

## 親&子どものサポートを考える会 第2回 講演会

2011.2.6（日）13：30～15：00

於：三重大学医学部臨床第3講義室

講師：東京都精神障害者家族会連合会 会長

野村 忠良氏

### 《生活経験と家族の状況》

私の生まれる前から母は、精神の病気でした。次女がなくなった時に、母は精神の病気になりました。30歳でした。その後、私と妹が生まれました。父親は多分、次に子どもが生まれたら、病気が治るのではないだろうかと思ったのかなと私は思っています。長女が10歳上で、次女が7歳で亡くなって、母が病気になって、私が生まれて3年たってから妹が生まれました。

私が生まれた時の母は、寝ているだけで会話が全くできなかつたです。家に乗っ取られるとか、子どもを殺しに来るとか。実の父親が危篤だからと帰って看病をしていたら、突然、次女が亡くなってしまった。そのショックで母は1年間、ずっと泣いていたそうです。それを父親が、「家事もしないで泣いてばかりいるんじゃない」って叱ったそうで、母は誰にもその苦しみを訴えることができませんでした。おかしくなった母は、一切家事ができなくなり、官舎にいられなくなって、父は仕事を辞めました。父は、小さな会社を転々としましたが、家族を養わなければいけない、炊事しなければいけない、そういう役割を負わされていたので、会社を5時か6時に退社して、買い物をして帰ってくる訳です。父は家事をやりながら、妻の面倒をみて、子どもを育てたわけです。

物心ついた頃には、母は全くおかしい人で、母になついていた記憶はないです。家の中で、母から離れて暮らしてました。被害妄想に支配されて、周りは敵だと思って、近所の家のガラスを割りに行くんです。「お宅の奥さんがガラスを割りに来た。どうしてくれるんだ」と怒鳴り込まれて、父も困っていました。小学校の頃ですが、遊んでいたら母が「あそこの家のガラス戸にこれをぶつけていらっしやい」って言うんです。やらないと家に入れてもらえない雰囲気だったので、その石を持ってガラス戸を割りに行ったんです。これで母に叱られなくなったけど、この後どうしようと家とは逆の方向に逃げました。私がやったとわかったら、そこにいられなくなるので大急ぎで姿をくらまして、遠くからずっと様子を見てました。母に言われてやったけど、何が何だかわからないです。母について、父からも説明を受けたことも、専門家が家に来たこともない。1度、精神科に連れて行ったことがあるようですが、母が逃げ帰って来てしまったのでそのままです。父は、どんな気持ちで私たちを育てたんだろうと思います。精神の病気になると、離婚になって子どもはどちらかに引き取られるか、養護施設に入れられるか。でも、父親はそういう方法を選ばないで育ててくれました。

母親の全く訳のわからない病気の世界と、父親の努力と、私たちのどうしていいかわからない子どもの立場と、家の中は混沌として、部屋の中は雑多でした。家の中は滅茶苦茶でした。父が仕事から帰って、炊事場の食器を洗って、ご飯を焚いて味噌汁を作って、おかずを用意して食べさせてくれる生活でした。父も大変だと思ったけど、心の中が荒れ果てたというか、絶望していて、父を手伝う気持ちには到底なれなかつたです。それが私の自己嫌悪の大きな原因の1つです。

学校はよくずる休みをしました。学校に行く気にならないんです。学校に行っても、先生の言葉は通り過ぎていくだけで意識に入ってこないんです。「我が家は困った、私はどうしよう。この先どうなるんだろう。お母さんは今日、何してるだろう。帰ったらどうなってるだろう」ということで一杯なんです。どうしてそんなことをしたのかわからないですが、学校の金魚を2-3匹盗んで家の池に放したり、貸本屋さんで好きな漫画を盗んだり。それを自分の心の拠りどころにしていました。そういう悪さをした自分が許せなかったり、自己嫌悪はひどいもんです。学校をよくずる休みをしたし、勉強もしないし、家事も手伝わない、金魚や本を盗む、とにかく自分が大っ嫌いでした。

母はお乳をくれたり、一生懸命だったと思うんです。でも理性でもって言葉をかけてくれなかった。「かわいいね」とか「お前はこういうところがいいね」とか、一切言ってくれなかった。母がよくしてくれても、悲しい思い出になってるのがとてもさみしい気がして、安心感で嬉しかったという思い出がないんです。

我が家には、レクリエーションは全くなかったです。ご飯食べてボーっとしているだけ、毎日同じことの繰り返し。父はお金もなかったと思います。自分の靴もボロボロで砂が入ってくるような感じでした。父親は京大を出ているので、トントン拍子に行っていれば、役職をもらって収入もあった筈なのに、小さな会社の工事をして、貧乏しながら暮らしてきました。今から思うと、技術畑で良い仕事をしようという志を全部捨てて、家のことを維持するだけの生活になって。父とは、工事の話はよくするんですが、「どうして母親はあんなの?」とか話せない雰囲気がありました。だから誰にも言えませんでした。父親のことをある面では立派だと思ったけれど、別の面では、人生論とか、人間は何で生きているんだろう? どういうことが幸せなんだろう? という話ができないので淋しかったです。

母がローンで家具を買ってくるんですが、払えないから請求がくるわけです。それを断るのは、ひきこもりで家にいる私なんです。だから、家にいるのがとても苦痛で「どうしてこんなことしなければならいんだろう」と思っていました。学校の先生の家庭訪問も居留守です。先生がせっかく来てくださったのに知らない顔して、それがとても良心の呵責に感じるんです。

父の会社のお金がなくなったんですが、責任を取って弁償するといいい始めて、「この家を売って会社にお金を返して、九州の母の実家で暮らそう」と提案をしたんです。母は「これは策略で親戚がこの家を取り上げるに違いない。この家は明け渡さない」と断固反対しました。父は「ついてきなさい」と向こうで待っていました。もちろん仕送りもしてくれましたが、その間は食うや食わずの生活で本当に大変でした。母が言うことを聞かないので、父は根負けして帰ってくるんですが。私も父について九州に行きましたが、父が私を連れて玄関を出る時に母が大泣きしながら、「行っちゃダメだ、またあんたも殺される」と道まで出てきておいおい泣いてたのを思い出します。私は家にいるのが嫌で、父親と一緒に来たかったんですが、母にしてみれば「またこの子が殺される」って思ったようで、道に出て泣いてました。

九州から帰ると、母がビニール紐で手提げを作って雑貨屋に持って行って、そのお金でおかずを買いに行きました。私が給食費の袋を持って帰ったら、質屋に入って着ていたカーディガンを脱いで、「これいくらで預かってもらえますか?」って、そのお金を給食袋に入れてくれたってことがありました。母なりに心配してくれたんだなと思いました。

父が私たちのことを一生懸命守ってくれたのはよくわかってて、今日まで生き抜いて来れたのは、多分父の後ろ姿だと思います。自分のことは全部諦めて、自分の人生を捨てて、妻を養うことと子どもを育てることに一生懸命でした。

姉はいつも私を支配するんです。ストレスが溜まっている姉で、かわいそうと思うと姉には抵抗できないんです。自分の悲しみとか苦しみとかはどっかに行って、どうしたら姉のストレスは減るんだろうと考えてました。夜はキャバレーで働いて、昼間は有名大学に行って卒業したけど、姉の心は荒れ果てていたと思います。ある時、姉が男友だちに車で送ってきてもらったんですが、母が窓を開けて「いくら持ってくるの」なんて言うので、ビックリして男の人はそれっきりです。姉もつきあってもらえなくなったみたいで、自殺を考えたと後で聞きました。ある時、姉が、大学の友だちと旅行に行き帰ってくるなり、大きな声でおいおい泣くんです。旅行に行き、友だちの豊かな生活と自分のあまりにも惨めな生活が、どこかではっきりと感じてしまったみたいです。私からすれば、高卒でいいから就職して、現実の生活をすればいいのと思ったけれど、姉はそんな生活を選びました。経済的に応援してくれる人もいて、1人の男性と同棲していましたが、無理心中で殺され36歳で亡くなりました。姉のことをほんとに気の毒だなと思うようになったのは、自分が40の半ばを超えて、50ぐらいになってからでしょうか。それまでは、いろいろ命令されるので、姉に対しては反発の気持ちが強かったけれど、40-50歳になって、振り返って考えてみると、本当に気の毒だったと思います。今は姉に対して、哀悼の気持ちが強く湧いてきますが、50歳になるまではそんな余裕が私にはありませんでした。

私が自分自身のことを本当に、安心できるようになったのは、50歳を超えてからです。それまでは本当に淋しい気持ちでした。高校2年の頃だと思いますが、突然、ものすごい孤独感に襲われて、家に帰りついたと同時に大声で泣いたのを覚えています。それだけ淋しかったんですね。父や姉が声をかけてくれたけど、どうしようもない孤独感でした。誰にも言っても仕方がない孤独感。あと劣等感。ある程度勉強は一生懸命してましたが、ものすごい孤独感と劣等感がありました。

妹もかわいそうでした。妹は、いろんなことがあって自殺未遂を2-3回しました。妹も孤独だったと思います。妹は嫌なことはみんな忘れちゃうんです。人間ってというのは、何かそういう造りになってるんでしょうね。僕が経験したことを妹にいろいろ話すと、「覚えてない」って言うんです。妹は嫌なことをみんな忘れて、でも結婚相手も見つかって、30歳ぐらいで結婚して、今は旦那と幸せに暮らしています。

母がしてくれた良い面は、いろいろあるんですが、お風呂で一緒に歌を歌ってくれた思い出があります。「なんて、今日のご機嫌がいいんだろう、珍しいなあ」と思いながら、私も嬉しくて聞いてました。それから小学校の入学式に一緒に行ってくれました。桜の花が咲いていた、あの時、お母さんと一緒に学校に行き、ランドセルの臭いがしたなあ…とか思い出しますね。あの時行ってくれたのは嬉しかった。

あとは教会。母は宗教に関心があったんです。自分が救われたいと思ったんでしょうね。教会の何かのお祝いに、妹と私を連れて行ってくれて、お赤飯の弁当を一つずつ食べさせてくれたことがありました。クリスチャンでもない私たちが行っているのかと思いながら、母に連れられて行きました。それから、花火大会に連れて行ってくれました。ところが大変な混雑でしたから、母のスカートのファスナーがプツンと切れてずり落ちちゃうんです。引きずって歩きながら、「もう押すのやめてください、やめてください」って怒鳴って、叫んでいるのを聞きながら、気が気じゃなくて、あんな花火大会行きたくなかったっていうような、ちょっと母には悪い…。

歯医者さんに連れて行ってくれたことも嬉しかったです。私は、歯を磨かなかったです。歯を磨くなんて気持ちにならないです。家の人をみてもみんな磨かないし、そんな風に放

置かれて、着る物も汚い物を着てました。5月人形が欲しくて、外出した時に人形店の前で泣いて、母になだめられて家に帰ったことを覚えています。それから給水塔から落ちてしまって、いじめっ子からやられたんだろうと思った母が私の友だちを怒りに行きました。「お母さん、違うんだよ」って言いながら、怒りに行こうとしてた母がすごく嬉しかったです。

母は、保険の外交員をしようとしたことがあるんです。そんな母をみると、やっぱりちゃんと働いて、私たちを育てたかったんだなと思いました。掃除をしようと箒を持つけれど、箒1本で山のような荷物を寄せようとするから箒が壊れちゃうのね。それで掃除はおしまい。そんな母をかわいそうだと思って私もやるんだけど、押し入れの中から滅茶苦茶だし、何をどこに整理していいかわからないから、結局そのままにしてしまって、滅茶苦茶の家の中にいました。

父親が亡くなってから母は、5年間一人暮らしでした。その時、妹夫婦と私は、正月に家に帰らなかったんです。正月もだいが経って、8日か9日ごろに行ったら、机の上に茶碗とお正月の食器が並べてあるんです。妹夫婦と私を迎えて、正月の料理を作ってごちそうしたかったみたいです。でも、私たちが行かなかったから、ガッカリしたんじゃないかな。母親に対する思い出はそんなもんなんです。一般の家庭と随分違って、淋しいなと思いつつながら、育ってきました。

父親は、最後の最後まで私たちを支えてくれましたが、家の中で転んで最後は寝たきりになりました。母親が看病しないから老人病院に入院させることになりました。見舞に行くと「ここにいると死んで行くから家に連れて帰ってくれ」と手を離さないんです。帰っても私の妻も病気ですし、看病する人がないから父親の指を1本1本はがして、「お父さんまた来る～」とか言いながら帰りましたが、とうとう病院で亡くなりました。あんなに苦労した父を、家族の誰も親身になって看病することもなく、老人病院で死んでいった父が本当にかわいそうで。勤務明けとか週に1回は必ず行ってましたけど、週に1回ぐらいしか行けませんでした。

### 《苦しんだこと》

- ・孤立したこと：地域から追い払われ差別を受けていた。挨拶しても誰も返事をしてくれない。誰にも相談できないし、親しく思っている人は誰もいないんじゃないかと。近所に心配して可愛がってくれる人もいたけど、本質的に甘えられないし、淋しかったです。
- ・母の奇異な行動：
- ・自分自身の劣等感・自己嫌悪：引きこもり・不登校の自分、うそつきな自分、身なりの異常さなど
- ・兄弟の心配を絶えずしていた
- ・人生そのものに対する違和感
- ・絶望感
- ・不健康さ

### 《どういう支援が必要か》

- ・病気の親に対する医療：受診が中断しても終わりにせず、病院として、関わって欲しかった。
- ・家族丸ごとの支援：病気の親の治療だけでなく、家族関係を調整したり、話を聞いて、みんなが安心して暮らせるような支援をして欲しい。イギリスでは多職種チームが訪問

して、家族関係を調整しながら本人を治療している。

- ・経済的な支援：あまりにも貧しいと医療も受けられないので、こういう場合の医療費を保証して欲しい。
- ・子どもの心の成長に目を注ぐこと：子どもが安心して得意なことを伸ばしたり、勉強できる環境を整える。本を読む楽しさや絵を描く楽しさ、音楽を奏でる楽しさも教え、小さい頃にいろんなことに親しませ、その中から好きなことを選択できるような支援が必要。
- ・子どもが自分を尊いものだと思えるような体験：自分が尊いものだと思えるような体験をどこかでさせてもらわないといけない。「自分は尊いものなんだよ。努力すれば、必ず素晴らしい人間になれるんだよ。」ということを確認させてほしかった。絶望感を持っているので、将来の道筋をつけるような支えを小さい頃からして欲しかった。
- ・学校での啓発教育：小学校の高学年辺りから、心の病気というのはこうなんだ、いじめは精神的な病を起こさせるからいけないんだということを教育することが必要。中学校・高校で病気になるとこんな症状が現れるということを教えて、学校の先生も父兄も、社会全体が精神疾患に対する理解を持てるような社会になるには、学校で啓発教育をやらなきゃいけないと思う。
- ・家事支援：精神疾患の人が家にいると誰も家に人を入れたがらない。でも、そのために家が密室になって社会から孤立してしまう。密室に誰かが入って、家事をしてくれるとどんなに助かるか。
- ・近所の人との関係調整：近所の人に病気（いろんな行動が病気によって引き起こされていること）を理解してもらうような働きかけ
- ・勉強を保証する制度：劣等感に打ちひしがれている子どもが、プライドを獲得して自分を磨きたい、勉強したいと思った時にそれを助けるような制度が必要。
- ・認めてくれる存在：「あなたが悪いわけじゃないから劣等感を持たないで良い」と認めて、その人をほめてくれるような人の存在。自分の能力を最大限に発揮できるような支援をしなければいけない。
- ・保護者制度の撤廃・国で障害者を抱える体制：家族が面倒をみなければならない現行だと他の人は何もしなくて良いこと、無関心になる。精神疾患が発症しないような社会にしていくことが必要。病になりかけたら、早い段階で医療で支えて発病を予防するように、もしくは軽くして学校や職場に戻れるようにする対策が必要。精神疾患が始まったら、集中的に力を注いでひどくならないようにする。そうすると、本人にとっても家族にとっても幸せだし、社会にとっても効率が良い。
- ・障害者の受け入れ：精神障害であっても健常者と対等に働けるように。精神疾患になっても、普通の人と同じように生きていくようになるべく近づけたい。
- ・差別のない社会へ：来年度から日本でも訪問チームができる。引きこもりからそうじゃないような状態にしようとか、医療拒否している人を医療につなげようとか関わる。そういうところから、精神の病気になっても安心して社会で対等に、劣等感を持たずに生きていけるようにしなければいけない。精神病であろうがなかろうが、統合失調症であろうがなかろうが関係ない。誰をも大事にしよう。病気の本人のせいにしておしまいにするのはやめよう。問題が生じてもみんなで共有して、配慮する方法を考えよう。これは、精神障害の一般化の問題である。誰が障害者で、誰が健常者だということはもうやめにして、困ったらみんなで手を差し伸べて、助け合って生きていく社会にすることが大事。