

## ヘルプ

倉田めば

薬物を使い始める前

私には  
助けが必要だったが  
どうやって助けを求めたらいいのか  
わからなかった

薬物を使い始めたころ

私には  
助けが必要だったが  
助けを求める気はなかった

薬物が止まらなくなってしまい

私には  
助けが必要だったが  
誰に助けを求めればいいのか  
わからなかった

薬物を本当にやめたいと願い始めた時

私には  
助けが必要だったが  
助けより  
薬物が必要だった