

富山大学人文学部令和3年度卒業論文

ダルクの「プログラム」と生き方の変化

～富山ダルクの場合～

人文学部人文学科  
社会文化コース社会学分野  
学籍番号 11810122  
氏名 古瀬加恵

## 目次

第1章 問題関心.....	1
第2章 基礎概念.....	2
第1節 薬物依存症 .....	2
第2節 ダルク .....	3
第3節 NAと12ステップ.....	4
第3章 先行研究のレビュー .....	5
第4章 調査概要.....	7
第1節 富山ダルクの特徴 .....	7
第1項 1日の流れ .....	7
第2項 3種類のミーティング.....	7
第2節 インタビュー詳細 .....	9
第3節 インタビュー어의 ライフヒストリー .....	11
第1項 林さん.....	11
第2項 無道さん .....	13
第3項 キノコさん .....	13
第5章 分析.....	15
第1節 薬物依存の背景.....	15
第2節 ミーティングで話すこと、感じたこと、学んだこと.....	17
第1項 林さんの語り .....	17
第2項 無道さんの語り .....	19
第3項 キノコさんの語り .....	19
第3節 プログラム .....	23
第1項 「プログラム」という言葉の使われ方.....	23
第2項 太鼓プログラム .....	24
第3項 週間目標.....	25
第4節 スタッフの役割.....	27
第1項 入寮生からスタッフへの変化 .....	27

第2項 入寮生への声かけ .....	28
第3項 学校講演 .....	28
第4項 金銭管理 .....	29
第5項 社会との関わり .....	29
第6章 考察 .....	30
第1節 ミーティングの意味 .....	30
第2節 プログラムの意味 .....	33
第3節 スタッフの役割の意味 .....	35
第4節 まとめ～「プログラム」によって回復を目指す～ .....	36
脚注 .....	37
参考文献・URL .....	38

## 第1章 問題関心

日本における薬物乱用の現状は、30歳未満の大麻事犯が5年連続で増加し過去最高となっており、大麻事犯の検挙人員全体の過半数を占めている。また覚醒剤事犯の再犯者率は12年連続で増加し過去最高となっている。これを受け、青少年に焦点を当てた広報・啓発や、薬物乱用者に対する適切な治療と効果的な社会復帰支援の強化が課題となっている(厚生労働省, 2019)。

薬物の乱用によって、薬物依存症が形成されると、自分の意志だけでは薬物使用を止めることができず、依存からの回復には長い時間がかかる。そのため、相談機関や医療施設、自助グループ、民間リハビリ施設といった、多くの機関による連携支援が必要となる(厚生労働省, 2021)。そうした機関の一つに、入寮型の回復支援施設「ダルク(DARC=Drug Addiction Rehabilitation Center)」がある。また薬物依存症からの回復は、クスリの使用を止めることから始まる。そして、考え方や姿勢を積極的に変えていくことを、生涯続けていく必要があるとされている(Narcotics Anonymous, 2006: 86,134)。

では、薬物依存症者たちは、ダルクでどのようなことを実践し、それによってどのような変化を経験しているのだろうか。その変化は、依存症からの回復にどのように結びついているのだろうか。以上の問いから、本研究では、ダルクで実践されている「プログラム」が、依存症からの回復においてどのような意味を持つのかを明らかにしていきたい。

## 第2章 基礎概念

### 第1節 薬物依存症

薬物依存症について、厚生労働省(2021)に従って説明する。覚醒剤や大麻などの規制薬物の使用や、本来の目的や用法から逸脱した医薬品の使用を、薬物の「乱用」という。薬物乱用を繰り返すと、自分の意志では薬物使用をコントロールできない「依存」が生じる。薬物依存には「精神依存」と「身体依存」という2つの側面がある。

薬物依存の本質となる「精神依存」は、全ての依存性薬物によって引き起こされる、薬物使用による快感を求める心理的欲求を指す。同時に「身体依存」も引き起こすのが、麻薬やアルコールなどの中枢神経抑制薬であり、依存薬物への耐性(薬物が効かなくなり、効果を得るために量を増やさなければならない状態)や、急激な減量・断薬による離脱症状(禁断症状)が生じる。

このような「依存」症状に基づいて「乱用」を続けていくと、「中毒」症状が出現する。急性中毒の症状には「パニック」「意識や知覚の障害」があり、昏睡状態から死に至ることもある。慢性中毒の症状には「幻覚・妄想状態を中心とする精神病性障害」「認知障害」「人格変化」などのほか、種々の臓器障害がある。断薬をしても、長期にわたって慢性中毒症状が続くことも少なくない。したがって、薬物乱用を止めるだけでは、薬物問題は終結しない。

薬物依存症に対して行われている代表的な介入/支援には、司法的なものと医学的なものがある。司法的介入/支援には、刑務所での更生プログラムなどがあり、これは薬物問題を「犯罪」として扱ったものである。一方医学的介入/支援には、認知行動療法などがあり、これは薬物問題を「病気」として捉えたものである。いずれも専門家主導であり、薬物依存症者を「更生」させたり「治療」したりすることによって、社会への再適応を目指すことが基本となっている。これらのアプローチとは異なり、薬物依存症者自身が主導し、日本で独自に展開した介入/支援がダルクである(中村, 2015: 499)。

## 第2節 ダルク

ダルクは薬物依存からの回復を目指す、入寮型(通所利用も可)の施設である。薬物依存症の当事者である近藤恒夫氏が、1985年に創設した。その後、元入寮者が中心となり日本各地に開設され、2016年時点で全国に60カ所(87施設)設置されている。また利用者だけでなく、多くのスタッフが薬物依存症の当事者である。

活動内容は、ダルクごとに違いはあるが、共通して基本となるのが「ミーティング」である。ミーティングは、自分の思いを正直に語り、人の話を聴くことで、思いを分かち合うための活動である。語られる内容は原則「言いつばなし、聞きつばなし」で、批判もコメントもされず、ミーティング会場以外に持ち出されることもない。このミーティングに参加しつづけることが、回復にとって極めて重要とされている。(南ほか, 2018: 10, 264-265)

### 第3節 NAと12ステップ

NA(Narcotics Anonymous)とは、薬物依存症からの回復を目指す自助グループである。1953年にカリフォルニアで誕生したNAは世界中に普及しており、日本でも全国各地で活動が行われている。

NAの活動の軸は、まず1つがミーティングを通じて仲間と支え合うメンバーシップである。ダルクメンバーも、夜はNAミーティングに参加し、ダルク退寮後もNAにつながり続けるための習慣をつけていく。もう1つの軸は、1対1の相談や交流を通して回復を目指すスポンサーシップである。NAメンバーは、自分より経験のあるメンバー(「先ゆく仲間」)にスポンサーとなってもらい、相談したり、助言をもらったりする。

またNAは、アルコール依存からの回復を目指す自助グループAA(Alcoholics Anonymous)を原点としており、AAにもNAにも、「12ステップ」と呼ばれる回復プログラムが存在する。「12ステップ」とは、薬物依存症からの回復のための指針とされている12の段階のことである。ダルクではまず、ステップ1から3までに組みながらNAミーティングに通う習慣をつける。ステップ1では、自分の依存問題を知り、自分なりの対処では解決できないという無力さを認める。ステップ2では、自分の力を超えた解決法(回復プログラムなど)を信じる。ステップ3では、自分の意志に基づく生き方を手放し、自分を超えた力(解決法)に委ねることを決心する。これはステップ4以降を実践していくための決心である。そしてダルクを退寮しても、引き続きNAミーティングに通いながら、スポンサーと共にステップ4以降に取り組むことが期待されている。ただし実際には、必ずしもこの順序で回復をたどるとは限らず、前のステップに戻ったり、何度も同じステップを実践したりと、個々人によってステップの使い方はさまざまである(南ほか, 2018: 10-12, 257, 259)。

### 第3章 先行研究のレビュー

木村(2011)は、ダルクが入寮型・共同生活の施設であることや、ダルクで行われている活動が、入寮生にどのように作用しているのかを探るため、富山ダルクでインタビューやフィールドワークを行った。

薬物依存症者にとっては断薬だけでなく、家事をすること、クスリに頼らずに何かを楽しむことといった「普通の生活」を取り戻す作業も、社会復帰や健全な生き方のために必要である。ダルクメンバーは共同生活をしているため、共用のトイレやお風呂の使い方に気を遣ったり、仲間と一緒に食事の用意をしたりすることが必要となる。また自由時間が多いため、どのように時間を使おうかと考えたり、何か打ち込めるものを探したりする時間が、個人に与えられているといえる。これらのことから木村(2011)は、ダルクは断薬だけでなく、「普通の生活」を取り戻すこともサポートできる場所であると述べている。

またダルクでは、ミーティング以外の時間も仲間と語り合ったり、先ゆく仲間に相談したりできる。これはNAではなかなかできない、共同生活の場であるダルクだからこそのことである。木村(2011)は、仲間と日常的に語り合えることによって、仲間の成長が回復の支えになったり、自分の成長を、仲間や自分自身に分かるように実現できたりすると述べている。

以上のように、木村(2011)の研究では、ダルクが入寮型・共同生活の施設であることと入寮生の回復との関係について考察された一方、富山ダルクで行われているさまざまな活動については、その様子が詳細に記録されているものの(第4章第2節参照)、それぞれの活動にどのような目的・意味があるのかまでは、十分に示されていなかった。

同じく富山ダルクでインタビューやフィールドワークを行った立瀬ほか(2018)は、「今日1日クスリを使わずに過ごす」という意志を、毎朝のミーティングで仲間と共に確認し、その上で過ごす1日を積み重ねていくことが大切であるため、ミーティングは内容よりも参加すること自体に意味があると述べている。一方、太鼓や運動、地域活動などのプログラムに関しては、クスリの使用により一般社会と隔絶されていた入寮生が、社会とのつながりを感じられることから、社会復帰の面で重要なプログラムであると述べている。そしてそれ以上に、そのようなプログラムを通して、入寮生どうしが支え合いの関係を築けることが、回復にとって有効であるとも述べている。また、クスリを使用していた過去の自分と、回復を目指す現在の自分の両方を理解してくれる仲間がそばに居ることが、薬物欲求の抑制を助けていると述べている。

以上が立瀬ほか(2018)の考察である。ミーティングについては、たしかに興味深い内容の話の語ったり聴いたりできなくても、まずは参加してみるという一歩が大切かもしれない。しかし、自分の思いを正直に語り、人の話を聴くことで、仲間と思いを分かち合うというミ

ーティングの内容は、クスリを使わずに過ごすことよりも、考え方や姿勢を変えていくことにおいて、非常に重要な役割を果たしているのではないだろうか。次に、社会との繋がりを感じられるプログラムの重要性については、回復の結果として実現される社会復帰だけでなく、回復そのものとの関係に注目して考えることも可能ではないだろうか。そして、プログラムの内容だけでなく、仲間と共にプログラムに取り組むことと回復との関係についても、ダルクメンバーがどのように捉えているのかを明らかにしたい。

以上のことから本稿では、ダルクの回復プログラムや日常生活に関する富山ダルクメンバーの語りを分析し、ダルク生活を通してどのような変化を経験しているのか、ダルク生活と回復との関係についてどのように認識されているのかを明らかにしたい。

## 第4章 調査概要

### 第1節 富山ダルクの特徴

富山市の岩瀬浜に面した NPO 法人「富山ダルクリカバリークルーズ」は、薬物依存症当事者である代表理事(サービス管理責任者)の林敦也さんによって、住宅街の民家を借りて 2008 年に設立された。林さんを含む 5 名のスタッフは、全員がダルクの回復プログラムを経験してきた当事者である。

宿泊所では、定員 25 名のところに入寮生 12 名、スタッフ 3 名が居住している。(この他に、精神病院に入院中に入寮生 2 名と、林さんを含む通いのスタッフ 2 名が所属している。)6 人部屋、2 人部屋、1 人部屋があるが、入寮して初めに入るのが 6 人部屋であり、回復の進行に伴って 2 人部屋、1 人部屋へと移行していく。

#### 第1項 1日の流れ

ダルクの 1 日は 8 時の朝食から始まり、当番の入寮生が簡単な食事を用意する。8 時半からは施設内の掃除を手分けして行い、その日 1 日分の生活費が支給される。9 時からはミーティングが行われる。その後、昼食当番の入寮生はチームで献立を考え、10 時半から買い出しに向かう(スタッフも同行)。担当チームは買ってきた食材で調理を行い、12 時からみんなで昼食をとる。13 時から 15 時はレクリエーションが行われる。内容はボランティア参加(災害支援・炊き出し等)、地域清掃活動、畑作業、温泉、太鼓練習、ソフトボール、海岸散歩&ランニング、ヨガ、坐禅、絵手紙、釣り、海水浴(夏)、スキー&スノーボー(冬)、DVD 鑑賞などさまざまである。17 時に弁当で早めの夕食をとり、自助グループ(NA など)に参加するため車で移動する。19 時頃から自助グループの活動に取り組み、20 時半に施設へ帰宅し、23 時に消灯される。(富山ダルク, 2021)

#### 第2項 3種類のミーティング

ダルクで行われるミーティングには 3 種類あり、週の初めに行われるのは「ハウスミーティング」である。全員で 1 週間のスケジュールを確認したり、メンバーから散髪や通院などの要望や共同生活をする上で注意してほしいことなどを受け付ける。2 つ目の「ダルクミーティング」では、スタッフがテーマを与え、メンバーがそれについて順に語っていく。スタッフが先に語り、その後にメンバーが、挙手あるいはスタッフの指名によって語る(話したくなければ話さなくても良い)。語られる内容はテーマに関連した自分の過去や現在、テーマに対する自分の考え方などである。3 つ目の「ステップミーティング」では、NA の手

引きの読み合わせを行う。ピックアップした章を、メンバー全員に回るように分担して読み進め、その内容について思うこと、考えたことを順に語っていく。(木村, 2011)

## 第2節 インタビュー詳細

本稿では、富山ダルクで回復に取り組む以下の3名の語りを扱う。全員が入寮生ではなくスタッフなのは、ダルク歴が長く、プログラムの経験がより豊富であると考えられるためである。インタビューは全て個別に行っており、インタビューイの名前は、ダルクで使用されているアノニマス・ネーム<sup>(1)</sup>である。また、この他のダルクメンバーの語りも、匿名性に配慮して用いている部分がある。

### 第1回インタビュー

日にち：2020年11月11日

場所：富山ダルク

インタビューイ：キノコさん(39歳男性、スタッフ)、他1名

### 第2回インタビュー

日にち：2020年12月16日

場所：富山ダルク

インタビューイ：キノコさん、他1名

### 第3回インタビュー

日にち：2021年6月10日

場所：富山ダルク

インタビューイ：キノコさん

### 第4回インタビュー

日にち：2021年6月11日

場所：富山ダルク

インタビューイ：林さん(46歳男性、富山ダルク代表理事、アノニマス・ネーム「アッチ」)

### 第5回インタビュー

日にち：2021年10月27日

場所：富山ダルク

インタビューイ：無道さん(57歳男性、スタッフ)

### 第6回インタビュー

日にち：2021年11月11日

場所：富山ダルク

インタヴュー：無道さん

第7回インタビュー

日にち：2021年11月17日

場所：富山ダルク

インタヴュー：林さん、キノコさん

### 第3節 インタビュー어의 ライフヒストリー

#### 第1項 林さん

林さんが初めてクスリを使ったのは、中学1年生の夏休み頃で、使った薬物はシンナーだった。当時はシンナーが身近にあり、シンナー遊びが「ちょっとやんちゃな人たち」の間で流行っていた。それをやりたいと思っていたわけではなかったが、当時の林さんは「こうなりたいな、ああなりたいな」という目標を持たず、どちらかという挫折感の方が大きくなっていった。小学生の頃は活発で、勉強も特別に悪いわけではなく、それなりに全体の波に乗っていていた」という。しかし、中学生になると、周りの友達に成長期が来たり、勉強が難しくなったりしたことで、周りに対して遅れを感じるようになった。そんなときに、先輩からシンナー遊びに誘われた。その先輩達は、林さんが想像していた以上に「悪くなかった」し、クスリを辞めている姿も見ていたため、「危ない、怖い、危険だ」というよりも「まあ大丈夫なんじゃないかな」と、抵抗感があまりなかった。使用頻度がだんだんと増えていき、中学3年の終わり頃には、「嫌な気分になるよりだったら、クスリを使って友達とわいわいやってた方が楽しい」と考え、クスリを辞められなくなっていた。学校に行けば先生に怒られ、家に帰れば親に怒られるため、どこにも安心できる場所がなくなり、クスリを使っている友達のところへ出入りする生活になっていった。

20代に入ると、林さんはクリニックに通うようになっていた。それはクスリを止めるためではなく、クスリの影響で体調が悪くなったり、不眠になったり、幻聴幻覚の症状が出たり、そういった不調だけは治したいと思ったからだった。そこで知り合った女性と交際し、自分が「気持ちいいな」と思ったドラッグを教えた。しかしその女性は、そのドラッグを使って自殺してしまった。当時はクスリの作用によって「飛べるぞ」といった幻聴が聞こえたり、羽が生えてるような幻覚が見えたりして、飛び降り自殺をする人が多かったという。「もう辛くて辛くて。周りもどうせ俺のことを責めるだろうし、大事な人も亡くなってしまったし」と、当時の心情を振り返っている。それがきっかけで、「もっと早く効くもの」「もっと強く効くもの」と、クスリに対する依存心が深まり、病院で知り合った覚醒剤使用者を通じて、覚醒剤を使うようになった。

生活が乱れていき、両親などの大事な人たちを騙しながらお金を借りたり住む場所を確保したりと、クスリ第一の生き方になっていた。そして26歳の2月に、クスリの売人から、このままでは危険だからと、クスリを止めるように言われ、仕事を紹介された。しかし「体はついていかないし、人間関係もめんどくさいし、飽きてくるし」という「薬中独特の、慢性的な継続できない自分」になっていった。そこから逃げ出し、実家に帰ると、「もう家には入れられない」「今までいろいろやってきたけど、親の力だけでは治せなかったし、これからはたぶん治せないだろう」「自分で選んで生きていきなよ」「使って生きるのもあなたの人生だし、それで死ぬのもあなたの人生だし、やめて生きるのもあなたの人生だから」と言

われた。林さんは腹を立てて数週間、路上をうろうろしていた。次第に空腹になり、誰にも相手にされず寂しくもなり、「こんなふうにならなきゃいけないの?」と考えた。「簡単なきっかけでクスリを始めて、あれこれありながらも何とかしようと思いつつも、結局やめられない自分になっていて、路上の生活が始まって」と考えると「情けなく」なった。数週間後、また実家に帰り、「頼むよ」と両親に言った。それまでは「じゃあこうしましょうああしましょう」と抱えてくれていたが、そのときだけは「私たちは私たちの生活があるから難しい」と断られた。

ただ、そこで両親は林さんにダルクを紹介した。林さんの両親は、依存症者を抱える家族の会(家族会)に繋がっていた。そこで「親の愛情も大事かもしれないけど、親の愛情だけで病気は治せない」「彼の問題を手放しなさい」という話を聞いた。そこで、薬物依存は病気なのだから、きちんとした治療に繋げるために、林さん本人に自分で選んでもらう、ただ情報だけは伝えていく、という手段を、家族が初めてとった。

そして26歳の2月3日、林さんは渋々、茨城のダルクに入寮した。当時、林さんは覚醒剤使用は止められていたが、病院からの処方薬を16~18錠も飲んでおり、入寮後6ヶ月かけて、全ての処方薬を切ることができた。約9ヶ月間ダルクのプログラムに取り組んだ林さんは、その後約3ヶ月間、アルバイトをした。30キロのお米を3000体ほど運ばなければならないハードな仕事だったが、日当1万円で5,60万円ほどの貯金できた。そのため、「お金も貯まったし、なんとかなるだろうから(ダルクを)出ます」と代表に伝えた。すると、「もしその金がなくなったら、社会でその後どういふふうにやっていく計画なんだ」と言われた。そこで、自分の頭の中が「また同じ生き方すりゃなんとかなるだろう」「こんだけ止まったんだから、またそんな生き方になっても、人に嘘ついたりごまかしたりしながらやれば、なんとか繋いでいけるんじゃないかな」という考えになっていて、「入寮したときと生き方が変わってないな」と気づいた。そして「これではまずいよな」「もう少しプログラムを続けていけば、生き方を変えていけるんじゃないか」と思い、また「それをやるのがプログラムなんだ」と先行く仲間たちに教えてもらい、社会に出ることをやめた。

そして林さんは、「ワールドコンベンション」という、サンディエゴで開催された、世界中の依存症者が集まるイベントに参加した。茨城ダルクの代表に「お前行ってこいよ」「せっかくお金貯まったわけだし、自分の回復のためにお金使えよ」と言われ、「自分は社会に出ることもやめたし、お金持っていると自分の好きなことに使いたくなるから、回復のために使おう」と思い、参加を決めた。そのイベントで林さんは、大きな衝撃を受けた。それまでの林さんは、依存症者として周りの目を意識しながら回復を進めてきたが、自分らしく、自分のために回復するのだという世界の依存症者たちとあって、回復に対する姿勢が変わったという。

ワールドコンベンションから帰ってきた林さんは、「仲間を、生きられる場所を育てていこう」「自分の回復してきたプロセスを、仲間に伝えていこう」と思い、入寮から15ヶ月目の頃、茨城ダルクで職員研修を始めた。ダルクスタッフを経験する中で、当時ダルクのなか

った北陸からの相談を受けることもあった。依存症者本人や家族、あるいは手紙が来ていたのだが、結局相談止まりで終わってしまっていたことから、茨城ダルクの代表が北陸でのダルク開設を提案した。当時スタッフ5年目の林さんは、「やれるならやりたい」と伝え、北陸に施設を開けるための研修として、ちょうど新設される山梨ダルクへ手伝いに行った。半年ほど研修を行い、次に東京ダルクで半年ほどの研修を行った。そしてスタッフ6年目を迎える頃、物件を探しに北陸へ来た。そこで、現在の富山ダルクの隣にある民家を借りられることになった。そこは、依存症者を持つ家族の、使わなくなった家だった。それから富山ダルクを開設し、2021年5月時点で13年になる。林さんは茨城ダルクに入寮してから19年間、スリップをせずに、クリーンを続けている。

## 第2項 無道さん

無道さんは、20歳の時に先輩に誘われ、「1回くらいなら良いだろう」と、初めて覚醒剤を使用し、依存していった。その後、精神科からもらった処方薬にも依存していった。横浜で警察に捕まり、刑務所かダルクという選択肢を与えられ、横浜ダルクへ行くが、1日で覚醒剤使用をしたため、茨城の鹿島ダルクへ移動になった。鹿島ダルクには3年おり、最初の1年間で100錠飲んでいた処方薬を切り、最後の3ヶ月はスタッフ研修に取り組んだ。茨城ダルクでスタッフ研修1年、静岡ダルクでスタッフ研修1年、また茨城ダルクに戻りスタッフ研修4年半を経験した。

その後アイアルサ<sup>(2)</sup>の施設長になるが、3ヶ月後、そこで出会った女性と千葉へ出て行った。仕事をしながらその女性の家で暮らしていたが、関係が上手くいかなくなり、知り合いがいた高知ダルクに入寮した。入寮1年、スタッフ研修1年を経て、また仕事をしながら女性と暮らす生活を始めた。その女性とも関係が続かず、秋田ダルクへ1年入寮、1年スタッフ研修を経験した。その後、滋賀の琵琶湖ダルクに入寮し、東臣ダルクで2年スタッフ研修に取り組んだ。その後、また琵琶湖ダルクへ入寮し、6ヶ月目でアルバイトを始めた。2020年11月に退寮し、仕事をしながら一人暮らしを始めた。そこで林代表に声をかけられ、2021年3月にその仕事を辞め、4月に富山ダルクのスタッフになった。

## 第3項 キノコさん

キノコさんが初めて薬物を使用したのは16、17歳の頃だった。両親の離婚を機に引越した先で、インターネットを使えるようになると、裏サイトを通して薬物に出会った。科学の実験が好きだったこともあって好奇心が湧き、面白半分で手を出した。初めて使った薬物がマジックマッシュルーム(幻覚キノコ)であったことが、ダルクでのアノニマスネームの由来になっている。使用頻度は徐々に増えていき、最終的には危険ドラッグにも手を出した。薬物使用により錯乱状態に陥ると、家族に手を挙げそうになり、精神病院に緊

急搬送された。1か月半の治療で退院できたが、それから1か月も経たないうちに再使用し、再び搬送された。病院で錯乱し窓を打ち破ろうとするキノコさんを見た家族に、「もうお前のことは手に負えない」と言われ、家族の縁を切るか、ダルクに行くかという選択を迫られた。不自由で退屈なダルクには行きたくないと言ったキノコさんは拒絶したが、2013年、半ば強制的に入寮させられた。

ものの1か月で音を上げ、石川県の実家に無理やり帰ると、自分の荷物が整理されており、自分の居場所がなくなっていることを痛感した。泣く泣くダルクに戻ったが、回復には全く意欲的ではなく、「親にも、施設の方にも、良い顔をして、騙し騙しの、まあただここにいて時間が過ぎていけば、いつかはまた、家族も受け入れてくれるだろう」、あるいは「就労プログラムの方に、まあ入れるだろう」と思っていた。しかし、入寮4、5か月目の頃に、施設のインターネットで薬物を購入し、スリップ(薬物の再使用)をしてしまった。スリップが明るみになれば、早く出て行きたいダルクからの退寮時期が遅れてしまうと、ひた隠しにしていた。

そんな中で、騙し騙しで過ごしていた姿が認められたのか、ボランティアスタッフになることを勧められ、入寮9か月目でスタッフになった(当時は民間施設だったため、ボランティアスタッフだった)。しかし入寮1年目(スタッフ3か月目)になると、給料や手当が発生しないことに対して悶々とするようになり、ギャンブルにも手を付けていたキノコさんは、施設の経費からお金をくすねてしまった。そのときには後ろめたく思わなかったが、施設長に呼び出されたときに「バレたんじゃないか」と不安になり(施設長の呼び出しはただ用事があっただけだった)、罪悪感を覚えた。すると「実はもう全員(自分が施設のお金を盗んだことを)知ってて、黙ってるだけなんだ、僕が言い出すのを待ってるんだ」という「勘ぐり」「妄想」が膨らんでいった。それでも、早く就労プログラムを受けること、早く施設を出ることを考えると押し黙るしかなかったが、妄想は膨らんでいくばかりで、「リアルに死んでしまうかもしれない」と思うほどの精神的ダメージを負った。そこで「助けてもらいたいってことをほんとに心から願う」ようになり、2015年6月30日に金沢市で行われたNAミーティングで、スリップしたことも、施設のお金を盗んだことも打ち明けた。

それからは「あんな思いしたくない」「もう治ってほしい」「元に戻りたい」という一心でクリーンを続けている。またNAで打ち明けたことを機に、回復に専念するためにボランティアスタッフを降ろされた。回復プログラムを「まじめにやろう」という意欲が出てくると、「働きたい」「お金が欲しい」「自立したい」「一人暮らししたい」という思いが日増しに増えていった。しかし、代表(ダルクが民間からNPO法人に移行し、施設長が代表になった)には「まだ早い、時期じゃない」と言われたため、ダルクの外の社会で働く代わりに、ダルクスタッフとして働くことになった。第1回インタビューを行った2020年11月11日時点で、クリーン6年目、スタッフ3年目である。

## 第5章 分析

### 第1節 薬物依存の背景

林さんは中学生の頃、周りの友達にばかり成長期が来たり、勉強が難しくなったりしたことで、周りに対して遅れを感じるようになった。そんなときに、先輩から誘われてクスリを使ってみると、「先輩たちと一緒に同じことができている」「この人たちなら自分の辛さを分かってくれているのかもしれない」という安心感を覚えた。それによって、周りに置いていかれているような自己否定感や孤独感から逃れられたため、クスリを使っているときの方が「楽しく笑って」過ごすことができていた。しかし素面に戻ると、また自己否定感や孤独感が浮かんでくるため、次第にクスリの使用頻度が高くなっていった。

二十歳の頃には、自分が教えたクスリによって、大切な人が亡くなった。しかし、それを機にクスリを止めるのではなく、むしろもっと早く、強く効くクスリで辛さから逃れたいと、余計に依存度が高まっていった。

病院で処方薬をもらい、覚醒剤の使用は止まったが、今度はその処方薬に依存するようになった。茨城ダルクに入寮し、その処方薬を減らしていくことになったが、「(処方薬を)切ったらまた嫌な思いするんじゃないか」「不安が起きるんじゃないか」「辛いこと乗り越えられなくなるんじゃないか」と恐れる気持ちが強くなっていった。

以上のように、林さんの薬物依存の背景には、「自己否定感」「孤独感」「辛さ」「不安」といったネガティブな感情があった。

無道さんは覚醒剤と処方薬に依存していたが、特に処方薬は人と対面するとき、イライラしたとき、不安になりかけたときに飲んでいった。

キノコさんは高校生の頃、両親の離婚も影響し、気分が鬱々としていたが、初めてクスリを使ったときに、「すごく幸せな気持ちになれた」「本当の自分に出会えた」と感じた。初めはそういった「楽しい思いを求めて、気持ちよさを求めて使っていた」が、次第にクスリなしでは「退屈だなあ暇だなあという憂鬱さ」をより強く、より長く感じるようになり、「自分を保てない」状態になっていった。そのため、クスリの使用頻度も高まっていった。

またキノコさんは、「なんで挨拶を返さないんだ」「なんでお礼の言葉がないんだ」「なんでそんな嫌なことするんだ」「俺ならこうする、だからお前もこうしろ」というように、自分が思う常識や礼儀から外れた振る舞いをされたときに、モヤモヤする気持ち、イライラする気持ちになりやすかった。しかし、「挨拶してよ」などと指摘するのは、相手からの反発を恐れて出来なかった。そこで溜まったストレスを、一人でいる時間に、クスリやアルコールによって発散していた。

以上のように、キノコさんの薬物依存の背景には、「憂鬱さ」「モヤモヤ」「イライラ」「ストレス」といったネガティブな感情、そして「こうでなければいけない」という固定観念が

あった。

## 第2節 ミーティングで話すこと、感じたこと、学んだこと

### 第1項 林さんの語り

林さんは、クスリを使いたくなかったときは、欲求や悩みを仲間に打ち明けることで乗り越えてきた。一人で抱え込んだまま我慢しようとする、それがストレスとなり、余計にクスリを使いたくなるからだ。また、先ゆく仲間が自分の思いを正直に打ち明けながら、クスリを使わずに1日1日を乗り越えていく姿を、実際に見ていたからでもある。

また、クスリ中心の生き方の中で感じたことや人間関係について語ることで、過去の自分を振り返っている。そして回復に取り組む今の生き方を、過去の生き方と比較することによって、自己点検している。

林：やっぱりやめられないな、昔の生き方が今日も出たなっていうことを言えるようには僕はしてますね。だから僕の経験は、今までのクスリを使ってきたいろんな中での感じたことであったり思ったことであったりとか、人との関係性であったりだとか、クスリを取り上げられたらどういう気持ちになったとか。

さらに、回復のスタートを切ってからどのような問題に直面し、それをどのようにしてクスリに頼らずに乗り越えてきたのかという、回復経験についても語っている。それを通して、クリーン歴(断薬期間)が長くなっても、自分の生き方と向き合い、自己点検をしていくことの大切さを伝えている。

林：やっぱり僕たちの回復ってクスリが止まったらそれがスタートであって、それがゴールではないので、そのスタートを切ってから19年間の生き方っていうのも、正直仲間がいて助かった時は助かった、クスリを使わないで乗り越えられた経験を話したりとか、こういう問題が起きましたってことを、やっぱり古いからといって問題が何も起きないわけじゃないんだってことをちゃんと伝えながら、どう乗り越えてその日はクスリ使わないで、今日になってるよってことを僕も言えていかないといけない。もう19年たったから安泰だって話になってしまうとなんも面白くもない、やっぱり自己点検が必要なんだってことを、僕の経験からは伝えていく必要はあるんだろうなって思ってるんです。

林さんは入寮生の頃、それまで誰にも言えなかったような思いや経験を、ミーティングで正直に話せるようになり、仲間と共感し合えたことによって、孤独感がなくなり、「ここでは自分らしくなっていていいんだ」という安心感を持つことができた。また自分と同じような経験を語る仲間がクリーンを続けている姿を見て、「自分もそうなりたい」「自分にもできるのではないか」という希望が湧いてきた。さらに仲間の話を聴くことによって、自

分の過去の生き方に対する理解度が深まったり、自分の生活を言葉にしながら振り返ることによって、自己点検ができたりもした。これらのことから林さんは、ミーティングで正直に語り、仲間の話をよく聴くことが、回復にとって大切だと考えている。

林：自分のこの親にも言えないような経験とか気持ちとか、言っても「根性がないから」って言われてたようなことを、その半年間の中で仲間から聞いたり、自分が少しずつ話することができるようになったことで、聴いてくれる人がいる、話をしてくれて、同じような経験をしていて、それでも止めてるっていうモデルを見ることができて、もしかしたら自分もそんなふうにはできるんじゃないかなってというのが育っていったのがその半年間ぐらいだったんです。

林：まあ孤独感がなくなったのが大きかったなと思うんです。共感する人が増えた。共感できる人がいた。そういう発見もあったし、ああ俺も同じ感じで生きてきたなって自分の発見も、気づかないで生きてきてるんですね、そういう自分の気持ちを。で、そういう仲間の言葉を通して気づかせてもらえる場所。で、それを言ったり吐いたりすることができる、自分らしくいていい場所になっていったので、まあ安心する場所になったと思うんですね。ミーティングって1日の生活をしていく中での自分らしくなっていい場所っていうか、もちろん偽ってるわけではないんだけど、この生活を振り返って自己点検ができる場所なのかなって。

さらに次の語りから、林さんは仲間の話を聴くとき、その人の良い面に目を向けることが大切だと考えている。ミーティングの原則は「言いつばなし、聞きつばなし」で、話された内容は批判も評価もされないということである。しかし以前の林さんは、心の中で仲間の話を批判してばかりいた。そんなときに仲間からの提案を受け、仲間の良いところに目を向けて話を聴き、良いところは吸収し、自分とは違って腑に落ちないところは受け流せば良いと考えるようになった。

林：仲間の話をよく聴くってことですね。自分の中で、ミーティングにいる人たちのことを、最初の頃って捌いちゃうんです。違い探しばかりするんです。こいつ俺と違うからああだそうだっていう風にやってきたんですけど、僕は仲間から提案聞いて、彼らの良いところに目を向けていきたいと思いますって話をもらって。

林：そのまま彼らの話を聴いて、自分に必要のないものは別に受け止める必要もないし、自分に必要なものならちゃんと受け止めていきながら、自己を振り返ればいくなって。

また、茨城ダルクに入寮し、約9ヶ月間プログラムに取り組んだ林さんは、ダルクから仕事を紹介してもらい、約3ヶ月間アルバイトをした。そして5、60万円ほどの貯金ができたため、茨城ダルクの代表に「ダルクから社会に出たい」と伝えた。すると代表から、「も

しその金がなくなったら、社会でその後どういふふうにやっていく計画なんだ」と言われた。そこで、自分は断薬はできていても、「こんだけ止まったんだから」「なんとかなるだろう」と、入寮したときの考え方から変わっていないということに気がついた。このままではまずいと思い、社会に出ることをやめた。引き続きダルクの回復プログラムに取り組むことによって、「この気づけてきた自分自身の生き方を変えていけるんじゃないか」と考えた。このように、ミーティングで過去の自分の生き方や考え方と向き合ってきたことによって、入寮して1年が経っても過去の自分と変わっていないと気づけたことが、林さんにとって大きな成長であり、生き方を変えるきっかけになったという。

林： 今までだったら、自分の考え方はこうであつたさうだ、気持ちがこうだつていうのを入寮するまでは知らなくて、ただ1年後の自分つていうのは、「ああそういう考え方で生きてるんだ」つて知れたことが、結構生き方を変えるきっかけになつて、ここ大きかつたんですけど、「俺何も変わつてないじゃん」つて。「クスリは止まつてるけど生き方は同じじゃん」つていうことに気づけてた。なので、「これではまずいよな」つていうのを感じて、社会に出ることをやめたんですね。もう少しプログラムやつて、この大きく気づけたことつていうのは成長だと僕は思ったんで、もう少しやり続けていけば、この気づけてきた自分自身の生き方を変えていけるんじゃないかつて、それをやるのがプログラムなんだつて提案されたりとかね、先にやつて生きてる人たちに教えてもらつたりとかね。

## 第2項 無道さんの語り

無道さんはミーティングで、過去・現在・未来について語る。

まず過去、クスリを使つていた頃の生き方や失敗談を語る。そして、そのような昔の自分に対して、現在の自分がどのように変化したかについても語る。例えば、最初は周りにばかり目を向けていたが、仲間の話に共感できるようになつたことで、自分と向き合えるようになったという話をする。また、初めは「自分は薬物依存症じゃない、この人たちとは違う」と思つていたが、処方薬を切り素面になつたことによって、仲間の話に耳を傾けられるようになり、「自分も同じ依存症なんだ」と認めることができ、楽になつたという変化を語る。そして、仲間話を聴くことが、自分の成長や回復にとって重要だと感じられるようになったという変化も語る。

また、素面での経験を通して「力をもらった」（糧となつた）ことについて語る。例えば、太鼓プログラムで達成感や一体感を感じたという話をする。さらに、過去の失敗や素面での経験を糧にしていきたいという、未来への希望を語る。

## 第3項 キノコさんの語り

キノコさんはまず、クスリやアルコールの欲求が出てきたら、「使いたいと思っちゃった」「飲みたいと思っちゃった」と誰かに打ち明けることによって、その欲求を消化していきたいと考えている。欲求を一人で悶々と溜め込まないことが大事だという。

また、嫌な気持ちになった最近の出来事についても話すようにしている。「ああいうこと言われて腹立ったんだよね」と、イライラしている気持ちやモヤモヤした感情を聞いてもらうことによって、胸のつかえが取れて楽になれるからだ。今日思ったことや最近思ったことについて話すことが多いが、それと対比させて、過去の出来事やそのときに思ったことを話すときもある。

このように、キノコさんがミーティングで話す内容はネガティブなものが多いが、キノコさんは、仲間の愚痴を聞いたときに「うわっ聞き苦しい」と感じ、自分もそんな話をしていたのかとショックを受けた。また、愚痴を吐き出したその場ではスッキリしても、後から「恥ずかしい」「悪い印象与えたんじゃないかな」と、後悔や不安の気持ちが押し寄せてきた。

そこでキノコさんは、嫌な感情を吐き出すだけでなく、その感情を解消するために実践したことについても話すようになった。「こういうことをやってみたら良い気分転換になった」という前向きな話に繋げることによって、時間が経ってもスッキリした気持ちでいられるようになった。また、やってみて良かったことを実際に言葉にして語ることによって、「自分にとってこういうことをやるのが良いんだな」という再確認もできた。さらに、自分の好きなことややりたいことなど、「自分自身が話していて楽しくて、周りにも良い印象を持ってもらえるような話」もするようになった。

キノコ:ちょっと嫌なことがあって、まあちょっと気持ちが沈んじゃった。でも今まで学んできたことで、例えば気分転換でたばこ<sup>(3)</sup>吸ってみるとか。あと僕、発声練習とか好きなんですけど、声出してね。そういうことしてとか、お風呂に入ってみたり。そういうことすると気分が良くなりました、こういうことで解消できるようになってきましたということ。そういうふうな形でアプローチを変えてみたというか。

キノコ:できれば自分の実際にやってみたことの中でちょっといいな、気分がリラックスした、誰かに話してみたら気持ちが楽になった、こういうことっていいなということ。自分自身その言い聞かせるわけじゃないですけども、再確認するためで。とかやっていくと、嫌なテーマで話したときもなんかあんまり気持ちが鬱々していないというか、スッキリしているというか。

以上の語りに見られたキノコさんの気分転換方法の一つに、発声練習がある。声優を目指しているキノコさんは、朝5,6時頃に起床し、ダルクの活動が始まる前に発声練習を行っている。そして夜、NAミーティングが終わった後にも行っている。3階の自室でセリフを練習したり、歌を歌ったりする。キノコさんの発声練習を耳にした他のメンバーからは、「頑張ってるね」「続けててすごいね」と応援されることもあれば、「また変な声を出して」と茶化

されることもあり、「どこから声を出してるの」と質問をされることもある。以前は「本当に上手くなるのかな」と疑い半分だったが、手探りでやっているうちに、歌えなかった歌が歌えるようになるなど、変化を実感できるようになった。「今まで何でもかんでも中途半端に投げ出してきて、何一つ続かなかった」というキノコさんは、そうした成果を感じられ、自信がついたことから、継続の素晴らしさを実感している。

ミーティングで、発声練習の経過報告や、それに伴う心境の変化について話している。継続的な発声練習が、辛いときや苦しいときの心の支えになっていると語ることによって、「やってきてよかった」と再確認することができている。

キノコ：こういう感じで声の出方良くなってきました、で、それになぞらえて自分の心の変化というか。発声練習し始めた頃は、すごく気持ちが鬱々していたけれども、趣味として発声練習をしたからこそ、今の僕が、噴き溜まったときとかも保てたのかなとか。あるいはどん詰まりを感じたときも発声練習だけはやめなかった、続けてきて良かったみたいなこととか、継続することに対しての素晴らしさとか、そういったものを自分の発声練習を通して話してみたりとかですね。

キノコさんは以前、仲間と口論になった際に、「普通はそういうこと言わないよ、普通はそういうこと思わないよ」と言われたことがきっかけで、「自分の考え方っておかしいのかな、受け取り方とか感じ方とかおかしいのかな」と気にするようになった。そのため、ミーティングで自分の考え方や感じ方を整理しながら話すようになった。また仲間の話を聴くときには、その人の考え方や感じ方に注目するようになった。そうして、自分の考え方や感じ方はどうなのか、他の人とどう違うのかということに対する理解を深めていった。

キノコ：ミーティングとかで自分はこういうときこういうふう思うとか、感情面とか、こういうとき腹が立つとかってことを話していくなかで、他の人のそういった面にもですね、ミーティングの話の中で、他の人のそういったところにも耳が行くようになって、あ、そういうふう思うんだとか、そういうふう受け取るんだってことを思ったりしていく中で、自分でももしかしたらちょっとずれてるのかもとか思ったり。

以上の語りのように、キノコさんはミーティングで自分が何に悩んでいるのか、相手のどのような言動に対して嫌な感情を持っているのかを話すようになった。そうしていくうちに、キノコさんは相手が悪いとばかり思っていたが、思い通りに振る舞ってくれない相手を自分が受け入れられないだけではないか、自分の価値観を相手に押し付けているだけではないか、自分にも非があるのではないかと思うようになった。このように、キノコさんはミーティングを通して、自分が自己中心的な考え方をしていたことに気がついた。

キノコ: ようやく今、実はその相手が嫌なこと言ってるとか、相手が腹立つことしてるってわけじゃなくて、自分がその行動を許せないだけなんじゃないとか、俺ならこうする、だからおまえもこうしろとか、こういうことを言えとか、こういうことやったときにこうこと言うのは普通だろ、当然だろ、常識だろっていうようなことを相手に強要してただけなのかなってこと今思います。なのでそういった意味でも、まあ自己中心的だったんだなってことは思いますね。

また以前のキノコさんはミーティングで、「もうめんどくさい」「やりたくない」といった後ろ向きな話ばかりしていた。それだけでなく、前向きな話をしている人に対して「あんなこと口で言ってるけど、実際そう思っていないだろ」と、否定的な受け取り方をしていた。しかし、その前向きな話をしていた人が、他のプログラムで楽しそうにしていたり、輪の中心にいたりする姿を見て、「羨ましいな」と憧れるようになった。その後、プログラムやスタッフの役割を通して自分に自信がついてくると、もっと良い自分になりたいというやる気や活発さが沸いてきた。キノコさんにとって、このような心の変化の大きなきっかけとなったのが、それまでの自分にはなかった前向きな考え方を、ミーティングで仲間から聞いたことだった。

キノコ: ちょっとずつ得意なことっていうか、太鼓にしてもそうなんですけども、良いかもって思うようになってきたり、きちんとできている自分がなんか好きになってきたり、恥ずかしい自分でいたくないなっていうか、完璧主義なところがあるので自分のこういうところ直していければ良くなるってことをなんか欲張りになってきてですね。あれやってみたいなってことを思うようになってきた。それがすごく前向きな考えに繋がっていった。

キノコ: やっぱり、あの仲間の人のミーティングの話聞いて良いなと思ったことがすごく大きいですね。こういうふうな考え方良いなとかこういうふうな心持ち良いなって思って、前向きな考え方、特に今まで自分にはなかった考え方なのでポジティブさとか、新鮮な感じがしてます。そういった意味で楽しいなって思うように、そういうのを感じたいなって思うようになりました。

### 第3節 プログラム

#### 第1項 「プログラム」という言葉の使われ方

林さんもキノコさんも、起床から就寝までの全てをプログラムと捉えている。便宜上、午前のミーティングを「午前のプログラム」、午後のスポーツレクリエーションを「午後のプログラム」というふうにも呼ぶが、決まった時間に起床したり、仲間と一緒に食事やレクリエーションを楽しんだり、その準備をしたり、掃除や洗濯をしたりと、日常生活で行うこと全てが回復のために必要なプログラムだと考えている。

林さんによると、社会に出ると、ミーティングやレクリエーションの時間が仕事に変わる。そのときに、「朝起きて仕事に行って夜自助グループに行くっていう生活のルーティンが必要なんだってことを、彼らが感じ取って社会に出てほしい」と、林さんは語っている。また回復プログラムを通して、「こういう趣味あってよかったな」「ミーティングで仲間と話すと少しいい関係になったな」「夜12時1時までテレビ見てると朝しんどいな」「明日ちょっと早めに寝よう」というふうには、社会に出ても自分なりのクスリを使わないプログラムを組んで生きていくことを目指している。

また林さんは茨城ダルクに入寮した頃、18~19錠もの処方薬に依存していた。「(処方薬を)切ったらまたなんか嫌な思いするんじゃないか」「不安が起きるんじゃないか」「辛いこと乗り越えられなくなるんじゃないか」と、処方薬なしで生きていくのが怖いと感じていた。しかし、ダルクでプログラムを半年間続けたことによって、健康的な生活を取り戻し、運動などのクスリ以外の方法で不安を解消できるようになり、仲間がいるという安心感を持つようになったことによって、心理的な支えとしての処方薬が必要でなくなった。そのため、富山ダルクではミーティングだけでなく、太鼓演奏やスポーツ大会などのさまざまなプログラムを取り入れ、ダルクメンバーが健康的な楽しみを見つけられることを期待している。

無道さんは、「今やらせてもらっていることに対して、楽しんで取り組もう」と思っている。一人暮らしができるようになり、ダルクスタッフとして仕事ができるようになってきても、「これがゴールじゃない」「これからもどんどんちょっとずつ階段を上っていききたいな」と考えている。そのためには、向上心を持ちながらプログラムに取り組むことが必要であり、向上心を持つためには、嫌々ではなく楽しんでプログラムに取り組むことが大切だと考えている。キノコさんは、プログラムに対して意欲的であるということを、率先して表現していきたくて心がけている。そのために、プログラムに一生懸命に取り組むこと、プログラムを楽しむことが大切だと考えている。

以上より、規則正しい生活を取り戻すこと、仲間と良好な関係を築いていくこと、よりストレスのない生き方を見つけていくこと、クスリのない生活の中で楽しみを見出していくことが、回復のために大切だと考えられている。そしてそれを実践していくのがプログラムだと捉えられている。第2, 3項では、その中で特に有用性が語られた、太鼓プログラムと

週間目標について分析する。

## 第2項 太鼓プログラム

富山ダルクでは、週に1回、スタジオを借りて太鼓の練習をしている。みんなで太鼓を並べて準備をし、練習の流れを確認し、基礎練習と曲の練習をする。演奏披露の本番が近づいてくると、練習を週3回に増やしたり、本番練習を中心に行ったりする。スタジオでは個人練習の時間が取れないため、空いた時間にダルクで個人練習をすることもある。その場合は、タイヤなどを太鼓に見立てて叩く。キノコさんは第3回インタビューの日も、「一緒に練習したい」と相談してきた入寮生と一緒に、夜のNAミーティングの後に1時間ほど練習する予定になっていた。

スタジオ練習では、基本的にはキノコさんが前に立って指導している。みんなで1曲通して演奏した後、あるいは曲の途中で、キノコさんは「こうした方がいいよ」「今の良かったよ」とメンバーに声をかけている。指導の際は、「否定しない」ことを心がけている。「それは違うよ」「ダメだよ」という否定的な言葉を使わずに、「こうしたらもっと良くなるよ」と前向きな言い方をしたり、前よりも良くなっている部分を褒めたりすることによって、入寮生たちの意欲や成長を促せたらと考えている。また、自分をかっこよく見せるように、自分をかっこいいと思ってやるように指導しながら、自らもそれを体現することを意識している。身振り手振りや声出しを大ききなほどに大きくすることを、「率先して、真剣みをもって」行っているという。キノコさんが指導役を任されたのは半ば強制的で、他にやる人がいないからという消極的な理由だったが、今では他のスタッフに指導を褒められ、演奏自体にも指導にも自信がついてきており、「楽しんでやっている」「上手いか下手かは分からないけど好き」だと語っている。そして、そのような前向きな気持ちになれたことから、「プログラムやミーティングって無駄じゃないのかも」と思うようになった。

演奏を披露する機会は、例年は年間4,50本ほどもある。だいたい月1回、2,3ヶ月に2,3回といった頻度で、特に夏は20本ほど集中している。老人ホームやお寺、夏祭りなど、さまざまな施設やイベントから依頼を受けている。キノコさんはお客さんの反応を見たり、盛大な拍手をもらったりすることで、「達成感をすごく感じる」という。無道さんも、本番で叩き終わったときに、「自分もやればできるんだ」という達成感や、仲間との一体感を感じたという。また本番の機会が多い分、やりがいを感じられる機会も多いという。

富山ダルクで太鼓演奏のプログラムが導入されたのは、林さんが茨城ダルクで経験したことがきっかけだった。「自己否定したりとか自分中心で生きてきて他者を受け入れて共存するっていう形があまりとれなかった人たちが、協力し合いながら1曲を完成させるといふプロセスや達成感、そして社会の人たちから拍手をもらい、「クスリをやめて生きることで社会から受け止めてもらえる」「こんな俺らで拍手をもらえた」と実感することが大切だと思い、富山ダルクでも取り入れている。

### 第3項 週間目標

週間目標は、入寮生やスタッフ一人一人が、毎週自分で個人目標を立て、各々が1週間それに取り組み、次の週に自己評価するものである。目標設定と自己評価はハウスマーケティングで1人ずつ発表していく。ダルクメンバーたちは「(富山ダルク飼っている)犬を手なずける」「お金を使い過ぎない」「ご飯を食べ過ぎない」「運動をする」等の目標に取り組んでおり、ある入寮生は「犬を手なずける」という目標を通して、苦手だった犬を「だんだん好きになってきた」という。

林さんは「達成できるものを作ってやってほしい」という。何でも中途半端な人が多いため、難しい目標を立てて「できなかった」という否定感を抱くのではなく、「腕立て伏せを1日1回やる」などの簡単な目標を達成し、達成感を味わい、それを継続していく力を培うことを狙いとしている。また達成できなかった場合は、そのときの自分はどのような自分だったのかということと向き合ってもらいたいという。

無道さんは「初心に戻ろう」「感謝の気持ちを1週間持ち続けよう」「目の前のことに一生懸命取り組もう」「今週はもっと謙虚にやっとういこう」というような、自分にできる現実的な目標を立てることを意識している。目標を達成できると、「今日1日よく頑張ったな」という自己肯定感が得られ、「明日も頑張ろう」と前向きな気持ちになる。達成できなくても、失敗にとらわれ過ぎず、「次はこうしよう」とポジティブに考えるようにしている。無道さんは週間目標を通して3つのことを学んだという。まず物事に取り組むとき、「しんどいな」「めんどくさいな」と思うこともあるが、週間目標を通して、最後までやりきれば達成感があるということを経験し、「ベストを尽くそう」と思うようになった。また、ダルクでは自己肯定感の低い人が大半だが、週間目標で自己評価を口にすることによって、自己肯定感を高めることができると実感している。さらに、「今日1日」を意識するのはダルクに繋がって間もない時期であり、その後は1週間の予定のような「ちょっと先のこと」を考えていく必要があると思うようになった。

キノコさんは、太鼓プログラムに関連付けて「太鼓の本番に向けて体作りをする」、発声練習に関連付けて「喉に意識を置いて喋る」といった目標に取り組んでいる。さらに、体作りが目標なら「練習に熱心に取り組む」「プロテインドリンクを飲む」、早寝早起きが目標なら「何時に布団に入る」「何時に起きる」というように、具体的な目標や方法を考えることを意識している。以前は「受け入れる」「頑張る」というような、漠然とした目標をなんとなく立てていたが、意識して取り組むためには、具体的に何をすれば良いのかを考える必要があると学んだ。また具体的な目標にすることによって、自分の達成度合いも分かりやすくなった。抽象的な目標だったときは、自分の何がダメだったのかも分からなかったが、具体的な目標を立てるようになったことで、ハードルの高さを調整できたり、やり方を変えたりと、改善策が見えるようになった。例えば、「1万円貯める」という目標が達成できなけれ

ば、「金額が高すぎたのかな、5千円にしてみよう」と改善することができる。達成できると「よくやったな」「これやれるな」と自信がつき、「次も続けてみよう」と前向きな気持ちになるという。達成できなかったときは、自分を否定しすぎないことを意識している。キノコさんは週間目標を通じて、たとえ達成できなかったとしても、目標を意識して生活すること自体が大切だと感じた。意識していないとできないこともあり、意識して取り組むことを通して、自分の直すべき点にも気づけるからだ。例えば「メモを取ろう」という目標に取り組んでみると、「これはメモ取らなくていいかな」「面倒臭いから省いていいかな」とサボりがちな自分に気づいたという。

## 第4節 スタッフの役割

### 第1項 入寮生からスタッフへの変化

林さんは、スタッフというのは自分自身の回復のために担う役割であるという。なぜなら、スタッフという立場になって初めて経験する課題があり、それを乗り越えることがさらなる回復に繋がるからである。例えば、入寮生の目を気にしてしまい、ミーティングで正直に苦しみを打ち明けられなくなることもある。ミーティングで正直に話せないのであれば、電話で相談できる相手やスポンサーを NA ミーティングやイベントで見つけるなど、クスリを使わずにありのまま生きていくための居場所を、自分で見つけていくことが大切だという。また、ある程度の回復を経験したスタッフには、自分なりのクスリを使わない生き方や、回復に対する自分なりの考え方が形成されてくる。そのため、間違った選択をしようとする仲間や、自分とは異なる主張をする仲間には、自分が正しいと思う生き方や考え方を押し付けようとしたくなる。しかし、相手をコントロールしたいという気持ちは、クスリを使いたいという気持ちに繋がりやすい。なぜなら、相手が変わってくれないことに対してストレスが溜まってしまい、そのストレスが欲求を引き起こすからだ。また自分が相手より強い立場にいて、相手をコントロールできる力を持っているという考えは、12ステップのステップ1である、自分の無力を認めることに反している。このように、スタッフになると回復が後退してしまう可能性があり、それを乗り越えることが、スタッフになってからの回復課題と考えられている。

無道さんは、スタッフの役割を「行動のプログラム」と捉えている。口で言うだけ、人に指図するだけではなく、やりたくないことでもまず自分から率先して行動を見せていかなければならないと思うようになったという。また、ミーティングでは「僕はこうしてきた」「こういう方法もあるんじゃないか」と、自分の経験を仲間に伝えるようにしている。仲間がそれを聴いて、もし何か気づくことがあれば良いとは思っているが、あくまで仲間のためではなく自分のために語るというのは、入寮生の時もスタッフになってからも変わっていないという。

キノコさんは、スタッフになって間もない頃、暇さえあればサボったり仮眠を取ったりと、意欲的ではなかった。すると「あいつはいつもサボってる」と周りから指摘された。また「休んでいながらお金をもらっている」「スタッフとして入寮生に見られている」という自覚も相まって、後ろめたい気持ちになった。さらに、「あれもやらきゃ、これもやらなきゃ」と思いながらも「面倒臭いから」と後回しにしていると、「あれのこと言われんじゃないかな」「なんか聞かれるんじゃないかな」と不安でいっぱいになった。このような「後ろめたい」「不安」というネガティブな気持ちではいたくないという思いから、「プログラムを頑張ろう」「やるべきことを手抜きせずきちんとやろう」という意識が芽生えた。そうして何事にも真面目に取り組んでいくと、自分がどれだけ面倒臭がりだったのかを思い知ると同時

に、「案外きちんとやることもできるんだな」と自信がついた。また周りからの反応も良くなった。こうした経験からキノコさんは、面倒臭いと思うことから逃げて休むよりも、面倒臭いと思うことこそ早めに済ませておく方が、後ろめたさや不安が消えてスッキリすると実感した。

## 第2項 入寮生への声かけ

スタッフとしてやるべきことの一つが、入寮生への声かけである。プログラムに意欲的でない入寮生に参加を促したり、注意すべきところがあればきちんと伝えたりしなければならない。その際、相手から反発されるんじゃないか、不満を持たれるんじゃないかといった恐怖心を伴うことがある。キノコさんは、入寮生の頃は「やりたくないからやらない」という態度がある程度通用していたが、スタッフになると、嫌なことから逃げるような「恥ずかしいところは見せられない」という意識が強くなった。

このような意識の変化によって、嫌なことから逃げるのではなく、「どうすれば上手く伝えられるか考える」ようになった。例えば、プログラムに意欲的でない入寮生に対しては、「やらなきゃダメだよ」「なんで出ないの」といった否定的な言い方をせず、「一緒に行ってみようよ」「ちょっとだけでも良いから」と、プログラムに対する負担感を和らげるような言い方を心がけている。また、どうしてプログラムに出たくないのか、相手の気持ちを聞き、どうしても出られないという場合は、「それもそうだね、ちょっとずつやろうね」と、その気持ちに寄り添って休ませるといふ、柔軟な対応を心がけている。参加してくれた場合は、「頑張りましたね」「今日は出れたね」と頑張りを認めたり、褒めたりするようにしている。

そうすることによって、入寮生とのコミュニケーションが上手くいくだけでなく、キノコさん自身のストレス回避にも繋がっている。キノコさんは初め、「プログラムに参加するのが正しい姿だから、入寮生には参加させなければならない」という固定観念があった。そして、自分の主張を相手に受け入れてもらえず、反発を受けたときに、「どう言い返せば良いか分からない」「どうすれば相手に伝わるのか分からない」というストレスが溜まった。しかし、入寮生への声かけを通して伝え方のバリエーションが増えていたり、相手の気持ちを受け入れることを学んだりして、そのようなストレスが溜まらなくなっていた。

## 第3項 学校講演

林さんは、人前で話す学校講演は緊張するため、苦手で嫌いだという。しかし、ミーティングで正直に語ることを通して回復していくのと同じように、学校講演で正直に語ることも、回復のために必要だと捉えて取り組んでいる。それまでは、社会の中で薬物依存症を隠しながら生きてきたため、ダルクやNAだけでなく、当事者でない人に対しても正直に語れる場所を持てるようになったことで、生きていくのがより楽になった。また学校講演を通し

て顔と名前を知られることによって、「ここではもうクスリ使えないな」と気が引き締まった。そして、薬物依存症やその回復について社会に伝えるという自分の役割を果たし、自己肯定感も持てた。林さんは、「自分は薬物依存症でこういうことをしてきました、こういう苦労をしてきました」ということを隠さずに話すことができ、その上で理解してもらえるような、薬物依存症者が孤立しない社会になってほしいと願いながら、学校講演に臨んでいる。以上のように林さんは、スタッフになってから、学校などで薬物依存症やその回復について伝える機会が増えたことによって、「よりクスリを止めやすくなった」「社会の理解を得られるようになっていってるんじゃないかなって希望を持てるようになってきた」と実感している。

#### 第4項 金銭管理

入寮生は、毎日1日分の生活費が支給される。しかしキノコさんはスタッフになり、給料を次の給料日までやりくりしなければならなくなったことで、自分がいかに金銭管理においてルーズなのかを痛感した。身体が健康になり、心の問題が解決されれば、回復したといえると思っていたが、社会に出て生きていく上で必要な金銭管理能力が不十分であると気づくことができた。

キノコ：心の悩みの妄想の部分が解消されたら、僕はもう社会的に大丈夫だとかっていうふうなことを思っていたんですけど、実は本当に自分のやばいってか、危ういところ、社会的にみても危ういところってお金の面なのかなってことに、まあ気づけたっていうか、思い知らされたっていうか。

キノコ：心の面とか身体の面とかもすごく大事なことだと思うんですけど、社会で生きていく為にお金って必要だと思うんですね。その一番本質的な部分が自分はダメなんだっていうことをちょっと気づかされたっていうか。そういった面では、すごくメリットっていうか。

#### 第5項 社会との関わり

スタッフになると、市役所や病院に電話をする業務を担うようになり、社会への窓口としての役割を任されるようになる。林さんによると、電話は素面でないとできないことであり、過去の生き方のままでいた時は、面倒臭がってやるべきことをサボってしまうこともあったという。だからこそ、社会との窓口としての役割にチャレンジすることが、自分の成長や社会的な自立、健康的な生き方に繋がり、「任されるようになったんだ」「電話を済ませたぞ」「自分が社会の有用な一員なんだ」という自己肯定感や責任感に繋がる。

## 第6章 考察

### 第1節 ミーティングの意味

立瀬ほか(2018)は、「今日1日クスリを使わずに過ごす」という意志を毎朝のミーティングで仲間と共に確認し、その上で過ごす1日を積み重ねていくことが大切であるため、ミーティングは内容よりも参加すること自体に意味があると述べている。しかし、自分の思いを正直に語り、人の話を聴くことで、仲間と思いを分かち合うというミーティングの内容は、クスリを使わずに過ごすことだけでなく、考え方や姿勢を変えていくことにおいて、非常に重要な役割を果たしているのではないだろうか。

まず、第5章第1節「薬物依存の背景」より、林さん・無道さん・キノコさんは、ネガティブな感情になったときに、それを解消するためにクスリを使用していた。具体的には「自己否定感」「孤独感」「不安」「緊張」「憂鬱さ」「イライラ」「モヤモヤ」「ストレス」といった感情が背景にあった。そして、クスリによってネガティブな感情を忘れられる分、素面に戻ったときの辛さがより強く感じられるようになっていき、クスリなしでは生きていけない状態になっていった。このことを踏まえ、第5章第2節「ミーティング」から、ミーティングで自分の思いを正直に語り、人の話を聴くことが、回復にどのように結びついているのかを考察していく。

1つ目に、薬物欲求やその引き金となるネガティブな感情への対処として、ミーティングを活用していることがいえる。林さんやキノコさんは、欲求やネガティブな感情(悩み、イライラなど)を正直に打ち明けることで、クスリに頼らずに乗り越えることができている。欲求やネガティブな感情を一人で悶々と我慢してしまうと、ストレスが溜まって余計に欲求が強まってしまうが、仲間聞いてもらうことで、胸のつかえが下りて楽になったという。また林さんは、それまで誰にも言えなかった思いや経験を正直に語り、仲間から同じような話を聴き、お互いに共感し合えたことで、孤独を感じなくなり、「ここでは自分らしくなっていていいんだ」という安心感を得ている。林さんにとって、劣等感や孤独感というネガティブな感情を解消でき、安心感を得られる存在が、「クスリやそれを一緒に使う仲間」から「ミーティングやダルクの仲間」に移り変わっていることが分かる。無道さんは、仲間の話に共感できたことで、「自分も同じ依存症なんだ」と認めることができ、楽になったという。このように、ミーティングで自分の思いや経験を正直に吐き出したり、仲間の話を聴いて共感したりすることが、薬物欲求やネガティブな感情の解消に繋がっている。

2つ目に、自分の生き方と向き合うために、ミーティングを活用しているといえる。林さんは、クスリ中心の生き方をしていた頃について語ることで、過去の自分を振り返っている。そして回復に取り組む今の生き方を、過去の生き方と比較して語ることによって、自己点検

している。また、仲間の話を自分に重ね合わせながら聴くことによって、「ああ俺も同じ感じで生きてきたな」と、気づいていなかった自分の生き方を知ることができている。このようにして、ミーティングで過去の自分の生き方を知り、そこから今も変わっていないと気づけたことが、林さんにとっての大きな成長であり、生き方を変えるきっかけとなったという。無道さんも、クスリを使っていた頃の生き方や失敗談を語っている。そして、ミーティングで仲間の話に共感できたことで、自分と向き合えるようになり、「自分も同じ依存症なんだ」と認めることができたという変化を語っている。そして、仲間の話を聴くことの重要性を理解できるようになったという変化も語っている。キノコさんは、その日の出来事やそのときに思ったことを語り、それと対比させて、過去の同じような経験や感情についても語っている。このことから、過去の自分から今の自分への変化を語ろうとしていることが分かる。また、自分の考え方や感じ方について語り、仲間の考え方や感じ方に注目して話を聴き、比較することによって、自分が自己中心的な考え方をしていることに気づいたという。このように、過去の自分や今の自分の生き方や考え方、感じ方について語ったり、仲間の話を聴いたりすることが、自己理解に繋がっている。

3つ目に、ミーティングを、ミーティング以外の時間と結びつけることによって、回復に役立っていることがいえる。林さんは、ミーティングで欲求や悩みを打ち明けることで、実際にクスリを使わずに乗り越えている仲間の姿を見たことによって、同じようにミーティングで自分の思いを打ち明けようと思ったという。また自分と同じような経験を語る仲間がクリーンを続けている姿を見て、「自分もそうになりたい」「自分にもできるのではないか」という希望を持つことができたという。無道さんは、太鼓プログラムで感じた達成感や一体感をミーティングで語ることで、太鼓プログラムが回復に繋がっていると再確認していた。キノコさんは、前向きな話をする仲間が、他のプログラムの時間に楽しそうにしている姿を見て、前向きな考え方に憧れるようになった。それをきっかけに、キノコさん自身もやる気や活発さを持てるようになったという。また、実際にやってみて良い気分転換になったことについて語ることで、「自分にとってこういうことをやるのが良いんだな」と再確認していた。特に発声練習はキノコさんが個人的に取り組んでいることだが、共同生活の場であるダルクだからこそ、仲間たちはキノコさんが実際に発声練習を頑張っている姿を見ることができている。そのためキノコさんは、ダルクの仲間の前だからこそ、発声練習についてより語りやすくなっていると考えられる。このように、ミーティングでの自分や仲間の語りと、ミーティング以外の活動やそこでの仲間の姿とを結びつけることによって、それぞれの活動の大切さに対する理解が深まったり、ポジティブな感情を持てるようになっていたりしている。薬物欲求の引き金となるネガティブな感情を解消するだけでなく、それと相反するポジティブな感情を持つことによって、ネガティブな感情になりにくくもなるかもしれない。

以上のように、ミーティングを通して自分の思いを正直に語り、人の話を聴き、仲間と思いを分かち合うことは、薬物欲求の引き金となるネガティブな感情を解消したり、それ

と相反するポジティブな感情を得たり、自分の生き方や考え方と向き合ったりすることができる。これによって、クスリを使わずに過ごすという行動面だけでなく、感情や考え方といった精神面においても、回復していくことができる。

## 第2節 プログラムの意味

木村(2011)の研究では、ダルクが入寮型・共同生活の施設であることと入寮生の回復との関係について考察された一方、富山ダルクで行われているさまざまなプログラムについては、その様子が詳細に記録されているものの、それぞれの活動にどのような目的・意味があるのかまでは、十分に示されていなかった。立瀬ほか(2018)では、太鼓や運動、地域活動などのプログラムについて、クスリの使用により一般社会と隔絶されていた入寮生が、社会とのつながりを感じられることから、社会復帰の面で重要なプログラムであると述べていた。またそのようなプログラムを通して、入寮生どうしが支え合いの関係を築けることが、回復にとって有効であるとも述べていた。そして、クスリを使用していた過去の自分と、回復を目指す現在の自分の両方を理解してくれる仲間がそばに居ることが、薬物欲求の抑制を助けていると述べていた。本稿では社会復帰だけでなく、回復そのものとの関係に注目して、プログラムはどのような意味を持つのか、仲間と共にプログラムに取り組むことと回復との関係についてダルクメンバーはどのように捉えているのかを考察する。次段からは、第5章第3節の分析を用いている。

まず第5章第3節第1項より、ダルクでは起床から就寝まで、日常生活で行うこと全てが回復のために必要なプログラムだと考えている。ダルクでの生活を通して、規則正しい生活を取り戻すこと、仲間と良好な関係を築いていくこと、よりストレスのない生き方を見つけていくこと、クスリのない生活の中で楽しみを見出していくことが、回復のために大切だと考えられている。そしてそれを実践していくのがプログラムだと捉えられている。

さらに第5章第3節第2, 3項より、太鼓プログラムや週間目標は、どちらも最後までやりきるという経験を通して、達成感や自信といった自己肯定感を実感することが目指されている。これは、薬物依存症者は自己否定感が強く、何事も中途半端な人が多いと認識されているからこそだと考えられる。また自己肯定感を持つことは、「好き」「楽しい」などのポジティブな感情をもたらし、ネガティブな感情を解消してくれるだろう。さらに、これらのプログラムは毎週行われている継続的なプログラムであり、特に週間目標では、達成できたものを継続していくことが目指されている。そのため、ポジティブな感情も維持され、ネガティブな感情を抱きにくくなるとも考えられる。つまり、クスリによってネガティブな感情を解消していた薬物依存症者は、太鼓プログラムや週間目標を通して、自己肯定感や楽しさなどのポジティブな感情を持ち続けていくことによって、ネガティブな感情を解消・回避することができていると考えられる。

また太鼓プログラムでは、仲間褒められたり、お客さんからの拍手をもらったりといった他者評価によっても、自己肯定感を得ることができている。これはダルクが仲間と共にプログラムに取り組む環境であり、太鼓プログラムが地域住民と関わるものであるからこそ可能なことだといえる。そして、仲間と協力して演奏を作り上げていくことや、本番で仲間との一体感を感じることは、孤独感を解消したり、自己中心的な考え方の改善に繋がったり、

共に生活し回復を目指す仲間どうしの関係を良好にしたりという効果が期待できる。このように、太鼓プログラムでは、ダルクの仲間や地域住民との関わりによって、ポジティブな感情がもたらされたり、欲求を引き起こすネガティブな感情や考え方を手放すことができたりすると考えられる。

さらに、無道さんは週間目標を通して、「今日1日」だけでなく「ちょっと先のこと」も考えていく必要があると思うようになったという。キノコさんも、発声練習を通して継続の素晴らしさを感じたという(第5章第2節第3項)。このように、プログラムやダルク生活の中で見つけた趣味を通して、「今日1日」から1週間、1ヶ月へと、中長期的な視点の必要性が実感されている。

以上より、ダルクの「プログラム」は、「不規則な生活」「クスリなしでは生きていけない状態」「自己否定感や孤独感などのネガティブな感情」「孤立・自己中心的」「何事も中途半端」といった過去の自分と対称的な「規則正しい生活」「クスリに頼らない楽しい生き方」「自己肯定感や楽しさなどのポジティブな感情」「他者共存・協力」「最後までやり切る/継続する」という新しい生き方を目指すものだといえる。

### 第3節 スタッフの役割の意味

第5章第4節の分析より、林さんは、スタッフという立場になったからこそ経験する課題があり、それを乗り越えることでさらに回復できると語っている。また学校講演や社会との窓口としての役割を通して、正直に生きられる居場所が増えたり、自己肯定感を得ることができたりした。

無道さんは、スタッフの役割を担うことを「行動のプログラム」と認識しており、率先して行動することを意識している。またスタッフになっても、ミーティングでは仲間のためではなく自分のために語るという姿勢を維持している。

キノコさんは、スタッフとして入寮生に見られているという意識から、後ろめたさや不安といったネガティブな感情を感じないために、やるべきことをサボらずきちんとやろうとするようになった。それを通して、自分がどれだけ面倒臭がりかということに気づけたり、自分にもきちんとやることができるという自信を持てたりした。また入寮生への声かけを通して、相手に自分の思いを伝える手段を増やしたり、相手の気持ちを受け入れたりすることによって、ストレスのないコミュニケーションのとり方を身につけた。さらに給料をもらうようになったことで、お金をもらっているのだからサボるわけにはいかないという責任感を持つようになったり、社会生活に必要な金銭管理能力が足りていないと気づけたりもした。

このように、ダルクスタッフは入寮生のサポートをする立場であるだけでなく、新たな立場で生じる課題を通して成長していく回復プログラムとしても捉えられているといえる。

#### 第4節 まとめ～「プログラム」によって回復を目指す～

本章第1節より、ミーティングを通して自分の思いを正直に語り、人の話を聴き、仲間と思いを分かち合うことは、薬物欲求の引き金となるネガティブな感情を解消したり、それと相反するポジティブな感情を得たり、自分の生き方や考え方と向き合ったりすることができる。これによって、クスリを使わずに過ごすという行動面だけでなく、感情や考え方といった精神面においても、回復していくことができる。次に第2節より、ダルクの「プログラム」は、「不規則な生活」「クスリなしでは生きていけない状態」「自己否定感や孤独感などのネガティブな感情」「孤立・自己中心的」「何事も中途半端」といった過去の自分と対称的な「規則正しい生活」「クスリに頼らない楽しい生き方」「自己肯定感や楽しさなどのポジティブな感情」「他者共存・協力」「最後までやり切る/継続する」という新しい生き方を目指すものだといえる。そして第3節より、ダルクスタッフは入寮生のサポートをする立場であるだけでなく、新たな立場で生じる課題を通して成長していく回復プログラムとしても捉えられているといえる。

以上より、ダルクの回復プログラムは、断薬や規則正しい生活といった行動面の変化だけでなく、感じ方や考え方といった精神面の変化も目的として組み込まれている。またダルクメンバーたちはその変化を実感することを通して、プログラムに取り組む意味を理解している。従って、基本となるミーティング以外に取り入れられているプログラムは、単なるレクリエーションのような付加的なものとは捉えられるべきではない。「プログラム」と呼ばれる全ての活動が、回復を目指すことと有機的に繋がっていると考えられる。

## 脚注

(1)アノニマス・ネーム …「無名にとどまるというスピリチュアルな原理によって、グループのメンバーは全員が対等になる」(Narcotics Anonymous, 2006: 121)という NA の原理によって、ダルクでもアノニマス・ネームを使うことが慣行となっている。

(2)IARSA(アイアルサ)…「NPO 法人茨城依存症回復支援協会(通称 IARSA)」は、薬物依存と精神障がい者の合併症者のための事業所を運営し、利用者の生活や回復、自立を支援している。ダルクと同じく、職員の過半数は薬物/アルコール依存経験者である。一般的な精神障がい者のケア施設は、依存症の合併を念頭に置いていなかったり、ダルクでは、精神障がいを合併しない依存症者も生活していたりする。アイアルサは、そのような施設での生活が困難な重複障がい者の受け皿として、福祉サービスを提供している。

(3)たばこ…富山ダルクでは、飲酒は禁止されているが、喫煙は自由になっている。これは、アルコール依存も薬物依存の一つと考えられており、依存症状や中毒症状が周りの人に影響を与え得るためだと考えられる。

## 参考文献・URL

- ・ CANPAN FIELDS, 2015, 「特定非営利活動法人 茨城依存症回復支援協会」(<http://fields.canpan.info/organization/detail/1052775374?view=pc> 2015年6月29日更新)
- ・ 木村香織, 2011, 「ダルクがもたらす施設としての有効性」
- ・ 厚生労働省, 2019, 「第五次薬物乱用防止五か年戦略フォローアップ概要」(<https://www.mhlw.go.jp/content/11120000/000544238.pdf> 2020年5月11日取得)
- ・ 厚生労働省, 2021, 「薬物依存 - e-ヘルスネット」(<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-04-002.html> 2021年10月27日取得)
- ・ 立瀬剛志・小嶋一輝・松村和起, 2018, 「依存症リハビリテーション支援の実態について：ハームリダクションの視点から」『地域生活学研究』09(0), 30-40
- ・ 富山ダルク, 2021, 「活動内容 - 富山ダルク」(<https://toyama-darc.jimdofree.com/> 2021年11月6日取得)
- ・ 中村英代, 2015, 「『ひとつの変数の最大化』を抑制する共同体としてのダルク:薬物依存からの回復支援施設の社会的考察」『社会学評論』66(4), 498-515
- ・ Narcotics Anonymous World Services, 2006, 『ナルコティクスアノニマス』(第5版日本語翻訳版)
- ・ 南保輔, 2015, 「ダルクスタッフとしての回復：薬物依存者の『社会復帰』のひとつの形」『成城文藝』(232), 74-47
- ・ 南保輔・中村英代・相良翔, 2018, 『当事者が支援する薬物依存からの回復——ダルクの日々パート2』春風社