

『絆』の素はメンタル疾患



たくみ#

## 『絆』の素はメンタル疾患

---

メンタル疾患を患ってから4月に丸4年を迎えようとしています。

主治医との信頼関係の崩壊等の諸事情があり、この間転院も余儀なくされたツライ闘病生活。

2011年5月末よりブログを始めました。

初めは自分自身の記録をデイワークというリハビリを名目として始めましたが、これまで日々書き綴っていく

につれ、色々なことを考えさせられる貴重な存在となっていきました。

その大きな柱として、メンタル疾患の生の体験をより1人でも多くの方に知って貰い、願わくば良き支援者に

なって欲しい...暖かく見守って欲しい...そんな想いが日増しに強くなってきている私があります。

最近、いろんな方のブログを拝見させて頂く度に脳裏に浮かんでいた言葉があります。

それは...

『絆(きずな)』の1文字...

単に『絆』と言っても色々な『絆』があります。

家族との『絆』...

友人との『絆』...

職場での『絆』...

そして、ブログと言う媒介を通じて知り合った方々との『絆』...

どうして『絆』という単語が脳裏に浮かんでいたのか？

どうして『絆』という単語を意識するようになったのか？

普段はそんなこと意識して考えることはあんまりないのかもしれませんが...

少なくともかつて健常者だった頃は、そんな言葉を意識的に考えたことはありませんでした。

でも...

私はこの『絆』という1文字の言葉を今はとても大切にしています。

何故なのか？

それは...

私がメンタル疾患患者だからです。

家族との『絆』...

私は親子3代に渡るメンタル疾患経験者の家系に身を置いています。

母親を若くして「術後うつ」で亡くしました。

妻も自力で克服しましたが、かつてはメンタル疾患患者でした。

そして私の息子も思春期外来に通院しています（恐らくは比較的症状の軽い概日リズム睡眠障害です）

実父はメンタル疾患の経験はありませんが家族のメンタル疾患を続けざまに見ているので怖さは知っています。

...が故に家族として相互にメンタル疾患のツラサや怖さを共有することで『絆』が強くなっているのです。

職場との『絆』...

私が在籍している職場には直属の上司、部を統括する上司の2人がいます。

直属の上司は親戚にメンタル疾患を抱えた家族がおり、その家族を通じて大変さを間接的に知った経験

があります。

統括の上司はこれまでも数人のメンタル疾患を抱えた社員の面倒を見てきた経験があります。

同僚の中にも以前にメンタル疾患を経験した方もいます。

私の在籍している職場にはメンタル疾患の経験者（回復期、寛解者含む）が比較的多い職場です。

※「寛解期」とは断薬してから概ね3ヶ月再発しない状態を迎えたことを指します。

IT業界というどちらかと言えばメンタル疾患の罹患率の高い業界に身を置いているからかもしれません。

私の在籍している職場にメンタル疾患の経験者が多い理由は、統括の上司が同じ部に所属している

復職した社員を自分の職場に迎え入れているからです。

何故なのか？

最前線の現場では、どうしても再発のリスクが高くなるため、企画・総括という基本的に会社内に閉じた

環境に身を置かせることで再発のリスクを軽減し、無事に寛解期を迎えてもらうための配慮なのです。

かと言って決して楽な仕事ではありませんが...

しかし、周囲の職場の方から見たら「あの職場に異動するとメンタル疾患を患うくらい大変な職場だ」との

悲しい認識が持たれています。「あの職場だけには異動したくない」...そんな言葉も珍しくはありません。

私もかつては、不思議に思っていたのは事実です。

でも...

自分が異動し、慣れない仕事にいきなりぶち当たった際に、突如メンタル疾患を患いました。それは別に異動先の職場のせいではありません。異動はあくまでも発病するトリガーに過ぎなかったんです。

むしろ部全体の人材育成という仕事そのものには魅力を感じていたので、決して今の職場が原因では

ないんです。これまで蓄積をし続けてきたストレスなる魔物が異動というトリガーを基に発症を引き起こしました。

私の在籍している職場の上司や同僚がメンタル疾患に対して良き理解者として、私の帰りを楽しみに

待っているのには、実は上記のような背景があったからです。

仕事そのものは一匹狼の集団ですが、「メンタル疾患」というキーワードでその『絆』は強いものがあります。

そして、ブログという媒介を通じて知り合った方々との『絆』...

もちろんリアル社会では決して出会うことはなかったかもしれませんが。

でも、私自身がブログを書こうと思ったことから、出会いに繋がりました。

なかでも、同じくメンタル疾患と闘病している仲間。

メンタル疾患を受け入れてくれて励ましてくれる良き理解者。

「活字」のみの難しい交流なれど、日に日にその『絆』は強くなっていると感じています。

『絆（きずな）』の1文字...

メンタル疾患を患ったことは不幸なれど、患ったからこそ得ることが出来た大切な言葉です。

私にとっての『絆』の素は、まさしくメンタル疾患そのものだったんです。

確かにメンタル疾患はツラク苦しく悲しい病です。

でも...

何かしら得られるものがあるはずだと、最近を感じるようになりました。

闘病している仲間達へ...

季節が「冬」からやがて「春」を迎えるように、「心の病」にも必ず「春」は訪れます。

その日まで一緒に『絆』を感じながら日々乗り越えていこうよ。

私も決して負けないから...

追伸：この度、日本文学館から今春刊行予定の短編集『いつかどこかで』に拙者の作品が掲載されることと

相成りました。

プロの方から拙者のような文字通り「処女作」となる素人の方まで広く掲載された書籍になります。

拙者の作品名は『メンタル疾患鉄道普通電車』、著者名は『たくみ井』で御座います。

もし、書籍店などでお見かけした際には、ご覧頂ければ幸いです。

『絆』の素はメンタル疾患

<http://p.booklog.jp/book/42672>

著者：たくみ井

著者ブログ：<http://ameblo.jp/takumi626/>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/42672>

ブックログのpapier本棚へ入れる

<http://booklog.jp/puboo/book/42672>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのpapier（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社paperboy&co.