ぼくは電波系

精神病院
入院体験記

もちろんだひろし

目次

序章 1
精神病院へ直行 3
精神病院の実態 6
精神病院の一日 12
精神病院の一日パート２ 19
精神病院のお風呂事情 24
精神病院入院患者は外出出来るのか 26
短期外泊制度 30
精神病院人間模様 32
精神病棟の恋 37
精神病院入院患者も恋をする 41
精神病院に入院して老ける人たち 43
精神病院の天使女性看護師さん 44
差別について 46
精神病患者の社会復帰について 47

序章

俺が、精神病院に入院していたのは、いつ頃のことだったであろうか。もう、１０年も前のことになるだろう。２０００年問題が過ぎ去り、２１世紀が幕を開けた頃の話である。

その頃のことを知っているものは少ない。家族と、当時精神病棟で一緒だった人たちだけだろう。このことは、ひた隠しにしてきたのだが（まあ、当たり前だが。)、いま、それを語るべき時が来たと思う。この歳になって、自分の人生というものを、もう一度見つめ直したいと思うのは、当然の成り行きであろう。

これから、少しずつ私の人生を語りたいと思う。みなさま、しばしの間、わたくしめにおつきあいください。

あれは、まだ私が司法試験の勉強をしていた頃のことだ。毎日毎日。朝は５時から、夜は１２時まで、とにかく勉強していた。３０歳を少し過ぎたころだ。３０歳という年齢もあってか（今考えれば十分若いのだが)、相当焦っていた。とにかく、早く司法試験に合格したかった。そうすればなんとでもなる、道が開ける、また前途洋々たる人生を闊歩出来ると信じていた。

近所のおばさんの声や、いたずら電話、物音に悩まされるようになるまでは。

その頃私は、ひどい神経衰弱に陥っていた。ノイローゼというか、被害妄想というか。

今考えると、とても不思議である。まだ若く、体格のいい大男が、田舎のおばさんを恐れる。いったい、どういうことなのか？

毎日毎日、朝から晩まで、司法試験の勉強をしていた私は、ストレスをため込み過ぎたため、神経衰弱になったものと思われる。昔の司法試験受験生の中には、頭がおかしく

なる人も少なからずいたので、ご多分に漏れず私もそうなったものと思われる。世間知らずの自己中野郎だった私がそうなったのも、致し方ないことである。それも、私にはいい勉強になり、いい薬にもなった。今思えば、の話だが。

そして私は、精神病院に直行することになった。

精神病院へ直行

１月にしては、妙に暖かい日であった（というか、車の中は暑かった）。その日、実家から母と二人で、母の運転する車で（あまりにも暖かかったので、母は車のクーラーを入れた。そのことからも、１月にしてはかなり暖かい日だったことを物語っている。精神病院に行くには絶好の日だ。）家を出たのだが、今生の別れをするような気がした。もう二度と帰ってくることはないだろう。（戦地に赴く人の気持ちか？ いや、そんなことを言ったら、祖父をはじめ、戦争で亡くなった方々に申し訳ない。）

精神病院に向かう車の中で、

「俺の人生も、とうとうおわりだな。」

等と考えていた。

その精神病院は、実家から車で１時間ほどのところにある、閑静な住宅地のど真ん中にあった。

「なんでこんなところに精神病院があるんだろう？」、との思いが頭をかすめたが、当時の私は、そんなことに気を遣っていられるような精神状態ではなかった。はっきり言って、精神病院に入院する人は、少なくとも入院する時点ではまともな精神状態ではない。まあ、だからこそ精神病院に入院するのだが。

その精神病院は、意外にも、ごく普通の病院といった外観だった。私と母は、恐る恐る、精神病院の中へと吸い込まれていった。

玄関を入ってすぐに、事務所の窓口らしきものがあった。私は、勇気を振り絞って言った。

「あのー、すいませーん、さっき電話したもちろんだですけどー。」

それからどんなやりとりがあったのかは記憶していない。あまりの恐怖心から、記憶が消し飛んだのかもしれない。

受付をすませ（受付の女性事務員は、瀬川瑛子似だった。ああ、おれはこの女性から、キ〇ガイと思われているのかと思うと、けっこう虚しくなった。）、診察を待つ。待合室には、私と母のほかには、人っ子一人いなかった。死刑囚が死刑執行を待つときの気持ちがわかるような気がした。まあ、死刑になるわけではないし、自分から行っておいてそんなことを考えるのもどうかとは思うが、とにかく逃げ出したかった。

そして、とうとう診察を受ける時が来た。まさに、死刑執行が行われる瞬間のような気がした。

医者は、４０代後半かと思われた。

「こいつはおれを、キ〇ガイだと思っているに違いない。」、と確信した。

何か話をしたと思うが、何を話したのかは全く憶えていない。ただ、医者の傍らに二人の看護師がいた。なんとなく、異様な感じがしたことを憶えている。

看護師の一人が、坊主頭で、顔面凶器のごつい男だったので、さすがは精神病院だな、と思った。彼は、とても一般の病院にはいそうもない風貌だった。たとえて言うなら、一昔前に人気のあった、某悪役商会にいそうなタイプだった。

「入院したら、こんな看護しにぼこぼこにされるのかなあ。」

「そもそも、そんな男性看護師がそこにいるということは、おれのことを相当警戒しているのか。」

「やっぱり、おれのことを、キ〇ガイだと思っているに違いない。」

などと、訳のわからないことを考えていた。（しかしその後、彼はけっこういい人だということが判明した。けれども、学生時代にボクシングをやっていたらしい。なかなか侮れない。）

そして、いろいろと検査があった。脳波の測定など、それまで経験したことのないような検査を受けた。

「脳波の測定をするなんて、俺は、本当に精神異常なのか？」

「それとも、精神病院では、脳波の測定なんて当たり前のことなのだろうか。」

などと思いを馳せた。（まあ、後になって病院側に聞いてみたら、脳波に異常はないとのことだったので安心した。しかし、精神病院入院患者の中には、脳波に異常のある人もいた。脳波に異常があるって、いったいどんなことなんだろう？ その前に、脳波っていったい何なんだ？）

そして、めでたく？ 入院ということになった。入院が決まったとき、半分うれしく（？）、半分は、母に申し訳ないという悲しい気持ちだった。

「それじゃあ、かえるね・・・」、母が言った。

「じゃあ・・・」

私には、探す言葉が見つからなかった。

母が、家に帰るのを見送るときの心境は、何とも言えないものだった。こればかりは、実際、精神病院に入院したことのある人でなければ解らないであろう。

「おかあさーん！」と、思いっきり叫びたかった。

しかし、自分の息子が、精神病院に入院することになったとき、生みの親はいったいどんな気持ちなのだろうか？ 本当に、両親には申し訳なかった。念のために言っておくが、両親は精神病ではない。二人ともまじめな勤め人で、真っ当な人間だった。

精神病院の実態

待合室から、鉄の扉をくぐり、階段を上ってゆくと、そこは精神病棟だった。なんとなく、異様な雰囲気が漂っていた。

病室に案内されると、そこは普通の４人部屋だった。ただ、看護師さんから、やたらと所持品検査をされた。なぜそんなに、執拗に所持品検査をするのか疑問だった。そのとき、ボストンバッグに、思いつくだけの日用品を入れていたのだが、半分くらいは没収された。ただの日用品なのに。

髭そりを持って行っていたのだが、これは没収されたことにも納得する。まあ、一応、刃がついてるし、キ〇ガイに刃物という言葉もあるし・・・悲しい。

髭そりを没収されたので、当然のことながら髭を剃れず、母に電気シェーバーを買ってきてもらうまで、髭が伸び放題だった。それから、コード類も没収された。（自殺防止のためか？ もしかしたら、殺人防止のため？ そんなことはないか？）

携帯電話まで没収された。やっぱりここは精神病院なんだな、との思いを強くした。

没収された品々は、看護師さんの詰め所に保管されていた。それで、携帯電話を使いたいときには、詰め所に行ってかけていた。ちなみに、当時（１０年くらい前）の精神病院では（看護師さんも含めて）、携帯電話を持っていたり、家ではパソコンでインターネットをしていると言うと、

「へー、すごいね。」

と言われた。まだ、そんなのどかな時代だった。

病棟には公衆電話があって、ほとんどの入院患者はその電話を使っていた。それも、公衆電話を使っていたのは一部の人で、その他大勢は、電話をかける相手すらいないようだった。

それに、ガムまで没収された。

「え？ ガム、だめなんですか？」私は言った。

「ごめんねー。一応、きまりだから。」看護師さんは、ばつが悪そうに言った。

ガムは禁止だった。あの、普通のキシリトールガムである。なぜ、ガムが禁止なのか疑問だったが、あとで看護師さんに聞いたら、入院患者が床などにはき散らして汚すのを防ぐためのようだった。ああ、精神病院入院患者にはガムを食べる権利さえないのか、と情けなくなった。ここは最高裁判所の判決を待ちたいところだ。

そして、することがないので、喫煙所と思われるスペースへ行って、おもむろに煙草とライターを取り出し、煙草に火をつけるために、ライターを点火した。その瞬間、

「そんなの持ってるとおこられるぞー！」と、隣に座っていた男性が叫んだ。私が恐れおののいたのは言うまでもない。だって、ここ喫煙スペースでしょ、あんただってすってるじゃん。私はそのとき、彼の言った言葉の意味がわからなかった。（まあ、あとでわかったんだけど。）

即日入院したのだが、その日の夕方には、もう家に帰りたくなった。こういうことは、わたしにはよくあることだ。それで、看護師さんを通じて、主治医のミスターＨに、

「あのう、すみませんけど、家に帰りたくなったんですけど・・・」

と言ったが、ミスターＨは私の申し立てを、最高裁判所が再審請求を却下するかのごとく、速攻で却下した。看護師さんたちは、

「ここには、もちろんださんに危害を加えるような人はいないから大丈夫よ。」

みたいなことを言っていたが、別に私はそんなことはどうでもよかった。ただ、家に帰

りたくなっただけなのだ。

「ああ、なんかとんでもないところにきてしまったなあ。」、そんな感じだった。

私は、早くも入院初日に、精神病院に入院したことを後悔した。

「もう二度と、ここからでれないのではないか。」

と、かなり不安だった。自分からすすんで入院したのに。私の人生にはこんなことがよくある。

そして、これはこんなところで発表していいのかどうかわからないが、私が病室に通されて、所持品検査を受けている最中に、同部屋の入院患者に一人が死亡した。

何歳だか解らない感じの老人で、ベッドで寝ていたのだが、突然いびきをかきはじめた。なんか、異常にでかいいびきだった。それでさすがに私も気になって、看護師さんに、

「なんか、あのひとおかしいですよ！」みたいなことを言った。

「まあ、大変！」看護師さんは、それまで気づいていないようだった。素人の私が気づくまで、看護師さんが気づかなかったのはどうかと思うが、とにかく、看護師さんが様子を見たところ、やはり尋常ではなかったらしく、他の看護士さんや、医者を呼びに行った。

そして、その老人は担架で運ばれて行った。そしてそのあと、彼は亡くなったと聞かされた。私が入室したと同時に彼は亡くなったのだ。なんだか自分が死に神になったような気がした。看護士さんたちは平静を装って、

「もちろんださん、気にすることはないわよ。」

みたいなことを言っていたのだが、これが気にせずにいられるだろうか？ 後に知ったが、かれはQちゃんと呼ばれていて、人気者だったらしい。他の入院患者はみんな悲しんでいた。私もなんだか悲しかった。私が入室したと同時に即死してしまったのだ。南無阿弥陀仏。

それから私は、恐怖におののきながら病室にこもっていた。夕暮れ時の精神病院は、かなりスリリングだった。

それからしばらくして、

「もいちろんださーん、夕食ですよー！」と看護士さんが言ってきた。私としては夕食どころではなかったのだが、何もしないでじっとしているよりは、何かしていたほうが不安感がいくぶん薄らぐので、とりあえず夕食を食べることにした。

食事は、階段を下ったところにある食堂で、全員そろって食べるようだった。なんで？ という感じだったが、すぐに慣れた。

入院初日の夕食のメインディッシュは、やたらとでかいなすびの天ぷらだった。そして、ご飯はどんぶりに山盛り。いったい、精神病院の入院患者はどんな食生活をしているんだ？ と本気で心配になった。まだ、ブタ箱の囚人たちのほうが、まともなものを食べているのではなかろうか、とまじめに考えた。

しかし、後に、精神病院の食事も、けっこうまともだということが判明する。ただ、ご飯の量が異様に多い、という点を除けば。（だからなのかどうか解らないが、精神病院入院患者にはぶくぶく太った人が多い。）まあ、精神病院入院患者にとって、食事は最大の楽しみだからなあ、あんまり飯がひどかったら暴動が起きかねないし。

最初は恐ろしかったが、精神病院は、私が想像していたところとは全く違ったところだった。精神病院といえば、半ば気の狂った異常者の巣窟のようなイメージを持っていたのだが（まあ、私の勝手な思いこみだが。）、実際の精神病院は、とても平和なところで、そこにいる人たちも、極めて人間らしい人たちだった（いい意味でも、そうでない意味においても。）。私は心のどこかで、いや、正真正銘、そんな場所を求めていたのである。しかし今思えば、そんなことでいのか？ と思うのだが。

とりあえず、自殺せずにすんだので、まあ、しばらく精神病医院でゆっくりと、司法試験の勉強でもしよう、と思っていた。しかし、精神病院入院中、司法試験の勉強をすることは全くなかった。当たり前だけど、精神病院には勉強できるような場所もないし、勉強が出来るような雰囲気ではなかった。

そんなこんなで、精神病院に入院してからは、

「もう、俺の人生は終わったな。」、

などと考えることも多かった。まあ、そう考えるのが普通かもしれない。（実際、精神病院に入院しようと決意した時点で、すでに命を捨てる覚悟は出来ていた。）社会と隔離された場所で、ある意味、というか、もろに監視されながら生活するのだ。

病室の廊下側は、全面ガラス張りで、廊下からも、向かいの病室からも丸見えだった。

その上、トイレには鍵がついていなかった。大便用のトイレに、である。なぜ？ 最初はそう思った。

「ああ、壊れてるんだな、きっと・・・」

でも違っていた。あえて、鍵が取り外されていたのだ。

「ああ、それは自殺防止のためだよ。」と、他の精神病患者が教えてくれた。しかし、精神病院のトイレで自殺する人なんているのだろうか？ まあ、いたのかもしれない。

そのため、大便用のトイレに入るときは、トイレのドアをドンドンと強烈にノックするのがルールのようだった。

誰かが入っていれば、

「はいってまーす！」と、中からでかい声がした。

私が大便用のトイレに入っているときにノックされれば、びびりながら、おなじように、

「はいってまーす！」と叫んだ。

最初は、生きた心地がしなかった。大便をしている時って、一番無防備なときなのに、ド

アの外には、大勢の精神病患者が待っているのである。しかしすぐに慣れた。私も彼らと同じ精神病患者だったからである。

プライバシーのかけらもない、一般社会とは違った独特の世界、精神病院で生活するのは、はっきり言ってめんどくさかった。今風に言えば、うざかった。もう、今風ではないか。

しかし、考えようによっては、精神病院もそう悪いところではない。自殺するくらいなら、一度、精神病院に入院してみることをおすすめする。（実際、借金取りから逃れるために入院していたおばさんもいた。そして、借金取りから逃げ切ることができたらしい。しかも、そのおばさんは、元教師の入院患者のおっさんと、獄中結婚ならぬ院内結婚をしていた。精神病院恐るべし。）人生観が変わるかもしれないよ。いや、きっと変わるに違いない。

これから、知られざる、精神病院の実態を語らせていただきたく思う。

精神病院の一日

精神病院の朝は早い。５時頃になるとみんな起き出してくる。私なんぞは、４時頃には目が覚めていた。それもそのはず、夜は、９時就寝で、ご丁寧に睡眠薬まで飲んで熟睡する。朝早く目が覚めるのも当然である。

しかし、目が覚めたからと言って、好き勝手出来るわけではない。６時起床となっていたので、当然、６時までは明かりがつかず（まあ、一晩中点いている非常灯のようなものはあったが。)、部屋から出て病棟を徘徊するのもためらわれる（まあ、徘徊している人もいたが)。

それで、一番の宝物だったラジカセ（父から買ってもらった）で、ラジオ番組や音楽を聴いた。（ありがとう、おとうさん）しかし、ラジカセが一番の宝物だったって？ 今考えると少し情けなくなる。しかし、当時の精神病院入院患者にとって、ラジカセは必需品だった。実際、ラジカセを持っている人は多かったし、中には、テレビやゲーム機まで持ち込んでいる人もいた。

しかし、当時私が入院していた精神病院では、勝手に電源コードをコンセントに差し込めなかった。当然、ラジカセもコンセントには接続できなかった。だから、乾電池は必需品であった。ラジカセで使うくらいの電気代をけちるって、そんなのありか？ これは重大な憲法違反の疑いがある。

今では、パソコンとかスマートフォン、ＭＰ３プレイヤーを持ち込んでいる人が多いのかなあ。しかし、私の経験では、精神病院には、２０年、３０年、中には５０年以上も入院している、高齢者の入院患者が多かったので、そんな人たちが、パソコンなどを使っているイメージはわかない。せいぜい、地デジ対応テレビといったところだろう。

その当時聴いていた曲を聴くと、当時の記憶がよみがえり、少し悲しく、そして懐かしくもなる。ユーミン、スピッツ、ミスチルなどを好んで聴いていた。ユーミンの「翳りゆ

く部屋」や、スピッツの「空もとべるはず」（あのＰＶは精神病院をイメージしていると確信している。そして、実際、あんな感じだ。まあ、あんなにかっこよくはないけど。）、ミスチルの「ヒーロー」などを聴くと、当時のことが思い出されて泣きたくなる（涙）。

私が入院したのは１月。当然、エアコンはついていた・・・消灯時刻までは。消灯時刻の９時でエアコンは切られる。寝る直前までは、異様に暑かった。しかし、明け方は・・・寒い、寒すぎた。まるでシベリヤに抑留されているかのようだった。それで、風邪を引く人が続出していた。これは、重大な人権侵害の疑いがある。

また、起床時刻の６時まではタバコも吸えない。なぜタバコを吸えないかというと、入院患者は、ライター類の所持を禁じられていたからである。（先ほど述べたことは、このことを意味している。）しかし、ライター類の所持が禁止なんて、精神病院入院患者は放火でもするというのか？ まあ、それくらいのことはやってのけそうな人はいたが。

では、タバコはどうやって吸うかというと、ライターが一個、天井からチェーンのようなものでぶらさげられているのだ。そのライターで火をつけて吸う。その有様は、到底、一般常識人の方々には想像できないであろう。まさしく、異様な光景であった。まるで、捕虜収容所のようだった。（まあ、実際、それと似たようなものなのだが。）しかし、すぐに慣れた。

では、６時前にはなぜタバコが吸えないかというと、鉄格子がおろされているからだ。そう、消灯時間になると、鉄格子（まあ、シャッターのようなものだが）がおろされるのだ。（なんとなく、動物が檻に入れられている気持ちが解るような気がした。というか、精神病院入院患者は犯罪者なのか？ これは、刑事訴訟法および監獄法に違反しているようなきがする。）

入院患者の病室が連なるエリアと、宿直の看護士さんの詰め所を遮断するのだ。まあ、宿直の看護士さんの身の安全を考えると当然か。（笑）

しかし、精神病院も、一般の病院と同じく、看護士さんのほとんどが女性だった（当時）。まあ、男性スタッフも数名いたが。例の、顔面凶器坊主野郎もそのうちの一人だった。彼は私と同じ歳で、なかなか好感の持てる人だったのだが、最初はさすがに怖かった。学生時代にボクシングをやっていたと言うし、精神病院では、入院患者が暴れたときのために、こんなごつい奴を用心棒がわりに雇っているのかなと本気で思った。（実際、それ

がほんとのところだったのかもしれない。）

私は、自分も入院患者でありながら、こんなに女性ばかりで大丈夫なのかと、人ごとながら心配したものだ。まあ、入院患者のほとんどはおとなしい人なので大丈夫だと思うが、そこはほら、精神病院、何があるか解らない。（笑）

実際、年寄りの患者の中には、看護士さんに、阿呆みたいなことを言って、駄々をこねている人もいた。精神病と認知症が融合していたのかもしれない。

私は、６時になるまで、タバコを吸いたいのを何とか我慢していた。今考えると、何とかして吸う方法がありそうなものだが、当時は素直に我慢していた。まあ、今だったらどこかで隠れてすってるな。たぶん。

真っ暗闇の中、何もすることがないので、ベッドで横になったまま、ラジカセで（もちろんヘッドフォンをして）音楽やラジオ番組をひたすら聴いていた。タバコを吸いたいのを我慢しているので、気を紛らわすために、やたらと飴をなめていたような気がする。

虚しかった。想像して欲しい、精神病院の４人部屋のベッドの上で、真っ暗な中、何もすることが出来ず、ヘッドフォンで音楽を聴きながらじっとしているのだ。まあ、そんなこと想像できないと思うけど。（想像する必要もないし。）まあ、善良な一般市民の方々には無縁の世界の出来事ですけど。

５時半頃になると、他の精神病患者も起き出してくる。（中には、朝っぱらから、廊下を走り回り、何か叫んでる人もいた。）そして、愛煙家の精神病患者たちは、喫煙ルームでたむろする。

「６時起床はおそすぎるよなー。」

「そうだよ、やっぱり、５時起床くらいがちょうどいいなあ。」

などと、みんな勝手きわまりないことを言っていた。しかし、当時は私もそう思っていた。まあ、それはただ、早くタバコが吸いたいという、病院側に対する不満の表れでしかなかった。

そして６時になって、シャッターが開いたら、みんな、例の天井からぶら下がっているライターめがけて突進し、一斉にタバコを吸い始める。一般の正常な方がご覧になったら、それが現代日本で繰り広げられている光景だとは、到底思えないであろう。末法思想が広がりかねない。

精神病院では、タバコと飲み食いが一番の楽しみなのだ。しかし、タバコは吸い放題というわけにはいかない。一日一箱と決まっていたので、いっぺんに吸ってしまうわけにはいかないのだ。私なんぞは、あとどれくらいタバコがあるかが、最大の関心事だった。まるで、薬物中毒患者だ。

精神病院では、タバコは貴重品なのだ。まあ、そのうち外泊（一時的に実家に帰ること）したときに、タバコを隠して持ち込む（まるで、ヤクの密売人だ）のだから、それほど困るということはない。しかし、隠してタバコを持ち込んだことが発覚するのを恐れて、吸いまくりたい気持ちを必死でこらえた。（まあ、ばれてたかもしれないが。いや、たぶんばれてた。）

それでも、タバコが貴重品であるということに変わりはなかった。大げさに言えば、お金と同じくらいの価値があった。（まあ、それほどではないか。）

「〇〇が勝手に、俺のタバコを吸いやがったー！」等と言って、怒り狂っている入院患者もいた。

タバコに関するトラブルは少なくなかった。たぶん、今の精神病院入院患者にかたも、似たような状況下にあるのではなかろうか。（さすがにいまはちがってるかな。）

６時の起床時間になると、明かりが点く。明かりが点いたら、みんな、やたらと廊下を歩き回っていた。私は最初、いったい今から何が始まるのだろうと恐怖した。確かに、何かが始まりそうな雰囲気だったのだ。しかし、何も起きなかった。ただ、精神病患者が歩き回っているだけだった。たぶん、運動不足解消のためだと思われる。入院しているとどうしても、食べては寝て、寝ては食べるの繰り返しになってしまう。そうすると、必然的に運動不足になってしまうのだ。しかし、やっぱり異様な光景だった。でも、すぐに慣れた。私も同じ精神病患者だからだ。

そして、部屋の掃除があった。基本的に４人部屋だったので、みんなで床を掃いたりした。同じ部屋に、当時５０歳くらいだったWさん（仮名）がいた。彼は、旧帝国大学卒のインテリだった。見た目も、ナイスミドルといった感じで、共同生活していても極めてまともだった。少なくとも、最初はそう思った。

「学生時代は、テニスサークルに入っていたから、けっこうもてたんだよ。ふふふ。」

等と言っていた。たぶん、そうなのだろう。

彼が変わっていたのは、同じことを何度も聞いてきて（確認？）、いつも大学ノートにメモしていたことだ。（最初は、何か勉強でもしているのかと思った。でも違った。）それは、元々は、医者から勧められたということだ。（意味不明？）しかも、一度そのノートを見せてもらったことがあるが、支離滅裂で意味不明なことが、汚い字で殴り書きしてあった。

彼は、大学卒業後、一流メーカー（たしか、〇〇重工）で１年くらい、設計の仕事をしていたらしいのだが、ある日、会社に両親が迎えに来て、仕事を辞めることになったらしい。いったい何があったんだ？ そのことについての詳細は不明（本人もよくわかっていないみたいだった）。だから私も、詳しくは聞かなかった。

そして、入院するまで、清掃の仕事を１０年くらいやってたらしいのだが、一番掃除が下手だった。（疑問？）入院するまでは、父親と二人で暮らしていたらしいのだが、父親が亡くなってから、一人で生活する自信がなくて入院したらしい。普通、そんな理由で精神病院に入院したりするか？ と突っ込みたかったのだが、まあ、それはやめておいた。

しかし私は、彼に親近感が湧いた。というのも、彼と私は境遇が似ていたからだ。まあ、彼は私より２０歳くらい年上なのだが、私も、世間では一流といわれる大学を卒業し、一流といわれる職場にいたからか？

でもやっぱり、彼は普通ではなかった。

ある日、病室のベッドの上で、みんなが見ているのに、なんと、自慰行為をしていた。

「え・・・？」私は思った。

「いやあ、まだ出るのか、確認したかったのですよ。ははは。」

やっぱり普通じゃない。

その後、彼は退院して、精神障害者施設に入所したのだが、そこに入所中、他の女性入所者と、施設の近所で、野外性行為をして、警察に通報されたらしい。なかなか侮れない男だ。

そして彼は、精神病患者専用老人ホーム（そんなのほんとにあるのかなあ？）に入所したらしい。たぶんそこでも、何かしでかしていることだろう。日本版オールド・パーみたいだ。ちょっと違うか。もう彼に会うことはないであろう。時々会いたくなるけど。

彼のほかにも、旧帝国大学卒の人や、元教師など、インテリといってもいい人たちが少なからずいた。私は最初、意外な感じがしたが、よく考えると、インテリの人と、インテリではない人では、インテリのほうが精神病院に近い距離にいるような気がする。わかりやすい例で言えば、芥川龍之介とか、太宰治とか？ そういうた例はちょと違うか。

掃除が済んだら、喫煙スペース（そこにテレビなどがあって、憩いの場となっていた）で、検温というものがあった。テーブルがいくつかあった中途半端なスペースで、みな、決まった席に着いて（別に、厳格に決められていた訳ではないが、精神病院入院患者はやたらと縄張り意識が強く、自然に、座る場所が決まっていた。）体温を測るのだ。

看護士さんが、出席をとるように、一人一人名前を呼んだ。名前を呼ばれた人は、体温、体調、その日の予定などを、すっとんきょうな声で叫んでいた。（まるで、ドリフのコントだった。）それも、最初は異様に感じていたのだが、すぐに慣れた。しかし、あんなこと今でもやっているのだろうか？

精神病院の入院病棟にも、毎朝新聞が届いていた。そして、みんな熱心に見ていた。新聞・・・ではなく、チラシを。そう、みんなで熱心にチラシを見ていた。よくある、スーパーのチラシである。私は最初、何でみんながそんなに熱心にチラシを見ているのかが解らなかった。のちに、外出の時どこのスーパーに買い物に行くかの下調べであること

が判明。そんじょそこらの主婦よりは買い物上手だ。なにせ、限られた少ないお金で、身の回りの品々を買いそろえなければならないのだから。

朝食は、確か、８時頃だったと思う。それは、たぶん病院の都合だろう。７時に朝食だったら、スタッフの人が朝早くから大変ですからね。それはともかく、起きてから２時間以上経過しているのだから、ものすごくお腹が減る。それを配慮してか、朝食は、おかずや味噌汁こそ普通であるが、ご飯は例のごとく、どんぶりに山盛りだった。最初の頃は、朝から何でこんなに大量のご飯が出るのか不思議だった。しかしすぐに慣れて、朝からどんぶり一杯のご飯を食べるのが普通に思えるようになった。（まあ、普通じゃないと思うけど。）

朝食後は、また一斉にタバコを吸う。なんとなく、刑務所か捕虜収容所に収容されている気がしていたのは、私だけではないであろう。まあ、実際、収容されているようなものだが。

タバコを吸い終わったあとは、また、ベッドイン。精神病院入院なんて、ただ、食べては寝て、寝ては食べる、の繰り返しである。虚しいが、自殺するよりましである。とりあえず、食う寝るところ、住むところには困らないのである。

しかし、多くの人が生活保護を受けていた。最初、「せいほ、せいほ」と言うので、生命保険のことかな？ と思ったが。生活保護のことだった。私の場合は、親が入院費用を払っていた。ありがとう、おとうさん、おかあさん。日本は本当にいい国だ。仕事もせずに、精神病院に入院していても、衣食住には困らないのだ。ありがとう、日本国憲法第２５条。ありがとう、生活保護法。

精神病院の一日パート２

午前中、日によっては、スポーツなどのレクリエーションがあった。たとえば、ソフトテニスのようなもの。これは結構面白かった。レクリエーション中は、今自分が、精神病院に入院しているということを忘れさせてくれた。参加者のほとんどは女性だった。みんなで、和気藹々と楽しくやっていた。しかし、中には異様に動作がのろくて、

「この子いったい、スポーツやったことがあるのだろうか？」、と思わせる人もいた。まるで、スローモーションかコマ送り映像を見ているかのような動きだった。まあ、それは薬の副作用か、精神病のせいかもしれない。おおむね、精神病患者は動きが変だった。たぶん私もそうだったのだろう。実際、親父から、

「お前、なんか、動きが遅くなったなあ。」みたいなことを言われた。

また、週に一回くらい、病院の中庭でバレーボールがあった。これも結構面白かった。ソフトテニスは、同じ病棟の人だけでやるのだが、ほかの病棟の人と一緒にやった。これは、みんな本気でやっていた。なんとなく、中学や高校時代のクラス対抗バレーボールを彷彿とさせるものがあった。

このときも、バレーボールには参加せずに、中庭の周りを、ただひたすらぐるぐる回っている人も多くいた。私は、彼らがバレーボールに参加せずに、周りを歩き回っているのを不思議に思った。もちろん、歩くのはいいことであるのに違いないのだが、バレーボールに参加した方が、より楽しいことに間違い舞い。精神病院入院患者は、やたらと歩き回るのが好きなようだった。

とにかく、体を動かすということは、体にのみならず、心にもいいということが解った。私は、レクリエーションを楽しみにしていたのだが、自由参加だったので、参加するのは一部の人だった。大多数の人は、一日中寝てた。まるで植物人間のように。

レクリエーションが終わると、また、タバコを一服である。そうこうしていると、昼飯の時間である。１２時近くになるとみんあ浮き足立つ。みんな食べるのが一番の楽しみなのだから仕方ないよね。（もちろん私もそうだった）

大量の昼飯を食ったら、また、一斉にタバコを吸う。やはり、なんとなく、収容所的である。昼食後は、もちろん、一斉に昼寝に突入する。いったい、どれだけ寝れば気が済むのだろうか。精神病院入院患者は、一日の大半を寝て過ごす。まあ、かくいう私も、その中の一人だったのだが。（だから、食事をしたあと、寝る癖がついた。）食べては寝る、寝ては食べる。まるで家畜のようだった。（涙）

しかし、小春日和に、森田童子の「ぼくたちの失敗」を聴きながら、病院のベッドに寝そべって、窓から青い空を見ていると、不思議と幸せな気持ちになり、

「このまま、一生、精神病院に入院しているのもわるくはないな。」と思ったりもした。しかしそんなの、絶対に嫌だ。

ただ、帰るべき場所のある人はいい。病気が回復したら、帰るべき場所（まあ、家だが）へ帰ればいい。しかし、帰るべき場所のない人がたくさんいた。

私が収容されていたのは、社会復帰病棟と呼ばれている病棟だった。本来ならば、文字通り、社会復帰するために、一時的にいる場所のはずだ。しかし、そこに何十年も入っている人がいた。２０年選手はざらにいた。中には、５０年以上も入院している８０代の老人もいた。帰るべき場所がないのである。

はっちゃん（仮名）と呼ばれている老人がいた。確か８５歳（当時）だったと記憶している。いつも、黒い革ジャンを着て、ニット帽をかぶっていた。渋い、なかなかいい顔をしていた。彼は５０年選手だった。別に、何ら変わったところのない、人柄の良い老人であった。彼には、帰るべき場所がないのだ。きっと彼は、精神病院に骨を埋めるつもりだったのだろう。今では、とっくに埋めているかもしれない。

もう一人、Ｋさん（仮名）という老人がいた。彼もまた、５０年選手だった。

「もう、５０年も入院しているのに、医者の奴らは俺を直せねえんだよなー。ははは。」

みたいなことを言っていた。彼はたぶん、躁鬱病だったのだろうと思う。躁状態の時は、いつもにこにこしてよくしゃべっていた。しかし、鬱のときは、死人のような顔をして、黙り込んでいた。彼もまた、精神病院に骨を埋めるつもりだっｔがのだろう。

午後からも、レクリエーションはある。これもまた、参加する人は決まっており、それ以外の人は、寝たりテレビを見たりしていた。

私は、なるべくレクリエーションに参加するようにしていた。そうすることが、自分自身の精神的回復になるような気がしたからだ。まあ、ほかにすることもなかったし。私は、入院するときに、法律書と、星新一の小説を持ち込んでいたのだが、ほとんど読まなかった。しかしその頃は、まだ司法試験を諦めたわけではなかったので、娑婆にいる妹に頼んで、司法試験の願書を出してもらった。でも、結局、受験はしなかった。とてもじゃないが、司法試験を受ける程には、精神状態が回復していなかった。あとで、そのことを、妹に責められた。

夕方になると、看護士さんの指導のもと、みんなで一列になって、廊下をぐるぐると行進した。健康のためだと思うが、はっきり言って虚しかったし、捕虜収容所にいるみたいだった。往年の、ハリウッド映画の名作「大脱走」のスティーブ・マックウイーンのように、バイクに乗って脱走したかった。

精神病院の廊下で行進している自分が悲しかった。想像して欲しい、精神病院の廊下を４０人くらいで、延々と行進しているのだ。（まあ、想像できないだろうけど。）なんとなく、自分が刑務所に入っているような錯覚を覚えた。そのとき、ラジカセで音楽が流れていた。いろんな曲がかかったのだろうが、印象に残っているのは、ゴダイゴの「ガンダーラ」だ。大好きな曲だが、そのときは、やけにもの悲しかった。本当にガンダーラへ行ってしまいそうな気がした。愛の国ガンダーラへ。

夕食は、確か６時頃だったと思う。例によって、食事の時間が近づくと、みんな浮き足立つ。夕食は、一日の食事の中でもっとも豪華だったので（まあ、精神病院の中では、であるが。）私も楽しみだった。廊下に、一週間分の献立表が張り出されるので、それを見て、みんな一喜一憂していた。

食事は、普通の場所だったら、みんなで和気藹々と、談笑しながら食べるのが当たり前だろう。がしかし、精神病院はちがった。数名のスタッフ（まるで、看守のようだった。）の監視の下（私にはそう思えた）、話など一切せずに、黙々と食べるのだ。刑務所ってこんな感じなのかなあ、などと考えていた。

座る場所は決められており、みんなそれに従った。私は、テーブルの一番左端の席だった。右隣はＨさんで、正面にはＳさんがいた。Ｓさんは４０歳くらいで（当時）、大昔に人気のあった、クシャおじさんのような顔をしていた。彼は肉が嫌いだったので、おかずが肉の時には、テーブルの下から、私にそっとくれた。私はお返しに、タバコを一本あげた。これぞ、精神病院の助け合いの精神である。

彼には、恩義を感じていることがあった。それは私が入院したばかりの頃、緊張のあまり、タバコを吸ってしまい困っていたときに、セブンスターを一本くれたのだ。あのときのセブンスターのうまさには、キューバ産の高級葉巻もかなわないだろう。ありがとうＳさん。

彼は２０年選手だった。どこにも問題はないようだった。しかし、時々ろれつが回らなくなることがあった。それが病気のせいだったのかもしれないし、薬の副作用だったのかもしれない。今となっては謎である。

人に聞いた話では、彼は実家に帰れないということだった。精神病院には、彼のように、日常生活には何ら問題なく、実家があるのに、家に帰れないという人がけっこういた。たぶん、厄介者扱いされているのであろう。まあ、家族の気持ちを考えれば、彼のように（まあ、私も含めて）精神病院に入院した家族が厄介者扱いされしまうのも、理解できないではない。しかし、である。それて悲しくないですか。精神病院入院患者にだって、社会復帰のチャンスが必要なのです。犯罪者だって、刑務所で罪を償ったあとは、社会復帰しているのに。（まあ、死刑になった人は別だが。）精神病院に入院したと言うだけで、社会から隔離されてしまうのは問題だと思う。

夕食を食べたら、また一斉に喫煙タイム突入である。この時点で、ほぼ、一日の行事は終了である。あとは、適当に歯磨きしたりして、寝る準備に取りかかる。はっきり言って、食べて、寝る、それが精神病院患者の日課である。しかし、夕食を食べ終えたえら、「ああ、今日も無事一日が終わった。」と、まるでサラリーマンででもあるかのように、安堵感を覚えた。まあ、晩酌は出来ないが。

当たり前であるが、精神病院は飲酒禁止である。しかし、アル中の人の中には、外出したときに、真っ昼間から、外で酒を飲んで、酔っぱらって病院に戻って来たという豪傑もいた、ということである。

就寝時間は、前のも述べたが、９時。まるで小学生である。ただ、土曜日だけは、１１時まで起きていてよかった。その理由は謎である。まあ、何となく解るが。

しかし、タバコは、９時過ぎると吸えなくなるので、私は９時に寝ていた。私はタバコが好きなので、タバコを吸わずに２時間起きていることは耐えられないので、９時ちょっと前にタバコを吸いまくって、睡眠薬を飲んで、速効で寝るほうを選んだ。

以上が、精神病院入院患者の日課である。これが毎日続くのだが、日曜日だけは、食事以外何もなかった。だから何となく、日曜日なんだなあ、という気がした。しかし、平日も、基本的に何もしないので、まあ、同じことなんだけど。（涙）

精神病院のお風呂事情

入浴は、週に二日だった。たしか水曜日と土曜日だった。（病棟ごとに、交互に入浴するからだと思う。）昼間に、集団で一斉に入浴するのだ。時間が決まっているので、湯船にゆったりつかって鼻歌を歌う、というわけにはいかない。とにかく、急いで、頭と体を洗い、湯船にざっとつかり、すぐにあがって、頭と体を拭いた。なんだか、「塀の中の懲りない面々」のようだった。（もっとも、私は刑務所に入ったことはないし、これからも入るつもりはないのだが。）

なんと、入浴には、女性スタッフが付き添っていた。最初はびっくりした。なぜ、男性スタッフではなく、女性スタッフなんだ？ 大勢の男（しかも、精神病患者）が素っ裸で入浴している中に、女性スタッフがいるのだ。主な目的は、入院患者が、入浴中に倒れたりしないか見守ってくれているのだと思う。それに、年配の入院患者の背中を洗ってあげてたりしていた。

私も、「背中洗ってあげようか？」と言われたことがあったが、さすがに断った。私も３０そこそこだったし、女性スタッフは、今で言うところの「熟女」だったのだ。そこは遠慮するのが普通だろう。（しかし、今思えばもったいないことをした。）

精神病院の入浴は、こんな感じである。しかしそれでも、風呂に入れるということは有り難かった。まあ、お金を払っているのだから（親が）当たり前といえば、当たり前なのだが。それでも、ありがたかった。

家では、当たり前のようにお風呂に入れるのだが、その、当たり前だと思っていることが、当たり前ではなく、本当は有り難いことなのだ。それを、精神病院で学んだ。普通の生活が出来ている人は、その平凡な生活に感謝しよう。普通の生活が出来ない人もいるのだから。

そして、なんと言っても、当時の私にとって、風呂上がりに缶コーヒー（その頃私は、ＵＣＣオリジナルコーヒーと、ジョージアオリジナルを、中毒患者のように飲んでいた。）

を飲みながら、タバコを吸っているときは、至福のひとときだった。とにかくうまかった。缶コーヒーが、世の中でもっともおいしい飲み物に思えた。何となく、自分がリッチになったような、かっこよくなったような錯覚を覚えた。まるで自分が、アラブの大富豪にでもなったような気がしたのだが、ただの、風呂上がりの精神病院入院患者だった。（涙）

風呂に入れるのはいいのだが、ここで一つ問題が生じる。風呂に入れば、当然ながら着替える。（精神病院入院患者といえども、ちゃんと着替えるのだ。）そうすると、必然的に洗濯物が出る。そう、私が一番嫌だったのが洗濯である。

病棟内に、洗濯機と乾燥機がそれぞれ２台ずつあった。そういうと、何も問題はないように思われるかもしれない。しかし、そこは精神病院。誰が先に洗濯するか、乾燥機はまだ空かないのか、等々で喧嘩になったりしていた。

私はそれが嫌だった。いい歳したおっさん（あるいは爺さん）が、洗濯する順番をめぐって争うのだ。こういうときには、「やはり、精神病者は精神病者でしかないんだなあ。」と痛感するのだった。お母さんに洗濯をしてもらっているそこのあなた、お母さんに感謝しましょう。精神病院では、代わりに洗濯してくれる人などいないのだから。

精神病院入院患者は外出出来るのか

外出についてだが、精神病院入院患者は、勝手に外出することは出来ない。（勝手に外出されて、何かしでかされたら困るからだろう。例えば、人殺しとか。）外出する日時、行き先、目的などを、前もって病院側に届けておかなくてはならなかった。しかも、週に一回、２時間程度だった。

しかし、外出できない人たちもいた。閉鎖病棟に入院している人たちだ。精神病院の入院病棟は、開放病棟と閉鎖病棟に分かれていた（当時）。私たちは、開放病棟にいたので外出できた。しかし閉鎖病棟の人たちは、確か、外出できないと聞いたことがある。（今では違っているかもしれないが。）また、解放病棟の人でも、高齢者で外出困難な人もいた。

そんな、外出できない人たちのためだと思うが、週に一度、業者のおばさんがやってきて、食品や日用雑貨などを販売していた。普通だったら絶対売れないような商品も、そこでは売れていた。院内に、売店がなかったので、入院患者にとっては有り難いことではあった。

聞いた話によると、そのおばさんは（まあ、ばあさんに近いのだが）、相当稼いでいるという話だった。まさしく、やり手ばばあである。しかし、そのおばさんは、目の付け所がすごい。普通の人は、精神病院に物を売りに行こうなどとは、思いつきもしないと思うのだが。そのおばさんは、毎週、おんぼろの軽のワンボックス車に、商品を満載してやってきていた。たぶん、いろんな病院、特に、精神病院を中心に商売していたのであろう。まったく、金儲けしようとする人は、金を稼ぐんだなあ、と思う。まあ、あのおばさんの、商魂のたくましさには見習うべき点があるとは思うのだが。

外出するのは、もっぱら買い物が目的である。病院を出る際に、事務所の窓口で、事務員さんから、預けてあるお金のうち一定額を受け取ってから（だいたい２０００円くらいだったと思う。）外出する。お金は、前もって本人あるいは家族が預けることになっていた。生活保護を受給していた人は、病院がお金を管理しているようだった。

外出時間は、だいたい、１時間から２時間くらいだったと思う。どうせ、歩いて、近所のスーパーへ行って、お菓子とジュースを買い込むだけである。中には、スーパーの寿司や刺身を買って食べるのが楽しみだという人もいた。

入院患者の多くが、近所にある、あるスーパーによく買い物に行っていた。たぶん、そのスーパーの店員さんたちは、我々が精神病院入院患者だということに気づいていたに違いない。（まあ、確証はないのだが。）しかし、そのスーパーの店員さんたちは、とても親切だった。私は最初、店員さんに、自分が精神病院入院患者であることがばれることを、非常に恐れていた。はっきり言って、びびっていた。しかし、そこのスーパーの店員さんたちの優しさに触れて、心が癒された。そのスーパー（名前は出さないが）を、私は大好きになったので、退院してからもよく買い物に行っていた。そういうお店は、きっと、末永く繁盛するに違いない。ありがとう、サ〇〇の店員さんたち。

ところで、お菓子は週に５袋、ジュースは５本と決まっていた。この基準は、謎ではある。まあ、常識的な量だとは思うが、買い物するときのお菓子の数まで決められているとは、まるで小学生である。

私はその頃、チョコパイ中毒であった。なぜだか解らないが、チョコパイ（しかも大袋）を買い込んで、食いまくっていた。チョコパイはうまい。誰がなんと言おうと、うまい。北朝鮮で、チョコパイが大流行したということも、私には何となく理解できる気がする。それにしても、チョコパイって、なんであんなにおいしいんだろう。チョコパイを開発した人たちは、きっと天才であるに違いない。

それに、缶コーヒーである。私はもともとコーヒーが好きで、家にいるときは、一日５杯は飲む。家では、もっぱらインスタントコーヒーなのだが、精神病院では、どういう訳か、インスタントコーヒーは禁止だった。でもなぜ、インスタントコーヒーが禁止だったんだろう？ 今考えても不思議だ。（今度、厚生労働省食品衛生局に問い合わせてみよう。）だから、コーヒーを飲みたければ、缶コーヒーを飲むしかなかった。まあ、缶コーヒーも好きなので、それはいいとしよう。しかし、ジュース類は一週間に５本までという、憲法違反的な掟があったので、缶コーヒーは貴重品だった。

入院して間もないある日、ほかの精神病患者がいきなり私たちの病室にやってきた。そして、そいつは言った、

「あのー、もちろんださん、缶コーヒー貸してよ。」

缶コーヒーを貸す？ 最初、その意味がわからなかった。しかし、たんに人の缶コーヒーをせびりに来たのである。私が入院して初めて外出したので、缶コーヒーを買ってきたことを見越してせびりに来たのだ。こんなことにだけは頭が働くようだ。さすがは精神病院入院患者だな、と思った。彼に限らず、精神病院入院患者の中には（まあ、少数ではあるが)、やたらと、他人にタバコや缶コーヒーをせびる奴がいる。だからこそ、精神病院入院患者なのか？

仕方なかったので、貴重な缶コーヒーをそいつにやった。その男のことは、あまり好きではなかった。ほかの入院患者からも、あまり良くは思われていないようだった。

そいつは、２０年以上入院していると言っていた。当時４０歳くらいだったから、二十歳そこそこから２０年、精神病院に入院していたことになる。彼は、いつも、手と体が震えていた。まあ、一目見て、普通の人ではないと思われるだろう。そいつが、自分のほうから言ってきた、

「僕は被害妄想なんですよ。だから、もう２０年以上入院しています。」

「え？」

それまで、そんなに長く入院（長い人は５０年以上）している人がいるとは知らなかったので絶句した。２０年！ ２０年も入院しているのか、精神病院に？ 被害妄想で？ そんなの誰にでも（普通の人にはないか。）あることだろう。私も被害妄想に陥ることがある。しかし、そんなことで２０年も入院しているなんて。そんなのありか？ 私は少し、彼に同情した。

そういうことがあるので、精神病院入院患者は、お菓子を食べたり、缶コーヒーを飲んだりする時には、なるべくほかの入院患者に見られないようにしていたような気がする。実際私がそうだった。

だから、缶コーヒーを飲むのは、基本的には、入浴後のくつろいだ時間と、外出して、やけになって飲みまくっているときだった。チョコパイをやけ食いしたこともあった。

私は外出のたびに、病院の近所の公園に行って、タバコを吸いまくっていた。その公園に行くと、不思議と心が落ち着いた。そして、その公園にいる間だけは、自分が精神病院入院患者であることを忘れることが出来た。

その公園には、子供連れの女性が、子供と遊んでいたり、お年寄りがゲートボールかグランドゴルフのようなものをしたりしていた。そこには、平和な世界が広がっていた。普通の世界が。

別に、タバコは、病院で吸いまくってもいいのだが、人目をはばかって、１時間に１本と決めていた。（あんまり、ばこばこ吸ってると、怪しまれるような気がしたからだ。まあ、誰も気にしてはいなかったんだろうけど。）だから私にとって、外出の最大の楽しみは、タバコを吸いまくれるということだった。本当に吸いまくった。当時は、そんなことしか楽しみがなかった。（涙）

そして、病院に戻ったら、身体検査がある。（まるで犯罪者だ。）（裁判所の身体検査令状や捜索差押え令状は必要ないのだろうか。今度、法務省刑事局に問い合わせてみよう。）といっても、ただの所持品検査である。しかし、所持金のチエックがあることまでは、最初は知らなかった。それで、タバコを大量に買い込んで、隠して持ち込もうとしたのがばれそうになったが（たぶん、ばれてたと思う。）、適当ないい訳をしてその場を逃れた。しかし、相当びびった。麻薬の密売人の気持ちがわかるような気がした。

短期外泊制度

精神病院には、外泊という制度がある。簡単に言うと、一時的に家に帰ってみることだ。だいたい、２，３日だったと思う。この、一時外泊を何度か繰り返して、家で普通に生活できる等になれば、めでたく退院ということになる。

私は、入院して３週間目くらいに初めて外泊した。家に着いたときには、戦場から、無事に帰還したような気がした。そして夕食後、病院でいつも飲んでいた薬を飲んだ。すると、とたんに意識が遠のいて、いびきをかいて、その場で爆睡してしまった。

病院で飲んでも何のことはなかったのだが、家で飲んだら、クロロフォルムをかがされたかのように意識を喪失した（まあ、クロロフォルムをかがされたことはないのだが。）。家に帰ってリラックスしたからか、それとも、薬の成分が違っていたのか。今となっては謎である。しかし、意識が遠のいていくときは快感だった。なんとなく、薬物中毒者の気持ちがわかるような気がした。

しかし不思議なことなのだが、病院にいるときは家に帰りたくなるが、家に帰ると、精神病院に戻りたくなった。だからこそ、精神病なんだろうなあ。たぶん。外泊中に病院が恋しくなり、病棟の知り合いに面会に行ったりしていた。本当に不思議だ。だからこそ精神病なのだろう。ああ、精神病院は、第二のふるさとだ。

外泊を終えて精神病院に戻ると、みんなから、

「もちろんださん、おかえりー！」と言われた。

おかえり。か。なんだか不思議な気がした。

また、外泊すると、他の入院患者から、

「お酒飲んできたー？ お寿司は食べたー？ 刺身はー？」

などと、やたらと、家で何を食べてきたのか聞かれた。

帰るべき家のない彼らにとって、実家で外泊してきたことがうらやましかったのだろう。それに、精神病院入院患者にとっては、飲み食いすることが一番の楽しみだったので、まあ、家で何を飲み食いしてきたかが気になったのだろう。しかし私は、外泊中、酒も飲まなかったし、寿司も食べなかったし、刺身も食べなかった。とてもじゃないが、そんな気分ではなかった。

精神病院人間模様

入院して最初の頃は、他の入院患者が怖かった。もしかしたら、とんでもない、殺人マシーンのような奴がいるかもしれない、などと考えていたのだが、そんな人はいなかった。だんだん慣れてきた。精神病院入院患者といえども、同じ人間なのである。ましてや私は、同じく精神病院入院患者だった。

そうして、少しずつ、仲のいい人も出来てきた。４人部屋だったので、同部屋の人とは、必然的に仲良くなる。恐る恐るではあるが、少しずつ、自分の身の上話などもするようになった。

話をしてみれば、案外、普通の世間話のような話もした。みんなそれぞれの人生を背負って生きている。私なんぞは、つい、「なんで自分だけこんな目に遭わなければならないんだ。」と思いがちである。しかし、みんな、似たり寄ったりなのかもしれない。

そんな、同部屋だった人に、Ｆさん（仮名）がいた。彼は私より、３，４歳年上で、身長は普通だが、お相撲さんのように太っていた。それもそのはず、彼は、起きているときは、常に何かを食べていた。ずっと食べ続けていた。まさに、イーティング・マシーンである。一日中、朝起きてから、夜寝るまで何かを食べていた。ベッドについてからも、何か食べていた。

彼の話によれば、彼は高校卒業後、どこか県外の企業に就職したそうである。が、そこで自殺未遂をしたそうである。寮から飛び降り自殺を図ったらしいのだが、運良く助かったとのことだた。それが精神病院入院のきっかけだそうである。

私も昔、死にたいと思って、夜中に、車で海まで行ったことがある。橋の上から、夜の海へ飛び込み自殺しようと思ったのだ。しかし、出来なかった。恐ろしくなって、車から外に出ることすら出来なかった。

翌日、新聞を見て、驚愕の事実を知った。私が飛び込もうと思ったその橋の上から、実際に、入水自殺をした人がいたのである。まさしく、身震いするような恐怖を覚えた。

最近日本では、年間３万人以上の方が、自ら命を絶たれるという報道を耳にする。それは、非常に残念なことである。死にたいと思っても、そんなに簡単に死ねるものではない。

話がそれたが、彼はここ２０年程、毎年、精神病院に２，３ヶ月の短期入院をしている。まあ、年に２，３回精神病院に入院するのが、彼の恒例行事になっているといったところである。彼も、ごく普通の中年男性である。どこが病気なのか、私には解らなかった。（そういう人は、精神病院入院患者の中には多くいる。）ただ、仕事は、転々としているらしかった。私と同じだ。

ただ、彼が変だったのは、夕食後、決まって不機嫌になるということだった。やたらとイライラした様子で、無口になり、ラジカセの音量を最大にしていた。これには閉口した。そんな時は、やっぱりここは精神病院なんだなあ、と思った。

今でも彼には、思い出したように電話することがある。以前と変わらない穏やかな口調（まるで夢でも見ているかのような）の話を聞いていると、私は少し安心する。お互い、精神病仲間ということで、こころを許しているのである。精神病患者同士は、妙に気が許せるのである。見栄を張る必要がなく、精神病という、かなり恥ずかしい部分を、お互いに共有しているからであろう。

同じ部屋に、もう一人Ｆさんがいた。仮にＦ２さんとしよう。彼は、５０代半ばくらいの（当時）穏やかな人だった。入院初日の夕方、私が、家に帰りたいと駄々をこねていたとき、

「まあ、１週間くらい入院してみたらどうだい？」と、諭された。

精神病院での、私の最初の友人である。一度、

「Ｆ２さんって何歳なんですか？」とたずねたことがある。そのとき彼は、しばらく考えて、

「２５歳だったかな？」と言った。ああ、やっぱりここは精神病院なんだなあ、と思った。彼はどう見ても５０代だった。２５歳の時、いったい彼に何があったのだろうか？ 彼の時間は、２５歳の時のまま止まっている。でも彼はいいひとだった。

彼は歯磨きしなかったので、一度私が言ったことがある。

「Ｆ２さん、歯磨きした方がいいんじゃないですか？」

すると、彼は言った。

「歯茎が痛いから、歯磨きしないんだよ。」

私は何も言い返さなかった。でも、やっぱり思う。

「Ｆ２さん、歯磨きした方がいいですよ。」と。

もう一人、仲の良かった人にMさん（仮名）がいた。彼は、精神病というよりは、アル中だった。家で、仕事もせずに昼間から酒を飲んでいたら、父親が酒を捨てたらしい。（まあ、そうするのが普通だろう。）それに腹を立て暴れたので、家族から精神病院に入院させられた、と言うことだった。しかし彼は、極めてしっかりした人で、何よりも男らしかった。たとえ彼が、アル中だったとしても。

彼は私より、１０歳くらい年上だったが、なぜか気があった。そして、何度か、武勇伝を聞いた。例えば、高校時代に喧嘩して、相手をナイフで刺して、逮捕されたことがある。など。さすがだ。

また、彼はホモだと、もっぱらの噂だった。まあ、冗談めかして、それっぽいことを言っていたのだが、あながち冗談ではなかったのかもしれない。

「ア〇スかしてー！」が、彼の決まり文句だった。なかなか侮れない。でもやっぱり、彼はいい人だった。たとえ彼が、ホモだったとしても。

私はたびたび、彼のお世話になった。気の小さい私が、他の入院患者にびびりまくっている時、彼は私を守ったり、励ましたりしてくれた。彼には本当に感謝している。私が、

無事に精神病院を退院出来たのも、入院中割と楽しかったのも、ひとえに彼のおかげである。彼は今、どこで何をしているのだろうか。私には知るよしもない。

Ｍさんと同じ向かいの病室に、Ｉさん（仮名）がいた。彼は、元自衛官で、元ヤクザという、すごい経歴の持ち主だった。さすがのＭさんですら、びびっていた。

体は山のようにでかく、顔は岩石のようだった。彼の経歴も、納得できる風貌だった。彼が廊下を歩いていると、まるで山が動いているようだった。もちろん、同じ病棟で彼に逆らう勇気のある奴はいなかった。しかい、別に彼が威張っていた訳ではない。彼はとてもいい人だった。もっとも、私は相当びびっていたが。

彼は、女性看護師のＮ主任に好意を寄せているようだった。Ｎ主任の言うことには素直に従っていたし、Ｎ主任は時々、彼に説教していた。少なくともあの病棟内で、Ｉさんに説教出来たのは、Ｎ主任だけであった。他の人が、彼に説教しようとするならば、少なくとも、殺される覚悟が必要だった。

なぜだか解らないが、彼は、毎朝私にお茶を飲ませてくれた。たぶん、けっこう高級なお茶だたっと思う。（ここで補足するが、精神病院入院患者のほとんどが、お茶と急須を持っていて、やたらとお茶を飲んでいた。）

朝っぱらから、彼が向かいの病室から、

「もちろんださーん！」と、呼ぶのだ。

「はーい、いまいきまーす！」と、アムロのように、びびりながら返事した。そして、彼らの病室へ行き、彼のベッドの脇に座り、彼と二人でお茶を飲んだ。

彼は、元々はいいとこのお坊ちゃんらしく、相当額の貯金（億単位）を持っていると、もっぱらの噂だった。そして彼は精神病ではなっかった。もともと、競艇が好きで、好きな選手を追いかけて、日本全国を渡り歩いていたらしい。そしてある時、自転車に乗っているところを車に跳ねられた、ということらしい。（その証拠に、彼は片足を引きずるようにして歩いていた。）

彼には、ただ、帰るべき場所がない、ということだろう。そういう人たちにとって、精神病院は居心地のいい場所なのかもしれない。

彼はそこに住み続けるだろう。精神病院の大ナマズとして。

精神病棟の恋

ところで、私は精神病院に入院するまで、女性と付き合ったことがなかった。もちろん童貞。もてないうえに、奥手だったからだ。まあ、それだけが理由ではないのだろうけれど。しかし、精神病院に入院してから、彼女が出来た。

入院してしばらくたったある日、Ｋさん（仮名）がやってきて、「つきあってくれませんか？」的なことを言ってきたのだ。その頃私は、女性と付き合うような精神状態ではなかったので、うやむやにして、断ろうと思っていた。

彼女はまるまると太っていたし（入院して２０キロ太ったと言っていた。）、髪の毛はごわついていて、なんとなく石川五右衛門を思わせた。（まあ、こんなことを言うのは女性に対して非常に失礼なのだが。）

「明日までに考えておいてね。」、と言われたが、次の日には断ろうと思っていた。

そして次の、日彼女はまたやってきた。そして、

「考えてくれた？」、みたいなことを言った。

「まあ、いいけど。」

私は断ることが出来ず、彼女と付き合うことになった。

初めて彼女が出来たのが、精神病院の中、という、いかにも私らしい展開になってしまった。しかし、彼女が出来たということは、まんざらでもなかった。まあ、彼女は、決して美人とは言えなかったし、スタイルがいいわけでもなかったのだけど。

でも彼女は、うらやましいくらいの、脳天気だった。そのころ、相当暗くなっていた私にとって、彼女の脳天気さは、精神安定剤以上に私の心を癒してくれた。

時折、彼女は私の着ている服をほめてくれた。

「その服、かっこいいね！」

単なる、安物のトレーナーだったのに。女性にほめられるなんて、生まれて初めてのことだった。けっこう、うれしかった。

彼女は時々、私の腕をぎゅっとつかんできたりした。女性にさわられることなど皆無だった私にとって、それは衝撃的なことだった。

「女の子って、こんなことするんだ・・・」的なことを感じていた。

彼女がなぜ、精神病院に入院しているのかは、はっきりとは解らなかった。しかし彼女は、夜眠れないから入院したと言っていた。そのせいなのか、彼女はコーヒーではなくココアを飲んでいた。それに、

「眠いけど、昼寝はしないの。夜眠れなくなるといけないから。」、的なことを言っていた。

実際、精神病院入院患者の中には、夜眠れなくて入院していると言う人がけっこういた。（そのくらいで入院しなくても、と私は思っていたのだが。でも、夜眠れないとつらいのは間違いない。）でも、彼女の場合は、少し事情が違っているような気がしたが、彼女には何も言わなかった。彼女の、あの脳天気さは、もしかしたら病的なものだったのかもしれない。でも私は、彼女の脳天気さが好きだった。たとえそれが精神病であったとしても。

付き合っているとはいえ、所詮は精神病院の中。特別なことをするわけではない。というか、付き合っているのか、付き合っていないのか、いまいち微妙だった。

彼女は時々、親友？ のMちゃん（彼女は、スタイルも良くけっこう美人なのだが、レクリエーションの時に、スローモーションのような動きをしていた。）と、私にタバコをせびりに来た。（先にも述べたが、タバコは貴重品だった。）しかし、彼女にタバコをせびられることは悪い気はしなかった。これが、女性とつきあっているということか、など

といい気になっていた。

また、お菓子を買ってきて、彼女にあげたりした。彼女は、少し遠慮がちに食べていた。一度などは、彼女が、

「マックのハンバーガーが食べたい！」

と言ったので、私は二人分の１００円マックを買ってきた。彼女と食べる１００円マックは、涙が出るほどおいしかった。今でも、１００円マックはよく食べる。

彼女は、長渕剛が好きだと言っていた。確か、桜島ライブがあったころだったと思う。

「長渕のライブに行きたいなー・・・」

彼女は言っていた。

「いきたいね・・・」

私も言っていた。

ちょうど、「幸せになろうよ」がヒットしていた。

私は、彼女と二人で幸せになりたかった。

「彼女と二人で、海辺の町でひっそりと暮らしたい。」そう思っていた。

長渕さんが、私たち二人のために歌ってくれているような気がした。

私は３ヶ月で退院した。社会復帰するには、それから、更に１程要したのだが。退院したあとも、面会に行ったり電話したり（彼女は携帯を持っていなかったので、病院にかけて、病棟につないでもらい、彼女を呼び出してもらっていた。）して、彼女とは何となく付き合っていた。

面会に行くときには、１００円マックや、お菓子、ジュースなどを差し入れとして持っていった。ときには（本当はいけなかったのだが）タバコをこっそりと渡すこともあっ

た。彼女に会いに行くのは楽しかったし、私は恋人気取りだった。そんなことは、生まれて初めてのことだった。（もう、二度とそんなことはないかもしれない）その頃の私にとって、彼女は心の支えだった。たとえ彼女が、精神病院の中にいたとしても。

それから私は、何とか仕事を見つけた。仕事を始めてからも、彼女に面会に行ったのだが、いろいろ理由をつけられ（病院側から）、彼女とは会えなくなった。電話にも出てもらえなくなった。私には、なぜ彼女が会ってくれなくなり、電話にも出てくれなくなったのかが解らなかった。一時は本気で「彼女と二人で暮らしたい」とさえ思っていたのに。

そのうち、仕事に一生懸命になっていると、彼女に面会にも行かなくなった。もう、どうせ会ってはくれないだろうと思っていたからだ。そしてある休日、精神病院で知り合った友人に電話して、なぜ彼女が私と会ってくれなくなったのか聞いてみた。その友人が言うには、彼女には、ほかに好きな人が出来た、とのことだった。

「そういうことだったのか。」、と私は思った。しかし、あとになって考えてみると、それが本当のことだったのかどうか疑問である。

長渕の曲を聴くと、今でも彼女のことを思い出す。

だって、初めて付き合った女性だから。たとえそれが、精神病棟の恋だったとしても。

ときどき、彼女の実家のある海辺の町まで、車やバイクを走らせる。

でも、ドリカムの「未来予想図Ⅱ」とはかなりちがうな。

今頃彼女は、どこで何をしているのだろうか？ 彼女のことだから、今でもきっと、脳天気な生き方をしているこおｔだろう。

つきあってくれてありがとう。ぼくは、君のこと、一生忘れないと思うよ。（涙）

精神病院入院患者も恋をする

精神病院入院患者といえども、恋はするものなのだ。

入院患者同士でつきあって、結婚するカップルも少なくないと思う。まあ、一般の方は、精神病患者同士で大丈夫なのか？ 精神病患者同士が結婚したら、生まれてくる子供はどうなるんだ？ 等の疑問が生じるであろう。

確かに私も、そういった疑問が生じることもある。しかし、である。「一人よりは、二人の方がいい。」少なくとも私はそう思う。一人では乗り越えられないような問題に直面したときでも（まあ、そんなに大げさなことでなく、日常生活のことでもいい）二人で力を合わせれば、乗り越えられるのではないだろうかと思う。

少なくとも、精神的にはだいぶん楽になると思う。お互いに精神病患者だったとしても、話し相手がいるだけで、どんなに救われることか。お互い、精神病患者であるからこそ、理解し合えることもある。

話がだいぶそれた。話を精神病院入院中にもどす。女性の話になったので、もう少し女性の話をさせていただきたい。私は、先に述べたＫさんと付き合うことになったのだが、本当は、別に好意を寄せている人がいた。

今はどうか知らないが、当時（１０年くらい前）は、精神病院に入院している女性は、はっきり言って女性として見れない人がほとんどだった。（まあ、失礼な話ではあるが。）そんな中で、私がいた病棟にきれいな人が一人だけいた。

私は、一目見て好きになった。まあ、一目惚れということである。私と同世代くらいの人だったが、最初（いまでもだが）あんなにきれいな女性が、なぜ精神病院なんかに入院しているのか疑問だった。どこにも変なところは見られず、極めて普通だった。そして何より、美人だった。

私は彼女と話がしたかったのだが、私の性格では、それは出来ない相談だった。結局、彼女とは一度も話をしなかった。他の人から聞いた話によると、元は調理師をしていたらしい。そんな彼女が、なぜ、精神病院に入院することになたのかは謎である。

ただ、精神病院に入院するひとは、それなりに事情があって入院するわけであり、誰も、おもしろ半分で入院する人はいない。だから彼女も、よほどつらいことがあったのだろう。

ああ、しかし出来うることならば、彼女と付き合いたかった。しかし、今となってはどうすることも出来ない。まあ、人生なんてそんなものである。

精神病院に入院して老ける人たち

数年後、診察のため病院に行ったとき、例の彼女を見かけた。

「え？」

と思った。

確かに昔の面影はあったし、きれいではあった。しかし・・・異様に老けていた。まるで、おばあさんになったみたいだった。

そうなのだ、精神病院に長く入院している人は、同世代の人より、確実に老ける。

彼女だけではない。私が入院していた頃、同じ病棟に１０代の少年が数名いた。数年後、彼らを見かけたのだが、子供から、いきなりおっさんになっていた。尋常な老け方ではなかった。まだ、二十歳そこそこのはずなのに、５０歳くらいに見えた。

思春期や青春時代の、本来ならば一番楽しい時期を精神病院の中で過ごしたのだ。

彼らのことを思うと、なんだか切なくなる。

親も親だ。１０代の少年を、なぜ精神病院なんかに入院させるのだろうか？ 疑問である。

特に、危険があるようにも思えなかったし、一人の少年は、高校でいじめられたから入院しているらしかった。もっとほかに選択肢はなかったのだろうか？ いや、何かほかの選択肢があったはずだ。今でも疑問だ。

精神病院の天使女性看護師さん

また話がそれた。しかし、一般社会では彼女が出来ず、精神病院入院中に初めて彼女が出来るというのも皮肉なものである。それでも、彼女がいないよりは、いたほうがいいに決まっているのだ。

そんな、私のようにもてない、寂しがり屋の精神病院入院患者にとって、女性看護師さんの存在意義は大きい。まあ、それは精神病院入院患者に限ったことではないと思うが。

とりわけ、精神病院入院患者は、孤独な人、精神的に弱っている人が多いので、女性看護師さんから優しくしてもらうのは、何物にも勝る癒しだった。看護士さんは、いつも優しくしてくれた。「こんな人とつきあえたらどんなに幸せだろう。」、といつも思っていた。

しかし、精神病院入院患者と看護士さんがつきあうことはなかった。病院から禁じられていたのかもしれないし、まあ、そうでなくとも、わざわざ精神病院入院患者とつきあう必要はあるまい。（よほどのイケメンか大金持ちであれば話は別だが。）

女性の話のついでに、精神病院入院当時の私の性欲について述べたいと思う。（まあ、他人の性欲まではわからないので。）当時私は３４歳くらいだった。普通に考えれば、それくらいの年齢だと、まだ性欲旺盛だと思うのだが、入院中は全く性欲がなかった。

くすりに、性欲を押さえる何らかの成分が含まれていたのかもしれない。女性の入院患者もいたし、きれいな女性看護師さんも多かったので、その可能性も否定は出来ない。

話がそれるが、私が入院していた精神病院からそう遠くないところに、別の精神病院があった。噂では、そこの病院では、女性入院患者が、１０００円でＳ〇Ｘさせてくれる、と言う話だった。（精神病患者同士のネットワークは、けっこう侮れないのだ。）それが本当のことなのかどうか、私には確かめようがなかった。しかし、ちょっとうらやましかった。

もっとも、私はその頃性欲ゼロだったし、「お金を払ってそういうことをするのもなあ。」と思っていた。しかしやっぱり興味はあった。

差別について

話は変わるが、みなさんは「差別」ということを、どうお考えであろうか？ 差別はいけないことだ。そう思っておられるのが普通だろうと思う。しかし、現実問題として、「差別」は存在する。それは、自分が「差別」されたとき、初めて解るのである。

最初に述べたが、私が入院していた精神病院は閑静な住宅地にあった。それで、地域の住民の皆様に理解していただくためだと思うが、週に一回、交代で朝から病院の周りを掃除していた。そして、私が初めてその掃除をしたときのことだ。近所の中年の女性に、

「おはようございます！」

と、普通に挨拶した。しかし、その女性は明らかに私を無視していた。そのとき私は、生まれて初めて、「差別」された。それは、確かに、「差別」だった。

別に私は、彼女を責める訳ではない。しかしそのとき、善良な市民という仮面をかぶっている、その心の奥に、人の心の闇を見た気がした。そのときのことは、今でも鮮明に憶えている。

私は、あのおばさんを恨む気にはならない。それどころか、社会には、「差別」というものが、現実問題として存在している、ということを教えてくれたことに感謝さえしている。

ありがとう、あの日、あの朝、私を「差別」してくれたおばさん。

精神病患者の社会復帰について

最後に、精神病患者の社会復帰について考えてみたいと思う。私の経験したことがすべてではないが、精神病院入院患者が社会復帰することは、そう簡単なことではない。先にも述べたが、精神病院入院患者の中には、１０年も、２０年も、中には５０年以上入院している人もいる。それも、少数ではない。

そういう状況にある人が、再び社会に出て、一般の方と一緒に仕事をして、社会生活を送っていくことは、非常に困難なことだと言わざるを得ない。

まず、だいいいち、彼らには帰るべき場所がないのである。そして彼らは、一般社会の中で生活することよりも、精神病院の中で生きることが、自分の宿命だと思っている。一種の諦めに似ている。少なくとも私には、そう思われた。

彼らのように、数十年という長期にわたって精神病院で生活してきた人が、一般社会で生活していくためには、多方面からのサポートが必要である。家族や親族、病院のみならず、国家機関、自治体、ＮＰＯ法人等、および地域住民の皆様のご理解と助力が必要である。

帰るべき場所のない人たちには、まず、精神病院以外で、生活の拠点となるべき場所が必要となる。それを、病院や、自治体の福祉担当者が探したうえで、生活保護、あるいは精神障害者年金等の受給手続き、および管理をすることが望ましいと思う。

実際、そういう形で、社会復帰された方々もおられると思う。そして大切なのは、社会復帰後のサポートだと思う。精神病院に長期間入院していた人たちは、はっきり言って、一般社会と感覚がずれている。そのため、誤解を受けたり、日常生活での困難を来すおそれがある。それを防ぐために、福祉関係機関のスタッフが、物心両面で、特に精神面でサポートすることが、絶対に必要である。

また、地域から孤立しないために、民生委員のかた、社会福祉協議会のスタッフ、自治体の福祉担当者の啓蒙活動で、地域の住民の皆様のご理解を得ることが肝要である。社会的弱者は、地域で孤立しやすい傾向にあるので、それを防がなければならない。

もしそれが出来なければ、精神病患者は、また精神病院へ逆戻りということにもなりかねない。

それと、私がもっとも大切だと思うのは、精神病院に、あまり長期にわたって入院しない、させない、ということである。短期間の入院であれば、また元の生活に戻ることもそれほど難しいことではないであろう。それで、病院側や家族、親族が、精神病患者をあまり長く精神病院に入院させておくのは避けなければならない。犯罪を犯すおそれがあるなど、特段の事情のない限り、１ヶ月単位で患者の病状を観察し、日常生活に支障を来さない程度まで回復したならば、速やかに退院させるべきである。

多少、付け加えるとすれば、精神科に通院しながら、自宅などで生活している私たちのような人間に関してである。精神科に通いながら、仕事をして一般社会で生活されておられる方も、少なからずいると思う。私の経験した範囲ではあるが、そのような方は、仕事を続ける上で多少ハンデを負っていると言わざるを得ない。通院は、普通、平日に受診することになるので、仕事を休んだりなどして、都合をつけなければならない。しかし、日本の会社で、そう簡単に休みは取れないので、その調整が少し難しいということだ。また、精神科に通っている人は、何らかの薬を服用しているので、疲れやすかったりする。そうすると、私などのように、なかなか仕事が長続きしない人も出てくる。そんな人は、仕事をしているうちはいいが、仕事を辞めた後など、人付き合いや、外出の機会が減ってしまうと言うことだ。また、家以外に、居場所がなくなってしまいがちである。そうすると、ますます、孤独感や孤立感を深めることになる。そんな場合に、一番有効だと思われるのが、病院や、家族会などが運営している、生活支援センターだと思われる。そういった場所は、あまりお金もかからず、自由に通えるという利点がある。最善ではないにせよ、とにかく、居場所や、人と接する機会を得ることが出来る。ただ、問題なのは、そういう生活支援センターのような場所の数が極端に少ないのが実情である。ひとつの県に、一ヶ所あるかないかである。もちろん、私の経験の範囲ではあるが。

それに、家族会や、支援センターなどを立ち上げようとされている、良心的な方もおられるのだが、それを実行するのは、相当大変らしい。思うに、予算、スタッフ、場所などをどうするかの問題が大きいのだろう。そういうことに関して、国や自治体が予算を組んで、サポートすることが望ましいと思う。居場所のない、精神科通院者をサポートして、仕事が出来て、社会で自立した生活が出来るようにサポートすることが、社会のた

めにもなると思われる。

ぼくはく電波系

著　者　　書籍情報の編集ページから、著者情報を入力してください

制　作　　Puboo
発行所　　デザインエッグ株式会社