運営委員会委員長賞

父との「きずな」とリカバリー

中村　孝

皆さん、こんにちは。私は三二歳の時に統合失調症を発病しました中村孝と申します。東京都稲城市に住んでいます。私は精神障害者になってから、いろいろな方と強い「きずな」を持ちました。両親、保健所の保健師さん、ディケアのグループワーカー・メンバー、病院の主治医・ケースワーカー、地域活動支援センターの職員・メンバー、障害者職業センターの職員、ハローワークの職員、市役所の職員、友人、社長等です。ほんとうにありがとうございました。おかげさまで私はここまで元気になりました。皆さんにはほんとうに感謝しています。今日はこのうちの父のお話しをします。

私の生い立ちをお話ししたいと思います。私には三歳下の弟がいました。実母は私が十五歳の時、胃がんで亡くなりました。その時は私は大ショックで、学校に行っては毎日

泣いてばかりいました。学校の授業など受ける心境ではなかったのですが、それでも学校へは毎日行きました。今思うとよく不良にならなかったなと思いました。父も大変だったと思います。そんなことがありましたが、父は一年後、私たちのことを考えてか再婚しました。継母ができたのですが、私たちとは気が合いませんでした。継母は理想が高い方でした。例えば私が大学に進学したいと言ったら、東大ならいかせてあげると言ったりしていました。そんな継母でしたが、毎日弁当を作ってくれたので、そういう点では感謝していました。しかし、十年間一緒に生活したら、もう我慢できなくなって、私は一人でアパート暮らしをしました。父は反対したのですが、最後には同意してくれて、「いいや、かわいい子には旅をさせよう。」と言ってくれたり、「寂しくなったら、いつでも帰っておいで。」とも言ってくれました。その時は父との「きずな」を感じました。

そして三二歳の時、私は統合失調症になってしまいました。当時、私はコンピュータのシステムエンジニアをしていました。当時の症状として、私のことを誰かが話しているという幻聴、なぜ理由もないのに誰かが私のあとばかりついてくるという追跡妄想、私は仕

事ができるので所長賞がもらえるという誇大妄想、私は多くの女性から好かれているという恋愛妄想、私は一生懸命に仕事をしているのになぜ邪魔をするという被害妄想、あいつは私の悪口ばかり言うのでぶん殴ってやるという加害妄想等が出てしまいました。

また、弟は今から十数年前に自殺してしまいました。父はショックだったと思います。遺言もあったそうです。じつは私も一度だけ自殺を考えた時があります。睡眠薬をいくら多量に服用しても全く眠れない時がありました。その時は、このまま一生眠れないのなら死んだ方が良い、という考えになってしまって、父に「死にたい。」と言ったのですが、父は「今、おまえに死なれたら、お父さんは何のために今まで生きてきたのかわからない。」と言いました。その言葉を聞いたとき、私は思わず涙ぐんでしまい、父のためにも自殺してはいけないと思いました。この時も父との「きずな」を感じました。

精神病になるまえまでは、実は私は父をうさんくさい存在だと思っていました。距離をおいていました。そんな私でしたが、私が精神病になった時はじつにいろいろとよくやってくれました。入院した時はよく面会に来てくれたり、主治医ともよく話しをしてくれま

した。退院してからも一緒に外来にきてもらいました。おこずかいもよくくれました。保健所にも行って私のことについていろいろ相談してくれて、ディケアのことも教えてくれたり、身のまわりの世話をよくしてくれました。私の愚痴もよく聞いてくれました。私は現在、社会復帰をして六年にもなります。また今でも「アパート代だ。」と云って、毎月二万円くれます。父には私は距離をおいていたので、とても嬉しく思います。こんな私でも心配してくれて、ここまでやってくれてほんとうに有り難く思っています。病気になるまえに私のとった行動は申し訳ないという気持ちでいっぱいです。こんな私でも許してください。

父が私を本気で心配してくれていると感じる時、じっくり向き合ってくれる時に、きずなと愛情を感じます。町でバッタリ会って「元気でやっているか?」と声をかけてくれたり、私のアパートにきてメモで「最近会っていないので心配しています。体を大事にして下さい。」と書いてあります。また、ディケアや家族会などで、少しでも回復の手がかりがないか調べては提案してくれたりしています。父は私が元気になってほしいと期待して

いたり、いつか必ず回復すると希望を持っているのだなと感じているように思えてなりません。だから私は「頑張ろう。」と思ったり、心配させないようにしたり、恩返ししたいと思います。また体調が悪い時は「生活保護を受けて一生遊んでいろ。」と言われましたが、この時は負けまいと思い「いや、絶対に働く。働いてみせる。」と大声で言いました。「父を恩返ししてやろう。病気でも働けることを証明しよう」と思う気持ちがあったので今の私があります。父がいなかったら、生活保護を受けながら過ごし、もう一生働くことはなかっただろうと思っています。そういう訳で父との「きずな」は精神障害者になってから強めることができました。これからもよろしくお願いします。

私は病気をオープンにして、必ずみつかるという信念を持ってハローワークに根気よく通い仕事を探したので、今の会社に就職できました。私は精神障害者として立派に働けることを父だけでなく、社会に示したいです。

病気が治らないうちに働くということに意義があると思います。この病気は薬だけでは治りませんから、精神障害者の治療にとって働くことは重要なことだと思います。人と交

わって仕事をすると病気の治りが早いです。生活のリズムがとれますし、給料ももらえるので励みにもなります。自分にあった薬を継続的に服用することが必要ですが、精神障害があっても必ず幸せな人生を送れます。

こうして原稿を書いたり、自分の経験を話して講演したりしています。精神障害者の友達からの相談に乗ったりしています。父と「きずな」を感じたので、私はこうして元気になりました。ですから今は、明日の精神障害者のために頑張ろうと思っています。今後も誰かと強い「きずな」を持つかもしれません。こんな私ですがよろしくお願いいたします。

ではこのへんで終わりにさせていただきます。