

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



2022

3

巻頭言

MESSAGE
from YUTAKA

メッセージフロムゆたか

我が回復の原点は
自助グループにあり ①

前号に続き、自助グループについての後半です。7 度目の“お務め”を終えた私は、出所したその晩に初めて自助グループ（NA）に参加し、新鮮な感動を受けました。しかし、たった 1 度の NA 参加で回復の道が開けるほど、私の薬物&アルコール依存は簡単ではありません。その夜、宿泊したホテルでしこたま飲酒してしまった私は、気が付くと警察の留置場に居ました。幻覚妄想によって、かつての任侠道仲間の家に包丁を持って押しかけ、銃刀法違反の疑いで検挙されたのです。「ああ、また刑務所に逆戻りか…」。途方に暮れる私に、担当した武藤昇検事（故人）はダルクに行くことを条件に、なんと起訴猶予にしてくれました。出だしから裏切られたにもかかわらず、姪も私を見捨てずに辛抱強くダルクに繋げてくれました。武藤検事と姪の後押しを受けた私は、「二人の許しと温情を裏切ってはならない」と心に誓い、懸命にダルクが提供するプログラムに取り組みました。振り返ると、あの時が回復に向かう私の「底つき」体験でした。

周知の通り潮騒 JTC やダルクのような中間施設は、苦しんでいる仲間へ回復メッセージを伝え、自助グループに繋げるのが役割です。理想を言えば、この国が依存の問題を病気だと位置づけ、医療・福祉・司法を包括する手厚い治療と回復支援の制度的な仕組みを整えているなら、中間施設はもとより自助グループさえも必要ないでしょう。しかし、病的な依存は、その回復メカニズムに信仰にも似た霊的というか、魂の深い問題が介在します。薬物やアルコール、ギャン

ブルは止まっても、内面から生まれ変わらない限り再発の恐れが拭えず、その難しさは高次の人間性の回復、とでも言うほかありません。これにコミットできる手段が自助グループ（AA）で生まれ、世界中に普及した回復プログラム（12 のステップ）です。今では潮騒 JTC も取り組む「スマーブ」や「条件反射制御法」（生みの親の平井慎二先生が本通信に連載中）など新しい医療メソッドが登場し、有効性を発揮しています。これらは当事者にとって選択肢の広がりとして、とても歓迎すべき傾向です。

百歩譲って、もしも仲間たちが自由に集いあえる自助グループがコンビニのように身近に普及していれば、潮騒 JTC のような回復支援の施設はいらないのかもしれませんが、現実には長い依存歴から多くのトラブルや借金を抱え、いろんな病気に苦しみ、家族や友人からは縁を切られ、仕事も社会的な信用もなく、その日暮らし状態の仲間たちには、とりあえず安心してプログラムに取り組める環境（居場所）が必要です。そこで生活訓練やリハビリに励み、一定レベルの回復に至ったら次は就労や社会復帰を目指します。これら回復の流れを支えるのは、生涯治療の受け皿となる自助グループです。なので、施設にいる間に夜間の自助グループ通いが習慣化できればしめたものです。依然としてコロナ禍の逆風にありますが、私たちの回復の原点であり、命綱でもある地域の自助グループの再開が待たれます。及ばずながら私も、そのために全力投球する決意です。（法人理事長 栗原 豊）

追悼 近藤恒夫さん





「潮騒ジョブトレーニングセンター」の名付け親であり、一貫して潮騒 JTC の発展を見守ってくれた「我らが」近藤恒夫さんが 2 月 27 日に 80 歳の生涯を閉じ、天に召されました。依存症回復のパイオニアであり、仲間の希望の星ともいえる存在だっただけに、関係者のみならず付き合いのあった各界の人々にも深い悲しみが広がっています。既に近親者による葬儀が執り行われました。

近藤さんの訃報は共同通信の配信(3月7日)を皮切りに、翌日には全国紙はもとより各地方紙にも掲載されました。メディアの扱いが示すように、近藤さんの死は単なる一人の「ヤク中」の死、回復途上者の死にとどまらずに、社会的にもインパクトをもたらすものといえます。

今後、日本の依存問題は「近藤以前・以後」というように、一つのエポックとして語られるでしょう。誰もが避けられない人間の寿命とはいえ、私たちはこの国における依存問題の偉大なリーダーを失いました。本通信でも、その偉業を顕彰し、人柄を偲びたいと思います――。

近藤さんの最大の功績は、薬物依存問題について罰を与える仕組みしかなかったこの国において、初めて「(薬物)依存症は回復できる」ということを当事者の実践で証明し、民間の力で回復モデルを築き上げたことです。

薬物依存者は刑務所や病院に「隔離」するのが常識だった風土に風穴を開け、地域社会において回復できる道筋をつくりました。さらに関係する医療・福祉・司法・教育機関にも働き掛け、これらを横断するネットワーク構想の実現にも尽力し、NPO 法人「アパリ」(アジア太平洋地域アディクション研究所)を設置、専門医療クリニックも開院しました。こうした先進的な取り組みは、今後とも仲間によって受け継がれていくでしょう。

30 歳で病的な薬物依存に陥った近藤さんは、曲折を経てアルコール依存の回復施設(マック)において回復の道を歩み、ヤク中の身にもかかわらず札幌マックの初代所長に就任しました。しかし、「アル中が回復できるならヤク中も回復できるはずだ」との信念から、生涯にわたる随伴者のロイ・アッセンハイマー神父(米国メリノール宣教会)の援助を得て 1985 年、ダルクの第 1 号施設(東京ダルク)を東京・荒川区に立ち上げました。

それ以降、直接・間接に近藤さんの薫陶を受けた仲間たちが順次全国に散ってダルクを開設し、今では北海道から沖縄まで 80 以上のダルクとその関連団体が全国各地で活動しています。忘れてはならないのが、ダルクでのリハビリを経た仲間が、地域で生きていくために必要不可欠な自助グループ(NA)の普及・拡大です。このことにも心血を注ぎ、今では 400 以上のグループが国内各所で自主運営されています。

近藤さんの活動は海外にも及び、「アパリ」を拠点に



して韓国やフィリピンなど東南アジアにもダルクの支援活動は広がりを見せています。当然ながら近藤さんは薬物依存自助グループの代表的な日本人・回復者としても海外で知られ、アノニマスネーム「ブルート・K」「ブルート・コンドウ」と呼ばれてたくさんの友人を持ち、広く海外の仲間たちにも親しまれてきました。

また、近藤さんはその守備範囲の広い活動が認められて東京弁護士会人権賞（1995年）を皮切りに、「吉川英治文化賞」（2001年）、「作田明賞最優秀賞」（2013年）の各栄誉を受けています。その半生は「薬物依存を超えて」（2000年、海拓社）や「真冬のタンポポ」（2018年、双葉社）などの著作でも明らかにされ、依存問題へのアプローチを含めて詳しく紹介されています。

潮騒 JTC とのつながりは、栗原センター長がダルクからの独立準備を始めた2005年頃のことです。当時、東京・上野にあったアパリに相談に訪れた栗原センター長に対し、近藤さんは「ダルクの理念」を伝えました。それはダルクが ①薬物依存から回復したいと願う仲間の居場所である ②仲間には上下関係はなく全員が平等な立場にあること ③どんな人でも差別や区別をせずに受け入れること ④毎晩欠かさずに自助グループに通い、やがては就労して社会復帰を目指すこと—を伝えてくれました。

この助言を柱に栗原センター長は念願だった自前の

施設で新たな船出をしましたが、予期せぬことに自分を回復に導いた先輩ダルクとの間に齟齬が生まれ、独立時のボタンの掛け違いからあちこちの場面で孤立し掛ける、という危機に見舞われました。その際にも、近藤さんは集まったダルクの仲間たちに「ダルクには排除の論理はない」と言い切り、後日センター長には「もはやダルクにこだわらず、先を見据えて就労支援を柱にする施設にしたらいいだろう」と助言してくれました。こうして潮騒 JTC が生まれたのでした。

その後は潮騒 JTC の発展に側面から熱い支援を続け、毎回開かれるフォーラムはもとより、各種研修会や家族会、「しおさい人間塾」などでも講師を務めてくれました。機会あるごとに味わい深いエピソードを交えた、希望に満ちた回復メッセージを残してくれたのはもちろん、本通信でも幾度となくインタビューや対談をしてくれました。そうした潮騒 JTC に対しての、一貫した温かい近藤さんの貢献姿勢には感謝しかありません。

栗原センター長は「私や潮騒にとっては命の恩人みたいな人で、いつもニコニコと笑顔を絶やさず、ひょうひょうとした人だった。でも、話の中身はとても含蓄があり、その意味を後になって気づかされることも多かった。なによりも“仲間へのメッセージは死をも乗り越える命のリレーだ”と説いてくれた。今頃は天国に着いて、さっそくロイさんや先に物故した仲間たちとミーティングをしていることだろう」と追悼を込めて述懐しました。

しおさい

人間塾

—— 赤レンガの獄舎を後にして ——

1

靖国参拝ツアーで受けた
心の歪みが私の生き方を変えた

人間塾の講話を動画でご覧いただけます
しおさい人間塾 講師：ユタカ（前編）
<https://youtu.be/krFCcZ339JI>



仲間の皆さん、こんにちは。再開された「しおさい人間塾」の第1号として、私が講師に指名されました。改めまして、アディクトのユタカです。ご承知のように私は話下手なので緊張していますが、日ごろのミーティングの延長線上だと思って気楽に聞いてください。

まずは私の生まれから話します。そうすると私が何故、潮騒ジョブトレーニングセンターでこんな取り組みをしているのか、少しは皆さんに理解してもらえるかと思っています。

私は昭和18年2月13日生まれなので、間もなく79歳になります。依存の問題を抱える身にしては、我ながら長生きしているなあとと思います。昭和18年というと太平洋戦争の末期です。子供心に自分の置かれた環境にうすうす気づいていくのですが、私が生まれたのは埼玉県さいたま市郊外の農家で、地元ではそれなりに名の知れた格式のある家でした。故郷は今でこそ大都市になって、近くには巨大なサッカースタジアムが建ちましたが、当時はよくある田舎の農村集落でした。

父親はその次男でした。その家の長男だった叔父が、満州（中国東北部）に軍属として駆り出されていたんですね。なので弟である私の父が実家を守っていたんですが、ついに父にも赤紙（召集令状）が来て戦地に向かい、昭和19年3月頃に戦死しました。南方の戦地に向かう途中に、父の乗った輸送船が米軍の潜水艦によって撃沈されて死んだのです。私が2歳の頃なので、

父の面影はまったくありません。軍服を着た遺影を見ると、どことなく自分に似ているかなあと思う程度です。

私が5歳頃だったか、あるきっかけで自分の生まれた複雑な境遇に気づくんですね。若くして父が戦死したために、嫁だった母は自力では子供を育てられない。とてもつらい決断だったと思います。仕方なく、幼い私を遠縁だった、近くの農家に里子に出して、自分は家を出て再婚しました。私は「もらいっ子」となってしまったわけです。長男である叔父が実家に戻ったので、母は自分の居場所がなくなってしまった。そういう話は当時、結構あったようです。

口減らしじゃないですけど、私は養母に育てられた。養母は病弱だったので、幼いながらも私は貴重な労働力でした。朝から晩まで野良仕事を手伝わされました。でも、自分の生んだ子供じゃないので、親としての愛情は薄かった。今だったら虐待につながるような仕打ちも受けました。当然ながら、心は荒れていく。幼心に、うすうす自分はこの家（養子先）の子じゃないんじゃないかと疑念が膨らんだ。そういう中で本当の母、生みの親がいることを知るんですね。

そんな私にも二つ違いの兄がいて、兄は里子には出されずに父の実家で暮らしていました。実家では兄一人だけなら何とか育てられると考えたんでしょうね。父は戦死し、母親とも離別したけど、血のつながる兄は健在だったので、育った環境は違えども私には唯一、頼れる存



在でした。

あれは私が小学3年生ぐらいだったかな、兄が5年か6年生の時に、戦没者の遺児を集めて靖国神社に参拝するというツアーが組まれ、私たち兄弟も参加しました。その時に、随行した役人が私たちに訓示をしたんですけど、その中で今でも忘れられない言葉は「君たちは靖国の遺児であるから、それを誇りに思って行動しろ！」って話した。でも、その言葉に私はすごい反発を覚えた。「何言ってるんだ」ってね。「そんな誇りが何の役に立つんだ」って。父が戦死しなければ、私は母親と別れることもなかったし、「もらいっ子」として周囲からいじめに遭うこともなかった。学校で使う文房具さえまともに買えないような貧しい生活なのに、そういう環境下の子どもたちを集めて一方的に「誇りを持って！」なんて、「ふざけるな」って思った。

今なら、あんな無謀な戦争に国民を駆り出した国の責任として、そんな誇りよりも国が戦争被害者に対して十分な償いと手厚い福祉政策を施せ、と言えるんだけど、当時の私は幼いながらも、はなはだ面白くない感情が芽生えた。「国は俺たちに何もしてくれねえじゃないか」という強い怒りや反発心、反骨心みたいなものがマグマのように自分の中に高まっていったんです。そうして、私の心はどんどんすさんでいく、荒れていくんですね。当時も、今以上に学校ではいじめがあった。私もいじめられたけど、そうした反発心が次第に反骨

のエネルギーようになって、いじめてきた同級のやつをいじめ返してやったり、いつしか上級生にも歯向かうようになった。国を恨む気持ちが次第に「負けてたまるか!」という、世の中に対する反発心にすり替わっていった。

私たちの言葉で言えば、パワーゲームの世界にのめりこむようになったということです。とにかく自分が強くなるしかない、腕つぶしを鍛えて、どんなやつだろうがケンカなら負けない、そのために実力を磨いた。小学生の時は体が小さかったけれど、中学ぐらいになると大人並みに背丈が伸びて、人一倍パワーがついた。隣の中学にまで出張していくほど、ケンカでは一目置かれる存在となった。

結局のところ、あの靖国神社参拝ツアーで受けた私の心の歪みが、その後の私の生き方を変えてしまったんです。もともと兄の方は大人になってから、国に仕える身（国家公務員）の道を歩み、国を恨む私とは正反対の方向に向かったけれど…。まあ、大なり小なり国民はあの戦争の影響を受けたのは否定できない事実ですが、私の場合は国を恨む気持ちが必要以上に自分の中に生まれてしまった。それが形となって、不良や愚連隊、やがては任侠道へと私を導き、ほどなくしてアルコールと薬物（覚醒剤）のとりことなった。パワーアップのための「補完物」によって、私は身を持ち崩すようになってしまったわけです。（次号に続く）

—— 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 ②



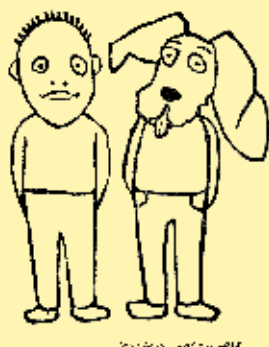
現在、潮騒 JTC のデイケア活動は、はまなすクリニックの医療ケア（火、金、土、日の週 4 日）と NPO 法人・潮騒 JTC が取り組む自主活動としてのデイケア（月、水、木の週 3 日）の二本立てとなっています。はまなすデイケアは同クリニックの精神科医の指導の下で看護師や精神保健福祉士らの専門職が関わり、最大利用者 70 人を対象にして医療効果を発揮した、きめ細かなプログラムメニューが提供されています。一方の潮騒デイケアは入寮者の意向を反映して比較的、緩やかで自由度の高い幅のあるプログラムが組まれています。

入寮者たちはまず各ナイト施設（共同宿泊寮）から送迎されてデイケア施設に集まり、午前中はアルコール、薬物、ギャンブルなど依存対象ごとに分かれて、グループミーティング（ピアカウンセリングによる集団療法）に取り組めます。ここでは仲間が司会役を務め、その日のテーマに沿って過去の苦しかった体験などを吐き出します。各自が自分に正直になって自分のことを話しますが、その際には ①他言しない ②話をささげらない ③批評や批判をしない— がルールです（言いつばなし、聞きつばなし）。こうして「聞く耳」や他者への共感力を育て、少しずつ自分自身の生き方を見つめ直します。

午後は午前の分かち合いのプログラムとは打って変

わり、それぞれの趣味や趣向を反映したレクリエーションやスポーツなどの要素を取り入れた、幅広い実践型のプログラムに移ります。現在、コロナ禍で戸外での活動は大きく制約されていますが、ストレッチ、ウォーキング、グランドゴルフ、ポッチャ、脳力トレーニング、カラオケ、卓球などが用意されています。気分のリフレッシュにつながり、同時に依存以外の楽しみに触れるきっかけになっています。潮騒デイケアでは専門スタッフの参加はなく仲間だけの取り組みなので、各メニューを楽しみながら和気あいあいとした良い雰囲気が漂っています。

潮騒デイケアに関わる医療スタッフの金子陽子さん（精神保健福祉士）は「皆さん共同生活なので、ほとんど同じメンバーなのにに加え、コロナ禍で長く外に出られないために、ストレスが相当増えています。まだまだプログラムは改良の余地はありますが、集まるだけでも治療になりますし、他者への思いやりや人間関係の在り方などで気持ちが優しくなっています。すぐには効果が出ない分野なので、依存症の回復には持続的なデイケアの関わりが大切です。潮騒はいろんな障害や精神疾患を抱えた人たちの“最後の砦”でもあります。そうした人たちへのケアも充実させたいです」と話してくれました。



条件反射制御法で 世界を変えよう

第5回

反射とは何か

下総精神医療センター 医師 平井 慎二

行動は反射で司られます。自律神経も気分も動作も全て反射で司られます。その反射とは何か、どのようにしてできたかを私は考えました。試験管での実験や統計のデータを検討するのではなく、患者さんの話をよく聞いて、条件反射制御法を用いて沢山の反応を見て、いろいろな本を読んで、考えました。おそらくは正しいものを治療に役立てられる範囲で突きとめました。

約38億年前に地球上に生命が生まれました。生まれ方はわかりませんが、生まれた後のことを考えました。生命が保たれたのですから、1つの生命体が、自分を守って、栄養をとって、自分と同じような生命体を複製して、自分は死にました。

生きている間の現象を単語にすると防御、栄養摂取、生殖になります。それらの現象は生きる理（ことわり）に合致しています。それらの現象をこの連載では生理的現象と呼びます。

現在生きている生物は、世代交代はありましたが、約38億年前から、生理的現象に成功した活動が環境に応じてうまく現れることが続いた生物種です。

環境に応じてうまく現れることが続いたということは、生理的現象に成功した活動を同じ環境で再度、出現させる可能性、つまり、生理的成功活動の再現性が高かったのです。現生の生物種は防御に成功し続け、栄養摂取に成功し続け、生殖に成功し続けたので、長く生き、子孫を沢山残したのです。逆に、生理的成功活動の同じ環境での再現性が低ければ、生物は死んでしまいました。

ここまでは生理的成功活動について考えましたが、生理的失敗活動についても考えなければなりません。生理的失敗活動の再現性が高かった生物は、防御に失敗し続け、栄養摂取に失敗し続け、生殖に失敗

し続けたので、そのような生物は死に絶えたのです。逆に、生理的失敗活動の再現性が低かった生物は、防御の失敗はしなくなり、栄養摂取の失敗はしなくなり、生殖の失敗はしなくなったので、生き続けて、現生の生物種になりました。

生き残るか死んでしまうかは、かけ算と同じです。 $\text{プラス（成功）} \times \text{プラス（高い再現性）} = \text{プラスで生き続けたのですが、}$ $\text{プラス（成功）} \times \text{マイナス（低い再現性）} = \text{マイナスで死んでしまったのです。}$

逆に $\text{マイナス（失敗）} \times \text{プラス（高い再現性）} = \text{マイナスで死んでしまったのですが、}$ $\text{マイナス（失敗）} \times \text{マイナス（低い再現性）} = \text{プラスで生き続けたのです。}$

そのような自然な現象を反復しながら世代交代を続け、時間が経ち、生物は植物と動物に分けられました。皆さんが知っているように植物は通常根を生やし、日の光に応じて花などが開いたり閉じたりしますが、動きは強く限られています。動物は行動範囲が広く、急速な環境の変化にも良く対応し、動きは活発です。

ここまで示したように、動物の活動は行動と呼ぶことが適切であり、動物は環境に応じて生理的成功行動を再現し、その結果成功すれば、後にその行動を再度行い、あるいは環境に応じて生理的成功行動を再現し、その結果失敗すればその行動を再現する作用は低下するという性質をもって生き続けてきたのであり、現在もその性質をもって生き続けています。

つまり、動物が環境からの刺激を受けると、過去の生理的成功行動を司る神経活動が中枢で生じ、それによる決まり切った反応で行動します。その神経の流れが反射です。

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。

栗原センター長の生き様と人柄には人間力を感じる

昨秋に放送された NHK 番組「プロフェッショナル」の件ですが、私はこの番組が大好きなので栗原センター長がお決まりの質問「あなたにとってのプロフェッショナルとは？」の問いに何と答えられるか、とても興味がありました。センター長の答えは「私はプロフェッショナルではありません」。その答えに、私は心から感銘を受けました。「シラフで生きられる永遠のアマチュアでありたい」。この言葉にセンター長の人間性が現れています。決しておごらず謙虚で、そして自分の取り組みに力強い主張と自信が込められています。その生き様と人柄には、人間力をとても強く感じます。

ところで先日、潮騒通信を何気なく読んでいたら、受刑者からの手紙で見覚えのある内容だなと思っていたら、なんと私の手紙が

載っていたのです。「なぜダルクの潮騒と称しないのか疑問が氷解した」の東京都の T さんは私でした。何とも言えない嬉しさを実感しました。毎日たくさんの手紙が来るとは思いますが、きちんと読んで頂いているのだ、と本当に潮騒の温かさを感じます。シゲさんも、いつも返事をていねいに書いていただいて、私なんかを思ってもらえる、そのお気持ちにただただ感謝するばかりです。本当にありがとうございます。世間ではコロナ禍が大変なことになっています。どうか皆様くれぐれも十分な対策をされて、ご留意の上お元気でお過ごしいただければと思います。それと今後寒さも増してきますのでお体大事にされてください。いつも温かいお手紙そして潮騒通信をお送りいただき、本当にありがとうございます。（東京都 T さん）

「プロフェッショナル」に感銘を受け人生をやり直したい

栗原さん、まずは簡単に僕の自己紹介させてください。出身は大阪・生野区、在日韓国人三世です。大阪で 30 歳頃まで自営で仕事をしていましたが、事業に失敗したことで覚醒剤に手を出してしまいました。クスリを使っては現実から逃避し、刑務所との往復の人生を繰り返しています。刑務所生活は 5 回目になりますが、この度やっと覚醒剤のない人生を歩みたいと強く望むところまで至りました。まだまだ不安も多く、社会でどこまでクスリのない生活を送ることができる

か、心配しています。

先日、当刑務所内でも栗原さんの NHK 番組「プロフェッショナル 仕事の流儀」が放映されました。栗原さんの活動にとっても感銘を受けました。人生はやり直せるということを感じました。僕は是非、潮騒 JTC にお世話になって、仲間の一員として人生をやり直したいと思いました、どうぞよろしくお願いいたします。まだまだ寒さ厳しいところですが、皆さんご自愛ください。

（山梨県 T さん）

潮騒の皆が力を合わせれば、きっと大きな力になる

潮騒にいる皆さんは、薬物やアルコール依存症の人間だって「どこかではやめたい」「このままじゃいけない」「変わりたい」と思っている人の気持ちが分かってくれているし、その気持ちに嘘はなくても、それでもやめるのは簡単じゃなくて、色々な事情やきっかけからまたやりだしてしまい、紆余曲折の末にまた服役したり、体を壊したり…、結局は仲間ばかりか家族にまで見放されてしまう。みんな似たような経験があるから、自分のことのように理解できる訳で、悩みを抱えたもの同士、相通じるものがあるのですよね。

依存症に苦しむ者にとって、「孤立と孤独が大敵だ」ということは我々にしか分からないことです。確かに同じ経験、悩みを抱えたもの同士集まって自分の体験を話し、相談し合うことで自分の人生も、ようやく何かが変わるよう変わる気がします。それにしても栗原センター長やシゲさん、周防さんたちは、自分たちも依存症と日々戦いながらも同じように苦しむ多くの薬物依存症の仲間を救い、助ける活動をして

いるので、私は本当に尊敬します。これは栗原施設長しかできないことだし、シゲさんや周防さんしかできないことだと思います。

私は「潮騒通信」や手紙をもらわなければ、潮騒の諸活動を知らないまま無為に人生を過ごしてしまい、薬物をやめたいという気持ちになっても施設に入ることまで考えられなかったと思います。なので、潮騒の皆さんには感謝の念しかありません。今の目標は、僕自身が潮騒でお世話になり、薬物依存症を克服し、同じように苦しむ仲間へ少しでも手助けができれば、こんなに嬉しいことはありません。同じ悩みを持った仲間が助け合い、協力し合って同じ志に向かって、一つになり、何かをやり遂げることができたら、こんなに素晴らしいことはありません。一人の力なんてたかが知れていますが、潮騒の皆が力を合わせれば、きっと大きな力になるでしょう。今はただ早く潮騒でお世話になり、薬物を絶って穏やかな日々を送りたいと願っています。

（北海道 Cさん）

シゲさんの励ましの手紙に元気・勇気もらっている

シゲさん。日々元気で活動している様子、嬉しいです。毎月、丁寧なお手紙をありがとうございます。元気をもらっています。シゲさんのいる新宮寮には7人の仲間がいるのですね。他の寮と連携しながら、仲間が増えてはプログラムも変わるように、当事者の回復に配慮して段階的に取り組んでいるのですね。シゲさんはチームリーダー的な存在で、広報的活動もこなしているので大したもんだなあ、と感心するばかりです。新たなプログラムに取り組んでいけるようにと、他の仲間をサポートしているのですから人知れずご苦勞も多いでしょう。

ところで春を前にして北海道や東北方面、石川

県などの裏日本側は異常なほどの積雪で、当地で暮らす人々の苦勞はいかほどかと心を痛めます。潮騒農業も少しは気候変動の影響を受けているのではないのでしょうか。私なりに気にかけています。外の作業はまだまだ厳しいとしても、今は本格的な農繁期を前に準備にいそむ時期といえますね。でも“冬来たりなば春遠からじ”です。この寒さも底をついて、もう春が待っています。お互いにもう少しの辛抱です。新型コロナのオミクロン株も少しずつ下火になってきています。もっとも油断しますと感染してしまうので、くれぐれも注意してください。私も3月15日で60歳ですが、元気バリバリです。

（神奈川県 Hさん）

しおさい俳壇

今月のお題 雛まつり

選者 桐本石見

特選句

今月の特選句

祖母囲む
五人囃子が男の子孫

エイちゃん

雛祭は平安時代の宮中などの女兒の雛遊びが、厄除けと子の成育を祈願する行事になったとも。五人囃子は、謡、笛、小鼓、大鼓、大太鼓。祖母を囲む男の孫さんも賑やかで、五人囃子と言うのも微笑ましく、昔の子沢山を思う明るい句。因みに今様の壇飾りは江戸時代からとも言われる。

雛納めちゃんとしたのに
嫁かず後家

ゆつきー

雛飾りは立春の頃から雛祭りの三月三日の後の六日頃が良い、とされる、理由は、遅くなると嫁にいけないなどの謂れがあるが、女の子は片付けも躰けの一つとも言える教えでもある。縁づくのは色々の要素があるが、この句も少しの憂いと思う。

平和てふ
願ひはひとつ令和雛

ユタカ

雛祭は女兒の成長祈願と厄除けの行事だが、合わせて家族の安寧も祈る。また昨今はコロナ禍により、国を挙げての防疫中で毎日の心も暗い中、思いも因らぬ戦争が始まった。諸々の素因は有るにしても、兎も角平和を祈りたい切々の句。また時代毎に室町、寛永、元禄雛などがあるが、令和雛は如何な姿だろうか。

俳句へのいざない

第二十五回 雪

有名な冬の俳句に「是がまあ終の栖か雪五尺」(小林一茶)があります。一茶が江戸での生活を終え、故郷の長野県柏原(現、信濃町)へ帰郷した頃の詠ですが、今でもこの辺りは句の様に雪深い。

私が一茶記念館などを尋ねたのは秋でした。説明を聞きながら、人は何故この様な雪国僻地に棲むのかと思いを巡らし、我が故郷・島根の雪も懐かしみましたが、諸兄方々の故郷の雪は如何でしょうか。

雪も大自然の摂理の一つで、山野の草木や田畑を潤し、ダム、水道、スキー場や雪達磨、雪合戦の資源でもあります。時には生活の脅威で自動車事故、家屋の倒壊も起こす。

俳句では雪見酒、雪女、雪囲い、橇(かんじき)、雪靴、雪掻きなどの季語があり、夫々に趣きがあり

ますが、雪も地方や時代により思いも異なる。昨今の大雪のニュースを見ながら、殊に北海道や雪国の人の業(なりわい)と生活の苦難を思います。

鹿島・潮来地方は雪も少なく珍しい物の一つかも知れませんが、時には雪国へ思いを馳せ、子の日の雪達磨を懐かしみ一句を詠まれては如何でしょうか。

木々の雪美しければ鯛を買ふ

吹き溜まる雪も八重垣出雲かな

杉谷の華巖か那智かしづり雪

※しづり雪 = 木の枝などに降り積もった雪が滑り落ちること

(石見)

秀逸句

今月の秀逸句

愛し子へ
無理して揃ゆ雛飾り

オノ

何時の時代も親は、他所並に娘にも雛飾りを揃へてやりたいと思う、しかし家計はみな同じでない。それでも工面して揃え、娘の友達への見栄も叶える親心の籠る詠です。私の祖父が節句に古い鯉幟（こいのぼり）を揚げてくれたのも懐かしく思う句。

雛流し
あの世へ侘びに行く思ひ

イツサ

雛流しは自分の身の穢れや怨霊を人形に託して川や海へ流す事。作者も自分の罪を悔い雛に託して流し、また亡き父母へ詫びる思いなのかも。身に沁む切々の句。因みに雛流しは源氏物語にもあり、鳥取県用瀬（もちがせ）町など名高い。

雛の日の
祖母思い出すちらし寿司

めい

雛祭りには、白酒、蛤、菱餅、雛あられ、ちらし寿司、菜の花、桃の花など供える。ちらし寿司は華やいだ具材で家毎の祖母や母の味でもあり、故郷を思う懐かしい句。

お転婆も
しやなりしやなりの雛祭り

ラク

雛祭りが現代の様になったのは、戦も無くなった江戸時代と言われ、平和の象徴でもある。明治以前は旧暦で今の四月初めで桃も咲き春らしい。お転婆娘も綺麗な晴着で可愛らしい、微笑ましく明るい句。

幼な日の
娘ぞ想ふ雛かな

いるか

雛人形は親王、内裏、官女、五人囃子、大臣、使丁などあり、夫々に趣きがあるが五人囃子などは親しく子供の元氣な顔も彷彿する。子の日の昔を偲ぶしみじみした句。

嫁ぐ朝
娘最後の雛祭り

シゲ

雛祭は女子の成育と病魔などの穢れを祓う行事なので、結婚すると行わないが現代では春を迎える思いに飾る家や桜川市真壁町の様に観光もある（コロナ禍で三年連続して中止に）。嫁ぐ日は祝いと別れと親には悲喜こもごもの一日でしみじみした句。

佳作

桃の花看護師母へ死化粧	イツサ	雛祭り桃の飾りも明るくて	マツチャン
孫のため迷ひて選ぶおひな様	ヒロ	女の子お雛様見てすまし顔	ナツチャン
嬉々として母子で飾る雛祭	ラク	雛祭りぱっと明るい子等の顔	ニシ
雛祭りお雛様よりちらし寿司	シンジ	深雪の里も芽吹くや雛祭	サイ
雛あられ色とりどりは四季の色	シンチャン	新天地ともに集ふや雛祭	シロ
甥っ子の着物姿にほほゆるむ	トム	雛祭り心明るく女の子	イサム
雛あられ十二単の彩にこそ	ジーバ	一年の埃払いて雛飾り	ふく
雛祭り雛あられより女子の声	ホタテ	誰知れる吾の行く末雛に訊く	びる
春いよよみなで楽しむ雛祭	ノスケ	飾りたる娘孫への古雛	まこ
雛祭りぱっと明るき母の顔	タツヒコ	幼な日の雛の写真のセピア色	しま
雛祭り思い出すのは愛娘	ジェイ		

3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）を祝う仲間を紹介します。数字はクリーンの年数です。



パゲ

過去の行動を見直して、
これからも頑張りたい!



周防(スオウ)

感謝!



イサ

陰性でした!



オギ

健康に
気をつけていきます!



モミヤマ

これからも頑張ります!



タ

迷惑かけないように
頑張ります!



コン

自分を信じて。もう一度チャンス
もらって社会復帰するために、
常に感謝の気持ち忘れずに!



毎月発行の潮騒通信「どっこい生きてます!」の製本・発送作業が、ケアのプログラムに組み込まれました。毎月、その月内に読者に届けられるようにという、見直し作業の一環です。仲間たちが印刷紙面の折りや丁合、製本、発送作業に熱心に取り組んでいます。当事者活動の意義を力説する栗原センター長の助言で、プログラム化が実現しました。

仲間たちは「一日でも早く届けられるように頑張ります」「潮騒通信が多くの方に読まれることを願っています」と意欲をみせています。

行事予定

3月の行事

3月2日 水戸保護観察所 スマーブ
3月3日 潮騒俳句会
3月24日 しおさい人間塾（講師・坪倉洋一さん）

4月の行事予定

4月6日 水戸保護観察所 スマーブ
4月7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。

有料 定期購読

平素は潮騒通信「どっこい生きてます!」をご愛読いただき、心より感謝申し上げます。潮騒通信は、多くの有料会員購読者様によって発行を維持できております。今後も定期発行にお力添えいただきますよう、読者の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

定期購読のお申込み・お問い合わせ

0299-77-9099

献金・献品を頂いた方 (3月15日現在)

- ・ 浦手 浩 様
- ・ 杉浦 篤 様
- ・ 株式会社オカミ 代表取締役 岡見 正昭 様
- ・ 松浦 勇 様、上田 礼子 様
- ・ 有限会社柴田工作所 代表取締役 柴田 宣政 様
- ・ 片平 春枝 様
- ・ 森川 様
- ・ 公益財団法人 社会貢献支援財団 様
- ・ 弁護士 川上 様
- ・ 株式会社恒東食材 代表取締役社長 林 良和 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、何卒よろしくお願い申し上げます。
※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。

ごまめの歯ざしり

コロナパンデミックで世界中が先行き不安と無力感に満ちている中、あろうことかプーチンのロシアが兄弟国ウクライナに侵略戦争を仕掛け、世界が一挙にきな臭くなった。その3日後に近藤恒夫さんがひっそりと息を引き取った(本号の追悼特集)。歴史的な愚行を誰も食い止められない、不気味な時代の到来を思わせる状況を横目に、近藤さんの生と死の意味をとらえ返したい▼おおよそリーダーには二つのタイプがあると、僕は考える。「俺に付いて来い」式の剛腕型と、「この人のためなら…」と思わせる弱腰型だ。今や裸の王様となった戦争狂プーチンが前者であり、ダルクを通じた社会運動に人生を捧げた近藤さんが後者に当たる。人は先が見えないと、つい強いリーダーシップを求めたがるが、僕はこの「強さ」がくせものであり、もろさだと思う。本当の強さとは「自分の弱さ」「駄目さ加減」を周囲にさらけ出せるか、にある。「しょうがないなあ。じゃあ俺たちが頑張ってこの人を支えるか」となるからだ▼もちろん、これは依存症の回復プログラムの神髄にほかならない。近藤さんはダルクでもこれができる数少ない人だった。あるいはハイパーパワーへの「お任せ人生」を全うした人だった。とにかく「いい加減」に熟達した人で、人一倍涙もろく、いつの間にか周囲をほっこりさせる達人だった。「もう、たたかうことをやめようや」と。近藤さんは非戦の持つ偉大な力を、それこそ自然体で、全身で表現できる稀有なリーダーだった。これほど「弱さ」を武器にできるリーダーを僕は寡聞にして知らない▼その近藤さんが亡くなる半年前に、コロナ禍で延期されていたダルク35周年フォーラムが開かれ、故・中村哲医師の活動にスポットを当てたのは意外だった。不幸にも現地で凶弾に倒れたが、アフガニスタンで人道支援に取り組んだ歴史的な意味合いを再確認できた。中村さんは反戦を超えて非戦を訴え、何よりも自分が英雄視されるのを嫌った。その愛弟子たちがフォーラムで、ダルクの活動と中村さんの功績を重ね合わせて顕彰してくれた。戦争は最大のパワーゲームである。近藤さんの中に自らの死を意識して「伝えなければ…」という熱い思いがあったのかもしれない▼世間的にはなかなか理解が及ばないとしても、近藤さんの人生はアレゴリー(寓意)とパロッドクス(逆説)、それにメタファー(暗喩)に満ちていた。80歳はヤク中にしては大往生だろう。依存症の回復を目指す「命のリレー」を全うしてくれた近藤さん、ありがとう。そしてさようなら。合掌。(勝)

潮騒通信 どっこい生きてます! 2022年3月号

Contents

P ❷ 巻頭言: MESSAGE from YUTAKA
我が回復の原点は自助グループにあり㊦

P ❸-❺ 追悼 近藤恒夫さん

P ❻-❼ しおさい人間塾 1:
靖国参拝ツアーで受けた心の歪みが私の生き方を変えた

P ❽ 回復を支える潮騒デイケアの幅広い取り組み 2 P ❾ 条件反射制御法で世界を変えよう 第5回「反射とは何か」

P ❿-⓫ 受刑者からの手紙 P ❶-❸ しおさい俳壇 今月のお題「雛まつり」

P ❶ 3月のクリーンバースデイ / 行事予定 P ❶ 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/

●本誌ニュースレターの製本・発送作業プログラム



●お散歩プログラム



●デイケア昼食の盛り付け作業

デイケアの昼食が「おらげのかまど」による給食スタイルに変わりました。自分たちでプレートに盛り付け、洗い物も自分たちで順番にやっています。食材の廃棄を減らす取り組みにもつながっています。「おいしい！」と好評です。

