

共著、『精神疾患の元新聞記者と発達障害の元新聞記者がお互い取材してみた。』

オカピーはじっくりと（山口・光市「福祉メイキングスタジオうみべ」で）



早くも感想特集です 初回は鹿児島 ラグーナ出版

みなさん、こんにちは。こんばんは。またはおはようございます。天地成行です。師走です。朝晩は寒いですね。さて、大橋広宣さんとの共著『精神疾患の元新聞記者と発達障害の元新聞記者がお互い取材してみた。』（ロゼッタストーン）が発売となり十日が過ぎました。

発病してから縁が遠ざかっていた東北地方の方が「買ってすぐ読みました。大変でしたね」というようなこともあったり、さまざまなドラマが日本全国で巻き起こり始めております。さて、一面の写真は前崎知樹・福祉メイキングスタジオうみべ代表のご協力で「海辺のオカピー」に友情協力をしていただきました。オカピーありがとうございます。

そしてなんとといっても今回は、早くも感想特集！精神疾患当事者が社員の鹿児島市のA型事業所の出版社のラグーナ出版編集部のみなさんです。北のべてるの家、南のラグーナ出版で横綱を張る事業所です。天地とは数年来のお付き合いをさせていただいております。年に三回『シナプスの笑い』という雑誌を出されたり、書籍、名刺づくりなどいろいろされております。精神疾患当事者の方は一度見学しにいかれると刺激になりますよ。

感想を読んだ版元の弘中百合子社長は「真剣に読んでくださってありがとうございます」。共著者の大橋広宣さんは「さすが、当事者の方々の感想は違いますね。共感性の高さに感動しました」と秒速でレスポンスしました。人と人との縁を大切にしていきたい天地はすぐにレイアウトして発行いたします。それでは三十八号どうぞ。

(有川)

大橋広宣さんとの対談、無事出版できておめでとうございます！

内さんに一番に渡されて、一気に読みました。お二人とも波乱万丈な生き方をさ
れていて、読み終えた後、「私も、がんばろう」という気持ちになりました。両親
が亡くなって、今は障害年金とA型の収入で何とかやっていますが、正直定年後の
自分を考えると不安でいっぱいになります。

大橋様のホームレス体験、実は私にもあります。

東京在中に、発症して山手線内を昼夜問わずぐるぐる回っている時に、早稲田
のアパートには帰らず、眠るのはファストフード店やファミレスで、あとはひたす
ら歩いていました。シャワーすら浴びなかったため、私はかなり汚い恰好をしてい
たと思います(笑)。

ただ、父からの送金がキャッシュカードで下ろせたので、マクドナルドのポテト
や自販機のお汁粉ドリンクなどで、カロリーを取っていました。しかし、途中でキャッ
シュカードを落としてしまい、一文無しになった私は、早稲田のアパートに帰りま
した。冷蔵庫に何も無い中、炊飯器の米を手づかみで食べたことは、本当に、お金
がなくて飢えることの痛みを私に教えてくれました。

「障害」についての表記ですが、私は「障害」のままでもいいと思う派です。それだ
け、私の生きていく上での重い足かせとなっています。なんだか、漢字を変えたり
ひらがなにしたりするだけで、障害の重さが軽くなってしまいうような気がし
ます。

私は眠剤が重いため、一日十時間以上の睡眠を必要とします。もっと漫画を描きた
いのに、「眠るのが仕事」と主治医にも言われています。ときには、午前で仕事を
終えて帰って、そのまま寝て、夕方起きて、食事とシャワーを済ませ、また朝まで
眠る、なんてしたりします。

天地様はご両親がご健在みたいですが、「ひとり」になると、自分がどれだけ父親
に守られていたのか思い知ります。「ひとり」は、本当に「ひとり」です。とにか
く儉約して地味に暮らしていくとしても、障害年金だけでは本当に最低限の生活し
か送れません。いざ、洗濯機が壊れた、冷蔵庫が壊れた、となったときの貯金もし
なければなりません。お化粧品もできない、美容院にも行けない、というのは女性と
して本当に切ないものです。「親亡き後」の障害者の問題は本当に考えなくては
いけない問題だと思っています。でも、世界には、泥水を飲んで生きている人たちも
いると思うと、「豊かさ」の意味を考え直します。

お二人の本が、多くの人々に読まれ、生きていく上での灯となりますように。こ
れからのご活躍も期待しています。

注) 今回は見出しはありません

(星礼菜)

会話形式で読みやすく、思わず笑ってしまうようなユー
モアもちりばめられていて、素直に楽しめました。また、
新聞記者というお仕事の大変さや醍醐味なども知ることが
でき、興味深かったです。お二人が波乱の人生を語ること
で自分の弱さをさらけ出して、今同じような立場で苦
しんでいる人に励ましと勇気を与えると感じました。

私も弱者の側なので、日々恩恵を受けています。なので、
支えてくれる人への感謝と謙虚さをより一層持つ必要があ
ると、改めて思わせる内容でした。でこぼこの人間同士が
折り合って生きていくために、お互いが理解し合うのはと
ても大切なこと。それを伝えてくれる本なので多くの人に
手に取ってほしいと願います。

(エピンビ)

ラグーナ編集部のエピンビです。ベタ誉めします。仮装
大賞で言えば脱帽賞です。本当に脱帽しました。本の装丁
もおしゃれだし中身もすばらしいです。多分、対談の形式
もよかったです。これをはげみにしてください。但
し、少し冷静になって。いいことがあるとどうしても高揚
してしまいますので。たぶん、本人もご存じで、気持ちを
抑えて、抑えて、とされているのかもしれない。ちよつ
と落ち着かせて、また着実に励み進んで行ってください。

中身については、結構、いろいろ貴重なご経験をされて
いるのです。私は初めて就職した会社の研修期間中に発
病しましたので、社会経験はほとんど踏めませんでした。
そこからいくと、若いときにいろいろなきちんとした経験
を踏まれているので、基礎が私よりもずっとしっかりして
いるのではないかと思います。なので、伸びしろもある
うかと思えます。その点はすごく羨ましく感じました。私
は結局ヨーロッパの土地は踏まずじまいでしたので。

これからも頑張ってください。

(深水)

●第1章「精神疾患」「発達障害」の当事者として

第1章は、天地氏が半生を語り、大橋氏が聞き手という構成。驚かされるのは、天地氏のバイタリティ溢れる、その行動力だ。本人は自らを凡人と謙遜するが、少年期には複数の習い事をこなし、高校ではボランティア部の活動に取り組み、山口県の会長を担うなど、同級生との暴力沙汰もありながら、さまざまな物事に精力的に勤しむ人柄であることが窺える。

大学受験についても、国立大学合格を果たし、まさに順風満帆。英会話サークルで得意を活かし、ギターを人前で披露し、恋愛もするなど、暗い学生生活を送った私とは雲泥の差である。若さ故の自己陶醉もあったようだが、そんなものは誰の若い頃でも覚えがあるものだ。その時期に福祉の現場も経験していて、後にそれが役に立つということは当時の天地氏には想像できなかっただろうが、人生、無駄はなしとはよく言ったものだ。

一方、統合失調症を発症した際の状況も詳細に語られている。新聞記者当時に多忙をきわめていた際に、発症したとある。業種は違うが、私も生命保険会社の営業職として、研修を受けている時に発症した。仕事のストレスで心理的に追い詰められていて、急性期の奇行やテレパシーと誤解する部分は私にもあてはまる。ただ、私の場合は家に引き籠り、布団の中でガタガタと震えているような状態だったが、氏の場合は、「二人^ハ時間サンダルマラソン」や「〇泊二日歩いてタクシーでひた走る九州旅行」など、無謀とはいえ、行動に移すところが生来の性格が表れるのかもしれない。今振り返れば、笑い話なのだろうが、急性期の真っ只中にある時は、まさに藁をも掴むような心理状態であり、底知れない未知の恐怖に打ち震えるものだ。

そんな時、私の場合は家族に支えられたが、氏の場合、「四恩人」との出会いが救いになったとある。病気になったことは不運であったが、その結果として、今までは違う人間関係を築くこともある。病気は人生の一側面であり、すべてではない。どのような状況に置かれても、そこで得るものはある。そんなことを第1章を読んで、思った。大橋氏によるコラムも、精神疾患に不案内な読者への解説として、簡潔にまとめられている。

●第2章「リセット」することと「個性」を發揮すること

第2章は、天地氏が聞き手になり、大橋氏が半生を語るという構成。行動的な天地氏と比べると、大橋氏の少年期は内向的ではあるが、自分の好きな分野にはのめり込む性格だったようで、私と重なる部分はある。授業をまったく聞かずに空想に耽るなど、共感するところだ。それでも、そんな氏を叱責するのではなく、温かく見守ってくれる家族の存在は救いであつただろう。

ただ、教師の理解は得られず、同級生からは壮絶ないじめに遭うなど、気の毒な部分もある。私自身は、相性の良い教師とそうでない教師がいて、その時々で状況は違つたし、多少はあつたが、氏ほどのいじめを受けた経験はない。だが、過酷な経験をすることで、それをバネにして、大きな飛躍を遂げることもある。小中学時代は悲惨だったが、そこから避難するために遠方の高校へ進学し、人生をリセットする行動に出たのは、氏にとって、吉と出たのだろう。「逃げる」という言葉にはネガティブな意味もあるかもしれないが、文中にあるように「避難」と考えれば、自分自身を守るという意味で、賢明な選択だと思ふ。

父親の毅然とした対応や理解ある校長との出会い

も氏の人生に光明をもたらした。その後、新聞社に記者として、入社し、以来、三十年以上「書く」ことを仕事にしているとあるが、一貫性がなく、転職を繰り返した私からすれば、羨ましい限りである。とは言っても、発達障害の当事者である氏からすれば、「書く」ことを生業にするのは、並々ならぬ努力を要したことだろう。ここでも、職場の理解があつたとあるので、周囲の環境に恵まれたともいえるだろう。

お二方の記者時代の話も面白く、読ませていただいた。二十代から中年期にかけての苦労話や愉快なエピソードなど。まさに人生、山あり、谷あり。お二方も個性的で紆余曲折の人生を送っているだけに、記者という仕事にそれが見事に活かされたということだろう。特に芸能関係の著名人との仕事など、話のネタになるような経験が散りばめられていて、デイカプリオやタランティーノ監督の名前まで出てきて、その活躍ぶりに眩しきを感じるほどである。

一方で、大橋氏については、ホームレスを経験するなど、その振れ幅が激しく、波乱に満ちた生活を送っていて、ある意味、一度だけの人生の起伏を十分に堪能したのではないかと思わせた。自己破産にまで至つても、周囲の助けもあり、サバイバルを生き延びたという印象だ。同様に天地氏についても、記者という仕事を通じて、一般人なら経験できないような邂逅もあり、お二方も、ジェットコースターのような人生を駆け抜けてきたといえるのではないだろうか。

以前読んだ、天地氏の自由律俳句への取り組みについて、ここでも大橋氏のコラムとして、触れることができる。「観察と、音の響きと、流れと、親しみやすい言葉選び。あとはユーモアのあるもの」。氏が創作する時のポリシーに共感を感じると同時に、どこか、可笑しみのある文章の原点を感じる。

感想どしどし お待ちしております



●第3章「障害」について考えてみる

障害者がどう生きていくべきか、冒頭のお二方の言葉にまさに集約されていると思う。

大橋氏「要は障害特性を持ちながらも、自分が得意なこと、好きなことである特性を、社会や家庭の中で発揮して、どう心地よく生きられるか、が大切だと思います。(中略)これは障害があるとか無いとかではなく、すべての人に当てはまるとは思いませんね」。

天地氏「それは、私も痛切に感じますね。自分のしんどいところと付き合っていくしかないですから、その中で自分ができることをぼちぼちやっていくしかないな、と思います」。

私自身、精神疾患を負っている。しかし、それは私の特性の一つであり、負の部分かもしれないが、それがあからこそ、出会えた人や見つけた環境がある。クローズで一般就労の仕事を経験した時期もあったが、そういう紆余曲折を経たことも無駄ではなかった。辛ければ、逃げてもいい。また、立ち上がり、自分が呼吸しやすい場所を探せばいい。遠慮せずに人の助けを借りて、何かの折に返せばいいと思っている。お二方の言葉は、そんな私の背中をそっと押してくれたような気がする。

(うち)精神保健福祉士

出版おめでとうございます！ 人生で2冊も流通出版するなんて本当にすごいことだと思います。一気に最後まで読み進め、読み応え十分でした。装丁や表紙、デザインも良く、質の高い本に仕上がりましたね。これまで頑張ってきた活動が、しっかり天地さんの力になっていっていると思います。

内容も章立てがよく、わかりやすい展開でした。お二人の幼少からの歴史や経験が語られ、しかも優秀な天地さんが弱みを曝け出していることで、読者は親近感を感じると思います。自分を曝け出すことはなかなかできそうのできなので、お二人を心から尊敬しますし、天地さんの24時間サンダルマラソンとか、大橋さんのホームレス時代、物忘れのこととか、ユーモアたっぷりでお二人は人を惹きつける素晴らしい魅力を持っていらつしやると感じました。個人的に印象深いのは、「障害」の表記や手帳の取得に関する当事者の立場からの意見が聞けたこと、フラッシュバックの起こり方などが描かれていることです。経験から導き出された生きる知恵など、ぜひ医療関係者にも読んでほしい一冊です。

みんつど38号

～対談本感想、鹿児島から十オカビ一号

編集：天地成行

原稿、写真、イラストなど
tenchi2020@outlook.jp
(天地成行) までお願いします