



発行所 〒157-0072東京都世田谷区祖師谷3-1-17-102 特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会 定価100円(会費を含む) 1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可（毎月 3 回 8 の日発行）2022 年 2 月 9 日発行 SSKU 増刊通巻 第 7235 号

潮騒通信

Drug and Alcohol Addiction Rehabilitation Center

どっこい生きてます!

潮騒ジョブトレーニングセンター

SSKU 一部100円



巻頭言

MESSAGE
from YUTAKA
メッセージフロムゆたか回復の原点は
自助グループにあり ①

立春を過ぎても寒いですが、皆さまお変わりありませんか。それにしてもコロナ禍のしつこさには参ります。やっと終息に向かうかなと安堵したのも束の間、オミクロン株があっという間に急拡大（第6波）し、再び自粛を強いられるようになりました。潮騒JTCでも「しおさい人間塾」の再開を皮切りに、少しずつ以前のような取り組みに戻そうとしていましたが、またもやストップです。でも、嘆いてばかりはいられません。明けない夜はないように、仲間と一緒に前を向いて歩みを進めます。そこで今回は、回復施設の運営には不可欠な要素である自助グループについて、私の体験を打ち明けながら考えてみます。自助グループは同じ問題を抱えている人たちが対等な立場で話ができるため、参加者は孤立感が癒やされ、安心して感情を吐きだして、苦しむ気持ちを整理したり、仲間が回復していくのを見て希望を持つことができたり…と、様々な効果を生みます。その代表格が依存からの回復を目指すAA、NA、GAです。コロナ禍で地域での会場確保は大変ですが、私たちにとっては回復につながる命綱です。

私が自助グループに初めて参加したのは、7度目の刑務所生活を終えて出所した、その夜でした。既に自助グループに参加して一足先に回復の歩みをしていた「先行く仲間」の姪の導きで、あるNA（ナルコティックス・アノニマス＝無名の薬物依存者）の集まりに、訳も分からないまま参加しました。あの時の新鮮な驚きと感動は、今も私の記憶にはっきりと刻まれています。キリスト教会の一室で、男女7～8人が参加していました。みんな私

より若い人たちばかりで、けれん味のない話しぶりが印象的でした。一通り自己紹介を終えた後、司会役の男性がひときわにこやかな笑顔で、この日唯一の新参者だった私に発言を求めました。還暦を迎えたばかりの私が「きょう刑務所を出てきました。覚醒剤とお酒が大好き人間です…」そう切り出すと、いきなり全員から大きな拍手が送られたのです。後で分かったのですが、NAグループでは初参加の人が、依存のリアルな体験者として「神様に近い存在」のように遇されるのです。苦しい時の自分を映す、手本となる貴重な存在だからです。

私はと言えば、自分の過去は隠すことで何とか生き延びられると思い込んでいました。とても人には言えない恥ずべきヤク中・アル中人生です。正直に明かせば社会に自分の居場所はなく、と身構えていました。でも、この夜の体験は全く逆でした。まるで不思議な空間に迷い込んだ感じで、怪しい宗教団体の秘密の集まりなのではないか、と思ったほどです。みんな善良な人達なのだろう、そんな中に私がいることが場違いに思えました。温もりあふれる雰囲気の中、出所したばかりの私は馬鹿にされないようにと警戒感を解かないまま、みんなの話し方を真似るように過去の罪状や半生をはしょって話しました。一通り話し終えると、またもや周囲から共感の大拍手です。驚く間もなく、今度は次々と握手とハグを求められ、参加者全員から大歓迎されたのです。「なんだ、これは?」。私は面くらいながらも、言葉にはできない安堵感を覚えました…。今回は紙数が尽きてしまいました。後半は次号に回します。（法人理事長 栗原 豊）



しおさい

人間塾

半生を振り返り、
仲間たちに回復メッセージ

講師：栗原センター長

潮騒JTCには「人間とはかくも不可思議な存在なのか」を、哀しくもリアルに映し出す場面があります。大げさかもしれませんが、「人間とは何か?」を考える哲学の実践場です。かつて薬物乱用防止で「人間やめますか?」キャンペーンがありましたが、依存の回復はこうした常識の彼方にあります。ならば。依存の当事者である自分たちにとっての人間観を自力で獲得しよう。それが「しおさい人間塾」に込められた思いです。

コロナ禍で約2年間中止されていた潮騒JTCの自主企画「しおさい人間塾」が1月13日午前、アディクションビレッジ会館3階フロアを会場に開かれました。新型コロナウイルスの第6波が気になりながらも、巣ごもり生活に何とか突破口を見だしたいと通常のデイケア活動を変更し、思い切って再開に踏み切りました。しかし、周知のように折悪しく直後からコロナ禍の第6波が予想を超えるスピードで拡大したため、今後の開催がどうなるかは未知数です。

今回は外部から講師を招くのではなく、再スタートを記念して栗原豊センター長が講師を務めました。テーマは「私の回復を支えるもの～潮騒の仲間たちへのメッセージ」。仲間たちは終始熱心に耳を傾け、後半には活発に質疑応答がありました。「人間塾」という、たいそうなネーミングが付いていますが、とすると仲間内だけの関係が中心で、他と比べてあまり変化のない施設での回復生活にアクセントを持たせようとする試みです。そのため地域社会で活動する人から、体験談を含めていろんな話を聞いて、広く世間にも目を向けよう、刺激を受けよう、という意欲的な取り組みです。いわば自分の回復につなげるための、「聞く耳」を持つ訓練でもあります。

普段は施設内のグループミーティングで栗原センター長の話を聞く機会がありますが、感染防止に配慮しての

取り組みとはいえ、大勢の仲間たちを前にした講話は久しぶりです。初めは緊張した面持ちだったセンター長も、次第に構えを崩して自然体で講話しました。話の大半は、自分の生い立ちを振り返る形で自身の問題であるアルコールと薬物依存の根っこを掘り下げ、仲間たちにインパクトを与えました。

それによると、栗原センター長は戦争の影響下で親の愛情に飢え、貧しく過酷な生育環境で育ち、孤立無援の中で少年時代からはアルコールに、そして青年時代からは覚醒剤に頼り、任侠道世界のパワーゲームに勝ち残る生き方を身に付けたものの、現実には甘くはありません。次第に病的依存が頭をもたげて破滅的な人生へと突き進みます。合計7回・通算すると約20年間を刑務所で暮らし、気が付くとすっかり孤独と孤立の生きづらさの人生に陥っていました。もはや後がない60歳。そこから大逆転の人生劇場が始まります。

講話ではそうした過去をきたんなく振り返りながら、仲間たちに「人生は変えられる。私がそうできたのだから、仲間のみんなも諦めずにチャレンジしてほしい。努力と忍耐、そして志のある仲間とつながっていれば、必ず未来は自分たちの力で切り開くことができる。縁あって潮騒につながった縁を大事にしてほしい。」と回復に向けた希望のメッセージを届けてくれました。

（次号から講話の内容を連載します）

—— 多様なプログラムを提供 ——

医療ケア & 自主活動

回復を支える潮騒デイケアの幅広い取り組み ①



今回から3回にわたり施設運営の要ともいえる、入寮者の回復を支える潮騒JTCのデイケア活動を取り上げます。

デイケアは別名「通所リハビリテーション」と呼ばれ、よく知られるのは高齢者介護のデイケアです。病院などの医療機関や介護老人保健施設などで施されるサービスで、似た名前のデイサービスより施設数が少ないのが実態です。潮騒JTCにも高齢化した依存症の入寮者のニーズを受けて自前で創設した、関連施設の「デイサービス百寿」がありますが、デイサービスとデイケアではサービスの目的が大きく異なります。

デイサービスのサービス目的は、利用者が自宅で自立した日常生活を送ることができるように支援することで、日常生活の介護を中心に力を入れているサービスです。一方、デイケアのサービス目的は、身体機能の回復・維持、日常生活の回復、認知機能の改善で、リハビリなどの医療的ケアに力を入れています。

こうした高齢者の介護ケア分野とは異なり、依存症の回復支援である潮騒JTCのデイケア活動は、精神科の医療デイケアを基本にしながらも、NPO法人・潮騒JTCが取り組む自主活動としてのデイケアで構成されています。

精神科デイケアとは精神疾患や障害のある人が体調の回復や精神的な安定のために再発防止や社会復帰、就労に向けて運動やスポーツ、創作・文化活動など多様な日中活動を実施する、日帰りのリハビリテーション活動を言います。

通所施設に通って行われるグループ活動であり、生活全般に関することがプログラムとなり得るほど間口が広く、幅広い治療効果が認められています。潮騒JTCのデイケア活動の拠点は、関連の精神科「はまなすクリニック」が入居する鹿島市宮中の潮騒アディクションビレッジ会館3階の多目的フロアで、その名の通り入寮者らの間では「デイケア」と呼ばれて親しまれています。

かつては手つかず状態だった依存症問題ですが、世界保健機関（WHO）が健康を害する疾病として正式に精神疾患と位置付け、診断ガイドラインを定めて治療の対象としたことで、依存症の回復施設でもデイケアが自主的な取り組みから飛躍し、保険適用の精神科デイケアの恩恵を受けられるようになりました。栗原センター長も「潮騒JTCでも、はまなすクリニックによる医療デイケアが可能となった意義はとても大きい」と力説しています。（次号に続く）

こんな俺でも「どっこい生きてます!」

なんでも受け入れてきたから 今の自分がある

アサヒ回復記 vol.04



潮騒エイサーへの参加は、自分の回復にとって大きな動機付けとなっていると実感している。過去にはフォーラムでの自分の演舞がニュースレター（「潮騒通信」）の表紙を飾ったこともある。躍動感にあふれ、「俺のジャンプ力も捨てたもんじゃないな」って思えた。若いから体力もあるけど、やはり場数を踏むってのが大事だと思う。会場から大きな拍手をもらうと、理屈抜きに「気持ちいい」ってなる。

ここ2年ほどはコロナ禍で公的な場所での公演やオファーがなくなっただけに、昨年暮れの「交流会」では久し振りにステージ上で弾けた。仲間との絆も一段と強まったし、自分の存在をアピールできたと思う。エイサーを通じて施設生活の充実感を得ているのは確かだが、自分の場合エイサーをやり始めてから（依存物が）止まったわけではない。周りからそう思われているようだけど、それは違うんだ。

だって俺、エイサーをやり始めてからもアルコールが止まらない時期があったからね。あの頃は二日酔いでのエイサー練習はメチャきつかった。だから「こりゃあ、まずいな」って素直に反省ができた。それで気持ちを切り替えて、今やっているプログラムをしっかりやろうと思うようになった。いい意味での相乗効果かもしれない。それが何であれ、自分が打ち込めるものが一つでもあれば、依存の代替だとしても施設での生活が潤いのあるものになっていくんじゃないか。俺はそう思う。

とにかく自分の場合は「今日一日」を地道に積み重ねて、エイサーを軸にした「非日常」のプログラムで刺激を受け、アルコールやクスリを止め続けることができている。そりゃ、今でも目の前にクスリやお酒が出されたら気持ちが揺らぐよ。それに回復施設とはいえ、中には自分をスリッパの誘惑に導く悪い仲間もいる。プログラムから遠ざかっているからだろうけど、自分には反面教師として否定的に映る存

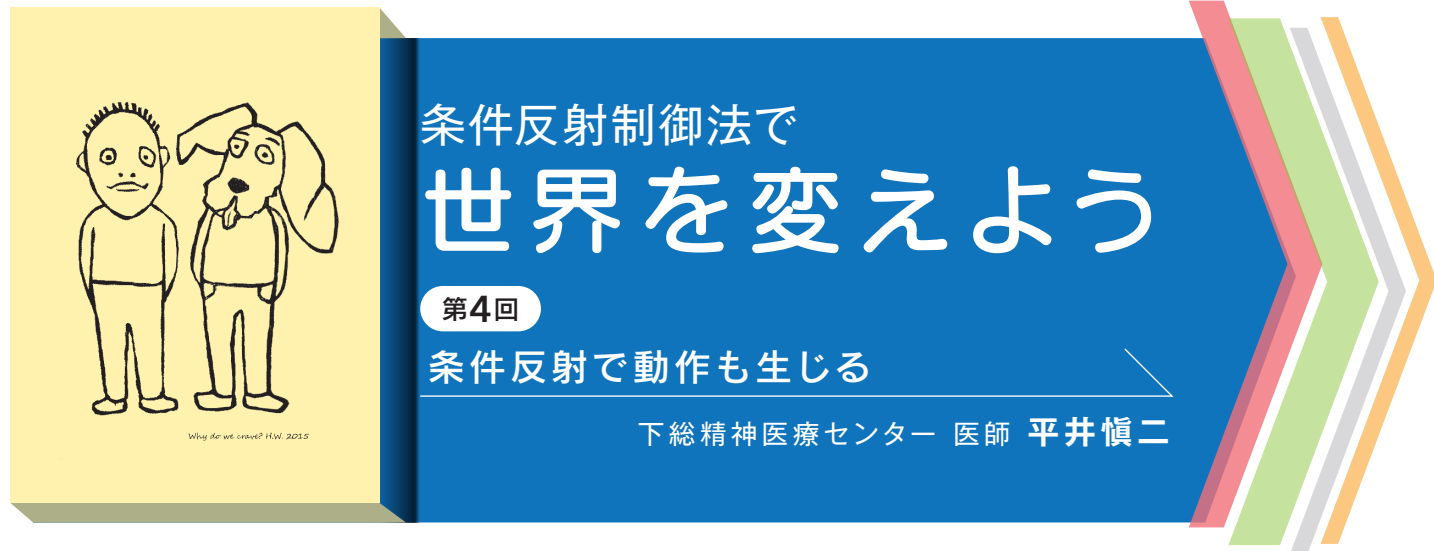
在かな。

知っての通り、潮騒JTCには刑務所からつながる仲間も多い。どちらかというと彼らは施設内でトラブルや問題を起こすケースが目立つように思う。せっかく刑務所内で更生を誓っても、外に出ると決意はもろくも崩れる。「本気で回復に向けた努力をしているのかな？」と思う仲間もいるよ。アディクトは決意だけでは、そう簡単に回復のレールに乗ることはできない。もちろん明日は我が身だけだね。

その意味では、やはり栗原センター長はすごいと思う。本当に変わろうとして、過去の自分を捨てたんだから…。目の前に優れた回復の手本があるというのに、潮騒には「本当に回復したい」という気持ちがある人が少ないように感じるな。「止めることに“遅い”はない」ってセンター長が言うように、「いつからでも、どこからでも」チャレンジすべきだよ。初めから自分に「限界」をつくっちゃダメだ。

そのためにも、自分の弱さを認めることが必要になる。でも、自分から「助けてください」と素直に言えないのがアディクトのなので、構えや意地を張る生き方を変えていくしかない。幸い自分は、そうした苦しかった壁をどうにか乗り越えられた。自分をさらけ出せたから、楽にもなれた。もし、そうできなかったら自分は仲間寄りにならなかったと思う。「俺だって昔はこんなにひどかったんだよ」ということをきっちり伝えないと、仲間は相手にしてくれない。

振り返ると、自分は潮騒JTCにつながって本当にいろいろやってきた。農業、介護、事務仕事…。いろいろなものに携わらせてもらい、とにかく指示されたことを素直にやってきた。結果的には、これが自分の回復に向けた血と肉になった。とにかくなんでも受け入れるということ。これをやってきたから、今の自分がある。俺なりの回復の流儀というか、自分なりのこだわりかな。（終わり）



前回までに書いたように、行動を司る中枢神経系の自律神経と気分の2つの領域が条件反射により制御されていることを、患者さんの変化から私は知りました。それらを知ったことは、思考はどのようにして条件反射で制御されるのだろうかという疑問に繋がりました。なぜならば、行動が生じるには、行動の激しさに応じて心拍数や呼吸などを調整する自律神経の状態が整い、行動の内容に応じた気分になるだけでは不十分であり、なんと言っても動作がなければ行動にならず、動作を作るのは思考だと考えたからです。

しかし、その考え方は後に間違いだったと分かりました。思考に条件反射は影響するのですが、思考を自律神経や気分と並列させたのが間違いだったのです。

そのような間違いを起こしたのは、動作は思考でのみ生じるだろうという思い込みでした。思考はどのように条件反射で生じるのだろうかと考えてはならなかったのです。正しくは、自律神経と気分が条件反射で生じるので、動作はどのように条件反射で生じるのだろうか考えるべきでした。

そうすると、答は簡単です。環境中に迫った危険からの刺激が生じれば、自律神経が反応して心拍数が上がり、気分は不安あるいは焦燥的になり、逃走の動作が生じます。このように自律神経の症状や気分と同じように、動作は条件反射が直接、制御するのです。ヒトにおいて徐々に条件反射で動作が作られていく例を示しましょう。

楽器を演奏する動作は、最初はどのようにすれば良いかを教えられ、そのようにしたいと考えてもうまくできません。考えながら、探りながら、少しずつうまくなることを重ねていきます。うまくできることが徐々に増え、うまくなった後には、考えて演奏し

なくても、うまくできます。演奏する動作が条件付けられ、刺激が入ると直接の反応として演奏する動作が生じるのです。

自律神経と気分動作を並列させることで、動作が反射で直接生じることに気づいたのですが、やはり、動作は特別です。動作が思考でのみ生じるだろうという思い込みをもったことには理由があります。

第一信号系はヒト以外の動物ももち、反射で無意識的に自律神経と気分、動作を直接司ります。

第二信号系はヒトのみがもち、思考して意識的に動作だけを直接司ります。意識的であるために、動作が思考のみで生じると誤解したのです。

さて、動作は反射で生じるのですが、この言い方では、椅子に座って、膝のお皿の直ぐ下にある腱を軽く叩いたときに、足が伸びるように太ももの筋肉が緊張して、膝から下が前方に動く瞬間的な動作を想定してしまいます。だから、覚醒剤や酒を摂取する一連の動作が反射で生じると言うとか変な感じがします。

ところがやはり反射はしっかりと長く続く動作も作ります。ヒトにおいては長く続く動作は思考でも生じます。むしろ、思考だけで生じるのではないかと考えてしまいがちです。ヒトを除く動物では、瞬間的な動作も長く続く動作も全て反射で生じます。

渡り鳥を思い浮かべてください。渡りをする鳥達は何千キロも飛ぶのですが、鳥達は第一信号系だけをもって、渡りの動作を作っているのです。山や川、海、陸、雲、星などからの刺激を受けて、反応が生じることを連続させながら、渡りの動作を作るのです。

動物はその場、その時の刺激に対して反応して、生まれてから死ぬまでの動作を作り続けているのです。

そのように瞬間的な動作も長く続く動作も作る第一信号系をヒトももっているのです。

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」を示す手本です。プライバシーに配慮し、掲載させていただいています。

NHK 番組と潮騒通信から自分を変える気づきを得た

潮騒の皆様いかがお過ごしでしょうか。今回は二つほどお伝えしたい「ありがたいこと」があります。一つ目は、NHK番組「プロフェッショナル」での潮騒ジョブの活動を視聴できました。願いは叶うものですね。栗原センター長はオーラを放っており、番長的存在でした。番組で印象に残ったシーンは、①時間を作り仲間の声を傾聴する姿 ②仲間の自主性を応援し回復して行く環境を、伴走しながらテイラーメイド(特別仕立て)する姿 ③家族や仲間に敬意と感謝を抱き接する姿一の3点です。どの姿にも人を信じ許し合いする熱量が感じられました。お天道様や菩提樹のように見えました。何より過去や未来よりも現在に重きを置いた映像に「今日一日(just for today)のメッセージを強く感じ、

希望と勇気をいただきました。

二つ目ですが、潮騒通信「どっこ生きてます」が送られてきたことです。先行く先輩方が活躍されている日常は、とても励みになりました。実は4年前にも一度拝見したことがありましたが、その頃よりも記載内容も量も、さらにグラフィック面も含めすべてが刷新されており、多くの人の思いと歴史を感じました。社会的な批判や偏見、自責の念と将来への不安など複雑な困難を背負わざるを得ない人生ながらも、遺恨を排して謙虚に社会復帰に向けて、言葉で応え続けている記録の重みに、ニュースレターとはいえ信念の強さを感じました。自分を変える気づきを与えてくださり、ありがとうございました。

(東京都 Oさん)

3度目にして仲間の中で暮らすことが一番良い事だと気づく

栗原センター長、シゲさん潮騒JTCの皆様、お変わりなくお過ごしでしょうか。私の方は刑期を終えた後、どうすれば家族に理解してもらえるだろうか、許してもらえるようにするにはどうすればいいのか、などと考えているところです。この先つらいこともあると思いますが、困難を乗り越える勇気を持つようにします。逆境こそ自分を育てる機会とし、何事にもくじけず栗原センター長をはじめ潮騒の家族(仲間)共に、「今日一日」の回復の道を歩ませてもらいます。

実は2009年にセンター長から手紙をいただいていたのに、「人に頼らなくても大丈夫だ」と過信して、結局その後3度も中に入ることになってしまいました。

やっと3度目にして「独りではどうすることもできない」と気づき、センター長や回復している方々の中で一緒に暮らすことが一番良い事だと、かなり遅くなって気付きました。あと2カ月余で潮騒JTCに帰れること、センター長の言葉、シゲさんからの手紙、そして潮騒通信を励みにして頑張ります。(東京都 Mさん)

しおさい俳壇

今月のお題 炬燵（こたつ）

選者 桐本石見

特選句

今月の特選句

今の炬燵は大方が電気式で温度調節も自在だが、それでも炬燵の温もりは緩やかで、身体全体が温もると眠くなる。ことに一人での午後などにはうとうとするが、これも炬燵の良さで老いの楽しみの一つ。実感の句。

温もりの
転寝さそふ炬燵かな

ヒロ

日本の六十五歳以上の人口は三千六百四十万人と言われ、医療や年金問題にもなるが、働く人も多い。時には集まって、若い日の思い出に花を咲かすのも良い。炬燵を囲み、一杯やりながらの元気な顔を彷彿する明るい句。

老人会
炬燵に青春（はる）を
咲かせおり

ラク

炬燵（こたつ）は日本の暖房器具の一つで室町時代に考案されたと言い堀炬燵と置炬燵がある。熱源も炭、練炭から電気式になったが、布団に炬燵板を乗せるのは今も同じ。その炬燵を囲み食事や談話をするのは楽しい、何時の間か子等も帰り、家族が揃う。日本の家庭の代表の様な景の句で、心も和み郷も懐かしい。

気の付けば
家族の揃ふ炬燵かな

まこ

秀逸句

今月の秀逸句

炬燵が今の様に上部加熱式になったのは、昭和の初め頃とも言われる。足を伸ばせるが、炬燵の大きさや家族の人数に因っては足が邪魔になる。子供の頃足が当たって喧嘩したり、恋の芽生えも懐かしい句。

足と足
炬燵の中の場所取りだ

めい

炬燵は一般には腰から下を温めるので、特に寒い日は肩や背の辺りは寒く、なかなか炬燵から離れにくい。今ではファンヒーターなどがあり、直ぐに温まる。この詠も老いを感じる句。

肩寒し
出るにすらぬ炬燵かな

びる

特別に選評も要しないほど鮮明な詠で、自宅よりも他人の家を尋ねたときかも。あるいは句の作者の思い出かも。有史以来、恋にはいろいろな形があり、その時その場所に於いて人生の思い出でもあり美しい。

新婚や
炬燵の中も手をつなぐ

トラマル

今はテレビやスマホなどあり、子供達もそちらに夢中だが、昔は蜜柑（みかん）を食べながらのトランプなどが、正月や休日の遊びでもあった。雪の故郷も思う一句で懐かしい。

トランプも
子等も懐かし掘炬燵

オノ

大座敷と言えば、寺や旅館を思いますが、私の田舎の農家も大座敷で炬燵や大火鉢があった。夜は大人が花札をしたり、酒に時を過ごし、子供は寝転んで本など読んだ。如何にも大座敷を彷彿する句で、郷が懐かしい。

真中に
炬燵据えたり大座敷

あべ

掘炬燵は、床より下に掘り下げるので椅子に座る様で楽であり、夏でもテーブル代わりに出来る。今は電気の熱源だが、昔は炭火や豆炭などだった。子の日が懐かしい句。

懐かしむ
かくれんぼせし掘炬燵

えび

佳作

愛妻の息のやすらぐ夢炬燵	ラク	炬燵にて眠くなりたる午後の時	ちあき
旅宿の炬燵に愛でる岩手山	ラク	猫だひて炬燵に過ごす一日かな	チャコ
十二月日本と言えば炬燵かな	シンジ	炊事後のこの手温める炬燵かな	ソラ
部屋ごもり殻にこもりて炬燵かな	ノスケ	冬到来炬燵のぞけば子猫あり	ふく
休日は炬燵にゴロリ猫ゴロリ	みく	懐かしや炬燵にミカン大晦日	れいこ
一日は炬燵にミカン美味しいね	のん	今日よりの猫と一緒の炬燵かな	ミニー
鍋囲む笑顔の揃ふ掘炬燵	ゆっきー	正月の炬燵にもぐる猫とコマ	あっちゃん
寒いから今日は炬燵に寝ようかな	ニモ	酒の座を暇して来る炬燵の間	ゆーみん
置炬燵お茶と蜜柑に集うかな	いるか	霜の窓炬燵に和むコーヒーと餅	しま
ミカンたべ炬燵の中でポッカポッカ	ひーちゃん	炬燵でね心くつろぐ一日かな	くま
炬燵でねミカンを食べてお茶をのむ	みっちゃん	賑やかに炬燵を囲む子供かな	キタ
炬燵より眺める山の白きかな	あきら	昼寝して猫も似合いの炬燵かな	ユキ
朝もはや炬燵に食べるミカンかな	モモタス	炬燵板猫と蜜柑の台座かな	ブー

俳句へのいざない

第二十四回 川

日本には、農水路などを含まずに約三万の河川があると言われます。諸兄の故郷や思い出の川は、如何な名の川でしょうか。川は大昔、漁業や水運などに利用していましたが、稲作文化と共に田畑の用水、上水道、現代では発電や工業用水としても命の水です。

その様な川ですが、恩恵ばかりではありません。ことに昔は洪水氾濫による幾多の被害もあり、また土木技術や重機の発達した現代でも毎年の様に被害が報道されます。

しかし、川は人間との共存の歴史でもあり、衣川、宇治川、川中島の戦いなど戦場にも名を

残し、童謡の「小鮒釣りしかの川」、歌謡の「大利根月夜」、「千曲川」、「長良川艶歌」や民謡の「木曾節」、「室川音頭」、「天流下れば」など多くに歌われています。

俳句では「五月雨を集めて早し最上川」の芭蕉の句が有名ですが、諸兄の方々も故郷の川、旅に渡る川、古戦場の川や名の謂（いわ）れなどを調べたり、一句に詠まれては如何でしょうか。

名を変えて一つ水なる秋の川 （石見）

2月 Clean Birthday シラフを祝おう！

クリーンバースデー

アディクト（依存症者）のクリーンタイム（断酒、断薬、断賭博の期間）を祝う対象者を紹介します。数字はクリーンの年数です。



ナベ

2年

酒は飲みません



セイジ

8年

クリーンバースデー掲載ありがとうございます！



ヤマジュン

4年

元気に長生きしたいです！



ジーバ

2年

気がつけば…2年…

「本物」を目指す所沢の「つばさカフェ」と連携へ



潮騒 JTC は、埼玉県所沢市にこのほどオープンした障害福祉サービス事業所（就労継続支援 B 型／生活介護）「つばさカフェ」（運営・NPO 法人所沢つばさの会、中野志乃夫代表）とつながりができ、栗原センター長らが試食内覧会に招かれて、伝説の味を再現したという「ゆず塩ラーメン」を堪能しました。

このつばさカフェ、実は潮騒食堂「おらげのかまど」が運営モデルの一つです。昨秋に同店スタッフの皆さんが遠路、視察研修に訪れて栗原センター長と懇談しました。立地場所は、セン

ター長が通信制教育のスクーリングで学ぶ早稲田大学所沢キャンパスのすぐ近くという縁もあります。

つばさカフェは、ラーメン部門とカフェ部門、キッチンカー部門からなる飲食事業で、特徴はここで働く障害者（対象は主に知的&精神障害者）の自立を目指すしながらも、「本物」を目指すこだわりにあります。楽しく働ける場なのはもちろん、「障害福祉サービス事業だから、そこそ頑張ってやればいゝ」と甘んじることなく、「人気のお店と競える位の『本物』の店を目指したい」（PR パンフレット）。この意気込みは、潮騒 JTC が掲げる就労支援のコンセプトと合致します。対象となる障害分野は違っても今後、可能な範囲で事業連携していくことを確認しました。

行事予定

2月の行事

2月2日 水戸保護観察所 スマープ
2月10日 潮騒俳句会

3月の行事予定

3月2日 水戸保護観察所 スマープ
3月3日 潮騒俳句会

感染予防対策を徹底して行います。状況に応じて中止や延期になる場合があります。

ごまめの歯ざしり

今回もまず潮騒通信の編集制作&発送作業について報告します。可能な限り当事者活動を基本にしながらも、やはり取材や編集作業は熟練した技術やノウハウが求められるので、そこは外部の力を借りてこれまでと同じようにフレキシブルに対応していきます。できるだけ最新情報を盛り込む方針は変わりませんが、遅れがちな発行態勢に反省を加えて当該月内の発行に向けて、一連の作業行程を見直しました。大きな変化は折り込み・発送作業に入寮者のマンパワーを投入し、迅速化を図ったことです ▼折に触れて栗原センター長が力説するように、潮騒 JTC の流儀は「自給自足」「自力更生」を旨としています。人間的意味での社会資源としてはマイナス評価を得てきた入寮者たちですが、一人では困難な高い壁でもみんなが束になって向かい合い、互いに協力し合って一丸となってぶつかれば突破できます。ともすると大規模化した潮騒 JTC を否定的に見る人たちがいますが、社会に居場所がない人たちが集い合う局所的なコミュニティとしては、少なからず存在意義があるはずですよ ▼そうしたハンディを何とかプラスの力に変えようと、社会から見限られてきたマンパワーの復活を独自のスタイルで模索していますが、彼らが「食べられる」環境づくりは一筋縄ではいきません。そこには国の福祉制度が不可欠です。そのため潮騒 JTC では「半就労・半福祉」方針を掲げ、依存症の回復を基本にした独自の就労支援を訴えてきました。ただ、福祉制度を当然の権利だとして強弁する態度や、この恩恵に浴することに「慣れてしまう」怖さには自覚的でありたいと肝に銘じています ▼ここ2年間、ご多分に漏れず潮騒 JTC もコロナ禍に苦しんでいます。何よりも命綱であるはずのグループミーティング活動が大きく制限を強いられていることが痛手です。「密になるな」「距離を置き」「ソーシャルディスタンス」「ハグや握手は禁止」…などウィルス感染対策の大原則が、生身のコミュニケーションを大事にしてきた従来の回復の在り方とは逆方向なのが困りものです。ネットコミュニケーションに頼るのもいいのですが、オールドタイマーには抵抗感が残ります ▼何とか逆境に耐えながら、希望を失わないようにしたいものです。そこで読者の皆様にお願ひがあります。同封の振込用紙を使って、一人でも多くの方に潮騒通信の定期購読者になって頂きたいのです。これが経済面でも制作面においても潮騒通信を支える、持続に向けての大きな原動力になります。潮騒通信はよくある福祉施設のニュースレターとは一味違う方向を目指して、今後も広報スタッフ一同頑張ります。(勝)

献金・献品を頂いた方（2月15日現在）

潮騒通信「どっこい生きてます!」は、多くの有料会員購読者のご理解・ご協力によって発行を維持できております(多人数のため個別の氏名は省略させていただきます)。今後とも定期発行を支えて頂けますよう、宜しく願いいたします。

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、何卒よろしくお願い申し上げます。

- ・ 藤井 和美 様
- ・ 高田 武義 様
- ・ 有限会社柴田工作所
代表取締役 柴田 宣政 様
- ・ 株式会社オカミ
代表取締役 岡見 正昭 様

※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。

潮騒通信 どっこい生きてます! 2022年2月号

Contents

P ② 巻頭言：MESSAGE from YUTAKA
回復の原点は自助グループにあり⑤

P ③ しおさい人間塾〔講師：栗原センター長〕「半生を振り返り、仲間たちに回復メッセージ」

P ④ 回復を支える潮騒デイケアの幅広い取り組み

P ⑤ こんな俺でも「どっこい生きてます!」アサヒ回復記 vol.04

P ⑥ 条件反射制御法で世界を変えよう 第4回「条件反射で動作も生じる」

P ⑦ 受刑者からの手紙 P ⑧ しおさい俳壇 1月のお題「初日の出」

P ⑨ 2月のクリーンバースデー / 行事予定 P ⑩ 献金・献品 / ごまめの歯ざしり

■ 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/

