を取るんですけど、その尿を取ってグレーだったんですよ。

グレーだったんで、ちょっと詳しく調べるために、でもそれまで判決が分からないから、1回帰っていいよみたいなことを言ってくれたんですよ。その代わり携帯置いてねみたいな、携帯置いてくのみみたいな感じになってしまっただけ。

なぜかと言うと、そこには売人の連絡もあるし、自分が薬を使ってた経緯とかも全部書いてあるし、これはまずいなと思って、携帯二つ折ったんですよ、ばんって。緊急逮捕ってなって、緊急逮捕されたんですよ、緊急逮捕されたんですよ。

それから、当時10代だったんで、施設に行く代わりに試験観察にしてあげるってことで、社会にまた帰ってきて。そのときに、ダルクとかNAと出会いました。

そこでは、何か正直になっていいよって、言ってくれるんですよ。正直って何みたいな、まず正直な気持ちだが、ずっとうそをついてきたから分からない。使いたって言っても、怒られないんですよ。普通やったら、やめなさい、体に悪い、良くないということだよって、心配して言ってくれるんですけど、うるさいわって思うんですよ。薬は、自分勝手な自分は、うるさいって、ほ

っというって思うんですけど、そこではそういった気持ちを話したとしても、分かるわって、そうだよねって、うっとうしいよねとか、なんかそういう共感があったんですけど。

その当時は、まだ何か家族もいて恋人もいて友人もいて仕事もあって学校も行ってみたいいな、全て自分に必要なものはそろっているような感覚があったので、ダルクにいる人たちを見てここまでひどくないなって、正直思ったんですよ。

こんなに何十年もやめてなくないぞ、私は数カ月しか使っていないし全然ものをいっぱい持つてからって思ったんで、なんかちょっとばかにしてたんですよ、今思えばね、ばかにしてたんですよ。

失礼な話なんですけど、その当時は仲間のありがたさとかも全然分かんなくて、ちょっと冷めた目で見ながら、私は違うと、薬中じゃないって思って、そのまま伝えたいって気持ちもあったんですけど、そこで自分がミーティングで話してたのは、もうやめますって、二度としません、自分は大丈夫だということを言ってたかなと思います。

当時、若かったっていうのがあって、1年ぐらいで、高校はやめてたんで、通信の高校に通うっていうことで、ダルクを卒業しました。ダルクっていうのは入寮施設で、NAっていうのは自助グループなんですけど……夜7時ぐらいから8時ぐらいまで行われるミーティングが自助グループっていうんですけど、そこで4年ぐらいのりくらりと体売ったりとか悪さもしながら、キャバクラで働いたりとか、何かそういったこともしながら、4年間ぐらい……覚せい剤を使わない生活が始まって。何か、薬使わない、でもどっちでもいいかなみたいな、そういう気持ちに。

でも、何かNAに行ったら知った仲間がいるし、あんまり治っちゃった病っていうんですけど、自分はもう大丈夫なんじゃないかなっていう気持ちでいました。

その後、私は1年間のヘアメイクの専門学校に行きました、その間に。その学校卒業して、美容師になりたかったんで、2年制の美容師の学校に行ったんですね。

1年間は真面目に通ってたんですけど、その美容師の学校って、私の目から見たらすごい偏見かもしれないんですけど、とつてもどの世界でもそうか、努力をみんなやっぱりしてるんですね、技術をやっぱり商売にしているんで、すごくみんな熱心に練習をしてはりました。

でも、私は、勉強も嫌いだし努力も嫌いだし、でも結果が欲しくて楽しんで手に入るようなものがすごく、要は薬みたいなものが、一気に快樂になるようなものが好き

なので、好きだったんで、そんな中で、どんどんプレッシャー、プレッシャーみたいなのもあって、口では大口たたくんだけど、実際実技のテストになればそのウィッグはぼろぼろでみたいなのがあって。

何か、理想はもっとできて、1年間のヘアメイクの学校も行ってから知識もあって、年も取ってるし、できてなあかんで思う反面、現実はできてない。他の子と比べても、明らかにできてない。そういう理想と現実のギャップに、もう耐えきれなくなったんですね。

そんなときに、ふっと頭に湧いてきたのが、薬物でした。あ、覚せい剤使ったら、楽なれるわ、また気持ちいいこと思うわ、逃げられるわ。そんなふうに思って、使いました。

でも、以前の薬を使ってた経験から、もう止まらない、止まらなくなる、1回の使用では止まらないことが前提で私は薬を使い出しました、また。それから、貯蓄を切り崩しながら、薬物を使いながら、生活するってことが始まって。

1回目に使ってたときよりも、ひどいどん底っていうことがあるんです。言葉があるんですけど、食べれない、寝れない、人間ではなくなります。人間ではなくなる、そういった生活が自分の中になっていました。

幻覚もあったし、幻聴もあったし、妄想もひどかったし、カーテンを洗おうと思って、アパートの1階に洗濯機があったんですけど乾燥機と、朝入れるんですけどそれを取りに行けないんですね。何か、タイマーまでして、20分やから20分で鳴るようにセットして、ぴって押して、またこう何かしようと思うんですけど、ピピピって鳴ったときにはまた何か別のことして、もうこっちのことそっちのけでこっちのことやって、それが終わったらこっちのことやってって、やったらやりっ放しみたいな。

そんな中で、なんかもう部屋はぐちゃぐちゃやし、ものも食べてないから、すりガラスがあってそのすりガラスをばって見上げたら、虫に見えるんですね、全部。恐ろしいなと思って、もう本当になんかこう……体力も何もかも3日ぐらい飲まず食わずで、そんなことばっかしてると、やっぱ気力っていうかスイッチが切れてしまうんですね。フローリングの横にこうばーんって、横になって、ああ、もうこのまま死ぬかみたいな、なんかそんなときがありました。

そこで、もう本当にどうにも、本当に生きていくことがどうにもならなくなってしまって、助けてくださいっていうふうなことで、施設にまたお世話になるようになりました。

すごい恥ずかしかったんですけど、またこう何か。て言うのは、本当に薬物をコントロールして使うことはできないということを実証してるわけで、すごく自分が薬中であることを認めるのが最初はすごく嫌だったんですけど、受け入れることができなかつたんですけど、今はもうどうしようもない、薬物依存症だと。薬物に対して、本当に無力やなつていうのを思います。

そこでは、帰ってきてからは、仲間との生活があつて、最初は私も女性の仲間はすごく苦手だったんですけど、でも今は日々笑いの絶えない生活というか、そういう時間を過ごさせてもらつてるかなと思います。

あと、先ほど話された仲間も言つてたんですけど、今日1日だけやめるつていう言葉があります。今日1日だけ薬物をやめて、また明日から使おうつて、それがまた明日になれば、今日1日のやめようつていうことを、私自身も今さしてもらつてるかなと思つてます。

中学校と高校の先生になられる学生さんたちに話させてもらうつていうのは、きょう初めて知つて。もう、私が学生だったころはなんかもう擦れてたんで、どうやったことから話をさしてもらおうかなと思つてたんですけど、先生たちも気付いてたときにうれしかったのは、そういう仲間が一人で悩まずに一人で苦しまずに仲間がいるつていうことを教えてもらつたら、すごくうれしかったかなということも思つて。

何か、怒られるつていうよりかは、こう自助努力があるとか、そういう一人こうみんなこう薬使つてるからあかんことやって分かつているし、やめなさいつていうのはもうさんざん聞いているんですよ。嫌つていうぐらい聞いているんで、なんか本当に私の勝手な考えなんですけど、苦しんでます。

苦しんで、やめなあかんて分かつていながら、私は使つていました。なんで、そういう自助グループがあつたりとかつていうことを、逮捕をきっかけに知ることになつたんで、もしなんか先生方になられる学生さんたちということで、そういう存在があるつていうのを、本当に頭の片隅に置いてもらえていたら、一人の私は薬中としてありがたいかなというのを思います。

ダルクにつながつたときに、ここにいる人たちとはひどくないつて、ここにいる人たちほどひどくないつて思つたんですけど、薬物を使つた期間は問題じゃなかつたです。

自分が薬物によって、短期間でも短時間でも、自分の人生に絶大な影響を及ぼしました。なんで、期間とかきっかけとか、そういうことではなかつたなつて。今も、薬物が中心というか、薬物をやめていくことが中心の生

活でいうこともあります。なんで、期間の問題じゃなかつたなつていうことを、今思つてます。

何か、ちょっとまとまらなくなつてきたんですけど。はい。ちょっと、話まとまらないんですけど、ありがとうございました。

III. 高知県立大学「更生保護制度」(2018年5月29日)でのゲストスピーチ

【アキさん】

皆さん、こんにちは。依存症のアキです。私、話がすごく苦手で、何言つてるか分からないかもしれないですけど聞いてください。

まず、子どものころの話なんですけど、私は小さいころから父、母がすごく仲が悪くて、父は彼女がいたんですね。

私がおなかにいるころから彼女がいて、小学校の低学年のころに彼女と一緒に暮らすようになって、父は出て行つて、母と父方のおじいちゃん、おばあちゃん、兄と暮らしてたんですけど、うちの実家は父が板金屋さんをやって工場と一緒になつていたので、毎日父は仕事をしに実家の方に来るので顔を合わせるがあつて、母とも会うんですけど、親の仲悪かつたので、父と私が話してれば母は嫌な思ひをしたりとか、嫌みを言つたりとかしてましたね。

その逆で母と私が話ししてると、父は、あんなばか女とは話すなとか部屋に入れるなとか、そういうことを言つていました。

私は子どもながらにすごい気を遣つていて、いつも早くこの家を出て行きたいとか、早く大人になりたいというふうに思つていました。

思いながらも、父はすごく私のことをかわいがつてくれて、ちょっと変わった親としては最低な父親で、子どものころから私にたばこを吸わせたり、お酒を面白がつて飲ませたりとか、私もそれで喜んでたんですけど、父のこと私はそれでも好きで、小学校の何年生ぐらいだったか忘れたんですけど、ラッシュという鼻から吸う薬物があるんですけど、そういうのを面白がつて父が持つて帰つてきて私にくれたりとか、そういう悪いことを教えるような父で、父は万引とかもする人で、いたずら感覚でそういうことを悪いことをしたりとか、私は父が好きだったので、父のやることはすごく楽しいつて思つたんですよ。

そのころから薬物とかに対して怖いとかそういうのはなくて、小学生ぐらいのときはそういう覚せい剤とかテ

レビで見たことあるんですけど、早く大人になってそういうのをやってみたいなというふうに思っていました。小学生のときにライターのカスを袋に入れて吸ってみたりとかもしました。

中学生に入る前に親が離婚したんですけども、それから門限とかもなかったし、ちっちゃいころからなかったんですけど、うるさく言われないう。あまり帰らなくなったりとか、即帰ってきたりとかするようになって、どんどん不良になっていったんですね。

近くで夜中に外歩いていたときに、暴走族のお姉さん、お兄さんがたまっているシンナーとかを吸ってて、それを見てそのとき声を掛けられたんですね。子どもが外歩いているから。ちょっと遊んでもらったことがあったんですけど、シンナー吸ったりしてて、そのお兄さんとお姉さんがすごい楽しそうで、私も早くこうなりたいとそのときも思いました。

中2のときに友達がシンナーを持って来て吸うようになったりだとか、私はちょっとうまく話せないんですけど、中2のときに家出をしたんですね。友達と。早く家を出たいと思ったので、早く大人になりたいと思ってたので家出をして、私、横浜が地元なんですけど、東京まで家出を友達と2人ですることになって、そこでお小遣いとか、お金は少し持って出たんですけどすぐにそれも尽きて、男の人にナンパされてその人の家に友達と転がり込んで、その人は薬をやる人で、大麻だとか覚せい剤も煙で吸うようなことをしてて、私と友達もそれを教えてもらってやりました。

それから結構毎日薬物をやるようになって、家出から帰って来てもやっぱり薬物を求めるようになって、悪い友達と付き合いだとか、やくざの人と付き合いようになったりだとか、売人からやくざの人と知り合ってそういう世界に入ってしまったとか、どんどん悪くなっていきましたね。

私は覚せい剤が大好きで、ないと本当に死にたくなるくらい覚せい剤が大好きで、何度もやめようとは思ったんですけどやめれなくなってしまって、話がバラバラなんですけど、18のときに覚せい剤で捕まって鑑別所にも入ったんですね。

もうやらないと、母も父も来てくれて裁判して、母のほうに引き取られるということで鑑別所で処分済んで帰って来たんですけども、帰って来てすぐまたシンナーを吸ってしまってまた逮捕されて、何とか親がちゃんと見るからということで保護観察処分済んだんですけど。

シンナーだけじゃ物足りなくて、また覚せい剤をやるようになって、そのときは売人の人と付き合いようにな

りましたね。毎日毎日覚せい剤をやるようになって、ガリガリで、ほんとにそのとき 38 キロぐらいだったんですけど、ガリガリでフラフラでたまに倒れたりもするぐらい。みんなから気持ち悪いと言われて、ほんとにひどかったですね。

でもそれでも自分は、覚せい剤をやると自分がすごく強くなったって錯覚だったりとか、自分がかっこいいと錯覚をしたりとか、頭がおかしくなったんでしょうね。全然そのときから自分が周りから見てもおかしいと言われてるのに、自分は普通だと思ってましたね。

そんな感じですつと覚せい剤を吸ってて、それから刑務所にも、26歳のときにも刑務所に入ってたんですけどそのときのことが、最初に捕まったのが執行猶予でそのときは出てきたんですけども、そのときは覚せい剤とシンナーとモルヒネの…がんの人が飲む薬なんですけど…錠剤をたくさん飲んで頭がおかしくなって、彼氏とそのときけんかになって、彼氏に火をつけようとしてシンナーに火をつけて、彼氏に火をつけようとして家が燃えてしまって、消防車と警察が来て逮捕されて、そのときは執行猶予で帰って来ることができたんです。

放火は認めなくて、そのときは違うと言い張って、今だから言えることなんですけど、執行猶予で出てきたんですけども、出てきてすぐに覚せい剤を使いました。

出てすぐに知り合いに連絡して、速攻見つかって、泥棒とかもはじめ窃盗団と付き合いが昔からあったんですけども、自分も一緒になって窃盗団の仲間入りして、車を盗んだりだとかお店に入っている盗んだりだとか、そういうことを平気でやるようになって、薬をまず買って、泥棒で手に入れたお金でギャンブルにはまって、また薬、ギャンブルの繰り返しでしたね。

寝る時間もなくて、そんな無駄なことばかりやってたんですけど、すごくそのときの自分はほんとに自分のことしか考えられなくなって、自分が楽しむことしか考えられない。人のことなんかどうでもよかったんです。

親が何言おうとうるさいと思ったし、友達が心配しても親が心配しても、うるさくてうっとうしくてしょうがなかった。誰に何を言われようが、自分のことは放っておいてくれとか、好きにやらせてくれて。

ほんとにたくさんの人を傷つけるような、裏切ったりとかだまされたりとか、人を傷つけるようなことも平気でするようになってたし、私は薬ができれば他にはもういないみたいになってました。

ダルクにつながるきっかけとか、ダルクにつながるようになったのは、私がつながる1年半前から逮捕が出てしまって、薬の共同所持で。

泥棒のことでも捜されてたのもあったんですけど、1年半ぐらい逃亡生活をして、体から薬を抜いて出頭すれば10日ぐらいで出てこれるよということを言われてたし、分かっていたんですけど、薬を体から抜くことができなくて、1日でも薬を我慢してやめたときもあったんですけど、もうおかしくなってしまうんですね。

死にたくなる。気が狂って泣き叫んだりとかもしたし眠れなくて、体から抜くための点滴も行ったんですけど、また帰ってきてからすぐ覚せい剤を打ってしまって、そんなこんなで1年半も気付いたらたっていて、周りもいい加減にしてくれて、誰も助けてくれる人もいなくなってしまって、どうしようもなく独りぼっちになってしまったんです。

出頭することにしたんですけど、出頭するときも危険ドラッグで成分がまだ合法のものがあるって、今は結構取り締まりがすごいんですけど、それは大丈夫なんですよ。捕まらない薬があったんですけど、覚せい剤みたいな効果があるけどもっとおかしくなる薬があって、それを出頭の直前、ほんと何分かその薬で覚せい剤はやめて、10日ぐらいその薬で我慢して出頭したんですけど、10日ぐらいで出てこれたんですよ。

中にいる間に、留置所の中でいろいろ考えて、1年半の逃亡生活もすごくつらかったんですよ。出頭してすごくホッとして、もう私、薬やめなきゃやばいなんて思って、でも留置所から戻ったとき、覚せい剤やりたくてしょうがないんですよ。本当に、何というのかな。本当に涙が出るほど覚せい剤がやりたくて。

私、そのときに私が子どものころに覚せい剤を売ってくれた売人だった先輩がいるんですけど、その人が今ダルクのスタッフをやっていて、久しぶりにその先輩に電話して、薬やめたいんですけど助けてくださいって言ったんですよ。

本当にやめる気あるのかと言われて、本当にどうしようもなくなったら言ってくれと言われてたんですけど、本当にどうしようもないんですって、自分の力じゃどうにもならないと言って、その先輩がダルクにつなげてくれたんですよ。紹介してもらって。女性のサポートしてる施設に入らせてもらってますね。

今まで薬をやめたいという仲間がいなかったんです。周りにもそういう人がいなかったんですよ。でも、ダルクには薬をやめたいって思う仲間がいて、すごくミーティングとかをやるんですけど、すごい正直に私だったら恥ずかしくて言えないような話でもすごく真剣に話している仲間がいて、最初はびっくりしたんですけど。

そうだな、私には仲間ができたんだって、一緒に薬を

やめるために支え合っていける仲間ができたんだって今すごく思っていて、つながって2年ちょっとなんですけど、その間にもまた薬を使っちゃったことがあって、その回復する、すいません、薬をやめてから1年半ぐらいで薬をまた使ってしまったんですけど、そのときは私もやめれると思ってたんですけど、やっぱり病気の怖さとか依存症なんだなって。薬好きなんだなって。1年半たってもまた薬を使ってしまったんです。

すごく仲間に支えてもらって毎日頑張ってるんですけど、でも、それでも今でも薬使いたいという気持ちもあるし、ほんと何日か前にも昔のことを思い出しちゃって、薬使いたい要求が出たんですけど、そんなときもミーティングで話したんですね。ミーティングの後、仲間がハグしてくれたりだとか、そういう支えが今私にはすごく必要で、今までそういうのがなかったんですよ。

正直、ダルクで入寮してるんですけど、いろいろ不満とかもあるんですけど、やっぱり仲間がすごい支えになってくれて、うつの人のサポートであったりとか、そのおかげで私は再使用してからまた昔の生き方に戻らずに今またやめようって思えて、これからまだまだ回復には時間掛かると思うんですけど、仲間と一緒に頑張っているってすごい前向きに頑張っているところです。

ちょっと話に変になっちゃった。すいません、よく分からなかったかもしれません。ありがとうございます。

【ミツエさん】

皆さん、こんにちは。依存症のミツエです。こんなにたくさんの方がいると思わずに今ここに立ったんですけど、この教室に入るときに一発使いたってなりました。

逃げたいっていう気持ちがすごい強くて、自分が覚せい剤を使うきっかけとなったのも、やっぱり逃げたいという気持ちが強くて、同じ状況だなんてさっき思ったんですけど、正直こういうのが大嫌いのでできるだけ避けてくるとほんと嫌だって感じなんですけど、与えられたことだと思って、今、話させてもらおうと決心して話してるんですけど、どこからいいかな。

地元は栃木県で、おじいちゃん、おばあちゃんと、お父さん、お母さんと、弟と妹の7人家族でした。小さいころから両親、特にお母さんに関したら、兄弟2人と近所の子、あと同級生の子と比べられてずっとやってきて、それがすごいネックだった。

中学校のときにいじめにあって登校拒否になったんですけど、そのときに私はおじいちゃんに畳の上を引きずり回されたり、お父さんにも同じことをされたりだとかしてきて。そのときの私は、もう生きたくない、なんで

分かってくれないんだという気持ちが強かったんですね。

そういうときにとった私の行動は、自殺をしようとして家族全員いる前で包丁持って死のうとしました。そういうことがあって、私は高校受験をしたくなかった、仕事をしたかった。けど両親は、高校行ってまともになれば、無理やり受験をさせられた感じで行ったんですけど、そのときも何だろう、流れみたいな感じで同じようにいじめにあった。

そのときの担任の先生はものすごいいい先生で、家まで来てくれたりだとか、頻繁に連絡してくれたりだとかしてすごいいい先生だったんですね。2年3年と担任が変わってもこまめに気に掛けてくれて、今はその先生にすごい感謝していますね。今どこにいるのかも分からないんですけど、会ったときにはお礼を言いたいなと思っています。

高校では、出席状況みたいなのが毎月自宅のほうに郵送される形で、それを見るたびに怒られ、当たり前なんですけど、そこから親は片道30分40分の道を毎朝送ってということをしてくれました。

ほんとにそれもすごい嫌だった。自由にさせてくれと思ったんだけど、今思えば、今までそういう家族がしてくれていたのは何て言うんだろう、分からなかったんだろうなって、親の手探りだったんだろうなっていうふうには今は思えるようになってきたんですね。

中学校話したでしょ、高校も話したでしょ、高校卒業して就職するんですけど、そのときは仕事よりも遊びに走って、仕事に誘いがあれば仮病を使って早退して遊びに行く。遊び疲れて次の日の朝だるいから仮病を使って休む、何か遊び中心の生活になっていったんですね。

でもそれでも親にも怒られるし、まともになればとやっぱり言われるし、そういうのもすごいストレスだった。

親に1回、放っておいてって言ったときがあって、そのときの返答というのが、放っておけるわけないだろ、お前は何するか分からないってことを言われました。

それを言われたのにもかかわらず、私は23のときに覚せい剤を知って、売人にもお前はやめておいた方がいいと言われたんだけど、もう何も考えたくない、この生活から逃げたい、楽になりたい、その他にもいろんな多分気持ちがあったんだと思うんですけど、使うことしか考えてなかった。使いたいという。

だから最初使ってから間、時間あけることなく毎日やり続けて使用期間が数カ月、私は捕まって拘置所入って高知に来たんですけど、最初高知来たときは、もうちょっと使いたかったなって、もうちょっとやらせてよ

て。

でも、拘置所に入ってるときは、どうやって行かないで済む方法があるかっていうことを考えてた。夜働いたときのお店の方に私は手紙を出して、結局返事は来なかったんですけど、行くことが前提だった。行かないと縁を切ると言われてそれが効いたというか、それで決めたみたいな感じなんですけど、何だろう、どこまで話したっけ。

高知に決めて、高知に来て、最初から私は激動の日々を過ごしていました。どこに住む場所があるんだ、どこで着替えばいいんだ、どこで顔を洗えばいいんだって、何もかも分からなくて、猫を飼ってるんですけど動物が大嫌い、猫いること聞いてませんですごい言っていましたね。

そこから共同生活が始まるんですけど、自分の特徴の物音に敏感とか、すごいいろんな取りあえず共同生活に向いてない特徴が多々あって、それがあって私はその施設のほうへ通所するという形になったんですけど、それはそれでまた問題があって、朝が起きれない、前の日寝ることがすごい怖い、朝が怖いという。それまた問題で、毎日遅刻して行ってたときがあったんですね。

そのたびに仲間に言われ、けんかして行ってやってって、その当時の「どや施設」と言ってるんですけど、その「どや施設」が今の施設に移動するときに、私は親の援助が厳しくなってきたことで、行政のほうにお世話になることになったんですけど、その当時住んでたところが家賃が高いということで引っ越しをせざるをえない状況になって、今の施設がある場所に家を見つけようとしたんですけど見つからなくて、最初はその住んでるところから今の施設まで自転車で通ってとかいうことをしてたんですけど、それでも見つからなくて引き払ってその施設にまた出戻りしたんですけど、そのときもやっぱり嫌だった。しんどかったし、ストレスたまるし、やり場がない。

何だろう。今の施設に引っ越しして、そこから仕事探して仕事をしながら家を探してということをして、でもそれは施設から通う仕事で、もう鬼でしたね。年末年始は夜中朝早く行かなくちゃいけなくて、そのときはみんな寝てるし、帰って来たらみんな寝てるしとか、いいなって。

でもそのときはそういう気持ちだったけど、今はそれが自分のステップアップの一つでもあったのかなって、今は思いますね。多分、ないものねだりをしてたんだろうなって。そこから家見つかって引っ越しして、そこから仕事に行くという日々をしていたんですけど、施設に

いるときは自助グループ、NAとかAAとかに行くことは強制的だった。流れで行くものってずっと思っていて、でもある日突然でもないんですけど、あることがきっかけで私は自助グループからも仲間からも遠ざけるようになりました。

それが数年続いて、行政にもいろいろ言われダブルワークをしました。けど、ダブルワークをしたらもっとしんどくなって、投げたくなって、それまで職場の人が自分の感情面での病気とかいろんな面で我慢をしてたということが爆発して私はクビになりました。

それを気に、両方仕事を辞めてちょっとお休みしたんですけど、そのときに日中、暑い、緊張している、今働かせてもらっている日中活動の訓練の施設のほうで、職員だかスタッフだか分からないことを、自信がないんですね、私。それで今行ってるんですけど、その上司が声を掛けてくれたんですね。

正直、戸惑いは隠せなかったし、前にも声掛けてもらったときに、私はこんな仕事嫌だ、できない無理ってそれを言ってたんですね。言ったのにかかわらず、今こうしてやってるといのがすごい不思議でいいのかなという部分もあるんですけど、そのときに言ってくれた言葉というのが今分かってきた。

それまで4年、5年ぐらい、仲間、自助グループから避けてやってきて、自分を見つめ直すことってこういうことなのかって、また改めて感じたというか、そういう流れがあって今に至るんですけど。

今は仕事もそうなんですけど、自助グループのあり方というか、そういうものも自分の中で変わりつつあって、仲間のいる前で話しづらいんですけど、どこ行っても仲間がいるっていう、自分の正直な話できないじゃんというのがすごいあってストレスで、分かっちゃうじゃんて、職場の愚痴話せばいるから分かっちゃうじゃんて。自由って書いてあるけど自由じゃないじゃん、何が自由なんだよって反抗的なことばかり思っていて、去年の11月の自分のバースデーの月に、スポンサーという自助グループ的な言葉なんですけど、スポンサーとホームグループを変えました。

変えたことによってすごい解放された。自分の知らない世界、仲間の広さというものが広がったこと、それはすごい自分にとって良かったなって。

そういうこともあってか分からないけど、仲間っていいなって思えるようになってるんですね。今じゃないんですけど、去年あたりぐらいからちょっとずつ出てきていて、それを思ったときに、つながったころの私は仲間なんて必要ないってずっと思っていたんですね。

何年も。やめるには自分の力があればいいんだよって。

仲間なんか関係ねえ、やってらんねえみたいな。けどなんかそれが今は、こういうことかってようやく納得できたというか。

NAのこともそういうふうになってきて、仕事を通しての自分自身を知ることでもそうなんですけど、それ以外でも今自分自身を知る勉強というか訓練というか、そういうものをさせてもらってて、自分の特性、苦手分野、得意分野、すごい出てきて、何といえればいいのかな、まだちゃんとした検査はしてないから分からないんですけど、私は発達障害の同一性保持だと言われてるんですよ。

今ここにいてパニックになっているのもそれが原因だって自分で思っていて、慣れてないことをするとすごいあたふたなってパニックになるので、今日ここに三つしかメモしてないんですけど、不思議です。

以前、違うところで話させてもらったときは紙に文章を書いてたんですけど、それがよろしくなかったらしい。というか、今回は書く暇がなかったんですけど、もういいや、投げてましたね、どっか。なるようにしかならないからいいやって。

そういうことができるようになってきたのも最近。今までは順序を通らないとできなかった。自分のやり方みたいなものが手放せなかった。今でもそういう部分はあるんですけど、そういうのがちょっとずつ減ってきてるのかなって思います。

でも、そういう自分自身を知ると同時に、仲間が同じようなこととか状況とかになってるのを見ると、あーってなって分かるからしんどいというときもあるんですね。そこでどうしたらいいのかなとかって頭を悩ますんだけど、自分にゆとりがないから分からなくなるんですね。

自分の怒りの問題がどういう状況になったらどう出るかとかいうのが、分かってきちゃったという言い方も悪いんですけど、分かってきたから取りあえずそこを阻止するためにまずはやっていかないといけないって。

そこでスポンサーといろんなことをやらせてもらってきて、私の中では今6カ条できてるんですね。6カ条でききてきて、どれも自分の怒りの問題につながることで、日中活動のほうでのミーティングのときに1回か2回ぐらい言わせてもらったんですけど、きょうはちょっと控えようと思って言っていないんですけど、紙に書いてあります。

これを見ながら話ししてるんですけど、多分きょうは出てないだろうと。でもそれを言わないのも私のそいつ

らが邪魔してるって。そういうのって多分いらぬブライトにつながるものなのかなって思ったりだとか、話してて思ったんですけど、でもつながってから今してることというのは、これから先無駄になることはないなって、ずっと仲間とけんかするのが当たり前でずっとやってきて、今は周りの仲間が気を遣ってるっていうことが大きいと思うんですけど、どうにかこうにかそこまでの怒りは出なくなった。

だけど今何とかしたいのは、自分にはわからない怒りのオーラが周りには分かってしまうというそれを消したい。消せるなら消したいって。でも過去と同じで消すことはできないのかなって。弱くとか薄くすることはできるんだろうけど、消すことはできないだろうなって。

昔ほどじゃないからいいかって負けている自分もいるけど、それじゃいけないという…（？）…。でも何だろう、高知に来て嫌だったけど良かったというところに今はたどり着いていますね。

来たとき、3カ月という話だったのがもう10年たっちゃって、3カ月たつまでの間は毎日、3カ月たったら帰りますって1日1回必ず言って、3カ月たって今でもその施設長に、私3カ月たつたので帰りますって言ったんですね。そしたら、笑ってるから自分で分かてるよねって言われ、はい、分かってますで残ったんですよ。

親との関係というのもすごい変てこりんで、めちゃめちゃで、どうしようもなかったんですけど、高知来て6年間ぐらゐは手紙も書かず電話もせずで、会いにも行かず会いにも来ずでやってきて、ほんと最近の感じですね。妹の結婚式というのがきっかけだったような気がするけど、その前になんかあったのかもしんないけど、記憶が飛んでるんですけど、それがでっかい一番のきっかけだった気がする。

招待状来てどうするかすごい悩んで、当時のスポンサーにも相談したし、親にも相談したし、それで行ったんですけど、そのときどうしたらいいか取りあえず分からなかった。どういう顔をして会えばいいか分からなかったんですよ。

だから取りあえず、兄弟、両親に対して埋め合わせではないけど、手紙を書いて持って行きましたね。渡して、感動の再開ではなかった。笑いの再開で始まったので、それがすごい良かったですね。感動だったら余計どうしたらいいか分からなかったんでしょうけど、笑いで始まったから取りあえず良かったって。

それも親は感動の再開なんだろうとは思ってたみたいなんですけど、逆にこれで良かったんだろうなって、お

互いがそう思ってたんですけど、妹の結婚式を気に1年おきに帰るきっかけがあって、何だろう、おばあちゃんが危ない、おばあちゃんが亡くなっておばあちゃんの一週忌、その次じいちゃんが危ないで帰って、じいちゃんの一週忌という感じで、理由は機会が与えられてるって。

でも、その亡くなったおじいちゃんに対しては、まだ恨んでいますね。消えてない。自分の恨みの中には恨みの対象がすごいおじいちゃんにあるって思ってますね。亡くなった人をそういうふうに思っているのも嫌なんですけど、どうにもならない。でもいつか消えるだろうって、薄れるだろうって。

でも、いろんなことがあったし、これからもあるので、そのつど自分に与えられた試練と思ってありがたく受け取って、一日一日を大切にしていきたいなって思う今日このごろですね。

自分を薬で痛めつけて、自分の病気で仲間を傷つけて、いろんな人を傷つけてやってきて、つながって包丁を持ち出して逃亡したりとかもしていたし、死ねないはずだと分かっているけど歩道橋の上から死のうとしようとしたり、リストカットしたりだとかしてきたので、そういうことはもうしたくないなって。

今までの分をこれから有意義な時間に使っていきなうって思っています。仲間にはすごい感謝しています。ありがとうございます。長々とありがとうございます。以上です。

【サッチさん】

依存症のサッチです。きょう調子が悪くて、泣き出しそうな自分がいて、どうしてかなと考えると、ここで話すことを考えたんですね。

何を話そうかなって。そう考えると子どものころのことがすごく浮かんできて泣きたい気持ちになって、きょうはちょっと調子悪いです。話の途中で泣いちゃったりするかもしれないんですけど、許してください。

2、3日前かな、仲間から文献を借りてその文献に書いてあったことが、誰もがある時点で疲れを癒やすためだとか、深く眠るためだとか、退屈を感じたときとか、何となくイライラしたからといった理由で、自己治療的にお酒を飲んだりだとかお薬を飲んだりとか、あとたばこを吸ったり、パチンコをしたりすることはありうることなんだそうです。

でも、依存症の私たちは、それをたしなむということができなくて、どんどん深みに入っていくようです。

何か自分に問題があると、本当は周りの人にこういうことが苦しいんだとか、助けてほしいということを頼ら

なければいけなんですけど、私たち依存症はそういうのがすごく苦手で、人に頼るということを多分ちっちゃいときに覚えてこなかったのかなっていうふうに思います。

私は沖縄県の石垣島に生まれ育ちました。石垣島は時間がゆっくりで海がきれいで、親類とか近所のおじさん、おばさんとかが結構仲良くて、何かあったら声掛けてとかいうような、すごい温かい優しい島なんですけども、私たち家族4人はその優しい島の中で孤立をしてたなどというのがすごく頭に浮かぶんですね。

私の父はいわゆる女好きで、いつもとっかえひっかえ女性を変えては母親を泣かせてました。母はいつも父親の浮気を心配して、父が飲みに出掛けると私を自転車の後ろに乗せて、夜の飲み屋街とか父の友人の家とかを探しに行くんですけど、自転車に乗ってる母の背中はいつも震えてて、きっと私には見せなかったんですけど泣いてたんだらうなって。苦しくて寂しくて泣きながら父親を探してたんだらうなって思います。

父は、私が幼稚園のときに、他の女性と家庭を持つために出て行きました。母と兄2人と私と4人暮らしの生活が始まりました。

母は昼間は工場で働いて、それでも生活が苦しいので夜はスナック、水商売を始めました。兄2人は男同士で遊びとかが合うんですけど、私は遊びについていけなかったりとか、母がいない寂しさからいつも母のブラウスをかぶって母の汗の匂いを嗅ぎながら、いつも泣きながら寝ていたなというのを思い出します。

母が夜の仕事を始めて母がいない不在の家で、虐待とかいんなことも起こったりしていました。その虐待のことは母に相談することはできなかったんですね。

母が苦しむと思ったし、また泣いてしまうんじゃないかなと思ったし、これは私が黙って我慢しなきゃいけないものだっていうふうに思っていました。

私、兄だけでなくて幼少期に祖父からの虐待もあって、その重さが自分が駄目だからこうなったんだというような、こういう虐待を受けるんだというふうに考え込むようになってすごく苦しくて、そのことが余計母に助けを求めることをやめたのかなって思います。

4人暮らしの中で母の苦しみ、兄2人の苦しみ、あと私の苦しみ、誰も口から苦しいということを出さずに外に助けを求めずに、優しい島で家族4人は孤立してたのかなって、今は思い返してます。

今は時々思うんですけど、あのとき母に寂しいから仕事を辞めてほしいっていうことを伝えれば良かったなって。生活上、仕事を辞めることはできなかったかもしれないんですけど、ごめんねって私を抱きしめてくれたか

なって。多分、私は抱きしめてもらえることをすごく望んでたのかもしれないなって、時々そういうふうに思います。

私は高校を卒業して看護師の資格を取るために東京に出ました。働きながら資格を取って、すごく仕事が楽しくて大好きな仕事で充実してたんですけども、兄と母が沖縄本島で二人暮らしをしてたんですけど、折り合いが悪くなって母が地元の石垣島に一人暮らしをするっていうことになって、私はそのとき、自分が帰ってそばに暮らさなきゃいけないというふうに思ってたことにしました。

帰省して、高校時代からの友人だった主人と結婚するんですけども、その主人もまたギャンブルに問題があって、あとアルコールにも問題があって、結婚してから知ったんですけど、主人は残業だからと言っていつも帰って来るのは11時過ぎで、それをずっと私は半年ぐらい信じて待ってたんですけど、そのうち借金の催促状が来るようになって、主人がギャンブルにのめり込んでいるのを初めて知ることになりました。

娘も生まれてまして、初めての育児ですごく心配があったんですけど、そういうことも全部一人で何とかしなきゃいけないというふうに、外に頼るということをそのときも私はしませんでした。

結婚当初から、主人の父と同居することになるんですけども、娘が生まれて義理の父が娘を触るのがすごく嫌で、抱っこしたりとか頬を触ったりするとすごい全身の毛が立つ嫌な気持ちになって、抱っこしてる娘を奪い取って濡れたタオルで体中を拭いたりとか、ひどいときは取り上げてすぐお風呂に入れるとか、自分の小さいときの嫌な思いが娘をそうされるんじゃないかというふうに思えて、どうしても義理の父に娘を触らせるのがすごく嫌でした。

父にはすごく申し訳ないことをしたなっていうふうに思うんですけど、そのときの私はそういうことしかできませんでした。

最初、主人の借金だとか義理の父の同居とかから不眠になって、近くの内科で安定剤を出してもらって、最初は眠れないときだけに安定剤を飲みました。

それが日中不安があると、心配事があるとその薬を飲むようになって、だんだん量も増えていって、薬だけでは気分が変わらない。そうしたときには私はお酒で今度は安定剤を飲み始めました。自分の中でこのまま飲んではいけなくて、やめなきゃいけないって思うんですけど、薬はどんどん増えていくし、薬をアルコールで飲んで気持ち大きくなって、主人にギャンブルやめてほし

いっていうことをやっと言えるようになるんですけど、そのときの私はもうろれつも回ってないし、そういう私を主人はきちがいだと言ってよく殴られてました。

どうにもならないなって、生きててもしょうがないっていうか、苦しいなと思ったときに安定剤を100錠飲んで、ごみ袋を頭からかぶってガムテープで首をぐるぐる巻きにして寝ました。でも目が覚めて、ICUの上で目が覚めました。

私、その退院した日にその足で内科に行って安定剤をまたもらうんです。今度は先生の処方通りに飲もうって。ちゃんと1日3回2週間分もらって2週間きっちり飲もうってすごく決心して、ほんとにそれができるかのようにお薬もらって帰るんですけど、1錠2錠飲んだまま1回2回きりで、その後はやっぱり元の飲み方、1回に6錠飲んだりだとか10錠飲んだりだとか、それで気分が変わらなかつたら今度はお酒で飲んだりだとか、そういうことを繰り返してました。

自分が小さいときに辛かったこと、家が安心じゃないというか、安全じゃないというか、温かいというのがなかったから、私は結婚して子どもが生まれたら温かい家庭を作りたいと思ってたんですけど、そういう私が薬をたくさん飲んで、お酒をたくさん飲んで壊れて、娘たちにすごくつらい苦しい思いをさせてしまいました。

下の子が小学校4年生のときに、私、下の子を連れて友人の家に飲みに行くんですけど、そのときもお薬を飲んで、下の子と友人の子が楽しそうに遊んでる姿に、なぜだか知らないんですけどすごい怒りが湧いてきて、下の子を手を引っ張って家に連れて帰って、娘の前で、お母さん死ぬからって言って包丁を出すんです。

自分で包丁を出して首を切ろうってしたんですけど、下の子の悲鳴というか、叫び声でハッとしてその場は何もなく済んだんですけど、目が覚めたら子どもたちはすでに学校に行っていて、夕方になっても下の子は全然帰ってこないの心配になって担任のほうに電話したら、今補習の授業してます。帰るのまだまだ時間掛かるのでって言われて電話を切ったんですけど、なんかすごい不安がきて1時間後にまた電話をしたら、きょうは娘さんを家に帰すことができませんと言われて、娘が学校に行ったら、家に帰るのが怖い、先生に助けてくださいって言ったことで娘は保護されました。

約1カ月間、児童相談所のほうで保護してもらって、その間何回か面会に行ったりするんですけど、娘は全然帰りたいて言わない。やっぱり家に帰るのが怖いのだと言ったら、お母さんがちゃんと病気を治してくれないと自分は帰らないというふうに言われて、私も病院のほうで

ちゃんとした精神科のほうに行って、自分は薬物に依存してますっていうことを正直に話して、そうしないと児童相談所のほうも娘さんを返せませんっていうことだったので、私はそのときは必死でした。自分が依存症を認めれば娘は帰って来れるのかなって。

結局、娘は1カ月ちょっとで自宅に帰って来ることができたんですけど、私の中で、今度薬を飲んでおかしいことになったら、ほんとに娘たちの命を奪ってしまうんじゃないかってすごい不安があって、前々から勧められてたダルクに行きたいって希望して、主人の了解も得て、娘たち2人の了解も得て、沖縄本島のダルクにつながることができました。

上の子は今高校1年生でそのときは中学校2年生だったんですけど、お母さんおかしくてもいいから自分のそばにいてほしいって、泣きながら言っていました。でも下の子は、壊れたお母さんは嫌だ、ちゃんと病気を治してきてほしいということを言われて、ダルクに行く決心をしました。

施設につながってからも自分の気持ちを伝えるということがもともとというか得意な方でないし、こういうことをされたら嫌だということを、伝えることを到底できなかったの、人間関係の中で苦しくなることがあるとハウスを飛び出してお酒を飲んだりとかして、そういうことを何回か繰り返したあとに、また私は逃げよってしたんですね。子どもたちを理由に、石垣島に帰ろうって。そのときも何回かスタッフ、施設長とかと面談するんですけど、私のほうがガンとして聞かないので、チケットも取ってもらって帰るの決まっていたんですけど、その帰る日が私の母の告別式になってしまいました。

母は5年間認知症を患って兄がずっと面倒を見てくれたんですけど、結局壊れたままの私を記憶に残して死んでしまいました。そのときすごく苦しくて、すごく後悔しました。もっと早くダルクにつながってればとか、沖縄本島に来てるってことを見に連絡してれば会えたのにとかいろいろ後悔したんですけど、その後悔はどうにもならなくて、せめて仲間に母が呼んでた名前でもらいたいと思って、私、最初は依存症のサチコで沖縄ダルクにつながったんですけど、母が亡くなってから仲間にサッチって呼んでほしいなと思って、依存症のサッチですというふうになりました。

母の死は多分まだまだ早いよって、ちゃんと病気と向き合いなさいということを教えてくれたんだって思います。人間関係のトラブルもその後いろいろ続いて、高知の施設、高知ダルクにつながることができました。

高知ダルクは女性のメンバーがたくさんいて、すごく

にぎやかで…（？）…先に回復している仲間もいて、すごく楽しく過ごすこともあれば、お互い病気を出しながら争いをするということもあつたりしてますね。3月ぐらいに私、調子をおかしくしてしまって、そのときの記憶がほとんどないんですけど、お酒を飲んだような状態でろれつも回らない状態だったってことで、そのときにすごい仲間に暴言を吐くんです。自分は覚えてないのでどういうことを言ったか分からないんですけど、あとから暴言を吐きまくってたよって仲間に教えられて、ごめんねって謝ることはするんですけど、仲間がいつかはちゃんとまた元に戻るって信じてたって言ってくれて、その暴言も許せたってことを聞いて、仲間全員がいつもそばにいてくれて、大丈夫って声を掛けてくれる。その中で、やっと私は自分を許すことを、頑張っても駄目なときは駄目とかどうしようもないときもあるって、もう一度立ち上がればいいっていうふうに思えるようになったし、駄目な自分もそれでいいんだというふうに思えるようになってきました。

仲間の中で生活させてもらって、ほんとにいっぱいいろんなものをもらってます。私は高知ダルク、女性ハウスで一番の年長で53歳なので、少しずつ体にガタがきて腰が痛くなったりだとか、肩こりがひどくなったりだとか、そういうことがあるんですけど、腰が痛いと言ったらサッとさりげなく荷物を持ってくれたりだとか、車を優先に乗せてくれたりだとか、いろんなほんとにさりげない手がいっぱいあって、その手に守られて最近はこの自分も悪くないなって、幸せだなって思えるようになってきました。きのうは私の誕生日会を仲間にやってもらったんですけど、きのうも腰が痛くて私は奥のソファで寝てたんですけど、仲間たちが誕生日会の歌をはもる練習をしてるんです。

それを遠くで聞きながらすごくうれしくなって、私は愛されてるなって、幸せだなっていうふうに思いました。そういうふうに自分が実感したこと、大切にされてるって実感したことを、今度は私ももっと仲間を大切にしなければいけないって思えるようになるし、仲間一人一人が大好きだなっていうふうに思ってます。

地元に戻るってよく言ってるんですけど、なかなか帰ることができなくて、娘たちにすごく会いたくなります。娘たちにちっちゃいときにしたひどい仕打ち、つらくあたたたりだとかきつく叱ったりしたことを思い出すと、すぐ飛んで行って謝って抱きしめたいと思う自分いるんですけど、まだまだ私には薬を使わずに生きてく練習が必要だというふうに思ってます。

昨日、一昨日、ちょっとトラブルがあつて、すごく子

どものときに起こったことがよみがえって心臓がすごくバクバクしたんですね。

そのとき、とっさ的にすぐ頓服薬を飲もうとしてる自分がいて、これじゃ前と一緒にだなんて、また薬で解決しようとしてるなって思って、心臓がバクバクしながら仲間にこういうこと辛いんだっていうことを言えました。仲間はちゃんと受け入れてくれました。

そういうことの繰り返しで、お互いを大切に生きていくことができるんです。しらふで生きていくことができるのかなというふうに思います。

今は娘たちと離れて暮らしてるんですけど、これが私の今の生活というか生き方で、娘たちが大きな目標を持ったりだとか外に出て行くときに、いつてらっしゃって、明るい顔で肩を叩いてあげられる母親になりたいなって今は思えるし、娘たちが転んだときに、疲れたときに、お母さんのところに行こうって、そういうふうに思えたらいいなっていうふうに今は思ってます。

以上です。最後まで話を聞いてくれてありがとうございます。