

9/8(木)

【分科会 9】「こんぼ亭」スペシャル：続・リカバリーのことを語ろうじゃないか

出演者：副島賢和（院内学級担任・小学校教諭）／川北誠（WRAP みえ）／加藤玲（新宿フレンズ）
伊藤順一郎（国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所／NPO 法人地域精神保健福祉機構・コンボ）
司会進行：久永文恵（NPO 法人地域精神保健福祉機構・コンボ ACT-IPS センター）

この分科会は、今年の4月より始まったコンボの新企画である「こんぼ亭月例会」のスペシャル版として、開催しました。こんぼ亭月例会は、コンボが発行している「こころの元気+」のライブ版を目指して、コンボのネットワークを活かしたお客様とともに、リラックスした雰囲気の中で、「元気になる」話題や情報をとりあげているのが特徴です。

今回は、こんぼ亭の記念すべき第1回目のお客様である“赤鼻の先生”こと副島賢和さん（2011年1月に放映されたNHK「プロフェッショナル仕事の流儀」にご出演）に再登場いただき、三重県から当事者の立場である川北誠さん、東京都からご家族の立場である加藤玲さんをお迎えして、「リカバリー」についてそれぞれの立場から語っていただきました。

まず川北さんから、「病気になる前よりも元気！」ということをテーマにお話しいただきました。川北さんはご自身の経験からリカバリーには際限がないこと、かけがえのない出会いや母親との関係、仕事を続けていく忍耐力、趣味が増えたことや人生を生きていく術など、病気になったからこそ得られたことを共有していただきました。「いいことも悪いことも含めて、自分の人生として受け入れる」、「自分が引き受けるべき苦勞と、そうではない苦勞があると思う」ということばもとても印象的でした。

ご家族の立場の加藤さんからはご自分の体験を通して、家族のリカバリーについて語っていただきました。家族会との出会いで「仲間がいる」という感覚を持てたことや、「もう、原因を探して悲嘆にくれるのは止めよう。それよりも、今できることで一番いいと思えることをしよう」と前向きに思えたことなどが、リカバリーの第一歩だったということ、息子さんとご家族の経験からお話ししていただきました。

副島さんは、入院中に学校に通えない子供たちのための、院内学級の先生です。今回は、震災後の子供たちのこころのケアを目的とした「みどりの東北元気キャンプ」での体験なども交えてお話しいただきました。「震災を自分で乗り越えることができる達人になってもらう」「自分は自分でいてよい」という子供たちへのメッセージや、「他人と比べないこと」というかかわりの姿勢など、リカバリーという考え方に通じるものがたくさんありました。

最後に亭主の伊藤さんにも加わっていただき、副島さん、川北さん、加藤さんに、会場からの質問を交えながら、語り合っていただきました。会場からは「もっと出演者の方々のお話しが聴きたい！」という雰囲気が伝わってきました。メンタルヘルスの枠を超えて、リカバリーをさまざまな立場の方々と一緒に考える貴重な時間になりました。

《久永文恵（NPO 法人地域精神保健福祉機構・コンボ ACT-IPS センター）》