

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/>



第1回 はあもにい **総会** 無事終了

【はあもにい】の第1回総会は、平成15年6月16日（月）セルフ・サポート研究所の総会后に、開かれました。約23名参加。

当初は「家族のサポートシステム」としてスタートした家族の当事者運動【はあもにい】。活動開始当初は、不安でいっぱいでした。試行錯誤を繰り返しながら、なんとか1年が過ぎました。皆様の、ご協力に感謝いたします。

**小さな一歩は、多くの仲間の支えによって、
確かな一歩に変わりつつあります。**

総会の主な内容

- ①平成十四年度の活動報告…
精神保健福祉センター、病院、その他関係施設など18カ所にメッセージ活動。
- そよかぜラインには13件の電話相談。
- ②会計報告…資料参照
- ③平成十五年度の活動方針…
電話相談の時間が延長（午後3時→午後1時に変更）。
- メッセージについては、都内だけでなく地方にも広げていく。
- 助成金の申請は、引き続き実行。
- 資金集めについてもこれまでと同様皆様のご協力をお願いします。
- フリーマーケット・リサイクル品の提供などのご支援よろしくお願いたします。



④新しくできる施設（鹿嶋）への協力…
 できることを協力していく。
 ⑤役員改選…
 平成十四年度の役員がそのまま留任することに決定した。

⑥その他…
 会則の改正について
 ＊年会期…六月一日から翌年五月三十一日とする。
 ＊シェルターの管理運営は、運営要綱に基づき、【はあもにい】が行う。
 ＊月例会…毎月第一月曜日にする。

以上の改正がありました。

総会は、一連の報告の後に承認をいただくという略式の形をとらせて頂きました。
 【はあもにい】第一回目の総会でもあり、様々な不備についてはお詫びを申し上げます。

私のシェルター生活から

お気に入りの食器 写真



部屋の写真

このときだけの、私のお城でした。静かに机に向かえる自分が嬉しかった。

自分のために、ここで揃えたお皿、木のフォーク、コップ、ジューサー等。
 お気に入りの食器たち。

感謝

四月中旬とはいえ、まだ肌寒くてコタツが必要な時期でした。
 息子との問題で、私はシェルターに入ることになりました。
 夜中突然の入居ができるなんて、これもあるご家族のご好意でシェルターとして、独立した部屋を提供して頂いているおかげでした。ありがとうございます。
 その日は仲間にも泊まってもらい、一緒にコタツに足を入れて横になりました。
 そのときは、ほんとに、周りの人の助けが、身にしみてありがたく、震える思いで朝まで過ごしました。
 二、三日してからようやく部屋を片付けようという気になり、気持ちよく落ち着ける私がいきました。
 大きな暴言・暴力があったわけではなかったのですが、ちょっとした恐怖で、本人にしっかりと向き合えない私がついて、我が家が安心して落ち着ける居場所でなくなっていたんです。
 シェルターで落ち着くことができました。
 必要最低限度の物で、生活できることの幸せ感を味わえました。
 本当に必要な物ってなあに。いらぬ物を考えるより、本当に必要な物を選んでいくことが、楽しいかな…。

S・T

メッセージ活動あれこれ



画期的な活動：その1

回復していく本人とその家族が、共に関係施設に体験談を運ぶ。
この活動は、多くの仲間に希望と明るい光を与えてくれます。
泣いていた私たちが、こんなにも元気になれるんです。

親子でメッセージ

七月十七日、息子と二人で足立区の保健総合センターにメッセージに行きました。対象者は、地区の民生委員や児童委員の方が主でしたが、他にはセンターの職員や、男子中学生が二人おりました。

息子が約四十分程、自分の成育歴や薬物との出会いから現在までの体験を話し、その後三十分ほど、私は家族として、息子の薬物問題にどのように対応してきたか、その間のいろいろな思いや、気づきなどを話し、加えて、このような立場を経験してみてはじめて得られた社会へのメッセージを伝えたくもりです。

質問は主に息子に対するもので、薬物はどういう所で手に入れたのか、使うとどういふ状況になるのか等でしたが、一方では昨今の事件とも絡めて、薬物を使う側にも問題はありますが、これだけ社会に薬物が蔓延していること自体をもっと重視すべきではないかという意見や、中学生からは、「薬物を使うと大変なことになるので使っちゃダメと思うが、使ってみたいという好奇心もあります。」という正直な思いも聞かれました。

医療の場で長年仕事をしてきた私は、このような機会に後輩に会うことになり、息子のことがばれてしまうかもしれないということがありました。でも私のなかでは、もしそういうことになったら、「実はそうだったのよ」と言って、逆にメッセージのチャンスと思って、ありのままを話し、その後その人がどうするかはその人に委ねるしかないと割り切っておかれました（幸か不幸か知人には会いませんでした）。

このような機会を与えられて、私は息子の回復の状況を確認できることになりました。息子は、センターの所長さんや職員の方に落ち着いた対応をしていましたし、原稿を持たずに、与えられた時間内に要領よく正直に自分の体験を話し、質問にも応えていました。

私は、息子が時と場所をわきまえたマナー・対応ができるようになったんだなーと、うれしく思い、関わって下さっている方々にあらためて感謝したいと思います。

今後も、自分たちでできるメッセージを、いろいろな場で伝えていけたらと思います。

一緒にメッセージに行った

息子から一言

最近、薬物の蔓延、低年齢化がおこっているなか、民生委員の方や、子を持つ親の方々に対して、薬物の使用は、何か特別な人のやることではないということとを伝えたいつもりです。皆さんが関心をもって聞いて下さいました。薬物依存症者は、現在の日本ではなかなか受け入れてもらえない状況ですが、こうして率直に、関心のある方々に話してみることに、少しづつですが、適切な対応を知っていただいたり、司法の問題などにも関心が広がっていただけると幸いです。

また、今回メッセージに行ったこの場所は、私にとって十数年ぶりに訪れることになりましたが、薬を使った思い出しかなかった場所に、素面で訪れたこと自体、回復の場が与えられた気がします。ありがとうございます。

彼は今、SS研でリカバリングスタッフとして、仲間の回復の援助をして頑張っています。



高校生や学校の先生方にも

体験談を話しました

薬物乱用防止対策高校生会議に参加

東京都では、薬物乱用防止対策事業の一環として、高校生レベルで仲間が覚せい剤等、薬物に走らないようになんとかしたいというような考えから、高校生会議を実施しています。今回は、家族の体験を聞かせて欲しいという要望が、特に学校の先生方からあり、はあもにいのメンバーの1人が体験談を話しに行ってきました。

薬物乱用防止対策高校生会議に参加
七月十七日

昨年、はあもにい活動のメッセージに、仲間と都庁（健康局）の食品医薬品安全部薬務課にメッセージに行ったことがありました。当事者の家族が立ち上がり活動をするに、係りの方も熱意を持って聞いてくださってたのを思い出します。

昨年のつながりからこちらに依頼があり、七月十七日その機会を与えられ、行ってまいりました。

参加者が、狛江高校・神代高校の代表生徒7名、各校の教頭先生や養護・保健・公民担当などの先生方、薬務課の職員など計31名。場所は狛江高校で行われました。

まったくの第三者的な人たちの前で、自分のことを話すなんて、今まで個人的な知り合い以外はなかったことで、行く前日まで不安でした。

しかし、当日になったら、まな板の鯉のように腹を据えている自分がいました。高校生は、二校の生徒とも、生徒会長等役員をしている生徒が主でした。当初、四十五分間で話して、質疑応答もという予定でしたが、話すのは十分くらいで終了したものの、その後皆さんから熱心



そよかぜラインは

毎週月曜日 午後一時～八時半まで受け付けております。

もう、ひとりで悩まなくてもいいんです。
同じような体験をした私たちだから、聞いてあげられることがあ
りませんか。

に質問をいただき、予定よりかなりオー
バーしてしまいました。

主な質問

- 何が原因で、薬物に手を出したのか
- 中学高校時代は、どんな生徒だったか、非行少年型かどうか
- 借金はどのくらいあったのか
- 薬物を使うとどうなるか、やせるか、食べ物はどうか、睡眠はなど
- 現在の家族の様子
- 私自身いまやっていることなどでした。

使った原因は本人でないので分かりませんが、本人が使い続けるのを知らず知らずに助長していたこと、SSでこれらの間違いに気づき、適切な対応を身につけたことなどを話しました。

現在は、私自身が癒され、仲間と新しい生き方を見つけ、夫と共にカウンセリングを受けながら本人に向き合っていることなどを話してこれました。

しかし、あくまでも私の場合であって、この話が全てを代表するものではなく、もっと、大勢の家族の事例を聞いてもらえることによって、薬物依存症を理解し

てもらえるチャンスが増えるのではないかと思います。

終わって、初めの不安と緊張感はどこへやらで、達成感と安堵感で、いっぱいになりました。

貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。

T





はあもにい活動・今後のスケジュール

現在、毎週月曜日 午後1時からの電話相談は、セルフ・サポート研究所202号室をお借りして行っておりますが、その時間帯にあわせて、はあもにい会員がつどい、様々な活動をしております。

カード作り、パソコンでニュースレター作り・資料作り、仲間の話を聞いたり、聞いてもらったり、ビデオ鑑賞など。

今後、はあもにいの活動をいっそう活発化して、意識改革を深める為にも、毎週、7時頃から話題にしていきたいと思うことなど取り上げ、集中して話し合っていくことになりました。都合のつく方は、どうぞ一緒に話し合ってみませんか。 公判の傍聴・体験談の小冊子作成企画等

いつでも、やれる時、やれることから、
あなたのペースで 私のペースで
を合言葉に

はあもにい月例会

毎月 第1月曜日
次回 9月1日(月)

時間 5時～の予定です
その後、加藤先生のお話がある予定です。

セルフ・サポート研究所の現況、沖縄 GAIA、ALIVE、鹿嶋の施設など、この機会に聞けると思っています。

会員の方ならどなたでも、参加できますので、ご都合のつく方はぜひおいでください。
ご協力よろしくお願ひいたします。



編集後記

今年の夏は冷夏でしたね。季節の移りかわり、気温も自然現象も私たち人間の力では、どうにもできません。やはり、変えられるものは、自分のことだけ？

次回のニュースレター、一緒に企画編集に参加してみませんか。
皆さんのアイデアをお待ちします。

