

特別寄稿 「人と人をつなぐもの」



顧問 増島 俊之

(中央大学総合政策学部教授・元総務事務次官)

1996年8月4日、寅さんが死んだ。渥美清氏が亡くなった。人間の心の中にある最も美しいものを、誰にも真似のできない形で表現した名優が世を去った。

数年前に「寅さん」の映画を見た。ある日、一人の男の子が寅さんを訪ねてくる。お父ちゃんが、死ぬ間際に、俺が死んだら、寅さんを訪ねろと遺言する。そこで、その子は、寅さんを訪ねてきた。お父ちゃんという人は、とんでもないやくざ者で、お母ちゃんは、あまりにもむごい仕打ちにいたたまれず、可愛い子を残して、家を出てしまったのである。

そのことを知った寅さんは、その子を連れて母を捜しに出かけるのである。しかし、なかなかめぐり会えない。ある時、宿屋で子供が生きるか死ぬかの病気になってしまう。その時、たまたま、隣部屋に寝ていた若い女性が、寅さんを助けて必死の看病をしてくれる。長い長い一夜が明けると、その子が目を開けて、「のどがかわいた」と言うのである。助かったのである。寅さんとその女の人は、手を取り合って、喜ぶのである。その女の人も、生き活きとして、そして、ハッと気がつく。実は、その前日まで生きることがつらくって、嫌になって、自暴自棄におちいってしまいそうになっていたのである。その自分が、今、充実感をもって生きていることに気がつくのである。何故なのか。

寅さんには、さくらさんという素敵な妹がいる。そのさくらさんに高校生の息子がいる。その息子が人知れずいろいろなことに悩んでいる。だれもそのことが良く分からない。ある時、その息子は、寅さんに尋ねる。「寅次郎おじさん。人は何のために生きるの。」

寅さんは、答える。「人はなあ、生きていて良かったなあ、と、そんな思いがあるだろう。それさあな。」

若い女の人は、生きていて良かったと、初めて思う。見知らぬ子供のために、夜を徹して看病して、子供を助けることができ、生きていて良かったと思うのである。充実した思いが、自分の中から出てくるのではなくて、人と人と共に生きることから、しかも必死になって共に生きることから生まれてくるのである。生きる支え、が自分の中にあるのではなくて、人と人との関係の中にある。

1994年6月に、日本経済新聞連載の「私の履歴書」を、竹見淳一氏が執筆されていた。同氏は、日本ガイシ株式会社の社長だった人である。NHKの経営委員長もなされた傑出した人物である。私は興味深く読んでいた。連載中に、偶然、あるパーティで竹見氏に出会った。私は、初対面の非礼を省みずに、竹見さんに、「これまでの先生の人生で一番大切だと思うものは何ですか」と尋ねた。竹見さんは、しばらく無言のうちに考えて、ぼつりと、「ほのぼのとした温かなもの、人と人をつなぐ細い糸のようなもの」と答えられた。実に興味深い答えである。竹見さんにとっても、最も大切なものが、人と人との間に存在しているのである。

人は一人立って生きられない。しかし、世の中には、孤独の内に、病の中に、あるいは障害の苦しみを背負って、一人立っている人々がいる。それらの人々にとって、心のこもった呼びかけの声とその叫びを聞くこまやかな耳は、人と人との間をつなぐ糸の役目を果たすものである。その糸が、いつしか、一人うずくまって生きる人々の支えの源となり、生きる喜びのきっかけになるようなことがあるとすれば、その呼びかけの声と人々の叫びに傾ける耳の持ち主は、この世において、なんと祝福された人であろうか。

老人ホームでの対話活動から

まごころの対話を求めて

精神対話士 岩上 康子

「何年ぶりかな。」Hさんがそう言ってバイオリンを取り出し、弾いて下さった時、私は嬉しく幸せな気持ちでいっぱいになりました。老人ホームに入居されているHさんは、話し相手もほとんどなく、毎日を自室ですごしていらっしゃる70歳代の男性です。ホームの職員の方にも消極的な彼を元気づけてほしいと言われ、Hさんの変化がとても嬉しく思えたのです。しかし、回を重ねていくと、バイオリンはしまわれ、世間話が多くなり、報告書に「世間話……」としか書けないことが情けなく感じました。そんな時に継続依頼があり、私は自分が続けることに意味があるのか悩み、芳川先生（協会の臨床心理士）にご相談申し上げました。そして、対話士は変化や結果を求めることが仕事ではないこと等を含め、ご指導と励ましを頂きました。温かいお言葉でしたが、私にとってはとてもショックでありました。人生

経験も乏しい浅学菲才の自分が人生の大先輩のHさんに対し、変容させることができると考えていたことに言い知れぬ恥ずかしさを覚えたのです。それからは初心に還り、まごころの対話を求めて仕事に打ち込んで参りました。

対話を始めてから5ヶ月が過ぎ、Hさんは精神対話士について、「何もない1週間、そして1日24時間の中で80分という楽しい時間をつくってくれるすばらしい仕事ですよ。」とおっしゃって下さいました。こんな私に対してこのお言葉はとても有り難く、精神対話士という仕事の尊さをあらためて教えられるものでした。これからも自己研鑽に努め、精神対話士として掲げられている人間性に少しでも近づく事ができればと考えております。

老人ホームでの精神対話について

精神対話士 立入 聖堂

私の対話は、痴呆症のご老人との対話が中心になりました。隔離されたスペースの中での時間管理された単調な生活は、症状の軽いご老人にとって痴呆の進行を早める残念な結果を招いてしまいます。そんな生活の中に喜びと生きがいを与えるものは、ご家族との心のふれあいであり、生活の中の刺激です。ご家族とのふれあいについては入り込む部分はありませんが、刺激についてはそれぞれのご老人に合わせて色々な試み

を実施致しました。歌好きの女性と戸外でデュエットしたり、男性に写経のセットを用意したり、またある女性には撮影した写真をプレゼントしたこともありました。もちろんこれらはあらゆる状況を充分把握した上で実行したもので、前提として徹底した聴く姿勢があることは言うまでもありません。振りかえるとひたすらご老人から教えられ、学ばせて頂いた貴重な経験でありました。

神戸被災地支援派遣活動より

阪神大震災。あの恐ろしい大地震で被災された方々は、どのような苦しみと戦っているのでしょうか。喪失体験による心の傷、実数は把握できないというPTSD（心的外傷後ストレス障害）、そして高齢者の独居生活による孤独死など、被災者が様々な危機にさらされている事は誰も否定できないでしょう。

そんな中、平成7年12月から平成8年5月までの毎月1回土曜日、神戸被災地支援派遣活動として精神対話士の方々にボランティア活動に行って頂きました。「心のケア」を目的とし、2人ずつのペアが何軒もの仮設住宅を訪問してお話をお聴きし、多くの方々に喜んで頂きました。その活動に参加して下さった精神対話士の方々の声をお聴き下さい。

被災地・神戸での仮設住宅訪問対話ボランティアを終えて

精神対話士 池田 雅一

阪神大震災から1年を迎えようとする平成7年12月23日……メンタルケア協会の精神対話士たちは、神戸西神地区の仮設住宅をはじめ訪問。以来5月まで、東京、九州などから駆け付けてきてくれた対話士の仲間と共に、半年にわたり、神戸の六甲アイランドの仮設住宅を中心に、対話ボランティア活動を行いました。ほとんどの訪問宅では地震のこと、それ以降のこと、そして失った家族や友人・知人のことなど、自身が体験した話が溢れるようにとめどなく続きました。被災した私でさえ、ただひたすらお聴きすることしかできませんでした。そ

れでも、心を込めて話をお聴きすることで、少しでも心が癒されるのならばと……ただそれだけを願って訪問を続けました。

今回の訪問ボランティア活動は、たとえほんのひとときでも、時間を共有することの大切さを改めて教えてくれたように思います。また、私たち対話士にとって多くの経験と自信を授けてくれたように実感します。最後になりましたが、被災者の方々の物心両面での1日も早いご回復を心よりお祈りしております。

仮設訪問に教えられたこと

精神対話士 松本 陽子

何棟も何棟も続く仮設住宅の中を、私たちは2人づつペアを組んで廻った。初めて行った時は、寒い冬の日で、ドアを開けて下さるかしらという思いがよぎったけれど、いざノックをすると顔を見せて下さった方は、六甲おろしがビュービュー吹きすさぶ中を親しく話をして下さった。中にはこたつまで入れて下さり、遠来の客のように暖かくもてなして下さったりもした。誰一人として震災に対して不平をおっしゃることはなかったし、不条理を受け止め、先の生活の不安や病気を抱えての一人暮らしの様子を淡々と話して下さった。(この笑顔の向こうにどれほどの苦しみや哀しみがあるか……という

ことを私は唯、推測するだけであつたのだが……)

私はふる里の神戸の人たちが皆、大変な目に遭ってしまっても心を強く持ち、猛暑やウィルスに打ち勝って生き抜いて欲しいと思っております。(7月31日、被災者向け公営住宅募集がやっと開始された。今なお真夏の太陽の下、多くの方が仮設住宅で暮らしておられる。)

最後になりましたが、今回の仮設訪問を推進、お世話して下さいましたメンタルケア協会の皆様、内外の皆様、仲間の精神対話士の皆様へ、1つのチームワークから何かが生まれるということを教えて下さいましたことを心より感謝申し上げます。

精神対話士派遣業務に参加して

精神対話士 南 三郎

平成7年12月から実施された「神戸被災地支援派遣活動」へ参加させていただきました。

同年1月17日未明、突然襲ってきた大地震により5500人余りの方々が犠牲となられ、一時、30万人を超える被災者が避難生活を強いられました。現在約4万世帯、約8万5千人に上る方々が仮設住宅での生活を余儀なくされておられます。家や職を失い、大切な肉親や得がたい多くの友を失い、または離れ離れになってしまわ

れた方が多く、その心の傷の大きさは計り知れません。

「話相手もなく、一人で過ごしていることがこれほど苦しく辛いこととは知らなかった。」

多くの独居高齢者が涙ながらに訴えられました。

「また話をしに来てや、待ってるよー。」

皆さん異口同音に別れが辛いとおっしゃいました。私たちの心のケア訪問活動が、こんなにも勇気づけになる活動なのかと今更ながら痛感しました。

大陸を引き揚げ、身一つで神戸に住み、和裁一筋で生計を立ててきた老婦人にお会いした。

50年近くこの道で歩んできたお陰で仕事も順調、そして友人も多く、これからの人生は神戸でゆっくりできると思っていた。

ところがあの震災で住宅は潰れ、大きなしっかりした和裁机と天井の梁との隙間に辛うじて挟まり、身体を潰されず、布団に入ったまま20時間後に発見され、さらに4時間後に救出された。24時間も閉じこめられていた恐怖感一杯の話を淡々と話される。

50年前、身一つだった。また2度目の身一つになった。「これからはのんびりやれば何とかかなるでしょう。この仮設住宅でも窓から六甲の山も見える、公園の木々の緑も見

精神対話士 宮本 厚士
える、大切な友達も来てくれる。いつも明るく、前向きな気持ちさえあれば一人で生活することは大丈夫」と朗らかに話される。

今春たった一人いる甥夫婦から郷里へ帰ってこいと声を掛けられた。この歳で一人で神戸で生活するか、身内がいる郷里に行くか悩んだけれど、声を掛けられたことへ応えることも大切だと自分に言い聞かせて、郷里へ帰ることにしたと言われた。

通算4回お会いした。いつも気持ちよく話され、じっと聞いていると、私たちに話しながら自分で答えを出していかれる。共感をもって聞くことができた。対話士冥利につきる出会いであった。



平成8年5月25日神戸被災地派遣支援活動に参加した精神対話士

<阪神大震災>

1994年1月17日午前5時46分、震度7の都市直下型大地震が阪神地区を襲い、倒壊家屋約19万戸、中には倒壊率90%以上の激震地区もあり多くの被災者を生んだ。

今なお多くの被災者の方々は、約5万戸にも及ぶ仮設住宅に住み、不自由な生活を余儀なくされている。中でも孤独死の問題は深刻で、1995年の3月から1996年の4月までに41件発生している。

神戸被災地派遣支援活動に参加された精神対話士

池田 雅一
岡田 直之
尾下 義男
岸岡 嘉代子
工藤 弘憲
近藤 浩子
鈴木 美代子
滝沢 朋子

徳永 淳子
富永 圭子
豊島 信子
中釜 ちあき
仲西 廣幸
根本 繁
橋本 敬一
深野 悦子

深野 典之
藤川 明美
松浦 道代
松本 陽子
南 三郎
宮本 厚士

(アイウエオ順)

シリーズ 精神対話士の仕事 【その2】

～痴呆症の老人との付き合い～

講師 芳川玲子

①ちぐはぐな行動

Aさんは今年75歳。年齢のわりには身体はしっかりしていて、今まで病気らしい病気もなく、昼間から寝込む事もなかったのです。しかし最近店に出た時、お客さんの注文を聞き間違えたり、すでにいなくなった昔の得意先が注文に来たなどと言うのです。家族がその間違いをいくら説明しても、本人は頑として自分の間違いを認めないのです。

また、食事をしたばかりなのに自分はまだ食べていないとか、テレビを見ていても内容を理解している様子がなく、視線がボーと宙に浮いたままの時もありました。

歳のせいでも少し惚けて来たのかなと最初は思いましたが、日に日に口数が少なくなって、自分の部屋に閉じこもるようになりました。そしてある夜、理由も言わずに外へ飛び出そうとした時、初めて病院へ連れて行こうと真剣に考えました。

②ずっと働き者だったAさん

Aさんはもともと真面目でおとなしい人。戦争中は前線で精一杯戦って、終戦後は自分の土地であった所で店を始め、家族のために黙々と働いていました。店はやがて規模を拡張し、Aさん一家の生活もかなり豊かになりました。

「いつも店先にはお父さんがいて、何がしか片付けたり動いたりしていました」と家族は言います。何か趣味でも持ったらいいと思っけていても、外出する事もないAさんにとって一番の趣味はやはり仕事。

やがて子供たちがそれぞれ家族を持ち、長男が店を取り仕切るようになりましたが、それでもAさんは昔の習慣通り、毎日朝早く起きて開店前の準備を一つひとつ順序よくこなしていました。

③精神対話士との出会い

病院で中程度の痴呆症と言われた時、家族は「やはりそうだったのか」という気持ちと「本当であってほしくない」という気持ちが交錯しました。それでもできるだけ早くAさんの治療を開始する

ために、皆は役割を決め、父親が毎日快適に過ごせるようにしました。

部屋にこもりがちになっていると、Aさんのまだ機能している能力さえ維持できなくなる心配がある、生活の変化が何らかの刺激を与えるのではないかという思いで、家族は第三者である精神対話士を要請したのです。

座したままほとんど言葉らしいものをしゃべらず、身体をまっすぐにして座っているAさんから強い緊張を感じました。一見何を見、何を考えているのかわからない痴呆症の人たちは、実は普段の人間よりも緊張を感じやすいのです。

思考が所々不連続になっているので、その分だけ次の事態が予測できず、絶えず強い不安感を抱くのです。この不安感はずぐに消えるものではなく、対話を進めて行くなか、信頼関係を築きながら徐々に軽減しなければならぬので、精神対話士にとっての最初の課題はAさんといかに心を通わせるかという事になります。

幸いAさんの好みや性格は家族の皆からの情報があった上、精神対話士自身もかつて自営業を経験していたので、2回目の対話の時にAさんにかすかな表情の変化を起こさせる事ができました。痴呆症の人は表情に変化がないと言われますが、気をつけて見ると、目や口元に微妙な変化がある事がわかります。その微かな手掛かりを見失う事なく、根気よく相手の表現を持って、暖かくそれを受けとり、明確に相手に返す。それが痴呆症の人とかかわる大事なポイントになります。

④暖かく支持的な援助

痴呆症が進むと勘違いや間違いが多くなります。それを問い詰めるような姿勢でかかると、往々にしてもっと萎縮させ、さらに自分の中に引きこもるような結果になりかねません。あくまで暖かく、支持的な態度で接することがより援助的と言えましょう。Aさんは今でも精神対話士と週に1回のペースで散歩しながらボツボツと会話をかわしています。気長に付き合いながら共に歩みたいと考えています。

協会ニュース

第3回精神対話士研修会のお知らせ

日 時 平成8年10月10日(木) 体育の日 PM1:00~PM4:30
 テーマ 「高度な対話技術」(講義・ロールプレイ)
 講 師 川野 雅資 先生 芳川 玲子 先生
 参加費 3000円
 会 場 国立教育会館 602号室
 住 所 〒100 東京都千代田区霞ヶ関 3-2-3
 TEL 03-3580-1251

交通案内

地下鉄 銀座線 虎ノ門駅出口5 徒歩1分

日比谷線
千代田線
丸の内線 } 霞が関駅出口A13 徒歩5分

- 参加希望者は9月13日(金)までに協会事務局に電話またはFAXにてお申し込み下さい。
 参加費用は当日会場受付でお支払い下さい。
 TEL 03-3405-7270
 FAX 03-3405-8580

訃報 顧問、講師の吉岡守正先生(東京女子医科大学学長)が7月8日逝去されました。
 謹んでご冥福をお祈りいたします。(享年74歳)

編集後記:

空の青さと空気の透明感に秋の訪れを感じるこの頃です。皆様はどのような夏をお過ごしになりましたでしょうか。今回は精神対話士の活動の中から、その感想をお寄せいただきました。今後もさまざまな企画に取り組んでいきたいと思っております。