

すとおりは、コロナ禍の中、アルコール、薬物、ギャンブルなど依存症からの回復を目指す人達が支えあいながら、依存対象を必要としない生活の維持・継続に努めています。コロナ禍でも、すとおりは元気に活動しておりますので、通信にてご報告申し上げます。

## 1. 新型コロナ感染対応

4月にコロナ感染症に対する緊急事態宣言が発令されて、すとおりとしてどのように体制を組むか、検討を重ねました。

リサイクルセンターを休業にした場合、利用者の通所をどうするか、施設の大きさや建物の構造上、通所人数を減らさないと密になってしまうため、通所日数を調整する必要がありました。さらに、利用者へのサービス提供をどうするかが、一番の課題でした。職員の人数も、感染予防を考慮し縮小しなければならず、その調整も必要でした。

まず、利用者は各一人一人が1週に3日の通所をするように組み直しました。通所時間は、10時から13時までとし、このコロナ禍の中で、できるだけ一人になる時間を作らないよう、ぎりぎりの対策を練りました。

通所しない日(自宅待機)には、課題を出すことにしました。依存症に関するテキストから課題を出し、自分の依存症に関する振り返りをして感想を書いてくる。ほかに、今日1日の食事とやった事、そして朝と昼の検温を記載することとしました。利用者のかたは、確実に課題に取り組みました。読んで感じたこと、自分はどうかだったか、そして今はどうなのか、しっかりと記入してきました。「今日何食べたか」、「何をして過ごしたか」は休みの日の様子を知ることができました。通所をしている時間だけではわからなかった日常を垣間見ることができ、今後の支援に活かしていく必要がありそうです。



\* Yさんがコロナ対策プログラムの中で描いた「アマビエ」です



\* Kさんが描いた「アマビエ」です  
こちらも疫病退散に効きそうです。

通所日は、その日出勤のスタッフがそれぞれの特性を生かして、〈コロナ対策プログラム〉を組みました。

リカバリースタッフによるミーティングとビッグブックの輪読ほかに、スタッフが考案した手洗いダンスや、しりとり、連想ゲーム、散歩をした後に歩いたコースを書いてみるマッピング、瞑想、数独や間違い探し、折り紙、塗り絵などを行いました。訓練の利用者がまじりあつてのプログラムで、お互いが仲良くなることもできました。

体を動かすことが苦手だったり、立っていることがつらかったりしていた人たちが、ダンスで体を動かしているうちに、どんどん軽やかになり、楽しく踊れるようになりました。しりとりや連想ゲームも担当スタッフの工夫により、言葉の面白さに引き込まれ、あっという間に時間が過ぎていきました。塗り絵は、それぞれの個性が発揮されて、みんなとてもきれいな色遣いで完成させました。

スタッフは、毎日、何をしようか考えて、教材の準備をしなくてはならず、負担も大きかったようです。何はともあれ1カ月半、このコロナ対策プログラムでサービスの提供をしてきました。

感染対策として朝と夕方の消毒は職員の仕事です。今までは、施設内の掃除は、利用者も含めてやっていましたが、今回のことで、できるだけ感染リスクを減らすため、施設内の主だった掃除と消毒はスタッフがを行っています。

利用者の方にはとにかく手洗いの徹底をお願いしています。「いつになったら、みんな揃ってお昼ご飯を食べられるんだろうね」と、話しています。

6月からは、利用者の通所時間を増やして10時から15時30分にしました。しかし、土曜日はお休みのままです。7月からは通所日を4日に増やして、対応しています。

また、6月1日より、リサイクルセンターも営業時間を短縮して再開しました。お客様からのご寄付についても、制限をかけている状態が続いています。利用者が大好きな配達引き取りもできずにおります。

感染対策に追われながらも、今のところ皆、元気に通所、出勤しています。正しく恐れながらも、惑わされず、日常を淡々と過ごすことが、依存症の回復につながります。そのためにも仲間の力が必要です。

コロナ禍において、どう運営していくか、利用者の安全をどう守るか、日々頭を悩ませているのが現状です。

## 2. 自主製品(慶祝品贈呈用手漉きカードの作成)

梅雨の季節に、すとおりの紙漉きは一年で一番忙しい時期を迎えます。世田谷区から受託した、慶祝品贈呈用手漉きカードの作成をします。今回は、この手漉きカードの作成過程を通して、私達が普段どのようにして手漉き紙製品を作っているのかをご紹介します。

- ① 近隣の皆様からご寄付を頂いた牛乳パックを適度な大きさにカットします。そして、表面のコーコーディングを、丁寧に剥がしていきます。剥がし残しが少しでもあると、製品の品質が落ちるため、担当で剥がし残しがいないか確認します。さらに、この剥がした紙、一枚一枚にコロコロをかけ、小さなホコリを取った後に、シュレッダーをかけ、紙を細断します。



\*牛乳パックの表面のコーコーディングをはがした状態

- ② 細断された紙は、2日間かけて攪拌機でドロドロにします。この時も、ホコリが入らないように注意を払っています。ここに、ピンクの和紙をちぎって加えます。このちぎる作業は大変で、一枚の和紙をちぎるのに一時間かかります。これで、紙を漉くネタができました。



\* 細断後の牛乳パック



\* 攪拌機にかけてドロドロに



\* 和紙をちぎる

- ③ 漉き桶に水を張り、ネタの濃度を常に一定に保ち、重さが3g中心になるように漉いていきます。漉いた紙は約3日間、十分自然乾燥させます。その後、重さが指定の範囲内に入っているかを確認します。ローラーで紙の形を整え印刷し、数度の検品を経て、慶祝品贈呈用手漉きカードができていきます。



\* 慶祝カードを漉いています



\* 漉いて完成

### 3. 生活訓練

生活訓練では、依存症に関する学習やミーティング、創作活動、料理などに取り組んでいます。今回は、創作活動の一部を紹介します。

創作活動では、赤青黄の三原色と白で色づくりをし、ひまわりを描いたり、空を描いたりしました。空を描くときは、主に青と白を使い、多量の空色をつくり、太筆でグラデーションをつかって塗っていきます。みんな、色をつくる時も塗るときも、集中力が途切れず、個性溢れる空が描けました。



また、「紋切り遊び」という江戸時代に流行した切り紙遊びをして楽しみました。折り紙を折り、この折った紋切り型をコピーしたものを貼り、型に沿って切り抜きます。紙を広げた時に、その型が連続模様となって紋を作り出します。

1ツ折り(2分割)から5ツ折り(10分割)まであり、最初は、1ツ折りから始めました。ハサミやカッターを使って、型通りに切り抜くのに苦労していました。切り抜いた紋を台紙に張って完成。

一つ完成させると要領がつかめたようで、進んで自分の気に入った型を選び、たくさんの作品ができました。



### 4. Sさんの体験談

私は、小さいころから、人と接することが大変少なく、学校に行ってもみんなと仲良くなれませんでした。なぜ相手とうまくできないのか、いろいろ考えたりしました。すとおりに通所して7年



\*「万能石鹼すご腕くん」の製作中  
Sさんは、石鹼づくりのプロ

たつ今も、人とうまくつなげられない自分がいます。コミュニケーションができるように努めているのですが、思うようにはいきません。自分にとっては至難の業です。自分の考えたことを話しても、時々、理解してもらえない時があります。自分の話を聞いてほしいという気持ちが強くて、相手の話しを聞くことが難しくなります。そして、相手を批判して攻めてしまうため自分が苦しくなり、さらに相手を批判し、大きな声になってしまいます。スタッフから皆と仲良くつながるためには、話す声のトーンを相手に合わせることで、怒りの感情が沸いたときは、まず、10数えて深呼吸してから話してみようと教わり、これが自分を変える訓練だと思っています。でも、なかなか難しいです。

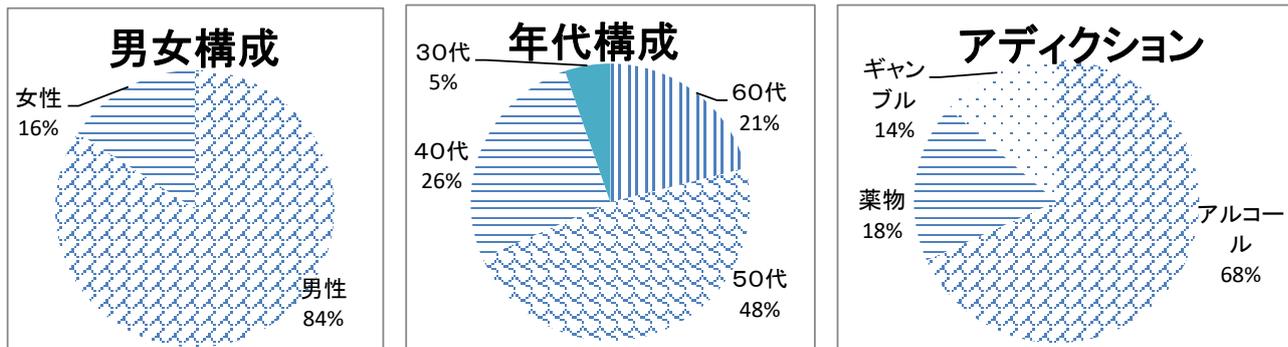
この7年の中で一番苦しかったのは、がんと言われた時です。もうなにもかも、終わりだと思いました。でも、それから5年、生かしてもらっています。スタッフから「命があればいいんだよ」と言われました。生きていることに価値があるという言葉にずっしりと重みを感じました。

通所を通して自分が一番変わったと思うことは、人にありがたうとか挨拶ができるようになったことです。感情はまだまだブレやすいです。でも、自分にとってすとおりは大事な居場所です。無力な自分ですが、すとおりは楽しいし、みんなのことが大好きです。みんなと一緒に過ごせるように、健康に気を付けて通所をしていきます。



\*出荷前の「万能石鹼すご腕くん」

## 5. メンバー状況(令和2年7月30日現在)



## 6. 2019年度貸借対照表

2019年度 貸借対照表  
2020年3月31日現在

東京都世田谷区桜新町1-8-6  
特定非営利活動法人 STORY  
理事長 有信 雅子

(単位：円)

科 目		金 額
資産の部	流動資産	31,450,190
	固定資産	47,786,615
	資産合計	79,236,805
負債及び正味財産の部	流動負債	3,840,006
	固定負債	1,742,821
	負債合計	5,582,827
	前期繰越正味財産	73,639,826
	当期正味財産増減額	14,152
	正味財産合計	73,653,978
	負債及び正味財産合計	79,236,805

## 7. 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くださいますようお願い申し上げます。

## 8. 編集後記

やっと梅雨が明けて、夏の到来です。夾竹桃が咲き始め、ひまわりも頭を重たそうにもたがっています。蝉も元気に泣き始めました。我が家の山椒の木では、青虫君がすくすくと成長しアゲハ蝶になる準備をしています。季節の移ろいが、心を穏やかにしてくれます。コロナ禍に押し切られそうですが、自然の営みからエネルギーを頂き、毎日を過ごしていきたいものです。