

# Narcotics Anonymous

関西エリアニュースレター Vol.18

ナルコティクスアノニマスとは？  
まだ苦しんでいる依存症者へ



# 平安の祈り

神様、私にお与えください

自分に変えられないものを

受け入れる落ち着きを

変えられるものは

変えて行く勇気を

そして、二つのものを見分ける賢さを

# ナルコティクスアノニマスとは？ まだ苦しんでいる依存症者へ

アックン…… 4

しん…… 6

しほ…… 7

ユミ…… 8

カツ…… 10

ひさし…… 14

かえ…… 16

たけし…… 18

# アックン

## 私とNAとの出会い

私は大学生の時に初めて大麻を使用しました。それはただ興味本位で使用したもので、今、考えると本当に軽い気持ちで、人より何か楽しいことがしたいとか、人より優越感を得ることが出来たらとか瞬間的に高まった欲求を満たすものでしか過ぎなかったと思う。

それから、ある女性から大麻を買い、自分が通う大学であったり、地元の後輩や友人に売って生計を立て、そして、自分自身も大麻を常用するようになって行きました。学生生活の中でクラブや野外のレイブにも行く機会があり、MDMAやコカインなど、他の薬物にも手を出すようになりました。クラブで音楽に聴き入り少し自分の心が大きくなり、何でも出来るようになった様な気持ちになり全てのしがらみから解放されたような気になっていました。しかし、その日から2、3日後は体がだるくなって精神的には何もやる気が起こらなかったことを今でも覚えています。

それから社会人となり企業へ就職し営業マンとして働きました。その後も薬物使用を止めることができず、営業という仕事でもあり、今までにないようなストレスを感じることもありました。私は知人を通じて覚せい剤を使用し始めました。初めの数カ月は使用の度合いも少なかったが次第に回数も増えるようになり最後の方は自分の働いた給料を全て覚せい剤や大麻に使うようになり、今思うと何のために働いていたのか判らないような状態でした。

ある日、私は警察に職務質問され、初めて逮捕されました。留置所という所を初めて経験し、そこで初めて自分は情けない想いをしました。今まで親や兄弟、友人や恋人を欺きながら薬物を使い続けてきた自分自身を振り返る機会となりました。

私はこの逮捕をきっかけとし中間施設に繋がりました。夜のミーティングのNAで初めて同じような経験をした人がいて、しかもその人達の体験等を話で聞くことが出来ました。今までの私はこの様な薬物のことを共感出来ることが普通では考えられず、今現在も貴重な体験をさせて頂いていると実感しています。このNAに来ている人は色々な人がいますが、薬物を止めようと同じ方向を向きミーティングで話すこと、話を聞くことで理屈ではない力をもらい、今は一年半程ですが薬物が止まっています。これからもこの理屈ではない不思議な力を信じてやっていこうと思っています。



## しん

### ナルコティクスアノニマスとは

アディクトのしんです。NAに繋がるまでの私は、覚せい剤に溺れていました。仕事をし自分の働いた金で薬を買い、仕事も休まず、人に迷惑かけることもせず、何もかも上手く行っていたのですが、**だんだん**と量も回数も増え、薬を手にするにはお金が必要になり、友人や知人に嘘をつきだまし取ったり、借金したり会社の売上金を盗み薬を手に入れていました。段々と深みにはまり込んで行き、気が付けば何もなく借金だけが残っていました。明日から「どうしよう。」どうしたらいいのかわからず考えれば考えるほど自分が惨めに思ったり不安になったり「どうにでもなれ。」といった気持ちが自分を苦しめていました。その時、ある施設の職員の方の紹介でリハビリ施設に入所させていただき、NAを知ることができました。今はこんな私にも2年7ヶ月というクリーンが与えられていますが、繋がって1年後、自分に正直なれず再使用してしまいました。

その頃ぐらいから自分の力では止められないのではと思うようになり、ミーティングに行くことを毎日、今も続けています。仲間に出会い仲間の話に耳を傾けることと、今の自分を正直にありのままメッセージとして伝えることを生活の基本としています。自分にはNAミーティングが必要です。なぜならミーティングに行かなければ死が待っているからです。今は薬を止められたとは思っていません。止まっているだけで止まっても再び薬を使用してしまう「病気」だからです。そのことをNAで知りました。新しい生き方、薬のない生き方をして行きたいと思えるようになれました。それにはミーティングに行き仲間に出会いに。NAのサービスに関わらせていただき、12ステップという道具を実践しまだ苦しんでいるアディクトへ仲間と共にメッセージを運び続けて行きます。まだNAを知らないアディクトへ勇気を持って参加してみてください。きっと新たな生き方が見つかると思います。仲間と共にNAで回復して行きましょう。

## しほ

はじめまして、薬物依存症のしほです。薬物に依存するようになったのは、もう10年以上前の20代前半の頃です。NAにつながったのは、いまから約二年半前の2012年12月のことでした。その頃の私の生活といえば、仕事もせず、友達や恋人がいるわけでもなく、心配して実家に連れ戻してくれた父を逆恨みしながら、ただただ毎日薬を使い、引きこもる日々でした。毎朝起きたときの、絶望的な気持ちをいまもよく覚えています。また、生きる意味のない一日が明けてしまった、私はこの一日をいったいどうやって過ごしたらいいのだろうか？その一日を考えることから逃げるために、起きたその瞬間から、薬物を使用する。その頃の私には他にできることはありませんでした。四度目の精神科への入院を終えたその日に、中間施設に入寮することになり、その夜のNAミーティングに参加して、ワンデイの白いキータグをもらいました。当初は、気に入らなかつたら、すぐにやめよう、出て行こうと考えていました。そんな私に、ある仲間が、私はしほのことが大好きだよ、とってくれました。その仲間だけでなく、私が出会ってきた仲間はみんな優しく、ずっと引きこもって一人で心を閉ざしてきた私にとって、ものすごく大きな衝撃でした。3ヶ月はがんばろう、が、一年はがんばろう、になって、気づくと2年半が過ぎていました。クリーンで生活していると、薬を使っていた頃のことを、ずいぶん昔のことのように感じます。もう大丈夫なのではないか、好き勝手に生きても、今度こそうまくやっていけるのではないかと。昔の私だったら、そう考えるようになった時点で、NAや仲間のもとから離れていったと思います。去年の11月からスポンサーとステップワークをはじめ、いろんなことが変わってきています。特に自分の意識です。どんなに外面上の生活がうまくいくようになったと感じるようになっても、私の内面は、人として成り立っていない部分があるということを、日々再確認しています。だからこそ、私にはNAが、仲間が必要なのだなあ、と、不思議な感じではあるのですが、実感しています。



## ユミ

依存症のユミです。私は18歳の時、覚せい剤を始めて使いました。当時ギャンブルに狂っていた夫と離婚し夫がいない場所で幼い子供たちを育てようと水商売をしながら必死で働いてました。地元を離れて幼い子供たちを育てることはとても不安でそんな不安やさみしさを消して強い自分にしてくれる薬が私には必要でした。覚せい剤なしには私は生きれなくなっていました。幼いころ私の父と母は離婚し家のことはすべて私にまかされ母は水商売でほとんど家にはおらずさみしい幼少期を送った私は自分に子供が出来たら同じような思いをさせるのは絶対にしないようにする。と決めたのに息子たちにはもっとさみしい思いをさせてきてしまったのです。薬を使う私の人生はもうこれっきりでやめれるだろう……。と彼氏の逮捕や友達逮捕など私自身怖い思いや死んでもおかしくないことが何度も起こり繰り返されました。その度、母や妹、息子たちには本当に心配をかけ「ゴメンナサイ。もうこれっきりにしますから……」と助けてもらう私。言葉では「これっきりにする」と言ってるけど心の中では止めたいと思っけていてもやめれる自信なんて全くなかった。場所を変え周りの環境も何度も変えました。でもそこには罪を犯し薬を手にする私がいまいました。家族や周りにいる人を裏切り続け泣きながら薬を使う私。「何をしてるんだろう……」と自分を責め続ける生活が15年以上続いたのです。約2年前中間施設に繋がりに同時にNAにも繋がりました。一度は回復を目指しましたが一年のグリーンで施設を出ることを決め直ぐに再使用が始まりました。昨年10月体も心も本当にボロボロになり再び中間施設に助けを求めました。当時は回復への希望も抱けず感情もなく人が怖かったで





す。NAの仲間の中でも自分の話をするのがなかなかできませんでした。入寮して5カ月の時リラプスしようやく底をつきました。このままじゃ同じことを繰り返す。私自身が変わらなきゃ。もう薬を使う人生は終わりにしたい!! 正直になること。心を開くこと。自分を大切に仲間を信じる。全部今までやってきたことのない初めて取り組むことです。感情が出るのが悪いことだと思ってました。悲しさやさみしさで涙が出ることも腹が立って怒りや憎しみが出ること。薬を使うことで自分の感情をかき消してきたこの10何年。今、しらふで仲間の中で泣いたり笑ったり怒ったりする自分がとても人間らしいと思うけどまだまだ戸惑うことばかりです。どうしていいか分からなくなる時は頼れるスポンサーがいます。スポンサーの前でも初めは正直になれなかったけど少しずつ自分のありのままをぶつけられるようになってきました。スポンサー、仲間の力を借りて希望が見つけられるようになり変わりました。今は毎日の生活に感謝しています。先日、九州福岡のコンベンションに参加してきました。沢山の仲間の中で過ごした3日間は本当に沢山の希望を新たに手にできた貴重な経験になりました。薬漬けの人生に何度も死にたいとおもって生きてきましたが今は薬がなくても生きて力が欲しいです。覚せい剤を始めたきっかけはほんの些細で友達に薦められ酒よりいいじゃん・・・って思ってこんなにも長年、苦しめられるとは思ってませんでした。私自身もですが一番近くにいてくれた家族はもっともっと苦しんできたと思います。いつでも薬を使う人生に戻ることはできるけどもう戻りたくない。回復を続けて行きたいです。私の回復は始まったばかりですがいつか愛する息子や母に笑顔で会いに行きたいです。今回ニュースレターという形私の体験談を書かせて頂けたこと感謝しております。ありがとうございました。

## カツ

アディクトのカツです。

自分は、18才から覚せい剤を使い始めたのですが覚せい剤を始めるずっと前から、このアディクションという病気は始まっていたように思います。小さい頃から親の金を盗み欲しいものは、何でも盗むという好き勝手な生活を続けてきたのですが、この頃から今の生活がずっと続けばいいと、将来に対しての夢や希望、目標を持たず、自分の欲求をみたす事だけに力を注ぎ生きてきました。自分が苦手な事、やりたくない事はいっさいせず、現実に向き合う事もせず、親や周りの人間に依存し自分で何一つ責任を取る事なく生きてきました。全て自分の思い通りにしようと自我を通して生きてきましたが、そのせいで世界は小さくなり孤独になっていったように思います。

高校にも入学しましたが人間関係が嫌で簡単に辞めてしまいました。その後、暴走族に入るのですが、ここでも周りの事を考えず、自分勝手な事をしていたので何か周りからは浮いていました。とにかく今楽しければよい、周りの事など全くかんがえず、自分の欲求だけを追い求めていました。その後覚せい剤を覚えるのですが自分は人とうまく会話する事が出来ないというコンプレックスを持っていました。ですが薬を使うとそんな緊張や不安が消え、普段話す事などできない女の子と話をしていました。こんな自分の欠点を取り除き、何も考えず欲求を満たしてくれる覚せい剤は、自分にはもってこいの薬でした。なのですぐにハマっていきました。

親のお金を盗み覚せい剤を使い続けました。使い始めて半年余りで、既に覚せい剤がないと生きていけないくらい依存していました。そして一年後には少年院に入っていました。少年院での生活はつらい日々でした、もう絶対にやめようと決意し退院します。

ですが3ヶ月後には又薬を使っていました。原因は、バイト先で女の子と上手く話をする事が出来ず、それを薬で解決しようとしたのがきっかけでした。

結局話す事などできず挙動不審になりバイトはやめる事となりました。それからは、又以前のように薬が止まらなくなり使い続けます。

この頃からおかしくなり精神病院に通う事になるのですが、もう一人では外へも出れないくらい病んでしまっていました。こんな状態が2年ほど続いたのですが、その後少しまともになり仕事に行くようになりました。ですがやっている事は相変わらずでした。

薬への依存がアルコールに変わっただけで、万引きも繰り返す日々、何も考えず欲求を満たす事だけを考えて生きていました。

車で事故をおこせば親に弁償してもらい、喧嘩をおこせば罰金を払ってもらい、自分のやった事の責任は、全て親に取ってもらっていました。やってもらうのが当たり前、してもらえなかったら腹を立て怒る。親に対しての感謝の気持ちなど全くなく、そのせいで自分の成長が止まっているなど気付く事すらありませんでした。

少しずつ何か自分はおかしいと感じるようになっていましたが、そんな思いをかき消す為にお酒を飲み薬を使い本来の自分と向き合う事を避けてきました。

次第に薬も以前のようにうまく使えなくなり、被害妄想で苦しむようになっていきます。

気が付けば刑務所に出たり入ったりの生活になっていました。覚せい剤をやめたい気持ち心のどこかではまだうまく使えるのではないかと思っていたのも事実です。ですが、ちょうど2度目の刑務所の時、親が家族会につながり色々な資料を送ってくれた事で、リハビリ施設やNAの事に興味を持ち始めます。もちろん最初は少し興味がある程度でそのようなところへ行こうなどとは全く考えていませんでしたが、3度目の刑務所に入った時、このままではヤバイと思い、東京の施設に行く事にしました。

とにかくもう刑務所には入りたくなかったし、薬をやめたかった。ですがまだこの時は、アルコールがダメだとは全く思っていなかったので、東京の施設では毎日のお酒を飲み仲間と盗みを繰り返すという狂った生活をしていました。ただ薬だけは止まっていたのでもう自分は大丈夫だと思っていました。

半年後、施設を出て地元に戻り1人で生活を始めたのですが、2ヵ月後、些細な事で欲求が入り薬を使っていました。そして気が付けばまた刑務所に入っていました。この時ようやく、自分は今のままじゃ生きていく事が出来ないと気付いたように思います。

出所後、大阪の施設に通う事が出来るようになりシラフでの生き方を学び始めたのですが、シラフで本来の自分と向き合う事などした事がなかったのので何をすることも苦痛を伴う日々が続きました。

電車に乗れば周りの目が気になり身動きがとれなくなるし、人と関わればすぐにストレスがたまり疲れる。正直何一つまともにする事ができなかったのです。こんな状態の中、薬やお酒に手を出さずにやってこれたのは、仲間やプログラムの力のおかげだ

と思います。又NAを通して自分の欠点を意識し学んでいるのおかげだと思えます。それでも20年以上続けてきた狂った生き方や考え方がすぐに変わる訳はなく、施設やNAでのリハビリ、又、変えていこうという努力をおこたるとすぐに以前の狂った考え方やパターンに逆戻りしてしまうのも今は分かるようになってきました。焦らず時間をかけゆっくと、この言葉を忘れずこれからも続けていこうと思っています。

自分もクリーン1年を迎える事ができましたがまだまだ思うように生きていく事ができず、時には何もできない自分に「自分はダメな人間なんだ」と自己憐憫におちいる事もありますがNAのプログラムのおかげで今は何もできな

い自分でもいいんだと受け入れる事ができます。これは、アディクシオンという病気でありプログラムを続ければ、回復できるし世界も広がるし希望もあるのです。今のままでいいのです。

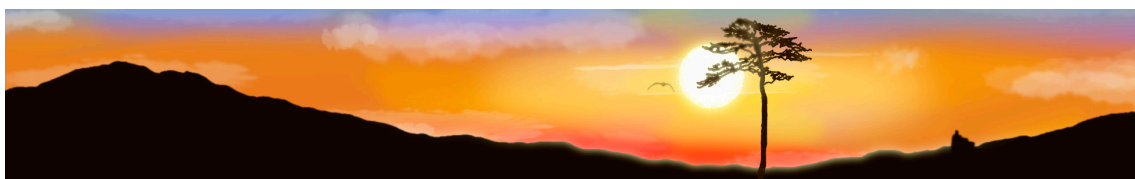
薬やアルコールを使っていた時は、衝動的な行動ばかり繰り返し自分で自分をハメツへと導いていたようにおもいます。

そのせいで何もできない、物を考える力すらなくなっていました。少しずつ考える力もつきわづかですが目標も持てるようになりました。以前の自分からしたら考えられない事です。又以前は、何をするのにグチや文句ばかりを言い、楽しさに目を向ける事などできませんでしたが、プログラムのおかげで、少しずつ日々の何でもない生活の中で楽しさを見出す事が出来るようになってきました。

去年は人とかかわる事が苦痛で行く事すらできなかった施設での1泊2日の海水浴も今年は行く事ができ、しかも、自分なりに楽しむ事もできました。今の生活を続ける事で今まで出来なかった事が出来るようになり、今まで楽しめなかった事が少しずつ楽しめるようになり、世界は広がっていきそうです。自分のような、長い間薬を使い狂った生き方を続けてきた人間でも、NAのプログラムで、もう一度一から生き方を学んでいけば、人生やり直す事ができると思います。

簡単な事ではないと思いますが、別に無理をする必要はないし自分にできる事をベストを尽くしてやればいいと思います。

自分の回復はまだ始まったばかりだと思うのでこれからも気長に回復の道を歩いていこうと思います。NAを通して。



## ひさし

「ナルコティクスアノニマスとは」

今思えば僕はとても幸運だったと思います。当時は、そういう風にはとても思えませんでした…。

僕は薬物で人生が自分の手には負えなくなりだしたときから、NAは常にそばに在ってくれたように思います。最初に入院した精神病院、リハビリ施設、住んでいた町、僕の周りにはいつもNA会場があり、いたるところでサービスが行われていたと思います。いつでも、僕が望めば参加することができたと思います。でも、僕はその中に入るのがとても恐く、いつも地団駄を踏んでいました。「ここは、僕の居場所じゃないな。」とっていました。

僕が少しずつ変わり始めたのは、NAの12ステップをするようになってからです。

きっかけは、クリーンが続いても苦しい状態が続いていました。自分の思い通りにならなければ腹を立て癪癪を起す。まるで、子供のようでした。12ステップを行っていくことで、自分の人生が180度変わっていったような気がします。

「こんな素晴らしいものが無償で手にできるのなら、少しでも多くの仲間の手渡したい。」

そう思うように、少しずつ思いました。そして、今まで地団駄踏んでいたNAのサービスを始めました。仲間はずっとWELCOMEとハグをしてくれ、僕を歓迎してくれます。

どこにいてもNAがあり、どこでも僕の居場所があるからです。今では、メッセージを運ぶために色々なところに出向いたり、仲間と一緒にワークショップを行ったり、日々がいつも豊かになってきました。

スポンサーがいつも「全て神様の計画ですから。」と言ってくれます。

恐らく、僕はNAのサービスをすることやステップワークを行うこと、回復のメッセージをいまだ苦しんでいるアディクトに伝えることが僕への神様からの計画なのでしょう。

子供だった僕は少しずつ大人になってきたのかも知れません。

僕の奥さんが「変わったね。」と言ってくれるようになりました。自分の時間を誰かのために費やすことで、自分が少しずつ大きくなれたように感じます。

今では、昔の僕が言われたかった言葉をよく言っています。

「良ければサービス一緒にやりませんか？」と…



## かえ

依存症のかえです。

私は、薬物、ギャンブル、アルコール、男性、共依存者です。

現在2才の息子がいます。16才で覚醒剤を覚え、それからいろんな薬に手をだしていくこととなったのです。毎日の生活が薬物、仕事、ギャンブル、男性に体を売る仕事がおわれば踊り狂う、休みなんてほしくもなかったし、常になにかをしていないと落ち着かない、そもそも休みのとりかたが分からない、休みの時間の使い方も分からない、だから私には休みなんていない、まったく自分のケアができてなくて、自分をいつも犠牲にして傷つけ心も体もボロボロ。それでも私はあらゆるものに依存してきました。凄くハデにやってみましたし、本当に狂っていました。

薬物を使っている自分が本当に醜くて嫌いだった。使えば使うほど自分が嫌いになっていく。それでも私は、一時的でもいいから快楽を求めていた。さんざん遊びまくって辛いことを忘れようと本当に毎日が必死でした。

18才の時に捕まり少年院に入り27年5月18日出院しました。施設に繋がりNAに繋がりました。施設に来てからもうすぐ3ヶ月がたとうとしていてあっという間に感じます。私は施設に来てNAに繋がって偽りのクリーンを続けていました。お酒を飲んだりしていたけど別にそれぐらいならいいやって思っていたし、秘密がほしかったです。

ある1人の仲間と私は共依存の関係でした。その子といつも一緒に行動をして、その子とお酒を飲んだりしていました。お酒以外にもいろんな秘密を共有していて、信頼しているから私に秘密な話をしてくれるんだなと思っていて、女性と親密な関係になるのは初めてで凄く嬉しかったんです。

でも、だんだんしんどくなっていました。

素面ではかかわる事もできなくなっていき、市販薬を大量に飲んでしまいました。リラプスが分かって、もうリラプスしないようにしようって思ったけど、



またリラプスしてしまいました。しんどかったら市販薬に逃げようとしたし、逃げたし、いくら法に触れていなかったとしても過去の生き方と何にも変わりません。辛い事があれば逃げる。気分を変えたい為に逃げる。私は回復したいし回復するために施設に繋がったのに違う方向にいていたなと思います。日々、共依存の子とは喋るのも、一緒にいるのも嫌で、でもずっとくっついてたからいざ、距離をとろうとしても難しく、どうしたらいいのか分かりませんでした。

女性に対して共依存になってしまったのは人生で初めてで本当にいい経験をさせてもらいました。共依存の底つきも味わう事が出来てよかったです。本当にしんどかったけど全部自分が招いた結果であってその子のせいでもない。2人の秘密を正直に話すときがあって話したけど、これで良かったのかな、なんて思ったけど今思えば言って良かったと思っています。自分が変わるきっかけがなかったなと思うからです。このままズルズルいっていたらきっと私はまたポロポロになっていたなと思います。



秘密を話した事によってNAに行くことが怖くていろんな人に迷惑をかけてきたから、罪悪感がいっぱいGA通いしていたけど、絶対話さないといけないと思ったし話さないと私は変わらないと思いました。話す事を決意してNAで話をしました。少しすっきりしました。そこからNAに行く事ができ、また、話す事も出来るようになっていきます。やっぱり私にはNAが必要です。そう思いました。3ヶ月、こいかったけどそれも私が回復するための道だと思います。私はまだクリーン1ヶ月もない人間ですが、まずは1ヶ月を目指したいです。やっと変わる事が少しずつ出来ているのだからこれをチャンスとして今後にかせる事ができたらいいなと思います。

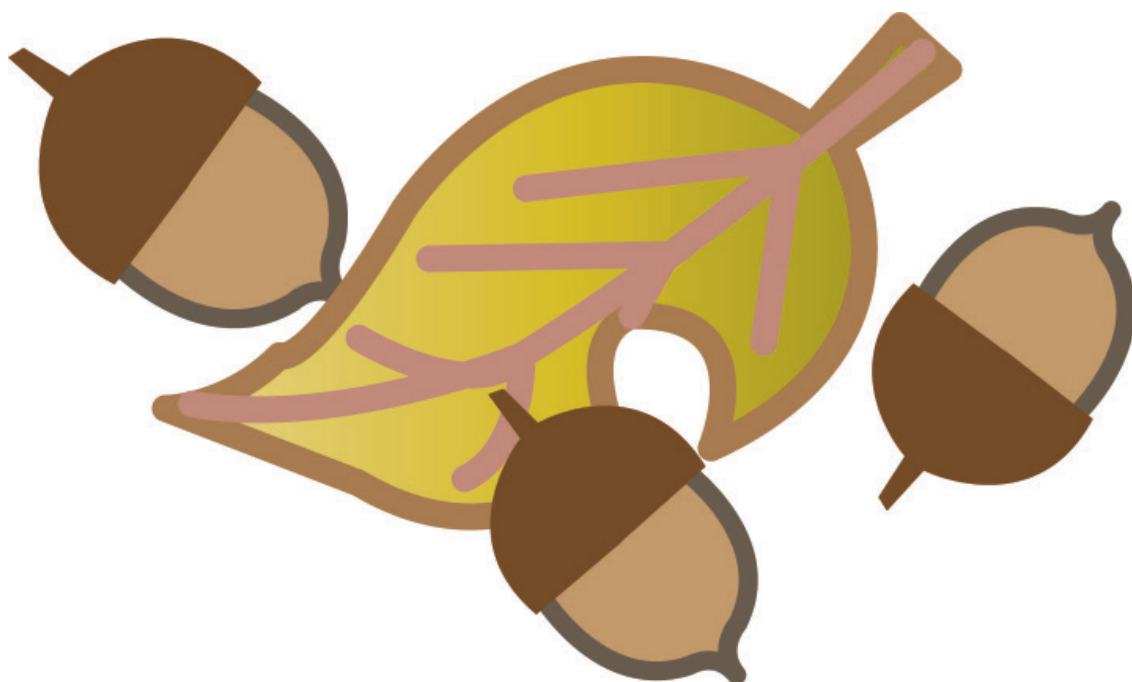
私はこれからも繋がります。施設もNAも私が回復するために与えてもらったものです。今を大事に生きています。

# たけし

## NAIに繋がって

私がNAIに繋がったのは一回目の逮捕の後、執行猶予で釈放されてから薬を止めたいと思い携帯で調べましたが行きませんでした。二回目の逮捕で刑務所に入りこのままではどうしようもないと思い駄目で元々でやってみようと思いリハビリ施設に入所しました。そしてNAIに繋がりました。施設に繋がりができました。そして色々な私のトラウマなどをミーティングで話しました。最初は手は震え涙をこぼしながら話しをしました。話した後も罪悪感に囚われましたが、段々話せたことで気持ちが楽になって行きました。何十年も話せなかったこと、聞いてもらいたかったことがここでやっと卸すことができたのです。ミーティングやプログラムなどをやっていって仲間と分かち合い、フォーラムでも話をするのができて順調だったのですが9か月目で問題が色々出て来て対人関係が嫌になり仲間が嫌になり、一人になりたくてスリップをして施設を出て行きました。一人になって薬を使って死のうと思いました。が、売人が見つからず薬を買えませんでした。今思えばハイパーパワースタッフだったのかなと思います。一人の部屋で眠れずビールをたらふく飲んで寝て起きての繰り返しでした。何もすることがなく不安でまた、日雇いの仕事に行って薬を使って捕まって刑務所かと思うと死にたくなりました。でも死ぬ気力もありませんでした。NAIに繋がっていたことがどれだけ幸せだったのかと思いました。施設の人には出る時に、「だめだったら戻って来い。」と言ってくれたことをずっと考えました。仲間に出るのは嫌だ、かっこ悪い、戻りづらい、無理だと思いましたが、冷静に考えるとこのまま元の生活に戻って刑務所か死ぬはめになるか、施設に戻って人生を頑張ってみるか、考えたくてもどっちが良いか明らかに

わかりました。あとは勇気を出してみるだけでした。とても勇気がいり  
ましたが、このままではどんどん悪い方に染まっていくと思って電話を  
かけました。私はよくても施設移動とと思っていましたが、「今すぐ、戻っ  
て来い。」とまた私を受け入れてくれました。そして、今は施設に戻っ  
て一からやり直させてもらっています。最初は反省していましたが、す  
ぐに調子乗ってしまうのが私の悪いくせで、とりあえず今は落ち着くま  
でまた仲間と前向きに頑張っていこうと思います。もう刑務所には行  
きたくありません。自分にとって本当に大事な人生を選んで行こうと思  
います。あせらずゆっくり少しずつでも生き方を変えて行こうと思いま  
す。ゆっくりでいい、生きて行けば必ず変われると思います。ここには  
回復のチャンスがいっぱい転がっている。あとは自分次第だ。無理  
をせず少しずつここで頑張っていこうと今はそう思います。



ドラッグに問題はありますか？  
合法、非合法、処方薬など、種類は問いません。  
ナルコティクスアノニマスに連絡を。

N a r c o t i c s   A n o n y m o u s  
(匿名の薬物依存症者たち)

NA Japanリージョン

<http://www.najapan.org/>

<http://katy.jp/na-japan/> (携帯サイト)



NA 関西エリア

<http://najapan.org/kansai/index.html>

<http://m.najapan.org/kansai.html> (携帯サイト)

〒 530-8693 大阪中央郵便局私書箱 409 号

☎ 080-5703-4121 [na.kansai.info@gmail.com](mailto:na.kansai.info@gmail.com)

