

こころの病を考える市民講座

講演集

「こころの病を個性として認め合う ～ 浦河町での実践から～」

講師・川村 敏明氏 （浦河赤十字病院神経精神科部長）

臼田 修一氏 （べてるの家）

吉野 雅子氏 （べてるの家）

長友 ゆみ氏 （宮崎市・元べてるの家）

日 時 2009 年 1 月 31 日(土曜日)

会 場 サンホテルフェニックス 2 階 国際会議場ホール A

講演 こころの病を個性として認め合う〜浦河町での実践から

こんにちは。今ご紹介いただきました川村です。

私たち浦河という田舎を離れて全国に行きます。本当に数え切れないくらい出張で出かけました。こんなに出張で忙しいのは、浦河の私たちの病院では私だけです。院長もこんなに出ないし、他の科の先生も出ません。それでも、べてる全体ですれば年間 100 回くらいこういう講演をするそうですので、僕の出番はべてる全体の活動の2割ぐらいかな。年間 20 回かそのくらいですね。

今大変お褒めいただく紹介をいただきましたけれども、のっけからなんですけど、地元ではあんまり評判良くありません。精神科の活動を地域で熱心に展開すると、一体どういうことが地域の中で起きてくるか、みなさん想像してください。

精神科と精神科の活動がやたら目立つ町というと、大体迷惑かけるようなことが多いんですよ。まず警察に評判悪いです。地域の人たちからも評判が良くない。

どうして良くないかというと、どんなに目立たないところで素晴らしい活動をしようが、町の人には何にも関係なくて、迷惑を掛ける、問題を起こす時だけ町に関係するからです。どう良く見ようと思っても、良くは見えてこないんです。それが地域の人が無理解だとは、かならずしも僕は思わないですね。評判は悪くても当然だなと思うこともあったり、みんなで評判の悪そうなべてるのメンバーと、あっちの人が言うのも無理ないと言って笑たり。

そういうことが日々ありますけれども、30 年間一貫して同じようなことやってきたんです。すると町の中で誰も知らなかったことが、だんだん全国に知れ渡るようになって、時には海外からのお客さんも決して珍しくないというふうになってきた。私たち自身が1番予想外で、こんなことになるとは思わなかった。そういう意味で私、一方で評価されるようになりました。

先ほども言いましたように、決して何か評判がいいことを考えたり、素晴らしいことを願ってがんばってきたというのではありません。その時その時何が大事か、苦しい時も楽しい時も変わらず、何が大事なんだろう、何を大事にすればいいんだろうと言って、目先のことをやってただけなんです。目先のことを大事にしながら、これは一貫して大事にし続けていく考え方を一方では持っていた。今日それがべてるの活動として、みなさんに紹介することの1つの大事なポイントです。

タイトルの『べてるの家の「非」援助論』という、こういう名前の本がもうすでにあります。医学書院という本屋さんからで、医学系の本はたくさん売れる本じゃないですが、『べてるの家の「非」援助論』というこの本が、医学書院が始まって以来の売れ行きだそうです。3万部とか、医学系の本といたらそんなに売れるわけじゃないのに、ベストセラーに入ったというんです。この本が売れたというのは、たくさんの人が実は関心を持っている世代なんだろうなと思います。それを一部の専門家だとか、よく分かっているという人たちに全部お任せする。いい先生に出会ってそのいい先生が何かしてくれるんじゃないか。誰かが任せられてる。任せられる先生となかなか出会えないもんだから、普通は家族、親がやるんです。

しかし家族や親がいなくてももうまくいかないんだという現実を。今日ご家族の方がたくさんいらっしゃると思いますけども、これも私たちが日常として目にするひとつの現実です。病院も医者も、先生お願いしますと言って、はいじゃあうまくいきます、やりますよと言って全部引き受けてうまくいくということでもない。何か答えらしい答えもなかなか見つかりにくい。これは多くの地域で現実に経験してること、あるいは長い間経験してきたことの、現実かなと思うんですね。

一方で、我々の所も相変わらずではあるんです。

浦河町は、北海道の下の方に突き出た、襟裳岬の近くです。昔、森進一が「何もない春」と歌って、襟裳町の人を大変怒らせたという。何十年かたって、森進一が襟裳町まで来て、大変申し訳

ありませんでしたと言って謝ったんです。何もないというのは、何もないということじゃないんですという、妙な言い訳をしたらしいです。あの近くなんです。札幌から約バスで3時間半。千歳飛行場から2時間半。浦河から飛行場に行くの2時間半かかるんです。昨日こちらに来ましたけれども、2時間半走っていると、眠くて眠くて。ぎりぎり間に合いました。浦河はそういうところです。北海道日高というところの、サラブレッドの生産で有名な所です。大変不景気な一帯で、今後とも発展する見込みはないという、安心出来るような、絶望的な地帯ですね。特にこういうような不景気な時代になると、サラブレッドは売れません。馬が売れるのは景気がいい時です。人間はサラブレッド買わなくても生きていけますから。金持ちが余裕がある時に買うという産業ですから、もろに影響受けます。基幹産業は失業保険と生活保護、あとは生涯年金。景気に関係ない、バブルの時もバブルで儲かったという人はほとんどいません。バブル破綻しても、じゃあそれがすごい影響を受けたという人もいないし、まあそういう所です。

こういう田舎で30年前に、我々の病院は浦河赤十字病院はできました。地元の人たちは日赤と言ってます。日赤と言えば地元の大企業です。そういうところで、その町で精神病になると。日赤には、精神科があって7病棟という病棟があります。7病棟という言葉は、浦河の町で生まれ育つと、そこに入院するのは、浦河の最低最悪の人生を歩む人という意味です。よくからかいで、7病棟に行けとか、そういうことが当たり前に言われていた時代です。僕が浦河に最初に行ったのは27、28年前ですが、その時は7病棟という言葉が、よく差別用語、からかい用語で使われていました。

これは、浦河の景色。JR 浦河駅を降りるとこの景色が見えます。大体みなここで絶望します。何という所に来てしまったんだという、絶望ポイント。べてるの活動を浦河で始めたソーシャルワーカーの向谷地さんが、大学を卒業してこの駅に降りて、この景色を見たんです。この町でこれから働くのかと思ったら、すぐに札幌に帰りたくなったそうですね。ここで夢をもし持てる人がいたら、その人はすごい人ですよ。どんな夢を持って来た人もここで崩れる。

私の2年前に浦河の町に精神科医として出張にきた、1年間いた先生。その先生も札幌から来ましたから、駅でタクシーを待ってたらいいんです。田舎ですから流しのタクシーなんてなく、電話して呼ぶわけです。でもその先生はそんなこと分からないから、ここで30分も待ったんです。でも来ないので病院まで30分歩いたんですって。とぼとぼとぼとぼと歩いて、俺はとんでもない町に来たと。その先生も、僕の仲のいい先生もここで絶望しました。これが浦河でも最も寂しいところなんです。

これはちょっと浦河らしいサラブレッドがいる風景。

これは冬の景色です。下が白くなって。奥の方の山は日高山脈です。ここは、夏になると緑の牧場になります。ほとんどは赤字ですから、緑の下は実は真っ赤な絨毯と言われているところで、みんな借金、借金、借金ですね。

ここは、浦河の大通り、国道です。浦河の大通りというところで、国道1丁目、2丁目、3丁目と言って5丁目までありますが、この真ん中の白い建物がべてるの建物でブラブラザといいます。札幌に4丁目プラザという、デパートみたいな建物があって、ここも4丁目なので語呂合わせでブラブラザ。町をぶらぶらしているべてるの人がたくさんいて、それが集まる4丁目、引っかけて4丁目ブラブラザっていう。この建物をべてるが買ったんです。町の人はこちらにべてるが来たのはショックです。でもこのビルを買う力がべてる以外に無いんです。ここで何か事業をするという元気が町はありません。こういう建物を買うのは今べてるだけです。そうすると町の人、べてるって金あるなあ一と言う。昔は偏見・差別でしたけど、今は誤解ですね。もう商売に行き詰まった人はべ

てるに借りに行ったら、貸してくれるんじゃないかって、真剣に思っている人たちが町にたくさんいます。これは写真撮すから交通止めにしたんじゃないんです。普段こうなんです。

このべてるで年に1回、べてる祭りという大きなイベントをやります。600人くらい入るホールを満員にするイベントですが、そういう時なんか特に、この町をぞろぞろ人が歩くわけですよ。だいたい荷物を持ったり、明らかによその土地からきた人、団体客がぞろぞろと歩くと、町の人はいません。商店街もほとんど人がいないという、ほんとにそういう状況になってきました。歩く人たちはべてるの人っていうのも、地元の普段からいるメンバーの人でしょう。地元でのべてるの存在が大変大きくなってます。

私の勤める浦河赤十字病院。改めてこう見ると、病床数より職員の数が多い。赤字だということも分かります。脳神経外科って書いてますけど、ないです。無い物まで書いてます。大変地震の多い地帯ですから、地震が繰り返し起きて随分傷んで、建物の両端が沈んでます。後ろの方に8階建ての建物があったんですけど、それが30センチくらい沈んでしまって、もう取り壊してしまいました。建て替えの話もありますけど、人口がどんどん減ってる中でどういう病院にしていくな、お金もないのに大変行き詰まっているところですね。

精神科をちょっと新しくしてもらおうと思っているんです。ここ左側に川があって、精神科は3階にあって、その3階から川の向こうの丘に橋を架けて欲しいと頼んでいる。そうすると、橋を渡ると丘の上に日赤が持つて土地が1万3千坪あって、誰も使ってない。それと平行して町の広い公園があって、そこもほとんど町の人に来ません。精神科から直接出られると、その約2万坪の土地を精神科のために使えるようになるかなあと思って。ここ橋架けてくださいって頼んでます。最初は僕の妄想なんですけど、事務長にも院長にも伝わってますから、妄想からかなり構想になってきている。あちこちで言うと、なんか実現しそうで、敢えて宮崎でも言ってみました。

散歩できるところが2万坪ですよ。それが眼下に太平洋が見える丘の上です。すばらしい広大な景色が、精神科のために使えるという、今は川の向こうでしかみなさん活動しないんですけど、こっちの方も使うといいですね。そこに橋が架かるという、そのことばかり考えているので、ついになんか言っちゃいました。

これは、べてるの家の活動の始まりの場所です。べてるの家という名前も付く前から。これがもう築70年かそこらでしょうか、古い教会ですね。屋根のてっぺんに今も十字架がついてます。改築するころ、木でつくった十字架が傷んで、横の棒がちょっと斜めになってました。この横の棒がカラスに持っていかれて無くなって、縦の棒1本になったのを覚えてます。写真には写ってませんが、この左に新しい、といってももう30年ぐらいたつ教会があります。古い方は使わなくなって、旧会堂と前は呼んでいました。空き家だったので、住居として提供し始めた。というのは、精神科の患者さんたちの受け皿として、教会が場を提供してくれたというのが始まりです。今はグループホームとして使われています。

ここは最初に人が住んだときは、人間の数よりネズミの数が多くて、冬になると雪が降ると雪が吹き込んで、建物の中に雪が積もったりしているというすごいところでした。当時の精神科の患者さんたちは、アパートに入りたくても行くところがないので、教会が「ここでよかったら住んでいいよ」と言ってくれて、それで住み始めたというところですね。そこにべてるの活動を始めたソーシャルワーカーの向谷地さんが、一緒に住み始めた。

それが活動拠点としてのべてるの始まりです。昭和59年ですから、25年くらい前に、ここにべてるの家という名前が付いたんですね。名前はついたけれども世間は誰も知らない。自分たちのために名前をつけただけで、当時隣の教会の牧師さんも、まさかべてるの家という名前がこんなに

全国に有名になるとは考えもしないで、聖書から取って立派な名前をつけたんです。べてるという名前をずっと前から使っているところが他にあって、それはここの精神科とは全然関係なくて、ご迷惑かけているんじゃないかとちょっと心配します。

これは先ほどの大通りの延長上に、浦河の町はずれ、札幌寄りの方。ここは倒産した印刷会社の建物を買ったんです。これがべてるが大通りに進出した初めての建物です。

この前に、朝行くと車がいっぱい停まって、時には観光バスが停まって、お客さんがぞろぞろ降りてきます。またあそこに人來てるといふ、周りの人たちはそういうふうに見てます。上の建物（旧会堂）は町からずっと少し奥の方に引っこんでいるので、まず町の人には目が触れない世界ですが、ブラブラザも、ここも国道ですから、こういう所を見ながら浦河の誰もが暮らしているという、そういうところですよ。

先ほど言いました、この町で一番惨めなことが7病棟に入院すること。そういうなかで、ソーシャルワーカーが、精神障がいを持っている人たちの悩みを聞こう、精神障がいの人たちって今どういふことで困っているんだろうと、少しずつみんなの悩みを集めていった。それまでは、入院している人たちは自分の悩みを語りません。精神病の人たちは自分のことを言わない。病気のこともなるべく言わない。病気のことを言ったら世間にすぐばれるから、なるべく病気を言わないように。病気でないふりをしなさい。悩みや病気のことは、病院や先生や看護師さんやとにかく病院の人たちが何とかしてくれるだろう。精神障がい者というのは、そういう状況に置かれていたんです。

身体障がいとか難病とか、そういう世界の人たちは自分たちの問題を自分たちの言葉で言って、主張して、ときに戦って、自分たちの権利を獲得した、そういう歴史があります。精神障がいの人たちは全部誰か、先生や看護師さん始めそういう医療関係者に任せる、親に任せる、心ある関係者に任せる。では悩みを持ってるその人は何処にいるんですかと言っても、その人たちは実際には見えないところに置かれて、代わりに悩んでくれる人たちが集まってやってたという。そういうやり方、大変遅れているなあということで、向谷地という学校出たてのソーシャルワーカーが、難病や身体障がい者たちと付き合った経験をもとに、一人ひとりどんな悩みを持ってるかを聞き始めた。自分の悩みを自分の言葉で話す人たちを作った。それが当たり前というやり方をだんだん定着させていったんです。悩みを語れる人を作る。そういう手伝いをするようになった。

そして回復者クラブというそういう人たちの集まりも作った。1978年、精神障がいという体験をした1町民として、当時は精神障がいの人が地域に貢献するなんてことは考えられない時代ですよ。そういう話をしても、また病院の人が変なことを言ってるなあって。

でも、これは自分たちを奮い立たせる、自分たちを元気出させるための1つの考え方です。1人の体験者として、必ずこの体験が地域の人たちの中で活かされることがあるはずだと。言葉でいえば、自分たちのこの苦労が病気でない人たちにも役立つということになる。なぜかという、今病気でなくても、この先あるいは病気という立場になるといふような困った問題が出てくる。そうすると自分たちもそこで同じだ。地域貢献というのはそういう意味で、その貢献できる道を模索し始めた。何かに役に立つはずだ。役に立てよう。勝手に自分たちだけで、町の人に聞こえないところで、この町のためにがんばるぞーとか。これが結構、元気出るんですよ。

のちに、日高で取れる昆布を加工して売ること、この町を救うんだと言って商売を始めます。そういう心意気ですよ。仕事させてもらおうとしてやってみましたが、簡単にクビになるし、駄目扱いされるんです。そうじゃなくて、この町を救うというプライド、心意気でやると、お金以上、儲け以上の元気が沸いてくる。これも儲けにしようという、そんな話をよく聞きましたね。

これは古い、30年前の建物です。ずいぶん汚れて、なんかこう爆撃にあった後みたいな感じ。も

うあそこに行ったら終わりだというような、いかにも似合いそうな。これ、他の内科病棟もこうなっているんだったら文句は言わないけど、内科病棟はもちろんこんなじゃありません。精神科はこれでいいんだと、誰もが口に出したわけじゃないけど、なんとなくそれが当たり前のように見られている。これは1つは当時の我々の医療者の心意気の低さが関係していたと思います。

今、僕、橋を架ける話でも、7病棟の人たちがうらやましがられるような病棟を作りたいですよ。いいなあ、2万坪の散歩地域を持っているのは7病棟だけ。そこに直接橋を出すつもりですからね。お客さんが来て病院を見たら、その橋を渡して帰りたいんですよ。今の7病棟の中は、本当に寒々しいほどよくないですね。人に見せられるようなそういう構造ではないですので、今作り変えます。

心の過剰な医療。僕の感想では、精神病の人というのは少し治されすぎてるんじゃないかと思っています。治療が濃すぎるというか。僕らの経験で言えば、治すことももちろん大事なんだけど、治す以外のこともずいぶん大事なことがいっぱいある。治療が大事ということが強調されすぎるのは、先生や病院に任せすぎることだし、病院も引き受けすぎることだろうと。

僕の地元での評判は、良くないです。どうしてかという、患者さんたちがよく言います。「川村先生のところ行っても治んねーど」「俺も行っているけど何も治んない」。僕の前でも言います。治すことにあんまり真剣味のある先生じゃないというようなこと。治ってないんだけど、一方で良くなっていると同じ人が言います。調子良さそうだけど、病気は良くなったのと言ったら、「いや先生病気は同じ、ただ友達増えて話をしていたりして、何かちょっとやり方がわかってきた」というような。そういうニュアンスのことがよく出てきます。全部病院の先生にやってもらえば、全てがうまくいくんだと思っているとしたら、浦河に来ると大変大きな失望を味わいます。

今全国で精神医療に使われるお金が年間2兆円だそうです。この2兆円が精神障がいを持っている、精神病を持っている人たちに本当に有効な形で使われているだろうか考えると、僕はただかたか北海道の田舎の特別な治療もできない医者ですが、そんな我々からでも言えるのは、無駄遣いが多いなあということ。つまり治せば良くなると思っているものだから、治らないともっともっと治療が濃くなっていく。そのために2兆円が使われているかと思うと、もうね。最近2兆円で随分国会が騒いでますが、あの2兆円と勝るとも劣らない、無駄なものがあるんじゃないかなと思うくらいです。

浦河の活動でいえば、退院して地域活動のために、地域の安心のためにもっとお金が使われてくれたらと思います。精神病であるということが必ずしもハンディじゃなくて、生まれてきて良かった、生きてて良かったという思いをもっと味わえるような形で使われたらいいなと思うんです。治すことにお金を使いすぎるんじゃないかなと。

全国で30数万人の人が精神科に入院していますけども、減らせない現実、入院している人のために大半のお金が使われるわけです。後で浦河の病院がベットを削減して医療費を大幅に節減した経験を話したいなと思いますけれども、こうすれば安上がりの精神医療ができる。安上がりだけれど、もうちょっと内容が充実したものができると思っているんです。

いずれにしても、入院は治療が過剰すぎると思います。こういう治療をだけが優先されている所では、先生にお任せ、病院にお任せ。そうすると自分の言葉を使わない。専門家が全部代わりにやってくれるという中で、言葉を奪われる、苦勞を奪われる。治療の目指すところは、浦河でよく言うのは、自分のことは自分の言葉で言える人になろうということ。そして病気以外の苦勞もできる人になろう。つまり苦勞を増やそうということです。

ではどうやったら苦勞が増やせるんだろうか。苦勞できる場所を作らなければいけない。べてるの家の今活動というのは、商売もいろいろやりますが、べてるというのは苦勞を増やす仕掛けで

す。べてるに行くといろんな苦勞ができる。それは楽しい苦勞もちろんだけど、楽しくない嫌な現実と向き合わなければいけないという、これも日々のことです。べてるに行く、変な人いっぱいいますから、変な人と付き合う。これもまた自分の変な所とそこで出会って、いろんなトラブルもおきます。ときには警察、パトカーが走ってくることもあります。こういう背景でべてるが生まれて来ました。

さっきのべてる、十字架ありますね。だからこれは新しい写真です。あの十字架が白い十字架なんです。昔は色がとれて、僕が来たときにはあの横の棒が斜めになっていて、あら一壊れそうと思ったら、いつの間にか棒1本だけになって、横の棒どうなったのと住んでる人に聞いたら、カラスが持っていったと。右側の白いところが今の教会。ここから坂を100メートルくらい降りていくと国道に行き当たります、もっと行くと港があります。

昔はここ通るとき、変な人たちがいるからって、みんな小走りで通り過ぎていくという。あそこ通るときは気をつけなさいと、みんなが言っていたそうです。

先ほど言いました地域貢献は、商売です。作業所を進める時に、何をするか。その時に、みんな作業所よりも事業所をやろうと、事業を起こそう。作業をやろうと言っても人は集まらなかったですけども、金儲けしようと言ったら、みんな集まってきたんです。みんなお金に敏感ですね。

左の写真の真ん中で真剣に昆布を何かやってそうな人。この人は写真撮すからちょっと作業をするふりをして撮ったもの。この写真を撮してないときは3分も作業ができない、いちばん能率の悪い人ですが、しゃべりがいいんです。この人は販売担当の方に。

だから作業のできない人を作業できるように訓練するのはべてるじゃないんです。作業はできないけど何に使えるだろうって、なんか販売の方がいいみたいだという。販売の方であっちこっち行っておしゃべりして、昆布売る前にもう油を売って歩く、油売りやということでは有名だったんですね。最初は売りに行っても、何を売りに来たのか自分でもわからなくなって、俺何しにここに来たんだろうとよく行った先で聞いて歩いていったという。それでも良く売れました。

具合の悪い時に札幌に売りに行ったら、あまりにも具合悪い姿に、みんながこんなに具合が悪そうなのに昆布を売りに来てくれたんだと言って。早坂潔って言いますが、早坂さんが具合が悪いのに来てくれたんだよ、みんな買ってあげようって商品が完売しました。それ以来早坂さんは病気の方が昆布はよく売れるという、そういう法則が生まれました。なかなか商魂たくましいですね。

べてるってどういう所ですかといわれる中で、よく出てくるのが「三度の飯よりミーティング」という言葉です。しょっちゅう話し合います。

先ほど精神障がい者というのは、自分じゃなくて誰かが、治療する人や家族や心ある関係者、つまり本人以外のところで大事なことが決まってしまうという話をしました。べてるの活動は、始まりから本人が本人の悩みも問題もその場で言うこと。その大事さ。本人抜きで話をしない。だから、しょっちゅう話し合いの場に呼ばれます。いつもべてるのメンバーがミーティングの中には必ずいる。本当は本人がいなくて話が進めやすいことっていくらでもあったんです、昔は。だけどいつもそこにいるということが基本。それを「三度の飯よりミーティング」と言います。

これは英語で書いているのは、これ4、5年前でしょうか、国連スイスのジュネーブで、べてるメンバーが英語で発表しました。その時ももちろん英語でするんですけど、「三度の飯よりミーティング」を英語に直すとこうなるんだそうです。国連に用事がある人は、浦河でべてるの人以外にいません。「ほくれん」というスーパーがあるんですが、べてるの人でも最初、国連と言われたのを、ほくれんと勘違いして、歩いて行けるなと思ってたんですけど、実はジュネーブだったんですね。国連に用

事あるのはべてるの人だけ。「三度の飯よりミーティング」これはしょっちゅう言われる、べてるの理念といわれる言葉。

これはこれから退院しようとする人ですね。左側の青い服を着た人。この人の退院をめぐって、入院している人、退院している人、スタッフの人達が、退院についての話をしている。どう応援し、どういう準備をしているのか、どういうことが課題になるのか。退院して住む予定の住居の人も来てます。この右の人ですね。

任せれば任せられたほうが何でもしてあげる、本人は抜きにされるという関係の話をしました。私たちは治療も含めて治療をし過ぎなんじゃないかと思っています。助けすぎなんじゃないか。その結果いつも本人がのけ者にされている。誰の悩みか分からないように、本人から悩みも病氣も奪ってしまう。こういうやり方に疑問を持ってやってきました。

なによりも本人、あなた自身がどんな問題、どんな病氣、どんな苦勞をしているのか。自分の言葉で自分自身を説明できるようにという、問題を明らかにする力。それをとても大事にしています。

病氣が良くなると今度は、現実の自分の生活の苦勞、人間関係の苦勞がでできます。病氣が良くなっても、なんか病氣がよくなると大変だぞって言うてくる人がいます。ちょっと良くなって、自分の生活に取り組んでいる人。最初は入院して病状に苦しんでいたけど、「病氣が良くなってきたら楽になったかい」って聞かれたら、「病氣が良くなったら大変だな」と言う。そうすると病氣という問題だけですべてが説明できたり、解決するわけではないことがわかる。

治療は何のためにするかというと、病氣以外の苦勞をできるようにするようにすること。商売も、1番苦勞できるから商売をする。現実には生きていること、時にやはり生活の苦勞に自分も参加できるということ。そうすると、自分が自分の言動を見て、自分自身をお世話する。出来ないことは相談する。丸投げみたいに全部やってもらおうとかいった事とは少し違う、ちょっと大人っぽいです。

助けるのは助ける、なんかしてあげる、それを「する援助」だとすると、「しない援助」もあって、これはあなたがした方がいいわという。応援はするけど、代わりにやってあげると、どこまでもしない。そういうしない助け方、変な言い方すると「助けない助け方」というのがあるんじゃないかという気がします。それが、みんな周りが考え、治療も助け方も、ただしてあげる、してもらいすぎるいうふうになると、自分という存在はどんどん小さくなってしまうということです。

これは当事者研究。自分の課題を研究と称して、自分の苦勞してきたパターンをスライドにして発表する。これは浦河に小さな映画館があるんです。1万5千人程度の町に映画館があるというのは、全国でも珍しいそうです。映画館というのは大きなスクリーンがありますから、そのスクリーンを借りたくてこの場所を会場としている。映画館までわざわざ行って発表会やります。あまり大きくない会場でしょう。座席は50くらいの映画館です。ここが満員になることは普段はないです。どんな映画が来ても満員になることはありません。べてるの発表会だと、映画館の外、路上にまで人があふれます。

これは町の総合文化会館という大ホールですね。ここはこのように満員なんです。べてる祭というのをやりますと、全国からお客さんがきます。浦河の町はもちろん、近隣の町のホテル旅館が全部満室です。普段誰も人が歩いていない町を、ぞろぞろと人が歩きます。タクシーの運転手さんなんか忙しくてしょうがないです。特別な日です。浦河の町に人がいっぱい来るのはべてるの関係の日だけです。

ここは幻覚妄想大会。14、5年前の写真でしょうか。

幻覚妄想、いわゆる病気の体験をして退院してきた人がいて、退院後共同住居でみんなで集まった時、本人に周りの人が聞いたんです。入院する前の調子が悪かったとき、あれは何が起きていたのかを。いわゆる幻聴とか、それに基づく妄想で信じこんで、変な行動をしていたんですね。一緒に住んでいた人たちはそれを見てたわけです。やっとそれを説明できるような状態になって帰ってきて、本人の説明を聞いて、周りに一緒に住んでいた人たちが腹抱えて笑って、本当に楽しい時間がそこに訪れたんです。

似たような経験した人いないかいと言ったら、次々に病気の経験の発表会になったんです。どの人の経験も面白かったです。人の病気というのはこんなに楽しいかと思うくらい、一人ひとりがドラマチックですよ。似てても同じ話は無いんですから。出てくる登場人物でも有名な人いっぱい出てくるし、映画俳優だろうが女優さんだろうが、次々いっぱい出てきたり、本当に聞いてて楽しかった。

そういう話は、当時はべてる祭ではなく、別の名前で年に1回のイベントがあったんです。その病気の体験というのはこんなに楽しいもんかと思うようなイベントです。それを、内輪だけでやる、言ってみれば隠していく話ではない、もったいない、すばらしい話だ。ということで、幻覚妄想の大会をやればいいんじゃないかということになりました。

それは病気の酷さを競う大会でもないし、どれだけ治ったかという大会でもないんです。あなたの病気の苦労は、結果として多くの人たちに勇気を与えたり、自信を与えたりする。とってもいい経験をみんなに披露してくれた、伝えてくれたということです。病気の経験を通して、あなたの経験をみんなで大事にしたいというような感じで、これは賞を与えてもいいんじゃないかと。

幻覚妄想大会はもう14、5回になりましたけれども、この会場の中で「今年度の幻覚妄想大会グランプリは」と言って発表されると、あのアカデミー賞の賞をもらうみたいですね。もう満員のお客さんの大拍手の中に行って受賞するんです。もう感動で、家族が来たりすると親なんか涙ぐんで、うちの子どもがこんな多くの人の前で、こんなに称賛されて。今までの苦労は、あなたの苦労は無駄じゃないよという、それが認められた瞬間ですからね。親も自分たちの苦労も一緒に認められたかのように感激する瞬間です。幻覚妄想大会の会場にいる人たちは、何故、誰が、どういう理由で表彰されるのか、それをわくわくして待ってるんですよ。表彰理由がまたユニークでなかなか楽しいですね。

これは研究が浦河ではなくて札幌で行われているところです。

札幌は180万都市で、浦河の100倍以上の人口がいます。日本でもいちばん精神病院が密集しているような町です。

でもやはり札幌でやられても、精神障がい者が自分自身の問題を、当事者として病気とどう向き合っていくかを、きちんと自分の言葉で仲間と一緒に話す場所は無いですね。ですから、浦河のやり方を札幌に持ち込んで、札幌の病院に通っている人たちが集まってやっています。こういうホワイトボードに書いていって、だんだん自分の今までの苦労の歴史と。そうすると中には私とそっくりだとかいう人が出てきたり。共同研究の場、そういう場の設定です。

これも発表会。さっきは映画館での発表会でしたが、これは病院のデイケアで、つい最近行われた発表の場です。

医者の前で起きる場面と全然違うんです。医者の前だと一人ひとりの魅力があまり見てももらえない。病気の話を大体していただけですから。医者の前だとあまりいいところを見ることが無いというか、医者は下手ですね。ところがこういうみんなと一緒に、みんなの力を借りながら、自分

の課題、苦労、そしてどんな工夫や練習をしているか。そのことを研究と称して、自分で問題を明らかにしていった、それを発表できるんです。

私、最近の研究の中で思い出深いのは、ある女性の 20 代の女の子のことです。自分で薬をちゃんと飲んだりとか、病気を安定させることはほとんどしてなくて状態が悪い。そうすると若い女の子ですから、男の子たちが寄っていった、すぐ男の子と仲良くなっちゃう。僕はひどい言葉でそれを言ったんですが、まるで「うんこに蠅が集(たか)るように集まってくる」んです。彼女は、先生にうんこみたいだって言われたことを研究の場と言うんです。

それはただの例え話ではないんです。そこにしょっちゅう警察や、パトカーが駆け付けなければいけないような人情沙汰が起きるんですよ。トラブルでガラス割れたなどというのは軽い方で、包丁持ったり、大変なことが。それがすぐ近くの借りてるお家で起きて、何年にも渡ってそういうことの繰り返し。ただの病気という問題だけではなくて、人間関係、異性との関係も1つのテーマです。そんなことを考えられない、考えないまま暮らしているからしょっちゅう騒ぎを起こして警察や病院に助けをもらって、やっと暮らした。全部人任せです。警察から病院任せです。

そういうやり方をしていたのを、入院している機会に、研究の中にその人自身を放り込んで、悩んでいるなら考えてごらん。周りを悩ませるんじゃなくて、あなたの問題は何か。うんこに蠅がたかっているような暮らしは、これで本当にいいのか、ということ。どうしたらここから抜け出せるのか。少なくとも病院は迷惑だという話をして、この日の発表の中でその人がしたんですね。

どうも自分が自分の面倒を見るのが下手で、結果的には誰かに頼ってしまう。手っ取り早いところでは異性に、男性につい頼ってしまう。そういうやり方をした。自分を車に例えて、自分は自分という車の運転も下手で、あっちこっちにぶつかってというやり方しかできない。ブレーキもハンドルも皆故障してて、アクセルばかりの車に乗っててすぐぶつかる。しかも助手席に彼氏なんか乗せて、自分が運転していると、彼がすぐ運転に口出しをしてきたり、ハンドルに手を出したりして、しょっちゅうぶつかるのは当たり前。そういうやり方を自分はしていたんだという研究をしたんです。

そのうちに異性じゃなくて同性の、同じ女の子同士の助け合いが、生活を安定させるためにも実はとっても必要だという。そういう気付きもだんだん出てきました。そういう安定した生活をするためには、薬を飲んで自分の状態を安定させていくことも必要だというようなこと。そんな話を発表でしてました。研究で自分自身を考えていくことがだんだんできるようになって、つい最近退院しました。

自分の問題の主役になる、当事者として自分を研究するというやり方は、とても大事なんだと改めて教えられたようです。それを、発表を会場で見っていた人の中で、女性をストーカーのように追いかけていた人が、自分は蠅男になっていたって気付いたという人が出てきたり。だからこの会場は全体として聞く方も発表する方も、両方の力で盛り上がっていましたね。

これもその日の、前の方から撮したもの。ここには 40〜50 人くらいいました。

これは先出てきたのと同じ写真で、映画館の「大黒座」。大正時代からある映画館だそうです。町の財産、文化遺産。ここもなくならないようにしたい。

これは昔のやり方と今のやり方。これは昔の、研究ということのない時代なんですけど、専門家に任せる、お願いしますというやり方で、そうすると専門家が問題を解決してくれるというようなことです。

ここに問題、苦労という、ここに病気というのを置いてもいいんですけど、これを専門家にだけ任

すのではなくて、当事者としての自分、あるいは同じような苦勞している仲間。さらに専門家としてわれわれをはじめ治療に参加する人たちがそれぞれの立場から、問題、苦勞について意見を述べたり、力を出す。

以前だったら、上の方で、全部先生に任せる。そうすると先生が何でも気付いてやってくれるだろう。ところがよくなったとしても、それが自分たちの経験にはならないものだから、同じような再発や失敗をただ繰り返していくんです。だから精神病患者って何にもわかってないね、同じことをやるねというのは、実は病気の本人の問題じゃなくて、全体として誰がどのように考えるかというやり方の1つの結果なんです。

だからこう考えると、下の方にある、私のところにただ「先生治してください」と言ってくる人たちはだんだん減ってくるんです。先生にもお願いします。薬のことは先生に相談しろとみんなに言われるので、薬の事を相談にきましたというように、相談もかなり具体的になります。「全部任せます」みたいな、そういうあいまいなやり方をだんだん卒業するようになってきます。それが研究というものの1つの中身です。

ここにコップがあります。このコップに自分の問題、苦勞がある。これについてみんなで語ろう。それを私の立場から、あるいは本人、そして同じような経験をしている仲間、他の人たち、全体で取り組む。それを研究というんだ。個人研究というより共同研究。その中で、だんだん自分のことが詳しくなってきましたから、自分を助ける力、自分を面倒を見る力がだんだんついてきた、という言い方します。この自分を助ける力をみつけた人たちは、ちょっと大人を感じます。自分は誰よりも自分自身の専門家でありたいという。自分のことは詳しいという感じです。

この図は最近よく使います。なぜ治療をするんだろう、なぜ病気を治すんだろう。

病気の治療とは、1番上のこの症状、ときに症状がたまって爆発する。自分自身に爆発して、自分の体を傷つける人もいます。爆発して外の人やものに当たったりする人もいます。案外その人の持つ失敗のパターン、それを爆発という言い方をしたりしますが、こういうことをなくするのが治療の目的の1つです。じゃあこの症状がなくなったら、それでいいんだろうか、それが終わりだろうかという、ここからがなかなか深いところですよ。

症状をなくするということは、1つは症状以外の生活の苦勞、下に書いてますが、人は状況的課題、現実の苦勞、こういう苦勞しながら生きるわけです。病気が悪すぎると、こういう苦勞ができません。何故治療をするか、何故症状を安定させるかという、もっと苦勞したいからです。

私が薬を出すときに、これ何の薬か、何に効くかわかってるかって言います。「これね、病気以外の苦勞もできるようにという成分が入っているから、いい苦勞できるように。そういう効き目を期待して薬を出してるよ」って言うんですね。ときに友達が増える薬があったりします。人間関係がうまくいかなくてイライラするとか、ぎくしゃくするとか、人間関係がなんかザワザワしたような、そういう訴えをする人には、「ソフランを入れておくね、柔らかく仕上げのソフラン入れておくよ」と言う。笑って帰る人はちょっとセンスのいい人で、中には「ソフランなんか入れたん先生」って、真剣に聞く人もいます。

そのソフランという話は町の料理屋さんから、板前さんから聞いた話で、「この大根柔らかくできてますけど、何か特別な大根ですか」って聞かれた板前さんが、「いや普通の大根にソフラン入れたんだ」って。なかなか面白いなあと思って、病院に帰ってソフラン入れといたからという話をするようにしたんです。

治療の目標は、ただ症状が収まればいいじゃなくて、この2番目の真ん中。人はなんで生きてるんだろう、何のために生きてるのか。精神障がいを持って生きていて、何をもって幸せと感じるんだろうか、人間って何だろうなという、深い根源的なテーマを持っているわけです。

精神障がいの人たちの目標は、よく昔のブラブラザで、病気でない、普通の人になりたいという話をよく聞きました。普通の人には仕事をしている。普通の人には結婚をしている。普通の人にはちゃんと毎月給料をもらっている。とにかく普通ということのイメージがとても強くて、普通の人には精神科に通わないし、普通の人には薬を飲まないから、よくなったと思うと、すぐ普通の人のように薬を止めます。だから、薬を飲み続けることひとつ、実は大変なことなんですね。簡単じゃないんです。何故自分にこの薬が必要かということ、認めていく。認めていくということは、精神病の存在を自分が受け入れるということ。

表面的な上っ面だけのことを考えたら、それはただ単に普通の人になるという目標をあきらめる、敗北も感じるかもしれない。結局は障がいや弱さを持った人じゃないと分からない深いテーマ性というものを、障がい者の人たちは担っている。そういう役割を持っているんです。

その真ん中のこの「現実の苦勞」、さらに「本質的な苦勞」と書いていますけれど、こういう表面的な苦勞だけじゃなくて、もっともっと掘りさげて、しっかり悩むことです。

いわゆる病気がない人、健常者にはそれが可能だろうかと考えると、なかなか深く悩むというのは難しいです。べてるの人たちはこういう研究を通して、深く考えている。これは病気という世界とよく付き合ったから、たくさん失敗してきたから、今の自分に何ができるだろうかと考えるんです。病気の経験、どんなに頑張っても克服できない課題を今も持っている人たちが、人は何が大事なのかということに、障がいを経験をしてやっと気づいた。そういうメッセージがべてるから、障がい者の人たちからたくさん伝わってきます。

浦河というあの小さな町の中でも、町の人たちは日々の生活に追われています。そういう中で、人間とは何だろうと、そういうところまで掘り下げて悩んでいる人たちは、おそらくべてる以外にはないだろうと思います。それは彼らにとって、そこまで考えることがとても大事だからです。少し普通の人ようになってきた、見えるようになってきたというだけでは、彼らは生まれてきてよかった、人として幸せを感じてるというところまでなかなかいかないんです。

むしろ、自分の病気体験が、逆に多くの人たちとつながりを深められたり、人としてのより深い境地、そこまで進んで行けたのも病気のお陰ですということを、よく言ってくれるんです。先生、私から病気をとらないで下さい。私は病気のお陰でたくさん学びました。これからも学んで生きたい。これは私が病気であったこと、今も病気であること、これからもおそらく病気で苦勞するだろうけれど、そのことが私にはただのマイナスではありません。この大事なことをただ病気を消してしまうというような形で終わらせたくない、だから病気を全部をとらないでって頼まれたことがあります。ハヤシさんという方でした。「大丈夫だよ、ハヤシさん。主治医の先生誰？」「僕の目の前の川村先生です」「川村先生の評判聞いた？ 川村先生は病気治すって言ってたね？」って聞いたら、ちょっと考えて、「あっ、あー安心しました」と言って、本当に喜んで帰りました。

ただ治すということ、ただの解決ではなくて、一緒に考えていこう、何か大事かを見ていこう。一緒に考えてくれる仲間がいっぱいいる。解決するもの全てを、病院とか親とか自分自身とか、それに全部負わせてしまうと、何か大事なところから外れていくような気がします。

ご家族の立場でここにいらっしゃる方もいるのかもしれませんが、大変頑張ってきたと思います。僕らがよく言うのは、家族の力だけではうまくいかないでしょうということ。僕も医者の方だけではうまくいかなかったという体験と通じると思います。僕は、「治せない」というのは、僕自身だけの力ではお手上げですという意味です。ご家族の皆さんにも、ぜひ「笑顔でお手上げ」してください。私たちだけではどうもうまくいかない、いかなかったということ。そこからまた新しいことが始まるような気がします。一旦話を終わらせていただきます。

■ ■ 川村先生とべてるの家メンバーの語り ■ ■

浦河は今から8年前、2001年に精神科病棟が130ベッドあったのを60ベッドに減らしました。

全国の赤十字病院は、総合病院で精神科を併設するところが多かったんですが、総合病院で精神科病床が多いと経営的な負担になるので、経営的な意味で減らしたんです。赤十字病院や全国の総合病院で、ずいぶん精神科病棟や病床がなくなったり減らされたりしました。経営的にうまくいかないからなんです。

私たちのところも、経営的にうまくいかないからベッドを削減しようという話になったんです。精神科は私たちの病院では赤字のお荷物の病棟になっていました。

一方、昭和30年から40年代にかけて、精神科は儲かるといって、ものすごく病床が増えていった時期があるんです。高度経済成長の時代で、医療費がどんどん増えても、税金もどんどん入ってくるから、精神病の人をどんどん病院に入れて、何か怪しい人危ない人はみんな病院に入れとけみたいな時代。

とくに昔、古い方は御存知でしょうけど、ライシャワー大使というアメリカの大使が精神病の人に足を刺されて、怪我をさせられたことがありました。日本の国は大変アメリカに遠慮して、申し訳なくて、精神病の人を一斉に病院に入れたんです。アメリカの方は、別に精神病の人を病院に入れなさいって言ったわけではないですよ。勝手に日本の国が精神病の人は病院に入れるべきだ。アメリカの方は、1960年代に精神病の人をどんどん退院させていった時代があったから、アメリカが日本に対して、精神病の人は入院させなさいと言ったわけではないんでしょうけど。

とにかく入院させると精神科は儲かるというふうに、その頃からなっていたんです。結果的には経営安定のために、総合病院も精神科を併設すると儲かるらしいと増えたんですね。それが今度は儲からない、赤字だからといってどんどん減らすんです。ひどいね。何かこう精神医療に対する1つのポリシーがない。儲かると思ったら増やし、今度は赤字だから減らすという。

浦河という田舎で、病院がベッドを削減して70人退院したらどこ行くか。普通は行くところがないから、みんな他の病院に転院させます。総合病院や我々の赤十字病院のような準公的な病院は、民間の精神病院に転院させます。

そうすると浦河という田舎の町で入院して退院できなかった人が、遠くの病院に転院させられたら、もう一生帰って来られないです。病院の都合で退院させられて、それで一生を決められる。そんなことが、ただのお金という問題だけで許されるかということです。

あなた達のために治療しますよと言ったのが、今度は病院の都合ですみません、一生帰って来られませんが遠くの病院に移ってくださいと、誰が患者さんに話すのか。我々そんなことを言う度胸はないです。だから誰も他の病院に転院はさせないということを最初に明言して、ベッド削減計画を進めたんです。だから70人を全員退院させました。他の病院に誰も移さない。あの田舎町で70人を退院させるということは大変です。でも、浦河はできたんです。まずべてるが協力したんです。

べてるの社長は佐々木さんという統合失調症の方で、社会福祉法人の理事長でもあり、福祉ショップべてるという民間会社も作っています。その会社が銀行から何千万円も借金して、退院してくる患者さんのためのアパートを共同住居として用意して、引き受けてくれたんです。病院の都合で退院させる患者さんたちを、べてるが引き受けてくれたんです。こんなことをやってくれてるとこ

ろ、僕は聞いたことないですね。精神病の人たちが精神病の人たちの退院を引き受けてくれたんです。

そういうお金もかかる建物を用意するというのが1つ。

もう1つ大事なのが、退院していた人たちが先生となって、これから退院していく人達のために、退院するとどういう苦勞が待っているかを、1年間毎週勉強会を開いたんです。退院していくために必要なことは何かを、同じ病気で既に退院してる人たちが先生となって。

おそらく私たちがそれをやったら、うまくいかなかったでしょう。同じ病気ですでに退院して帰している人たちは体験者だから、みんなその人たちが言うことを真剣に聞いたんですね。

退院した人たちが言ったのは、自分の病気のことを知らなければ駄目だということ。何の病気で入院してたのか、当時まだ知らないまま入院している人もいましたからね。自分の病名をしっかりと伝える人に聞いていくと、分裂病っていっぱいいるんだなと言った人いました。今は統合失調症と言っていますけど分裂病と言ってた時代ですよ。

精神科は入院しているときに何の病気で入院しているとか、あまり自分の病気のことを言いません。これが内科だったら、腎臓が悪くて入院しているのか、肝臓なのか、なんとなく分かってくるかもしれませんが。その点、精神科は不思議な所でした。自分の病気のことを分からない人、となりの人が何病かもわからない、それが当たり前。肝心なことは何も言わないで、入院が続いてしまうという世界。

1年後にはもう病棟はなくなるという計画が病院から発表されて、1年の間に勉強会が毎週毎週続く。自分の病気のことを知る。薬のことも知る。SOS の出し方を知る。自分がどんなふうに調子が悪くなるのか。すっかり悪くなってからだと誰でも分かる。自分の病気のことから、自分がどういうふうに調子悪いか、SOS が出せる、そういう相談ができないとうまくいかないという。

薬も、入院中は看護師さんが持ってきてくれるから飲んでるけれど、退院したら自分で飲まなければいけない。何のために薬が必要で、何の薬を飲んでいいのか、分かって飲むのと、何にも知らないで飲まされることでは全然違うよという話を、退院した人たちが言ってくれる。俺もわかんないでやめてしまって、休んで調子いいなと思ったけど、悪くなって入院したことがあるから、薬って大事だわって。退院すると看護師さんが持ってきてくれるようにはできないから、本当に薬って大事だぞという話を、毎日毎日薬を飲んでいる人たちが言ってくれる。

その勉強会の中で言っていたのは、特に大事なのは友達がいるかいらないか。友達のいない人はうまくいかないぞと言っていました。

自分のことを友達に相談する。それは病気のことでだけでなく、普段の生活問題。退院して暮らしていると誰でもが困る。例えばゴミの分別。分かんない、難しいといった時に、同じ住んでる人たちに、これどうするのって聞けるか聞けないかというのは絶対違ってくる。そういう生活のことも含めた、友達がいるということがとっても大事だ。入院中にはわかんない友達の大事さみたいなことを話をする。今何ができるっていうことを、退院に向かってみんながお話をする。どこがポイントになるのかいうことを、きちんと把握して退院する人も、我々退院させる側も。この人はどこが課題で、どこがよくできているかというようなことが分かって退院していきました。

これに1年間かけました。2001年には70人が退院しました。同じ日にいっぺんに退院したわけじゃないですけど、何カ月か70人は退院した。大半が自分たちの町に住みました。

僕はときどきしました。退院して行った人たちが調子が悪くなったと言って、一気に戻ってきたらどうしよう。130人が入院していた病院に60ベットしかないんですから。となりの病院はないんですよ。他の病院は期待できないんです。宮崎市だって、病院いくつかあるでしょう、一個じゃない

ですよね。そこが半分以下にして、調子が悪くなりました、また入院さしてくださいと言って、毎日毎日来たらどうしようと。ちょっとねドキドキして1つの病棟を終わりにしたんです。

何日間かはちょっと警戒してました。だ一れも戻ってこなかったです。何ヶ月も。

僕は思ったですね。退院をさせるためにした1年間の勉強。しかも患者さん同士で経験を生かしあい、勉強しあうという。これ私たち医者が指導しただけではおそらくたくさん戻ってきたと思うんです。誰も戻ってこなかったという時に、この計画は成功してたんだということと、同じ病気を経験した人たち同士の力ということは大きいんだなと思ったんです。医者が金をかけて、病院の金かけてやる経験よりも、その1年間の勉強のためにお金はおそらくかかってません。0円でこれだけの大きな成果を生む。

その一方で、2兆円がある。30何万人の中には、病院で下宿してるみたいな人たちもたくさんいるんです。ひと月40万、50万円の下宿料ですよ。税金が。40万円としても12カ月だと約年間500万円。浦河では70人を退院させたので、500万×70としたら、年間3億5千万円です。退院すると大体月に10万円の生活保護になるわけで、僕らがそういう節税をして、国に貢献しています。年間で安く見積もっても2億円の節税をしたら、地元で1億円還元というか、礼金というか。まあ無理かな。半分地元に戻してくれたらどれだけ地域が活性化しただろうと思いますね。

ただお金をくれって言ったんじゃないんです。節税したわけですよ。その成果をもっと治療じゃなくて、精神障がいを持っている人たちが当たり前の暮らしがしやすい、そういう暮らしに使えないかなと思うんです。治すため、ただ治せばいいことがあるかのような、そんなことはないんです。我々はそういうところの熱心さをやめて、本当にこういうことの方が大事だ、力がある、効果があるということをもみんなで考えていこうとしています。それは人任せにして先生がやってくれるという、そういう世界からは何も生まれなかった。私だってまかされても何も出来ません。治してるふりぐらいは出来ますよ。検査しましょうとか、薬を出しましょうねとか。でもそれがどれくらいの成果を現実に生むかという、1人の人間の人生を全部問題を解決するような力が私にあるかという、私にもないし、子どものことを心配する親にもきつくないですよ。もちろん本人だけがんばれって言ってもその本人にもない。

うちの病院の2001年の計画、それを実行していく段階で、全国で社会復帰を促進するという事業をやってます。何十年も入院してた人を、ひとりを退院させることは大変難しいですね。僕らの経験でいえば70人退院させることはできます。1人の退院は難しいです。やり方がないという意味です。

僕らの所では2001年からですから、もう7、8年たちます。年間2億円3億円の節税をしたとすれば、もうどれほど国を儲けさせたのかと思うくらいです。儲ける力はないのに、誰かを儲けさせる力はあるんです。べてるの人たちはお金を稼ぐことは下手ですが、町を儲けさせようとか、町を助けようとか、日本のどこかにその力を及ぼそうとかというようなことを、かなり真剣に考えているんです。

よく生活保護の担当の人たちが病状を確認したりしに僕のところに来ます。あの人働くことは可能でしょうか、と言うから、うーん仕事をさせても役に立たないけど、もうすでに誰かを儲けさせるような仕事はとっくにあの人にはしているから、無理に働かせる必要は無いと。今あの人を働かせて給料をもらうということをやらせてもほとんど価値ない。そういう人を使いこなせる職場がないんです。だけどその人が無価値かというとは全然違います。すばらしい力があるんです。そういうことをたくさん見せられた時に、私たちは本当に何をすればいいんだろうかということ、真剣に悩んでいかなければいけない。本当に役立つ効果的なことというのは何だろうと。そういうことに真剣になる方が大事で、何かの収穫はもういらんという気がしています。

一人ひとりが自分の課題をと言いましたが、そういう単位計画が実はうまくいったのも、ずっと前

から当事者研究をしてみんな自分の問題を話をしてたんですね。幻覚妄想大会というのは、もうすでに当事者研究。言葉が違ってましたけれども、自分の課題、問題を明らかにして、みんなと一緒に考えるというような、そういう取り組みがずっと前から行われていました。

川村:おまたせしました。先生の前置きが少し長すぎていいかげんにしろと思ってたでしょう。ごめん。次は、臼田君の爆発の研究ということで。静岡から来て6年?7年?。まあ喜んで来たというよりも、静岡にいられなくなってね。静岡の病院にいたけど、退院して家に帰るとろくなことは無かったもんね。今でこそ優しい顔をしていますけれども、若手の殺し屋が移ってきたんじゃないかというような顔をしてましたね。何か鋭いまなざしを向けて、全て周りは敵だらけみたいな顔をしてたね。若き頃のゴルゴ 13 みたいな顔をして現れたというのが。今はこう自分の研究を持って飛行機で行くようになりましたけど。

はいそれでは次(写真)お願いします。

臼田:自己病名が、統合じゃなくて、総合失調症暴走型で。総合的な失調をするから、総合。

川村:総合というのは、全部失調してると。ひとつやふたつじゃないと。

臼田:中学 2 年生の頃から同じ同級生の話が気になったりとか、自分しか知らないことをみんなが知ってて、それを言いふらされてるような感情に陥ってました。学校や、友達もなんか、あいつはおかしいからという感じで疎遠になっちゃって、だんだん行けなくなっちゃいました。夜になると近所から自分の悪口が聞こえてきて、耳をふさいだりとかしました。そのころから、親とか、学校の先生も家まで来ていたんですけど、反抗が始まって、部屋の壁にパンチを浴びせるようになって、壁の穴と穴がつながって崩れてしまうこともありました。

川村:穴と穴がつながるのか。2回以上パンチするということだね、すごいね。はい、次お願いします。

臼田:勤め人の父親も、日曜日は壊した壁や家具の修理に追われて、日曜大工の腕前も結構上達しました。このころから両親は困って、入院を何度か経験するようになったんですけど、3回目の入院の時に先生から直接聞いたのが「精神分裂病」。前までは「不眠症」とかだったらしいですけど、病気が進行していったって、薬もいっぱい飲まなければいけなくなったから、かなりショックでした。で、妄想は薬を飲んでも、薬を飲む飲まないで喧嘩になったりとか、違う病気じゃないとかって妄想は止まらずにますますエスカレートしてきました。困った親が、浦河というところで精神障がい者が集まって、いろんなことをしているということで、ソーシャルワーカーの向谷地さんという人に、親がいいなら暮らしていいよということで、浦河で暮らし始めて、最初にテーマにしたのは、まず病院関係者とか仲良くなった人に SOS が出せるようになることでした。

川村:はい、次お願いします。臼田家だね。静岡県の臼田家。いい家(うち)だね、外から見るといい家だわ。はい、お願いします。

臼田:これは。

川村: 自宅のシャンデリア。

臼田: はい。

川村: ちょっと1個違った形してますね。

臼田: 姉とボールでふざけてたら、ガシャンと割っちゃって。1個は壊したんですけど、片方はたぶん姉が壊したんですけど、なんか僕になすり付けられちゃって。

川村: なんか、結構よさそうなシャンデリアですね。はい、次お願いします。

臼田: これは壊した壁で。

川村: これは、外から見るとりっぱな家で、中から見るとこういう家なんだ。これは新築の頃なんですか。

臼田: 新築ではなくて何年かたったあとに、中学生の時に爆発して壊しました。

川村: だんだんこういう家になってったんだね。お父さん日曜大工セミプロだってわれるように。これ1階、2階？

臼田: 2階です。

川村: お父さん、2階はいくら直しても同じだから直さないって言ってたね。

臼田: 1回直したんですけども、またそこ、直したところ壊し。

川村: 何回直してもしょうがないと言って、直すの止めたと言ってたから、これだ。はい、次お願いします。

臼田: これは鉄筋コンクリートがむき出しになって、何か寒いからって何かプチプチのビニールを入れているんですけど。

川村: なんかもモダン建築みたいな、モダンアートとか、そんなのじゃないの。白い壁だったの、元は？

臼田: もともと白い壁です。

川村: ああ、すごいね。はい。これはなんですか？

臼田: これは2階にあがる階段のところなんですけど、白くてよくわからないんですけど、よく見ると壁に何かこう貼ったあとがあるのが分かると思うんですけども。

川村: 穴を塞いだってこと。

臼田: はい。

川村: あっちこっち貼ってあるね。はい。修理したところが家中あっちこっちにあるの。

臼田: 家のあっちこっちにありますけど。

川村: はい。これは浦河に来る前にああいう状況になってたんだ。

臼田: はい。

川村: はい、どうぞ次行ってください。

臼田: SOSを出す相手は、自分が困ってSOSを出すとすぐ親に電話しちゃって、こういうことがあって頭に来てむかついたとかって言うと、親も何を言っているのか、妄想なのか、けんかかしたのかよくわからなくて。親が今度は病院のスタッフとかに電話して、かえって困らせちゃったりとかして。今度はSOSを求めにデイケアへ行くと、デイケアから聞こえてきて、お前おれのことをバカにしているんだろーうとかたちで八つ当たり気味に怒鳴っちゃって。親にも電話して、親子喧嘩が始まっ。母親も一緒に住んでたことがあったんですけども、また会えば昔のことで喧嘩になったりとか、暴力行為になるから、親は帰ってもらいました。

川村: 結構暴力事件あったよね。ラーメン屋事件というのが確か。

臼田: あれはラーメン屋で、ちょっとお腹が空いてイライラしてたから。お腹が空いてもイライラしたし、気分的にもイライラしてたから、ちょっとラーメンでも食べて行こうと思って。たまにはおいしいものと思ったら、何かスープが尿臭いもんだから。尿臭く感じるもんだから。

川村: おしっこ臭い。

臼田: おしっこ臭い感じがしてケチつけたら、何だーと言っておたまを持って。

川村: ラーメン屋のオヤジさんに、僕のラーメンにおしっこを入れてるだろうという話になったね。そう言われたらあの親父さんカーツときて、うちのラーメンにおしっこ入れてるってどういうことだと言って、かなりマジな喧嘩になって、あん時パトカー来た？

臼田: パトカー来た。最初に殴られたこととかの仕返しが出来なかったから、看板をバーンと壊しちゃった。そのことで警察が来て、パトカーの人が帰りに、やることがひとつ多いんじゃないかと言われて。

川村: 浦河でラーメン屋さんやることは大変なことだね。ラーメン屋さんもまさか、ラーメンのスープにおしっこ入れてると文句を言ってくるお客さんが来るとは思わないから、病院の近くでラーメンやっちゃたんだろーう。

臼田：出前に出てた奥さんがいたんですけど、止めに入ったんだけど、ぼこぼこ殴ってるもんだから、止めるに止められなくなって。

川村：取っ組み合いになったってこと？

臼田：その奥さんが離れたんですよ、1回。僕はそれで逃げることができて。

川村：あーそうか。そばにいないでよかった。もしそばを通りかかったら、主治医の先生ですかと絶対警察に聞かれた。あそこのラーメン屋さん、今行ってるの？

臼田：いや、全然あれから行ってないです。

川村：僕もね、行くの止めたんだ。やっぱりね、臼田君を殴るようなラーメン屋さんは、やっぱり商売人じゃないよ、客を殴っちゃいけないね。何言われたかわかんないけどさ。明らかにべてるの人と思ったんじゃないかなと思ったけど。お客さんを殴っちゃいけないよね。行くの止めた、先生。でもそれも大事な経験だね。あの頃何も分からなかったよね、臼田君ね。

臼田：友達に相談したら、誰か連れていけばよかったのにつて。

川村：ああ、2人で。誰かとね。ひとりで行ったからね、確かにね。

臼田：ひとりで行った。

川村：誰かと行ったら、おしっこが入っていないかって、ちょっとスープを飲みあっこしたりしてね。友達が大丈夫と言え、それを信じたかもしれないね。ひとりで行っちゃったね。はいどうぞ続けて。

臼田：グループホームでその部屋で暮らし始めて、デイケアに行ってたんですけど、幻聴とか、仲良くできないメンバーとかいたりして、だんだん行けなくなって。デイケア行っても久しぶりのデイケアだったから、顔忘れてるんじゃないかと思って、あんまり外に出ないで家にいるようになってしまっ。その状態、引き込んだ状態が続いて、薬も飲めずに、ご飯も食べなくて、げっそり痩せて。最後固まってしまい、入院というパターンが浦河に行っても何回か繰り返しました。

川村：固まってたね。鶏の唐揚げ持ったまま、何時間も動けなくなって、唐揚げが乾いてしまうんじゃないかと思うほど何時間もね、あの時、そういうこともあったね。何回かあったね。

臼田：はい、何回かありました。

川村：はい次お願いします。これはいいですね。そういういろんなエピソードがあったんだけど、臼田君今は退院しているでしょう。退院しているということは、前も何回も入院を繰り返していたところと、最近の臼田君全然違うと思うんだけど、自分ではどう思います？ 今の自分と、このSOSを出せなかった頃の自分と、比較して自分を見れるでしょう。ラーメン屋の親父と取っ組み合いした頃と違うような気がする。何が変わっちゃったんだろう。

臼田:そこまで経験したこととか、SOSを出せなかったりとか。暴れている自分を。

川村:みんな、臼田君のこと良くなったと言っているんだよ。

臼田:後になって見たら、はっきり言って恥ずかしくなって。すごく迷惑かけて嫌われているんじゃないかと思って、それで。

川村:恥ずかしくなってきた。すごいなあ、素晴らしい進歩だわ。最後に退院したのはいつだけ？

臼田:去年の7月の終わりぐらい。

川村:今住んでる所は尾崎荘という共同住居だけど、その前はフラワーハイツという別のところにいたんですよ。その頃暴れたり、結構うちで穴あけてたように、天井に上がったり、いろいろしてたよね。幻聴が聞こえてくるから、幻聴の聞こえる場所を探したりするんで、とにかく暴れる、興奮するというのが臼田君は有名だったから、入院して住むところを変えようということで。病院に入院中だけでも、退院の練習として尾崎荘のミーティングに参加すると言ったとき、尾崎荘に住んでいた人たちがみんな反対したんだもんね。あの暴れる臼田が来てもらったら困るとちょっと反対あったんだよね。その反対されてた臼田君が行けるようになって、実際評判もだんだん良くなっていったよね。なんで変わっちゃたんだろ。自分のために何かいいことをしたの？

臼田:心掛けですかね。心掛けというか、あの。

川村:心掛け？

臼田:自分が住みやすくするように、回りからコンディションを聞かれたりとか自然にそうなったんですけど。

川村:この今日今やってた研究というのは、いつ作ったの。何年前？

臼田:3年ぐらい。

川村:退院する前だよね。

臼田:はい。

川村:そのころもうだいたい自分の課題は考えていたけれども、この考えている通りにはまだできてなかったよね。これ今できてんじゃないの。今日のSOS出すとか、仲間だとか、そういうことともども、自分をちゃんと助けてる、自分の面倒をてるということでしょう。先生は進歩してきたと思うんだけど。

臼田:そうだ、薬が変わったというのもあるな。薬が変わって、先生が信頼できる薬と言って渡したあの薬が、1番なんか今まで飲んだ薬で合ってるみたいなの。

川村: はあーそうかあ。いい先生に診てもらったよね。先生は、薬だけというよりね、臼田君苦勞しながら、何が大事かということがだんだん前よりわかってきてね、そこは進歩してきているような気がするね。これ何の打ち合わせもせずにやってますんでね。臼田君にとって浦河に来ていちばんよかった事は何ですか？

臼田: 今までにない友達とか仲間、同じ病気持っててこういう体験をしたとか、仲間に言ったりとか。

川村: 臼田君、静岡にいたら今どんな生活してたと思う？

臼田: 静岡にいたら、どこも行かないでたぶん家で。

川村: 家で穴を開けてたか？

臼田: もっとエスカレートして、警察沙汰、事件を起こしてた。

川村: そうか、結構ドラマチックになってた。普通そうなる前に病院に入ったりとかしてるね。でも臼田君こういう今日のもそうだけど、手伝ってもらいながらだけでも、自分のことがとてもなめらかに、臼田君自身の病気のこととかも説明できるよね。これいいね。内容がただ病気ですっていう。中学2年生からもう幻聴が始まっているよね。悪口。自分の考えが誰かに漏れて伝わって、知っているはずのないことをみんなが噂してる、恐ろしいな。勉強なんかしてるヒマないよね。学校なんか行けるような状態じゃないよな。大変だったね。勉強できてたのに、だんだん出来なくなっただろう。

臼田: 出来なくなりました。何か回りが気になって。

川村: 勉強できていれば、臼田君、医学部に行ってたんじゃないか。お父さん、お医者さんなんですよ。普通の日はお医者さんやってますけど、休みの日になると大工さんに。医学部に行かなかったけれど、今研究者として研究の道を進んでいるからね、これが役に立つと思うんだ。いろんな人の役に立つ。ずっと一生かけて自分の研究をしていこうね

臼田: はい。

川村: 臼田君本当にね、最近変わったよ、よかった。殺し屋ゴルゴ13が、なんかこう優しい顔になって。今だってあのラーメン屋さんの前も通るでしょう。ラーメン屋のおやじもね、今だったらちょっと安心しているんじゃないかな。はい。どうもありがとうございました。

川村: 吉野さん、吉野さんに質問するのも

吉野: いやでしょ。

川村: いやということないけど、どこか良くなったのかなと思って。臼田君のようなのははっきり分かるんだけど、吉野さんは浦河に来て何年目だっけ？

吉野: 5年。

川村: 5年ね、札幌から来たんですね。なんでよくなったんだろうね。先生よくわかんない。

吉野: 少しは、ちょっと。

川村: 少しはよくなった。どんなことがよくなったか、思ったことをちょっと話して。こんなことが浦河に来て、勉強してできるようになったとか、自分のことでも、浦河のことでも何でもよかったと思うことを。

吉野: よかったと思うこと。昔に比べたら、友達ができたことがよかったです。

川村: 札幌ではどうだったの。

吉野: 札幌だとそんなになくて、1人とか2人とかお話して、でも自分が病気で思ったことが全然しゃべれなくて、あまりいい人間関係、友達関係は出来なかった。浦河に来たら、みんな病気持ってるから、同じような体験してきた人ばかりだから共感できるから、分かり合う。理解しやすいというか。そういう意味ではすごく理解しやすい友達付き合いが持てるようになった。

川村: だから友達になりやすかったの。札幌だって病気の人がいっぱいいるだろうけど、どうして友達作らなかったの。

吉野: クラスの中に友達もいたんだけど、みんなやっぱりできる子たちばかりだったから、話しても、なんでもこういうことがあった、こういうことがあったと、すごいしゃべるじゃないですか。でも浦河来たら、こういうことが出来なかったって言うから、それが安心。出来ないって言うから、

川村: 出来ないこととか、失敗したこととか、壁に穴を開けてたとか、そっちの方話するんだ。

吉野: そう、そしたら。

川村: 札幌の時はみんなちょっといいところを見せてた、みんなが。

吉野: うん。だから自分もいいところを見せないといけないと思って。

川村: 見栄張ったんだ。

吉野: 見栄張ってた。

川村: ああ、なるほど。話しやすいんだ。

吉野: なんかね、恐くないというか。

川村: 安心して話せるという、そういう感じ。

吉野: うん。その時は自分が出来ないことだらけだったから、出来る人の目の前で何も出来なかったけど、ここに来たら、みんなこれが出来ないこれが出来ないと言うもんだから、堂々と。それが安心につながって、なんか全然私より出来ない人がいたら、なんか自分を出来ない人がよかったなと思うぐらいで。

川村: 病気を経験してさ、吉野さんは病気だと今思ってるでしょう。病気を経験してみて、今日が会場にたくさんいるでしょう。みんなにさ、病気を経験した上で、今こんなことを思う、みなさんに伝えられるようなこと、先生はいつでも聞けるけど、こっちの方を向いてさ。

吉野: 病気になって辛かったことは、人とコミュニケーションとれなかったことで、病気になってよかったことは、人と弱さを話して繋がること出来たできたことがすごく良かったことです。札幌の精神病院に来たときにずっと部屋に寝てるか、食べるか、風呂に入るか、本を読むか、デイケアで何かやるかという、そういう静かな暗い生活を3カ月ぐらい送りました。その中で友達とコミュニケーションとかすることとかもあったんですけど、べてるみたいになかなか自分でこういうこと出来ないとか、そこまでは話せる環境ではなかったんで。だから、病院の中でもこういうことが出来ないとか、お互い弱さをしゃべれたらいいと思って。でも私も入院した時に、お話してても、なかなか病院に入院している人にすらも、強がっているのが辛かったんですけど、浦河に来て、みんなと弱さにつながったら、少し肩の力が抜けてきたという感じで。

川村: 浦河に来た頃はほんとに話せなかったつけ。

吉野: 全然話せなかった、人の話も聞けなかったし。

川村: あなたが来る前、札幌で会った時は本当に静かな人かなと。話さなくてさ、お父さんのそばでおどおどしてね。こんなにうるさい人だと思わなかった。安心して話せるようになったから。出来ないこととか、自分にとってまだ出来ていない課題とか。そんな駄目なところでも言えるということが、ちょっと安心して話せるようになって、今じゃちょっとしゃべり過ぎるぐらいになって。そういう安心できる場所だったというおかげ。

吉野: そうですね。

川村: はい。あとね、長友さんとしばらくぶりだったでしょう。長友さんと浦河で隣の部屋に住んでたんだよね。しばらくぶりに会って、長友ゆみちゃん見て感想。

吉野: 長友ゆみちゃん。ゆみちゃん、何か空港降りたら、待っててくれて、会ったんだけど、なんか顔、若返っちゃった。顔のことばかり言って悪いんだけど、来た時より、浦河で生活していたときより、まるで21か2ぐらいの、なんかべてるに来た当時のようなゆみちゃんになっちゃった。

長友: ありがとう。

吉野: 顔がね、痩せちゃってね、心配してるんだわ。

川村: 浦河では太ってたのね。

吉野: 太ってたなんて言えないけど、もうちょっと今よりはちゃんと。

川村: 本当、デブだったよ前。

長友: 今でも雅子ちゃんよりは太ってるよ。

吉野: 今は私より痩せてるんじゃないか。

長友: いや、私の方が太ってる。

川村: 今日はダイエットの大会。その見た目のだけじゃなくて、しばらくぶりで会ってさ、昨日今日会って、相変わらずおかしいなとか、随分落ち着いているとか良くなったとか、何か体以外の感想。

吉野: いや、普通通り。いつも通り、浦河に来たときと同じ感じ。

川村: 浦河にいた時と同じ？

吉野: 同じ。でもなんかちょっと落ち着いた。お姉さんみたくなった。

川村: 先生は、浦河にいた時より随分良くなってみえるけど。長友さんは浦河時代と今を比べてどう。ちょっとお話しして。

長友: 浦河に行く前からずっと絶望してて、生まれつき暗くて、失敗だらけの、人に迷惑ばかりかける人間だったんだけど、浦河行ってさらに絶望して、どん底まで行って、本当に最悪の最低の人生だった。でもそこで仲間とかみんなに町の人たちとか、いろんな人たちに助けてもらって、すごい助けられるのが得意になった。

川村: 浦河を離れて何年くらい？

長友: 3 年。

川村: 浦河に何年いたっけ？

長友: 11 年。

川村: 11年。かなりいたんだね。離れて3年たつと、逆に浦河でこういうことを勉強したから練習したからとか、なんか今に役立っていることみたい。浦河に行かなければよかったと思っているのか。自分ではどうか分からないけど、先生から見たらずいぶん大人っぽくなったし、落ち着いてるし。

長友: だって浦河では親もいないし、小さい頃からの友達もいないし、さんざん浦河では絶望できた。どん底まで自分をさらけ出せた。

川村: ああ、下だ。

長友: だから、もう最低の最低まで行ったから、今はもうそれまでなくて済む。今もう普通になれる。

川村: なかなか深い話だな。自分のどん底を見た、最低を見た。

長友: だからもう気が済んだ、すっきり。毒素を全部出した。

川村: 浦河いろんな人たちがいたでしょう、変な人。隣に住んでいる人がよくなかった。その影響を受けすぎてるといえることはないの？

長友: もうね、らりって来る。べてるにいとね。

川村: らりって？

長友: らりる。みんな変だから、自分も変じゃなきゃいけないじゃないかと思って。回りがみんな変だと自分も変じゃないといけないと思って、どんどんどんおかしくなっていくんだけど。

川村: そのせいなのか、浦河に変な人多いの。

長友: だから、もうそれから逃げたくて。

川村: そこから逃げたら、少し平和な世界に。

長友: うん、もう平和すぎるね。

川村: 浦河じゃない方が良くないじゃないの。どう？

長友: 私はね、浦河じゃない方がいいと思う。

川村: 他の人たちは、これからべてるに行きたいなと思っている人もいるんだろうけど。

長友: だから私、べてるの人すごいと思う。よくあんなんで生きていられると思う。

川村: そうだね。

長友: すごい。

川村: 大変だね。

長友: あれ人間じゃないと思う。

川村: そうかあ。

長友: 尊敬するんだ。べてるで本当に勉強になったのは、みんなすごいなあと思って。

川村: あそこは練習、道場みたいなもんかね。ずっといるより、ある程度練習したらそこを逃げた方がいいのかな。

長友: あそこはね戦争だね、戦争。

川村: なるほどなあ

長友: もう宮崎に帰ったら、平和でもう。

川村: でもみんな、宮崎の人は結構先生宮崎は遅れてるんですって言うてくる人たちがいるんだけど、何が遅れてる？

長友: 安心して絶望できないのかもしれない。親とか、地域の人が。

川村: 例えば、もっと本当のこととか自分のことをもっと言ってもいいんじゃないかという感じ？

長友: もっと自分を爆発させてもいいと思う。

川村: でも多分爆発したらみんなからあきれられるか。

長友: もったいないよね。

川村: もったいないよね。どうすればいいんだろう？

長友: そこが私もね、悩んでたんだよね。今も爆発しようかどうしようか悩んでる。

川村: 爆発までいっちゃうとね、ちょっと信用をなくするということがある。

長友: ちょっと傷つくからね、みんなね。

川村: そう。だから爆発は人に迷惑かけるところもあるから。

長友: 傷つける。

川村: 悩みを話すとか、自分のことをちょっと詳しくなる、今日の研究という話もそうだけど、自分のことを言えるようになると結構仲間ができてくるというか、私も似てるとか、同じだという人がいるでしょう。

長友: だから仕事をおおいにして、いろんなことをやって、ボランティアで何でもいいから、人のために一生懸命になって、それで傷ついて、すっきりするのが一番いいと思う。

川村: やっぱり、傷ついた方がいいんだ。

長友: うん。傷つかないと成長できない。

川村: なかなか厳しいね。あとね、長友ゆみから見て、長友ゆみという人の親は大変だったと思うんだけどさ。どうだい長年親と付き合ってた、お父さんお母さんがだいぶ病気のことについてもうあきらめてくれたというか、落ち着いてきてくれているとか見える。どういうふうに見える、親。昔ゆみに頑張ってた頃と比べて。

長友: 変わってないね、変わってない。

川村: 変わってないというのはもうちょっと説明して。駄目だってことそれは。

長友: いやそういうわけじゃないけど、親は親なりの苦労があって、お父さんもお母さんも姉ちゃんも兄ちゃんもそれなりに苦労を抱えていて大変なんだろうけど。それを私が理解できたんだ。前は自分のことばかりしか見てなかったから。

川村: もとはもっと長友ゆみという娘のことをもっと心配していた親のように、先生には見えてたけど。最近の長友ゆみのお父さんお母さんを見てもさ、心配してもしようがないと思っているのか、何かあんまり心配するというのをやめているような、ゆみにやれることはやったから、あとはゆみに任せてみたいな。

長友: まあ、それは。

川村: ちょっと関係が大人びてきたというのか。

長友: うん。

川村: もしこう・・・。

長友: あっ違うの。お父さんとお母さんが幼稚化してきた。逆になってきた。そうそう、立場が。お父さんとお母さんもう痴呆に近いから。

川村: じゃあ、痴呆になったら相談に乗るから。

長友: はい、よろしくお願いします。

川村: 大分ね、親も年をとってきてさ、娘のことよりも自分のことも考えなければならなくなってきたということは、いい意味で、娘のことどころではなくなっているって。

長友: そうです。

川村: それは、最初今日も先生は言ったけども、親があるいは病院の医者も必要以上に相手のことを治しすぎたり、心配しすぎたりというのがよくある。一応心配しているか心配しているフリをしているか分からないけれど、大分リラックスしているのか、もうあきらめたのか分からないけれども、力が入ってないやろなという感じがして。

長友: 力が入ってない。

川村: 吉野さんの親よりは心配してないよね。

吉野: ゆみちゃんのことを。

川村: うん。

吉野: ゆみちゃんのお母さんが。

川村: うん。

吉野: そうだね、もう信頼しきっているゆみちゃんのこと。

川村: 吉野さんとの親だったら、もう次地デジだと言ったらテレビ買ってきて、持ってきたりするもんね。

吉野: なんか、なんかね、あんまりそういうことされるのもどうかなと思う。

川村: 吉野さんのところも、心配なんだろうが親は。

吉野: なんかやるもの、ものだけはいっぱいやるけど、なんか肝心な人間関係が全然。

川村: 臼田君のところも親はどうだい、変わってきてない、どう。

臼田: 暴れていたときは何かあれだったみたいですけど、ちょっと安心したところもあるみたいで。

川村: 特に最近、臼田家の親はちょっと変わってきているような気がするんだけど。今年の正月、両親が来てたでしょう。あの日曜大工をやるお父さんも、大工っ気なくなったんじゃないかなと思うくらいにこやかに、あの人のいないに大通りを3人で歩いてたよね。先生車で行ったら見たもん。ニコニコして、お父さんも母さんもうれしそうな顔をして歩いてたな。なんで親はああなったんだろうね？

臼田：入院してる時に両親来てたんですけど、退院してから川村先生からいい報告を聞いたみたいで。それで正月会った時は何か父親が、あんまり笑わない父親が笑ってました。

川村：ずっとね、臼田君のお父さんお母さんに嘘を言ってたんだわ、よくなったよくなったって。ずっと何年もだましてるとね、だんだん親も安心してきたのか。ついに臼田君もよくなったから、やっぱり本物になったんじゃないかね。いいよね。ただね、病気がよくなったからだけじゃなくて、臼田君の良くなり方が、前よりいいのさ。自分のことを自分で見れるようになった。親が一生懸命やらなくてもよくなった。ゆみを見ててもそう思う。何か今のゆみの落ち着きは、親ががんばってたからたまたま安定しているのとは違う。親子だけど、ちょっと適当な距離をとっているという、吉野さんのところも、どうなんだろう吉野さん。

吉野：全然だめだね。

川村：全然だめなの？ 吉野さんの親に会った事ないわ、先生。

吉野：最近ですか。

川村：うん。元気なの？

吉野：元気。かよちゃんが言うにはね、お父さんは精神科の看護師なんですけど。

川村：お父さんは精神病院の看護師さん、勤めてるよね、本職だよね。

吉野：はい。精神病院の看護師なんですけど、私は病気になったんだけど。かよちゃんが言うには、うちのお父さんは軽躁状態。しょうこちゃんが言うんだ、軽躁状態だって。

川村：お父さんが？

吉野：うん。

川村：厳しいね、べてるの人は。

吉野：ちょっとね明るすぎてあぶないって。お母さんはね、引かないところもあるんだけどね、すごい猛烈に前に出るところ怖い。

川村：そうなの？

吉野：うん。

川村：ふーん。そういう親のところから今避難してるんだね。はい、どうもありがとう。

敢えてちょっと親との関係というそういう話題に触れましたけども。研究というのは人事（ひとごと）のように、自分たちの問題をちょっと距離をおいて、見ていくことなんです。だから、親子の間

題についても、家族の中だけで、自分たちだけで悩んだり困ったりしているよりも、もっと自分たちの悩める問題を話せるような場、そういう時代をつくることが大事かなと。

かと言って、言ったらすぐ解決するというわけじゃないです。話しながら悩む、話さないで悩むのと、話して悩むのとはちょっと、悩み方がちょっと違います。どうもわれわれが関わる問題は解決するということとはちょっと違うニュアンスですね。ずっと悩み続ける、深刻に悩むということは非常に辛いけど、真剣に悩むんだけど、笑いながら悩むという悩み方があるように思います。

私も深刻に医者やってても、辛くなってくると、患者さんに会いたくなるようになります。こっちが治そうとして治っていなかったり、ああさせようとしてならなかったり、治った人だけがいいと感じるだけで。そうするとね自分で考えるんですよ、いやな医者だなんて。

そういう独りよがりにも、私はいい医者だ、いい治療だと思っても、べでるの人たちはなかなかキツイんですよ。思ったことを平気で言うてくる。医者の治療に文句を言うてくるくらいの事が、浦河では大事だと言われます。医者に文句の1つも言えるような、ただの文句じゃなくてきちんとした主張、意見として言えること。そういう治療とか医者に文句の1つ言える薬入れたからねとか、みんなにも相談しようねとか、なんかこうだんだん自分の課題と向き合える。そういう方向に進んでいるかなと思うとね、そう間違った方向に行っていないらしい。

誰かと一緒に行くとか、道案内をしてくれる人がいるとかいうのは、新しい初めて通る道でも、やっぱり心強さが違います。地図もないのに知らない道を歩くことは誰もが恐ろしくて出来ません。みんなと力を合わせながら、みんなで探して行く。そういう事が私たちは大事かなと、浦河では考えるようになりました。

これからも浦河は大変失敗の多いことだけには自信があります。こんなにうまくいってるというよりも、こんなに失敗をしてきた。ただそれを全部無駄にしたいくない大事な取り組み、大事な途中経過だと思います。

そういう中で、人として何が大事か、障がいを持って暮らしているという、その暮らしの中に人として何が大事かということが、だんだん見えてきた。それはもしかしたら、そういう商売とか失敗のおかげかもしれない、恵みかもしれないと、そんなことを考えながら進んでいく。これからも失敗していくでしょうけども、私たちの自信は、全国に、あるいは全世界に同じように悩み、同じように失敗している人たちがたくさんいること。それだけは間違いないという確信が、浦河をただの田舎町の経験というだけじゃなくて、多くの人たちとの大事な経験をしているところ、つながるための経験をしているところだというふうに考えながら、やっていきます。どうぞこれからもよろしくお願いします。

北海道でも、宮崎のことがテレビに出ない日はありません。もういつも宮崎、宮崎、宮崎ですけども、精神障がいというテーマで、やっぱり宮崎にもそういう仲間の人たちがいるという、宮崎は決して知事だけの街じゃないということを、心にとどめておきたいなと思います。ありがとうございました。