

## べてるの家の実践に学ぶsufferingとwell-being

向谷地生良\*

**Suffering and well-being : learning with Bethel house**

Mukaiyachi Ikuyoshi

Urakawa Red Cross Hospital, clinical social worker

キーワード

精神障害者

社会復帰

べてるの家

幻覚と妄想

精神科ソーシャルワーカー

---

\*浦河赤十字病院医療相談室

## I はじめに

北海道浦河町という、えりも岬の北西に位置する人口1万6000人の過疎の町で、「精神障害を体験した若者有志による町興し」という形で始まった活動は、18年を経て全国各地に「べてるの風」を送り届けるまでになった。全国各地で、市民が「べてる」をキーワードに集い、地域のあり方や、福祉や教育、ビジネスなど語り合うようになってきた。名古屋では、5年前から、企業家や市民が自発的に集い「名古屋べてる祭」を開催している。浦河からも大勢のメンバーが参加し、交流を続けている。「べてるの繁栄は、地域の繁栄」「安心してサボれる会社づくり」などという実践から生まれた理念が全国各地に飛び火し、それぞれの場所で「問題だらけで取り得の無い」という地域に再び目を向け、新たな可能性を探る作業の種火として用いられようとしている。

従来から、精神障害をめぐる議論が、精神障害者をいかに治療し社会復帰させるかという治療論や社会復帰論として語られ、精神障害者を取り巻く差別や偏見の多さを嘆き取り去ろうとする風潮のなかで、北海道の小さな田舎町で始まった当事者たちの歩みがこれほどまで多くの人たちに受け入れられようとしている背景には、あえて当事者たちが「地域のために」と活動を始め、偏見差別に対しては、「精神障害者は怖い」という偏見差別をもちやすい地域住民を理解し、温かく受け入れていこうと「偏見・差別大歓迎」を掲げ地域に出て行き交流を重ねてきたあり方が、多方面に共感を生んでいるものと思われる。

しかし、それは単純な理念への共感ではなく、12年前に「日高昆布を全国に」と10万円の元手で始められた日高昆布の産地直送事業を軌道に乗せたばかりでなく、会社を設立し当事者が社長に就任し、介護保険事業や様々な事業にも進出し年商1億円を超える「企業体」に成長していることへの驚きであると同時に、それは、「その朝にならないと誰が出勤してくるかわからない」という現状とともに、組織の生命線ともいえる「人付き合い」に致命的な弱点を抱える90人もの人たち—精神分裂病・アルコール依存症・躁うつ病・知的障害者等—が

ビジネスに挑戦し、閉店や倒産の報が飛び交う地域のなかで「利益」を出し企業としても成長を遂げている事実への注目でもある。しかも、それは働く人たちが精神分裂病等精神障害という致命的な弱点を抱えていたからこそ成し遂げることのできた現実でもある。その意味でも、べてるの家の実践は、「治る」ということや「健康」であることにおいても、新たな意味や可能性を時代に提示しているとも言える。

## II 「健常」ということ

「向谷地さん、一度“健常者”と付き合ってみたいと思って健常者の彼氏ができたんだけど、健常者って思ったほど健常じゃないね……。」べてるの家のベテランメンバーで精神分裂病で8回の入退院の経験がある山崎薫さん（29歳）が、ふらりと相談室に立ち寄り吐いたこの言葉は、今のべてるの家の雰囲気を象徴的に表しているといえる。

今から23年前、精神科ソーシャルワーカーとして仕事を始めた私が、当事者とのかかわりのなかで痛感したのは「関係を築くことの困難さ」であった。ソーシャルワーカーとして未熟でもあった私は、当事者の病状悪化の場面や泥沼の家族関係に直面するなかで、ころころが共に蝕まれるかのような危機感を感じたことさえあった。それは、1979年4月から1982年11月まで、足かけ3年間、浦河教会の古い会堂（現べてるの家）で、病的な酩酊を繰り返し、地域で様々なトラブルを引き起こしたメンバー等との同居の体験と、べてるの家に入居後、ふだんの陽気さと打って変わって次第に寡黙となり、壁に突進をしたり倒れたりの「発作」を繰り返す早坂潔氏とのかかわり合いのなかで培われた実感でもある。病状悪化した子供を抱えながら右往左往する親に向かって「巻き込まれないように」と働きかける立場の私自身が、当事者との同居という立場に自らが置かれたときに、十分に巻き込まれ、冷静で有り得ず、腹が立ち、失望していたという事実は、その後のソーシャルワーカーとしての援助観に大きな影響を与えることとなる。

その経験を通じて、私は、精神障害者の社会復帰を阻むものは、当事者の病状や障害の程度や生活能力の問題以上に、ソーシャルワーカーとしての私自身も含めた周囲の「関係を築く力の脆弱さ」の問題であることを見出したのである。つまり、精神障害を抱えながら生きようとする当事者の周辺で勃発する人間関係を巡るトラブルやストレスが、当事者が地域で暮らそうとするうえでの最大の障壁であることを痛感したのである。この「関係」というキーワードで全体を見回すと、いたる所に「関係の危機」が横たわっていることがわかるようになった。

精神障害者を「関係の危機」のきわみを生き抜いた人々として考えるならば、病気とは、その危機から脱出する一つの装置としてあるというのが、べてる流のとらえ方である。そして、メンバーたちは「関係の危機」の背景のベースに「自分という人間との付き合い方」というテーマがあることを知るにつれて、みごとなまでに自分自身と他者との関係を生きる調整能力を身につけてきた。今流の言葉を使うならば「IQ—知能指数」から「EQ—感情指数」への転換を意味し、べてるのメンバーは、そのみごとなまでにその先取りをしてきたということになる。それは、精神障害の体験を活かしながら暮らす生活の知恵とっていいかもしれない。

そのように「様々な関係の危機を生き抜いてきた人たち」としてのべてるの家のメンバーは、誰よりも自分自身と他者との折り合うことの大切さを知った存在である。早坂潔氏は、嘘をついたり、人と争うと途端に落ち着きを失い、仕事も手につかなくなる。だから、彼は誰よりも真剣に正直であることと、仲間と和解する努力を惜しまない。しかし、いわゆる「健常者」は、「病気」という歯止めがないゆえに関係の回復という動機を失うという「障害」を抱えている。その意味で、精神障害を抱えた早坂氏は「関係」においてきわめて健康的であるのに対して、「健常者」は致命的な「不健康」を生きていることになる。

OLだった清水里香さんは、精神分裂病による被害妄想で7年間の引きこもり体験の持ち主である。ある講演会の席上、フロアから「私は、以前、健常者としてちゃんと仕事もしていましたが、病気になって何もかも失い張り合いの

ない毎日を過ごしています。清水さんはどうですか……」という質問が寄せられた。それに対して彼女は、「私も以前はOLとして、いわゆる健常者として仕事をしていましたが、今思えば本当にあのとき私は『健常』であったのか考えるときがあります。むしろ、病気を経験した今のほうが、よっぽど深みがあり、前向きに生きているように感じています」と述べている。

今や、浦河において「健常者」という代名詞は、精神障害を体験した当事者の憧れではない。健常者とは「まだカルテがない人」という程度の差しかないとさえいえる雰囲気なかで、逆に、憧れの「精神分裂病」でないことの悔しさを訴え、「俺、幻聴がなかったかな……」と病気探しをするメンバーまで現れている。

そのような「人間関係の健全さ」という視点からいわゆる健常者の世界を見渡すときに、我々「専門家」における日常の人間関係を築く能力も含めて惨憺たる状態といわざるをえない。精神障害という高精度の生き方のセンサーを身につけたべてるのメンバーと比べると、我々のハンディの大きさが際立つ。そんなとき、山崎薫さんの言葉が、真に迫って聞こえてくる。「健常者って、大変だね……」と。

### III 弱さのもつ可能性

20年にわたるべてるの家の歩みのなかで、最も大切にしてきたのは「弱さ」である。最近も、ある小学校の前を通ったら玄関の前に立派な石碑が置いてあり、そこには「強く・正しく・遅しく」と書いてあった。町内の学校の体育館には「いつも明るく元気な子」という標語が大きく掲げられている。

精神分裂病等精神障害を体験した当事者が最初に直面するのが「弱く、失敗だらけで、遅しさに欠ける」自分を責め苛むことである。まるで、呪文のように私たちのなかに染み付いた「強く・正しく・遅しく」という生き方の理念は、人生の途上における正反対の局面において、自らを敗北者と否定しつつ、まるで切り立った絶壁を登るように、社会復帰という頂上を目指して頑張らせよう

とする。しかし、不思議なことに精神障害という「病氣」はそれを許さない。がんばると病氣になってしまう。まるで、病氣自身が、その人なりの安心の生き方を知り、がんばろうとする本人の前に立ちほだかろうとするかのように、発病のスイッチを入れてくる。べてるでは、それを「病氣に助けられている」という。

精神分裂病の教科書には、再発を繰り返すほど再発しやすくなり、社会復帰が困難になると書いてある。しかし、浦河のメンバーは、入退院を繰り返すたびに、遅しくなっていき、人間として研ぎ澄まされていく。病氣そのものが、人生の方向舵となって生き方の方向を導いてくれるのである。つまり、精神病という病氣の症状が重要なのではなく、症状を誘発する生活スタイルや生き方の方向が大切になってくる。パチンコに夢中になり、サラ金の借金が嵩んでくるときまって眠れなくなり、幻覚妄想状態に陥る人がいる。彼にとって、どんなに借金が増えようとも幻覚妄想状態にならない特効薬は、意味がない。まさしく、幻覚妄想状態になることによって、危機が回避され、相談支援体制がつくられていくのである。しかも、「病氣でない」という状態が必ずしもその人個人の幸せを保障するわけではないし、精神障害を経験しない人が、すべて順調な人生を送っているわけでもない。

早坂潔さんという、特殊学級出身で、働き、利益を生むということの対極を生きた人物が、相変わらず根気がなく、情緒的にも不安定であったおかげで、べてるの家の礎となり、人をつなぎ経営的にも急成長を遂げるべてるの家の事業のシンボルとなってきたように、「弱いこと」や「病氣である」ことが、「強いこと」や「病氣でない」こと以上に価値をもち、可能性に富むことを証明している。

#### IV 幻聴さんをとらないで

べてるの家のメンバー有志が、東京での講演と出張販売の折り、製薬メーカーの本社を訪ねることになった。ちょうどその日には、全国の支店長会議が開

催されており営業の最前線に立っている社員との懇談の機会が得られた。その席で「皆さん方から製薬メーカーに望むことは何ですか」という質問が寄せられた。一緒に行っていた松本寛さんが答えた。「浦河は田舎で、遊ぶところも少ない僕はお金もありません。ですから、幻聴さんと話すことは暇な僕にとっては大切な息抜きなんです。もし、幻聴さんがいなくなったら寂しいなという気持ちです。ですから、飲んだら途端に幻聴さんがいなくなってしまう薬をつくらないでほしいなと思います。」思わぬ答に会場は爆笑の渦に巻き込まれた。

もちろん、浦河には幻聴さんに苦勞をさせられているメンバーもいる。しかし、松本さんをはじめ主だったメンバーのほとんどは、「幻聴」を「幻聴さん」という日常生活のパートナーもしくは自分の体調と気分のバロメーターとして実にうまく活用している。教科書的には、「幻聴の内容にあまり立ち入らない」という原則が説かれ「なるべく話題を現実に戻す」ということがポイントと書かれている。しかし、幻聴が聞こえる当事者にとっては、聞こえることと同時に幻聴との付き合いに翻弄され対人関係同様に苦勞している事実も紛れもない切実な「現実」なのである。その「現実」を現実としてとらえ共感し、共に生きようとする関係の広がりが見られると、不思議なことに幻聴は、当事者にとって「迫害者」から「支援者」に変わる。幻聴を説明する見方として「思考化声—考えていることが声となって聞こえる」という概念があるが、その意味でいうならば「実存化声—生きている現実が声に反映する」とでもいうべき経験が浦河で見られるようになってきた。とある精神科領域の研究会の席で、「幻聴」についての発表をした高名な研究者に上記の質問をしたら、「医学的な見地から言うとプラスの幻聴であれ、マイナスの幻聴であれ、治療の対象であることには変わりはない」という見解であった。しかし、松本さんの言葉の背景には、もし幻聴がすべてなくなっても自分は少しも幸せではないし、幻聴を抱えていることが、お互いの体験を分かち合い、コミュニケーションを豊かにし、生活の質を担保する安全装置の役割を果たしているという実感が込められている。つまり、幻聴という治療の必要な症状に苛まれるという構図から、幻聴を「幻聴さん」という形で生活そのもののなかにもうまく取り込み有意義に暮らす生活

文化が今、生まれ始めているのである。

## V おわりに

今、べてるの家では「プロジェクトB」という企画が進んでいる。「B」とは、病気のBである。それは、「今、時代は精神障害を体験した当事者の生の声を求めている」という発想から、地場の産物といえば日高昆布かサラブレッドに限られ過疎化と地場産業の衰退が進むなかで、べてるの家の活動のなかで育まれた精神分裂病を体験した当事者の声を、日高昆布にもひけをとらない独自性に富んだ「産物」として「売り出そう」というなかから「プロジェクトB」が生まれた。そのなかで、中心的なプロジェクトは、『精神分裂病を生きる』というビデオの製作である。30分のビデオのなかで、一貫して当事者の体験が盛り込まれている。入院中のメンバーも含めて「とにかく語ること」への挑戦は、売れた本数に応じて出演者に「印税」という形で還元されることになっている。「病気」であることを語ることが、そのまま昆布の産直に匹敵する新しい事業として成立するか否かという「先端ビジネス」への挑戦が、過疎の町浦河で始まっている。「治ること」「社会復帰すること」の価値を超え、入院していても、通院していても、引きこもっていても、今という現実のなかに既に価値があり、可能性が開かれていることの証であり挑戦でもある。

---