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 4 月 12 日発行 SSKU 増刊通巻 第 7285 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

潮騒 JTCに受け継がれている独自の「学び」で、茨城県立鹿島灘高等学校（夜間部）への今年度入学を実現したハギさん（右）と、彼を祝福する卒業生の栗原豊センター長（中）、同じく卒業生で先行く仲間のブーちゃん（3面に記事）＝４月７日、ハギさんが学ぶ教室で

2022
4

巻頭言

MESSAGE from YUTAKA

メッセージフロムゆたか

師であり恩人の近藤恒夫さんを追悼する

「いいんじゃないか、やってみたら」。約17年前、私はダルクにつながって3年にも満たないのに重大な岐路に立たされました。思い悩んだ末に「もはや自分で新たなダルクをつくるしかない」と腹を括り、近藤恒夫さんを訪ねました。初対面ながらも近藤さんは、私の決意を後押ししてくれました。「仲間はフラットな関係で、回復したら社会に戻すこと。それがダルクの理念だ」。あの言葉は今も私の脳裏に焼き付いています。近藤さんは当時も赤ら顔で、ひょうひょうとした表情が印象的でした。還暦を迎えて数年の私より2つ年上なのに、どっしりとした風格が漂い、好々爺（こうこうや）の風貌でした。後に分かったのですが、近藤さんは仲間からの提案には、それが無謀に思えても「やらないほうがいい」「考え直せ」と否定することは一度もなかったといいます。“生涯チャレンジャー”を自認するダルク創設者としての生き方を投影していたのでしょう。「俺は飽きっぽい性格だから」と謙遜していましたが、仲間に手本を示すように亡くなる寸前まで新たなプロジェクトに意欲を燃やし、仲間の輪を増やし続けました。

私は百万の援軍を得た思いで独立したものの、間もなく大きな壁にぶつかりました。近藤さんの示した「仲間はフラット」「社会に戻す」のキーワードが、まるで私を試すような場面に出くわしたのです。「潮騒はダルクではない」「貧困ビジネスだ」。根拠のない悪評が一方的にダルク内に流布され、私は四面楚歌となりました。進退窮まった私は再度、近藤さんを訪ね助言を求めました。すると近藤さんは、「ダルクに仲間はずれの発想などない。逆にそれを反面教師に“許し”を身上とする自分の施設運営に励んだらいい」。そう私を諭しました。加えて「いっそのことダルクが取り組めていない就労支援に力を入れてはどうか」と、先を見据えた提案をしてくれました。その結果、潮騒はダルクの“くびき”から解き放たれ、独自の道を歩むようになりました。私の勝手な解釈ですが、近藤さんはいたずらに理想を語るよりも、現実的な「落とし所」を模索する懐の広さを持っていました。「肌が合わないなら、いっそのこと自分が信じる道を歩めばいい。大事なのは自分の問題に向き合うことだ」と。

このように近藤さんは、目の前の問題に焦って白黒の決着をつけることをせず、ある種の「いい加減さ」でやり過ごし、「時を待つ」リーダーでした。もとより依存症の回復はグレーゾーンなので、その匙加減は理に叶っていたのかもしれません。そう考えると、近藤さんは空間に生きる人というよりも時間軸に生きた人だったように、私には思えます。実際のところは失敗やだまされる場面も多かったようです。最近は「これだけできたから、もうダルクはいいだろう」と話し、傍流だった“潮騒モデル”の成功？を喜んでくれました。「ユタカは俺ができなかったことをやっている。モンスターだよ」と。でも近藤さん、この言葉は「謙虚であれ！」という戒めと受け止めています。なにしろ逆説と寓意（ぐうい）話が得意な近藤さんですから…。そのうちに私も天国でのミーティングに参加しますので、どうか安らかにお眠りください。

（法人理事長　栗原 豊）

ハギです。
与えられたチャンス、
活かします！

仲間のハギさんが
地元高校に入学

６年前、栗原センター長が先鞭をつけた茨城県立鹿島灘高等学校（夜間部）への「学び」の流れが、今年度も受け継がれました。今春入学したのは薬物依存症のハギさん（36 歳）です。少年院生活で高校には進学できませんでしたが、曲折を経て潮騒 JTC につながり、施設生活に惰性的になっていたなか、栗原センター長に地元高校への入学を誘われて一念発起しました。以下はハギさんと、実務面から彼の入学を支えた先行く仲間ブーちゃんの感想です―。

4年間は長いけれど夢に向かって歩いて行く

ハギ

センター長に「学校に行かないか?」って言われ、「ハイ！」と返事してしまった。あの時、どうしようか迷っていたら、入学しなかっただろう。後付けだけど、俺の高校進学を後押ししたのは、自分に誇れるものが欲しかったし、高卒の資格が取りたかったから。この一年取り組んだプログラムで、自分自身にお祝いをしたかったのもある。４月で１年クリーンを迎えるし、自分に誇れるものを掴みたい、そう思い「ハイ！」と素直に答えた。なのでセンター長の言葉に感謝しているし、あの笑顔が忘れられない。

入学式は緊張したけど、周囲には俺の入学を我が事のように喜んでくれる仲間たちがいる。この新鮮な気持ちを忘れずにいれさえすれば、これからの試練にも耐えられると思う。学校に行くことで自分が少しずつ変わり、無事４年間を過ごしていけたなら、こんな俺でも大事な仲間たちに「何事か」を伝えられると思う。どうしようもない俺が学校に行かせてもらえて、どうしようもなかった俺でも１年クリーンが出来て、さらに高校入学で自分に誇れるものが出来た。４年間は長いけれど夢に向かって歩いて行くので、仲間のみなさん、気楽に声をかけて下さい。

「通う忍耐」ではなく「継続していけることの実感」を

ブーちゃん

４月７日、県立鹿島灘高校の入学式。この日、仲間のハギ君が入学式を迎えました。去年、卒業した OB として私も参列させていただきました。最前列に座るハギ君の緊張した背中を見ながら、５年前の自分を想い出していました。当初、４年間通うことが出来るのかという不安と、高卒認定でどうにか高卒資格が取れないか、という自我を捨てきれないまま入学式を迎えた私に、栗原センター長は言いました。「学び舎（や）に通うことに意味があるんだよ」。このシンプルな言葉を一瞬で信じることができ、不安を手放せたのを覚えています。

アルコール依存症の自分でも、世の中の役に立って生きたい。日がたつにつれてその思いが膨らんでいきました。１年が経つ頃には「意味のない日常はないんだな」「仲間の支えで通えている」と感じました。２年になり「福祉の通信大学を目指したい」「手助けできる手段を学びたい…」と決意し、おかげさまで今、大学２年生になることができました。４年間の高校通学で一番感じられたことは「通う忍耐」ではなく「継続していけることの実感」。どんな時も仲間が支えてくれると言う感謝です。ハギ君の高校生活とプログラムを通しての成長がとても楽しみです。ハギ君、ご入学おめでとう！

赤レンガの獄舎を後にして

～「しおさい人間塾」講話から ～
Vol.02

苦労して実母と対面したものの不良の道へ

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

子供時代の話を続けます。ある時、私には実の母親がいることを知らされます。近所に住む親せきのおじさんからね。それを聞いたら、居ても立ってもいられなくなって…、実の母親ですから無性に会いたい。でも私は小学生でしょう、教えられた母の住んでいる町まではえらく遠い。戦後復興の始まりの頃だから、今のように道路も交通手段も発達していません。

おじさんは母のいる場所への行き方を地面に棒で描いてくれました。子供ながら、その道順を必死になって頭に叩き込んで、夏休みを待っていざ決行する訳ですよ。子供の足だし、行ったこともない土地でしょう。そりゃあ不安ですよ。とても1日じゃたどり着けない。でも、会いたさ見たさから行くんです。

今と違って道路は舗装なんかされてません。路線バスを乗り継ぎ、土ぼこりが舞い上がる田舎道を、迷いながら懸命に歩く訳です。1日目はここまで行った。よ～し2日目はあそこまで行こう。家に戻って、翌朝目覚めるとほこりで目が開かなくてね。そんな苦労をしながら3、4日かけてやっとの思いで、母の住む家（再婚先）を見つけるんです。そうして実母に会えたんですね。

おじさんはよくいる世話焼きな人なのか、あるいは親切心からなのか、それとも私を不憫（ふびん）に思ったのか、今考えても実母の存在を教えてくれた理由がよく分かりません。当時、私は周囲の悪童たちから「もらいっこ」とはやし立てられ、いじめられていました。養母からは愛情を掛けてもらえず、今でいう虐待を受けていました。農繁期には学校を休まされ、子供なのに大人並みに地味な農作業をよく手伝わされた。結局のところ里親の家に、自分の居場所はなかったんです。

で、やっとの思いで会えた母親なんですが、感動の初対面といいたいところですが、実際は少し複雑でした。テレビドラマでよくあるような、抱きしめ合う盛り上がりの場面ではなかったです。むしろ大人社会の理解し難い厳しい現実を、実母を通して見せつけられた。肩透かしを食らったような、何か物足りない感じでした。

そりゃあ、自分がお腹を痛めて生んだ我が子ですから、母親にとっては私が可愛くないはずがありません。でも、その時の母親のためらいのような様子から、私は「ここは来てはいけない場所なんだ」ということを察知してしまったのです。「やはり帰る場所は里親の元なんだ」と自分に言い聞かせて、後ろ髪を引かれながら来た道をまた戻って家に帰りました。

後で分かったのですが、母親は再婚した夫である義父には、自分が生んだ子供がいることを隠していたようです。ましてや再婚だから、子供の目にもどこか遠慮がちで肩身の狭い思いをしている感じがうかがえた。だから目の前に突然現れた私には驚きを隠せず、

センター長ユタカが当時訪ねた地域の航空写真（写真は1961年）。提供／国土地理院

「ああ、ついに来てしまったんだ」という複雑な表情を見せたんだと思います。

もっとも私は、別の形で実母の愛情の深さを思い知ります。中学卒業後になかなか仕事が定着しなかったために、母を頼って一時期、再婚したその義父の下で働いたことがありました。半ば世をすね始めていたので、そこでの仕事は長続きしませんでした。

そんな身勝手な私に、有難い事に母親は私に代わって国民年金支払ってくれていたんです。こっちは実の母親に捨てられたという面白くない感情ばかりが根底にあったから、時おり突っかかったりしたんですけど、やはり母親ですよね。

年金は、私に対して負い目があったせいなのか、母なりの償いの気持ちの表れだったのかもしれません。大した額ではないとしても晩年、そのことが分かった時には母親の深い愛情に、人知れず男泣きしてしまいました。このことも私が、潮騒家族会の運営にこだわる根拠の一つです。

考えるに、家族の愛情って理屈を超えるんですよ。私たちアディクト（依存症者）には、回復の大きな支えになると思うんです。もちろん逆な面もあります。家族の愛情が重たいプレッシャーになって、スリップにつながる一因にもなりかねない。でも私は、掛け値なしに家族の力って凄いなあと思います。

とにもかくにも実母との対面を果たした私ですが、養母の下に戻ればまたもや居場所のない生活に日々耐えなければなりません。小学校時代は結構、勉強ができた私ですが、中学になるとからっきし勉強しなくなりました。経済的な困窮から、どう見ても高校には行けないと分かってきたからなんですね。父の実家にいた兄は何とか夜間高校に通わせてもらえたけれど、極貧の我が家の環境からはあきらめざるを得なかった。

やっとの思いで実母とつながったものの、当時の母が置かれた状況を見れば、とても私の高校進学を支援できる金銭的な余裕はなかったし、私も口に出さなかった。当時でも、就職組はクラスの少数派でしたが、私は腹を括って中学を出たらすぐに働き始めました。ところが、その第一歩で挫折を味わいます。

中学校の就職指導で、運よく同じ会社に私を含め同級生３人で入社できたのですが、私だけが３カ月でクビになってしまった。なぜだったのか？ 私がよほど性格がひねくれていたからなのか、あるいは元々私にこらえ性がなかったのか、いまだによく分かりません。

でも、その頃には自分の中に社会に対する反発心と自立心が大きく膨らんでいきましたから、「よ～し、それなら人の世話になどなるものか」「世の中を、自分の力で生きてやる」という虚勢を張る生き方に、少しずつ傾斜していきました。（次号に続く）

※本稿は栗原センター長の「しおさい人間塾」での講話を基に、新たに追加取材をして構成しています。

しおさい

第二回 人間塾

渋谷ダルクのトムさんらが亡き近藤さんを偲ぶ

国のまん延防止措置がやっと解除されたことを受け、第2回「しおさい人間塾」が3月24日、潮騒アディクションビレッジ会館3階フロアで開かれました。今回は、2月27日に亡くなったダルク創設者の近藤恒夫さんを偲ぶ特別企画として、近藤さんとの付き合いの長かった渋谷ダルク役員のトムさん（本名・坪倉洋一氏）が講師を務め、我が国の依存症回復史に大きな足跡を残した偉大なリーダーの知られざる側面を浮き彫りにしてくれました。

トムさんは、近藤さんが亡くなった翌日に都内の自宅に弔問に訪れ、ご遺族や仲間の計らいで独り遺体と対面する場面を設けてもらい、その時の様子を「闘病生活で棺の中の顔はやつれてはいたが、手には大好きだった麻雀パイを握り、近藤さんらしいと思った」「ひとしきり涙が出たものの心の中で別れを惜しんだら、自分なりに近藤さんの死を整理できた」と切り出しました。

ダルクの「種まき時期」に近藤さんに認められてダルクの職員となったトムさんは、近藤さんに随行して全国を講演で回るなどして比較的長く、身近で接して来ました。その経験から「近藤さんは人を引き付ける人間力がとても強かった」「ダルクの仲間に与えた影響力は図りしれない」と力説しました。また、トムさんに「俺のクリーン（＝回復）はプログラムと仲間がつくってくれた」と語ったように、近藤さんは言葉で教えるタイプではなく行動によって（プログラムの神髄を）伝える稀有なリーダーだったことも回顧しました。

講話の中でトムさんが「人を見抜く能力に長けていた」と述べたように、近藤さんは人間観察力に優れていながらも、「仲間となら違う考えの人ともフラットな関係で付き合った」「包容力に富むダイナミックな人だった半面、無類の人ったらし（寂しがり屋）で、とにかく仲間と一緒にいることが大好きだった」と述べました。最後に「近藤さんについて語ると尽きないが、自分の欠点や短所を正直にさらけ出し、あれだけ多くの仲間に慕われた人を僕は知らない。正直、亡くなったことで近藤さんの縛りが取れて、肩の荷が下りた部分もある」と明かし、ダルクのリーダーであり偉大な仲間の死をトムさんらしく悼みました。

この日は冒頭で、全員が一分間の黙とうを捧げ、近藤さんの冥福を祈りました。最初にクリーンタイム12年の渋谷ダルク責任者のツトムさんが講話し、近藤さんについて話しました。ツトムさんは近藤さんに誘われ一緒に海外に行った際に、現地に着くなり「さあ、ミーティングに行こう」と切り出された思い出を話し、「（薬物を）やめ続ける人はこうなんだと納得した」と振り返りました。他にも「近藤さんが怒った場面を見たことがない」「きちんと聞く耳を持って、相手を否定しない」「仲間となら分かち合えるという信念を持ち続けた人だった」とも語り、人懐っこい近藤さんの人柄を改めて浮き彫りにしてくれました。

アルコール依存症、リッキーさんの歩み

私の人生、諦めるには早すぎる

第 1 回

海外赴任と国際結婚の破局から再起を目指す／背景に家系の遺伝体質と機能不全家族が

潮騒 JTC に漂着した者たちには、それぞれに固有の過去と物語があります。入寮者の回復記シリーズ、今回からは一般の人にはなかなか経験できないであろう、海外暮らしの経歴を持つアルコール依存症の仲間、リッキーさん（54 歳）の登場です。よく言われるように依存症は人を選びません。社会的な地位や肩書、職業、性別や国籍などが違っても、当事者にその因子があれば陥ってしまう困難な病気です。一見、外からは順風満帆に見える人生にも、当事者を苦しめる運命の落とし穴はあるものです。リッキーさんは子供の頃からの夢を叶えようと、大学卒業後に大手ゼネコンに就職して海外赴任を経験し、遠い南アフリカの地で縁あって台湾人の女性と国際結婚したものの、やがて破局に至りました。帰国後は故郷に戻りますが、重症化したアルコール依存症に苦しんだ挙句、運命の糸に導かれるように潮騒 JTC へと繋がりました。今はリハビリを続けながら自分の問題と真剣に向き合い、残りの人生を海外での再起を目指そうと頑張っています。

昨年 10 月 19 日に放送された NHK のドキュメンタリー番組「プロフェッショナル　仕事の流儀」で、わずかなシーンですが、私も登場しました（左上の写真）。栗原センター長に随行した、いきなりの NHK 取材には面喰いましたが、あの日から私は潮騒 JTC で入寮生活を続けています。あれから 7 カ月余り、その間に 2 度のスリップ（再飲酒）がありましたので、決して順調な回復とは言えません。でも、ここを出て独り暮らしを始めたら元の木阿弥です。

以前のように誰にも相手にされず、あの酒浸りの孤独で自堕落な生活に戻ってしまうことは目に見えています。またもや出口の見えない、連続飲酒の最悪な状態に戻ってしまい、今度こそ命を落とし兼ねません。今はただ忍耐強く日々の（回復）プログラムに取り組み、施設側から与えられた役割をこなすことに専念する毎日です。

私の経歴が他の仲間たちと少し違うのは、子供の頃から海外で活躍したいという大きな目標を抱き、実際にそれを実現してきたことだろうと思います。結果的にアルコールによって失敗しましたが、まだまだ私は自分の回復を、そして人生を諦める訳にはいきません。もし私の中にアルコール依存という強敵がいなければ、それなりに人にうらやましがられる人生だったと思います。これから、その失敗体験の話をしていきます―。

祖父の隔世遺伝なのか「明るい」酒飲みに

私は茨城県北部の工業都市で生まれました。両親と弟の４人家族です。家系を遡ると、私のアルコール問題の根底にはどうやら遺伝的な体質が潜んでいるようです。自覚する範囲で言えば、当時は明確な診断名はなかったものの、父方の祖父は明らかに重症のアルコール依存症でした。祖父は地元発展の礎となった鉱山で働き、仲間を束ねるリーダー的な存在でした。

きつい仕事柄から飲酒は当たり前の風土の中で、私生活では何度もトラブルを起こしても、「困った酒飲みだから…」「よくある酒乱だから…」と許される時代でした。半面、若い頃の祖父は水泳で国体に出場するなどスポーツ能力に優れ、私にとっては時おり小遣いをくれる憧れの人でもありました。

私は祖父の隔世遺伝だったようで、そのＤＮＡを強く反映しているところがあります。祖父も私も飲むと「明るく」なるタイプで、泥酔して所かまわず寝てしまうなど周囲に迷惑を掛けることはあっても、家庭内で暴力を振るったり、物を壊すなどの破壊行為はありませんでした。でも依存症ですから、やがて身を持ち崩して孤立と孤独の人生に陥ったことでは共通しています。

一方、父の飲酒は違っていました。私からすれば、とにかく飲み方が「暗い」のです。私はその飲み方が大嫌いでした。（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 3

潮騒JTCの入寮生活は、原則としてデイケアを中心に回っています。その際に忘れてならないのは、「自給自足」をモットーに「自助＆相互援助」にウエートを置く当事者活動の施設運営ビジョンです。様々なデイケア・プログラムが当事者活動の円滑化や動機付けを後押ししているのは周知の通りです。ダルクなどではよく、「回復率の高い欧米の依存症リハビリ施設ではカウンセラーはあまり世話を焼かない。目の前にいるだけで手本となるからだ」という声を耳にします。潮騒JTCでもデイケア活動に関わるスタッフやサポーターらが“先行く仲間”として回復者カウンセラーの役割を果たし、目の前で入寮者の良い回復モデルとなっていることがリハビリ効果につながっているようです。

また、デイケアと連動する就労支援活動やナイトケアでの生活も重要です。潮騒JTCでは農業を中核にして、食堂（調理）や介護分野などで幅広い就労支援プログラムを組んでいます。入寮者は自身の回復レベルや成長度合い、生活状態などを総合的に判断し、当事者の意向に沿って段階的に就労プログラムへの参加を促していますが、依存症は「行きつ戻りつ」の困難な病気です。あくまで「当事者の回復が第一」とする考えから、スリップ（薬物再使用・再飲酒・賭博再燃）に陥る前に農作業などの現場から戻り、再びデイケア活動への参加を促しています。

振り返ると、潮騒JTCではデイケア活動も支援者らの出会いと支えによって発展してきました。転機となったのは活動拠点のアディクションビレッジ会館の発足と、「はまなすクリニック」の開院です。これにより専門的な医療デイケアが可能となり、さらにファイザー社の助成を得て就労支援プログラムを開発し、障害者総合支援法の就労B型事業とも絡むようになって、医療と就労支援の両面から相互連携が図られるようになりました。

しかし、ここ2年間はコロナ禍によるプログラム制限が続き、特に野外活動の休止は入寮者にとって大きな痛手でした。やっとここにきて、国の柱だった感染防止策のまん延防止措置が解除されたことを受け、少しずつ復活・改善されつつあります。入寮者には好評のカラオケ音楽プログラムも充実してきました。栗原センター長は「潮騒では同じメンバーが日がな一日顔を付き合わせているだけに、ストレスが溜まり、いろんな軋轢（あつれき）も生まれやすい。デイケア活動はその解消にも一役買っている。それだけに、規則より癒やしと共感を生むデイケア活動を今後も大事にしたい。もちろんナイト施設の生活環境整備や改善も可能な範囲で進めていく」と話しました。（終わり）

条件反射制御法で

世界を変えよう

第6回

反射で同じ行動が生じるので、動物はロボット？

下総精神医療センター 医師 平井愼二

動物が環境から刺激を受けると、それに応じて過去に生理的成功行動を司った反射が第一信号系で作動して、決まり切った反応が生じて、行動します。第一信号系に入る刺激が同じならば、出る反応は同じなので、同じ行動をします。ヒトも動物なので、酒をたくさん飲んで、酒をやめられなくなったヒトは、酒をやめる決意をしても、酒に関するコマーシャルを見たら、それが刺激になって、第一信号系で反射が作動して、決まりきった反応が生じて、酒を飲みます。

そのヒトは過去に、「やめようと思ったら、やめられるよ」などと言いながら、酒を飲んでいたので、酒を飲む行動を進める反射が、だんだん強くなったのです。

酒がもつ薬理作用に、防御、摂食、生殖に成功したときに生じる生理的報酬と同じ効果があります。その作用は、それが生じた時点までの神経活動を第一信号系に定着させるように作用します。だから、ヒトは防御、摂食、生殖に成功した行動を間違いなく再現して、生き延びて、進化してきました。そして、同じ効果をもつ酒を飲む行動も間違いなく反復するのですが、反復しすぎると、進化とは逆に、身体的にも社会的にも生きがたくなるのです。後に「もう危ないから酒をやめよう」と思っても、第一信号系は酒を飲む行動を決まりきった反応で進めるようになっています。だから、第二信号系でいけないからやめようと思っても、とめられません。機械のように同じことをします。酒を飲む機械を始動させるボタンを押されれば、その行動を、正確に強い力で進めます。酒を飲むロボットのようなヒトになってしまいます。

ロボットのように酒を飲み続けながら、ヒトはいろいろな言い訳をしたり、暴言を吐いたりします。それらの部分は第二信号系です。では、何がロボットかというと第一信号系です。酒を飲むことに関しては、第二信号系より第一信号系が優勢になっているので、第一信号系の作用がそのまま行動に出るとロボットみたいになるのです。決まり切ったことをします。第一信号系はロボットのように間違いなく、行動を正確に、力強く生じさせます。

さてここで、ヒトを除く動物の中枢は第一信号系だけだということを思い出してください。そうすると動物はロボットかということになります。

皆さんは「動物は裏切らない」という言葉を聞いたことがあると思います。動物は同じ行動をするからその言葉があるのです。では、動物はロボットかというと、動物は第一信号系しかもっていないので、同じ刺激に対しては同じ反応を生じて、同じ行動をするので、その見方においてはロボットです。

でもやはりおかしいですね。ではどのように動物がロボットではないかというと、動物は変化するのです。一緒に生まれた複数の犬は、育て方により、穏やかにも、凶暴にもなります。凶暴になった犬も訓練をすると従順になります。

酒をやめられないヒトも、最初から酒を飲むロボットではありません。酒をやめようと思えばやめられていたのです。しかし、その後、酒を飲むことを反復したので、やめられなくなりました。でもロボットではありません。ある一時点においては機械のように動きますが、経過においては生き生きと変化するのです。酒を飲むロボットのようになっているヒトの第一信号系にはたらきかけて、酒をやめられる元の脳に戻すのが条件反射制御法です。

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。

「頑張れ！」じゃなく「待ってる！」の一言が歯止めに

前略　手紙ありがとうございます。これは本で読んだのですが、依存症に対して無力であることを自分できちんと受け止め、認められる人が少ないそうで、私もその一人なのかと自覚させられました。そう考えると、潮騒ジョブトレーニングセンターのある茨城県鹿嶋市という、知らない土地で基礎体力づくりをするのも悪くないなあ、と思っています。というより自分のために必要なんだ、と考え始めたところでしたので、（文通担当の）周防さんの気持ち、そして栗原代表からの「待っているぞ！」との温かいメッセージに深く共感し、感謝しております。

これって経験者じゃないと分からないですよね。「頑張れ！」じゃないんですよ、「待ってる！」の一言なんですよね。実のところ私は少年院から施設生活を経験していますが、「待ってる」の一言を言われた後は出院、出所後10年以上パクられないんですよね。じゃあその間、真面目にしていたかっていう話になると、それは違うのですが…（苦笑）。なんて言うか、途中で「待ってる！」って言ってくれた人のことを考えると、不思議と歯止めが利くんですよ。

それだけに（回復の）プログラムは2年でも3年でも受け続けたいと考えています。強がってみても、意外に自分は孤独なので仲間も欲しいです。身元引受の方もお願いしたいので、ご検討のほど宜しくお願い致します。

（東京都　Tさん）

ギャンブルをやめて今度こそ真面目に生き直したい

拝啓　先日は忙しい中、お返事を下さりありがとうございます。またパンフレット送付していただきありがとうございました。栗原センター長のお返事にもあったように私は社会からはじかれ、周りからも懲役という目で見られ、本当に信頼できる人もほとんどいませんでした。私はもうそんな人生を送りたくありませんし、ギャンブルをやめ、今度こそ真面目に生き直し、楽しい人生を送りたいと思っています。私は栗原センター長がおっしゃったように潮騒JTCを自分の居場所として確保できるように、栗原センター長やスタッフの皆様に力をお借りして生活できるように努力したいのです。

そこで私から報告があります。栗原センター長のお言葉に甘え、センター長を知人として登録させて頂いたのと、身元引き受け人として申請をさせて頂きました。センター長にはとても感謝致しております。本当にありがとうございました。センター長さんやスタッフの皆様にはご迷惑をおかけすることもあると思いますが、今後も何卒よろしくお願い致します。私はこの塀の中で良い仲間や担当さんに支えられ生活をしています。今後も真面目に生活し、無事故・無違反で一日も早く社会復帰できるように頑張ります。

（山梨県　Kさん）

潮騒通信には興味あるコーナーが豊富で大変ありがく拝読

前略。先日は心温まるお手紙、そしてパンレットを送って頂き誠にありがとうございます。私の我がままな要望応えて送付して頂き感謝しております。手紙は周防さんからでしたが、私みたいな者のことを「今日から仲間です」と、ありがたい言葉を頂きました。前回のことを正直負い目に感じておりましたので、周防さんからのお手紙の内容に安心しました。

私は今回で７回目の受刑生活を送ることになります。今年の6月で54歳。まだ裁判中の身ですので、現時点でははっきりした刑期はまだわかりませんが、一部執行猶予の処分の取り消し分、8カ月がプラスされますので合わせて４～５年の刑期が予想されます。

これまで何度も覚醒剤で失敗してきてしまいましたが、残りの人生をやり直したいという強い意思を持っています。潮騒通信「どっこいいきてます」では、センター長からのメッセージ、貴重な体験談、施設の活動、行事予定、関連施設との交流会、受刑者からの手紙など興味あるコーナーがたくさん載っていて大変ありがたく拝読させて頂いています。特に受刑者からの手紙は、出所後に潮騒JTCを頼る人たちからの手紙で、今の私と同じ立場の人たちです。なので、さらに興味があります。合併号で紹介されていた「潮騒の流儀」親睦交流会、千葉ダルクと鹿嶋琉球太鼓のエイサー演舞、このプログラムに参加された「のんさん」「ぶーさん」「エビさん」達の感想文を読んで、すごい共感を持てました。同じ悩みを抱える仲間達と一つの同じ目標に向かい、日々の練習を経て、仲間と生まれる連帯感、そして舞台を終えたときの達成感。これは爽快だろうなと思いました。

私の方は最低でも三回の裁判があり、2回目は既に終わっています。早ければ4月、遅くても5月の受刑者という身分になると思います。どこの刑務所に行っても必ず登録しますので、手紙のやりとりパンフレット等で繋がりを持っていただきたいです。施設のことは詳しく分からない部分も多々ありますが、潮騒通信などによれば、関連施設は17カ所あり、周防さんは江戸川寮で寝起きをされているとのこと、茨城ではなく、東京にもあるんですね。

私自身の断薬の意思も固めていておりますので、今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

（東京都　Eさん）

受刑者と職員の 140 人以上の感染者が出て戦々恐々が続く

前略　その後、変わりなく元気でお過ごしのことと思います。私も変わりなく元気で無事、務めを果たしております。しばらくお便りすることなく、申し訳なく思っています。社会ではコロナ禍の真っ最中のようで、感染者も全国で10万人近くいるとニュースで報道されております。センター長にはどうかお身体に十分注意されてお過ごしください。

当所でも受刑者と職員の計140人以上の感染者が出て、作業はもちろんの事すべてのことがロックダウンされ、入浴や運動もできず、部屋から一歩も外に出ることができない状態が続いています。今も戦々恐々の状態で、なかなか思うように手紙を書けない状態が続いております。この手紙もセンター長の所へ届くのは多分、時間がかかっているのではないかと想像しています。今後も手紙は書いていくつもりでおりますが、遅れた場合はどうかお許しください。潮騒ジョブも大変な時期だと思いますが、どうかセンター長をはじめ皆様方にはご自愛ください。　（東京都　Hさん）

※コロナ禍のピーク時に頂いた手紙です。

※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。

しおさい俳壇

今月のお題 **蓬餅**（よもぎもち）

選者 桐本石見

今月の特選句

特選句

故郷や下校途中の蓬餅

まこ

作者の古郷は何処だろうか。私も通学の途次に親戚があり、時々寄り道をして菓子など貰ったり五円のパンを買ったりしたが、徒歩や自転車の通学も楽しい思い出だし、道草も四季の山河も彷彿して懐かしい句。

酒断って父の墓前に蓬餅

シゲ

酒は紀元前八千五百年頃メソポタミアで造られ、日本では稲作の始まる弥生時代とも言われる。以来酒は百薬の長とも気違い水とも言われる。八岐大蛇（やまたのおろち）は八塩折酒（やしおおりのさけ＝何度も繰り返して醸成された酒）で討たれたが、現代でも酒による事故は多い。墓前に蓬餅を供え断酒を誓う切々の句。回復を祈りたい。

草餅におしゃべり弾む婦人会

ナッチャン

蓬餅は草餅とも言う。婦人会で作ったのか、土産かも、食べながら話も賑やか。女三人寄れば姦（かしま）しいとも言うが、蓬餅の緑も春の日に相応しく明るい句。因みに蓬餅は九世紀頃中国から伝来し、母子草を搗（つき）込んだという。

俳句へのいざない

第二十六回 味付け

私達は食物に何かの味付けがないと食べづらいですが、その味付けは地方により家庭により千差万別で、一般には関西風と関東風があり薄味と濃い味です。

それに明治になるまでは京都は天皇の住まわれる都なので、衣類の色や料理の味も雅（みやび）ではんなりの言葉に似合う、昆布や雑魚（ざこ）の出し味を基本に醤油は薄口にして「出汁（だし）」と言い、関東は濃口醤油でうどんなどに絡む「つゆ」と言ったとも。

また昔の関西は日本海の北前船（きたまえぶね）で北海道などの昆布が入手し易く、江戸の方は太平洋の荒波に耐える船が少なく、昆布の入荷が少ないのが遠因だとも言われる。

また塩は弥生時代、味噌、砂糖は奈良時代、醤油は鎌倉時代に造られる様になり、料理の味付けも多様になったとも。

現代では地酒がある様に、味噌醤油も各県で造られ流通の発達で容易に入手出来るし、化学調味料も多様にある。因みに、食い倒れは大阪、伊予、信州、飲み倒れは江戸だとも言われるが、諸兄の故郷は如何でしょうか。

旅に出て宿の料理も良いが、その土地の特産の料理を味わうのも旅の醍醐味だし、味噌や醤油、珍味の土産も嬉しい。

俳句ではそうした食べ物の句を四季に通じて詠むのも趣きがあり、句の中に料理や旅の景色を詠み込むのも俳句の味付けと思います。

焼いてまた草の匂ひす蓬餅

蕎麦つゆも妻の故郷の東丸

（石見）

秀逸句

今月の秀逸句

利根沿いの新芽摘みたる蓬餅

オノ

草餅とも言い、中国から伝来した頃は母子草を搗き込んだが、母子を搗くのを忌み、薬草で何処にもあり繁茂の強い蓬になったという。緑の色も香りも春に相応しい。坂東太郎と言う利根川辺りに蓬を摘むのも大景の明るい句。

出来立てのほんのり温むよもぎ餅

めい

餅は焼いても美味いが、搗き立ての蓬餅は色も仄（ほの）かな蓬の香りも野趣があり、如何にも田舎を思う。柔らかさや温もりに祖母や母を懐かしむ実感の句。

鹿島宮鹿を眺めつ蓬餅

ヒロ

鹿島神宮の鹿は天照大神（あまてらすおおみかみ）の使者で、祭神の武甕槌大神（たけみかづちのおおかみ）に出雲国の大国主命（おおくにぬしのみこと）へ国譲りに行く命を届けられた古事から、今も神鹿（しんろく）として飼われる。蓬餅を食べながらその神代を偲ぶ句。

俺搗くよ妹は丸めよ蓬餅

エイちゃん

餅は稲作の弥生時代から始まり、稲霊（いなだま）や神器の鏡から鏡餅などして神に供える。また餅搗きは搗き方と手水方の掛け合いの間合いも大事で、夫婦の和合にも例える。ユニークで明るくリズムも良い一句。

小包に母の手紙や蓬餅

ラク

垂乳根の便りに届く蓬餅

イッサ

垂乳根（たらちね）は古語で父母や母、故郷から蓬餅の荷に添えて手紙もある。老いてたどたどしい文字かも。歌謡の北国の春を思う句で、私も故郷や父母など懐かしい。

神仏に先ずは供えり蓬餅

シゲ

今でも農家などでは、その年に採れた初物は神仏に供えて感謝と豊穣を祈願する。作今は物が多く粗末にし勝ちだが、こうした物への心遣いは大事にしたい実感の句。

佳作

おやつ時故郷を思ふ蓬餅	ひーちゃん
幼き日よもぎ摘みては蓬餅	チャコ
蓬餅食べる車座美味しいね	ニモ
今年また家族円満よもぎ餅	のん
いただくは季節の恵み蓬餅	ぴる
もう一個お手ての伸びる蓬餅	ふく
手作りの餡も旨かる蓬餅	あっちゃん
今年また皆で楽しむ蓬餅	モモタス
よもぎ餅里の香りも思ふかな	いるか
見て食べて甘い香りのよもぎ餅	ミニー
蓬餅息子と食べる夢をみし	あきら
のどけきや香り味わふ蓬餅	くま
お遍路の鈴も止まるや蓬餅	ラク
蓬餅供ふ小径の道祖神	エイちゃん
祖母の手に草の香残る蓬餅	しま
縁側でほっと一息よもぎ餅	ゆーみん
蓬餅祖母のてづくり里の味	みく
よもぎ餅季節の香り包まれて	れいこ
緑濃く香る草餅田舎味	えび
蓬摘み祖母と二人で餅作り	ソラ
よもぎ餅香り広がる春息吹	ゆっきー
美味しさも仲間と食べる蓬餅	みっちゃん
よみがえる口中の香よもぎ餅	ユタカ

4月 Clean Birthday シラフを祝おう！

クリーンバースデイ

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。

1年 ハギ（右）

高校生になりました！

2年 シンジ

これからも仲間と共に！

2年 ナデキ

頑張ります！

1年 サクヤ

潮騒に来て良かったです！

1年 ラク

アッという間だったけど、これからが本番さぁ！

2年 ナル坊

辛い時こそ 前に出ろ！

1年 フミオ

透析頑張ってます！

1年 まっちゃん

これからも頑張ります！

2年 ミヤノ

頑張ります！アイーン！

行事予定

4月の行事

4月6日 水戸保護観察所 スマープ
4月7日 潮騒俳句会
4月7日 潮騒お花見イベント（潮騒はまなす公園）

5月の行事予定

5月4日 鹿行歌謡愛好会カラオケ発表会
（入寮者飛び入り参加＆エイサー応援）
5月11日 水戸保護観察所 スマープ
5月12日 潮騒俳句会
5月下旬 2022年度潮騒NPO総会（書面議決方式）

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（4月15日現在）

- 小川 登志枝 様
- 高田 武義 様
- 山本 様
- 山田 照枝 様
- 草間 様
- 高橋 則子 様
- 浦手 浩 様
- 有限会社柴田工作所
  代表取締役 柴田 宣政 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。

ごまめの歯ぎしり

今月号も2月に亡くなった近藤恒夫さんを偲びたい。とにかく“全国区”の活躍をした人だから、しかるべき関係者による追悼本がそのうちに出版されるだろう。僕は極私的な立場から自分なりにとらえた近藤さん像を披瀝（ひれき）したい。先月号と重複する部分もあると思うが、どうかご容赦を ▼僕は前回、近藤さんを“弱さ”を武器にできる稀有なリーダーだったと記したが、もう一つ近藤さんを考える際に重要な要素は、東洋的な“中庸”精神ではないかと考えている。これについては説明が難しいのだが、「ちょうどよい」匙加減を体現できた人だった、と言えば分かって頂けるだろうか。視点を変えるなら、12ステップの「お任せ」人生を極めた人だった、とも言えるかもしれない。「僧に非ず俗にも非ず」のニュートラルな立ち位置を保ちながら、依存症人生を全うしたと思う ▼もちろん近藤さんは神様ではないから、個々の場面では矛盾や齟齬（そご）、仲間との感情的な対立もあったろう。でも、「そんな事はどうでもいいじゃないか」と相手の力みを削ぎ、絶妙なバランスで鞘（さや）を納めさせ、自分はもちろん他者をも人知を超える「高み」に預けさせる。目の前の問題も含めて「どうでもいいじゃないか」とあちら側の世界、つまり時間の側に追いやってしまう。それができる仙人みたいな、無手勝流の不思議な資質を持つリーダーだった ▼近藤さんに少しでも「商売っ気」があったなら、その道でも大成していただろうな、と意地悪な僕は邪推してしまう。実際、依存の世界には自らをアル中の回復者と強弁して貧困ビジネスで金儲けをしているリーダーもいると聞く。それぐらいだから、もし依存症問題を看板にして「近藤教」でもつくっていたら、さぞかし左うちわだったろうに…。でも、近藤さんは、そうした金儲けの生き方の対極人生を貫いた。言葉で導くより行動で範を示し、気が付けば周囲に仲間が増えていた ▼あの世で苦笑しているだろうが、やはり近藤さんは依存症リーダーとして人格的な影響力を持っていたと思う。その片鱗は晩年、「ダルクは一代限りでいい」とまで言い切った、自己完結の潔いビジョンに見て取れる。名誉や実績などに関心がなく、シンプルに仲間との絆に身を寄せて、見事に「命のリレー」の手本人生を演じ切った。西欧文化の色濃いAAやNAの風土で回復者として歩みながらも、極めて人間臭い東洋的な「いい加減さ」の魅力をブレンドさせた近藤さん、どうか安らかに。（勝）

潮騒通信 **どっこい生きてます！** 2022年4月号

Contents

P❷ 巻頭言：MESSAGE from YUTAKA
師であり恩人の近藤恒夫さんを追悼する

P❸ 仲間のハギさんが地元高校に入学

P❹-❺ 赤レンガの獄舎を後にして ～栗原センター長「しおさい人間塾」講話から Vol.2

P❻ しおさい人間塾 2：渋谷ダルクのトムさんらが亡き近藤さんを偲ぶ

P❼ アルコール依存症、リッキーさんの歩み｜第1回「私の人生、諦めるには早すぎる」

P❽ 回復を支える潮騒デイケアの幅広い取り組み 3

P❾ 条件反射制御法で世界を変えよう 第6回「反射で同じ行動が生じるので、動物はロボット？」

P❿-⓫ 受刑者からの手紙　P⓬-⓭ しおさい俳壇 今月のお題「蓬餅」

P⓮ 4月のクリーンバースデイ ／ 行事予定　P⓯ 献金・献品 ／ ごまめの歯ぎしり

■ 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/

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 4 月 12 日発行 SSKU 増刊通巻 第 7285 号

お花見に行ってきました

まん延防止等重点措置が解除されたことから、4月7日に花見イベントが行われました。場所（潮騒はまなす公園）の制約などから、肝心のサクラは十分に楽しめませんでしたが、野外での解放感を味わいながらお弁当をおしくいただきました。

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(会費に含む) 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 4 月 12 日発行 SSKU 増刊通巻 第 7285 号