

はあもにい

NEWS LETTER Vol. 7

発行元：特定非営利活動法人セルフ・サポート研究所

—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

E-mail: hamo21@eos.ocn.ne.jp 発行 2002年 12月

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

人間は、だれでも自分のたましいというものを持っている。
それをほかの人のたましいとませ合わせて
ひとつにするなんてことはできない。
二人の人間が行き来したり、語りあったり
親密なあいだがらになったりすることならできる。
しかし、かれらのたましいは
それぞれに自分の場所に根を下ろした花のようなものであって
どの花もほかの花のところへいくことはできない。
もしそうでなければ
自分の根を置き去りにしなければならないことになるし
そんなことができるわけではない。
花たちは、たがいに一緒にいたくて
いい香りを放ったり、花粉を散らしたりする。
しかし、一粒の花粉でも
望みどおりのところへいけるようにする力は、その花にはない。
それは風の仕事であって
風は、自分の気の向くままにあちへ吹いたり
こちへ吹いたりするにすぎない。

—Hermann Hesse—



最近思うこと・・・

今回は会員の一人が、第2回NA日本リージョナルコンベンションに参加してきました。そのときの模様と一家族としての思いを皆さんにお伝えします。

十月十一日～十四日まで、第二回NA日本リージョナルコンベンションが開催されました。私は、十二日のナラノンミーティングと、十三日のNAMメンバーによるスピーチカーズミーティング、クリンタイムカウントダウンに参加しました。両日のミーティングは、私たちがSSで体験していることと変わりはありませんでしたが、クリンタイムカウントダウンは初めての体験であり、感動的でした。

クリンタイムが三十年以上と二十九～一年は各年毎に、十一ヶ月は各月毎に、二十九～一日は各日毎に、会場にいる依存症者がその場で起立してアノニマスネームを言い、他の全員から暖かい拍手を受けるというものでした。

クリンタイムが短くなるにつれて起立する人数も増え、会場の拍手も大きくなります。自分以外の各メンバーが薬物依存症から回復しようと努力する姿を我がごとのように喜び、力づけ、支えあっている姿を目の当たりにして、私は胸が熱くなりました。そして、薬物依存症者が回復していく上で、こうした仲間が必要であることの意味を改めて感じた場面でした。

一方、最近のテレビや新聞の薬物依存症の取り上げ方を見ると、薬物依存

症は怖いものであって、回復は難しい、薬を使ったら夢も希望もない人生が待っているだけ、だから薬に手を出してはダメですよ、という印象の域を脱していない感じがします。

確かに報道されているような現実はありませんし、「一般社会に向けた第一弾」として、「ダメ、ゼッタイ」の啓蒙は必要であると思います。しかし、それでも現に薬物使用者が増えてきている現実を考えると、メディアの伝え方として、それだけでよいのかという気がしてなりません。

薬物依存症を生み出す社会背景や、リハビリの重要性、仲間同士が支えあい回復していく姿等も取り上げることによって、薬物依存症に対する認識を深めるのみならず、視聴者または読者の人間観、人生観を見つけることになり、ひいては社会の中で個を大切に向かい合うこと、人間同士が支えあうことの心地よさにつながり、もう少し生きやすい世の中に向かえるのではないかと思います。

精神医療や福祉の見直し、充実が図られようとしている今、たまたま薬物依存症者の家族となった私たちは、自分の体験してきたこと、そのことを通じて感じたり考えたりしたことを、アサーティブにメッセージしていきたいと改めて思うこの頃です。

広報活動紹介

「はあもにい」の活動状況および「そよかせライン」の紹介を少しずつ行っています。

今回は、9月に訪問した**東京都中部総合精神保健福祉センター**と
東邦大学医学部学生相談室訪問の様子をお知らせします。



九月十三日（金）

東京都中部総合精神保健福祉センター
訪問者四名

家族の会の活動広報のため、今回は八幡山にある東京都中部精神保健福祉センターを訪問した。玄関を入ると、明るく広いエントランスである。ソーシャルワーカーのTさんを訪ねていったのだが、中部センターのワーカーの方は全部で四名おられて、Sさんという方が広報援助課相談室主任であった。Tさんは盲目で、小さなパソコンのようなものを膝に乗せて打っている。テーブルをはさんで互いに向かい合って座った。対面して座ったせいか緊張する。

お互いの自己紹介から話が始まった。Tさんの携帯パソコンを打つ音が沈黙の中に流れる。私たちがいろいろなルートでセルフ・サポート研究所（S）にたどりつき、そこで家族が回復し始め、家族会ができ、はあもにい」と名づけて活動し始めたこと、その中で家族のための電話相談「そよかせライン」ができたことを伝え、パンフレ

ットをテーブルの上に並べる。同じ家族の会のTさんがニュースレターに掲載されている「たたきも体操」を紹介した。ふふっとワーカーさんの間に笑いが生まれ、場がほぐれた。

電話相談をどのようにやっているか、下谷のセンターでも松沢病院でも聞かれたから、こちらから専門の相談員に助けられてやっていることを述べた。そうしたら、電話の件数はどれくらいありますか」と質問があった。あ、やっぱりきかれた、と思ったが正直に、はじめの何件かだけで、あとはないので残念だと述べた。しかし、このような場があることを、辛い思いをしている家族にぜひ伝えたい、と強調した。

終わりに、中部センターのパンフレットをいただいた。それには専門の病院、警察、NAなど、家族が必要と思ったときに連絡できる施設やグループが多く載せられていた。私たちもこれを参考にしたい、はあもにい」のメッセージをしていこうと思った。

T・O

九月四日 水)

東邦大学医学部学生相談室

訪問者3名

東邦大学医学部は、JR蒲田駅から徒歩十五分ほどのところにある。医学部相談室のカウンセラーのK先生にはあらかじめお手紙を差し上げ、相談室の精神科のドクターにお目にかかれるよう手配していただいた。K先生は別の仕事があり同席願えなかったが、薬物依存症を専門にしているらっしゃるドクターのH先生にお目にかかることができた。三十代くらいの方である。

H先生は拘留所のドクターの経歴をお持ちである。拘留所では薬物依存症者が多いという。わたしは、大学病院における依存症者の家族のケアについて興味があり、どのようにしているか伺った。H先生のお話では、家族の援助は大学病院としては特にしていないということであった。

数年前、長女はまだこの学生であった。在学中はカウンセラーのK先生にお世話になった。あの頃に、K先生

精神科のW先生と一緒に家族合同面接をした。長女はあと一年と少しだから、学校はなんとしてでも卒業するつもりだと言い、夫も時間を都合して合同面接に通った。次女も協力を惜しまず、なんとか学校を卒業できるようにとみんな一生懸命だった。しかし、一ヶ月はなんとか学校に通うのだが、学期の後半には休みが増え、まったく学校に行かなくなってしまった。それを繰り返して、ついに退学になってしまった。その後、わたしはセルフ・サポート研究所につながった。

SSでいろいろなプログラムを受け、依存症について知ったことや、関わり続けていた母親が「手を離す」として依存症者が薬を離れ、自分を取り戻すチャンスになったこと、自分もSSのK先生の手を借りながら少しずつ手を離していったこと、母親が手を離すと子どもは不安で落ち着かなくなることに、そんな時には同じ体験をした仲間を支えられながら、手を離すことを実践できたことなどを、H先生にお話した。このようにわたしが手を離せ

ことで、長女も薬物以外の道を選んで歩き始めたのである。「一緒に行った家族のHさんもSさんも同じような体験を話された。

H先生に持参したパンフレットをお見せして、SSの自助グループ「カインブルーやクローバー」のこと、家族会「ほおもにい」ができ、電話相談「よかゼライン」の活動が始まったこと、そのことを病院や精神保健福祉センターに向かってメッセージし始めたことなどを説明した。H先生は興味深そうにパンフレットをご覧になり、ご自分から見学に行ってもいいですかと聞いてくださった。長い間わたしたちの話を熱心に聞いてくださり、心からよかったです、と思った。



☆☆ 広報 ☆☆

そよかぜライン のメッセージ

10/16 (水) 厚生労働省・麻薬取締部

訪問者：6名

10/23 (水) Sayasaya 6名

11/7 (木) 救世軍 訪問者：3名

11/8 はあもにい ホームページ開設

12/4 サイトに登録完了

YAHOO! 日本語検索 OK

今後は、徐々に中身の充実を図りたいと思っ
てます。ご協力をお願い致します。

また、個々にかかわりのあった所(保護司等)
に、メッセージをやって下さってる方もいま
す。これからもよろしく願います。

はあもにい
活動状況

☆☆ 組織・運営・企画その他 ☆☆

活動報告

9/17 (火) 朝日新聞の記事・薬物関係
の連載を読んで意見交換。

10/11 (金) 加藤先生を囲んで学習会

10/25 (金) アライブへ家族の体験談

11/25 (月) 日本テレビ・情報プラス
ワン ディレクター(中村氏)

はあもにい そよかぜラインを見学。

SS を知った経過、回復していくために
は、何が必要か。そして、その経過を知
りたいとのこと。しばらくの間、自主グ
ループの見学を予定しております。家族
として、メディアを通じて社会に何を訴
えていったらいいのか考える良い機会か
も知れません。

☆☆ 今後の予定 ☆☆

全体会

毎月第3火曜日 Pm 4:30~5:45

今回 12月17日(火)は、望(忘)年会を兼
ねて、下記の時間と場所で行います。

Pm 6:00~7:00

文京区小石川1-9-6

遠州屋さん(鈴木文一さんの実家)

その後、加藤先生・アライブスタッフ/GAIA ス
タッフ参加の 望(忘)年会

スタッフ参加の 望(忘)年会

(7:30~9:00)に移ります。

新年会

新年初ミーティング

2003年1月4日(土)午後1時~3時

家族による家族のための体験談プログラムを、1月の

第二、第三土曜日のどちらかに予定しています。

時間帯 午後1時半から4時

お知らせ

今回のニュースレターの発行が、諸所の都合で大変遅れてしま
いましたこと、お詫びいたします。

先日、十一月三十日から十二月二日にかけて、沖縄GAIAに、
施設の見学と合同ミーティングと観光を兼ねた大イベントが実
行されました。

次回には、その時の感想を特集したいと思っております。
多くの方の原稿をお待ちしております。

☆☆☆ 東京さんぽ ☆☆☆

ちょっと気分転換に、緑の豊かな、静かでそして身近なところへ、
足を向けてみませんか？ 家路につく心と足は、
きっと軽やかになっていることでしょう。

深大寺・神代植物公園

武蔵野の面影を色濃く残した雑木林に囲まれ、静かなたずまいの「深大寺」。茅葺きの山門の前には名物のお蕎麦屋さんが、参道の両側に軒を連ねています。三月には境内で「たるま市」も開かれます。

深大寺の裏・北側に位置するのが「神代植物公園」。福寿草、梅、桜から山茶花と、一年中季節の花が絶えず咲き、バラは東洋一の品種を揃えています。また、春、秋のシーズンには、夜間ライトアップをし、近くの芝生でジャズなどのバンドも演奏され、シャンパンやワインもいただけます。また、大げやきの雑木林も見事ですよ。

交通案内(所要時間:新宿より40分~1時間)

- 京王線(特急/急行)「調布駅」下車
京王バス「深大寺」行き
小田急バス「三鷹駅」「吉祥寺」行き/「深大寺入り口」下車
- JR 中央線「吉祥寺駅」「三鷹駅」下車
小田急バス「調布駅北口」行き/「深大寺入り口」下車
- 植物公園入場料: 大人 500円
(休園日・・・月曜日(祝日の場合はその翌日)/年末/年始)

