

生き直し

人は強制力では変わらない。変わるとしたら

それは自分の中に息づく愛を知った時

渡邊 洋次郎



プロフィール

介護福祉士。リカバリハウスいちご職員。中学校の頃不良グループに強制的にシンナーを吸わされて薬物依存症となり、鑑別所入所、少年院入院を繰り返す。十八歳でホストとなり、それがきっかけで二十歳からアルコール依存症等で精神科の病院へ入院を繰り返す。三十歳で窃盗などで三年間刑務所服役。仲間と薬物に依存し、家族と絶縁。その後リカバリハウスいちごと繋がり、ピアカウンセリングや就労支援を受け、十年以上かけて少しずつ回復。現在依存症回復施設リカバリハウスいちごで正規職員として働きながら、啓蒙活動を精力的に行う。

○司会

ただいまより令和五年度講座「生きること」第二回を開催いたします。

講演を开始前に、本日お話をいただきます渡邊洋次郎さんのプロフィールをご紹介します。いただきます。

渡邊さんは、中学生の頃、薬物依存症となり、在学中に何度も警察に捕まり、中学卒業後すぐに鑑別所に入所、四度の鑑別所を経て一年間中等少年院の長期処遇に入りました。二十歳から精神科の病院への入退院が始まり、一〇年間で四十八回の入院、三十歳から三年間刑務所服役、現在は刑務所を出て、お酒と薬が止まり、十四年四か月。自助グループのミーティングへ行ったり、就労支援を受け、「リカバリーハウスいちご」で五年半前から正規職員として働き、五年前の三月には介護福祉士の受験に無事合格。一昨年の三月に通信制高校を卒業されました。

以上が渡邊洋次郎さんのプロフィールでございます。

それでは、講師の渡邊洋次郎さんにご講演をいただきたいと思います。拍手をお願いいたします。

(拍手)

○渡邊 洋次郎 皆さん、こんにちは。

大阪で依存症の方の地域での生活を支援する「リカバリーハウスいちご」という事業所で働いています。渡邊洋次郎といっています。よろしくお願いします。

九十分ぐらい話すということ、だいぶ長いという感じなのですが、学校の先生みたいに専門的な話がほとんどできないので、あまり面白くないかも分からないのですが、聞いていただけたらと思います。

自分は、先ほど紹介していただいたみたいに、約六年前から大阪にある依存症の回復施設で働いています。ふだんは依存症の方が利用されている施設で、日中通ってこられる方を支援するグループホームで勤務をしているので、結構長い時間利用者さんと一緒に過ごすことをしています。自分自身もアルコール依存症と薬物依存症なのですが、依存症の分野というのは結構ご存じじゃないかも分からないのですが、薬物の施設とかだと「ダルク」という施設があったり、「マツク」という施設があったり、自分が働いている「リカバリーハウスいちご」というところもそうです。依存症が回復しつつある、お酒とか薬をやめながら、そのまま依存症の人が依存症の施設で働くということもそんなに珍しくはないので、自分が依存症があつて、依存症の施設で働いているということもそんなに珍しいことではないというのがあります。今、自分は四十七歳、もうすぐ十二月で四十八歳になるのですが、依存症と言われたのは二十歳のときで、二十七年ぐらい前です。依存症のことを少しでもご存じだと分かると思うのですが、二十歳でアルコール依存症と診断されました。その直前に急にお酒を飲み始めて依存症になったというよりも、自分の場合は中学校ぐらいからずっと薬物を使っていました。いろいろな薬物も使ったことは一応あるのですが、ずっと使っていたのはシンナーでやめられずでした。中学の頃から不良友達とかとつるん

でシンナーを吸い出したのですが、その当時からアルコール依存症とか薬物依存症ということは多分あったとは思うのですが、あまり医療というか治療を受けるとか、支援の対象になるというよりも普通に犯罪行為、シンナー自体を所持していても捕まるし、それを吸引でしたから、ちよつと罪名を忘れたのですが、吸っていたら捕まる、犯罪としても扱われることがほとんどで、ずつと病気というよりも犯罪をしている、不良少年のように言われて、自分もそう思っていました。

今、だいぶおっちゃんになつているので、あまり小さい頃の話をするのはあれですが、今日は、ほぼ初対面の方がほとんどなのですけれど、親しくなったりすると多分だいぶ変なやつだと思われていると思います。だいぶ変、自分でも変な、やりづらい人だなと思つていのです。それは保育所の頃からそうでした。なかなか言語でものがしゃべられなかつたり、自分の記憶じゃないのですが、親から洋次郎は五歳ぐらいまで言語で発語がないというか、しゃべらなかつたということを知りたり、規則までというほどでもないのですが、保育所でもちよつとした決まりごと、たとえば、友達と仲良く過ごしましょう、何か物が一個あつたら皆で分けましょうなど、何となく皆が分かつてやれていることが結構できない自分がいて、だからといって人と関わるのが嫌いではないのですが、でも友達とあまりうまくいかず、どっちかというダンゴムシなどの虫と遊んでいました。だからなのか、ポケットの中にはダンゴムシがいっぱい入つている、そんな子どもでした。先ほど紹介していただいた中で何度か少年院や鑑別所に入っていました。

鑑別所に入っていた頃、父親が亡くなり、現在は、母親、三つ上の姉ちゃんと三つ下の妹がいる四人家族です。もともと父を含めた五人は大阪に生まれ大阪で育ってきました。今、住んでいるのは住吉区とか東住吉区という市内のほうで、もともとは都島区とか北区あたりに家があります。両親ともに普通の親というか、全然問題のある親でもなく、母親は看護補助というのですかね、今そういう職種があるか分らないのですが、こういう仕事をしていて、父親の方は、軽トラに乗って赤帽という運送の仕事をしていました。特に乱暴だったりとか、反社会的な人ではないのですが、ただ父親がお酒を結構飲む人で、仕事から家に帰ってきて夜になると晩酌をする、日曜日には朝から酒を飲んでいて、一日中酒を買ってこいと言われ、自分と妹でお酒を買いに行きたいな、一升ぐらいの酒を日曜日には飲んでいるみたいな父親で、家の中に酒が、冷蔵庫を開けたり、水屋というのですかね、そこをパッと開けたら酒が入っていたりしたので、子どもながらにすごくお酒というものを身近に感じていました。小さい頃の母親はそんなにお酒は飲まないのですが、父親のためにだと思うのですけど、梅酒を漬けていました。夏場だけ漬けたその梅酒を水で薄め凍らせたのを作っていて、それをおやつという感じで出されていたので、すごくお酒を身近なものと思うようにはなっていました。父親は結構お酒を飲んで酔っ払ったりすると機嫌が悪くなったり、怒り始めたりするのです。後々、それは父親自身の問題だったと思うようになりますが、小さい自分と妹は、当時は言っていることやっていること、子どものやること何か気に入らないのか、何かまずいことをやったから、だから機嫌が悪くなったんやという思い

があつて、何か機嫌を損なわないように自分の行動をコントロールするとか、そういうことを小さいながらにするようになっていました。そういう家族の中で暮らしてきて、保育所の時はそういう感じの子どもでした。

小学校に入ってから理解がなかなかできないというのはずっと続いていて、勉強に関してはほぼオールゼロみたいな状態。テスト系は全部できなかったし、授業そのものがよく分からへんかったというのもあつて、学校の勉強つて多分ですけど、最初に分からなくなったら絶対にどんな分からなくなっていくじゃないですか。基本を覚えて応用していくと思うので、最初によく分からへんとなつてもうたので、どんどんどんどん分からへんことが積み重なつていくみたいな状態で。ただ勉強ができへんとかスポーツができへんというのは、そもそも自分は関心があつたので、頭が悪いなど言われても、そこは全然ダメージはなく、その部分での痛みは感じることはなかつたです。時間割表を学校に行き始めてもらつたりするのですが、時間割表を理解することがなかなかできなくて、ちょっと恥ずかしい話ですが、だいぶ大人になつてから時間割表つてこういうものだったと分かつたのです。曜日が書いていて、教科が書いていて、それを見ながら教科書をそろえれば、ちゃんと次の日も忘れ物なく学校に行けて勉強がちゃんとできるといふ、そんな役立つものなんだと、だいぶおっちゃんになつてから分かつたのです。小学校のときは紙の時間割表を渡されているけど、この紙は何の紙なのか全然分からなくて、あと学校とかだと今の小学校とかは分からないのですけれど、当時は外履きで登校して、下駄箱で上履きに履

き替えて教室に入り、自分の椅子に座るということを皆していました。でも何かそれができないのです。特別何か難しい難問を解きなさいというようなことではなく、ただ普通に外を外履きで来ているので、下駄箱で上履きに履き替えて教室に入るみたいな、そういったことの理解ができへんというかよく分からへんところがあつて、教室の中を不思議やな、みたいな感じで眺めていました。当時、周りの先生とかも多少関わったことはあつたのですが、とにかく不真面目なやつだとずつと言われていて、自分も何が不真面目なのだろうか、やる気がないというか、そういう子どもなんやと自分のことを思うようにどんどんなつていったのです。そういう何かなかなかうまくいかなかったところがあります。ただ、ものすごく学校に行きたくなかつたというわけではないので登校はしていて、友達がいたりみたいなのもあつたのですけど、一時期、学校には行くのですけど、行った瞬間仮病を使って保健室に行つて、とにかく寝るといふ、下校時間が来たら帰るみたいな、なぜしんどいというのは分からないのですけど、とにかく月間は学校には行くけど、すぐに保健室に行つて寝ている。眠いから寝たいというか、とにかく何もなくなつてほしいみたいなのはありました。

父親が生きている間は、さつき話した家族五人で、年に二回お盆と正月には、田舎の香川県に里帰りをしていました。父親は最初から最後まで、行きしなも居るし、向こうに滞在している間も居るし、帰るときもずつと居るのですが、母親は仕事の関係で、母親以外の四人が先に田舎に帰つていて、そこに母親が仕事を終わらせて、一日遅れで合流してくるとか、逆に母親が一日

先に大阪に帰って仕事をしないと駄目みたいなことがあって、母親が不在の時の気持ちも姉ちゃんと妹に聞いていないので実際にどんなふうに感じていたのかは分からないのですが、自分から見た限りでは普通に過ごして、ただ自分だけ母親がいないことがよく理解できなくて、とにかく寂しかったのです。当時バレーボールのドラマか何かはやっていた気がするのですけれど、そこで「お母さんお母さん」というセリフがあつたのですが、母親がいないと頭がずつと「お母さんお母さん」と鳴っていて、これも恥ずかしい話なのですが、小学校五年ぐらいになつたら林間学校って行くじゃないですか。当時は若狭湾かどこかに行った記憶があるのですが、小五ぐらいになつたら同級生とかは別に親がなくても友達らと騒ぎ回っていたのです。ただ、自分だけが母親がいないことがよく分からないというか、やはりすごく寂しくて、発作を起こしたみたいのに泣いていました。先生らからなだめられたりするのですけれど、とにかく寂しいという気持ちがありました。だいぶ大人になつて母親から聞いたことがあつたのですが、ほかの子どもはそうじゃなかったらしいのですけど、「洋次郎は足にまとわりついてくる子どもやつたで」と言われて、もともとまとわりつきたかつたのか、何かの反動でまとわりついていたのかよく分からないのですが、とにかくすごくくつつこうとしていたみたいなのを言われたのですけど、そういう子どもでした。自分は母親がいないことが寂しかったりとか、田舎でちょっと遅れて母親が来たりするときは、父親が香川県のフェリー乗り場まで迎えにいくのですよ。迎えに一緒に行くのですけど、その時父親に「はよう行こうや」とか、「お母さんはいつ帰ってくるの」とか、「いつ

来てくれるの」みたいなことを言うと、父親は田舎でここぞとばかりに酒を飲み、酔って機嫌が悪いところに息子から母親のこととでいろいろと言われて、さらに機嫌が悪くなる。あまり良くない質問だと思うのですけれど、「お父さん、お母さん、どっちが好きや」みたいなことを聞かれて、当然母親なのですが、母親と言うと父親がもっと機嫌が悪くなるので父親と言わないとあかんみたいなの。父親はすごく嫉妬心があったと思うので、そういう自分の言いたいこととか思うことをちよつと言いくいみたいなのがあって、母親は母親で、やつと来てくれて自分の寂しい気持ちとかを言ったりするのですけど、どうしようもない状況じゃないですか。別に好き好んで遊びほうけて寂しい思いをさせているわけでもなくて、生きていくために仕事をしているの中で息子から寂しいと言われてもどうにもしてあげられへんという気持ちなのか、すごく困ってしまう母親だったのです。それからずっとそうなのですが、自分が感じることを、自分の感情に対して良いか悪いかとか、正解か間違いののか、みたいなことをすごく考えてしまうことがその後もずっとあったり、自分は母親がいないと寂しいと感じること、自分が感じることもそうだし、感じたことを伝えてしまうと人が困るんやというか、人の手を煩わせてしまうというか、良くないことをしているんや、みたいな思いが自分の中にあって、逆に言う自分が寂しくないよ、頑張るよと言えば、周りも笑顔でいてくれるみたいな、波風を立てたくなかったというか、自分が本音をぼろつと言ってしまうと、場がパツと動くというか、ワツとなるので、自分さえ我慢すれば良いのかな、みたいなことを小さい頃から思っていました。

自分は中学校からシンナーを吸うとか、バイクに乗るとかどんどん警察に捕まったりするよ
うなことが始まったのです。最初にちよつと問題だったのかなというのが、小学校二年
生ぐらいからたばこをふかしで吸ってみたり、すぐく万引きをしていました。両親が共働きだっ
たので、おばあちゃんが家に来て、家のこととかをしていてくれたんですけど、そのときに来て
くれたおばあちゃんの財布からお金を取って、その取ったお金でおもちゃとかいろいろなもの
を買って、それを友達に配って回るみたいなことをして、配られた友達からは喜ばれる、「す
げえな」みたいなことを言われて調子に乗っていました。それ自体が悪いことというのは当然分
かってはいたのですが、何か話し合わないとあかん場面になると逃げだす子どもっていないです
か、ピュッとどこかに行っちゃうような。ばつと逃げていってどこかで騒いで何か、うやむやに
してもうたみたい。ちゃんと話し合っていないから、何の解決もしていないのですけど、とに
かくどこかに逃げていって、友達とわあーと騒いで、帰ってきて怒られる、そんな感じだと思
うのです。そういうふうにして自分の気持ちを伝えてどうしていくというよりも、何かいろいろな
ことをしてわあーと騒いで処理してしまうみたいなことをするようになってきました。父親とか
母親との関係の中でそうなっていったかというのは、正確なことは分からないところもあるの
ですけど、さっき話したみたいに、学校で勉強ができへんとかスポーツができへんということに
対してはあまり興味がなかったのが、劣等感みたいにして思うこともなく、自分の中にずっとあ
つた劣等感という言葉が適切かどうか分からないのですが、何と云うかずっと自分という人間の根

幹になるような部分がすっぽ抜けているような状態になっていて、友達にも「洋次郎、おまえ生きてるんか」と言われても、堂々と「生きています」と言われへんような感じとこののですかね。でも生きていてここにいるというのは間違いなく事実としてあるので、別に自信を持つ持たへんという話ではないけれど、でも、それさえ自信を持って生きていくということを自分に対して認めてあげられていないというか、周りが生きていてええんやとか、おつてもええでと言われたら、おつてええかなと思えるけど、自分に対して思えるものを持っていないかというか、何か抜け落ちているみたいなのところが小さい頃からずっとありました。小学校の中頃に友達とつるんで遊んだりする頃に、今思うとキャラをつくっていたのかなと思うのですけれど、自分がどういう自分でどういうふうなところにいたかかったかが全然分からなくて、これもよくいる子どもかも分からないのですが、虫を捕まえてきて食べるとか、友達が立ちしょんしている横に行っておしっこを飲んだりとか、気色悪いこととかあほみたいなことをして誰かからかわれている子どももっていると思うのです。何かいつも友達の中で「おまえ、あほか」と言われて、「へへへ」みたいなになっている、そういういじられるやつみたいな、当時そういう自分でおりさえすれば取りあえず居場所があるじゃないですか。例えば一〇人ぐらいの集団があつて、リーダーシップを取れるやつもいれば、賢いやつもいたり、ばかばかりしているやつとか、何かそれぞれキャラがあつて、そういう間抜けなことをしていつもつつかれてるやつみたいな自分でおりさえすれば、居やすい自分で、いつもそうやってからかわれているみたいな自分でいました。

もう一つ、小学校の中頃にすごく大好きな友達が、男の子でしたけど、すごく人気のある男の子で、スポーツがすごくできてかっこよくて良いなと思って、友達として良いなと思って、毎日遊びたくて、毎日「遊んで遊んで」と三年間ぐらい言っていたんですけど、三年間は違うかもしれないですが、でも何かのときに「洋次郎、ほかに友達おらへんの」みたいなことを言われたことがありました。それまではあまり考えたことなかったというか、意識をしたことがなかったのですけど、それを言われたときに、そう言われたら自分には友達が一人しかいなかったんですけど、相手はすごく友達がいて、友達と遊ぶということを前提にはするのですけど、そうすると相手は自分以外、洋次郎以外に友達がいるので選択ができるのです。でも自分は一人しかいないので選択ができない、選択肢がないという。相手は洋次郎との関係を切っても友達はある、だけど自分には切るといふ選択肢がないという、うまく言えないのですけど、常に主導権が相手にあって、それでいつ捨てられるのかなと思いがら、捨てられたくないというか。本来人間関係って先に気持ちがあつて関係性というか名称がつくと思うのですけど、お互いに思っている気持ちがあるのかないのか分からへんけど、とりあえず友達というのだけは残したいみたいな、だから気持ちが悪くなくてもその関係だけあつてほしいみたいな。だからお願いをしたこと、依頼をしたとかはないと思うのですけど、でも頼み込んで友達だけ続けてもらっているみたいなの、対等ではないという感じもあつたし、何かどこかでそういうふうにはばりつくしかなかった自分という惨めな思いもあるけど、そこが直視できへんというか、そこを見せようと選ばなあかんことが分かっ

てしまうので、自分のことさえごまかしごまかししているような、そんな子どもでした。

中学に入ってから悪いことをしたりシンナーを吸ったりし出したのがあるんですけど、もともとも今もそんなに気が大きいわけでもないし、人の顔色をうかがう臆病なところもすごくあるのですけど、当時は同級生とかに校舎裏に連れていかれて、いじめられたとかじゃなく、学校でけんかの強いやつが誰なのかを言わされたんですよ。一位、二位、三位とけんかが強いやつを順番に並べて、三位は誰や、二位は誰や、一位は誰やと、それにちゃんと答えて、一通り答えたら蹴っ飛ばされて向こうに行けみたいにされて、同い年の子らからそういうふうな扱いをされるのは普通に嫌だと思っし、惨めやし、やめてくれということだと思っんですけど、そういうのがちゃんと言えない自分がいて、笑ってごまかすというか、「やめてくださいよ、へへ」と笑って、下手をしたらおちよくられて喜んでいるみたいに見えるかねないような意思表示しかできない自分がほんまは多分ものすごく嫌で、だけどそれではない自分がいるというか。ちょっと話が飛んじゃうんですけど、二十歳のときに依存症と言われ、そこからお酒はやめましようとか、薬はやめましようとなったときに、単純に自分はお酒がおいしいからとか、薬を使っって気持ちいいからやめたくなかったというよりも、当然それを失うとしらふになるわけじゃないですか。何かお酒を飲み続けたいというよりも、とにかくしらふには絶対になりたくなくて、今はしらふで生きているし、しらふは楽しいなとも思ったりはできるのですけど、当時の自分にとって、しらふで生きるということは苦痛でしかなかったのです。しらふと言われたときにまず思い出すのは、その

中学校の頃で、当時の子ども、自分だけに限らないと思うのですけど、子どもにとって大人とか学校とか社会ってすごい力を持っていると思ってるのです。別に実体のない社会が襲ってくるということはないのですけど、でも例えば学校でいうと、子どもと大人とか、子どもと学校って学校のほうが絶対的に正しいわけじゃないですか。それに従えるのか従えないのかで、従えなかったら自分は駄目なやつで、大人が言うことが正しくて、自分がこうやあやと言っても、結局子どものほうが駄目というか、そういった力関係があつて、自分にとってははらふの自分には抗う力がないというか、良いように扱われて、消費されておしまいみたいな、何かよく分からへんことをやらされて、良いように使われて、利用価値がなくなったら「はい、おしまい」みたいな、「えっ」みたいな。それに対して何一つ言い返せないというか、自分が自分なんだということを言えない、力がなかった自分が薬を使ったりとか、悪いことをしたりすることで何とかそれに対抗するというか、何か力を得た気がしたのもあつたし、さっきの友達との関係でもそうなのですけど、何か突拍子もないことをしている自分じゃなかったら、人から関心を持ってもらえるような人間でもない、というかそういう要素が自分にはないと思つていたので、人から関心なんかを持ってもらわれへんと思うようになった。だけど万引きをしたり、虫を食べたり、いろいろなことをして人から構ってもらえたのと一緒で、悪いことをしていたら例えば、「シンナーを吸つたら気持ち良いの」とか、「どこで盗んでいるの」とか、「警察の取り調べって怖いんか」とか、家庭裁判所とかにも行つていたので、「家裁って何をするとこるなん」みたいなことを聞

かれて、周りは知らへん子らの中でちょっと知っている自分が「しゃあない、教えたるわ」みたいな感じで偉そうに言えたというか、今までは相手に主導権があるというか、相手が優位で自分がそれにへばりついているような関係しか作れなかった自分が、優位なところに立って、その関係を自分がコントロールしていけるみたいな感覚を持たた。だからそこさえ保っていたら、自分が思うように生きられるんやという、だから人に良いように扱われておしまいじゃなくて、自分が自分の思うように生きられるみたいな感じをその中で感じていましたね。ただ、薬物が犯罪であり、人の迷惑になっているということも当然そこまで分からない人間ではなかったので分かってはいたのですが、でもそれ以上に当時の自分にとっては、そうやって生きていくことのほうが重要だったのかなというのがありました。ただ、いろいろな思いがあって悪いことをしたり、薬物を使ったりはし出していったのですが、ただ依存症とか中毒というか、どんどんどんどんシンナーをやめられなくなっていったので、特に中学を出てからは進学も就職も自分はしなかったの、とにかく一日中シンナーを吸っているような状態でした。

ごめんなさい、もう一回話が戻っちゃうのですが、自分は二十歳から精神科の病院に入院をし出して、四十八回ぐらい入院をしました。そのうちの一回ぐらいは、入院の形態でもしかなかったらご存じじゃない方もいるかも知れないのですが、任意入院といって自分の意思で入院をする仕方と、医療保護入院というような、正確には説明できないのですが、自分の意思というよりも周りとか親によって強制的に入院させられるみたいな入院があります。それが三十何回

あつて、あと措置入院という、どういう意味なのかね、行政の命令になると思うんですけど、そういう入院を三回ぐらいました。自分はずっと自傷行為を、自分の体を傷つけることがやめられなくなつていつていたのですけど、それが最初に始まったのが中学を出る頃で、中学の中頃は何か根性焼きみたいなことがはやっていたので、友達同士でじゃんけんをして、負けたら焼くみたいな、そんなのも遊びみたいな感じでやっていたのでですけど、それは自傷行為じゃなくて、儀式みたいにするようになったのは、中学を出る頃です。中学の卒業が近づくまでは全然適当にどうでもええわみたいな感じで生活をしていたのでですけど、だんだん卒業が近づいて来て、友達とかが進学したりとか就職したりというのがちよつとずつ分かつてきて、だけど自分は将来どうなつていくかもよく分からへんままになつていたので、そのときにいろいろなことを感じるじゃないですか。寂しいなとか、自分はどうなつていくのかなという不安であつたり、いろいろなことを感じて、今思うと単純に自分がそういうふうに感じていただけでしかないのですけど、当時は自分の感情を誰かのせいにと何かのせいにするしか認められないというか、友達が「友達やん」と言ってくれたくせに、結局は進学するとか就職するといつて、自分の人生を選びやがった訳じゃないですか。裏切つていくんやんけど、だから自分はこう感じるんやと、おまえらがそうするから自分は寂しくなつたりとか不安になつたりとかするんやという、誰かのせいとか何かのせいにしてしか自分の抱く感情を自分に対して肯定ができなくて、そのときに儀式みたいにして自分の体を切つたりとか焼いたりして、ちよつとイメージの世界で気持ち悪いのですけど、刃物

とかで体に傷をつけて、その傷の中に自分のさつき話したような感情を全部詰め込むつもりでがーっとぐりぐりぐりっと、詰め込んでかさぶたができたり皮膚がくっついていたりしたら、それは蓋になって封印したみたいな、それを相手に見せつけたいというよりも自分に言い聞かすようにして、自分の中でそれでけりをつけるというか、これで何もないんやみたいなことを自分に言い聞かすようにして、自分の体に傷つけて、自分にそれを言い聞かせるようになっていました。

ちよつと言いつけになるのかも分からないですけど、すごく人に対して嫌な感情を抱くことをするので、どこかで自分も自分の体を傷つけることで、何か代償を自分も負うみたいな、それでお互いさまみたいな、あなたたちに対して悪い感情を抱いたけど、その分自分も自分の体を傷つけたから、これでおあいこみたいな、人にといいよりは自分にといいことだと思うんですけど、何かそういうふうにして自分の体を傷つけるということが始まりました。

もう一回話が戻るのでですけど、中学を出てからどんどんシンナーをやめられない状態になって、依存症の話になるんですけど、依存症ですごく関連問題というのがあって、例えばアルコール依存症でいうと、お酒を体に入れてしまうと飲酒のコントロールが利かないので、どこまでもお酒を欲してしまったり、その結果、例えば仕事している人が欠勤をするとか、自分のシンナーでいうと、シンナー自体を吸い続けてしまうというのは病気の部分ではあると思うんですけど、ただそのシンナーをどこから取ってきているとなると窃盗がくっついてきたりとか、ギャンブルの方とかもギャンブルがどうにもこうにもならへんというところは病気ではあっても、

例えば莫大な借金をするとか、人を裏切つて金を巻き上げるとかという、そっちのことがメインの病気であるんですけど、でもやっていることは犯罪であつたりとか、社会的に問題を起すというふうにも多分どんどんなつていって、実際に自分はシンナーをやめられないということ自体は依存症の病気かも分からないんですけど、同時に犯罪を繰り返さざるを得ない状態になつていたので、やはり頻繁に警察に捕まる生活をしていました。

何度か鑑別所に入ってから少年院に最終的には行くことになつたんですけど、三回目ぐらいに鑑別所に入つていた頃、後で聞いたんですけど、父親がちょうど最後の入院になつた日と自分が逮捕されて鑑別所に入つていた日がたまたま一緒に、鑑別所に入っている間ぐらいに家庭裁判所の調査官という方が調べに来ました。もともと鑑別所に一回入っている間に三回ぐらいは調査に来るのです。その調査官が四回目に僕を調べに来て、ちよつとひんしゆくを買うかもしれないんですけど、本音は余罪がばれたのかなと思つたのですけど、そうじゃなくて、お父さんが危篤になつて、もうそんなに長くないみたいな話をされて、基本的には釈放はできないけども、特別に誓約書を書いて、三日間だけ外に返してあげるから、ちゃんとお父さんを看取りに行きなさいと言つてもらいました。ただそのとき、後々聞いたのですけど、姉ちゃんが弟と父親が会われへんまま死んで行くのは残念だというので、せめて死ぬ間際でも会つてほしいという思いから、姉ちゃんが働きかけてくれたらしいのです。当時の自分は全然そんなことも聞いてもないし知らないし、迎えに来た姉ちゃんに対してたばこをくれと言つて、めっちゃ怒られるのですけど、一

般の方というのも失礼なのですけど、ちょっとひどいやつだなと思われたら申し訳ないのですけど、ことの重大さがやはりよく分かってへん。自分は出られてうれしいのはうれしいのですけど、でも出られた理由って父親が危篤じゃないですか。それだったらそこで喜ばないかもしれないですけど、そういうことがあまりうまく分ならず、とにかく出られてうれしかったのがありました。

後々には父親の病院に行くのは行つて、危篤になつて意識もなくがたがた震えた父親、震えるとかだーつと揺れていましたけど、そんな父親を前にして、父親のことはすごく好きとかはなかったのですけど、それでもシンナー臭い息子を仕事に連れていこうとして軽トラの横に乗せようとしたりとか、鑑別所へ面会に来てくれたときに、あまりしゃべらへん父親だったので、面会するときだけジュースが飲めたのですよ。これがジュースとしたら二人で面会している間にほんとジュースを置いて無言で座っているという、そんな光景とかはやはり思い出して、直感みたいにして父親が死ぬんやなということが分かったので、生きているうちに触りたいなと思つて近づこうとしたのですけど、何か映画のワンシーンみたいな感じなのですけど、ほんまに重い足を引きずるみたいな感じで、自分はとにかくいろいろな感情でわけが分からへんようになっていて、どう近づいていったかもわからない状態になっていたのですけど、そのときに親戚に、「お父さんがこんなときにおまえはどこに行つてんねや」みたいなことを言われて、自分の近所に住んでいる親戚だったので、知らん訳がないやろうなという思いもあつて、知らん訳がないのにそういう言われ方をされたと思つて、当てつけで言われた気もして腹も立つて何かを言い

返した自分がいたり、何か父親に対していろいろな気持ちを、死んでいくということはやはり寂しかったし、さようならなんやなと思ったんですけど、そういういろいろな気持ちを持っているけど、やってきたことが全然違うわけじゃないですか。人が苦しんだり迷惑がかかっていることを分かってそういうふう生きてきた自分がいたというのが、感情とやっていることがバラバラ過ぎて、全く逆を向いてしまっているので、自分が自分のことをよく分からなくなったのですよ。こんなふう感じて、そういうふう生きようとせえへん人間なのだから、そんなふう感じるのは全部うそやろうと自分の中で思うようになって、父親に触れたときにほんまに悪に生きようと思いました。悪はあくまで悪なので、悪いことをたくさんしたら良いというふうに取りられるかも分からないんですけど、自分はそうじゃなくて、いろいろなことを感じて寂しいとかうれしいなといった、柔らかい感情なのですけど、そういったいろいろなことを感じるけど、でも感じたとところで結局生きようとしなかった自分がいて、だからこんなものは全部要らんやんけという、一切合財こんな感情がない人間になって、苦しんで死んでしまえみたいな、それを自分に科しました。背負わせたというか、アルコール依存症の人とか薬物依存症の人とかを身近に見たりした方がいるかどうか分からないのですけど、飲んだりワァーっとなったときって楽しそうに見えたりとか、ヘラヘラ笑ったりとか、好き好んでやっているように見えると思うのですけど、でも自分が悪に生きるというか、悪に生きて苦しんでのたうち回ってと自分で科したものがあのですけど、たまにまぐれでお酒をやめられそうになったりとか、幸せになりたいなとか、なつても良

いかなみたいな気持ちになったときに、絶対に許したらあかんというのが自分にあって、だからたまに依存症から脱却できそうになっても、絶対に脱却させたらあかんというか、絶対に許したらあかんと、絶対に苦しみ続けろというのがずっと自分の中にあって、良くなるうとしても、それをあえて苦しみの中になんか自分を落とし込むみたいな、そうしかできへんのはそんなひどい自分がいることで周りがこれだけ苦しんで生きているのだから、絶対に自分はそれを許したらあかんというのがずっとありました。そのまま父親は亡くなっていったのですけど、最近ちょっとしたことでもあるのですけど、父親が亡くなってから遺体になって家に帰ってくるじゃないですか。お通夜とか葬儀のために、その遺体の横に添い寝をしたのですよ。添い寝をして当時自分が好きだった歌を歌って聞かせた記憶があるのですけど、生きている父親とか、ものをしゃべる父親とはコミュニケーションが取れなかったのですけど、死んでものを言えなくなったら、やっと自分が言いたかったこととか、一緒にいたかったのにということを出せたのかなと思ったのですけど、そういうコミュニケーションが取れない自分がありました。父親が亡くなり、自分は十七歳の一年間を加古川にある中等の少年院だったのですけど、そこに入って、十八歳になってから外に出てきました。

十八歳になって出てきて、しばらくはシンナーをやめたのですけど、半年ぐらいいしてからまたシンナーを吸い始めたのと、その時、就いた仕事の水商売ということもあって、今度はアルコールを追加で飲むようになりました。水商売というのもあって、最初から多分ブランドを一本と

かを飲むのが当然のような職場でした。ただその当時はまだ十八歳、十九歳ぐらいで、依存症と診断をされる前なので、依存症という病気のことも知らなかったし、依存症という病気が持っている症状とかもどういう症状が出るかというのも分からなかったもので、そのときには自分の状況というのは分からなかったんですけど、ただ振り返るとやはり手が震えていて、お客さんのボトルを棚に直すんですけど、お客さんのボトルを棚から勝手に出して、トイレに入ってラッパ飲みをしてまた戻すとか、皆が飲み残すというか飲み終わって片づけておいてというようなグラスをかき集めては、その中に残っているお酒を、お酒というか氷と水でお酒じゃないよく分からんものになっているグラス一〇個分ぐらいを集めておいて口に流し込むみたいなことをするようになっていて、本当にお酒にとらわれている状態になっていました。水商売で働きながらなのでですけど、飲んだらあかん時間帯があつて、前日から酒が入ってしまったのでお酒が切れていない状態で、とにかく酒を継ぎ足して継ぎ足してみたいな状態で飲み続けていました。当時は、お酒がおいしいとか楽しいから飲んでいるというよりも、体にある一定量のアルコールの濃度が抜けていくと不安でしようがないから、また上からお酒を足して、減った分を戻すみたいな、一定量のアルコールを体に入れ続けていないと精神的にも身体的にもすごく不安定な状態になって、とにかくお酒を入れ続けるみたいなのをやっているような状態になっていました。

そこから自分は精神科の病院に入院するのですが、さつき話したみたいにアルコール依存症

とか薬物依存症という言葉は何となくは知っていたのですが、例えば精神科の病院というところに入院をしたり、通院をしたりしていましたが、依存症の人たちが地域で暮らしているというのを、自分ほぼ知りませんでした。自分が働いている「リカバリーハウスいちご」というところは、二十七年ぐらい前はまだなかったのですが、例えば自助グループというと「AA」とか「断酒会」とかいろいろなお酒をやめていくための自助グループがありました。その歴史というと、二十七年前には既にあつたので、本当は社会の中に依存症を持った方が生きてはいたと思うのですが、なかなか自分はそのような情報もなく、どうしたものかみたいな状態になっていました。水商売でもお酒をうまく飲めずというか、盗んでは飲んでを繰り返していたことで解雇され、最終的に二十歳で入院する直前は、本当に不良の世界でも使いものにならなくなって、水商売の世界でも結局使いものにならなくなって解雇させられてという中で、自分という人間が一体全体何者なのかがよく分からなくなつて解雇させられてという中で、自分という人間が一体から不良をしたり悪いことをしたり、水商売をしている自分が、これが俺やというのを人の中でこれが自分なんだと思えたのですが、そこがガラガラガラと崩れてもつて、一体全体自分って何だろうみたいな、今まであつた羞恥心みたいなものもなくなつてしまつて、人からどう見られてももうどうでも良いみたいな、何かよれよれの状態になつて、ただそれでもお酒とシンナーがやめられない状態だったので、それを盗んで回っては飲んでいました。自分の家で母親と暮らしていたのですが、母親のいるところでお酒を飲んでシンナーを吸つて、刃物を振り回して自分の

体を傷つけて、家中を破壊して、意識がなくなつてひっくり返つて、また起きたら同じことを永遠と繰り返し返すみたいな状態でした。あとは窃盗をして回りました。自分は都島区で暮らしていたのですが、都島区とか北区とか旭区とか、そのあたり一帯のコンビニに行つては酒を盗んで回るといふことが止められない状態で、最終的に刃物を持ってそのコンビニに入つて、酒を盗んで帰るといふことが当然悪いといふことは分かつてはいたけれど、本当に止められない状態でした。そのときのイメージになつちゃうのですが、断崖絶壁の上に立たされて、前は崖なので落ちるしかないのに、後ろからものすごい力で押されているような状態で、どうにもならんみたいな状態で、本当に自分を殺すとか、人を殺してしまうのではないかという怖さの中で、唯一思ひついたのが警察でした。警察だと力づくでねじ伏せられそうだったので、警察にとりあえず身柄を押さえてほしいと言つて、来てもらいました。たまたま来てくれた警官が、自分の状態を見て、渡邊さんは依存症じゃないやろうかみたいなことを言つてくれて、依存症を治療している病院もあるから行つてみますかと言われて、自分としても留置所に入つても、二、三日して出されたらさつと同じことを繰り返し返すだろうから、病院といふところに行つて、どうなるか分からないですけど、でも何とかする方法があるのかもしれないのならそっちに行きたいといふことを伝えて、初めて病院に行きました。

それが二十七年前ぐらいなのでですけど、なかなか依存症自体が否認の病といふか、家族も認めるにいくと思うのですが、本人もなかなか依存症といふ病気を認めにくくて、自分もなかなか

依存症という状態が分からないでいました。当時二十歳ぐらいで依存症の病棟に入院している患者さんというのはあまりいなく、年のいった人が多かったのです。年のいったおっちゃんらはわけもなくお酒を飲んでいたアルコール依存症の人という、理由はないけど、飲みたくて飲んでいるんやと思っていて、だけど自分はいろいろなことがあって、苦しかったりとかいろいろなつらい、生きにくいとかいろいろなものがあった、それがあるから酒が必要で飲んできたんや、だからそこさえ解決ができれば別に飲まなくて良い人間なのだから、自分は依存症じゃないという思いもあったし、もともと薬物を使い始めたときに、それが違法行為と分かって自分はやってきたので、病気がそうさせているのではなくて、自分が望んでそうやってきた、自分はそう望んで生きてきたんやという、だから病気じゃない、自分の選んだ生き方なんやというのがやはりずっとあって、なかなか周りが言う依存症ということがしっくりこない自分がいました。ただ、お酒を飲んだりシンナーを吸ったりを続けていたので、親につらい思いとか迷惑がかかったり、自分が飲酒の問題でまた精神科の病院に入るということを繰り返すことで自分が受けないとあかん自由な体験とかもあって、何とかやめないとあかんのかなということは考えたりはするのですけど、ただやはり依存症という病気のせいなのか、今回は入院で、次回からは頑張ろうとか、退院してからちゃんと頑張ろう、本気を出そう、でも退院祝いに一杯ぐらいみたいな感じで飲んで、また目が覚めたら精神科の病院の保護室で抑制、拘束帯でぐるぐる巻きにされて目を覚ますみたいな、今度こそはと思うのですが、また一杯ぐらいだったらというので飲んで、また気づ

いたら精神科の病院にいたみたいなことを毎年繰り返しました。その間に精神科の病院自体がそんなに恵まれた環境ではないと思うので、自分自身も精神科の病院に二十歳からずっと入院をしたりしていたのですが、自分のために治療をしていると思ったことが多分一回もなかったです。どっちかというと社会に害を与える存在だから、社会にとって外にいてもらうのは困るから精神科の病院というところに入ってもらいましょうと、そのためにいるというふうにしか思えなかったし、そもそも居室自体が最近は大変変わったのかも分からないですけども、六人部屋で寝ているのですけど壁がないとか、廊下で歩いている人とベッドで寝ている人と目が合うとか、狭い居室と廊下が一本だけがあって、食事をするテーブルがあるという、すごく狭い空間の中で何か月も生活を送るわけじゃないですか。自分が言いたいこととかやりたいことを、当然させてももらえないし、だから本当にその環境が自分のためには思えないでいました。

介護病棟とか閉鎖病棟に行ったりとか、閉鎖病棟から保護室に行くときも、確かに医療関係者が客観的に見たらそういう状態なのかも分からないのですけど、こっちが心底納得するまで話をするわけでもないし、向こうから見て状態が悪いからと言われ、保護室に入ったりということが繰り返される中、最初は自由になってみたいなとか、病棟から外を見たらきれいな景色が見られたり、普通の日常の世界でしゃべっているような人たちが見えたら、自分もやりたいなとか外に出てみたいなというようなことを考えたりしていたのですけど、でも途中ぐらいで、結局入院をするのはお酒を飲んだり薬を使うからで、どこかで期待をしたり、何か希望を持ってもすぐに精

神科の病院にまた入っているという絶望があつて、だからすごく高い希望を持つと、絶望というのは低いので高低差が広がるじゃないですか、ダメージが大きいです。だから最初から自分みたいなのは一生精神科の病院で生きていくんやと思うほうが楽だったというか、下手な希望とか期待をして、自分で自分に落胆するより、自分みたいな人間がこんな牢屋みたいな精神科の病院の中で一生生きていく、そういう人種なんだと言ひ聞かすことで、それ以上に傷つかないでいようとしたのかなと、自分を守るためにそういう発想になっていきました。ただ入退院を繰り返して、ほんまはというか、今働いている「リカバリーハウスいちご」というところとも本当は二十四歳の頃に利用者としてつながつてはいたのですけど、だけど自分が依存症ということも認め切れていないし、まだ二十四歳ぐらいの頃だと、お酒とシンナーはやめていかないとあかんのかなと思ひながらも、水商売をしながらやっていけるのと違うかなと思ひもあつたり、お酒と薬の問題はあるのやろうけど、でもそこさえ解決できたら社会で自分は活躍できるんやというところでもない発想もあつたので、何かそんな自分がそういう作業所みたいなところに通わされて、よく分からへん内職をさせられて、何でそんなことを自分がせなあかんという気持ちもあつて、なかなか自分のために行く場所だというふうには思えなかつたのです。「断酒会」という自助グループであつたり、「AA」という自助グループも行つてはいました。行けば構つてもくれたり楽しかったりはしたのですけど、でもどこかでお酒とか薬をやめるのは、支えてくれたり助けてくれたりはするだろうけど、でも最後は自分やろうという思ひがあつて、本当に頼り切るといふ

か、その人たちと一緒にやっていこうというふうにはなかなか思えませんでした。

そういうことを延々と繰り返して、三十歳の頃に事件を起こしました。自分はずっとシンナーをやめられなかったので、シンナーを盗んできたりとか、酩酊している状態で人の敷地に入ってしまったりとか、最初は執行猶予で出てきたのですが、その執行猶予の間にもう一回事件を起こしてしまつて、結局一年半と一年半を足したような状態で三年ぐらい刑務所に入ることになつて、刑務所での最初の一年半は雑居房に入っていました。残りの一年半は独房にずっと入れられていて、自分は自傷行為を刑務所でもしたりしていたので、物を持ってないような物品の規制もあつて、二十四時間カメラを回されている独房で一年半ぐらい生活をしました。刑務所に入ったこと自体はいろいろな社会に迷惑をかけたとか、家族とかに迷惑をかけて入っているの、それ自体は自分にとって良いとか悪いという話ではないのですが、自分にとっては、そういう環境がすごく学ぶ機会にはなつたと思つていて、ただ刑務所という環境とか法務教官が良かったというの、あまり自分はないのですが、ただどうしようもないぐらい厳しく、人による厳しさというよりも、その環境の持つている厳しさというか、それが自分にとっては自分自身と向き合う時間というのをその中で作つてもらつたのかなというのがありました。今まで入退院を繰り返している頃とかは、人との距離の問題とか、境界線を引いて人と関われないことをよく言われたりしていたけど、自分の中ではよく理解できなかつたんです。いろいろなことが理解できなかつたのですけど、それが刑務所の中で、初めて我慢をせなあかんのやということ考えたこ

とがあつたのと、受刑者とかの生活の中ですごく嫌なこととか腹が立つやつとかが居たら、今までやったらそいつを追い出してしまいか自分が逃げ出すかというふうなことをやって生きてきたのですけど、でも相手も出ていってくれへんし、自分も出ていかれへん、何とかこの状況を受け入れないとあかんということになって、どうやって受け入れられるかなと思つたときに、自分はめっちゃくちゃプライドが高くて、プライドとかこいつはおかしいと思う自分と、でもそのくせにめっちゃびびりやから言いたいことも言われへんという自分、よく分からへん要素が二つあるから苦しむんだと思つたときに、そのことを認めたところで場は変わらないのですけど、その中でやって行くことだと思つたし、さつき中学校の頃の話もしたのでですけど、今までは人が裏切つたから自分は不安になつたり寂しいと感じるといふように、人が何かをしたから、人が何かを言つたから自分は信じるとか疑うとかということをしていてと思つていたけれど、刑務所の生活で、その人が目の前にいないけど、例えば今日はものすごく信頼しているのに、明日になつたら急に疑つていたりとか、次の日が来たらまた信じているとか、結局人がどうしたからこうしたから自分はそうなっているのではなくて、自分の中で繰り返しているんだと思つたときに、きっかけは人じゃないんやということを感じたこと。もう一つは、すごく良い感情とか、会いたいなとか、良いことでも心配だなとか頑張つてほしいなとか、いろいろな感情を持っている自分がいて、だけど、会えない中でいろいろなことを感じてしまうと、自分の生活ができないぐらい精神的に不安定になつてしまふ自分が居ると気づいたときに、物理的に人は自分の中には当然

入ってこないんですけど、でも精神的にいろいろな人が自分の中に入ってしまうと、自分の生活ができへんぐらい不安定になるんだとわかって、とにかく自分は目の前の刑務所での生活を送るしかない。だからそれをやれるために自分の中から人への思いとかいろいろなものを出してしまおうとして、そのときに他人の境界線は分からないんですけど、自分にも自分が自分であるための入ってほしくないスペースがあるんやということを初めて思うようになって、人との距離を取るとか境界線を理解するようになりました。今までは嫌われているんやとか、自分のことが嫌だから距離を取ろうとしているんやと思っていたんですけど、でもそうじゃなくて自分が自分であるために大事なもののかなと感じました。

あと一個だけ、自分は刑務所の中で心臓がバーンと見えたのです。人間の体の中にある心臓が見えるわけがないと言えはないんですけど、独房で生活をしている中で、目の前にボンと心臓が見えたような体験があつて、無理やり条件をつけるみたいな感じになるかもしれないですけど、刑務所での生活でほかでもあつたことが、自分はアトピーがあつたりとか喘息があつたりとか、いろいろな病気を持っていて、人の手と自分の手を見比べては汚い汚いと思っていたのです。自分は醜いやつやとか、そんな自分だったのでですけど、でも刑務所の生活の中で自分の頭の中はあでもないこうでもないといろいろと思っていたけど、でもそれでも手とか体とかは一生懸命動いてくれるわけじゃないですか。動いてくれて、一生懸命生きて活動をしていてくれるけど、当の本人はそれをきれいだ汚いだと言っているのに、こんなにも生きようとしてくれている体、

いろいろな腕とか足が体にあつてと思つたときに、人間の体つて自分の意思でどうこうならへん、自分の意思で動かしていないけど生きてくれている部分が本当はたくさんあるんやと、そんなことを感じたことがあつて、そのときに心臓がバーンと見えてきました。その時は、とにかくものすごく温かかったです。それに触れているような気がして、そのときに愛おしさとか何かいろいろなもの自分がの中にこみ上げてきて、気づいたら涙が出ていました。

ちよつと綺麗事みたいになるかも分らないんですけど、今まで自分の体を傷つけたりとか、自分のことを醜いと思つて生きてきたり、自分の体へ自傷行為をしているときは本当に死んでしまえ死んでしまえと思つていて、そのときは生きるも死ぬも自分で決めれば良いんやと思つていた自分が、その自分の中にあつた生きようとしていたものが生かされて生きていくことを初めて思つて、それを誰が生かしたのかは自分は知らないんですけど、だけど少なくとも自分の意思ではない、自分の意思は自分を殺したいと思つて生きてきたから、自分の意思でない何かは自分の中にあつて、自分の中でこうやつて生きようとしてくれていると思つたときに、何か自分が自分に対してすごく粗末にしてきたんやなということも感じたし、理屈で命は大事ですよと言われても、教育とかで命は尊いとかいうじゃないですか、すごくそういうのが大嫌いで、そう感じられる人らもいるのだらうけど、そう感じられない人間もやはりいるじゃないですか。何で価値観を押しつけるねんと思へなかつた自分が、でもそれを感じたときに、理屈抜きに大事なんやと思つてあげられることができました。

瞬間的に振り返れたわけじゃないのですけど、自分はずっと生きてきた中で小さい頃から変ちくりんだったので、ちゃんとしなさいとか、あまりまともな扱いきもされていなかったり、悪いことをし出してからはちゃんとしろとか、ちゃんと生きなさいとか、変わりなさいとか、真つ当に生きなさいとかをいっぱい言われてきたけど、全部上滑りをしていたのです。ずっと、自分の中にも人の中にも、この世の中には愛なんかあれへんと思っていたのです。別に愛が何かみたいな話になるとちよつとややこしいのですけど、とにかくそんなものはあれへんと、自分は何かひどいことをしたり、人にひどいやつだと言われても、どこかでお互いさまやろうという思いがずっとあって、それは自分のしたことが相手にとって見えているかも分からないのですけど、でも相手はこつちに何かをしていて、それは何というか、自分が言う立場的におかしいのかもしれないですけど、そういうのがずっとあって、愛がないから何をしたらってええんやと思つて、何か言われても「いや、お互いさまなんや」という思いがあったのですけど、でもそのときにそこに愛を見つけたというか、少なくともそれが自分の中にあつたと思つたときに、自分の中でつじつまが合わなくなつたのです。愛がないから何をしたらってと思つて生きてきたけど、愛があるとなつたときに「あれ」と、「何か間違つた」みたいな、何というか「ん」と。一個だけ思つたのは、自分はずっと望んでそういうふうに生きたいんやと思つていたのでですけど、でももしかしたら望んでへんことを望んでいるんやと思ひ込もうとして生きてきたのかもしれないと思つたときに、初めて変わつてみたい、変わりたいと思ひました。そのときに自分にとってアルコールとか

薬物の依存とか自傷行為とか非行とか卑屈になるとか、いろいろなことでも対立するものに対して自分はやってきたんですけど、その全部が自分にとっては心臓が拳一個ぐらいとしたら、ほんまのサイズは知らないんですけど、この一個で生きてあげられなかったのですよ。生き抜くためにこの一個を一〇倍ぐらいのでかいものにしないと生き抜かれへんとか、逆にその一個しかないことを蔑んで、こんな一個じゃちっぽけなんやと、だから自分の中でいろいろなものを使って生き抜くためにこれを巨大化させないと、だから強くならないとか勝たないとあかんと思ってやってきたけど、人に対しては誰も俺のことを分かってくれへんとか、誰も信じてくれへんと思っていただけ、誰よりもその一個で生きようとしているものと向き合ってあげられなかったのが自分やと思ったときに、その当時三十三歳だったのですけど、その後の残りの人生がどれぐらいあるか分からないですけど、今は生きて十四年ぐらいはたったのですけど、もしその後生きている時間があるのだしたら、その一個の心臓で生きようとしているものに対して誠実というか、大事やどと思って、周りからあほとか言われても、それはそれで自分だけは大事だと思って生きてあげたいと思ったのが、自分にとっては変わりたいと思ったきっかけでした。社会の中で良い人間になるとか、適応できる人間になるといっても、とにかく自分の中にあつた生きようとするものに対して、ちゃんと大事に正直にというか、生きてあげたいなとその時に思いました。

ごめんなさい、時間がもう十五分ぐらいしかないのです、ここからの話がちょっとややこしいのですが、ただ自分にとってはすごくそのことが大きな転機にもなつたし、ちよつとそうそつぽ

いかも分からないのですけど、自分はその中で本当に死ぬんやということがものすごく怖かったです。三年ぐらい刑務所に入っていて、掛ける一〇をしたら、自分が生まれてからの日数というか年数が経っていると思って、もう掛ける二十ぐらいしたら自分は死んでいくんやなと思ったときに、たまに母親が面会に来てくれたのですけど、一回来てくれて一〇分とかしゃべられるだけで、一生の時間をかけても母親とおる時間って何分ぐらいあるのかなとか、多分死ぬという日が来るときも、その刑務所の生活の中では、その日が来るときも同じように「はい、おしまい」みたいな感じで来るのやろうなと、でもそのときに自分は刑務所にいながらがとうと言えていない人がいっぱいいたし、ごめんなさいと言えずにきた人もいっぱいいて、だけど、どんどんどんどん自分の時間も前に進んでいくし、世の中で生きている家族とか友達とかいろいろな人の時間も前に進んでいくし、それは止められへんと、どこまでもそれが流れ続けていて、終わりが来たら「はい、終わる」となると思ったときにめちゃくちゃ怖かったし、気が狂いそうになるぐらいでした。独房なので扉は開かないのですけど、扉が開いたら百キロぐらい走っていくんちゃうかなというぐらいワアーッと駆り立てられるような状態になって、だけどワアーッと气が狂いそうになっても、やれることは目の前の生活しかなくなったときにめちゃくちゃ怖かったし、孤独というのも感じたけど、それでも目の前にあるその日を生きるしかないと思ったときに、今まではあまり死ぬんやとかいろいろなことを考えずに生きていたのですけど、常に死ぬということをもって自分はどう生きるのかということを考えるしかないという

のをその中で思いました。

あれから、時間も十四年とか十五年が経っているのですけど、その言葉は自分の中で生きるということを考えるのにその時のことがいつもあって、人と関わるとか何かをするというのも、そこだけは揺るがないものとして自分の中にあるのかなというのがあります。ただ、自分にとってすごく大きな体験でもあったのですけど、三十三歳で刑務所を出てきて、今働いている「リカバリハウスいちご」ともう一回つながって、利用者としてやっていく、やっていけへんみたいな話をしたときにけんかになって、けんかになった結果、腹が立ってやっていられへんわと思って酒を飲んだのですよ。確かにアルコール依存症の人とかはお酒を飲むのってどうかと思うのですけど、その時に初めて自分が依存症なんだということにやっと納得ができたのです。何と云うか、苦しい思いとか後悔とかいろいろなことをしたら、自分はそれでお酒がやめられると思っちゃってきて、自分は刑務所に入って、自分にとってはデメリットというか飲んだ結果そんなことを起こしてしまう。自分にとってお酒とか薬は、本当に何年も時間や身柄を持っていかれるぐらいのことにもかかわらず、腹が立ったというたつたそれだけのことで簡単に酒が飲めてしまうと思つたときに理解したのです。自助グループのミーティングとかに行くと、例えばお酒を上手には飲めないという、コントロールをしながら飲むことができないというのと、自分でやめられへんということをよく言われていたんですが、でも言葉として理解できなかつたのですよ。うまく飲めないし、やめることもできへんと言われたら、どういう状態になるのという、やめている人

なん、飲んでいる人なん、どっちなんみたいな感じだったので、でも本当にうまくも飲めないし、後悔したりあかんと分かっていても、飲みたくなったら飲むとわかったときに、やめることも自分ではできへんということを初めて認めることができました。そこで変わったことは、今まで自分の内側に向けて頑張ろうとしたりとか、何とか生きていかないとあかんと思っていたのが、初めて外に向けてくれたというか、自分の外に向けて助けてほしいと、誰か一緒にやってほしいということを初めて自分の中でそれを受け入れることができたのです。そのために自分は依存症ということ認める必要があったのかなと思います。

もう一つは今まですっとそうだったのですけど、お酒の問題を取り除くとか、薬物での問題を自分でなくして、問題のない自分になったから生きていくのが生きやすくなるんや、楽になるんやと思っていた自分が、やはり簡単に飲んでしまう自分がいるということも含めて、依存症という治らないというか、変わらないものを持ってしまった自分としてどう生きていくんやということ、依存症のない人間になりたいじゃなくて、その事実を持った自分としてどう生きていくということを初めて自分は考えたのかなと思います。依存症者として生きる人生って何やということ、初めて自分は考えたのかなというのがあって、そのときに自分にとって今まで出会ってきた同じアルコールとか薬物依存症の仲間の存在が、単に応援してくれるとか、支えてくれるとかということだけじゃなくて、そういう病というかわからないものを持った人たちが生きてくれているということが自分にとって、自分を認めて生きていくことができるのかもしれないという、

そのために仲間の存在というのが違った意味を自分は持つようになったのかなとというのがありません。自助グループの仲間の中とか、いろいろな人たちの中で自分は最初に話してみたいにしろふで生きるなんて自分ではできへんと思っていたし、しらふで生きたくなんてないと思っていたのですけど、だけどそうだった仲間の人たちとのつながりの中でちょっとずつ、恐る恐るだったのですけど、しらふで生きてみるのもまんざらでもないなみたいなことを、しらふでもこんなふう

に生きられるんやとか、そういうふうを感じられるようになってきたのかなというのがあります。

最後に、今自分は依存症の回復施設で働いたり、いろいろな人と関わる中で、利用者の方とかと日中とかもミーティングをしたりするので、その中で利用者の方が話してくれたりする中で、一つずつ自分の印象に残っているのが、自分が働いている事業所は水曜日がお休みなので、木曜日にやって来たおっちゃん、水曜日にひたすら長居公園を歩いていたらと、言うのです。何百キロ、ごめんさい、何百キロも歩いていないですね、とにかく、すごい距離を歩いていて、一瞬歩くのが好きな人やなとか、暇な人なのかなと思うかも分からないですけど、それを聞いたときに依存症になっている人って、自分も含めてそうなので、社会の中で例えば今の自分だと、名刺一枚があったらこの人間がどこの誰かって説明をしてくれるじゃないですか。名刺一枚で社会的にこの人が何者かということが分かるので、不審者としては扱われな

いと思うのですけど、依存症の人って例えば仕事を失っていると、家族を失っていると、家になくなったとかいろいろな形で社会的にこの人が何者なのかというものほとんどを、多分失って

いく病気でもあると自分は思っています。逆に例えば精神科の入院歴があるとか、前科があるとかホームレスをしているとか生活保護を受けているとか、そういったあまり全面に公開すると人と関わりにくくなるような、まだまだ防げるようなものもあると思うので、生きていくために必要な肩書きはなくなって、生きていくために邪魔になるものばかり持ってしまったていくと思っています。その中でその人が道をひたすら歩いてきたと聞いたときに、確かに肉体は町の中にあるじゃないか、町の中で社会の中にあるけれど、だけどいろいろな人とか場所とかと接点がなくなくなってしまった人が、本当に社会に生きている人と言えるのかなと思ったときに、もう一回「リカバリーハウスいちご」という場所に来て、その場に座ってミーティングをしたりとか仲間と出会うというところで、つながりがなくなってしまった社会の中で、もう一回社会に再び接点を持ち始めることなのかなと考えたときに、「リカバリーハウスいちご」という場所もそうだと思うのですけど、そういった依存症を持った人が生きる場所というのが本当に大事なのだなということを感じました。

自分は何年前かに生活保護を、就労をしたときに打ち切ることになったのですけど、そのときに隣の家の人とずっともめごとがあつて、初めて自分は被害者になりました。暴力を受けたのですけど、そのときに医療的な理由もあつて転居をせなあかんとなったのですけど、家を探すとすると生活保護なので家賃の上限があつて、それを不動産屋に相談したときに、何で生活保護を受けているのですかと言われて、精神疾患があつて手帳を持っているのと、アルコール依存症と

いう病気があるのですと言うと、アルコール依存症だったらボヤを出すやろうと言われて、火災保険に入られへんと言われて、結局家を貸せませんと言われたのですよ。言うの家を貸してもらわれへんから、自分は生活保護を受けているとか手帳を持っているとかを隠して家を借りたのですよ。隠さないと多分不利益を受けてしまうので隠したのですけど、そのときに依存症を持つた自分として生きたいと自分が思っているいろいろな人と関わっても、いろいろなところで隠さないと通用しなくなるときに、依存症を持つて共存して生きていこうというときに、もつともつと社会の中に自分が自分でいられる場所があればと思いました。例えば今というと病院によってケアとか病院の診察室とか自助グループとか「リカバリーハウスいちご」とか役所とかは、自分が依存症なのですと言ってもいられる場所だし、つながってくれる人がいるけど、まだまだやはりそれが社会で少ないと自分は思っていて、だけど依存症の人がそれをなくして生きようとするよりも、それと共存していくというか、そのときに大海原を泳ぎ切るというか、泳ぐとしたら浮き輪がいっぱいあったらめっちゃ楽じゃないですか。浮き輪がいろいろなところにあつて、いろいろなところに頼りながらすがりながらやったら、大きな海でも泳ぎ切れると自分は思うのですけど、ただ依存症を持った人が生きていくためにも、その浮き輪になるような自分が自分でいて良い場所とか、関わってくれる人が社会の中に増えていくことで、自分を認めて生きていくということも楽になっていくのかなと自分は感じています。

パワーポイントを映していいって良いですか。たまに自分は海外に行くことがあつて、自助グ

ループのミーティングとかに特に行ったりしています。自助グループの話は基本的にはあまり得意なわけではないですけど、いろいろな方と出会って、これはケンタッキー州ルイビルというところに行ったときに、同じ依存症を持っていて、その方はホームレスをされていて、何年前に自分がお世話になったところだから、洋次郎も興味があったら一緒に行こうかと、自分の故郷に連れて行ってやろうと言われて行ったということです。

次、お願いします。これはフィラデルフィアなのですが、今日本でもリカバリーパレードとって大阪とか京都とかでも、依存症の本人とか関係者とか家族とかいろいろな人がパレードをしています。イメージする依存症ではなく、本当に依存症を抱えながら生きている人と出会って、もらうことが大事だということでパレードをしたりするので、それとはちょっと違って、オピオイドとかヘロインとかそういう薬のオーバードーズですごい人数の方が亡くなって、すごく問題になっているらしいんですけど、自分が行ったときもパレードをしていました。子どもさんとかが持っていたり後ろ向きでちょっと見えにくいんですけど、プラカードみたいなのを皆上げていて、そこに写真が皆載っているんですけど、全部死んだ人です。日本とかだと薬を使って死んでいっても、自業自得だったり自己責任で悪いと分かっているんやからというところがあると思うんですけど、自分と一緒にパレードをしていて、前日は市役所の職員さんが一緒にパレードをしてくれていたのですけど、その中で家族とか友達とかもすごく傷ついたり被害を被っていると思うのですけど、命を失っていくというふうになっていった本人にもすごくそ

ういう意味で犠牲を払っていくのかなと、それを一人の責任で一人で考えなさいじゃなくて、社会の問題として皆で考えようとしているところがあつたので、すごく大事なのかなと思いました。

次、お願いします。これは大学の中なのでですけど、日本とかでも大学とかに行つて例えば、依存症の話とかをさせてもらつても、いまだに大学とかでも「ダメ絶対」のポスターとかも貼つているじゃないですか、一回使つたら二度と立ち直れませぬよみたいな、自分が行つたこの大学は、ふだん、講義の合間にアルコール依存症とか薬物依存症の大学生がミーティングをして、自分が今日話したような分かち合いをして、終わつたらまた大学生として授業を受けるみたいな感じでした。違法薬物を使つたとか、未成年でアルコールを飲んだりとか、だから大学を辞めて出ていってくださいじゃなくて、中でちゃんとサポートをすることで大学生を続けていけるというふうなことをされていたので、すごく大事ななことかと思いました。

次、お願いします。これはドラッグコートという、薬物の事件に特化した裁判をしています。自分が行つたときも裁判官が出廷してきた人に対して、すごく丁寧に、来てくれてありがとうございます。さいますみたいなことをちゃんとやっていたりとか、裁判を構成している人たちが薬物の問題のこととかも勉強をされているので、日本のように例えば、窃盗とか、やつた罪に対して罰を受けてくださいじゃなくて、ちゃんと依存症がどういふものかとか、自助グループのことも分かつて、裁判を受けた人に対して何を示していくことが大事かということをお話されました。

次、お願いします。これは単に日本の刑務所と同じように、アルコール依存症で海外の刑務所

に入っている人もたくさんいるので、そこに現地の仲間と一緒に自助グループの話をしに行ったものです。

次、お願います。これは最近なので、ちょうど九月ぐらいにシアトルに自助グループのミーティングに参加しに行つて、そのときにもと向こうの自助グループのミーティングに行つたら、若い仲間がめっちゃ多くいて、十六歳とか十七歳の子もミーティングに来ているのですけど、依存症を持った高校生の通う高校に行くことができて、どのぐらいの数の学生さんがいたりとか、どういう先生らがいるのかとか、そういつたことを見学したりとかインタビューをさせてもらつて、例えば、未成年はお酒が飲めない年齢だから、飲んでいる人がいたら叱りつけるとかだけじゃなくて、必要なケアをすることかサポートをすることで、高校生を続けたり大学生を続けたりとかということができたりすることに知り組まれていたので、すごく大事なことになるかなというふうに感じました。今もそういうふうな自助グループの仲間とかいろいろんなたちを見ていることで、どうしても日本に暮らしていると、依存症とか回復とかというイメージで、清く正しく美しくみたいな人間にならないとあかんのかなとかと勝手に自分を苦しめるのですけど、本当に世界中に同じような依存症を抱えながら生きている人がたくさんいて、本当にそれぞれ固まったこうあるべきみたいなところからも解放してくれるのかなということを感じながら、今もお酒と薬を使わない生活を送らせてもらっています。

これで自分の話を終わりたいと思います。どうもありがとうございました。

(拍手)

○司会 渡邊洋次郎さん、ご講演ありがとうございました。

熱のこもった話をしていただいたなというふうに思います。残りのお時間も少しなのですが、ここで質問をお受けさせていただきたいと思います。

○質問者A 貴重なご体験をお聞かせいただき本当にすごく身に染みたというか、ありがとうございます。

私は子育て中ということもあって、やはりどうしても幼少期とかそっちのほうに目が行きがちだったのですけれども、やはり依存症になる前の段階で気づいたほうが、その先の人生とかというところも良いかなと思うのですけど、渡邊さん自身が自分で良いとか、自分を認める事が大切であることに気づくために幼少期、小学校とか中学校に大人がもしこんなふうにしてもらったら、今の自分は違ったなというのがあれば教えていただきたいなと思いました。

○渡邊 洋次郎 ありがとうございます。最近ちょっと思っていたことでもあるのですが、子どもの自分と親であったりとか、自分の学校とかいろいろなこともそうだと思うのですけど、もうちょっと対話をする時間をちゃんと持っていたら自分は良かったのかなと思っています。今日話した中で自分は母親との関係で寂しいと自分が言えないというか、自分の感情を認めてもらえないという、そのときに親が正しくて自分が間違いみたいな状態になっていて、例えば学校が正

しくて学校に対して嫌やと思えば子どものほうが間違っているみたいになってしまいう中で、どっちが正しくてどっちが間違いだと自分がなっていたときや、例えば、母親が仕事で居なくて寂しかったときも、ちゃんと話し合いができて、親の事情とか家の事情も聞いて、それに対して嫌やとか、寂しいんやということをちゃんと行ってその感情を認めてもらった上で、でも状況は一つだからどうしようという、そうして話し合えていけば、無限に自分は駄目とか間違っているとならずに、ちゃんと自分というものが育ちつつ、その上でじゃあ自分は何を選ぶのかとか、一緒に共有していくようなことがなかったこと、それが周りを優先して自分が間違っているとか、自分をないことにせなあかんと思うようになっていった原因でもあったと思います。だからどんなひどいことになっていったとき、周りから行いが悪いとかちゃんとしろと言われても響かなかった一番の理由は、寂しいという感情も受け入れてもらえなかっただけじゃなくて、そんなことを寂しいと感じてしまう感受性を持った自分を受け入れてくれない。なのに生きろと言われるから、じゃあ何をしたって良いやんみたいになつたので、そこでやはり面倒くさくても、面倒くさいというのは子どもが思うか親が思うか分からないですけど、きちんと自分が感じることをお互いに話せるようなコミュニケーションというのが大事だったのかなというのがありました。

○質問者B お伺いしたいのですけども、今は渡邊さんが働いておられる「リカバリーハウスいちご」というところなのですけども、どのぐらいの職員さんがいらっしゃって、そのうちに渡邊

さんのように依存症の人が働いておられるのか、またそちらに住んでいる方、通所されている方はどのぐらいいらっしゃるのか、施設の内容を簡単に教えていただきたいのですが。

○渡邊 洋次郎 事業所自体が8か所ぐらいですかね、うろ覚えで申し訳ないです。職員は六十名ぐらいは多分います。依存症を持っていて働いたりしている人も一〇名、十五名ぐらいはいたります。一つの事業所で登録されている方が二十名ぐらいなので、全員が全員その日に毎日来る訳ではないのですが、そのぐらいで、今は大阪の住吉区と東住吉区と、淡路、阪急淡路とかの北大阪のほうと尼崎と、阿倍野区とかでカフェをしたりとか、いろいろなところで事業所をしています。グループホームも三十五名から四十名ぐらいの入居者の方がいて、五年ぐらい前から女性だけのユニットともあります。女性特有のしんどさとかもあつたりするので、自分は女性のユニットには入らないのですが、そういうところをやっています。依存症を持った職員に関しても、ひと昔前だったら、依存症を持っていたらそのまま職員になれているみたいな時代もあつたのですが、職場に入って、自分が関わる人は当然支援を必要とされる方なので、自分が依存症という経験をシェアできることもあります。でも相手が求めてきたりするものつて例えば、生活保護ってどうやって受けたら良いのかとか、事業所を利用するためにどういうふうに手続をしたら良いですかとか、支援者としての勉強もやはりしていかないと、なかなか支援者としてそこに入るといふのは難しくはなつてきているのかなと、学んだりとかそういうことも必要になつてはきています。

○質問者B もう一つお伺いしたいのですが、頂いているプリントのところ、渡邊さんのプロフィールというかお名前の横に施設職員というところと、あと介護福祉士と書いてあるのですが、これは働かれている「リカバリーハウスいちご」でということですか。それとも別のそういう介護施設、福祉施設で何かお仕事を別にされているのか、その辺はどうでしょうか。

○渡邊 洋次郎 介護福祉士は資格を取っていますが、特に介護福祉の専門的に介助をしたりというのはいりません。一応「リカバリーハウスいちご」の「いちごの会」という法人の中にヘルパー事業所もありますが、利用者さんの中で介助だけで来られている方ではないのですけど、依存症の対応をしながら高齢になっていかれたりとかで、介助が必要になってくる方もやはり多いので、介護士としてそこで雇用されているわけじゃないのですけど、学んだことが必要になりました。

○質問者C 枚方市内の小学校で教員をしております。すごく貴重なお話をありがとうございます。

先ほどの質問の中で、子どもとの対話というか、感情を受け止めてもらえるということが大事だというふうに言われていたと思うのですけども、多分それって親とかそういう身近な大人との関係ということも言われたのかなと思うのですけども、私は教員ですので、小学校とか中学校でも今まで思われたことで、教員としても受け止めてほしいとかそういうことがあったのかどうか、どういうふうに受け止めてほしいのかということをお話していただけたらうれしいです。お願

います。

○渡邊 洋次郎 自分の覚えている小学校の頃はあまり記憶がなくて、ただ途中ぐらいいはとにかく頭が悪いからテスト用紙を配られても、「裏向けて漫画を描くとき」とよく言われていて、その当時は特権のように漫画を描いて良いんやと思っていたのですが、今思うと最初から期待されていないじゃないですか。できへんかも分からへんけどやってみいやと言われてやらされるか、最初から諦めてできへんねんからやらんで良いよと言われるかだったら、当時はやらんで良いほうが得だと思っていたけど、今だったら期待してもらっても良かったかなと思います。あとハーモニカの先生だけちょっと好きだったのですが、ハーモニカが吹けたのでちょっとうれしかったのと、あと絵を描いたときに、人間を描いたので、友達からは気色悪い絵やなと言われたけど、その先生だけはすごく興味を持ってくれて、うまいとかというより感情とかを見られたというか。多分、自分の感じている感じ方を尊重してもらえたように感じたことがあったのかなと思います。だからどうしてほしいとか、あとは認めてもらっているという感覚があまりなかったです。今は知らないですけど、大体学校とかって罰つて絶対にあるじゃないですか、これをしなかったらこれをしなさいとか、掃除当番をしなさいとかが当時はあって、ちゃんと宿題をしなかったら居残りをさせられて、長時間勉強をせなあかんとかがあったのですけど、そのときに自分は嫌やから帰る子どもだったのですよ。でもそのときに都合の良い頭になっていると思うのですけど、宿題をしなかったのは良いとは思っていない、まずかったなとは思っていて、で

も帰りたいたから帰るといふ。でも帰る姿を見た人は、反省をしていないから帰るとなつちやうじゃないですか。うまいこと言えないですが、反省していかないわけじゃないけど、帰りたいたいといふ、でも周りは帰る姿だけを見たら反省していかないから帰るやつだとなるから、そういう人間だとなるけど、決して反省していかないわけじゃない、ちよつとは悪いと思つているといふ、でも帰りたいかたたら帰つちやうみたいな。そういうふうに見てくれる人がいたらちよつと違ふのかなと思ひました。

○司会　いろいろな話を渡邊さんから話していただいて、皆さんも感ずることがあるのかなといふふうに思ひます。

本日、お忙しい中ご講演いただきました渡邊洋次郎さんに、もう一度大きな拍手をお願いいたします。

(拍手)

○渡邊　洋次郎　ありがとうございます。

○司会　ありがとうございます。

それでは、これで本日の講演を終了させていただきます。