

今年度の宿泊研修は、9月11日から2泊3日で山梨方面へ行ってきました。すとおりのとしては初めて駒沢大学の学生をボランティアとして受け入れた合宿となりました。

今回の通信は、利用者全員とボランティア、担当者職員の宿泊研修の感想を掲載しましたのでご一読下さい。

1. 宿泊研修の感想

＜ Hさん ＞

雨を心配していたのですが、とても良い天気恵まれて、バスの中でも楽しい会話がはずんでいました。

紙漉きの研修でも、仲間が楽しそうにしていたのを見ていて、嬉しくなりました。恵林寺に行き、心が清められて清々しい気持ちになりました。

2日目の朝は、バイキングの朝食でした。いつもより多く食べて、満足でした。昇仙峡散策も皆元気で、天気も良く、空気のおいしさを腹一杯貰いました。見晴らし園でのブドウ狩りでは、おいしく頂き、お土産を買いました。山梨ダルクさんとの交流で、ミーティングのスピーカーの中に松沢病院に入院されていた方がおり、松沢病院でのプログラムなどを話されていたので、とても親しみを感じ、嬉しくなりました。バレーボールで3点取れて楽しかったです。ホテルに着き、風呂に入り、夕食。今度は椅子が用意されており、食事もおいしかったです。夕食後のミーティング。まさか宿泊研修に来て司会をするとは思っていませんでしたが、みんなに話をしてもらって無事終了することができました。

3日目。朝食が済み、ホテルを出発。忍野八海散策。前に来たことがあるので、昔のことも思い出しました。昼食の吉田うどん。お刺身御膳うどんのおいしさにびっくりしました。リニアモーターカー見学では、スピードのすごさに驚きました。バスに乗り、帰りに着く。桜新町ストーリーに皆何事もなく無事に着いたことに感謝です。



＜ Iさん ＞

山梨ダルクとのバレーボールが楽しかったです。以前淀橋荘で一緒の部屋だった人がダルクにいて、びっくりしました。ホテルの食事大変おいしく、満足しました。また、リニアモーターカーの速さにびっくりしました。一度乗ってみたいと思いました。

＜ Nさん ＞

11/11～11/13の3日間の研修旅行に行ってきましたが、一番思い出に残っているのは昇仙峡です。たくさん歩きましたが、楽しく過ごせました。またリニア見学センターで、リニアモーターカーが走っているのを見て、感動しました。3日間を通して、スタッフやメンバーのみんなと親しくなれた事が良い思い出になりました。ありがとうございました。

< Kさん >

今回の研修旅行で一番有り難かったのは、個人的に打ち身等で傷ついていたので、温泉に入れたことです。あとはリニア見学で、時速500kmを目の当たりにして、感動しました。

< Sさん >

今回の山梨での宿泊研修は、あっという間の3日間でした。今振り返ってみると、1日目の甲州舞鶴城公園から始まり、2日目の昇仙峡散策、大自然を感じました。そして、山梨ダルクとのバレーボール交流。相手に気を使っていたが、和やかなムードで良かったと思います。最後にブドウ狩り。甘かったです。3日目は、富士浅間神社、忍野八海散策、山梨県立リニア見学センターには感動しました。今回の宿泊研修のテーマでもある、自分の原点を見つけるでは、何か見つかったようにも思えます。温泉に入って、おいしいものを食べて、充実の3日間の宿泊研修でした。ありがとうございました。

< Yさん >

生活訓練代表として、研修旅行の委員に選ばれた当初は、面倒くさいように思えました。そういう中、何とか研修旅行の打ち合わせをしました。3か月前頃から、工程を組んだり、割と大変でした。現在私の体調は、冷え性がひどく、一時期酷く体が痛く、打ち合わせには参加しましたが、旅行に参加するのは止めようと思うときもありました。今、2泊3日の研修旅行を終え、参加できたことがとてもよかったです。特に、同じアディクションの山梨ダルクとの合同バレー、また体験談を話すことが出来た事が、とても有意義に感じます。突然代役として体験談を話すことが出来ましたが、これは、自助会(AA)参加している成果だと思えます。まだまだソーバーは短いですが、焦らずに日々を暮らしたいと思えます。

< Yさん >

1日目。山梨FUJIフルーツパークでの昼食は、山菜きのこ・せいろ御膳でした。淡泊でとてもおいしかったです。NTTクラリティ塩山ファクトリーでは、社員さんがとても明朗活発でした。原料はがしがとても速くびっくりしました。またミシンで縫うのも細かい作業で丁寧なのに感心しました。仕上がった卓上カレンダー、ノベルティセット、メモ帳、ポストカード、和紙カードケース等とても素晴らしい出来栄でした。恵林寺では、武田家菩提寺等色々見て、昔の面影がうかがえました。感動しました。ホテルふじは何となく落ち着きました。食事もとてもおいしかったです。はじめてほうとうを食べたのですが、満足しました。温泉も心身ともに癒されました。ミーティングも仲間の話で勉強させられました。よかったです。

2日目。朝食のバイキングは腹がさけるほど、2日分ぐらい食べ、とても満足でした。食後のフルーツがうまかったです。昇仙峡散策は、色々な景色が心を洗い流してくれました。奥藤本店での昼食は甲州カツがとてもおいしかったです。またそば湯も舌にあいました。山梨ダルクとは、ソフトバレーボールとミーティングの交流をしました。ソフトバレーボールはダルクさんにひいきにもらい、何とか勝つことができました。みのわマックで一緒だった人と会うことが出来てとてもうれしかったです。ミーティングでは、自分の話をスピーチすることが出来てよかったです。同じアディクションを持った仲間と交流できて、とても安心感があり、いい時間を過ごすことができました。見晴らし園でのぶどう狩りは糖度が多分14度だったと思えますが、甘くてとてもおいしかったです。2房食べてとても満足しました。

3日目。朝食バイキング全品少しでもいいから食べるぞという意気込みで食べました。2日目よりもたくさん食べました。浅間神社への参拝も良かったです。沖縄の神社とは比較にならない位すごかったです。忍野八海の散策も感動しました。滝が良かったです。一樹での昼食はうまかったです。リニア見学センターでは、リニアがとてつもないスピードで走っているのにとってもビックリしました。今回の研修旅行は運転手さんもその他の人たちもとても親切で良かったです。



< Sさん >

今回は晴天に恵まれ、皆元気にストーリーを出発。日頃見ない景色を目の当たりにして、お店の時の顔ではない、楽しそうな顔を見られて、とてもいい始まりになりました。初日は、紙漉きの仲間のお仕事をしている所を見学させて頂き、はがしが午前中で1,500枚。自分はこの数に圧倒されました。武田信玄の恵林寺に行き、お寺の古さを目の前にして、色々なことを考えました。

2日目。ダルクさんと一緒にバレーをしてストーリーに花を持たせてくれて、とてもいい感触でした。ミーティングで色々お話を聞いて、自分のことのように思いました。最後の日は、リニアモー

ターカーを見て、何であんなに速いのかなと思いました。みんなケガもなく帰って来てとても良かったです。

< Tさん >

まず初日に遅刻してしまいました。山梨FUJIフルーツパークに到着して昼食をとりました。おいしかったです。その後、NTTクラリティに着き、見学をさせていただきました。そこで働いている人達の仕事の正確さとスピードに驚きました。何より皆が自信を持って仕事に取り組んでいる姿や笑顔がとてもよかったです。恵林寺では、床がキーキーなる廊下が面白かったです。不動明王もいいのですが、恵林寺に大きく関わった三人の話とその人形がとてもリアルで少し怖くなってしまいました。ホテルふじにチェックインし、お風呂に入り、じっくり浸かりなかなかい風呂でした。その日の夕食はすごく美味しかったです。初日のミーティングは、ボランティアの学生さんたちも参加して、普段のミーティングとは全然違いました。

2日目。朝食はバイキング。お腹一杯になりました。昇仙峡では空気がきれいで、とても涼しく気持ちよかったです。奥藤本店での甲州かつは美味でした。山梨ダルクとの交流は、バレーボールは負けましたが、ダルクの人たちの人柄がとてもよくていいじゃんと思いました。見晴らし園のブドウはとても濃厚でした。2日目のミーティングは、狭い部屋でしたけど、やはり学生さんたちはいいこと言うなと思いました。

3日目の朝。またもやバイキング。お腹いっぱいになりました。ホテルふじに別れを告げて、浅間神社へ行きました。そこでおみくじを引いて、内容が全然当たっていませんでした。忍野八海はいわゆるパワースポットです。中国の人が多いのにびっくりしました。池もきれいだし、水も美味しかったです。もちろんペットボトルに補充しました。吉田うどんは美味しかったです。辛子がよかったです。その後、リニア見学センターに行きましたが、リニアのあの速さには舌を巻きました。動画にも収録したし、最高！！ほんとにあっという間に終わってしまいましたが、楽しかったです。そして今回の宿泊研修を企画してくれた実行委員のみんな、ボランティアの人にありがとうございましたと言いたいです。



< Aさん >

2度目の参加です。自然の中に行くのは久しぶりだったので、落ち着いた気分を楽しめました。NTTクラリティのモチベーションの高さはすごいと思いました。参加して良かったと思います。

< Nさん >

今回の宿泊研修で印象に残ったことは、まず一番に山梨ダルクのメンバーとバレーボールとミーティングを通して、交流を持てたことです。同じ問題や悩みを抱える仲間とミーティング等を通して共感できることがあったので、自分の財産になったと思っています。山梨を訪れたのは初めてですが、その自然のすばらしさに目をうばわれました。特に昇仙峡の雄大さは心に残っています。

楽しかったのはブドウ狩りでした。子供の時に体験したことはあったのですが、今回はブドウの本場である山梨ということで、取ったブドウはとてもおいしく、また、実際にブドウをもぐという作業も楽しかったです。

リニア見学センターも強く印象に残っています。リニアが日本中に整備される日を想像すると、その頃には我々の生活はどういったものになっているのだろうか、と 생각이 広がりました。

今回の研修では、雄大な自然と触れ合うことで心の深呼吸ができ、ミーティングや仲間とのふれあいで、自分の問題に対して、より真摯に向き合っていこうという気持ちを深められたと思っています。

< Iさん >

今年の宿泊研修は、実行委員を任せてもらい、どうなることかと思っていました。私の力不足で旅行が昨年と比較にならないほど、うまく出来ないものにならないか、心配だったのです。しかし、スタッフの協力があり、最終的には例年と遜色なく終わったかのように思います。さすがだなと思いました。

また、私個人としては、山梨ダルクとの交流が最も印象的に残っています。先方のわたしたちを迎える準備が、大変だったろうなという思いがありました。やはり、人の努力は人に伝わるのだなとお思いました。ほかには月並みの旅行先の観光旅行とそれほど変わらないように思いました。やはり、人との交流があるものgあいいですね。だから来年からも、観光旅行先の見学ではなく、人との交流を通じて、自分がどうなのか、人並みなのか、それとも、人と変わっているのか、わかるプログラムを一つは二つ入れてほしいと思います。実行委員として、スタッフの協力に感謝しています。

< Oさん >

2019年6月末に退院をしてから、この2泊3日の研修旅行は一つの目標になると、施設長と話していた。夏バテからくる睡眠不足や食欲不振でへとへとになりながら過ごした今夏を思うと、暑さがたいぶ和らぎ、食べるものは食べ、眠るときには眠る生活をするのが、ある程度出来るようになっていたこの旅行の時期は自分にとって最高のタイミングだったと思う。ある程度混んだスケジュールの旅になって一日中動き回ることもなくても構わない。むしろ手持ち無沙汰な時間を嫌う自分の性格には向いている。そして2泊3日は限られた時間。一人になる時間を何よりも大切に支えにする性質の自分、集団での行動や班行動を苦手とする性質の自分でも、楽しみながら乗り越えられる長さだろうと思っていた。勢いで3日間を乗り切ろうとしていた部分が確かにあった。

一番心配していたのは、2度ある宿泊だった。自分の家での睡眠も不安定な自分が、4人部屋の中で十分な休息がとれるだろうか？夜中に目覚めて、再眠出来ず、ただ布団の中でジッとしていなければならないようなことにならないだろうか？けれどここに関しては、杞憂に終わったといっいいと思う。早い時間に皆で揃えて消灯すると、日中の疲れが良い意味で全身を包み込んで、眠ることができた。

舞鶴城、恵林寺、昇仙峡、浅間神社、忍野八海。これらは観光地だった。初めての場所も行ったことがある場所もあったけれども、見学することを億劫に思う気持ちや、歩くことへの難儀もなく、楽しむ気持ちの方が大きかった。つらいことは何もなかった。こういう時の自分は側から見ても自分自身としても‘大丈夫‘に見えたと思うし、自身感じていたと思う。見方を変えると、‘大丈夫に見える/自分自身にも感じられる‘ようになろうと必死な自分がいたのだろうと、とも思っている。観光とは別に、バレーボールとミーティングを通じた山梨ダルクさんとの交流もあった。旅行から帰って一週間を過ぎて思い返しても、この交流の事が一番心に残っている。スマホの写真を見返せば、楽しんだ過去を思い出せるのが観光地だし、それ悪いことだとは言わない。けれども、今現在の日常の中において、支えを与えてくれる出会い、経験が山梨ダルクさんとの交流で得たものだと思う。同じように回復を目指している人たちの顔は、初めて会う人なのに、どこかで会ったことがある気にさせられた。過ごしたのは短い時間だし、何の約束もしていないけれども、また再会するだろうという気持ちにもさせられた。言葉ではうまく言えない感覚がそこにはあったと思う。

< Sさん >

私はすとおりいに来て1年半になりますが、今回の研修が初めての参加でした。去年は途中で具合が悪くなっては困るということで、行きませんでした。今年も参加は迷いましたが、勇気を持って行ってみることにしました。

初日のNTTクラリティの工場見学をして、かなりの衝撃を受けました。酒パックのはがしが速すぎて、あ然としてしまいました。知的障害者の方は集中力がすごいとは聞きましたが、ここまでとは思っていなかったの、ショックを受けました。2日目の山梨ダルクとの交流会も、私にはよい意味での刺激となりました。AAに通っているけれども、薬物依存症の私としては、久しぶりに聞く薬物の方の話はとも共感できましたし、懐かしく感じました。NAで10年以上前から知っていたメンバーが一人いて、会ったついでに、埋め合わせされちゃいまして、しばらくとらわれていたけれども、山梨の自然に囲まれてちゃんとプログラムやっていて元気そうにしていたから、まあいいか、と思えました。最終日のリニア見学センターも感動しました。天候によっては全く見れない日もあるという事でしたが、何回も見れて、何となく未来に触れられたよ

うな気分になりました。私が今回一番気にしていたのは、バスの隣が大学生のボランティアの女の子ってことで、最初は何を話していいのかわからず緊張したけど、3日目には、2人でホテルのプールサイドで同じアイスを食べたり、その後の行動もほとんど2人で色々回れたので、最後は仲良くなれて本当に良かったです。健常者って距離の取り方が上手だな、と思いました。どんなに時間が押しても、次の目的地には時間丁度に到着するバスの運転手さんにビックリ。楽しい宿泊研修でした。



< Yさん >

今回の3日間の山梨宿泊研修は、更生施設を出てアパート暮らしをして2年近く、初めて家を3日間留守にするので、とても不安で、いやだった。無事何事もなく終わってほっとしました。

初日は天気も良く、山梨の景色も、高い山と盆地はなかなか普段見られるものではないので、最近都会の生活に疲れていた私には、とても新鮮に感じました。タバコも美味しく、気分良く過ごさせてもらえました。午後から、障害者の方々が働いているNTTの関連会社の見学をしました。紙すきの作業をしていたので、自分たちと何が違うのかをさがしました。9割はほとんど一緒に、違うところは今後やってみようと思いました。夕方ホテルに着いて、ゆっくり休もうと思いましたが、あつという間に時間が過ぎてしまったという感じです。集団生活をするのは3年前の入院以来で、夜はあまり眠れませんでした。

2日目。初日もそうだったのですが、バス移動が30分ならいいが、1時間で見学の後にタバコが吸えらるとなると、さっさと急いで歩いて行ってしまい、一緒にの班の人がゆっくり見学できないという場面があり、病気だからしょうがないとはいえ、すごく気分を害してしまいました。これは、次回からの課題だなと思いました。この研修旅行のメインは山梨ダルクとの交流だと思っていました。一緒にバレーボールをやりましたが、すとおりの時と違い、ボールが軽くて横に変化したり、突然落ちたり、とてもやりづらかった。いつものプレーができなくてとても残念だった。でも、すとおりのスタッフも、山梨ダルクも、ボランティアの学生2人も、笑顔で明るく過ごしていて、とてもよかったと思います。ホテルでの2日目の夜ということで、1日目よりもやっぱり慣れたかなとおもいましたが、前日同様よく眠れなかったです。久しぶりの共同生活にやっぱりいやだなあと感じました。

3日目は、ボランティアの学生さん2人も慣れたのか、一般社会の話をしてくれて、とてもいい勉強になりました。せっかく山梨に来たのに、天気が悪く富士山が見れなくて残念だった。ボランティアの学生さんも残念がっていました。帰りのバスの中で1時間ぐらい寝てしまい、東京に到着して、解散。何事もなく家に着き、3日間が終わった。こういう体験は今後なかなかすることは無いと思っているので、貴重な物となりました。

3年前入院した時には、まさか、すとおりの皆さんと山梨に来るとは夢にも思いませんでした。今後は、フルタイムの仕事はとてもできるとは思っていないですが、人としてレベルアップしていきたいと思っています。

< Tさん(ボランティア) >

一般では、依存症について話すことは難しいことですが、アディクションリハビリテーションセンターの「すとおりの」ではそのことについて話すことができます。とてもあたたかな空気間が印象的でした。そのため、研修中での会話や活動では、一見、依存症やそれに伴う障害などが

ないようにさえ見えていました。しかし、一日目の夕食後のグループワークでの自分の経験などを語るいっっぱなし、聞きっぱなしでは、空気が変わり、今までその人のことが全然分かっていなかったのだと気付かされました。その体験談や、スタッフの方々からのアドバイスや注意は、依存症に対する自分の偏見や不安をなくし、改めて依存症について考えることが出来ました。

今回、宿泊研修におきまして、様々な自身の体験やアドバイスを教えてくださったこと、誠にありがとうございます。将来の進路を考える上で、とても勉強になりました。

< 大塚(担当職員) >

盛りだくさんな研修見学地でした。そのどれもが予想を上回る体験、印象を与えてくれた今回の宿泊研修でした。スタッフ2年目の私が、宿泊研修実行委員の補助役を引き受けたものの、只々プランが形を成していくのを見守るだけでした。最初に山梨ダルクと塩山ファクトリという二大目的地だけが施設長によって池に石を投げるように落とされてから、波紋のように次々と候補地が委員から上がってきました。作業の合間を調整し合い、頭を付き合わせた委員会は、時には3日間で回りきれぬだろうかと程プランは膨らみ、時にはまとまりのつかない停滞を見せ、作業や各人の状況から会合が流れたりもしました。バスやホテルも予約した時間に本当に間に合うかしらと、力不足の私はハラハラするばかりの時もありました。けれど、そんな状況下でも、各委員は一人一人が自分の出来る範囲で、出来る限りの力で、調べ、考え、パズルのピースを組み立ててくれていたのです。それら全てを合わせた集大成としてのパンフレットは、予定の最終週に完成を見ることが出来ました。初めは形も先も見えないところから、時に彷徨い、時に立ち止まっているかのように見えても、各人がコツコツやるべきことをなせば、ちゃんと道にたどり着いているんだと心が満たされる思いがしました。実行委員の皆さん、ありがとうございます。



2. 最新のSTORYニュース

1) 年賀状の販売始めました

すとおりのオリジナルのねずみのデザインが入った年賀状ができました。手漉きの紙で作っております。1枚50円で予約販売も承っておりますので、詳しくはスタッフにお声掛けください。



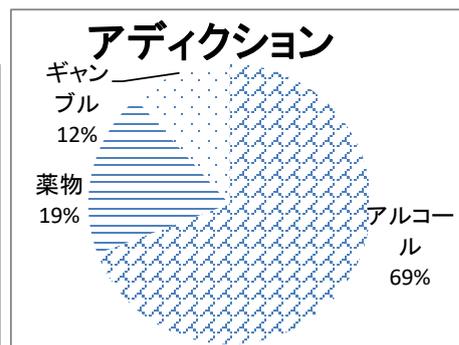
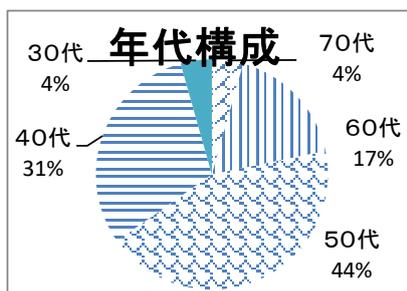
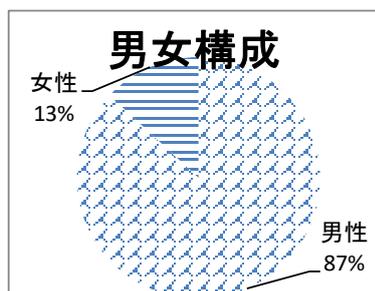
2) 万能石鹼すご腕くんの品質を向上させ洗浄力が少しアップしました。



万能石鹼すご腕くんは現在、製造から約1ヶ月半乾燥させたものを出荷しています。製造前にも原料の廃油を2回ろ過をして、油の汚れを取り除く作業も行うようにしました。また、製造過程でも廃油の混入割合を見直し、純石鹼分の割合をアップさせました。このように品質を良くすることで、洗浄力も少しですがアップしておりますので、どうぞお試しください。1個100円です。

★年賀はがきや万能石鹼すご腕くんは12月10日までの毎火曜日午後到店でも販売しております。
桜新町にお寄りの際は、店頭で大きな声を出しているのがSTORYのお店なので、是非お立ち寄り下さい

3. メンバー状況(令和元年11月20日現在)



4. 会員募集のお知らせ

特定非営利活動法人STORYの趣旨にご賛同、ご支援頂ける会員の方を募集しています。
詳しくはホームページやパンフレットをご参照願います。

5. 編集後記

今年の宿泊研修は、お天気にも恵まれ、充実した3日間を過ごすことができました。宿泊研修は、飲まずに使わずに素面で集団行動を共にすることを目的に、毎年行っています。この素面で、決まったルールに沿って集団行動することは、依存症の方たちにとって、とても苦手とするところです。

塩山ファクトリーの利用者の真剣に紙漉きに取り組む姿勢は、とても眩しく心打たれました。山梨ダルクとの交流会は、同じ病気を抱える者たちが、初めて出会ったのにも関わらず、和気あいあいと過ごし、打ち解けあうことができました。山梨ダルクのスタッフのお心遣いに感謝いたします。

来年の企画はどうしようかと、今からワクワクしています。 (MK)