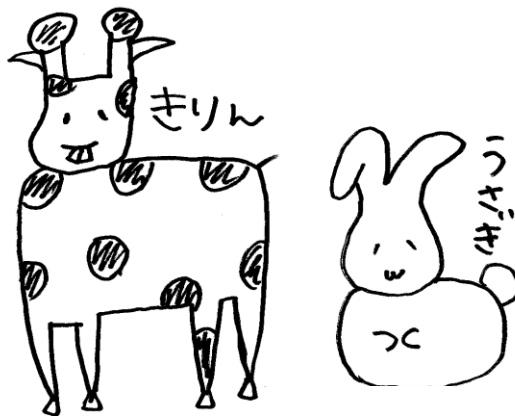


SSKW

# ダルク女性ハウス

ニュースレター



イラスト：かえ

## ■ うれしくて、誇らしいできごと ■

フリッカ・ピーウーマン施設長 りえこ

こんにちは。ダルク女性ハウスを温かく見守ってくださっている皆さま、いつも本当にありがとうございます。桜が楽しみな季節になってきました。…と言いたいところですが、私は毎年この時期、花粉との戦いで少し憂うつです。それでも春の気配を感じると、やっぱり少しワクワクもしてきます。

1月には、NHKの「あさイチ」で「30代～50代の市販薬のオーバードーズ」をテーマにした特集に、ダルク女性ハウスとして出演させていただきました。テレビに出ることはありがたい機会でしたが、正直なところ「どんなふうで放送されるのだろう」と不安もあり、放送前にはあまり周りの方にお知らせすることができませんでした。今思うと、もう少し「出ますよ」と言ってもよかったかなと、少し後悔もしています。それでも、女性たちの回復の場としてダルク女性ハウスの存在を知っていただけたことは、とても嬉しい出来事でした。

また、2月には、日本フィランソロピック財団の第1回ビヨンド賞を受賞することができました。受賞式には、ハウスを立ち上げたはるえさんと参加させていただきました。ハウスは今年で35年目になります。女性たちの安全な居場所を作り続けてきたことが評価されたことに胸が熱くなり、思わずうろっとしてしまいました。そして、これまではるえさんが女性たちの居場所を守り続けてきたことの重みも、改めて感じる時間にもなりました。これから、この大切な場所を仲間たちと共に守り続けていきたいと思えます。

そして、もう一つ嬉しいご報告があります。ようやくフリッカの移転先が見つかりました。ほっとした気持ちと同時に、ここからまた少しバタバタしそうですが、新しい一歩が始まります。引き続き、あたたかいご支援をいただけたら嬉しいです。

## ■ やっと8か月がたちました ■

みほ

フリッカ・ビーウーマンに通所しはじめて、やっと8か月が経ちました。私は約7年前に刑務所から出て、うまく生活ができなくて、3か月くらいでスリップして苦しい時期がありました。その時は、保護観察所に月に一度通い、薬物検査を受けていました。はじめのうちは、観察所の直前だけ止めていれば検査をクリアできていたのに、それさえもだんだんできなくなってしまふようになりました。監察官から「一緒に病院に行こう」といってもらい、今の病院につながりました。そこでしばらく入院している間に、主治医からダルク女性ハウスを勧められました。2・3回体験で通ってみたけれど、女性ばかりで、みんな仲良くて、私には居心地が悪くて少しでも早く帰りたくて、とにかくいやでした。だから私は、ダルクではなく、仕事をすることにして、その仕事は5年続けていたけど、結局またクスリを使っ  
てしまい、ふたたび逮捕されました。

弁護士の先生から、「前は仕事をしてダメだったから、今回はダルクに行きなさい」と言われました。イヤでした。一部執行猶予を4か月もらい、仮釈放を3か月。今回は10か月で出所できました。10か月と短かったけれど、札幌の薬物治療支援センターに行かせてもらい、毎日苺づくりと、プログラムをやって、変な言い方だけど、そのプログラムは自分を振り返る良い時間でした。

2度目の受刑生活の中でもダルクに行くかどうかをずっと悩んでいたけれど、夫に強く勧められ、嫌々だけど通所することを決意しました。それでも、本当に嫌で、週3日だけにしようとして通所を始めました。でも、仕事もできないのに一人で家にいてもいいことがないと思い、思い切って週5日通うことにしました。

みんなすごい仲が良くて、それがとても私を居心地悪くさせたのです。そんな私にも、みんなは毎日いろいろと気にして声をかけてくれました。はじめは、それもなんだかすぐたたくて…（笑）。でもみんなが声をかけてくれるから、みんなの中にすぐに入っていたのだけど、私は、「みそぎ気分でここにきている」と言い続けていました。けれど、1か月経つと居心地の悪さが消え、3か月経つと自分はここにいてもいいんだと思えるようになりました。8か月が経った今、不思議と薬物に対する欲求が消えたんです。ホント不思議。

毎日みんなの顔が見れる。それだけでもうれしいことだと思う。みんなの顔が見たいから、私は毎日フリッカに通う。仕事をはじめても、こんな日がずっと続けばいいと思う。フリッカが私の居場所になるまで、時間がかかってしまったけれど、細く長くでもよいから、つながり続けようと強く思っています。

いつか、私がお世話になった少年院、拘置所、刑務所に希望のメッセージを届けに行けたらいいなと思っています。その日まで、一日一日幸せに生きていこうと思います！



## ■ ダルク女性ハウスからの卒業を前に ■

あき

ダルク女性ハウスにつながって、今年の2月1日で14年経ちました。私に関わっていた方に本当に感謝しています。ありがとうございました。

私の人生の半分は、薬物を使い、暗く孤独な日々でした。刑務所も2度行っています。つながった時の私は、社会復帰など夢のまた夢という状態で、身も心もぼろぼろでした。ここで初めて医療やリハビリにつながり、たくさんのスタッフや仲間、支援者の方々にたくさんの愛情を注いでいただいて、今こうして元気に毎日を送っています。入寮中には定時制高校にも通い、卒業できました。子プロやママクロでは、子育ての相談もたくさんしてきました。そして、最近ではダルクを卒業した後の「夢」をもてるほどに回復しました。私の夢は、私のような過去をもつ人たちに、私がしてもらったことを今度は私が寄り添ってあげられるような仕事に就きたいというものです。

この長い回復の道は、決してひとりでは歩むことができません。いつもそばに、はるえさん（現ディレクター）やスタッフのみなさん、そして仲間がいてくれたおかげです。振り返るとたくさんの愛をいただいていたんだなあって思います。その愛情は、本物でした。今も胸が苦しくなるぐらい、大切にさせていただきました。本当にすべての人に心から感謝しています。

ダルク女性ハウスのみなさま、本当にありがとうございました。生きる希望を与えてもらったことと、無償の愛を惜しみなく注いでくれたことに、感謝しています。

卒業しても私の居場所だと思っています。みんな大好きです。



ようこそ はるえの部屋へ



ダルク女性ハウス ディレクター 上岡陽江

ダルク女性ハウスは、今年の2月に公益財団法人日本フィランソロピー財団より第一回「ビヨンド賞～精神障害とともにある～」の顕彰を受けた。ビヨンド賞は、精神疾患を含む精神障害のある人が、自分らしく生きられる社会を育む取り組みを表彰し、活動の認知を広げることを目的とした賞である。当事者が中心となって長年支援活動を続けてきたことが、高く評価していただけた。

ここのところ助成金の申請がうまくいかないことが多くて「なんだかしょうがないな」と、がっかりすることも多かった。私の自助グループ活動は42年になり、ダルクは40周年、ダルク女性ハウスは34年を迎えた。初めの10年とはとにかく頑張っ、て、献金をもらうことに邁進していた。恥ずかしいなんて言ってらんないので、ずうずうしくお願いしていた。

他のダルクやDVのシェルター、若い女性たちの住居支援や危機的な困ってる人たちに助成金が渡ることはしょうがないよね、とあきらめる気持ちになりつつも、他の団体の献金集めも随分した。でも今は、ダルク女性ハウスの事務所の移転がかかっているし、退去時間は迫るし、ハラハラしていた。

ビヨンド賞受賞が決まって、心底ホッとした。移転費用に充てることもできる。授賞式の会場でも、私はご機嫌だった。会場には、同じように長く苦勞してきた団体や、私がグループホームを教えてもらった「はらからの家」、「シングルマザーフォーラム」、「やどかりの里」などが並んでいた。30年以上頑張ってる、自分が勉強させてもらったところと一緒に受賞できて、すごくもっとうれしくなった。良かった。良かった。

❀ ❀ いつもたくさんの献金・献品ありがとうございます ❀ ❀  
大切にに使わせていただきます 2026.1~2026.2

関口救援会田中美由紀 ローズカフェプロジェクト代表伊藤絵美 山田義彦 上里智子  
ハナオカユリ 佐々木愛沙 原田ちえこ 沢田佳子 黒川奈菜子 渡辺ひかる 常岡俊明  
あねざきしょうこ 白峰クリニック比嘉千賀 神谷節子 株式会社銀俱樂部 山田恵美  
大石クリニック大石裕代 田代まさし&匿名 キフタカダ フェルメール角田崇子  
ももえ 坂本実 川崎ダルク

その他 Amazonほしい物リストを通じた支援をくださった方々 (敬省略 順不同)

❀ ❀ NPO 法人ダルク女性ハウス賛助会員募集 ❀ ❀

- 年会費一口2000円（ニューズレター購読料を含む）頒価1部100円
- 郵便振替口座 00140-2-591609
- 他金融機関からの振込用口座番号 店番019店（ゼロイチキュー店） 当座 0591609



Web サイト



Instagram



Amazonほしい物リスト！



母子プログラム  
サポーター募集

発行人：157-0072 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17-102

特定非営利活動法人 障害者団体定期刊行物協会

編集人：114-0014 東京都北区田端 6-3-18-301

特定非営利活動法人 ダルク女性ハウス