

資料：高知ダルクによるゲストスピーチ逐語録  
－ 高知リハビリテーション専門職大学「更生保護制度論」（2022年7月25日）－

加藤 誠之・高知ダルクの皆さん

高知大学学術研究報告 第71巻  
抜刷（2022）

# 資料：高知ダルクによるゲストスピーチ逐語録

—高知リハビリテーション専門職大学「更生保護制度論」（2022年7月25日）—

加藤 誠之<sup>1</sup>・高知ダルクの皆さん<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>高知大学人文社会科学系教育学部門・<sup>2</sup>高知ダルク)

Document : A Literal Record of Guest Speeches by the Members of Kochi DARC in “System of Probation and Parole in Japan “(25<sup>th</sup> July 2022 at Kochi Professional University of Rehabilitation).

Masayuki Kato<sup>1</sup>, Members of Kochi DARC<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Education Unit, Humanities and Social Science Cluster, Kochi University

<sup>2</sup> Kochi DARC (Drug Addiction Rehabilitation Center)

**ABSTRACT** : We had guest speeches by the members of Kochi DARC (Drug Addiction Rehabilitation Center) in “System of Probation and Parole in Japan“(25<sup>th</sup> July 2022 at Kochi Professional University of Rehabilitation). This document is the literal record of these guest speeches.

キーワード：自助グループ，薬物依存，実体験

Keywords : self-help group, drug addiction, actual experience

## 第1章 はじめに

筆者（加藤）は2022年7月25日(月)に開講された高知リハビリテーション専門職大学「更生保護制度論」で薬物乱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。聞き取れなかった箇所は「…（中略）…」とした。[ ]内の文言は筆者（加藤）による注又は補足である。

## 第2章 高知リハビリテーション専門職大学「更生保護制度論」（2022年7月25日）でのゲストスピーチ

### 【ウタさん】

薬物依存症のウタといいます。よろしくお願ひします。全然何も考えてなくて、きょうの朝まで、ここでスピーカーすることすっかり忘れてて。朝、中間施設に行って、きょうや、みたいな感じで、何も考えずに来ました。何を話そうかと考えてたんですけど、今、私、26歳で、21のときにダルクにつながりました。それまで何を使ったかっていうと、コカインっていう薬物なんですけど、初めに処方薬、病院でもらえる処方薬から始まりました。短期大学に行ってたんですけど、大学2年生のときに、卒業間際のときに処方薬を使って、それから約2年ぐらい、19のときに使ったので、1年半ぐらいはずっと処方薬を使って、その次にコカインに手を伸ばしてしまって、二十何歳のときだろう。5年前の話だからちょっと薄れてるんですけど、記憶が。でも、20歳、成人したときに捕まって、そのまま、家に帰らずにダルクにつながりました。

私が持つてる病気っていうのは、薬物依存症だけじゃなくて、摂食障害とリストカットと、あと、人に対しての依存性、依存的なものがあって、それを今でも抱えてる問題ではあります。薬物はもちろん、摂食障害というのは、自分が太ってることがすごい受け入れられない自分がいて、それを、食べたものを一気に吐くっていう行為を試してみたりとか、薬を使ってる間は薬物で、薬物って痩せるんですね。薬物で痩せてって、30キロ台まで体重が落ちたんですけど、体重計乗ったときも、三十何キロっていう体重が出て、私は違和感とか全然なくて。ここまで落とせたみたいな達成感しかなくて。手を上げなくても脇骨が見えるっていう体形になってたりとか、母親にも気持ち悪いって言われたり、そのとき夜の仕事をしてたので、夜の仕事のお客さんにも、下から上まで気持ち悪いみたいな感じで見られても、これが私やって。痩せてることが、私は安定剤みたいな感じになって。それから、その状態で捕まって、ダルクに入って。私もよく分かんないんですけど、回復するためには太れっていうプログラムが昔からあって。なんでだって、私は太りたくないって。そのとき摂食障害が強く出たときだったので、なんでやって、そんなん太ったらもう女として生きてけへんみたいな、そういう状態の病気を深いところまで掘って掘ってやってたんですけど、でも、見事に、ほんまに言うとおりに何もしてないから太って。その太ってのが怖くて、ずっと食べて吐いてって、朝昼晩って食べるんだけど、それ全部吐いて。完食しても吐いて吐いてってしてました。体重も、キープって言うていいんか分からんけど、太らない体重になって、キープしてたんですけど、あるダルクの代表の方から「おまえは家族ができて、子どもができて、旦那さんができて、おまえは吐き続けるのか」って言われたときに、私ははっとして。そのとき、まだダルクに来て3カ月ぐらいだったんですけど、なんかはっとして。でも、その後、びたっとはやめられなかったんですけど、徐々に吐くのをやめたりとかしてって、今に至るんですけど。でも、そのときに、やっぱ今でも痩せたいって思うし、痩せるためには、薬につながる。

ちっちゃいときの話をする、小さいとき、私、母子家庭で育って。その母子家庭の中で、ずっと寂しい寂しいで生きてきたんですね。母親は水商売をしていたので、夜の仕事をしていたので、母親は夜いない状態で、私、3姉妹なんですけど、子ども3人で、たまにおばあちゃんが来たりとかして、何とか一晩過ごしたり。それが、私が中学1年生か2年生ぐらいまで、ずっとその環境でいてたんですね。母親が途中で再婚して、今のお父さんになるんですけど、再婚して、それから孤独感とか、寂しい感じとか、お母さんは妹のほうが好きなんだとか、お父さんは妹のほうが好きなんだとか、お姉ちゃんのほうが好きなんだっていうのを、比べて比べてやってきて。高校、18歳のとき、15歳から結構道をそれてきてたんだけど、18のときに、家に帰らずっていうか、夜、遊びに出ることが増えました。夜遊ぶと、夜の出会う友達たちも多分、孤独を抱えてたのか、なんか合う、つながりを持てるような感じがして、夜、音楽の、クラブに行ったりとか、ほんまにクラブずっと行ってたかなって思います。夜で、お酒飲んだりとか、そのときは処方薬だったので、処方薬を使い続けてっていうのをひたすらやって。そのときいたパートナーがいるんですけど、彼氏なんですけど、その彼氏が勧めてきたのがコカインだったんですね。コカイン、私、薬に対して、今でも知識が本当なくて、分からない状態で薬を使ったっていうのが正直なところ。これを使ったら捕まるとか、これを使ったら人生がとか、そういうの全く考えずに、ただシンプルに、純粋な気持ちで使ったんですね。そしたら、後、どんどんはまって。

初めは、何だ、これみたいな。処方薬のほうが正直好きなんです、コカインより。でも、コカインのほうがかっこいいっていうか、こっちのほうが私には合ってるみたいな、そういうかっこつけみたいな部分があって、処方薬からコカインに移って。コカインも、私、本当、知識がないから、お酒を飲んで。そのとき、あるサイトで知り合った男性と旅行に行く予定だったんですけど、そのときに、コカインを使って出掛けたんですね。それが3、4時間ぐらい空いて、私、そのホテルっていうかバーに着いたときに、お酒を浴びるように飲んでたんです。あれだ、これだ。それから記憶が全くなくなって、気付いたらベッドの上で、また記憶がなくなってやってたら、気付かないうちにすっぼんぼんで、ある島を走ってたんですね。もうおかしくなっちゃって。

それから、いろいろと、病院着いて、そこから記憶がほわんで飛んだりとか、ばって戻ったりとかっていう繰り返しをして。気付いたら警察署にいて、警察署で取り調べを受けて。今でも覚えてるのが、ある結構、若い警察の刑事さんだったんですけど、その人が来て、こういう賞状みたいなん持ってきて、逮捕状みたいな感じで言われて。何月何日何時何分みたいな、この容疑で逮捕するみたいな感じで言われて。頭の中真っ白になって、逮捕？みたいな。私、何した？って。それでも自分が薬で捕まったっていう自覚が全くなくて。今から私、どっか入れられるんやって。人生初めての経験だったので。捕まったんですけど。でも、その後…(中略)…捕まって、5年前の2月10日に拘置所を出て、そのまま私は家に帰るぞと思ってたんです。家に帰ってまた、捕まるんやったら処方薬使えばいいとか、お酒飲めばいいって思ったから、家に帰れるもんやと思ってたら、お母さんが家族会に、家族会っていうグループに入って、一切家には入れないっていうプログラムを母親は受けてたんですね。私は、母親にそれを告げられた。家には入れないって。家に入れたら、あんたは絶対にダルクには行かへんからって。だから、絶対家には入れへんって、かたくなに言われて。母親も一回決めたら曲げへん人なんで、ほんまにそうなんやと思って。もう行くしなくて、ただ、とぼとぼと栃木のある施設に行きました。

その日から、ほんまに地獄でした。3食食べることも、そもそもしたことないし、薬使ったらお風呂も全然入れないし、歯も磨かないし、虫歯だらけになるし。服とか身だしなみも、全然、整えるっていう、そういうのができなくなったりとか、急に。ていうのがあって、でも、それをやらなきゃいけないっていう、強制ではないんだけど、流れる的にやらなきゃいけないって。やって

いくうちに、もうやだと思って、大体1年ぐらいダルクにいてたんだけど、急に飛び出して、全然知らんおじさんの家に行って、ちょっと泊まらせてくださいとか言って、今、私こういう所において、しんどいんですって言って、そのおじさんは入れてくれたんだけど、なんか自分違うなっていうのを感じて、戻ってきてって。それを4、5回ぐらいやってみました。施設飛び出して帰ってきて、施設飛び出して帰ってきてっていうのをして。私、21だったので、その当時は、お酒飲めない人生とかもあり得ないし、やっぱ正直言って、恋愛もしたいし、携帯も持ちたいし、好きな友達と好きなことしたいしって、すごい遊びたい時期だったんですね、21のときって。でも、それを本当に我慢、最初は我慢でしかなかったんだけど、我慢我慢ってして。彼氏もつからない人生じゃないけど、そういうのを何年間か送る。携帯を持たない何年間かを送るとか。友達をつくらなくて、前いた友達とも縁を切って、今の仲間と交流するとか。そういうのをひたすら、この5年間やってきて。

でも、今でも、今年の2月に、薬の大きい欲求が入ったんです。使いたいって。使えるんだったら使いたいって。使えへんのやったら飲みたいって。アルコールも薬物の一種なので、アルコールの過剰な飲酒をしちゃうと、アルコール依存症っていう病気にもなるので、私はその一部でもあるので、お酒を飲んだら絶対薬にもつながるっていうのが分かってたんだけど、その時期は本当にしんどくて、飲みたい、使いたいって、そのループで。いつもの欲求だったら、大体10秒ぐらいで収まるんだけど、その日の欲求は6時間戦ったかなって思います。かなりの、今、5年間ダルクにいて、一番大きい欲求やったかなって思います。

何しゃべろう。何について話せばいい。でも、薬について話せて言われても、私、知識がほんまにないから。だから、この薬はこういう作用があって、こうなるよとか、そういうのは分からへんねんけど、でも、薬を使うと、私は、人生っていうか、自分の生活ももちろんぼろぼろになるんだけど、一番しんどいのって、自分が傷つくことなんですね。薬を使うと、自分が傷つく。周りも傷つける。それは一番、私にとって、今でも抱えてる問題です。自分も、アダルトチルドレンって、ACっていうんですけど、略して、アダルトチルドレンっていう、機能不全な家庭で育ってきた部分もあって。実の父親は暴力を振るう人だったとか、結構あったんだけど。

でも、今こうやって小さい頃のことを振り返ると、お母さんも結構、寂しい人っていうか、寂しかったんだろうなって思うし、お母さんのことも理解できるし、実の父親のことはいまだに理解できないんだけど、私が保育園のときにもう離ればなれになってるので、あんまり記憶っていうのはないんやけど、ただ恨んでる一人の人なんだけど、でも、母親のこととなると、今の父親のことを考えると、理解はできる。どんな思いだったかとか、どんな状況の環境だから、ああいう環境で育った、ああいう環境っていうか、そういう環境でしかできなかったんだっていうのも理解できるし。でも、今は、一言で言うと、薬使っていない人生ってどうなのって、つながったときは思ったんだけど。無理って。絶対無理って。なにがしらふだとか、なにが面白いとか、笑えないぞみたいな、そういう感じで、仲間を偏見の目で見てて。じゃれ合ってる仲間を見れば、何が面白くてこんなガキみたいなことしてんだろうとか、子どもじみたことしてんだろうとか、何がおいしくてこんなご飯食べてるんだろうとか。私は摂食もあったので、おいしくないと思いながらご飯を食べたり、絶対にみそ汁に毒が入ってるからこのみそ汁は絶対飲まないぞって思って、かたくなにみそ汁飲まなかったりとか。妄想と、信じるっていうことがそもそもなかったんで、もちろんなんだけどね、薬使わない人生っていうのが、本当に苦しかったんです。でも、今は、どうかって聞かれたら、めっちゃ楽しくて、薬使っていないパーベキューとか、みんなでどっか行ってわいわい買い物したりとか、美容室に行ったりとか、当たり前のことなんだけど、薬を使うと当たり前ことができなくなる。でも、今、しらふでいて、当たり前のことができるようになってきてる。

最近、私、歯が痛かったりとか、ちょっと体がしんどいときとかに、痛み止めをすぐ飲んでたん

ですね。痛み止めを飲んで紛らわすとか、薬を使って紛らわすっていうのをしてきてて。でも、最近、私、施設の階段の真ん中ら辺から落ちたんですね。階段をばばばって落ちて、すごい痛かったんです。本当痛くて。一瞬、もう薬、みたいな感じになった自分が正直いました。もうこれ薬って。今持つてる痛み止め効かないから、もっと強い薬みたいな感じで、一瞬なんだけど、薬が頭に浮かんで。でも、痛みのほうが勝って。そこで、5日間ぐらい打撲で、きょうもなんだけど、結構、体、左半身が痛いんですけど。いつもだったら、この状態やったら、しらふじゃなかったら薬を使って紛らわしてきたんだけど、今はしらふでの対応をしてる。ただほっとしてるだけなんだけど。そっとしとくっていう、安静にするっていうことを学ばせてもらった。今、使いたい？って聞かれたら、使いたくないんだけど、でも、正直、目の前に出されたら、私は使うなって。断る勇気っていうのはきっとあるんだけど、でも、自分がそのとき弱ってたりとか、自分がそのときにちょっと傷ついてる自分がいたりとかして、目の前にぼんって、はい、どうぞって出されたら、私は多分、そのとき使うかもしれないです。

でも、最近、私が使ってた処方薬の、ある処方薬があるんですけど、それが、今、私、去年に円錐切除っていう手術をしてて。いわゆる子宮がんの前がん状態っていうとこにいて、手術をしてて。それで3カ月に1回、定期検診をしてるんですけど、その検診を受けてる先生に生理前の話をしたんですね。月経前がすごいしんどくて、うつっぽくなるし、食欲も増すし、とにかくしんどいっていうのを話したら、その先生が、私が使ってた処方薬の薬を、平気で、何々出しますねって言われたんです。デパスっていうお薬なんですけど、それを出しますって言われたときに、私は固まったんですね。私、使ってた薬だったので、固まって。頭の中でぶわあってフル回転させて、これはもらうべきやろうとか。いや、でも、決まってるんです。自分の心の中では、断るっていう一つの言葉しかなくて。ただ、いろんなことを考えました。今ここでもらったら、自分の、薬使ってない期間も全部なくなるって。また一からになるって。仲間を裏切ることになるし、自分も裏切ることになるし、また一からっていうのが、すごい怖くなって、そのとき、はっきりと先生に、すいません、て。それはちょっと飲めないんで、違うお薬っていうか、漢方とか、そういう依存性のないお薬にしてくださいって言って、その日に漢方だけもらって、ある看護師さんに自分の事情を全部話したんです。私、薬物依存症で、施設にいてて、こういう依存性のある薬は一切飲めないんですけど言ったら、分かりましたって言ってくれて、その日を逃れられたんだけど、またその次に、ある仲間が同じ薬を飲んでて。私はその薬を管理するようになってるっていうか、サポートさせてもらってて、その仲間のことを。そのお薬を手に置くこともあるし、渡すときもあるし、そのお薬をセットするとき触るときもある。そのときに、正直、今だから言えるけど、そのときは、いいなって思いました。いいなって。この薬が飲めてるんだ、いいなって。私も、飲みたいまではいいけど、飲んでた時期あったなって、振り返ってるだけなんですよね、そのときって。私は今でも、その仲間のそのお薬を預からせてもらってたりとかしてます。そこまで回復してってるっていう証拠だし、でも、まだまだこの先、回復ってあるだろうし。山あり谷ありで、いろんな壁にぶち当たって、もしかしたら、次コカインが目の前に訪れるかもしれへんし、それは分からへんねんけど。

でも、まだ私もこの先の人生狂わしたくない。まだ26で、結婚もしたことないし、子どもも産んだことないし、この先の幸せっていうのを、まだ味わってない。その人生を、ただ1回の薬で狂わしたくないって、今はそう思ってます。でも、病気がすごい深いから、いつどこで、いっかって、自分で折れて、使ってしまうか分からない病気でもある。使いたいんだけど使いたくない、使いたくないんだけど使いたいって言う、そのはざまにいるので、結構、自分が怖かったりします。でも、今は、今こうやってる仲間がいてるので、何とか安心して、きょう一日使わない人生を、きょう一日使わないっていう日を送れてるのかなって思います。きょう、そこの中乃家があって、うど

ん屋さん食べに行ったんです。すごいおいしかったです。しらふだからおいしいって感じれるんだろうなって思います。使ったら多分、太るみたいな。これ全部食べたら太る。天ぷらとか、絶対無理とか思うんだけど、きょうは全部、ボリュームのすごい、野菜の天ぷらと、えび天と、いろんな天ぷらが入ってる、天ぷら盛り合わせのすごいボリューム満点のうどんを食べただけで、全部食べて、その後、太るとか思ったかといったら、全然それは思ってたなくて。おいしかったって。よし、きょうはなんかしゃべろうみたいな。全然用意してへんけど、しゃべって、みんなの心にちょっとでも残るといいなって思ってます。

### 【ワコさん】

高知ダルクから来た、依存症のワコです。よろしくお願いします。この間も、どっかの学校に行ったときに、高校に行ったときに、何しゃべっていいか分からず、いつもじゃないような話をして終わったんですけど。今、ちょうど私は、今年2月に50歳になりました。50歳で依存症の施設にいるの？って思われるかもしれないけど、50歳でもまだ若いほうなのかなと思いますけど。

子どものときから、3人きょうだいで、一番下の私は預けられてたりすることがあって、家にいないこととかがあって、ずっと、とにかく親を困らせちゃいけないとか、そういう思いばかりで、とにかく、しんどいことがあってもずっと笑ってるっていうこと、その家の、それが平和だと思ってたし、それが普通だと思ってたし、そのときはそれが我慢だとも分かんなかったし、それが普通のことなので、それをずっと続けていました。小学校の高学年になって、兄から暴力を受けたりとかね。大体がそんな、例えばDVとか…(中略)…原因があるでしょって言われるんだけど、どう考えても原因はなくて、親に怒られた腹いせだとか、一番私が当たりやすかったんでしょうけど。そこに親戚のおじさんから性的暴行とか、それもまた人に言えなくて。人に言えないっていうか、それが当たり前がしんどくなって、限界が来たんです、ある日ね。

中学校になって、本当ね、もう50になって、だんだん昔の記憶が薄れていって。激しくなんかあったときにはかなり覚えてるんですけど。取りあえず、この家を壊そうと思ったんです、私。中学校入って、自分の中学校に3グループ、不良のグループがあって、その中の一つにいたんですけど、普通じゃないんだけど、自分の感覚の普通、そのときの普通の感覚で、小学校の高学年からたばこ吸ってて、そこから中学校入ってシンナー吸ってて。15歳、シンナーを川で吸ってたら、普通に、この間も話したんですけど、川の裏におじさんが、お兄さんがかな、そこで吸ってたら危ないよって、こっちで吸っていいよって言ったから上がったら、暴力団の事務所だったっていう。

だから、結局、いろんなことはあるけど、私はいろんなことをするのに、今でもそうなんだけど、物事を簡単に考えて、すぐ行動に移しちゃうんで、いいことも悪いことも。でも、そのときに、終わったなって思いましたね、正直に。入った瞬間に、事務所で、ちょうちんぶら下がって…(中略)…何々組とかって書いてあって、終わったなって思いましたね。それで、結局、もう家にも楽しいものないし、そんな帰らなくなって、シンナーも面白くなって、その上は何があるんだって好奇心があって、先輩とか後輩が使ってたっていう覚醒剤を持ってきてもらいました。でも、初めてやったときは、気持ちいいとか、そういう感覚は本当なくて、泣きましたね、すごい悪いことをしたと思って。初めて悪いことをした、初めて本当に悪いと思いました、そのときは。

それから何日かしたら、結局、もうやらないってそのときに決めただけど、そのヤクザの人に監禁されて、覚醒剤で漬けられましたね。打たれて打たれてって感じなんですけど。もう言葉もしゃべれないし、体も動かないし、心臓も、どうだってあんまり覚えてない、本当しゃべれないし、意識もうろうとしてる間、何されてるかも分かんないし。3日ぐらいで解放されたんですけど、下も、下着もはいてない状態で街に捨てられましたね。あるときスカートははいてたんですけどね。何と

か伝わる感じでタクシーを拾って、家まで着きました。もう親が、何してたんだってやりだしてから、何となく、片言ですよ、しゃべれない。シンナー吸ってたって。そこで、覚醒剤打たれてたとかって言ったらまた違ったのかもしれないけど、覚醒剤だけはって思って。そっからもう、体は震える、寒くなる、熱くなる。またそこも簡単に考えて、覚醒剤を打ったらそういうのも止まるって思ったから、覚醒剤を打つことになりましたって。本当に、お父さんが見てたヤクザ映画とか、そういうので見て、そういうので知識で覚えて、覚えたとおりに、止まったのは止まったんですけど。すごく大変。気持ちいいなって思いだしてからは、いろんなこともしましたし、薬物一つでもいろんな楽しみ方もしましたし。ただ、楽しいと思ってたその中には、汚いことがたくさん、人間関係のすごく汚いところもあって。でも、薬物があるから逃げれないし、薬物が欲しいし。そうすると、そこに男性が、いつも一緒にいたい男性が必ず、私はいるんですけど、いないと不安だし、覚醒剤、男性、お金がないとずっと不安で。だから、常にその3点はセットで、常に絶対ないといけない状態でした。

そっから19歳で、違うな、19歳で旦那と知り合ったんだから、21の終わりに結婚しました。3人子どもに恵まれたんですけど、一人目の子ども産むときは、お産の日ですね、その日に旦那の、結婚してすぐDVが始まって、それもまたまたしんどかったんですけど、子ども産んだ日に、陣痛始まって、旦那を起こしたんです。すごいアル中の旦那でしたけど…(中略)…「やかましいわ」って言った。もう涙が出ましたね。おなか痛いし、どうしようと思って、タクシーを呼んで、実家に帰ったんですけど。それ長男なんですけど、それから二人、子どもはいる。その2人はどうやってできたかっていうのは、だんだん、その一言でやっぱり、旦那を受け付けなくなってですね。離婚したくなってってか、別れなくっちゃと思って、離婚するまでに5年かかりました。本当に別れてくれないって言うか、子どももすごく暴力振るわれてたし。全部言い訳なんですけど、離婚5年かかって、知り合って11年半、結婚して8年半。結婚する前は夜の仕事をして、ブランド品持って、化粧を毎日して、毎日きれいな服着て、お酒飲んでって普通にやってたんですけど、それが結婚したと同時に、お金はもらえない、服も買ってくれない、友達とは連絡取れない、実家にも自由に帰れない、殴られる。そのしんどさの解放感でした。離婚して、仕事もしたんですけど、その仕事してる所で昔の知り合いに見つかって、理由はどうであれ、また薬物を使うことになりました。そのときも、帰らさないって言うから、たった1発打てば帰らせてくれると思って打って、そっからはまた、元の世界に戻りました。

今、これでもだいぶ落ち着いてるんですけど、考えるっていうことができるようになって。薬物を使ってるときは、本当に、さっきも言ったように、金、男、薬物のことしか考えれなくて、刑務所、3回でしたっけ。分かんなくなっちゃって。4回でしたっけ。行ってるんですけど、今、出所して3年ちょっとたちましたけど、しらふで、この3年以上を持ってるっていうのが本当、初めてっていうか。一番最初に、よその、高知のダルクじゃなくて、つながったときは、10年以上前のことで、そのときは3カ月で逃亡しましたね。逃亡する日に、電話した所に持ってきてよって言って、4時間後ぐらいにはもう使ってた。今回、高知ダルクは2回目の入寮になるんですけど、私、すごく大変で。すぐ怒るし、わがままだし、謙虚じゃないし。最近、特に、急なスケジュールの変更って言うか、ちょっと変わったことになると、すごい頭が付いていかないって言うか。めちゃめちゃ反発するし。ただ、いろんなことあるけど、今、50なんですけど、ダルクを出る気にはなりません。多分、昔の私だったら、今の時点で使ってると思うんですよ、出てから。使いたくなって。出れば持ってる人の所に行くし。高知でも、多分、電話したら、持ってきてって言ったら、1時間以内に持ってきてくれる場所は軒ああるんです。今、もう3年だから、結構自由にうろちょろできるんですけど、それも今のところやってませんね。前の入寮時から。この高知にいて、今、生活し

てて、刑務所で一緒だったおばあさんとか、刑務所で知り合った誰々とか、けっこう会うんです。役所に行っても、病院行っても、普通にただ公園でたばこ吸ってても、会うんですけど、声掛けませんね。今の生活が大事だから。

さっきも仲間が言ったように、私も最近になって仲間がいる温かみだとか大切さだとか、すごく分かるんですけど、だれかがいけないんですけど、分かってきた。分かってきたっていうこの言葉すら、よう言わなかったんで。言うことが絶対負けてるって思ってたのかな。認めたくなかったですね。今は、高知ダルクの中間施設のインテグレーションっていうところが、大体、延長して3年。私、この9月に3年迎えるんですけど、その先は今まだ考え中なんですけど、今はダルクと病院の作業療法受けに、いちおう週3回行けば受けれるようになってるんですけど、そういうところを今ちょっと作ったりとかして、そういうお仕事っていうか、好きなものを作るっていうことを今やってるんですけど。家族も4月の終わりに来たりしてくれたんですけど、会ってみてよかったなと思います。ずっと家族に避けられてたものを、来てくれたんですけど、このぐらいが家族といる、ちょうどいい、家族だから絶対に一緒にいなくちゃいけないと私は思ってますね。一緒にいるから幸せかっていったらそうじゃないし。私が今できることは、使わない生活をずっと送ること。死ぬまでそれが続けられること。死ぬときまでやめたらやめてますって、私は言えるのかなって思います。

#### 【ナオコさん】

高知ダルクから来ました、依存症のナオコです。私は薬物依存症で、20代前半のときに合成麻薬に初めて手を出すんですけど、そのときっていうのは、週末だけ、遊びに行くときだけ使えばいいって思ってたんですけど、それがだんだん毎日になって、毎日使わないと動けない、楽しくないっていう状態になって。そのときは、自分でコントロールできてると思ってたんですよ。私は使えてるって。でも、今思い出すと、もうそのときには既に依存症でした。薬がないとバイトも行けなかったです。その後、合成麻薬が手に入らなくなると、処方薬だったり、合法ドラッグをかき集めるんですけど、そんなんでつないでつないで、いろんな薬をつないでくんですよ。何か薬を入れてないと、自分が立てないというか、何もできない状態にもうなっていました。

10年間、パートナーと一緒に住むことになるんですけど、20代半ばぐらいから。10年間、毎日一緒にいるんですけど、私は隠れて使っていました、薬を。そのパートナーと別れることになったときに、すごく予想してなかったことだったので、もう精神的に落ちてしまっていて、実家に戻って半年間、引きこもりました。引きこもってるんですけど、薬だけは買いに行くんです。薬だけは買いに行っていて、戻ってきて、また部屋に閉じこもって、薬を使ってお風呂に入るとか、薬を使わないと外に出れない、部屋から出れない状態が半年間続きました。ご飯も食べられなかったです。薬を使っているとおなかがすかないので、どんどん痩せてくし、髪の毛とかもぼさぼさになってくるし、肌もがさがさだし。半年たったときに、寝てたら、おなかすいたって思ったんです。私はそのとき、シナプスがくっついたって思ったんですけど。シナプスがくっついた。くっついたかなと思って。それまで本当、おなかすいたとか感覚がなくて。でも、半年たったときに、おなかすいたと思って、シナプスがくっついたと思って、何か食べに下りるんですよ、1階に。その前後ぐらいに、母親が布草履っていうものを友達と作っていて、その布草履をナオコも作ってみたいかっていう提案をしてくれたんですけど、私はものづくりとか考えたこともなかったし、不器用だと思ってたし、私には創作する力がないってずっと思ってたので、それをかたくなに断るんですよ。でも、そのシナプスがくっついたのを切っ掛けに、ちょっとやってみようかなって気になったんです。習いに行ったら、うまくできた。1個目が。おばさんたちがすごく褒めてくれる、ナオちゃんすごいって。

それにすごい気を良くして、私は家でも作るようになるんです。でも、作るんですけど、薬を使わ

ないと作れない。薬を使わないと生活ができていなかったの、布草履を作るのも、薬を使わないと作れないんです。そのときは危険ドラッグだったんですけど、薬を使いながら作って、切れたらまた使ってっていうのを繰り返しながら布草履を作ります。それを販売する場所もできて、買ってくれる人も増えてってなってくんですけど、でも、私はそのとき、自分の力だと思ってた。私は天性の才能があるって思って。これ才能だと思ってたんです。でも、今思うと、今、また布草履作りを再開させてもらってるんですけど、今、しらふで作って、作れるんですよ、しらふで。

あのとき薬を使って作ってた布草履の、あのときの自信って、今、全然ないんです。感覚が違うっていうか、あのときは、根拠のない、いわれのない自信みたいなものに満ちていて、私が作ったんだから、いいもので当たり前でしょっていう、本当、高慢な考え方で物を売らせてもらって、当たり前だよって思ってたんですけど。今年の1月ぐらいから、置いてもらえる場所ができて、布草履をお金を払って買ってもらうっていうことをしてもらってるんですけど、そのとき、本当自信がなくて、買ってくれる人がいるんだろうかって。薬を使ってるときは、買ってもらうって当たり前って思ってたのに、今その自信がなくなって、買ってくれる人がいないんじゃないか、認められないんじゃないか、その恐怖でどきどきが止まらなかったです。最初、その場所に行くとき。

でも、幸運にも、次行ったときに1足なくなってたんですよ、飾ってあったものが。すごくうれしくて。買ってくれた人がいたんだみたいな。本当に、それは、薬を使いながら作って売っていたときには味わえなかった感覚なんです。こんな私ってなっちゃうんですよ、使っていないと。こんな私が作ったのでも、買ってくれる人がいるんだみたいな。そっから、引きこもってたときの布草履作りが切っ掛けとなって、今また、手だけは覚えてるので、感覚を。それが切っ掛けとなって、今も作ってるんですけど、作ってる経過でも、使ってるときは、薬の力で色の配色を考えたりとかしてたんですけど、今、しらふで、何もない状態、自分の感性だけで色の配色をする。それを、仲間とか、いろんな関わってくれてる人が認めてくれる。配色いいねとか、この色使い好きとか言ってくれることが、すごく自分にとって、自己肯定感を上げる道具というか。

この前も、施設長に話してもらったんですけど「ナオちゃん、布草履作るようになってから落ち着いてきたね」って言ってもらったんです。私も振り返ってみると、ここ半年間、本当、精神の波がないんですよ。大きな波が。それまでは、仲間がちょっと自分にとって不都合なことを言ったりとかすると、ぎいって、いやあとかしてたんだけど、それも波が少なくなってきた。それは多分、布草履を空いてる時間で作ってるので、昼間は施設に行って、施設の昼休みとかにミシン踏んで、帰ってから、ミーティングが終わってからの1時間ぐらいで編んだりとかっていうことをしてるんです。空いてる時間を使ってるんです。その空いてる時間が、今までは暇な時間だったんですけど、今は布草履を作る時間になっていて、作れないときがほとんどなんですけど、作れるときは作っていて。そうすると、だから安定してるんだろうなって思ってます、自分で。やることができたことが、自分の精神を落ち着かせてくれてるって思ってますね。本当、私は、つながる前まで、どうせ私には無理だよとか、どうせ私なんかという気持ちが、どっかで、小さい頃からの口癖であって。薬を使って自信が付くんですけど、でも、どっかで、どうせどうせって気持ちが拭えなかった。でも、今は、布草履のおかげもあるし、仲間の存在も大きいんですけど、どうせって言葉が自分から消えてきた気がします。どうせって思わなくなったし、頭の中でも言うことがなくなってきた。それは自分にとってすごく大きなことですね。自己否定が激しかった自分が、今は、仲間も認めてくれるし、布草履を作ることで、いろんな人が認めてくれるようになった。それが自己肯定感を上げさせてくれてると思うし、自分の心も落ち着いてくる。すごく、やっててよかったなって。

使いながら作ってたものだけど、でも、そのときの手の感覚とかっていうのは忘れてないんだなと思うし、今、自分のすごく糧となっているなって思ってます。布草履は本当に、私にとって、この

先も続けていきたいし、私は続けることが苦手なんです。何か一つのことをずっと続けていくことが苦手なんですけど、布草履っていうものは続けていきたいって。つながったばっかの頃は、しらふで布草履を作ることが目標だったんです。今、その目標がかないつつあって、今度は続けていくことを目標にしています。

ダルクにつながって、先日、2、3カ月前に、両親と幼なじみが高知に来てくれて、そのときに母親が話してくれたんですけど、捕まったときの弁護士の先生が「ナオコさんはエリートです」って。「ダルクにつながれた依存者はエリートなんですよ」って言ってたよって言ってくれたんですけど、確かに、私はダルクにつながって、仲間と出会って、薬が止まっている今、3年って、つながれない仲間ってたくさんいると思うんです。今でも、つながっても、退寮して使ってしまったりとか、たくさんいると思うんですけど、いろんな薬物依存者が。でも、私は本当、その弁護士の先生が言ったように、一回捕まったときにダルクにつながる事ができて、エリートだなんて思います。つながれたこと、すごい感謝しているし、本当、つながる前、ダルクを勧められたときは、そんな所行ったら薬使うだけでしょって、みんな薬物依存者でしょって、本気で思ってたんですけど、そんなことなかったです。みんな薬をやめようと、みんなで助け合ってるどころ。施設長だったりスタッフさんだったり、先行く仲間たち、クリーンの長い仲間たちが本当に見守ってくれるところだし、仲間同士はお互いに見守りながら、本当、見守りながら生活してるって感じかなって思います。お互いを見守りながら、必要なときは助けて、必要なときは助けられてっていうところだなんて今、感じてます。布草履のことも、仲間が本当に、その1足が買ってくれたときに、その場にいた仲間が、自分たちのことのように喜んでくれるんです。涙を流してくれる仲間もいれば、跳びはねて喜んでくれる仲間もいた。それは本当に、そういう仲間持ってうれしいなって思ったし、自分が作っている意味っていうもの、自分一人のために作ってた布草履が、今は仲間と共に作ってるって思えてるし、きれい事に聞こえちゃうかもしれないですけど、仲間がいるから作れてるって、仲間と一緒に作っているなって、本当に思って作ってます。だから続けたいんだろうなって思います。

#### 【宮本容子さん】

こんにちは。高知ダルクのスタッフやっています、宮本と申します。みんなからは容子さんって呼ばれてます。一昨日、バーベキューに行って、隣にいた家族が容子ちゃん、容子ちゃんって。私？みたいな。そんな感じで、バーベキューも楽しんできました。

薬物を使っていると、感情もなくなるし、心もおかしくなるとか、頭もちょっと影響を受けるし、体もものすごく影響を受けます。作業療法士さんを目指してる生徒さんたちだと思うんですけど、私たち、相当壊れてたどり着きます。ダルクに来るっていうことは、やっぱり長い間薬を使ってきたので、もちろん、一番最初に話された、早めにたどり着いた仲間もいます。でも、大抵が10年ぐらい使ってます。10年、下手したら、私が17年使ってたので、長かったら20年とか使って、やっとこさ薬を手放す、手放す気持ちになったっていうより、手放さないといけない状況に追い込まれた。そういう手放さないといけない状況に追い込まれるまで薬を使い続けます。

そうすると、痛んでるところがたくさんあって、最初来たときは、言葉がしゃべれない。自分の気持ちが分からないし、言葉もしゃべれないし、いろんな不具合があって、体もかなり、みんなすごい、もともとが緊張します。もともと多分、緊張する性格っていうか、ものを持ってたんだと思います。緊張してるし、体をいつも硬直させて、同じ動きをしてるので、体の調子がすごく悪いです。動作法っていうのを今は取り入れてやってるんですけど、体ががちがちだし、体が思うように動いてない。肩甲骨も動いてないですし、どこも動いてないです。そんな不自由な体が普通だと思っただけで生活してます。数年たつと、だんだんしらふに慣れてきて、体も動くようになって、心も解け

てきて、仲間が信頼できるようになってくる。最初は、この人たち、何だみたいな感じで、みんな敵だみたいな。ここにいる人、全員敵に違いない。私を陥れようとしてるみたいな、だまそうとしてるみたいな感じで、施設にやってきます。でも、みんなは温かく迎え入れます。よく来たねって、一緒にやっていこうねって、すごい温かく迎え入れます。中にはやっぱり、なじまないで飛び出ていってしまうっていう仲間たちもたくさんいて、使ってしまう仲間たちもいて、また戻ってくる仲間もいるし、何回戻ってきてもまた出ていってしまうとか、体が良くなって話ができるようになって、言葉がしゃべれるようになって出ていってしまうっていう、そんな感じの仲間もいます。でも、ダルクで過ごした何日間かを忘れないでいてくれたら、いつかきっと、また役に立つときがくるのかなって思って、短い間の仲間たちも受け入れることをしています。

ただ、受け入れるみんなは大変で、3カ月しかいない仲間を、ばたばたばたばたしている仲間を受け入れて、優しく、本当に、さっきも言ってましたけど、見守っていく、その仲間が立ち上がっていくのを見守っていく。もちろん、引っ張り上げるっていうイメージではないですね。その人が、中身が整ってきて、立ち上がっていくのを見守るっていう感じで、周りの仲間たちはサポートしてくれてると思います。来てから1カ月はお金も持てないですし、一人行動もできないですし。お金持つと、やっぱり、お酒っていう頭になったりとか、いろんなことをやらかしちゃうので、1カ月間は財布を持たないで、仲間と一緒に行動します。本人はすごくそれを嫌がるんですけど、でも、私、危ないんだっていうことに幸いに気が付いてくれた仲間は、お財布持ってきてくれてありがとうっていうふうになるんですけど、そうでもない仲間は、なんでいちいち持ってもらわないといけないんだみたいな感じで、危ないっていうことが分からないんです。お財布持つと危ないって。すぐ薬が、お酒が近寄ってくる、処方薬じゃない、売薬が近くにあるっていうことに気が付かないんです。その間を仲間たちと一緒にサポートしていきます。危険な段階を抜けると、3カ月たったら、いろんなことができるようになります。お財布も自分で持てるし、ある程度、コンビニとかも自分で行けるようになるし、一人行動ができるようになってっていう、すごい解放感が多分あると思います。それでも、数年かけて、携帯が持てるようになったりとか、高知市内はやっぱり怖い所なので、売人いたりとか、蛇の道は蛇なので、お互いに引き合うみたいな、そんな感じで、お互いに引き合っただけと出合うことがあるので、2年間は高知市内での一人行動も待ってもらってます。そうやって、すごいゆっくり体を癒やして、心を癒やして、この人たち信用できるんだって、一緒に歩いてくれてるんだっていうことが分かるようになって、だんだん育っていくみたいな感じです。

数年かかるので、数年の間、いろんなことを施設にいる間にやらかしながら、仲間とトラブルを起こしながら、これをやったらこうなるんだっていうことを、しらふだと割と分かるので。しらふじゃないと、同じこと何回もやっても全然懲りないので。同じことやってるっていう意識すらないんですけど。やっぱり、しらふだと、自分が失敗すると分かる。その積み重ねで、自信もできてくるし、こうやっていけばいいんだっていうことが分かって、3年、違うな、もうちょっとかかりますね。大体もっとかかりますよ。5年から、かかりますね。でも、別に、ダルクの中でずっといいといけないっていうわけでもないし、その人に合った回復の仕方をしてけばいいし、出たからって行って、そこでちょっと飛び出るわけでもないし。ダルク卒業した人が、時々、遊びに来てくれたりとかっていう、そういうやりとりの中で、先行く仲間は元気に社会にいるんだっていうことが励ましになったりとか、そんなことで日々過ごしています。

私も実は、すごいみんなに励まされています。調子悪いとみんな分かるんです。察知して。大丈夫?っていう声掛けしてくれたりとか、ハグしてくれたりとか、とても助けられて、支えられています。そういう支え合いの中で、人を信じたりとか、それが基本になってます。今はケアサポーターというか、職員になってくれてる人が出てきてるし、これからも職員になりたいっていう人が出て

きてくれて、みんなで温かく見守りながら、社会に出ていくまでの道のりを過ごしていけたらいいなって思ってます。今、ダルクは生活訓練っていう障害福祉の施設、自立訓練やってる施設が一つと、それから、グループホームで、あと自立準備ホームだけの、シェアハウスみたいなところが一つ。二つのナイトと、一つのデイで稼働してます。これから先、利用してるみんなが社会出るまでの間の中間地点をもう一つできればいいかなと思って、一生懸命、今、それに向けて動いてます。また皆さんにお伝えすることがあれば、ぜひ立ち寄っていただければうれしいかな。そこには、さっき話された布草履とか、その前に話してくれたワコちゃんの…(中略)…だったりとか、いろんなものが、手に取ってみたりとか、買うことができたりすると思うので、また報告できる日を楽しみにしています。

令和4年(2022)10月28日受理

令和4年(2022)12月31日発行