

統合失調症を振り返って (①～⑥に分けました。それぞれ、音楽を流し、質問に答えます)

① 私は、27歳の時に統合失調症になりました。原因は、自分で言うのもなんですが、勉強のし過ぎです。白い巨塔や、ミンボーの女を観て、かっこいいな、と思ったのと、政治家をめざして(首相)いたので(真剣に)弁護士をねらったわけです。松下政経塾も受験いたしました。もちろん落ちましたけど。

調子を崩して、まず母に相談致しました。「皆に嫌われてる」「むかつくって言われる」「死ねって言われる」等々。それから、わたくしの存在自体が、皆に迷惑を掛けていると、考え、わたくしと悟られないように、出かけるとき水中眼鏡を付けたりしてました。逆に、目立つんですが……。母が、精神科に連れて行ってくれました。最初の病院では、「弁護士なんて目指すからや！」みたいなことを言われて、むかつきました。薬も異様に眠たくなるので、飲んだり飲まなかったりでした。一向に良く成らないので、母に相談、そのドクターも嫌いだったので、杉本医院の杉本ドクターに頼る事にしました。自律訓練法やら、カウンセリングやら、杉本ドクターに相談して、受けました。薬にもすがざる気持ちでした。

最初、人のうわさも75日と言うのを信じて、「まあ、2ヶ月ほどで良く成るわ」と考えていました。結局、20年かかったわけですが……。(song for you EXILE)

②さて、長い道のりのスタートです。とにかく、人が怖い、父もこわいで、精神が相当参っていたので、沢山、というか、ほぼ、一日寝ておりました。でも、父との約束で、司法試験受験は2年だったので、就活を始める事となりました。寝てばかりで、調子もまだまだでしたが……。運よく(悪くか?)ヤマザキデイリーストアの正社員となりました。大阪採用でしたが、東京の本社まで試験を受けに行き、営業部長に、「期待してるから」なんて言われました。まあ、いきなり岡山に飛ばされました。しかし、研修ビデオを見ながら居眠りする状態でした。そして、1週間でやめました。ヤマザキデイリーストアには、大変ご迷惑をお掛け致しました。岡山でへたってる俺を母が、京都から新幹線に乗って、実家へ戻しに来てくれました。あの時の母の毅然とした、強い態度はありがたかったです。しかしまあ、ヤマザキデイリーストアの就業規則は、山崎製パンに準ずる、という、高待遇でしたので、父の落胆、そして、怒りもすさまじかったです。

で、公務員を目指します。法務教官、京都府、警察官など受験しました。試験会場までに缶酎ハイを呑んで……。試験時間中、わたくしは、夢の中におりました。もちろん、落ちました。

で、昔、正社員として働いていたイズミヤ、なんですが、その子会社なんかも、受けましたが、見事に、落とされました。(時代 中島みゆき)

③正社員は、無理と悟り、バイトをすることにしました。日通、家庭教師、スーパー、どれも昔とったきねづかで、やれる、と思ったのは、甘かったです。3ヶ月が最長でした。日通、スーパーでは、かなりきつく、叱られました。と言うか、怒鳴られました。日通では、「日本で、最低の(トラック)助手やな!。」スーパーでは、緊張して、ひきつった顔で、いらっしゃいませ、もろくに言えなかったので、「それでも、流通出身か!」等々、言われました。今考えると、仕方なかったなあ、という、感じですし、罵詈雑言、とまでもいかないですが……。当時の私にはキツイ言葉でした……。にっちもさっちもいかんので、どうしたもんかと思っていたら、病院で、朱雀工房の利用者募集を発見。保健所で、相談致しました。が、相談員さんが、「取りあえず、デイケアしかむりちゃう?」ってことで、朱雀工房と同じ建物に有るデイケアへ行く事に成りました。デイケアでは、ソフトボールの時だけハッスルしてました。基本、一人ぼっちでした。昼食は、いつも一人で、王将へ行き、天津飯を食べていました。そこを7ヶ月で気合で卒業して、朱雀工房へ、そして西山高原工作所へ、と続きます。徐々にですが、仲間が、出来たように思います。(Progress スガシカオ)

④その時代に、酒浸りになりました。煙草も覚えました。中でも、酒に関して、苦勞しました。飲ん

では吐いて、トイレが、げろまみれになりました。ドクターから、「アル中なるよ」

言われても、飲んでました。たまたま、お金が底をついたので助かりました。この期間、体重が、70キログラムから、50キログラム前半まで、落ちました。作業所の職員さんに、「西田君痩せてうらやましいなあ」といわれ、ショックと言うか、怒りがこみ上げたのを、今でも鮮明に覚えています。言葉は、大事やなあ、つくづく思います。わたくしも、気を付けたいと思います。(Firefly～僕は生きていく 榎原敬之)

⑤7、8年作業所へ通ったのでしょうか。ふとしたことで、社適なるものを知りました。保健所で、相談、

旭が丘ホーム、ふれあい町家を見学、ふれあい町家は静かで、「楽かな？」と思い、町家で社適を受けることになりました。エポカも社適を受け付けてましたが、保健所の方が「西田君には無理」と考えて、あえて、紹介して下さいませんでした。町家で働くにあたって、保健所の方が、気を使って下さって、比較的暇な、朝から勤務、そして、週2からのスタートとなりました。(3時間勤務)

1年目、必死にやり過ぎて、年末年始の休み明けに、精も根も尽き果て、2ヶ月近くお休みを戴く事となりました。で、現在に至ります。(ええねん ウルフルズ)

⑥今思うと、両親をはじめ、沢山のの人に迷惑を掛け、そして、助けられた20年です。ありがとうございます。

そして、今のわたくしのモットーは「少し永いか、短いかの人生。楽しんだもん勝ち」と、なりました。以前は、「人間は、生まれた時から、1秒1秒、墓に近づいている。だから、1秒も無駄には出来ない」でしたが・・・

今、苦しんでる人に伝えたいことは、わたくしがよく言われることですが、「焦らない事」です。そして、やるかやらないか迷った時は、楽な方を選ぶこと。です。

しんどい道を選ぶのは、あえて選ばなくても、勝手にそうなります。自然とそうなりますよ(終わりなき旅 ミスチル)

今回のお話会、と言うか、イベントと言うか、わたくしの、統合失調症の経験をお話する会に先立って、まず、このような、企画を、認めて下さった、町家の山田館長、倉谷副館長に、感謝申し上げます。また、バックアップして下さい、長岡京市生涯学習課の皆様にも、お礼申し上げます。そして、昨年に引き続き、わたくしのわがままな、ナビゲーター依頼を快く引き受けて下さった朱雀工場の施設長の上村さんにも、感謝致します。

では、今回のような会を開く、経緯、狙いを少し話したいと思います。

①わたくしの、主治医に「西田君の経験を、いま、苦しんでる人に話すのも、大事ちゃうか？」と言われたことが、この会を開く大きな、理由の一つです。

②今回の内容は、主に、「仕事」、「働くこと」が、中心になっております。私生活(薬のことや、統合失調症の、症状など)のことは、あまり触れていません。これは、わたくしにとって、「仕事」が、人生のメインテーマであるからです。

③今回は、ところどころ、音楽を流す予定です。

④今回の会の、主な狙いは「私自身の、一つの区切りとしての、体験発表」です(わがままですが)。また、わたくしのこの病が、寛解するまで、20年かかりました。皆がそうとは限りませんが、相当長い間付き合っていかなければならない、病です。でも、主治医に「もう、糖尿病や、高血圧と同じように、薬で、コントロールできるね」と言われるまでになりました。ですから、この病を持つてる方に「根気強く、戦おうではないか！」と伝えたいという、狙いもあります。

以上、簡単ではありますが、今回の会の、主目的、経緯を述べさせて頂きました

質問例

*なぜこのような会を開くのか？

- ① 主治医（杉本ドクター）に、勧められたから。僕のこの病も寛解するのに、20年間かかりました。今、まさに、苦しんでいる人に、「焦らないで。根気強く戦おうではないか。」と言う、メッセージを送りたいのです。
- ② この病は、100人に一人なるとも言われています。また、喘息の患者さんと同じくらいの患者さんがいるとも言われています。しかし、この病の特性上、あまり表立っては、出ていらっしゃいません。法制度の問題からか、作業所や、グループホームで、人生を終える人がたくさんいるとも、聞いております。確かに、昔のように、精神病棟で何十年も暮らし、最期を迎える・・・と言うのは、減っているようですが。しかし、まだまだ、社会参加は進んでおりません。そこに、偏見や差別（区別）が、あるのか、否か、そこまで、たいそうには考えて居りませんが、そういう社会に、一石を投じる、と言う思いがあります。
- ③ 自己満足ですが、20年間わたくしが戦ってきた病・過去の自分との決別をしたいという思いもあります。
- ④ これを機に、20年間ご迷惑をお掛けした皆様に、お詫びを、また、支えて下さった皆様に、感謝を伝えたい、と言う気持ちもあります。

*カミングアウトに抵抗はないのか？

ありません。ありがたい事に、家族の反対もありませんし。ひょっとしたら、何かを失うかもしれませんが、でも、それ以上に、得るものが、多い（大きい）と思います。何を失い、何を得るか？そこまでの想像力が、今の僕にはないかもしれませんが・・・

*講演で話す内容

わたくしの、青い時代のあれこれ、夢、そして、夢破れて統合失調症になる・・・
統合失調症になってからの、苦難を「仕事」をメインに話す予定です。

*ふれあい町家で働く事に成ったきっかけ

乙訓保健所に、社適（社会適応訓練事業）の申し込みをしたら、旭が丘ホームと、町家を見学することになりました（いまは、いらっしゃらないと思いますが、山本さんという女性が保健所の担当者でした。素敵なお方でした）町家は、静かで、落ち着いた雰囲気、何とかなるで！と思い、見学したその日に、決意致しました。それで、社適で、働き始め、今に至ります。

*町家で働いて変わったこと

片山さん（前館長）と出会って、わたくし自身が変わりました。と言うか、成長できたと思います。確かに、「体臭何とかしろ！」とか、ミスがあった時、お客様に「障害者なので・・・」とかの発言には、頭にきました。しかし、負けず嫌いな私は、「体臭、何とかしてやる！」「病気を言い訳にしないぞ！」と、頑張りました。笑
そして、いまのわたくしがあります（まだまだ発展途上ですが・・・）。まあ、片山さんとは、もう一緒には働きたくありませんが。笑。片山さんには、いくら感謝しても足りません。

*講演を通して伝えたいこと、分かってほしいこと

というか、俺は、自分に負けへんで！

と、声を大にして言いたい！確かに、俺には、薬が欠かせませんが・・・

最後に

「自分がやらなくて誰がやる」

ふれあい町家 西田