

こんにちは。今年の冬は、本当に寒かったですね。北国では豪雪の被害に見舞われ、全国でもふだん降らない地域で雪が降ったりしました。関東でも例年より平均気温が低く、寒い冬になりました。

今月、東日本大震災から1年の節目を迎えます。もう1年、いやまだ1年、というべきでしょうか。復興への道程はまだまだ遠く、しかし一方で、人々の記憶からは薄れがちになります。「忘れる」というのは、人間のもつ大事な能力の1つでもあると思いますが、でも、決して忘れてはいけないこともあるはずです。これから先もずっと私たちは、自分たちに何ができるのかを考え、行動していきたいと思っています。

枯れ木のように見える幹や枝にも、よく見ると、もう新芽が用意されていることに気づくかもしれません。冬に、草の芽や木の芽がわずかに萌え出していることを、冬萌(ふゆもえ)と呼ぶそうです。春になると、突然に芽を吹き、花を咲かせるような印象を受けますが、そうではないのですね。立春とはいえ外はまだまだ寒いけれど、木々たちの暦にも、ちゃんと春は記されているようです。

固くちぢこまって冬の寒さに
じっと耐えている小さな芽。
あなたの心の中にも、ささやかな
冬萌がのそいていませんか。



では、今月もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



「流離う（さすらう）」ということ

いきなり私事で恐縮ですが、昨年還暦を迎えることができました。改めて説明するまでもないことですが、「還暦」とは十干十二支（じっかんじゅうにし）による生まれ年の干支に戻る年、まあ、人生の一区切りといったところでしょうか。まだ終わらせるのは寂しいので、ここで私の臨床の旅を振り返ってみることにしました。

大学3年の時から実習でお世話になっていた病院にそのまま就職できることになり、それが私の臨床のスタートとなりました。就職後気づいたのですが、この病院はわが国を代表するリハビリテーション病院の1つで（学生というのには得てしてこのような重要な事実に気づかないものです）、院長・副院長先生はその道の大家、必然的に優秀なスタッフが集まってくる病院でした。その環境で、臨床のスタートを切れたのは本当に恵まれたことでした。

ただ、心理科は私が採用されてから開設された科、立ち上げに関わったことも恵まれたことでしたが、大変でした。「居ても居なくてもいい心理」と言われないように、とにかく動き出さなくてはなりません。リハビリテーションを扱うどの書物にも、チームの一員として心理職の記載があるのですが、当時、日本の中で心理職がリハビリテーションの領域に存在することはまだ珍しいことでした。

新設の一人職場で、孤軍奮闘の始まりです。既存の検査法は学生時代に馴染んでいましたが、特殊な病態把握のためには新しい検査法の開発が必要で、検査法の作成も求められました。目の前の患者さんの状態を知るために決定的に不足している知識を補うため、図書室に所蔵されている本を片っ端から読破、図書利用率院内一位を誇りました。他科のスタッフと協同で文献抄読も継続しました。若さのエネルギーとはすばらしいものです。二人目が採用されるまでの10年間、これら続け、大学院への進学も果たせたのですから。

この病院で、そして併設されていた特別養護老人ホームでの仕事を
含め凡そ 6000 人の方たちとの出会いがありました。脳に損傷のある方、
認知症の方々との出会いは、現在の私の臨床の支えになっています。
私の臨床の原点はリハビリテーションです。

19 年の病院臨床の現場を離れ、その後大学へ職を移すことになり
ます。スクールカウンセラー、学校教育相談、某市開設の「心の相談
室」、大学付属病院精神科、警察署での犯罪被害者カウンセリング、
そして「さがみはらカウンセリングルーム」での仕事、などなど。一
領域でしっかり腰を落ち着けて臨床を続けておられる方からみれば、
随分長い「流離いの旅」に出ているように思われるかもしれません。
「還暦」、そろそろ落ち着いてみては、と。

振り返れば、さまざまな本当に良い出会いに恵まれたからこそ、こ
こまで来られたのだと感じています。感謝です。いつか来る人生の終
わりまで、もう少し「流離ってみよう」と思うのです。「彷徨う」の
ではなく・・・。 <さすらいのカウンセラーの独り言>

宮森 孝史 (みやもり たかし)



カウンセリングルームからのお知らせ

○分室から本院への移行について

2012年4月より、月曜・火曜の分室業務を、本院の方に移行することになりました。これまで分室で面接を受けられていた方には、4月以降本院で受けて頂くこととなります。(なお、土曜日はこれまで通り分室にて行います)。ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

○面接終了後の受付について

面接終了後は、受付から順番にお名前をお呼びするというごさいませんので、待合室でお待ちにならず、直接受付までお越しください。

○講演会のお知らせ

下記の講座を当室臨床心理士 佐藤恵子が担当します。ご興味のある方はぜひご参加下さい。

***詳しくは別刷のチラシをご覧ください。**

「イライラや怒りをうまくコントロールしよう

～アンガー・マネジメントを学ぼう～

日時：2012年3月31日(土) 午後2時～4時

会場：おださがプラザ4階 多目的ルーム 定員：60名

申込先：042-739-9851 (FAX専用) 申込〆切：3月25日

本誌の表題「うがみやぶら」は、鹿児島県奄美地方の「こんにちは」というあいさつを意味したことばで、「おがみあげてそうろう(拝み上げて候)」が転じたとされています。

発行・編集：特定非営利活動法人神奈川県メンタルヘルスサポート協会

相模原市南区相模大野 5-29-23

TEL 042-748-3532 FAX 042-815-3990

メールアドレス mail@msak.jp

2012年3月1日発行