

資料：高知ダルクによるゲストスピーチ逐語録（その4）

Document : A Literal Record of Guest Speeches by the Members of Kochi DARC (Drug Addiction Rehabilitation Center), No.4

加藤 誠之（高知大学教育学部）
高知ダルクの皆さん

KATO Masayuki ¹, Members of Kochi DARC ²

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) on 22th January 2020 in the lecture of “Student Guidance C” at Kochi University. This document is the literal record of these guest speeches.

I. はじめに

筆者は、2020（令和2）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」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。

II. 高知大学「生徒指導・進路指導C」（2020年1月22日）でのゲストスピーチ

【ノゾミさん】

私が高知に来たのは、去年の2月14日のバレンタインデーに来まして、ちょうど11カ月、来月でちょうど1年を迎えるんですけど、その前には京都の施設で長々いてたんですけど、その前、その前の段階で、通所で、京都なんですけど、京都から京都の施設に通ってたんですけど。私はアディクションがいっぱいあって、最初は摂食障害から始まって、で、アルコール、クレプトマニア……窃盗症ですね、窃盗症、今ギャンブル。この4つで今依存を持って、で、長々依存で苦しんできたっていうこと。

最初は私が通ってた京都の病院で、それ精神科なんですけど、「ギャンブル依存症です」って言われて、この京都の施設に通ってくださいみたいな話になって、行ったんですけど、最初は通所で行ってたんですけど、母親との金銭トラブルとか、まあ、もめた、何か、もめ事が増えた。で、やっぱりギャンブルがしたいがために、母親の私物とかブランドものの……とか、兄がいるんですけど、兄の高そうなレアもののDVDとか売ったりして、その収入でパチンコに行ったっていう問題がすごく発覚っていうか、そういう問題ばかり起こしてしまって、他人さんの物は取ることはないんですけど、家族の物を取ってお金にして売って、それをギャンブルに使って、そんな生活ばかりして、自分でも嫌気が差してるんですけど、もう止まらなくなってる。

そうでもしないと、そういうことをしなかったらいいのに、そういうことをしてまでもギャンブルに狂ってしまった時期があって、で、どうしようもなくなったときにその京都の施設に紹介されて行って。通所で行ってたんですけど、そういうトラブルが起り起り、お金でもめて、母親も手が出るようになって、私に。もうこれは無理やろうと。京都の施設長が「じゃあもう、女

性のハウスに入ろうか」っていう話になって、ちょうど2年前、去年?去年?去年?2年前の6月に京都の女性ハウスに入って、8か月ほど過ごしてましたけども。

その間でも男性との関係とか、そのハウスに入ってるんですけど、こっそりデートしたりとか、もちろんギャンブルも何回も何回も10回以上行って、そういう問題ばかり起こして、自分が居づらいようなことしたんですね。京都の施設に居づらいようなことをしてしまって、で、もう私は京都で立て直すか他府県行くかみたいな話になって、立て直すのも嫌になってたんで、「じゃあ、他府県行こうか」って話になって、京都の施設長がいろいろ考えた結果、この高知ダルクさんにつながったっていう感じなんですけど。

まあ、そうですね。ここに来て、すごく仲間に恵まれてるなと思ってますね。最初の頃はやっぱり、高知に来たときは、京都の施設っていうか、京都と高知の比べ合いっこっていうのが結構あったんですけど。ほんまに京都はしんどくて、あったかい人もいたんですけど、結構冷たい人もいたし、何か落差が激しいっていうか、人間関係もめてたし、一応、形的には女性ハウスに入ってたけど、私は自分で存在を消してたし。それほど自分がテンション上がったり、普通にしゃべってるだけなのに、私がしゃべるといろいろなことを言うてる。「もうこれはスリップする直前や」とか「危ない」とか言われて、自分が出せなくなっちゃったんですね。それでしんどくなって、結局やっぱりスリップしてパチンコに行くと、男性とも会ってデートしてみたいなしていたら、しんどくなって、で、ここに来たんですけど。

私は最初18歳か9歳、19ぐらい、摂食障害になって、で、京都につながったときは、ギャンブル依存症だから、そうですね、依存症だから、どう言ったらいいかな、関係ないっていうか、そんなときは自分は摂食障害やった時期があったっていうだけで、依存症だったなっていうのは思ってたんですけど、京都の施設に通って半年ぐらいしたときに、ギャンブル以外で私はアルコールだったな、摂食障害だったな、クレプトもやってたなっていうことに気づきだして、AA、アルコール依存症を持ってる人たちの自助グループとか、クレプト、窃盗症のほうは行かなくていいって言われてたんで行ってなかったんですけど、アルコールとたまにOAといって摂食障害の自助グループ出たり、まあそれは最後のほうだったんですけど、あんまりそういう摂食障害の人があんまりにも少なかったんで、あんまり行く機会がなかったっていうことなんですけど。で、ギャンブルの自助グループも行ってたんですけど。

やっぱり今一番自分が問題があるなと思ってんのは、やっぱりギャンブルで。摂食障害はもう10年以上、20年もいかないですけど10年以上は、そうですね、32～33ぐらいまでは食べ吐きが止まらなかったし、最初の4～5年は拒食で終わってたんですけど、やっぱ食べ吐きが始まって、思いっきり食べたいけど太りたくないの吐くっていう、っていう症状があったんですけど、おかげさまで京都の施設が、行く前からかな、行った後かな、おかげさまで食べ吐きが止まって。まだ2年なんですけど、そうですね、依存のほうがかかったっていう。まだ2年なんですけど。

まあ自分、まだ若干体型のことは気にしてる部分があるんですけど、単純にやせ細った体がいいなって思わなくなつたし、単純に脳が動かなくなつたし、自分が最低体重まで下がったときは、すごくもう動けなくなつて、普通の人みたいに正常に動けなくなつて、何かゆっくりゆっくりでしか動けなくなつて、階段とかも上れなくなつて、体重が落ち過ぎてもうすることが、人ができなくなつたことが大きくなって、で、自分あかんあかんと思って、食べ吐きをやめましたね。やめて、で、今普通に、まあ筋トレはしてるんですけど、体は引き締めてるんですけど、食べ吐きは2年止まって。

窃盗症、クレプトマニアのほうも去年、去年かな、そうですね、女性のホームに入る、入ったときからもうやめたというか、必然的にやめるしかなくなつてやめて、それからもうずっとそういうことはしてなくて。もう怖くなってやめて。で、アルコールももう飲まない生活になつて。すごくクリーンっていう、依存しないこと、依存しない生活を送るのをクリーンというんですけど、クリーンを続けてると、ギャンブルを含めてですけど、全部の依存症を含めてですけど、やっぱりいかに自分が弱いかっていうことを思い知らされて、それは最近すごく感じる事なんですけど、今までやったら、食べ吐きだったり、アルコールのお酒飲んだり、人の物を取ったり、ギャンブルしたりで、こうやって満たされない分を満たそうとしてたんですけど、自分が依存しない生活をしてから、自分こんなにもろかったんやっていうことを思い知らされてる最近なんですけど。

それをいろいろ、私は人に相談するのが苦手だし、人に言葉を伝えることがすごく苦手なんですけど、それをここで、高知ダルクに来て練習さしてもらつて、それはすごくありがたいっていうか。そういう機会ってなかなかないし、社会に出ると、今施設してる以上に甘くはないので、そこで失敗したりとか、言い方間違つたりとか、言い伝え間違つたりとかすると問題になるし、すごく難しいんですけど、今こうやって施設のほうに通つて、

ある日は自助グループに通つてみたい生活をしてると、自分が伝えたいことをうまく伝えられにくい私なんですけど、最近はおちゃいことでも言えるように、自分の中で、ちょっとしたことで、仲間とかスタッフとか施設長とかも、もちろんそうですけど、言うようにしてますね、意識的に。意識しないとできないので意識するようになってますね。

すごくおちゃなことなんですけどね。「今日こんなことあった」「あんなことに腹が立った」とか、「ああ言われて嫌だった」とかそういうことなんですけど、それを伝える。もちろん仲間にも伝える。直接言ったら傷つくんじゃないとか、それやっぱりいまだに思ってしまうんですけど、言わないと分からない、伝えないと分からないので、言いくかたらスタッフに相談するとか、言える内容やったら言うとか、「今こんなこと考えてんねんけど」みたいな、「こう思ってるんやけど」みたいな。

で、結構仲間が、結構いろんな人に、いろんな人っていうか、一定の人だったりいろんな人だったり、相談してるときがあつて、それを見てたら私も見習おうって思ってるし、すごく私ん中ではレベルが高いことなんですけど、そういうことをして、やっぱり人に伝える、報告する。報告・連絡・相談みたいな、そういうことをちょっとずつしてってるんですけど、やっぱりまだまだ自分は、言いたいけど言えない自分が出てくるときがあつて、ふと、そんなときに出てくるときと、出てきてるんだけど言えずに後から突っ込んだりとか言つたりとかする部分があつて、すごく自分我慢してる、我慢し過ぎるんですよ。自分の中で我慢、我慢と思つてなくて。我慢っていうか、そこで自分が黙つていたらいいやつでどっかで思つて。でも、それじゃ相手は分からないし、伝わるわけもないし。そういう勉強を今ここでして。

あと、ここ来たときに、ある仲間が「気使わなくていいんだよ」って言ってくれたんですね。今、その仲間は1人暮らししてるんですけど、その仲間が言ってくれたときに、すごくうれしかったし、そうですね、感動したっていうか。あ、ごめんなさい。ちょっと目がかゆくて。何か感動しましたね。ああ、ここは気使わな、いや、でも気使わなあかんっていう部分は気使わなあかんけど、気使わなくていい部分もあるんだなと思って、あんまり考えないようにして。

でも、環境も人も変わったから、やっぱ最初は自分、自分を守るためにガードしてたし、人に伝えるっていうよりは、人ががー一言つてたっていうか。薬の飲み方だつて、水、何か飲み物指定が前なかったんで、前の施設では、コーヒーで飲んだりしてたんですけど、飲み方を普通に飲んでたら、「水で飲むもんや」とか「お茶で

飲む」みたいな話になって、そんときに自分が「私、今まで言われたことないんで」とか「違う飲み物で飲んでどうにかなったことないんで」とか言ってたんですけど、おかげさまでお茶とかお水で薬を飲む習慣がついて、いろんな意味で学ぶ部分はあって、まあ、しんどいこともあるんですけど、しんどいことは忘れようと思ってて。

自分がいかに依存してたか。私も高知に行くことに決まったときに、ダルクっていう言葉は聞いたことあったんですけど、実際、私の、京都の施設はダルクじゃないので、何で私が薬物んどこに行かなあかんのって思ったんですけど、そうですね、まあ依存には変わりがない、種類が変わるだけで。でも、こうやって今高知に来て11カ月ちょっと迎えて生活してる中で、人、人とのコミュニケーションだったり、仲間とのコミュニケーションだったり、スタッフとのコミュニケーションだったり、自分がすごくコミュニケーション能力が低くなって今までずっと思ってたし、孤立してたし、自分の世界だけで終わってたんですけど、いろんな人と触れ合って、仲間と触れ合って、得られるものは大きいし。

決して今、今ギャンブルのほうが去年の11月半ば辺りにやっちゃって、クリーンがまだ2カ月ちょっとなんですけど、その2カ月続いていることも、私一人の力では、ぶっちゃけ無理だったろうなって思ってた、今仲間の力っていうか仲間の存在が大きいなって思ってるし、みんなの応援がないと、みんな頑張ろうとかそういう言葉がないと頑張れなかったっていうのも事実だし、すごい仲間の存在は大きいし。でも最近、私もミーティングで……ですけど、やっぱりギャンブル場の近所に通ったら、仲間とですけど、仲間と通ったら、やっぱり欲求が湧いてしまうのも現実だし、すごく難しいんですけど、今仲間を守られてる状態。

でも母親ともクリーンが2~3カ月続いたら、約束をしたので一時京都に帰る予定にはしてるんですけど、約束もあるし、もう何かしんどい思っているか、自分がスリップすることでまた一からやっていくっていうのも手なんですけど、何かそういうことを繰り返して自分に負けるっていうか、誘惑っていうか、何か自分落ちたっていう気持ちになってしまうので、そうなる。もうその繰り返しは、できたらしたくないので、一番今大きいのは約束っていうのが大きい。約束があるから頑張ろうかなって思ってた。

でも、私の中の、前ギャンブルがしてなくてクリーンだった時期が最高5カ月だったんですけど、まあ、「先行く」にも言われたんですけど、「先行く仲間」っていう言葉があるんですけど、先行く仲間が言うには、「目指すは半年やな」って話をしてたんですけど。半年も長いだろ

うけど、私は、ある先行く仲間みたいに1年、まあ半年でもすごいと思うけど、1年迎えられたら、私は奇跡だろうなと思ってて。このまま頑張ってたたら、今年の11月の半ばぐらいには1年迎えられたらいいなと。

それまでに1回、半年、3カ月、半年迎えての1年を迎えたいし、クリーンがどんだけ、しらふの生活、依存しない生活がどんだけ楽しいものか、すごくしんどいんですけど、依存できないからしんどいんですけど、それを楽しくするか、自分の解決方法、対処方法を見つけてクリーンを続ける生活をしていきたいし、依存なくても生きていける生活をしていきたいし、私もいずれかは社会出たいと思ってるので、いろいろあると思うんですけど、頑張っていきたいし、まあ、あんまり頑張らずに頑張っていきたいし。頑張ってしまう過ぎる癖があるので、そこをうまく調整して。

今こうやって高知に来てるのも、みんなの、仲間とかいろんな、家族もそうなんですけど、応援してくれてる人のおかげで、こうやって無事生活できてるっていうか、ご飯も食べれてるし、お風呂も入れてるし、睡眠も取れてるし。そういう当たり前のことが、当たり前ではないんですけど、健康な生活を送らしてもらってるし。すごく弱いなどは思うんですけど、それがきつと、クリーンな生活はきつとそういうことなんだろうなっていうことを最近思ってた、ほんとによかったと思ってます。京都のほうが長いんですけど、施設に通ってる期間長いんですけど、高知でゆっくりやらしてもらってるのは、私には合ってるんだろうなって、正直思ってた。

今までがすごいハードだったっていうか、毎日が、毎日が時間に追われてた生活が京都だったので、ゆっくり過ごせる、ゆっくりやっていたところ、無理せず頑張っていけるとこで、いつも強制なんじゃなくて、いつも自分のペースを保ちながらうまくミーティングに通ったり、自助グループに通ったりできる場所で、こうやってやれてるのもすごくありがたいことだし、これからもしばらくは高知でやっていきたいなと思ってます。ありがとうございました。(拍手)

【ウタさん】

何、幼少期んときなんですけど、自分の家は、まあどっかかといえ、虐待チックっていうか、そんな何か暗い家で育ってきたんですよ。で、何てんやろな、何か、毎晩お父さんとお母さんはけんかしてて、そんな家庭で育ってきて、お父さんは仕事行ってるふりして仕事を休んだりとかしてたんですよ。で、幼少期んときだから、どういうふうに分かっていたとか、どういう思いでお母さんとお父さんの、その光景っていうか風景を見

てたかとか、そういうのは具体的には覚えてないんだけど、一つ言えば、つらかったっていうのが自分の思いですね。

で、それから、保育園行ってたときに、迎えに来たのがお母さんのお友達だったんですね。そんときに「引越すよ」っていうふうにお母さんの友達から伝えられて、「え？」みたいな感じだったんだけど、それで付いてって、じゃあ、家ができて、どういったことか、何かお父さんとお母さんの関係性みたいなのが全然分かんなくて、どういうふうにして離婚したとか、どういう別れ方をしたのかとか、具体的には分かんなくて。今でも分かんないような状態なんですけど。

それから、お母さんが母親一人で、私含めあと2人のきょうだいを育てていくんですけど、寂しかったですね。何か、毎晩、お母さんが夜の仕事をししてる、してたんですけど、水商売っていう仕事をしして、で、自分はずっと1人で、家、1人っていうか、お姉ちゃんはちょっとやんちゃっていうか、ちょっと外れた道に走って、妹と2人っきりでお母さんの帰りを待つっていう。で、妹は先に寝るんだけど、自分は夜中の2時まで起きてお母さんの帰りを待つっていうのが日課でした。

それから、お母さんに何を作ってもらったとか、お母さんからどんな愛を受けたとか、愛情っていうのが全然分かんなくて、そんな感じで育ってきたもんだから、妹に対して逆に自分が暴力振るうようになって。で、ちょっと自分がストレスためたりとか、いらってしたりとかしたら、妹にドライバー投げ付けたりとか、ちょっと暴力を振るってしまったときがあって。それが当たり前なんだって、普段からも自分もお母さんから手上げられるようなことをされてきてたんで、それが当たり前なんだっていうふうになってきました。

で、中学に上がったときに……お母さんが夜の仕事で出会った男の、男性と、結婚していいかっていうことを私たちに相談してきて、で、結婚っていうか、「今のお母さんが丸くなったりとか、ちょっとでも楽になれるのであれば結婚していいよ」っていうことを言ったんですね。で、私が15歳のときぐらいかな、に再婚して一緒に、そのお父さんと一緒に住み始めて、再婚、何ていうんだろう、義理のお父さんと一緒に住み始めるんだけど、まあうまくいかなかったですね。何かお父さんと思えなかった。

それが自分の事実なんですけど、そんときに中学をठीい詰めてたんだけど、何ていうんだろうな、いじめに遭って、自分自身が。で、つらかったっていうより孤独だったっていうのが一番強くて。そのときに自分が楽になりたくてし始めたのがリストカットです。で、リストカッ

トがなかなか止まらなくて、お母さんにもばれて、「何であんたそんなことすんねん」みたいな感じで、ペーんてしばかれて、「もう自分の気持ちは誰も分かってくれへんのや」っていう絶望感に襲われましたね。

それからもう相談することもなくて、先生にも1回呼び出されて、たばこの火の、消した、根性焼きっていうのですかね、の痕を見て、「そんなことするなよ」っていうふうにまあ言ってくれるんだけど、「何が分かんねん」みたいな。「いじめられてることに気付いてんのに、それには目を向けんのかい」っていう、自分の、先生に対しての矛盾さにすごい腹が立って、その教室を飛び出していきましたね。

もうそれからずっと、大体もう大学1年生ぐらいまではリストカットが止まなくて、で、中学んときに、また始まったのが、自分も摂食障害が始まって。その食べ吐きはしなかったんだけど、ずっと人に見られてる感じ、太てると思われてるとか、こういうふうに使われてるとか、そういう被害妄想が止まなくて、常にしんどかったですね。で、中学んときの思い出って、ほんとに嫌な思い出しかないから、何ていうんやろな、あんな学校戻りたくないっていうのが一つの印象的な思い出ですね。友達とか、もうああいう友達つくりたくないしって思ってたし、もうあんな学校には戻りたくないって。いじめられる場所には戻りたくないっていうその思いが強かったです。

で、それから高校に上がるんだけど、いじめてきた友達と一緒に高校に行ったんですね。それは、何かたまたまっていうより、二人で話し合っって一緒に高校に行こうっていう話で、あ、じゃあ、私はこの友達がずっと私の隣にいてくれるんやっていう感じ方で、その友達と仲良くなれると思ったんだけど、高校行ったときも、自分は孤立して。奇数なんですよね、基本的に、その中学も高校も、友達っていうかグループが奇数で、常に孤立してましたね。何でこんな孤立するんだろうって。まあ、何か自分に問題はあったんだろうけど、あの人たちにも問題が絶対あるっていう、その決め付けみたいなのが抜けなくて、なかなか。

それから高校に上がったんだけど、その高校がすごいもう厳しくて。少林寺拳法の学校だったんだけど、常に厳しい先生たちと一緒に、囲まれて生活をするとか、結構セクハラチックな先生もおって、しんどいなって、その面でもしんどいなって、やっぱ感じてましたね。で、それから淡々と自分は勉強だけこなしとけばいいだっっていう、勉強熱心になって、単位もすごい上げて、点数もすごい上げて、いい大学に出てやるって決めて。何でかっていいたら、何でそれをしてたかっていいたら、一

番はお母さんに褒められたいからだったんですよ。親に褒められたくて、勉強熱心にしてたっていうのが自分だったんだけど、いくら勉強熱心にしても褒めてはくれないで、「当たり前やろ」っていうその言葉でしか返ってこなくて、すごい寂しかったですね。

それから大学に上がってって、その大学生になって、1年生のときは友達もいっぱいできて、すごい楽しかったんですよ。何か、「あ、これが私の望んでた友達や」って、すごい思ってたんですね。「これが私の友達や」って。でも何か、何ていう、多分一番自分が薬物につながったきっかけって、友達が、友達と家族が一番大きいのかなっていうふうに思うんだけど。その友達が大学2年生のときに、精神病院に行ったっていう話をしてて、で、自分も精神病院に通おうかなって、何か気持ちも落ち着かんし、気持ちも落ち込んでるし、だったら自分も精神病院に通おうと思っ

その前に、自分、夜の仕事とクラブに行き始めてたんですよ。で、水商売して、クラブに遊びに行っっていうのをずっと繰り返してて、その水商売のときに、ある女の友達から「この薬使うとテンション上がんで」っていうふうに聞いて、自分は、その半錠をもらったんですよ、1錠じゃなくてその半分を。でも、すごいテンション上がって、「こんな信じられないぐらいテンション上がるの」みたいな。「人間ってこんな覚醒するんですか」みたいな。何かそんなぐらいもう、うれしかったですね。何かこう、何ていう、自分が自分じゃないみたいな、何かそういう気分。何か無敵になれた気分が、すごい好きだったですね。

それからもう、それにはまっちゃって、もうどっぷりはまってしまって、もう毎日、毎週、友達、その友達からその薬を買って、で、「これ、どこで手に入ねやろう」って思ったときに、その大学の友達から精神病院に行くって話をちらっと聞いて、もらってた、他の、ちらっと、薬物の友達から「精神病院でこれ手に入んで」っていうふうに聞いて、精神病院に通い始めたんですよ。別にそんな病気も何もなかったんだけど、通い始めて。で、先生にこうリストカットの傷を見しては「眠れないんです」って。「眠れなくて、いらいらしてリストカットしちゃうんです」って、「だから下さい、薬を」っていうふうに言って。で、先生も、まあちょっと、やぶ医者って言ったらちょっと変かもしれないけど、ちょっと、あんま依存症とかそういうのに詳しくない先生で、簡単にくれて、手に入って、もう毎日それを飲んで、遊んで、飲んで、遊んでっていうのを2年ぐらいしましたね。

それから、ある、その周りにいた友達も、マリファナだったり、一番マリファナが多かったんだけど、マリフ

アナを使ってる友達が多くて、その友達から「吸うか」って言われたんだけど、「いや、私はいいわ」っていうふうに断ってたんですよ、ずっと。で、ある日突然、私、彼氏ができて、その彼氏のその友達が家に遊びに来たとき、同棲（どうせい）してたんですけど、その彼氏の友達が家に遊びに来たときに、「めっちゃおまえら、そんな何か眠剤とか使ってるのけ」って言って、「もっとええもんあんで」って言われて、それで「何？」って思ったらコカインだったんですよ。

そのコカインを使い始めて、そんな日はたっていないんだけど、とにかく毎日のように使ってたから、毎日ぼろぼろになっていく一方で、考え方、思考もマイナスになったりプラスになったり、マイナスになったりプラスになったりの繰り返しで、とにかく私は駄目なんだとか、自己肯定感がすごいどっぷり低くなったりとか、そういう生き方をずっとしてきて。

ある日、彼氏がけんかするたびに、自分ちからすごい近いんですけど、けんかするたびに私の家に行って、お母さんに言い付けに行くんですよ。で、それを3回ぐらいいされて、お母さんから電話かかってきて、「あんた、次あったら連れ戻すからな」って言われて。で、4回目があって、また言いに行かなくて。その彼氏もコカイン使ってたんで、多分お互いさま狂ってたんだけど。何つうんだろな、お母さんがその彼氏の家に来て、荷物をここの全部かき集めて車に載してっていう作業してたときに、その相手の、彼氏のお母さんが来て、そのお母さんがした行動っていうのは、彼氏のお母さんの前で土下座して、「ほんとにすいませんでした」って、私の親が謝ったんですよ。

そんなときに自分が言ったのは、「何でそんな恥ずかしいことすんの」っていうことを言ったんですよ。それでまた荷物をかき集めてるんだけど、そんなときにまた一言言われたのが、「一緒に死のう」だったんですよ。一緒に死んで楽になろうっていう話だったんだけど、多分自分中ではどっか焦ってたんだと思うけど、「え、お母さんがそんなこと言った」みたいな、「あんな強いお母さんが」みたいな気持ちだったんだけど、そんなときは、お母さんに言ったことは、「おまえ一人で死ぬ」っていうことを言いました。今でもすごい悔やみますね。

で、何だろうな、それからお父さんに電話かけて、「お母さんがこういうこと言ってるから助けに来て」っていうことを言って、お父さんがすぐ帰ってきてお母さんと話してて、自分は何してたかっていったら、堤防の川沿いところで、死にたくなって、OD.....ODっていうのは薬をすごい摂取することなんだけど、薬をばって飲んで、全部持ってる錠剤を全部飲んで、もうふらふらに

なりながら死のうとして、でも死ねなくて、それから彼氏んちまでまた行って、何か寝転んでたんだけど、彼氏が「おまえ、警察呼ぶぞ」って言われて、コカインも吸ってるしと思って、やばいやばいと思って帰ったんですけど。

それから、その前は就職してたんですけど、その彼氏のことがある前は就職してたんですけど、アパレル会社に就職していたんだけど、そんなときもすごい人間関係ぐっちゃぐちゃになって、まあ自分が薬使ってるもんだから、人間関係もそもそもうまくいかないのは、今では、今だったら分かってるんだけど、そんなときはもう何もかもがうまくいくような感じがしていましたね。でもそれが大間違いで、それからまた自殺未遂を図るんだけど、そんなときの通行人にすごい、ものすごい勢いで止められて、その後警察のお世話になって帰ってくるっていうのがあったんだけど。とにかくこう……。

その後なんですけど、今だったら笑い話なんですけど、ある出会い系サイトで出会った男の人と、その出会い系サイトの男性はお薬を使ってないんですけど、出会い系のその男性と一緒に淡路島に行って、淡路島で多分お風呂入ろうとしてたのか、まあ、こちゃこちゃとしようとしてたのかよく分かんないんですけど、それで幻覚が見えて、初めて。初めて幻覚見えて、その幻覚が、男性の首が飛ぶっていう幻覚だったんですよ。ものすごい怖くなって、もう自分ん中、頭パニックんなっちゃって、「これは逃げなきゃ」みたいな。で、自分何したかっていったら、真っ裸で外走ったんですよ。で、真っ裸で外走ってコンビニ行って、「助けてください」って言って、もう何かおかしいことばっか言って。

それから記憶が飛んじゃってて、あんまり記憶にないんだけど、それから病院に連れて行かれて病院で検査されて、尿検査されて、コカインが発覚して、留置場に入って、拘置所に入って、捕まったっていう事実なんですけど。それから刑務所には行かなかったんですけど、何で刑務所に行かなくて済んだかっていうと、まあ初犯だったっていうのも一つの救いなんですけど、もう一つは自分はダルクに行こうって決めてたんですよ。お母さんが面会に来てくれて、そのときに「ダルクに行こう」って、泣きながら言ってきてくれて。どんなとこなのかとか、どんな人がいるのかとか、どんな薬使った人たちがいるのかとかも全く知らないような環境で自分は生きていくのかっていう不安はあったけど、でもどっかで救ってほしいっていう思いもあって、で、その栃木ダルクにつながって。

それから2年弱ぐらい生活してて、その間にスリッパって言って、薬物使ったりお酒を飲んだりとかいろいろ

な形で、それをスリッパっていうんだけど、それをしてしまっ、今クリーンは1年3カ月あるんですけど、自分のステップアップとして高知に来て、自分の回復、成長をもっとつなげていけるんじゃないかっていう施設長の考えでこっちに来まして。最近ですね。11月に来ましたね。

で、つながって自分が今まで感じてきたものって、やっぱり寂しいだったり、つらいとか悲しいとか、負の感情が常日ごろ自分の感情の中にはあって、いい感情がまずなくて、子どものときから。だから、愛情っていう愛情も全然感じてこなかったし、彼氏ができても、とにかく彼氏ができても何かすぐ、まあ熱しやすく冷めやすいせいなのか、自分がぼいってしてしまったり、逆に振られたりとか、そういう生き方をしてきて。とにかく摂食障害も、まあリストカットは今んとこ止まっているんだけど、摂食障害がまだまだ進行してる一方で、ダルクに来て20キロ近くは太っちゃって、摂食障害も丸出しでしたね、最初つながったときは。もう吐いて食べて、吐いて。朝、昼、夕、過食しては吐いて、もうがーって過食しては吐いてっていうのを栃木でずーっと1年近くしてて。

で、ある日気付いたっていうか、気付かされてもらえたんだけど、そこの代表が「おまえ、どうするんだ」って。「彼氏はできても、旦那ができて、子どもができて、おまえは飯を食ったら吐くのか」って言われたときに、めっちゃ悔しいと思って、もう「だったらやめてやるよ」みたいな、自分の何か負けず嫌いの思いが出て、それから吐くのをやめたんですけど、それからですね、もうぶくぶくぶくぶく太ってのは。

すごい今でも人前出るの怖いし、どう思われてるんだろうとか、「太ってる、この子」とか思われてるっていうその被害妄想は今でも止まらなくて、何ていうんだろうな、だから今、筋トレしてるんだけど、筋トレしても何か信じられない自分みたいなもいて。「ほんとに痩せるの」みたいな。でも、何か自分は食べるのがもともと痩せてるときからもなんですけど、ずっと好きだったから。でも、摂食障害のことで39キロまで体重が落ちてしまい、それから夜の仕事に出掛けるんだけど、夜の仕事をすごい白い目で見られて「何、この子」みたいな。「指名とか無理無理」みたいな。そんな感じでいったから、あっこまでは痩せたくないけど、健康的な体重、体型に痩せたいなっていうふうに思ってた。

で、何ていうんだろうな、栃木の施設ってどっちかといえば、あんまり動かないっていうところなんです。常にリビング、家にいる状態。で、こっちに来たら電車に乗ったり歩いたりっていうのがあるから、多少なりとも、多少、1キロ、2キロは落ちてても、それ以上落ちなか

ったら、もうその分筋トレすればいいやみたいな。そういう思考には入ってるんだけど、最近焼き肉とか刺し身とか食べに行ったんだけど、そんときに吐いちゃって、で、「あーあ」みたいな。最初は信じられなかったんだけど、自分が。1年ちょっとは止まってたんですけど、それからまた再発っていうか、吐いてしまったもんだから、「いや、自分は指突っ込んで吐いてないから摂食障害じゃない」とか、「いや、自分は吐きたいと思って吐いてるんじゃないから、摂食障害で吐いてるんじゃない」とか、もう認めない、受け入れない自分がいましたね。

でも、いまだにリストカットや摂食障害だったり、家庭、家の問題だったりとかで傷ついてる人たちや子どもたちがいれば、やっぱり自分のこういうメッセージで伝えていきたいなっていうその気持ちはすごい強くて、だから前の施設でもこういう講演会っていうかをさしてもらったときに、やっぱり自分の回復につながるですよ。過去の話して、やっぱりつらいって思うけど、つらいけど、整理がつくんですよ。「あ、あんどき自分、こういうところがしんどかったんやな」とか、「あんどきそういう自分がいたけど、でも、やっぱり薬使ったの、現実だな」とか。やっぱり目を背けられない現実っていうの、たくさんあって。

でも、何が一番増えたかっていったら、笑顔が増えたんですよ。自分の中で笑顔がものすごい増えて、さっきもちらちらと笑ってたんですけど、そういう何か笑えることが自分にはすごい回復で、すごいうれしいですね。だから、そうやって笑かしてくれたりとか、笑顔にさしてくれたりする仲間がたくさんいて、まあ最初は「仲間って何だよ」とか、「回復って何だよ」とか、「成長とか、いやもうしてるし」みたいな、何かそういう高慢な自分がいて。でも、何か結局は薬使ったその日から脳は止まって、まあ少しずつは動きだしてるんだろうけど、でもそんときの自分からは全然動いてなくて、だからちょっとしたこと、すねたりとか怒ったりとかしちゃうんだけど。

でもまあ、今ここにいて、自分が思うことは、やっぱり栃木にいてもそうなんだけど、高知にいてもそうなんだけど、仲間といえよかかったなって、ほんと心から思えるんですよ。仲間といなきゃ、多分自分もってどん底に落ちてたし、もう薬、薬漬けになって死んでたかもしれないし、むしろ刑務所に行ってたかもしんないとか、何かいいことが思い浮かばないんですよ。その薬、仲間がいなくてその生活を思い浮かべると。だから、今は自分は、自分も地元京都なんですけど、京都には、京都にはっていうか実家には帰らない気でいて、帰りたいとも思わない。帰るといえば、もう里帰りとか、自分がある

程度回復したら、「行ってもいいよ」って、「泊まっという」って言われるまでは、自分はまだじっとしとこうって思ってた。

でも、希望は見えましたが、自分の中では。お母さん、家族との再構築が近づいてきたりとか、自分の思いを親にちゃんと伝えられたこと、家に帰る気はないっていうこと、スタッフになりたいっていうことを言ったんですよ。なれるかどうかは別として、やっぱりお手伝いとかそこら辺はしていきたいなと思って。やっぱり仲間の輪からは離れられないですね、ちょっとでも。だから、今年京都にイベントがあって、みんなで行くんですけど、そんときももう正直、すごい興奮してる自分もいて、「え、京都に行けるの」みたいな。でも、使いたいとは思わないんだけど、もし使ってた人に会ってしまったら、自分は一体どうするんだって思ったら、「いや、絶対使わん」とか、何か自信がないけど、使わない自信はないけど、でも何かそこに仲間がいれば、スルーっていうか断れる自分はいらなうなって思いますね。

なんで、今日、自分の幼少期ときから今現在の状態を話さしてもらったんですけど、やっぱり中学、高校、大学って行っても、そこには関わっているのは人それぞれ抱えて、しんどいことだったり、つらいことだったり、それはたまたま自分は薬物に走っただけなのかもしれないけど、それはたまたまじゃなくて、そこで目の前にそういう現実やそういう人々を集めてきた、その自分の問題であって、誰かが寄ってきたじゃなくて自分が寄せたっていう、類は人を呼ぶ、人を呼ぶだったっけ、類は何か、言うじゃないですか。

何か、そんな感じで、自分は薬を使ってたから周りから薬が手に入ったんじゃないって、自分の中で薬を寄せ付ける何かの問題を抱えてたから、薬が手に入ってしまったら、薬を使ってる人が目の前に現れたりとか、たまたま付き合った彼氏がマリファナ吸ってたとかコカイン使ってたとか、そういうのってなきにしもあらずだから、だからもっと目の前の現実っていうか、つらくても、しんどくても、悲しくても、現実と向き合わざるをえない、今の状況に目を向けるっていうか。

だから、でも今しんどいって思っても、今だったら、何か「ああ、しんど」とか「ああ、もう出ていきたい、この施設から」とか、「酒飲みたい」とか「薬使いたい」とか思っても、それが、「今の自分はそうなんだ」みたいな、「今の自分はそうなんだけど、でも、使ったらこうなるよな」っていう、その余裕があるっていうか。想像できる余裕が。だから、その余裕があるだけで全然違うんだなっていうふうにも感じるし、もっとこういう話を広めていけたらなって思ってます。

【ナオコさん】

私はまず使っていた薬物が、MDMA、LSD、処方薬、市販薬のブロンですね。あと最終的に覚醒剤。コカインもマリファナも、もうオールマイティーに使ってきていて、そんな生活を20年ぐらいしてきました。で、今、最近、ここ1カ月ぐらいずっと欲求って言って、薬の、薬物を使用したいという欲求が入ってるんですけど、で、ここで話させてもらうっていうことが決まったときに、また欲求が湧いてきたというか。

私は20年間ほとんど、ここ一番っていうときには必ず薬を使ってきました。何か大事なことがあるときとか、イベント、フェスとかライブ、クラブはもちろんなんですけど、遊びに行くとき、家を出るとき、ひどいときは自分の部屋から出るときも薬を使わないと出れなかったですね。なので、今日緊張してるので欲求は湧いてきちゃったんですけど、でも今までと違うのは、その欲求をどう回避するかっていうことを今して、今は、自分でお金を持ってると、市販薬にも問題があるので、薬を買いに行ってしまう自分がどうしてもいるので、仲間にサポートしてもらってお金の管理をしてもらったりとか、自分でお金の持たないように、ドラッグストアに行くときは仲間と一緒にいくようにっていうことを心掛けて、どうにか薬を使わないようにしています。

で、何かいろんな薬使ってきたけど、今一番使いたって思うのは覚醒剤。やっぱ覚醒剤。キング・オブ・ドラッグと呼ばれるもので、どうしても頭に浮かんできちゃうんですね、あの薬が。で、それは消え切れませんですよ。私はダルクにつながって1年ちょっとたつんですけど、高知に来ては、まだ5カ月ぐらいで、1年半前は普通に使ってたので、まだ20年分の1年なので、消えるはずがないのは分かってるんですけど、最近やっとそれを認め始めたというか、です。な状態です。

私の幼少期っていうのは、私は母親との共依存があると自分で思っていて、母親も感じているみたいなんですけど、共依存って言葉を知ったのは、ダルクにつながってからです。共依存のセミナー、セミナーに行ったときに、共依存の勉強会があって、そこで項目があって、当てはめていったらほとんど当てはまってしまって、「私は母親と共依存なんだ」って。で、思い返してみると、私は共働きの両親と高齢の祖母と2つ上の兄っていう家庭で育って、母も父も忙しくて祖母が高齢だったので、私は生後2カ月で無認可の保育園に預けられることになります。記憶はないんですけど、記録には残っています。

で、母親が保育士やってたんですけど、私が3歳ぐらいのときに、保育仲間、保育士仲間と父兄さんたちと一

緒に新しく保育園を立ち上げました。で、すごく忙しい母親だったのを記憶しています。で、いつも夜は家にいなくて、私はおばあちゃんと……おばあちゃんとお兄ちゃんと3人で過ごす毎日が続きました。4歳のときに母親が働く保育園に通い始めるんですけど、一緒に、そのときに母親は主任だったので、受け持ちのクラスは持ってなかったんですけど、子ども心に母親には近づいちゃいけないという、何か分からないけどそういう意識が働いて、まあ母親も母親でつらかったと思うんですけど、母親も近寄ってこなかったですね。むしろ、周りの子どもたちは膝に乗ってても、私のことは膝に乗ってくれなかったって保育園時代でした。で、すごく寂しくて、指しゃぶりとお漏らしがずっと止まらなかったですね。

で、小学校に入るんですけど、小学校は普通に育つんですけど、4年生のときにおばあちゃんが亡くなってしまって、すごく悲しくて、それと同時に母親が園長になっちゃったんですね。園長になったらすごく忙しくて、ほんとに忙しくて、ほとんど夜は家にいないって状況で、私はお母さんに甘えられないって寂しさから、おねしょも止まらないし、爪かみも始まるし、もう何か、そんな小学校時代を過ごして。部活とかやってたので、結構部活で紛らわしてた部分があって。あと友人には恵まれていたんですね。いつも周りには友達はいたんですけど、

でも何か、小学校のときは、それほど考えてなかったんですけど、中学に入ると、友達はあるんだけど独りがいいって思うようになって、独りが楽だって。女の子同士のなれ合いが、何かめんどくさくなってきて。で、その頃はまだ気付いてないんですけど、後に気付くんですけど、私はセクシュアリティが、セクシュアルマイノリティと呼ばれる人たちのカテゴリーに入るんですけど、その頃から先輩、女性の先輩に憧れたりとかってのがあって、「でも自分は男の子にも興味があるから、そういう同性愛とか関係ない」って、「なわけない」って思ってたんですよ。で、そんなこと周りに言える風潮でもなかったし、時代的に。で、ずっと、何だろう、何だろうと思っていて。でも、先輩とか担任の先生とかに「あんた、レズ？」とか、周りの人に「もしかしてさ」みたいな感じで言われることもあって、そういうのがめんどくさくなって、独りを好むようになってくんですけど。

で、そんなときに出会ったのが音楽で、音楽はロックなんですけど、ロックバンドの音楽を聴いてると、私はすごく何か楽しくて、で、ロックバンド・イコール・薬ってイメージが私にはあって、かっこいいって思う。私は独りでいることもかっこいいって思っていたので、むしろ独りを好むようになって、音楽に傾倒していった。

大学も行くんですけど、ほとんど勉強はせず、普通に、普通についていうか、ぎりぎり卒業して、やりたいこともなかったの、留学するんですけど、その行った先がイギリスで。私はもう行く前から、大学時代には薬が手に入る状況になかったの、興味はあったんですけど、やれなかったですね、でも、イギリスに行くからには薬をやっつてこようという気持ちで、もうやる気満々で行きました。

案の定、イギリスに行ったら薬が手に入って、最初は毎週 MDMA, LSD をクラブ、イベントで取るんですけど、それがそのうち毎日になっていって、もうほぼ毎日ですね。薬を取らないといられない状態で、どんどんどんどん痩せてくし、もともとは痩せ……今はこんなですけど、もともと痩せていて、それがどんどんどんどん痩せていって、そしたら周り、でも薬に出会ったときに、私は、まあ仲間も言っていましたけど、ほんと自分になれた気がして。「これだ」って思いましたね。「これが私だ」って。で、セクシュアリティのこともオープンにできるし、それを薬仲間には別に変わったことだと思わないでくれたので、私はここが生きる場所だと思ったし、薬を取っていると自信が持てたですね。

で、日本に帰ってきて、もう MDMA, LSD が止まらなくて、手に入れば使っていて、その間、男性とも女性とも関係を持つんですけど、薬があれば男性とも性交渉できるし、女性とはプラスアルファで使うみたいな感じで。でも、だんだん、10年付き合う人がいるんですけど、後に、その人が私の薬をやめさしてくれたんですね。なんだけど、私は使いたいから、こそこそ隠れて使っていて、で、友達にも言えなくなって、だんだんだんだん孤立していって、もう危険ドラッグにはまって、何でもやってたの。で、危険ドラッグが合法じゃなくなったので、もう覚醒剤と思って覚醒剤にいくんですけど、最終的に。そこで……。

何を話してるのか分からなくなってしまったんですけど、まあ流れとしては、そこで捕まるんですよ、ガサが来て。でも、私はそのときまだ自分が依存症だとは分かってなくて、留置場で弁護士さんが「あなたは依存症です」って、「だからダルクにつながって治しましょう」って、「あなたに必要なのは仲間づくりです」って言うてくれたんですよ。私は、それでもその弁護士さんを担当から外そうとしてたんですよ、「嫌だ」つつつ。母、親にも泣き付いて、「弁護士代えてくれ」つつつ。国選だから無理なのに駄々こねて。

だけど、今その弁護士の言うてる意味がすごく分かっていて。私は幼少期から独り、自分は独りだと思っ

てたんですけど、でも今仲間といると、やっぱ薬が止まってるし、寂しく感じるときもなきにしもあらずですけど、でも、仲間の中にいる安心感っていうのはすごく大きくて、セクシュアリティのことも、ミーティングで話してもらったんですけど、その後、私はすごく怖かったんですけど、でも、「あ、そうなん」って。「あ、そうなんだ」で終わるんですよ。

で、全然もう何か普通、自然に接してくれてる仲間が今はここにいる、だから今、すごく生きづらい人生送ってたけど、今生きづらさありますかったら、そんなに今の生活でなくて、まあ、しんどいこととかもあるんですけど、でも生きづらさはあるかって言われたら、まあ薬を使えないことぐらいかなっていうぐらいで、そこまでの生きづらさはなく過ごさせてもらっていて。

なので、何か依存症っていうと、何かヤク中、私はヤク中っていうイメージが強かったの、依存症っていうより。ヤク中にだけはなりたくないと思ってて 20年間過ごしてたんですけど、実際自分がもうヤク中と呼ばれる依存症、薬物中毒になったときに、なってるって分かったときは、ほんとほっとしましたね、むしろ。弁護士さんに言われたとき、ほっとしました。「ああ、私、病気なんなら治さなきゃいけないや」って思ったし、「あ、私は、周りのみんな、薬仲間がみんな結婚とか出産とかでやめてく中で、私がやめられないのは、何かどっか欠陥あるんじゃないかな」って思ってたんですよ。「私なんか」って。「私だけやめられない」って思ってたんですけど、でも依存症っていう病気があるって知ったときに、ほんとほっとしたし、それは治さなきゃいけないなって思ったし、治したいですね。治したいというか改善させたいというか、回復したいって今強く思いますね。

回復にはいろんな回復の形があると思うんですけど、私はまず薬を使わないでい続けること。私は頑張るといことがすごく嫌いだったので、ちっちゃいときから、ほんとに努力とか頑張るってことを、ほんとにこななくて、行ける高校、行ける大学、やれる仕事しかしてこなかったの。でも今欲求と戦う中で、頑張るっていうことを自分なりにしてるんです。努力をします。それができてる自分は褒めてあげたいし、そうですね、褒めてあげたいです。今まで自分のことを、「私なんか」「どうせ私なんか」って思って生きてきたけど、今は欲求を回避する行動ができてる自分は褒めたいし、ほんとと周りの仲間、ほんと仲間がいることに、ほんとに心から感謝していますし。ですね。そんな感じで、私は今高知ダルクにつながって生活してもらってます。以上です。ありがとうございました。(拍手)