

SSKW

ダルク女性ハウス

ニュースレター



イラスト みゆ

はるえ

■現代の家族像が見えてきた■

子育てサポート BOOK（子どもと一緒に暮らすために）

この冊子を作るために使った時間は3年だ。たった15ページの小さな冊子だけれど、月一の当事者研究をし、半年練り、時間を置き、再度、集まる。最後の最後まで、メンバーたちは言葉にこだわるし、事実にはこだわる、なんとか、読みやすくするために、個人のストーリーにしたけれど、これはダルク女性ハウスのようなところや、女性の相談支援に現れる人たちの共通のストーリーだ。女性がシングルで子育てをし、依存症やそれに付随してくる様々な困難を地域で、家族の手を借りずに子育てするとどうなるのかの実践である（もともとの家に暴力があったり、何代にもわたり経済的に恵まれなかった人たちことである）そして中心で話をした人たちは数回の刑務所経験があり、子どもと、会えない時期を何度か持っていた仲間たちである。

家族の再統合とは、家族の別れであり、安全に暮らせる最小限の家族を支え続けることである。すでに日本の伝統的な家族は崩壊しているのに、支援者や当事者の間にだけ『幻の家族像』が残っている。

真面目だからファイザーからの省庁と交流を持ちながらこの冊子を作るという支持を忠実に守った、それだけでも、再度助成金をもらいたいほど困難なものだった、真面目なので支導されたことは、守るので、なんども胃痙攣を起こしました。この冊子は刑務所や保護観察所、精神保健福祉センターで配ります。

ダルク女性ハウスや相談が多いのは、40代から50代の処方薬依存症に変わりつつある、その回復像を誰も持っていない、孤立や経済的な問題と深く結びついている。

■ 刑務所メッセージで気付けたこと ■

えり

私はダルクに入寮して3年8か月が経ちました。

刑務所にメッセージに行く様になったのは、ハッキリ覚えてないけど1年半か2年ぐらい経った頃だったかと思えます。

最初はメッセージに行くと言っても何を話せばいいのかわからなくて、すごく戸惑ったし、緊張で自分が何を話しているのかわからず、一緒に行った仲間が質問してくれる事にこたえるだけで精一杯と言う感じでした。今でも緊張はするんだけど、自分が経験した事と、自分がダルクやNAで先行く仲間から教えてもらった事を話せばいいかなと少しはありのまま話せるようになったと思います。

最初はミーティングでも、こんな事言ったら意味ないやとか、こんな事話したら変に思われるかもと思う様な事は話さなかったし、恥ずかしい事やかっこ悪い事も言わなかったけど、仲間とたくさんミーティングするにつれてだんだん安心できるようになって色々な事を話せる様になってきました。

それと同時にメッセージに行き話す時も自分の経験を少しずつ話せる様になってきたし、私の経験を話して誰かの役に立つのかな？と不安な気持ちもあったけど、話す度に「私も同じでした」と共感してもらえる事が嬉しかったです。恥ずかしい、隠したいと思っていた自分の経験にもちゃんと意味があったのだ！！と思わせてもらえた事ですごく救われた気持ちになりました。

刑務所にメッセージに行く自分と自分がダルクやNAにつながる前の事や、つながったばかりの頃の事を思い出させてもらえるし、思い出す事によって、忘れずに気をつけようと思う事ができるので、とてもありがたく感じています。

自分はいつも自分の事しか考えていない、自己中心的な生き方しかしてこなかった事。自分がいつも正しくて、周りに居る人達が変だと他人の事を裁く事でしか自分の価値を保っていらなかった事。自分さえ良ければよくて、自分が得できれば周りがどうなったっていいとしか考えてなかった事。自分の事を良く見せたくて、強いと思われたくて、自信がある様に見られたくて、自分の事を認めてもらいたくて、でもどうすればいいのかわからなかった事。嘘をついて、他人の物をとって、さみしい気持ちを埋めてくれそうな人の中を渡り歩いていた事。でも空しくて、悲しくて、ツラくて、そんな自分が嫌だった事。そんな自分を見たくなくてお酒を飲んで酔ってごまかしてみたり、クスリを使って感情を麻痺させたりする事しか生きる方法がみつからなくて、しんどかった事。

このどれもがクスリを

使わずに今日一日を生きられる様になった今だから、刑務所にメッセージに行かせてもらえる様になった今だからこそ気付けた事に、とても感謝しています。

メッセージに行くといつもお礼を言ってもらえるのだけど、こうやって自分の事を話せる場所を与えてもらっている事や、自分が過去どうだったかを忘れずにいさせてもらえているので私の方が感謝の気持ちでいっぱいです。

これからも機会を与えてもらえる限り話し続けていけたらいいなと思っています。



■Who Am I?■

みき

私には2年8ヶ月のクリーンがあります。そして、フリッカに通所し始めて今月でちょうど1年になります。

私はやっと今、35歳で自分を知らうとしています。日々アディクションには逃げず、自分と向き合っています。私はいったいどういう考え方や感情の持ち主であるのかを知りたいこの頃です。このように、自分の事を知り、自分のどういうところを変えていかなければいけないのかを分からないと、今後の生き方が変わらないからです。そうしないと私は成長しないし、自分を大切にすることが出来ないからです。私は自分の事を好きになろうとしています。

私は子供の頃から言われた通りに生きてきた人間です。言われた通りにやっていたら、周りから認めて貰えると思っていたからです。その結果、自分の考えや感情をなるべく表には出さず、心の中でつぶしてきました。そうしているうちに、自分を失ってしまったのです。そのまま大人になり、お酒や薬物に出会い、それらの力を借りて解放された感覚でした。やっと周りを気にせず自分でいられると思いました。しかし、それはお酒や薬物にコントロールされていた自分で、本来の自分とは違ってたと今は知る事が出来ました。

今はプログラムを使って、その本来の自分を少しずつ解放しています。ミーティングを通して、自分の正直な気持ちを発言し、表に出しています。そして、同じ病気で苦しんでいる仲間と共感する事によって、自分の事をもっと深く知る事が出来ています。やっと本当の自分を隠さなくても良い居場所を見つけたと感じています。

私はまだまだ自分に自信が持てず、自分を責めたり、疑う事が多々あります。それでも、施設のスタッフやカウンセラーからはありのままの自分で大丈夫と教わりました。今は自分で自分を認めようとしています。

私には2歳10ヶ月の娘がいます。母親として、彼女にこうして欲しい、こうなって欲しいという期待は持たないようにしています。それは自分の人生は自分で決めた方が幸せになれると思うからです。私が願うのは、彼女が強い「自分」を持ち、その「自分」に自信を持って好きになる事だけです。たとえそうならなくても、大丈夫ですけどね！

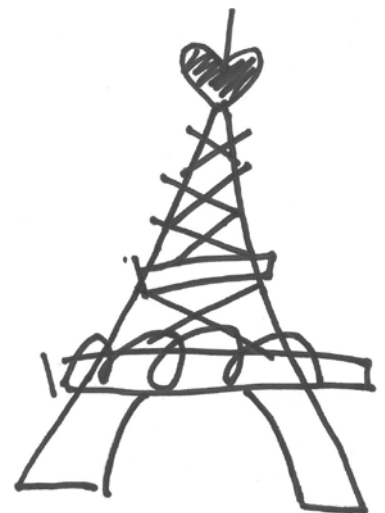
■B型日記■

東京都の福利トライアルショップ「KURUMIRU」3年目の今は東京都庁店、伊勢丹立川店、マルイ錦糸町店の3店舗に増えました。

商品を一般流通できるレベルまでに高めていくというコンセプトのもと、出品事業者には一定以上の基準を満たすという条件があります。縫製を含む品質はもちろん、パッケージ方法やラベル表示も規定がありみんな一生懸命にとりくんでいます。

特に気をつけなくてはいけないのが、商品への針の混入の防止で、ここが一番大切なポイントになります。

みんなでどうしたら良いのか（たまに矯正施設の管理方法を参考にしながら）話し合いを重ねています。東京都庁、伊勢丹立川店、マルイ錦糸町店に行かれる方は、ぜひお立ちよりください。



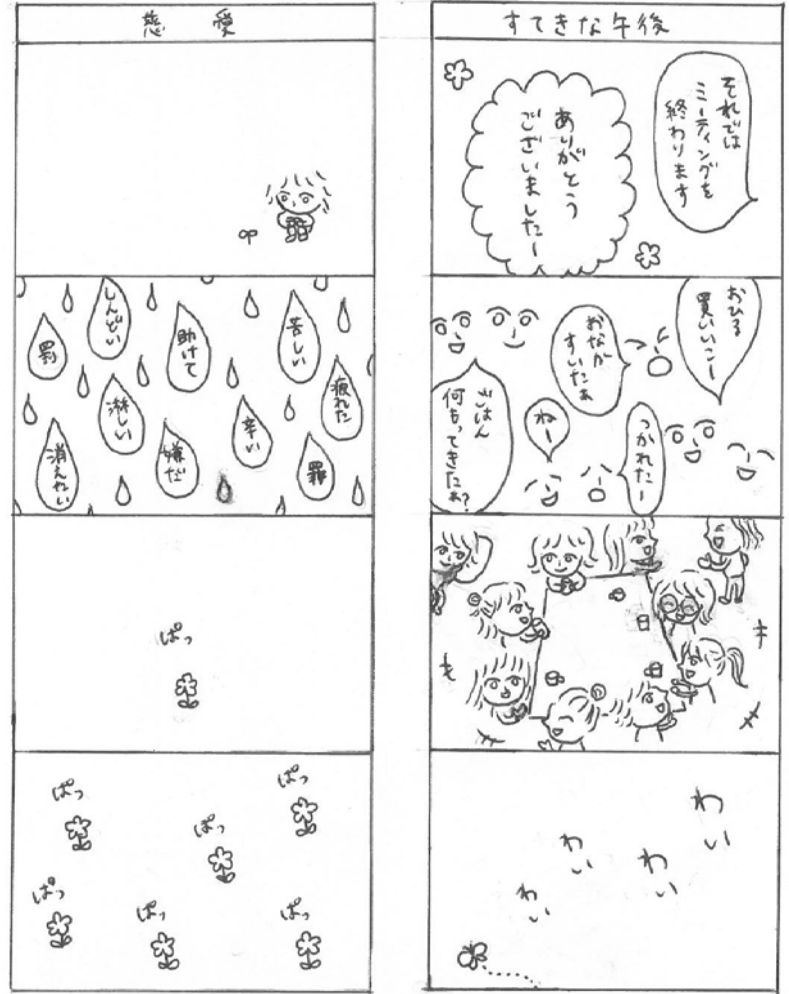
献金・献品ありがとうございました！

ハウスのいちにち るね

(2018.4 ~ 2018.5)

- 山田恵美 坂本実 舟山智子
- 岩淵美和 萌クリニック 南保輔
- 小林信子 相澤靖雄 嵯峨野ユリ
- 米沢宏 浅井ルミ 角田崇子
- 赤岩雪江 鈴木純子 宗形博子
- 大阪市男女共同参画のまち創生協会
- まつしま病院 黒川奈菜子 二河田日和
- 栗原節子 栗原泉 上妻英正 大谷薫
- ひがメンタルクリニック
- 鶴見喜代美 生沼不二繪 (株)ユアサ
- 井上恭子 阪口利子
- 匿名希望 (敬省略 順不同)

★今後ともよろしく
お願い致します。



NPO 法人ダルク女性ハウス賛助会員募集

- 年会費一口 2000 円（ニューズレター購読料を含む）頒価 1 部 100 円
- 郵便振替口座 00140-2-591609
- 他金融機関からの振込用口座番号 店番（019） 当座 0591609

編集後記

新しいニューズレターをお届けします。前回のニューズレター発行からどんなことをやってきたかなと記録をみると・・・4月には高尾山、5月には舎人公園BBQやバレーボール大会の参加と結構アクティブな毎日でした。これからは梅雨に入るので、部屋の中で、サッカーワールドカップを見る・・・のも、悪くないですね。でも、寝不足には気をつけないと。

発行人：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

編集人：114-0014 東京都北区田端 6-3-18-301

特定非営利活動法人 ダルク女性ハウス

URL:http://womensdarc.org/