

KSKS GARDENの記録

Oneness Mind vol.5

~自分を好きになることから始めよう~

ワンネスマインド

薬物、ギャンブル、アルコール依存症回復のエキスパート ONENESS GROUP ワンネスグループ
依存症でお困りならご相談ください。(受付時間10:00~17:00)
依存症相談ダイヤル 0120-111-351
依存症SOS相談メール: sos@oneness-g.com

依存症回復を支える、世界の仲間とのつながりを胸に。

●第1回ASEAN会議に参加して
抜けるような青空に、依存症回復の道を歩む、すべての人の希望を願わずにはいられません。いつもワンネスグループの活動に、ご理解とご支援をたまり、感謝申し上げます。5月上旬、タイのホアヒンで開催された「第1回ASEANアディクション研究治療会議(AC-ART2015)」を共催し、ワンネスグループの取り組みについて発表してまいりました。ホアヒンは、首都バンコクから海岸沿いに200kmほど南下したところにあります。古くよりタイ王室の避暑地となっている風光明媚なビーチリゾートです。



約150名の関係者が集まり、それぞれの研究や活動について情報交換しました。

この会議は、依存症研究や治療に携わる専門家や大学、政府、民間団体、治療施設などが一堂に会し、結びつきを築くこと、またこの分野をけん引する科学者や研究者、政策立案者らに情報を提供し、新たな展開をサポートできる体制を作ることを目指しています。マヒドン大学保健開発研究所が主催したもので、事務局を担当したのは、当研究所アディクション研究クラスターのプラパピョン・チュチャロエン教授です。彼女は、ICCE(国際ア

ディクション専門職認定教育センター)のコミッショナーを、私とともに務める同僚でもあります。去年6月にマレーシアで行われたICCEのワークショップでおつきあいがあったことがご縁で、今年2月に今回のプレゼンと、ワンネスが共催として加わる旨が打診され、お引受けすることになりました。

●世界的な学者、研究者とともに
ワンネスの他に発表したのは、精神科医や研究者がほとんどでした。タイだけでなく、アメリカ、オーストラリア、韓国からも参加していました。サイラス・マーセラス・エリス博士は、アメリカはイリノイ州のガバナーズ州立大学で教鞭をとる心理学者で、アディクションの回復の取り組みにおける、人間性の大切さを基調講演で訴えました。また、オーストラリアのクイーンズランド大学から参加され、ブレイン(脳)バンクの運営に関わるピーター・ロナルド・ドッド博士は、依存症のメカニズムを解明する鍵である神経系の研究では、ラットと脳の構造に違いがあるため、直接ヒトの脳を研究しなければならない部分があるという、興味深い話をされました。
第一線で活躍する専門家の発表の中、ワンネスとしては何を話せばよいのか、迷いもありましたが、アディクションの回復支援について後進国と言われる日本で、いったん経験を、率直に話しました。また、我々の取り組みは、アディクション研

究の積み重ねの上に成り立っていることへの感謝を伝え、自助グループの方法論とワンネスの先進性からなる専門回復施設の実績の融合から生まれた取り組みは、わが国で大きな効果を上げていることを、世界に向けて発信しました。世界には依存症の研究や、回復支援に尽力している同志がたくさんいます。彼らとの心のスクラムは、ワンネスの活力になっていることを実感し、新たな気持ちで活動しています。



ピーター・ロナルド・ドッド博士と

●海外交流を経験値として蓄積
このニュースレターが皆さまのお手元に届く7月には、全米問題ギャンブル協議会(NCPG)の会議で、国際ギャンブル依存カウンセラー認定委員会(IGCCB)代表のローリン・ルーゲル博士と共同発表をいたします。海外での交流が増える中で経験値を蓄積し、ワンネスグループ内の技術の向上や、わが国の依存症の取り組み全体に対する貢献に生かしていきたいと考えています。

2015年7月
一般財団法人 ワンネスグループ
代表理事 矢澤祐史

座長 矢澤祐史の ありのまま、 心のまま vol.5

ワンネスグループ代表の矢澤が、ふと感じた思いをつづっています。皆さまの気持ちが一変するようになりますように…

誰しにもやってくる、何らかの違いや変化を生み出す葛藤の分岐点。振り返れば「すべてはそこに既にあった」と気づく方もいるかもしれません。かつて経験した点と点が線となったように、すべての瞬間は新しい時への前奏曲として、表現されるのを待っているかのよう。点は線となり、時空を超えてやってきた前奏曲としての物語に「感謝」する日もすぐそこです。人生は「今」という「プロセス」を体験する連続体。最近、あなたが学んだ何か素敵なことを教えてください。それを伝えていただきたい。技術を磨くために、あなたは何をしましたか？ あなた自身があなたを目標めさせることで、多くの賢者が、あなたの中に舞い降りることでしょう。平和は論じられるものではないようです。内なる平和をもたらす、それが私たちが学び続けている心の技術です。あなたの積極的な決心、今日まで取り組み続けてきたこと、それらを私たちと分かち合しましょう。樹の年輪が大きくなるように、ひとつ学ぶことに命ある知恵や技術は広がります。私たちが続けている、命ある学びの年輪は、いつかくる壁を越えるために、今、用意されているのかも知れません。学びを止めてしまった人が多くいます。彼らの行き着く先は？ 私たちはいったい誰なのか？ あなたはその仮面で本当の自分を隠していませんか？ 私たちは依存症回復のエキスパートです。回復不可能とまで言われた依存症に、回復という奇跡を起こし続けている。私たちがならでの視点を共に分かち合ってください。

~ONENESS GROUPにご支援を~

平素はワンネスグループの活動に、ご理解、ご協力をいただきありがとうございます。皆さまの温かなご支援は、私たちの活動の励みです。今後ともよろしく願っています。

【献金してくださった方(五十音順)】
青木みどり様/足立幸子様/梅田則子様/大坂順子様/カトリック御前教会様/カトリック富雄教会様/カトリック大和高田教会様/カトリック大和八木教会様/小堀孝氏様/重田英治様/滝澤久海子様/田口大輔様/多田裕彦様/田中健児様/田端幸子様/天理教旭日大教会様/内藤さとり様/中村雅美様/奈良県遊技業協同組合様/奈良総合法律事務所 内橋裕和様/奈良総合法律事務所 荒木秀夫様/奈良総合法律事務所 倉橋毅至様/奈良総合法律事務所 東総忠幸様/なら法律事務所 弁護士 朝守令彦様/西大和カトリックセンター様/廣田美知子様/藤光明美様/松井文子様/村西黄玉様/山田三千代様/横田誠様...その他匿名の方
ご協力誠にありがとうございます。一同、厚くお礼申し上げます。(6月19日分まで掲載)

★献金はこちらへお願いいたします★
ゆうちょ銀行 店名 四五八 店番 458
普通口座) 0387467
口座名) ワンネスグループ 依存症関連問題基金

●「GARDENを支える会」事務局/高嶋昌司
奈良県に、薬物依存症のリハビリテーション・センターが設立されて、ちょうど10年を迎えることになりました。それは平成15年頃、当時、三重県内にあった依存症施設の代表者とカトリック京都府教区奈良地区(8教会)代表のマリス・修道会司祭キース・タロク様との出会いから始まりました。それからの2年、矢澤さん(現一般財団法人ワンネスグループ代表理事)も交えて支援の話し合いが続けられたと、聞いております。そして現在、国際的な活動を展開するまでに発展した、総合的な依存症治療回復への取り組みに「支える会」事務局の一端に携わってきた者として、感慨深いものを覚えると共に、「依存症は病気になる」というWHOの定義が、さらに理解が深まることを願っております。

【編集人】
Healing Garden Care Center 代表: 矢澤祐史
〒635-0065 奈良県大和高田市東中2-10-18
TEL0745-22-0207 e-mail: info@garden-ag.org
GARDENを支える会事務局
〒635-0092 奈良県大和高田市大中南町26-11
<カトリック大和高田教会内> TEL0745-52-2415

【発行人】
関西障害者定期刊行物協会
〒543-0015 大阪市天王寺区真田山町2-2 東興ビル4階
定価: 100円

臨床心理士 加藤力 ファミリーサポート ~あなたに癒しを~

profile
依存症の家族を支える「セルフ・サポート研究所」代表。ワンネスグループ本部スタッフ、約30年に渡るサポートの実績に基づいた、効果の高いプログラムを家族に提供し、多くの信頼を集めている。

境界線(バウンダリー)とは、個人的な所有物を囲う地境のことで、あなたがどういう人間で、どういう人間でないのかを定義します。そのため、あなたの社会生活全般に関わってきます。本来、境界の向こう側とこちら側には、互いに自分の世界があり、それぞれに別の「人格」があり、尊重される権利があります。つまり境界線とは、私が自分をコントロールするところと、あなたがあなたをコントロールするところを区別するためのものです。しかし境界線が混乱していると、自分の境界が侵されていることや、他人の境界を侵していることに気づかない場合もあります。また誰かに支配されたり、誰かを支配したりしようとする不適切な関係性(コントロールゲーム)にも陥ります。

境界線が不明瞭な関係性の代表に「共依存関係」があります。依存症は、依存症者とその本人を支える支え手(イネイブラー)によって成り立っています。依存症者が依存対象のことで頭がいっぱいなと同様に、家族(イネイブラー)は、依存症者の問題を解決することで頭がいっぱいです。例えば本人が作った借金を返済してしまい、本人が負わなければならない責任を肩代わりしてしまうことも境界線を侵している代表的な例です。このように誰かの心配や世話焼きをしてエネルギーを使い果たし、「誰かに必要とされる必要」が気づかないうちに自分で抱いてしまっている状態を、「共依存症」といいます。

家族は当事者の回復を支援する第一支援者でありたいものです。まずは家族自身が自分の問題に気づき改善しなければなりません。そのためには回復をサポートしてくれる専門家や、同じような悩みを持った仲間との出会いが必要です。

私は私 あなたはあなた 私はあなたではないし あなたはわたしではない
しかし、2人(他者)は愛するがゆえに 一つの全体だ

【すべてのお問合せ・お申込み】
TEL 0745-24-7766 (ワンネスグループ本部) / http://oneness-g.com

ワンネスグループでは全国各地で依存症に関するイベントを行っています。詳しくは各イベントのチラシ、またはワンネスグループのホームページをご覧ください。スタッフ一同お待ちしております! ぜひお近くの会場へお出かけください!

- ★依存症を知るセミナー★
【奈良・奈良市】7月21日(火)、9月8日(火) 18:30~20:30
エルトピア奈良小会議室3(奈良市西木辻町93-6)
【兵庫・神戸市】7月25日(土)、9月26日(土) 13:30~16:30
兵庫県中央労働センター視聴覚室(神戸市中央区下山手通6-3-28)
【愛知・名古屋市】7月30日(木) 18:30~20:30
名古屋市中区小会議室吹上ホール第4会議室
(名古屋千種区吹上2-6-3)
【大阪・大阪市】8月12日(水)、9月16日(水) 18:30~20:30
ドーンセンター中会議室2(大阪府中央区大手前1-3-49)
【岐阜・岐阜市】8月20日(木) 18:30~20:30
岐阜文化センター第2会議室(岐阜市金町5-7-2)
【京都・京都市】8月22日(土) 13:30~16:30
京都社会福祉会館第1会議室(京都市上京区堀川通丸太町下)
【三重・四日市市】8月28日(金) 18:30~20:30
じばさん三重研修室2(四日市市安島1-3-18)
- ★ワンネスファミリーグループセミナー★
臨床心理士加藤力がサポートする家族のためのセミナー
【東京・江東区】7月25日(土)、8月15日(土) 13:30~17:00
NPO法人セルフ・サポート研究所
(東京都江東区亀戸3-61-22 2階)
参加費: 2名での参加まで3000円、
3名(家族など)以上5000円
- ★ダイバージョンシンポジウムin沖縄★
【沖縄・那覇市】8月29日(土) 13:30~16:30
沖縄県産業支援センター(沖縄県那覇市宇小塚1831-1)
講師: 菅原直美(弁護士/ワンネスダイバージョンセンター長)
- ★フォーラム
【日本における依存症関連問題の解決を目指して】★
【神奈川・横浜市】10月3日(土) 11:00~16:45
県民共済みらいホール
(横浜市中区桜木町1-1-8-2県民共済プラザビル1階)
講演/ロクサーナ・エリクソン(ミルトンエリクソン財団理事)
講演/ティ・ビアン・ハウ(コロンボ・プランICCEディレクター)ほか
参加費: 無料 ※資料代として2000円が必要
ワンネスグループ創立10周年を記念して開催、海外の専門家を招き、日本における依存症関連問題解決の未来の方向性を探る。

★依存症を知るセミナー 東北キャラバン★
【岩手・盛岡市】9月27日(日) 13:30~16:30
アイーナいわて県民情報交流センター 501A
(盛岡市盛岡駅前西通1-7-1)

★依存症回復セミナー★
【沖縄・那覇市】7月18日(土)、8月15日(土) 17:30~20:00
沖縄県男女共同参画センターに在る3階研修室1
(那覇市西3-11-1)

メディアで紹介されました! ワンネスグループの活動が、新聞やテレビなどで紹介されました。グループのホームページでは記事をご覧いただけます。 http://oneness-g.com

- ・4月13日 新聞「琉球新報」朝刊/セレニティパークジャパン沖縄がセミナーを開催
- ・4月18日 新聞「奈良新聞」朝刊/ GARDENが薬物依存フォーラムを開催
- ・5月11日 新聞「東奥日報」朝刊/ワンネスファミリーグループ青森スタート記念セミナー
- ・6月9日 新聞「沖縄タイムス」朝刊/絵本翻訳プロジェクト
- ・6月12日 新聞「琉球新報」朝刊/絵本翻訳プロジェクト
- ・毎週月曜14:00~ / 木曜22:30~ J・COM「あした笑顔になあれ」
- ※東京地区20局で放送中(放送終了後、YouTube「ワンネスグループ」チャンネルでも配信)
- ・毎週火曜 FM沖縄Fine! / リカバリーライブ 依存症を生きる
- ※大城勝太さんパーソナリティの番組内で、SPJ沖縄スタッフ(毎週火曜9時40分ごろから)出演中

取材のお問合せ・お申込み
ワンネスグループ本部(担当: 村田)
TEL 0745-24-7766

ONENESS GROUP ワンネスグループのエネルギーは、今、全国に広がっています。

◆ Garden ◆
一般社団法人 GARDEN (奈良・大塚・沖縄・セブ島)
薬物・アルコール・ギャンブルなどの依存症治療施設

Family Intervention Center
ファミリーインタベンションセンター (札幌・仙台・東京・名古屋・京都・大阪府・広島・福岡・沖縄)
本人を助けて治療へ繋げるサポート。 依存症家族のための相談窓口。

Serenity Park Japan
一般社団法人 セレニティパークジャパン
アルコール・ギャンブルなどの依存症治療施設

Serenity Park Okinawa
一般社団法人 セレニティパークジャパン沖縄
アルコール・ギャンブルなどの依存症治療施設

Garden
GARDEN セブマクタンアイランド
留学型のアルコール・ギャンブル依存症治療施設

Flower Garden
フラワーガーデン
女性専用のアルコール・ギャンブルなどの依存症治療施設

治療共同体メソッドに基づいた

国内初の女性のための 依存症リハビリ施設

『フラワーガーデン』が 1周年を迎えました。

フラワーガーデンのイメージ
フォトには、「クライアントを
大切に」「自分自身が自分
を大切に」というメッセ
ージがこめられています。クライ
アントが、それぞれに自分らし
い花を咲かせられるように願
い、サポートを続けています。



ごあいさつ
フラワーガーデン施設長
オーバーヘイム容子

皆さまのおかげで1周年を迎えました

昨年6月、治療共同体メソッドに基づいた国内初の
女性専用依存症リハビリ施設として、奈良県橿原市に
設立した『フラワーガーデン』が、皆さまのおかげで1
周年を迎えることができました。皆さまからの日ごろ
のご理解とご支援に感謝の気持ちでいっぱいです。こ
の1年間で、私たちは様々な悩みを抱えた女性と出会
いました。ワンネスのプログラムを用いて、クライ
アント一人ひとりが抱えていることに向き合い、女性ら
しさを大切にサポートを続けてきました。1周年
を迎えるにあたり、あらためて「女性のための依存症
回復支援施設」の必要性を強く感じております。

女性同士だからできる回復を目指して

開設当初は、女性特有の感情の不安定さや身体の
悩みなどを含んだ問題に向き合う、この重要な任務を
果たせるのだろうか、私自身が不安に感じることも
ありました。しかし、いつも献身的に支援してく
れるスタッフや、ワンネスグループの仲間の協力、そ
してクライアントと過ごす回復の日々を通して、女性
専用のリハビリ施設だからこそできることが、経験と
して感じられています。この年に「女性同士だからこ
そわかち合い、わかり合えること」「衝突することで見

える人間関係」など、多くのことを学ぶことができま
した。施設内の様子も、とても明るい雰囲気です。10
～40代という世代の違う利用者が一緒に回復を目指
しています。お互いの違いを認めることが、新しい
発見と共感につながっています。スタッフとクライ
アントと一緒に、依存症という病気に取り組み、
新しい生き方、考え方を習得するために日々を懸命に
生きています。

失敗も成功も成長の糧として

今、依存症に苦しむ女性は増加傾向にあると厚労省
からの発表もあり、対策がますます急がれています。
にもかかわらず、依存対象は違ったとしても、重症化
してからでないと施設につながる事ができない
ケースが多いように感じられます。私たちができるこ
とは、女性専用の依存症回復施設としての存在を広く
発信して、ひとりでも多くの方とつながり、ともに回
復を目指すこと。さらには回復後に、女性が自立して
社会の中で生活できるよう、また依存症で傷ついた家
族の再生や再び子育てが行えるようサポートするこ
とです。重大な責務ですが「失敗も成功も同じ学びと
して受け止めることで成長していける」という、グ
ループ代表である矢澤の教えをモットーに、みんなが
幸せになれるよう、さらなるチャレンジを続けてい
きたいと思っています。先日、スタッフとクライアント
のみんなで、これからのフラワーガーデンのイメージ
像を話しました。「笑顔あふれる場所」「一人ひとりが
安心できる」「回復を楽しもう」「輝く女性の施設」な
ど、前向きですばらしい意見が出ました。私たちの存

Report

フラワーガーデンフォーラムを開催 6月27日(土)／大阪市立総合生涯学習センター

『フラワーガーデン』開設1周年を記念したフォーラム「女性の依存症回復～
一緒に回復していこう～」を大阪・梅田で開催しました。当日は依存症本人やご家族、
また司法や行政、医療関係者など多くの方が参加し、1年間の歩みを振り返る
とともに、女性の依存症支援には何が必要なのかを考えるひと時となりました。
利用者の体験発表や、回復者でもあるスタッフと母親による対談が行われた
ほか、設立時から関わってくださった弁護士、議員、家族会などの皆さんによる
リレートークで、それぞれの熱い想いが語られました。今後もフラワーガーデン
の存在を発信し続け、依存症の渦中にある本人やご家族と、さらには女性な
らではの問題を解決するため、様々な職種の方々とお会いしたいと感じています。



「1年間、いろいろなことがあったからこそ、
女性専用回復施設の必要性をますます感じ
る」と語った施設長のオーバーヘイム容子。



参加された方々は利用者の体験談に涙したり、笑つたりしながら耳を傾けてくださいました。同じ時間を過ごすことで、理解と支援の輪は広がっていきます。

フラワーガーデンに つながれた奇跡に感謝。

ちーさん

私は5歳児を持つシングルマザーです。10代の頃からコ
カインや大麻、覚せい剤、危険ドラッグなどの薬物依存に
苦しんでいます。最初は興味本位でしたが、じきに薬物に
飲み込まれ、水商売を始め、クラブに通い、刺激を求める毎
日でした。そして19歳の時に妊娠し、20歳で結婚しまし
た。その夫も薬物依存症で、私が子どもを産んで5日目に
警察に逮捕されました。不安になった私は、妊娠中はタバ
コまでやめていたのに、また薬を再使用しました。そんな
私を、父親は精神科病院に入院させましたが、入退院を7
回もくり返しました。結局、病院では回復はできず、親が見
つけてくれたフラワーガーデンに入寮したのです。今、仲
間の中にいるにつれ、やさしさや思いやりに触れ、少しづ
つ自分が変わっていくのがわかります。仲間といれば悲し
みは10分の1に、楽しいことは何倍にもなる。ここに来ら
れていなければ、今ごろ刑務所か死んでいたのではないか
と思います。フラワーにつながれた奇跡に感謝しています
し、今は両親にも感謝できるようになりました。いつも一
緒にいてくれる仲間にも感謝です。



施設内で相談やグループワークを行うインタ
ビュールーム。ほかに多目的室などもあります。



ワンネスの依存症回復プログラムは多岐に渡ります。
この時には女性が抱えることが多い困難としてドメ
スティック・バイオレンスについて学びました。DVの
関係性を通して、新たな関係性を学んでいます。



町内清掃に参加しました。町内の方と交流すること
に不安や緊張もありましたが、清掃中に「ご苦労様」
と声をかけていただきうれしかったです。今後も地
域に根づいた施設にしていきたいです。



フラダンスのワークを行いました。身体を楽しく動か
すことで、適度に汗をかき代謝をあげてリフレッシュ
します。音楽を聞きながら、リラックスして行いました。

在は小さいかもしれませんが、大切な使命を胸に、ス
タッフとクライアントと一緒に、輝くフラワーガーデン
に育てていきたいと考えています。これからも応援
をよろしく願っています。

Information

「手をつなごうよ～今を生きる人々へ～」プロジェクト 依存症を抱える女性とその子どもたちへの支援ご協賛のお礼

ワンネスグループと女性のための依存症リハビリ施設『フラワーガーデン』では、依存症や生きづらさを抱えるご本人
やご家族(とくに子ども)のサポートを通じて、「いのちの大切さ」「つながりの中で生きる」というメッセージを発信して
まいりました。今、成人女性の依存症が増加傾向にある
と警鐘が鳴らされるなか、さらなるサポート体制の充実
が必要だと考えています。私たちはフラワーガーデンの
プログラム充実のため、また依存症や生きづらさを抱
える女性の支援、さらには家族(子どもたち)の支援のため
にさまざまなプロジェクトを計画しています。

私たちのプロジェクトにご賛同いただける方々から、
多くのご支援をいただいております。スタッフ一同深く
お礼を申し上げます。ここで、ご支援いただきました皆
さまのお名前をご紹介します。皆さまよりいただき
ましたご厚情は、有意義に使わせていただきます。

ご支援、ありがとうございます!

フラワーガーデン クライアントの ストーリー

フラワーガーデンフォーラムでは、
スタッフや利用者の方が、体験談を語ってくれました。
自分の経験をありのままに勇気を持って話す姿こそが、
回復の道を歩んでいる証だと感じられました。
体験談を一部、レポートします。

自立してからも、 回復の道を歩み続けることが目標。

ようこそ

ふり返れば物心がついた頃から、周りの人たちと自分は「ど
こが違う…」と感じていました。その感覚がずっとぬぐえず、
空虚な心を埋めるために、アルコール、薬物、食べ物、異性…と
依存してきました。初めてアルコールを飲んだのは小学校高
学年の頃、薬物を使ったのは12歳の時です。当時の私は、何か
に依存することで心の拠りどころを見つけていたのだと思い
ます。依存対象のない生活から抜けられず、最後には依存し続
けることに限界を感じ、死にたいと思うようになっていま
した。17歳の時に先に依存症から解放された仲間から助けの手
を差し伸べてもらい、回復の中に繋がりました。縁あって約2
年前、ガーデンには職員としてつながりました。ガーデンのプ
ログラムを利用者さんと共に進めることで、より一層プログ
ラムの必要性を感じています。薬物などの依存物質を使うこ
とはたしかにいけないことですが、それなくしては生きられ
なかったことも事実です。自分の生きづらさを見つめ、回復プ
ログラムを続けるうちに、希望を持つことができ、幸せになっ
ていい、幸せになれるんだと確信することができました。かつ
ての私と同じように、依存症やさまざまな生きづらさに苦し
む人たちを支援することが、自分自身の回復の歩みでもあり
ます。いつも一緒に回復の道を歩んでくれる仲間が力の源で
すし、もっと彼女たちの力になりたいと思っています。

自分自身を探求し、 自立を目指していきたい。

まいさん

17歳の時、当時、付き合っていた男性に覚せい剤を勧めら
れ、興味本位で始めました。薬を使うと自分に自信が持て、瘦
せられることでさらに自信が持てました。風俗店で働けばお
金も手に入るの、薬が買えずに困るという経験もなく、ダ
ラダラと続ける日々でした。昼の仕事に就いて、半年程度薬
が止まっても、結局、再使用し、薬のない生活なんて、私には
もう無理だとあきらめていました。そんな時、警察に逮捕さ
れ、刑務所へ行くことに…。裁判の時、情状酌量のための証
人として、お父さんが必死に私をかばってくれ、涙が止まり
ませんでした。「今までやりたい放題やってきたのだから仕
方がない」と、刑務所では一日でも早く刑期を終えられるよ
う、問題なく過ごせるよう、心にフタをして過ごしました。2
年半服役し、弁護士さんの勧めでフラワーガーデンにつな
がりました。家族と離れてゼロからのスタートで、最初は不
安でいっぱいでしたが、仲間と話ができるようになったり、
ふとした景色に心が動いたり、今までになかった小さな喜
びを感じられるようになりました。過去は逃げればかりの人
生でしたが、自分自身を探求し、自立を目指していきたいで
す。先行く仲間のように、私も回復し続けることが目標です。

愛する息子たちや母と、 いつか笑顔で会いたい。

ゆみさん

初めて覚せい剤を使ったのは18歳の時でした。当時、キャン
ブルに狂っていた夫と離婚し、夫がいなかった場所で幼い子ども
たちを育てようと、水商売をしながら必死で働いていました。地元
を離れて、幼い子どもたちを育てることはとても不安で、そんな
不安や淋しさを消して、強い自分にしてくれる薬が私には必要
でした。しかし、薬を使わずに生きることができなくなり、泣き
ながら「何をしているんだろう」と自分を責め続ける生活が15
年以上続いたのです。約2年前、別のリハビリ施設につながり、一
度は回復を目指しましたが、再使用が始まりました。昨年10月
にフラワーガーデンにつながりましたが、当時は回復への希望
も抱けず、感情もなく、人が怖かったです。入寮して5カ月の時、
リラブス(再使用)し、ようやく底をつきました。それから仲間
の力を借りて、回復に希望が見つけられるようになり、変わりました。
今は毎日の生活に感謝しています。薬漬けの人生に、何度も
死にたいと思って生きてきましたが、今は薬がなくても生きて
いける力がほしいです。私の回復は始まったばかりですが、いつ
か愛する息子や母に笑顔で会いにいきたいです。

「手をつなごうよ～今を生きる人々 へ～」プロジェクト協賛いただいた 皆さま

プロジェクトに協賛いただいた方のお名前
をご紹介します。

福原正様／株式会社井戸田蒲田店様／株
式会社ダイショク様／新奈良法律特許事
務所様／城垣税理士事務所様／弁護士
宮坂行様／トドロキボウル様／株式会
社FVC様／南部総合法律事務所様／弁
護士 戸城杏奈様／つながり総合法律事
務所様／中川印刷所様／当麻モーター
様／菊井正宏様／一法律事務所 弁護士
射場守夫様／弁護士法人やまと法律事務
所 弁護士 幸田直樹様(6月20日分まで掲
載)／順不同)

