

# はあもにい



発行元：特定非営利活動法人 セルフ・サポート研究所

一薬物依存症者をもつ家族の会【はあもにい】

〒 136-0071 東京都江東区亀戸 3-61-22

Tel 03-3683-3231

そよかぜライン（毎週・月・pm 1：00～8：30）

Tel 03-5628-2522

URL <http://www10.ocn.ne.jp/~hamoni/>



よろこびが集まったよりも  
 悲しみが集まったほうが  
 しあわせに近いような気がする

強いものが集まったよりも  
 弱いものが集まった方が  
 真実に近いような気がする

しあわせがあつまったよりも  
 ふしあわせが集まった方が  
 愛に近いような気がする

星野富弘著  
 『風の旅』より



## VOL. 14 今月の特集ほか

2～6ページ：沖縄GAI A (リハビリ施設) 見学が司および観光の感想

7ページ：自主グループに参加して

8ページ：今月の予定など



# 沖縄

# そしてGAIA

## それぞれにとっての沖縄は いかがだったのでしょうか？

沖縄のリハビリ施設 GAIA が誕生して 2 度目の訪問ツアーが、昨年 11 月 30 日から 2 泊 3 日で、実施されました。

今回、お母さんたちは 2 班に分かれて飛行機に乗ることになりましたが、集合場所に次々集まってこられる顔は、修学旅行に行く子供たちのように輝いていました。

沖縄にいる子供たちとの合同面談の期待と不安を感じる人、観光や見学だけでちょっとのんびりできそうと思っていらっしやる人、さまざまな思いを乗せて飛行機は一路沖縄へ.....

行けて良かったサー！

☆☆☆

R・S

今

回のガイア訪問、私は出発 3 日前にあわただしく行ける事となった。

十一月中旬に義母が亡くなり、私は夫以外の家族に旅行の事を言いそびれていた。「行きたい」「行けない」そんな自分への問答の末、思い切って言うてみたら義父が「行ってくればイイじゃないか」と思いがけぬ嬉しい返事、この一言で私は行ける事となった。

沖縄へは個人

的な旅行も入れてこれで 6 度目になるが、今回の旅行の世話人



になっていたというのに、何も出来ず、皆に“おんぶに、抱っこ”の状態で行く事となり、皆にはただただ感謝、ありがとうです。旅行中は集中力に欠け携帯電話を喫茶店に置いてきたりと、“ボー”としている私がいだ(幸い、携帯は仲間の協力で、心あるお店の人のおかげで私のもとへ戻り・・・万歳)。紛失したら最悪の旅となっていた。沖縄にいるはずの息子は、今回“出稼ぎ”に行ったばかりで、私たちとはすれちがいとなり、会えなかった、こんな年があってもイイのかなー(チョッピリ寂しかったが)。

一年ぶりの“ガイア”、窓をふきぬける風は台風の影響で強烈だったけど私には去年と同じさわや



かな心地よさだった。皆が作ってくれたカレーも最高の味、“息子等”に手料理でもてなしてもらうなんて滅多に無いこと、嬉しい限り“回復の味”をたっぷりと味わった。公民館では皆が照れながらも話してくれた事や、稲田先生の丸顔に滲み出てたやさしそうな雰囲気、心がなごみ励まされるミーンティングだった。今回は“はあもにい”のメッセージを(沖縄県立総合精神保健福祉センター)へ家族として初めて届ける事が出来、日本の最南端の島へ来た甲斐があったと感無量、庭先に「ハブに注意」の警告の看板をみつけさす南の島だと驚嘆!、センターを訪れ車を降りたとき、自分のズボンに穴が開いていることに気付かず、危うく恥ずかしい思いをするところだった

が、



仲間の機転で車のかけにかわれて縫ってもらい、難なく訪れることが出来た思い出の場所となった。最後の日には懐かしい人がやさしいお母さん、お父さんの顔になって赤ちゃんを抱いて会いにきてくれ、とてもうれしかった!。旅行中ボーとしていた私だったが、皆に助けられた沖縄の旅だった。“行けて良かったサ!”



☆  
☆  
☆

## 心強いガイア存在

F・I

私にとっては三回目の沖縄。

今回初めてSS研の皆との沖縄行きに参加した。

息子がアライブから自立のために沖縄に行つて早いもので二年半が経つた。今回その時以来久々に合同カウンセリングもできた。おかげさまで仕事も軌道に乗っているようだが、知らない土地での生活は大変なんだということも分かった。沖縄で自立している仲間もたくさんいるが皆頑張っているんだなあとと思う。沖縄にガイアができたことは本当

沖縄行きに参加して・・・  
私の思い

に心強い。

ガイアも初めての訪問だったがビデオで観ていたこともあり想像通りの所だった。広さといふ周りの環境といい東京では考えられない恵まれた所だった。美味しいカレーとめずらしい果物をご馳走になり、懐かしい顔にも何人か会うことができた。皆東京にいた時より健康そうに見える。

その後二日間の自由行動も沖縄を満喫できよい旅だった。これも息子のおかげなのかな・・・。それからSSの仲間へ感謝。



## 公民館で親子合同ミーティング

息子と九ヶ月ぶりに

Y・A

初めての沖縄、そして息子とは約九ヶ月ぶりの対面だった。私にとって忘れられない最も印象に残る体験は公民館での親子合同見聞ミーティングだった。子供達は親やその他の父兄と一緒に少し緊張していたようだが、正直、そして率直にその時の自分の心境を語ってくれた様に思う。息子はスタッフ研修生として仲間の世話をさせていだき、ただく機会が与えられ、かつ



て親がしていたことを自分で体験し、色々と感じる事があったようで、涙ながらに親への謝罪と感謝の気持ちを語ってくれた様子に、私まで涙がこぼれてしまった。彼とその後一緒に過ごす時間があつたが、やっと回復の一步をふみだしたよちよち歩きだなあとという印象を持った。そういう私も彼の言葉にひとつひとつ反応して反論してしまい、コントロールしたい悪い癖が出てきて、私もまだまだ回復途上であると認めざるを得なかった。

加藤先生の御指導、ガイアのプログラム、息子を信じて忍耐強く励まし続けてくれた鈴木さん、息子を受け入れてくれた仲間達、そして沖縄の暖かい風土の支えがあつて息子はここまで来られたとこの目で確かめることが出来

て感謝の気持ちでいっぱいだ。旅行を企画し御世話してくださったはあもにいのメンバーにも心からお礼を申し上げます。



M・O

息子は四年半前に発覚してから、いろいろな道をたどり、一年前「ガイア」に一ヶ月お世話になりました。その後、「アライブ」で学び、専門学校へ通い、仕事に就き現在に至っています。この

ターニングポイントになった「ガイア」を、沖縄の空を、海を、風を、私の目で、肌で感じたいと思い、今回旅行に参加しました。

季節はずれの台風の影響で強い風に迎えられ、「ガイア」に到着。風通しのよいお掃除の行き届いた部屋で（お手洗いもとてもきれいでした）、何時間も煮込んだ心づくしのまるやか味のカレーをご馳走になりました（なんと大盛りのお替りまでしてしまいました）。場所を移し、公民館でミーティングが行われ、「ガイア」のメンバーやスタッフ、そしてなつかしい「アライブ」創成期のメンバー（現在は沖縄在住）も参加し、自己紹介や現在の心境を一人ずつ語ってくださいました。沖縄へ来た目的は同じなのに悩みはそれぞれ違い、

問題の深さに考えさせられました。一人ひとりが、自分自身のことを深く見詰め、考えていることが感じられ是非とも良い方向へ行くことを祈らずにはいられませんでした。でも、とても皆さんの表情が明るく、笑いが絶えず起こり（涙もありましたが）、それは、鈴木さんを始め、スタッフの方の力と沖縄の土地柄のお陰でしょうか。

その後、スタッフの住まいをスタッフの方に案内していただきました。高台にあるその建物は、台風くずれの強風が海から崖下から四方八方から吹きつける中で、大地にしっかりと根を張り、ビクともしない頼もしさを感じました。そしてこの家から皆が社会へ自信を持って巣立って行くことを保証しているようにも思えました。東京に

もこのようなハウスができ、そこから社会へ羽ばたく人がたくさん出ることを願ってしまいました。

二泊三日の短い旅行でしたが、一年前に息子がお世話になった同じ場所に身を置き、同じ空気に触れ、そして今、



二人が共に思っている事は、次回は家族全員で訪ねたいということでした。

今後、彼の事はどのようになるのかわかりませんが、私は、「ガイア」と、沖縄の空と海と風と、そしてたくさんの、彼にかかわって下さっているS・S研

の方々への感謝の気持ちを持ち続けることとでしょう。そして、今回、旅行を企画、案内して下さった方々にも大変お世話になり、頭の下がる思いでいっぱいでした。また、良いお仲間にも恵まれました、たくさんの思い出を作ることができ、本当に印象深い旅行となりました。



### お礼

会員のみなさまに提供していただきました、手作り手芸品や日用品は大変好評でした。皆様ののご協力ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひいたします。

はあもにい

# サンライズ

## SS研の自主グループ

### 私と サンライズの出会い

息子の問題が発覚して一番関係のあるこのグループに参加するのは、はじめ勇気が要りました。初めて参加したときには、家族だけのときもありましたが、共通の問題や苦しみを抱えている家族は、普通にこやかに温かく迎えてくださいました。あまりに明るくて、どうしてなの？私だけ重い問題をかかえているのかしら？と少し不安になってしまったことを思い出します。その後、このサンライズに通ううち

### 安らげる場所

SIT

サンライズ 毎週土曜日  
(10:30-12:30)

矯正施設（刑務所や少年院）に関わりのある家族の会／矯正施設に関わる様々な問題への対応を学びたい方の会です。

現在依存症者本人が裁判中の方、拘留中の方、既に出所された方の体験や気持ちを分かち合うグループです。

出所後の対応など、矯正施設に関わる様々な問題への対応が学べます。毎回リカバリングスタッフが講師として担当します。

なお、偶数月の第3土は、専門家（弁護士）による法律問題のお話が聞けます。

に自分も明るくなり、この部屋はいつも笑い声が絶えないくらいになりました。みんな、うちに抱えている問題は深く重いのに、ここだけは優しい愛がいつもいっぱいあふれていました。家族だけでは抱えきれないとても重いこの問題を、この部屋で多くの安らぎと安心を得ることができました。

現在はリカバリングスタッフが担当するようになりました。依存症者本人の心理的なことなど具体的に聞けて、息子もそんな風に考えていたのだろうかと参考になります。また、依存症の人だけの感情ではなく自分にも同じようなところがあると思うと、息子も自分もそんなに考え方が違ってないじゃないか、と気づけることがいっぱいあります。

こんな問題を起こした息子への怒りだった最初の気持ちですが、今は息子の気持ちを少しは共感できるようになりました、おもしろいやりを持てるようになった私は、ますます心の安らぎを得ることができました。

このグループと出会った家族の方に感謝します。朝一番に始まるこのサンライズが、新しい生き方の始まりでした。

いつでも  
やれるとき  
やれることから  
あなたのペースで  
私のペースで  
ちいさな一歩が  
大きな愛に



**薬物に関する問題で困っていませんか？**

**薬物 SOS 電話 そよかぜライン**

私たちも同じ悩みを持つ仲間です  
誰にも言えないあなたの心の声を聴かせてください

**03-5628-2522**

毎週月曜日 13:00~21:00 (最終受付 20:30)

秘密厳守

**今月の予定**

2月21日 (第3 土曜日)

- 10:30-12:30 森野先生 (弁護士)
- 12:30-16:00 梅野先生 (松沢病院 医師)

上記の講演 (セルフ・サポート研究所のプログラム) が行われます。  
法律問題や、医療の関係についてなどそれぞれの専門的な立場でお話していただけます。

**裁判の傍聴**

**2月13日 (金)**

集合 13:00

場所 地方裁判所 (霞ヶ関)

1F ロビー

**フリーマーケットに  
ご協力をお願いします**

ご家庭で眠っているもの、シート・タオル・お茶・コーヒー・砂糖など。また手作り手芸品など大歓迎です。

なお、あなたの得意な編み物・カード作りに参加、ご協力を期待しております。よろしく願います。

