

SSKO

栃木ダルク

ニュースレター 第95号(2011, 3, 20)

Grow up!!

Drug Addiction Rehabilitation Center
DARC

「今日一日だけ使わない」

特定非営利活動法人 栃木 DARC

理事長 柴坪千明

多くの人には人生をより良く生きていく為のよりどころとなる言葉というものがあると思う。私たちの業界（薬物依存の回復支援）では、よく使われる **Just for today** という言葉がある。そのままの直訳では「今日だけ」という意味。依存症に陥ってクスリが体の中に入っているのが当たり前という状態になっている人が薬物を止めようとするとき、この先一生使えないとなると、そんなに苦しい時間が途方もなく続くのかと思うと、止め初めから断薬意欲がそがれてしまう。そんな時「今日一日だけ使うのを止めよう。明日の事は明日考えよう。」と考えるとなんとなくできそうな気がして勇気づけられる。これが「この先一生使わないのだから、明日から止めよう。」だと今日は最後に使ってよい事になってしまう。

そして今日一日使わない為に必要なものは、正直に話せる場と、一緒に止めていこうとする仲間が存在だ。特に覚せい剤などのハードドラッグと言われるものは離脱症状こそないものの精神依存はかなり高く、使わなくてはならないという渴望感や砂漠で水を欲しがるように強い。その状態をたった一人の力、すなわち我慢で乗り切るとするのは、全くの無謀としか言いようがない。そんなときに「今、とてもクスリを使いたい。」ということ素直に言えて、それを受け入れ、共感してくれる仲間は何よりも必要な存在である。不思議な事に言うだけで欲求の度合いが半減する。これが回復プログラムの効果の大きな要素である。

薬物依存症の人たちの特徴の一つに自己肯定感の低さがある。大人になる過程で一人の人間としてあるがままに生きていくだけの自尊心を育てる事が出来なかった人たちだ。そんな自信のない人たちに「もう一生使うな。」や「我慢して止めろ。」などという言葉は全くのナンセンスな話なのである。

依存症の回復をせず、自己肯定感が低いまま子の親となるケースは少なくない。これが世代間連鎖を引き起こし、その子も何らか（ギャンブルやアルコール等）の依存に陥る。これは死んでいるのと同じ事であるから、大きな社会資源の損失だと思う。この先の人的損害を少なくする為にも薬物依存症からの回復支援事業は大事な社会活動の一環だと捉えてほしい。

海外（特にアメリカ）ではこの依存症による人的損害に早くから目をつけ、薬物

使用者には刑罰ではなくリハビリが必要とし、裁判所は刑務所に送らず、治療共同体という施設に送っている。つまり依存症は病気であるから刑務所での受刑生活を送っても出所後また再犯をし、同じ事を繰り返すだけで意味がない。それより、リハビリを受け、その後希望者は必要な勉強をして、リカバード（回復者）カウンセラーとして社会復帰をし、薬物依存者の手助けをする。回復者は止め難さを分かっているだけに強力な支援者となり得るのである。このようなシステムをアメリカは50年以上も前から運用している。日本がいかに遅れているかを思い知らされる。

しかし希望の光もある。昨年度から栃木県では再乱用防止教育として執行猶予者に焦点をあてた事業を始めた。これをモデルとして他の自治体でも始めようとしている。この有効な事業が全国に広がる事を期待したい。

下野新聞 日曜論壇 22年11月14日掲載

宇都宮OPで仕事をしている職員の吉岡（左）とアシスタンスをやっている安田です。

よろしくお願いします。



那須TCでマネージャをやっている。アキです。

