

# POWER TO THE PRISONERS!

## MAGAZINE

VOL.1



すべての人に、  
自分の人生を生きるための  
力と勇気を。



P2P MAGAZINE Volume 1 Winter 2020年12月号  
編集・発行 一般財団法人ワンネスグループ  
〒901-0618 沖縄県南城市玉城船越218-1  
MAIL: p2p@oneness-g.com



@p2p-org



日本初 受刑者のためのライフキャリアスクール

パワー トゥー ザ プリズナーズ ビーツービー にほん ほじ  
**Power to the Prisoners! (P2P)**は、日本で初めての  
**受刑者のためのライフキャリアスクール**です。

多くのおとなたちは、生まれながらにして確かに存在する家庭や地域、  
 出会いや環境といった本人の望まない「格差」が存在することに気づ  
 いていながら、その事実から目をそらしています。

このスクールでは、刑務所出所者や少年院出院者を受け入れ、6か  
 月間のトレーニングを通してその壁を取り除き、自分の人生を生き直  
 すための力と勇気、機会を提供します。

ジョン・レノンは、当時冷遇されていた労働者階級に対し、「自らが立  
 ち上がり革命を起こすんだ」と勇気づけました。

誰もが生き直せる社会へ。

いま、私たち自身が立ち上がり行動していきましょう。

P2Pの支援メンバー



**矢澤祐史**  
 P2Pプロジェクトリーダー/株式  
 会社YeeY共同創業者/一般財団  
 法人ワンネスグループ創業者



**島田由香**  
 ユニバーバ・ジャパン・ホール  
 ディングス取締役CHRO / 株式会  
 社YeeY共同創業者/代表取締役



**いだ忠臣**  
 一般財団法人ワンネスグルー  
 プ九州沖縄地区代表  
 公認心理師 / 精神保健福祉士



**儀間智**  
 学校法人智晴学院 琉球リハビ  
 テーション学院理事長



**川嶋舟**  
 東京農業大学 准教授



**宮口英樹**  
 広島大学大学院 医系科学研究科  
 教授



**玉城英彦**  
 北海道大学大学院 医学研究科  
 名誉教授



**乾井智彦**  
 元 法務省矯正局 教育専門官

もくじ

- 2 …… 宮崎政久議員 特別インタビュー
- 8 …… 元教育専門官 乾井智彦 インタビュー
- 14 …… 当事者 落合真澄 インタビュー
- 24 …… 琉球リハビリテーション学院  
 儀間智理事長 インタビュー
- 28 …… ワンネス財団 スタッフ紹介
- 30 …… 当事者 東朋子 インタビュー
- 40 …… P2P の仕組み
- 42 …… P2P プログラム紹介
- 44 …… P2P 刑事事件が起きてからの支援の流れ
- 45 …… よくあるご質問・お問い合わせ先



**長崎文江**  
 医師/みえほしクリニック院長



**三宅隆之**  
 一般財団法人ワンネスグルー  
 プ共同代表  
 精神保健福祉士



**オーバーヘイム容子**  
 一般財団法人ワンネスグルー  
 フラワーガーデン代表



**有田貴美江**  
 日本ロレアル  
 ブランドイメージ&エンゲージ  
 メントマネージャー



**小林正忠**  
 楽天  
 CWO 常務執行役員



**青木沙織**  
 株式会社 環 取締役COO  
 (SBテクノロジーグループ)



**栗原大**  
 ジョンソン・エンド・ジョン  
 ソン エデュケーション・ソ  
 リューションズシニア・マ  
 ネージャー



**宮澤大樹**  
 遊士屋株式会社 代表取締役/  
 クリエイティブディレクター



**星山忠俊**  
 株式会社Saaave 代表取締役  
 株式会社Saaave City 代表取  
 締役



**タル・ベン・シャハー**  
 Happiness Studies Academy  
 代表

INTERVIEW

いま伝えたいこと  
同じ社会に生きる「仲間」として、



衆議院議員 宮崎 政久さん

～立ち直ろうとする人が直面する現実～

私が弁護士となったのは、平成7年のことです。現在では再犯防止への取り組みや再就職のサポートなど、出所者に対するさまざまな取り組みが官民の両者によって進められていますが、当時はまだまだ支援の手が少ない状態でした。その頃に、矯正施設から出所した方の再就職のお手伝いをしたことがあります。

ところが、働く場所を探しに行けば「お住まいは？」と聞かれ、家を探しに行けば「お仕事は？」と聞かれる。なんとかして立ち直ろうとする人が、いわばたらい回しにされる光景を目の当たりにしたのです。

そのケースでは、「二度と帰ってくるな」と頑なだった親族にもう一度頭を下げ、なんとかか住む場所と仕事を見つけることができました。一度切れた親族との縁をつなぎ直し、生きていくための場所を見つけ出すことは、たしかに大切なことだったか

もしれません。しかし、それが本当にその人にとって良い選択だったのか、その人の状況に合ったより良い立ち直りの方法があったのではないかと、ふと考えてしまうことがありました。

その後私は、沖縄県更生保護協会の仕事に携わるようになります。その根底には、それぞれの人の状況に適した方法で、立ち直りを応援していきたいという気持ちがありました。

～誰もが「普通の人」である～

「受刑者」とだけ聞くと、世間の人々は、罪を犯した特殊な人、自分たちとは生きる世界の違う人だと思いがちです。しかし彼らは普段私たちが地域社会や職場で関わっている人たちと何ら変わらない、普通の人なのです。

刑に服している人の中にも、「自分は特別に劣っている」と感じる人もいるかもしれませんが、そうではありません。犯した罪を真摯に反省し、償うことは必要で大切なことですが、言ってしまうえばそれ以上でも以下でもない。一度罪を犯してしまったせいで周りより特別に劣っているということはないのです。

罪を犯そうと思って生まれてきた人などいません。生まれながらの境遇や、育った環境によって罪を犯すきっかけができてしまっただけであり、根っからの悪い人なんてひとりもいない。

私たちは「罪を犯した人とそうでない人」ではなく、どちらも「地域社会で生きる普通の人間」です。だからこそ、人生をやり直したいと考えている人には、同じようにチャンスがある世の中であってほしいと私は願っています。普通の人が普通の生活に戻れることを、全力で応援したい。



そして私と同じように、あなたの人生のやり直しを支えたいと思っている人も、少なくないのです。

## ～ときには根雪のように、悩みを寝かせてみる～

厳しい境遇を生き抜いてきた人の中には、悩みや苦しみを誰にも話すことができずに抱え込んでしまう人もいます。「どうして自分だけが」と感じてしまうこともあるでしょう。でも実は、程度の差こそあれ、誰もが悩みを抱えて生きています。かくいう私も、しょっちゅう悩みを抱えたり、キツイことを言われてへこんだりしています。

そんなとき、私は2つの方法で悩みを解消するようにしています。ひとつは、人に話すこと。もともと困りごとを口にするのは苦手なのですが、あえて口に出してみる。すると相手からはたいてい、「大丈夫だよ」という言葉が返ってきます。自分の中では大きな問題だったことが、誰かに「大丈夫」と言ってもらえるだけで大きな問題ではないように感じられ、心の安定につながるのです。

もうひとつは、悩みを根雪（降り積もったまま、春まで溶けない雪のこと）のように寝かせてしまうことです。私たちが抱える苦しみは、多くの場合、自分の力では「どうしようもない」。そんなときは、どうしようもないね、と起きたことをそのまま受け止めて、自分のできることに目を向け直すことにしています。

かならずしも上手に問題を解決できている人ばかりではなく、ときには誰かに愚痴をこぼし、ときには根雪のように悩みを寝かせています。ある意味では「あなたも、そのほかの人も皆同じ」。ですから「自分ばかりが辛い」と気に病みすぎることはないのです。

## ～強みを生かして生きていくということ～

社会復帰を考えたとき、何でもひとりで上手にできなければいけないと感じること

もあるかもしれません。ですが、万能選手としてあれもこれも上手にできる人なんて一握りもいません。上手くできないからといって、人生を諦めないでほしい。

私は幼い頃から腕っぷしが弱く、喧嘩には負けてばかり。いじめられて泣きながら家に帰ったこともあり。それから一生懸命に勉強をして弁護士になったら、法律の力で困っている人を助けられるようになりました。物理的に殴り合ったらもの数分で負ける私が、法律というフィールドで戦うことによって、人の役に立つことができるようになったのです。



また、私の沖縄の知り合いに、やちむん（沖縄の焼き物）の職人がいます。彼は素晴らしい作品を作り高い評価を得ている職人なのですが、話を聞くと「作るの好きだけど、どうもそれを売るのが苦手なんだよな」というのです。

誰にでも得意なことと苦手なこと、強みと弱みがあります。私の場合は、言葉で作戦を考えるのが得意で、腕っぷしで喧嘩をするのは苦手です。やちむんの職人の場合は、物を作るのが得意で、売るのが苦手だと言えるでしょう。

そんな風に、すべてが上手くいくわけではありません。あなたが就労のステージに立った後にも、これが苦手、これには手が届かない、やれと言われたけれど上手くいかない…という出来事にたくさん遭遇するはず。でもそこで、諦めないでほしい。めげないでほしい。

あなたには、あなただけの強みがきっとあるはずです。逆に言えば、あなたの苦手なことを得意としている人もいます。ですから、たとえ上手くいかないことがあっても諦めず、うまく周りを頼りながら、強みや個性を生かして生きていってほしいと思います。

## ～より多くの選択肢から進むべき道を見つけたい～

初めて P2P のお話をもらったとき、このような取り組みが「当たり前」になってほしいと感じました。というのも、私は、矯正施設から出た後すぐに全員が働くという現在の設定を不自然なものだと思っているからです。

人にはそれぞれ違う「職業に就くのに適したタイミング」があります。中学、高校を卒業するタイミングで働く気持ちになる人がいれば、大学を卒業しても働くことは選べず、大学院や専門学校に進学する人もいます。また、仕事を辞めた後にすぐに次の仕事に就かず、公共職業安定所（ハローワーク）でトレーニングを受ける人もいます。それと同じように、矯正施設を出た後にも、いくつかの選択肢の中から自分に適したものを選び取れるのが自然だと考えています。

現在も一部の矯正施設には、就職情報誌が配布されています。それは素晴らしいことなのですが、働く自分のイメージが湧かず、もらえばなしになっている人もいます。「どうもすぐに働く気持ちにはなれない」……。P2P が、そんな人のための新しい選択肢になることを心から願っています。

## ～頑張りたいと思っているあなたへ～

私は日ごろから、今日着ているかりゆしウェアもそうですが、ペン立て、バッグなど、刑務所作業品（CAPIC）の製品を愛用しています。刑務所作業品は一つひとつの製品の質が高く、細かな意匠にまで工夫がほどこされているからです。私の周りには刑務所で作られた中華鍋を「一枚板から作られたこの鍋じゃない」と気に入って使い続けている人もいます。展示販売会でしか出会えない商品もあるのですが、そこに出向いてお気に入りのものを見つけるのも、私の楽しみ



のひとつです。

刑務所の中で過ごす日々の中で、やりがいや達成感を見出すのは難しいと感じることもあるでしょう。しかし、あなたが作ったものを大切に使い続ける人が、たしかにいます。皆さんの日々の活動が誰かの喜びにつながっていることを、知っておいてほしいなと思っています。

これまで、たくさんのお上手いかな経験があったことと思います。そして、これからは大変なことがやってくるはずですが、それらを良いように生かせる場面が必ずある。だから、心配しないで一緒にやりましょう。人生はなんとでもなる。

あなたは「特殊な存在」などではなく、私たちと同じ社会の中で、一緒に生きている仲間です。あなたと一緒に頑張りたい、あなたの生きなおしを支えたいと思っている人は、あなたが思っている以上にたくさんいます。だから、嫌なことがあっても、どうか諦めないでほしい。

私も P2P と一緒になって頑張りたいと思っている人を待っています。

文：中野里穂

### 宮崎 政久（みやざき まさひさ）

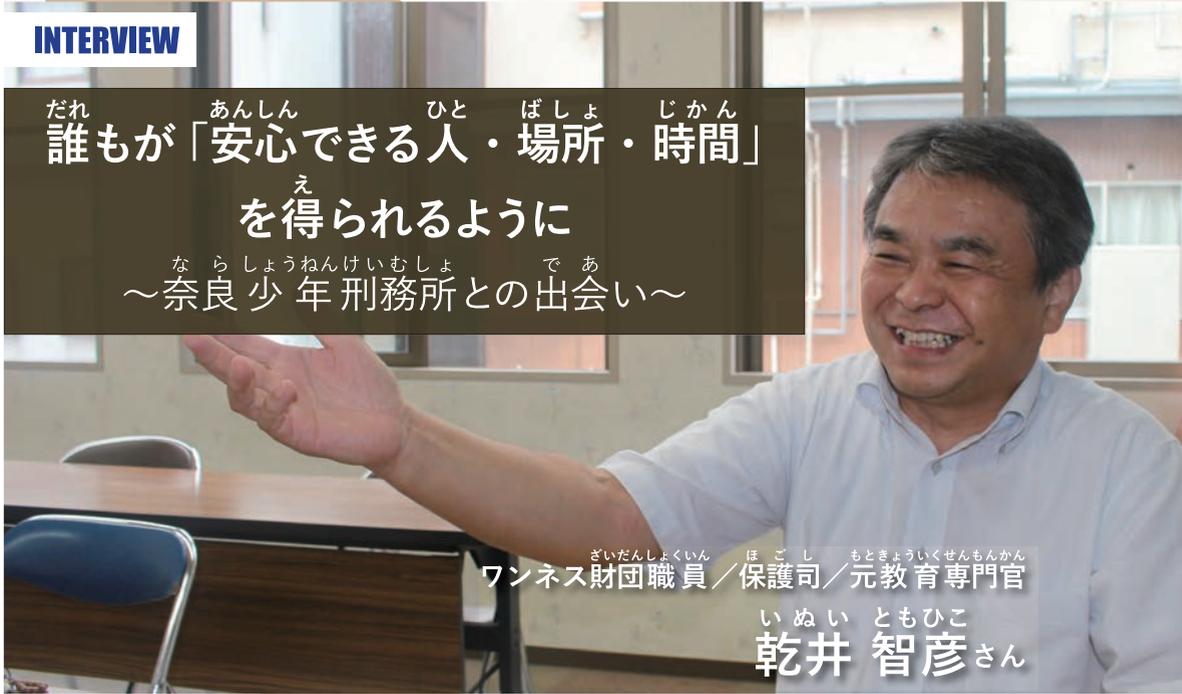
衆議院議員／沖縄県更生保護協会理事長



大学卒業後、司法試験に合格し、1993年に自らの希望で那覇地方裁判所に配属。「沖縄のために」と身を粉にして働く小堀啓介先生の姿を見ながら、弁護士としての経験を積む。2004年に自らが代表を務める法律事務所（のちに弁護士法人に形態を変更）を開設し独立。弁護士として活動するかわら、刑務所や少年院を出所した人々への支援活動、国・県の各種委員を行う。2012年に衆議院議員となり、「次の世代に自信を持ってバトンタッチできる新しい沖縄」をつくるために尽力している。

INTERVIEW

だれ 誰もが「安心できる人・場所・時間」  
え  
を得られるように  
なら 奈良少年刑務所との出会い～



ワンネス財団職員／保護司／元教育専門官  
いぬい ともひこ  
乾井 智彦さん

私と奈良少年刑務所との出会いは、今から30年以上前にまでさかのぼります。きっかけは、当時通っていた大学の教授が就職先として紹介してくれたこと。「お前にとってはこちらがぴったりだから行ってこい！」と送り出されたのが奈良少年刑務所でした。

奈良少年刑務所には表門（ひょうもん）と呼ばれる、レンガ造りの大きな正門があります。初めてそれを見たとき、その荘厳さに圧倒され、「僕はここでやっていけるのだろうか？」と不安を抱いたことを覚えています。

私は奈良少年刑務所で、教育専門官として働いていました。教育専門官とは、受刑者に教科指導をしたり、「改善指導」と呼ばれる改善・更生のための特別なプログラムを実施したりする仕事です。

仕事に就いた当初の私は、力技で仕事をこなすことが多かったように思います。話を聞かずにそっぽを向いている受刑者がいれば、教室に呼んできて怒鳴りつける。

「お前は俺の言うことさえ聞いておけば間違いないのだ」と教え込む。そんな姿勢で受刑者と向き合っていたのです。

そうした指導を続ける中で、優秀な成績を取め、工場の責任者になり、刑期よりも早く出所（仮釈放）した受刑者がいました。教育専門官として彼に関わった私としては、彼の出所は喜ばしいことでした。ところが社会に出た、彼は大きな事件を起こしてしまいます。

そのときに自分の中に浮かんできたのは、「これでいいのか？」という疑問でした。私は、自分の思うように彼を動かそうとしていただけで、本当の彼のことがわかっていなかったのではないかと。しんどさを理解できていなかったのではないかと。その気づきを経て私は、「寄り添うこと」を強く意識するようになっていきました。

～安心できる人・場所・時間～

ワンネス財団では、「穴に落ちた人に上から声をかけるのではなく、穴の下まで降りて行き、横に座って話をすること」を大切にしています。当時の私が心がけた寄り添い方も、それとほとんど同じようなものでした。

私はとある受刑者に、毎日の日記指導を続けていました。彼とは3年もの間少年教育で関わってきたのですが、3年目のある日彼が「俺のドロドロした話を聞いてくれ」と言い出しました。そして西日の当たる教室で2時間半、自分がどんなことを考えどうやって人の命を奪ったか、涙を流しながら話してくれたのです。私は隣に座って一緒に涙を流し、最後には「ありがとう。聞かせてもらえて嬉しかったわ」と伝えて話を終えました。

その日を境に彼は大きく変化していきます。工場の責任者になり、資格を取り、勉強の成績も良くなっていきました。あるとき後輩が「先輩はどうして最近いろんなことができるようになって、昔のように落ち込まなくなったんですか？」と聞くと、彼はこう答えたのです。

「俺は乾井先生に、自分のすべてを聞いてもらった。ひとりでも理解者がいてくれて  
いると思うだけで、不安になっても、落ち込むことはなくなった。」

悩みや苦しみを誰かに話したくとも、以前の彼にはそうできる相手も場所も時間も  
なかったのでしょう。ですが私という「吐き出す場所」ができ受け止めてもらったこと  
で、彼に条件付きではない自信がついたのだと思います。

それ以来私は、安心できる人・場所・時間をとても大切にしてきました。人は、そ  
れらがあって初めて「俺ね」「私ね」としんどさを吐き出すことができる。それに  
寄り添ってもらえた経験が、彼らの「条件付きではない自信」につながっていく。  
安心できる人・場所・時間こそが、寄り添いのスタートだと思ったからです。

自らが「安心できる人・場所・時間」となり「寄り添うこと」を大切に続けていく  
と、次第に受刑者にも変化がみられるようになりました。いつか彼らのうちのひとり  
が言ってくれた言葉を、私は今も鮮明に覚えています。「事件を起こす前に、先生  
に出会いたかった」。

その言葉をもらったときに気づいたのです。たったひとりでも理解者がいればこの子  
たちはやり直せる、生き直せるのだと。

### ～間近で目にした受刑者たちの変化～

私は、教育専門官として社会性涵養プロ  
グラムという特別なプログラムを実施していま  
した。涵養とは、雨水が土地にしみこむよ  
うに、ゆっくりと養い育てること。受刑者の  
栄養になると信じてじっくりと取り組み続け  
るのが、社会性涵養プログラムです。



その中に、「美術」と呼ばれる絵を描く

時間がありました。白い紙にいくつかの丸を描き、思い思いの色で塗るだけの授業  
なのですが、十数人いる教室で作業を始めると、教室は静けさに包まれます。

あるとき、シーンとした教室のなかで受刑者のひとりが急に大きな声を出して  
「先生！俺再犯せえへんわ！」というのです。理由を聞くと「俺は今までずっと、誰  
かに攻撃されている、見られていると考え続けて生きていた。でもこうして色を  
塗っていたら、初めて無心になれて、何も考えない自分に気づけた」と。集中でき  
る状態とはこういうものなのだ気づいた瞬間に、「再犯しない」と口に出すことが  
できた。周囲はぎよんとしていましたが、彼の中には大きな変化が訪れたのでし  
ょう。

さらに私は、奈良少年刑務所の少年受刑者一人ひとりの誕生日を祝うことも大切  
にしてきました。彼らの誕生日を調べて当日の朝にひとりだけ呼び出し、ハッピーバー  
スデーの歌を歌う。それだけで、目を輝かせて喜ぶ受刑者がいるのです。

彼らの中には、家族関係が上手くいってなかったり、しんどい日々を送っていた  
りして、誕生日を祝ってもらった経験がない者もいます。そんな受刑者にとっては、  
自分ひとりのために誕生日を祝ってもらった経験が、嬉しいものだったのかもしれませ  
ん。誕生日を境に、顔つきや行動が良い方向に変わる受刑者も多くいました。

それだけではありません。3キロの重さのある赤ちゃん人形を抱かせる「赤ちゃん  
人形プログラム」や、絵・絵本・詩で自分を表現する「社会性涵養プログラム」、  
毎日のコミュニケーションを通して、受刑者たちのさまざまな変化を目にしていま  
した。そして私自身も、教育専門官として  
働いた30年の間に彼らからたくさんのこ  
とを教わり、成長させてもらったと感じて  
います。



人はいくつになっても、変化できる。成長  
できる。自分自身の経験から、わたしは  
そう信じています。

## ～「バツをつけられたら終わり」ではない～

私は、和歌山刑務所を退官後、奈良県内にある地域生活定着支援センターや若者サポートセンターの相談員を経験してきました。その中で、ある方と出会います。

その方は15年間定職につけず、周囲から「怠けている」と見られていました。徹底的に話を聞いていくと、その中には朝の行動のルーティーンがあるようでした。起床後は朝のニュース番組を見て、散歩をし、コンビニでコーヒーを飲み、帰ってマンガを読んで、それからしか動けないというのです。そのルーティーンを変えることができず、朝から出社が必要な仕事は続かないとのことでした。

「そのルーティーンが終わった後なら行けそう？」と聞くと、「それなら行きます」と彼は言いました。そこで私は、11時から働ける仕事を探し出し、彼に紹介したのです。その仕事は彼にぴたっとハマったのでしょうか。十数年ぶりに、毎日仕事に通うことができている。このように、一見社会に適合できず、バツをつけられてしまう人が、自分にとって生きやすい場所を見つけれられることもあるのです。



受刑者の皆さんの中には、「一度失敗してしまったから」と生きなおしを諦めてしまったり、失敗を恐れ新たな挑戦をためらったりする人もいられるかもしれません。ですが私は、「バツをつけられたら終わり」などということはないと思っています。

失敗しても、みんなで支え合えばいいのです。なぜ失敗したかを、一緒に考えていけばいいのです。そんな「支えてもらえる生きやすい社会」を作るために、私は精一杯力を尽くしていきたいと思っています。

## ～無理せず、ぼちぼちやっていく～

私は、今受刑している皆さんに「無理せず、ぼちぼち」な人生を歩んでほしいと思います。もしかすると、これまでの人生を取り返さなきゃ、必死で生きていかなきゃと思っている人もいられるかもしれません。でも、そんな風に考えるのはやめてしましましょう。「ぼちぼち」でいいのです。

私たちは誰かを応援したいと思ったとき、ついつい「頑張れ」という言葉を使ってしまうがちです。ですが、頑張っているときに「頑張れ」と言われることほどしんどいことはありません。むしろ頑張っているときは「ぼちぼち」と言われた方が、楽になれる。だから皆さんも頑張りすぎず、自分自身に「無理せず、ぼちぼち」と言ってあげてください。

最後に、私はP2Pを通して皆さんの理解者にならせてもらいたいと思っています。たったひとり「理解者が」いるだけで人生が少し楽になり、自分の居場所だと思える場所が増えていくと信じているからです。

ぜひ私を、あなたの理解者のひとりにならせてください。P2Pで、お待ちしております。

文：中野里穂

### 乾井 智彦 (いぬい ともしこ)

ワンネス財団職員 / 保護司 / 元教育専門官



奈良少年刑務所で28年間教育専門官を務め、教科指導・改善指導・高卒認定試験の受験指導などを担当。「絵本と詩の教室」のもとになった社会性涵養プログラム、少年受刑者教育の「赤ちゃん人形のプログラム」などを行う。2019年に和歌山刑務所退職後、生きなおし・再犯防止・引きこもりの当事者支援活動を行い、2020年よりワンネス財団職員として勤務している。

# INTERVIEW

4度の逮捕から生きなおしを始めた元受刑者が  
絶望の中にある人に伝えたいこと

## 「人生は、何度でもやり直せる」

ワンネス財団 落合 真澄さん



「元受刑者」と聞いたとき、あなたがイメージするのはどんな人ですか？  
ちょっと怖そうな人？暗そうな人？  
「まったくイメージのつかない遠い存在」だと  
感じる人も多いのではないのでしょうか。

インタビューに明るく笑いかける落合真澄さんも、元受刑者。薬物による4度の逮捕歴があり、刑務所生活を3度に渡り経験しています。しかし、現在ワンネス財団で働く彼は「今日が最後の日でも悔いが無い」と語るほど情熱的な毎日を送り、一緒に話をしていてこちらまで明るい気持ちになれるような人物です。

やめたいのに、やめられない。そんな薬漬けの日々を送っていた彼がワンネス財団に入所し、手にしたものはなんだったのか。彼だからこそ語れる「絶望の中にある人」への言葉とは。ワンネス財団のメンバーが話を聞きました。

「俺は絶対に上手くやれる」  
求め続けた刺激的な日々

—落合さんの幼少期の家族関係はどのようなものだったのでしょうか？

小さなころは、父も母もすごく愛情を注いでくれていたと思いますね。母親は日ごろからすごく僕のことを気にかけてくれて、コミュニケーションもよくとってくれる「優しいママ」。

父は板前をしていて職人気質で無口でしたが、誕生日を祝ってくれたり、なんでもない日にほしかったものを買ってくれたり、「不器用な優しさ」みたいなものは感じていました。一家団欒で晩ごはんを食べる機会も多く、いわゆる「いい家族」だったんじゃないかなと思いますね。

—「いい家族」だった関係性が、中学生になるころに少しずつ変化して  
いきますよね。そのキッカケは？

小学 校 高学年のときに新しい家に引っ越しをして、両親はローンを返していくため  
に夜遅くまで働くようになったんですね。僕の進学先の中学も変わってしまい、し  
かもそれが県内でも指折りの荒れた学校でした。

学校のなかでは「悪い」ことがステータスになるし、夜遊びをする、バイクに乗る、  
そういう遊びが自分にとってはすごく刺激的だった。夜は父も母もいなかったの  
となりまち ちゅうがっこう とも いえ と いえ よどお あそ いえ かえ  
隣の中学校の友だちの家に泊まりに行ったり、夜通し遊んだり、家に帰ること  
が少なくなっていました。

—少しずつ「悪く」なっていく落合さんに対して、お父さんやお母さんは  
何も言わなかったのですか？

母からは「家に帰ってきなさい」という連絡は度々もらっていました。世間に対して  
恥ずかしくない振る舞いをしてほしい、と母が望んでいるのも分かっていました。で  
も、万引きをして警察を呼ばれても「もうするんじゃないよ」の一言で終わりにして  
しまうくらい優しい母だったから、僕はその優しさに甘んじてしまっていたんです  
よね。



親からの愛情を感じているからこそ  
罪悪感のもものすごくあったし、親が悲しむ  
姿は見たくありませんでした。でも、「俺  
はうまくやれる」と思っていたんですね。  
怪我しないように、捕まらないように、親  
を悲しませないやり方でうまくやれるから  
…と。

—そこから薬物使用が始まったのでしょうか？

そうです。初めてシンナーを使ったのが中学2  
年のとき。興味本位で手を出しただけなのに  
なかなかやめることができず数年に渡って使  
い続け、頻繁に幻覚を見るまでになっていま  
した。本当にやめたい。でも、やめ方が分か  
らない。そんなときに転がり込んできたのが  
覚醒剤でした。



—シンナーをやめるために覚醒剤を使い始めた？

そうですね。覚醒剤を一回使ってみたら、「これはいける」と思ったんですね。こ  
れがあれば、自分はシンナーを止められる、って。そうしたら今度は覚醒剤がやめ  
られなくなっていました。

## 繰り返される薬物使用と逮捕。 気づけば、帰る場所がない状態に陥っていた

—落合さんは、薬物が原因で4度の逮捕を経験されていますよね。  
ご家族との関係に変化はなかったのでしょうか。

おっしゃる通り、僕は4回捕まっています。1回目は執行猶予。残りの3回はすべ  
て刑務所。計4回のすべての裁判で、母は情状証人に立ってくれました。出所し  
たあとに生活費をくれたり、仕事が見つかるまでご飯を食べさせてくれたり、変わ  
らず愛してくれている感覚がありました。

それでもやっぱり、1回、2回、3回と逮捕を重ねていくうちに、母親との関係を  
再構築するのは本当に難しくなっていたんですね。最後の逮捕も、母の通報が  
きっかけでしたし…。



—お母さんの通報？

そうです。2度目の刑務所を出た後は、母が暮らすアパートで生活をさせてもらっていました。あるとき注射器と覚醒剤をポケットに入れたまま眠ってしまい、起きると目の前に刑事がいて。正直、「やりやがったな」と思

いました。でも、そばにいる母がめちゃくちゃ泣いていて、母に呼ばれて家に来ていた弟がすごく暗い表情で僕ののことを見ているのに気づいたとき、「これはあかんわ」と思いました。

ついこの間出所して母のところで世話になっていたのに、それを完全に裏切って、3ヶ月という短い期間で再逮捕されてしまったんです。自分自身に対してものすごく失望したし、「お先真っ暗」という感覚がありましたね。

—何も考えられない状態になった、という感じでしょうか？

いや、実はその段階で、すでに出所後のことにまで考えを巡らせていました。少なくとも2年ちょっとは刑務所で過ごすことになるだろう。その2年で薬物はやめられるはずだ。でも出所した後ももう地元には帰ってこれないから、別の場所に行くしかない…と。その時点で、なんとなく「沖縄に行けたらいいのにな」と思っていたんですよね。

—そこからどのようにして、実際にワネス財団とつながることになったのでしょうか？

刑務所に入ったあと、弁護士さんにワネス財団の住所を聞いて手紙を送ってみました。そしたら「出所したら、沖縄に行っちゃいましょうよ」って返事が来て。

今までは、逮捕されても親のところに帰ればよかったです。でも最後の逮捕で完全に信用を失ってしまった。沖縄に行くことは地元を離れる「正当な理由」にな

ると思ったし、今まで散々迷惑をかけてきた母のことをようやく安心させられると思いました。「沖縄行くわ」と母に伝えたときも、嬉しかった記憶がありますね。

ワネス入所後に手に入れたのは「衣食住が保証されている中で、自分と向き合える時間」

—落合さんは、2度目の逮捕のときにもワネス財団に見学を訪れたことがあるとうかがっています。そのときに入所を決心できなかった理由は？

正直「入所施設」に対しての良いイメージが無かったです。刑務所で長い施設生活を送ってきたのに、出所した後もまた施設か、という感じで、自由が奪われるような感覚があったんですよね。

—実際にワネスに入所してみようとしたか？



衣食住がしっかりとあることは自分にとってすごく大きなことでしたね。刑務所に入っていれば食事でも着るものも用意されていますが、一度出所したらそうはいきません。食べる、眠る、安全な場所で過ごすという、「生きる」ことのベースがあることがいかに大切なことか、ワネスに入所して気づかされました。

あとは、共感しあえる人が近くにいること。これも自分にとっては大きな影響がありました。一般社会にいと、たとえ薬をやめ続けられたとしても、それを一緒に喜んでくれる仲間はいないです。でもワネスは違う。似たような経験をしているから喜びを分かち合えたし、小さな出来事でも共感しあえるようになりました。

に けいけん はな  
 一似たような経験をしているからこそ話せる  
 こともたくさんありそうですね。

そうですね。回復プログラムの中にも、自分に今まで起きたことや経験を話す機会  
 があるんです。ワンネスに入ったばかりのころは、自分自身がどういう人間なのか、  
 なに かん じぶん ひょうげん  
 何を感じているのかを自分でうまく表現できずにいました。

でも、時間をかけて自分の経験を話していくことで「自分」っていうものがだんだん  
 と見えてきた。自分の好きなものとか、情熱を注ぎたいものもわかってきた感覚が  
 ありますね。

じょうねつ そそ  
 一情熱を注ぎたいもの？

そう。薬を使っていたころは、趣味なんてなかったんですよ。入所してからの空き  
 時間もこれがやりたい!と強く思うものはなくて、体力づくりのためになんとなくラ  
 ンニングをしていました。でも次第に、これを習慣にできれば、絶対にこれからの  
 こうどう じんせい か おも  
 行動や人生も変わってくるって思えるようになったんですよ。

いっしょうけんめいからだ うご いっしょ かし い  
 一生懸命身体を動かすうちに、一緒に走りに行っていきたいとか、自転車にのりた  
 いとか、声をかけてもらえるようになりました。「ええよ」って一緒にやってみたら、  
 あいて からだ うご ひょうじょう ひと よろこ かお み ぼく  
 相手は身体を動かしてすごくいい表情になるし、その人が喜んでる顔を見たら僕  
 も嬉しいじゃないですか。



か こ じぶん くすり しゅみ い  
 過去の自分は、「薬が趣味」と言われてもおかしくないくらいの状態だった。でも今  
 は、ランニング、自転車っていうすごくヘルシーなものに情熱を注げるようになって、  
 だれ やく た うんどう じぶん しあわ かん  
 誰かの役にまで立てている。「運動」が、自分が幸せを感じるためにひとつのツ  
 ールになりました。

い かた なんと ぜったい か  
 生き方は何度でも絶対に変えられる。  
 ぜつぼう なか ひと つた  
 絶望の中にいる人にいま伝えたいこと

げんざい はたら おちあい  
 一現在は、スタッフとしてワンネスで働いている落合さん。  
 こんご ゆめ  
 今後の夢などはありますか？

これからは、自立した生き方を母親に見せていきたいと思っています。  
 ちい はは のぞ かな おも  
 小さいころから「母の望みを叶えてあげたい」という思いこそあったものの、うまく  
 こた かつどう つつ さいご たいほ うらぎ  
 答えられずに葛藤し続けてきました。最後の逮捕をきっかけに、裏切ってしまったと  
 いう強い罪悪感も抱えていました。

いま かんけい しゅうふく  
 今はメッセージのやりとりができるくらいに関係も修復されていて、ワンネスのプ  
 ログを見てくれたり、近況を知らせてくれたりと、「やっぱり母親なんやな」って思う  
 んですよ。僕もそれに応えたいですね。

むかし はは のぞ い おも  
 でもそれは、昔みたいな「母の望むとおりに生きなければいけない」という思いと  
 はちょっと違って。今の母は、「真澄がやりたいことはなんでもやったらいいよ」  
 と言ってくれる。だからこそ「自分で決めて自分で生きていく姿」を見せていき  
 たいと思っています。

おちあい けいむしょ なか しつゐ そこ かつ  
 一かつての落合さんのように、刑務所の中で失意の底にいる方も  
 おも かれ つた  
 いらっしゃるのではないかと思います。彼らに伝えたいことはありますか？

いまけいむしょ ひと じんせい あきら つた  
 今刑務所にいる人には「人生を諦めないで」と伝えたいです。

僕が沖縄で暮らし始めて2年半が経ちます。15年もの間薬の世界で生きてきて、3度刑務所に入った自分が、ワンネスとつながったことでようやくそこから抜け出せました。そして、大切な仲間や、絶対に失いたくないものが山ほどできました。

正直今もフラッシュバックが起きることはあります。でも僕にはワンネスで築き上げてきた「失いたくないもの」があるから、「2度と使うものか」と冷静になれる。15年薬漬けだったこの僕が、です。

だから、今刑務所にいる人も、決して人生を諦めないでほしい。生き方は、何度でも絶対に変えられるから。

「ワンネスでできた居場所が、落合さんにとっての「失いたくないもの」なのでしょうか。

そうですね。僕は幼いころからずっと、自分の居場所がほしいと思って生きてきました。非行に走ったのも、薬物に手を出したのも、そこが自分の居場所だと思いたったからなのではないかな、と今は思います。

ワンネスに来てみたら、自分の居場所としてばっちり当てはまった。沖縄の地は肌に合っているという感じもしています。けれどそれは、初めからここに生まれたかったということではなくて、苦い思い出も含めて、過去の経験があったから今誰かの力になれているし、誰かの力になる経験ができたからこそ、ここが居場所だと思えるようになりました。



今の僕は、「今日が最後の日になってもいいや」という気持ちで生きています。それは決してネガティブな意味ではなくて、毎日を全力で生きているから起こる前向きな気持ち。薬を使わずに、朝食を、飯食って、みんなのいいところを近くで見られる。当たり前のように見えるそんな日々が、今の僕にとってはかけがえのないものです。



「目下の目標は、トライアスロン大会に出ることなんです!」。話を聞くなかで、落合さんはとても明るい声色でそう言いました。聞けば、刑務所で生活していたころから、ロードバイクがほしいと思っていたけれど、それが自分の「好きなこと」だとは気づいていなかったのだと言います。

時間をかけて自分と向き合い、好きなことを知って、それにのめり込む。彼が「今日が最後の日でも悔いはない!」と笑顔で語るのは、そんなふうに「自分が情熱を捧げられること」に真っすぐに向き合い続けているからなのかもしれません。

ぶん：中野里穂



落合 真澄 (おちあいますみ)

1984年奈良県生まれ。中学生でシンナーを使い始め、25歳～32歳までの7年間で4度の逮捕を経験する。3度目の刑務所生活でワンネス財団と手紙のやりとりをするようになり、出所後にワンネス財団へクライアントとして入所。受刑者のための回復プログラムを受けたのち、現在はワンネス財団の職員として働いている。

使命  
〜限りある命をどう使うか〜



INTERVIEW

～ 出来・不出来にとらわれず、自分らしさを大切に ～



琉球リハビリテーション学院 理事長  
儀間 智さん

約20年前、わたしがリハビリの臨床現場にいたころは、いわゆる「勉強が出来る学生」が重宝されていました。「勉強が出来ない＝出来が悪い」と評価されていた人たちは、「学校をやめたほうがいい」「あなたには向いてない」などと言われ、学生が先生からパワハラ的な扱いを受けるような時代だったのです。

すべての学校がそうだったわけではないでしょうが、当時は学生の「想い」や「その人らしさ」を尊重するのではなく、資格取得率のみを重要視していたところも多かったのかもしれません。

しかしわたしは、先生から「出来が悪い」と言われている学生たちが臨床現場で活躍している姿を多く見てきました。現場の声としても、あの人は勉強が出来るとか出来ないはまったく関係ない、思いやりや熱意を持って人と関わっているかが重要だという声が多く上がっていました。

そのときに、周囲の評価ばかりを気にかける環境で知識だけを詰め込む教育をするのではなく、自分らしさを持ちながら人の心に寄り添うことのできる、輝く「職人」を育てたいと思うようになりました。また、単に教育機関として機能するだけでなく、地域の人々にも開放され、「学生と」だけでなく、「社会と」一緒に輝けるような学校づくりを目指したいと思ったのです。



当学院へ入学するシステムも一般的な大学受験のような英数国などの試験の形はとりません。本人のやる気をもっと大切に思っていますので、試験を実施して勉強が出来る人を集めるのではなく、たとえ勉強が苦手でも、思いやりと優しさを大切にできる人、やる気がある人に集まっていたきたいと思っています。



たとえば、中学校・高校で部活動に打ち込んで勉強を全然していなかったという学生や、資格を取りたいと思っている社会人は、英数国などの入学試験があると、「リハビリの世界に興味があるけど、受験勉強をしていないから」「勉強する時間がとれないから」と自ら自分の可能性を諦めてしまいやすい。それでも「やって

みたい」という気持ちがあるのなら、彼らが全力で挑戦できる環境を整えたいのです。

また、資格取得の勉強だけではなく、生きる上で大切な3つの運動機能「命を支える力」「動きを支える力」「周囲を感知する力」と、5つの精神機能「生きようとする力」「考える力」「自分らしさを保つ力」「わかる力」「人と関わる力」を育む取り組みも行っています。自然豊かな沖縄の地でのホースセラピー、マリンプログラム、ハンディキャップがあっても仕事に就くための就労支援事業など、さまざまな実習を通して生きる力を伸ばそうと考えています。

### ～行き場が無い人の居場所作り、そして生き直すための選択肢を～

出所者支援をするのは初めての試みですが、わたしはこれまでに行き場の無い子どもたちの支援や貧困家庭の支援を行っており、そこに共通する部分があると感じています。子どもは自分の生まれ育つ環境を選ばず、おかれている環境を自分の力で変えることもできません。親に頼るしかない場面が非常に多く、「どうしようもできないこと」に幾度となく直面します。

どうしようも出来なかったからといって「罪を犯すこと」が許されるわけではありませんが、受刑者の中にも、幼少期の家庭環境や抱えている障がいに悩み苦しみ、追い込まれた末に選択を間違えた人もいます。本人の気持ちが一番



大事ですが、「生き直すことを決意すればどんな年齢だろうとやり直せる」と、わたしは信じています。そしてわたしは、そんな「生きなおしたい」と願う人へ手を差し伸べ、一緒に未来をデザインする助けになっていきたいと考えています。作業療法士には精神科領域があります。自分が経験してきた悩み苦しみがあるからこそ、それを強みとして、相手の辛い気持ちに寄り添うことに活かせるのではないかと考えています。

私がP2Pに関わることで、出所者の方たちに「生きる力」を育んでもらいたい。進学や国家資格取得のような「生き直すための選択肢」を増やしてもらいたい。最終的には「職人」として自信を持って仕事をし、やりがいや生きがいを感じながら、社会の一員として生き生きとした人生を歩んでほしいと願っています。わたしたちはこれからも、すべての人が夢を実現し、地域・社会としての夢も実現する未来へと進んでいきます。あなたも一緒に歩みませんか？

文：中野里穂

#### 儀間 智 (ぎま さとる)

琉球リハビリテーション学院理事長

もっと現場で活躍できるセラピストを育てたい。これまでの養成校は、思いやりや情熱のある学生を切り捨て、学力を重視した入学テストをしているのではないかと誰もが思っているのなら、自分たちの手で新しいリハビリテーションを創り出すための学校をつくろう。という想いから琉球リハビリテーション学院を2002年に設立。現在まで、現場で活躍する職人を多数送り出している。入学希望者の「やる気」を尊重し、誰でも入学するチャンスを与えられるように間口を広げ、国家資格を取得するための知識&技能教育だけでなく温もりを伝え、心ゆさぶる人間くさい人に育てることを教育目標とし、「行動する力」「考える力」「思いやる力」を備えた「職人」の輩出に情熱を注いでいる。現在は、リハビリテーションのみならず、「人の生きかた」に対する多様性に富んだ支援を行っており、児童デイサービス・ホースセラピー・マリンプログラム・e-sports・出所者支援など、枠にとらわれない新しい支援モデル作りと、社会づくりに尽力している。

ごうけいちょうえきねんすう  
スタッフ合計懲役年数

60 ねんいじょう  
年以上!!

ざいだん であ  
ワンネス財団に出会って

じんせい か  
人生が変わりました

わたしたち たよ  
私達を頼ってください。不安を抱えた満期出所  
から希望を抱いた仮出所をお手伝いします。

い ただ おみ  
位田忠臣

ちょうえき かい ねん  
懲役 1回：3年

みがらひきうけいん みよ  
身柄引受人や身寄りがいないが為に満期出所に  
なってしまう受刑者を全国でゼロにします!!



こんかい ちょうえき さいご  
今回の懲役を最後にしましょう。  
わたしたち ちから  
これからは私達がお力になります。

いずみけいすけ  
泉圭介

ちょうえき かい ねん  
懲役 1回：3年



これから、どん  
底から「生き直し」  
をする人を送り  
出す事に挑んでい  
きます。



いけだ ひでゆき  
池田 秀行

ちょうえき かい ねん かげつ  
懲役 2回：合計4年6ヶ月

きくちたけやす  
菊池武保

ちょうえき かい ねん  
懲役 7回：合計 20年

ワンネスの里 (三重県)  
で生き甲斐を見つけた、  
農園リーダー。



いつからだって遅くない!  
一緒に生き直しをしませんか?

あずまともこ  
東 朋子

ちょうえき かい ねん かげつ  
懲役 1回：1年6ヶ月



あた じんせい み  
新しい人生を見つめましょう。  
しあわ せ  
幸せはいつも目の前にありますよ。

たにむらなおき  
谷村尚紀

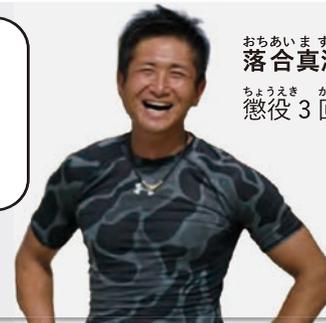
ちょうえき かい ねん  
懲役 5回：合計 15年



じぶん いのち たいせつ  
自分の命を大切に。  
なに けつ ひね  
何があっても決して捻くれず  
あきらめないで欲しい。

おちあいますみ  
落合真澄

ちょうえき かい ねん  
懲役 3回：合計6年



じぶん じしん もくひょう きぼう  
自分自身の目標や希望など  
かぞく かい いえ しごと しんようすべ うしな  
家族、家、仕事、信用全てを失  
い自分の人生をあきらめていま  
ここに繋がり、居場所だ  
けでなく、自分の人生を  
楽しく生きることができる  
ようになりました。

いちもりゆたか  
一森 裕

ちょうえき かい ねん かげつ  
懲役 3回：合計 7年 6ヶ月



いま じぶん  
今は自分がどう生きてい  
きたいか?をゆっくり考え  
るチャンスです。

おおくぼしゅうじ  
大久保秀司

ちょうえき かい ねん  
懲役 1回：6年



かなら い なお  
必ず生き直しはできます!

やりたいことは、もう見つかった。



INTERVIEW

ワンネス財団 東 朋子さん

薬物使用を繰り返した女性が手に入れた新しい夢

「1回だけ一緒にやろう」。交際している男性に何度も薬物を誘われ、断れば罵声を浴びせられる。そんな状況の中で薬物に手を出し、やめられなくなった人がいます。

東 朋子(あずま ともこ)さん。現在、女性のための依存回復支援施設「フラワーガーデン」で職員を勤める女性です。朋子さんは約10年もの間薬物の使用を繰り返し、逮捕を経験したあとも薬物から離れることができませんでした。

ところが現在の朋子さんは、新しい夢と生きがいを見つけ、自分の足で生きなおしの道を歩んでいます。「今のわたしなら、なんでもできそう！」笑顔でそう語る朋子さんが、4年にわたるワンネス財団の生活で手に入れたものはなんだったのでしょうか。そして彼女の新しい夢とは一体一？ワンネス財団のメンバーが話を聞きました。

アルコール依存の父と、働きづめの母。寂しさとともに育った幼少期

一 朋子さんの幼少期について教えてください。

4人家族の長女として育ちました。当時はそう認識してはいたわけではないのですが、父はアルコール依存の状態、母が一家の大黒柱。酔っている父は怒りっぽくて暴力的でしたし、母は昼夜を問わず働きづめだったので、寂しい幼少期だったと思いますね。

夜中に仕事で疲れて帰って来た母に、父が一方的に暴言を吐いたり暴力を振るったりすることもあって、中学に上がると「なんで自分は生きているんだろう」「生まれてきて良かったのかな」と孤独を感じるが増えていきました。

そんな中で、「不良」と呼ばれる人たちと仲良くなった。悪さをして注目されることで、どういうわけか「生きていてもいいんだ」と思えたんですね。そのころに、タバコやシンナーにも手を出すようになりました。

一 薬に依存してしまうことはなかった？

中学のころは父が本当に怖かったので、どこかでブレーキがかかっていたんです。シンナーに手を出したのも、「薬をやりたいかった」というよりは、あくまでも「やんちゃな遊びの一部」という感じでした。

ですが中学3年のときに、父のお酒のトラブルがきっかけで離婚をすることになり、ある程度でところでストップがかかっていた非行に拍車がかかっていきました。父の姿を見て「絶対に暴力を振るう人間にはならない」と思っていたのに、気づけば高校の担任に暴力を振るって中退になるほど、「やりたい放題」の状態になっていました。





### 一離婚後は、お母様とふたりの生活が始まるのですね。

そうですね。「やりたい放題」に振る舞いながらも、母とふたりの暮らしはわたしにとってすごく良い時間でした。母は変わらず働きづめでしたが、わたしも高校生になってアルバイトでお金を稼ぐようになり、まささで何もなかった部屋に少しずつ、トースターや電気ポットがそろっていく。自分たちの手で生活が豊かになっていくのが、すごく幸せでした。

### 一お父さんとの関係は？

一緒に住んでいるときは、怖いし早く死んでしまえって思っていたんですよ。でも、たったひとりの父であることに変わりはなく、心配な気持ちもありました。

父は働いてなかったのでたびたびお金をせがんできていたんですが、最初はそれも嬉しかったんですよね。誰かに頼りにされる、自分のしたことで喜んでもらえるのが嬉しくて…。でもそれも、少しずつ重荷になっていって。最初は頼られることが嬉しくてしていたことが、「いい加減しっかりしてよ」になっていました。

## やくぶついぞん かれ であ やくぶつ 薬物依存の彼との出会いがきっかけで、薬物 が「なくてはならないもの」になっていく

### 一そこからどのように風俗の仕事、薬の道へ？

デリバリーヘルスってご存じですか？「デリバリー」と「ヘルス」合わせてデリヘルって言うんですけど、要するに女の子を派遣するお仕事です。デリヘルを経営を始めたのは、25歳のとき。20歳のときにOLの仕事を始め、そこで付き合うことになった人が風俗の経営を始めると言い出し、一緒に付いて回っているうちに、わたしにも出来そう!と思い始めたんです。初めはお昼はOLの仕事と夜はデリヘルを経営とを掛け持ちしていたんですが、経営が軌道に乗り始めると、OLをやめてデリヘル収入だけで食べていくようになった。

自分はお客さんからの電話を受け、派遣先に従業員を運ぶだけ。従業員が増えるごとに儲けも増えました。すると金銭感覚がどんどんズレていって、次第にホストにお金を使うようになりました。お金を使えば使うほどもてはやされて、優越感にひたり、自分の存在意義が見いだせるような感覚になっていったんですね。ホストのほかにも、ゲーム屋とかインターネットカジノに行くと夜な夜なふらふらして、そこで出会った次の彼氏が、薬物依存の状態の人でした。



### やくぶついぞん ひと つ あ うううちに、自分も薬に再び手を出すことになったのですか？

そういうことになりますね。付き合ってから2週間くらい経ったころ、ひとり暮らしをしているわたしの家に彼が転がり込んできました。「警察にマークされて帰れなくなったから泊めてくれ」って…。家が見つかるまでねって言うんですけど、それから彼はまったく自分の家には帰らなくなりました。

仕事から帰る度、彼に「1回だけ一緒にやろう」と薬に誘われるようになりました。初めは拒否していたけれど、断れば刃物を使って脅された。誰かに相談したことがバレたときに自分が何をされるか考えると恐ろしくて、誰にも相談できなかつたんです。そしてある日、「1回だけ」と約束して使ったのが、薬物依存の入口でした。



「薬をやりたい」と自ら望んでいたわけではなく、お付き合いしていた彼に半ば強引に誘われて手を出した、ということですね。

そうです。使った後はものすごい罪悪感に襲われて、彼と離れることを決心しました。でも、それで解決はしなかつた。自宅や職場にしこく電話をかけてきたり、わたしの自宅の前でわたしを待ち続けたり……。最終的に解決策になったのが「再び薬を使うこと」でした。

「薬を使うことが「解決策」？」

電話でも、家の前でも彼はすごい剣幕で怒っているんです。どうして帰ってこないんだとか、親を殺すぞとか…。それなのに、わたしが薬を使えば優しくなる。わたしさえこの人の言うことを聞いていけば万事が上手くいくと思って、彼と離れることを諦めて日常的に薬を使うようになりました。



そこからはどんどん使用頻度が高くなっていった。次第に「なくてはならないもの」に変わっていった。最初は1週間に1度だったものが、毎日使わないとダメになっていきました。彼は半年ほどで逮捕され離れることができましたが、わたしのもとには「薬を使わなければ生きていけない自分」だけが残っていました。

もちろん、やめたい気持ちはあったから、何度もチャレンジした。でも、何度やめようと思ってもやめられず、その度にそんな情けない自分に絶望しました。それで、やめることを諦めて「薬と上手く付き合っていこう」と一上手く付き合っていけないから苦しいのに、付き合っていくしかないというジレンマの中にいました。

「薬物と上手く付き合っていくことはできた？」

当然そんなことはできず、1度目の逮捕につながります。初めての逮捕のときは、「ああ良かった。これで薬から離れることができた」って思いもありました。でもいざ留置所から出たら、自分が自分じゃないみたいに薬を求めてしまい、すぐに薬を使う生活に逆戻りしました。

「これを使えば捕まらないから」と誘われて危険ドラッグに手を出し、危険ドラッグと覚醒剤を併用していた時期もあった。危険ドラッグを使用したことで聞こえない声（幻聴）が聞こえるようになり、現実なのか幻聴なのか区別がつかなくなって、母との関係も悪化していきました。そして38歳のときに2度目の逮捕となりました。

リハビリ施設への通所を経て、ワンネス財団へ。4年の生活を通して得たもの

「出所後、ワンネス財団につながるまでの経緯を教えてください。」

2度目の逮捕の際、母は「わたしは引き受けにはならない」って言っていたんですね。それでも、半年～1年ほど引き受けになる・ならないで揉めた末に最後は引き受けになってくれた。出所したとき、そんな母の気持ちを絶対に裏切りたくないと思っていました。



それでも薬を使いたいという欲求は襲ってきます。なんとか欲求をごまかすためにと選んだのは、タバコや刃物で自分を繰り返し傷つける方法。痛みによってなんとか薬は我慢できていましたが、日に日に身体には傷が増え、ボロボロの状態でした。そんなときに、服役中に母が差し入れてくれたりハビリ施設のパンフレットを思い出して。「どうせこのまま死んでしまうならやれるだけやってみよう」と電話をしたら「今からすぐ来い!」と言ってもらえて、通所が始まりました。

一通所を始めてから、生活にはどのような変化が?

出所後はずっと独りぼっちだったのが、通所することで自分の「行く場所」ができて、本当に嬉しかったですね。仲間だと思える人たちに会えたり、お弁当を作ったり家事をしたりと、生活のリズムも整っていきました。順調に進んでいけるように思いましたが、薬の誘惑には勝てず、通所をスタートしてから2ヶ月ほどでワンネスにつながるようになりました。

ワンネスに入所してからは4年が経とうとしています。

それまで再使用を繰り返してしまっていた朋子さんが、4年にも渡り薬から離れて生活できるようになった理由はなんですか?

4年の間に、これ以上やってられない、この生活は無理だって思うこともありました。でも、そのときそのとき必ず誰かが助けてくれたんですね。自分の気持ちを聞いてくれたり、一歩踏み出すための勇気をくれたり、道に迷ったときに導いてくれたりする人たちがいて…。本当に、感謝しかありません。



前は、何か問題にぶち当たったときの解決策は薬しかありませんでした。ワンネスに入所して、誰かに助けられながら「使わない日」が1日、また1日と伸びていくうちに「薬を使わなくても解決できることが増えているな」と思えるようになったんです。「問題が何か」が少しずつ見えるようになったし、自分がどうあ

りたいかを考える余裕もできてきた。

思い返すと、今までのわたしは相手にどう思われるかを気にして「自分の気持ち」を考えてあげられていなかったし、誰かに気持ちを伝えることも諦めていました。でもこの4年間で「丁寧に自分の思いを伝えれば、たいいていのことは解決できる」と気づくことができたんですね。

「自分の気持ちを考えてあげる」。とても大切なことですが、ついおろそかにしてしまいがちなことでもありますよね。それができるようになり、朋子さんに何か変化はありましたか?

小さなころから、寂しさや孤独感を感じない方がいいものとして目を背けてきました。でも今はその寂しさも受け入れたうえで、誰かに思いをシェアしたり、「寂しいなら自分からコミュニケーションを取りにいけばいいじゃん!」と思ったりできるようになった。自分のなかに生まれた大きな変化だと思いますね。

あとは、「好きなこと」もできました。ワンネスに入所したころは趣味とかやりたいことなんてなかったけれど、植物を育ててみたらとにかく楽しくて。好きなこと、楽しめることが増えたのは嬉しい変化ですね。

「資格を取るために、高卒認定がほしい」。  
ワンネスで見つけた新しい夢

これから先、やりたいことは見つかりましたか?

精神保健福祉士の資格を取る。これが今のわたしのやりたいことです。

刑務所にいたころに面会に来てくれた人が、精神保健福祉センターの人だったんですね。「それってなれるんですか?」って聞いたら「誰でもなれるよ」って言われて。

ほんとうにおもあとしら  
 本当かなって思って後で調べてみると、相談援助の実務を4年経験したあと「一般  
 養成施設」、いわゆる専門学校に1年通うことで受験資格が得られるそうなので  
 す。わたしの場合は、専門学校に入学するために、高認（高等学校卒業程度認定  
 試験）も取らなければならないのですが…。

すこじかんのかかる、”大変な道のり”のようにも思えますね。



そうかもしれません。高認、実務4年、専門学校、国家  
 試験と考えると7年、8年という単位で頑張らなければなら  
 りませんからね。

でも、「薬をやめられたら十分」と思ってここに来たわたし  
 に頑張りたいことができたって、本当にすごいことだと思っ  
 んです。先日、高認に向けて普通だった高校に電話をし  
 たら、全然知らない先生なのにすごく応援してくれて、より  
 いっそう、頑張らなくちゃという気持ちになれました。

やりたいことがあるって、それだけで生きる力になります。なんにでもなれそうな気  
 がしてくるくらい(笑)！まずは高認に受かり、それから精神保健福祉士の資格を  
 とって、今の仕事にも活かしていきたいなと思っています。

さいごけいむしょひとねが  
 一最後に、いま刑務所にいる人たちへのメッセージをお願いします。

2度目の逮捕を経験したとき、わたしは「これから一生日陰で生きていかなきゃいけ  
 ないんだ」って思っていました。ここから出ることができても、堂々と生きちゃいけ  
 ないんだ、って…。だけど、全然そんなことはない。

しずくおもてぶたい  
 静かに暮らしていきたいならそれでも良いし、堂々と生きていきたいなら、表舞台  
 に出たっていい。これまでに何をしてきても、たとえ刑務所に入っていたとして  
 も、生きなおしはいくらでもできる。自分の人生は自分で決めていいって、伝えたい  
 です。

ひと えいきょう あたひと  
 「人に影響を与えられるような人になりたいな」

インタビューが「これからなりたい自分」について尋ねると、朋子さんはハッキリと  
 した口調でそう言いました。自分の気持ちをきちんと発信することで、誰かに元氣  
 を与えていきたいのだ、と。

自分の生い立ちと未来への希望を丁寧に語る朋子さんの姿は、そのままでも「誰か  
 に元氣を与える人」のように映っていました。それでも彼女が「そうなりたい」と願  
 うのは、自分自身の変化を前向きに楽しんでいるからこそなのでしょう。

ぶん なかのりほ  
 文：中野里穂



東 朋子 (あずま ともこ)

1975年広島県生まれ。交際していた男性からの言葉がキッカケ  
 で薬物を使い始め、2度の逮捕につながる。服役を終えた後、他  
 のリハビリ施設への通所を経てワンネス財団へクライアントとして  
 入所。現在はワンネス財団の中の女性のための依存回復支援施設  
 「フラワーガーデン」で職員を勤める。



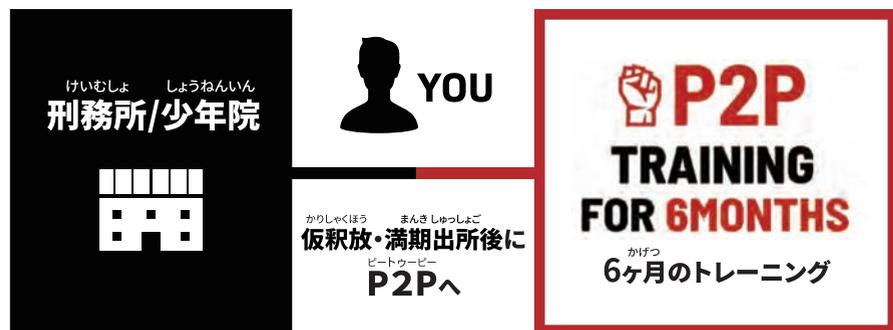
# POWER TO THE PRISONERS!

## の仕組み

ここは日本で初めての

受刑者のためのライフキャリアスクールです。

仮釈放や満期出所後に入所し、トレーニングを受けていきます。



トレーニングカリキュラムは、株式会社YeeYと一般財団法人ワンネスグループが共同で監修しています。また、Japan Positive Psychology Instituteのポジティブ心理学認定トレーナーによる講義や、ビジネスの一線で活躍する方々、公認心理師、精神保健福祉士、キャリアカウンセラーが総合的にサポートを行います。

- 01 仮釈放・満期出所後、自分自身を磨く6ヶ月のライフ・キャリアトレーニング。  
※執行猶予中でも入所可能です。  
※別の施設からの転入も可能です。
- 02 社会や職場で求められる「ソーシャルスキル」や「コミュニケーションスキル」、「ビジネススキル」、「クリエイティブスキル」を身に付けていきます。  
※他の人に対する振る舞い方や伝え方、また、良い関係を築きながら仕事や生活を進めていく力など。
- 03 奨学金を利用して学校へ入学。「国家資格」を取得し、手に職を付けることも可能です。
- 04 何より大切なのが、自身の「強み」に気づき、磨いていくこと。VIA Strengthテストなど、ポジティブ心理学をベースにした独自のカリキュラムで強みを理解し、人生を通して磨くための基礎を固めます。
- 05 PERMAモデルやSPIREモデルなどを活用し、ウェルビーイング（心身ともに幸せな状態）に生きる方法を体得します。
- 06 「ホースセラピー」や「ホースコーチング」など、馬との関わり合いの中で、自分を知り、社会性を身に付けるプログラムも用意しています。
- 07 実践プロジェクトや、インターン、面接などを通じて、あなた自身の強みを社会へ活かせる職場への就職を目指します。



## ☐ ポジティブ心理学 しんりがく

ネガティブな考えを続けることでなく、自分自身が幸福であるという実感を高める為に取り組むことが大切な課題と考えています。ポジティブ心理学では、様々な角度からその人自身が主観的に「ウェルビーイング（幸福な状態）」を捉え、高めることを

促す考え方が用意されています。ポジティブ心理学を学ぶと、仕事のパフォーマンスが上がる、必要以上に落ち込まなくなるなど、人生をさらに豊かに。ポジティブ心理学を実践することで、あなたの日常を良い方向へと変えることができます。



## ホースセラピー・薬草農園 やくそうのうえん

ホースセラピーとはホース・アシステッド・セラピーと呼ばれる動物介在療法の一つです。動物と触れ合うことでその人に内在するストレスを軽減させたり、あるいは当人に自信をもたせたりといった事を通じ精神的な健康を回復させることができると考えられています。ヨーロッパ発のセラピー手法で、馬などの情緒水準が高度といわれる哺乳類との交流を通じ、他者を信頼できるようになるというホースセラピーはひとつの治療法として効果が期待されているものです。

薬草農園は薬草の活用を通じて心とからだの健康づくりに対する意識の向上を図り、自然との共生や薬・食を学ぶことができる場所です。



## アクティビティ

アクティビティの内容は入所者が話し合い、企画をして行います。体を動かすことや、自然に触れる時間を通じて心が満たされ、新しい価値観を育みます。また、アクティビティの時間を通じて互いにコミュニケーションを図り、健康的な人間関係を構築するスキルを磨きます。スポーツだけではなく、キャンプや森林セラピー、サーフィンなどのマリンスポーツも行なわれ、季節感も大切にしています。



## グループホーム

おきなわけんきんちょう 沖縄県金武町にあるグループホーム、障害福祉事業の一環として、宿泊施設を提供しております。

まど そと うみ / 窓の外は海！



## けいじじけん お しえん なが 刑事事件が起きてからの支援の流れ

かき さまざま しえん かのう お つ  
下記のように様々なタイミングから支援が可能ですので、落ち着いて、  
まずはご連絡ください。

### たいほ こうりゆう 逮捕・勾留

りゅうちゅう こうりゅうちゅう めんかい かのう  
留置中・勾留中の面会も可能です。  
ひつよう そうだん  
必要なサポートについて相談して  
きましょう。

### べんごしせんじん 弁護士専任

いちど わたし そうだん  
ここで一度、私たちへご相談いただけ  
ると弁護士とともにご提案が可能です。  
ほしやくちゅう しせつ りよう  
保釈中は施設もご利用いただけます。

### さいばん 裁判

ほんにん かか かくしゅっかん もんだい せんもんか じょうじょうしょうにんしゅつてい  
ご本人が抱えている各種疾患や問題の専門家として、情状証人出廷も  
かのう じょうじょうかんていしょ さくせい かのう  
可能です。また、情状鑑定書の作成サポートも可能です。

### じっけいはんけつ 実刑判決

じゅけいちゅう てがみ と めんかい  
受刑中の手紙のやり取りや面会  
おこな みもとひきうけにん  
などを行い、**身元引受人になる**  
かのう  
ことが可能です。

げんざい じゅけいちゅう かた たいおう  
※現在 受刑中の方も対応できます。  
れんらく ま  
ご連絡をお待ちしています。

### しゅつしょ 出所まで

みもとひきうけにん かんきょうちようせい おこな  
身元引受人として環境調整を行い、  
しゅつしょ てつづ おこな  
出所までの手続きのサポートを行  
しゅつしよご きじゅうち りよう  
います。**出所後は、帰住地としてご利用**  
しやかいふつき しえん おこな  
いただき、社会復帰までの支援を行  
います。

## しつもん よくあるご質問

### Q ライフキャリアスクールとは何ですか？

らいふ(じんせい) やキャリア(しごと) で求められる能力(もつとめ)を身につける場所(のりよく)です。  
具体的には、対人関係(たいじんかんけい)で重要な「ソーシャルスキル」や「コミュニケーションズ  
スキル」を始め、仕事(しごと)で求められるようなビジネススキルやITスキル、クリエイティ  
ブスキルなど、ご自身の強み(じしん)を発見(つよ)し、伸ばし(はつけん)、身につけて(の)いきます。

### Q 施設に興味があるのですが...

たいほ こうりゆうじてん さいばん ぜんご しつこうゆうよちゅう じゅけいちゅう かりしやくほう まんきしゅつしよ  
逮捕・拘留時点(たいほ)から、裁判(さいばん)の前後(ぜんご)、執行猶予中(しつこうゆうよちゅう)、受刑中(じゅけいちゅう)、仮釈放(かりしやくほう)から満期出所(まんきしゅつしよ)に  
いたるまで、それぞれのタイミング(てきせつ)で適切なサポート(かのう)が可能です。詳しくは、左記(さき)の  
「支援の流れ」をご覧ください。

### Q どのくらいの期間を過ごしますか？

にゅうしよじ じょうたい かいふく せいちょう くあい じゅうしよきかん さだ  
入所時(にゅうしよじ)の状態(じょうたい)や、回復(かいふく)や成長(せいちょう)の具合(くあい)にもよりますので入所期間(じゅうしよきかん)の定め(さだ)めはありま  
せん。多く(おほ)の方は1年半(ねんはん)～2年(ねん)の期間(きかん)を利用(りよう)し、成長(せいちょう)の実感(じっかん)を手(て)にされています。

### Q 受刑者でもプログラムを受けられますか？

はい。当施設(とうしせつ)のプログラム(じゅけいしや)は、受刑者(かた)の方(しえん)を支援(き)するためのもの(き)です。気兼ね(き)な  
くご相談(そうだん)ください。

### Q 女性でもトレーニングを受けられますか？

パワー トゥーザ プリズナース うんえい いっぱんしゃだんほうじん には、日本初(にほんはつ)  
Power to the Prisoners! を運営(じよせい)する一般財団法人(じよせいせんようしせつ)ワンネスグループ(しせつ)には、日本初(にほんはつ)  
女性専用施設(じよせいせんようしせつ)「フラワーガーデン」(しせつ)があり、こちら(しせつ)の施設(しせつ)でプログラム(しせつ)をお受け  
いただけます。女性(じよせい)らしさ(にんげん)、人間(たいせつ)らしさ(しせつ)を大切に(しせつ)した施設(しせつ)です。

わりよう  
無料  
相談

でんわ  
電話

0120-111-351

じゅうしよ  
住所

〒901-0618 沖縄県南城市玉城船越218-1 2F  
ワンネス財団 P2P担当

メール

p2p@oneness-g.com

LINE

p2p.org

