I. I. MECA VOL. 4
アイ. アイ. メカ
(Idea & Information of Mental Care Association)

メンタルケア協会
平成8年12月25日発行
発行責任者 市橋 保雄
東京都渋谷区神宮前1-6-1
原宿パレフランス549
TEL 03-3405-7270
FAX 03-3405-8580

## 特別寄稿　「短歌が支える人生」

顧問　中村　清
（元会計検査院長）

人は誰も、支えとなるものを持って生きていくように思う。過日、高齢の御婦人広沢朝子さんから自著の歌集「寂然」を送っていただいた。一読して、短歌によって支えられた人生を感じた。冒頭にこういう歌がある。

神様が消えてしまふた、夫のいぬ家、何思ふなく屈まりている

冬茜激しく炎ゆると告げるべきひとのあらねど帰るはかなし

一首目は、悲しみの極限といおうか。その放心のさまを「神様が消えてしまふた」という端的な表現で訴えている。二首目には、一、二句が鮮明なだけに、深い孤独感がある。

作者は、夫の死によって生というものを改めて強く意識したのだろうか。死をみることによって「いのち」の尊さ、すばらしさをさらに深く知ったようだ。感動をもっていのちをみつめていると言っていい。

突風に散りくるさくら満身に受けてことしのいのちありけり

一瞬を風のごとくに駈けぬけし駿馬はいのちの余韻残せり

一首目は単なる事実の描写をこえているが、それは、「満身に受けて」という表現と下句の「ことしのいのち」に緊密さがあって、いのちのすばらしさを詠み上げているからである。二首目は、馬の躍動を「いのちの余韻残せり」といった感性でとらえているが、その表現の巧みさはさすがといいたい。

この歌集には、いのちを正面に据えた形で一首を構成している作品が少なくないが、一方で、歌の背後にそのいのちを感じさせるものもかなり多い。

手にうけしやはき豆腐の危ふさやわれのこころの水に揺れいる

「やはき豆腐」を通して、心の揺れを感じているものである。日常のさりげない出来事は、おそらくいつとはなく忘れてしまうだろう。だが、作者はその些事をしっかり受け止めて、いのちを確かめるよすがにしている。こういう歌もある。

安定剤二粒を掌に夜をゆだね眠りに入らむと眼鏡を外す

人に逢ふことも楽しみの一つにて遊歩道ゆけど人には会はず

一首目の「夜をゆだね」、二首目の「人に会はず」は、心情を訴えて作品を味わい深いものにしている。歌集には、寂寥感をただよわせている歌も少なくないが、人間の寂しい面を見据えることによって、かえって作者はみずからの存在を確かなものにしているといえよう。

こうした境地を歌に詠みながら、生きた証を残していくことは、まさに短歌が支える人生であるといっていい。

作者にとって、「いのち」は小さく、はかないものでありながら、同時に、そのいのちが限りない拡がりをもっていくものだということを、この歌集は教えているような気がしてならない。

## 「これからの老人看護」 精神対話士派遣制度導入第１号 有料老人ホーム“ウエルピア市川”武石代表取締役にきく

### *満ち足りたときを過ごすために*

「介護とは身の回りのお世話をすることだけではありません。あわせて心のケアが行き渡ることで、はじめて満ち足りたときをお過ごしいただけるのです。是非心のケアも公的な制度に取り入れていただきたいと希望しています」そうおっしゃるのは、株式会社ウエルピアの武石代表取締役です。

武石氏は心のケアを介護に不可欠なものととらえ、これを実践するために必要なのは思いやりと共感であると力説されます。

恵まれた自然環境と便利な都市環境との中継点に最新の設備と入念な介護を特色とする有料老人ホーム、“ウエルピア市川”を誕生させ、シルバーマーク振興会基準適合第１号という快挙を打ち立てられました。千葉県市川市の小高い丘の上に建つウエルピア市川を訪れてみると、まわりを緑に囲まれた理想的な立地条件であることを実感します。

運営に様々な工夫を凝らされてるなか、特に心のケアが大切と考え、全国に先駆けて老人ホームとして精神対話士派遣制度の導入を取り込み、真に充実した介護への歩むべき途に大きな指針を示されました。「これまでの介護は日常生活のお世話が中心になりがちでしたが、これから一番大切なものは暖かな心の支えです」おざなりにされがちであった「心への対応」が今、介護の重要な要素として注目されてきているのです。

＜心のケアを大切に考える武石代表取締役＞

### *ホームでの活動*

「介護型の入居者の方についてはホーム側で派遣を受ける対象者を選定し、健常者である入居者の方に対しては掲示物やメンタルケア協会のキャンペーンなどにより呼び掛けをおこなっています。」

ウエルピア市川では、入居者の状況をきめ細やかに観察の上、派遣の受け入れを行っています。「入居者の方が自由に外出できるよう気を配っていますが、中にはどうしても心を開かずに閉じこもってしまう方もおられます」この様な方を外に連れ出すということではなく、少しでも心を開き、生き生きとした日常を取り戻していただくために精神対話士は活動するのです。

ホームにはケースワーカーなどがおります。しかし実際には入居者全てには手が届かないこともあるのです。そういうところを補う意味でも、精神対話士は必要です。

「寂しい老人にとって、心のケアが一番大切なので

す」武石氏の心のこもった一言でした。

***精神対話士***

「派遣制度の導入は充分成果があがっています」精神対話士について武石氏はこう話されます。実際に精神対話士の訪問を待ち望んでいる入居者の方も多く、次の訪問日をカレンダーに丸を付けて心待ちにしている方もいらっしゃいます。

「生活の場を提供するだけではなく、心の満ち足りた人生を贈るのです」とおっしゃる武石氏は心のケアに悩まれ、そんなときに精神対話士の存在を知り、導入に踏み切りました。「その後の評判はとても良い様子です」とおっしゃいます。

「実践の場を増やし経験を積んで、より良い精神対話士になってもらえれば、さらに利用者から喜んでもらえるのではないでしょうか。」精神対話士として活躍している方々に対してと、武石氏はこう結んで下さいました。

## 癌末期のクライアントに接して

**精神対話士　豊島　信子**

９月４日まだ残暑酷しい午後２時、私は初めてクライアントの前に立ちました。その方は乳癌末期の中年の女性。すでに肝臓に転移し肺に水がたまり、話をするのも息苦しく単語がようやく出る程度で、それが文章としてつながらない状態でありました。精神対話士としての役割は、クライアントの話を充分に聴くことにより、『「心の葛藤」を軽減し、取り除く』と信じていた私にとって、クライアントと会話がしにくいという現状をどうとらえてよいか、お会いした直後に大きな壁にぶつかった思いでした。第一回はご主人が同席してというたっての希望で、ご主人の口から家族のこと、病歴病状、なぜメンタルケアを受けたいのか等をうかがいました。

第二回は、お話がしにくいということで、本を持参し了解を得て読み始めました。しかし体がつらいので、本の言葉が耳に入らないという訴えでした。舅を看護した経験から、私は思わず彼女のやせ細った手を撫ではじめました。対話士として対話を手段にしようとしても、こういう状態の時どうしてよいか分からなくなったのでした。彼女は嬉しそうでしたので、どこかさすってほしいところがあるか尋ねました。遠慮しつつ「背中」「足」、私は一生懸命さすり続けました。撫でさすりつつ、趣味のこと、家族のこと、病気のこと、宗教のこと等、心を開いて下さり少しずつ聴くことができました。

第三回は丁度医師の回診と抗癌剤注射とがかち合ってしまった時でした。抗癌剤注射をいやがる彼女と医師との切迫したやりとりを目前にし、私自身ショックを受けましたがクライアントの気持ちは如何ばかりだったでしょうか、第三回目はこのような状況でありましたので、第二回のように少しずつでも心が通じ合えた感じに至ることができず、残念でした。そして病状が急に悪くなり、第四回目はお会いできずに、間もなくお亡くなりになりました。

ボランティアとしてでなく、はじめて精神対話士の仕事をさせて頂くに際し、癌末期の方と出会いました事を大きく受け取らせて頂いております。音声による言葉が役に立たない時もあるという事、その時どうす

れば良いのか、何ができるのか、また終末期のクライアントに本当の安らぎを得てもらうことが、如何に難しいか、多くの疑問と課題を残し初めての経験は終わりました。今更ながら、精神対話士の責任の重さ、難しさを痛感した次第です。

最後になりましたが、不安いっぱいの時に頂きました協会の先生方のご指導とお励ましは、まさに私へのメンタルケアでありました。本当に有り難いと思いました。厚く御礼申し上げます。

## 協会ニュース

### *第３回精神対話士研修会報告*

10月10日（木）国立教育会館において第３回精神対話士研修会が行われました。協会より、活動状況をおさめたビデオテープやカセットテープを用いての現状報告に続き、「高度な対話技術」～上級実践者としての対話士のために～というテーマにそって、川野雅資先生（杏林大学精神看護学教授）と芳川玲子先生（横浜国立大学講師）による講義、ロールプレイが行われました。社交的コミニュケーションと専門的コミニュケーションの違いを学び、その後、２つのシナリオでロールプレイを行いました。皆さんとても真剣に取り組まれており、良い研修会となりました。

なお、関西地区は12月７日（土）大阪府商工会館において、現状報告を交えた懇談会を開催しました。九州地区は１月10日（金）電気ビル本館において懇談会を開催する予定です。

### *阪神大震災被災地区へ訪問*

12月23日（月）の祭日にこれまで精神対話士を派遣した阪神大震災被災地区を訪れ、年の瀬のご挨拶をしてまいりました。

**編集後記：**

**年末に入りペルーの日本大使公邸人質事件などのニュースがとびこみ、不安の中にも今年が終わろうとしています。**

**皆様方にはどのような一年でしたでしょうか。**

**社会環境の変化に伴い、世代を問わず「心の癒し」を求める声が拡がっています。一人でも多くの対象となる方に「精神対話士派遣」を実践し、心の安らぎを確かなものとして感じていただけるよう努力を重ねていく所存です。**

**来年も皆様方の変わらぬご厚誼を下さいますよう宜しくお願い申しあげます。**