

ドキッとさせられる，優れモノ。

【評者】田中直美 成仁病院

幻聴妄想かるた

編著…ハーモニー
(就労継続支援B型事業所)



定価 2415 円
(本体 2300 円＋税 5%)
医学書院
(Tel.03-3817-5657)

「のう(脳)のなかに機械がうめこまれ、しっちゃかめっちゃかだ」「テレパシーがやってきて自分の望みがすべてかなった」「弟を犬にってしまった」…『幻聴妄想かるた』の読み札である。読んで私は大好きになった。

病気になった体験を「同じ病気のひとはもちろん，病気と縁のない生活をしている人にも楽しく伝えたい」という思いから，精神障害者就労継続支援B型事業所「ハーモニー」(東京都世田谷区)のメンバーと職員によってこのかるたは作成された。幻聴や妄想が当事者の言葉で楽しく，ちょっとほろ苦く詠まれる。付属CDの詠み手はなんと市原悦子さん!「すごい」と思わず手を叩いた。

「露地」という解説冊子には，読み札のシチュエーションがそっと書かれ，取り札は味のある線画が作者の気持ちを表現していて，ニヤツとしてしまう。私は，「なるほど，なるほど」と思う。

冊子には，舞台となった「ハーモニー」のことはもちろんだが，何よりかるたを作成したメンバーの幼少時のこと，病気のこと，家族・友だちのことなど，さまざまな背景が書かれている。そのなかで，「精神病患者だから何をやるかわからないという見方をしてほしいくない。治療・リハビリをしている人は怖くない。ほかの人と変わらない」というくだりには，ドキッとさせられた。私は，「ほかの人と同じだと思っているよなあ。大丈夫?」と問いかけられた気がした。

それだけでなく，遊び方にもひと工夫されている。普通のかかるた遊びのほかに，百人一首で言うところの「坊主めくり」，絵札鑑賞，「登場人物なりきり遊び」がある。「おもしろい!」と思わず膝を打った。一緒に遊んでくれるメンバーがすぐに見つからなかったのが，遊びの感想を伝えられないのが残念だ。

保健師の私は，このかるたをかなりの優れモノと見た。せっかくの優れモノを保健師はどう使うか? まずは，「幻聴・妄想を持つ当事者への理解を深める一助としよう」という型どおりの使い方がある。しかし，このかるたはそんなカタイ保健師さんを笑い飛ばし，力を抜いて一緒に考えようと誘ってくれている。保健師としては，何が何でもその誘いに乗らなければいけない。そして，「ほかの人と変わらない」部分も再確認するのである。

地域や病院で活動する保健師は，自分も含めて「わかった気がして」行っていることがたくさんあると思う。でも，どこか「そうではないかも?」という不安がある。そんな時に，ちょっとこのかるたで遊んでみよう。改めて精神障害に向かい合う知恵とモチベーションをくれるはずだ。

さあ，時間だ。私はこれからデイケア室へ行って，メンバーと一緒にかるたをしよう。この優れモノでモチベーションアップをするつもりである。

よろしければ，あなたもご一緒にいかがですか?