

すとおりいは、自主製品の製造・販売やリサイクルセンターを運営する就労継続支援B型と、依存症からの回復プログラムなどを学ぶ生活訓練からなる、多機能型の依存症回復施設です。アルコールや薬物、ギャンブルなどをやめる意志がある仲間の居場所となっています。

今号では「宿泊研修」「頑張るリヤカー」「生活訓練」をテーマにご報告させていただきます。

1【宿泊研修】 スタッフSさん

すとおりいでは、毎年宿泊研修を実施しています。しかし、去年は新型コロナ感染拡大のため、止む無く中止しました。今年は年間計画で活動計画に組み込み、茨城の作業所の視察と犬吠埼周辺の見学を10月6日～8日の2泊3日で行うことを決めました。8月から実行委員会メンバーが、しおり作りをしながら準備を進めていきました。そんな中、新型コロナの感染拡大がなかなか落ち着かず、スタッフ会議では何回となくいかにすべきか議論しました。9月に入って、既に予約しているバスやホテルの関連もあり、実施可否を決めざる得なく、実施することにしました。決め手は、あるスタッフの一言。「日程が、緊急事態宣言が解かれて間もないから、ホテルも見学予定の名所も人が少なく、かえって蜜が避けられる」でした。但し、1日目に予定していた茨城の作業所は、新型コロナ感染予防の為受入れを躊躇されていることもあり、中止としました。そのため、1泊2日に短縮して、犬吠埼周辺を中心に名所を見学して、ホテルでのミーティングをおこなうことで決行しました。

実際にホテルはガラガラで我々以外のお客は、ほとんど見かけない状況でした。また見学途中で昼食に立ち寄ったレストランでは、「コロナ禍が始まってから、本当に久しぶりに駐車場に大型バスが止まった。」と喜んで話してくれた従業員もいたほどです。

旅行中は、マスク着用はもちろん、朝の検温、都度の手指の消毒、バス車内での不要な会話厳禁など、あらゆる感染防止策は徹底しました。

新型コロナ感染が収束しない前に、集団で旅行するのは世間的には好ましくないかもしれませんが、今回は日程のタイミング（緊急事態宣言が解除されて間もない）もあり、かえって感染を防ぐことができ、また気分的にもゆったり名所を見学することができたので、非常に良かったと思います。

今回の研修旅行のテーマ「仲間とのコミュニケーションを通して、ありのままの自分を知る」について、普段すとおりいで学習や作業を一緒にしていますが、雑談をする機会は少ないです。今回の旅行で部屋が同室になった仲間や風呂に一緒に入った仲間、名所を一緒に歩いた仲間、それぞれ、その場で感じたことなどを話し、個人的な話にも発展したりしながら、相互理解が深まると同時に自分を振り返る良い機会となったと考えます。仲間は自分の鏡。自分の話することも大事ですが、仲間の話を聞き、自分に当てはめて振り返る事ができたでしょうか。

最後に自分が今回の旅行を通しての印象を書かせていただきます。まずは九十九里の波しぶきです。日本海側の海は何か大人しく暗い感じがしますが、太平洋は豪快で明るい感じがします。岩にあたって波しぶきが大きく広がる力強さが印象的でした。また、温泉に夜2回、朝1回浸かりました。露天風呂から海を眺め、顔に風の冷たさを感じながら、本当にリラックスできました。やはり温泉は良いですね。

コロナ禍の中、全員が何事もなく帰ることができたこと、そして、みんなのほんわかとした笑顔を見ることができ、決行してよかったと安堵しました。

最後になりますが、いろいろお世話いただいた旅行会社の方やホテルの方々、有難うございました。



Kさん

会社に勤めていた時、慰安旅行に何回か行きました。慰安旅行に行くとき必ずアルコール飲料が出されました。宴会の席で、上司、先輩、後輩にお酌に回って媚びを売っていました。自分の弱い所は、上司に媚びを売って嫌われないように、宴会や飲み会に誘われた時はお酌して点数稼ぎをしておりました。

今回みたいな、宿泊でアルコール飲料を飲まない旅行は初めて体験いたしました。子どもの時に家族旅行した時以来、アルコール飲料を飲まない旅行でした。

宿泊研修の意味を考えると「アルコール飲料を飲まなくても楽しい旅行ができる」ことがわかりました。また、「アルコール飲料に頼らず親睦を深める事もできるし、本音で分かち合い出来る」事がわかりました。

参加できたことに感謝しております。



Yさん

正直に言うと気が進まなかった。滅茶苦茶緊張するのだろうと。当日お菓子をいただきバスに乗車。見送ってくれたスタッフさんが一人になってしまうと考えると、悲しくなっていました。

ですが、着いた海ほたる、笠森観音、休暇村で食した昼食、波際まで行った九十九里海岸。ブルーだった自分はどこへ？ホテルにチェックインして完全班行動。お風呂も一緒。徐々に慣れていくものです。豪華な夕食を満喫してそのままミーティング。研修旅行的なのは25年ぶりです。

「大人の学校」です。部屋に戻っても話し絶えず・・・

日の出は残念でしたが、ならば朝風呂。気持ちよかった♡朝食時、皆の姿を見て嬉しくなっている自分がいました。チェックアウト時ペンギン5羽が横に礼儀正しく並んで見送ってくれました。ホテルの方々も。

犬吠埼、地球が丸く見える展望館等、自然を相手に自分を見直す時間が取れました。昼食の海鮮丼も美味しかった。最終観光地の香取神宮。皆で参拝して樹からのパワーを頂いたような気がしました。

今回の課題、仲間との交流、分かち合い、原点に帰る時がありました。話すことで楽になり、益々仲間が、すとおりが好きになりました。コロナが落ち着いていない中、宿泊研修を実現して頂き、スタッフのみなさま、担当してくれたメンバー、観光バスの方、そして素敵な仲間感謝です。ありがとうございます。頑張りすぎず、元気に前向きにしてくれる機会を頂きました。



Nさん

今回の宿泊研修は、千葉に行ってきました。雨に降られることもなく非常に充実した研修旅行となったと思います。訪れたのは初日に、海ほたる、笠森観音、九十九里浜、銚子駅、二日目に犬吠埼灯台、地球の丸く見える展望館、銚子漁港、うおっせ21、香取神宮でした。

印象に残った場所を記しますと、まず海ほたるから眺める東京湾は絶景で、とても清々しい気分を味わうことができ、次に訪れた笠森観音は、784年に最澄が開基したもので、周りの森と相成り靈験あらたかな気持ちになりました。地球の丸く見える展望館では、展望スペースから見える風景に、地球が丸いということを実感でき、普段は地球が丸いということを意識していないので、新鮮な驚きを感じました。そのあとに訪れたうおっせ21では、新鮮な23種類の海の幸が乗った海鮮丼を堪能でき、皆さんも大満足だったと確信しています。

観光で千葉を訪れたのは初めてでしたが、その豊かな水産資源や歴史的建造物に触れることが出来たことは、自分の財産になったと思っています。



2【頑張るリヤカー】

すとおりの配達と引き取りに大活躍なのがリヤカーです。今のリヤカーを使い始めてから20年ほど経ちます。ほとんど、すとおりの歴史とともに歩んできました。

このリヤカーは朝日福祉事業団からいただいたものです。応募する際、事業団の方が「今頃リヤカーとは珍しい」と視察に来てくださいました。「地域の方たちに依存症のことを理解していただくために、自分たちのできる範囲でできることをやっていきたいこと。そして、欲を出さず地道な活動をしていきたいと考えていて、そのためにもぜひ必要です。」と、お話ししましたところ、「それはいいことです」と理解をしていただき、頂戴することができました。時々、車があればどれほど楽かと思うこともありますが、やはり、このリヤカーがあるから私たちの活動は無理なく続けられているのだと感じております。

最近では、小さな便利屋さんを含めたご依頼が多く、お部屋の片づけとともにたくさんの物を御寄付いただいております。

地域の方の理解があつてこそ、私たちの作業は継続できます。地道にできることをできる範囲で、今後もこのリヤカーとともに歩み続けていきます。リヤカーがもっと地域の顔になりますように、ご用命をお持ちしております。



3【生活訓練】

生活訓練では、依存症からの回復のために、「スマープ」や「どうやって飲まないでいるか」「アルコールクス・アノニマス(ビッグブック)」「バック・トゥ・ベーシックス」等の書籍を使った学習をしています。また健康増進のために、ヨガ、散歩のプログラムや、その他ミーティング、創作活動、調理実習、レク等のプログラムもあります。

やることは多岐にわたりますが、すべては生活リズムを整え、色々な場面でのコミュニケーションの力を養い、孤独でどこにも居場所がなかった利用者の方にとって、生活訓練の場が自分が居て良いのだと思えるような居場所になっていくという事を目指した取り組みです。はじめは表情が乏しかった利用者さんが、いつの間にか笑顔に変わることを目の当たりに見ることが出来ることは嬉しい限りです。

さて、今月の創作活動では、「色づくり」をしました。創作活動の一環として、誰でも絵が描けるようになる「キミ子方式」で水彩画を描いていますが、その第一歩が「色づくり」です。色の三原色の赤・青・黄と白だけでたくさんの色を作り、新たな色が出来てくることを発見する喜びを味わいます。まず1色で4色、次は1+1の2色で、赤+青etc・・・というように、2色を混ぜます。次は3色で色を作ります。さらに4色で、というようにまずは15色作ることを目指します。それが達成できたら25色、50色とその度に目標を高めていきます。アツ、緑ができた、茶色になった、灰色になった等、それぞれに新鮮な発見があり、楽しい時間を過ごすことができました。



4【メンバー状況(令和3年12月現在)】

- ・生活訓練 3人 ・就労継続支援B型 13人
- <男女構成>
- ・男性 13人 ・女性 3人
- <年代>
- ・20代1人 ・30代1人 ・40代4人 ・50代7人 ・60代以上3人
- <アディクション>
- ・アルコール 12人 ・薬物 4人 ・ギャンブル 2人 (重複あり)

- ・就労した者 1人 (令和3年4月1日より)

5【編集後記】

今年も新型コロナウイルス感染症が蔓延し、暮らしはもちろん気持ちも押しつぶされそうになる毎日が続きました。幸いすとおりで感染者を出すこともなく、リサイクルセンターの営業も営業時間短縮ではありますが、月曜日から土曜日まで営業出来ております。そして、今年のビッグニュースは、宿泊研修を1泊2日で決行出来た事です。みんなの楽しかった姿が、記事の中からあふれ出てきそうです。

桜新町の桜は、葉を落としながら小さなつぼみをたくさんつけて、淡々と咲く時期を待ちます。私たちも大地と天のエネルギーを頂き、しっかりと地に足の着いた新年を迎えたいものです。

6【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。

①正会員 : 当法人の目的に賛同して入会される方および団体
入会金 5,000円
年会費 3,000円

②賛助会員 : 当法人の事業を賛助するために入会される方および団体
入会金 3,000円
年会費 1,000円

郵便振替口座

口座番号 00100-3-591769

口座名義 特定非営利活動法人STORY