

# どっこい生きてます!



 放映予定

23:00 ~ 0:00 ETV 特集

3月28日 土

Eテレ(全国放送)

依存症がきっかけで家族と疎遠になった入寮者(デイサービス百寿の利用者)の家族関係の修復などに焦点をあてた内容になっています。 ※緊急特番などにより放送時間が変更される場合もあります。

P② 巻頭言 歴史ある鹿島神宮の節分祭に参列

~地域行事への仲間入りが回復への大きな力に

P③ 喜寿と大学合格を祝う豊祭

P④ リレーメッセージ No.1 栗原豊「77歳まだまだ歳は取れないよ」

P⑤ 鹿嶋琉球太鼓 活動報告

P⑥ 「るみの家」めいの回復(途上)物語

P⑧ 潮騒ジョブトレーニングセンターって何をするとところ?

P⑩ ご案内 P⑪ 受刑者からの手紙 P⑫ 潮騒俳壇「豆撒き」

2020  
2

## 歴史ある鹿島神宮の節分祭に参列

～地域行事への仲間入りが回復への大きな力に

2月3日は節分でした。暦によると、節分は季節の移り変わりの目安を示す雑節(ごっせつ)の一つで、四立と呼ばれる立春・立夏・立秋・立冬の前日は、いずれも節分と呼ばれていました。旧暦では、立春の頃が1年の始めの正月にあたることから立春前日の節分が特に重んじられ、豆まきをすることで邪気を払い、無病息災・開運招福を祈願するようになったとされているとのことです。この日は、全国各地の



寺社や多くの家庭などで豆まきが行われ、その様子が新聞やテレビのニュースなどでも取り上げられていました。私ども潮騒ジョブトレーニングセンター(JTC)でも私と原田雅也事務局長が、施設を代表して鹿島神宮で行われた節分祭の豆まき式でご奉仕させていただきました。また、今年は36歳の年男になる長男も出席させてもらいました。私たちは、豆まき式に応募した大勢の奉仕者や招待された特別ゲストと一緒に夜の部に参列。特別ゲストには、いずれも「かしま大使」を務めている歌手の研ナオコさんと相川七瀬さんのほか、角界や野球界、Jリーグ・鹿島アントラーズの元選手たちが招かれていました。私たちは、大鳥居近くにある迎賓施設に用意された控え室で背広の上に袴(かみしも)と袴(はかま)を着け、午後6時から始まる節分祭を待ちました。参列者たちは、神事を司る神職らに続いて楼門から境内に入り、本殿前の拝殿に上がりましたが、中は立錐の余地もないほどの状態でした。拝殿内ではお払いが行われ、神職が籬矢(かぶらや)を放って境内から鬼(邪気)を追い払う追儺(ついな)の神事が厳かに執り行われました。

拝殿前に設けられた特設舞台上行くと、境内には大勢の人たちが大きな段ボール箱やビニール、紙袋などを手に特設舞台を取り囲んでいましたが、その中に混じって仲間たちの顔も見えました。鹿島則良宮司の「福は内」の第一声で豆まきが始まると、待っていた人たちが豪華な当たりくじ付の福豆を拾おうと互いに押し合い、もみくちゃになりながら豆の小袋を奪い合うように手を差し出してきました。私たちも仲間たちを苦しめ続けている邪気が無くなることを祈りながら豆袋を力いっぱい放り投げました。

豆まきが終ると、神職と参加者全員で神前にお供えした御神酒(おみき)や供物を下げていただく直会(なおり)が催されました。宴会の席にはアルコールが付き物ですが、16年前からアルコールや薬物を断っている私は、アルコールを摂取しないながらも、人との交流を図るために、このような場を大切にしております。自分を超越る偉大な力(ハイヤー・パワー)を信じるようになって生き方を変え、誘惑や欲望をコントロールできるようになった証の一つなのです。

一緒に節分祭に参加した長男が、潮騒JTCの農業隊で仕事をするようになって8年。今では同隊の頼もしいリーダーとして本領を発揮し、潮騒JTCの胃袋を支えています。また、約20人で構成されている「鹿嶋琉球太鼓」を束ね、近隣各市の施設などに招かれて沖縄の伝統芸能『エイサー』の演舞を披露しています。今回、年男という節目の年の節分祭に参加できたのは社会勉強の絶好のチャンスでした。地域の行事や風習を学ぶ人生経験の一つにもなったようです。

潮騒JTCの中には社会と上手に交わることができず、生きづらさを抱えたまま孤立や孤独に陥ってしまった仲間たちが大勢生活しています。地域の人たちの理解と支援によって生活している私たちにとって、同じ仲間として地域の行事に参加することができたのは大きな喜びであり、回復の大きな力にもなります。地域の中に溶け込み、地域の人たちと一緒に行事を楽しむことは回復プログラムの一つです。また、それを楽しみにしている仲間たちもいます。歴史ある同宮の行事に参加できたことを糧として、やがては仲間たちが社会復帰を果たすようになり、社会貢献をすることによって恩返しができるのだと私は信じています。節分祭に参加したことでまた一つ、普段見る機会のない社会風習を経験させてもらいました。感謝いたします。

(理事長・センター長 栗原 豊)

# 催事報告

## 喜寿と大学合格を祝う豊祭 ～皆への感謝と新たな決意に感動の渦～

2020/2/25



2月13日に77歳の誕生日を迎えたNPO法人・潮騒JTCの理事長を務める栗原豊センター長の喜寿と大学の合格を祝う「豊祭(ゆたかさい)」が25日、行方市宇崎のレイクエコーで開かれ、潮騒JTCの仲間たちや同法人の理事ら約200人がお祝いに駆け付けました。

そもそも「豊祭」は、75歳の区切りの年齢を迎えた時に、センター長の誕生日を家族だけの祝いとせず、仲間である入寮者や職員、高齢者デイサービス「百寿」などの関連事業所の関係者が一堂に会した催事を開いて感謝の気持ちを表そうと企画され、同会場で2年前に盛大に挙行されました。今回は、喜寿の節目の年を迎えたことに加え、早稲田大学人間科学部健康福祉学科(通信教育課程)に合格したことをお祝いする会として開催されました。

祭りの幕開けは潮騒JTCのエイサー隊「鹿嶋琉球太鼓」のメンバーによる沖縄伝統芸能の披露で始まりました。夫と父親の誕生日をエイサーで祝おうと、同隊メンバーで活躍するセンター長の妻・ルミさんやリーダーの長男・ヒトシさんらに加え、元メンバーの次男・マコトさんが約2年ぶりに演舞の列に並んで息の合った演技を

見せ、家族や仲間たちの叩く太鼓や締め太鼓、パーラックがセンター長を祝うように響き渡りました。演目は「ミルコムナリ」「五穀豊穡」「海の声」「島唄」の4曲。

司会を務めたルミさんが催事の趣旨説明とあいさつを行って同祭を開会し、会場にお越しいただいた理事ら9人が舞台上に登場。お一人ずつ、センター長への温かい祝福と励ましの言葉などを頂戴いたしました。着物姿で駆け付けた演歌歌手で潮騒音楽プログラムの講師を務める川島有紀先生が、指導されている会場の仲間たち9人を壇上へ上げて先週習ったばかりの曲を全員で披露。主賓のセンター長も舞台に呼ばれ、十八番(おはこ)にしている北島三郎の曲の中から「男一代」をデュエットし、力強い自慢のノドを聴かせました。

センター長に感謝の言葉を贈るコーナーでは、女性ハウス一同を代表してめいさんとれいこさんが登場。センター長に健康とお祝いの言葉を贈り、れいこさんから感謝状が手渡されました。壇上へ上がった職員からは、喜寿の祝いに身に付ける紫色の帽子とちゃんちゃんこの祝い着が手渡され、何事にも諦めない姿勢を見せ続けているセンター長を称賛する言葉と共に、感謝とお祝いのメッセージが贈られました。

休憩を挟んだ次のコーナーでは、ヒトシさんからセンター長の早稲田大学の合格が紹介されると、会場から「おめでとう」の声と大きな拍手が送られました。潮騒JTCの芸能部らのショートコントでは、コミカルな会話と演技で会場を大いに笑わせました。最後は、4日前から練習をしていたというヒトシさん、カイジさん、アサヒさんと百寿職員・山野玄騎さんの4人が和太鼓の演奏を披露。力強い響きに感動が広がりました。

閉会にあたり壇上へ上がったセンター長は同祭の開催に礼を述べ、「仲間がいたから回復することができた。『仲間は家族だ』という思いはそこから生まれた」と感謝の言葉を口にした上で、「家族だからと言って許せないこともある。依存を止められないでどうする。人生はやり直せる」と激を飛ばしました。77歳の誓いの言葉を添えたセンター長は「仲間たちのプログラムの先頭に立ち、永遠に自分を鍛え上げていきたい」と力を込めて結ぶと、割れるような拍手が会場を包み込みました。



77歳、まだまだ歳は取れないよ

リレーメッセージ No.1  
**栗原 豊**

潮騒ジョブトレーニングセンター 理事長

大切な仲間たちへ伝えたい、  
これからも一緒に。

実は、寂しがり屋…

家族としての仲間の繋がりを大切にしたい

今日こそ泣くまいと思っていましたが、感激で涙が出てきました。先程の和太鼓には、流石に心を打たれました。感動しました。あれだけ人を感動させる演舞をできる人がいるんだ。まさに回復している仲間。ここに繋がる。その回復が本物になるように「よし本物の太鼓を買ってやろう」と心に決めました。

私は根が寂しがり屋なんです。寂しがり屋の根っこは何処にあるのか。昔、「戦争孤児」という言葉があったと思うけど、まさにそれだったのかな、私は。2歳にも満たない時に父親がニューギニア方面で戦死。こんな漠然とした、世界地図を広げても分からない所で戦死ということを戸籍謄本に載せられたのかと悔しく思います。そして、他人の優しさを受けて成長してきました。多分そこで救われたんだろうと思う。

潮騒ジョブトレーニングセンターには、家族から孤立してしまった寂しい人がいっぱいいる。全員がそうかな、と思うくらいです。そんな中で、私はやはり仲間がいるから回復できたようなもので、仲間を感謝の気持ちで見た時に、「仲間は家族なんだ!」という気持ちが自分の中に自然に湧いてきて、今でもその気持ちは変わることはない。永遠に変わることはないだろう。お墓を作ったのも「仲間の死は家族の死」ととらえた気持ちの表れです。

令和2年2月25日(火)、レイクエコーにて行われた「第2回豊祭」の閉会挨拶より、スペースの関係で一部を編集して掲載いたします。

### 真剣に取り組んだからこそある「今」を 仲間に伝えるために

でも、家族だからと言っても許せないこともある。実の家族が捨てる、施設もやはり捨てたくなる仲間もいる。薬、お酒、ギャンブルをやめるためのプログラムをやっていく中で、仲間に酒を勧めたり、上下関係を作る奴らがいる。愛の鉄拳で手が腫れるほどぶっくらしてやりたい。俺の血が騒いで抑えきれない気持ちになることもある。施設を出される奴もいるかもしれないけど、そいつに付いて行くなら付いて行け! ってこと。

77歳、まだまだ年を取るわけにはいかない。長生きをしたいんじゃない、みんなの気持ちの中に、永遠に生きていたいんだ。「薬、アルコール、ギャンブルをやめられないでどうするんだ! 真剣に取り組め!」。俺も60歳から真剣に取り組んだ。命がけでプログラムに取り組んでいるんだ。だから今がある。乗り越えていなければ、私の今はない。ぜひ、みんなに真似してほしいな。頑張る時は頑張らなきゃ、乗り越えられないものもある。「頑張るな」はプログラムの中の合言葉となっているが、本当は仲間どうし「頑張ろう!」が助け合いなんだ。超えられなくなった人には優しく手を差し伸べてあげる、一番弱い人に寄り添う、この心が必要なんだ。強い奴なんかはどうでもいいんだ。プログラムからそれるかもしれないけど、私自身が許せない事もある。でも、「ごめん」と言われて、「また一からやり直します」と言われれば簡単に受け入れてしまう私がいいます。

### やりたいことは、ただ「長生き」することじゃない 永遠に自分を鍛え上げていきたい

そんなことで、77年、生きてきました。でも60歳までは、今の真逆で生きてきたわけです。社会の中ではやってはいけないことを平気でやっていました。法律を犯すのは当たり前、そういう世界で生きてきた。でも「やり直しはきくんだ!」ということだよ。何歳からでも生き直しはできるよ、これを伝えたいが、まだまだ77歳では伝えきれないものもあります。

みんなに祝ってもらってこんな話なんかしたくなかった。違う話をしようと思っていたんだけど、和太鼓の音に血がたぎり始めて、ちょっとみんなに発破をかけるような話になってしまいました。でも、仲間たちにも感謝しています。仲間がいるから私がいる。そして、支援してくれる方々、ありがとうございます。事務職員も私の支えになってくれている。もう一人では舵取りもままならぬ大型施設になってしまった。でも、先頭を切って仲間たちの回復に向けての活動をしていきたい。長生きじゃない。永遠に自分を鍛え上げていきたいと思います。77歳の誓いの言葉です。

**何歳からでも生き直しはできる**

# 鹿嶋琉球太鼓 公演報告

## 第9回ハートフリーマーケット

2020.2.15



潮騒ファームとして、ショッピングセンターチェリオ(鹿嶋市宮中)で行われた同催事に出展。出展時間の一部で、同店内ジコ広場にて鹿嶋琉球太鼓の演舞を披露しました。買い物に訪れた方々の視線が集まり、いつもとは異なる雰囲気の中で演じることができました。歌磨きは人間磨きを標榜するブーさんの歌声も耳目を集めていました。

演目：ダイナミック琉球

## チャリティ歌と踊りの競演 第14回ふれあい会

2020.2.23



関連事業所デーサービス・百寿の職員関係者が主催する同催事が開花亭(香取市扇島)で行われました。潮来市内在住の方を中心とした趣味サークルや各種団体から参加者が集い、会場を埋め尽くしていました。今年2回目の千葉ダルクとの合同演舞を披露。本格的な音響設備も印象的でした。初めてご覧いただいた方も多く写真や動画撮影がさかんに行われていたことも印象的でした。ご来場者の心の中にも残っていただけることを願います。

演目：いちゃりば結、海の声、島唄、ダイナミック琉球

## 福祉感謝祭

2020.2.15

神栖市社会福祉協議会主催の同催事が神栖市保健・福祉会館内で行われました。神栖市内で就労支援を行う他事業所との共同出展となりました。約30分の持ち時間の中でトーク交流を交えながら、参加者と一体となった演舞となりました。

演目：ミルクムナリ、海の声、いちゃりば結、五穀豊穰、島唄

# 鹿嶋琉球太鼓 出張公演いたします!

無料

躍動感溢れる演舞! 各種イベント・余興などへの出張公演をいたします。会場規模・時間に合わせて内容をご提案できますので、ぜひお問い合わせください。

## メンバー募集

※練習日は変動があります。

未経験者もOK! 回復プログラムで成果をあげる仲間たちと一緒に、取り組んでみませんか? 練習の見学もできますので、お気軽にお問い合わせください。

練習日時 毎週火・金曜日 18時~20時 練習場所 神栖市社会福祉協議会

## お問い合わせ

特定非営利活動法人  
潮騒ジョブトレーニングセンター  
TEL: 0299-95-9991

「るみの家」めいの  
回復(途上)物語

こんな私でも  
変われると信じて…

vol.4

ついに窃盗で逮捕され  
拘留中に自殺未遂を繰り返す



## 小学5年の息子と 変わらない体重に

両親の支援を受けて、夫と息子と他県に逃げるように引っ越した私でしたが、反省には程遠い生活でした。どんな想いで両親が地元から送り出したかを考えもせず、私は新しい生活に浮かれていました。引っ越し先では新品の家具を買い、「これで私がしたことを知っている人のいない所に行ける」くらいのことしか考えていませんでした。

その一方で、私はなんとかやり直そうと考え、パートの面接に行ったりもしました。でも、お酒と処方薬に狂っていた私です。初出勤日に朝からお酒を飲み、勤め先との約束を平気ですぼかし、そのまま行きませんでした。「まあいいや」が私の心の中の口癖みたいになっていました。

地元で起こしていた窃盗行為が運よく不起訴になり、さすがに夫もこれで私の窃盗が止まるだろうと思っていたようでした。実際、私も止めたかったです。なのに全く止まらず、むしろ以前より酷(ひど)くなっていきました。片っ端から盗める物は盗み、お金に換える日々。夫にバレないように必死でした。

お酒の量も処方薬の量も増え、摂食障害の症状も酷くなるばかりで、その頃の体重はなんと35キロを切ろうとしていました。それでも「もっと瘦(や)せなきゃ…」とっていました。一日中リビングに置いてある体重計に裸で乗っては、増えてたら必死で吐き、痩せてたら心の中でガッツポーズの日々でした。

もはや小学5年生の息子とほとんど変わらない体重なのに、「息子よりも瘦せなくては…」と、本気でそう思っていました。そんな私を両親は心配して、何度も何度も様子を見に来てくれました。なのに私としたり、反抗心をむき出しにして両親を邪魔扱いしました。「さんざん私のことをほったらかしにしておいて、今更何だよ」とばかりに突っぱねていました。

## 両親の目の前で 警察に逮捕される

引っ越してから2ヶ月が経った頃、私はまた大きな罪を犯しました。今度は空き巣に入ってしまったのです。それも近所の方に。もう私は正常な感覚ではありませんでした。

空き巣に入った家の奥さんと話をする中で、その家が無施錠だということを知っていた私は、何かお金に変わるものはないかと物色し、盗みました。1軒目がバレなかったことを良いことに、全部で3軒も。3軒とも近所でした。後にどうなるのか、その時に考える事ができていれば少しは変わっていたのかもしれませんが、でも、私はもう

どうにもならないくらい壊れていました。当たり前のことが考えられなくなっていたのです。

息子とも関係もおかしくなっていました。私のことが大好きで、離れなかった息子が、自分の部屋にこもるようになり、友達を家に呼ぶのが好きだった息子が、友達の家に行くようになっていました。私が酔っ払っているのが恥ずかしく、誰かに見られるのが嫌だったんだと思います。

そんなことにも気づけなかった私は、空き巣に入った後も日課のように窃盗を繰り返し、とうとう夫にも連絡が入ってしまいました。夫はもう限界だったようで、私の両親に連絡をし、両親は翌朝一番で私の家にすっ飛んできました。家の中に入るなりテーブルの上のグラスを手に取り、台所の流しに捨てました。私は朝の6時からお酒を飲んでいたので。私はふてくされて口も聞かず二階の寝室でふて寝していました。

どのくらい経(た)ったか分かりませんが、母親が部屋に来て「警察の人がいっぱい来てるんだけど…」と、消えそうな声で言いました。「ついに来たか」「やっと終わったか」。もちろん、なんで警察官が来てるかを知っていたので、私は慌てませんでした。手荷物だけを持って車に乗せられました。後ろを振り返ると、父は泣き崩れ、母は放心状態でした。私は両親の目の前で逮捕されたのです。

息子とはその日の朝、私が酔っ払った状態で学校に送り出して以来、離れて暮らしています。最低な娘で、最低な母親です。私は自分が小さい頃に淋(さび)しい想いをしてきた分、ちゃんと息子を愛して、淋しい思いをさせないと誓ったのに、もっと酷いことをしてしまいました。両親の愛情にも気付かず、勝手に恨んできました。娘が目の前で逮捕されるなんて、両親は想像だにしていなかったと思います。

## 死ぬことに 自由さえ感じるように…

そうして私の留置所生活が始まりました。逮捕されたときは2月で、私自身もガリガリの体型だったので、とにかく寒かったです。雑居部屋には私を含めて3人が留置されていて、全員窃盗でした。何度も捕まっている2人は、反省するどころか「出たら次は上手くやるんだ」と楽しそうに話していました。私はそんな2人になじめず、独りぼっちでした。

でも、反省していたかと聞かれるとそうではなく、自分を棚に上げて「なんでこんなことになったんだろう」という思いの方が強かったのです。肝心の私自身、何が起きているのか分からず、現実を受け入れる事ができません

でした。次の日から母の手紙が届きました。娘のことを想い書いてくれていたと今は分かりますが、その時は両親の優しさと心配が私には伝わっていませんでした。

1週間に一度、必ず両親が面会に来てくれていたのに、私は泣いてわめいて暴言を吐き、「ここを出たら風俗で働いて、息子と一緒に暮らすんだから、ほっといて!」と本気で言っていました。差し入れしてくれたお金でお菓子を買って、過食しては嘔吐する…を留置場の中でも繰り返していました。

そんな中、私は自殺未遂をしました。使っていたヘアゴムを首に巻き付け、思いっきり絞めました。もう、どうでもよくなっていました。「死ねば全部終わるんだ!」と。追い込まれた私は、死ぬということに自由さえ感じていました。

でも、すぐに監守さんに気付かれたので死ねませんでした。次の日からは独居に移されました。青い鉄格子の向こうに24時間警察官が2人ずついて、私が何かを言えばメモを取り、トイレで吐いていると立ち上がり、じっと見られる状態が続き、とてつもないストレスでした。

しばらくすると雑居に戻りましたが、やっぱりなじめず、頭がおかしくなっていた私は、またもや自殺未遂をしました。今度は履いていた靴下をトイレで濡(ぬ)らして搾り、首に巻き付けて思いっきり絞めました。前回よりもきつく絞まったので気を失い、気がつくと病院でした。「また死ねなかった…」。その時は見つけてくれた人までも恨みました。そうして私は、また独居に移されました。

数日後に母から届いた手紙には、悲しみと怒りがいっぱい書いてありました。それでも私は「だから何よ…」くらいにしか思っていないませんでした。

## 母が手紙で「るみの家」入寮を 譲らず促す

この頃、私の病名が分かりました。クレプトマニアです。摂食障害を伴った窃盗症というものだそうです。留置に入ってから3ヶ月が過ぎた頃、それまでいろいろな所を行き、私の居場所を探してくれていた母が、私が依存症であることを力説し、「るみの家」のパンフレットを送ってきました。

「もう、ここに行くしか無いのよ」。母の手紙にはそう書かれてありましたが、私はそれまでと同じく反抗と拒否の返事を書きました。でも、その時ばかりは母は引き下がりがませんでした。何度も何度も「るみの家」への入寮を薦めてきました。海が近いとか、犬が居るとか、カラオケに行けるとか、施設長はいい人だとか…、とにかく何度もしつこく「るみの家」を押してきました。(次号につづく)

# 『潮騒ジョブトレーニングセンター』って 何をするとところ？

## 1 入所・通所サービス事業

現在、仲間どうしで共同生活をするための拠点が15か所あります。本人の生活歴や症状等に応じて、寮を選定します。入寮期間中、回復の状況等を考慮して、寮を移動することもあります。

### 入寮までの流れ

- ① 相談受付
- ↓
- ② 面談
- ↓
- ③ 入寮契約
- ↓
- ④ 導入プログラム
- ↓
- ⑤ アセスメント
- ↓
- ⑥ 支援計画
- ↓
- ⑦ 共同生活開始

### ● 鹿嶋市

- ① 潮騒アディクションビレッジ会館（事務局・デイケア）
- ② 下津寮（共同生活寮）
- ③ 中寮（共同生活寮）
- ④ 鹿島灘ホーム（共同生活寮）
- ⑤ 小山寮（共同生活寮）
- ⑥ 平井シェアハウス（共同生活寮）
- ⑦ ゆかたの里（グループホーム）
- ⑧ 鉢形寮（共同生活寮）
- ⑨ 志崎寮（共同生活寮）
- ⑩ 神野寮（共同生活寮）
- ⑪ 潮騒ファーム（就労支援）
- ⑫ 潮騒食堂おらげのかまど（就労支援）
- ⑬ しおさい寺子屋食堂たんぼぼ（就労支援）

### ● 神栖市

- ⑭ 女性ハウス（共同生活寮）
- ⑮ 女性シェアハウス（共同生活寮）
- ⑯ ひだまり（就労支援）

### ● 潮来市

- ⑰ 日の出寮（共同生活寮）

### ● 鉾田市

- ⑱ 上幡木寮（共同生活寮）

### ● 行方市

- ⑲ 玉造寮（共同生活寮）
- ⑳ かすみがうら作業所（就労支援）

鉾田市

行方市

鹿嶋市

潮来市

神栖市

【茨城県 鹿行地区】

### ○ 東京都

- ㉑ 江戸川寮（共同生活寮）

### ○ 関連事業所

- ㉒ 百寿（高齢者デイサービス）
- ㉓ はまなすクリニック（心療内科・精神科）
- ㉔ 株式会社潮騒（施設管理）

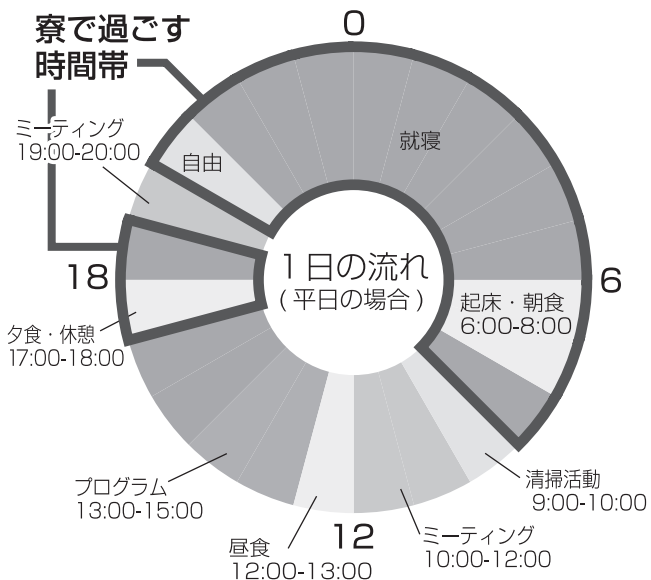
福祉・医療機関と提携し、心身共にケアしながら回復を目指します。



アルコール・薬物・ギャンブル依存症等の回復を支援するためのサービスを行う『潮騒ジョブトレーニングセンター』。

その活動をより知っていただくために、私たちの様々な活動についての紹介を、7回シリーズでお送りします。

※2020年2月20日現在



## 『すべては回復のために』

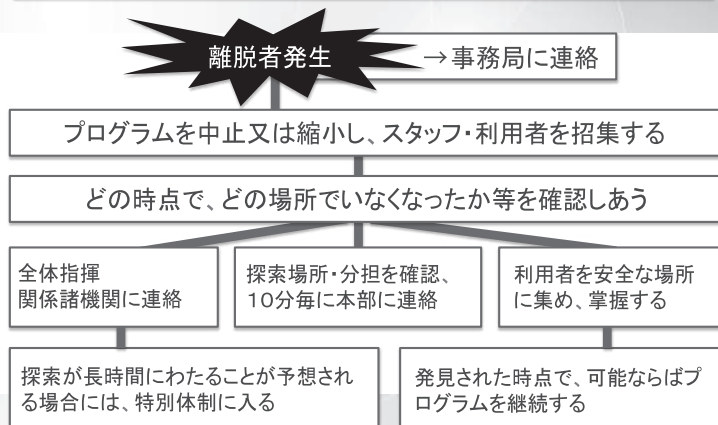
### 居場所 × 仲間

回復を目指すためには、生活のリズムを整えること、安心して過ごせる場所・環境が必要だと考えています。

依存症等からの回復を目指す仲間との共同生活は、自分の居場所があることへの安心感、前向きに取り組む姿勢を保つことにとって大切です。安定した生活があって、安心・安全にプログラムに取り組むことが出来るのです。

## 緊急時の取り組み

### 緊急時の対応 探索体制について



### 下津寮／外観

NPO法人設立時の拠点。約50名が共同生活を送っています。



### ミーティングルーム

各種打ち合わせやグループミーティングなど多目的で使用しています。



### 食堂

朝食と夕食は寮でとります。入寮者同士の懇談の場でもあります。



### 居室

原則として2名以上の共同生活。仲間同士の絆を深めます。



### 【共同生活寮の管理体制】

各寮には、寮長1名以上が配置されています。門限は原則として21時。毎朝、ここから日中の活動場所(\*)に送迎車で移動します。21時から翌朝5時までは、各寮の巡回と緊急時対応のために夜勤者3名が毎日配置されています。

#### ※) 日中の活動場所

- ① 潮騒アクションビレッジ会館でのデイケア
- ② はまなすクリニックでの精神科デイ・ケア等
- ③ 就労支援事業所
  - ・潮騒ファーム (農作業)
  - ・おらげのかまど (食堂運営)
  - ・ひだまり (創作活動・干芋加工)
  - ・かすみがうら作業所 (納豆・薬草生産)
  - ・たんぼぼ (こども食堂運営補助)

## ご案内

# お家や事業所のお困りごととは、

私たちにお任せください!



**ボランティア活動のため、  
作業代はいただきません。**

交換品が生じた場合などは、実費分をお支払いいただきます。

## ○ご依頼 いただけること

- 清掃、片付け
- 庭や畑の手入れ
- 引越しや家具移動の手伝い
- 家屋の修繕
- 配線や電球交換 など



人出が必要な仕事から小さな作業まで、対応可能です。上記の他にもご相談に応じますので、ぜひお問い合わせください。大規模な作業を要するご依頼については、協力事業所をご紹介します。

## ×ご依頼 いただけないこと

- ×作業日時・時間帯の指定
- ×作業人員数の指定
- ×納期の指定



回復プログラムの設定時間内で作業するため、日時等の指定や設定時間外での作業を承ることは出来ません。また、お急ぎの作業には対応できません。

潮騒ジョブトレーニングセンターの活動は、依存症回復プログラム提供の他、自立生活の支援、社会復帰、社会参加、依存症者の社会的地位の向上、さらには地域社会の精神保健や福祉の増進に寄与することを目指しています。

潮騒ジョブトレーニングセンターでは、回復プログラムとして入寮者による清掃、修繕作業等の「ボランティア活動」を行なっています。個人のお宅はもちろん、事業所、自治会、各種団体の皆様にご利用いただけますので、ぜひご活用ください。

## ○ご利用手順○

**1 お電話にてご相談ください。**

TEL: 0299-77-9099

「ボランティア活動係」とお伝えください。

**2 担当職員が訪問いたします。**

作業内容や日程の打ち合わせをします。

**3 作業内容を決定いたします。**

作業予定日時をお伝えします。  
委託契約書へのサインをお願いします。

**4 ボランティア活動を行います。**

職業指導員や生活支援員が同行いたします。

**5 報告書を提出いたします。**

実費分があった場合、ご請求書を発行いたしますので、お支払いください。

お問い合わせ

特定非営利活動法人

潮騒ジョブトレーニングセンター

TEL: 0299-77-9099

# 受刑者 からの手紙

「受刑者の手紙」は本来は公開されることを前提としていない私信ですが、当事者の本音が書かれており、依存症回復の第1歩である「自分に正直になること」を示す良い手本です。プライバシーに配慮し、掲載させて頂いています。

## 酒を断つために、大切なことは...

シゲさんは良い正月を迎えましたか？自分は限られた規則の中で少しか正月気分を味わいました。遅くなりましたが、昨年は励ましの手紙などありがとうございます。今まで無事故で生活できたことは手紙のおかげでもあると思います。

自分は二度と同じ過ちを犯さない様に考えていますが、少々難しい事だと思っています。アルコールは薬物と同じかそれ以上、止めるのは難しいと思います。アルコールを飲む分には違法ではないので余計大変です。今、芸能人や元芸能人が捕まるのをニュースで聞くと、違法な薬物でも止めるのが大変なのに本当に自分はアルコールを止めることができるのか、不安です。刑務所では規則で酒が手に入らないので身体が諦めているだけですが、社会では自分の意思や誘惑で酒が飲めるので心配です。

ここでの教育で学んだことは、酒を飲まない友達を作ること、酒より楽しい趣味を見つける。言葉では簡単ですが、現実には厳しいと思いますが、自分は今年で六十歳になります。残りの人生を社会で過ごすためにも酒を止める覚悟です。シゲさんは五年近く酒を断つことが出来たのは施設の仲間のおかげだと思います。前の手紙に書いてありましたが、仲間以外に克服できたことがあれば教えて下さい。

今年は北海道では暖冬だそうですですが寒いので、皆様にも宜しく伝えて下さい。(北海道・Nさん)

## 「私たちはもう仲間ですよ」の言葉を胸に、毎日を過ごしています

シゲさん、多忙の中でもお元気そうで何よりです。懐かしく読ませていただきました。アルコール中毒の手記を潮騒通信にて読ませて頂きましたが、いや、凄まじい話の為、言葉を失いました。五千万円分のアルコールがシゲさんの体の中に消えたのかと思うと私などとても比べ物になりません。譫妄状態で幻覚幻聴、固形物が受け付けなくなるんですね。もうびっくりです。それにしても潮騒JTCにつながって四年七カ月と聞き、頑張っているんだなあ、仲間って本当にありがたいものだなあとつくづく思い知らされております。私も繋がる事ができて幸運です。栗原理事長は私に「私たちはもう仲間ですよ」と心温まる言葉をかけてくれました。感謝感謝です。今年の十月末が満期日ですが、養護工場ですら懸念に大事に務めています。これまでは無事故無違反で平穩無事に過ごしていますので、残された刑期を同じ様にまじめに大事に務めていこうと考えています。

そして、出所後の潮騒JTCでの生活も視野に入れて少しずつ気持ちをまとめていくつもりです。心細い面や不安も確かにあります。「どんな生活リズムなのかな」とか「住環境はどんなところなのかな」とか「私でも大丈夫かな」とか。潮騒通信を拝読していますと多くの方が在籍しているとのことなので、色々な人がいる中で迷惑をかけずに仲良くできたらいいなと考えています。

では、今回はこの辺で。皆さん、大学入学おめでとうございます。寒さ厳しき折、理事長はじめ、シゲさん、スタッフ一同の方にくれぐれもご自愛くださいますように。(群馬県・Yさん)

※読みやすくするために一部手を入れました。ご了承ください。

※文中の「シゲ」は、センター長・栗原と共に、手紙のやり取りを担当している回復者スタッフのアノニマスネームです。

# しおさい俳壇

2月のお題

## 豆撒き

選者 桐本石見

特選句

撒く豆の  
違ひでわかる故郷かな

ヒロ

節分は七百年頃中国から伝わり季節の変わり目の邪気を祓う宮中の儀式が江戸時代に一般に広がった。豆を撒くのは魔滅の語呂合わせとも、東北や九州では落花生を撒く処もある、故郷が知れる句。

特選句

豆撒くや  
我に依存の鬼退治

ゆうこ

鬼は台風や地震などありますが、人の心でもあり善悪合せ持つ、心が鬼になると犯罪などで身を滅ぼす、先ずは我が身の鬼退治をする俳諧の人の哀れも籠めた句です。

特選句

老いてなほ  
鬼と戦ふ追儼かな

しま

節分の豆撒きを追儼とも言い禍を祓うが大方の鬼は人の悪心でもある、また齢を重ねれば仏心や慈悲も宿すが老齢にして尚も邪心と戦うのは哀しい。人に五欲、分かれて百八の煩惱があるといわれるがこの詠も人間の業を思う切哀の句です。

## 俳句へのいざない

### 第八回 俳句の技と心

テレビで夏井先生が俳句の指導をされており私も時折拝見し勉強させて戴き、時には反論もありますがバラエティー番組の一つだから笑いも必要と思い見ております。

その中で俳句の技と言えば言葉を変えたり語句を前後に移動したりされますが、それで感動の句にもなります。しかし出演の方や視聴の方が理解したかは別で、才能の無い方への笑いで終わります。

もう一つ俳句の心と言えばその句が何を表現したいか、言いたいからです。むしろ技能より心のほうが大事と私は常に思っております。例えば、「億年の中の今生実南天」森澄雄などは地球の生誕から今生きている自分の人生も包含した詠で、実にしみじみした感銘の句です。

文芸、書画、芸事なども基礎的な技と表現する心が合わさって完成したものになりますが、あくまで技よりも人の心を含めることが大切だと思います。

俳句は季語を含め十七文字ですので、言いたいこともあまり言えませんが、他に多くの規則は無いのです。自由に、しかし人の心や自分がその句の中の片隅に居る思いで詠むと、実感のしみじみした句になります。もっと言えば、季語と自分、人を繋ぐのが俳句でもありましょう。



## 今月の秀逸句

**節分の  
鬼決められず一人食ぶ**

メーテル

何かのグループかも、言葉の行き違いで仲間割れでもしたのか今年の鬼役が決められない、部屋に帰って一人で福豆を食べる。節分は春を迎える明るい思いのはずが少し寂しい実感の句です。

**節分や  
我が身の中の鬼退治**

のん

鬼は地獄の閻魔王の元で死後の罪人を刑に処す役目や京都の大江山に棲む伝説の酒呑童子がいるが、自分の心の中にも棲む、むしろその鬼が現実にも恐ろしい。先ずはその鬼を退治したい、人の哀れの句でもあります。

**節分の  
父のほろ酔い赤鬼だ**

シゲ

節分会は本来は神聖な儀式の一つだが今では観光や商戦の中での遊戯化もしている。ほろ酔いの父が赤鬼と言うのも微笑ましい句。

**神宮の  
豆撒き賑ふアントン君**

オノ

アントン君は「しかお」で鹿島アントラーズのマスコット鹿嶋神宮の豆撒きをして参拝者を喜ばせる。子供達の歓声が聞こえる句でもあります。

**鬼役の  
パパの背中に福は内**

れいこ

豆撒きの鬼役は昔から男で父親が多い、昔に宮中では舎人が鬼の面を被り演じたと伝わる。子供の頃の里では何処の家でも声が聞こえて懐かしく微笑ましい句。

**豆撒くや  
鬼の逃げ出す巫女の声**

なん

神宮での豆撒きか、男が撒く豆には鬼も少し逆らって観客をわかせるが、綺麗な可愛い巫女さんの声には鬼もすぐ逃げ。面白い明るい句です。



## 佳作

恵方巻ほおぼる子等の笑顔かな	ヒロ	節分や歳の数ほど豆を食べ	あっちやん
節分や豆の数ほど歳を取る	あきら	鬼退治のちの豆にも来る福	レモン
節分やビール片手に福は内	ヨウイチ	撒き役の今年は私福は内	チャコ
鰯揚げ海の荒るるや節分会	ゆーみん	節分や福の数より豆の数	ぶっち
節分に鬼を退治し快き	ニモ	昔より鬼へ撒きたる炒り大豆	くま
節分の豆撒き行て怪我したる	十三	節分の豆撒き行かずヤッコ喰ふ	リイチ
節分の豆食べすぎて腹痛き	イワミ	節分に酒の呑み過ぎ鬼となる	タカシ
節分の豆拾う子等嬉しくて	アベ	豆撒くや子供の頃の懐かしき	マコ



## 2月のバースデー

おお



お陰様で飲まないで  
いられます

ガー



適当に頑張っています。

ガッキー



還暦になりました

しのぶ



クリーンな毎日に感謝

ブー



早く50代になりたい

ユタカ



77でゾロ目

ユタポン



ありがとうございます

一郎



新しい生き方

### 旅立ち

いつときのお別れです。  
天国でのミーティングで再会しましょう。

■ イナバ (60才)

お酒をのまず、皆に力をくれました。安らかにお休み下さい。

### 「潮騒・愛の碑」で仲間四人の姿に思いを馳せる

～家族関係の修復にむけた新たな取り組みへ～

2月20日、法人事務局内に仮住まいをしていた4人の仲間、ロク、スガピー、カタ、サダボウの心魂を、新たな道への出発点「潮騒・愛の碑」(鹿嶋市志崎)のもとに送り出しました。日夜、回復のためのプログラムに励んでいたものの凶らずも病に伏してしまい、そして、ご家族やご親族との関係の修復にも至りませんでした。住職3名による読経の後、およそ50人の参列者が4人の思い出話を交わしました。栗原センター長は、「依存症の仲間はみんな家族なので、死んで終わりでない。自分の魂がありのままになるまでこの『愛の碑』の向こうの世界でのミーティングで求め続けていこう」と4人の魂に語りかけました。

まだまだ理解が及んでいない依存症というやっかいな病気と入寮者が向き合う過程で、高齢化の波が押し寄せています。いつかはご家族・ご親族との関係が修復されることも回復の先にある一つの喜び。この願いを叶えるために、日頃の支援計画にもとづくプログラム運営の様子をご家族・ご親族にお知らせするための「定期通信」発行を検討しています。



## 2月の行事

- 2月3日 鹿島神宮豆まき
- 2月6日 潮騒俳句会
- 2月8日 潮騒カラオケ教室(たんぼぼ)
- 2月9・15日 訪問メッセージ活動(秋元病院)
- 2月22日 潮騒カラオケ教室(たんぼぼ)
- 2月23日 潮騒家族会  
(潮騒アディクションビレッジ会館)

## 3月の行事予定

- 3月8日 訪問メッセージ活動(秋元病院)
- 3月12日 潮騒俳句会
- 3月14日 潮騒カラオケ教室(たんぼぼ)
- 3月21日 訪問メッセージ活動(秋元病院)
- 3月22日 潮騒家族会  
(潮騒アディクションビレッジ会館)
- 3月28日 潮騒大運動会(高松緑地公園)

### 献金・献品を頂いた方

(2月15日現在)

- ・井坂 松美 様 ・阿久津 理子 様
- ・小木 栄子 様

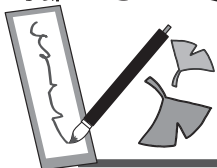
今月も献金・献品をいただきました。心から感謝申し上げます。本当にありがとうございました。おかげさまで潮騒 JTC は、回復のためのプログラムを実践することができておりますことをご報告いたします。今後ともご支援くださいますよう、何卒宜しく願い申し上げます。

※その他匿名の皆様からも献品・献金をいただきました。ありがとうございました。

※発送作業簡略化のため、振込取扱票は全員の方に同封させていただいております。どうぞご理解のほどをお願いします。

時節の思いを込めて一句…

あなたのことばで表現!



## 俳句会

大切な家族の悩み…情報交換しませんか?

あなたの参加、待っています



## 家族会

カラオケ初心者さんも、のど自慢さんも!  
歌は心をつなぎます



## カラオケ教室

ひとりでなやまないで!

相談できる専門家がいます



## 悩み相談

## 上記プログラムは、どなたでも参加できます!

潮騒ジョブトレーニングセンターは、依存症からの回復を支援する NPO 法人です。同じ悩みを持つ入寮者との共同生活やミーティングなどのグループセラピー他、回復のための各種プログラムをご用意しています。

お気軽に  
お問い合わせ  
ください



ひとりで悩まず、まずはお電話でご相談ください TEL: 0299-77-9099

潮騒通信 どっこい生きてます! 2020年2月号

■ 編集・発行: 特定非営利活動法人 潮騒ジョブトレーニングセンター  
理事長: 栗原 豊

本 部: 〒314-0006 茨城県鹿嶋市宮津台 210 番地 10

事務局: 〒314-0031 茨城県鹿嶋市宮中 4 丁目 4-5

潮騒アディクションビレッジ会館 4 階

TEL:0299-77-9099 FAX:0299-77-9091

E-メール siosai2010@yahoo.co.jp

ホームページ http://shiosaidarc.com/



