

かなえさんのチャレンジ誕生日

K.N. (小木インストラクター生徒さん)

先日、私は保健センターで精神障害者手帳の更新をしてきました。私は更新を四年間ずっと母に任せていました。何故かという、とても私には難解であると思い込み、失敗したりして恥をかくのをひどく恐れていたのです。しかし27歳の誕生日に精神科に行く準備をしていたら、母と、もう手帳の更新の期限が過ぎているねという話になり、ふと「私、行ってこようか？」と口にしました。前々から考えて勇気を出さねばと思って言った訳では有りません。ただ前から母が、簡単だよと言っていたし一人で行けばとも言われていたし、と思ったのです。どうやって行くか母に聞きました。行くに当たってどういう心構えで行くか聞いた訳では有りません。どの駅で降りてどのバスに乗り、どこの隣りに保健センターがあるか聞いたのです。区役所の隣りだから分かりやすいとのことでした。

私は更新のための封筒をバックに入れて、まず最初に精神科に向かいました。精神科に着き機械にカードを入れて順番待ちしていると、予想していなかった事が起こりました。隣りに座っていた中年の女性の背中を太った、目のすわった男の人がバシン！！と叩いたのです。私はビックリして離れました。心臓はバクバク、離れた場所から動けません。こんなことは初めてです。

気がつくとも男の人はいなくなり、私は診察室に入りました。ドクターに先程の話をする、ドクターは「看護師たちは見ていなかったのか」とか、「そういう時は教えて欲しい」と言い、「貴方も怖かったですよ」と言っていました。

さて、それから手帳の更新に向かったのですが、先程のことで私の心は乱れました。冷や汗が出てきました。そう、決してベストコンディションで保健センターに向かった訳ではなかったのです。怖い感情が消えないままバスに乗り、電車に乗り、何故すぐに看護師さんたちに先程女性が叩かれたのを知らせなかったのか情けなくなりながら、使い慣れた電車の数駅目で電車を降りて改札口の右側のバス停の『区役所行き』に乗り（一度目に来た区役所行きは人が溢れて乗れず二度目のバスに乗りました）、時間を気にしながら区役所で降りて区役所の隣りにある保健センターを確認して中に入りました。入ってみるとそこは想像していたよりずっと簡素なところでした。人も少なく健康課と書かれたところに封筒を出して「手帳の更新をしたいのですが」と言うと「では手帳のコピーを撮らせて下さい」と言われて、コピーを撮り終わると「ありがとうございました。ではここに生年月日と今日の日付とお名前をご記入下さい」と言われて、小学生の時から何百何千回書いたか分からない書きなれた自分の生年月日と名前と、誕生日なので分かりやすい今日の日付を書くと、手帳にはハンコが押されて手帳の更新は終了しました。四年間出来ないと恐れ、ひどく難しく、恥をかくと思い込んでいた私の『精神障害者手帳の更新』はこんなにも簡単なことだったのです。感情はコントロール出来ない。けれど行動はコントロール出来る。そう強く思った誕生日でした。

次の波に乗る

今から七年前、CLを学び始めた頃。当時私は児童小説を書き溜めていて、それを昔からお世話になっていた先生に読んでもらい、大変誉めて下さり、更に先生の中学校時代からの友人に大きな賞をとった作家さんがいらっしゃるのでその先生と合わせてあげるよと言われて、わたしはウキウキしながら夜



のファミレスに足を運びました。そして作家さん（女性）到着。ところがわたしが席に着いて第一声に発したのは、「～さんの賞をとった〇〇という作品はどういう話なんですか?」。作家さんの表情がガラリと変わりました。

「私の作品を読んでないの?」、「はい」、「一冊も?」、「はい・・・」。「私はここに呼ばれたことに強い怒りを感じる!」。そういわれて私は怖いし馬鹿な自分が恥ずかしかつたし、どうしたら良いか分からないような感情が湧きました。作家さんは私の作品を多忙な中で読んで下さっていたこともわかり、益々恐縮してしまいました。作家さんは心が広い方だったので、その後小説とは、物書きとはというお話や私の作品についてのアドバイスを12時までして下さいました。

家に帰って（ああ、なんて馬鹿な自分! 恥ずかしかつた、今も恥ずかしい、今夜の自分を人が見たら頭の悪い失礼極まりない人だろう!）と中々眠れません。その様子は『生活オンチにならない』（CL本）の中にある一海にきてサーフィンをして波に転倒し、ひっくり返って恥ずかしいので周りをキョロキョロ気にして、その内また次の波に足をすくわれる若者一だなと思います。

次に大切なのは行動です。

私は作家さんの本を買い、図書館で借り夢中で読みました。今まで読んだ中で一番長編の本だったけれど最後まで読みきり、PCで作家さんのHPに作品を読んで感動したこと、この間の失礼極まりない私の発言の謝罪、それでもアドバイスして下さいましたことへの感謝を打って送りました。

作家さんは返事をすぐにHPで下さいました。

その後、合わせて下さった先生に『礼儀正しくて素直な良い子ですね。』とメールが届いたと先生は教えてくれました。《失敗しても成すべきことは目の前に用意されている》ということを学んだ瞬間でした。

（茨城県取手市CLインストラクター/小木晴代：相談室^{ベター}デイズ h-ogi@s8.dion.ne.jp）

 [目次へ戻る](#)