

いしずえのページ

～いしずえ入寮の感想～

私は横浜マックへの通所を昨年七月より開始させていただいております。開始当初は新しい環境に適応するために一所懸命であり、無我夢中でプログラムに参加させてもらいました。徐々にマックの雰囲気慣れていくに伴う有意義で新たな学びと気付きの毎日は、刺激的であり、とても充実したものでした。

しかし、季節が夏から秋へと移行していき、気温が低くなり日照時間が短くなると、併発しているうつ病が強くなってしまい、片道約一時間三十分という通所時間と距離が苦痛に感じられるようになってしまいました。

そんな自己憐憫に陥っている最中に、担当の職員の方から毎週金曜日だけ夜のAAの参加を提案されました。そのAA会場は様々な意味で私の心を揺さぶる感慨深いものでした。もっと密接にマックとAAのプログラムに心身共に委ねたい、そうしなければ今後の断酒を含めた人生そのものが曖昧なものになってしまうのではないか、という強烈な不安に駆られました。

しかし、私は私自身を変えられる自信が無かったので、実家の家族を説得し、マックの職員・行政各位の多大なる支援を得て、グループホーム「いしずえ」に入寮させていただくことにしました。

結果としては、マック・AAへの参加の利便性が格段に向上し、より一層プログラムに寄り添える運びとなりました。未だ未だ新しい環境に適応しているとは言い難く、馴れない集団生活ではありますが、文字通りの回復への「礎」を築き、ゆっくりでも歩みを進めていきたいと思っております。

T・Tさん